



Oğuzhan Başkurt: "İş Yaşamının Stresinden Aikido İle Kurtulun"

» Ana Sayfa » Güncel 27.01.2016 12:58



İş yaşamının stresi ile mücadele eden şirketlere motivasyon ve farkındalık için aikidoyu tavsiye eden eğitmen Oğuzhan Başkurt, "Aikido şirket için farklı ve faydalı yeni yollar bulmanın anahtarı gibidir..."

- Google Reklamları
- [► Kurt Kurt](#)
- [► Aikido Aikido](#)
- [► Kurt Adam](#)

İş yaşamının stresi ile mücadele eden şirketlere motivasyon ve farkındalık için aikidoyu tavsiye eden eğitmen Oğuzhan Başkurt, "Aikido şirket için farklı ve faydalı yeni yollar bulmanın anahtarı gibidir" dedi.

Aikido eğitmeni Oğuzhan Başkurt, iş yaşamının stresi ile mücadele eden şirketlere motivasyon ve farkındalık için aikidoyu öneriyor.

"Rekabetin sizi yönetmesine izin vermeyin" diyen Başkurt, "Aikido yaşam gücü ile bütünleşme yoludur. 'Ai' uyum-harmoni, 'Ki' enerji, 'Do' yoldur. Aikido ruh, zihin ve beden uyumunu öğretir. Bu iş yaşamına şirketin misyonu, stratejileri ve şirket kaynaklarının uyumlu işletilmesi olarak yansır. Misyonunu ve temel değerlerini belirleyerek kararlar alan yöneticiler, aynı şeyleri yaparak farklı sonuçları hayal etmek yerine,

farklı şeyler yaparak farklı sonuçlar elde etme yolunu tercih ederler. Aikido şirket için farklı ve faydalı yeni yollar bulmanın anahtarı gibidir. Savaş kazanmak ve rekabet dolu iş dünyasında ayakta kalmak benzer sezgiler ister. Saldırıcı ya da değişimi sezmek, ona uygun bir strateji ya da savunma geliştirmek, saldırıcı bertaraf ederken yönetimi ele almak. Piyasayı iyi analiz ederek olası rakip ve tehlikelere karşı hazırlıklı olmak" şeklinde konuştu.

Başkurt, "Samurayların hayata bakışlarını, fiziksel zorluklara rağmen hedeflerine devam edebilme disiplini, çoklu saldırıları yönlendirmeyi ve tüm bu zorluklar karşısında dahi aldıkları her nefeste hayata olan bağlılıklarını yitirmediklerini düşünün. Aikido şirket için özgüven, yaratıcılık, kendin olmak, yeni açılımlar, yeni hedefler, kararlılık, azim, motivasyon, güç, başarı, yepyeni bir bakış açısı ve fazlası anlamına gelir. Aikidoya dayalı stratejilerde daha az 'güce güç rekabet' vardır ve yakınlaşma fazladır. Rakibin güçlü yönlerini bulmak (uzun vadeli yaklaşım), rakibin zayıf yönleri (kısa vadeli yaklaşım), savaş mesafesi (saldırıcı önceden sezinelebilme), yer değiştirme prensipleri (doğru zamanda doğru işi yapmak), denge (güçlü olmaktan daha önemli) iş hayatında birbir aikido ile eşleşen durumlardır. Aikidoda saldırıya uğrayan kişinin saldırıcıyı önceden sezmesi ve kontrolü ele alarak karşısındaki etkisiz hale getirmesi çok önemlidir. Şirket yöneticileri de piyasayı iyi analiz ederek olası rakip veya tehlikelere karşı hazırlıklı olabilirler" diyerek, yöneticiler kadar çalışanların da bu eğitimin faydalandıklarını, iş yeri verimliliği açısından büyük önem taşıyan problem çözme yeteneğinin aikido ile geliştiğini sözlerine ekledi.

Kaynak:

SILAI RESTAURANT

23 saat açık

Sendlinger-Tor-Platz 8 • 80336 München
Tel: +089 / 54 34 97 50
Fax: +089 / 33 09 29 99
www.silarestaurant.com
facebook.com/silarestaurant

Özel günler ve şirket toplantılarınız için catering servisi *Hinze'nde*

GÖNDER YAZDIR YUKARI

Beğen Tweetle G+1

f t g+1

Yorumunuz

Adınız

GÖNDER

UYARI: Küfür, hakaret, rencide edici cümleler veya imalar, inançlara saldırı içeren, imla kuralları ile yazılmamış, Türkçe karakter kullanılmayan ve büyük harflerle yazılmış yorumlar onaylanmamaktadır.

Bu habere henüz yorum eklenmemiştir.

Demirci & Kollegen Rechtsanwälte

Rechtsanwältin Demirci & Kollegen Schwanthaler Str. 41 80336 München

SON EKLENEN GALERİLER

Central Park'ın gölleri dondu

Buzdan dev Türk bayrağı

Kartalın Kurt Ayrılanılmaz...

Diğer Haberler

SON DAKİKA!

SON DAKİKA!

SON DAKİKA!

Erkek Şiddetine Kadın Kroşesi
İzmir'de yaşayan 34 yaşındaki bir çocuk annesi Nur Özkılıç, son yıllarda artan erkek şiddetine karşı kendini savunmak

Yurtta Hava Durumu
Yapılan son değerlendirmelere göre, ülke genelinin parçalı ve çok bulutlu; Marmara'nın doğusu, Doğu Akdeniz, İç

Aile Ve Sosyal Politikalar Bakanlığı'ndan 3 Çocukla İlgili Açıklama
Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı,

SON DAKİKA!

SON DAKİKA!



(Düzeltilme) Şehit Ateşi Gaziantep'e Düştü
Şirnak'ın Cizre ilçesinde güvenlik ekiplerine yönelik roketatarlı saldırıda

Başkan Şahin Ve AK Partili Vekiller Terörü Lanetledi
Gaziantep Büyükşehir Belediye Başkanı Fatma Şahin ve AK Parti Gaziantep

Şehit Babası: "Dua Bekliyorum"
Bir grup Eskişehirli vatandaş, konvoy yaparak Eskişehir'in Cizre ilçesinde teröristler girilen çatışmada şehit olan

- Şehit Ateşi Gaziantep'e Düştü 31 Ocak 2016 Pazar 22:03
- Silivri Sahilinde Sürpriz Evlilik Teklifi 31 Ocak 2016 Pazar 21:58
- Paylaştığı Şehit Listesine Kendi İsmi De Eklendi 31 Ocak 2016 Pazar 21:23
- Dış Görevlendirme İle Gittiği Cizre'de Şehit Düştü 31 Ocak 2016 Pazar 21:13
- Deve Güreşlerinde İzleyiciler De Güreşti 31 Ocak 2016 Pazar 21:08
- Sındırgı'ya Şehit Ateşi Düştü 31 Ocak 2016 Pazar 20:03
- Hanefi Bostan: "Memurun Gelirindeki Erime Yüzde 3.9" 31 Ocak 2016 Pazar 19:38
- Davutoğlu: 'Rusya'nın ihlalleri örtmesi mümkün değil' 31 Ocak 2016 Pazar 18:59
- 2 Rus Savaş Gemisi Çanakkale Boğazı'ndan Geçti 31 Ocak 2016 Pazar 18:28
- Cizre'de Bir Asker Ve Bir Polis Şehit Oldu 31 Ocak 2016 Pazar 18:03

ÖNE ÇIKANLAR

16 kişi AÇLIKTAN ÖLDÜ!

Davutoğlu, Riyad'a geçti

2/20

FOTO GALERİ



ÇOK OKUNANLAR

- Aydınlı Sanatçı Busegül Yarı Finalde
- Aile Ve Sosyal Politikalar Bakanlığı'ndan 3 Çocukla İlgili
- Cizre'de 5 Terörist Silahı İle Ölü Ele Geçirildi
- Beylikdüzü'nde Sıkışmalı Trafik Kazası: 1 Yaralı

DÜN | BU HAFTA | BU AY

YAZARLAR

- Özgenur R. Güler **DENİZCİLERİN KARARGAHI KASIMPAŞA**
- Mehtî Saraç **AKP'SİZ 2015'İN HAVASI BİLE DEĞİŞTİ**
- M. Kemal Sallı **İŞİD ve İsrail**
- Mehmet Sönmezöğlü **Zekat Dini Bir Görevdir**
- Mustafa Göktaş **Günümüzde istismar edilen İftar yemekleri**

VIDEO GALERİ

