

PSİKODİYET PSİKOLOG EĞİTİMİ

4. MODÜL DERS NOTU

BÖLÜM 1

ETKİLİ PSİKOEĞİTİM VERMEK

Psikoeğitim Nasıl Verilmelidir?

Psikoeğitimin amacı yalnızca bilgi aktarmak değildir. Amaç; bireyin olaylara farklı bir bakış açısıyla yaklaşmasını sağlamak, farkındalık oluşturmak ve bu farkındalığı davranış değişikliğine dönüştürebilmektir.

Grup eğitimlerinde herkes aynı bilgiyi dinler ancak aynı şekilde anlamlandırmaz. Çünkü her bireyin yaşam deneyimleri, inançları ve geçmiş yaşantıları algılarını farklı şekillendirir.

Psikoeğitim sırasında amaç, katılımcıları aynı düşünmeye yönlendirmek değil; ortak bir anlayış geliştirmelerine yardımcı olmaktır.

Soru:

Psikoeğitim verirken katılımcıların ortak bir bakış açısı geliştirmesine nasıl katkı sağlayabilirim?

Notların:

.....

.....

.....

.....

.....

Eğitim içeriği patentlidir. Bu nedenle eğitim sürecinde paylaşılan ders notlarının 3. kişilerle paylaşılması hukuka aykırıdır. Gereken özeni gösterdiğiniz için teşekkür ederiz.

Algılar Hayatımızı Nasıl Etkiler?

İnsanlar yaşadıkları olaylara değil, o olayları nasıl algıladıklarına tepki verirler.

Aynı durum farklı kişiler tarafından farklı şekillerde yorumlanabilir.

Beslenme, beden algısı ve yeme davranışları da kişinin yaşam deneyimlerinden etkilenir.

Psikoeğitim sürecinde amaç, bireyin kendi algısını fark etmesini sağlamak ve olaylara farklı açılardan bakabilmesine yardımcı olmaktır.

Soru:

Danışanlarımın aynı olayı farklı yorumlamasının altında hangi etkenler olabilir?

Notların:

.....

.....

.....

.....

.....



YEME BOZUKLUKLARI AKADEMİSİ
SENEM EKE YILDIZ

Eğitim içeriği patentlidir. Bu nedenle eğitim sürecinde paylaşılan ders notlarının 3. kişilerle paylaşılması hukuka aykırıdır. Gereken özeni gösterdiğiniz için teşekkür ederiz.

Somutlaştırmanın Faydası

Soyut kavramları somutlaştırmak öğrenmeyi kolaylaştırır.

Katılımcılar anlatılan bilgileri kendi yaşamlarıyla ilişkilendirebildiklerinde konuyu daha iyi anlar ve daha uzun süre hatırlar.

Somutlaştırma, gerçeğin herkes tarafından aynı şekilde algılanmasına yardımcı olur. Algıları düzenler.

Somutlaştırma, grup üyelerinin ortak bir anlam oluşturmalarına katkı sağlar.

Soru:

Eğitimde anlattığım hangi konuları somutlaştırarak daha anlaşılır hale getirdik?

Notların:

.....

.....

.....

.....

.....



YEME BOZUKLUKLARI AKADEMİSİ
SENEM EKE YILDIZ

Bakış Açısını Değiştirmek

Yaşanan olaylardan çok, o olaylara yüklediğimiz anlam duygu ve davranışlarımızı belirler.

Olumsuz bakış açısı çözüm yollarını görmeyi zorlaştırabilir.

Bilişsel yeniden değerlendirme, kişinin olaylara farklı açılardan bakabilmesini destekler.

Olumlu bakış açısı gerçekliği inkâr etmek değil; daha dengeli ve işlevsel değerlendirmeler yapabilmektir.

Soru:

Danışanımın bakış açısını genişletmek için hangi soruları kullanabilirim?

Eğitim içeriği patentlidir. Bu nedenle eğitim sürecinde paylaşılan ders notlarının 3. kişilerle paylaşılması hukuka aykırıdır. Gereken özeni gösterdiğiniz için teşekkür ederiz.



Notların:

.....

.....

.....

.....

.....

Empati ve Polivagal Teori

Empati, bireyin yaşadığı deneyimi onun bakış açısından anlamaya çalışmaktır.

Kendini güvende ve anlaşılmış hisseden bireyler öğrenmeye, paylaşmaya ve değişime daha açık olurlar.

Güvenli ilişki ve etkili iletişim psikoeğitimin ve grup çalışmalarının başarısını destekler.

Soru:

Grup içinde güven duygusunu artırmak için hangi uygulamalar yapılabilir?

Notların:

.....

.....

.....

.....

.....

YEME BOZUKLUKLARI AKADEMİSİ
SENEM EKE YILDIZ

Profesyonel Kişinin Sorumluluğu

Profesyonel uzman; etik ilkelere bağlı kalarak güvenli bir öğrenme ortamı oluşturur ve grup sürecine rehberlik eder. Profesyonel kişi,

- Kendini kontrol eder.
- Karşısındakini kontrol eder.

Eğitim içeriği patentlidir. Bu nedenle eğitim sürecinde paylaşılan ders notlarının 3. kişilerle paylaşılması hukuka aykırıdır. Gereken özeni gösterdiğiniz için teşekkür ederiz.

- Grubun tamamını kontrol eder.
- Normlara ve kurallara uyar.
- Alternatif yaratır.
- Alanında uzmandır.
- İhtiyaçları görür.
- Yaratıcı ve esnektir.
- Özgüvenli davranır.
- Tüm ipuçlarını değerlendirir.

“Bir profesyonel elinden geleni değil, üzerine düşeni yapar.”

Soru:

Profesyonel uzman rolümü güçlendirmek için hangi yönlerimi geliştirebilirim?

Notların:

.....

.....

.....

.....

.....



YEME BOZUKLUKLARI AKADEMİSİ
SENEM EKE YILDIZ

BÖLÜM 2

GRUBU ETKİLEMENİN YOLLARI

- Hikayeleştir!
- İkna Edici Ol!
- Hareket Et ve Hareket Ettir!
- Yeni Birşey Söyle!
- Mizahı Kullan!
- 18 Dakikan Var!
- Duyusal Deneyimler Ver!
- Şeridinde Kal!

Eğitim içeriği patentlidir. Bu nedenle eğitim sürecinde paylaşılan ders notlarının 3. kişilerle paylaşılması hukuka aykırıdır. Gereken özeni gösterdiğiniz için teşekkür ederiz.

Hikâyelerin Gücü

Hikâyeler, bilgiyi yalnızca aktarmakla kalmaz; katılımcının anlatılanlarla duygusal bağ kurmasını da sağlar.

- Direnci kırar.
- Beynin tamamına hitap eder.
- Ayna nöronları aktif hale getirir. Bu da bizim öğrenme süreçlerimizi güçlendirir.

Beyin taramaları: «Hikayeler insan beynini uyararak konuşmacının dinleyiciyle bağ kurmasını sağlar. Bu beyinden beyine eşlemedir.»

Gerçek yaşamdan örnekler, öğrenmeyi kolaylaştırır ve anlatılanların akılda kalıcılığını artırır.

Psikoeğitim sırasında kullanılan hikâyeler kısa, anlaşılır ve konuyla ilişkili olmalıdır.

Soru:

Katılımcıların bağ kurabileceği hangi hikâyeleri eğitimlerimde kullanabilirim?

Notların:

.....

.....

.....

.....

.....

YEME BOZUKLUKLARI AKADEMİSİ
SENEM EKE YILDIZ

Eğitim içeriği patentlidir. Bu nedenle eğitim sürecinde paylaşılan ders notlarının 3. kişilerle paylaşılması hukuka aykırıdır. Gereken özeni gösterdiğiniz için teşekkür ederiz.

İkna Edici İletişim

İkna etmek; karşı tarafı zorlamak değil, güven oluşturmak ve düşünmeye davet etmektir.

Psikoeğitimde güvenilirlik, mantıklı açıklamalar ve duygulara hitap eden bir iletişim birlikte kullanılmalıdır.

Soru:

Katılımcılar bende en çok hangi özelliğe güveniyor olabilir?

Notların:

.....

.....

.....

.....

.....

Beden Dili

Jest, mimik ve beden duruşu anlatılan mesajı destekler.

Açık, doğal ve güven veren bir beden dili öğrenmeyi kolaylaştırır.

İnsanlar yalnızca ne söylediğimizden değil, **nasıl söylediğimizden** de etkilenir. Ses tonu, vurgu, ritim ve dinleyicilerin tutumlarını ve kararlarını anlamlı biçimde değiştirebilmektedir.

Soru:

Beden dilim anlattığım mesajı destekliyor mu?

Notların:

.....

.....

.....

Eğitim içeriği patentlidir. Bu nedenle eğitim sürecinde paylaşılan ders notlarının 3. kişilerle paylaşılması hukuka aykırıdır. Gereken özeni gösterdiğiniz için teşekkür ederiz.

.....

.....

Sohbet Etmenin Gücü

Eğitim tek yönlü bir anlatım değil, karşılıklı bir iletişim sürecidir.

Ses tonu, konuşma hızı ve uygun duraksamalar katılımcının dikkatini canlı tutar. Duygusal ahengi yakalamak için 4 konuya dikkat et.

1. hız (dakikada 190 sözcük)
2. ses kuvveti
3. ses perdesi
4. duraksamalar

Soru:

Konuşma hızımı ve ses tonumu etkili kullanabiliyor muyum?

Notların:

.....

.....

.....

.....

.....

Eğitim içeriği patentlidir. Bu nedenle eğitim sürecinde paylaşılan ders notlarının 3. kişilerle paylaşılması hukuka aykırıdır. Gereken özeni gösterdiğiniz için teşekkür ederiz.

Metaforlar ve Mizah

- Metaforlar soyut bilgileri somutlaştırır ve öğrenmeyi kolaylaştırır. Düşünceleri ve kararları etkiler.
- Duygusal bağı güçlendirir.
- İmajinasyonu aktif hale getirerek akılda kalıcılığı artırır.

Yerinde kullanılan mizah ise yakınlık oluşturur, savunmaları azaltır ve grup etkileşimini artırır.

Soru:

Anlatımlarımı daha akılda kalıcı hale getirmek için hangi metaforları kullanabilirim?

Notların:

.....

.....

.....

.....

.....



YEME BOZUKLUKLARI AKADEMİSİ

18 Dakika Kuralı ve Çoklu Duyusal Öğrenme

Uzun süre kesintisiz bilgi vermek dikkatin azalmasına neden olabilir.

Fazla bilgi enerji tüketir. Hatırlamanız gereken şeyler biriktikçe stres artar. Bu da akılda tutmayı güçleştirir. 18 dakika bilgi paylaşımı sonrası etkinlikleri kullanarak ara verin.

Twitter dostu başlıklar kullanmak her zaman akılda kalıcıdır.

Kısa anlatımlar, etkinlikler ve 5 duyuya hitap eden materyaller öğrenmeyi destekler.

Görsellerle öğrenilen kavramlar hem görsel hem sözel olarak kodlanır ve daha kalıcı olur.

Soru:

Katılımcıların dikkatini canlı tutmak için hangi yöntemleri kullanıyorum?

Eğitim içeriği patentlidir. Bu nedenle eğitim sürecinde paylaşılan ders notlarının 3. kişilerle paylaşılması hukuka aykırıdır. Gereken özeni gösterdiğiniz için teşekkür ederiz.



Notların:

.....

.....

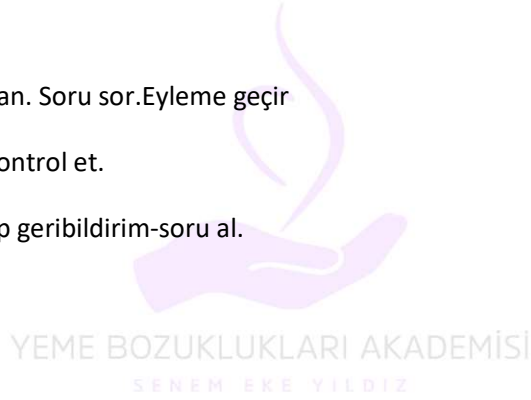
.....

.....

.....

Psikoeğitimde Dikkat Edilmesi Gerekenler

- Ana temadan uzaklaşma
- Sohbet et
- Dinleyiciye odaklan. Soru sor.Eyleme geçir
- Konuşma hızını kontrol et.
- Küçük aralar verip geribildirim-soru al.
- Doğal ol
- Zamanı iyi kullan



Soru:

Psikoeğitim verirken geliştirmek istediğim yönüm hangisi?

Notların:

.....

.....

.....

.....

.....

Eğitim içeriği patentlidir. Bu nedenle eğitim sürecinde paylaşılan ders notlarının 3. kişilerle paylaşılması hukuka aykırıdır. Gereken özeni gösterdiğiniz için teşekkür ederiz.

BÖLÜM 3

GRUP OLUŞTURMA VE YÖNETME

Grup Oluşturmanın Amacı

Grup çalışmaları yalnızca bilgi paylaşımı için değil, üyelerin birbirlerinden öğrenebilmeleri ve değişim sürecini birlikte sürdürebilmeleri için planlanır.

Güvenli bir grup ortamı, aidiyet duygusunu güçlendirir ve değişim motivasyonunu destekler.

Soru:

Grup çalışmasının en önemli amacı nedir?

Notların:

.....

.....

.....

.....

.....



YEME BOZUKLUKLARI AKADEMİSİ
SENEM EKE YILDIZ

Üye Seçimi

Grubun yapısını oluştururken ortak hedefe sahip üyelerin bir araya gelmesine dikkat edilmelidir.

Yaş grubu, grup uyumu ve psikiyatrik değerlendirme göz önünde bulundurulmalıdır.

Soru:

Bir grup oluştururken en çok hangi ölçütlere dikkat ediyorum?

Notların:

.....

.....

Eğitim içeriği patentlidir. Bu nedenle eğitim sürecinde paylaşılan ders notlarının 3. kişilerle paylaşılması hukuka aykırıdır. Gereken özeni gösterdiğiniz için teşekkür ederiz.

.....

.....

.....

Isınma ve Bağ Kurma

Isınma çalışmaları grup üyelerinin birbirlerini tanımalarını ve kendilerini daha rahat ifade etmelerini sağlar. Birlikte olmanın ve birlikte hissetmenin, birlikte eyleme geçmenin ve iyileşmenin ilk adımıdır.

Güven duygusunun oluşması grup sürecinin en önemli basamaklarından biridir. Bunun en önemli kısmı ısınma çalışmalarına yeterince zaman ayırmaktır.

Soru:

Grubun başlangıcında güven oluşturmak için hangi ısınma oyunlarını kullanabilirim?

Notların:

.....

.....

.....

.....

.....



YEME BOZUKLUKLARI AKADEMİSİ
SENEM EKE YILDIZ

Eğitim içeriği patentlidir. Bu nedenle eğitim sürecinde paylaşılan ders notlarının 3. kişilerle paylaşılması hukuka aykırıdır. Gereken özeni gösterdiğiniz için teşekkür ederiz.

Grup Bağlılığı (Kohezyon)

Grup bağlılığı arttıkça üyelerin birbirlerinden öğrenme, paylaşım yapma ve gruba devam etme motivasyonu artar.

Kabul edilme ve ait olma duygusu iyileştirici grup deneyiminin temelini oluşturur.

Grup bağlılığı olan grup üyeleri diğer grup üyelerini daha güçlü bir şekilde etkilemeye çalışır, diğer üyeler tarafından etkilenmeye açık olur, diğerlerini daha istekli dinler ve kabul eder, daha fazla kendini açar, grup kurallarını korur, bir üyenin ayrılmasına daha az hassasiyet gösterir.

Soru:

Grup bağlılığını artırmak için hangi uygulamaları kullanabilirim?

Notların:

.....

.....

.....

.....

.....



YEME BOZUKLUKLARI AKADEMİSİ
SENEM EKE YILDIZ

Grup Kuralları ve Liderin Rolü

Grup kuralları güvenli bir çalışma ortamı oluşturur ve sürecin sağlıklı ilerlemesini destekler.

Grup lideri herkese eşit yaklaşmalı, zamanı etkili kullanmalı ve yargılayıcı olmayan bir iletişim sürdürmelidir.

Soru:

Grup lideri olarak en önemli sorumluluğum nedir?

Notların:

.....

.....

Eğitim içeriği patentlidir. Bu nedenle eğitim sürecinde paylaşılan ders notlarının 3. kişilerle paylaşılması hukuka aykırıdır. Gereken özeni gösterdiğiniz için teşekkür ederiz.

.....
.....
.....

Paylaşım Aşaması

Paylaşım, üyelerin yaşadıkları deneyimleri anlamlandırmalarına ve birbirlerinden öğrenmelerine fırsat sağlar. Atlanmaması gereken çok önemli bir bölümdür.

Yargılanmadan dinlenmek ve geri bildirim almak iyileşme sürecini destekler.

Sağ ve sol beynin aktif olduğu aşamadır. Farkındalıkları bilişsel olarak anlayıp söze dökmektir. Duygu ve düşüncelerin paylaşılabilirdiği en güvenli andır. Duygularla bilgiler bir araya gelir. Çalışmanın yarattığı etkiyi görünür olur.

Soru:

Paylaşım bölümünde üyelerin kendilerini daha rahat ifade etmelerini nasıl sağlayabilirim?

Notların:

.....
.....
.....
.....
.....



YEME BOZUKLUKLARI AKADEMİSİ
SENEM EKE YILDIZ

Eğitim içeriği patentlidir. Bu nedenle eğitim sürecinde paylaşılan ders notlarının 3. kişilerle paylaşılması hukuka aykırıdır. Gereken özeni gösterdiğiniz için teşekkür ederiz.

Grup Çalışmalarının Faydaları

Grup çalışmaları yalnız olmadığını hissettirir, umut duygusunu artırır ve sosyal destek sağlar.

Farklı bakış açıları kazanmak, öz güveni geliştirmek, cesaretle adım atmak ve yeni davranışlar denemek için güvenli bir ortam sunar.

Soru:

Grup çalışmalarının en güçlü yönü sizce nedir?

Notların:

.....

.....

.....

.....

.....

BÖLÜM 4

İYİLEŞTİREN FAKTÖRLER VE PSİKODİYET

YEME BOZUKLUKLARI AKADEMİSİ

Yalom'un İyileştirici Faktörleri

Grup terapilerinde iyileşme yalnızca uygulanan tekniklerle değil, grup üyelerinin birbirleriyle kurduğu ilişki sayesinde de gerçekleşir.

Yalom'a göre umut aşılama, evrensellik, kişilerarası öğrenme, öğretici bilgi, özverili olma, sosyalleşme ve grup bağlılığı iyileşmeyi destekleyen temel faktörlerdir.

Umut aşılama, değişimin mümkün olduğuna dair inancı güçlendirir.

Evrensellik, bireyin yaşadığı sorunlarda yalnız olmadığını fark etmesini sağlar.

Kişilerarası öğrenme, üyelerin birbirlerinden geri bildirim alarak kendilerini tanımlarına yardımcı olur.

Öğretici bilgi, psikoeğitim yoluyla bireyin yaşadığı süreci anlamlandırmasını kolaylaştırır.

Özverili olma, başkalarına destek olmanın kişiye değer, yeterlilik ve anlam duygusu kazandırmasını ifade eder.

Eğitim içeriği patentlidir. Bu nedenle eğitim sürecinde paylaşılan ders notlarının 3. kişilerle paylaşılması hukuka aykırıdır. Gereken özeni gösterdiğiniz için teşekkür ederiz.

Sosyalleşme, güvenli ilişkiler kurma ve iletişim becerilerini geliştirme fırsatı sunar.

Grup bağlılığı ise güven, kabul ve aidiyet duygusunu güçlendirerek değişim sürecini destekler.

Soru:

Grup sürecinde hangi iyileştirici faktörü daha fazla destekliyorum?

Notların:

.....

.....

.....

.....

.....

Psikodiyet Yaklaşımında İyileştiren Faktörler

Eylem İlgörüsü

Psikodiyet yaklaşımında içgörü yalnızca kişinin yaşadığı problemi fark etmesi anlamına gelmez. Gerçek değişim bu farkındalığın davranışa dönüşmesiyle başlar. Bu nedenle Psikodiyet modeli eyleme dayalı içgörüyü temel alır. Danışan çoğu zaman ne yapması gerektiğini bilir ancak bu bilgi tek başına davranış değişikliği oluşturmaz. Grup çalışmaları, davranış deneyleri ve küçük değişim adımları kişinin kendi davranış örüntülerini deneyimleyerek anlamasını sağlar. Bu süreç davranışlara yönelik bilgi sahibi olmayı kolaylaştırır, kişinin anda kalmasını destekler ve öz yeterlilik duygusunu güçlendirerek değişimi hızlandırır.

Soru

Bilgi sahibi olmasına rağmen davranış değişikliği gerçekleştiremeyen danışanlarla nasıl çalışırsınız?

Notların

.....

.....

.....

.....

Eğitim içeriği patentlidir. Bu nedenle eğitim sürecinde paylaşılan ders notlarının 3. kişilerle paylaşılması hukuka aykırıdır. Gereken özeni gösterdiğiniz için teşekkür ederiz.

Fiziksel Temas

Fiziksel temas yalnızca dokunmayı değil, bireyin dünyayla ve bedeniyle yeniden güvenli bir ilişki kurmasını ifade eder. Grup çalışmalarındaki beden farkındalığı, nefes ve gevşeme uygulamaları danışanın beden sinyallerini fark etmesini sağlar.

Bu süreç güvenli bir terapötik ortamda regresif yaşantıları ortaya çıkarabilir, bastırılmış duyguların açığa çıkmasına yardımcı olabilir. Bedenle yeniden temas kuruldukça duygular görünür hale gelir ve psikolojik iyileşme desteklenir.

Beden kayıt tutar.

Soru

Grup sürecinde katılımcıların birbirleriyle ve sizinle güvenli fiziksel temasta bulunmasını nasıl sağlarsınız?

Notların

.....

.....

.....

.....

Anlam Oluşturma

Sorunun nedenine odaklanır. Görünenden görünmeyini anlamlandırır. Çözüm getirir.Yaşama dair geniş bir bakış açısı sunar.

Grup kişiye kendi değerlendirmesinden daha çok değer verir. Bu da benlik saygısını artırır.

Grup Çalışmalarının Riskleri

Semptom karşılaştırmaları olabilir

Rekabet ve hastalık kimliği güçlenebilir

Tetikleyici konuşmalar ortaya çıkabilir

Anoreksiyada yetersiz kalabilir

Psikodiyet Yaklaşımı

Psikodiyet; beslenme, psikoloji ve grup süreçlerini bir araya getiren bütüncül bir yaklaşımdır.

Temel amacı yalnızca kilo vermek değil, bireyin besinle, bedeniyle ve yaşamıyla kurduğu ilişkiyi yeniden yapılandırmasına destek olmaktır.

Bilimsel temelini bağlanma teorisi (J.Bowlby) ve sosyal sinir sistemi teorisinden (S.Porges) alır.

Amaç yaşam aktivitelerini hedef alarak nöral sistemi yeniden düzenlemektir. Hedef anlamlı bir yaşam tarzı oluşturmaktır.

Psikodiyet bir yaşam projesidir.

İyileşmek, sadece semptomların azalması değildir, kişinin yeniden anlam, amaç ve kimlik geliştirmesidir.

Hangi Temalar Çalışılır?

- Beden imajı
- Besin ve bedenle ilişki
- Duyguları tanımlamak ve ifade etmek
- Katı diyet tutumlarının etkisi
- Yeme bozukluğunun fonksiyonu
- Değişime direnç
- Aile içi ilişkiler
- Yaşam rollerini çeşitlendirmek
- Yaşama verilen anlam

Eğitim içeriği patentlidir. Bu nedenle eğitim sürecinde paylaşılan ders notlarının 3. kişilerle paylaşılması hukuka aykırıdır. Gereken özeni gösterdiğiniz için teşekkür ederiz.

Beslenme Kısımında Ne oluyor?

- Yeme tutumlarının takip edilmesi
- Besin-duygu-davranış ilişkisi
- Farkındalıklı yeme eğitimi
- Açlık, tokluk hisleri
- Beden imajı
- Negatif düşünceler
- AMAÇ: Kendi beslenme tarzını oluşturabilmek

Soru:

Psikodiyet yaklaşımının en güçlü yönü sizce nedir?

Notların:

.....

.....

.....

.....

.....

Eğitim içeriği patentlidir. Bu nedenle eğitim sürecinde paylaşılan ders notlarının 3. kişilerle paylaşılması hukuka aykırıdır. Gereken özeni gösterdiğiniz için teşekkür ederiz.

BÖLÜM 5

UYGULAMALAR

1.Uygulama Adı:

.....

.....

.....

Amaç:

.....

.....

.....

Hedef Grup:

.....

.....

.....

Süre:

.....

.....

.....

Kullanılacak Materyaller:

.....

.....

.....

Eğitim içeriği patentlidir. Bu nedenle eğitim sürecinde paylaşılan ders notlarının 3. kişilerle paylaşılması hukuka aykırıdır. Gereken özeni gösterdiğiniz için teşekkür ederiz.

Uygulama Basamakları:

.....

.....

.....

2.Uygulama Adı:

.....

.....

.....

Amaç:

.....

.....

.....

Hedef Grup:

.....

.....

.....

Süre:

.....

.....

.....

Kullanılacak Materyaller:

.....

Eğitim içeriği patentlidir. Bu nedenle eğitim sürecinde paylaşılan ders notlarının 3. kişilerle paylaşılması hukuka aykırıdır. Gereken özeni gösterdiğiniz için teşekkür ederiz.

.....

.....

Uygulama Basamakları:

.....

.....

3.Uygulama Adı:

.....

.....

.....

Amaç:

.....

.....

.....

Hedef Grup:

.....

.....

.....

Süre:

.....

.....

.....

Eğitim içeriği patentlidir. Bu nedenle eğitim sürecinde paylaşılan ders notlarının 3. kişilerle paylaşılması hukuka aykırıdır. Gereken özeni gösterdiğiniz için teşekkür ederiz.

Kullanılacak Materyaller:

.....

.....

.....

Uygulama Basamakları:

.....

.....

4.Uygulama Adı:

.....

.....

.....

Amaç:

.....

.....

.....

Hedef Grup:

.....

.....

.....

Süre:

.....

.....

Eğitim içeriği patentlidir. Bu nedenle eğitim sürecinde paylaşılan ders notlarının 3. kişilerle paylaşılması hukuka aykırıdır. Gereken özeni gösterdiğiniz için teşekkür ederiz.

Kullanılacak Materyaller:

Uygulama Basamakları:

Kapanış

Kalıcı değişim, bireyin kendisiyle ve yaşıamıyla daha sağlıklı bir ilişki kurabilmesiyle mümkündür.

Uzmanın görevi güvenli bir öğrenme ortamı oluşturmak ve değişim sürecine rehberlik etmektir.

Nasıl besleniyorsak öyle yaşıyoruz. Yaşıama yapılan müdahale beslenme tutumlarını etkiler.

Soru:

Bu modülden en önemli kazanımın nedir?

Notların:

Eğitim içeriği patentlidir. Bu nedenle eğitim sürecinde paylaşılan ders notlarının 3. kişilerle paylaşılması hukuka aykırıdır. Gereken özeni gösterdiğiniz için teşekkür ederiz.



Eğitim içeriği patentlidir. Bu nedenle eğitim sürecinde paylaşılan ders notlarının 3. kişilerle paylaşılması hukuka aykırıdır. Gereken özeni gösterdiğiniz için teşekkür ederiz.

