

## Hakkımda

İngilizce psikoloji lisans eğitimimi onur derecesiyle tamamladıktan sonra Klinik Psikoloji alanında yüksek lisans programından onur derecesiyle mezun oldum. Başlıca çocuk ve yetişkinlerle çalışma alanında uzmanlaşmış bir klinik psikoloğum. Anaokulları ve danışmanlık merkezlerinde bireysel görüşmeler, aile danışmanlığı ve oyun terapisi çalışmaları yürüttüm; ayrıca belediyede gelişim testleri uyguladım.

Hem Türk hem de yabancı uyruklu ailelerle Türkçe ve İngilizce görüşmeler yaparak, farklı kültürel arka planlara çalışabilme yetkinliğimi geliştirdim. Uluslararası akredite Çocuk Merkezli Oyun Terapisi eğitimimi ve süpervizyon sürecimi başarıyla tamamladım. Aktif olarak ACT eğitimi üzerinde uzmanlaşma sürecindeyim.

## Mesleki Geçmiş

Lisans eğitimimden bu yana, teorik bilgilerimi sahadaki pratikle birleştirmeye odaklandım. Üniversite yıllarımda çeşitli psikolojik danışmanlık merkezlerinde yaptığım stajlarla klinik gözlem yeteneğimi geliştirerek mesleğe adım attım. 2021 yılında mezuniyetimin ardından, lise düzeyindeki öğrencilerle psikolojik danışmanlık çalışmaları yürüttüm. Sonrasında kurum psikoloğu olarak, 2-6 yaş grubu çocukların gelişimsel süreçlerini takip ettim ve hem Türk hem de farklı kültürlerden gelen ailelerle Türkçe ve İngilizce dillerinde danışmanlık süreçlerini yönettim.

Klinik uzmanlığımı derinleştirmek adına tamamladığım yüksek lisans programında, süpervizyonumu Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT) ekolü üzerine aldım. Çocuklarla olan çalışmalarımı uluslararası akredite Çocuk Merkezli Oyun Terapisi ve Filial Terapi eğitimleriyle profesyonel bir zemine taşıdım. Yetişkin seanslarımda ise Kabul ve Kararlılık Terapisi (ACT) ekolünü benimseyerek, bu alandaki ileri seviye uzmanlık eğitimlerime devam etmekteyim.

Bugün; edindiğim staj, saha ve klinik deneyimler ışığında; çocuk, ergen ve yetişkin danışanlarıma ihtiyaçlarına göre hem Türkçe hem de ileri düzeyde İngilizce dillerinde destek sağlıyorum. Çalışmalarımı; bireysel ve kültürel farklılıklara duyarlı, etik ilkelere bağlı ve düzenli süpervizyon denetimi altında sürdürmeye özen gösteriyorum.

## Çalışma Alanları

### Çocuk ve Ergen Terapisi

- Kaygı ve Korku Yönetimi:** Ayrılık kaygısı, okul reddi, sosyal fobi, sınav kaygısı ve spesifik korkular.
- Davranışsal Sorunlar:** Sınır koyma ve kural tanıma güçlükleri, öfke kontrolü, saldırganlık ve uyum problemleri.
- Gelişimsel Zorluklar:** Alt ıslatma (enürezis), dışkı kaçırmaya (enkoprezis), tırnak yeme, parmak emme ve uyku bozuklukları.



# HAMİDE FEYZA TANRIKUT

## Yetkinlikler

### Zeka ve Gelişim Değerlendirmeleri:

- Stanford-Binet  
Zeka Testi
- Denver II  
Gelişim Tarama  
Testi
- Gesell Gelişim  
Testi
- Metropolitan  
Olgunluk Testi
- Peabody Resim  
Kelime Testi
- Frostig Görsel  
Algı Testi
- Frankfurter  
Dikkat Testi

- **Duygusal Düzenleme:** Özgüven eksikliği, kardeş kıskançlığı, yas ve boşanma süreci adaptasyonu.
- **Gelişim Takibi ve Değerlendirme:** 2-6 yaş gelişim izleme, dikkat eksikliği ve hiperaktivite (DEHB) ile çalışma, zeka ve gelişim testleri uygulamaları.

### Yetişkin Terapisi

- **Anksiyete (Kaygı) Bozuklukları:** Panik atak, sosyal kaygı, yaygın anksiyete ve OKB (Takıntı) belirtileri.
- **Duygu Durum Sorunları:** Depresif belirtiler, mutsuzluk, motivasyon kaybı ve kronik stres.
- **İlişkisel ve Kişisel Zorluklar:** Özgüven ve özsaygı sorunları, dürtüsellik, öfke yönetimi ve iletişim problemleri.
- **Psikolojik Esneklik:** Hayatın getirdiği zorluklarla değerler doğrultusunda başa çıkma ve kabul süreçleri (ACT odaklı).

### Ebeveyn Danışmanlığı

- **Pozitif Ebeveynlik:** Ebeveyn-çocuk ilişkisini güçlendirme (Filial Terapi yaklaşımı), çocuk odaklı danışmanlık ve gelişimsel rehberlik.
- **Kültürel Adaptasyon:** Farklı kültürel arka planlardan gelen ailelere yönelik çok dilli (Türkçe-İngilizce) destek süreçleri.

## Akademik Geçmiş

### Yüksek Lisans: Klinik Psikoloji

*İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Yüksek Lisans Lisansüstü Eğitim Enstitüsü (Eylül 2023 – Ocak 2025)*  
Proje: *18-25 Yaş Arası Bireylerde Ebeveyn Tutumu ile Dürtüsellik ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*  
Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Betül İlter

- GNO: 3.48

### Lisans: Psikoloji

*İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi (Ekim 2016 – Eylül 2021)*

- Proje: *Genç Erişkin Kadınların Annelerinin Çalışma Durumunun Ebeveyn Algıları, Cinsiyet Memnuniyeti ve Özgüvenleri Üzerine Etkisi*
- GNO: 3.45

## Üyelikler

- Üye, Türk Psikologlar Derneği
- Katılımcı, Türk Psikoterapi Enstitüsü

- Teele Çoklu Zeka Envanteri (TIMI)

- Porteus Labirent Testi

### Kişilik ve Psikopatoloji Değerlendirmeleri:

- MMPI (Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri)

- SCL-90 (Belirti Tarama Listesi)

- Beck Testleri

### Temel Psikolojik Yetkinlikler:

- Bireysel ve aile görüşmeleri yürütme

- Çocuk, ergen ve yetişkin danışmanlığı

- Oyun Terapisi

- Gözlem, değerlendirme ve raporlama

- Etkin ve yargısız dinleme

- Ekibin çalışmasına uyum

- Ailelerle iş birliği içinde çalışma

- ACT Türkiye

## Eğitimler ve Sertifikalar

- Kanıta Dayalı Tıp Perspektifinden Cinsiyet, Cinsiyet Kimliği ve Cinsiyet Disforisi – Nesli Koruma Hareketi
- Terapide Ergenlerle Çalışmak – Esra Büyücek
- ACT İleri Seviye Eğitimi – Psikiyatrist Dr. İbrahim Bilgen
- ACT Orta Seviye Eğitimi – Psikiyatrist Dr. İbrahim Bilgen
- ACT Temel Seviye Eğitimi – Psikiyatrist Dr. İbrahim Bilgen
- Çocuk Merkezli Oyun Terapisi Süpervizyonu – Reyhana Seedat
- Çocuk Merkezli Oyun Terapisi (APT Akrediteli) – Reyhana Seedat
- Filial Terapi Eğitimi (APT Akrediteli) – Reyhana Seedat
- Çocuklarda Öfke Problemleri ve Terapötik Müdahaleler – Mehmet Teber
- Oyun Terapistinin 4 Temel Becerisi – Mehmet Teber
- Healing the Wounds Within: Trauma, Addiction & The Disconnection of the Self – Dr. Gabor Mate
- Bilişsel Davranışçı Terapi - Gülşah Balaban & Ayşe Altunkaya Erdoğan
- Psikolojik Esneklik Eğitimi – Esra Oras
- Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu ile Çalışmak – Şennur Kızılkaya
- Psikoterapi Zirvesi (Judith Beck, Hakan Türkçapar, Richard Schwartz vd. katılımlarıyla)
- Yetişkin ve Çocuk Psikopatolojisi – İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi
- Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri (MMPI) Eğitimi – İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi
- Karşılansız İhtiyaçlar Travmaya Dönüşür: Oyun - Çocuğa Değer Katanlar Derneği

## Organizasyonel ve Profesyonel Beceriler:

- Vaka takibi ve düzenli kayıt tutma
- Gözlem raporu, değerlendirme formu ve test sonuçlarını düzenleme
- Süpervizyon altında çalışma
- Eğitim, seminer ve sunum hazırlama
- Sürekli mesleki gelişime önem verme

## Dil ve Bilgisayar Becerileri

- **İngilizce – C1 (İleri Düzey)**
- **Yazılımlar:** MS Office (Word, Excel, PowerPoint), SPSS, Canva, Google Forms