



Ana Sayfa &gt; Yerel Haberler &gt; İstanbul &gt; Erkekler Dikkat Açıklaması Aikido İle Geliyorlar

## Erkekler Dikkat Açıklaması Aikido İle Geliyorlar

Erkek egemen bir dünya olarak tanımlanan iş dünyasında dengeler değişiyor. Kadınların daha aktif olarak yer almaya başladığı iş hayatında başarılı olmak isteyen kadınlar Aikido öğreniyor.

Tavsiye Et 0 Paylaş 0 Tweetle 0

Yaşam / 27 Haziran 2015 Cumartesi 12:02



Aikimode Aiki Akademi Baş Eğitmeni 5. Dan Sensei Oğuzhan Ulvi Başkurt, kadınların Aikido'ya artan ilgisinin sebeplerini açıkladı.

Oğuzhan Ulvi Başkurt, "İş yaşamı biraz acımasız dersek herhalde çok abartmış sayılmayız. Genelde erkeklerin çoğunlukta olduğu bir ortamda kadın olarak iş yaşamında başarılı olabilmek için bazı yetilere ihtiyaç var. Sabır, disiplin, odaklanma, zamanlama, denge, esneklik, dayanıklılık. Bu özellikler kadınları iş yaşamında mükemmel bir savaşçıya dönüştürerek muhteşem zaferler kazanmasında önemli rol oynuyor. İş yaşamında başarı kazandıracak bu yetiler için, kadınların Aikido öğrenmeye başlaması ve sabırla eğitimleri devam etmeyi yeterli olacaktır" dedi.

### İŞTE KADINLARIN AIKİDOYU SEÇMEK İÇİN 5 ÖNEMLİ SEBEBİ

Kadınların Aikido seçmesindeki 5 önemli sebep şu şekildedir:

"Savaş sanatları ile iş yaşamında birçok benzer ortak özellik vardır. Bunların en önemlisi sabırdır. Tüm savaş sanatı yapanlar bilir ki ne kadar yetenekli olursak olalım ilerleme kaydedebilmek için sabretmemiz gerekir. İş yaşamında bir kadın için sabırlı olabilmek iradesinin sağlamlığının göstergesidir. Sabırlı davranarak doğru zamanda yapılan hamleler kadınları bir üst seviyeye taşıyacaktır. İş yaşamında önemli olan bir diğer unsur da disiplindir. Disiplin kurallara bağlı olarak görevini aldığı ve yaptığı işin izam intizam içinde istenildiği gibi yapma işidir. Aikido da bir Japon Savaş disiplindir. Aikido'da siyah kuşak derecesine ulaşmış kadınların yani başarılı olan kadınların iş yaşamında da başarılı olmasının sebeplerinden biri de disiplin kavramını anlamaktan çok özümsemiş olmalarıdır. Aikido'da metsuke dediğimiz özel bir kavram vardır. Odaklanma anlamına gelen bu sözcük aslında sadece vücutla değil bütün ruhunla da yapacağın işe konsantre olmaktır. Aikidoda atak yaparken veya kendimizi savunurken sürekli karşı tarafa odaklanmaya çalışırız. Doğru hamleler yapabilmek için bu şarttır. İş yaşamındaki kadınlarda yapacağı işlerde odaklanma tekniğini kullanarak başarıya ulaşabilirler. Belirli bir zaman diliminde tüm ruhuyla yapacağı işe odaklanmak kadının başarılı olmasına olanak sağlayacaktır. Denge Aikidonun olmazsa olmazıdır. Hareketi tamamladığınızda sizin dengenizin maksimum, rakibinizin dengesinin ise minimum olması istenir. Kadınlarda kurmaları gereken bir diğer denge ise iş ve aile yaşamı dengesidir. Zamanını iyi yöneten kadınlar aslında birer denge uzmanıdır. Aikido ile dengeyi öğrenen kadın iş yaşamında başarılı, özel hayatında ise mutlu olur. Esneklik ve dayanıklılık iş yaşamındaki zorlukları aşmada kullanabileceğimiz araçlardır. Bazen esnek yani anlayışlı olabilmeli, karşıımızdakini tolere edebilmeliyiz. Bazen de üzerimize yüklenen fazla işleri yıkılmadan tamamlamayı yani dayanıklı olmayı başarmalıyız. Aikido ile öğrenilen esneklik ve dayanıklılık iş yaşamında kadına hep avantaj sağlar."

Acımasız

### İlgili Haberler

- Serdar Ortaç sitem etti
- Okan Bayülgen Şahan Gökbakar'ı kışkırdı
- Onur Atilla ve Meltem Yılmazkaya yine Güldür Güldür'dü
- Nazlı Çelik acımasız anneye tepki gösterdi
- Baldızıyla yasak aşk iddiası
- Serhat Ölecek mi? Kaçak 52. Bölüm (Final)
- Kaçak dizisinin finali Fenerbahçe - Kayserispor'un maçı sebebiyle ertendi

### Çok Tıklananlar

- Saatler 1 saniye geri alınıyor
- Sınır Kapısında Fıkra Gibi Olay
- Erdoğan'dan Bahçeli'ye jet yanıt!
- Survivor'da finalin ikinci ismi belli oldu

### En Son Videolar

- Survivor'da finale kalan isim belli oldu V...
- Ekrem Mumnu: Ben mi oynayacağım oğlum? Video
- Nedim Şener: Fethullah Gülen adam olsaydı ...
- Nedim Şener: CHP'li Murat Özçelik saygısız...
- Yasin Aktay: Bu manşeti atmak DAES'le işbi...
- Hüseyin Çelik: Abdullah Gül 'Ben yokum' demez
- Cumhurbaşkanı Erdoğan: Asla mücadelemeyec...

Yorum ekle...

**Yorum Yap**

Facebook sosyal eklentisi



HABERDAR OLMAK İÇİN MAİL BÜLTENİMİZE KAYIT OLUN

mail adresinizi girin

Kaydol



**KÜNYE İLETİŞİM REKLAM YAYIN POLİTİKASI KULLANIM ŞARTLARI YAZARLAR HABER ARŞİVİ VIDEO ARŞİVİ ETİKETLER MOBİL**

### KATEGORİLER

GÜNCEL  
SİYASET  
EKONOMİ  
SPOR  
MAGAZİN  
TEKNOLOJİ  
TELEVİZYON/MEDYA  
DÜNYA  
SAĞLIK  
EĞİTİM

### KATEGORİLER

KÜLTÜR / SANAT  
YAŞAM  
3.SAYFA  
YEREL HABERLER  
VIDEO GALERİ  
FOTO GALERİ  
GÜNLÜK GAZETELER  
BEYAZ TV PROGRAMLARI  
DİZİ / FRAGMAN  
OTOMOBİL

### GÜNDEM / KONULAR

Çözüm Süreci  
Genel Seçimler  
Melih Gökçek TV Programları  
2015 Seçim Sonuçları

### GÜNDEM KİŞİLER

Recep Tayyip Erdoğan  
Ahmet Davutoğlu  
Devlet Bahçeli  
Selahattin Demirtaş  
Burhan Kuzu  
Kemal Kılıç daroğlu  
Muharrem İnce  
Şamil Tayyar

### GÜNDEM / DİĞER

Aşk Yeniden  
Diriliş  
Güllerin Savaşı  
Karagül  
Karadayı  
Kiraz Mevsimi  
Kara Para Aşk  
Medcezir  
Dizi Haberleri

Adana	Adıyaman	Afyon	Ağrı	Aksaray	Amasya	Ankara	Antalya	Ardahan	Artvin	Aydın
Balıkesir	Bartın	Batman	Bayburt	Bilecik	Bingöl	Bitlis	Bolu	Burdur	Bursa	Çanakkale
Çankırı	Çorum	Denizli	Diyarbakır	Düzce	Edirne	Elazığ	Erzurum	Erzincan	Eskişehir	Gaziantep
Giresun	Gümüşhane	Hakkari	Hatay	İğdir	İsparta	İstanbul	İzmir	Kahramanmaraş	Karabük	Karaman
Kars	Kastamonu	Kayseri	Kilis	Kırıkkale	Kırklareli	Kırşehir	Kocaeli	Konya	Kütahya	Malatya
Manisa	Mardin	Mersin	Muğla	Muş	Neveşehir	Niğde	Ordu	Osmaniye	Rize	Sakarya
Samsun	Şanlıurfa	Sırt	Sinop	Şirnak	Sivas	Tekirdağ	Tokat	Trabzon	Tunceli	Uşak
Van	Yalova	Yozgat	Zonguldak							