SGK EĞİTİM, ARAŞTIRMA VE GELİŞTİRME MERKEZİ BAŞKANLIĞI TARAFINDAN DÜZENLENEN EĞİTİMLER

”Rehberlik Halkla İlişkiler ve İletişim Eğitimi” programı çerçevesinde tüm Türkiye’de SGK bünyesinde rehberlik kısmında çalışan personele aşağıdaki konularda Marmaris’te eğitimler verilmiştir:

- Kendini ve Başkalarını Tanımada Yüz Okuma Sanatı (Fizyognomi)
- İş Hayatında Uyumlu İlişkiler ve Çatışma Yönetimi
- Hedefimize Ulaşmada Motivasyon
- Stres ve Öfke Yönetimi
- Problem Çözme ve Sorunların Üstesinden Gelme Becerisi

Küçülen
dünyada
Büyüyen
hayallerinizin
adresi
www.enpusula.com

Zor İnsanlarla Baş Etme Yolları
1. Soğuk Kanlı Olun
Faydaları: Kontrolünüzü kaybetmeye, Problemin girdabından uzaklaşma.
Nasıl: Olanlıklı olmaktan uzak kişilerle karşılaştığınızda ilk kural,
kontrolünüzü kaybetmek ve soğuk kanlılığınızı devam ettirmedir. Ne kadar
zorlasa karşınızdaki kişiyle daha iyi mücadelede edersiniz.
Kendiniz kızgın ve öfke hissi kontrolüne uğramış hissettiğinizde, sonradan
pişman olacağınız sözler söylemeden derin bir nefes alın ve içinizden 10'a
kadar sayın lütfen. Çoğunlukla 10'a geldiğinizde, daha iyi baş etmenin bir
yolunu bulacaksınız ve problemi tolmandıracağınıza şiddetini yumuşatmış
olacaksınız. Kızgınlığınız halde durumunuz değişmediyse, mümkünse
bulunduğunuz yerden çıkın ve sakinleştikten sonra tekrar konuya dönün.
Rehberlik,
Halkla İlişkiler
ve İletişim
Eğitimi

Rehberlik,
Halkla İlişkiler
ve İletişim
Eğitimi
Küçülen
dünyada
Büyüyen
hayallerinizin
adresi