**Şema Terapi**

**Vaka Kavramsallaştırma Formu**

**2. Baskı**

Versiyon 2.22

*Lütfen cevaplarınızı ilgili maddenin yanındaki mavi kutunun içine yazın.*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Terapistin Adı:** |  | **Tarih:** |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Seans Sayısı:** |  | **İlk seanstan bu yana geçen ay sayısı:** |  |

**I. Hastanın Demografik Bilgileri**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Hastanın Adı-Soyadı |  | Yaş/DT: |  |
| Mevcut İlişki Durumu/Cinsel Yönelimi/Çocukları (Varsa): |  | | |
| Mesleği/Pozisyonu |  | | |
| Eğitim Durumu |  | | |
| Doğduğu Ülke/Dini İnanç/Etnik Kökeni |  | | |

**II. Hastanın Terapiye Başvurma Sebebi?**

**Hastayı terapiye getiren başlıca etkenler neler? Hastanın hayat koşulları, yaşadığı önemli olaylar, belirtiler/bozukluklar ya da sorun oluşturan duygu/davranışları, hastanın sorunlarına hangi bakımdan katkıda bulunuyor? (Örn.: Sağlık sorunları, ilişkisel meseleler, öfke patlamaları, anoreksiya, madde kötüye kullanımı, iş yaşamındaki zorluklar, hastanın içinde bulunduğu yaşam evresi)?**

|  |  |
| --- | --- |
| **a. Başlangıçta** |  |
| **b. Şu anda** |  |

**III. Hasta Hakkındaki Genel İzlenim**

**Gündelik bir dil kullanarak, hastanın seanslar boyunca sergilediği halin genel görüş açısından karşılığını kısaca tanımlayın (Örn.: Çekingen, düşmanca, başkalarını memnun etmeye çalışan, muhtaç, ifade gücü yüksek, duygusuz). Not: Bu madde terapi ilişkisinin ya da değişim taktiklerinin tartışılmasını içermez.**

|  |  |
| --- | --- |
| **a.**  **Başlangıçta** |  |
| **b.**  **Şu anda** |  |

**IV. Mevcut Tanısal İzlenim**

1. **Temel Tanılar** (DSM\_V’te ya da ICD-10’da yer alan her bozukluğun adını ve kodunu belirtin.)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1. |  | 2. |  |
| 3. |  | 4. |  |

**B. Başlıca Yaşam Alanlarında Mevcut İşlevsellik Düzeyi**

Aşağıdaki tabloda yer alan beş yaşam alanın her biri için hastanın mevcut işlevselliğini derecelendirin. Her bir yaşam alanı ve 6 puanlık derecelendirme ölçeğinin ayrıntılı açıklamaları Yönerge Rehberinde yer almaktadır.(1= İşlevsiz/ Çok Düşük İşlevsellik, 6= Çok İyi ya da Mükemmel İşlevsellik). Üçüncü sütunda, her bir puanlama için gerekçelerinizi kısaca *davranışsal terimlerle* açıklayın. Eğer danışanın önceki işlevsellik düzeyi, mevcut işlevsellik düzeyinden epeyce farklıysa, lütfen bu durumu üçüncü sütunda ayrıntılı bir şekilde belirtin.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **TEMEL YAŞAM ALANI** | **MEVCUT İŞLEVSELLİK DÜZEYİNİ PUANLANDIRIN** | **AÇIKLAMA VEYA AYRINTILAR** |
| **Mesleki ya da okul performansı** |  |  |
| **Yakın-, romantik-, uzun süreli ilişkiler** |  |  |
| **Aile İlişkileri** |  |  |
| **Arkadaşlar ve Diğer Sosyal İlişkiler** |  |  |
| **Tek Başına İşlevsellik ve Yalnız Zaman Geçirme** |  |  |

**V. Temel Yaşam Sorunları ve Belirtiler**

**Her bir güncel yaşam sorununu veya psikiyatrik belirti/bozukluğunu; sorunun doğası ve hastanın günlük hayatında nasıl sorunlar yaratıyor olduğu bağlamlarında ayrıntılandırın. Her bir sorunu ya da belirtiyi tanımlarken şema terminolojisini kullanmaktan kaçının.**

|  |  |
| --- | --- |
| **1. Yaşam Sorunu/Belirti:** |  |
|  | |

|  |  |
| --- | --- |
| **2. Yaşam Sorunu/Belirti:** |  |
|  | |

|  |  |
| --- | --- |
| **3. Yaşam Sorunu/Belirti:** |  |
|  | |

|  |  |
| --- | --- |
| **4. *Diğer* Yaşam Sorunları/Belirtiler:** |  |
|  | |

**VI. Güncel Sorunların Çocukluk ve Ergenlik Kökenleri**

1. **Erken Dönem Öyküsünün Genel Tanımı**

**Hastanın çocukluğunun ve ergenliğinin, onun şimdiki sorunlarına, şemalarına ve modlarına katkısı olmuş önemli yönlerini özetleyiniz. *Önemli her hangi bir sorunu/ zarar verici deneyimi ya da yaşam koşullarını* dahil ediniz.(örn.: soğuk anne, sözel istismarda bulunan baba, ebeveynlerin mutsuz evliliğinin günah keçisi olma, gerçekçi olmayan yüksek standartlar, akranlar tarafından zorbalık veya dışlanma).**

|  |
| --- |
|  |

1. **Karşılanmayan Belirli Erken Dönem Temel İhtiyaçları**

**Aşağıdaki 1-3 maddeleri için, hastanın en ilişkili karşılanmamış temel ihtiyaçlarını belirleyiniz. Daha sonra, yukarıda yer alan bölüm *VI.A* ‘daki belli başlı kökenlerin, bu ihtiyaçların karşılanmamasına ne şekilde yol açtığını kısaca açıklayınız. 4. maddede karşılanmamış diğer temel ihtiyaçları yazınız.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1. Karşılanmamış Erken Dönem İhtiyacı:** | |  |
| **Köken(ler)** |  | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **2. Karşılanmamış Erken Dönem İhtiyacı:** | |  |
| **Köken(ler)** |  | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **3 Karşılanmamış Erken Dönem İhtiyacı:** | |  |
| **Köken(ler)** |  | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **4. *Diğer* Karşılanmamış Erken Dönem İhtiyaçları:** | |  |
| **Köken(ler)** |  | |

**C. Olası Mizaca Bağlı/Biyolojik Etkenler:**

**Hastanın sorunları, belirtileri ve terapi ilişkisi ile ilişkili olabilecek, mizaç ve diğer biyolojik yönlerini listeleyiniz.** (Mizacı tanımlamak için sıklıkla kullanılan sıfatların listesi için **Yönerge Rehberine** bakınız. Rehberden, duruma özel sıfatlardansa, hastanın temel mizacının ya da “doğasının” parçası olduğuna inandığınız sıfatları listelemeniz yeterlidir.)

|  |
| --- |
|  |

1. **Olası Kültürel, Etnik ve Dini Etkenler**

**Eğer ilişkili ise; hastanın etnik, dini ve toplumsal arka planından gelen belli normların ve tutumların şu anki sorunların gelişiminde nasıl rol oynadıklarını açıklayınız.  
(örn., ilişkilerin niteliğindense rekabete ve statüye aşırı önem atfeden bir topluluğa ait olmak).**

|  |
| --- |
|  |

**VII. En İlişkili Şemalar (Güncel)**

**1-4 maddeleri için, *hastanın güncel yaşam sorunlarının temelindeki* 4 şemayı seçiniz. Öncelikle şemanın ismini belirtiniz. Daha sonra her bir şemanın şu anda nasıl ortaya çıktığını tanımlayınız. Şemanın etkinleştiği belli başlı durum çeşitlerini tartışınız ve hastanın tepkilerini açıklayınız. Her bir şemanın hasta üzerindeki olumsuz etkileri neler?** Diğer ilgili şemaları 5. maddede listeleyiniz.

|  |  |
| --- | --- |
| **1. Belirli *Erken Dönem Uyum Bozucu Şema*:** |  |
|  | |

|  |  |
| --- | --- |
| **2. Belirli *Erken Dönem Uyum Bozucu Şema*:** |  |
|  | |

|  |  |
| --- | --- |
| **3. Belirli *Erken Dönem Uyum Bozucu Şema*:** |  |
|  | |
| **4. Belirli *Erken Dönem Uyum Bozucu Şema*:** |  |
|  | |

|  |  |
| --- | --- |
| **5. Diğer *Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar***  *(opsiyonel)***:** |  |
|  | |

**VIII. En Bağlantılı Şema Modları (Güncel)**

**1-6. maddeler için, hastanın şu anki yaşam sorunları için en temel olan modları seçiniz. Öncelikle modu etiketleyin. (Örn.: Yalnız Çocuk, Büyüklenmeci, Cezalandırıcı Ebeveyn). Daha sonra bu modun kendini şu anda nasıl gösterdiğini açıklayın. Hangi tip durumlar bu modu etkin hale getiriyor? Hastanın davranışlarını ve duygusal tepkilerini tanımlayınız. Hangi şema(lar) sıklıkla modu tetikliyor? Her bir modun hasta üzerinde olumsuz etkileri neler?** (Eğer belirtilen mod hastaya uygun değilse boş bırakınız. *D Bölümü*nde ilave modlar ekleyebilirsiniz.)

**A. Çocuk Modları**

|  |  |
| --- | --- |
| **1. *Kırılgan Çocuk* Modu:** |  |
|  | |

|  |  |
| --- | --- |
| **2. *Diğer* Bağlantılı Çocuk Modları*:*** |  |
|  | |

**B. Uyum Bozucu Başetme Modları:**

|  |  |
| --- | --- |
| **3.*Teslimci* Mod:** |  |
|  | |

|  |  |
| --- | --- |
| **4.*Kopuk/Kaçıngan* Mod:** |  |
|  | |

|  |  |
| --- | --- |
| **5. *Aşırı Telafi* Modu*:*** |  |
|  | |

**C. İşlev Bozucu Ebeveyn Modu:**

|  |  |
| --- | --- |
| **6.** ***İşlev Bozucu Ebeveyn* Modu:** |  |
|  | |

|  |  |
| --- | --- |
| 1. ***Diğer* İlişkili Mod(lar)**   *(opsiyonel)* |  |
|  | |

**E. *Sağlıklı Yetişkin* Modu**

**Hastanın olumlu değerlerini, kaynaklarını, güçlü yanlarını ve yeteneklerini özetleyiniz:**

|  |
| --- |
|  |

**IX. Terapi İlişkisi**

**A. Terapistin Hastaya Kişisel Tepkileri**

**Terapistin hastaya *olumlu ve olumsuz tepkilerini* tanımlayın. Hastanın hangi özelikleri/davranışları terapistin bu kişisel tepkilerini tetikliyor? Terapistin hangi şemaları ve modları aktifleşiyor? Terapistin tepkilerinin tedavideki etkisi neler?**

|  |
| --- |
|  |

**B. Terapinin Hedefleri ve Görevler Üzerine *İşbirliği***

|  |  |
| --- | --- |
| **1. *Terapideki Hedefler ve Görevler Üzerine İşbirliği*ni Derecelendirme** |  |

**Açıklamalar ve ayrıntılı Derecelendirme Ölçeği için Yönerge Rehberini inceleyin. (1 den 5’e kadar 1 düşük, 5 yüksek)**

**2. Hastayla işbirliği sürecini kısaca tanımlayın.**

**1’de yaptığınız derecelendirmenize temel oluşturan olumlu ve olumsuz etkenler/davranışlar nelerdir?**

|  |
| --- |
|  |

**3. İşbirliği ilişkisi nasıl geliştirilebilir?**

**Terapist ve hasta bunu gerçekleştirmek için hangi değişiklikleri yapabilir?**

|  |
| --- |
|  |

**C. *Yeniden Ebeveynlik* İlişkisi ve Bağı**

|  |  |
| --- | --- |
| **1. *Yeniden Ebeveynlik İlişkisini ve Bağını* Derecelendirme:** |  |

**Açıklamalar ve Derecelendirme Ölçeği için Yönerge Rehberini inceleyin (1 den 5’e kadar: 1-Zayıf 5-Güçlü)**

**2. Hasta ve terapist arasındaki *Yeniden Ebeveynlik İlişkisini ve Bağı*nı kısaca tanımlayın.**

***Hastanın* yeniden ebeveynlik bağını güçlü (ya da zayıf) hissetmesinin göstergesi olarak, terapistle ilişkisindeki davranış, duygusal tepki ve ifadelerini ayrıntılandırın.**

|  |
| --- |
|  |

**3. *Yeniden Ebeveynlik İlişkisi ve Bağı* nasıl güçlendirilebilir?**

**Terapist hastanın hangi karşılanmamış ihtiyaçlarını daha derin veya tam anlamıyla karşılayabilir? Terapist hastanın bağını güçlendirmek için belli başlı hangi adımları atabilir?**

|  |
| --- |
|  |

**D. Terapi İlişkisini Etkileyen Daha Az Yaygın Olan Diğer Faktörler (*Opsiyonel*)**

**Eğer terapi ilişkisini etkileyen veya bozan herhangi bir faktör varsa ayrıntılandırın. (Örn., önemli bir yaş farkı, kültürel farklılık, coğrafi uzaklık). Bunlar hastayla nasıl ele alınabilir?**

|  |
| --- |
|  |

**X. Terapi Hedefleri: İlerleme ve Engeller**

**1-4. maddeler için, *en önemli terapi hedeflerini* listeleyin. Mümkün olduğunca net olun. Her bir hedef için Sağlıklı Yetişkin modunun bunu, nasıl bir değişimle karşılayabileceğini tanımlayın. Ardından, şimdiye kadar olan ilerlemeyi tartışın ve var olan tüm engelleri tanımlayın. 5. Maddeye ilave hedefler ekleyebilirsiniz. (Hedefler şu şekilde tanımlanabilir: şemalar, modlar, bilişler, duygular, davranışlar, ilişki örüntüleri, belirtiler vb.)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1. Terapi Hedefleri:** | |  |
| **Hedeflenen şemalar ve modlar** |  | |
| **İlerleme ve engeller** | İlerleme:  Engel: | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **2. Terapi Hedefleri:** | |  |
| **Hedeflenen şemalar ve modlar** |  | |
| **İlerleme ve engeller** | İlerleme:  Engel: | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **3. Terapi Hedefleri:** | |  |
| **Hedeflenen şemalar ve modlar** |  | |
| **İlerleme ve engeller** | İlerleme:  Engel: | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **4. Terapi Hedefleri:** | |  |
| **Hedeflenen şemalar ve modlar** |  | |
| **İlerleme ve engeller** | İlerleme:  Engel: | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **5. *Diğer* Terapi Hedefleri:** | |  |
| **Hedeflenen şemalar ve modlar** |  | |
| **İlerleme ve engeller** |  | |

**XI. Ek Yorum veya Açıklamalar** (*Opsiyonel*)**:**

|  |
| --- |
|  |

**© February 7th 2018. International Society of Schema Therapy (ISST).**

**© Türkçe form telifi: Alp Karaosmanoğlu, Gonca Soygüt Pekak, Ayşe Esra Tuncer ve Sevinç Göral Alkan.**

**Not: Çeviri aşamasındaki katkılarından dolayı Güliz Şan ve İstanbul Şehir Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı öğrencilerine teşekkür ederiz.**