



BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ



STRES YÖNETİMİ  
UYGULAMA VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

## STRES YÖNETİMİ UYGULAMA VE ARAŞTIRMA ]

### ONÜÇÜNCÜ ÜÇ AYLIK ÇALIŞMA RAPORU

(1 Ağustos – 31 Ekim 2017)

Stres Yönetimi Uygulama ve Araştırma Merkezi'nin 1 Ağustos – 31 Ekim 2017 tarihleri arasındaki çalışmaları, Merkez Yönetmeliğinin 9. maddesinin (n) bendine uygun olacak şekilde, Rektörlüğümüze sunulmak üzere aşağıda özetlenmiştir.

#### TOPLUMUN GEREKSİNİMLERİNE YANIT VERMEYE YÖNELİK FAALİYETLER

- **Başkent Üniversitesi Ankara Hastanesinde Düzenlenen Seminerler**

Başkent Üniversitesi Stres Yönetimi Uygulama ve Araştırma Merkezi tarafından 19 Ekim 2017-11 Ocak 2018 tarihleri arasında ayda bir kez, perşembe günleri (13:30-15:00) 'Stres ve Sağlığımız' temalı seminerler dizisi düzenlenmesi planlanmıştır. Bu seminerlerde, stresin doğası ve belirli hastalıklar arasındaki ilişkiler hakkında topluma bilgi verilmesi amaçlanmaktadır. Seminerlerimiz, Başkent Üniversitesi Ankara Hastanesi, Prof. Dr. Hasan Telatar Konferans Salonu'nda ücretsiz ve herkese açık olarak düzenlenecektir.

- 19 Ekim 2017 tarihinde Uzm. Klinik Psk. Didem Sevük tarafından gerçekleştirilmesi planlanan "Hasta Yakını Olmak ve Yaşanan Stres" başlıklı seminer, Başkent Üniversitesi Ankara Hastanesi'ndeki başka bir etkinlik sebebiyle iptal edilmiştir.

- Ağustos ayı içerisinde, Birleşmiş Milletler Mülteci Yüksek Komiserliği (UNHCR) ve İç İşleri Bakanlığı İl Göç İdaresi Müdürlüğü işbirliğinde gerçekleştirilen, 'Geçici Koruma ve Kapsamlı Çözümlere Dair Çalıştay' kapsamında, Uzm. Klinik Psk. Didem Sevük tarafından 'Stres Yönetimi ve Tükenmişlik' konulu dört ayrı seminer verilmiştir.



## BİLİMSEL ÜRETİME İLİŞKİN FAALİYETLER

- 4 Haziran 2016 tarihinde, Türkiye Ruh Sağlığı ve Tedavi Vakfı temsilcileriyle yapılan görüşmeler sonucunda halka açık olarak düzenlenen, Prof. Dr. Nesrin Hisli Şahin, Doç. Dr. Okan Cem Çırakoğlu, Yrd. Doç. Dr. Nilay Pekel Uludağlı, Yrd. Doç. Dr. Aslıhan Gevrekci, Yrd. Doç. Dr. Dilay Eldoğan ve Uzm. Klinik Psk. Didem Sevük'ün panelist olarak yer aldıkları “Çocuğun Ruh Sağlığında Önemli Aktörler: Gen, Anne, Baba, Arkadaş, Öğretmen ve Toplum” başlıklı panel içeriği kitap haline getirilerek Eylül 2017’de basılmıştır.

- Uzm. Klinik Psk. Didem Sevük tarafından kaleme alınan “Metaforlar Aracılığıyla Hikayelerimiz ve Psikoterapi” başlıklı yazı, Başkent Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü bünyesinde faaliyet gösteren Eleştirel-Yaratıcı Düşünme ve Davranış Araştırmaları Laboratuvarı'nın yayın organı PiVOLKA'nın Ekim 2017 tarihli 25. sayısında yayınlanmıştır.

- Yrd. Doç. Dr. Dilay Eldoğan ile ODTÜ öğretim üyesi Prof. Dr. Özlem Bozo ve Dr. Yağmur Ar tarafından tamamlanmış olan “Does Marital Adjustment Mediate Type C Personality-Depressive Symptoms Relation? A Comparison between Breast Cancer Patients and Cancer-Free Women” başlıklı çalışma Current Psychology (SSCI) dergisinde yayınlanmak üzere kabul edilmiştir.

- Yrd. Doç. Dr. Dilay Eldoğan tarafından hazırlanan “Sosyal Kaygı Bozukluğunda Niteliksel Farklılıklar: Heterojen Bir Tanı Kategorisi” başlıklı makale Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar dergisinde (PsychInfo) yayınlanmak üzere kabul edilmiştir.

- Yrd. Doç. Dr. Dilay Eldoğan ve Başkent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Yüksek Lisans Programı öğrencisi Ezgi Tunçel tarafından tamamlanmış olan “Kırılgan Narsisizm ve Sosyal Kaygı Bozukluğu: Benzerlikler, Farklılıklar” başlıklı makale Nesne Dergisinde (Ulakbim) yayınlanmak üzere kabul edilmiştir.

## ÖĞRENMEYİ MÜKEMMELLEŞTİRMEYE YÖNELİK FAALİYETLER



BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ



STRES YÖNETİMİ  
UYGULAMA VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

- Başkent Üniversitesi Stres Yönetimi Uygulama ve Araştır

psikologlara yönelik olarak stres yönetimi uygulamalarını temel olan “Sağlık Psikolojisi Eğitim Programı” 30 Ekim 2017-1 Şubat 2018 tarihleri arasında gerçekleştirilecektir. Eğitim afişi EK I’de, eğitimin içeriğine dair bilgiler ise EK II’de yer almaktadır. Eğitime toplam 7 öğrenci kayıt yapmıştır. 30 Ekim 2017 tarihinde ilk oturumu gerçekleştirilen eğitim programı Pazartesi günleri saat 17.00-20.00 arasında Stres Yönetimi Uygulama ve Araştırma Merkezinde gerçekleştirilmektedir. 14 hafta sürmesi planlanan eğitim için 1500 TL ücret belirlenmiş ve eğitim BEDAM işbirliği ile gerçekleştirilmektedir.

- Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı Klinik Psikoloji Modülü yüksek lisans öğrencilerine yönelik olarak Merkezde bir oryantasyon toplantısı gerçekleştirilmiştir. Bu toplantı kapsamında öğrenciler Merkez’de gerçekleştirilen faaliyetlerle ilgili bilgilendirilmiştir. Ayrıca, gelecek dönemlerde öğrencilerin de eğitimleri dahilinde Merkez’de danışan takip etmeleri ile ilgili bilgi alışverişinde bulunulmuştur.

- Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı Klinik Psikoloji Modülü yüksek lisans öğrencilerinin PSK502 Psikoterapi Süpervizyonu (3-6-3/6), PSK 596 Psikoterapi Süpervizyonu I (3-6-3/30), PSK 597 Psikoterapi Süpervizyonu II (3-6-3/30) dersleri kapsamında süpervizyon altında danışan takip edip psikoterapötik görüşme becerisi kazanmalarının sağlanması amacıyla Merkezde ücretsiz psikoterapi seansı kotası belirlenmiştir. 2017-2018 Akademik Yılı Güz Döneminde, Merkeze başvuran 5 bireyin psikoterapi sürecinin öğretim üyesi süpervizyonu altında 5 yüksek lisans öğrencimiz tarafından sürdürülmesi sağlanmıştır.