



## AOSB EĞİTİM VE KALİTE MÜDÜRLÜĞÜ EĞİTMEN ÖZGEÇMİŞ VE EĞİTİM İÇERİK FORMU

**Eğitimin Konusu: Dikkat Eksikliği ve Hiperaktiviteli Çocuklarda Ebeveynlik -Farkındalık Eğitimi**

**Eğitim Hedef Kitle:** 18 yaş üzeri tüm katılımcılar

**Eğitimin Amacı:** DEHB'li çocukları tanıma ve anlamak, ailelere farkındalık kazandırmak, Ebeveyn-çocuk ilişkisini kaliteli hale getirmek, Ebeveynlerin iletişim ve problem çözme becerilerini artırmak, Çocuklara yönelik sağlıklı yaklaşım ve modelleri artırmak, Ebeveynlerin suçluluk ve yetersizlik duygularını azaltarak özgüvenlerini artırmak, Varsa ailede bundan kaynaklanan sorunları çözmeye çalışmak, Ailelere bilimsel gevşeme teknikleri ve öfke kontrol becerileri öğretmek, Sınır koyma çalışmalarını öğrenmek, aile dinamiğini düzeltmeye çalışmak, Yaşam kalitesini düşüren noktaları saptayıp, sağlıklı hale getirmek, Soru cevap ve karşılıklı etkileşim modeliyle soruların cevaplandırılması, örneklerin konuşulması (ailelerdeki umutsuzluk ve yalnızlık hissini azaltmak ve psikolojik sağlamlılığı artırmak hedeflenmektedir)

**Eğitimin Alt Başlıkları:**

- **DEHB TANISINI ANLAMAK**
- Dikkat Eksikliği nedir? (Tanı ve sınıflandırması nasıl yapılır?)
- Hiperaktivite nedir? (Tanı ve sınıflandırması nasıl yapılır?)
- Dürtüsellik nedir?
- DEHB' de beyin yapısı
- Ebeveynlerin, eğitimcilerin, çevrenin DEHB'ye bakışı
- Hiperaktif mi hareketli mi? Nasıl ayırt edebiliriz?
- Dikkat Eksikliği mi Öğrenme Güçlüğü mü?
- DEHB'li çocukların okuldaki uyum süreçleri nasıl olur?
- **NEDEN OLUR?**
- Genetik Faktörler (Fizyolojik)
- Çevresel Faktörler (Psikolojik-Sosyolojik)
- Beslenme, Uyku ve DEHB
- Spor ve DEHB
- **TEDAVİ YAKLAŞIMLARI**
- Neler yapabiliriz?
- Dopamin Detoksu
- Spor üzerine
- Beslenme üzerine
- Sınır eğitimi
- Nefes Egzersizleri
- Gevşeme-Kasılma Egzersizleri
- Okul ile yapılan işbirlikleri
- Aile içinde yapılan işbirlikleri



AOSB EĞİTİM VE KALİTE MÜDÜRLÜĞÜ  
EĞİTİMEN ÖZGEÇMİŞ VE EĞİTİM İÇERİK FORMU

## EĞİTİMEN ELİSA SALTOĞLU KARA’NIN ÖZGEÇMİŞİ

### 1.Öğrenim Durumu:

Öğrenim kurumu	Öğrenim Alanı
İstanbul Üniversitesi	Psikoloji (lisans)
Yakın Doğu Üniversitesi	Klinik Psikoloji (yükseklisans)

### 2. Mesleki Deneyim

Başlangıç tarihi – bitiş tarihi	Yer	Kurum	Pozisyon
2009-2010	İstanbul	Otizm Vakfı	Yrd. Psikolog
2010-2011	Antalya	Antalya Eğitim Araştırma Hastanesi	Stj. Psikolog
2010-2011	Antalya	Aşır Aksu Hastanesi	Yrd. Psikolog
2018-2019	Antalya	Antalya Eğitim Araştırma Hastanesi	Yrd. Psikolog
2017-2020	Antalya	Antalya Büyükşehir Belediyesi	Psikolog
2016-2020	Antalya	Psikoloji Antalya	Psikolog
2020-2023	Antalya	Antalya Terapi Merkezi - Çevrimiçi Terapi	Uzman Klinik Psikolog
2023-(halen)	Antalya	Sade Psikoloji	Kurucu Ortak ve Uzman Klinik Psikolog

### 3. Eğitimden CV- Serbest Yazım Alanı

Eğitmen- Konuşmacı Ad-Soyad:
<p>Elisa Saltoğlu Kara, Antalya’da doğup büyümüştür. İlkokul, ortaokul ve lise eğitimini Antalya’da tamamladıktan sonra İstanbul’da psikoloji bölümünü kazanmıştır. Eğitim süresince; Antalya Eğitim Araştırma Hastanesi, Aşır Aksu Hastanesi yatan hasta bölümü, Özel Anka Otizm Eğitim Kurumları ve Port Nature Luxury Resort Otel’de; klinik, endüstriyel ve gelişim psikoloji alanlarında stajlarını tamamlamıştır.</p>



## AOSB EĞİTİM VE KALİTE MÜDÜRLÜĞÜ EĞİTMEN ÖZGEÇMİŞ VE EĞİTİM İÇERİK FORMU

Mezun olduktan sonra Antalya Büyükşehir Belediyesinde Psikolog olarak çalışmış, hafta sonları Psikoloji Antalya Klinik Psikoloji Enstitüsünde görevine devam etmiştir. Buna ek olarak, özel ve kamu kurumlarında çocuk, ergen, yetişkin, ebeveyn ve çiftlere çeşitli alanlarda psikoeğitimler vermiştir. Bu dönemde, istismara uğramış çocuk ve ailelere yönelik faaliyetler yürütmüştür. Meslek hayatı boyunca, çeşitli TV ve radyo kanallarına davet alarak, eğitim amaçlı programlara katılmıştır. Halen düzenli olarak röportajlarına devam etmektedir.

Bu süreçte Klinik Psikoloji yüksek lisansını da yüksek onur derecesiyle tamamlamış ve ‘Evli Bireylerde Kök Aile İlişkilerinin Çift Uyumu Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi’ üzerine tez yazmıştır. Bunun yanında Şema Terapi, Bilişsel Davranışçı Terapi, Duygu Odaklı Terapi, Kısa Süreli Çözüm Odaklı Terapi, EMDR, Flash EMDR, Aktarım Odaklı Terapi, Çift Terapisi, WISC-4, MMPI, Nöropsikolojik Testler eğitimlerini almış ve danışanlarıyla bu ekollerde psikoterapi yürütmektedir. Halen görüşmelerine, kurucu ortağı olduğu Sade Psikoloji’de; yüz yüze ve online terapi şeklinde devam etmektedir.