

5. Mindfulness Sempozyumuna Davetlisiniz!



Merhaba Sevgili TÖZOK Üyeleri,

Sempozyum programımız açıklanmıştır ve biletler satışta. Bu yıl, mindfulness alanında dünyaca ünlü yabancı araştırmacı ve uygulamacıların aramızda olacağını gururla duyuruyoruz. Konuşmacılar ve atölyeler ile ilgili içeriği aşağıda bulabilirsiniz.

Mindfulness Institute tarafından düzenlenen **5. Mindfulness Sempozyumu, 18-19 Nisan 2020** tarihlerindedir. Bu sempozyumun amacı mindfulness ile ilgilenen kişileri bir araya getirmek bilgilendirmek ve uygulamalar sunmaktır.

Mindfulness Sempozyumu, bu konuya gönül vermiş ve merak eden herkes için uygundur. Mindfulness, ruh sağlığı ve eğitim alanlarının yanı sıra, okullar, iş yaşamı, kişisel gelişim, sağlıklı yaşam, spiritüel yaşam konuları ile yakından ilişkili bir kavram ve yaklaşımdır. Katılımcılar, mindfulness alanında yetkin, ulusal ve uluslararası kişilerin sunumlarını dinleme fırsatı bulabilecekler ve etkinlikler dahilinde düzenlenen çalışma gruplarına katılarak uygulama yapabilecek ve katılım belgesi alacaklardır.

Eğitim, okul ve çocuk konulu atölyelerimizin de bulunduğu sempozyumda siz değerli eğitimcileri aramızda görmekten mutluluk duyarız.

TÖZOK üyelerine **özel** %10 indirim kodu: **TOZOK10**

Tarih: 18-19 Nisan 2020

Yer: MEF Okulları Ulus Kampüsü

Biletler için; <https://biletino.com/e-7u7>

Sempozyum ile ilgili iletişim; sempozyum@mindfulnessinstitute.com.tr



KONUŞMACILAR

Prof. Dr. Tania Singer

Zihni ve Kalbi Nasıl Besleyebiliriz: Sosyal Sinirbilim Perspektifi

Vidyamala Burch

Bedensel Ağrılarda Mindfulness-Breathworks

Prof. Dr. Taner Damcı

Sağlıkta ve Sağlıklı Yaşam Biçiminde Mindfulness'ın Yeri

Prof. Dr. Kültegin Ögel

Aşkın Farkındasız Halleri

Doç. Dr. Zümra Atalay

Pasif Savaş Yerine Aktif Kabul

Rhoda Schuling

Mindfulness Temelli Şefkatli Yaşam (MBCL)- Mindfulness to Heartfulness

Prof. Dr. Ebru Şalcıoğlu

Davranış terapilerinin evrim serüveninde "An" da ki durak: Mindfulness

ATÖLYELER

Mindfulness Eğitici Eğitimliği: Uygulamadan Eğitmenliğe

Doç. Dr. Zümra Atalay

Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB) Olan Çocuklar ve Gençler için
Bilinçli Farkındalık (Mindfulness) Temelli Müdahaleler

Dr. Özlem Sürücü

Mindfulness Temelli Yaratıcı Müzik Atölyesi

Neslihan Engin

İş Yaşamında "Mindful" Beceriler ile Yol Almak

Ezgi Yaşa, Handan Şefik Oral, Dr. Meltem Yavuz, Bengü Özdemir

Gebe Kalabilmeyi Kolaylaştırmada ve Kanser Tedavisinde Mindfulness
Uygulamaları

Dr. Öğr. Üyesi Aysel Karaca, Dr. Psk Dilek Anuk

Öğretmen ve Öğrenciler için "Mindfulness": Matematik Öğretimi Örneği

Doç. Dr. Didem Taylan

Çocukla Temas Etmenin Deneyimsel Yolu: Mindfulness

Psk. Dan. Pelin Keçeci

Bilişsel Davranışçı Terapilerde Mindfulness Uygulamaları

Uzm. Dr. Arzu Erkan Yüce

Yeme Farkındalığını Geliştirme

İpek Esener

Mindfulness & Öz-Ebeveynlik

Uzm. Psk. Gizem Çeviker

Diyalektik Davranışçı Terapide Mindfulness Temelli Becerilerin Kullanımı
Dr. Berk Murat Ergün

Çocuğa Mindful Ebeveyn Olabilmek
Dr. Alev Elmas, Psk. Dan. Beyhan Okur, Uzm. Psk. Özge Esra Kaboğlu

Peki ya Okul Çağı Çocukları: Mindful Okul Uygulamaları
Doç. Dr. Bilge Uzun

Meditasyon ve Fizyoloji
Sepin İnceer

Sağlık Psikolojisi Kapsamında Mindfulness (Bilinçli Farkındalık) Yeme
Bozuklukları Örneği
Uzm. Psk. İpek Turgut, Uzm. Psk. Ezgi Deveci

Mindfulness ve Bilişsel Esneklik: Suyun Yolculuğu
Uzm. Psk. Duygu Koçer

Öz-Şefkatle Tanışmak
Sema Demirkan

Günlük Yaşamda Mindfulness Pratiği Oluşturma
Doç. Dr. Gökçe Bulgan

Hamilelik ve Doğumda Mindfulness
Yansı Subaşı Ulusoğlu

Beslenmede Farkındalık
Sema Özpekmezci

Herkesi sempozyuma bekliyoruz, sevgilerimizle!