



İşte Yılmazlık

Zor Zamanlarda İyi Olabilme Sanatı

**Power
of
Happiness**

**Profesyonel
Koçluk
Eğitim
ve
Danışmanlık
Hizmetleri**

İşte 'Resilience' iş ortamının yarattığı talepler, stres ve zorluklar karşısında kuvvetli durabilme, zorlukları başarı ile karşılayabilme, bu deneyimleri bir öğrenme fırsatı olarak kucaklayabilme, zor ve değişik durumlarda ayakta kalmamızı sağlayacak geniş bir beceri setine sahip olma, karşı karşıya olunan durum ile ilgili en doğru düşünce tarzını kullanabilme, başarısızlıklardan öğrenerek ve zarar görmeden ayağa kalkabilme, kişisel farkındalığa ve odaklı davranma becerisine sahip olma, geri bildirim alma ve verebilme, sağlam değerlere ve vizyona sahip olarak iş ortamında diğer çalışanlara ışık tutabilme, esnek ama aynı zamanda derin köklere sahip olma olarak özetlenebilir.

İş ortamında bu becerilerin kazanılması işten ayrılma ve hastalık ve stres nedeniyle işe gelmeme oranlarında gözle görünür iyileşme sağlar.

İçerik

Pozitif psikolojiden esinlenerek hazırlanan bu sohbet şu alanlara odaklanacaktır:

- İşte Esneklik ne demektir – Konu hakkında farkındalık yaratma
- Günümüzün hızla değişen iş dünyası ve zor günler
- Esneklik, performans ve zor zamanlarda iyi olabilme
- Vizyon oluşturma ve hayal etme becerisi
- Kararlılık
- Çatışma yönetimi ve yaratıcı problem çözme becerileri
- Bireysel esneklik ve kendine güven ve inanç
- İş ortamında olumlu, güvenilmez ve destekleyici ilişkiler kurma, paylaşım
- İş ortamında iletişimin dili
- Empati
- Şeffaflık, açıklık, dürüstlük ve eşitlik
- Duygusal zeka ve sosyal zeka
- Günlük yapılabilecek egzersizler

**Power
of
Happiness**

**Profesyonel
Koçluk
Eğitim
ve
Danışmanlık
Hizmetleri**

Kimler Katılmalı

Tüm çalışanlar

Yapı

'İşte Esneklik ve Zor Zamanlarda İyi Olabilme' yaratıcı, etkileşimli, düşündürücü ve dönüştürücü bir atölye çalışmasıdır. Katılımcılar ile birlikte yapılan etkileşimli çalışmalar ve keyifli oyunlar ile konuşmanın kalıcı izler bırakması hedeflenmektedir.

Süre

İşte Yılmazlık: 2 saat

