

Anasayfa	İstanbul	Ankara	İzmir	Bursa	Adana	Konya	Antalya	Gaziantep	Mersin	Kocaeli	Diyarbakır
Samsun	Kayseri	Erzurum	Eskişehir	Sakarya	Şanlıurfa	Hatay	Manisa	Balıkesir	K.Maraş	Tüm İller	Haber Anasayfa

Yurt Haber > İstanbul Haberleri > Oğuzhan Başkurt: “İş Yaşamının Stresinden Aikido İle Kurtulun”

«Önceki Haber Sonraki Haber»

İstanbul Haberlerini Takip Et







Oğuzhan Başkurt: “İş Yaşamının Stresinden Aikido İle Kurtulun”

Güncelleme : 27 Ocak 2016 12:54

A⁻ A⁺

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 edeler. 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 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 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 mesafesi (saldırıcı önceden sezinleyebilme), 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 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.

İhlas Haber Ajansı







İlin Haberleri

- Şehit Çocukları, Tarihi Ve Turistik Gezi İçin İstanbul'da
- Badji, Belçika Yolcusu
- Bebek Sahibi Olmak İsteyen Baba Adayları Nar Tüketsin
- Fikret Orman: "vodafone Arena'da Artık Geri Sayıma Geçtik"
- Ünlüler Sağlıklı Toplum İçin Bir Araya Geldi
- Çocuklar Üniversiteden Mezun Oldu

Tüm Haberler

Haber Arama ara

BEYMEN.COM

BÜYÜK BEYMEN İNDİRİMİ

50% 'ye varan İNDİRİM

[ALIŞVERİŞE BAŞLA](#)

İlin Yazarları

 **Cahit Kılıç**
Soysuzlaşma Modası

Tüm Köşe Yazarları

FESİMEKART FIRSAT

İstanbul'a Özel İndirim Fırsatları

İl ve ilçedeki tüm şikayetleri gönder yayınlayalım, sen de sesini duyur!

- Araç yok mu İETT'de**
Metro gibi süper hizmet yapıyorsun ama sonrası yok. Kadıköy'den Kartal'a Geliyorsun ama Kartal köprüsünden geç saatlere denk geldiğinizde özellikle akşam saat 2...
- Evinize gitmek için 200 m yolu 28 dakikada katetmek.**
18:00 da Maslak'tan TEM otopanını kullanarak 18:45'de Hadimköy sapağında çıkış yapıyorum. 19,08 de E 5 karayolu Bizimkent dönel kavşağından Esenyurt istikametine...
- Hırsızlar cirit atıyor**
Ayazağa mahallesi 125.sokakta Şerife Bacı Cami'nin yanındaki 8 katlı apartmana giren hırsızlar katları yoklaya yoklaya 8. kattaki öğrencinin çelik kapısını patlat...

Tüm Şikayetler

TAKİP ET



MOBİL'DE MYNET



En güncel ve son dakika İstanbul haberleri Türkiye'nin en çok ziyaret edilen Mynet Yurt Haber servisiyle sizlerle