

İnteraktif Koçluk Çalışması: 2025 Verimlilik Muhasebesi & 2026 Yol Haritası

👉 Şirketlerinizde yapay zeka verimliliği artırırken, çalışanlarınızın 'Zihinsel (Bilişsel) Egemenliğini (Cognitive Sovereignty) korumak için bir planınız var mı? Yoksa çalışanlarınız birer 'prompt operatörüne' mi dönüşüyor?

Bu çalışma kağıdı, Dr. Yasemin Manavbaşı Seminer Fabrikası Eğitim ve Danışmanlık tarafından, podcast'lerde ve eğitimlerde anlatılan içerikleri iş hayatınıza ve günlük hayatınıza taşıyabilmeniz için hazırlandı.

Keyifli bir keşif yolculuğu olmasını dileriz.

📌 2026 Anahtar Kelimelerimiz

#Bilişsel Sürdürülebilirlik (Cognitive Sustainability)

Giderek yapay zekaya bağımlı hale gelen sistemlerde insan uzmanlığının ve zihinsel kapasitenin korunması; odaklanma, derin düşünme, öğrenme vb.

#Zihinsel Egemenlik

Yapay zekanın her türlü veriyi, analizi ve öneriyi sunduğu bir dünyada, "son kararı verme yetkisini" ve "olayın mantığını kavrama yetisini" teknolojiye devretmemektir.

2025 VERİMLİLİK MUHASEBESİ

ALTIN HASAT (BAŞARILAR VE KAZANIMLAR)

Soru 1: 2025'in Ocak ayındaki ile bugünkü arasındaki en büyük olumlu fark ne?

Soru 2: Kimsenin alkışlamasına gerek kalmadan, kendi içinizde 'Bravo bana, bunu da hallettim' dediğiniz o gizli zaferiniz hangisi?

USTALIK DENEYİMİ

Soru 3: O şeyi başarırken hangi kasınızı (sabır, yaratıcılık, strateji) kullandınız?

Soru 4: Bu başarı size hangi rengi kattı?

BEKLENMEDİK CEVHERLER (SÜPRİZ KAZANIMLAR)

Soru 5: 2025 planlarında olmadığı halde hayatın size getirdiği, sizi şaşırtan en güzel gelişme veya tanışıklık neydi?

Soru 6: Bu cevherin hayatınıza girmesi için hangi 'kontrol bariyerinizi' yıktınız?
Bu fırsatı fark etmenizi sağlayan esnekliğiniz hangi sabit fikrinizden vazgeçmenizle mümkün oldu?

BİLGELİK MALİYETİ (HAYAL KIRIKLIKLARI VE ÖĞRETİLER)

Soru 7: İsteddiğiniz gibi gitmeyen o şey, size 2026'da başvurabileceğiniz hangi 'kullanma kılavuzunu' bıraktı?

AÇIK DÖNGÜLERİ KAPAT ZİHNİ BOŞALT

ZİHNSEL ENVANTER ÇIKARALIM (BRAIN DUMP)

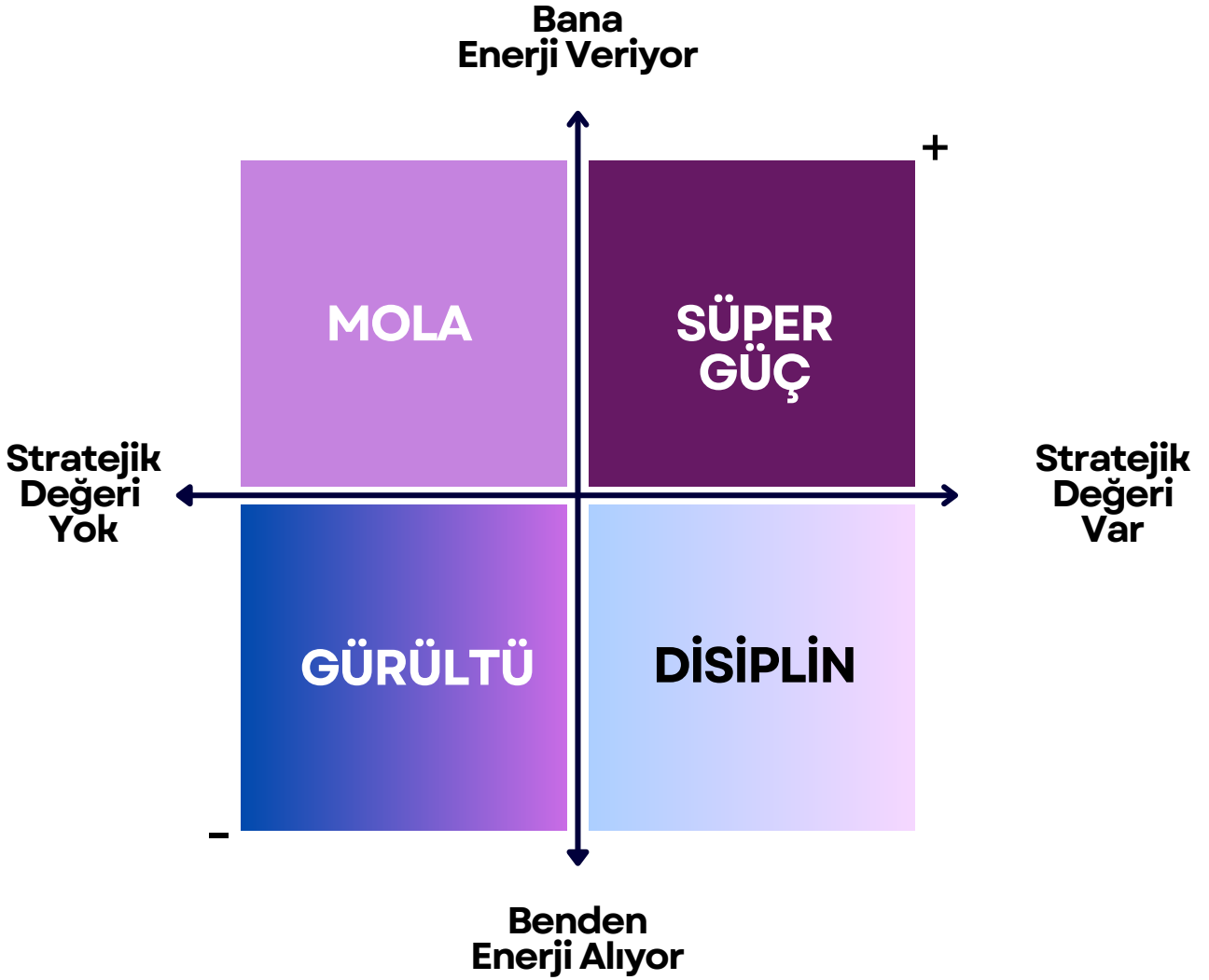
- Kafanızda yer tutan her şeyi gelişi güzel kağıda aktarın. Cümle, kelime veya resim halinde olabilir.

AÇIK DÖNGÜLERİ KAPAT ZİHNİ BOŞALT

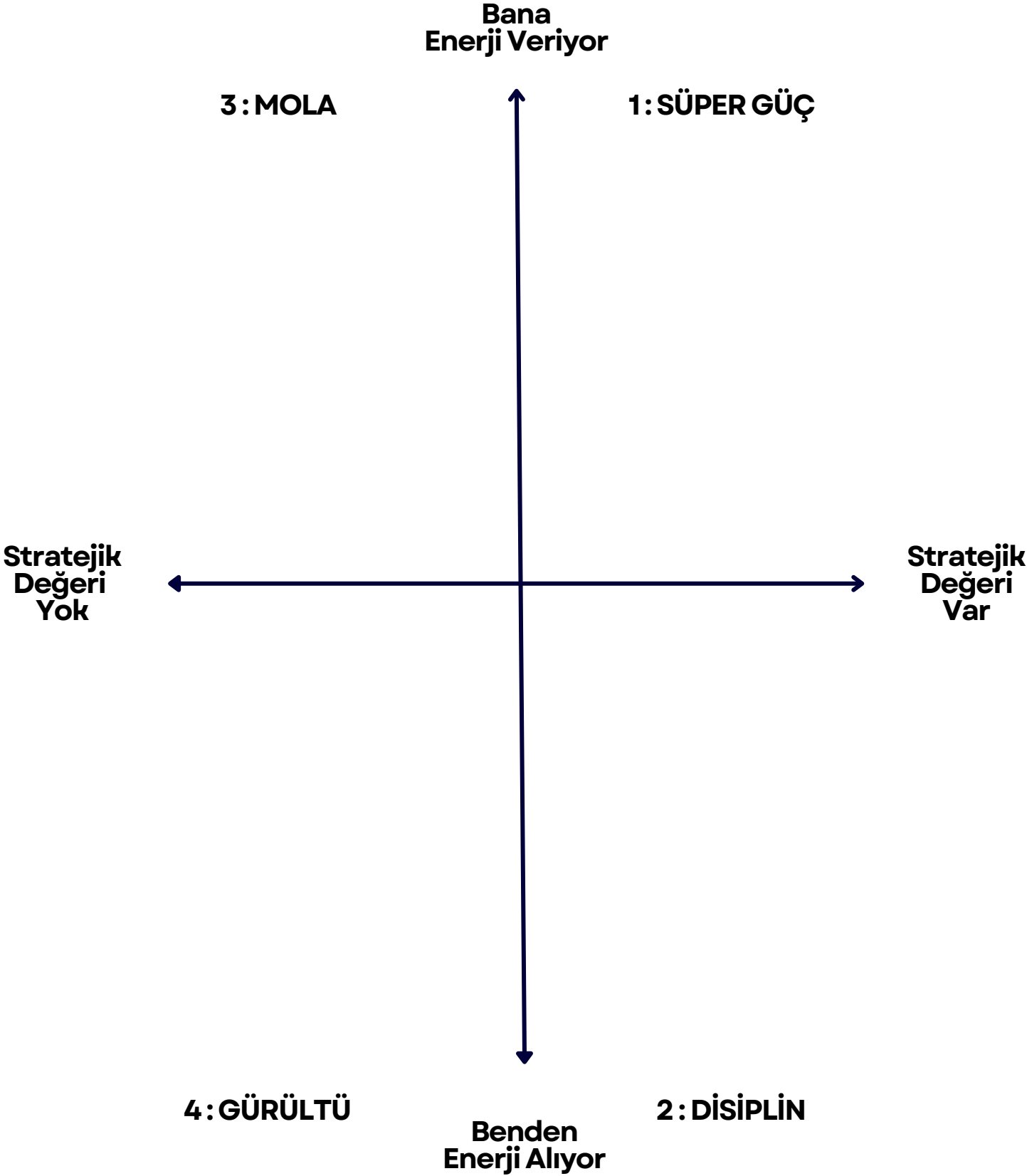
ENERJİ DENETİMİ

- Yazdığınız her girdiyi tek tek ziyaret edin
- Bu iş size enerji mi veriyor sizden enerji mi alıyor?
- Yanına + ya da – işaret koyun

ŞİMDİ HER GİRDİYİ AŞAĞIDAKİ MATRİSE YERLEŞTİRİN:



DEĞER ENERJİ MATRİSİ



DEĞER ENERJİ MATRİSİ