

Psikolojik Esneklik Grubu

Mersin Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Uygulama ve Araştırma Merkezi tarafından, **üniversitemiz öğrencilerine yönelik olarak grupta psikolojik danışma** çalışması düzenlenecektir.

Bu grup çalışması; bireylerin zorlayıcı düşünce ve duygularla daha esnek bir ilişki kurabilmelerini, an'da kalma becerilerini güçlendirmelerini, duygusal dengeyi desteklemelerini ve psikolojik esnekliklerini artırmalarını amaçlamaktadır. Süreç, psiko-eğitim ve deneyimsel etkinlikler eşliğinde yürütülecektir.

Grup çalışması **ücretsizdir ve kontenjanla sınırlıdır.**

✦ **Son Başvuru Tarihi:** 12 Ekim 2026

✦ **1. Grup Başlangıç Tarihi:** 19 Ekim 2026 (Her hafta Pazartesi 13.30-15.00 arası)

✦ **2. Grup Başlangıç Tarihi:** 21 Ekim 2026 (Her hafta Çarşamba 13.30-15.00 arası)

✦ **Süre:** 7 hafta

Grup çalışması, etik ilkeler ve gizlilik esasları çerçevesinde yürütülecektir.

Detaylı bilgi ve başvuru için: **pdrm@mersin.edu.tr**

🔗 **Başvuru için linke tıklayınız.**

<https://forms.gle/9aLhcgqsoCR6CuTJ9>