

## AMAÇ

Eğitimin amacı, çatışma ve stres süreçlerini anlamak ve yönetmektir.

## ODAK NOKTALARI

#Çatışma Yönetimi #Stres Yönetimi #Etkili İletişim  
#Stres Çözümü

## EĞİTİMDEN BEKLENEN SONUÇLAR

Bilir:Çatışma süreçlerini, stresin türlerini ve stresin nöro bilimsel süreçlerini bilir.

Anlar:Çatışmanın nasıl başlayacağını, stresin fizyolojik belirtilerini ve stresin psikolojik belirtilerini anlar.

Yapar:Çatışmayı yönetebilir, stresin ayrımını yapıp maksimum kazanç yapabilir, stresi yönetebilir ve stresten korunabilir.

## HEDEF KİTLE

Stres ve çatışma süreçlerini yönetmek ve düzenlemek isteyen herkesin katılımına uygundur.

## NOT

## İÇERİK

- İnsan Davranışlarının Nöropsikolojik Temeli
- İletişimdeki 4 Davranış Modeli
  - ▶ Davranış Modellerinin Oluşumu
  - ▶ Zor Anlarda ve Rahat Anlardaki Tepkileri
  - ▶ Senaryo Çalışması (Davranış Modellerini Keşfedelim)
- Stres Nedir?
  - ▶ Stresliken Neler Yaşıyoruz?
  - ▶ Alarm Seviyesi Olarak Stres
  - ▶ Duygusal Yönetim
  - ▶ Stres Her Zaman Kötü müdür?
  - ▶ Zararlı Stresle Başa Çıkma Yöntemleri
- Çatışma Anları
  - ▶ Olası Çatışmalarında İlk An Teorisi
  - ▶ Çatışmaları Başlamadan Bitirmek / Çatışmalarda İlk 5 Dakika
  - ▶ Çatışma Anlarını Yönetme Teknikleri
    - ✓ Grup Çatışmaları / Bireysel Çatışmalar
  - ▶ Senaryo Çalışması (Çatışmaları Birlikte Yönetelim)
- Çatışmaların Sonrasında Yapılması Gerekenler
- Çatışma Sonrası Uсталık Yaklaşımı
  - ▶ Senaryo Çalışması (Çatışma Öncesi, Çatışma Anı ve Çatışma Sonrasını Deneyimleme)

## EĞİTİM YETKİNLİK İLİŞKİSİ

|   |   |
|---|---|
| Davranışsal Yetkinlikler                | Pro Aktif Davranış ve Duygu Yönetimi, İletişim      |
| Yönetimsel Yetkinlikler                 | Hızlı Karar Alma ve Çeviklik                        |
| Mesleki/ Bankacılık Teknik Yetkinlikler | İkna, Esneklik                                      |
| Öz-Gelecek Yetkinlikleri                | Değişim ve Düşünce Liderliği, Farklılıkları Yönetme |

| Uygulama Yeri | Süre  | Eğitim Görevlisi |
|---------------|-------|------------------|
| Sanal Sınıf   | 2 gün | Begüm Kocaefe    |

Başlangıç Tarihi : 17.09.2024 - Bitiş Tarihi: 18.09.2024

TBB Üyeleri İçin Eğitim Ücreti: ₺ 2.400 - Diğer Kurumlar İçin Eğitim Ücreti: ₺ 2.800

- Fiyatlarımıza KDV Dahildir.