



5. MINDFULNESS SEMPOZYUMU



18 - 19 Nisan 2020

Yer: MEF Okulları - Ulus Kampüsü

biletler **biletino** 'da

18 Nisan Program Akışı (1. Gün)

09:00 – 09:30 Kayıt

09:30 – 10.00 Açılış Konuşması - Doç. Dr. Zümra Atalay

10:00 – 11:30 Prof. Dr. Tania Singer - Zihni ve Kalbi Nasıl Besleyebiliriz: Sosyal Sinirbilim Perspektifi

11:30 – 11:45 Ara

11:45 – 12.15 Prof. Dr. Kültegin Ögel - Aşkın Farkındasız Halleri

12:15 – 13:30 Öğle Yemeği

13:30 – 13:55 Neslihan Engin ile Mindful Müzik Arası

14:00 – 15:30 Vidyamala Burch - Bedensel Ağrılarda Mindfulness-Breathworks

15:30 – 16.15 Prof. Dr. Taner Damcı - Sağlıkta ve Sağlıklı Yaşam Biçiminde Mindfulness'ın Yeri

16:15 – 16.30 Ara

16:30 – 17.00 Prof. Dr. Ebru Şalcıoğlu - Davranış Terapilerinin Evrim Serüveninde "An" da ki durak: Mindfulness

17:00 – 18.15 Rhoda Schuling - Mindfulness Temelli Şefkatli Yaşam: Bilinçli Farkındalıktan Kalbe

19 Nisan Program Akışı (2. Gün)

09:00 – 09:45 Doç. Dr. Zümra Atalay - Pasif Savaş Yerine Aktif Kabul

10:00 – 11:20

Doç. Dr. Zümra Atalay // Mindfulness Eğitici Eğitimliği: Uygulamadan Eğitimliğe

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

Sepin İnceer // Meditasyon ve Fizyoloji

Sema Özpekmezci // Beslenmede Farkındalık

Uzm. Dr. Arzu Erkan Yüce // Bilişsel Davranışçı Terapilerde Mindfulness Uygulamaları

Uzm. Psk. İpek Turgut, Uzm. Psk. Ezgi Deveci // Sağlık Psikolojisi Kapsamında Mindfulness: Yeme Bozuklukları Örneği

Ezgi Yaşa, Handan Şefik Oral, Dr. Meltem Yavuz, Bengü Özdemir // İş Yaşamında "Mindful" Beceriler ile Yol Almak

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

Doç. Dr. Gökçe Bulgan // Günlük Yaşamda Mindfulness Pratiği Oluşturma

İpek Esener // Yeme Farkındalığını Geliştirme

19 Nisan Program Akışı (2. Gün)

11:20 - 11:30 Ara

11:30 - 12:50

Sema Demirkan // Öz-Şefkatle Tanışmak

Dr. Özlem Sürücü // Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocuklar ve Gençler İçin Mindfulness Temelli Müdahaleler

Uzm. Psk. Gizem Çeviker // Mindfulness & Öz-Ebeveynlik

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

Neslihan Engin // Mindfulness Temelli Yaratıcı Müzik Atölyesi

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

Doç. Dr. Didem Taylan // Öğretmen ve Öğrenciler için "Mindfulness": Matematik Öğretimi Örneği

Dr. Öğr. Gör. Aysel Karaca, Dr. Psk. Dilek Anuk // Gebe Kalabilmeyi Kolaylaştırmada ve Kanser Hastalarında Mindfulness Uygulamaları

Yansı Subaşı Ulusoğlu // Hamilelik ve Doğumda Mindfulness

Psk. Dan. Pelin Keçeci // Çocukla Temas Etmenin Deneyimsel Yolu: Mindfulness

12:50 - 13:55 Öğle Yemeği

19 Nisan Program Akışı (2. Gün)

14:00 - 15:20

Doç. Dr. Zümra Atalay // Mindfulness Eğitici Eğitimliği: Uygulamadan Eğitimliğe

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

Sepin İnceer // Meditasyon ve Fizyoloji

Sema Özpekmezci // Beslenmede Farkındalık

Uzm. Dr. Arzu Erkan Yüce// Bilişsel Davranışçı Terapilerde Mindfulness Uygulamaları

Uzm. Psk. İpek Turgut, Uzm. Psk. Ezgi Deveci // Sağlık Psikolojisi Kapsamında Mindfulness:Yeme Bozuklukları Örneği

Ezgi Yaşa, Handan Şefik Oral, Dr. Meltem Yavuz, Bengü Özdemir // İş Yaşamında "Mindful" Beceriler ile Yol Almak

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

Doç. Dr. Gökçe Bulgan // Günlük Yaşamda Mindfulness Pratiği Oluşturma

İpek Esener // Yeme Farkındalığını Geliştirme

15:20 - 15:30 Ara

19 Nisan Program Akışı (2. Gün)

15:30 - 16:50

Sema Demirkan // Öz-Şefkatle Tanışmak

Dr. Özlem Sürücü // Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocuklar ve Gençler İçin Mindfulness Temelli Müdahaleler

Uzm. Psk. Gizem Çeviker // Mindfulness & Öz-Ebeveynlik

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

Neslihan Engin // Mindfulness Temelli Yaratıcı Müzik Atölyesi

Doç. Dr. Didem Taylan // Öğretmen ve Öğrenciler için "Mindfulness": Matematik Öğretimi Örneği

Dr. Öğr. Gör. Aysel Karaca, Dr. Psk. Dilek Anuk /Gebe Kalabilmeyi Kolaylaştırmada ve Kanser Hastalarında Mindfulness Uygulamaları

Yansı Subaşı Ulusoğlu // Hamilelik ve Doğumda Mindfulness

Psk. Dan. Pelin Keçeci // Çocukla Temas Etmenin Deneyimsel Yolu: Mindfulness

17:00 - 17:20 Kapanış Konuşması