

# GENÇLERİN İYİLİK HALİNİN FARK EDİLMESİ VE GÜÇLENDİRİLMESİ PROJESİ

2022-1-TR01-KA153-YOU-000069773

## EĞİTİM MÜFREDATI KİTAPÇIĞI

(Yaygın Eğitim Modeline Göre)

Gençleri Anlamak  
Travma Sonrası Stres Bozukluğu  
İntihar ve Yas  
Bipolar Bozukluk ve Şizofreni  
Cinsiyet Kimliği ve Cinsiyet Hoşnutsuzluğu  
Nörogelişimsel Bozukluklar  
Alkol ve Madde Kullanım Bozuklukları



Avrupa birliği  
tarafından  
ortak finanse  
edilmektedir.



Avrupa birliği  
tarafından  
ortak finanse  
edilmektedir.

# GENÇLERİN İYİLİK HALİNİN FARK EDİLMESİ VE GÜÇLENDİRİLMESİ PROJESİ

(2022-1-TR01-KA153-YOU-000069773  
Gençlik Çalışanı Hareketliliđi)



## Tanıtım

AB Erasmus+ projeleri kapsamında ve Avrupa Birliği tarafından desteklenen Hayat Sağlık ve Sosyal Hizmetler Vakfı liderliğinde Uluslararası Tüm Gençlik ve Spor Kulübü Derneği ve EMU Fransa derneği ortaklığında yürütülen 2022-1-TR01-KA153-YOU-000069773 projesinin amacı; bir bireyin özellikle gencin travmatik bir deneyim geçirirken yaşadığı fiziksel ve ruhsal değişimleri doğru anlamlandırabilmek , gençlik çalışanlarının ruhsal bozuklukları tanınması, bunlara karşı yapılacakları bilmesi için atölye etkinlikleri ve yaygın öğretim yöntemleriyle eğitim programı geliştirilmesidir. Özellikle Avrupa’da ve Türkiye’de gençler arasındaki intihar vakalarının artış hızı böyle bir projenin varlığını önemli kılmaktadır. Projenin hedef kitlesi gençlik çalışanlarıdır.

Gençlik çalışanı: doğrudan gençlerle veya gençler için çalışan, onların bireysel ve sosyal gelişimlerine katkı sunan bunu yaparken genellikle yaygın ve sargın öğrenme tekniklerini kullanan veya gençlik hakları alanında çalışan profesyonel çalışanlardır. Gençlik çalışanlarının görev aldığı aktivitelere göre farklı rolleri olabilir. Bunlar; kolaylaştırıcı, eğitmen, gençlik lideri, grup lideri, proje koordinatörü, irtibat kişisi, yurt idarecisi vb kişilerdir.

**“Erasmus+ Programı kapsamında Avrupa Komisyonu tarafından desteklenmektedir. Ancak burada yer alan görüşlerden Avrupa Komisyonu ve Türkiye Ulusal Ajansı sorumlu tutulamaz “**

## Projenin Amacı

Projenin temel amacı, gençlerin ruh sağlığı ile ilgili çeşitli bozuklukları tanımlamak, bu bozuklukların belirtilerini tanımak, risk faktörlerini belirlemek ve uygun müdahale yöntemlerini öğrenmektir. Eğitim programı, gençlerin ruh sağlığını olumsuz etkileyen faktörleri ve bu faktörlerle başa çıkma yollarını öğretmeyi hedefler. Ruh sağlığı bozuklukları toplumda oldukça yaygındır; örneğin, Dünya Sağlık Örgütü’ne göre dünya genelinde her dört kişiden biri yaşamının bir döneminde ruh sağlığı sorunu ile karşılaşmaktadır. Bu yüksek oran, ruh sağlığı bozukluklarının fark edilmesi ve önlem alınmasının gerekliliğini vurgulamaktadır.

## Projenin İçeriği

Eğitim müfredatı, yaygın eğitim modeline göre yapılandırılmış olup, aşağıdaki başlıklardan oluşmaktadır:

- 1. Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB):** TSSB’nin tanımı, belirtileri, risk faktörleri ve tedavi yöntemleri ele alınır. Katılımcılar, travma sonrası stres bozukluğunu tanımayı ve bu bozuklukla başa çıkma yöntemlerini öğrenirler.
- 2. İntihar ve Yas:** İntihar davranışı ve düşüncesi, intiharın nedenleri, risk faktörleri ve yas sürecinde destek yöntemleri tartışılır. Bu bölümde, intiharın gençler üzerindeki etkileri ve yas sürecinin nasıl yönetileceği üzerinde durulur.
- 3. Bipolar Bozukluk ve Şizofreni:** Bipolar bozukluk ve şizofreninin belirtileri, tedavi yöntemleri ve bu bozukluklarla yaşamın getirdiği zorluklar anlatılır. Katılımcılar, bu ruh sağlığı bozukluklarının karmaşıklığını ve etkilerini derinlemesine anlama fırsatı bulurlar.
- 4. Cinsiyet Kimliği ve Cinsiyet Hoşnutsuzluğu:** Cinsiyet kimliği gelişimi, cinsiyet hoşnutsuzluğu ve bu konularda destek yöntemleri hakkında bilgi verilir. Katılımcılar, cinsiyet kimliği ile ilgili sorunların nasıl ele alınacağını öğrenirler.

- 5. Nörogelişimsel Bozukluklar:** Otizm spektrum bozukluğu, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (DEHB) gibi nörogelişimsel bozuklukların tanımı ve belirtileri incelenir. Bu bölümde, nörogelişimsel bozuklukların erken tanısı ve müdahale yöntemleri üzerinde durulur.
- 6. Alkol ve Madde Kullanım Bozuklukları:** Gençlerde alkol ve madde kullanım bozukluklarının nedenleri, belirtileri ve müdahale yöntemleri ele alınır. Katılımcılar, bu bozuklukların gençler üzerindeki etkilerini ve müdahale stratejilerini öğrenirler.

## Hedef Kitle

Bu proje, gençlik çalışanları ve gençlerle çalışan profesyonellerin yanı sıra ebeveynler ve toplumun geneline hedeflemektedir. Eğitimin amacı, bu kesimlerin gençlerin ruh sağlığı konularında bilgi ve farkındalıklarını artırarak, gençlere daha etkili destek olmalarını sağlamaktır. Eğitim programı, gençlerin sağlıklı bir gelişim süreci geçirmelerine katkıda bulunarak, toplumsal ruh sağlığını iyileştirmeyi amaçlar.

## Eğitim Yöntemleri

Eğitim programı, katılımcıların aktif katılımını teşvik eden yaygın eğitim modeline göre tasarlanmıştır. Programda kullanılan başlıca yöntemler şunlardır:

- **İnteraktif Sunumlar:** Katılımcıların eğitimle etkileşimde bulunarak konuları derinlemesine anlamaları sağlanır. Sunumlar sırasında sorular sorulabilir, tartışmalar yapılabilir ve katılımcıların deneyimleri paylaşılabilir.
- **Grup Çalışmaları ve Tartışmalar:** Katılımcılar, vaka çalışmaları ve grup tartışmaları aracılığıyla konular üzerinde düşünme ve çözüm önerileri geliştirme fırsatı bulurlar. Bu yöntem, katılımcıların birbirlerinden öğrenmelerini ve farklı bakış açılarını anlamalarını sağlar.
- **Film ve Video Gösterimleri:** Konuların daha iyi anlaşılması için ilgili kısa filmler ve videolar izlenir ve tartışılır. Görsel materyaller, katılımcıların konuları somut örnekler üzerinden öğrenmelerini kolaylaştırır.
- **Mindfulness ve Psikoeğitim Egzersizleri:** Zihinsel farkındalık ve stresle başa çıkma becerilerini geliştirmek amacıyla çeşitli egzersizler yapılır. Bu egzersizler, katılımcıların kendi zihinsel ve duygusal durumlarını daha iyi anlamalarını sağlar.
- **Ön ve Son Testler:** Katılımcıların bilgi düzeylerini ölçmek için eğitim öncesinde ve sonrasında çoktan seçmeli testler uygulanır. Bu testler, katılımcıların eğitim süresince ne kadar ilerleme kaydettiklerini değerlendirmek için kullanılır.
- **Değerlendirme Formları:** Eğitim sürecinin etkinliğini değerlendirmek ve geri bildirim almak için katılımcılardan eğitim sonunda değerlendirme formları doldurmaları istenir. Bu geri bildirimler, gelecekteki eğitim programlarının iyileştirilmesi için önemli veriler sağlar.

Ruh sağlığı bozukluklarının toplumda yaygın olduğu göz önüne alındığında, “Gençlerin İyilik Halinin Fark Edilmesi ve Güçlendirilmesi” projesi, gençlerin ruh sağlığı konusunda toplumu bilinçlendirmeyi ve bu alanda bilgi eksikliklerini gidermeyi amaçlayan kapsamlı bir eğitim programıdır. Hayat Sağlık ve Sosyal Hizmetler Vakfı, Türkiye Gençlik STK’ları Platformu ve EMU işbirliği ile Ulusal Ajans tarafından desteklenen bu projeye, gençlerin sağlıklı bir gelişim süreci geçirmelerine katkı sağlanması hedeflenmektedir. Bu tür projeler, gençlerin iyilik halinin fark edilmesi ve güçlendirilmesi için önemli bir adımdır ve toplumun genel sağlığını olumlu yönde etkiler.

# GENÇLERİN İYİLİK HALİNİN FARK EDİLMESİ VE GÜÇLENDİRİLMESİ PROJESİ

---

Proje, gençlerin yaşam kalitesini artırmak, onları ruhsal zorluklarla başa çıkmada desteklemek ve toplumu bu konuda bilinçlendirmek için güçlü bir araçtır. Toplumun her kesiminden bireylerin bu eğitimlere katılması, ruh sağlığı konusundaki stigma ve önyargıların azaltılmasına yardımcı olacaktır. Eğitimler sırasında edinilen bilgiler ve beceriler, gençlerle çalışan profesyonellerin işlerinde daha etkin olmalarını sağlayacak ve gençlerin ihtiyaçlarına daha uygun yanıtlar verebilmelerine olanak tanıyacaktır.



## 1. GENÇLERİ ANLAMAK EĞİTİMİ MÜFREDATI

### Eğitim Hedeflerini Paylaşma

#### Hedeflenen Çıktı

Katılımcılar, eğitimden ne beklmeleri gerektiğini ve hangi becerileri kazanacaklarını anlayacak.

#### İçerik

Eğitimin amacı ve öğrenme hedefleri katılımcılara açıklanır.

#### Yöntem

Eğitmen, eğitim süresince hangi konulara değinileceğini ve katılımcıların hangi bilgilerle ayrılmalarnın beklendiğini açıklar. Bu bölümde sunum slaytları ve kısa video klipler kullanılabilir.

#### Yaklaşım

Eğitim hedeflerini paylaşma süreci, birlikte öğrenelim ve öğrendiklerimizi değerlendirelim ilkeleri doğrultusunda yürütülür.

#### Etkinlik

Randım olarak ekip 4 veya 5 gruba ayrılır. Gençlik sorunları konusunda her grubun bir konu seçmesi istenir. Belirledikleri konuya istinaden her grubun canva üzerinde çözüm önerileri proje geliştirerek sunum yapmaları istenir

### Katılımcı Tanışma ve Grup Oluşumu

#### Hedeflenen Çıktı

Katılımcılar birbirleriyle tanışır, rahatlar ve güven ortamı oluşturulur.

#### İçerik

Eğitmen ve katılımcılar tanışır.

#### Yöntem

Katılımcılar arasında etkileşimi artırmak için tanışma oyunları oynanır. Örneğin, “Buz Kırıcı” etkinliklerle katılımcılar birbirlerinin isimlerini, mesleklerini ve eğitimden beklentilerini paylaşır. Katılımcılar 6 kişilik gruplara ayrılır.

#### Yaklaşım

Tanışma oyunları ve grup çalışmaları, katılımcılar arasında güvenli ve destekleyici bir öğrenme ortamı oluşturmayı hedefler.

#### Etkinlik

10 soru hazırlanır. Grup içersinde bu 10 sorunun doğru cevabını birbirlerine sordukları soruda bulabilecekleri aktarılır.

### Ön Test

#### Hedeflenen Çıktı

Katılımcılar, mevcut bilgi düzeylerini ve eğitimden beklentilerini belirler.

#### İçerik

Katılımcıların mevcut bilgi düzeylerini ve eğitimden beklentilerini belirlemek için çoktan seçmeli ön test uygulanır.

**Yöntem**

Katılımcılara test kağıtları dağıtılır ve belirli bir süre içinde soruları cevaplamaları istenir. Testler toplanır ve eğitmen tarafından değerlendirilir.

**Yaklaşım**

Katılımcıların bilgi düzeylerini değerlendirmek ve eğitim sürecini onlarla birlikte şekillendirmek amacı güdüldü.

**Etkinlik**

Ön Test Uygulaması

## Beslenme ve Yeme Bozuklukları İnteraktif Sunumu

**Hedeflenen Çıktı**

Katılımcılar, yeme bozuklukları hakkında bilgi edinir.

**İçerik**

Yeme bozukluklarının tanımı, belirtileri ve türleri. Anoreksiya Nervosa, Bulimia Nervosa ve Tıkınırcasına Yeme Bozukluğu gibi durumlar.

**Yöntem**

Eğitmen, slayt sunumu eşliğinde yeme bozuklukları hakkında teorik bilgi verir. Video klipler, grafikler ve vaka örnekleri kullanılarak konunun anlaşılması pekiştirilir. Katılımcılardan sorular sormaları ve tartışmalara katılmaları teşvik edilir.

**Yaklaşım**

Etkileşimli ve uygulamalı öğrenme hedeflenir.

**Etkinlik**

Yeme Bozuklukları Belirtileri Tartışması

## Film Atölyesi ve Grup Çalışması

**Hedeflenen Çıktı**

Katılımcılar, yeme bozukluklarını tanırlar ve müdahale yöntemlerini öğrenir.

**İçerik**

Yeme bozuklukları ile ilişkili film kesitleri izlenir.

**Yöntem**

Katılımcılar 4 gruba ayrılır. Her grup, belirli bir yeme bozukluğu ile ilgili kısa film kesitlerini izler. Film kesitlerini izledikten sonra, gruplar gördükleri belirtileri ve bu durumlarda nasıl davranılması gerektiğini tartışır ve bu bilgileri kağıtlara yazar. Her grup, tartışmalarının sonuçlarını diğer gruplara sunar.

**Yaklaşım**

Katılımcıların aktif katılımı ve katkıları teşvik edilir.

**Etkinlik**

Yeme Bozukluğu Belirtileri ve Müdahale Yöntemleri Sunumu

## Bedensel Belirti Bozuklukları İnteraktif Sunumu

### Hedeflenen Çıktı

Katılımcılar, bedensel belirti bozuklukları hakkında bilgi edinir.

### İçerik

Bedensel belirti bozukluklarının tanımı, belirtileri ve türleri. Bedensel Belirti Bozukluğu, Hastalık Kaygısı Bozukluğu, Dönüştürme Bozukluğu ve Yapay Bozukluklar.

### Yöntem

Eğitmen, slayt sunumu eşliğinde bedensel belirti bozuklukları hakkında detaylı bilgi verir. Sunum sırasında, bu bozuklukların nasıl tanınacağı, belirtilerinin neler olduğu ve tedavi yöntemleri hakkında bilgi aktarılır. Görsel materyaller ve vaka örnekleri kullanılarak konunun anlaşılması sağlanır.

### Yaklaşım

Etkileşimli ve uygulamalı öğrenme hedeflenir.

### Etkinlik

Bedensel Belirti Bozuklukları Belirtileri Tartışması

## Vaka Çalışması ve Grup Tartışması

### Hedeflenen Çıktı

Katılımcılar, bedensel belirti bozukluklarını tanırlar ve müdahale yöntemlerini öğrenir.

### İçerik

Bedensel belirti bozukluklarının görüldüğü vaka örnekleri tartışılır.

### Yöntem

Her gruba bir vaka örneği verilir ve bu vakayı analiz etmeleri istenir. Gruplar, vakada geçen belirtileri ve bu belirtilere yönelik doğru müdahale yöntemlerini tartışır. Her grup, tartışma sonuçlarını diğer gruplara sunar ve eğitmen geri bildirimde bulunur.

### Yaklaşım

Katılımcıların aktif katılımı ve katkıları teşvik edilir.

### Etkinlik

Vaka Örneği Tartışması ve Sunumu

## Mindfulness Beden Taraması Egzersizi

### Hedeflenen Çıktı

Katılımcılar, zihinsel ve bedensel farkındalık sağlar ve stresle başa çıkma becerilerini geliştirir.

### İçerik

Zihinsel farkındalığı artırmak ve bedensel farkındalık sağlamak amacıyla mindfulness beden taraması egzersizi yapılır.

### Yöntem

Eğitmen, katılımcıları rahat bir pozisyonda oturmaya veya yatmaya davet eder. Gözlerini kapatarak derin nefes almalarını ve bedenlerinin farkına varmalarını ister. Eğitmen, baştan ayaklara kadar bedenin her bölgesine odaklanarak katılımcıların gerilim ve rahatlama hislerini fark etmelerini sağlar. Bu süreçte rehberlik ederek katılımcılara bedenlerinin farkına varmaları için yönlendirmelerde bulunur.



### **Yaklaşım**

Etkileşimli ve uygulamalı öğrenme.

### **Etkinlik**

Mindfulness Beden Taraması Egzersizi

## **Dışa Atım Bozuklukları İnteraktif Sunumu**

### **Hedeflenen Çıktı**

Katılımcılar, dışa atım bozuklukları hakkında bilgi edinir.

### **İçerik**

Dışa atım bozukluklarının tanımı, belirtileri ve türleri. Enürezis ve Enkoprezis.

### **Yöntem**

Eğitmen, slayt sunumu eşliğinde dışa atım bozuklukları hakkında bilgi verir. Bu bozuklukların nedenleri, belirtileri ve tedavi yöntemleri hakkında detaylı bilgi aktarılır. Sunum sırasında vaka örnekleri ve görsel materyaller kullanılır.

### **Yaklaşım**

Etkileşimli ve uygulamalı öğrenme.

### **Etkinlik**

Dışa Atım Bozuklukları Belirtileri Tartışması

## **Vaka Tartışması ve Grup Çalışması**

### **Hedeflenen Çıktı**

Katılımcılar, dışa atım bozukluklarını tanır ve bu durumlarla nasıl başa çıkılacağını öğrenir.

### **İçerik**

Dışa atım bozuklukları ile ilgili vaka örnekleri tartışılır.

### **Yöntem**

Katılımcılar, daha önce karşılaştıkları benzer durumları tartışır ve bu durumlarda nasıl hareket ettiklerini paylaşır. Eğer gruptan bir vaka çıkmazsa, eğitmen tarafından hazırlanmış vaka örnekleri üzerinden tartışma yapılır. Her vaka, aşama aşama ele alınarak doğru müdahale yöntemleri belirlenir.

### **Yaklaşım**

Katılımcıların aktif katılımı ve katkıları teşvik edilir.

### **Etkinlik**

Vaka Örneği Tartışması ve Sunumu

## **Uyku Uyanıklık Bozuklukları İnteraktif Sunumu**

### **Hedeflenen Çıktı**

Katılımcılar, uyku uyanıklık bozuklukları hakkında bilgi edinir.

### **İçerik**

Uyku uyanıklık bozukluklarının tanımı, belirtileri ve türleri. İnsomnia, Hipersomnia, Narkolepsi ve Parasomniler.

### **Yöntem**

Eğitmen, slayt sunumu eşliğinde uyku uyanıklık bozuklukları hakkında detaylı bilgi verir. Bu bozuk-

lukların nasıl tanınacağı, belirtilerinin neler olduğu ve tedavi yöntemleri hakkında bilgi aktarılır. Görsel materyaller ve vaka örnekleri kullanılarak konunun anlaşılması sağlanır.

**Yaklaşım**

Etkileşimli ve uygulamalı öğrenme.

**Etkinlik**

Uyku Uyanıklık Bozuklukları Belirtileri Tartışması

## Vaka Tanıma Yarışması ve Grup Çalışması

**Hedeflenen Çıktı**

Katılımcılar, uyku bozukluklarını tanır ve müdahale yöntemlerini öğrenir.

**İçerik**

Uyku bozukluklarının görüldüğü kısa videolar ve hasta öyküleri incelenir.

**Yöntem**

Katılımcılar dört gruba ayrılır. Her gruba uyku bozukluklarının görüldüğü kısa videolar ve hasta öyküleri sunulur. Gruplar, izledikleri video ve okudukları öykülerde geçen belirtileri analiz eder ve hangi uyku bozukluğu olduğunu belirler. Her grup, bulgularını bir kağıda yazar ve süre bitiminde sunar. Doğru cevaplar üzerinden uyku bozukluklarının özellikleri öğrenilir.

**Yaklaşım**

Katılımcıların aktif katılımı ve katkıları teşvik edilir.

**Etkinlik**

Uyku Bozuklukları Belirtileri ve Müdahale Yöntemleri Yarışması

## Uyku Hijyeni Önerileri Listesi Hazırlama

**Hedeflenen Çıktı**

Katılımcılar, sağlıklı uyku alışkanlıkları ve düzeni hakkında bilgi edinir.

**İçerik**

Sağlıklı uyku alışkanlıkları ve düzeni hakkında öneriler hazırlanır.

**Yöntem**

Katılımcılar, daha önceki gruplarıyla birlikte bir uyku hijyeni önerileri listesi hazırlar. Her grup, tek sayfalık bir öneri listesi oluşturur ve bu listeyi sunar. Eğitimci, gruplara sırayla dahil olarak içeriğin oluşturulmasına yardım eder. Etkinliğin sonunda, uyku hijyeni önerilerini içeren gerçek bir liste görsel olarak paylaşılır.

**Yaklaşım**

Katılımcıların aktif katılımı ve katkıları teşvik edilir.

**Etkinlik**

Uyku Hijyeni Önerileri Listesi Hazırlama

## Toparlama ve Soru-Cevap

**Hedeflenen Çıktı**

Katılımcılar, eğitim süresince işlenen konular hakkında sorular sorar ve eksik kaldıkları noktaları tamamlar.

### **İçerik**

Anlatılan konularla ilgili soruların cevaplanması ve eğitimin özetlenmesi.

### **Yöntem**

Eğitmen, katılımcılardan gelen soruları cevaplar ve eğitim boyunca işlenen konuları özetler. Katılımcılara teşekkür edilir ve geri bildirimleri alınır.

### **Yaklaşım**

Katılımcıların aktif katılımı teşvik edilir ve eğitimin sonunda onların görüşleri alınır.

### **Etkinlik**

Soru-Cevap ve Toparlama Etkinliği

## **Son Test**

### **Hedeflenen Çıktı**

Katılımcılar, eğitim süresince edindikleri bilgileri değerlendirebilir.

### **İçerik**

Eğitimden sonra katılımcıların öğrendiklerini ölçmek için çoktan seçmeli bir son test uygulanır.

### **Yöntem**

Katılımcılara test kağıtları dağıtılır ve soruları cevaplamaları istenir. Testler toplanır ve eğitmen tarafından değerlendirilir.

### **Yaklaşım**

Katılımcıların bilgi düzeylerini değerlendirmek ve eğitim sürecini onlarla birlikte şekillendirmek.

### **Etkinlik**

Son Test Uygulaması

## **Değerlendirme Formları**

### **Hedeflenen Çıktı**

Katılımcılar, eğitimin etkinliğini ve katılımcı memnuniyetini değerlendirebilir.

### **İçerik**

Katılımcılardan eğitim hakkında geri bildirim alınır.

### **Yöntem**

Değerlendirme formu dağıtılır ve katılımcılardan eğitim sürecini değerlendirmeleri istenir. Formda eğitim içeriği, yöntemler, materyaller ve eğitmenin performansı gibi konulara dair sorular bulunur.

### **Yaklaşım**

Katılımcılardan düzenli olarak geri bildirim alınır ve eğitim içeriği bu geri bildirimler doğrultusunda geliştirilir.

### **Etkinlik**

Değerlendirme Formları Dağıtımı ve Toplanması

## Gençleri Anlamak Eğitimi Ön Testi

### 1. Yeme bozukluklarının yaygın belirtileri arasında hangisi bulunmaz?

- A) Aşırı kilo kaybı
- B) Yeme davranışlarında kontrol kaybı
- C) Yemekle ilgili düşüncelerde aşırı meşguliyet
- D) Düzenli ve sağlıklı beslenme alışkanlıkları

### 2. Hastalık kaygısı bozukluğu nedir?

- A) Sürekli olarak ciddi bir hastalığa yakalanma korkusu
- B) Sadece fiziksel belirtiler gösteren bir rahatsızlık
- C) Herhangi bir sağlık sorunu olmadan hastalık belirtileri gösterme
- D) Uykusuzlukla karakterize bir bozukluk

### 3. Enürezis (altını ıslatma) genellikle hangi yaş grubunda daha yaygındır?

- A) Sadece bebeklerde
- B) Çocuklarda ve gençlerde
- C) Yetişkinlerde
- D) Her yaş grubunda eşit oranda

### 4. Uyku hijyeni nedir?

- A) Yatak odasının temizliği
- B) Sağlıklı uyku alışkanlıkları ve düzeni
- C) Uyku sırasında kişisel bakım
- D) Uyku sırasında kullanılan kıyafetler

### 5. Mindfulness beden taraması egzersizinin amacı nedir?

- A) Fiziksel egzersiz yapmak
- B) Zihinsel ve bedensel farkındalık sağlamak
- C) Uyku bozukluklarını tedavi etmek
- D) Yemek bozukluklarını önlemek

## Gençleri Anlamak Eğitimi Son Testi

### 1. Yeme bozukluklarının belirtilerinden biri değildir:

- A) Yeme davranışlarında kontrol kaybı
- B) Aşırı yemek yeme
- C) Yemekle ilgili düşüncelerde aşırı meşguliyet
- D) Yeme alışkanlıklarında hiçbir değişiklik

### 2. Bedensel belirti bozuklukları nasıl tanımlanır?

- A) Fiziksel semptomların tıbbi bir durumla açıklanmadığı rahatsızlıklar
- B) Sadece fiziksel yaralanmalar

- C) Psikolojik stresin fiziksel semptomlara neden olması
- D) Sadece çocuklarda görülen durumlar

### 3. Enkoprezis nedir?

- A) Uykuda davranış bozukluğu
- B) Dışkının istemsiz olarak kaçırılması
- C) İdrar kaçırma durumu
- D) Uykuya dalma güçlüğü

### 4. Uyku hijyeni nedir?

- A) Yatak odasının temizliği
- B) Sağlıklı uyku alışkanlıkları ve düzeni
- C) Uyku sırasında kişisel bakım
- D) Uyku sırasında kullanılan kıyafetler

### 5. Mindfulness beden taraması egzersizinin amacı nedir?

- A) Fiziksel egzersiz yapmak
- B) Zihinsel ve bedensel farkındalık sağlamak
- C) Uyku bozukluklarını tedavi etmek
- D) Yemek bozukluklarını önlemek

## 2. TRAVMA SONRASI STRES BOZUKLUĞU (TSSB) EĞİTİMİ MÜFREDATI

### Eğitim Hedeflerini Paylaşma

#### Hedeflenen Çıktı

Katılımcılar, eğitmeden ne beklmeleri gerektiğini ve hangi becerileri kazanacaklarını anlayacak. Katılımcılar, TSSB'yi tanımlayabilecek, belirtilerini tanıyabilecek, risk faktörlerini belirleyebilecek ve uygun müdahale yöntemlerini öğrenebilecek.

#### İçerik

Eğitimin amacı ve öğrenme hedefleri katılımcılara açıklanır. Katılımcılar, TSSB ile ilgili bilgi ve becerileri nasıl kazanacaklarını öğrenir.

#### Yöntem

Katılımcılara küçük grup tartışmaları yaptırılır ve bu tartışmalar üzerinden eğitim hedefleri birlikte tanımlanır. Katılımcılar, beklentilerini ve hedeflerini ifade ederek eğitime aktif bir başlangıç yaparlar. Eğitimci, bu geri bildirimleri özetleyerek eğitimin genel çerçevesini açıklar.

#### Yaklaşım

Katılımcıların eğitime aktif katılımını sağlamak ve onların beklentilerini dikkate almak amacıyla interaktif bir yöntem kullanılır.

### Etkinlik

Gruplar, eğitimin amaçlarını ve kendi beklentilerini tartışır, ardından bu tartışmaların sonuçları sınıfla paylaşılır.

## Katılımcı Tanışma ve Grup Oluşumu

### Hedeflenen Çıktı

Katılımcılar, birbirleriyle tanışarak güvenli bir öğrenme ortamı oluşturacak. Katılımcılar, grup çalışmaları için gerekli etkileşimi sağlayacak.

### İçerik

Katılımcılar birbirleriyle tanışır ve gruplara ayrılır. Güvenli bir öğrenme ortamı sağlanır.

### Yöntem

Katılımcılar, “Hızlı Tanışma” yöntemiyle kısa süreli sohbetler yapar. Ardından, ortak ilgi alanları ve hedefler doğrultusunda gruplara ayrılırlar. Gruplar, kendi içinde roller belirler ve grup içi iletişimi güçlendirecek aktiviteler gerçekleştirir.

### Yaklaşım

Katılımcıların birbirini tanımasını ve grup dinamiklerini oluşturmasını desteklemek amacıyla etkileşimli ve uygulamalı bir yöntem kullanılır.

### Etkinlik

Gruplar, tanışma aktiviteleri gerçekleştirir ve birbirleriyle uyumlu bir şekilde çalışabilmek için roller belirler.

## Ön Test

### Hedeflenen Çıktı

Katılımcılar, mevcut bilgi düzeylerini ve eğitimden beklentilerini belirleyebilecek. Katılımcılar, başlangıçtaki bilgi seviyelerini değerlendirebilecek.

### İçerik

Katılımcıların TSSB ile ilgili mevcut bilgi düzeylerini belirlemek amacıyla çoktan seçmeli bir test uygulanır.

### Yöntem

Katılımcılar, bireysel olarak çoktan seçmeli bir ön test uygular. Sonuçlar küçük gruplar halinde tartışılır. Her grup, hangi konularda güçlü olduklarını ve hangi alanlarda gelişim ihtiyaçları olduğunu belirler.

### Yaklaşım

Katılımcıların bilgi seviyelerini objektif bir şekilde değerlendirmek ve bu değerlendirmeleri grup içinde tartışarak öğrenme hedeflerini şekillendirmek amacıyla yapılandırılmıştır.

### Etkinlik

Gruplar, test sonuçlarını tartışır ve eğitmenin yönlendirmesiyle eğitim sürecini nasıl ilerleteceklerini belirler.

## Tanışma ve Kahoot Doğru-Yanlış Testi

### Hedeflenen Çıktı

Katılımcılar, ruh sağlığı konusundaki mevcut bilgi düzeylerini belirleyebilecek. Katılımcılar, konuya ısınarak eğitime motive olacak.

### İçerik

Katılımcıların ruh sağlığı hakkındaki bilgilerini ölçmek amacıyla bir Kahoot testi yapılır.

### Yöntem

Katılımcılar, eğlenceli bir Kahoot testi ile ruh sağlığı hakkındaki bilgilerini test eder. Test sonuçları grup olarak değerlendirilir ve zayıf olunan konular üzerinde tartışmalar yapılır.

### Yaklaşım

Katılımcıların eğlenceli bir ortamda konuyla ilgili bilgilerini değerlendirmelerini sağlamak ve bu sayede eğitime motive olmalarını teşvik etmek amacıyla interaktif bir yöntem kullanılır.

### Etkinlik

Testin ardından gruplar, sonuçları tartışır ve hangi konularda eksik olduklarını belirler. Her grup, bu bilgileri sınıfla paylaşır.

## TSSB İnteraktif Sunumu

### Hedeflenen Çıktı

Katılımcılar, TSSB'yi tanımlayabilecek ve oluş mekanizmasını anlayabilecek. Katılımcılar, TSSB belirtilerini tanıyabilecek ve günlük yaşam üzerindeki etkilerini anlayabilecek. Katılımcılar, TSSB tedavi yöntemleri hakkında bilgi sahibi olacak.

### İçerik

TSSB'nin tanımı, belirtileri, oluş mekanizması ve günlük yaşam üzerindeki etkileri hakkında bilgi verilir. Tedavi yöntemleri de ele alınır.

### Yöntem

Eğitmen, TSSB'nin tanımını ve belirtilerini sunar. Katılımcılar, kişisel ya da mesleki deneyimlerine dayalı örnekler paylaşır. Küçük gruplar halinde, TSSB'nin günlük yaşam üzerindeki etkilerini tartışır ve olası müdahale yöntemleri üzerinde çalışırlar.

### Yaklaşım

Etkileşimli bir sunum ve uygulamalı grup çalışmaları ile katılımcıların konuyu derinlemesine anlamaları hedeflenir.

### Etkinlik

Gruplar, TSSB'nin günlük yaşam üzerindeki etkilerini tartışır ve bu etkilerle başa çıkma yolları üzerinde çalışır. Sonuçlar sınıfla paylaşılır.

## “Nasıl Anıldın” Grup Çalışması

### Hedeflenen Çıktı

Katılımcılar, TSSB risk faktörlerini tanıyabilecek ve değerlendirebilecek. Katılımcılar, TSSB'yi anlamaya yönelik analiz yapma becerisi kazanacak.

### **İçerik**

TSSB risk faktörleri analiz edilir ve bu faktörlerle nasıl başa çıkılacağı tartışılır.

### **Yöntem**

Her grup, belirli bir senaryo üzerinde çalışarak TSSB risk faktörlerini analiz eder. Gruplar, risk faktörlerini belirledikten sonra bu faktörlere karşı nasıl bir önlem alabileceklerini tartışır. Drama veya rol oynama aktiviteleri kullanılarak empati yetenekleri geliştirilir.

### **Yaklaşım**

Katılımcıların aktif katılımı ve empati geliştirmelerini teşvik etmek amacıyla drama ve rol oynama gibi uygulamalı yöntemler kullanılır.

### **Etkinlik**

Gruplar, elde ettikleri sonuçları ve önerilerini sınıfla paylaşır. Her grup, risk faktörlerine karşı önerdiği stratejileri sunar.

## **CID (Kritik Olayın Duyarsızlaştırılması) Sunumu**

### **Hedeflenen Çıktı**

Katılımcılar, CID ve EMDR tekniklerini tanıyacak ve tarihçesini anlayacak. Katılımcılar, CID protokolünün uygulama alanlarını kavrayacak.

### **İçerik**

CID ve EMDR tekniklerinin tanımı, tarihçesi ve uygulama alanları hakkında bilgi verilir.

### **Yöntem**

Katılımcılar, EMDR ve CID uygulamalarını içeren kısa videolar izler. Ardından, küçük gruplar halinde bu tekniklerin nasıl uygulanabileceğini tartışır. Her grup, CID protokolünü farklı vakalar üzerinde uygulamayı planlar ve bu planları uygular.

### **Yaklaşım**

Katılımcıların öğrenme sürecine aktif katılımını sağlamak ve pratik beceriler kazandırmak amacıyla görsel materyaller ve grup çalışmaları kullanılır.

### **Etkinlik**

Her grup, CID protokolünün nasıl uygulanabileceğini tartışır ve vakalar üzerinde uygular. Uygulama sonuçları sınıfla paylaşılır.

## **CID Uygulama Çalışması**

### **Hedeflenen Çıktı**

Katılımcılar, CID protokolünü uygulayarak pratik deneyim kazanacak. Katılımcılar, grup çalışması yoluyla geri bildirim alma ve verme becerilerini geliştirecek.

### **İçerik**

CID protokolünün aşamaları, uygulama süreçleri ve geri bildirim mekanizmaları hakkında bilgi sağlanır.

### **Yöntem**

Katılımcılar, gruplar halinde seçilen vakalar üzerinde CID protokolünü uygular. Her aşama detaylı olarak açıklanır ve uygulama süreci boyunca eğitmen tarafından gözlemler yapılır. Eğitmen, gerektiğinde müdahale ederek geri bildirim sağlar.



### **Yaklaşım**

Katılımcıların uygulama yaparak öğrenmelerini ve bu süreçte birbirlerinden geri bildirim alarak gelişmelerini teşvik eden bir yaklaşım benimsenir.

### **Etkinlik**

Her grup, CID protokolünü vakalar üzerinde uygular ve ardından bu uygulamaları değerlendirir. Gruplar, uygulama süreçlerini sınıfla paylaşır ve geri bildirim alır.

## **Soru-Cevap**

### **Hedeflenen Çıktı**

Katılımcılar, eğitim süresince merak ettikleri sorulara yanıt bulabilecek. Katılımcılar, beyin fırtınası yoluyla kolektif düşünme becerilerini geliştirecek.

### **İçerik**

Katılımcılar, eğitim süresince öğrendikleri konularla ilgili sorularını eğitime yöneltilir.

### **Yöntem**

Katılımcılar, gruplar halinde beyin fırtınası yaparak merak ettikleri konular üzerinde tartışır ve ortak sorular belirler. Bu sorular sınıfta tartışılır ve öğretmen rehberliğinde yanıtlanır.

### **Yaklaşım**

Katılımcıların sorularına yanıt bulmalarını sağlamak ve kolektif düşünmeyi teşvik etmek amacıyla interaktif bir yöntem kullanılır.

### **Etkinlik**

Gruplar, belirledikleri soruları sınıfla paylaşır ve öğretmen bu sorulara yanıt verir. Beyin fırtınası süreci, katılımcıların birbirlerinden öğrenmelerine de olanak tanır.

## **Son Test**

### **Hedeflenen Çıktı**

Katılımcılar, eğitimden edindikleri bilgileri değerlendirebilecek. Katılımcılar, TSSB ile ilgili kazanımlarını ölçebilecek.

### **İçerik**

Eğitim sonunda katılımcıların bilgi seviyelerini ölçmek amacıyla çoktan seçmeli bir test uygulanır.

### **Yöntem**

Katılımcılar, çoktan seçmeli bir son test uygular. Test sonuçları küçük gruplar halinde değerlendirilir ve her grup, öğrendiklerini nasıl uygulayabileceklerini tartışır.

### **Yaklaşım**

Katılımcıların bilgi seviyelerini değerlendirmek ve bu değerlendirmeleri grup içinde tartışarak öğrenme sürecini pekiştirmek amaçlanır.

### **Etkinlik**

Gruplar, test sonuçlarını sınıfla paylaşır ve öğretmen rehberliğinde genel bir değerlendirme yapılır.

## Değerlendirme

### Hedeflenen Çıktı

Katılımcılar, eğitimle ilgili geri bildirimde bulunarak eğitimin geliştirilmesine katkı sağlayacak. Katılımcılar, eğitim sürecindeki deneyimlerini değerlendirecek.

### İçerik

Katılımcılardan eğitim süreciyle ilgili geri bildirim almak amacıyla değerlendirme formları doldurulur.

### Yöntem

Katılımcılar, eğitim sürecini değerlendiren formları doldurur. Bu formlar grup içinde tartışılarak geri bildirimler sunulur. Eğitimci, geri bildirimleri değerlendirir ve eğitimin gelecekteki versiyonları için öneriler geliştirir.

### Yaklaşım

Eğitim sürecinin etkinliğini artırmak ve katılımcı memnuniyetini sağlamak amacıyla geri bildirimlere önem verilir.

### Etkinlik

Gruplar, değerlendirme formlarını doldurduktan sonra genel bir tartışma yapar. Bu tartışmalardan elde edilen geri bildirimler, eğitimin gelecekteki iyileştirilmesine katkıda bulunur.

## Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB) Eğitimi Ön Testi

### 1. TSSB nedir?

- A) Bir fiziksel rahatsızlık
- B) Bir ruh sağlığı bozukluğu
- C) Bir beslenme bozukluğu
- D) Bir uyku bozukluğu

### 2. TSSB belirtilerinden hangisi yanlıştır?

- A) Aşırı uyarılma
- B) Kaçınma
- C) Yeniden yaşama
- D) Aşırı yemek yeme

### 3. TSSB'nin tedavi yöntemlerinden biri değildir:

- A) Bilişsel Davranışçı Terapi
- B) EMDR
- C) Meditasyon
- D) İlaç tedavisi

### 4. TSSB'ye neden olabilecek bir durum nedir?

- A) Sağlıklı beslenme
- B) Travmatik bir olay
- C) Düzenli egzersiz
- D) Sosyal etkileşim

**5. TSSB'nin günlük yaşam üzerindeki etkileri arasında ne bulunmaz?**

- A) İşlevsellikte azalma
- B) Sosyal etkileşimlerde bozulma
- C) İş performansında düşüş
- D) Fiziksel sağlıkta iyileşme

**Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB) Eğitimi Son Testi**

1. TSSB nedir?

- A) Bir fiziksel rahatsızlık
- B) Bir ruh sağlığı bozukluğu
- C) Bir beslenme bozukluğu
- D) Bir uyku bozukluğu

2. TSSB belirtilerinden hangisi yanlıştır?

- A) Aşırı uyarılma
- B) Kaçınma
- C) Yeniden yaşama
- D) Aşırı yemek yeme

3. TSSB'nin tedavi yöntemlerinden biri değildir:

- A) Bilişsel Davranışçı Terapi
- B) EMDR
- C) Meditasyon
- D) İlaç tedavisi

4. TSSB'ye neden olabilecek bir durum nedir?

- A) Sağlıklı beslenme
- B) Travmatik bir olay
- C) Düzenli egzersiz
- D) Sosyal etkileşim

5. TSSB'nin günlük yaşam üzerindeki etkileri arasında ne bulunmaz?

- A) İşlevsellikte azalma
- B) Sosyal etkileşimlerde bozulma
- C) İş performansında düşüş
- D) Fiziksel sağlıkta iyileşme

### 3. İNTİHAR VE YAS EĞİTİMİ MÜFREDATI

#### Eğitim Hedeflerini Paylaşma

##### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, eğitimin ne amaçladığını ve hangi bilgi ve becerileri kazanacaklarını açıkça anlayacak. Katılımcılar, intihar ve yas süreçleri hakkında bilgi sahibi olacak ve bu süreçlerde nasıl etkili bir destek sağlayacaklarını öğrenecekler.

##### İçerik

Eğitimin genel amacı ve öğrenme hedefleri, katılımcılara açıklanır.

##### Yöntem

Katılımcılar, küçük gruplar halinde eğitimin amacını ve hedeflerini tartışır. Her katılımcı, kendi beklentilerini ve öğrenme hedeflerini ifade eder.

##### Yaklaşım

Katılımcılar, eğitimin amacını kendi ihtiyaçları ve hedefleri doğrultusunda şekillendirir. Bu yaklaşım, eğitim sürecine olan bağlılıklarını artırır.

##### Etkinlik

Gruplar, tartışma sonuçlarını eğitmene sunar. Eğitmen, bu bilgileri kullanarak eğitimin genel çerçevesini katılımcıların katkıları doğrultusunda şekillendirir.

#### Katılımcı Tanışma ve Grup Oluşumu

##### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, birbirleriyle tanışarak güçlü bir grup dinamiği oluşturacak. Katılımcılar, grup çalışmaları için gerekli güven ve işbirliği ortamını sağlayacak.

##### İçerik

Katılımcıların tanışmasını ve aralarındaki iletişimi güçlendirmeyi amaçlayan aktiviteler.

##### Yöntem

Katılımcılar, kısa tanışma oyunları oynar ve ardından ortak ilgi alanlarına göre gruplar oluşturur.

##### Yaklaşım

Eğitmen, grupların dinamiklerini gözlemler ve katılımcıların birbirleriyle etkileşimini teşvik eder.

##### Etkinlik

Her grup, üyelerinin güçlü yönlerini ve eğitim sürecine nasıl katkıda bulunabileceklerini paylaşır. Gruplar, kendi aralarında görev dağılımı yapar.

#### Ön Test

##### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, mevcut bilgi düzeylerini ve eğitimden beklentilerini belirleyebilecek. Katılımcılar, başlangıçtaki bilgi seviyelerini değerlendirebilecek ve hangi alanlarda gelişmeleri gerektiğini fark edecek.

##### İçerik

Katılımcıların mevcut bilgi düzeylerini ve eğitimden beklentilerini belirlemek amacıyla tasarlanmış bir ön test.

### **Yöntem**

Katılımcılar, bireysel olarak testi tamamladıktan sonra, küçük gruplar halinde test sonuçlarını tartışır.

### **Yaklaşım**

Katılımcılar, grup tartışmaları yoluyla birbirlerinden öğrenir ve bilgi seviyelerini daha iyi değerlendirir.

### **Etkinlik**

Testin ardından, gruplar hangi alanlarda güçlü olduklarını ve hangi konularda gelişim ihtiyaçları olduğunu belirler.

## **Tanışma ve Atölye Başlangıcı**

### **Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, intihar ve yas konularında farkındalık kazanacak. Katılımcılar, konuya ısınarak kendi deneyimlerini paylaşacak ve diğer katılımcılarla duygusal bir bağ kuracak.

### **İçerik**

Katılımcıların intihar davranışı veya yas ile ilgili kişisel hatıralarını paylaşmasını sağlayacak bir oturum.

**Yöntem** Katılımcılar, grup tartışmaları aracılığıyla kişisel deneyimlerini paylaşır. Her katılımcı, kendi hikayesini anlatır ve bu hikayeler üzerinden grup içinde ortak temalar belirlenir.

### **Yaklaşım**

Katılımcılar, kişisel deneyimlerini paylaşarak konuya duygusal bir bağ kurar.

### **Etkinlik**

Gruplar, belirledikleri temalar üzerinden kısa bir sunum hazırlar ve bu sunumları sınıfla paylaşır.

## **İntihar İnteraktif Sunumu**

### **Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, intihar davranışını tanımlayabilecek ve risk faktörlerini anlayabilecek. Katılımcılar, intihar düşüncesi olan gençlere yönelik tedavi ve müdahale yöntemlerini öğrenebilecek.

### **İçerik**

İntihar davranışının tanımı, risk faktörleri, tedavi ve takip planlaması.

### **Yöntem**

Katılımcılar, sunum sırasında vaka incelemeleri yapar ve bu vakalar üzerinde grup tartışmaları gerçekleştirir.

### **Yaklaşım**

Katılımcılar, vaka çalışmaları yaparak pratik becerilerini geliştirir.

### **Etkinlik**

Her grup, vaka incelemelerini tamamladıktan sonra çözüm önerilerini sınıfla paylaşır.

## **“Tatsız Tuzsuz Hayat” Grup Çalışması**

### **Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, intihar düşüncesi olan bireylere destek olma stratejileri geliştirebilecek. Katılımcılar, beyin fırtınası yoluyla problem çözme becerilerini geliştirecek.

**İçerik**

İntihar düşüncesi olan vakalar üzerinde grup çalışması.

**Yöntem**

Her grup, belirli bir vaka üzerinde beyin fırtınası yapar ve çözüm yolları geliştirir.

**Yaklaşım**

Katılımcılar, problem çözme becerilerini geliştirmek amacıyla gerçek hayattan alınmış vakalar üzerinde çalışır.

**Etkinlik**

Gruplar, vakaya yönelik çözüm yollarını belirler ve grup sözcüsü tarafından sunar.

## Yas İnteraktif Sunumu

**Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, yas sürecini ve evrelerini tanımlayabilecek. Katılımcılar, travmatik yas belirtilerini tanıyabilecek ve uygun destek yöntemlerini öğrenebilecek.

**İçerik**

Yas süreci, yasin evreleri, travmatik yas belirtileri ve destek yöntemleri.

**Yöntem**

Katılımcılar, yas sürecinin farklı evrelerini öğrenmek ve bu süreçte destek olabilecek stratejileri geliştirmek için grup tartışmaları yapar.

**Yaklaşım**

Katılımcılar, grup çalışmaları ve tartışmalar aracılığıyla konuyu daha derinlemesine anlar ve pratik çözümler geliştirir.

**Etkinlik**

Gruplar, vakayı tartıştıktan sonra geliştirdikleri destek stratejilerini sınıfa sunar.

## “Benim Yasım” Grup Çalışması

**Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, yas sürecinde olan bireylere destek olma stratejileri geliştirebilecek. Katılımcılar, grup çalışması yoluyla empati yeteneklerini ve problem çözme becerilerini geliştirecek.

**İçerik**

İki farklı yas vakası üzerinde grup çalışması ve başa çıkma stratejileri geliştirme.

**Yöntem**

Gruplar, belirli yas vakaları üzerinde çalışır ve bu vakalar için etkili destek stratejileri geliştirir.

**Yaklaşım**

Katılımcılar, farklı yas vakaları üzerinde çalışarak, gerçek hayatta karşılaşılabilecekleri durumlar için pratik çözümler üretir.

**Etkinlik**

Gruplar, vaka çalışmaları sırasında ortaya çıkan zorlukları tartışır ve çözüm önerilerini sınıfa sunar.

## Bilişsel Ayrışma Egzersizi

### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, bilişsel birleşme ve ayrışma kavramlarını anlayabilecek. Katılımcılar, bu becerileri günlük yaşamda kullanabilecek ve stresle başa çıkma yeteneklerini geliştirebilecek.

### İçerik

“Düşünceler Olarak Eller Metaforu” egzersizi, bilişsel birleşme ve ayrışma kavramlarını anlamaya yönelik bir etkinliktir.

### Yöntem

Katılımcılar, eğitmen rehberliğinde “Düşünceler Olarak Eller Metaforu” egzersizini uygulayarak, bilişsel birleşme ve ayrışma kavramlarını deneyimler.

### Yaklaşım

Katılımcıların günlük yaşamda kullanabilecekleri pratik beceriler geliştirmeleri teşvik edilir.

### Etkinlik

Egzersizin ardından, katılımcılar deneyimlerini ve düşüncelerini paylaşır. Gruplar halinde yapılan tartışmalarla, katılımcılar bu kavramları günlük yaşamlarına nasıl entegre edebileceklerini öğrenir.

## Toparlama ve Soru-Cevap

### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, eğitim süresince edindikleri bilgileri pekiştirecek. Katılımcılar, sorularını yönelterek bilgi eksiklerini tamamlayacak ve eğitime dair merak ettikleri konularda açıklık kazanacak.

### İçerik

Eğitim boyunca ele alınan konuların gözden geçirilmesi ve soru-cevap oturumu.

### Yöntem

Katılımcılar, gruplar halinde merak ettikleri soruları hazırlar ve bu soruları sınıf ortamında tartışır.

### Yaklaşım

Soru-cevap oturumu, katılımcıların öğrenme sürecini değerlendirmeleri ve eksik bilgilerini tamamlamaları için tasarlanmıştır.

### Etkinlik

Soru-cevap oturumu ile katılımcıların bilgi eksiklikleri giderilir ve öğrenilen bilgiler pekiştirilir.

## Son Test

### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, eğitimden edindikleri bilgileri değerlendirebilecek. Katılımcılar, intihar ve yas süreçleri hakkında kazandıkları bilgileri ölçebilecek.

### İçerik

Eğitim sonunda çoktan seçmeli bir test uygulanarak katılımcıların bilgi seviyeleri ölçülür.

### Yöntem

Katılımcılar, test sorularını bireysel olarak yanıtlar ve ardından test sonuçları grup olarak tartışılır.

### Yaklaşım

Test sonuçları üzerinden geri bildirim sağlanarak öğrenme süreci değerlendirilir.

### Etkinlik

Gruplar, test sonuçlarını değerlendirir ve öğrenilen bilgilerin uygulanabilirliğini tartışır.

## Değerlendirme

### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, eğitimle ilgili geri bildirimde bulunarak eğitimin geliştirilmesine katkı sağlayacak. Katılımcılar, eğitim sürecindeki deneyimlerini değerlendirecek ve geri bildirimlerini paylaşacak.

### İçerik

Eğitim sürecini değerlendiren geri bildirim formları doldurulur.

### Yöntem

Katılımcılar, formları bireysel olarak doldurur ve ardından geri bildirimler grup içinde tartışılır.

### Yaklaşım

Katılımcıların geri bildirimleri, eğitimin gelecekteki versiyonları için iyileştirmeler yapmak amacıyla kullanılır.

### Etkinlik

### Etkinlik

Gruplar, doldurdıkları değerlendirme formlarını tartışır ve grup olarak geri bildirimlerde bulunur.

## İntihar ve Yas Ön Testi

### 1. İntihar davranışı nedir?

- A) Sadece fiziksel zarar verme
- B) İntihar düşüncesi, kendine zarar verme ve tamamlanmış intihar
- C) Sadece düşünce düzeyinde kalan bir süreç
- D) İntihar düşüncesi ve tamamlanmış intihar

### 2. Depresyon ergenlerde hangi belirtilerle daha sık görülür?

- A) Yüksek enerji ve mutluluk
- B) Sosyal çekilme ve ilgisizlik
- C) Aşırı hareketlilik ve öfke
- D) İştah artışı ve kilo alımı

### 3. Yas sürecinin evreleri arasında hangisi yoktur?

- A) Şok ve inkar
- B) Öfke
- C) Pazarlık
- D) Yeniden doğuş

### 4. İntihar risk faktörleri arasında hangisi bulunmaz?

- A) Önceki intihar girişimleri
- B) Güçlü sosyal destek
- C) Psikopatoloji
- D) Fiziksel ve cinsel istismar



### 5. Travmatik yas nedir?

- A) Kişinin yas sürecinde hızla iyileşmesi
- B) Yas belirtilerinin daha şiddetli ve uzun süreli olması
- C) Yas sürecinin olmaması
- D) Yas sürecinin kısa sürmesi

## İntihar ve Yas Son Testi

### 1. İntihar davranışının temel bileşenleri nelerdir?

- A) Sadece kendine zarar verme
- B) İntihar düşüncesi, kendine zarar verme ve tamamlanmış intihar
- C) Sadece düşünce düzeyinde kalan bir süreç
- D) İntihar düşüncesi ve tamamlanmış intihar

### 2. Depresyonun ergenlerdeki yaygın belirtileri nelerdir?

- A) Yüksek enerji ve mutluluk
- B) Sosyal çekilme ve ilgisizlik
- C) Aşırı hareketlilik ve öfke
- D) İştah artışı ve kilo alımı

### 3. Yas sürecinin evreleri arasında hangisi bulunur?

- A) Yeniden doğuş
- B) Öfke
- C) Kaçınma
- D) Bıkkınlık

### 4. İntihar risk faktörleri arasında hangisi bulunur?

- A) Önceki intihar girişimleri
- B) Güçlü sosyal destek
- C) Psikopatoloji
- D) Fiziksel ve cinsel istismar

### 5. Travmatik yas nasıl tanımlanır?

- A) Kişinin yas sürecinde hızla iyileşmesi
- B) Yas belirtilerinin daha şiddetli ve uzun süreli olması
- C) Yas sürecinin olmaması
- D) Yas sürecinin kısa sürmesi

## 4. BİPOLAR BOZUKLUK VE ŞİZOFRENİ EĞİTİMİ MÜFREDATI

### Eğitim Hedeflerini Paylaşma

#### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, eğitimin amaçlarını ve bu süreçte hangi bilgi ve becerileri kazanacaklarını net bir şekilde anlayacak. Katılımcılar, bipolar bozukluk ve şizofreni hakkında temel bilgiler edinecek ve bu bozuklukların tedavi süreçlerini kavrayacak.

#### İçerik

Eğitimin genel amacı ve öğrenme hedefleri, katılımcılara açıklanır.

#### Yöntem

Katılımcılar, küçük gruplar halinde eğitimin amacını ve hedeflerini tartışır. Her katılımcı, kendi beklentilerini ifade eder ve bu beklentiler doğrultusunda eğitim hedefleri belirlenir.

#### Yaklaşım

Katılımcıların beklentileri, eğitim sürecine entegre edilerek onların eğitim sürecine daha aktif katılmaları sağlanır.

#### Etkinlik

Gruplar, tartışmalar sonucunda elde ettikleri bilgileri ve beklentileri eğitime sunar. Eğitimci, bu geri bildirimleri toplayarak eğitimin genel çerçevesini açıklar.

### Katılımcı Tanışma ve Grup Oluşumu

#### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, birbirleriyle tanışarak güvenli bir öğrenme ortamı oluşturacak. Katılımcılar, grup çalışmaları için gerekli iletişim ve işbirliği becerilerini geliştirecek.

#### İçerik

Katılımcıların tanışmasını ve aralarındaki iletişimi güçlendirmeyi amaçlayan aktiviteler.

#### Yöntem

Katılımcılar, kısa tanışma oyunları oynar ve ardından ortak ilgi alanlarına göre 6 kişilik gruplara ayrılır.

#### Yaklaşım

Eğitimci, grupların dinamiklerini gözlemler ve katılımcıların birbirleriyle etkileşimini teşvik eder.

#### Etkinlik

Gruplar, üyelerinin güçlü yönlerini ve eğitim sürecine nasıl katkıda bulunabileceklerini paylaşır.

### Ön Test

#### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, mevcut bilgi düzeylerini ve eğitimden beklentilerini belirleyebilecek. Katılımcılar, başlangıçtaki bilgi seviyelerini değerlendirebilecek ve hangi alanlarda gelişmeleri gerektiğini fark edecek.

#### İçerik

Katılımcıların mevcut bilgi düzeylerini ve eğitimden beklentilerini belirlemek amacıyla tasarlanmış bir ön test.

### **Yöntem**

Katılımcılar, bireysel olarak testi tamamladıktan sonra, küçük gruplar halinde test sonuçlarını tartışır.

### **Yaklaşım**

Grup tartışmaları, katılımcıların bilgi seviyelerini daha iyi değerlendirmelerine ve eksikliklerini belirlemelerine yardımcı olur.

### **Etkinlik**

Testin ardından, gruplar hangi alanlarda güçlü olduklarını ve hangi konularda gelişim ihtiyaçları olduğunu belirler.

## **Bipolar Bozukluk İnteraktif Sunumu**

### **Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, bipolar bozukluğu tanımlayabilecek ve belirtilerini anlayabilecek. Katılımcılar, mani, hipomani ve depresif dönemleri tanıyabilecek.

### **İçerik**

Bipolar bozukluğun tanımı, belirtileri ve seyri; mani, hipomani ve depresif dönemler.

### **Yöntem**

Katılımcılar, sunum sırasında interaktif bir şekilde sorular sorar, kendi deneyimlerini paylaşır ve grup tartışmalarına katılır.

### **Yaklaşım**

Sunumlar, katılımcıların bilgi edinme süreçlerine aktif katılımını teşvik eder.

### **Etkinlik**

Sunum sırasında her katılımcı, bipolar bozuklukla ilgili sorularını sorar ve deneyimlerini paylaşır.

## **Vaka İncelemesi ve Grup Çalışması (Bipolar Bozukluk)**

### **Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, bipolar bozukluk vakalarını analiz edebilecek ve bu vakalara yönelik çözüm önerileri geliştirebilecek. Katılımcılar, vaka analiz yeteneklerini geliştirecek.

### **İçerik**

Bipolar bozuklukla ilgili vaka örnekleri sunulur ve grup çalışması yapılır.

### **Yöntem**

Katılımcılar, belirlenen vakalar üzerinde çalışarak grup içinde çözüm önerileri geliştirir.

### **Yaklaşım**

Katılımcılar, vaka çalışmaları yoluyla teorik bilgileri pratikle birleştirir ve gerçek hayatta uygulayabilecekleri beceriler kazanır.

### **Etkinlik**

Gruplar, vaka analizlerini tamamladıktan sonra çözüm önerilerini sınıfla paylaşır.

## **Bipolar Bozukluk Tedavi Yöntemleri İnteraktif Sunumu**

### **Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, bipolar bozuklukta kullanılan tedavi yöntemlerini tanıyacak. Katılımcılar, ilaç tedavisi, psikoterapi ve nöromodülasyon teknikleri hakkında bilgi sahibi olacak.

### **İçerik**

Bipolar bozuklukta kullanılan tedavi yöntemleri; ilaç tedavisi, psikoterapi ve nöromodülasyon teknikleri.

### **Yöntem**

Katılımcılar, tedavi yöntemleri hakkında bilgi edinirken, bu yöntemlerin uygulamalarına yönelik sorular sorar ve kendi deneyimlerini paylaşır.

### **Yaklaşım**

Tedavi yöntemleri hakkında interaktif tartışmalar yapılır.

### **Etkinlik**

Katılımcılar, tedavi yöntemleri hakkında öğrendiklerini gruplar halinde tartışır ve hangi yöntemlerin hangi durumlarda en etkili olacağını değerlendirir.

## **Şizofreni İnteraktif Sunumu**

### **Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, şizofreniyi tanımlayabilecek ve belirtilerini anlayabilecek. Katılımcılar, pozitif, negatif ve bilişsel belirtileri tanıyabilecek.

### **İçerik**

Şizofreninin tanımı, belirtileri ve seyri; pozitif, negatif ve bilişsel belirtiler.

### **Yöntem**

Katılımcılar, sunum sırasında şizofreni ile ilgili sorular sorar ve kendi deneyimlerini paylaşır.

### **Yaklaşım**

Katılımcılar, sunum sırasında aktif olarak sorular sorar ve tartışmalara katılır.

### **Etkinlik**

Katılımcılar, şizofreni belirtileri üzerine yapılan grup tartışmalarında öğrendiklerini pekiştirir.

## **Vaka İncelemesi ve Grup Çalışması (Şizofreni)**

### **Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, şizofreni vakalarını analiz edebilecek ve bu vakalara yönelik çözüm önerileri geliştirebilecek. Katılımcılar, vaka analiz yeteneklerini geliştirecek.

### **İçerik**

Şizofreni ile ilgili vaka örnekleri sunulur ve grup çalışması yapılır.

### **Yöntem**

Katılımcılar, şizofreni vakaları üzerinde çalışarak grup içinde çözüm önerileri geliştirir.

### **Yaklaşım**

Vaka çalışmaları aracılığıyla katılımcılar, teorik bilgilerini pratikle birleştirir ve gerçek dünyada uygulayabilecekleri beceriler kazanır.

### **Etkinlik**

Gruplar, vaka analizlerini tamamladıktan sonra çözüm önerilerini sınıfla paylaşır.

## Şizofreni Tedavi Yöntemleri İnteraktif Sunumu

### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, şizofrenide kullanılan tedavi yöntemlerini tanıyacak. Katılımcılar, antipsikotik ilaçlar, psikoterapi ve nöromodülasyon teknikleri hakkında bilgi sahibi olacak.

### İçerik

Şizofrenide kullanılan tedavi yöntemleri; antipsikotik ilaçlar, psikoterapi ve nöromodülasyon teknikleri.

### Yöntem

Katılımcılar, tedavi yöntemleri hakkında bilgi edinirken bu yöntemlerin uygulanmasına yönelik sorular sorar ve grup içinde tartışır.

### Yaklaşım

Tedavi yöntemleri hakkında interaktif tartışmalar yapılır.

### Etkinlik

Katılımcılar, tedavi yöntemleri üzerine yapılan grup tartışmalarında öğrendiklerini pekiştirir.

## Stigma ve Damgalanma İnteraktif Sunumu

### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, ruh sağlığı bozukluklarıyla ilgili damgalama ve önyargıları tanıyacak. Katılımcılar, damgalamanın bireyler üzerindeki etkilerini anlayacak ve bu etkilerle başa çıkma stratejileri geliştirecek.

### İçerik

Ruh sağlığı bozuklukları ile ilgili damgalama ve önyargılar; damgalamanın bireyler üzerindeki etkileri.

### Yöntem

Katılımcılar, damgalama ve önyargılarla ilgili kendi deneyimlerini ve düşüncelerini paylaşır.

### Yaklaşım

Katılımcılar, damgalama ile ilgili farkındalıklarını artırmak ve bu konudaki önyargıları aşmak için interaktif yöntemler kullanır.

### Etkinlik

Katılımcılar, damgalama ve önyargılar üzerine yapılan tartışmalarda öğrendiklerini pekiştirir.

## Toparlama ve Soru-Cevap

### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, eğitim süresince edindikleri bilgileri pekiştirecek. Katılımcılar, sorularını yönelterek bilgi eksiklerini tamamlayacak ve eğitime dair merak ettikleri konularda açıklık kazanacak.

### İçerik

Eğitim boyunca ele alınan konuların gözden geçirilmesi ve soru-cevap oturumu.

### Yöntem

Katılımcılar, gruplar halinde merak ettikleri soruları hazırlar ve bu soruları sınıf ortamında tartışır.

### Yaklaşım

Soru-cevap oturumu, katılımcıların öğrenme sürecini değerlendirmeleri ve eksik bilgilerini tamamlamaları için tasarlanmıştır.

### Etkinlik

Soru-cevap oturumu ile katılımcıların bilgi eksiklikleri giderilir ve öğrenilen bilgiler pekiştirilir.

## Son Test

### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, eğitimden edindikleri bilgileri değerlendirebilecek. Katılımcılar, bipolar bozukluk ve şizofreni süreçleri hakkında kazandıkları bilgileri ölçebilecek.

### İçerik

Eğitim sonunda çoktan seçmeli bir test uygulanarak katılımcıların bilgi seviyeleri ölçülür.

### Yöntem

Katılımcılar, test sorularını bireysel olarak yanıtlar ve ardından test sonuçları grup olarak tartışılır.

### Yaklaşım

Test sonuçları üzerinden geri bildirim sağlanarak öğrenme süreci değerlendirilir.

### Etkinlik

Gruplar, test sonuçlarını değerlendirir ve öğrenilen bilgilerin uygulanabilirliğini tartışır.

## Değerlendirme

### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, eğitimle ilgili geri bildirimde bulunarak eğitimin geliştirilmesine katkı sağlayacak. Katılımcılar, eğitim sürecindeki deneyimlerini değerlendirecek ve geri bildirimlerini paylaşacak.

### İçerik

Eğitim sürecini değerlendiren geri bildirim formları doldurulur.

### Yöntem

Katılımcılar, formları bireysel olarak doldurur ve ardından geri bildirimler grup içinde tartışılır.

### Yaklaşım

Katılımcıların geri bildirimleri, eğitimin gelecekteki versiyonları için iyileştirmeler yapmak amacıyla kullanılır.

### Etkinlik

Gruplar, doldurdıkları değerlendirme formlarını tartışır ve grup olarak geri bildirimlerde bulunur.

## Bipolar Bozukluk ve Şizofreni Eğitimi Ön Testi

### 1. Bipolar bozukluk nedir?

- A) Sürekli depresif ruh hali
- B) Manik ve depresif dönemler arasında gidip gelen ruh hali bozukluğu
- C) Sadece manik dönemler
- D) Sadece depresif dönemler

### 2. Şizofreni belirtilerinden biri değildir:

- A) Halüsinasyonlar
- B) Varsanılar
- C) Sürekli mutluluk
- D) Dağınık konuşma

**3. Bipolar bozukluğun kesin teşhisi nasıl konur?**

- A) Kontrastlı Beyin MR ve beyin omurilik sıvısı incelemesi
- B) Psikiyatrik değerlendirme ve hasta öyküsü
- C) Kan testleri
- D) Fiziksel muayene

**4. Şizofreni hastalarında hangi belirtiler görülür?**

- A) Pozitif belirtiler ve negatif belirtiler
- B) Sadece pozitif belirtiler
- C) Sadece negatif belirtiler
- D) Hiçbir belirti

**5. Bipolar bozuklukta hangi tedavi yöntemi kullanılmaz?**

- A) Antidepresanlar
- B) Psikoterapi
- C) Cerrahi müdahale
- D) Duygudurum dengeleyiciler

## Bipolar Bozukluk ve Şizofreni Eğitimi Son Testi

**1. Bipolar bozukluğun belirtilerinden biri değildir:**

- A) Manik dönemler
- B) Depresif dönemler
- C) Sürekli düşük enerji
- D) Karma dönemler

**2. Şizofreni belirtilerinden biri nedir?**

- A) Sürekli mutluluk
- B) Varsanılar
- C) Sadece fiziksel belirtiler
- D) Hiçbir belirti

**3. Bipolar bozukluğun tedavisinde hangi yöntem kullanılmaz?**

- A) Antidepresanlar
- B) Psikoterapi
- C) Cerrahi müdahale
- D) Duygudurum dengeleyiciler

**4. Şizofreni hastalarında hangi belirtiler görülür?**

- A) Pozitif belirtiler ve negatif belirtiler
- B) Sadece pozitif belirtiler
- C) Sadece negatif belirtiler
- D) Hiçbir belirti

## 5. Damgalamanın etkisi nedir?

- A) Ruh sağlığı bozukluklarının tedavisini kolaylaştırır
- B) Bireylerin tedaviye ulaşmasını zorlaştırır
- C) Bireylerin sosyal desteğini artırır
- D) Ruh sağlığı bozukluklarının yaygınlığını azaltır

## 5. CİNSİYET KİMLİĞİ VE CİNSİYET HOŞNUTSUZLUĞU EĞİTİMİ MÜFREDATI

### Eğitim Hedeflerini Paylaşma

#### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, eğitimin amaçlarını ve bu süreçte hangi bilgi ve becerileri kazanacaklarını net bir şekilde anlayacak. Katılımcılar, cinsiyet kimliği ve cinsiyet hoşnutsuzluğu konularında temel bilgiler edinecek ve bu konularda duyarlılık geliştirecek.

#### İçerik

Eğitimin genel amacı ve öğrenme hedefleri, katılımcılara açıklanır.

#### Yöntem

Katılımcılar, küçük gruplar halinde eğitimin amacını ve hedeflerini tartışır. Her katılımcı, kendi beklentilerini ifade eder ve bu beklentiler doğrultusunda eğitim hedefleri belirlenir.

#### Yaklaşım

Katılımcıların beklentileri, eğitim sürecine entegre edilerek onların eğitim sürecine daha aktif katılmaları sağlanır.

#### Etkinlik

Gruplar, tartışmalar sonucunda elde ettikleri bilgileri ve beklentileri eğitmene sunar. Eğitmen, bu geri bildirimleri toplayarak eğitimin genel çerçevesini açıklar.

### Katılımcı Tanışma ve Grup Oluşumu

#### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, birbirleriyle tanışarak güvenli bir öğrenme ortamı oluşturacak. Katılımcılar, grup çalışmaları için gerekli iletişim ve işbirliği becerilerini geliştirecek.

#### İçerik

Katılımcıların tanışmasını ve aralarındaki iletişimi güçlendirmeyi amaçlayan aktiviteler.

#### Yöntem

Katılımcılar, kısa tanışma oyunları oynar ve ardından ortak ilgi alanlarına göre 6 kişilik gruplara ayrılır.

#### Yaklaşım

Eğitmen, grupların dinamiklerini gözlemler ve katılımcıların birbirleriyle etkileşimini teşvik eder.

#### Etkinlik

Gruplar, üyelerinin güçlü yönlerini ve eğitim sürecine nasıl katkıda bulunabileceklerini paylaşır.



## Ön Test

### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, mevcut bilgi düzeylerini ve eğitimden beklentilerini belirleyebilecek. Katılımcılar, başlangıçtaki bilgi seviyelerini değerlendirebilecek ve hangi alanlarda gelişmeleri gerektiğini fark edecek.

### İçerik

Katılımcıların mevcut bilgi düzeylerini ve eğitimden beklentilerini belirlemek amacıyla tasarlanmış bir ön test.

### Yöntem

Katılımcılar, bireysel olarak testi tamamladıktan sonra, küçük gruplar halinde test sonuçlarını tartışır.

### Yaklaşım

Grup tartışmaları, katılımcıların bilgi seviyelerini daha iyi değerlendirmelerine ve eksikliklerini belirlemelerine yardımcı olur.

### Etkinlik

Testin ardından, gruplar hangi alanlarda güçlü olduklarını ve hangi konularda gelişim ihtiyaçları olduğunu belirler.

## Kimlik Gelişimi ve Cinsiyet Kimliği İnteraktif Sunumu

### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, kimlik gelişimi ve cinsiyet kimliği kavramlarını tanımlayabilecek. Katılımcılar, erken çocukluk ve ergenlik dönemlerinde cinsiyet kimliği gelişimi hakkında bilgi sahibi olacak.

### İçerik

Kimlik gelişimi ve cinsiyet kimliği tanımları; erken çocukluk ve ergenlik dönemlerinde cinsiyet kimliği gelişimi.

### Yöntem

Katılımcılar, sunum sırasında interaktif bir şekilde sorular sorar, kendi deneyimlerini paylaşır ve grup tartışmalarına katılır.

### Yaklaşım

Sunumlar, katılımcıların bilgi edinme süreçlerine aktif katılımını teşvik eder.

### Etkinlik

Sunum sırasında her katılımcı, cinsiyet kimliği ile ilgili sorularını sorar ve deneyimlerini paylaşır.

## Cinsiyet Hoşnutsuzluğu ve Sebepleri İnteraktif Sunumu

### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, cinsiyet hoşnutsuzluğunu tanımlayabilecek ve DSM-5 kriterlerini anlayabilecek. Katılımcılar, cinsiyet hoşnutsuzluğunun biyolojik, psikolojik ve sosyal nedenlerini kavrayabilecek.

### İçerik

Cinsiyet hoşnutsuzluğu tanımı ve DSM-5 kriterleri; cinsiyet hoşnutsuzluğunun biyolojik, psikolojik ve sosyal nedenleri.

### Yöntem

Katılımcılar, sunum sırasında cinsiyet hoşnutsuzluğu hakkında sorular sorar ve grup tartışmalarına katılır.

### **Yaklaşım**

Katılımcılar, sunum esnasında aktif olarak sorular sorar ve tartışmalara katılır, böylece cinsiyet hoşnutsuzluğu ve sebepleri hakkında kapsamlı bir bilgi edinir.

### **Etkinlik**

Sunum sonrası katılımcılar, cinsiyet hoşnutsuzluğunun nedenleri üzerine grup tartışmaları yapar.

## **Vaka Örneği ve Grup Çalışması**

### **Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, cinsiyet hoşnutsuzluğu yaşayan bireylerin vakalarını analiz edebilecek. Katılımcılar, bu vakalara yönelik çözüm önerileri geliştirebilecek.

### **İçerik**

Cinsiyet hoşnutsuzluğu yaşayan bireylerin vakaları sunulur ve grup çalışması yapılır.

### **Yöntem**

Katılımcılar, belirlenen vakalar üzerinde çalışarak grup içinde çözüm önerileri geliştirir.

### **Yaklaşım**

Katılımcılar, vaka çalışmaları yoluyla teorik bilgileri pratikle birleştirir ve gerçek dünyada uygulayabilecekleri beceriler kazanır.

### **Etkinlik**

Gruplar, vaka analizlerini tamamladıktan sonra çözüm önerilerini sınıfla paylaşır.

## **Ergenlik Döneminde Cinsiyet Kimliği ve Biseksüel Konfüzyon İnteraktif Sunumu**

### **Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, ergenlik döneminde cinsiyet kimliği ve cinsel yönelim gelişimini tanıyacak. Katılımcılar, biseksüel konfüzyon ve cinsiyet kimliği karmaşalarını anlayabilecek.

### **İçerik**

Ergenlik döneminde cinsiyet kimliği ve cinsel yönelim gelişimi; biseksüel konfüzyon ve cinsiyet kimliği karmaşaları.

### **Yöntem**

Katılımcılar, sunum sırasında bu konularla ilgili sorular sorar ve tartışmalara katılır.

### **Yaklaşım**

Katılımcılar, sunum sırasında aktif olarak sorular sorar ve tartışmalara katılır.

### **Etkinlik**

Sunum sonrasında katılımcılar, ergenlik döneminde karşılaşılan cinsiyet kimliği ve cinsel yönelim konularında grup tartışmaları yapar.

## **Gruplarla Cinsiyet Kimliği Tartışmaları**

### **Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, cinsiyet kimliği ve cinsiyet hoşnutsuzluğu konularında derinlemesine düşünme yeteneği kazanacak. Katılımcılar, farklı bakış açılarını değerlendirerek bu konulara dair çözüm önerileri geliştirebilecek.

### **İçerik**

Cinsiyet kimliği ve cinsiyet hoşnutsuzluğu ile ilgili tartışma soruları hazırlanır ve katılımcılara sunulur.

### **Yöntem**

Katılımcılar, gruplar halinde belirlenen tartışma sorularını ele alır ve beyin fırtınası yaparak çözüm önerileri geliştirir.

### **Yaklaşım**

Katılımcılar, grup tartışmaları aracılığıyla cinsiyet kimliği ve hoşnutsuzluk konularında derinlemesine düşünme ve bu konulara dair pratik çözüm önerileri geliştirme becerisi kazanır.

### **Etkinlik**

Gruplar, tartışma sonuçlarını ve geliştirdikleri çözüm önerilerini sınıfla paylaşır.

## **Cinsiyet Geçişinin Desteklenmesi İnteraktif Sunumu**

### **Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, cinsiyet geçişi süreçlerini ve bu süreçte kullanılan tedavi yöntemlerini tanıyacak. Katılımcılar, hormon tedavileri, cinsiyet değişim operasyonları ve psikolojik destek konularında bilgi sahibi olacak.

### **İçerik**

Cinsiyet geçişinin desteklenmesi ve tedavi yöntemleri; hormon tedavileri ve cinsiyet değişim operasyonları; cinsiyet geçiş sürecinde psikolojik destek.

### **Yöntem**

Katılımcılar, sunum sırasında cinsiyet geçiş süreçleri hakkında sorular sorar ve bu konularda grup tartışmalarına katılır.

### **Yaklaşım**

Sunumlar, katılımcıların cinsiyet geçişi hakkında kapsamlı bilgi edinmesini sağlar.

### **Etkinlik**

Katılımcılar, cinsiyet geçişi sürecinde kullanılan tedavi yöntemleri hakkında grup tartışmaları yapar ve bu yöntemlerin farklı durumlarda nasıl uygulanabileceğini değerlendirir.

## **Rol Oynama ve Grup Çalışması**

### **Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, cinsiyet hoşnutsuzluğu yaşayan bireylerin deneyimlerini anlamak ve empati geliştirmek için rol oynama yoluyla becerilerini artıracak. Katılımcılar, bu bireylerin yaşadığı zorluklar ve bu zorluklara yönelik çözüm önerileri geliştirebilecek.

### **İçerik**

Cinsiyet hoşnutsuzluğu yaşayan bireylerin rollerini canlandırma ve bu süreçte yaşanan zorlukları anlamaya yönelik grup çalışması.

### **Yöntem**

Katılımcılar, belirlenen rolleri canlandırarak cinsiyet hoşnutsuzluğu yaşayan bireylerin deneyimlerini anlamaya çalışır.

### **Yaklaşım**

Rol oynama etkinliği, katılımcıların empati yeteneklerini geliştirmelerine yardımcı olur.

### **Etkinlik**

Rol oynama etkinliğinin ardından, katılımcılar grup tartışması yapar ve canlandırdıkları karakterlerin yaşadığı zorluklar hakkında çözüm önerileri geliştirir.

## **Toparlama ve Soru-Cevap**

### **Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, eğitim süresince edindikleri bilgileri pekiştirecek. Katılımcılar, sorularını yönelterek bilgi eksiklerini tamamlayacak ve eğitime dair merak ettikleri konularda açıklık kazanacak.

### **İçerik**

Eğitim boyunca ele alınan konuların gözden geçirilmesi ve soru-cevap oturumu.

### **Yöntem**

Katılımcılar, gruplar halinde merak ettikleri soruları hazırlar ve bu soruları sınıf ortamında tartışır.

### **Yaklaşım**

Soru-cevap oturumu, katılımcıların öğrenme sürecini değerlendirmeleri ve eksik bilgilerini tamamlamaları için tasarlanmıştır.

### **Etkinlik**

Soru-cevap oturumu ile katılımcıların bilgi eksiklikleri giderilir ve öğrenilen bilgiler pekiştirilir.

## **Son Test**

### **Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, eğitimden edindikleri bilgileri değerlendirebilecek. Katılımcılar, cinsiyet kimliği ve cinsiyet hoşnutsuzluğu süreçleri hakkında kazandıkları bilgileri ölçebilecek.

### **İçerik**

Eğitim sonunda çoktan seçmeli bir test uygulanarak katılımcıların bilgi seviyeleri ölçülür.

### **Yöntem**

Katılımcılar, test sorularını bireysel olarak yanıtlar ve ardından test sonuçları grup olarak tartışılır.

### **Yaklaşım**

Test sonuçları üzerinden geri bildirim sağlanarak öğrenme süreci değerlendirilir.

### **Etkinlik**

Gruplar, test sonuçlarını değerlendirir ve öğrenilen bilgilerin uygulanabilirliğini tartışır.

## **Değerlendirme**

### **Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, eğitimle ilgili geri bildirimde bulunarak eğitimin geliştirilmesine katkı sağlayacak. Katılımcılar, eğitim sürecindeki deneyimlerini değerlendirecek ve geri bildirimlerini paylaşacak.

### **İçerik**

Eğitim sürecini değerlendiren geri bildirim formları doldurulur.

### **Yöntem**

Katılımcılar, formları bireysel olarak doldurur ve ardından geri bildirimler grup içinde tartışılır.

### **Yaklaşım**

Katılımcıların geri bildirimleri, eğitimin gelecekteki versiyonları için iyileştirmeler yapmak amacıyla dikkatlice değerlendirilir.

### **Etkinlik**

Gruplar, doldurdıkları değerlendirme formlarını tartışır ve grup olarak geri bildirimlerde bulunur.

## **Cinsiyet Kimliği ve Cinsiyet Hoşnutsuzluğu Eğitimi Ön Testi**

### **1. Cinsiyet kimliği nedir?**

- A) Biyolojik cinsiyetle aynı anlama gelir
- B) Kişinin kendini kadın, erkek veya başka bir cinsiyette tanımlaması
- C) Doğumda atanan cinsiyet
- D) Sadece toplumsal cinsiyet rolleri

### **2. Cinsiyet hoşnutsuzluğu nedir?**

- A) Cinsiyet kimliği ile biyolojik cinsiyet arasında uyum olması
- B) Cinsiyet kimliği ile biyolojik cinsiyet arasında uyumsuzluk ve bundan kaynaklı sıkıntı
- C) Cinsiyet rollerini benimseme süreci
- D) Sadece ergenlik döneminde görülen bir durum

### **3. Cinsiyet kimliği gelişimi hangi yaşta tamamlanır?**

- A) Erken çocukluk döneminde
- B) Ergenlik dönemi sonunda
- C) Yetişkinlik döneminde
- D) Orta yaşta

### **4. DSM-5'te cinsiyet hoşnutsuzluğu yaygınlığı erişkin erkeklerde ne kadardır?**

- A) %0,005-0,014
- B) %0,1-0,5
- C) %1-2
- D) %5-10

### **5. Cinsiyet geçişi destekleme tedavisi nedir?**

- A) Cinsiyet kimliği ile ilgili sorunları göz ardı etme
- B) Hormon tedavileri ve cinsiyet değişim operasyonları
- C) Sadece psikoterapi
- D) Aile terapisi

## **Cinsiyet Kimliği ve Cinsiyet Hoşnutsuzluğu Eğitimi Son Testi**

### **1. Cinsiyet kimliği gelişimi hangi yaşta tamamlanır?**

- A) Erken çocukluk döneminde

- B) Ergenlik dönemi sonunda
- C) Yetişkinlik döneminde
- D) Orta yaşta

## 2. Cinsiyet hoşnutsuzluğu nedir?

- A) Cinsiyet kimliği ile biyolojik cinsiyet arasında uyum olması
- B) Cinsiyet kimliği ile biyolojik cinsiyet arasında uyumsuzluk ve bundan kaynaklı sıkıntı
- C) Cinsiyet rollerini benimseme süreci
- D) Sadece ergenlik döneminde görülen bir durum

## 3. Ergenlik döneminde cinsiyet kimliği gelişimi nasıldır?

- A) Tamamen tamamlanmış olur
- B) Karmaşık ve değişken olabilir
- C) Değişmez
- D) Yalnızca biyolojik faktörlere bağlıdır

## 4. Cinsiyet geçişi destekleme tedavisi nedir?

- A) Cinsiyet kimliği ile ilgili sorunları göz ardı etme
- B) Hormon tedavileri ve cinsiyet değişim operasyonları
- C) Sadece psikoterapi
- D) Aile terapisi

## 5. Cinsiyet hoşnutsuzluğunun sebeplerinden biri nedir?

- A) Sadece biyolojik faktörler
- B) Psikolojik, sosyal ve biyolojik faktörlerin bir kombinasyonu
- C) Sadece toplumsal baskılar
- D) Sadece genetik faktörler

# 6. NÖROGELİŞİMSEL BOZUKLUKLAR EĞİTİMİ MÜFREDATI

## Eğitim Hedeflerini Paylaşma

### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, eğitimin amaçlarını ve bu süreçte hangi bilgi ve becerileri kazanacaklarını net bir şekilde anlayacak. Katılımcılar, nörogelişimsel bozuklukların tanımı, belirtileri, risk faktörleri ve müdahale yöntemleri hakkında temel bilgiler edinecek.

### İçerik

Eğitimin genel amacı ve öğrenme hedefleri, katılımcılara açıklanır.

### Yöntem

Katılımcılar, küçük gruplar halinde eğitimin amacını ve hedeflerini tartışır.

### **Yaklaşım**

Katılımcıların beklentileri, eğitim sürecine entegre edilerek onların eğitim sürecine daha aktif katılmaları sağlanır.

### **Etkinlik**

Gruplar, tartışmalar sonucunda elde ettikleri bilgileri ve beklentileri eğitmene sunar.

## **Katılımcı Tanışma ve Grup Oluşumu**

### **Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, birbirleriyle tanışarak güvenli bir öğrenme ortamı oluşturacak. Katılımcılar, grup çalışmaları için gerekli iletişim ve işbirliği becerilerini geliştirecek.

### **İçerik**

Katılımcıların tanışmasını ve aralarındaki iletişimi güçlendirmeyi amaçlayan aktiviteler.

### **Yöntem**

Katılımcılar, kısa tanışma oyunları oynar ve ardından ortak ilgi alanlarına göre 6 kişilik gruplara ayrılır.

### **Yaklaşım**

Eğitmen, grupların dinamiklerini gözlemler ve katılımcıların birbirleriyle etkileşimini teşvik eder.

### **Etkinlik**

Gruplar, üyelerinin güçlü yönlerini ve eğitim sürecine nasıl katkıda bulunabileceklerini paylaşır.

## **Ön Test**

### **Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, mevcut bilgi düzeylerini ve eğitimden beklentilerini belirleyebilecek. Katılımcılar, başlangıçtaki bilgi seviyelerini değerlendirebilecek ve hangi alanlarda gelişmeleri gerektiğini fark edecek.

### **İçerik**

Katılımcıların mevcut bilgi düzeylerini ve eğitimden beklentilerini belirlemek amacıyla tasarlanmış bir ön test.

### **Yöntem**

Katılımcılar, bireysel olarak testi tamamladıktan sonra, küçük gruplar halinde test sonuçlarını tartışır.

### **Yaklaşım**

Grup tartışmaları, katılımcıların bilgi seviyelerini daha iyi değerlendirmelerine ve eksikliklerini belirlemelerine yardımcı olur.

### **Etkinlik**

Testin ardından, gruplar hangi alanlarda güçlü olduklarını ve hangi konularda gelişim ihtiyaçları olduğunu belirler.

## **Tanışma ve Atölye Başlangıcı**

### **Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, nörogelişimsel bozukluklar hakkında temel bilgilerini paylaşacak. Katılımcılar, stigmatizasyon konusuna dair farkındalık kazanacak.

### **İçerik**

Katılımcılar nörogelişimsel bozukluklar hakkında bildikleri bir cümleyi ve stigmatize edilen bir vaka ile ilgili deneyimlerini paylaşır.

**Yöntem**

Katılımcılar, “Deli mi? - Veli mi?” sorusuna cevap yazar ve ardından grup içinde bu cevaplar üzerine tartışma yapar.

**Yaklaşım**

Tartışmalar, katılımcıların nörogelişimsel bozukluklar konusundaki farkındalıklarını artırmaya ve toplumdaki yaygın stigmatizasyonu ele almaya yönelik olarak yapılandırılır.

**Etkinlik**

Gruplar, tartışma sonuçlarını paylaştıktan sonra ortak bir değerlendirme yapar ve bu değerlendirme, eğitmen tarafından özetlenir.

## Nörogelişimsel Bozukluklar İnteraktif Sunumu

**Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, nörogelişimsel bozuklukları tanımlayabilecek. Katılımcılar, bu bozuklukların erken çocukluk döneminde nasıl ortaya çıktığını anlayabilecek.

**İçerik**

Nörogelişimsel bozuklukların tanımı, genel özellikleri ve erken çocukluk döneminde ortaya çıkma eğilimleri.

**Yöntem**

Sunum sırasında katılımcılar, kendilerine tanıdık gelen belirtileri ve durumları paylaşır.

**Yaklaşım**

Sunum, katılımcıların aktif katılımını sağlamak ve onların konuya dair deneyimlerini sınıfa entegre etmek için yapılandırılır.

**Etkinlik**

Sunumdan sonra, katılımcılar öğrendiklerini grup içinde tartışır ve eğitmen geri bildirimde bulunur.

## Kısa Animasyon Gösterimi

**Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, beyin gelişimi ve nörogelişimsel bozuklukların nedenleri hakkında bilgi sahibi olacak. Katılımcılar, görsel materyaller yoluyla konuyu daha iyi kavrayabilecek.

**İçerik**

Beyin gelişimi ve nörogelişimsel bozuklukların nedenleri hakkında kısa bir animasyon filmi gösterimi.

**Yöntem**

Animasyon izlendikten sonra, katılımcılar arasında kısa bir tartışma yapılır.

**Yaklaşım**

Görsel materyallerin kullanımı, katılımcıların konuya olan ilgisini artırmak ve bilgileri daha kalıcı hale getirmek için seçilmiştir.

**Etkinlik**

Animasyon gösterimi sonrasında, gruplar animasyondan öğrendiklerini tartışır ve bu bilgiler üzerinde durulur.



## Zihinsel Yetersizlik İnteraktif Sunumu

### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, zihinsel yetersizliği tanımlayabilecek. Katılımcılar, zeka katsayısı ve uyumsal işlevler hakkında bilgi sahibi olacak.

### İçerik

Zihinsel yetersizlik tanımı, belirtileri, zeka katsayısı ve uyumsal işlevler.

### Yöntem

Sunum sırasında katılımcılar, zihinsel yetersizliğin belirtileri ve bu bozukluğun günlük yaşamdaki etkileri üzerinde durur.

### Yaklaşım

Sunum, katılımcıların zihinsel yetersizlik hakkındaki bilgilerini derinleştirmek ve bu konuda bilinçlerini artırmak için yapılandırılmıştır.

### Etkinlik

Sunum sonrasında, katılımcılar grup içinde zihinsel yetersizlik ve zeka katsayısı konularında tartışmalar yapar.

## IQ Hesaplama Kriterlerinin Tespiti Grup Çalışması

### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, IQ hesaplama kriterlerini öğrenebilecek. Katılımcılar, bu kriterleri analiz edebilecek ve IQ'nun önem sıralamasını kavrayabilecek.

### İçerik

IQ'nun alt sınıfları ve önem sıralaması üzerinde durulacak.

### Yöntem

Katılımcılar, grup çalışması yaparak IQ hesaplama kriterlerini tartışır.

### Yaklaşım

Grup çalışması, katılımcıların IQ hesaplama yöntemlerini daha iyi anlamalarını sağlamak ve bu konuda bilgi paylaşımını teşvik etmek için yapılandırılmıştır.

### Etkinlik

Gruplar, IQ hesaplama kriterlerini tartıştıktan sonra elde ettikleri sonuçları sınıfa sunar ve bu sonuçlar üzerinden genel bir tartışma yapılır.

## Otizm Spektrum Bozukluğu İnteraktif Sunumu

### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, otizm spektrum bozukluğunu tanımlayabilecek. Katılımcılar, otizm spektrum bozukluğunun belirtileri ve şiddet derecelerini anlayabilecek.

### İçerik

Otizm spektrum bozukluğu belirtileri, şiddet dereceleri ve sosyal iletişim bozuklukları.

### Yöntem

Sunum sırasında katılımcılar, otizm spektrum bozukluğunun belirtileri hakkında bilgi edinir ve bu bozukluğun şiddet derecelerini tartışır.

### **Yaklaşım**

Sunum, katılımcıların otizm spektrum bozukluğunu daha kapsamlı bir şekilde anlamalarını sağlamak için yapılandırılmıştır.

### **Etkinlik**

Sunumdan sonra katılımcılar, otizm spektrum bozukluğu ile ilgili grup tartışmaları yapar ve öğrendiklerini pekiştirir.

## **Otizm Film Değerlendirmesi Grup Çalışması**

### **Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, otizm spektrum bozukluğunu film ve diziler üzerinden daha iyi anlayabilecek. Katılımcılar, medyada otizm spektrum bozukluğunun nasıl sunulduğunu eleştirel bir şekilde değerlendirebilecek.

### **İçerik**

Otizm spektrum bozukluğunu anlatan film ve dizilerin değerlendirilmesi.

### **Yöntem**

Katılımcılar, belirli film ve dizileri izleyerek bu materyallerin otizm spektrum bozukluğunu nasıl sunduğunu tartışır.

### **Yaklaşım**

Grup çalışması, katılımcıların medya temsilinde otizmin nasıl yer aldığını anlamalarına ve bu sunumların doğruluğunu eleştirel bir şekilde değerlendirmelerine yardımcı olmak için yapılandırılmıştır.

Gruplar, izledikleri film veya dizilerde otizm spektrum bozukluğunun nasıl temsil edildiğini tartışır ve bu temsilin gerçekçi olup olmadığını değerlendirir.

## **Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB) İnteraktif Sunumu**

### **Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, DEHB'nin belirtilerini tanıyabilecek. Katılımcılar, dikkat eksikliği, hiperaktivite ve dürtüsellik konularında bilgi sahibi olacak.

### **İçerik**

Dikkat eksikliği, hiperaktivite ve dürtüsellik belirtileri.

### **Yöntem**

Katılımcılar, DEHB ile ilgili belirtileri öğrenirken bu belirtilerin günlük yaşamda nasıl ortaya çıktığını tartışır.

### **Yaklaşım**

Sunum, katılımcıların DEHB'yi daha iyi anlamaları ve bu bozukluğun belirtilerini fark etmeleri için yapılandırılmıştır.

### **Etkinlik**

Sunum sonrasında, katılımcılar DEHB'nin günlük yaşam üzerindeki etkilerini tartışır ve bu tartışmalarla bilgilerinin pekiştirir.

## DEHB Video Gösterimi

### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, DEHB'nin klinik özelliklerini ve bilimsel literatürdeki yerini anlayabilecek. Katılımcılar, DEHB hakkında önde gelen uzmanların görüşlerini öğrenebilecek.

### İçerik

DEHB hakkında David Barkley'in söyleşilerinden oluşan video gösterimi.

### Yöntem

Video gösteriminin ardından, katılımcılar izledikleri video hakkında tartışma yapar.

### Yaklaşım

Görsel ve işitsel materyallerin kullanımı, katılımcıların DEHB hakkında daha derinlemesine bilgi edinmelerini ve bu bilgileri tartışarak pekiştirmelerini sağlamak için seçilmiştir.

### Etkinlik

Video izlendikten sonra katılımcılar, videoda ele alınan konular üzerine grup tartışması yapar ve bu tartışmalar sonucunda önemli noktaları vurgular.

## DEHB Psikoeğitimi ve Metaforları

### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, DEHB'yi anlamak için metaforları kullanabilecek. Katılımcılar, DEHB'nin daha iyi anlaşılmasını sağlayan benzetmeler geliştirebilecek.

### İçerik

DEHB'yi anlamak için kullanılan metaforlar ve benzetmeler.

### Yöntem

Kısa bir sunum yapılır ve ardından metaforlar kullanılarak DEHB'nin daha iyi anlaşılması sağlanır.

### Yaklaşım

Metaforlar, karmaşık kavramların anlaşılmasını kolaylaştırmak için kullanılır ve katılımcıların DEHB'yi daha iyi anlamalarına yardımcı olur.

### Etkinlik

Katılımcılar, sunumda kullanılan metaforlar üzerine tartışır ve DEHB'nin anlaşılmasına yardımcı olacak kendi benzetmelerini oluşturur.

## Özgül Öğrenme Bozukluğu İnteraktif Sunumu

### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, özgül öğrenme bozukluklarını tanımlayabilecek. Katılımcılar, bu bozuklukların belirtilerini ve müdahale yöntemlerini öğrenebilecek.

### İçerik

Özgül öğrenme bozukluklarının tanımı, belirtileri ve müdahale yöntemleri.

### Yöntem

Sunum sırasında katılımcılar, özgül öğrenme bozukluklarının belirtilerini ve bu bozukluklara yönelik müdahale yöntemlerini öğrenir.

### **Yaklaşım**

Sunum, katılımcıların özgül öğrenme bozukluklarını daha iyi anlamaları ve bu bozukluklarla nasıl başa çıkılacağına dair bilgi sahibi olmaları için yapılandırılmıştır.

### **Etkinlik**

Sunumdan sonra, katılımcılar öğrenme bozuklukları üzerine grup tartışmaları yapar ve öğrendiklerini pekiştirir.

## **Dil ve Konuşma Bozuklukları İnteraktif Sunumu**

### **Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, dil ve konuşma bozukluklarını tanımlayabilecek. Katılımcılar, bu bozuklukların belirtilerini ve etkilerini anlayabilecek.

### **İçerik**

Dil ve konuşma bozukluklarının türleri ve belirtileri.

### **Yöntem**

Sunum sırasında katılımcılar, dil ve konuşma bozukluklarının belirtilerini öğrenir ve bu bozuklukların etkilerini tartışır.

### **Yaklaşım**

Sunum, katılımcıların dil ve konuşma bozuklukları hakkında daha fazla bilgi edinmelerini sağlamak ve bu bozuklukların günlük yaşam üzerindeki etkilerini anlamalarına yardımcı olmak için yapılandırılmıştır.

### **Etkinlik**

Sunum sonrası katılımcılar, dil ve konuşma bozuklukları ile ilgili grup tartışmaları yapar ve öğrendiklerini pekiştirir.

## **Tik Bozuklukları İnteraktif Sunumu**

### **Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, tik bozukluklarını tanımlayabilecek. Katılımcılar, bu bozuklukların belirtilerini ve etkilerini anlayabilecek.

### **İçerik**

Tik bozukluklarının tanımı ve türleri.

### **Yöntem**

Sunum sırasında katılımcılar, tik bozukluklarının belirtileri hakkında bilgi edinir ve bu bozuklukların günlük yaşam üzerindeki etkilerini tartışır.

### **Yaklaşım**

Sunum, katılımcıların tik bozukluklarını daha iyi anlamalarını ve bu bozuklukların belirtilerini tanımlarını sağlamak için yapılandırılmıştır.

### **Etkinlik**

Sunum sonrası katılımcılar, tik bozuklukları üzerine grup tartışmaları yapar ve öğrendiklerini pekiştirir.

## Obsesif Kompulsif Bozukluk (OKB) İnteraktif Sunumu

### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, OKB'yi tanımlayabilecek. Katılımcılar, OKB'nin belirtilerini ve tedavi yöntemlerini anlayabilecek.

### İçerik

OKB'nin tanımı, belirtileri ve tedavi yöntemleri.

### Yöntem

Sunum sırasında katılımcılar, OKB belirtileri ve tedavi yöntemleri hakkında bilgi edinir.

### Yaklaşım

Sunum, katılımcıların OKB'yi daha derinlemesine anlamalarını sağlamak ve bu bozukluğun tedavi yöntemleri hakkında bilgi sahibi olmalarına yardımcı olmak için yapılandırılmıştır.

### Etkinlik

Sunum sonrasında katılımcılar, OKB'nin belirtileri ve tedavi yöntemleri üzerine grup tartışmaları yapar ve öğrendiklerini pekiştirir.

## Son Test

### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, eğitim süresince öğrendikleri bilgileri değerlendirebilecek. Katılımcılar, nörogelişimsel bozukluklar hakkında edindikleri bilgileri ölçebilecek.

### İçerik

Eğitim sonunda, katılımcıların bilgi seviyelerini ölçmek amacıyla çoktan seçmeli bir test uygulanır.

### Yöntem

Katılımcılar, test sorularını bireysel olarak yanıtlar ve ardından test sonuçları grup olarak tartışılır.

### Yaklaşım

Test sonuçları üzerinden geri bildirim sağlanarak öğrenme süreci değerlendirilir.

### Etkinlik

Katılımcılar, test sonuçlarını değerlendirir ve grup içinde tartışarak eksik kaldıkları noktaları belirler.

## Değerlendirme

### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, eğitim hakkında geri bildirimde bulunarak eğitimin geliştirilmesine katkı sağlayacak. Katılımcılar, eğitim sürecindeki deneyimlerini değerlendirecek ve önerilerini paylaşacak.

### İçerik

Katılımcılardan eğitim sürecine dair geri bildirim toplamak için değerlendirme formları dağıtılır.

### Yöntem

Katılımcılar, değerlendirme formlarını bireysel olarak doldurur ve ardından bu formlar toplanır.

### Yaklaşım

Geri bildirimler, eğitimin gelecekteki versiyonlarını iyileştirmek amacıyla dikkatlice değerlendirilir.

### Etkinlik

Gruplar, doldurdıkları değerlendirme formlarını tartışır ve grup olarak geri bildirimlerde bulunur.

## Nörogelişimsel Bozukluklar Eğitimi Ön Testi

### 1. Nörogelişimsel bozukluk nedir?

- A) Bireyin doğum sonrası kazandığı bir rahatsızlık
- B) Erken yaşta nöronal gelişim farklılıklarından kaynaklanan bir bozukluk
- C) Sadece yetişkinlerde görülen bir bozukluk
- D) Geçici bir durum

### 2. Aşağıdakilerden hangisi nörogelişimsel bozukluklar arasında yer almaz?

- A) Otizm Spektrum Bozukluğu
- B) Zihinsel Yetersizlik
- C) Diyabet
- D) Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu

### 3. Otizm Spektrum Bozukluğu için hangi ifade doğrudur?

- A) Sadece sosyal etkileşim bozuklukları içerir
- B) Belirtileri erken çocukluk döneminde başlar
- C) Her zaman ağır bilişsel yetersizliklerle seyredir
- D) Sadece dil ve konuşma bozuklukları ile ilişkilidir

### 4. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu'nun (DEHB) belirtilerinden biri değildir:

- A) Aşırı hareketlilik
- B) İyi odaklanma
- C) Dürtüsellik
- D) Dikkatsizlik

### 5. Obsesif Kompulsif Bozukluk (OKB) için doğru olan ifade hangisidir?

- A) Sadece yetişkinlerde görülür
- B) İstem dışı tekrar eden düşünceler ve davranışlar içerir
- C) Tamamen tedavi edilemez
- D) Sadece psikoterapi ile tedavi edilir

## Nörogelişimsel Bozukluklar Eğitimi Son Testi

### 1. Nörogelişimsel bozukluklar genellikle hangi yaşta ortaya çıkar?

- A) Yetişkinlik döneminde
- B) Erken çocukluk döneminde
- C) Ergenlik döneminde
- D) Orta yaşta

### 2. Otizm spektrum bozukluğunun belirtilerinden biri değildir:

- A) Sosyal iletişimde zorluk
- B) Sınırlı ve tekrarlayıcı davranışlar

- C) Yüksek motor beceriler
- D) Duyusal hassasiyet

### 3. Zihinsel yetersizlik tanısı koyarken hangi kriterler dikkate alınır?

- A) Zeka katsayısı ve uyumsal işlevler
- B) Yalnızca zeka katsayısı
- C) Yalnızca uyumsal işlevler
- D) Fiziksel sağlık durumu

### 4. DEHB'nin belirtileri arasında hangisi bulunur?

- A) Dikkat eksikliği
- B) Düşük enerji seviyesi
- C) Yavaş hareketler
- D) Azaltılmış dürtüsellik

### 5. Tik bozuklukları en yaygın olarak hangi bölgelerde görülür?

- A) Alt vücut
- B) Üst vücut ve baş
- C) Ellerde ve ayaklarda
- D) İç organlarda

## 7. ALKOL VE MADDE KULLANIM BOZUKLUKLARI EĞİTİMİ MÜFREDATI

### Eğitim Hedeflerini Paylaşma

#### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, eğitimin amaçlarını ve bu süreçte hangi bilgi ve becerileri kazanacaklarını net bir şekilde anlayacak. Katılımcılar, alkol ve madde kullanım bozuklukları hakkında temel bilgi sahibi olacak.

#### İçerik

Eğitimin genel amacı ve öğrenme hedefleri katılımcılara açıklanır.

#### Yöntem

Katılımcılar, küçük gruplar halinde eğitimin amacını ve hedeflerini tartışır.

#### Yaklaşım

Katılımcıların beklentileri, eğitim sürecine entegre edilerek onların eğitim sürecine daha aktif katılmaları sağlanır.

#### Etkinlik

Gruplar, tartışmalar sonucunda elde ettikleri bilgileri ve beklentileri eğitmene sunar.

## Katılımcı Tanışma ve Grup Oluşumu

### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, birbirleriyle tanışarak güvenli bir öğrenme ortamı oluşturacak. Katılımcılar, grup çalışmaları için gerekli iletişim ve işbirliği becerilerini geliştirecek.

### İçerik

Katılımcıların tanışmasını ve aralarındaki iletişimi güçlendirmeyi amaçlayan aktiviteler.

### Yöntem

Katılımcılar, kısa tanışma oyunları oynar ve ardından ortak ilgi alanlarına göre 6 kişilik gruplara ayrılır.

### Yaklaşım

Eğitmen, grupların dinamiklerini gözlemler ve katılımcıların birbirleriyle etkileşimini teşvik eder.

### Etkinlik

Gruplar, üyelerinin güçlü yönlerini ve eğitim sürecine nasıl katkıda bulunabileceklerini paylaşır.

## Ön Test

### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, mevcut bilgi düzeylerini ve eğitimden beklentilerini belirleyebilecek. Katılımcılar, başlangıçtaki bilgi seviyelerini değerlendirebilecek ve hangi alanlarda gelişmeleri gerektiğini fark edecek.

### İçerik

Katılımcıların mevcut bilgi düzeylerini ve eğitimden beklentilerini belirlemek amacıyla tasarlanmış bir ön test.

### Yöntem

Katılımcılar, bireysel olarak testi tamamladıktan sonra, küçük gruplar halinde test sonuçlarını tartışır.

### Yaklaşım

Grup tartışmaları, katılımcıların bilgi seviyelerini daha iyi değerlendirmelerine ve eksikliklerini belirlemelerine yardımcı olur.

### Etkinlik

Testin ardından, gruplar hangi alanlarda güçlü olduklarını ve hangi konularda gelişim ihtiyaçları olduğunu belirler.

## Vaka Örneği ve Grup Çalışması

### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, alkol ve madde kullanımına ilişkin vakaları analiz edebilecek. Katılımcılar, bu vakalara yönelik çözüm önerileri geliştirebilecek.

### İçerik

Alkol ve madde kullanımı ile ilgili bir vaka örneği sunulur ve grup çalışması yapılır.

### Yöntem

Katılımcılar, belirlenen vakalar üzerinde çalışarak grup içinde çözüm önerileri geliştirir.

### Yaklaşım

Katılımcılar, vaka çalışmaları yoluyla teorik bilgileri pratikle birleştirir.



### Etkinlik

Gruplar, vaka analizlerini tamamladıktan sonra çözüm önerilerini sınıfla paylaşır.

## Gençlerde Alkol ve Madde Kullanımı İnteraktif Sunumu

### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, gençlerde alkol ve madde kullanımını ve bunun yaygın nedenlerini anlayabilecek. Katılımcılar, bu bozuklukların belirtilerini ve risk faktörlerini tanıyacak.

### İçerik

Gençlerde alkol ve madde kullanımının yaygınlığı ve nedenleri; kullanım bozukluklarının belirtileri ve risk faktörleri; gençlerde alkol ve madde kullanımının sonuçları.

### Yöntem

Katılımcılar, alkol ve madde kullanımının nedenleri ve etkileri hakkında bilgi edinir.

### Yaklaşım

Sunum, katılımcıların konuya dair bilgilerini derinleştirmek için yapılandırılmıştır.

### Etkinlik

Katılımcılar, sunum sonrasında grup tartışmaları yapar ve öğrendiklerini pekiştirir.

## Kısa Film Gösterimi

### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, görsel materyaller aracılığıyla alkol ve madde kullanımı konusunu daha iyi kavrayacak.

### İçerik

Katılımcılar, bu konuyla ilgili duygusal ve sosyal etkileri daha derinlemesine anlayacak.

### Yöntem

Alkol ve madde kullanımı ile ilgili kısa bir film gösterimi yapılır.

### Yaklaşım

Katılımcılar, filmi izler ve ardından grup tartışmaları yapar.

### Etkinlik

Görsel materyallerin kullanımı, katılımcıların konuyu daha derinlemesine anlamalarını sağlamak amacıyla seçilmiştir.

Katılımcılar, filmi izledikten sonra gruplar halinde tartışır ve filminden çıkarılan dersleri paylaşır.

## Maddeleri Tanımak İnteraktif Sunumu

### Hedeflenen Kazanımlar

Katılımcılar, çeşitli maddeleri tanıyabilecek ve bunların etkilerini anlayabilecek. Katılımcılar, madde kullanımının sağlık üzerindeki etkilerini değerlendirebilecek.

### İçerik

Alkol, esrar, kokain, amfetaminler ve diğer maddelerin tanımları; bu maddelerin etkileri ve kullanım şekilleri; madde kullanımının sağlık üzerindeki etkileri.

### Yöntem

Katılımcılar, çeşitli maddeler ve bunların insan sağlığı üzerindeki etkileri hakkında bilgi edinir.

### **Yaklaşım**

Sunum, katılımcıların maddeler hakkında daha kapsamlı bilgi edinmelerini sağlamak için yapılandırılmıştır.

### **Etkinlik**

Katılımcılar, sunumdan sonra maddelerin etkileri ve kullanım şekilleri üzerine grup tartışmaları yapar.

## **Nasıl Yardım Edebiliriz? Proje Grubu**

### **Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, alkol ve madde kullanımına karşı çözüm önerileri geliştirebilecek ve bu konuda yaratıcı projeler üretebilecek. Katılımcılar, problem çözme ve yaratıcı düşünme yeteneklerini geliştirecek.

### **İçerik**

Alkol ve madde kullanımını önlemek ve tedavi etmek için projeler geliştirme ve bu projeleri gruplar halinde sunma.

### **Yöntem**

Katılımcılar, gruplar içinde beyin fırtınası yaparak madde kullanımıyla mücadeleye yönelik projeler geliştirir.

### **Yaklaşım**

Grup çalışmaları ve yaratıcı düşünme süreçleri teşvik edilerek katılımcıların aktif katılımı sağlanır.

### **Etkinlik**

Gruplar, projelerini sunar ve diğer gruplarla karşılıklı değerlendirmeler yapar.

## **Yardım Gruplarından Örnekler İnteraktif Sunumu**

### **Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, alkol ve madde kullanımına karşı çalışan yardım gruplarını tanıyacak. Katılımcılar, bu grupların nasıl çalıştığını ve nasıl yardım alabileceklerini öğrenecek.

### **İçerik**

AMATEM, Yeşilay, Adsız Alkolikler ve diğer yardım gruplarının tanıtımı; bu grupların çalışma şekilleri ve sundukları hizmetler.

### **Yöntem**

Katılımcılar, yardım gruplarının tanıtıldığı interaktif bir sunumu dinler.

### **Yaklaşım**

Sunum, katılımcıların yardım gruplarını tanımalarını sağlamak amacıyla yapılandırılmıştır.

### **Etkinlik**

Sunum sonrası katılımcılar, yardım gruplarının nasıl çalıştığını tartışır.

## **Toparlama ve Soru-Cevap**

### **Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, eğitim süresince edindikleri bilgileri pekiştirecek. Katılımcılar, sorularını yönelterek bilgi eksiklerini tamamlayacak.

### **İçerik**

Eğitim boyunca ele alınan konuların gözden geçirilmesi ve soru-cevap oturumu.

**Yöntem**

Katılımcılar, gruplar halinde merak ettikleri soruları hazırlar.

**Yaklaşım**

Soru-cevap oturumu, katılımcıların öğrenme sürecini değerlendirmeleri için tasarlanmıştır.

**Etkinlik**

Soru-cevap oturumu ile katılımcıların bilgi eksiklikleri giderilir ve öğrenilen bilgiler pekiştirilir.

## Son Test

**Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, eğitim süresince öğrendikleri bilgileri değerlendirebilecek. Katılımcılar, alkol ve madde kullanım bozuklukları hakkında edindikleri bilgileri ölçebilecek.

**İçerik**

Eğitim sonunda, katılımcıların bilgi seviyelerini ölçmek amacıyla çoktan seçmeli bir test uygulanır.

**Yöntem**

Katılımcılar, test sorularını bireysel olarak yanıtlar.

**Yaklaşım**

Test sonuçları üzerinden geri bildirim sağlanarak öğrenme süreci değerlendirilir.

**Etkinlik**

Katılımcılar, test sonuçlarını değerlendirir ve grup içinde tartışır.

## Değerlendirme

**Hedeflenen Kazanımlar**

Katılımcılar, eğitim hakkında geri bildirimde bulunarak eğitimin geliştirilmesine katkı sağlayacak. Katılımcılar, eğitim sürecindeki deneyimlerini değerlendirecek.

**İçerik**

Katılımcılardan eğitim sürecine dair geri bildirim toplamak için değerlendirme formları dağıtılır.

**Yöntem**

Katılımcılar, değerlendirme formlarını bireysel olarak doldurur.

**Yaklaşım**

Geri bildirimler, eğitimin gelecekteki versiyonlarını iyileştirmek amacıyla değerlendirilir.

**Etkinlik**

Gruplar, doldurdıkları değerlendirme formlarını tartışır ve geri bildirimde bulunur.

## Alkol ve Madde Kullanım Bozuklukları Eğitimi Ön Testi

### 1. Alkol bağımlılığı nedir?

- A) Sadece sosyal içicilik
- B) Alkolün yinelenen bir biçimde veya sürekli kullanımından kaynaklanan kullanım bozukluğu
- C) Sadece partilerde alkol almak
- D) Alkolü sadece tatillerde kullanmak

### 2. Madde bağımlılığı belirtilerinden biri değildir:

- A) Kullanımı kontrol etme kabiliyetinin bozulması
- B) Diğer etkinliklere göre madde kullanımına daha fazla öncelik verilmesi
- C) Sosyal destek gruplarına katılma isteği
- D) Yoksunluk belirtilerinin görülmesi

### 3. Sentetik kannabinoidler neden tehlikelidir?

- A) Daha fazla yan etki ve toksikasyon bulguları yapmaları
- B) Tamamen doğal olmaları
- C) Çok ucuz olmaları
- D) Yasal olmaları

### 4. Riskli alkol kullanımı beyin işlevlerini nasıl etkiler?

- A) Beyin işlevlerini artırır
- B) Hafıza ve denge bozukluklarına neden olur
- C) Stresi azaltır
- D) Duygusal zekayı geliştirir

### 5. Kumar bağımlılığı belirtilerinden biri değildir:

- A) Kumar oynamaya yönelik sürekli veya dönemsel davranış örüntüleri
- B) Kumar oynamayı bırakmak için sürekli istek veya sonuç vermeyen çabalar
- C) Diğer etkinliklere göre kumar oynamaya daha fazla öncelik verilmesi
- D) Kumar oynarken para kaybetmek

## Alkol ve Madde Kullanım Bozuklukları Eğitimi Son Testi

### 1. Alkol kullanım bozukluğunun en yaygın belirtisi nedir?

- A) Sadece sosyal içicilik
- B) Kontrol kaybı ve alkolü bırakma isteğine rağmen bırakamama
- C) Sadece partilerde alkol almak
- D) Alkolü sadece tatillerde kullanmak

### 2. Madde kullanımının fiziksel belirtilerinden biri nedir?

- A) Enerji artışı ve hiperaktivite
- B) İştah artışı ve kilo alımı

- C) Gözlerde kızarıklık ve koordinasyon kaybı
- D) Sosyal çekilme ve ilgisizlik

**3. Eroin kullanımıyla ilişkili riskler nelerdir?**

- A) Enerji artışı ve hiperaktivite
- B) Solunum yetmezliği ve bulaşıcı hastalıklar
- C) İştah artışı ve kilo alımı
- D) Sosyal çekilme ve ilgisizlik

**4. Madde bağımlılığı tedavi yöntemlerinden biri değildir:**

- A) Bilişsel Davranışçı Terapi
- B) Aile terapisi
- C) Cerrahi müdahale
- D) Farmakoterapi

**5. Kumar bağımlılığı belirtilerinden biri nedir?**

- A) Kumar oynama sıklığının artması
- B) Sadece tatillerde kumar oynama
- C) Kumar oynarken para kaybetme
- D) Sosyal destek gruplarına katılma isteği

**... Eğitimi Değerlendirme Formu**

**\*\*Katılımcı Bilgileri:\*\***

- İsim: \_\_\_\_\_
- Tarih: \_\_\_\_\_

**\*\*Eğitim Hakkında Geri Bildirim:\*\***

**1. Eğitim içeriğini ne kadar faydalı buldunuz?**

- [ ] Çok Faydalı
- [ ] Faydalı
- [ ] Orta
- [ ] Faydasız
- [ ] Çok Faydasız

**2. Eğitim materyalleri yeterli miydi?**

- [ ] Çok Yeterli
- [ ] Yeterli
- [ ] Orta
- [ ] Yetersiz
- [ ] Çok Yetersiz

# GENÇLERİN İYİLİK HALİNİN FARK EDİLMESİ VE GÜÇLENDİRİLMESİ PROJESİ

### 3. Eğitmenin konu hakkındaki bilgisi ve sunumu nasıldı?

- Çok İyi
- İyi
- Orta
- Kötü
- Çok Kötü

### 4. Grup çalışmaları ve interaktif aktiviteler ne kadar etkiliydi?

- Çok Etkili
- Etkili
- Orta
- Etkisiz
- Çok Etkisiz

### 5. Eğitimin süresi sizin için yeterli miydi?

- Çok Yeterli
- Yeterli
- Orta
- Yetersiz
- Çok Yetersiz

### 6. Eğitimde en çok hangi konuyu faydalı buldunuz?

- \_\_\_\_\_

### 7. Eğitimde geliştirilmesi gereken yönler nelerdir?

- \_\_\_\_\_

### 8. Gelecekte bu konuyla ilgili başka eğitimlere katılmak ister misiniz?

- Evet
- Hayır

### \*\*Ekleme İstedığınız Başka Bir Yorum:\*\*

- \_\_\_\_\_

**Teşekkür ederiz!**

# GENÇLERİN İYİLİK HALİNİN FARK EDİLMESİ VE GÜÇLENDİRİLMESİ PROJESİ

Bu proje “Erasmus+ Programı kapsamında Avrupa Komisyonu tarafından desteklenmektedir. Ancak burada yer alan görüşlerden Avrupa Komisyonu ve Türkiye Ulusal Ajansı sorumlu tutulamaz .“



Avrupa birliği  
tarafından  
ortak finanse  
edilmektedir.