

Romantik İlişkisi Bulunan Üniversite Öğrencilerine Yönelik Duygu Düzenleme Psikoeğitim Programı

PSİKOEĞİTİM PROGRAMININ AMACI:

Programın amacı üniversite öğrencilerinde sıklıkla görülen psikolojik flört şiddetinin azaltılmasına yönelik üniversite öğrencilerine bilgi, beceri ve farkındalık kazandırılmasıdır.

PSİKOEĞİTİM PROGRAMININ İÇERİĞİ:

Flört şiddeti ve türleri hakkında bilgi sahibi olunması

Flört şiddeti türü olarak psikolojik saldırganlık kapsamına giren davranışlar hakkında farkındalık kazanılması

Duygularla ilgili psikoeğitim verilmesi

Duygu-düşünce-davranış etkileşimi

Romantik ilişki bağlamında otomatik düşünceler ve otomatik düşüncelerde yer alan düşünce işleme özellikleri hakkında çalışılması

Otomatik düşüncelerin değerlendirilmesinde kullanılacak bilişsel stratejilerin gösterilip uygulanması.

Duygu düzenleme süreci ve duygu düzenleme stratejileri hakkında bilgilendirme yapılması

İletişim becerileri ve problem çözme basamakları hakkında bilgilendirme yapılması

PSİKOEĞİTİM PROGRAMININ SÜRESİ

9 oturum (90-120 dakika)

KİMLER KATILABİLİR:

Trabzon Üniversitesi'nin çeşitli bölümlerinde öğrenim gören ve en az 6 aydır devam eden romantik ilişkisi bulunan öğrencilerden gönüllü öğrencilere psikoeğitim grubunun konusuyla ilgili ölçek bataryası uygulanacak ve psikoeğitim grubu öncesinde bilgilendirme görüşmesi yapılacaktır.

EĞİTİM TARİHLERİ:

3 Kasım 2023- 5 Ocak 2024

Çalışma grubu 8-12 kişi ile sınırlıdır.

EĞİTİM YERİ:

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Araştırma ve Uygulama Merkezi seminer salonu

BAŞVURU:

Afişte yer alan katılım linki

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Araştırma ve Uygulama Merkezi Web sitesi

EĞİTİMCİ:

Uzman Psikolojik Danışman Öykü ÖZYAZICI KUZUR

SÜPERVİZÖR:

Doç. Dr. Fatma ALTUN KOBUL