

**Klasik İtalya**  
Venedik(2)-Floransa(2)-Roma(3)  
14-21 Mayıs **1.457€**  
dan itibaren  
**Setur**

Milliyet.com.tr » İstanbul Haberleri » Haber

27 Ocak 2016 - 13:19

## ÖĞUZHAN BAŞKURT: "İŞ YAŞAMININ STRESİNDEN AİKİDO İLE KURTULUN"

Paylaş Tweet G+1 0



IHA

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 yaklaşım fazladır. Rakibin güçlü yönlerini bulmak (uzun vadeli yaklaşım), rakibin zayıf yönleri (kısa vadeli yaklaşım), savaş mesafesi (saldırıcı önceden sezinebilme), yer değiştirme prensipleri (doğru zamanda doğru işi yapmak), denge (güçlü olmaktan daha önemli) iş hayatında birebir aikido ile eşleşen durumlardır. Aikidoda saldırıcıya uğrayan kişinin saldırıcıya 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.

Etiketler: İstanbul Haberleri

« önceki haber | sonraki haber »

**Milliyet** Gazetesi'nin **Trakya** ekini bayinizden istemeyi unutmayınız...

### İlgili Haberler

- OP. DR. BAHADIR BAYKAL: "SİNÜZİT TEDAVİSİ ÖNEMLİ"**
- BOKSÖR MİLLETVEKİLİ RİNGE ÇIKTI**
- DİZ KİREÇLENMESİ ÇÖZÜMSÜZ DEĞİL**
- DİRİLİŞ "ERTUĞRUL"**
- KADINA ŞİDDETE TİYATRO SAHNESİNDEN "DUR"**
- KWEUKE: "HİKMET KARAMAN HER SEFERİNDE"**

**İstanbul**  
Yerel Seçim Sonuçları

Lütfen Şehir Seçiniz

**İstanbul Hava Durumu**  
11°C ŞİMDİ  
PAZARTESİ

Anahtar Teslim Sanal Mağaza

ideasoft ÜCRETSİZ DENEYİN >

**İstanbul Namaz Vakitleri**  
21/2016 / 22 Rebi'l-Ahir 1437

İmsak	05:40
Güneş	07:09
Öğle	12:25
İkinci	15:02
Akşam	17:28
Yatsı	18:50

İkinci namazına kalan süre  
**01:14:53**

**milliyetemlak.com**  
İstanbul Emlak İlanları

<b>ESENYURTTA ACİL SATILIK 2</b> 155.000 TL	<b>KAYŞEHİR 19.BÖLGE,DE 3+</b> 1.100 TL	<b>ÜLKEM'DEN KANARYA'DA 2+</b> 178.000 TL
<b>ESENYURTTA MERKEZİ LOKASY</b> 173.000 TL	<b>ESENYURT MERKEZDE SİTE İÇ</b> 550 TL	<b>KAYŞEHİR 19.BÖLGE,DE 4+1</b> 1.500 TL

İstanbul Avrupa İlçe Durum Kategori

**Ara**

**ÇEVRE İLLERDEN HABERLER**

TREPAŞ LÜLEBURGAZ'DA YENİ YERİNDE HİZMET VERİYOR  
Kırklareli  
01.02.2016

SPOR TOTO 2. LİG  
Kocaeli  
01.02.2016

SAKARYA'DAKİ ÇOCUK CİNAYETİNDE KARAR ÇIKTI  
Sakarya  
01.02.2016

SÜLEYMANPAŞA BELEDİYESİ ÇOCUK RUH SAĞLIĞI MERKEZİ AÇILDI  
Tekirdağ  
01.02.2016

YOLCU OTOBÜSÜNDE 20 BİN PAKET KAÇAK SİGARA ELE GEÇİRİLDİ  
Yalova  
01.02.2016

**Milliyet.com.tr**  
**araba**  
İstanbul Satılık Otomobiller

<b>2011 X1 Xdrive 20D 7</b> 97.000TL	<b>"Cavuşoğlu" 2011 F</b> 36.000TL	<b>Albayrak Rent A Car</b> 300TL
<b>Albayrak Otomotiv'De</b> 110.000EUR	<b>Alb Rent A Car "0"Km</b> 250TL	<b>Albayrak Otomotiv'De</b> 78.000TL

Marka Model

**Ara**

**Milliyet Gazetesi'nin Trakya ekini bayinizden istemeyi unutmayınız...**

**Milliyet** TRAKYA EKİ

- |                  |           |                |            |                     |
|------------------|-----------|----------------|------------|---------------------|
| Ana Sayfa        | Caddeler  | Kadın          | Sağlık     | Bülten              |
| Son Dakika       | Cafe      | Kişisel Bakım  | Siname     | İletişim            |
| Yazarlar         | Cumartesi | Kitap          | Siyaset    | Künye               |
| Video            | Çizerler  | Konut - Emlak  | Spor       | MilliyetEmlak.com   |
| Foto Galerisi    | Dünya     | Kültür - Sanat | Tatil      | Mobil Milliyet      |
| Daha Fazla Haber | Ege       | Magazin        | Teknoloji  | Reklam              |
| Arşiv            | Eğitim    | Yol Durumu     | Televizyon | SizdenSize          |
| Araba            | Ekonomi   | Moda           | Yorum      | Açılış Sayfam Yap   |
| Astroloji        | Finans    | Mutfak         | Gazete     | Favorilenime ekle   |
| Bebek Çocuk      | Gündem    | Otomobil       |            | RSS                 |
| Bilgi Yarışması  | Hava Yol  | Oyun           |            | Sitene Ekle         |
| Blog             | Hayat     | Pazar          |            | Kampanya Sözleşmesi |