

# Büyükşehir Hizmet İçi Eğitimlere Devam Ediyor



thi – Trabzon Büyükşehir Belediyesi tarafından İtfaiye Dairesi Başkanlığı personeline yönelik 'Etkili İletişim, Öfke Kontrolü ve Stres Yönetimi' konulu eğitim semineri düzenlendi.

Büyükşehir Belediyesi ile Aile Çalışma ve Sosyal Hizmetler İl Müdürlüğü iş birliğinde gerçekleşen semineri, itfaiye ekipleri ilgiyle dinledi. PDR Psikolog Uzman Dr. Betül Uzuner, katılımcıları birçok konuda bilgilendirdi.

## ÇALIŞANLAR NEFES EGZERSİZİ YAPTI

Etkili İletişim, Öfke Kontrolü ve Stres Yönetimi konulu seminerde ilk olarak Eğitim Sorumlusu Yetkin Çoban tarafından İtfaiye Dairesi Başkanlığı personeline nefes egzersizi yaptırıldı. Çoban ayrıca motivasyon, hitabet ve ekip çalışmasının önemi ile ilgili de çalışanları bilgilendirdi.

## STRES TESTİ UYGULANDI

PDR Psikolog Dr. Betül Uzuner ise yoğun mesai içerisinde görev yapan itfaiye çalışanlarına bilinçaltı temizliği seansı uyguladı. PDR Psikolog Dr. Uzuner ayrıca stres yönetimi, öz benliği koruma, bireysel kabul ve hayır diyebilmek konuları üzerine sunum gerçekleştirdi. Öte yandan itfaiye personeline uygulamalı stres testi yapıldı.

Eğitim semineri, Psikolog Uzman Dr. Betül Uzuner'in katılımcıların sorularını cevaplamasının ardından sona erdi.