

**PERSONEL DAİRESİ BAŞKANLIĞI**  
**HİZMETİÇİ EĞİTİM ŞUBE MÜDÜRLÜĞÜ**  
**Anket Görüşleri**

**10.Psikolojik Dayanıklılık\_12/05/2025**

**Eğitimde öğrendiklerinizden iş/günlük yaşamınıza taşıyabileceğiniz kazanımlarınızı yazınız.**

- Çok faydalı ve dolu dolu bir eğitimdi
- Günlük hayatımızı çok da etkileyecek bir eğitim olduğunu ve başlık ile de uyumlu bir eğitim olduğunu düşünmüyorum
- Yaşadığım zor veya kötü olaylar karşısında sorunu öncelikle yerine, sorunu anlayıp çözüme odaklanmam gerektiği bilincine ulaştım.
- Zorluklar karşısında psikolojimizi yönetebileceğimizi öğrendik

**Katıldığınız eğitimi tamamlayacağını düşündüğünüz diğer eğitimleri yazınız.**

- Duyguların kontrollü ve bilinçli kullanımı
- İş hayatında ve gündelik yaşamda stresle başa çıkma üzerine olabilir

**Eğitim ile ilgili diğer görüş ve önerilerinizi belirtiniz.**

- Çok yararlı bir eğitimdi
- Daha sık bu tarz etkinlikler olmasını dilerim. Sadece bayanlara değil karma da yapılabilir.
- Oyun ile başlaması ve oyuna katılanlardan biri olarak ben hem eğlendim hem de olaylara bakış açımı değiştirdi.