



Transaksiyonel Analiz Kuramına Dayanan **İşlevsel Akıcılık Modeli ve TIFF Envanteri** ile Seanslarınızın ve Eğitimlerinizin Etkililiğini Maksimuma Çıkarın...

Danışanlarınızın

- Davranış hikayelerini keşfedin
- İşlevsel davranış hikayesi yaratmasına rehber olun
- “An”da kalarak etkili davranışları seçmelerine destek olun
- Etkili iletişim ve ilişki stratejileri geliştirmeleri için “davranış menüsü” sunun



Birey, grup ve ekiplerle çalışmalarınızda bu cümleleri duyuyor musunuz?

Çevremdeki bireylerle ilişkilerimde çatışma yaşıyorum, onlarla ortak noktada buluşamıyorum

Herhangi bir çözüm bulamadan aynı duruma tekrar tekrar düşüyorum

İşler istediğim gibi gitmediğinde öfkeyle çekip gidiyorum ya da kabuğuma çekiliyorum

Kendimi ve çevremi eleştiriyorum ve düzeltmeye çalışıyorum ilişkilerim yıprandığını hissediyorum

İş- özel hayat dengesini oturtmakta zorlanıyorum

Açık iletişimi yakalamakta ve güven ortamı oluşturmakta zorlanıyorum

Liderlik ederken sınırimi belirlemede zorlanıyorum, kendimi tüm işi üstlenirken bulunuyorum

Geçmiş problemlerin şu anda ortaya çıkmasının önüne geçemiyorum

Bir ifadeye bile cevabınız EVET ise TIFF Envanteri'nin seanslarınız ve eğitimleriniz için katma değeri büyük olacaktır...

İşlevsel Akıcılık Nedir?

İşlevsel Akıcılık, insanın yaşam enerjisini israf etmeden potansiyelini kullanabilme, kendisiyle ve diğer kişilerle ilişkisinde etkililiğini arttırma, anda olma sanatı ve becerisidir.

TIFF© Nedir?

TIFF (Temple Index of Functional Fluency- Temple İşlevsel Akıcılık İndeksi) iyi oluşu arttıran, duygusal okuryazarlığı geliştiren, davranışsal değişimi hızlandıran, tutum ve davranışları değerlendiren aktometrik bir uygulamadır.

3 farklı insan işlevindeki (Sorumluluk alma, Kendini var etme ve Anda olma) 5 etkili ve 4 etkisiz modda, 54 farklı tutum ve davranışı değerlendirerek kişilerin enerjisini nasıl dağıttığını gösterir. 108 sorudan oluşur. 18 yaş ve üstü dileyen herkese online olarak uygulanır.

İşlevsel Akıcılık ve TIFF Nedir? videosu için tıklayın.



İşlevsel Akıcılık Şarkısı için tıklayın.



Tarihçe videosu için tıklayın.



TIFF Profilinden Kesitler

Modlar:



Etkili Olmayan Mod ve Davranışlar:



Etkili Mod ve Davranışlar:



Davranışa Verilen Enerji Düzeyi:



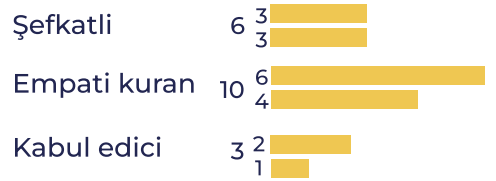
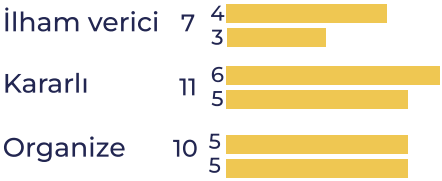
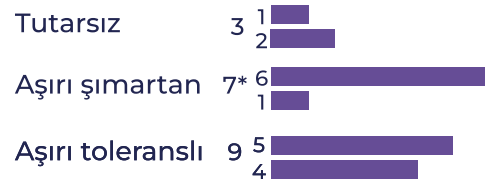
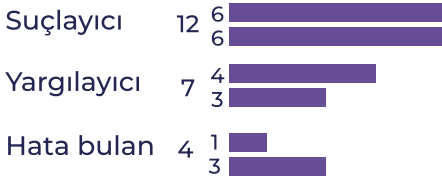
TIFF Profili'nin her modunda 6 tutum ve davranış vardır. Aşağıda 3'ü örneklenmiştir.

Bu sayfa TIFF Profil'ini ve cevapladığı soruları özetleyen bir görseldir.

?

Danışanım nasıl bir lider? Çevresindeki bireyleri nasıl ve hangi davranışlarla kontrol ediyor ve yönetiyor?

Kendisine ve çevresine nasıl ve hangi davranışlarla bakım veriyor ve onlarla nasıl ilgileniyor?



?

Geçmiş yaşantı ve deneyimleriyle ne kadar ezbere tepkiler veriyor? Etkili olmayan davranışlarını hangi etkili davranışlar ile değiştirebilir?

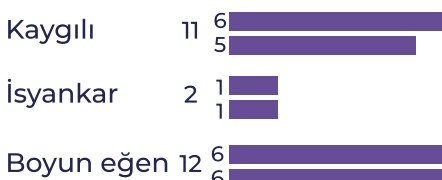
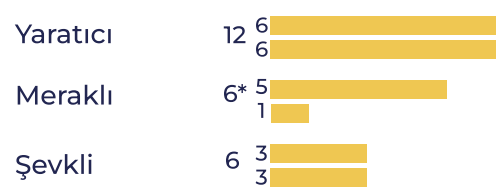
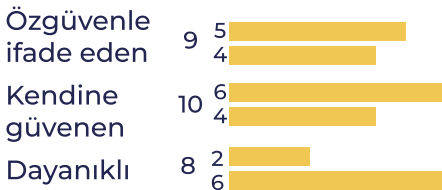
58
Gerçek
Verileri
Hesaba
Katan



?

Çevresi ile nasıl ve hangi davranışlarla ilişki kuruyor?

Kendisini dünyaya nasıl ve hangi davranışlarla ifade ediyor?



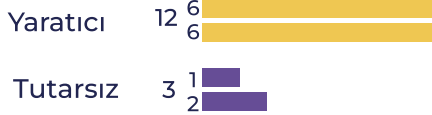
TIFF Profilinin Koçlar için Anlamı

TIFF profili, danışanın davranış hikayesinin temsilidir. TIFF profili ile danışanlarınızı günlük yaşamlarındaki davranışlarını paylaşmaya ve değerlendirmeye davet edersiniz. Birlikte yaratma anlayışı ile hikayelerini keşfedersiniz.

i

Danışanınızın güçlü ve zayıf yanlarını/ davranışlarını görürsünüz

Güçlü Yanlar:



Zayıf Yanlar:



i

Danışanınızın tutarsızlık gösteren davranışlarını görür ve sebeplerini değerlendirebilirsiniz



Örneğin; danışanınız normal yaşamında meraklı davranırken, stres durumunda merakı azalabilir.



Örneğin; danışanınız sadece kendini şımartabilir ve çevresindeki bireyleri şımartmayabilir.

i

Danışanınızın stresli dönemlerinde hangi davranışlarının tetiklendiğini, etkili olmayan davranışlar ile nasıl bir döngüye girdiğini keşfetme alanına sahip olursunuz



i

Mor- etkili olmayan davranışlar, geçmiş öğrenmeler, çocukluk yaşantıları ile verilen “tepki”leri ve “otomatik” süreçleri içerebilir. TIFF ile “şimdi ve burada” bu davranışların etkilerini ve gerçeğe uygunluğunu değerlendirirsiniz ve danışanınızın “an”a uygun yanıt vermesini desteklersiniz. Danışanınızın aşağıdaki alanlarda dönüşümü başlatmasına yardımcı olursunuz:

Geçmiş	→	“Şimdi ve burada”
Tepki vermek	→	Yanıt vermek
Otomatik davranış/ duygu	→	Otantik/gerçek davranış/ duygu

TIFF Profilinin Koçlar için Anlamı

Danışanınızın davranışlarının altındaki bedensel deneyimlerini ve duygularını keşfetmeniz için başlatıcı olur

Dominant:
Öfke duygusu

İtaatkar/Dirençli
Korku duygusu

Marshmallowing:
Acıma duygusu

Davranış hikayesinin onun ve çevresi üzerindeki etkilerini “Gerçek Verileri Hesaba Katan” davranışlar ile değerlendirebilirsiniz

Değerlendiren

Pervasız davranışlar danışanıma yararlı mı?
Amacına ulaşmasına yardımcı mı oluyor
yoksa zarar mı veriyor?

Rasyonel

Pervasız davrandığında (kırmızı ışıkta durmadan yola atladığında) yakınlarını korkutuyor.
Bu ilişkilerinde gerginliğe yol açıyor.

Etkili olmayan davranışlarını değiştirmeleri için “etkili davranış menüsü” sunarsınız

Tutarsız

Organize

Yargılayıcı

Kabul edici

Boyun eğen

Dışavurumcu

Benmerkezci

Düşünceli

Dönüşüm Süreci



Davranış hikayesinin keşfi

Kendini ifade etme, iletişim, liderlik, bakım işlevlerine dair farkındalık

Farkındalık ile psikolojik beceri gelişimi

Duygusal okuryazarlığı, iyi oluşu ve verimi artırma

Yeni hikaye tasarımı ve somut davranış dönüşümü

Yaşamın erken dönemlerinde kendimiz ve çevremizle ilgili çıkarımlar yapıp kararlar veriyoruz, kendimize bir yaşam senaryosu veya hikayesi oluşturuyoruz. Bu hikayenin bugünkü “an”a ve “gerçeklik”e uygunluğunu değerlendirmede, kendimiz veya başkaları için faydalı olmayan hedeflerimize ulaşmamızı engelleyen davranışlar içerisinde buluyoruz kendimizi... Bu durumlar, etrafımız ile iletişimimizi zedeliyor hatta kopma noktasına getirerek iş ve özel yaşamımızda verimimizi düşürerek tıkanmamıza sebep oluyor.

TA felsefesi ve uygulamalarının Türkiye’de bilinirliğini arttırmak ve uygulamaları yaygınlaştırmak amacındayım. Sizler de benzer değer ve amaçlara sahipseniz, Functional Fluency International ağına bir parçası olmayı derseniz lütfen bizimle iletişime geçiniz. Gelin, duygusal okuryazarlığı geliştirelim, kişiler arası ilişkileri ve davranışsal değişimi güçlendirelim, bireylerin ve toplumların iyi oluşunu arttıralım...



Püren Savaş Gedikoğlu- BAEd, MBA
Functional Fluency Turkey Ülke Network Kurucusu



**Functional
Fluency**

Türkiye



Varyap Meridian A Blok
D:11 Batı Ataşehir, İstanbul
+90 216 514 98 07

🌐 functionalfluency.com/tr
✉ bilgi@functionalfluency.com



11A Beechwood Crescent, Chandlers
Ford SO53 5PE, England
+44 7986 297775

📱 [functional.fluency.turkey](https://www.instagram.com/functional.fluency.turkey)
🌐 [Functional Fluency Turkey](http://FunctionalFluencyTurkey.com)