

TRAVMA BİLGİLİ KURUMLAR



**Travma Bilgili Kurum:
Geleceğin İş Dünyasının Yeni
Standardı**

GÜVENİ, ODAKLANMANIN VE SÜRDÜRÜLEBİLİR PERFORMANSIN BİLİMSEL TEMELİ

Travma biligili kurumlar, çalışanların stres karşısındaki tepkilerini kişisel zayıflık olarak değil, sinir sisteminin doğal biyolojik tepkisi olarak kabul eder.

Yaklaşım değişince, kültür değişir.

Travma Bilgili bir kurumda:

- İnsan kendini güvende hisseder
- Liderlik daha kapsayıcı hâle gelir
- Ekipler daha uyumlu ve işbirlikçi çalışır
- Hatalar öğrenme alanına dönüşür
- Performans sürdürülebilir hâle gelir
- İletişim yumuşar ve berraklaşır

Kısacası: Travma biligili kurumlar daha iyi karar verir, daha az tükenir ve çok daha hızlı ilerler.

Travma temelli stres tepkisi düzenlendiğinde:

- Odaklanma artar
- Karar verme süreçleri hızlanır
- Tetiklenmeler azalır
- İletişim daha sakin ve net olur
- Yaratıcılık ve problem çözme kapasitesi yükselir
- Genel performans belirgin şekilde güçlenir

Çünkü düzenli bir sinir sistemi; daha net düşünen, daha iyi iletişim kuran, daha dayanıklı insan yaratır.

**Bu da kurumun tüm sinir sistemini—
yani kültürünü—düzenler.**

BEN KİMİM?



Uzm. Psk. Aylin Dayoğlu

Travma, stres ve zorlanmanın iş yerindeki davranış ve iletişim üzerindeki etkilerine odaklanan bir psikolog ve travma bilgili uygulayıcıyım. Akademik çalışmalarım; travma bilgili liderlik, psikolojik güvenlik, ikincil travma ve bakım verenlerin tükenmişliği alanlarını kapsar.

Kurumlarla çalışırken amaç, insan davranışı sinir sisteminin doğal tepkisi olarak ele alan bilimsel bir çerçeveyi yerleştirmektir. Bu yaklaşım, liderlerin ve ekiplerin yeniden travmatizasyona yol açmadan iletişim kurmasını, zorlanmaları daha güvenli yönetmesini ve kurum kültürünün daha dayanıklı, kapsayıcı ve sürdürülebilir hale gelmesini destekler.

Travma bilgili modelleri organizasyonlara uyarlayarak insan odaklı, güven temelli sistemlerin güçlenmesine katkı sunuyorum.

İletişim:

+90 546 112 52 50

aylin.dayoglu@gmail.com

SİNİR SİSTEMİ DÜZENLENİNCE NE OLUYOR?

Daha hızlı ve doğru karar verme:

- Stres azaldığında prefrontal korteks yeniden çalışır.

(Arnsten, Yale, 2009)

Duygusal tepkilerin azalması, daha yapıcı iletişim:

- Amygdala aktivitesi düşer.

(Van der Kolk, 2014)

Yaratıcılık ve yenilikte artış:

- Beyin tehdit modundan çıkınca yaratıcı ağlar açılır.

(Sridharan, PNAS, 2008)

Odaklanma ve dikkat gücü artışı:

- Dikkat merkezi güçlenir.

(Posner, Nature Neuro, 2015)

Tükenmişlikte azalma:

- Kortizol dengelenir.

(Journal of Occupational Health, 2012)

Sonuç:

Kurumlar ölçülebilir şekilde daha üretken, daha sağlıklı ve daha sürdürülebilir hale gelir.

TRAVMA BİLGİLİ KURUM NEDİR?

Yüksek performansın, güvenli iletişimin ve dayanıklılığın bilimsel temeli.

Travma biligili kurumlar, çalışanlarının stres ve zorlanma karşısındaki tepkilerini, kişisel yetersizlik değil, sinir sisteminin doğal tepkisi olarak kabul eder.

Bu kurumlarda:

- İnsanlar kendini güvende hisseder
- Liderler daha kapsayıcıdır
- Ekipler daha uyumludur
- Hatalar öğrenme alanına dönüşür
- Performans sürdürülebilir olur
- İletişim yumuşar ve berraklaşır
- İşveren markası güçlenir

Travma biligili kurumlar daha iyi karar verir, daha az tükenir ve daha hızlı ilerler.

TRAVMA BİLGİLİ KURUM OLMANIN 10 STRATEJİK FAYDASI

Travma Bilgili Kurum Olmanın 10 Stratejik Faydası

- Psikolojik güven artar
- Çatışmalar ve gerilim azalır
- Liderlik kapsayıcı hale gelir
- Çalışan bağlılığı yükselir
- Hata oranları düşer
- Problem çözme hızlanır
- Yaratıcı düşünme güçlenir
- Tükenmişlik oranı azalır
- İletişim yumuşar
- Kurum kültürü sağlamlaşır

Bu sadece bir iyilik hali çalışması değil, bir kurumun geleceğini düzenleyen stratejik bir yatırımdır.

1. Travma Bilgili Kurum Dönüşüm Programları

- Kurum kültürü analizi
- Psikolojik güvenlik değerlendirmesi
- Sinir sistemi odaklı davranış modelleri
- Kurumsal iyilik hali stratejisi
- Travma biligili liderlik eğitimi
- Tetiklenme ve zor durum yönetimi protokolleri

2. Travma Bilgili İyilik Hali Programları

- Stres regülasyonu
- Mindfulness & hareket tabanlı uygulamalar
- Duygusal dayanıklılık
- Tükenmişlik için koruyucu önleyici çalışmalar
- Sakin iletişim & çatışma yönetimi

3. Travma Bilgili Liderlik Programı

Liderlere;

- Zor duyguyu tutma
- Tetiklenen çalışanla çalışma
- Güvenli iletişim
- Mikro travmaları önleme
- Sinir sistemi farkındalığı becerilerini kazandırır.

4. Koçlar & İK İçin Profesyonel Danışmanlık

- Travma biligili yaklaşımın sistemlere entegrasyonu
- Regülasyon temelli performans görüşmeleri
- Mikro pratiklerle çalışan destekleme
- Kurum içi ritüellerin tasarımı

