

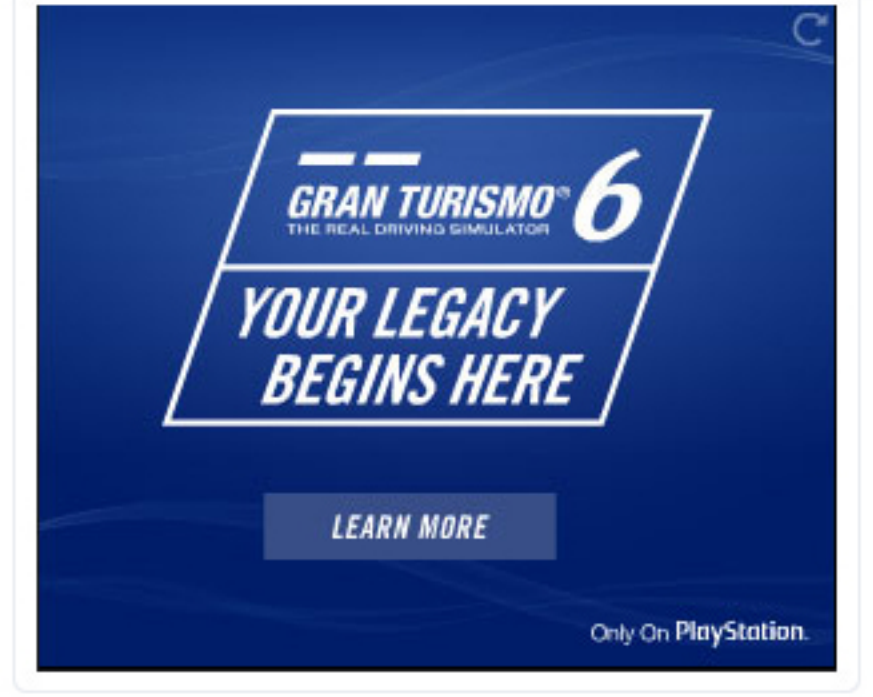
Oğuzhan Başkurt: "İş Yaşamının Stresinden Aikido İle Kurtulun"

🕒 27.01.2016 - 12:54:38 🕒 İHA 📄 GENEL 📍 İSTANBUL


[← GERİ GİT](#)
[f](#)
PAYLAŞ

[t](#)
PAYLAŞ

[g+](#)
PAYLAŞ

[in](#)
PAYLAŞ


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 bedenin 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 duygular ister. Saldırıcı ya da değişimi sezmek, ona uygun bir strateji ya da savunma geliştirmek, saldırıcıya 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 mesafesi (saldırıcıya önceden sezinleyebilme), yer değiştirme prensipleri (doğru zamanda doğru işi yapmak), denge (güçlü olmaktan daha önemli) iş hayatında birbirine 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.

GENEL HABERLERİ



Latin Amerika'ya Direkt Uçuş Yakında..

İSTANBUL / GENEL



Silivri Sahilinde Sürpriz Evlilik Teklifi..

İSTANBUL / GENEL



Hamsi Ve Horon Festivali'nde 5 Ton Hamsi İkra..

İSTANBUL / GENEL



İbrahim Küçük İçin Mevlid-i Şerif Okundu..

İSTANBUL / GENEL



'Vosvos'larla Trafik Sigortası Protestosu..

İSTANBUL / GENEL



[TÜM HABERLER](#)