

**T.C.**  
**Erzurum Teknik Üniversitesi**  
**Psikoloji Uygulama ve Araştırma Merkezi**  
**Bağlanma Stilleri Ve Romantik İlişkiler Akran Atölyesi**  
(08.01.2026, PUAM Eğitim ve Gözlem Odası)

**BAĞLANMA STİLLERİ  
VE ROMANTİK  
İLİŞKİLER**

**PUAM AKRAN ATÖLEYERİ**

8 Ocak Perşembe  
16:00  
PUAM – Rektörlük  
Binası Giriş Kat

Katılımcı Sayısı Sınırlıdır  
ve  
Katılımcılara Katılım Belgesi verilecektir.



08 Ocak 2026 tarihinde Psikoloji Uygulama ve Araştırma Merkezi (PUAM) tarafından, üniversite öğrencilerine yönelik olarak “Bağlanma Stilleri ve Romantik İlişkiler” başlıklı bir akran atölyesi gerçekleştirilmiştir. Atölye, psikoloji bölümü öğrencilerinin yürütücülüğünde düzenlenmiş; planlama ve içerik geliştirme süreci birimin uzman kadrosunun süpervizyonu ile yapılandırılmıştır. Etkinlikte, romantik ilişkilerde bağlanma kuramının psikolojik boyutları, farklı bağlanma stillerinin (güvenli, kaygılı, kaçınan) yakın ilişkilerdeki dinamikleri ve bu stillerin bireyler üzerindeki duygusal ve ilişkisel etkileri ele alınmıştır.

Atölye kapsamında; sağlıklı ve sağlıksız ilişki örüntülerinin ayırt edilmesi, partnerler arası açık iletişimi zorlaştıran bireysel ve ilişkisel etmenler ile duyguların, ihtiyaçların yapıcı biçimde ifade edilmesine yönelik temel yaklaşımlar üzerinde durulmuştur. Akran etkileşimini önceleyen yapı içerisinde, katılımcıların kendi ilişki deneyimlerini ve bağlanma örüntülerini değerlendirmelerine ve günlük yaşamda karşılaşılan ilişkisel problemlere yönelik farkındalık geliştirmelerine olanak tanınmıştır. Paylaşımlar aracılığıyla, bağlanma stillerini tanımanın ve anlamlandırmanın romantik ilişkilerde karşılıklılığı, güveni ve psikolojik iyi oluşu destekleyen temel bir beceri olduğu vurgulanmıştır.





Atölye kapsamında; sağlıklı ve sağlıklı ilişki örüntülerinin ayırt edilmesi, partnerler arası açık iletişimi zorlaştıran bireysel ve ilişkisel etmenler ile duyguların, ihtiyaçların yapıcı biçimde ifade edilmesine yönelik temel yaklaşımlar üzerinde durulmuştur. Akran etkileşimini önceleyen yapı içerisinde, katılımcıların kendi ilişki deneyimlerini ve bağlanma örüntülerini değerlendirmelerine ve günlük yaşamda karşılaşılan ilişkisel problemlere yönelik farkındalık geliştirmelerine olanak tanınmıştır. Paylaşımlar aracılığıyla, bağlanma stillerini tanımanın ve anlamlandırmanın romantik ilişkilerde karşılıklılığı, güveni ve psikolojik iyi oluşu destekleyen temel bir beceri olduğu vurgulanmıştır.