

BİZİ ENGELLEYEN TEMEL DUYGULARI NASIL YÖNETİRİZ? KORKU - SUÇLULUK - ÖFKE - KAYGI

AMAÇ

Eğitimin amacı; katılımcıların kendi düşüncelerini ve bu düşüncelerden doğan negatif duygularını sorgulamalarını, kendilerini fark etmelerini ve uygulamalarla pratiğe dönüşmesini sağlamaktır.

ODAK NOKTALARI

#Düşünce Gücünün Etkileri #Fark Etme #Kendini Görebilme #Kendiyle İletişim #Evrensel Bilgiler

EĞİTİMDEN BEKLENEN SONUÇLAR

Bilir:Düşünce ile duygu dengesini, düşünce ve duyguların önemini, kendini ve hayatını nasıl yöneteceğini bilir.

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

Yapar:Kendini ve gücünü keşfeder, gözlemci kalmayı öğrenir.

HEDEF KİTLE

İçindeki korku, suçluluk, öfke, kaygı duygularının nereden geldiğini ve bunları nasıl yönetebileceği üzerinde düşünmek, sorgulamak ve bu alanda yeni bilgiler öğrenmek isteyen herkesin katılımına uygundur.

NOT

İÇERİK

- Bilim Adamları Diyor ki
- İnsan Nedir?
- Beynin Stratejisi: Karar Verme
- Bilinç- Bilinçaltı
- Duygular Nasıl Olur?
- Duygu Ürettiğimizde Beyinde Neler Oluyor?
- Korku- Suçluluk- Öfke - Kaygı
- Negatif Duyguları Nasıl Yönetiriz?
- Morfik Alan Uygulama Çalışmaları
- Negatif Temel Duygularıyla Yüzleşiyorum ve Onları Dönüştürüyorum

EĞİTİM YETKİNLİK İLİŞKİSİ

Davranışsal Yetkinlikler	İletişim, Kendine Liderlik, Kendini Farketme
Yönetimsel Yetkinlikler	Performans Geliştirme
Mesleki/ Bankacılık Teknik Yetkinlikler	İlişki Yönetimi
Öz-Gelecek Yetkinlikleri	Değişimi Okuyabilmek ve Geleceği Kurgulayabilmek, Değişim ve Düşünce Liderliği

Uygulama Yeri	Süre	Eğitim Görevlisi
TBB Eğitim Merkezi	2 gün	Beral Fişekçi

Başlangıç Tarihi : 11.6.2020 - Bitiş Tarihi: 12.6.2020

TBB Üyeleri İçin Eğitim Ücreti: ₺ 700 - Diğer Kurumlar İçin Eğitim Ücreti: ₺ 820

- Fiyatlarımıza KDV Dahildir.

