

## TBMM'de “Stres Yönetimi Eğitimi” Konferansı

TBMM Başkanlığı İdari Teşkilatı tarafından 1 Şubat'ta personelin iş yoğunluğundan kaynaklanan stresi azaltarak çalışanların gelişim ve verimliliğine katkı sağlamak amacıyla “Stres Yönetimi Eğitimi” konferansı düzenlendi. Konferansa milletvekilleri, TBMM Genel Sekreter Yardımcısı Haydar Çiftçi, Meclis bürokratları ve çok sayıda personel katıldı.

Konferansta konuşma yapan Prof. Dr. Nevzat Tarhan, insan beyninde karar mekanizmalarının bozulması sonucunda insan organlarının ritimlerinde de bozulmalar meydana geldiğini belirterek “İnsan organlarının ritmi de bozulduğu zaman insan hastalıklarla mücadele edemiyor. Sonuç olarak da kişiye özel hastalıklar ortaya çıkıyor.” dedi.

Tarhan, şunları söyledi: “Kişi stres yönetimini öğrendiği zaman kendisini de rahatlatılabilir. Stres yönetimini öğrenmek, kriz yönetimini öğrenmek demektir. Karar mekanizmalarının başında olan kişiler çözüm üretmesi gereken kişiler olup kaygının ve stresin yüksek olduğu yerlerde görev yaparlar.



Bu insanların çözüm üretmek ve kriz çözmek gibi özel bir potansiyele ihtiyaçları vardır. Kişi orantısız tepki verdiği zaman kriz büyür, orantılı tepki verdiği zaman çözülür. Bir insan nerede, nasıl ve çözüm gerektiren kriz durumlarında ne yapacağını biliyorsa

öfke kontrolünü, dürtü kontrolünü, duygu kontrolünü, davranış kontrolünü öğrenmişse stresini yönetebiliyor demektir. Bu durumdaki kişiler streslerini yönetebildikleri gibi çözüm noktasında da başarılı olan insanlardır.”

## Halkla İlişkiler Personeline İşaret Dili Eğitimi



TBMM eğitim faaliyetleri kapsamında, Basın, Yayın ve Halkla İlişkiler Başkanlığı Ziyaretçi Kabul ve Rehberlik Biriminde görev yapan personele yönelik ‘İşaret Dili Eğitimi’ düzenlendi.

TBMM'ye gelen konuşma ve işitme engelli vatandaşlara daha hızlı hizmet vermek amacıyla düzenlenen eğitim, Meclis TV'de görev yapan Dilek Öztürk tarafından verildi.

Basın, Yayın ve Halkla İlişkiler Başkanlığı Ziyaretçi Kabul ve Rehberlik Biriminde görev yapan 33 personelin katıldığı eğitim, iki hafta sürdü.