

Sınava sonra çalışırım.

Okuma ödevlerimi sonra yaparım.

Notlarımı sonra düzenlerim.

Raporumu sonra veririm.

Akademik danışmanımı görmeye sonra giderim.

***“Sonra demek artık bana zarar veriyor!”
diyorsanız;***

**Akademik Erteleme Davranışıyla
Baş Etme Beceri Eğitimi
Grup Yaşantısına Katılın**

Başvuru: 18 Şubat- 5 Mart tarihleri arasındadır.

Başlangıç Oturumu: 7 Mart 2013 Perşembe

Saat : 14.30 - 16.00

**Yer : Mefharet Koçman Sağlık Merkezi
Psikolojik Danışmanlık Birimi**

Katılmak İsteyen Öğrencilerin Dikkatine!

*Psikoeğitim grubuna katılımda gönüllülük esastır.

*Psikoeğitim grubu 8 oturum devam edeceği için belirtilen gün ve saatte uygun olmanız koşulu aranmaktadır.

*Psikoeğitim grubuna katılım için başvuru tarihleri arasında Mefharet Koçman Sağlık Merkezine şahsen müracaat etmeniz gerekmektedir.

Telefon: 2111056

GÖNÜLLÜLÜK VE AYDINLATILMIŞ ONAM FORMU

Bu programın amacı: Size akademik erteleme davranışıyla baş etme becerilerini kazandırabilmede psikoeğitim grup uygulamalarının bu davranışınıza etkisi ve bu etkinin kalıcılığını araştırmaktır.

Akademik erteleme davranışı sınava hazırlanma, dönem ödevi hazırlama, okulla ilgili idari işler, katılım görevi gibi temel akademik görevlerin belli nedenlerle geciktirilmesidir.

Psiko-eğitim grupları eğitimsel içerikli olup beceri geliştirmeyi hedefleyen ve başarılması gereken amaçların yer aldığı bir grup çeşididir. Üyelerin kendilerine sunulan bilgileri öğrenerek, problemleri önlemek, başatmak için beceriler geliştirmesine çaba sarf edilir Psiko-eğitim gruplarında üyeler kendilerini geliştirme ve diğer insanlarla nasıl ilişki içinde olduklarını öğrenme fırsatı bulabilirler. Duygularını ve düşüncelerini paylaşırlarken yeni beceriler öğrenirler. Anlamlı etkileşimler ve ait olma duygusu yaşarlar.

Programın süresi ve yeri: Grup oturumları 90 dakikalık 8 oturumu içermektedir. Haftada bir gün aynı gün ve saatte Sağlık Merkezinde belirlenen grup odasında toplanılacaktır. Oturumların sonlandırılmasından bir ay sonra, sizdeki etkisinin kalıcılığına dair izleme oturumu yapılacaktır.

Oturumların başlangıç tarihi: 07.Mart 2013 Perşembe /14.30-16.30

Oturumların başlangıç tarihi: 25.Nisan 2013 Perşembe /14.30-16.30

İzleme oturumu tarihi: 30.Mayıs .2013 Perşembe /14.30-16.30

Programda yapılacak müdahaleler: Grup oturumlarının verimli olması için tüm üyelerin uyması gereken gönüllülük, gizlilik, dakiklik gibi bazı kuralları vardır. Bu kurallar size liste şeklinde verilecektir.

Grup uygulamaları kısa bilgilendirmeler, etkileşime dayalı egzersizlerden oluşmaktadır. Program hem düşünceleriniz hemde davranışlarınıza yönelik olarak bilişsel davranışçı kurama dayalı olarak hazırlanmıştır. Oturumlardan öğrendiklerinizi gerçek yaşama aktarabilmeniz için bazı oturumlardan sonra ev ödevleri verilecektir.

Oturumlara başlamadan önce, sonrasında, izleme oturumlarında bazı ölçekleri işaretlemeniz ve oturum sonrasında değerlendirme formu doldurmanız istenecektir. Bunları içtenlikle doldurmanız kişisel gelişiminizi değerlendirebilmeniz ve programın etkililiğini değerlendirebilmek açısından önemlidir.

Sorumlu kişi/kişiler: Bu psiko-eğitim grubunda Psikolojik Danışman Betül Toker lider, Psikolojik Danışman Sinem Acar yardımcı lider ve yaklaşık 14-16 kadar üye yer alacaktır. Video ve ses kayıt cihazı ile kayıt edilen oturumları yalnızca grup lideri, yardımcı lider ve grup lideri tez danışmanı Yrd. Doç. Dr. Raşit Avcı tarafından izlenecektir. Katılım için gönüllü aday olduğunuz bu program Betül Toker'e ait yüksek lisans tez çalışmasıdır.

Programda öngörülen risk/riskler: Uygulama sürecinde -yapılan müdahaleler, uygulamalar kaynaklı olarak- bireysel görüşmeye ihtiyaç duymanız halinde grup lideriniz Betül Toker sizi yardımcı olacak bir psikolojik danışmana yönlendirecektir.

“Deneklerin Gönüllülüğü ve Aydınlatılmış Onam Formu”nu ve “Grup Kuralları”nı okudum. Sormak istediğim her soruyu sorma fırsatını buldum. Cevapları ve bana verilen bilgiyi anladım.

Tarih:

Adı Soyadı:

İmza:

GRUP KURALLARI FORMU

1. Gönüllülük: Grup oturumlarına kendi isteğinizle gelmeniz özellikle verim sağlayabilmeniz açısından çok önemlidir.

2. Gizlilik: Grup içerisinde konuşulan her şey grup odasında kalır. Her ne kadar araştırma amacıyla böyle bir çalışma yapılırsa da rapor edilirken isimler yani kimlikleriniz gizli tutulacaktır.

3. Devamlılık: Grubun işlerliğinin olabilmesi ve sizinde grup çalışmalarından verim alabilmeniz açısından devamlılık çok önemlidir. Oturumlar birbirleriyle bağlantılı olarak devam ettiği için üyelerin devamlılığı çok önemlidir. Üyelerinin çok zorunlu durumlar dışında (hastalık, yakın bir kişinin vefatı vb) her oturuma katılmaları beklenmektedir.

4. Dakiklik: Üyelerin oturumlara tam vaktinde gelmeleri beklenmektedir. Grup oturumlarına saatinde gelmeniz geç kalmamanız programın aksamaması açısından çok önemlidir.

5. Saygı duyma ve isimle hitap etme: üyelerin birbirlerine karşı saygılı olması ve aynı zamanda üyelerin birbirlerine isimleriyle hitap etmeleri beklenmektedir.

6. Fiziksel ya da sözel saldırının olmaması: Üyeler diğerlerine karşı fiziksel saldırıda bulunamaz. Hiçbir üyenin bir diğer üye tarafından aşağılanmasına, rencide edilmesine, alaya alınmasına izin verilmez.

7. Cinsel yakınlaşma ya da romantik ilişkinin gelişmemesi: Bu durumda grubun sizin için taşıdığı anlam değişmiş oluyor. Dolayısıyla müdahale programının etkili olabilmesi ve sizin de verim sağlayabilmeniz açısından bu kurala uymanız çok önemli.

8. Diğer üyeler hakkında yorumlama ve yargıda bulunma yerine kişisel paylaşımlarda bulunma: Grup üyelerinin konuşmalarında genellemeler yapmak yerine, kendi yaşantılarından örnekler vermeye çaba göstermeleri beklenir.

9. Grup dışarıdan katılıma kapalıdır: Grup oturumlarına dinleyici ya da gözlemci sıfatıyla grup dışından hiç kimse kabul edilemez.

10. Ev ödevlerinin yapılması: Oluşturduğumuz bu grubun özelliği beceri geliştirme amaçlı olmasıdır. Burada oturumlarda size gösterilen uygulamaları gerçek hayata aktarabilmenizi sağlamak üzere size verilen ev ödevlerini yaparak oturuma gelmeniz çalışmaların verimliliğini artıracaktır. Bu nedenle mutlaka bu maddeye uyulması gerekmektedir. Grup üyelerinin gruptan yarar sağlayabilmeleri için verilen ödevlerini zamanında yapmaları ve oturumda paylaşımları beklenmektedir.

11. Gruptan ayrılma: Herhangi bir nedenle bir üye gruptan ayrılmak zorunda kaldığında grupta vedalaşarak ayrılmaya özen göstermelidir.(Çıkarılma koşulu: üyenin gönüllü olmaktan vazgeçmesi ve kabul etmiş olduğu grup kurallarına aykırı davranışlarda bulunması, grup kuralları kendisine hatırlatıldığı halde dahi kurallara uymamakta ısrar etmesidir.)

*Grupta gizlilik esastır. Grupta yaşananlar hiçbir şekilde grup dışında konuşulmaz. Ancak mahkeme tarafından istenen bilgiler olduğu takdirde bu bilgiler paylaşılabilir. Onun dışında hiç kimse ile paylaşılmaz.

Yukarıda belirtilen kurallara bağlı kalacağıma SÖZ VERİYORUM.

Adı Soyadı:

Tarih:

İmza :

BİLGİLENDİRİLMİŞ OLUR FORMU

1. Aşağıda imzası olan ben "Bilişsel Davranışçı Kurama Dayalı Olarak Geliştirilen Akademik Erteleme Davranışıyla Baş Etme Beceri Eğitimi Psikoeğitim Grup Yaşantısının Üniversite Öğrencilerinin Akademik Erteleme Davranışlarına Etkisi" başlıklı çalışmaya katılmayı kabul ediyorum.
2. Bu çalışmayı yürüten Betül Toker çalışmanın yapısı, amacı ve muhtemel süresi, ne yapmam istendiği ve yan etkilerle karşılaşsam ne yapmam gerektiği hakkında ayrıntılı sözlü ve yazılı bilgi verdi.
3. Araştırmacı Betül Toker'e çalışmasıyla ilgili her soruyu sorma fırsatını buldum. Cevapları ve bana verilen bilgiyi anladım.
4. Araştırmacı Betül Toker'e bilgilerin ayrıntılarını açıklamama ve benimle ilgili sırları koruması şartıyla benimle bu çalışmayı yapmasına izin veriyorum.
5. Çalışma boyunca tüm kurallara uyacağıma, araştırmacı Betül Toker ile tam bir uyum içinde çalışacağıma ve konuyla ilgili herhangi bir sorun çıktığında; hemen onu, bana verilen 0.533 3548283 numaralı telefondan arayacağımı kabul ediyorum.
6. Bu çalışma sonuçlarının kullanılmasını kısıtlamayacağımı ve yayın, rapor ve benzeri bilimsel dokümanlarda kullanabileceğini kabul ediyorum.
7. Bu çalışmadan istediğim zaman çıkabileceğimi anladım.

OKUDUM VE ONAYLADIM.

...../...../ 2013

Adres:

...../...../ 2013

Betül Toker

Adres : Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi
Mefharet Koçman Sağlık Merkezi
Kötekli/Muğla