

Farkındalık Geliştirme (ONLINE)



Genel Bilgiler

| | |
|-------------------|-------------------------------------|
| Kontenjan | 24 |
| Ücret | 250,00 TL |
| Eğitmen | Erhan Tunçay, İris Steinfeld Tunçay |
| Eğitim Kategorisi | Hayat, Hayat Dışı |

Eğitimin Amacı

Farkındalık eğitimini tamamlayan bireylerde düşünme kabiliyetinin kontrolünü sağlamasına, oto pilottan çıkarak kendi gücünü, yaratıcılığını, yeteneklerini fark ederek hem iş hem de özel hayatında başarı ve mutluluğa ulaştırmada destek verir ve alan açar. Bu da yapacağımız işlere odaklanabilmemizi, ekip ruhu ile çalışmamızı ve üretken olmamızı sağlar.

Farkındalık ile duyguları izleyebilme, öfkemizi ve tepkilerimizi kontrol edebilme yetisi kazanılacağını, bu şekilde iş hayatı ve özel hayatımızdaki bilgi akışını, paylaşımını daha etkin hale getirerek ve aynı amaç ve hedef doğrultusunda hep birlikte hareket etmeye olanak sağlar.

Eğitimin Hedef Kitlesi

Herkes katılabilir.

• Eğitim İeriği

- Farkındalık nedir?
- Neden farkında olmalıyız?
- Ben (davranışsal) farkındalık
- Nefes ve beden farkındalık ile anda olmak
- Sağ ve sol beyin farkındalık
- Duygusal farkındalık
- Zihinsel farkındalık (Düşünceleri kontrol edebilmek)
- Bilinçaltı farkındalık
- İlişkilerde davranışsal farkındalık
- İş hayatında ve kurduğum ilişkilerde farkındalık
- Yaşam amacı farkındalık

Eğitim Takvimi

| Tarih | Mekan |
|--|------------|
| 21 Eylöl 2020 Pazartesi 10:30<>21 Eylöl 2020 Pazartesi 12:30 | Mavi Salon |
| 22 Eylöl 2020 Salı 10:30<>22 Eylöl 2020 Salı 12:30 | Mavi Salon |

📍 SALON : Mavi Salon

