

## AMAÇ

Eğitimde; katılımcıların kendi yaşamlarını sorgulamaları, kendilerini fark etmeleri ve bazı uygulamalarla bunu pratiğe dönmelerinin sağlanması amaçlanmaktadır.

## ODAK NOKTALARI

#Fark Etme #Kendini Görebilme #Kendiyle İletişim #Egoyla Tanışma

## EĞİTİMDEN BEKLENEN SONUÇLAR

Bilir:Farkındalık ve ego kavramının ne olduğunu, önemini, nasıl hayatına alacağını ve içselleştireceğini bilir.

Anlar:Neden sonuç ilişkisinin gücünü, fark ederek hayatta olanların ve olmayanların yaşam adımlarına yansımalarını ve etkilerini anlar.

Yapar:Kendini ve gücünü keşfeder, gözlemci kalmayı öğrenir.

## HEDEF KİTLE

Kendiyle olan iletişimin ve kendini fark etmenin yaşamın her alanında daha iyi performans sağlayacak kadar önemli olduğunu düşünen ve bu alanda yeni bilgiler öğrenmek isteyen çalışanların katılımına uygundur.

## NOT

## İÇERİK

- Farkındalık Nedir? Neden Kendimizi Fark Etmeliyiz?
- Fark Etme Süreçleri
  - ▶ "An"a Odaklanma
  - ▶ Yargısızlığa Geçiş
  - ▶ Gözlemci Kalma
  - ▶ Kabullenme
- Farkındalık Bilincindeki Gelişim Aşamaları
  - ▶ Kendi Değerini Bilme
  - ▶ İçsel Güç Yasası
  - ▶ Yaşama ve Kendine Güven
  - ▶ Alma ve Verme Döngüsü
  - ▶ Az Çaba Yasası
- Gölge Yanımız: Ego
  - ▶ Ego Nedir?
  - ▶ Ego Yönetilebilir mi?
  - ▶ Egoyla Nasıl İletişim Kurabiliriz?
- Ortak Bellek Alanı Uygulama Çalışmaları
- Değer Cetveli: Kendime Ne Kadar Değer Veriyorum?
- "Başarıyorum Ama Zor Olur!" gibi Kalıp Düşüncelerin Neresindeyim?

## EĞİTİM YETKİNLİK İLİŞKİSİ

Davranışsal Yetkinlikler	İletişim, Kendine Liderlik
Yönetimsel Yetkinlikler	Performans Geliştirme
Mesleki/ Bankacılık Teknik Yetkinlikler	İlişki Yönetimi
Öz-Gelecek Yetkinlikleri	Değişim ve Düşünce Liderliği

Uygulama Yeri	Süre	Eğitim Görevlisi
TBB Eğitim Merkezi	3 gün	Beral Fişekçi

Başlangıç Tarihi : 4.3.2020 - Bitiş Tarihi: 6.3.2020  
TBB Üyeleri İçin Eğitim Ücreti: ₺ 1.050 - Diğer Kurumlar İçin Eğitim Ücreti: ₺ 1.230

- Fiyatlarımıza KDV Dahildir.