

TIFF ile Transformasyon Hikayeleri



Öykü Altan

Ekonomist

TIFF© geribildirim sürecimde hayatımın önemli bölümünü kapsayan bireysel ve toplumsal ilişkilerimde sağlıklı iletişim kurabilmek adına hangi adımları izlemem gerektiği konusunda farklı bir vizyon kazandım. Mor tuzaklardan (etkili olmayan davranış) uzak durabilmek için neler yapmam gerektiği konusunda bilgilendirildim. Olmak istediğim kişiye dönüşebilmem için güzel bir yol haritası öğrendiğimi düşünüyorum. Hayatımın her alanında yararlanabilirim.



Şebnem Özztürk

Kalite Kontrol Müdürü,
Profesyonel Yönetici, Koç&Mentor,
Yetişkin Öğrenim Tasarımcısı

Özellikle önce kendisinin sınırlarını belirlemesi ve kendini tanıması ile ilgili ihtiyacı karşılayan bir eğitim oldu. İlk önce uygulanan TIFF© ve sonrası almış olduğum bire bir geri bildirim hem eğitimde odaklanmamı hem de ilişkilerimde sınırlarımı belirlememi sağladı.



Fatma Tuba Uçar

Danışman, Freelance

TIFF© eyleme geçebilmek için yol haritasını netleştiren bir araç... Kendimi sabote ettiğim ve enerjimi boşa harcadığım alanları gördüm. Kendime bahanem kalmadı...



İsmihan Şentürk

İşletmeci

Bir süredir bildiğim, ancak yaşamıma tam anlamıyla dahil edemediğim mindfulness kavramının ete kemiğe bürünmesi, işlevsel akıcılık kavramını idrak etmem ve TIFF© sayesinde kendimi daha iyi tanımam ile mümkünleşti. Hem bedensel, zihinsel, ruhsal olarak kendinin an içindeki durumunun bilincinde olmanın, hem fiziki ve sosyal çevre verilerini fark etmenin, bu veriler sonrası seçimlerimizle hayatı verimli, anlamlı yaşayabilmenin mümkün olduğunun farkındalığını yaşadım



Hande Kulakçı

Serbest Meslek

İşlevsel Akıcılık ve TIFF deneyimi benim için çok değişik ve verimli oldu. Hem kendimi hem de daha içimdeki kendimi keşfetmeme sebep oldu. Güçlü ve zayıf yönlerimi (içimde bildiğim) somutlaştırmamı sağladı. Farklı bakış açıları kazanmamı sağladı. Böyle kıymetli bir çalışma içinde olmaktan çok mutluyum, çok teşekkür ederim.



Müge Özdemir

Eğitmen, Danışman
Ezber Bozan Eğitim ve Danışmanlık

TIFF© Farkında, bilinçli ve otantik olmayı, kendi biricikliği ifade etmeyi, kısacası otomatikten gelen etkisiz davranış örüntülerini fark etmemi sağladı.

Eğitmen olarak duygusal okuryazarlık becerim güçlendi. Eğitim sırasında tepki vermek yerine yanıt vermeyi tercih etmemi sağladı.