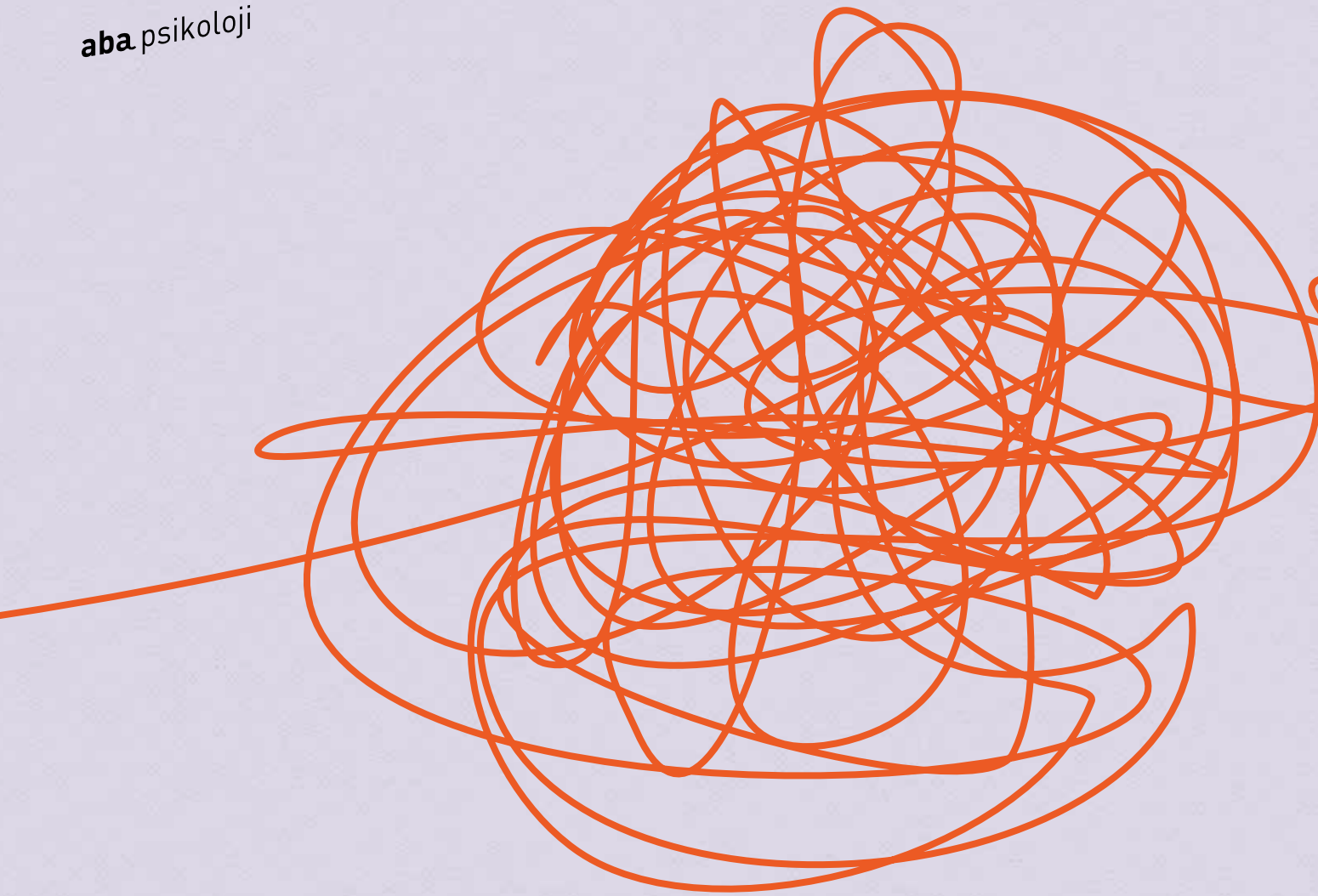




aba psikoloji





Aba Psikoloji Olarak

Uyguladığımız IQ, EQ, dikkat, algı, başarı, otizm, yetenek ve ilgi testleri, kişilik testleriyle çocuk, genç ve yetişkin danışanlarımızın potansiyellerini keşfediyoruz.

Uzman psikologlarımız ile yaptığımız işbirliği sayesinde, danışanlarımızın ilgi alanları ve ihtiyaçlarından yola çıkarak hedeflerini belirliyoruz.

Danışanlarımızı bilişsel ve duygusal anlamda destekliyor, kendilerinin ve çevrelerinin farkında bireyler olabilmeleri için yardımcı oluyoruz.

Kişinin kişisel gelişimini etkileyecek özgüven eksikliği, kaygı gibi konularda alanında uzman psikologlarımız ile destek sağlıyoruz.

Bu süreçte iletişimde şeffaflığa, hesap verilebilirliğe ve güvenilirliğe önem veriyoruz.



Kimlerle Çalışıyoruz?



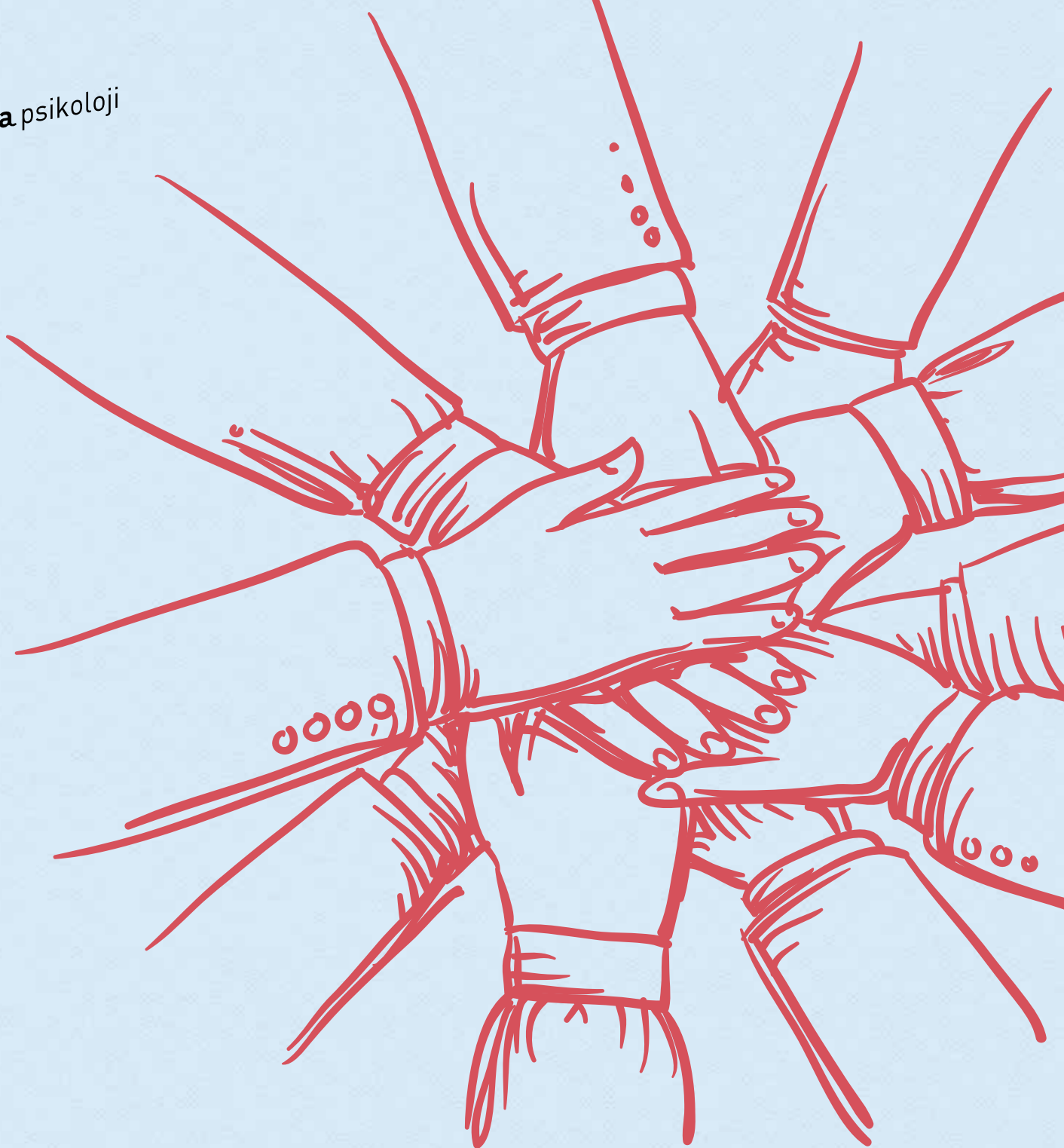
Çocuk

Genç

Yetişkin

Aile

aba.psikoloji





Nasıl Çalışıyoruz?

STRATEJİK YETENEK YÖNETİMİ VE KARIYER

TESTLER

TERAPİLER

ART TERAPİ

OYUN TERAPİSİ

NÖROPSİKOLOJİ

METACOGNITION

MINDFULNESS

EĞİTİMLER

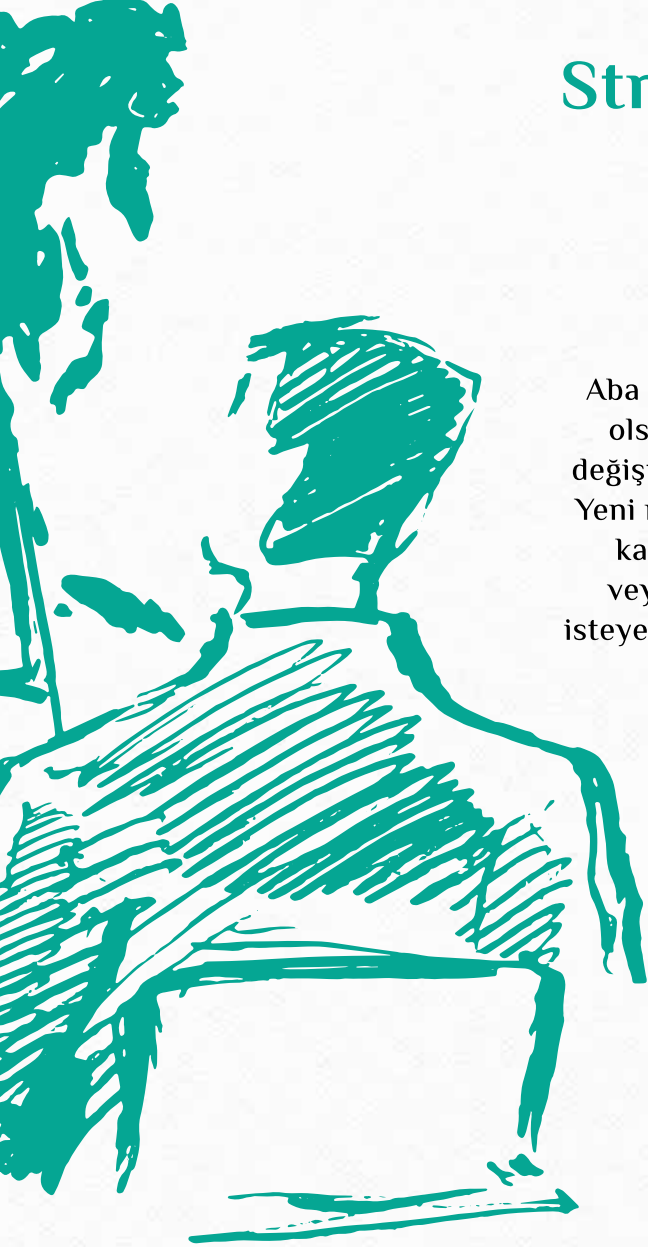




Stratejik Yetenek Yönetimi ve Kariyer

Kısaca Aba Kariyer

Aba Kariyer olarak kariyerinin hangi aşamasında olursa olsun, öğrencilerin, profesyonellerin ve kariyerlerini değiştirmek isteyenlerin yoluna ışık tutmayı hedefliyoruz. Yeni mezun olan veya mezuniyeti yaklaşmış olan gençler, kariyerinde sıçrama yapmak isteyen profesyoneller veya kariyerine bambaşka bir sektörde devam etmek isteyenlerle birlikte çalışarak mutlu ve başarılı bir iş hayatı için onları destekliyoruz.







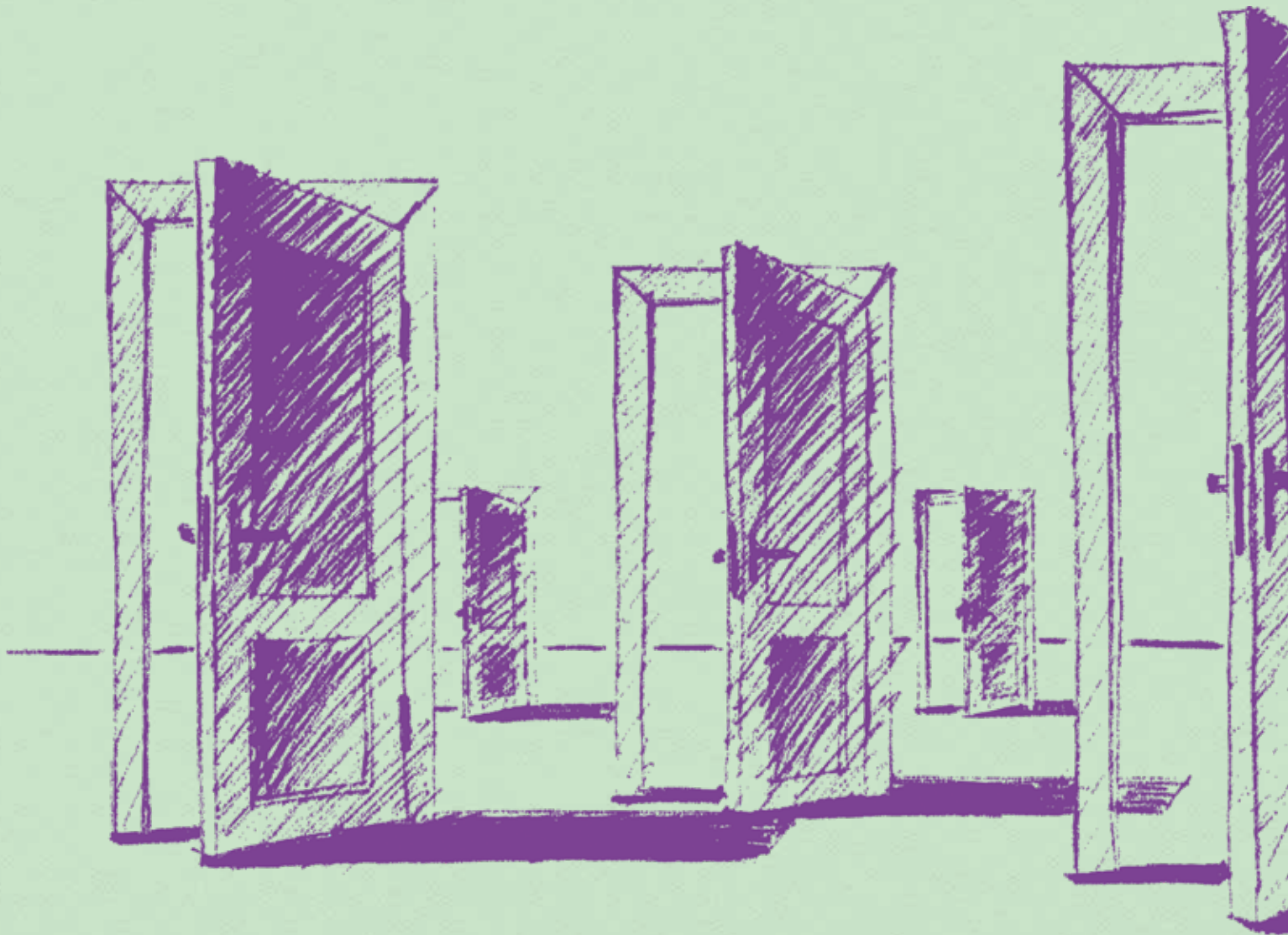
Aba Kariyer Size Ne Sunar?

Yetenekleriniz, ilgi alanlarınız ve potansiyelinizi keşfetmek için Aba Kariyer'e geldiğinizde öncelikle becerilerinizi birlikte analiz ederiz. İkinci adım olarak size en uygun mesleği birlikte keşfeder ve bu meslekte başarılı olmak için izlemeniz gereken rotayı belirler ve zaman kaybetmeden harekete geçmenize yardımcı oluruz.

Aba Kariyer olarak kariyerinin başındaki gençlerden yıllarını verdiği mesleğini değiştirmek isteyenlere kadar geniş bir yelpazede destek sağlayacak profesyonelle birlikte çalışıyoruz. Stratejik Yetenek Yönetimi hizmeti verdiğimiz danışanlarımızın kendileri için ideal meslekleri seçmesine yardımcı oluyoruz.

Neden Aba Kariyer?

Yanlış belirlenmiş bir kariyerin bütün hayatı negatif yönde etkileyeceğinin farkındayız. Bu bakış açısıyla sunduğumuz danışmanlık hizmetleri sayesinde, danışanlarımızın yeteneklerini ve beklentilerini karşılayan kariyer planları hazırlıyoruz. Keyif almadıkları ve potansiyellerini gerçekleştiremedikleri işlerde sıkışıp kalmamaları için tatmin edici bir kariyer hedefiyle hareket etmelerini sağlıyoruz.





Testler

IQ Testleri

Duygusal Zekâ (EQ) Testleri

Başarı Testleri

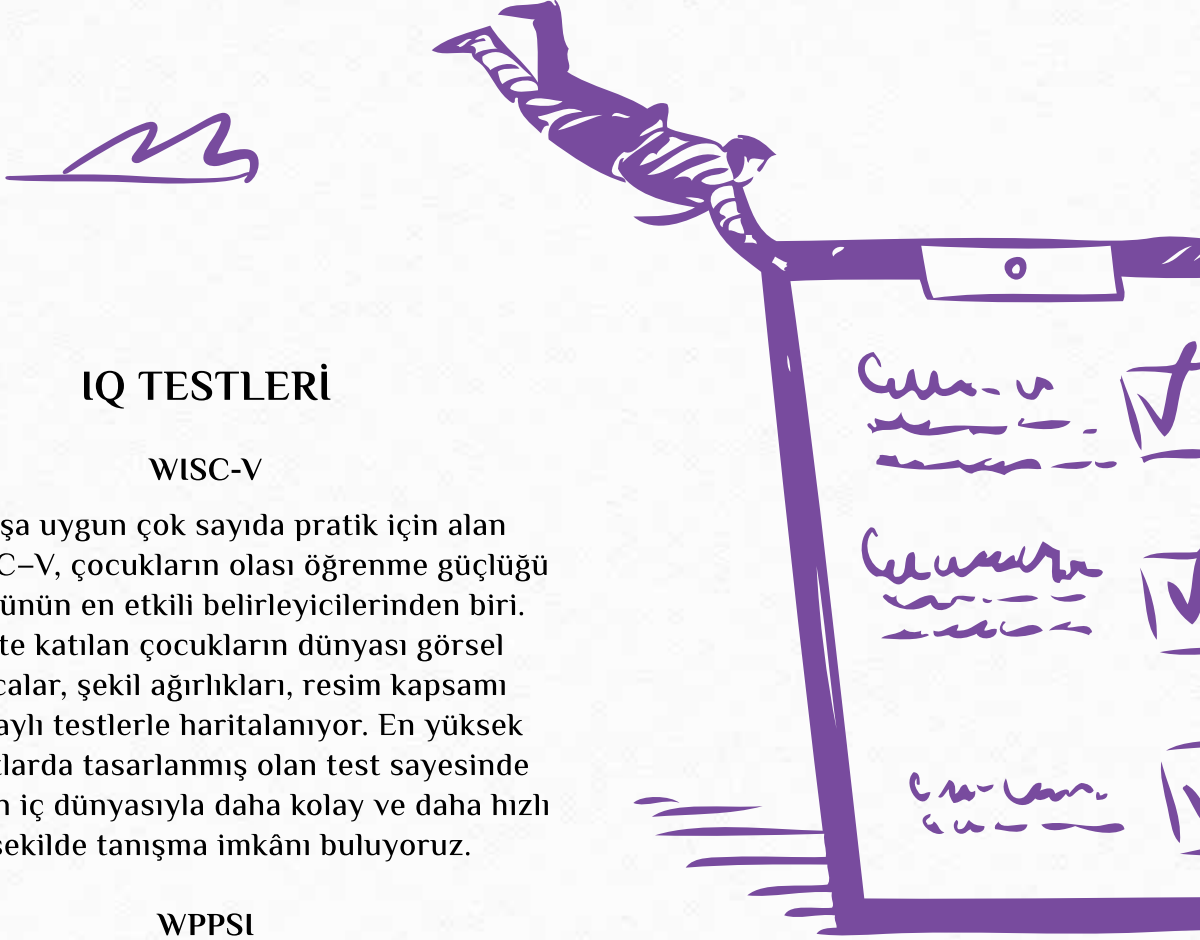
Dikkat ve Algı Testleri

Otizm Testleri

Yetenek ve İlgi Testleri

Kişilik Testleri





IQ TESTLERİ

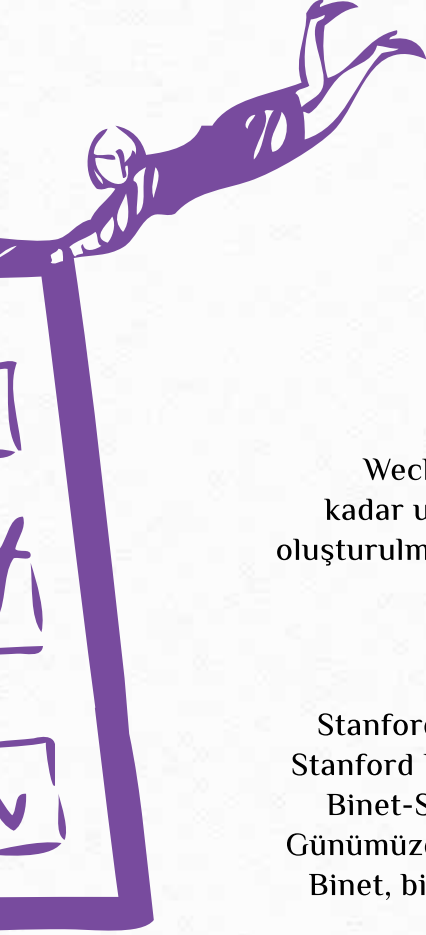
WISC-V

Her yaşa uygun çok sayıda pratik için alan açan WISC-V, çocukların olası öğrenme güçlüğü için bugünün en etkili belirleyicilerinden biri.

Bu teste katılan çocukların dünyası görsel bulmacalar, şekil ağırlıkları, resim kapsamı gibi detaylı testlerle haritalanıyor. En yüksek standartlarda tasarlanmış olan test sayesinde çocukların iç dünyasıyla daha kolay ve daha hızlı bir şekilde tanışma imkânı buluyoruz.

WPPSI

David Wechsler tarafından geliştirilen bir diğer test olan WPPSI, 2,5 yaş ile 7 yaş aralığındaki çocuklar için tasarlanmıştır. Diğer testlerin aksine çocukların akademik bilgi ve becerilerini masaya yatırmayan sınav, çocukların ideal bir platformda yapabileceklerini ortaya koyar.



WAIS

Wechsler Yetişkin Zekâ Testi, 16 yaşından itibaren yetişkinliğe kadar uygulanan bir testtir. Güncel kullanılan WAIS IV 2008 yılında oluşturulmuştur. Matematik, sözel kavrama, çalışan bellek, işleme hızı gibi alanlarda ölçüm sağlamayı amaçlamaktadır.

Stanford Binet

Stanford-Binet Zekâ Testi (veya yaygın kullanımıyla Stanford-Binet), Stanford Üniversitesi'nden bir psikolog olan Lewis M. Terman'ın orijinal Binet-Simon Testi'nden revize edilerek ortaya çıkmış bir zekâ testi. Günümüzde dünyanın en popüler ve en başarılı zekâ testi olan Stanford-Binet, bilişsel becerileri değerlendirmek yoluyla zekâ ölçümü yapıyor.

Çoklu Zekâ Testleri

Çoklu zekâ kuramı, zekâyı biricik genel bir yetenek çerçevesinde görmektense onu belli ve esasen duyuşsal olan yaklaşımlara ayırıyor.

Fikir sahibi olan Howard Gardner, bu modeli 1983 yılında *Zihin Çerçevesi: Çoklu Zekâ Kuramı (Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences)* adlı kitabında ortaya koydu.



DUYGUSAL ZEKÂ (EQ) TESTLERİ

Zekâ denildiği zaman çoğu kişinin aklına sadece IQ (mantıksal zekâ) gelir. Halbuki zekânın farklı türleri vardır. IQ (Intellectual Quotient) akademik başarıyı ve duygusal olmayan zekâyı ölçmek için kullanılırken, duygusal zekâ EQ (Emotional Quotient) kişinin duygusal zekâsını, yani duygularını ne kadar iyi yönetebildiğini ve empati yeteneğini ölçer.

Duygusal Zekânın Ölçülmesi ve Kullanılan Ölçekler

Duygusal zekâyı ölçümlemek için birden fazla yöntem bulunmakta. Mayer-Solovey-Caruso Duygusal Zekâ Testi, Baron'un Sosyal ve Duygusal Zekâ Modeli ya da Baron'un Sosyal ve Duygusal Zekâyı Bağlı Liderlik Testi bunlardan bazılarıdır.

Aba Psikoloji olarak bu testler ve birebir çalışmalar ile kişilerin sosyal hayatta karşılaştığı zorlukları aşmasına ve hedeflerini başarmasına yardımcı oluyoruz. Sınav stresi yaşayan gençlere, iş hayatında başarıyı yakalamak isteyenlere ya da duygu durumunu yönetmek isteyen kişilere uzman kadromuzla destek oluyoruz.





BAŞARI TESTLERİ

Başarı testleri, çocukları değerlendirmede kullanılan ve çocukların ne bildiğini ve ne yapabildiğini ölçen testlerdir. Belli bir öğrenme sürecinin sonunda elde edilen bilgi, beceri ve anlayışı ölçen bu testler güçlü ve zayıf olunan alanları belirler ve başka yapılması gereken testleri önerir.

ABA Psikoloji olarak en etkili, bağlı ve geçerli ölçümleri veren başarı testleri ile çocukların yeteneklerine dair ayrıntılı bir harita çıkarmayı amaçlıyoruz.

Çocuğunuzun aldığı eğitimler ve dersleri takiben, onun ne aşamada olduğunu ve hangi alanlarda güçlenmeye ihtiyacı olduğunu belirlemeye yarayan başarı testleri sayesinde, çocuğunuz güçlü yönlerini keşfedebilir ve güçlenmesi gereken kısımlara daha çok yönlenebilir.

Diğer testlere göre başarı testleri eğitim süreci ile iç içedir.

Test 2-2.5 saat sürüp sonuçlar 2-3 hafta içerisinde açıklanmaktadır.

Akademisyen psikoloğumuz Gamze Sart tarafından ayrıca test sonuç sunumu da yapılmaktadır. Test esnasında çocuğunuzun davranışları da uzmanlarımızca gözlemlenir ve bir sonraki süreç olarak teste katılanların hangi alana yönlendirilmesi gerektiği belirlenir.

ABA Psikoloji uzmanları ile birlikte çocuğunuzun eksikliklerinin ve güçlü taraflarının ayrıntılı bir şekilde analizini yapar ve onların eğitim ve mesleki yönelim alanlarında onlara en uygun yönlendirmeler yaparak yardımcı olur.



DİKKAT VE ALGI TESTLERİ

Algı ve dikkat eksikliği kişilerin özellikle eğitim ve kariyer hayatlarını şekillendirip sosyal yaşam kalitesini düşüren en önemli durumlardan biridir. Bu nedenle dürtülerin kontrol altına alınması, algılama ve odaklanabilme düzeyinin artırılmasının son derece gerekli olduğu bilim insanlarınca vurgulanmaktadır. Aba Psikoloji olarak dikkat ve algı testleri bünyesinde en etkili ölçümleri veren Stratejik Yetenek Yönetimi Testleri ile danışanlarımıza eğitim, kariyer ve günlük yaşantılarını daha kaliteli hale getirmek için destek veriyoruz.

Stratejik Yetenek Yönetimi Testi

Özellikle öğrencilerin yeteneklerini keşfetmelerini ve becerilerini kendi ilgi alanları doğrultusunda en doğru şekilde kullanabilmelerine yardımcı olmaktadır. Bu test ile öğrencilerin sayısal ve sözel alanlardan hangilerine eğilimleri olduğu öğrenilip mesleki yönelimlerinin ortaya çıkarılması hedeflenmektedir. Ayrıca kişisel öğrenme farklılıklardan yola çıkılarak katılımcılarımızın işitsel, görsel ve davranışsal gibi türlerden hangisi ile etkili ve kalıcı öğrenebildiği keşfedilmektedir. Bu sayede öğrenciler kendilerinin farkına vararak lise veya üniversitede doğru tercihler yaparak mutlu bir mesleki yaşama da adım atmış olacaklardır.

Moxo Testi

Moxo Testi, çocuk ve yetişkinlerde dikkat, zamanlama, dürtüsellik ve hiperaktivite performansını ölçen, uzmanlar tarafından uygulanan objektif bir testtir. Moxo Testi'nde çocuğunuzun görevine odaklanabilmesi için aynı günlük hayatta ve okul yaşantısında yaptığı gibi testte bulunan görsel ve işitsel çeldiricileri görmezden gelmesi gerekmektedir. Çocuğunuzun bunu başarabilmesi için çeldiricilerin aktif inhibisyonunu sağlamak zorunda bulunmakta, bu da testin belirleyici niteliklerini de bir o kadar ileri düzeye getirmektedir.



OTİZM TESTLERİ

M-Chat (Otizm Testi): 10-15 dakika süren M-Chat testi, 23 maddeden oluşurken, sorular ebeveynler tarafından cevaplanır. 18 aylıktan daha büyük çocukların katılabildiği testte çocukların genel durumları ölçümlenir.

Otizm Tarama Testi: 4 yaşını dolduran çocuklara yönelik yapılan Otizm Tarama Testi, çocukların iletişim ve sosyal becerilerini gözler önüne serer. Çocuklar tarafından cevaplanan testte, katılımcılardan 40 adet soruya kendilerine tanınan sürede cevap vermeleri beklenir.

İki Yaş Tarama Testi: 2 yaş ve altı çocuklara uygulanan tarama testi, çocukların taklit, dikkat, kontrol, oyun ve motor fonksiyonlarının takip edilmesine imkân tanır. Bu sayede çocukların ilerleyen süreçte bu bozukluklardan en az seviyede etkilenmeleri sağlanır.

CARS Derecelendirme Sistemi: Kısaca otizmlı çocuklarını davranışlarını ölçümleyen CARS Derecelendirme Sistemi'nde çocukların konuşma becerisi, adaptasyon, motor fonksiyonlar ve sosyal iletişim becerileri takip edilir.

PEP3 Testi: PEP-3 (Psikolojik Eğitim Profili-3), 6 ay ila 7 yaş arasındaki çocukların gelişimlerini incelerken, otizmlı ve iletişimsel engeli bulunan çocukların beceri ve davranışlarını değerlendirmeye olanak sağlar.

Leiter Testi: Çocukların belirli bir modeli oluşturan parçaları bu modele uygun bir şekilde bir araya getirmeye çalıştığı Leiter testi, 18 yaşına kadar her bireye uygulanabilir. Çocuklara teker teker verilen parçaların çocuklar tarafından doğru yerleştirilmesinin baz alındığı testte, çocukların aldığı doğru kararlarla testin bir sonraki aşamaya geçmesi ile sonuçlanır.

CAS Testi: CAS Testi, 5-17 yaşları arasındaki bireylerin planlama, dikkat, eşzamanlı ve ardıl bilişsel işlemlerini değerlendirmek için geliştirilmiştir. Öğrenme güçlüğü, dikkat eksikliği, hiperaktivite gibi birçok akademik sorunun eğitsel, psikolojik ve nörolojik tanılmasında güçlü veriler sunabilen bir testtir. CAS aynı zamanda okul çağı çocuklarının zihinsel gelişim düzeylerini değerlendirir.

YETENEK VE İLGİ TESTLERİ

Yetenek ve ilgi testleri, çocukların kişisel yeteneklerini, becerilerini ölçen ve ilgi alanlarını tespit etmeye yarayan testlerdir.

Bu testler başlıca çocuğunuzun sayısal ya da sözel alana olan yatkınlığını, hangi meslek alanına daha çok yatkın olduğunu ve genel yeteneklerini belirlemeye yöneliktir.

ABA Psikoloji olarak en etkili, bağlı ve geçerli ölçümleri veren yetenek ve ilgi testleri ile ayrıntılı bir analiz oluşturmaya çalışıyoruz.

Meslek eğilimlerini, Stratejik Yetenek Yönetimi Testi sayesinde ölçüp değerlendiriyoruz, buna yönelik güçlendirilmesi gereken yönleri tespit edip sizin için yönlendirme yapıyoruz.

Yetenek ve İlgi Testleriyle Geleceğinizi Tasarlayın

ABA Psikoloji'de çocuğunuzun gelişimine katkı sağlayabilen yetenek ve ilgi testleriyle en uygun sonuç size sunulmaktadır.

Yetenek ve ilgi testlerinin sonucunda öğrencilere bütün kişisel yeteneklerine uygun bütün devimsel, duyuşsal ve bilişsel becerileri kazandırmak hedeflenir. Böylece izleme ve denetim ile bu süreçten de istenilen sonuç alınmaktadır.





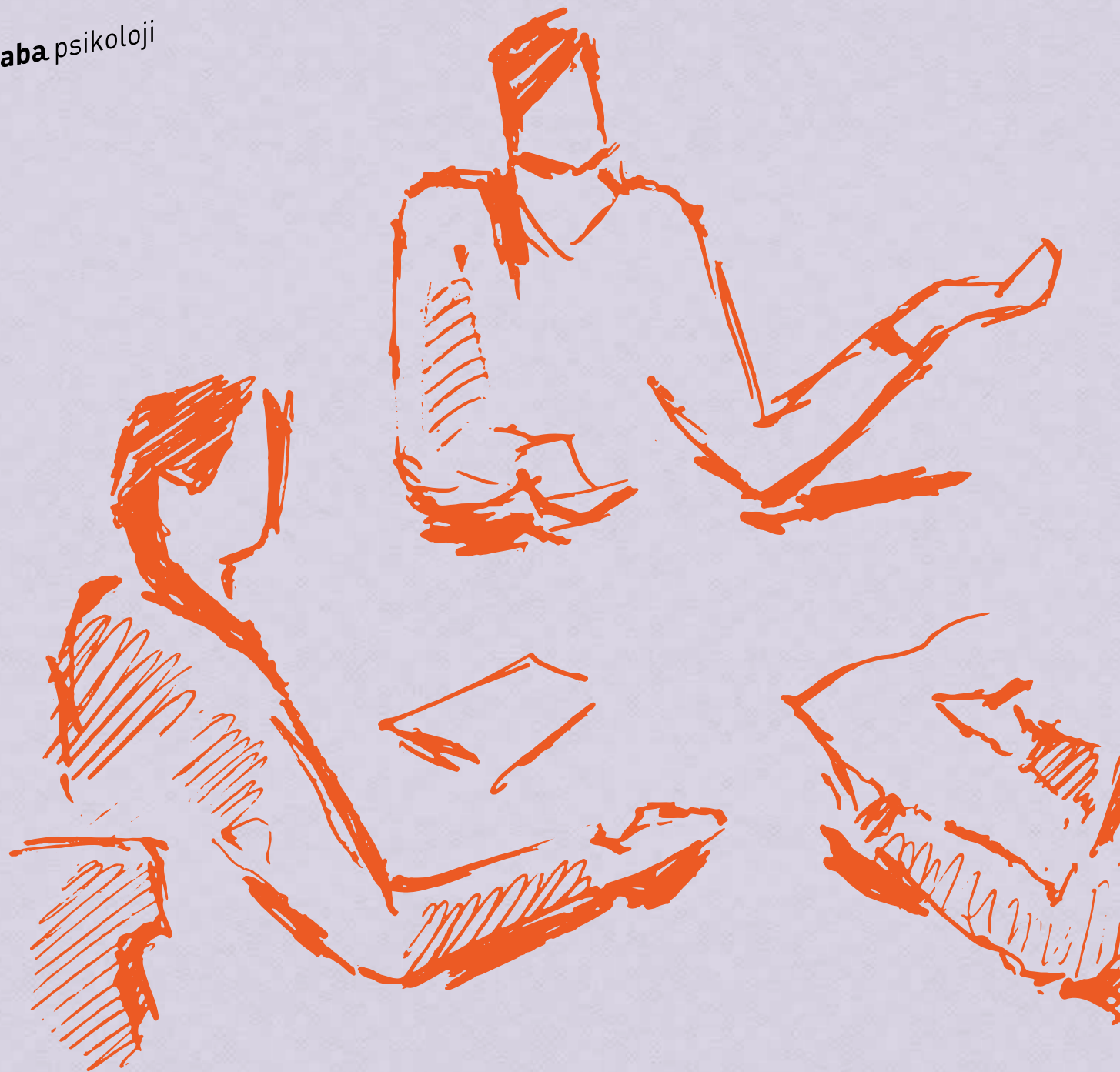
KİŞİLİK TESTLERİ

Kişilik testleri, bir kişinin karakterini doğru bir şekilde tanımlamak ve anlamlandırmak için kullanılan, standardize edilmiş soru formlarından oluşan bir ölçme ve değerlendirme biçimidir. ABA Psikoloji olarak en bağlı ve geçerli kişilik testlerini kullanarak çocuğunuzun kişilik yapısını ve kişiliğine uygun kariyer planlarını keşfetmeniz için çocukların yeteneklerine dair ayrıntılı bir harita çıkarmayı amaçlıyoruz.

Kişilik Testleriyle Kariyer Planınızı Çizin

Kişilik testleri sayesinde çocuğunuz güçlü yönlerini keşfedebilecek, hangi yöntemlerle daha iyi öğrenebileceğini fark edebilecektir. Çocuğunuzun görsel mi, işitsel mi, yoksa kinestetik mi olduğunu fark edebilmesi, sahip olduğu kişilik tipinin en çok hangi kariyer tiplerine uygun olduğunu öğrenebilmesi kendisini doğru yönlendirebilmesini ve ilgi alanlarına bu şekilde yön verebilmesini sağlayacaktır.







Terapiler

Çocuk

Stratejik Yetenek Yönetimi ve Kariyer

Aba, çocukların parlak yönlerini keşfetmelerini sağlıyor. İlgili alanları dahilinde, akademik bir rota çizimini destekliyor. Çocuğun sayısal ya da sözel alana olan yatkınlığını, hangi meslek alanına daha çok eğilimi olduğunu önemseyerek daha sağlıklı ve mutlu bir gelecek çiziminde yardımcı oluyor. Aba şeffaflığa önem vererek çocuğun ihtiyaçlarını belirliyor, hayatına dair inisiyatif almasını destekleyerek etkin bir şekilde yaşamında söz hakkı almasını sağlıyor.

Duygusal, Sosyal ve Davranışsal Gelişim/Problemler

Farklı şekillerde ortaya çıkabilen duygusal ve davranışsal problemler, çocukların sosyal, akademik ya da kişisel yaşantılarında direkt bir etkiye sahiptir. İletişim kurmada güçlük yaratan bu durum, ebeveynlerin çocuklarına yardımcı olmasını zorlaştırabileceği gibi profesyonel bir yardım olmaksızın müdahale etmek, çocukların daha agresif ya da içine kapanık olmasına yol açabilir. Giderilmeyen duygusal ve davranışsal problemler çocuklarda özgüven eksikliği, kaygı, korku, depresyon, sosyal uyumsuzluk, saldırganlık gibi bütün hayatı etkileyen sonuçlara sebep olabilir.

Aba Psikoloji olarak çocukları somut pekiştireçler üzerinden yönlendirerek onlara yaşadıkları problemlerle başa çıkma konusunda destek veriyoruz. Akademik ve sosyal eğitimlerini güçlendirmek adına ailelerle işbirliği yaparak problemleri ortadan kaldırmaya yardımcı oluyoruz.



Genç

Stratejik Yetenek Yönetimi ve Kariyer

Aba, gençlerin yeteneklerini ve potansiyallerini öğrenci ile beraber keşfeder. Kişiye en uygun meslek seçimini belirleyerek beklentilerini karşılayan ve daha etkin ve başarılı olacağı kariyer planlaması yapar. Aba, gençlerin potansiyallerini gerçekleştiremedikleri işlerde sıkışıp kalmamalarına özellikle önem vererek anlamlı bir gelecek oluşturulmasını önemsiyor.

Duygusal, Sosyal ve Davranışsal Gelişim/Problemler

Ergenlik dönemi hem aileler hem de bireyin kendisi için çok önemli ve çok zor bir süreçtir. Bu dönemde pek çok sıkıntı yaşanmasının sebebi, kişilerin kendini tanıma ve kişiliklerini oluşturma sürecinden geçiyor olmalarıdır.

Ortalama 8-15 yaşları arasında ergenlik geçiren bireyler kendilerini anlamamanın mümkün olmadığı düşüncesiyle sessiz ve sürekli olumsuz hisler içine girebilirler. Sorunlarını aileleriyle paylaşmayan ve agresif tavırlar göstererek iletişim kurmayı reddeden çocuklar, duygusal ve davranışsal problemler yaşamaya yatkındır. Çocukların ergenlik döneminde en sık yaşadığı duygusal ve davranışsal problemler özgüven eksikliği, kaygı ve korkular, sınav kaygısı, uyku bozuklukları, depresyon, sosyal uyumsuzluk ve sosyal fobi, saldırganlık, öfke kontrolü problemleri, yeme bozuklukları, tikler, takıntılar, madde bağımlılığı olarak sıralanabilir.

Aba Psikoloji, giderilmeyen duygusal ve davranışsal problemlerin ergenlerde bütün hayatı etkileyen sonuçlara sebep olabileceğine inanıyor ve bu bağlamda gençlerin bağımsızlaşmalarını, etkin bireyler olup geleceğe dair korkusuzca ve kendileri için sağlıklı kararlar vermelerini destekliyoruz.



Aile

Görevlerinizi ve sorumluluklarınızı sıraya dizmek, zamanınızı yönetmek, etkinlikleri organize etmek gibi konularda sorun yaşadığınızı düşünüyorsanız, en azından bir uzman fikri almanızda fayda var. Çocuklarınız ya da diğer sevdiğiniz insanlar için gösterdiğiniz özeni, kendiniz için de göstermeniz gerekiyor.

Yardım almaya ihtiyacınız olup olmadığına karar veremiyorsanız kendinizi dinleyin. Yaşama sevincinizin son zamanlarda nasıl bir değişiklik gösterdiğini, kendinizi geleceğe dair ne kadar umutlu hissettiğinizi, konsantrasyon durumunuzu, diğer insanlarla kurduğunuz ilişkileri gözden geçirin.

Aba Psikoloji bünyesinde görev alan psikologlar, farklı durumlara özel yöntemler uygulayarak danışanlarının yeniden iyi hissetmesine yardımcı olur. Sürecin sonunda, dengeli ve sağlıklı hissedebilirsiniz. Böylece stresin altında gizlenen olumlu duygularınız, hayattan beklentileriniz tekrar açığa çıkar ve hayatınız yeniden anlam kazanır.



aba.psikoloji

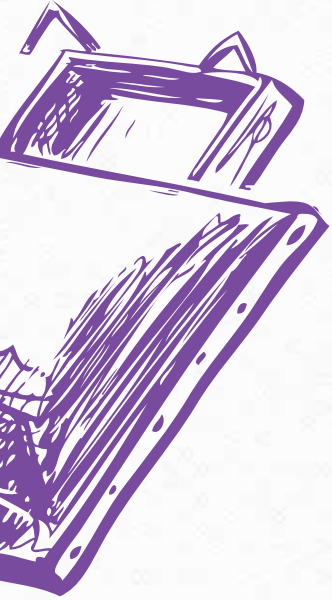




Art Terapi

Sanat terapisi, sanat üretiminin yaratıcı süreçlerini kullanarak kişinin fiziksel, zihinsel ve duygusal gelişimini destekleyen dışavurumcu bir terapidir. Sanat nesnesi ile danışan ve terapist arasında üçüncü bir alan oluşturulur. Kişi, duygu ve düşüncelerini bu güvenli alan içinde, sanat nesnesine aktarır. Bu düzlemde, sanat nesnesi kişinin iç dünyasının sembolüdür. Kişi, bu sembolleri kendisi yorumlar. Böylece kişinin kendine dair farkındalığı da artırılmış olur.

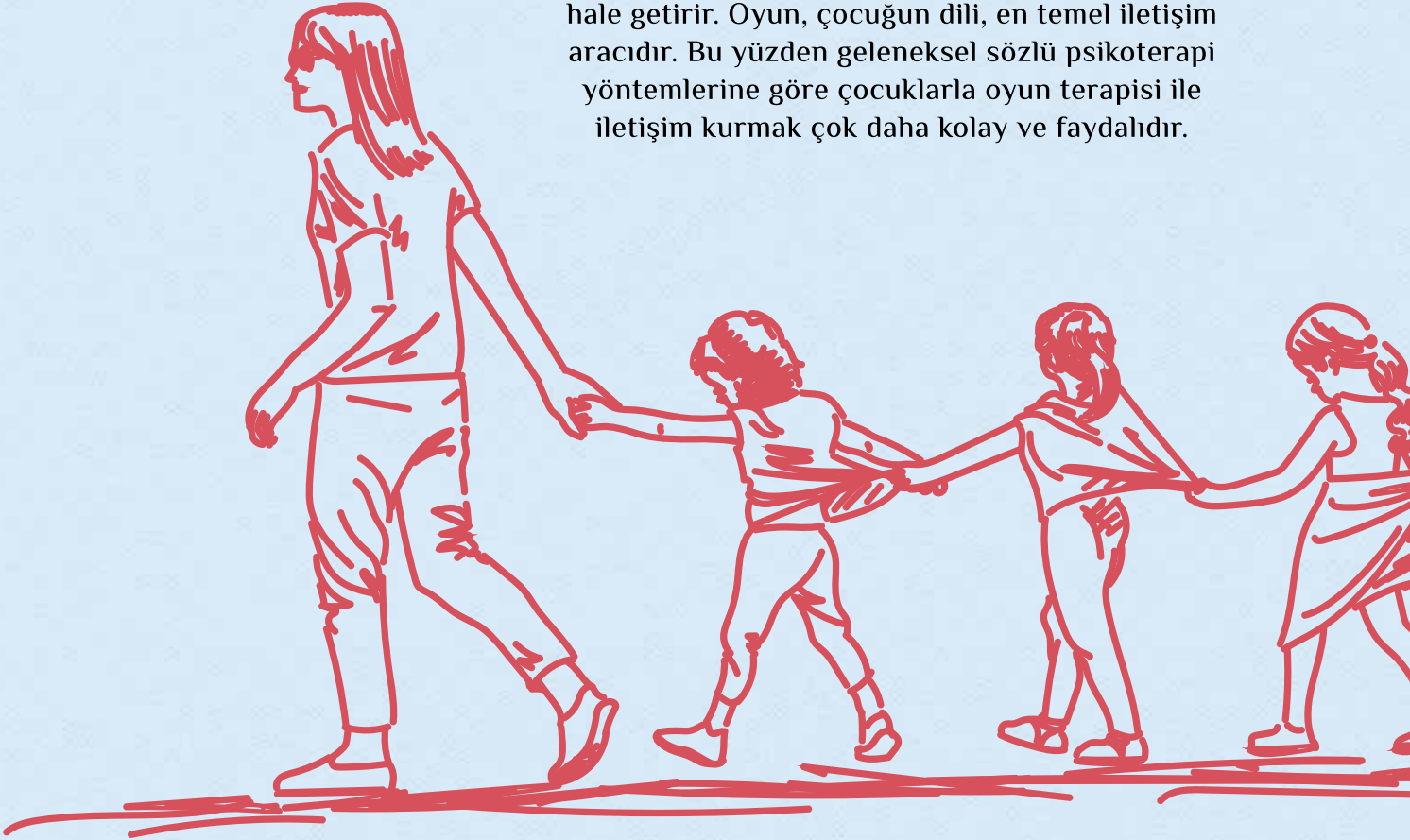
Bu terapilerde önemli olan ortaya çıkan sanat eseri değil; sanat ürünü yaratma sürecidir. Sürecin kendisi iyileştiricidir. Her yaştan kişi için sanat terapisi bir yöntem olarak kullanılır. Zihinsel hastalıklardan öğrenme bozukluklarına, fiziksel hastalıklardan kişilik bozuklukları ve anksiyete bozuklukları gibi pek çok alanda sanat terapisi kullanılır. Özellikle doğrudan iletişimin güçlük yaratacağı durumlarda ve sözel iletişimin kısıtlı olduğu durumlarda oldukça etkilidir.

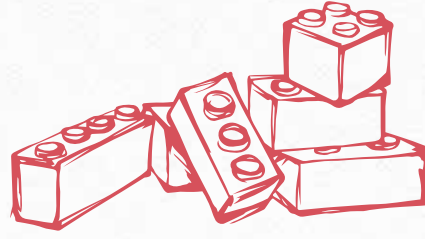


Oyun Terapisi

Oyun Terapisi Nedir?

Çocuklar oyun sayesinde geçmiş ve gelecekle köprü kurar, korkularını ve umutlarını somut hale getirir. Oyun, çocuğun dili, en temel iletişim aracıdır. Bu yüzden geleneksel sözlü psikoterapi yöntemlerine göre çocuklarla oyun terapisi ile iletişim kurmak çok daha kolay ve faydalıdır.





Oyun terapisi yapılandırılmıştır. Çocuk, uzman bir oyun terapisti eşliğinde belirlenmiş oyuncaklar ile seans gerçekleştirir ve oyuncaklar ile oynamak konusunda cesaretlendirilir. Oyun terapisinin çocukların bilişsel gelişimini sağlamak, motor gelişimini desteklemek ve duygusal çatışmalarının çözülmesini sağlamak gibi amaçları vardır.

Oyun terapisi boyunca çocuklar çevrelerinde gelişen olaylara olan bakış açılarını değiştirebilirler. Bu durum davranışlara da yansyarak çocukların gelecekteki davranışlarını da olumlu yönde etkileyebilir.



abapsikoloji





Nöropsikoloji

Nöropsikoloji Nedir?

Nöropsikoloji beyin ve davranış arasındaki ilişkiyi inceleme esasına dayanır. Beyin ve sinir sisteminin arasındaki bağı kişinin biliş ve davranışı üzerindeki etkisini incelerken sinir bilim bakış açısından yaklaşır. Nörolog, beynin yapı ve fonksiyonları ve bunların davranışlar ve bilişler üzerindeki etkisini inceler. Beyinde bir bozulma olduğunda zihinsel hastalıklara sebep olur. Nörolog bu bozulmaların nasıl olduğu ve nedenleri üzerine araştırma yaparken, zihinsel hastalıkların tedavisine açıklamalar getirir.



Nöropsikolojik Değerlendirme Nedir?

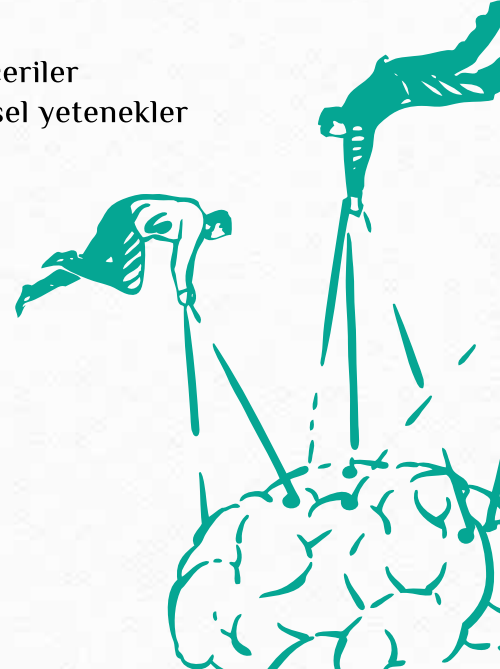
Nöropsikolojik değerlendirme ile kişinin zihinsel işlevleri ve bozukluklarına beyin temelli olarak açıklama getirilir. Değerlendirme yapılırken testler ve görüşmelerden yararlanılır. Nöropsikolojik testler ile kişinin bilişsel olarak güçlü ve zayıf yanları keşfedilerek beyin çalışma mekanizması hakkında bilgi edinilmeye çalışılır. Nöropsikolojik testler ve görüşmeyi içeren nöropsikolojik değerlendirme ile kişinin semptom ve şikâyetlerine çözüm bulunmaya çalışılır.

Nöropsikolojik Değerlendirmenin Amaçları

Danışanın tüm zihinsel işlevlerini değerlendirmektir.

Kapsadığı başlıca alanlar:

- Dil-konuşma
- Okuma-yazma, aritmetik gibi akademik beceriler
- Düşünme, öğrenme, hatırlama ve anlama gibi bilişsel yetenekler
 - Görsel-mekânsal yetiler
 - El-göz koordinasyonu
 - Gnostik işlevler
 - Praksik yetenekler
 - Dikkat
 - Bellek
 - Muhakeme
- Kortikal görme ve işitme
 - Motor gelişim





Nöropsikolojik Değerlendirme Ne Zaman İstenir?

Çocukluğun tüm gelişimsel sorunlarında, beyin gelişiminde gecikme, doğuştan ya da sonradan hasar olan ya da aşağıdaki problemlere sahip çocuklarda aydınlatıcı ve yol gösterici bilgi verir.

- Konuşması gecikmiş veya bozuk olan çocuklar
 - Okuma ve yazmayı öğrenemeyen çocuklar
- Akademik sorunu olan, 2 yıl üst üste sınıfta kalanlar
- Hiperaktif ve/veya dikkat eksikliği olan çocuklar
- Zihinsel işlevlerde bozulmaya yol açtığı bilinen tüm hastalık halleri
 - Davranış ve uyum bozuklukları
 - Otistik çocuklar
 - Üstün zekâlı çocuklar
 - Yönetici işlev bozukluğu olan çocuklar
 - Serebral felci olan çocuklar

Nöropsikolojik değerlendirme için danışanlarla ön görüşme yapılarak bazı formlar verilip randevu günü getirmeleri istenebilir.

Danışanlar en az 1 saat olmak kaydıyla
1-3 ayrı seansta değerlendirilir.

Üniversitelerin psikoloji ve psikolojik danışmanlık, eğitim gibi ilgili bölümleriyle işbirliği halinde standardize edilmiş testlerin uygulanmaya sokulması ve gerekli bazı testlerin standardize edilmesi için bu kurumların zorlanması birimin gereksinimleri açısından büyük öneme sahiptir.

aba psikoloji





Metacognition

Aba Psikoloji, Türkçeye üstbiliş olarak çevrilen metacognition stratejilerini uygulayan bir psikolojik danışmanlık merkezidir.

Metacognition yöntemiyle Aba'ya gelen farklı yaş gruplarından danışanların kendine özel düşünme süreçlerinin farkına varması ve bu süreçleri kontrol etmesi sağlanır. Metacognition, bir öğrenme görevini tamamlarken planlama, takip ve değerlendirme becerisi kazandırır.

Aba Psikoloji olarak bireysel değişkenler, göreve bağlı değişkenler ve stratejik değişkenler olmak üzere üç farklı bilginin farkındalığını her yaş grubundan danışanlarımızı kendileri için en verimli öğrenme sürecine yönlendiririz.

Üstbiliş ya da “metacognition” yöntemi sayesinde, eğitimde bireysel olarak öğrencilerin başarılı ve başarısız olduğu noktalar analiz edilebilir. Öğrencilerin farklı öğrenme süreçleri ve en etkin öğrenme süreci için gerekli düzenlemeleri amaçlayan müdahalelerde bulunulur. Böylece öğrenciler, kendilerine özel veriler ışığında en verimli şekilde çalışmaya yönlendirilmiş olur.

abapsikoloji





Mindfulness

Mindfulness, yani Türkçe çevirisiyle “farkındalık” en temel haliyle dikkat dağıtan etkenlerdense asıl meseleye odaklanmak olarak açıklanabilir. Aba Psikoloji olarak “mindfulness” yöntemiyle danışanlarımızın dikkat dağıtıcı ve işlevsiz unsurları dikkatinin dışında bırakarak içinde olunan yer ve zamana odaklanmasına yardımcı oluyoruz. Öğrenmeyle ilgili en önemli ve ilgi çekici kısımlar, dünyayı etkileyici hale getiren, kendine güveni ve kişisel gelişimi teşvik eden parçalardan oluşur. İşte, “mindfulness” yöntemiyle bu parçaların izini sürüyoruz.

Mindfulness stratejileri;

- Performans artışına
- Kişisel gelişimi teşvike
- Fiziksel ve duygusal sağlık gelişimine
- Stresle baş etme becerisine
- Sorumluluk ve beklentiler karşısında özgüvenli olmaya yardımcı oluyor.

Mindfulness teknikleriyle duygu düzenleme sürecine katılan bireyler, farklı durumlarda karşılarına çıkan sorumluluklar ve belirledikleri hedeflere ulaşmada duygularını güçlendirici bir etken olarak kullanabiliyor. Hedefleri ve sorumluluklarını belli bir sıraya dizme, atılacak adımları işlevsel bir şekilde önceliklendirme ve uzun vadede sorumluluklarını tamamlamak için belirlenmiş programa uyma gibi becerilere sahip oluyorlar. Böylece hedefe ulaşma süreçlerini yönetme konusundaki motivasyonlarını sürekli yüksek tutuyorlar.





Eğitimler

Süpervizyon Programı

Süpervizyon çalışmalarımızın amacı, psikoloji öğrencilerinin alanı tanımlarını ve seans görmenin temel süreçlerine dair bilgi edinmelerini sağlamaktır. Birçok psikolog mezun olmadan önce alana dair yeterli çalışmaya katılamadığı için deneyim eksikliği yaşamaktadır.

Aba Psikoloji'nin Süpervizyon Programı ile psikoloji bölümü mezunlarına ya da eğitimini sürdüren öğrencilere, vaka değerlendirmesi, vaka formulasyonu, seans yapılandırması konusunda kendilerini geliştirmesi için olanak tanınır. Bu programla, deneyim ve bilgi eksikliği ile uzmanlaşmakta yaşanan probleme çözüm bulunması ve eğitim alanındaki eksikliklerin telafi edilmesi amaçlanmaktadır. Psikoloji alanında deneyim sahibi kişilerin bilgilerini aktarmasına olanak tanınarak yeni yetişen psikologların daha bilinçli kararlar almaları ve mesleki yolculuklarında uzmanlaşmaları için bir adım olarak düşünülmektedir.



Barış Korkmaz ile Zihin Kuramına Giriş Semineri

Bu seminerlerin amacı, çocuk, ergen ve yetişkin çalışmalarında sosyal ilişki problemleri yaşayan bireylerin sorunlarının kaynakları, duygusal zekânın bireyin okul, iş ve hayat başarılarına olan etkisi, çözüm yoluna gidebilecek araçlar hakkında bilgi sahibi olmalarını sağlamaktır. Zihin Kuramı'nı gerçekleştiremeyen bireylerin nörolojik temelleri ve alan çalışmaları hakkında bilgi sahibi olması, yüksek işlevli otizmli bireyler ile yapılan çalışmalarda katılımcıların/öğrencilerin farkındalığının artırılması amaçlanmaktadır.



Gamze Sart Eğitimleri

EQ - Emotional Intelligence

Duygusal zekâ geliştirilebilir mi? Yüksek duygusal zekâyâ sahip olmanın gereklilikleri neler? Ne gibi çalışmalarla duygusal zekâ artırılabilir? İlişkilerinde problem yaşayan bireyler ile çalışmada hangi duygusal zekâ geliştirici teknikler kullanılır? Empatik eğilim becerilerini çocukluktan itibaren geliştirmenin yolları ve yöntemleri bu eğitimin ana hatlarını belirler.

Design Thinking

Girişimcilik, yeni şeyler üretmek, profesyonel alanda kişiyi var olduğu noktadan sıçratarak üst noktaya getirecek olan bilgi ve becerisiyle yeni bir şey ortaya çıkarmasını sağlamak bu eğitimin temel amacıdır. Profesyonel anlamda fark yaratabilmek ve kilit noktaları çözebilmek için geliştirilmiş bu program, doğru düşünme becerileri kazanma, problemleri yeniden tanımlama, stratejiler belirleme gibi birçok yetiyi kazandırmayı amaçlar.

Mindfulness

İnsan yaşamı boyunca birçok çevresel etki ile değişime uğrar ve birtakım duygularla baş etme yolları geliştirir. Zamanın getirdiği özellikle stresli yaşam koşulları zihin ve beden dengesini bozabilir. Bu doğrultuda “Mindfulness Eğitimi” insan yaşamındaki doyumluluğu ve verimliliği artırmayı amaçlar. Mindfulness nedir? İnsan bunları hayatına, gündelik yaşamına nasıl entegre eder ve zihinde uçuşan tüm rahatsızlık verici düşünceleri düzenleyebilir ve anda kalabilir? Bu eğitimin ana prensiplerini oluşturur.

Emotional Intelligence Based Theory of Mind (Duygusal Zekâ Tabanlı Zihin Kuramı)

Nörolojik bilgi temelinde değerlendirilen duygusal zekâ becerilerinin önemi ve alan çalışanlarına sağlanması gereken değerlendirme becerileri ve terapi yetkinliklerinin artırılması amaçlanır. Zihin kuramı nedir? Duygusal zekâ nedir? Duygusal zekâ ile ilişkisi nasıldır? İnsan yaşamını nasıl etkiler? Birbirini besleyen bu iki kuram yaklaşım nasıldır? Hangi terapi yöntemleri ile danışanlarda ve hastalarda çalışmalar yapmak mümkün?

Mindfulness Based Theory of Mind (Farkındalık Tabanlı Zihin Kuramı)

Zihin Kuramı becerisi kazanamamış olan birçok birey özellikle ilişkilerinde birtakım problemler yaşar. Bu eğitim, Yüksek işlevli Otizmli bireylerde yaşanan ilişki problemlerinde düşünce ve davranış biçimlerinin çözümlenmesi, bu alanda yapılacak terapi teknikleri ve uyarlaması nasıl olmalıdır? Vakalarda görülen problemler gündelik hayata, akademik becerilere ve iş yaşamına nasıl etki eder gibi sorulara cevap bulmayı amaçlamaktadır.



Grup Sanat Terapisi

Bu eğitimde üretmenin kendini ifade edebilmenin yolları sanat ile kesişir. Kendini yeniden keşfetme yolculuğunda farkındalık kazanmayı amaçlayan bireyler aynı zamanda etkileşim sağlayarak grup içerisinde birlikteliğin verdiği tüm olumlu hisleri deneyimleme fırsatı bulur. Grup Sanat Terapisi'nin amacı nedir? Kimlere uygundur? Ne şekilde ve nasıl uygulanır? Ne tür teknikler bu terapi çeşidinde uygulanabilir gibi soruların cevapları bu eğitimin ana hatlarını oluşturur.

Grup Oyun Terapisi

Çocuğa kendini ifade etme imkânı yaratan, ruhta iyileştirici gücü olan oyun terapisi grup halinde uygulanması ile birlikte çocukta birçok iletişim beceresinde kazanım sağlar. Bu eğitimde oyun terapisinin gücü, bir oyun grubu oluşturmamanın incelikleri nelerdir? Hangi kuramlar grup oyun terapisinin temelini oluşturur? Hangi grup oyun teknikleri ne amaçla kullanılır? Hangi durumlarda grup oyun terapisi işlevseldir gibi başlıklar eğitimin ana hatlarını oluşturmaktadır ve alan çalışanlarında yetkinliği artırmayı amaçlamaktadır.

SYYT Eğitimi (Stratejik Yetenek Yönetimi)

Eğitimin ve akademik becerinin öneminin arttığı günümüzde öğrencilik hayatındaki kritik dönemler ile noktasal çalışmalar gerçekleştirmek için tasarlanmış bu yöntemde, çocuğun gelişim dönemine hitap ederek gelecek rotasının belirlenmesi sağlanıyor. Stratejik Yetenek Yönetimi, insan yaşamında akademik başarıyla birlikte hayat başarısı sağlamayı amaçlayan mevcut yetenekleri değerlendirerek insanın öğrenme kabiliyetini bir araya getiriyor.



**Daha detaylı bilgi için
sosyal medya hesaplarımızı takip edin!**

▶ / Gamze Sart
▶ / Aba Psikoloji

🐦 f @ in

/abapsikoloji

www.abapsikoloji.com

Büyük Bebek İnşirah Yokuşu No:29 ve No:65 34342 Bebek/Beşiktaş/İstanbul

Göktürk Mah. İstanbul Cad. No:28 K:3 Daire:37/38/39 Gökmahal İş Merkezi Göktürk/Eyüp/İstanbul

+90 (212) 945 29 03

+90 (212) 287 86 06

+90 (552) 229 14 34

info@abapsikoloji.com