



**KİŞİSEL MOTİVASYON  
EĞİTİMİ  
1 GÜN**



**Digital Vizyon**  
Akademi

[www.digitalvizyon.net](http://www.digitalvizyon.net)



## Eğitim Hakkında

“Zor İnsanlarla Başa Çıkma Eğitimi” programı, profesyonel ortamlarda karşılaşılan zorlayıcı kişiliklerle ve davranışlarla etkin bir şekilde başa çıkma becerilerini geliştirmeyi hedefler. İş hayatı, çeşitli kişiliklerin bir araya geldiği, zaman zaman stresli ve çekişmeli durumlarla dolu bir ortam oluşmaktadır. Bu tür zorlayıcı durumlar, iş yerindeki verimliliği, işbirliğini ve genel huzuru olumsuz etkileyebilmektedir. Bu eğitim, katılımcılara zor insanlarla etkili bir şekilde başa çıkma stratejileri sunmaktadır. Böylece, bu tür durumları profesyonellikle yönetme yeteneklerini geliştirir.

Eğitim boyunca, çeşitli zorlayıcı davranış türleri ve bu davranışların altında yatan nedenler detaylı bir şekilde incelenmektedir. Katılımcılar, agresif, pasif-agresif, çatışmacı ve çekingen gibi farklı davranış modellerini tanımaktadır. Ayrıca, bu davranışlara karşı nasıl etkili bir iletişim kurulacağını öğrenirler. Program, zor kişiliklerle başa çıkarken kullanılacak iletişim teknikleri ele alır. Bunun yanı sıra, çatışma çözme stratejileri ve duygusal zeka uygulamalarını içerir.

Katılımcılar, gerçek hayat senaryoları üzerinden role-play yaparak öğrendiklerini uygulamalı olarak deneyimlerler. Bu etkileşimler, onlara zor durumlarla başa çıkma konusunda güven kazandıracaktır. Bunun yanı sıra, etkili iletişim becerilerini geliştirmelerine yardımcı olur. Eğitim ayrıca, zor insanlarla başa çıkmanın stres yönetimi üzerindeki etkilerini de ele almaktadır. Bununla birlikte, katılımcılara bu stresi yönetme yollarını sunar.

Program, profesyonellerin zorlu iş ortamlarında başarılı olmalarını sağlayacak stratejilerle donatılmıştır. Katılımcılar, bu eğitim sayesinde zorlayıcı kişiliklerle nasıl başa çıkacaklarını öğrenir. Ayrıca, stres altında nasıl sakin kalacaklarını ve çatışmaları nasıl etkili bir şekilde yöneteceklerini öğrenirler. Bu beceriler, iş yerinde daha huzurlu ve üretken bir ortam yaratmalarına olanak tanır.

“Zor İnsanlarla Başa Çıkma Eğitimi”, iş ortamında karşılaşılan zorlayıcı durumlarla başa çıkmak için gerekli becerileri kazandırmayı amaçlar. Katılımcılar, zor kişilik tiplerini anlama ve onlarla etkili bir şekilde iletişim kurma konusunda uzmanlaşır. Aynı zamanda stres yönetimi tekniklerini de öğrenirler. Bu eğitim, profesyonellerin iş yerinde karşılaştıkları zorlukları aşmalarını ve kariyerlerinde ilerlemelerini sağlayacak değerli bir kaynaktır. Eğitim, katılımcıların zor insanlarla başa çıkma becerilerini geliştirmelerine ve iş yerinde daha başarılı ve etkin olmalarına yardımcı olur.



## Neler Öğreneceksiniz

- Zor insanların davranış türlerini tanıma ve anlama.
- Çatışma çözme stratejileri ve etkili iletişim teknikleri.
- Duygusal zeka kullanarak zor durumları yönetme.
- Kendi duygusal tepkilerinizi kontrol altında tutma ve profesyonellik.
- Çalışma ortamında pozitif ve üretken ilişkileri teşvik etme.
- Stres yönetimi teknikleri ve zor insanlarla başa çıkarken kendini koruma.

## Kimler Katılnmalı

- İK profesyonelleri.
- Yöneticiler ve takım liderleri.
- Müşteri hizmetleri temsilcileri.
- Satış ve pazarlama çalışanları.
- Eğitimciler ve sağlık profesyonelleri.
- Zor kişiliklerle sık sık etkileşimde bulunan herkes.

## Eğitim İçeriği

### 1 Gün

- Açılış ve katılımcılarla tanışma.
- Zor kişilik türleri ve davranış modellerini tanıma.
- Temel çatışma çözme stratejileri ve iletişim teknikleri.
- Duygusal zeka ve zor durumları yönetme.
- Stres yönetimi ve kendini koruma teknikleri.
- Role-play: Gerçek hayat senaryolarında uygulama.

### Kapanış:

- Eğitimin özeti ve katılımcı geri bildirimleri.

Bu eğitim, katılımcılara zor kişiliklerle etkili bir şekilde başa çıkma ve çatışmaları profesyonellikle yönetme konusunda gerekli araçları ve bilgileri sunarak, iş yerinde daha huzurlu ve üretken bir ortam oluşturmalarına yardımcı olacaktır.