

Oğuzhan Başkurt: "İş Yaşamının Stresinden Aikido İle Kurtulun"

Ana Sayfa » Gündem 27.01.2016 13:24 - A | A +



İş yaşamının stresi ile mücadele eden şirketlere motivasyon ve farkındalık için aikidoyu tavsiye eden eğitmen Oğuzhan Başkurt, "Aikido şirket için..."

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. Saldırıcıya ya da değişimi sezmek, ona uygun bir strateji ya da savunma geliştirmek, saldırıcıya bertaraf ederken yönetimi el 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 yaklaşma fazladır. Rakibin güçlü yönlerini bulmak (uzun vadeli yaklaşım), rakibin zayıf yönleri (kısa vadeli yaklaşım), savaş mesafesi (saldırıcıya önceden sezinleyebilme), yer değiştirme prensipleri (doğru zamanda doğru işi yapmak), denge (güçlü olmaktan daha önemli) iş hayatında birbir aikido ile eşleşen durumlardır. Aikidoda saldırıya uğrayan kişinin saldırıyı önceden sezmesi ve kontrolü ele alarak karşındakini 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.

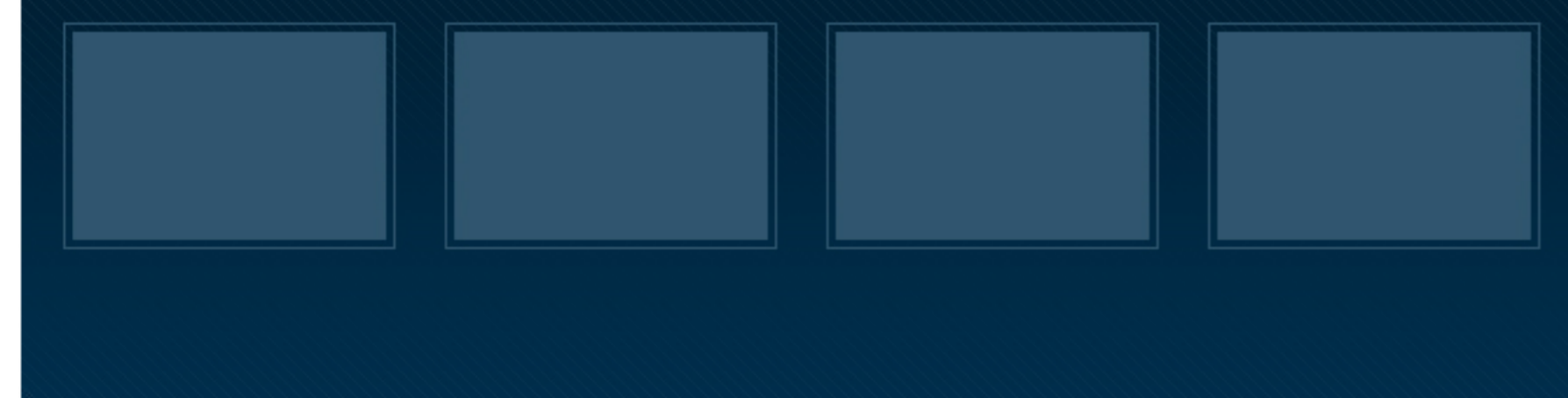
Kaynak:

GÖNDER YAZDIR YUKARI Paylaş Tweetle Paylaş

Yorumunuz **GÖNDER**

Bu habere henüz yorum eklenmemiştir.

SON EKLENEN GALERİLER



Diğer Haberler



İslam Balıkesir'in ailesi: Oğlumun hiçbir örgütle bağlantısı yok
Şirnak'ın Cizre ilçesinde bodrum katında kalan yaralıların durumu



MIT TIR'ları haberine imza atıp kendilerini ihbar ettiler
MIT TIR'larıyla ilgili manşetinden dolayı tutuklanan Can Dündar ve Erdem Gül'e



Türkiye'deki havayollarının uçak filosu 489 adet
Türkiye'deki havayolu şirketlerinin yolcu uçağı sayısı 2015 yılında bir önceki yıla



Valilik: Cumhurbaşkanımıza hakaret paylaşımı yapanı ivedilikle bildirin!
Isparta'da sosyal medyadan yapılan



Klasik otomobilcilerden sigorta artışına tepki
Araç trafik sigortasındaki artışa tepki göstermek için toplanan Adana Klasik



YPG'li komutan: Fırat'ın batısına geçtik, inanmayan gelip görebilir
Demokratik Suriye Güçleri Sözcüsü Şervan Derweş, "Biz Fırat'ın batısına

- Kubbesi Akan Camide Kovalı Önlem 01 Şubat 2016 Pazartesi 12:43
- Sağır Ve Dilsiz Taklidi Yapan Dilenci Kamerada 01 Şubat 2016 Pazartesi 12:43
- AK Parti Kırşehir Teşkilatı, Kılıçdaroğlu Hakkında Suç Duyurusunda Bulundu 01 Şubat 2016 Pazartesi 12:38
- Kralın Misafirleri Yola Çıktı 01 Şubat 2016 Pazartesi 12:24
- Çiftlik beççisini satırla öldüren şahıslar bir aracı ateşe verdi 01 Şubat 2016 Pazartesi 12:24
- Alzheimer'e Karşı Zeka Oyunları Kursu 01 Şubat 2016 Pazartesi 12:24
- Meslekten İhraç Edilen Askerler İfade-i İtibar İstiyor 01 Şubat 2016 Pazartesi 12:24
- Sındırğı Şehidini Bekliyor 01 Şubat 2016 Pazartesi 12:24
- Bir Yılda 5 Bin Ağacın Kesilmesini Önledi, 180 Kişinin Yıllık Enerji İhtiyacını Karşıladi 01 Şubat 2016 Pazartesi 11:53
- Anemi kanser habercisi olabilir 01 Şubat 2016 Pazartesi 11:53

ÖNE ÇIKANLAR



1/15

FOTO GALERİ



ÇOK OKUNANLAR

Fabrikaya Gelen İşçiler, Boş Bina Karşısında Şaşkına Döndü

"Türkiye'nin bir kez daha uçağımızı düşürme emri

Başkentteki nefes kesen maç Fenerbahçe'nin

(Düzeltilme) Şehit Ateşi Gaziantep'e Düştü

DÜN | BU HAFTA | BU AY

YAZARLAR

Servet Avcı **Devlet aranyor devlet!**

Hasan Ulusoy **Her Gazeteci Muhafır**

Recep Canpolat **Yorgun savaşılar!**

Samet Çayır **Üç eksi bir**

Aykut Elmas **Sıkıntı Büyük**

1 2

VIDEO GALERİ



1 2 3 4 5 6 7 8

SAĞLIK

Gaz Ağrısına Anne Karnı Sesi
Uzm. Dr. Burak Çakçak, bebeğın anne karnındayken yaşadığı ortamı oluşturmayı hedefleyen davranışsal yöntemlerin qaz ağrsını azaltmada

MAGAZİN

ERGO-MIYC Kış Trofesi Yelkenli Yat Yarışları
ERGO-MIYC Kış Trofesi Yelkenli Yat Yarışları Muğla'nın Marmaris ilçesinde gerçekleştirilen yarışların ikinci ayağı

TEKNOLOJİ

"Genç Fikirler, Güçlü Kadınlar" Projesinde Çukurova Üniversitesi'ni Tuğçe Aksun Temsil Etti
Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı Kadın Statüsü Genel Müdürlüğü, Intel