

## AMAÇ

Katılımcılara işinde ve özel hayatında çevik zihniyet ile esneklik ve uyumluluk gibi duygusal ve zihinsel becerileri kazandırmaktır.

## ODAK NOKTALARI

#Duygusal Çeviklik #İlişki Yönetimi #Değerler  
#İfade Becerisi #Farklılıkları Yönetmek #Değişim

## EĞİTİMDEN BEKLENEN SONUÇLAR

Bilir:VUCA çağında duygusal çevikliğin faydalarını, bileşenlerini ve temel prensiplerini bilir, hayatına uygulama noktasında bir yol haritası oluşturabilir.

Anlar:Duygusal dayanıklılık gösterebilen kişilerin ortak özelliklerini anlar, kendinde ve çevresinde güçlü özellikleri tanır ve takdir eder. Çevik zihniyet ile yaklaşımın hayata etkilerini anlar.

Yapar:İşinde ve hayatında dönüşüme uyum sağlar. Duygusal dayanıklılık geliştirmeyi kolaylaştıracak bir zihin yapısı ile yaklaşım gösterir.

## HEDEF KİTLE

Konuya ilgi ve ihtiyaç duyan tüm çalışanların katılımına uygundur.

## NOT

## İÇERİK

- Çevik Zihniyet Nedir?
- Çeviklik ve Değişime Uyum Sağlama
  - ▶ Duygusal Çeviklik Özellikleri
  - ▶ Güçlü Yönlerini Keşfet: Kendini Tanımak
- İş Yerinde Çeviklik
  - ▶ İş Yerinde Değerlerin Önemi
  - ▶ Çalışma Stillerini/ Sürücülerini Anlamak, Kendi Stilini Keşfetmek
  - ▶ Psikolojik Dayanıklılığın Boyutları
  - ▶ İşyerinde Psikolojik Dayanıklılığı Oluşturmak ve Devam Ettirebilmek
  - ▶ Pozitif Uyum, Stresi Dönüştürme de Psikolojik Dayanıklılık
- Duygu - Düşünce - Davranış Döngüsünü Anlamak
  - ▶ Duyguların Sözsüz Dili
  - ▶ Davranışlarımıza Yön Veren İç Seslerimiz
- Empati ve Ötesi
- Takdir ve Geri Bildirim
  - ▶ Güçlü Soru Sorma ve 3. Seviye Dinleme
  - ▶ Ben Dili ile Geri Bildirim
  - ▶ Takdir Etmenin İncelikleri

## EĞİTİM YETKİNLİK İLİŞKİSİ

Davranışsal Yetkinlikler	Proaktif Davranış ve Duygu Yönetimi, İletişim, Kendine Liderlik
Yönetimsel Yetkinlikler	Hızlı Karar Alma ve Çeviklik,
Mesleki/ Bankacılık Teknik Yetkinlikler	Esneklik
Öz-Gelecek Yetkinlikleri	Farklılıkları Yönetme

Uygulama Yeri	Süre	Eğitim Görevlisi
Sanal Sınıf	2 gün	Burcu Oruç

Başlangıç Tarihi : 24.11.2021 - Bitiş Tarihi: 25.11.2021

TBB Üyeleri İçin Eğitim Ücreti: ₺ 500 - Diğer Kurumlar İçin Eğitim Ücreti: ₺ 560

- Fiyatlarımıza KDV Dahildir.