

Doç. Dr. Zümra Atalay  
Öğretim Üyesi  
MEF Üniversitesi

Doç. Dr. Zümra Atalay [MEF Üniversitesi](#) Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bölümü öğretim üyesidir. Mindfulness Eğitmenidir. 2014 yılında Mindfulness Institute Türkiye'yi kurmuştur. TUBITAK bursu ile misafir öğretim üyesi olarak bulunduğu Rochester Üniversitesi Psikoloji Bölümünde “Mindfulness ve Psikolojik İhtiyaçlar” üzerine bir proje yapmıştır. Bu konu ile ilgili Uluslararası indekslerde taranan ve ulusal hakemli dergilerde makaleleri, TUBITAK projeleri, ulusal ve uluslararası kongrelerde bildirimleri bulunmaktadır. Atalay, Mindfulness Temelli Stres Azaltma Programı (MBSR), Mindfulness Temelli Bilişsel Terapi (MBCT), Search Inside Yourself (SIY), Okullar İçin .b foundations ve Mindfulness Temelli Şefkatli Yaşam (MBCL) Eğitici Eğitmenidir. 8 ülkede eğitim veren IMA'nın uluslararası eğitmenidir. [EAMBA](#) (European Association of Mindfulness Based Approaches) kurulduğundan beri aktif üyesidir. Aynı zamanda Mindfulness ve Şefkat ile ilgili 3 kitabın yazarıdır.

