

ÜST DÜZEY YÖNETİCİLERE
KOÇLUK YAPAN UZMAN
PSİKOLOG & KİŞİSEL
GELİŞİM UZMANI

GÜLŞAH ERTEKİN

“BAŞARININ SIRLARI”NI
ANLATTI



Uzman Psikolog ve Kişisel Gelişim Uzmanı Gülşah Ertekin eğitimi, Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nde; yüksek lisansını da Boğaziçi Üniversitesi'nde tamamladıktan sonra, psikoloji temelini üzerine, yurtdışında aldığı NLP eğitimlerini eklemiştir. Kişisel gelişim alanında iş dünyasına koçluk yapan dünyanın en iyi uzmanlarıyla çalışma ve onların eğitimlerine asistanlık yapma fırsatı olmuş. Aldığı tüm eğitimlerin sentezini oluşturmuş ve Türk kültürüne uyarlamış ve birikimlerini paylaşmak için, 2 yıldır kendi firmasında şirketlere yönelik seminerler düzenliyor ve politikacılardan, üst düzey yöneticilere kadar birçok kişiye koçluk hizmeti sunuyor. Gülşah Ertekin'e yaşam koçluğunun ne demek olduğunu ve başarıda NLP modellendirme sisteminin anlamını, vasat insanlarla başarılı insanlar arasındaki farkı sorduk?

NLP nedir ve hangi alanlarda kullanılır?
“NLP modern dünyadaki en gelişmiş ‘insan davranışını değiştirme sanatı’dır. 1970’lerde Richard Bandler ve John Grinder tarafından ‘Başarılı insanlarla vasat insanlar arasındaki fark nedir?’ sorusuna cevap aranırken bulunmuş bir ‘kişisel gelişim tekniği’dir. Tecrübelerin ve mükemmelliğin modellenmesi şeklinde tanımlanan NLP, kişilerin hedeflerine ulaşmasında onlara yol gösteriyor. İş dünyasında, iletişim alanında, sağluktaki, terapist, liderlikte daha doğrusu yaşamın her alanında daha ‘ne kadar başarılı olabiliyorum?’ diye düşünenlere yönelik heyecanlı bir yolculuk aslında.”
NLP koçu, üst düzey yöneticilere ne kazandırır?

NLP, güçlü bir iletişimci olmaları için gereken bilgileri alıp; yaşamlarında uygulamaları için gerekli beceriyeye sahip olmalarını sağlar. Aldığım psikoloji eğitimimde iletişimde kelimelerin %7, ses tonunun %38 ve beden dilinin öneminin %57’lik bir öneme sahip olduğunu öğrendim. NLP bana bu bilgiden nasıl yararlanacağım konusunda yol gösterdi.”
Üst düzey yöneticilikte iletişimin hayati önem taşıdığı bir alan olmasına rağmen, ülkemizde bu alanda eğitim boşluğu var. Benim eğitimlerimde hedefim; yöneticilerin kendilerine farklı bir boyuttan bakıp, güçlü

iletişimciler olmalarını sağlamak. Özellikle politikacıları izledim; dilleri iyi bir şey söylerken; vücutları ve ses tonlarıyla, söylediklerinin tam zıttını söylediğini fark ediyorum. Aklî dilyle konuşuyorlar; Oysa izleyicilerin bilinçaltı bunu çok net anlar. Dünyayı peşinden sürükleyen liderler; nasıl konuşuyor; bunları araştırdım: J.K. Kennedy, Gandhi gibi liderlerin yaşamlarını inceledim. Ben şanslı bir insanım, çünkü bu alanda dünyanın en iyi uzmanlarıyla çalıştım; ve aldığım bilgiyi kristalize bir şekilde sunmayı öğrendim.

NLP öğrenmek sizin yaşamınıza nasıl bir katkı sağladı?

Ben çocukluğumdan beri annemi anlamakta zorlandım. Kendimi bildim bileli annem, üst

düzey yöneticidir. NLP’de uzmanlaştıktan sonra, annemim mükemmel bir iş kadını olduğunu anladım; NLP bir modelleme sistemidir, ben de onun stratejilerini kullanıyorum. Benim koçum da, annem. Onu dinledikten sonra iş yaşamında başarıyı yakaladım. Annem en büyük destekçim ve bir yöneticinin ailesine vakit ayırarak zirveye ilerlemesi için neler yapması gerektiğini öğrendim ve bunu öğretiyorum. Yaşamda hiçbir şey tesadüf değil. Her sabah tekrarladığım bir söz, ‘Dünyada görmek istediğiniz şeyin örneği olun’ demiş Gandhi. Değişime önce kendinizden başlamalısınız. İnançlarınızı ve kendi doğrularınızı yeniden gözden geçirdim, neden bazı insanlara çabuk uyum sağladığımı bazılardan

“NLP, kişilere güçlü bir iletişimci olmaları için gereken bilgileri alıp; yaşamlarında uygulamaları için gerekli beceriyeye sahip olmalarını sağlar.

Aldığım psikoloji eğitimimde iletişimde kelimelerin yüzde 7, ses tonunun yüzde 38 ve beden dilinin öneminin yüzde 55’lik bir öneme sahip olduğunu öğrendim. NLP bana bu bilgiden nasıl yararlanacağım konusunda yol gösterdi.”



kaçtığımı anladım. NLP bir modelleme sistemidir. Annemim çok başarılı bir iş kadını olduğunu ve onun bu özelliklerini kendime onu örnek almam gerektiğini anladım. Hepimizin içinde işildemeyi bekleyen bir elmas var, ilk bakışta kömürü görüp yontmaktan vazgeçmek de bir seçenek; gelip birinin yontma işlemini gerçekleştirmesini istemek de bir seçenek (beyaz atlı prens efsanesi); kararlılıkla yontmaya devam etmek ise, işte bu insanları önünde tüm dünya saygıyla eğilir.

Dünyanın en başarılı iş adamları, sporcuları ve oyuncuları koçlarla çalışıyor, koçluk nasıl bir sistem?
Her zaman yaptığımız şeyleri yaparsanız, her zaman elde ettiğiniz sonuçları alırsınız.

Eğitim aldığım uzmanlar ülkelerinde zirvedeki insanlarla çalışmış. Örneğin Donald Trump’a iş dünyasında; Nicole Kidman’a oyunculuk alanında; Andre Agassi’ye spor dalında koçluk yapan hocalarımdan öğrendiğim temelleri uyguluyorum. NLP, her bireyin özel ve farklı olduğu vurgular. Örneğin bir yönetici stres altında motive olduğunu bu yüzden çalışmalarına sürekli stres ortamı oluşturduğunu fark etti; ama bu onun programıydı; çalışmalarının değil. NLP programını uyguladıktan sonra rahat ve destekleyici bir ortamda çalışanlarımdan daha üstün performans aldığımı gördüm ve daha sonra çocuklarını da aynı baskıyı uyguladığını anladığımda, onlarla daha kaliteli bir iletişim kıştırdı.

İş kadınlarının bu konuya ilgisi ne düzeyde?

Oldukça tanınmış bir şirketin üst düzey yöneticilerinden bir bayanın, topluluk önünde konuşamama korkusu vardı. Kısa sürede bu korkuyu nasıl yeneceğini öğrendi. Bir süre sonra uluslararası bir konferansta, konuşmacı olduğunu gördüm ve kendisini izledim. Çalışmamız mükemmel sonuç vermişti. Sunum bitikten sonra kokteylde beni gördüğünde, birden bana sarıldı. İnsanların yaşamında fark yaratmak harika bir duygu.

Politikacılarla ne tür çalışmalar yapıyorsunuz?

Ankara’da çok sevilen bir bürokratla çalışıyorum, bu bey ‘duygu kontrolü’

“Her zaman yaptığınız şeyleri yaparsanız, her zaman elde ettiğiniz sonuçları alırsınız.

Eğitim aldığım uzmanlar ülkelerinde zirvedeki insanlarla çalışmış, Örneğin Donald Trump’ a iş dünyasında; Nicole Kidman’ a oyunculuk alanında; Andre Ağassi’ ye spor dalında koçluk yapan hocalarımdan öğrendiğim temelleri uyguluyorum. NLP, her bireyin özel ve farklı olduğunu vurgular.”

sorunu yaşıyordu. Konuk olduğu TV programlarında öfkelenip, oy kaybediyordu. Bir süredir çalışıyoruz, geçen akşam bir kanalda izledim. Program yapımcısı onu huyunu bildiği için üstüne gitti ama beyefendi, duygularını kontrol etmeyi başardı, basit bir teknikle bunu başardı. Ben yayını izlediğim için tekniği uyguladığımı fark ettim,ama benden başka hiçbir NLP uzmanı bunu fark edemez. Çünkü her birey kendine özgü teknikler geliştirebilir. Böylece; programın galibi olarak halkın gözünde yükseldi.

Şirketlere yönelik eğitimleriniz neler?
Kurumlara Özel İletişim Becerileri; Satış ve İkna Teknikleri; Duygu Kontrolü Yöntemleri; Kendini Yenileme Teknikleri; Fark Yaratan Yöneticilik eğitimlerimiz var. Yönetici koçluğunda uzmanlık alanlarım: Etkin Sunum Yapabilme ve Öfke Kontrolü; Etkin Liderlik; Hedef Belirleme ve Onları Gerçekleştirmek ve Kişiyi Özel Koçluk Programı.

Bu haute couture terzilik gibi bir şey olmalı?

Tabii ki mühendislik mezunu bir yöneticiyle. İşletme Fakültesi mezunu bir TV yapımcısına, aynı programı uygulayamazsınız. NLP'nin sevdiğim yönlerinden biri de alet çantanızda çeşitlilik olması.

Terapist kimliğinizi tamamen bıraktınız mı?

On yıldır bu alandıym. Terapiye gelenler değişimi, doktorun gerçekleştireceğine inanarak gelir ve topu uzmana atar, koçlukta ise değişimin sorumluluğunun kendi düşünce ve duygu sisteminden kaynaklandığını bilen kişilerle iştirak eder. Bu yüzden bu farkındalıkta olan insanlarla çalışmayı tercih ettim. Başarma potansiyeli yüksek, insanların; yaşamlarında olumsuz bir olay yaşadıkları için, kabullarına çekilmeleri beni rahatsız ediyor, konusunda toplumsal sorumluluk hissediyorum. Ve bir de toplumumuz, evlilik konusunda o kadar bilinçsiz ki bu alanda bir şey yapmalıydım dedim ve bir



“NLP modern dünyadaki en gelişmiş ‘insan davranışı değişim sanatı’dır. 1970’ lerde Richard Bandler ve John Grinder tarafından ‘Başarılı insanlarla vasat insanlar arasındaki fark nedir?’ sorusuna cevap aranırken bulunmuş bir ‘kişisel gelişim tekniği’dir. Tecrübelerin ve mükemmelliğin modellenmesi şeklinde tanımlanan NLP, kişilerin hedeflerine ulaşmasında onlara yol gösteriyor. İş dünyasında, iletişim alanında, sağlıkta, terapide, liderlikte daha doğrusu yaşamın her alanında daha ‘ne kadar başarılı olabilirim?’ diye düşünenlere yönelik heyecanlı bir yolculuk aslında.”

kitap yazdım henüz basılma aşamasında.
Geleceğe yönelik projeleriniz neler?
İzleyicilerde yaşama sevinci, cesaret, güç ve güven aşılayacak; etkili bir televizyon programı hazırlayıp, sunmak istiyorum; Hülya Avşar muhteşem bir konuk olurdu.. Hülya Avşar’ ı bu anlamda çok beğeniyorum; kendini sürekli geliştiren bir insan. Geçmişte değil bugünde yaşayan çok başarılı bir kadın. Benim çalıştığım çoğu kadın yönetici, ondaki özgüvene ve kararlılığa hayran. Dergisindeki yazısındaki arkadaş seçimine çok dikkat ettiğini kendini geliştiren ve pozitif düşünen insanlarla anlaşabildiğini söylemiş. Başarısının ve azminin altında yatan değerlerini öğrenmek isterim. İnsan beyninin olağanüstü bir kapasitesi var; buna rağmen çoğunluk ‘kurban’ zihniyetinde ve çoğu program, maalesef insanların umutsuz durumlarından prim yapıyor. Benim formatım ise; yaşam

merkezimiz olan beynimizi nasıl iyiliğe, başarıya, kazanan tutumuna ayarlayacağımız konusunda bir rehber olacak.. Benim amacım; izleyicilerin zihinsel detoks (arınma) yapacakları ve yaşama yeni bir pencere açacakları ve içindeki potansiyellerini gerçekleştirmek için gerekli gücü, güveni ve kararlılığa sahip olarak yaşamlarına dört elle sarılacakları bir program hazırlamak.
Özetlersek, NLP eğitimleri sonunda katılımcılarda hangi pozitif değişimler gerçekleşiyor?
Hedeflerine ulaşmak için gerekli bilgi ve beceri onlara hedeflerine giden kısa yolu gösteriyor; başarılı ve kaliteli ilişkiler kurmayı öğreniyorlar, kendilerini daha iyi tanıyorlar ki kendini tanıyan insan, güçlü insandır. En başarılı iletişimciler; davranış esnekliğine sahip olanlardır. En son eğitimimde kişisel gelişim seminerleri

peşinde dünyayı dolaşmış bir yönetici vardı, ben her seminerimde uygulamalara yer veririm. 5 dakikalık bir resim çizme çalıştırması yaptırıldı, - Bu bey, bana ‘Ben bu uğurda servet harcadım, bir çizim bana tasarlamalıym ki, herkes içindeki mükemmelliğe ulaşsın. Bu tür geribildirimler bana doğru yolda olduğumu gösteriyor.
Verdiğiniz bilgiler için çok teşekkür ederiz.

(İletişim için web: www.ertekindanismanlik.com
e-mail: iletisim@ertekindanismanlik.com
Tel: 0.212 343 19 33)