

SON DAKİKA Sokak ortasında şehit mezar



Ölümü bekliyor Firna gibi estik! "Engelsiz" bisikletçiye kategori engeli Sokak ortasında şehit mezar

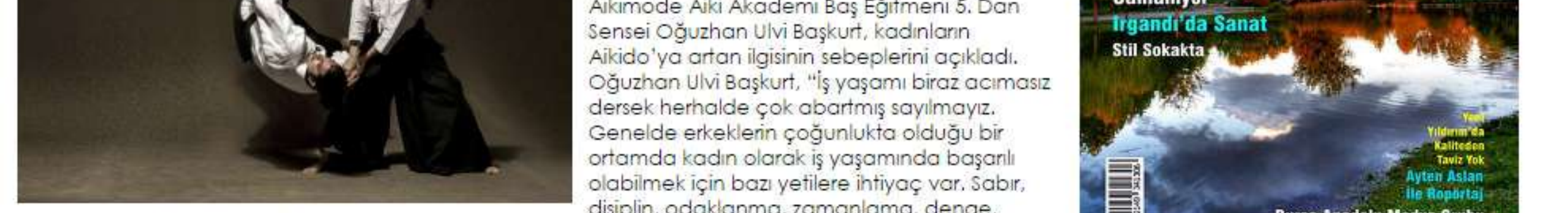
Süper Lig'de istifa Eğlence parkında faci: 500 yaralı

Haberler » BURSA BÖLGE » **Erkekler dikkat: Aikido ile geliyorlar**

Erkekler dikkat: Aikido ile geliyorlar

Erkekler dikkat: Aikido ile geliyorlar

Tarih: 27.6.2015 11:55:23 / 10 okunma / 0 yorum



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. 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 savaşıya 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 AIKIDOUYU 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 vücudunla değil bütün ruhunla da yapacağın işe konsantrasyonla yaklaşmanı gerektirir. Aikidoda atak yaparken veya kendimizi savunurken sürekli karşı tarafa odaklanmaya çalışırız. Doğru hamleler yapabilmek için bu şarttır. İş yaşamındaki zorlukları aşmada kullanabileceğimiz 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 kumaları 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, karşımadakini 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." (İHA)

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 vücudunla değil bütün ruhunla da yapacağın işe konsantrasyonla yaklaşmanı gerektirir. Aikidoda atak yaparken veya kendimizi savunurken sürekli karşı tarafa odaklanmaya çalışırız. Doğru hamleler yapabilmek için bu şarttır. İş yaşamındaki zorlukları aşmada kullanabileceğimiz 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 kumaları 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, karşımadakini 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." (İHA)

Hareketi tamamladığınızda sizin dengenizin maksimum, rakibinizin dengesinin ise minimum olması istenir. Kadınlarda kumaları 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, karşımadakini 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." (İHA)

(İHA)

Paylaş Tweetle Paylaş Paylaş

Kaynak: İHA

Anahtar Kelimeler: Erkekler dikkat Aikido geliyorlar



"Engelsiz" bisikletçiye kategori engeli

"Engelsiz" bisikletçiye kategori engeli

Yorumlar

Okuyucu Yorumları (0 yorum)

Adınız Soyadınız * Yorumunuz *

E-Posta * Telefon

Güvenlik * Yenile

Gönder

Ölümü bekliyor "Engelsiz" bisikletçiye kategori engeli Sokak ortasında şehit mezar

Ölümü bekliyor "Engelsiz" bisikletçiye kategori engeli Sokak ortasında şehit mezar

(Özel Haber) Sokak Ortasındaki Şehit Mezarı Görenleri Şaşırtıyor

(Özel Haber) Sokak Ortasındaki Şehit Mezarı Görenleri Şaşırtıyor

(Özel Haber) Sokak Ortasındaki Şehit Mezarı Görenleri Şaşırtıyor

(Özel Haber) Parkta Ölümü Bekliyor

(Özel Haber) Parkta Ölümü Bekliyor

(Özel Haber) Parkta Ölümü Bekliyor

Hava durumu

Hava nasıl olacak ?

Sınır kapısında fıkraya gibi olay

Madenci aileleri iftarda bir araya geldi

Madenci aileleri iftarda bir araya geldi

Kadınlar kadınları protesto etti

Başbuğ: "Suriye sorunu Suriye devleti ile çözülür"

Başbuğ: "Suriye sorunu Suriye devleti ile çözülür"

Ankara sular altında

Ankara sular altında

Kadınlar kadınları protesto etti

Kadınlar kadınları protesto etti

Güller

Türk Deniz Kuvvetleri

Türk Silahlı Kuvvetleri

BursaAnadoluMedya

Twitter'da Takip Et!

Facebook'da Takip Et!

iyad Bu site İYAD üyesidir

İHA

sanalbasari haberiyakala

MORA

Instagram

Anasayfa Site Haritası Sitenize Ekleyin RSS Kaynağı

kurumsal

Yazarlar

Ahilla ADSAY Bilqelik İYİ BİR KUL OLMAK

Uzm. Psikoloğ M. Bilinc almı bilmeye çalışmak...

Ali ÖZKANLI Eğitimci - "DİLİM SENİ DİLİM DİLİM EDERLER"

Abdulkadir Nur ELMİ BIRAKMA

Uzman Dr.Fulya Şahin RAMAZANDA ASTIM VE KRONİK BRONŞİT HASTALARI NE YAPILMALI

EKONOMİ TEKNOLOJİ Hayvanlar Alemi

Çeyrek altın ne kadar ?

Hava Durumu

Bursa 28 Haziran 2015 Pazar

Bugün Pazartesi Salı

Sağanak Güneşli Güneşli

24 °C 28 °C 28 °C

14 °C 14 °C 15 °C

SAĞLIK KALP KADIN AİLE VE BAKIM

Havuz sularına dikkat!

İlanlar

Haber Arşivi

Başlangıç Tarihi Bitiş Tarihi

Arşiv Taraması Yap

DOLAR 2,6587 EURO 2,9777 ALTIN 97,52 BIST 91615

Çok Okunanlar Çok Yorumlananlar

Bursa'da Egzoz Abartınlara Ceza Yağdı

Bölge Müdürünün Sır İntihan

Polis Memuru Dehşet Saçtı

Bursa Nilüfer ilçesi Yıldırım caddesinde 2 katlı inşaat çöktü.

Merkez'in rezervleri azaldı

Sağlık Bakanı'ndan 'sıtma' açıklaması

İlk seans ekside kapandı

Tek piramit mezarını da definiciler yıkıyor

DEAŞ saldırısında yaralananlara Türkiyeye sahip çıktı

E-licarefte dev büyüme !

Günün Sözü

Cahillerle girdiğim her tartışmayı kaybetmişimdir.

İMAM-I AZAM (R.A)

FOTO GALERİ VIDEO GALERİ

Ağrı Dağı