



2012 YILI I. DÖNEM BELDELER SEMİNER PROGRAMI

Odamız 2012 Yılı I. Dönem Kişisel Gelişim Seminer Programları kapsamında Beldelerde faaliyet gösteren üyelerimiz ve halkımız için de beş seminer programı organize etmiştir..

İlgili Belde belediyesi, tarafından tahsis edilen mekanlarda verilecek seminerler genel katılıma açık olup, ücretsizdir. Programlar sonunda katılımcılara katılım belgesi verilecektir.

2012 YILI I. DÖNEM BELDE KİŞİSEL GELİŞİM SEMİNER PROGRAMLARI		
24 ŞUBAT 2012/CUMA	SATIŞ VE PAZARLAMA TEKNİKLERİ	MAHMUTLAR
3 MART 2012/CUMARTESİ	ETKİLİ İLETİŞİM VE BEDEN DİLİ	TÜRKLER
16 MART 2012/CUMA	İŞ HAYATINDA STRES YÖNETİMİ	MAHMUTLAR
24 MART 2012/CUMARTESİ	GÜZEL VE ETKİLİ KONUŞMA TEKNİKLERİ	MAHMUTLAR
31 MART 2012/CUMARTESİ	STRES VE STRES YÖNETİMİ	TÜRKLER

SATIŞ VE PAZARLAMA TEKNİKLERİ	
EĞİTİMCİ	DOÇ. DR. MUSTAFA GÜLMEZ
İÇERİK	Pazarlama ve Satış Kavramları Müşteri İlişkileri Yönetimi Halkla İlişkiler Satış Süreci Kişisel Satışta Beden Dili Satışta İtirazlar Satış Kapatma Teknikleri Satış Yönetimi Süreci
TARİH	24 ŞUBAT 2012 / CUMA
SAAT	14:00-18:00
YER	MAHMUTLAR BELDESİ / BELEDİYE DÜĞÜN SALONU

ETKİLİ İLETİŞİM VE BEDEN DİLİ	
EĞİTİMCİ	SEZEN ÇINAR
İÇERİK	İletişim Nedir, Etkin İletişim Süreci Nasıl İşler, Sağlıklı İletişim İçin Etkin Dinleme Ve Empati Geliştirme, İletişimde Yapıcı Yöntem "Ben Mesajı", Davranış Biçimleri, Olumsuz Duygularla Başa Çıkmak, Etkin Dinleme, Özür Dileme, Anlayış Gösterme, Çözüm Bulma, Mesleki Hayatta Beden Dilinin Rolü, Anlamaya Yönelik Bir Çerçeve, Bölgeler, Avuç Hareketleri, El Ve Kol Hareketleri, Eli Yüze Götürme Hareketleri, Kol Engelleri, Bacak Engelleri Göz İşaretleri, Bölge Ve Sahiplenme Hareketleri, Vücut Eğme Ve Statü Göstergeler, Hepsin Toplarken
TARİH	3 MART 2012 / CUMARTESİ
SAAT	13:00-17:00
YER	TÜRKLER BELEDİYESİ / BELEDİYE DÜĞÜN SALONU



İŞ HAYATINDA STRES YÖNETİMİ	
EĞİTİMCİ	YEŞİM DUMAN
İÇERİK	Stres nedir Stres çeşitleri Stres ve farkındalık Stres ve zaman İş hayatımızdaki stres faktörleri Stresin bedenimiz üzerindeki belirtileri İş hayatında stres yönetimi/stres ile nasıl başa çıkarız İş hayatında stres yönetiminde pozitif etkisini bilimsel ispatlamış yoga Yoga nedir Yoganın faydaları ve bilimsel sonuçları İş hayatında doğru, sağlıklı nefes ve solunumun önemi Nasıl doğru nefes alırım/ Sağlıklı nefes ve solunum eğitimi Düşünce gücü ile iş hayatımızda işimizi nasıl kolaylaştırırız Kısa sürede nasıl rahatlarız İş mekanında uygulanabilecek herkesin yapabileceği güçlendirici ve rahatlatıcı özel egzersizler
TARİH	16 MART T 2012 / CUMA
SAAT	14:00-18:00
YER	MAHMUTLAR BELEDİYESİ / DÜĞÜN SALONU

GÜZEL VE ETKİLİ KONUŞMA TEKNİKLERİ	
EĞİTİMCİ	OĞUZ TUNC
İÇERİK	Nefes Alma Teknikleri Ve Ses İle İlgili Bilgiler: Nefes Alma Çalışmaları: Nefesi Doğru, Düzgün Ve Alınması Gerekli Olduğu Biçimde Alıp, Diyaframı Kullanarak Vermenin Öğretilmesi Ve Bununla İlgili Alıştırmalar. Ses Nedir, Nasıl Oluşur? Ses Aygıtı Nedir, Nasıl Çalışır? <ul style="list-style-type: none">• Diksiyon Nedir? Artikülasyon (Boğumlanma) Ve Önemi• Vurgu Nedir? Vurgu Çeşitleri Nelerdir? Hece, Sözcük Ve Cümle Vurguları Nelerdir?• Ton Nedir? Tonlama Nedir?, Ses Bükümü Tını Nedir?• Söz Akımı Nedir?, Söz Noktalaması, Kısa Süreli Duraklar, Normal Duraklar, Uzun Süreli Duraklar• Dinleme, Dinleyenin, Seyredenin Dikkatini Toplama, İlgisinin Dağılmasını Engelleme• Teknikleri, Cesaret Ve İstek• Kendine Güven• Bakışlar (Göz Teması) Göz Temasında Etkili Olabilme Tekniği,• Mimikler, Jestler,• Göz Teması, Mimik Ve Jestlerin Anlatıma Destek Amaçlı Kullanım Teknikleri,• Bakışlar, Mimik Ve Jestleri Kullanarak Dinleyici Üzerinde Hâkimiyet Kurabilme Teknikleri.
TARİH	24 MART 2012 / CUMARTESİ
SAAT	14:00-18:00
YER	MAHMUTLAR BELEDİYESİ / DÜĞÜN SALONU



STRES VE STRES YÖNETİMİ	
EĞİTİMCİ	PSİKOLOG ŞAHİN ÇİFTÇİ - PSİKOLOG SİNEM ÇELENK
İÇERİK	Stres nedir? Stres kaynakları Kronik stres Strese verilen tepkiler Stresin hayatımıza etkisi Stresi yönetmek Stres dönemlerinde otomatik düşünceler Gevşeme egzersizleri Nefes egzersizleri Streste düşünce kayıt formunun kullanımı
TARİH	31 MART 2012 / CUMARTESİ
SAAT	13:00-17:00
YER	TÜRKLER BELEDİYESİ / BELEDİYE DÜĞÜN SALONU

<p style="text-align: center;">ALTSO EĞİTİM ve KARIYER ŞUBESİ Atatürk Cad. No:19 (ALTSO ÇARŞI) ALANYA Tel: 0 242 512 16 97 - Dahili: 31 / 41 Faks: 0 242 513 69 07 egitim@altso.org.tr</p>
<p>* Eğitimler İlgili Belde Belediyesi Tarafından Tahsis Edilen Salonlarda Yapılacaktır. * Programlar Herkese Açıktır. * Program Sonunda Katılımcılara Odamız Tarafından Katılım Belgesi Verilecektir * Programlara Katılım Ücretsizdir.</p>