**ALTSO KİŞİSEL GELİŞİM SEMİNERLERİ 2019 YILI 2. DÖNEM PLANI**

***‘Kendi omuzuna tırman; başka nasıl yükselebilirsin ki!’ Friedrich Neitzsche***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Tarih** | **Eğitimin Adı** | **Eğitimci**  |
| 09.11.201910:00-13:00 | **İŞ DÜNYASINDA KUŞAKLAR ARASI İLETİŞİM (X,Y,Z)***İletişim, o sihirlik kelime. Aile, sosyal grup, iş hayatı, ilişkiler, insanın kendisi… Her yerde o var. Kimilerine göre hayatın anlamını bulacağımız saha. Belki de doğrudur. Herkes birşeyler öneriyor. Taktikler, teknikler etrafta cirit atıyor. Oysa ki kimse gerçekten anlamaya çalışmıyor. Karşımızda üreten, etkileyen, değiştiren, dönüştüren gittikçe daha iyi anlamamız gereken “hipergerçek” bir insan var artık.* | PROF. DR. UĞUR BATI |
| 16.11.201910:00-13:00 | **İŞ HAYATINDA GÖRGÜ, ETİK VE NEZAKET KURALLARI EĞİTİMİ***İş Hayatında Görgü, Etik ve Nezaket Kuralları Eğitimine katılanların elde ettikleri bilgi ve becerileri uyguladıklarında kabul görme, fark edilme, değer görme, daha fazla saygı görme ve beğenilme duyguları motivasyonlarını arttıracak ve iş yaşamlarında daha başarılı olacaklardır.* | DR. M. NACİ ÇUHACI |
| 23.11.201910:00-13:00 | **DÜNYA YIKILSA DA AYAKTA KALABİLMEK: BİLİŞSEL ESNEKLİK***Stresli durumlarda bilişsel esnekliğe sahip olmanın pozitif ruh sağlığı üzerindeki etkileri konusunda katılımcılara farkındalık kazandırmaktır.** *Düşünce, duygu ve davranış arasındaki ilişki*
* *Duygu durumumuzu anlamak: Nasıl düşünürsek, öyle hissederiz!*
* *Yıkıcı otomatik düşünceler*
* *Olumsuz duygular üzerinde bilişsel kontrol*
* *Stresli durumlarda durumu yeniden değerlendirme ve başa çıkma esnekliği*
* *Yıkıcı düşünceler yerine yapıcı alternatifler oluşturma*
 | DR. ÖĞR. ÜYESİ A. SİBEL DEMİRTAŞ |
| 30.11.201910:00-13:00 | **İFA (İnsanın Fabrika Ayarları)***İnsan bedeni, bugün dünyayı paylaştığımız diğer milyonlarca canlı türü gibi 3.5 milyar yıllık incelikli bir araştırma ve geliştirme sürecinin ürünüdür. Bedenimizi bu bakış açısıyla incelemek, beslenmeden sağlığa, stresten başarıya birçok konuda aslında ne kadar kolay çözümlere sahip olduğumuzu da bize gösteriyor. Diyet reçetelerine, ilaç yan etkilerine, modern hayatın stresine takılmadan yaşamak için sizleri tabiatımızla barışmaya davet ediyoruz. Bedenimiz ve zihnimizle barışık yaşamak için bilmeniz gereken en temel bilgiler ve hatırlatmak istediğimiz 5 maddede İnsanın Fabrika Ayarlarına bu eğitimimizde yer veriyor olacağız.* | PROF. DR. SİNAN CANAN |
| 07.12.201910:00-13:00 | **NÖRO AİLE***Aynı evin içerisinde yaşamalarına rağmen modern teknolojinin oluşturduğu koşullar nedeniyle günümüz aile yapısındaki en önemli problemlerden biri iletişim eksikliğidir. Bu iletişim eksikliği ve gerçek anlamda birbirini tanıyamama nedeniyle anne-baba ve çocuk üçgeninde çok fazla sorunla karşılaşılmaktadır.* ***Nöro AİLE*** *eğitiminde bu sorunların tespiti ve olası çözüm önerileri son dönem sinirbilim bulguları çerçevesinde ele alınacaktır.* | DR. SERKAN KARAİSMAİLOĞLU |
| 14.12.201910:00-13:00 | **KİM KİMDİR?***"Ne zaman gerçekten anlamak isteyenler, karşıdakine 'Sen Kimsin?' diye sormuşlar ki?**İnsanlar kim olduğunu sana nasıl anlatıyor?**Mesela sana hediye veren ya da jest yapan ya da seni öven  biri, iyi biri midir?**Hangi kötü bunları bir zamanlar birilerine yapmadı ki?**Peki KİM KİMDİR?"* | CEMİLE AKGÜÇ |
| 21.12.201910:00-13:00 | **AİDİYET VE KURUM KÜLTÜRÜ***Rekabetin arttığı, karlılığın azaldığı günümüz iş dünyasında iç müşterilerin bağlılığı ve kuruma sahiplenmesi başarının artması için ön plana çıkmaktadır. Bir kurum sürdürülebilir bir yapı içerisinde olup, nesilden nesile geçmek istiyorsa bir kurum kültürü ve duruşu oluşturmalı ve tüm ekibini bu yapıya adapte etmelidir. İç müşteriler ortak hedef yolunda yüksek motivasyonla hareket edip birlikteliğin gücünü yaşadıklarında başarı kaçınılmaz bir son olarak karşımıza çıkmaktadır. Özellikle doğru yönetim yaklaşımları, kuşakların yapılarını bilerek davranış modelleri belirleme ve kişiye özel yaklaşımlar sergileme büyük önem kazanmıştır.* | HÜSEYİN MERVİŞ |