



İş Yaşamında Esneklik ve Uyum Eğitimi

KG2524

Eğitim Amacı

Çalışanların değişimlere ve belirsizliğe hızla adapte olma becerilerini geliştirerek, psikolojik dayanıklılıklarını (rezilyans) artırmalarını ve verimliliklerini korumalarını sağlamaktır.

Eğitim Detayları

Kurumsal Eğitim
 Kapalı Grup / Bire-bir
 Online Yüz Yüze

Eğitim Süresi: 1 Gün / 6 Saat
 Sertifika: Katılım Sertifikası
 Eğitim Takvimi: Hİ / HS

Eğitim İçeriği

• Değişim ve Esnekliğin Temelleri

- Değişimin Psikolojisi: Direnç ve Kabul Aşamaları
- Esneklik (Adaptasyon) ve Çeviklik Kavramları
- İş Yaşamında Esnekliğin Bireysel ve Kurumsal Faydaları

• Psikolojik Dayanıklılığı (Rezilyans) Geliştirme

- Belirsizliği ve Kaosu Yönetme Becerisi
- Hata ve Başarısızlıkları Gelişim Fırsatı Olarak Görme
- Kendine Şefkat ve Olumlu İç Diyalog Geliştirme

• Adaptasyon İçin Proaktif Stratejiler

- **Yeni Bilgi ve Becerilere Hızla Uyum Sağlama (Öğrenme Çevikliği)**
- **Planlamada Esneklik:**
 - Planları Hızla Revize Etme ve Alternatif Çözümler Üretme
 - Önceliklerin Değişimiyle Başa Çıkma
- **Farklı Çalışma Tarzlarına ve Ekip Dinamiklerine Uyum Sağlama**

• Değişime Liderlik Etme ve İletişim

- Değişimin Nedenlerini Anlama ve Paydaşlara Açık İletişim Kurma
- Ekip İçinde Değişim Kaynaklı Stresi Yönetme
- Yapıcı Geri Bildirim Alarak Uyum Sürecini Hızlandırma

• Zorlu Durumlarda Karar Alma

- Kısıtlı Bilgi Altında Hızlı ve Yeterli Kararlar Alma
- "En İyi" yerine "Yeterince İyi" Çözümlere Odaklanma
- Yenilikçi Düşünceyi Teşvik Etme

Hedef Kitle

Sürekli değişim geçiren sektörlerde çalışanlar, organizasyonel dönüşüm süreçlerinde yer alan personel ve uyum yeteneğini geliştirmek isteyen herkes.

