



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

Ana Sayfa » Türkiye | 27.01.2016 13:24



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

**Vira İstanbul Beylikdüzü »**  
241.000 TL'den Başlayan Fiyatlar ve %1 Peşinat Fırsatını Kaçırmayın!

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 sevgiler ister. Saldırıcı ya da değişimi sezmek, ona uygun bir strateji ya da savunma geliştirmek, saldırıcıyı 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 (saldırıcıyı 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 saldırıcıyı 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.

Kaynak: [DHA](#)

Beğen | Facebook'ta Paylaş | Tweetle | Google+'da Paylaş | LinkedIn

**Yorumlar** | 0

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.

**Rizeli Sporcu Türkiye 1.'si olarak Altın Madalyanın Sahibi Oldu**

**Muaythai de Rizeli Sporcu Türkiye Şampiyonu Oldu**

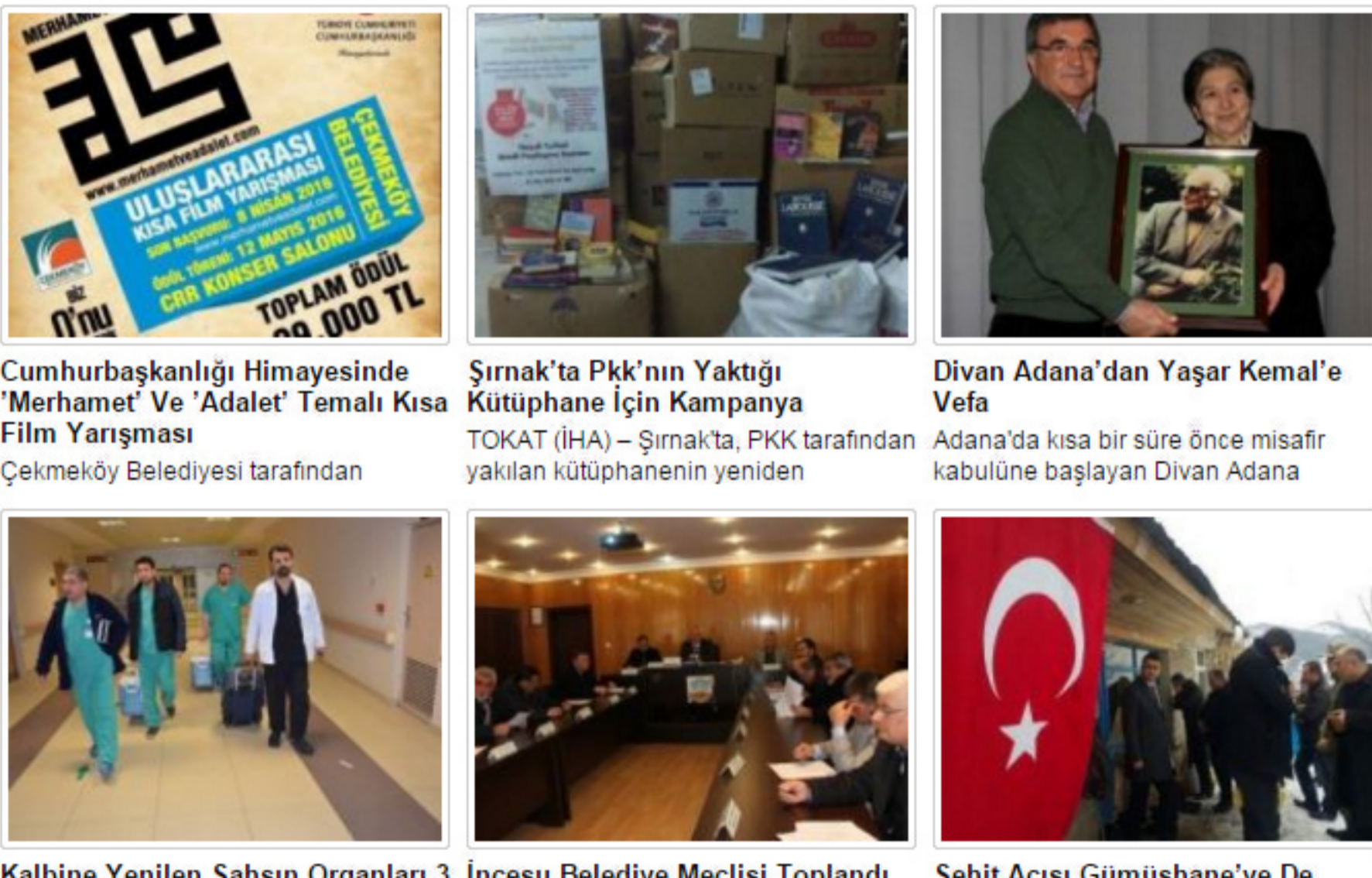
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 **TÜMÜ**

Connect with friends and family today | facebook | Sign Up

**SON EKLENEN GALERİLER**

Görenler gözlerine inanamadı | Rize'de Lüks Otomobil Dükkana Böyle Girdi | Sivas Belediyesi-spor-Rizespor Maçı Fotoğrafları | Rize'de Lüks Otomobil Dükkana Böyle Girdi

### Diğer Haberler



**Cumhurbaşkanlığı Himayesinde 'Merhamet' Ve 'Adalet' Temalı Kısa Film Yarışması**  
Çekmeköy Belediyesi tarafından

**Şirnak'ta Pkk'nın Yaktığı Kütüphane İçin Kampanya**  
TOKAT (İHA) – Şirnak'ta, PKK tarafından yakılan kütüphanenin yeniden

**Divan Adana'dan Yaşar Kemal'e Vefa**  
Adana'da kısa bir süre önce misafir kabulüne başlayan Divan Adana

**Kalbine Yenilen Şahsın Organları Hastaya Umut Oldu**  
Nazilli'de kalp krizi sonucunda beyin ölümü gerçekleşen hastanın organları

**İncesu Belediye Meclisi Toplandı**  
İncesu Belediye Meclisi 5393 Sayılı Belediye Kanununun 20. maddesine istinaden, Şubat ayı olağan 1. Bileşim

**Şehit Acısı Gümüştane'ye De Düştü**  
Diyarbakır Sur'da terör örgütü mensupları ile yapılan çatışmada keskin

- Soğan Hırsızları Yakalandı | 01 Şubat 2016 Pazartesi 13:33
- Büyükşehir Haberleşmede Dünyanın En Gelişmiş Sistemine Geçti | 01 Şubat 2016 Pazartesi 13:33
- Play-off'da Tek Gediz Takımı Uluoymak 1 Eylülspor | 01 Şubat 2016 Pazartesi 13:33
- İnönü Çocuk Üniversitesi 2016 Kış Etkinliği Sona Erdi | 01 Şubat 2016 Pazartesi 13:28
- Süleymanpaşa Belediyesi Çocuk Ruh Sağlığı Merkezi Açıldı | 01 Şubat 2016 Pazartesi 13:28
- Belediyeden Teröre Bayraklı Tepki | 01 Şubat 2016 Pazartesi 13:28
- Ardahan'a Kırığı Düştü | 01 Şubat 2016 Pazartesi 13:23
- Boksör Milletvekili Ringe Çıktı | 01 Şubat 2016 Pazartesi 13:23
- Spastik Ve Otistik Çocuklar İçin Söylediler | 01 Şubat 2016 Pazartesi 13:23
- Başkan Taşçı: "İlçemizi Daha Güzel Yarınlar Taşıyoruz" | 01 Şubat 2016 Pazartesi 13:23

1 ALANA BEDAVA

**Cumhurbaşkanlığı Himayesinde**

1/20

**FOTO GALERİ**

1 2 3 4 5 6 7 8

**ÇOK OKUNANLAR**

Muaythai de Rizeli Sporcu Türkiye Şampiyonu

Sarp Sınır Kapısı'nda Kaçakçılara Geçit Verilmedi

(Düzeltilme) Şehit Ateşi Gaziantep'e Düştü

Şehit Acısı Gümüştane'ye De Düştü

DÜN | BU HAFTA | BU AY



**YAZARLAR**

Resul KURT | Rapor Parasında Primin Yarısı Hesaplanır

Yusuf KAPLAN | Sömürgeci üniversite'yle nereye kadar?

Ahmet ÇİÇEK | Abi, Hayat Sevdiklerine Sevdiğini Hissettirmeyecek Kadar Uzun Değil

Abdurrahman DİLİPAK | Tik... Tak...

İbrahim KARAGÜL | Sosyal güvenlik mevzuatının getirdiği en önemli haklardan biri, "iş

1 2 3

**VIDEO GALERİ**

1 2 3 4 5 6 7 8