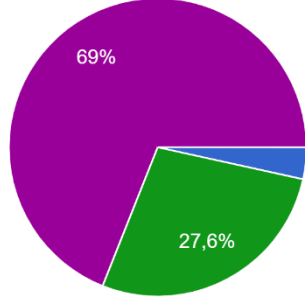


# FİZİKSEL AKTİVİTE FARKINDALIĞI VE OFİS ERGONOMİSİ EĞİTİMİ DEĞERLENDİRME ANKETİ 27 Mart 2026

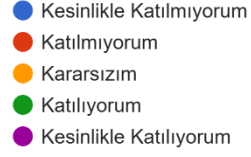
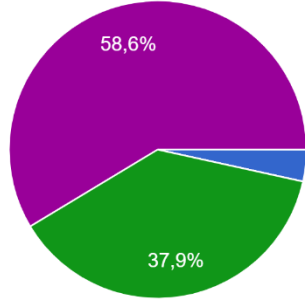
Eğitim içeriğini açık ve anlaşılır buldum.

29 yanıt



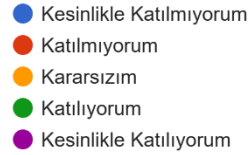
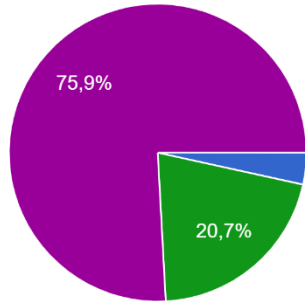
Eğitimde verilen bilgilerin günlük çalışma hayatımda kullanabileceğim nitelikte olduğunu düşünüyorum.

29 yanıt



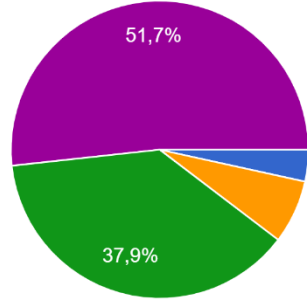
Uygulamalı egzersizleri anlaşılır ve uygulanabilir buldum.

29 yanıt



Egzersizleri günlük çalışma rutininde uygulayabileceğimi düşünüyorum.

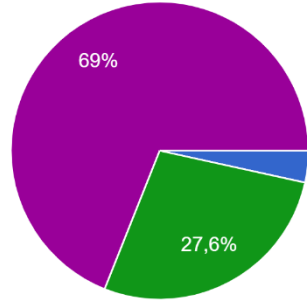
29 yanıt



- Kesinlikle Katılmıyorum
- Katılmıyorum
- Kararsızım
- Katılıyorum
- Kesinlikle Katılıyorum

Eğitimin fiziksel rahatlığımı ve iyilik halimi artırmaya katkı sağlayacağını düşünüyorum.

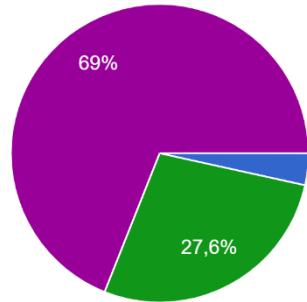
29 yanıt



- Kesinlikle Katılmıyorum
- Katılmıyorum
- Kararsızım
- Katılıyorum
- Kesinlikle Katılıyorum

Eğitmenin süreci etkili ve anlaşılır şekilde yönettiğini düşünüyorum.

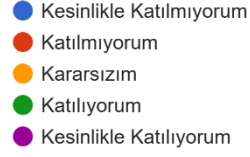
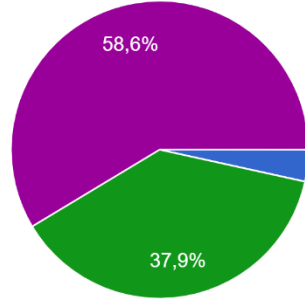
29 yanıt



- Kesinlikle Katılmıyorum
- Katılmıyorum
- Kararsızım
- Katılıyorum
- Kesinlikle Katılıyorum

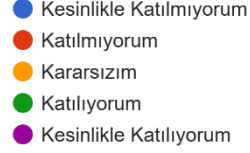
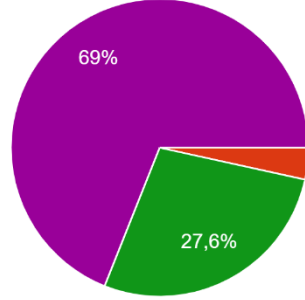
Eğitim süresi ve organizasyonunu uygun buldum.

29 yanıt



Bu tür eğitimlerin devam etmesini isterim.

29 yanıt



**Katılımcı Sayısı: 27**

## 1. Genel Değerlendirme

Eğitime katılan personelin geri bildirimleri incelendiğinde, tüm başlıklarda **yüksek düzeyde memnuniyet** olduğu görölmektedir. Katılımcıların büyük çoğunluğu değerlendirme maddelerine “Katılıyorum” ve “Kesinlikle Katılıyorum” şeklinde yanıt vermiştir.

## 2. Soru Bazlı Değerlendirme

### Eğitim içeriği:

Katılımcılar eğitim içeriğini açık, anlaşılır ve yeterli bulmuştur.

### Bilgilerin uygulanabilirliği:

Eğitimde verilen bilgilerin günlük çalışma hayatında kullanılabilir olduğu değerlendirilmiştir.

### Uygulamalı egzersizler:

Egzersizler genel olarak anlaşılır ve uygulanabilir bulunmuş, katılımcılar tarafından olumlu değerlendirilmiştir.

**Günlük rutine uyarlanabilirlik:**

Katılımcıların büyük çoğunluğu egzersizleri günlük çalışma rutinine entegre edebileceğini belirtmiş, sınırlı sayıda kararsız görüş bildirilmiştir.

**Fiziksel rahatlık ve iyilik hali:**

Eğitimin fiziksel rahatlık ve iyilik haline katkı sağlayacağı yönünde güçlü bir görüş birliği oluşmuştur.

**Eğitici performansı:**

Eğitmenin süreci etkili ve anlaşılır şekilde yönettiği değerlendirilmiş olup memnuniyet düzeyi oldukça yüksektir.

**Süre ve organizasyon:**

Eğitim süresi ve organizasyonu genel olarak uygun bulunmuştur.

**Eğitimin devamına yönelik talep:**

Katılımcıların neredeyse tamamı bu tür eğitimlerin devam etmesini istemektedir.

**3. Açık Uçlu Geri Bildirimler****Öne çıkan olumlu ifadeler:**

- Eğitimin faydalı ve verimli olduğu
- Eğitimin başarılı olduğu
- Eğitimin tekrar edilmesi gerektiği

**Geliştirme önerileri:**

- Eğitimlerin belirli aralıklarla tekrarlanması
- Sosyal etkinliklerle desteklenmesi

**4. Dikkat Çeken Husus**

Bir katılımcı tarafından tüm sorulara olumsuz yanıt verilmiş olup, bu durum genel memnuniyet düzeyini etkilememekle birlikte **tekil bir geri bildirim** olarak değerlendirilmiştir.

**5. Sonuç ve Değerlendirme**

Elde edilen bulgular doğrultusunda eğitim programının:

- Katılımcı ihtiyaçlarına uygun,
- Uygulama odaklı,
- Etkili ve faydalı

olduğu değerlendirilmiştir.

Katılımcıların yüksek memnuniyet düzeyi göz önünde bulundurularak, benzer eğitimlerin **düzenli aralıklarla sürdürülmesi** ve mümkünse **pekiştirme oturumları ile desteklenmesi** önerilmektedir.