



İşte Kadın Atölyesi

Power
of
Happiness

Profesyonel
Koçluk
Eğitim
ve
Danışmanlık
Hizmetleri

İşte Kadın

- Kadınların kurumlarda, yönetim kadrolarında yeterince temsil edilmemesinin üç popüler açıklaması var:
- (1) yetkin değiller;
- (2) ilgili değiller;
- (3) hem ilgili hem de yetkinler, ancak görünmez duvarları kıramıyorlar:
- Yani kadınları kariyer basamaklarında istedikleri yere erişmekten alıkoyan basmakalıp önyargılara dayalı görünmez engelleri aşamıyorlar.
- ... Peki ya bunlardan hiçbiri büyük resmi göstermiyorsa?
- İş ortamında kadınlar yalnızca 'etek giymiş erkekler' değildir, kendi özgün halleri ve hayatlarının değişik dönemlerindeki ihtiyaç ve isteklerini dile getirebildiklerinde son derece yaratıcı, verimli ve fark yaratan bir çalışan profili ile karşı karşıya kalırız.
- Biraz pozitif ayrımcılık yapalım ve sadece 'kadın çalışanlarımıza' özel bir atölyeyi hem iş hayatında hem de ev hayatında son derece yoğun çalışan kadınlar için başlatalım.
- Kısa sürede atölyenin yalnız kadın çalışanlarınız üzerinde değil tüm kurum kültürü üzerinde yarattığı pozitif değişimi izleyeceksiniz.

İçerik

- Kadınlık Halleri çalışan kadına yönelik 6 haftalık bir grup koçluğu çalışmasıdır.
- Özgün halimizi onurlandırarak ve ihtiyaçlarımızı unutmadan iş hayatında var olabilme, enerjimizi doğru zamanda doğru yere aktarabilme, gerektiğinde yardım isteyebilme, destek sistemlerini hayatımıza katma, olduğumuz yerin ve anın hakkını vererek yaşayabilme, içinde bulunduğunuz anı kaliteli geçirme, hayallerimiz ve hedeflerimizi gözden kaçırmadan çok boyutlu olabilmeye odaklanır.
- **1. Hafta - Kendime Merhaba:**
- Ben kimim?
- Özgün ben ile tanışma
- Hayallerim
- Özlemlerim
- Değerlerim

**Power
of
Happiness**

**Profesyonel
Koçluk
Eğitim
ve
Danışmanlık
Hizmetleri**

- **2. Hafta - Kadının Biyolojik ve Psikolojik Evreleri ve Roller**
- Yaşamın evreleri
- Hangi biyolojik evredeyim?
- Hangi psikolojik evredeyim?
- Hangi rolleri oynuyorum?
- **3. Hafta - Özgün Ben Kim? Özgün Ben'in İhtiyaçları Neler?**
- Özgün beni nasıl bulacağım?
- İhtiyaçlarımızın farkına varma
- Gözlem - Yargı değil
- Duygular - Düşünceler değil
- İhtiyaçlar - İstekler değil
- Teklif - Talep değil
- **4. Hafta - Seçeneklerim ve Seçimlerim**
- İhtiyaçlarımı karşılarken elimdeki seçenekler ve yapabileceğim seçimler
- Kolay/Zor, Güzel/Çirkin, İyi/Kötü
- Ya olsa!
- **5. Hafta - Kaynaklarım ve Engelleyicilerim**
- Yaşamımı dolu dolu yaşamama engel olarak gördüklerim
- Fiziksel engeller
- Duygusal engeller
- Yaşamıma zenginlik getiren kaynaklarım
- Elimdekiler, bu güne getirdiklerim neler?
- Yaratabileceklerim neler?
- Destek sistemlerim neler?
- **6. Hafta - Yaşamla Dans**
- Yaşama sunduğum teklif
- Kendi ihtiyaçlarımı, çevremın ihtiyaçları ile birlikte karşılamak için yaşama sunduğum teklifim ne?

Kimler Katılmalı

- Tüm kadın çalışanlar

Yapı

- İşte Kadın bir grup koçluğu çalışmasıdır

**Power
of
Happiness**

**Profesyonel
Koçluk
Eğitim
ve
Danışmanlık
Hizmetleri**

Süre

- 6 Hafta boyunca haftada bir kez 2.5 saat olarak tekrarlanan program her hafta yukarıda belirtilen ve birbirini takip eden 6 alanda kadınlarla çalışmaktadır.
- Kolaylık açısından Kurumunuzda uygun bir alanda yapılması önerilen program öğlen veya akşam saatlerinde düzenlenebilir. 'Launch Up' adı altında öğlen yemeği sırasında veya 'Happy Hour' söylemi ile akşamüstü 3:00-5:30 veya 5:00-7:30 veya 7:00-9:30 arasında yapılabilir.

Konular birbirini takip ettiği için katılımcıların 6 hafta boyunca katılmaları beklenir.