

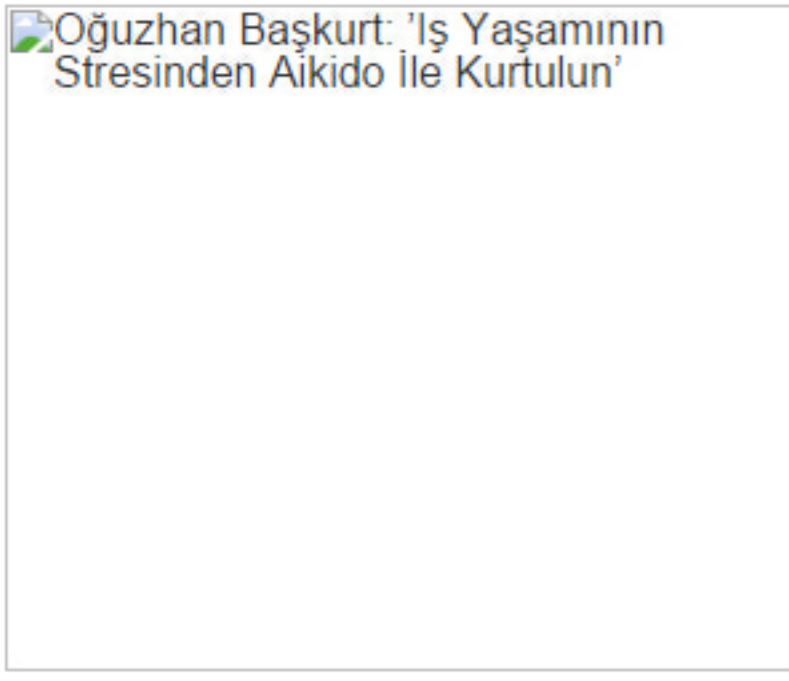
**GÜNDEM**

**4** SON DAKIKA  
Vellere, 'Cumhurbaşkanı Referansı' İle Kurs Çağrısı

Ana Sayfa / Gündem / Oğuzhan Başkurt: 'İş Yaşamının Stresinden Aikido İle Kurtulun'

# Oğuzhan Başkurt: 'İş Yaşamının Stresinden Aikido İle Kurtulun'

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.



## Medikal Cilt Bakımı »

Esteworld Medikal Cilt Bakımı İle Cildinize Canlılık Kazandırın



- Paylaş
- Beğen
- Paylaş
- Dinle
- Ekle
- OKUMA MODU

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 bedenün 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 sezgileri ister. Saldırıcı ya da değişimi sezmek, ona uygun bir strateji ya da savunma geliştirmek, saldırıyı 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 disiplinini, 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 masafesi (saldırıcı önceden sezinleyebilir), yer değiştirme prensipleri (doğru zamanda doğru işi yapmak), denge (güçlü olmaktan daha önemli) iş hayatında birebir aikido ile eşleşen durumlardır. Aikidoda saldırıya uğrayan kişinin saldırıyı önceden sezmesi ve kontrolü ele alarak karşısındakini 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 eğitimden faydalandıklarını, iş yeri verimliliği açısından büyük önem taşıyan problem çözme yeteneğinin aikido ile geliştiğini sözlerine ekledi.

27 Ocak 2016 Çarşamba 12:54 - [2232683] - İHA

**ETİKETLER:**

Parkta Oynarken Keşfedilen Engelli Gencin Hedefi Şampiyonluk Bir Önceki Haber

Hırsızların Çarptığı Eski Başhekim Yardımcısı, Hastanede Yaşam Mücadelesi Veriyor Bir Sonraki Haber

- 09:48** **Bursalı Berkin Türkiye'nin Gururu Oldu**  
Bursalı Kayakçı Berkin Usta Avrupa'da Düzenlenen Yarışlarda Türkiye'nin Gururu Oldu. Çek Cumhuriyeti'nde Bu Yıl 54.
- 09:47** **Fabrikaya Gelen İşçiler, Boş Bina Karşısında Şaşkına Döndü**  
Kastamonu'da Bayan Giyim Üzerine Fason Dikimi Yapan Tekstil Firmasında Çalışan 120 Tekstil İşçisi, Taşeron Firma Patronunun İflas Etmesi Üzerine İşsiz Kaldı. Tekstil Firması,
- 09:47** **Genelkurmay Başkanlığı: Rusya Denetim Timi, Türkiye'de Vb-2011 Denetimi İcra Edecek**  
Genelkurmay Başkanlığı, Rusya Federasyonu Denetim Timi Tarafından 02-05 Şubat 2016 Tarihleri Arasında Türkiye'de Vb-2011 Denetimi İcra Edileceğini Açıkladı. Genelkurmay
- 09:45** **Vanlı Amaçtan Türkiye Dördüncüsü Oldu**  
Türkiye Atletizm Federasyonu Tarafından Düzenlenen 16 Yaş Altı Ve Yıldızlar Türkiye Salon Şampiyonası'nda Vanlı Atlet Ömer Amaçtan Türkiye Dördüncüsü Oldu. Türkiye Atletizm
- 09:44** **Manisa Büyükşehir Belediyespor Derince'ye Geçit Vermedi**  
Manisa Büyükşehir Belediyespor Sezonun İlk Yarısında Deplasmanda 2-0 Mağlup Olduğu Derince'ye Evinde Geçit Vermedi. Spor Toto 3.
- 09:43** **Otomobille Belediye Otobüsü Çarpıştı: Üç Yaralı**  
Konya'da, Belediye Otobüsü İle Otomobilin Çarpışması Sonucu 3 Kişi Yaralandı. Kaza, Saat 23.
- 09:43** **Batalla'nın Lisansı Çıktı**  
Bursaspor'un Yeni Transferi Pablo Martin Batalla'nın Lisansı Çıktı. Yeşil-beyazlı Kulüpten Yapılan Açıklamada, "Arjantinli Futbolcumuz Pablo Martin Batalla'nın Transferi İçin Çin Futbol
- 09:42** **Sağiroğlu Mahallelerin İstek Ve Sıkıntılarını Dinledi**  
Trabzon'un Yomra Belediye Başkanı İbrahim Sağiroğlu Karla Mücadele Sonrasında İlçesindeki Mahalleleri Dolaşarak Vatandaşların İstek Ve Sıkıntılarını Yerinde Dinledi. Başkan
- 09:42** **Rusya, Gözlem Timi Uçuşu Gerçekleştirecek**  
Genelkurmay Başkanlığı, Rusya Federasyonu'nun 01-05 Şubat 2016 Tarihleri Arasında Türkiye'de Bir Gözlem Uçuşu İcra Edeceğini Açıkladı. Genelkurmay Başkanlığı'ndan Yapılan
- 09:41** **(Özel) Telefonla Dolandırılanların Yüzde 80'i 40 Yaşın Üzerinde**  
İzmir'de Bir Yılda 486 Kişi, Telefon Dolandırıcıların Ağına Düşüp 12 Milyon 500 Lirasını Kaybıırken, İzmir Polisi 101 Dolandırıcıyı Yakalayıp 1 Milyon Lirayı Dolandırıcılardan Geri

**NET MERKEZ BANKASI**

**Günde 300 TL Kazanın**  
Artık ayda çevrimiçi 6.000 TL - 7.000 TL kazanıyorsunuz ve bunu evden yapıyoruz!  
**Hemen Başlayın**

**Microsoft**

**Ayda sadece 12.20 TL**  
Siz de kurumsal e-posta sistemine güvenli bir e-posta sistemine sahip olmak ister misiniz?  
**Exchange Online**

**CANLI YAYININ ABİSİ!**

**Canlı bahis Nesine.com'da!**  
3 yılda canlı yayının abisi olduk, en fazla ligden ücretsiz canlı yayın Nesine.com'da.  
**İzlemeye başla!**

**10 Dakikada 780TL Ek Gelir!**  
Hülya S. ayda 5000TL ek gelir kazanıyor. Hem de hiçbir deneyimi olmadan. Nasıl mı?  
**Detaylı Bilgi!**

Buraya reklam verin.

**FACEBOOK YORUMLARI**

0 Yorum Sırala: En Eski

Yorum ekle...

Facebook Comments Plugin

**YORUMLAR** Sırala: Yeniden eskiye Eskiden yeniye En çok beğenilen

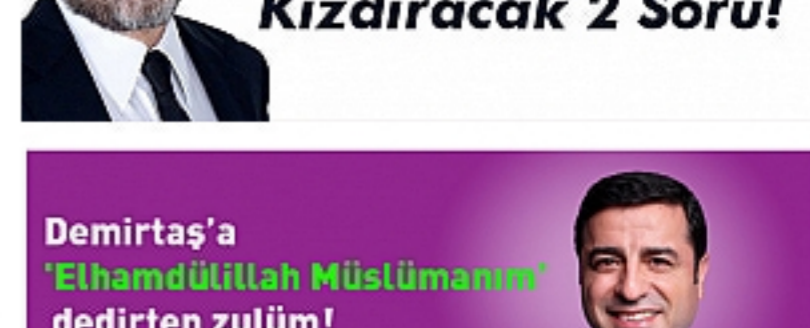
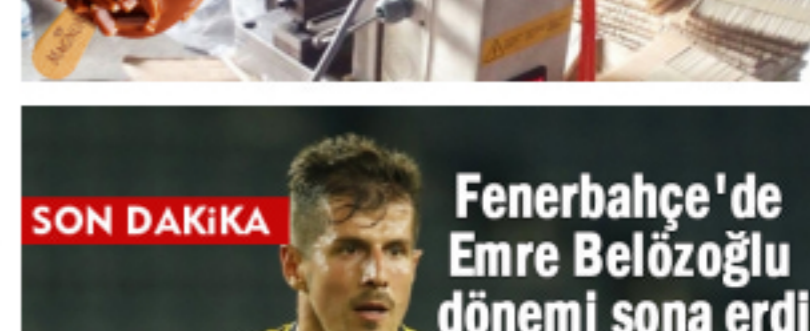
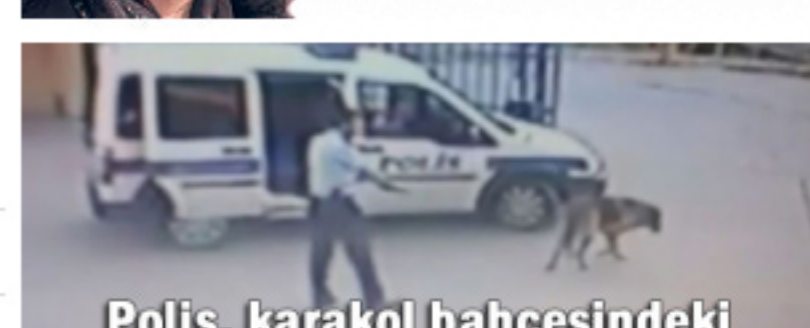
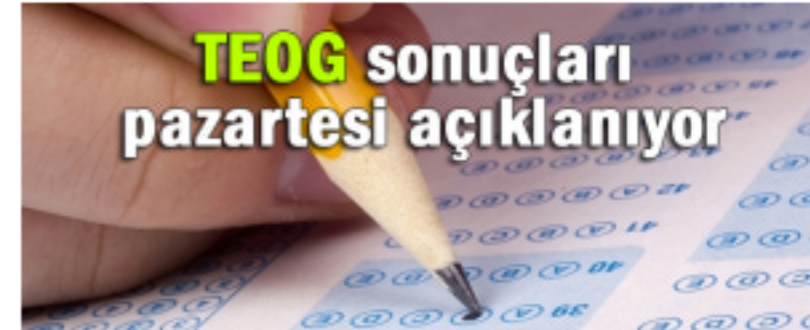
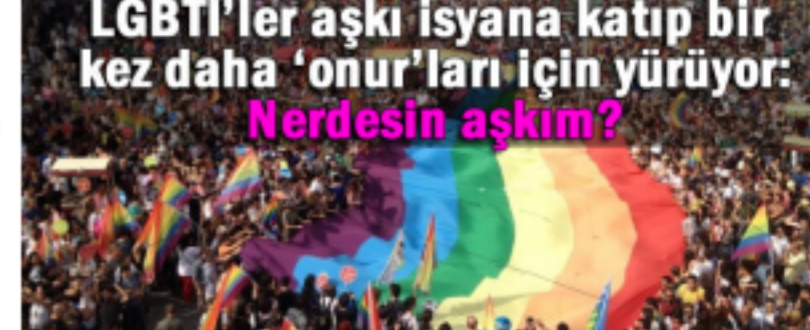
Mesajınız

Adınız **Gönder** Bu Habere Toplamda 0 Yorum Yapıldı

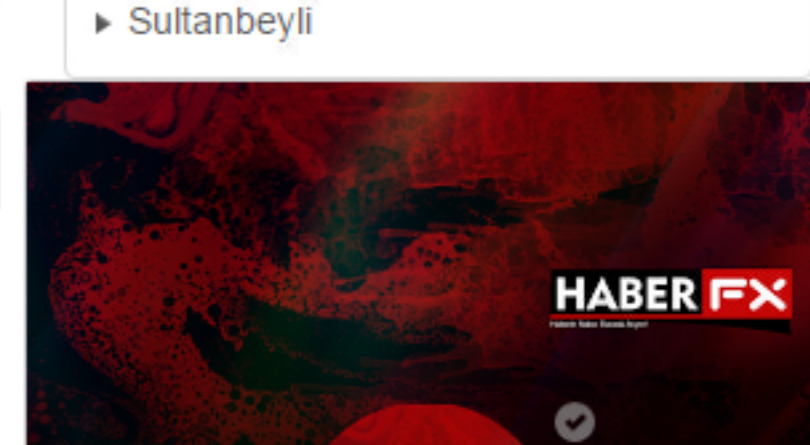
**GÜNÜN ÖNEMLİ MANŞETLERİ**



**BELGESİZ, İMZASIZ AKBANK DİREKT KREDİ!**  
Akbank Direkt Kredi ile subeye gitmeden kredi kullanın.  
**Hemen Başvurun**



- İstanbul**
- Bakırköy
  - Beşiktaş
  - Arnavutköy
  - Fatih
  - Sarıyer
  - Zeytinburnu
  - Güngören
  - Bağcılar
  - Başakşehir
  - Esenyurt
  - Adalar
  - Kadıköy
  - Pendik
  - Üsküdar
  - Çekmeköy
  - Büyükkçekmece
  - Silivri
  - Sultanbeyli
  - Bayrampaşa
  - Beyoğlu
  - Eyüp
  - Gaziosmanpaşa
  - Küçükçekmece
  - Şişli
  - Avcılar
  - Bahçelievler
  - Esenler
  - Beylikdüzü
  - Sultangazi
  - Beykoz
  - Kartal
  - Ümraniye
  - Tuzla
  - Ataşehir
  - Sancaktepe
  - Çatalca
  - Şile



HABERFX - Haberde En Önde!

google.com/+HaberfxNetCom

**G+** **Takip et** +1

+ 721

**Takip et: @haberfxcom**



Arkadaşların arasında bunu ilk beğenen sen ol