

2023



EĞİTİM KATALOĐU

Eğitim Gelişim Departmanı

Değerli Çalışma Arkadaşlarımız,

Sizlerden gelen talepler ve koçluk seansları sonunda ortaya çıkan eğitim ihtiyaçları doğrultusunda oluşturulmuş 2023 Eğitim Kataloğumuzu sizlere sunuyoruz.

Kişisel Gelişim Eğitimleri ile ilgili detaylı bilgileri bu katalogta bulabilirsiniz.

Eğitimler, ihtiyaçlara yönelik tasarlanmış olup etkili iletişim, problem çözme, analitik düşünme gibi bir çok bilgi ve becerileri kazandırarak, ulaşmak istediğimiz hedeflerimize ve vizyonumuza katkı sağlayacaktır.

Seçimlerinizi, eğitim başlıklarının altında belirtilmiş olan hedef kitleye göre yapmanız önem arz etmektedir. Tüm eğitim talepleriniz, yöneticileriniz ile mevcut işleriniz ve gelişim alanlarınız doğrultusunda değerlendirilerek önceliklendirme yapılacaktır.

Eğitimlerimizde görüşmek üzere!



YEDİTEPE
ÜNİVERSİTESİ



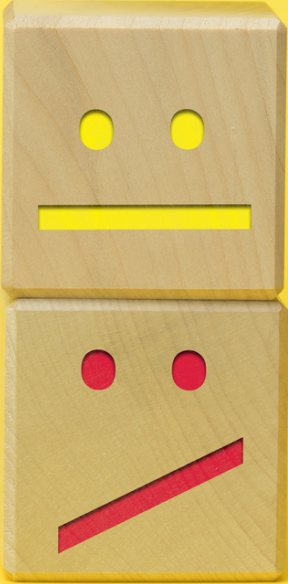
İÇİNDEKİLER

Bireysel Duygu Farkındalığı	04
İletişimde Pozitif Yaklaşım	05
Stres Yönetimi	06
Doğru Zaman Yönetimi ile Verimli Olma	07
Etkin Takım Olma & İş birliği Geliştirerek Süreç Yönetme	08
Zor Durumlar ve İnsanlarla Başa Çıkma	09
Problem Çözme ve Karar Alabilme	10
Yönetici ve Liderlik	11
Çatışma Yönetimi	14
Geri ve İleri Bildirim	15

BİREYSEL DUYGU FARKINDALIĞI

🕒 5 Saat

👥 Tüm Çalışanlara Yönelik



Duygusal zeka, bireylerin öncelikle kendi duygularını anlamalarını ve yönetebilmelerini sağlayan, bunun yanında başkalarının duygularını anlayabilme, empati kurabilme, motivasyon artırma ve özgüven duygusunu geliştirme olanağı tanıyan bir kavramdır.

Eğitim Hedefleri: Temel duyguların farkına varılarak kendini tanıma, duygularını yönetebilme ve duygusal zeka becerilerinin geliştirilmesi yönünde farkındalık kazandırılması hedeflenmektedir.

Eğitim İçeriği:

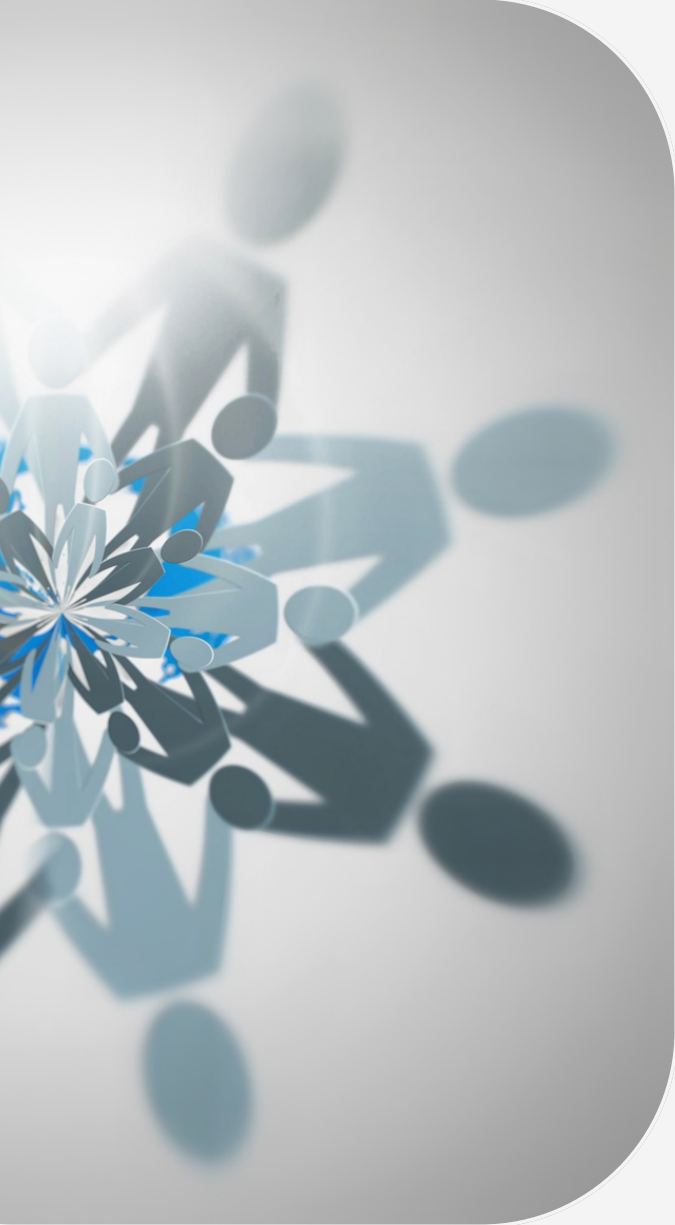
- Kendini tanıma, potansiyelinin farkında olma
- Doğuştan getirdiğimiz armağanlar
- Doğal Yasalar ve İlkeler
- Olumsuz duygularla başa çıkma
- Duygusal Denge
- Empati ve motivasyon
- Beden Dili
- İlişki Yönetimi
- Stresle başa çıkma

Eğitim Yöntemi: Sunum ve interaktif uygulamalar, soru-cevap, video, grup etkinlikleri.

İLETİŞİMDE POZİTİF YAKLAŞIM

🕒 5 Saat

👥 Tüm Çalışanlara Yönelik



İster iş, ister özel hayatımızda olsun ilişkilerimizde yanlış anlaşılma, kendini doğru ifade edememe, zannetmeler yüzünden somuttan uzaklaşma, amacı unutup araçlar üzerinde tartışma, gereksiz çekişme; çoğu zaman bizleri, kaçan fırsatlar, kırgınlıklar, zaman kayıpları gibi durumlarla karşı karşıya bırakır.

Eğitim Hedefleri: İletişim becerilerini geliştirerek iş ve özel yaşamında etkili bir iletişim uzmanı yaratmayı hedeflemektedir.

Eğitim İçeriği:

- İletişim Nedir?
- Başarılı İletişim Adımları
- Algı
- Etkin Dinleme
- İlgilendirme ve İlgilendirme Türleri
- İletişim Engelleri
- İletişimde Beden Dili
- İletişimi Olumlu/Olumsuz Etkileyen Faktörler

Eğitim Yöntemi: Sunum ve interaktif uygulamalar, soru-cevap, eğitsel oyun, konuşma halkası, çember ve bireysel çalışmalar.

STRES YÖNETİMİ

🕒 5 Saat

👥 Tüm Çalışanlara Yönelik



Stres zihnimizi ve fiziksel gücümüzü olumlu veya olumsuz etkileyebilir.

Hayata negatif yönüyle bakar, karamsar bir ruh hali alırsak bu durum tüm hareket ve düşüncelerimize yansır. Bu stresin olumsuz etkisidir.

Amacımıza ulaşırken kendi potansiyelimizi yeterince kullanmamızı ve bu doyumunu hissetmemizi sağlayan ise stresin olumlu etkisidir. Önemli olan bunun farkında olabilmek ve kontrolü sağlayabilmektir.

Eğitimin Hedefleri: Kişilerin, maruz kaldığı stresi tanımayı, yönetebilmeyi, yarattığı etkileri tanımlamayı ve bunları birer enerji kaynağı olarak kullanabilmeyi hedeflemektedir.

Eğitim İçeriği:

- Stres nedir?
- Fizyolojik tepkiler
- Psikolojik tepkiler
- Stresiz bir hayat var mı?
- Stres ne işe yarar?
- Stres kaynakları
- Stres ile baş etmenin yolları

Eğitim Yöntemi: Sunum ve interaktif uygulamalar, soru-cevap, eğitsel oyun, konuşma halkası, çember ve bireysel çalışmalar.

DOĞRU ZAMAN YÖNETİMİ İLE VERİMLİ OLMA

🕒 5 Saat

👥 Tüm Çalışanlara Yönelik



Zaman, tüm insanların eşit olarak sahip olduğu tek kavramdır.

Günümüzde çalışanlar gerek faaliyetler gerekse proje bazlı çalışmalarda zaman açısından belirli bir baskı altındadırlar. Bu baskı doğal olarak ekiplerde gerginleştirici unsur (stresör) olarak yansır. Bu nedenle, zamanı kontrol etmek ve verimli kullanmak önemli bir niteliğe sahiptir.

Eğitimin Hedefleri: Bu eğitim, zamanı yönetmedeki tüm güçlü ve limitli yönlerimizi fark etmemizi sağlar. Bu sayede zorlandığımız yerleri keşfetmemizi ve zamanı yöneterek kendimize ve sevdiğimizlere daha çok zaman ayırabilmemizi sağlamayı amaçlamaktadır.

Eğitim İçeriği:

- Kendini Yönetmek Nedir?
- Zaman Yönetimi Nedir?
- Zaman Tuzakları Nelerdir?
- Planlama ve Zaman.
- Zaman Yönetimi için Yöntemler.
- Bireysel Eylem Planı Oluşturma.

Eğitim Yöntemi: Sunum, interaktif uygulama, vaka çalışmaları.

ETKİN TAKIM OLMA & İŞ BİRLİĞİ GELİŞTİREREK SÜRECİ YÖNETME

🕒 4 Saat

👥 Tüm Çalışanlara Yönelik



Rekabetin artmasıyla birlikte ekiplerin beraber hareket etmesi, aynı hedef doğrultusunda sinerji yaratabilmesi organizasyonlar için çok kritik bir durumdur. Günümüzde kaybetmemek için yerinde sayan değil, kazanmak için her şeyini ortaya koyan ekipler var oluşlarını sürdürecektir.

Eğitimin Hedefleri: Bu program; takım içi iletişimi güçlü, kazan-kazan ilkesini benimsemiş, sinerji yaratan ekipler oluşturabilmeyi hedeflemektedir.

Eğitim İçeriği:

- Takım olma süreci
- Kazan kazan ilkesi
- Sinerji ve asinerji
- Takım içi iletişim
- Doğru hedef belirleme
- Planlamanın önemi
- Kazanmak için oyna

Eğitim Yöntemi: Sunum ve interaktif uygulamalar, soru-cevap, eğitsel oyun, konuşma halkası, çember ve bireysel çalışmalar.

ZOR DURUMLAR VE İNSANLARLA BAŞA ÇIKMA

 Tüm Çalışanlara Yönelik



İletişimde, olumsuz durumların kaynağını belirlemek ve bu durumu en baştan önlemek için karşımızdaki kişiye farklı bir anlayışla yaklaşmak gerekir. Zor durumlar ve zor insanlar karşısında kontrollü davranmak, bu durumun hem kendimiz hem de karşımızdaki kişi için uygun bir şekilde sonuçlanmasını sağlar. Bu sonuçlara ulaşabilmek bazı bilgi ve becerileri gerektirmektedir.

Eğitimin Hedefleri: Bu program, etkili konuşma uygulamaları ile ikna başarısını artırılması ve zor durumlarla baş etme becerilerinin geliştirilmesi amaçlanmaktadır.

Eğitim İçeriği:

- İnsan davranışlarındaki farklılıkların kaynakları
- Bazı kimseler neden zor insan olurlar?
- Çatışmalı zor durumlar
- Olumsuzluk kaynakları, nedenleri ve başa çıkma yöntemleri
- Yaygın zor insan tipleri ve davranışları
- Zor davranışlara örnekler
- Zor insanlara yaklaşım nasıl olmalıdır?
- Zor insanlar karşısında taktikler
- Ast-Üst ilişkilerinde zorlu durumlar
- Zor insanları sakinleştirme teknikleri
- Memnuniyetsiz kişileri memnun etmek

Eğitim Yöntemi: Sunum, interaktif uygulama, vaka çalışmaları.

PROBLEM ÇÖZME VE KARAR ALABİLME

 Tüm Çalışanlara Yönelik



Problemler ve kararlar hayatın önemli bir gerçeği aynı zamanda gerekliliğidir. Olumsuz algılar zaman zaman zihnimize yerleşse de aslında güzel bir gelişim fırsatı olarakta görülmelidir. Bu noktada sadece bakış açısı yeterli olmaz; öncelikle problemi fark etmek, tanımlamak, çözüm yolları üretmek yani bir bütün olarak ele almak önemlidir.

Eğitimin Hedefleri

Problem/çözüm kavramları ile problemlerin doğası hakkında bilgi vermeyi, problem çözmede kullanacakları yaratıcı, etkili araçlarla tanıştırmayı, en iyi çözüm aracı olan zihnimizi etkin kullanmayı öğretmeyi ve bu araçların kullanımını konusunda yetkinlik kazandırmayı hedeflemektedir.

Eğitim İçeriği

- Ne kadar bildiğini biliyor musun?
- Sevgi problemin çözümüne nasıl bir engel olabilir?
- Tecrübe problem çözümünde her zaman avantaj mıdır?
- Konfor alanından çıkmaya hazır mısınız?
- Bugün havanız nasıl?
- En kötü karar neden kararsızlıktan iyidir?
- Neden kararlarımızı değiştirmemiz gerekir?
- Detaylarda boğulmamak

Eğitim Yöntemi: Sunum, Örnek vakalar üzerine tartışma, soru-cevap

YÖNETİCİ VE LİDERLİK I

🕒 2 Gün

👥 Yöneticiler



Organizasyonu oluşturan yöneticilerin, liderlik becerilerini kazanması ve bu becerileri etkin kullanır hale getirerek hedeflerine ulaşmasını sağlar.

Kurumsal ve bireysel gelişimin anahtarı, doğru liderlik modeliyle, doğru yönetilen ekiplerin elindedir.

Eğitimin Hedefleri:

Kişilerin liderlik ve yöneticilik kavramlarını benimseyerek, liderlik rol modellerini oluşturmaları hedeflenmektedir.

Eğitim İçeriği:

- Liderlik ve Yöneticilik Arasındaki Farklar
- Yönetici / Lider Kimdir?
- Yönetici / Lider Ne yapar?
- Yönetici / Lider Nasıl Yapar?
- Liderliğe Derin Bakış
- İyi Liderin Özellikleri Nelerdir?
- Liderler Hangi Becerilerini İyi Kullanır?
- Liderlerin Üç Ana İş Çemberi
- Birey/Görev/Takım

Eğitim Yöntemi: Sunum ve interaktif uygulamalar, soru-cevap çalışmaları, eğitsel oyunlar, vaka analizleri, role playler ve bireysel çalışmalardır.

YÖNETİCİ VE LİDERLİK II

🕒 2 Gün

👥 Yöneticiler

Çalışanlar şirketleri değil, insanları terk ederler. İyi yöneticilerin liderliğinde, ortak amaç duygusuyla hareket edebilen organizasyonlar verimliliği yakalayabilir.

Lider Yönetici, motive edebilen ve kişileri hedeflere yönlendirebilen kişidir.

Eğitimin Hedefleri:

Kişilerin sürdürmekte olduğu Liderlik ve Yöneticilik rollerine ilişkin yetkinliklerinin artırılması hedeflenmektedir.

Eğitim İçeriği:

- Dinlemek
- Etkin Geri Bildirim vermek
- Planlama
- Zaman Yönetimi
- Etkin Toplantı Yapma Becerileri
- Motivasyon Becerileri
- Birebir Toplantılar

Eğitim Yöntemi: Sunum ve interaktif uygulamalar, soru-cevap çalışmaları, eğitsel oyunlar, vaka analizleri, role playler ve bireysel çalışmalardır.

YÖNETİCİ VE LİDERLİK III

🕒 2 Gün

👥 Yöneticiler



İşlemekte olan ideal liderlik modeli; koçluk ve eğitim becerileri ile birleştiğinde, ortaya mükemmel sonuçlar çıkar. İyi lider; ne zaman yöneticilik, ne zaman koçluk, ne zaman danışmanlık yapacağını bilen liderdir.

Eğitimin Hedefleri:

Liderlik ve Yöneticilik Becerilerinin koçluk modeliyle birleştirilerek, etkinleştirilmesi hedeflenmektedir.

Eğitim İçeriği:

- OJT- İş Başı Eğitimleri
- Takım Ruhu Yaratmak
- Eğitim Becerileri
- Koçluk Becerileri

Eğitim Yöntemi: Sunum ve interaktif uygulamalar, soru-cevap çalışmaları, eğitsel oyunlar, vaka analizleri, role playler ve bireysel çalışmalardır.

ÇATIŞMA YÖNETİMİ

🕒 5 Saat

👥 Tüm Çalışanlara Yönelik



Çatışma hayatımızın her anında yaşadığımız bir durumdur. Önemli olan çatışmaları oluşmadan engelleyebilmek, eğer bir çatışma yaşıyorsak da yaşanan çatışmayı zarar görmeden ve zarar vermeden yönetebilmek, duygularımızın farkına vararak kontrol altına alabilmektir.

Eğitimin hedefi;

Çatışmaların ana kaynaklarını bulabilmelerini, çatışmaları yönetirken nasıl yaklaşılması gerektiğini anlamalarını ve çatışmaların oluşmasını nasıl engelleyebileceklerinin farkına varmalarını sağlamak.

Eğitimin içeriği;

- Çatışma nedir?
- Neden çatışıyoruz?
- Çatışmanın duygusal boyutları nelerdir?
- Çatışmaları nasıl çözeriz?
- Çatışmaların oluşmasını nasıl engelleriz?

Eğitimin yöntemi:

Sunum, Örnek vakalar üzerine çalışma, soru-cevap, video, grup tartışması

GERİ VE İLERİ BİLDİRİM

🕒 5 Saat

👥 Tüm Çalışanlara Yönelik



Bu eğitimle amacımız, iletişim becerilerinin içinde en önemli unsurlardan biri olan ve genellikle zorlandığımız bir alan olan geri bildirim vermek konusunda daha donanımlı hale gelmek, geri bildirim tamamlayıcı bir yaklaşım olan “ileri besleme” kavramlarını detaylı olarak tanıyarak farkındalık yaratmaktır.

Eğitimin Hedefleri:

Geri Bildirim ve İleri Besleme kavramlarını hem iş yerimizde hem de özel hayatımızda günlük bir alışkanlık haline dönüştürmemize katkıda bulunmaktadır.

Eğitim İçeriği:

- Neden Geri Bildirim?
- Geri Bildirimin Algoritması
- Yapıcı ve Yıkıcı Geri Bildirim
- Geri Bildirim Vermenin İncelikleri
- Geri Bildirime Tamamlayıcı Yaklaşım: İleri Besleme
- İleri Besleme Kültürünün Özellikleri

Eğitim Yöntemi: Sunum, Örnek vakalar üzerine tartışma, soru-cevap

Eğitim kataloğunda yer alan tđm eğitim programları öncelikle kendimizi tanımamızı, potansiyelimizi ortaya çıkarmamızı ve gelişmemizi sağlayarak; işimize, ekibimize ve organizasyonumuza pozitif etki ederek kariyerimizde daha donanımlı ve profesyonel olabilmemiz amacıyla tasarlanmıştır.

Teknik eğitimlere yönelik talepleriniz olması durumunda ise İnsan Kaynakları Mđdrlđđđ ile iletişime geçebilirsiniz.

Siz değerli çalışma arkadaşlarımızın "**Eğitim Katalođu 2023**" kapsamındaki eğitim programlarından en st düzeyde yararlanmanızı dileriz.

Eğitimlerimizde görüşmek üzere!



Eđitimlere kayıt olmak için
QR kodu okutunuz.