

1. Şema Terapi Türkiye Sempozyumu

9-10 Eylül 2022

Bildiri Özetleri Kitabı

The cover of the book 'Şema Terapi Türkiye Sempozyumu' is a dark blue rectangle. At the top, the title 'ŞEMA TERAPİ TÜRKİYE SEMPOZYUMU' is written in large, white, bold, sans-serif capital letters. Below the title, there are four columns of speaker profiles, each with a small circular portrait and text. The speakers are: SCHEMAD RÖDDIGER, İDA SHAW, İDAN PARRELL, and REMCO VAN DER WURGAART. Below these profiles is a large grid of many small, square photos of participants. At the bottom of the cover, the text '9-10 Eylül 2022 Online' is written in white. Below that, the website 'www.sematerapiturkiye.com' and email 'hazineegitim@gmail.com' are listed in white. The bottom right corner of the cover features a collage of abstract, colorful shapes and patterns.

Yayına Hazırlayanlar: Dilara Boyraz Giriş, Ataberk Akgöl, Sabire Merve Bıçakçı

İÇİNDEKİLER

Uluslararası Davetli Konuşmacılar	1
Ulusal Davetli Konuşmacılar	1
BİLİMSEL PROGRAM.....	2
1.Gün Programı	2
Panel 1 Araştırmalarda Uyum Bozucu Şemalar.....	2
WORKSHOP/Çalışma Grubu	2
BİLİMSEL PROGRAM.....	3
2. Gün Programı	3
Panel 2 Psiko travma ve Şema Terapi.....	3
Panel 3: Şema Terapi’de Terapi İlişkisi	3
Panel 4: Terapistin Özbakımı: Sağlıklı Yetişkin Modu	3
Panel 5: Psikolojik Danışma ve Rehberlikte Şema Terapi Yaklaşımı İle Uygulamalar	3
Panel 6: Madde Bağımlılığı Tedavisinde Şema Terapi Yaklaşımı İle Uygulamalar	4
Panel 7: Şema Terapi’de Çocukluktan Yetişkinliğe Suçluluk ve Utanç.....	4
Panel 8: Şema Terapi İle Klinik Vaka Sunumları.....	4
Tiyatro Gösterimi	4
Bilişsel Davranışçı Terapiden Şema Terapiye	5
Şema Terapi Modelinde Şemalar ve Modlar	6
Şema Terapi Modelinde Pozitif Şemalar	7
Şema Terapide Yaşantısal Teknikler: İmgede Yeniden Senaryolama.....	8
Panel 1 Araştırmalarda Uyum Bozucu Şemalar.....	9
Flört Şiddetinin Şema Terapi Modelinde İncelenmesi.....	9
Kanser Hastalarında Hastalık Algısı İle Üstbiliş, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar Ve Olumsuz Otomatik Düşünceler Arasındaki İlişkiler.....	10
Erken Dönem Yaşantılar, Aleksitimi Ve Bedenselleştirme Arasındaki İlişkiler: Şema Terapi Modeli Çerçevesinde Bir İnceleme	12
Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanlarının Depresyon Ve Anksiyete İle İlişkisinde Şefkat Korkusu Ve Dışsal Utancın Aracı Rolü	13
Erken Dönem Uyumsuz Şemalar İle Erteleme Davranışı Arasındaki İlişki: Şema Terapi Modelinde Bir İnceleme	15
WORKSHOP/ÇALIŞMA GRUBU	16
Şema Terapi’nin İç Becerilerinde Uzmanlaşmak Kibar Olma, GERÇEK OL Joan Farrel	16
Bağlamsal Şema Terapi.....	17
Panel 2 Psiko travma ve Şema Terapi.....	19

Psikotravma ve Şema Terapi.....	19
Psikolojik Travmanın Ruh Sağlığı Problemleri ile İlişkisinde Erken Dönem Uyumsuz Şemaların (EMS) ve Şema Modlarının Aracı Rolü	20
Ebeveynler Arasındaki Şiddete Tanık Olmanın Yaşam Doyumuna Etkisinde Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Rolü.....	22
Panel 3: Şema Terapide Terapi İlişkisi	24
Şema Terapi’de Terapi İlişkisinin Temelleri	24
Vaka Sunumu: Terapi İlişkisinin ve Terapistin Sağlıklı Yetişkin Modunun Rolü	25
Sınırlı Yeniden Ebeveynlik ve Terapistin Sağlıklı Yetişini	26
Panel 4 Terapistin Özbakımı: Sağlıklı Yetişkin Modu	27
Şema Terapi Modelinde Yürütülen Psikoterapi Süreçleri: Terapistlerin Sağlıklı Yetişkin Modlarını Güçlendirme Deneyimlerine İlişkin Bir İnceleme	27
Şema Terapi Süreci Yöneten Terapistlerin İttifakta Kırılmalara Yönelik Yaşantıları ve İhtiyaçları	29
Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Çevrimiçi Ve/Veya Telefon İle Destek Veren Psikososyal Çalışmacıların, Tükenmişlik Düzeyi Ve Durumluk/Sürekli Kaygı Düzeyleri İle İlişkisinin İncelenmesi.	31
Panel 5: Psikolojik Danışma Ve Rehberlikte Şema Terapi Yaklaşımı İle Uygulamalar	32
Okul Psikolojik Danışmanlığında Şema Terapi Yaklaşımı İle Uygulamalar	32
Kariyer Psikolojik Danışmanlığında Şema Terapi Yaklaşımı İle Uygulamalar	33
Panel 6: Madde Bağımlılığı Tedavisinde Şema Terapi Yaklaşımı İle Uygulamalar Madde Bağımlılığında Şema Terapi Modeli.....	34
Alkol-Madde Kullanıcılarında Yaygın Rastlanan Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar: Bir Ön Çalışma Olarak Türkiye Örneği.....	35
Panel 7: Şema Terapi’de Çocukluktan Yetişkinliğe Suçluluk Ve Utanç.....	36
Suçluluk Duygusunun Modlara Yansıması.....	36
Utanç Duygusunun Modlara Yansıması	37
Suçluluk Ve Utançla İlişkili Modların Erken Dönem Görünümleri	38
Panel 8: Şema Terapi İle Klinik Vaka Sunumları.....	40
Borderline Kişilik Bozukluğu Ve Migren Tipi Baş Ağrılarına Sahip Obsesif Kişilik Özellikleri Taşıyan Olguların Şema Terapi Vaka Kavramsallaştırmaları	40
Anoreksiya Nervoza’yı Şema Terapi İle İle Anlamak.....	41
Kusurluluk “Telafi Edilemediğinde”: Bir Vaka Sunumu	42
Tiyatro Gösterimi	43
Şema Terapi Modeli İle Karakter Analizi Ve Oyunculukta Şema Terapi Metodu Bir Örnek Oyun: Dünyadaki En Güzel Şey	43
KONUŞMACI ÖZGEÇMİŞLERİ	44
Remco van der WIJNGAART	45

Joan FARRELL.....	45
Eckhard ROEDIGER	46
Klinik Psk. Dr. Sevinç Göral ALKAN.....	46
Prof. Dr. Nuray KARANCI.....	47
Doç. Dr. Ceren ACARTÜRK	47
Prof. Dr. Esra Yancar DEMİR	48
Klinik Psk. Dr. Berge VELİBAŞOĞLU	48
Klinik Psk. Nur BALTALARLI.....	49
Klinik Psk. Gamze Dönmez YÜRÜK.....	49
Klinik Psk Doktora Adayı Hasan Burak EYÜPOĞLU.....	50
Psikolog Esra TÜRK.....	50
Klinik Psk. Dr. Tubanur Bayram KUZGUN.....	51
Klinik Psk. Doktora Adayı Sultan Işık ATALAN	51
Klinik Psk. Doktora Adayı Büşra ACAR.....	52
Klinik Psk. Dr. Özge SARIOT.....	52
Klinik Psk. Dr. Ömer Taha SÖZER	53
Klinik Psk. Dr. Feyza KARSLI.....	53
Klinik Psk. Dr. Reyhan Nuray DUMAN	53
Klinik Psk. Hande Sena IŞIN	55
Klinik Psk. Dilara BOYRAZ GİRİŞ	56
Klinik Psk. Dr. Özge YILMAZ.....	56
Klinik Psikolog Alagün Belce BAHŞI.....	57
Prof. Dr. Uzman Psikolojik Danışman Zeynep CİHANGİR ÇANKAYA	58
Doç. Dr. Meliha Tuzgöl DOST.....	58
Uzman Psikolojik Danışman Dr. Adayı Ece EKEN	59
Klinik Psk. Toprak Ali ÖZKAN	59
Klinik Psk. Doktora Adayı Melike ŞİMŞEK.....	60
Klinik Psk. Doktor Ece ATAMAN	60
Doç. Dr. Klinik Psk. İ. Volkan GÜLÜM	61
Klinik Psk. Doktora Adayı Nefise LADİKLİ	61
Psk. Özlem ŞENGÜN	62

Uluslararası Davetli Konuşmacılar

Remco Van Der WIJNGAART ISST Eski Eş-Başkanı, İleri Düzey Şema Terapisti, Eğitmeni ve Süpervizörü

Joan FARREL Ph.D. ISST Bireysel/Grup/Ergen Çocuk İleri Düzey Şema Terapisti, Eğitmeni ve Süpervizörü

Ida Shaw M.A. ISST Bireysel/Grup/ERgen Çocuk İleri Düzey Şema Terapisti, Eğitmeni ve Süpervizörü

Eckhard ROEDIGER M.D. ISST Eski Başkanı, ISST Bireysel ve Çift İleri Düzey Şema Terapisti, Eğitmeni ve Süpervizörü

Ulusal Davetli Konuşmacılar

Prof. Dr. Nuray KARANCI

Doç. Dr. Ceren ACARTÜRK

BİLİMSEL PROGRAM

1.Gün Programı

9 Eylül 2022

10.00 Açılış Konuşması Klinik Psk. Dr. Sevinç Göral Alkan ISST İleri Düzey Şema Terapisti Eğitmeni ve Süpervizörü, Şema Terapi Türkiye Kurucusu

1.Oturum: 10.10 Bilişsel Davranışçı Terapiden Şema Terapiye Prof. Dr. Nuray Karancı

2.Oturum: 10.30 Şema Terapi Modelinde Şemalar ve Modlar Prof. Dr. Esra Yancar Demir

3.Oturum: 11.30 Şema Terapi Modelinde Pozitif Şemalar Klinik Psk. Dr. Berge Velibaşoğlu

Panel 1 Araştırmalarda Uyum Bozucu Şemalar

12.30 Flört Şiddetinin Şema Terapi Modelinde İncelenmesi Klinik Psk. Nur Baltalarlı

12.40 Kanser Hastalarında Hastalık Algısı ile Üstbiliş, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Olumsuz Otomatik Düşünceler Arasındaki ilişkiler Klinik Psk. Gamze Dönmez Yürük

12.50 Erken Dönem Yaşantılar, Aleksitimi ve Bedenselleştirme Arasındaki İlişkiler: Şema Terapi Modeli Çerçevesinde Bir İnceleme Klinik Psk Doktora Adayı Hasan Burak Eyüpoğlu

13.00 Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanlarının Depresyon ve Anksiyete İle İlişkisinde Şefkat Korkusu ve Dışsal Utancın Aracı Rolü Psikolog Esra Türk, Klinik Psk. Dr. Tubanur Bayram Kuzgun

13.10 Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ile Erteleme Davranışı Arasındaki İlişki: Şema Terapi Modelinde Bir inceleme Klinik Psk. Doktora Adayı Sultan Işık Atalan

4.Oturum: 13.40 Şema Terapide Yaşantısal Teknikler: İmgede Yeniden Senaryolama Remco Van Der Wijngaart

WORKSHOP/Çalışma Grubu

15.30-18.00 Şema Terapi'nin İç Becerilerinde Uzmanlaşmak: Kibar olma, Gerçek ol Joan Farrel Ph.D, ve Ida Shaw M.A.

BİLİMSEL PROGRAM

2. Gün Programı

10 Eylül 2022

5. Oturum: 10.00 Bağlamsal Şema Terapi Echard Roediger

Panel 2 Psikotravma ve Şema Terapi

11.45 Psikotravma ve Şema Terapi Doç. Dr. Ceren Acartürk

12.00 Psikolojik Travmanın Ruh Sağlığı Problemleri ile İlişkisinde Erken Dönem Uyumsuz Şemaların (EMS) ve Şema Modlarının Aracı Rolü Klinik Psk. Doktora Adayı Büşra Acar

12.15 Ebeveynler Arasındaki Şiddete Tanık Olmanın Yaşam Doyumuna Etkisinde Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Rolü Klinik Psk. Dr. Özge Sarıot, Klinik Psk. Dr. Ömer Taha Sözer, Klinik Psk. Dr. Feyza Karşlı

Panel 3: Şema Terapi’de Terapi İlişkisi

13.00 Şema Terapi’de Terapi İlişkisinin Temelleri Klinik Psk. Dr. Reyhan Nuray Duman

13.15 Vaka Sunumu: Terapi İlişkisinin ve Terapistin Sağlıklı Yetişkin Modunun Rolü Klinik Psk. Hande Sena Işın

13.30 Sınırlı Yeniden Ebeveynlik ve Terapistin Sağlıklı Yetişini Klinik Psk. Dr. Sevinç Göröl Alkan

Panel 4: Terapistin Özbakımı: Sağlıklı Yetişkin Modu

13.45 Şema Terapi Modelinde Yürütülen Psikoterapi Süreçleri: Terapistlerin Sağlıklı Yetişkin Modlarını Güçlendirme Deneyimlerine İlişkin Bir İnceleme Klinik Psk. Dilara Boyraz Giriş

14.00 Şema Terapi Süreci Yöneten Terapistlerin İttifakta Kırılmalara Yönelik Yaşantıları ve İhtiyaçları Klinik Psk. Dr. Özge Yılmaz

14.15 Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Çevrimiçi Ve/Veya Telefon İle Destek Veren Psikososyal Çalışmacıların, Tükenmişlik Düzeyi Ve Durumluk/Sürekli Kaygı Düzeyleri İle İlişkisinin İncelenmesi Klinik Psk. Alagün Belce Bahşi

Panel 5: Psikolojik Danışma ve Rehberlikte Şema Terapi Yaklaşımı İle Uygulamalar

14.40 Okul Psikolojik Danışmanlığında Şema Terapi Yaklaşımı İle Uygulamalar Prof. Dr. Uzman Psikolojik Danışman Zeynep Cihangir Çankaya

15.00 Bireysel Psikolojik Danışmanlıkta Şema Terapi Yaklaşımı İle Uygulamalar Doç. Dr. Meliha Tuzgöl Dost

15.20 Kariyer Psikolojik Danışmanlığında Şema Terapi Yaklaşımı İle Uygulamalar Uzman Psikolojik Danışman Dr. Adayı Ece Eken

Panel 6: Madde Bağımlılığı Tedavisinde Şema Terapi Yaklaşımı İle Uygulamalar

15.40 Madde Bağımlılığında Şema Terapi Modeli Klinik Psk. Toprak Ali Özkan

15.55 Alkol-Madde Kullanıcılarında Yaygın Rastlanan Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar: Bir Ön Çalışma Olarak Türkiye Örneği Klinik Psk. Doktora Adayı Melike Şimşek

Panel 7: Şema Terapi’de Çocukluktan Yetişkinliğe Suçluluk ve Utanç

16.20 Suçluluk Duygusunun Modlara Yansıması Klinik Psk. Doktor Ece Ataman

16.40 Utanç Duygusunun Modlara Yansıması Doç. Dr. Klinik Psk. İ. Volkan Gülüm

16.55 Suçluluk ve Utançla İlişkili Modların Erken Dönem Görünümleri Psikiyatsir Dr. Cihan Aslan

Panel 8: Şema Terapi İle Klinik Vaka Sunumları

17.20 Borderline Kişilik Bozukluğu ve Migren Tipi Baş Ağrılarına Sahip Obsesif Kişilik Özellikleri Taşıyan Olguların Şema Terapi Vaka Kavramsallaştırmaları Prof. Dr. Esra Yancar Demir

17.40 Anoreksiya Nervoza’yı Şema Terapi ile Anlamak Klinik Psk. Dr. Ece Ataman

17.55 Kusurluluk “Telafi Edilemediğinde”: Bir Vaka Sunumu Klinik Psk. Doktora Adayı Nefise Ladikli

Tiyatro Gösterimi

18.10 Şema Terapi Modeli ile Karakter Analizi ve Oyunculukta Şema Terapi Metodu Bir Örnek Oyun: Dünyadaki En Güzel Şey Psk. Özlem Şengün

19.00 Kapanış Konuşması Klinik Psk. Dr. Sevinç Göral Alkan

Bilişsel Davranışçı Terapiden Şema Terapiye

Prof. Dr. Nuray KARANCI

Bilişsel Davranışçı Terapiden Şema Terapiye" başlıklı sunumda Şema Terapi'nin gelişimini ve BDT'den ayrışma sürecini ele alınmıştır. Bu bağlamda birinci nesil (1950-1970) geleneksel BDT dinamik terapiden gelişerek öğrenme kuramı, otomatik düşünceler, davranış ve duygular üzerinde durarak terapinin amaçları ve yapılacakları üzerinde dururdu. Terapi ilişkisine ve çocukluk yaşantılarına temel şemalara odaklanılmamaktaydı. İkinci nesil (1980'ler), çekirdek inançlara, düşünce hatalarına, varsayımlara, tutumlara ve kurallara odaklanmaktaydı. Karmaşık ve kronik sorunları olan danışanlar için terapi sürecindeki ve süresindeki zorluklar terapide ittifak, bağ ve güvenli zemin; danışanın tarihçesi-çocukluk deneyimleri, şemaların gelişimi ve sürdürülmesi gibi konuları ön plana çıkartmıştır. Dolayısı ile üçüncü nesil (1990 sonrası) BDT kabul, farkındalık; değerler, varoluşsal temalar farkındalık temelli psikoterapi; kabul ve kararlılık terapisi; Diyalektik Davranış Terapisi; Meta-Bilişsel terapi; Şema terapi gibi yaklaşımların doğmasına zemin hazırlamıştır. Şema terapinin BDT'den ayrılan noktaları ele alınarak şema, mod gelişimi özetlenmiştir.

Şema Terapi Modelinde Şemalar ve Modlar

Prof. Dr. Esra YANCAR DEMİR

Gelişimin erken döneminde başlayıp yaşam boyu tekrar eden, öz-yıkıcı duygusal ve bilişsel kalıplardır. Genel, yaygın tema ya da örüntülerdir. Anılardan, duygulardan, bilişlerden ve bedensel duyumlardan oluşurlar. Bir kişinin kendini ve başkalarıyla olan ilişkilerini etkiler. Çocukluk ya da ergenlik boyunca gelişir. Kişinin yaşamı boyunca gelişir ve karmaşıklaşır. Önemli derecede işlevsizlerdir. Şema Terapideki en önemli kavramlardan biri de ‘‘Mod’’ kavramıdır. Şema modları, bir kişi için belirli bir zaman diliminde aktif olan baskın duygusal durumlara, şemalara ve başa çıkma biçimlerine karşılık gelir. Beraber tetiklenen belirli şema ya da baş etme kümeleridir. Geçicidir, herhangi bir anda kişi baskın olarak belli bir modda bulunur. Tüm modlar olgu örnekleri eşliğinde tartışılacaktır.

Şema Terapi Modelinde Pozitif Şemalar

Klinik Psk. Dr. Berge VELİBAŞOĞLU

Şema Terapi’de Pozitif Şemalar ve Sağlıklı Yetişkin paneli kapsamında yapılacak olan bu sunumda Şema terapi kapsamında temel duygusal ihtiyaçlardan bahsedilecektir. Şema Terapi’ye göre evrensel olan temel duygusal ihtiyaçların karşılanamaması sonucunda erken dönem uyum bozucu şemalar gelişmektedir. Bu şemalar, kişilik bozuklukları başta olmak üzere psikolojik bozukluklarda önemli rol oynamaktadır. Özellikle son yıllarda pozitif psikolojinin önem kazanmasıyla birlikte terapi süreçlerinde danışanların güçlü yönlerine odaklanılmaya başlanmıştır. Bu doğrultuda Şema Terapi’de de temel duygusal ihtiyaçların karşılandığı durumlar önem kazanmıştır. Buradan yola çıkarak çocukluk döneminde temel duygusal ihtiyaçların karşılanmasıyla birlikte pozitif şemaların ortaya çıktığı öne sürülmektedir. Bu sunum kapsamında da bu şemaların geliştirilmesi ve tanımlarına yer verilecektir. Görece yeni bir kavram olan pozitif şemaların vaka kavramsallaştırmalarındaki ve klinik uygulamalardaki yerine değinilecektir.

Şema Terapide Yaşantısal Teknikler: İmgede Yeniden Senaryolama

Remco Van Der WIJNGAARD

İmgede yeniden senaryolama, olumsuz bir imgedeki veya bellekteki olayların sonucunu daha olumlu bir hale getirmek için zihinsel imgelemenin kullanıldığı, böylece o imge veya bellekteki kapsüllenen işlevsiz temel biliş düzelten yaşantısal bir tekniktir. İmgeleme beyindeki belirli duyuşal bilgilere yanıt veren duyuşal sistemleri etkinleştirir. Aynı zamanda beyinde algılamada etkin olan aynı alanları harekete geçirerek duyuşal deneyimlerin otobiyografik anılarının unsurlarını kullanır. Şema aktivasyonlu anılar imgelenirken anının duyuşal, duyuşal, fiziksel ve bilişsel yönleri ile deneyimlenmelidir. Böylelikle yeniden senaryolama duyuşal düzeltici deneyim yaratır. İmgede yeniden senaryolama vaka kavramsallaştırma aşamasında, terapinin başında, ortasında ve sonunda kullanılabilir.

Panel 1 Araştırmalarda Uyum Bozucu Şemalar

Flört Şiddetinin Şema Terapi Modelinde İncelenmesi

Klinik Psk. Nur BALTARLI

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin flört Şiddetine yönelik tutumu Şema terapi modelinde incelenmiştir. Bu amaçla, anne ve baba yönelik algılanan ebeveynlik biçimleri ile flört Şiddetine yönelik tutumun ilişkisinden beş temel erken dönem uyumsuz Şema alanının aracı rolü araştırılmıştır. 18-26 yaş aralığında bulunan 410 katılımcıdan veri toplanmıştır. Veri toplama araçları olarak; Yakın İlişkilerde Şiddete Yönelik Tutum Ölçeği (YİŐTO-GG), Young Ebeveynlik Ölçeği (YEBÖ) ve Young Şema Ölçeği Kısa Form-3 (YŞÖ- KF3) kullanılmıştır. Flört Şiddetine yönelik tutumun anne ve babaya dair algılanan ebeveynlik biçimleri ve Şema alanları ile ilişkileri incelenmiştir. İncelemeler sonucunda, anne ve babaya dair aşırı izin veren/sınırsız ebeveynlik algısı ve anneye dair duygusal bakımdan yoksun bırakan ebeveynlik algısı flört Şiddetine yönelik tutum ile ilişkili bulunmuştur. Şema alanları bakımından flört Şiddetine yönelik tutum; kopukluk, zedelenmiş otonomi, diğerleri yönelimlilik ve yüksek standartlar ilişkili bulunurken zedelenmiş sınırlar ile bir ilişkiye rastlanmamıştır. Ardından, algılanan ebeveynlik stilleri ve flört Şiddetine yönelik tutum arasındaki ilişkide Şema alanlarının aracılığını test etmek adına Paralel Çoklu Aracı Değişken Analizi gerçekleştirilmiştir. Bulgulara göre; aşırı izin verici sınırsız ebeveynlik algısı ile flört Şiddeti arasındaki ilişkide zedelenmiş otonomi ve zedelenmiş sınırlar alanı aracı rolüdeyken, anneye dair duygusal bakımdan yoksun bırakan ebeveynlik algısı ile flört Şiddetinin ilişkisinde yalnızca zedelenmiş otonomi alanı aracılık etkisine sahiptir. Çalışmanın bulguları alanyazın çerçevesinde tartışılmış ve buna bağlı olarak değerlendirme yapılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Flört Şiddeti, Şema Terapi, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Algılanan Ebeveynlik Stilleri

Kanser Hastalarında Hastalık Algısı İle Üstbiliş, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar Ve Olumsuz Otomatik Düşünceler Arasındaki İlişkiler

Klinik Psk.Gamze DÖNMEZ YÜRÜK

İnsanlar arasındaki bireysel farklılıklardan ötürü her hastanın hastalığını algılayış biçimi farklıdır. Bazı hastalar hastalıklarının kendi davranışları sonucu ortaya çıktığını düşünerek kendilerini suçlama eğilimindeyken bazı hastaların hastalıklarının nedenini çevresel faktörlere bağladıkları bilinmektedir. Yine bazı hastalar hastalıklarını kontrol edilebilir, tedavi edilebilir olarak algıırken bazı hastaların ise hastalıklarının kontrolü ve tedavisi konusunda daha karamsar oldukları söylenebilir.

Hastalıkla baş etme konusunda psikososyal müdahalelerin kanser hastalarına yararlı olduğu tespit edilmiş olmasına rağmen bu müdahalelerin hastalığın algılanışındaki rolü belirsizliğini korumaktadır. Hastalık algısının da amaçlı bir müdahale olmaksızın değişime dirençli olduğu bilinmektedir (McCorry ve ark., 2013).

Bu çalışmada, kanser hastalarında hastalık algısı ile üstbiliş, erken dönem uyumsuz şemalar ve olumsuz otomatik düşünceler arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Örneklemini 18 yaş üstü meme kanseri kadın hastaların oluşturduğu bu çalışmada hastaların hastalık algısını belirlemek amacıyla Hastalık Algısı Ölçeği, üstbilişsel faaliyetlerini değerlendirmek amacıyla Üstbiliş – 30 Ölçeği, erken dönem uyumsuz şemalarını değerlendirmek amacıyla Young Şema Ölçeği – Kısa Form 3 ve olumsuz otomatik düşüncelerini değerlendirmek amacıyla Olumsuz Otomatik Düşünceler Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma soruları çerçevesinde elde edilen tüm bulgular tüm temel değişkenlerin (Hastalık algısı, hastalık nedenleri, üstbiliş, erken dönem uyumsuz şemalar ve olumsuz otomatik düşünceler) birbirleriyle ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Hastalık algısı ölçeğinin hastalık belirtileri, hastalık nedenleri ve hastalık algısı olmak üzere üç alt bölümü vardır. Hastalık belirtileri bölümünde ağrı, yanma, bulantı gibi birtakım fiziksel belirtilerin hasta tarafından hastalıkla ilgili algılanıp algılanmadığı sorgulanmaktadır. Hastalık algısı bölümünde hastalığın süresi, sonuçları, kişisel kontrol algısı, tedaviye ilişkin inanç, hastalığı anlayabilme ve duygusal temsiller sorgulanmaktadır. Hastalık nedenleri bölümünde ise hastalığın nedenlerine ilişkin kişisel ve dış atıflar, yaşam şekli atıfları, kontrol edilemeyen bedensel atıflar ve şans faktörü sorgulanmaktadır.

Şemalar açısından ortaya konulan sonuçlara göre;

Zedelenmiş sınırlar şema alanına sahip kişilerin hastalıklarını akut bir hastalık olarak algıladıkları görülmüştür. Diğerleri yönelimlilik şema alanına sahip kişilerin hastalıkla ilgili kişisel kontrol algısına sahip oldukları görülmüştür. Bu şema alanındaki şemalardan biri olan cezalandırma şemasına sahip kişilerin hastalıkla ilgili kişisel kontrol algısına sahip olmaları, hastalığın kontrol altına alınamaması durumunda kişilerin kendilerini suçlayıcı, cezalandırıcı bir tavır içine girmelerini olası kılacağını düşündürmüştür.

Diğerleri yönelimlilik şema alanı ile tedavi kontrolü arasında da pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. Zedelenmiş otonomi şema alanına sahip hastaların hastalıklarını anlamakta güçlük çektiği görülmüştür. Herhangi bir alanda şemaya sahip kişide şema faaliyeti ne kadar yoğunsa hastalıkla ilgili korku, öfke, endişe, çökkünlük duygularının da o derece fazla olduğu görülmüştür. Kopukluk şema alanının, hastalıkla ilgili kişisel atıflarda bulunma eğiliminin yordayıcılarından biri olduğu görülmüştür. Bu alandaki şemalardan biri olan kusurluluk şemasının, hastanın hastalığın nedenlerini kişisel faktörlere, hatalara veya kusurlara bağlama eğilimini arttırıyor olabileceği düşünülmüştür. Diğerleri yönelimlilik şema alanına sahip hastaların ise hastalıkla ilgili dış atıflarda bulunma eğiliminin fazla olduğu görülmüştür.

Erken Dönem Yaşantılar, Aleksitimi Ve Bedenselleştirme Arasındaki İlişkiler: Şema Terapi Modeli Çerçevesinde Bir İnceleme

Klinik Psk. Doktora Adayı Hasan Burak EYÜPOĞLU

Çalışmada algılanan ebeveynlik biçimleri, erken dönem uyumsuz şemalar, aleksitimi ve bedenselleştirme arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bu bağlamda mevcut araştırmada algılanan ebeveynlik biçimleri ile aleksitimi ve bedenselleştirme arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şema alanlarının aracı rolü değerlendirilmiştir. İstatistiksel analizler klinik olmayan örnekleme çeşitli yaş ve meslek gruplarına mensup 422 gönüllü katılımcıdan edinilen veriler üzerinden gerçekleştirilmiştir. Veri toplama araçları olarak Young Ebeveynlik Ölçeği (YEBÖ), Young Şema Ölçeği – Kısa Form 3 (YŞÖ-KF 3), Belirti Yorumlama Ölçeği (BYÖ) ve Toronto Aleksitimi Ölçeği – 20 (TAÖ-20) kullanılmıştır. Erken dönem uyumsuz şema alanlarının aracı rolünün değerlendirilmesi amacıyla Paralel Çoklu Aracı Değişken Analizi yürütülmüştür. Elde edilen bulgulara göre eğitim düzeyi ve gelir düzeyi düşük bireylerin aleksitimiye; yaşı küçük, bedenselleştirmeye daha yatkın oldukları bulunmuştur. Yanı sıra kadınların bedenselleştirmeye erkeklerden daha eğilimli oldukları gözlemlenmiştir. Algılanan ebeveynlik biçimlerinin aleksitimiye yordamasında zedelenmiş otonomi ve kopukluk erken dönem uyumsuz şema alanlarının aracı rol oynadığı görülmüştür. Ayrıca algılanan ebeveynlik biçimlerinin bedenselleştirmeyi yordamasında da zedelenmiş otonomi ve yüksek standartlar şema alanlarının aracı rol oynadığı bulunmuştur. Ek olarak, aleksitimi ile bedenselleştirme arasındaki ilişkiler değerlendirilmiş; edinilen bulgular bedenselleştirmenin, aleksitiminin baş etme biçimi olarak da ortaya çıkabileceği şeklinde yorumlanmıştır.

Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanlarının Depresyon Ve Anksiyete İle İlişkisinde Şefkat Korkusu Ve Dışsal Utancın Aracı Rolü

Psk. Esra TÜRK, Klinik Psk. Dr. Tubanur BAYRAM KUZGUN

Bu çalışmanın temel amacı erken dönem uyum bozucu şema alanlarının öz bildirime dayalı ölçeklerle bildirilen klinik olmayan örnekleme depresyon ve anksiyete semptomlarını nasıl etkilediği ve bu etkide şefkat korkusu ve dışsal utancın nasıl bir aracı rolü olduğunu incelemektir. Alanyazın incelendiğinde erken dönem uyum bozucu şema alanlarının depresyon ve anksiyete üzerinde nasıl bir etkisi olduğuna ilişkin çalışmalar mevcuttur (Camara M., 2011; Fişek H., 2019) Fakat bu araştırma aralarındaki ilişkinin nedenselliğini açıklamaya yönelik bir değişken olduğu düşünülen şefkat korkusu ve dışsal utanç kavramı ile ele alması nedeniyle farklılaşmaktadır. Şefkat korkusu ve dışsal utanç kavramı ülkemizdeki alanyazında yeni çalışılmaya başlanan bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır ve tüm yeni kavramlarda olduğu gibi farklı örnekleme etkisinin araştırılmasına, öteki kavramlarla ilişkisinin incelenmesine ihtiyaç görülmektedir. Çalışmanın aracı değişkenleri olan şefkat korkusu ve dışsal utanç kavramları daha önce erken dönem uyum bozucu şema alanları ile ilişkisine dair yapılan herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Şefkat korkusunun literatürde psikopatolojilerle ve çocukluk dönemi olumsuz yaşantılar ile ilişkili olabileceği belirtilmektedir. (Matos et al., 2017; Silva et al.,2019) Bu çalışmada şefkat korkusu ve dışsal utancın hangi uyumsuz şema alanları ile ilişkili olduğunu araştırmanın yanı sıra depresyon ve anksiyete ilişkisinin incelenmesinin hem bu alanda çalışanlara özellikle katkı sağlayacağı hem de müdahale açısından uzmanlara kaynak olabileceği düşünülmektedir. Bu araştırma erken dönem uyum bozucu şema alanları ile depresif ve anksiyete belirtilerinin ilişkisini incelerken bu ilişkideki nedenselliği şefkat korkusu ve dışsal utanç değişkenleriyle açıklamada aracı rolünü incelemenin koruyucu ve risk faktörlerini değerlendirmek adına da literatürde gerekli boşluğu dolduracağı ve yapılacak yeni çalışmalara ışık tutacağı düşünülmektedir.

Bu çalışmanın örneklemini 18-55 yaş aralığındaki 300 kadın ve erkek katılımcılar oluşturacaktır. Bu çalışmada veri toplama aracı olarak katılımcıların erken dönem uyum bozucu şema alanlarını ölçmek için ‘Young Şema Ölçeği-Kısa Formu (YŞÖ-KF), depresyon ve anksiyete düzeylerini ölçmek için ‘Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği Kısa Formu (DASÖ- 21), şefkat korkusu düzeylerini ölçmek için ‘Şefkat korkusu ölçeği’, diğeri kaynaklı utanç duygusunu ölçmek için ise ‘‘Utandıran Diğeri Ölçeği 2’ kullanılacaktır. Katılımcılara dair bilgilerin edinilmesi için ise

bilgiler ‘Kişisel Bilgi Formu uygulanacaktır. Bu araştırmadan elde edilen veriler, sosyal bilimler için kullanılan bir bilgisayar programı olan SPSS kullanılarak analiz edilecektir. İstatistiksel analizlerin sonuçlarının rapor edilmesinden önce, araştırmada kullanılan değişkenlere dair tanımlayıcı istatistiki bilgilere yer verilecektir. Değişkenler ve alt boyutları arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığına bakmak için çoklu korelasyon analizi yapılacaktır. Araştırmanın temel amacı olan aracı modellerin test edilmesi için ise kriterler sağlanıyorsa yapısal eşitlik modellemesi yöntemi ile analiz edilecektir. Eğer karşılanmıyorsa SPSS Process eklentisi ile analiz edilecektir. Araştırmanın bulguları ilgili şekilde raporlanacaktır. Araştırmanın bulguları alanyazında yer alan diğer bulgular ışığında tartışılacak ve klinik doğrularını ele alınacaktır.

Erken Dönem Uyumsuz Şemalar İle Erteleme Davranışı Arasındaki İlişki: Şema Terapi Modelinde Bir İnceleme

Klinik Psk. Doktora Adayı Sultan Işık ATALAN

Araştırmada erteleme davranışının erken dönem uyumsuz şemalar ile ilişkisi incelenmektedir. Erken dönem uyumsuz şemalar ile erteleme davranışı arasındaki ilişkide algılanan ebeveynlik biçimlerinin rolü değerlendirilmiştir. Araştırmanın örneklemini 25-60 yaş arası 382 katılımcı oluşturmaktadır. Veri toplama aşamasında Young Ebeveynlik Ölçeği (YEBÖ), Young Şema Ölçeği – Kısa Form 3 (YŞÖ-KF- 3) ve Genel Erteleme Eğilimi Ölçeği kullanılmıştır. Erteleme ile erken dönem uyumsuz şemalar ve algılanan ebeveynlik biçimleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre şemalar ile erteleme davranışı arasında anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Buna ek olarak birden fazla şema alanının erteleme davranışı ile kaçınma davranışı olarak ilişkili olduğu gözlenmiştir. Ebeveyn tutumlarının erteleme ile şemalar arasında aracı rolü bulunmaktadır. Araştırmadan sağlanan verilerin alanyazı ile tutarlılığı tartışılmış ve alanyazın ile tutarlı olduğu görülmüştür. Elde edilen verilerin klinik uygulamalarda nasıl kullanılacağına dair değerlendirmeler yapılmıştır.

WORKSHOP/ÇALIŞMA GRUBU

Şema Terapi'nin İç Becerilerinde Uzmanlaşmak Kibar Olma, GERÇEK OL

Joan Farrel Ph.D., Ida Shaw M.A

Şema Terapi'de, şema terapistinin geliştirmesi gereken iç becerilerinin anlatılacağı bu sunumda terapistin ilişkisel becerilerinden ve içsel uygulamalarından bahsedilecektir. Bu bağlamda, bir şema terapistinin danışana gerçekten hazır olması ve uyum sağlaması, kendi işlevsiz modlarının tetiklendiğinin farkında olması ve bununla başa çıkabilmesi, iyi gelişmiş bir ebeveyn moduna sahip olması ve sağlıklı modlara erişebilmesi geliştirmesi gereken iç becerilerdendir. Şema terapistlerinin sağlıklı modlarını geliştirmelerine bakış açısı oluşturacak kaynaklara ve uygulamalara yer verilecektir.

Bağlamsal Şema Terapi

Echard ROEDIGER

Young orijinal şema modelini 1990 yılında ortaya atmıştır, ikinci adım ise yaklaşık on yıl sonra geliştirilen mod modeli olmuştur (Young ve ark, 2003). Modlar etkinleştirilmiş şemalardır. Terapinin burada ve şimdisinde mevcut olduklarından, modların takip edilmesi ve müdahalelerle hedeflenmesi daha kolaydır. Amerika Birleşik Devletleri'nde temel şema modeli hala yaygın olarak kullanılırken, mod modelinin hem araştırma hem de tedavi için merkez sahne olduğu Hollanda ve Almanya'da şema terapisi daha da geliştirilmiştir (Arntz ve Jacob, 2013).

Şema terapideki son gelişmeler, davranış terapisinin hem ikinci hem de üçüncü dalgalarını destekleme kapasitesinden kaynaklanmaktadır. Mod modelinin uygulanması ikinci dalga bilişsel davranışçı terapi (BDT) yaklaşımıyla aynı çizgidedir çünkü şema terapi, olumsuz erken dönem uyumsuz şemalardan kaynaklanan içeriği (anlam açısından) deneyimsel değişim teknikleriyle değiştirerek değişim elde etmeyi amaçlamaktadır. Tara Bennet-Goleman'ın (2001), 2001 yılında şemaları iyileştirmek için farkındalığı ortaya koymasından bu yana, takip eden yıllarda farkındalık ve kabul kavramlarının entegrasyonu da dahil olmak üzere modelde daha fazla gelişme görüldü (Cousineau, 2012; Parfy, 2012; Roediger, 2012; Van). Vreeswijk, Broersen ve Schurink, 2014).

Bağlamsal Şema Terapi, üçüncü dalga terapilerin çağdaş katkıları ve anlayışları ışığında revize edilmiştir. Şema terapisi artık şema içeriğindeki değişime odaklanmayı, insanların deneyimleriyle ilişki kurma ve onlarla baş etme biçimini değiştirerek benliğin sağlıklı bir versiyonunu oluşturmaya yönelik bir yaklaşımla dengelemektedir.

Şema terapisinin, şema aktivasyonlarına karşı başa çıkma tepkilerini değiştirmekten daha fazlasını yapabileceğini savunuyoruz: insanların bilinçli olarak farkında olmalarına, geçmiş deneyimlerle ilgili yardımcı olmayan kalıplardan kurtulmalarına ve genel olarak sağlıklı ve dengeli davranışlar için çabalamalarına yardımcı olabilir. Örneğin Almanya'da şema terapi halihazırda üçüncü dalga terapi olarak görülmektedir (Roediger ve Zarbock, 2013). Sağlıklı yetişkin modu şema terapinin anahtar modlarından biridir. Psikolojik sağlığı, olgunluğu ve sağduyuyu temsil eder. Bu mod, psikolojik esnekliğin yapısına iyi bir şekilde uyum sağlar (Brockman, 2013) ve kabul ve kararlılık terapisinin kavram ve stratejileri kullanılarak büyük ölçüde tanımlanabilir ve ele alınabilir (ACT; Hayes, Strosahl ve Wilson, 2012). ACT'nin temel ilkelerini pratik düzeyde birleştirir ve ACT'nin daha bilişsel odağını şema terapinin duygusal

odağıyla birleştirir. Böylece şema terapi, ikinci ve nc dalga yaklaşımlarını dengeleyerek bağlamsal bir terapi haline gelmektedir (Hayes ve ark., 2012), onu

daha da esnek ve etkili hale getirir. şema terapisi artık şema içeriğindeki değişime odaklanmayı, insanların deneyimleriyle ilişki kurma ve onlarla baş etme biçimini değiştirerek benliğin sağlıklı bir versiyonunu oluşturmaya yönelik bir yaklaşımla dengelemektedir.

Panel 2 Psikotravma ve Şema Terapi

Psikotravma ve Şema Terapi

Doç. Dr. Ceren ACARTÜRK

Travma psikolojisinin ele alındığı bu oturumda travma, erken dönem çocukluk travmaları şema terapisi bağlamında açıklanmıştır. Temelde, travmayı tanımlamak için önemli olan, travmanın iyilik halinde ve işlevsellikte düşüş ile sonuçlanıp sonuçlanmadığıdır (Gradus ve Galea; 2022). 2-4 yaş arası yaklaşık 4 çocuktan 3'ü düzenli olarak ebeveynleri ve bakıcıları tarafından fiziksel cezaya ve/veya psikolojik şiddete maruz kalmaktadır. Küresel olarak, 2-17 yaşları arasındaki 1 milyara yakın çocuğun geçtiğimiz yıl fiziksel, cinsel veya duygusal şiddet veya ihmale maruz kaldığı tahmin edilmektedir.Çocuklukta kötü muamele gördükten sonra değişen nörobilişsel işlev, bireylerin sosyal mimarilerini nasıl inşa ettiklerini etkiler ve bu da yaşamları boyunca gelecekteki beyin gelişimini ve zihinsel sağlık sonuçlarını derinden şekillendirir.Şema Terapi perspektifinde çocukluk çağı travmaları ise, Erken dönem uyumsuz şemaların gelişimi, travmatik yaşantıyı anlamlandırma ve algılamada etkili ve travmaya verilen stres tepkisi ile ilişkilidir. Bu bağlamda şema terapi perspektifinden travmayı iyileştirmek için duygu odaklı müdahaleler ile imgeleme uygulamaları travmatik anının duygusal olarak işlenmesini ve travmaya verilen anlamın değişmesini sağlamaktadır. Şema terapiye özgü sınırlı yeniden ebeveynlik müdahaleleri ile düzeltici duygusal deneyimler ve Sınırlı yeniden ebeveynlik ile düzeltici duygusal deneyimler ve travma ile aktif hale gelen uyumsuz modların ve duyguların çalışılması önemlidir.

Psikolojik Travmanın Ruh Sağlığı Problemleri ile İlişkisinde Erken Dönem Uyumsuz Şemaların (EMS) ve Şema Modlarının Aracı Rolü

Klinik Psk. Doktora Adayı Büşra ACAR

Travmatik yaşantıya maruz kalmanın, travma sonrası stres bozukluğu, duygu durum bozuklukları ve kaygı bozuklukları gibi çeşitli ruh sağlığı problemlerinin ortaya çıkmasında risk faktörü olduğu bilinmektedir (Maniglio, 2009; Schumm, Briggs-Phillips, & Hobfoll, 2006). Psikolojik travmanın, ruh sağlığını olumsuz etkilerini anlamak için altta yatan mekanizmaların incelenmesi önem arz etmektedir. Şema modeli ise travmanın kişilerin ruh sağlığını olumsuz etkisini açıklamada uygun bir çerçeve sağlamaktadır (Karatzias vd., 2016). Önceki çalışmalar, erken dönem uyumsuz şemaların (EMS) travmaya maruz kalmış kişilerdeki depresyon ve anksiyete belirtileri (O'Dougherty Wright, Crawford, & Del Castillo, 2009), sosyal fobi (Pinto-Gouveia, Castilho, & Cunha, 2006), kişilik bozukluğu (Petrocelli, Glaser, Calhoun, & Campbell, 2001), yeme bozukluğu belirtileri (e.g., Waller, Kennerley, & Ohanian, 2007) ve psikolojik stres (Schmidt & Joiner, 2004) ile ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Alanyazında ve modelde, erken çocukluk döneminde yaşanan travmaların yetişkin depresyonu ve kaygı bozukluğu belirtilerinde uyumsuz şemaların ve şema modlarının aracı ilişkisini araştıran çalışmalar bulunurken (Harris & Curtin, 2002; Lumley & Harkess, 2007; McGinn, Cukor, & Sanderson, 2005), yetişkinlik döneminde maruz kalınan travmatik olayların ruh sağlığına olan olumsuz etkisinin EMS ve şema modları ile inceleyen çalışmalar sınırlıdır. Bu nedenle, mevcut çalışmada, psikolojik travmaya maruz kalmanın, ruh sağlığı problemleri ile ilişkisinin Şema Modeli çerçevesinde ele alınması amaçlanmıştır. Bu amaca yönelik olarak, alanyazında psikolojik travma ile çoğunlukla ilişkili olarak bulunan Terk Edilme/Reddedilme; Zedelenmiş Sınırlar ve Zedelenmiş Otonomi şema alanları ile şema modları olarak; çocuk (incinmiş ve öfkeli), işlevsiz ebeveyn (eleştirel ve talepkar), uyumsuz başa çıkma (kopuk korungan, söz dinleyen ve aşırı telafi) ve sağlıklı yetişkin modlarının travmanın ruh sağlığı ile ilişkisinde aracı rolü Yapısal Eşitlik modeli (YEM) ile test edilmiştir. Çalışmanın verileri, Qualtrics üzerinden Türkiye'nin çeşitli yerlerinde yaşayan kişilerden toplanmıştır. 18-66 yaş aralığında ($X_{ort} = 33.12$,

$SS = 10.26$), 532 katılımcının (398 kadın, 132 erkek ve 1 diğeri) olduğu araştırma, kesitsel bir çalışmadır. Çalışmanın değişkenleri olan geçmiş travmatik yaşantılar, EMS, şema modları, ruh sağlığı problemlerini (depresyon, kaygı ve stres belirtileri) ölçmek amacıyla 5 adet öz bildirim dayalı ölçek kullanılmıştır (LEC-5, YSQ, Şema Mod Envanteri, K10, PHQ). YEM sonuçları, modelin eldeki veriye iyi uyduğunu ($RMSEA = .06$, $CFI = .98$, $SRMR = .04$) ve ruh sağlığı

problemlerindeki varyansın %49'unun bağımsız değişkenler tarafından açıklandığını göstermiştir. Travmatik yaşantılara maruz kalmanın ruh sağlığı problemlerini doğrudan ve dolaylı olarak ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır. Analiz sonuçlarına göre yetişkinlik travmaları, ilişkili olduğu EMS ile bağlantılı olarak çocuk, işlevsiz ebeveyn modlarının ruh sağlığı problemleri ile pozitif yönde ilişkili bulunurken, sağlıklı yetişkin modunun negatif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. İstatiksel model, maruz kalınan travmatik yaşantıların kişilerin ruh sağlığı problemleri ile ilişkisinin Terk Edilme/ Reddedilme; Zedelenmiş Sınırlar ve Zedelenmiş Otonomi şema alanları ile özellikle çocuk modlarıyla (incinmiş, öfkeli vs.) açıklanabildiğini ortaya koymuştur. Ayrıca sağlıklı yetişkin modunun güçlenmesinin ruh sağlığını olumlu etkilediği düşünülmektedir. Bu sonuç, özellikle Şema modeli çerçevesinde travmaya maruz kalmış bireylere yönelik psikoterapi ve psikososyal müdahalelerde, ilişkili uyumsuz şemalar, çocuk ve sağlıklı yetişkin modlarını içeren mekanizmanın ele alınmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

Ebeveynler Arasındaki Şiddete Tanık Olmanın Yaşam Doyumuna Etkisinde Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Rolü

Klinik Psk. Dr. Özge SARIOT,
Klinik Psk. Dr. Ömer Taha SÖZER,
Klinik Psk. Dr. Feyza KARSLI

Erken dönemlerde istismara maruz kalmak uzun süreli önemli olumsuz etkileri olan bir deneyimdir. Çocukluk çağında doğrudan şiddete maruz kalmak yanında şiddete tanık olmak da istismar türlerinden biridir. Tekrarlayan şekilde istismara maruz kalmak kişinin iyi oluşunu etkilediği gibi bilişsel süreçlerini de etkileyebilmektedir. Bilişsel etkinin ortaya çıkış formlarından birisi de erken dönem uyumsuz şemalardır. Öncelikli olarak birincil bakım verenlerle kurulan ilişkinin niteliğine, kişinin hayatındaki diğer ilişkişel deneyimlere ve çevresel faktörlere bağılı oluşan şemalar da çok yönlü ve önemli etkilere sahiptir. Bu bağlamla, mevcut çalışmanın amacı ebeveynler arasındaki şiddete tanık olmak ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların rolünü test etmektir. Çalışmanın örneklemini 18-40 (Ort= 22.52, SS=4.07) yaşları arasındaki 285 (225 Kadın) katılımcı oluşturmaktadır. Katılımcılardan çevrimiçi ortamda Şiddete Tanıklık Ölçeğı, Young Erken Dönem Uyumsuz Şemalar Ölçeğı, Yaşam Doyumu Ölçeğı,

Demografik Bilgi Formu aracılığıyla veri toplanmıştır. Bulgular şiddete tanıklığın yaşam doyumunu açıklayan faktörlerden birisi olduğunu göstermiştir. Bunun yanında regresyon analizi sonuçlarıyla ebeveynler arası şiddete tanıklığın Duygusal Yoksunluk, Başarısızlık, Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim, Kendini Fedâ, Karamsarlık, Duyguları Baskılama, Yüksek Standartlar şemalarını yordadığı bulunmuştur. Hayes'in Process uzantısıyla yapılan aracılık analizi sonuçları ise Duygusal Yoksunluk, Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim, Karamsarlık ve Duyguları Baskılama şemalarının ebeveynler arası şiddete tanıklık ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkide aracı rolü olduğunu ortaya koymuştur. Çalışma sonuçları ve alan yazın ışığında, ebeveynleri arasındaki ilişkide şiddeti deneyimlemek oluşturduğu kaotik ve tehdit içeren ortamlarla kişinin duygusal ihtiyaçlarının karşılanmasını engellenmiş olabilir, bu etkiyle kişi geleceğe dair umutsuzluk besleyerek karamsarlık şemasının oluşumunu desteklemiş olabilir. Benzer şekilde ailedeki şiddet hakimiyeti, aile atmosferindeki öngörülebilirliği azalttığından, olumsuz bir sonuçla karşılaşma endişesi kişilerin duygularını spontan şekilde deneyimlemelerini engelleyerek duyguları baskılama şemasının oluşumuna yol açmış olabilir. Tüm bu etkilerse kişinin iyi oluşunu olumsuz etkileyerek daha düşük yaşam doyumunu için risk faktörü oluşturmaktadır. Özetle, aile

içindeki istismarın farklı bir boyutu olan ebeveynler arasındaki şiddete tanık olmanın, diğer istismar türleri gibi kişinin bilişsel ve ruhsal dünyasında önemli etkiler yarattığını söylemek mümkündür.

Panel 3: Şema Terapide Terapi İlişkisi

Şema Terapi’de Terapi İlişkisinin Temelleri

Klinik Psk. Dr. Reyhan Nuray DUMAN

Terapi ilişkisi danışan için güvenli yer olmanın yanı sıra, değişimin öneminin de vurgulandığı ve danışanın gerçekliği objektif bir şekilde değerlendirdiği bir ortam olması gerekir. Bu nedenle empatik yüzleştirme şema davranışlarının devam etmesine neden olan örüntülerin, bu örüntülerin sebeplerine dair empatik bir anlayış ve tutumla danışana gösterilmesi hedeflenir. Temel hedef, hem şefkatli, hem de objektif olabilen, samimi fakat fazlasıyla açık bir üsluba sahip olmaktır (Young, Klosko ve Weishaar, 2003). Terapide duygusal aktivasyonların ortaya çıkması halinde, hasta ve terapistin diydik ve çatışmalı ilişki yapısına saplanmaları tehlikesi ile karlı karşıya kalınır. Hasta, bu durumda terapisti daha önce kendisine bakım veren kişilerden biri gibi görür ki, bu da onun tekrar travmatize olmasına yol açabilir. Şema Terapide, diydik(ikili) bir ilişkiden, triydik(üçlü) bir ilişki şekline geçilmesi için çaba gösterilir; bu geçiş sırasında, etkileşim sürecine bir ara verilerek, etkileşim süreci işaretlenir ve beraberce gözden geçirilir. Bazı hastalar, terapistte güçlü duygusal reaksiyonlar uyandırma konusunda fevkalade yeteneklidirler. Böyle olunca, terapistin her zaman kendisini etkileyenin baş etme reaksiyonları olduğunu hatırlaması ve bunun arkasında bir dereceye kadar yaralanabilir çocuk modunun olduğunu “hesaba katması” yararlı olur. Şema Terapistleri için, *kendi şemalarını tanımaları* ve dolayısıyla harekete geçen her bir modda kendilerini nasıl hissettikleri konusunda güvenilir duygulara sahip olmaları son derece önemlidir. Şema Terapisti bu nedenle sağlıklı ebeveyn sesini temsil edecek sağlıklı yetişkin modunun yansıması olmalıdır. Sağlıklı Yetişkin kişinin kendisine ve başkalarına karşı ‘iyi bir ebeveyn’ olabilmesini sağlar. Terapide terapist bu sesi sınırlı yeniden ebeveynlik kapsamında temsil eder sonrasında bu sesin danışanın kendi sesine evrilmesi hedeflenir.

Vaka Sunumu: Terapi İlişkisinin ve Terapistin Sağlıklı Yetişkin Modunun Rolü

Klinik Psk. Hande Sena IŞIN

Kapalı devre olan terapi ilişkisinde danışan ile terapistin modları iç içe geçer. Terapistin bu ilişki içindeki kendi modlarını ve duygularını yakından gözlemlemesi terapi ilişkisinde danışana özgü bir bilgi taşır. Terapistin Sağlıklı Yetişkin Modu'nu güçlendirmesi danışan ile olan ilişkinin steril tutabilmesi açısından elzemdir. Şema terapi modeli ile yürütülen psikoterapi sürecine dair vaka formülasyonu terapi ilişkisi ve terapistin sağlıklı yetişkin modu çerçevesinde tartışılacaktır.

Sınırlı Yeniden Ebeveynlik ve Terapistin Sağlıklı Yetişini

Klinik Psk. Dr. Sevinç Göral ALKAN

Sınırlı Yeniden Ebeveynlik ve Terapistin Sağlıklı Yetişkininin ele alındığı bu sunumda sınırlı yeniden ebeveynliğin önemine, amacına ve bu bağlamda şema terapistlerinin niteliklerine değinilmiştir. Şema Terapisinin temel amacı temel duygusal ihtiyaçlar geçmişte hiç karşılanmamış olsa bile yetişkinlerin kendi duygusal ihtiyaçlarını karşılamalarına yardımcı olmaktır. En önemlisi, kişinin ebeveynleri tarafından çocukken karşılanmayan ihtiyaçlarını gidermektir. Bunu yapabilmek için, terapi ilişkisinin, hastanın ihtiyaçlarının; ifade edildiği, doğrulandığı ve - belirli sınırlar içinde - karşılandığı bir ilişki olması gerekir. İhtiyaçların bu şekilde karşılanması ‘Sınırlı Yeniden Ebeveynlik’ olarak adlandırılır. Kırılgan yanlarını hissedebilmek ve duygu ve düşüncelerini ifade edebilmek için yeterince güvende hissedilebilecek; aktif, destekleyici ve özerk bir ilişki içinde olmaktır. Terapistin psikoterapi ilişkisinde sınırlı yeniden ebeveynlik sağlama, duygusal öğrenme alanındaki kritik boşlukları güvenli bağlanma ve doğru aynalama şeklinde doldurur ve bu da danışanın genellikle (ilk kez) değerli hissetmesine neden olur. Bu nedenle şema terapisti sınırlı yeniden ebeveynlik ile aslında bir çocuğun duygusal ihtiyaçlarına doğru bakımı vermeye çalışan bir ebeveyn gibidir. Dolayısı ile sınırlı yeniden ebeveyn olarak şema terapisti; koşulsuz olarak kabul eden, şefkatli, onaylayıcı, sıcak ve ilgili, güçlü duygulanımları frenleyebilme ve kaldırabilme kapasitesine, gerçekçi beklentileri sağlama ve sınırları koruyabilme becerisine, yumuşak, içten, aynı zamanda sağlam, kararlı, koruyucu bir bakım sağlama becerisine sahiptir. Bunların yanında kendi merkezinde sağlam kalabilmesi, kişiselleştirmeden derin ve bağlamsal empati kurabilmesi, kendi bedeninden ve duygularından gelen uyarıları fark edebilmesi, açıklık içinde uyanık kalabilmesi, duygu ve ihtiyaçları fark edip doğru yansıtması, kısa/uzun vadeli ihtiyaçlara yönelik sınırlara uygun, önceliklendirilmiş esnek yanıtlar vermesi önemlidir.

Panel 4 Terapistin Özbakımı: Sağlıklı Yetişkin Modu

Şema Terapi Modelinde Yürütülen Psikoterapi Süreçleri: Terapistlerin Sağlıklı Yetişkin Modlarını Güçlendirme Deneyimlerine İlişkin Bir İnceleme

Klinik Psk. Dilara BOYRAZ GİRİŞ

Şema terapi modeli, terapi ilişkisini terapist ve danışanın karşılıklı olarak tetiklenen şemalarıyla anlamaya çalışmaktadır. Özellikle, terapi ilişkisi içindeyken terapistin de kendi şema ve baş etme biçimlerinin farkında olması önemle vurgulanmaktadır. Dolayısıyla, alanyazında, Şema Terapi eğitim ve süpervizyon aşamalarında terapistin kendi ihtiyaçlarının farkındalığı, işlevsiz ebeveyn ve baş etme modlarının farkındalığı ve sağlıklı yetişkin modunun nasıl güçlendirileceği üzerinde durulmaktadır (Jacob, Genderen ve Seebauer, 2014; Farrell ve Shaw, 2018). Bununla birlikte, sağlıklı yetişkin modunun terapistler tarafından nasıl harekete geçirildiği ve deneyimlendiği terapi amaçları ve ilişkisi açısından önemli olduğunu göstermektedir. Buradan hareketle, psikoterapi araştırmalarında mikro düzeye odaklanarak süreç içinde nelerin olduğuna dikkat verilmesinin; danışanlar kadar terapistlerin de klinik uygulamalarında, kişisel ve mesleki gelişimlerinde katkı sağlayacağını düşündürmektedir. Ayrıca, şema terapinin odağı olan kişilik bozuklukları ve travma deneyimlerinin terapistin ikincil travmatizasyonuna veya mesleki diğer olumsuzlukların tükenmişlik duygularına yol açması gibi durumlara karşı da terapistlerin sağlıklı yetişkin modunu güçlendirmesinin önemli olduğunu düşündürmektedir. Bu nedenle sağlıklı yetişkin modunun güçlendirilmesinin yalnızca terapist ve danışan arasındaki terapötik ittifak için değil terapistin kendi yaşamı için de öz bakım kaynakları oluşturması adına önemli olacağı düşünülmektedir. Bu çalışmanın amacı; şema terapistlerinin sağlıklı yetişkin modlarına ilişkin deneyimlerini derinlemesine anlamaktır. Bu amaçla, şema terapistlerinin sağlıklı yetişkin modunu nasıl anlamlandırdıklarını, nasıl geliştirdiklerini, kişisel ve mesleki hayatlarındaki yansımaları ile anlaşılmasına çalışılmıştır. Bu doğrultuda, şema terapi eğitimini ve süpervizyonunu tamamlamış altı kadın klinik psikolog ile yarı yapılandırılmış görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Bu görüşmeler, Yorumlayıcı Fenomenolojik Analiz yöntemi ile incelenmiştir. Analizlere göre 4 üst tema ve 8 alt tema elde edilmiştir. Bu temalar; Terapistin Heybesindekiler: Terapi Odasındaki Yaşantılar (bu tema iki alt temayı içermektedir: Yetersizliğin Pençesinde, Sınır Aşımı: Zorlanılan Danışanlar), Büyüme Sürecinde Terapist (bu tema iki alt temayı içermektedir: Süpervizyon Yaşantıları, Danışan Koltuğunda Terapist), Terapistin Dönüşümü: Heybeye Eklenenler (bu tema üç alt temayı

içermektedir: Kırılgan Çocuğun Elinden Tutmak, Farklı Yollardan Gitmek: İlişkilerdeki Değişim, İki Çocuktan İki Yetiştine: Terapi ilişkisinde Değişim) ve Terapistlerden, Terapistlere Mesajlar (Terapistin İç Dünyasına Destek)'dir. Terapistler için seans odasındaki yaşantılarının, bireysel ve grup süpervizyonunun katkıları, kendi terapi süreçleri önemli bir gelişim yolu olarak karşımıza çıkabilmektedir. Bu sürecin yansımaları ve değişimleri terapistlerin mesleki ve kişisel yaşamlarında da görülebilmektedir. Ek olarak bilindiği kadarıyla terapistlerin sağlıklı yetişkin modlarını nasıl deneyimlediklerini nitel olarak araştıran ilk çalışma niteliğindedir. Bu durum göz önünde bulundurulduğunda terapistlerin hem gelişimsel süreçlerini hem de öz bakım yöntemleri hakkında önemli bir boşluğu doldurduğu düşünülebilmektedir. Bununla birlikte bu çalışma ile terapistlerin sağlıklı yetişkin modlarının önemine dair farkındalık oluşturacağı ön görülmektedir. Bu bağlamda, bu çalışma terapistlerin kendilerini mesleki anlamda geliştirmelerinin yalnızca kuramsal ve uygulama bilgileri öğrenmeleriyle sınırlanmadığını, aynı zamanda süpervizyon ve kendi terapi deneyimlerinin de katkısının en az onlar kadar önemli olduğuna dikkat çekmektedir. Dahası kendi şema ve mod farkındalıklarının terapi odasında zorlandıkları durumları anlayabilmeleri açısından önemlidir. Bununla birlikte, süpervizörlerin rol model olarak duruşu ve kişiliğiyle terapistin eğitiminde ve kişisel yaşamındaki önemi ortaya çıkmaktadır. Öte yandan, süpervizörlerin terapistlerin şema terapi eğitim aşamalarında kırılgan çocuk modlarına ve sağlıklı yetişkin modlarına yönelik farkındalığı artıracak uygulamalara yer vermesinin önemi de ön plana çıkmaktadır. Tüm bu bulgular konuya ilişkin bakış açısı sunarak, terapistlerin kişisel hayatlarına, eğitimlerine ve süpervizyon süreçlerine yönelik katkıları ile ele alınarak mevcut alanyazın çerçevesinde tartışılmıştır.

Şema Terapi Süreci Yöneten Terapistlerin İttifakta Kırılmalara Yönelik Yaşantıları ve İhtiyaçları

Klinik Psk. Dr. Özge YILMAZ

Gelecek nesil psikoterapi araştırmalarında incelenmesi gereken noktalara yönelik önerilerden biri de terapistlerin an be an geçirdikleri yaşantılar olmuştur. Tanıyı daha iyi anlamak, terapiyi daha etkili hâle getirmek, uygulamayı daha verimli yapabilmek için terapistlerin duyguları ve yaşantıları yakından incelenmiştir. İkinci nesil ittifak araştırmalarıyla birlikte; ittifakta kırılmaları ele almanın, olumlu terapi sonucuna ulaşmaya ve terapiyi yarıda bırakmayı önlemeye olanak sağladığı görülmüştür. Araştırmalar daha da derinleştiğinde, bu durumun ilişkisel-kişilerarası özellikleri aracılığıyla kırılmaları etkili bir biçimde ele alabilen psikoterapistlerin varlığıyla mümkün olduğu da bilinmektedir. Ancak terapi sonucu ve süreci üzerinde yüksek oranda belirleyiciliğe sahip olan terapistleri doğrudan anlamaya çalışan araştırmaların azınlıkta olduğu göze çarpmaktadır.

Bugüne kadar yaşanan tüm gelişmelerin (ilişkisel zemine dönmek, nitel araştırmalar, geliştirilen yeni terapi uygulamaları, “Self Practice-Self Reflection” [SP/SR] rehberleri) aslında terapisti koruduğu ve geliştirdiği söylenebilir. Ayrıca terapinin doğası gereği “danışan-terapi-terapi ilişkisi” üçlüsünü birbirinden ayrı ele almak da çok zordur. Ancak doğrudan terapistin neler yaşadığını anlamaya çalışarak onu koruyan şeyin ne olduğunu sormak araştırmaların ana eksenini oluşturma noktasında diğer sorular kadar yaygın olamamıştır. Özellikle ittifakta kırılmalar söz konusu olduğunda, terapistler de en az danışanlar kadar zorlanmakta ve geçmiş yaşam yükleriyle uğraşmaktadırlar.

Zorlu kişilik sorunlarını ele alması ve ilişkisel doğası nedeniyle ittifakta kırılmaların fazlaca yaşanması olasılığını barındıran Şema Terapi süreçlerinde, danışanlara uygun müdahaleyi yapabilecek terapistin, bu kırılma yaşantılarında tetiklenen kişisel zorluklarını onaran ve kendi gereksinimlerini karşılayabilen, yaşamından doyum alan bir birey olması gerekliliğinin vurgulandığı da bilinmektedir. Bir psikoterapistin kariyeri boyunca bu kırılmaların yıpratıcı etkisinden kendini koruyabilmesi, kendine bakım verebilmesi, mesleğinden doyum alabilmesi ve kendisine de iyi gelecek bir yöntem kullanabilmesi adına uygun eğitim ve süpervizyon sürecinden geçmesi gerektiği; bu sayede terapistin “kendisine rağmen” değıl, “kendisi için” bir mesleki uygulama içinde olabileceğı ve başarılı sonuçlar elde edebileceğı düşünölmektedir.

Bu bağlamda terapistlerin ittifakta kırılma yaşantılarını, onları varsaymadan, doğrudan kendilerine sorarak ve derinlemesine anlamaya çalışan, nitel yaklaşımla (Yorumlayıcı Fenomenolojik Analiz-YFA) bir çalışma

yürütülmüştür. Çalışma kapsamında doktora öğrenimine devam eden, Şema Terapi süpervizyonuyla danışan izleyen öğrenci psikoterapistlerle yarı yapılandırılmış görüşmeler yapılmıştır. Bu panel kapsamında terapistlerin mesleki ve kişisel alanlara yönelik ihtiyaçları ile süpervizyon süreçlerine yönelik bilgiler sunan çalışmanın bulguları Şema Kuramı çerçevesinde tartışılarak paylaşılacaktır.

**Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Çevrimiçi Ve/Veya Telefon İle Destek Veren
Psikososyal Çalışmacıların, Tükenmişlik Düzeyi Ve Durumluk/Sürekli Kaygı Düzeyleri İle
İlişkisinin İncelenmesi**

Klinik Psk. Alagün Belce BAŞİ

Psikososyal çalışmacıların mesleki ve duygusal işlev düzeylerinin anlaşılmasının, sağladıkları hizmetin etkililiği ve devamlılıkları açısından önem arz ettiği düşünülmektedir. Öte yandan, duygusal tükenmişlik düzeylerinin diğer tükenmişlik boyutlarına kaygı ve erken dönem uyumsuz şemalarıyla olan ilişkisinin pandemi koşullarının psikososyal çalışmacıların yükünü arttıracak bir durum olması sebebiyle söz konusu olduğu düşünülmektedir. Bu doğrultuda pandemi döneminde psikososyal destek veren çalışmacıların erken dönem uyumsuz şemalarına ilişkin yapılan çalışmalar göz önüne alınarak, şema kavramıyla ele almanın uzun vadede mesleki tükenmişlik riskini azaltmaya yardımcı etkileri hakkında tartışmak hedeflenmektedir.

Panel 5: Psikolojik Danışma Ve Rehberlikte Şema Terapi Yaklaşımı İle Uygulamalar

Okul Psikolojik Danışmanlığında Şema Terapi Yaklaşımı İle Uygulamalar

Prof. Dr. Uzman Psikolojik Danışman Zeynep CİHANGİR ÇANKAYA

Okul psikolojik danışmanlığı kapsamında öğrencilerle, öğretmenlerle ve velilerle bireysel/grupla psikolojik danışma, psikoeğitim, sınıf rehberliği gibi çalışmaların yanısıra bütün okul temelli çalışmalarda yürütülür. Bu çalışmalar yoluyla öğrencilerin psikolojik ve öznel iyi oluş düzeyleri, yaşam kaliteleri artırılmaya, gelişimsel ihtiyaçlarını karşılayarak sağlıklı gelişimlerinin desteklenmesi ve akademik ve kariyer gelişimlerinin desteklenmesi, mutlu ve verimli hissettikleri bir yaşam içinde olmaları amaçlanır.

Şema terapi modeli okul psikolojik danışmanlığının amaçları ve içeriği ile çok uyumludur. Çünkü çocuk ve ergenlerin gelişimi psikolojik ihtiyaçlarının doyumu ile mümkündür. Psikolojik ihtiyaçların doyumunun mutluluk, yaşam doyumuyla, akademik başarıyla ilişkisini ortaya koyan pek çok çalışma bulunmaktadır. PDR de insana bakış biriciktir, şema modelinde de psikolojik ihtiyaçlar ve şemalar özelinde bu biriciklik korunmaktadır. Ayrıca tüm okula yaygınlaştırılan çalışmalarla sorunlu çocuk yoktur, işlevsiz mod vardır bakışı PDR ile çok örtüşmektedir.

Bu sunumda şema terapi modelinin okul psikolojik danışmanlığı uygulamalarında neden ve nasıl kullanılabileceği üzerinde durulacaktır.

Bireysel Psikolojik Danışmanlıkta Şema Terapi Yaklaşımı İle Uygulamalar Doç. Dr. Meliha Tuzgöl Dost

Bireysel psikolojik danışmada şema terapi yaklaşımı ile uygulamaları tartışılacaktır. Bu bağlamda, psikolojik danışmanlıkta şema terapinin farkı ve önemi, psikolojik danışma nedir, psikolojik danışma ve psikoterapinin benzerlik ve farklılıkları, Psikolojik danışmanın yeterlilikleri ve başa çıkma kaynaklarının kullanımından bahsedilecektir. Son olarak Uluslararası Şema Terapi Derneği (ISST)'nin de çalışmalarını psikolojik danışma ve rehberlik alanında şema terapi uygulamaları bağlamında genişletmesi, Türkiye'deki şema terapi teorik ve süpervizyon eğitimlerine psikolojik danışmanların da kabul edilmesi ve Psikolojik danışma ve rehberlik lisans ve lisansüstü programlarda şema terapiye yer verilmesi tartışılacaktır.

Kariyer Psikolojik Danışmanlığında Şema Terapi Yaklaşımı İle Uygulamalar

Uzman Psikolojik Danışman Dr. Adayı Ece EKEN

Kariyer psikolojik danışmanlığında şema terapi yaklaşımı ile uygulamaların ele alınacağı bu sunumda, Erken dönem uyum bozucu şemalar, bireyin kariyer gelişim sürecinin nasıl etkilediği üzerine tartışılacaktır. Keşif, ayırıştırma, alternatiflerin belirlenmesi, yönelme ve harekete geçme kariyer gelişim basamaklarını oluştururken bireyin mod farkındalığının altı çizilerek başa çıkma modlarının etkisinin azaltılabileceği düşünülmektedir. Bireyin kariyer seçiminde mesleki değerlerini belirlemesi, ilgi alanlarını netleştirmesi, yeteneğinin olduğu ve becerilerini geliştirebileceği, geliştirmeye istekli olduğu alanlara ilişkin bilgi edinmesi mod çerçevesinde bilişsel ve yaşantısal müdahalelerle farkındalık oluşturabilmektedir. Bu nedenle kişinin mod farkındalığını oluşturarak sağlıklı yetişkin modunun güçlenmesine yönelik çalışmaların öneminin altı çizilmektedir.

Panel 6: Madde Bağımlılığı Tedavisinde Şema Terapi Yaklaşımı İle Uygulamalar

Madde Bağımlılığında Şema Terapi Modeli

Klinik Psk. Toprak Ali ÖZKAN

Oraki'nin 2019'daki çalışmasına göre bağımlılık yapan davranışların temel faktörlerinden biri Erken Dönem Uyumsuz Şemalar'dır. Young, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar'ı hem çevre hem de benlik ile ilgili bilgiler içeren, daha sonra ise bu bilgiler doğrultusunda bazı olumsuz düşünceleri harekete geçirerek, anormal bilişsel sonuçlara yol açan derin mental yapılarıdır (Oraki, 2019). İnsanların düşünme, hissetme ve çevreyle ve kendileriyle olan etkileşim biçimlerini bu şemalar belirler (Dobson, 2010). Tetiklendiğinde ise bireylerin huzursuz hissetmelerine yol açarak onları madde bağımlılığı gibi kısa süreli rahatlatma sağlayan davranışlara iter. Shaghghi ve ark. (2011) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada bağımlıların yüksek miktarda Erken Dönem Uyumsuz Şemalardan muzdarip olduğu tespit edilmiştir. Şemalar ve bağımlılıkla ilgili Razavi & ark. tarafından 2012'de yapılan başka bir çalışmada ise bağımlılık ve psikolojik zararların ilişkili olduğunu, bu nedenle bağımlıların bağımlı olmayanlara göre daha fazla Erken Dönem Uyumsuz Şema'ya ve psikolojik bozukluğa sahip olduğu öne sürülmüştür. Geçmiş çalışmalardan yola çıkılarak uyumsuz şemaları ortadan kaldırmak için yapılacak müdahaleler, tedavi süreçlerinin hayati bir parçası olması gerektiği kanısına varılmıştır (Shorey & diğerleri, 2014; aktaran Albal & Buzlu, 2021). Bağımlılığın tedavisinde başarılı olabilmek için bu uyumsuz şemalar yenileri ile değiştirilmesi noktasında (Young ve diğerleri, 2003) şema terapinin yardımcı olabileceği varsayılmaktadır.

Eroin bağımlısı erkeklerle yapılan bir başka çalışmada, şema terapinin eroin bağımlılığındaki nüksü azaltmaya yardımcı olduğu gösterilmiştir (Oraki, 2019). Yapılan diğer araştırmalarda ise, uyumsuz şemaların azaltılmasının uzun vadede madde kullanımının azalmasını sağlayabileceği görülmüştür (Albal & Buzlu, 2021). Mevcut çalışma, şema terapinin bağımlılık tedavisine doğrudan etkisini araştırarak alana katkı sağlamayı amaçlamaktadır. Literatürden elde edilen veriler göz önüne alındığında, bu çalışma şema terapinin bağımlılık tedavisi üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğunu, ayrıca bağımlılık yapan davranışlara müdahalede faydalı olduğunu varsaymaktadır.

Alkol-Madde Kullanıcılarında Yaygın Rastlanan Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar: Bir Ön Çalışma Olarak Türkiye Örneği

Klinik Psk. Doktora Adayı Melike ŞİMŞEK

Bağımlılık, Dünya Sağlık Örgütü tarafından son yıllarda en önemli üç sağlık sorunu arasında yer almaya başlamıştır (WHO, 2004). Bağımlılık tedavisinde geliştirilen modellerde fiziksel faktörlere yönelik tıbbi tedavinin yanı sıra davranışsal faktörlere yönelik psikososyal tedavi modelleri de önemli hale gelmiştir. Dünyada bağımlılık tedavisinde kullanılan modeller arasında en yaygın görülenler Basamaklı Tedavi Modeli (Stepped Care Approach) ve Motivasyonel Görüşme Tekniği'dir. (Sobell, 2003). Son yıllarda Şema Terapi alanında yapılan çalışmalar bu yaklaşımın bağımlılık alanında etkin şekilde kullanılabileceğini göstermiştir (Amaro ve ark., 2013; Kersten 2012). Özellikle kişilik bozukluklarında iyi çalıştığı bilinen Şema Terapi'nin, alkol-madde kullanım bozukluğu gibi kişilik bozukluklarının sıklıkla eşlik ettiği tablolarda da etkin şekilde çalışması öngörülmektedir.

Bu sunumda, Türkiye'de bağımlılık tedavisinde bireye özgü yaklaşımı hedefleyen YEDAM Modeli kapsamında takip edilen alkol-madde kullanım bozukluğu olan bireylerin erken dönem uyum bozucu şemalarını tespit etmek için yapılan çalışmanın bulguları sunulacak ve bu bulgular kapsamında geliştirilebilecek bir tedavi modeli tartışılacaktır.

Panel 7: Şema Terapi'de Çocukluktan Yetişkinliğe Suçluluk Ve Utanç

Suçluluk Duygusunun Modlara Yansıması

Klinik Psk. Doktor Ece ATAMAN

Suçluluk duygusunun modlara yansımasının anlatılacağı bu sunumda suçluluk tanımı ve suçlulukla ilişkili vicdan azabı, utanç ve pişmanlık duygularının aralarındaki farklılıklara değinilecektir. Bununla beraber suçluluk duygusuyla tetiklenen başa çıkma modları kişilik bozuklukları ve şema-mod modeli çerçevesinde tartışılacaktır.

Utanç Duygusunun Modlara Yansıması

Doç. Dr. Klinik Psk. İ. Volkan GÜLÜM

Utanç duygusunun modlara yansımasının anlatılacağı bu konuşmada utanç ve suçluluk duygularının tanımları yapılarak utancın kaynakları, görünümleri ve mod modeli bağlamı tartışılacaktır. Psikoterapide utanç terapi ilişkisini merkeze alarak, bilişsel müdahaleler, yaşantısal taktikler ve davranış örüntülerinin kırılarak çalışılabilir. Bu müdahaleler de Olası empati eksikliği, utancın narsisistik özellikleri, İşaretleri doğru okumak, Sınırlı yeniden ebeveynlik, terapistin kendi utancı ve kültür dikkat edilmesi önerilmektedir.

Suçluluk Ve Utançla İlişkili Modların Erken Dönem Görünümleri

Psikiyatrist Dr. Cihan ASLAN

Şema Terapi; çocuk, ergen ve yetişkin fark etmeksizin “kırılgan çocuğun” psikoterapisidir. Bütün şemalar, kırılgan çocuğun deneyimleri sonucu ortaya çıkan yaygın ve işlev bozan örüntülerdir. Modlar da kırılgan çocuğun deneyimlerini takiben ortaya çıkar. Kırılgan çocuk modu, yaşamda farklı görünümler alır. Bunların bazılarında utanç ve suçluluk duyguları merkezi konumdadır.

Utanç ve suçluluğu ayırıştırmak ve kavramsallaştırmak, genelde psikoterapi sürecinin etkinliğinin, özelde de şema terapinin en önemli araçlarından “Sınırlı Yeniden Ebeveynliğin” nasıl yapılandırılacağına belirlenmesi bakımından oldukça önemlidir. Sınırlı yeniden ebeveynlikte, öncelikle utandırılmış veya suçlanmış kırılgan çocuğun bu duyguları gözetilir. Ancak hem literatürde hem de klinik deneyimlerimizde utanç ve suçluluk duygularının nasıl tanımlandığı, bu kavramların içinin nasıl doldurulduğu ve sonuç olarak bu duyguları deneyimleyen insanların meselelerinin nasıl ele alındığı konusunda bir karmaşa söz konusudur.

Bu karmaşa, özellikle çocuk ve ergenlerde gelişim dönemlerine özgü farklılıklar ve bireye özgü nörogelişimsel özellikler ile daha da artmaktadır. Duygusal gereksinimlerin giderilmediğine ilişkin sinyal niteliği taşıyan şemaların oluşumu, sonrasında da tetiklenmesine sebep olan uyaran/durumların sebep olduğu sorunlu duygular, içsel bir algı süzgecinden geçtikten sonra bir takım davranışlara dönüşmektedir. Fakat yaşla birlikte karmaşıklaşan ve daha da görünür hale gelen bu sistemin işler düzeyde olup olmadığının ya da kapsamının tespiti çocuk ve gençlerde daha da zordur. Ayrıca bu dönemde şema ilişkili davranışlar, halen ödül sistemleri tarafından desteklenmekte ve günlük yaşamda yüksek işlev görmektedir. Öyle ki nesnel bir dış gözlemci tarafından dahi desteklenebilecek ya da önemsenmeyebilecek nitelikte olabilir. Bu bağlamda bu içsel dinamiklerinin anlaşılması ve terapötik ilişkinin güçlendirilmesinde mod modelinin yeri yadsınamaz. Aksi takdirde terapist ve danışan için tedavi sürecinin güçleşmesi kaçınılmazdır.

Literatürde kendiliğinin oluşması sırası ve sonrasında gözlemlenebileceği ifade edilen utanç ve suçluluk gibi duygular bilişsel süreçlerle doğrudan ilişkili olarak ele alınmaktadır (Harter, 1999; Lewis ve ark., 1989; Tangnes ve Fisher, 1995). Bu duyguların bilişsel kapasiteye bağlı olarak, kendilik ve çevre-diğerleri arasındaki ilişki bağlamında ortaya çıkabileceği belirtilmektedir. Buradan hareketle de bu duyguları ele alabilmek için şemalar gibi bilişsel yapıların önemi açık bir şekilde anlaşılacaktır. Şema Terapi gibi hem duygusal hem bilişsel hem

de davranışsal özellikleri bir arada ele almayı hedefleyen bir psikoterapi yaklaşımında bilişsel ve duygusal yapıların ilişkisini; duyguların nasıl ve hangi davranışlara (modlar gibi) dönüştüğünü anlamak psikoterapi sürecinin ayrılmaz bir parçası olacaktır.

Bu panel kapsamında, utanç ve suçluluk duygularının tanımı, kapsamı, birbirine benzer ve farklı özellikleri ele alınacak; çocuk, ergen ve yetişkin psikoterapilerindeki vaka örnekleri ve ilişkili olası formülasyonlar tartışılacaktır.

Panel 8: Şema Terapi İle Klinik Vaka Sunumları

Borderline Kişilik Bozukluğu Ve Migren Tipi Baş Ağrılarına Sahip Obsesif Kişilik Özellikleri Taşıyan Olguların Şema Terapi Vaka Kavramsallaştırmaları

Prof. Dr. Esra Yancar DEMİR

Olgu 56 yaşında kadın hasta, doktor, evli, 2 çocuklu. Çok sık tekrarlayan migren atakları (gerilime bağlı olduğunu düşündüğü), Yakın akraba ilişkilerinde sorunlar (erkek kardeşi ve ablayla yıllardır görüşmüyor) işteki mükemmeliyetçi tutumu ve belli şeylere zorunda hissetme nedeniyle tükenmiş hissetme şikayetleri ile başvurdu. Hastanın şema terapi olgu formülasyonu yapılacaktır.

2. Olgu 36 yaşında kadın hasta, eczacı kalfası, evli 2 çocuklu. Evliliğindeki sorunlar, iletişimsizlik ve tartışmalar. Evliliğinin başından beri eşiyile ciddi iletişim ve ilişki sorunları mevcut. Hem kendisinin hem de eşinin evlilik boyunca ekstra marital ilişkileri olmuş hastanın şema terapi olgu formülasyonu ile sunumu amaçlanmaktadır.

Anoreksiya Nervoza’yı Şema Terapi İle İle Anlamak

Klinik Psk. Dr. Ece ATAMAN

Anoreksiya Nervoza (AN), fiziksel sağlık ve psikososyal işlevsellikte klinik olarak bozulmalara yol açan, yüksek ölüm oranına sahip olması nedeniyle göz ardı edilmemesi gereken önemli bir hastalıktır. AN’nin beden algısının bozulması ve kilo kaybından çok daha fazlası olduğunun altını çizmek gerekir. Yüksek eş tanı oranları ile belirli kişilik özelliklerinin yaygınlığı göz önüne alınarak, bu yeme bozukluğunun altında yatan daha derin düzeydeki inanç sistemlerinin anlaşılması önemli bulunmaktadır.

AN ile birlikte görülen kişilik örüntülerinin ve hastalığa zemin hazırlayan erken dönem yaşantıların “Şema Terapi” kuramı çerçevesinde ele alınmasıyla sürece dair zengin bir bakış açısı oluşmaktadır. Özellikle kontrolü elinden bırakmak istemeyen ve çoğu zaman tedaviye direnç gösteren AN hastalarının, kendilerinde olan biteni keşfetmeleri yönünde merak ve motivasyonlarının artmasında, hastalıkları ve kendileriyle ilgili içgörü geliştirmelerinde Şema Terapinin etkili ve hasta için düzeltici bir duygusal deneyim olduğu değerlendirilmektedir. Şema Terapinin yeme bozukluklarının tedavisi için etkin olabileceğini düşündüren önemli özelliklerinden biri, terapötik ilişkinin terapi süreci içerisinde değişime yönelik bir araç olarak kullanmasıdır. “Sınırlı Yeniden Ebeveynlik” ve “Empatik Yüzleştirme” yaklaşımlarıyla, işlevsel başa çıkma yollarının içselleştirilmesi hedeflenmekte, hastanın erken dönemde karşılanamayan gereksinimleri terapi ortamında sunulmaktadır.

Bu sunum kapsamında Şema Terapi kuramının AN’yi ele alışı; önemli temalar, vaka örnekleri ve ilişkili olası formülasyonları aktarılacaktır.

Kusurluluk “Telafi Edilemediğinde”: Bir Vaka Sunumu

Klinik Psk. Doktora Adayı Nefise LADİKLİ

Kusurluluk; uyum bozucu bir düzeyde yaşantılandığında bireyin tüm çabasına rağmen değerli olmadığı; sevgi, takdir, saygı gibi pozitif sosyal aktarımları hak etmediği gibi olumsuz duygulara yol açabilmektedir. Takdim edilen bu vaka, kusurluluk şemasının aşırı telafi edilmesi ile yaratılan bir kısır döngüyü; kusurluluğa eşlik eden eleştirel ebeveyn, öfkeli çocuk ve aşırı denetimci modların iş hayatındaki görünümünü yansıtmaktadır. Vaka sunumu, iş yaşamında kusurluluğun aşırı telafisi olarak sergilenen mükemmeliyetçi davranışların şema ve mod yönelimli formülasyon kullanılarak Şema Terapi yoluyla sağaltımını örneklemeyi amaçlamaktadır.

Tiyatro Gösterimi

Şema Terapi Modeli İle Karakter Analizi Ve Oyunculukta Şema Terapi Metodu Bir Örnek

Oyun: Dünyadaki En Güzel Şey

Psk. Özlem ŞENGÜN

Bu oturumda Psikolog ve Oyuncu Özlem Şengün ile bir tiyatro gösterimi yer almıştır.

KONUŞMACI ÖZGEÇMİŞLERİ

Remco van der WIJNGAART

Remco van der Wijngaart, psikoterapist Uluslararası Şema Terapi Topluluğu (ISST) Eğitimci Süpervizörü. Hollanda Şema Terapi Enstitüsü Yöneticisi. 2016-2018 yılları arasında Uluslararası Şema Terapi Topluluğunun Başkan Yardımcısı görevini üstlenmiştir.

Remco van der Wijngaart, Hollanda, Maastricht'te özel bir muayenehanede psikoterapist olarak çalışmaktadır. Başlangıçta Bilişsel Davranış Terapisinde eğitim almış, 1996'dan 2000'e kadar Dr Jeffrey Young'dan bizzat eğitim ve süpervizyon almıştır. Kendisi borderline hastalarda, C kümesi kişilik bozukluklarının yanı sıra Anksiyete ve depresif bozuklukları olan hastalarda uzmanlaşmıştır. 2000 yılından bu yana sık sık dünya çapında Şema Terapi konusunda eğitimler ve süpervizyonlar vermektedir. Çeşitli görsel-işitsel yapımların yapımını ve yönetmenliğini yaptı, örn. "Adım adım şema terapi" ve "Kaçınan, Bağımlı ve Obsesif-Kompulsif Kişilik Bozukluğu için şema terapi". 2021'de İmgede Yeniden Senaryolama, Kuram ve Uygulama' isimli kitabı yayınlamıştır.

Joan FARRELL

ISST İleri Düzey Şema Terapisti Eğitimci Süpervizörü Ph.D. Purdue Üniversitesi'nde (IUPUI) Klinik Psikoloji lisansüstü öğrencilerine süpervizyon veren ve denetleyen Klinik Psikoloji profesörüdür. Indiana Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde (IUSM) Psikiyatri alanında 25 yıl klinik profesörlük yapmıştır. IUSM/Eskenazi Toplum Ruh Sağlığı Sınır Kişilik Bozukluğu Tedavi ve Araştırma Merkezi'nde eğitim direktörüdür. ISST'nin seçilmiş Yönetim Kurulu Üyesi, Eğitim ve Sertifikasyon Koordinatörüdür. Ida Shaw ISST İleri Düzey Şema Terapisti Eğitimci Süpervizörü M.A. Sınır Kişilik Bozukluğu Tedavi ve Araştırma Merkezi'nde Grup Şema terapisinin ana eğitimci ve süpervizörüdür. Beş ülkeden 12 kliniğin katıldığı Sınır Kişilik Bozukluğu için G-ŞT araştırmasının ve Hollanda'da yapılmış, G-ŞT'yi Kaçınan Kişilik Bozukluğu ve sosyal fobi için uyarlayan araştırmanın ana direktörlüğünü 5 yıl boyunca sürdürmüştür. Sınır Kişilik Bozukluğu araştırmasında Arnoud Arntz (Ph.D) ile birlikte bilimsel araştırma yöneticiliği rolünü üstlenmiştir. Aynı zamanda ISST Sertifikalı Çocuk ve Ergen Şema Terapisti süpervizörü/egitimcidir ve bu alan için sertifika standartlarını tanımlayan ISST Çocuk ve Ergen Şema Terapisti Çalışma Grubunun başkanıdır.

Eckhard ROEDIGER

ISST'nin kurucu üyelerinden biri ve Almanya'da ilk defa şema terapi eğitim programını oluşturan Alman şema terapisttir. Aynı zamanda çiftler için şema terapi eğitmenidir ve bu konuda çok değerli bir kitabı bulunmaktadır.

ISST'nin başlangıcından itibaren farklı görevlerde toplam 6 defa üst üste (diğer tüm üyelerden daha fazla) yönetim kurulunda görev yapmıştır. Çift terapisi özel ilgi grubunu kurmuştur ve bu alandaki eğitim kriterlerini geliştiren ISST komitesinde görev yapmıştır. Çiftler için şema terapi üzerine ilk kitabın (DiFrancesco, Roediger, & Stevens, 2015: Schema Therapy with "Couples: A Practitioner's Guide to Healing Relationships.) ve çiftler için bir şema terapi kendi kendine yardım kitabının (Stevens & Roediger, 2017: Breaking Negative Relationship Patterns.) ortak yazarıdır.

Klinik Psk. Dr. F. Sevinç GÖRAL ALKAN

ISST İleri Düzey Şema Terapisti Eğitmeni ve Süpervizörü Şema Terapi Türkiye Kurucusu 1978 yılında, ikisi de ilkokul öğretmeni olan anne babanın iki kız çocuğundan ilki olarak, Antalya'da dünyaya gelmiştir. Yüksek öğrenim düzeyine kadar olan eğitimlerini Antalya'da tamamlamıştır. Orta Doğu Teknik Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nden 1999 yılında 'onur' belgesi ile lisans derecesini almıştır. Ardından Boğaziçi Üniversitesi Klinik Psikoloji bölümünde yüksek lisans eğitimini sürdürmüş ve anne-baba çocuk ve eşler arası ilişkiler üzerinde yaptığı yüksek lisans tezi ile "klinik psikolog" ünvanı almaya hak kazanmıştır.

Bu sırada Türkiye'de yaşanan '1999 İstanbul ve Düzce depremleri' sonrasında, hem alanda travma mağdurları ile; hem de konu ile ilgili akademik çalışmalar yaparak, psikolojik travma üzerine uzmanlaşmıştır. Depremin psikolojik travma etkilerinin bireysel ve grup çalışmaları ile tedavisi, toplumsal rehabilitasyon, engellilerle psikolojik destek çalışmaları, sivil toplum temelli katılıma dayalı psiko-sosyal faaliyetler alanlarında çalışmalar ve araştırmalar yapmıştır.

2010 yılında Orta Doğu Teknik Üniversitesi'nde Klinik Psikoloji alanında yaptığı çalışmalar ile "doktora" derecesini ve psikoterapist - araştırmacı olarak bağımsız çalışma lisansını almıştır. Doktora tezinde eşler arası ilişkilerde yansıtımlı özdeşim ile Şema Terapi kavramları üzerinde çalışmıştır.

Klinik Psikoloji alanında Bilişsel Davranışçı Terapi, Aile ve Eş Terapisi, Travma için Müdahaleler, Şema Terapi, Psikodinamik Terapiler alanlarında eğitimleri tamamlamış ve uzmanlıklar edinmiştir.

Uluslararası Şema Terapi Birliği tarafından verilen İleri Düzey Şema Terapisti, Eğitmeni ve Süpervizörü sertifikasına sahiptir. 2021-2022 yıllarında ISST Türkiye sertifikasyon koordinatörü görevini sürdürmüştür. Ayrıca Avrupa Psikoloji Birlikleri Federasyonu lisanslı Psikolog ve Psikoterapist belgelerine sahiptir. Şema Terapi alanında Arnoud Arntz yönetiminde sürdürülen Borderline Kişilik Bozukluğuna Şema Terapi etkililiği üzerine yapılan araştırma kapsamında koordinatörlük görevi üstlenmiştir.

Şu anda klinik çalışmalarını, yarı zamanlı olarak i-psy/ PsyQ Amsterdam'da ve ayrıca Rotterdam merkezli özel danışmanlık merkezinde sürdürmektedir.

Klinik çalışmaların yanı sıra, psikolog/ psikiyatristlerin ve ruh sağlığı çalışanlarının meslek içi eğitimlerinde eğitimci olarak rol almakta ve süpervizyon vermektedir. Şema Terapi yayınlarının Türkçe'ye kazandırılmasında çevirmenlik ve editörlük çalışmaları yaparak katkıda bulunmaktadır. Bu alanda sürdürdüğü bilimsel araştırma faaliyetleri de bulunmaktadır.

Prof. Dr. Nuray KARANCI

Üniversite öncesi eğitimlerini Ankara Koleji'nde tamamlayan Karancı, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nde lisans eğitimini şeref derecesi ile tamamladı. Ardından Londra Üniversitesi'nde Klinik Psikoloji yüksek lisans programını tamamlayan Karancı 1980 yılında doktora derecesini Hull Üniversitesi'nde "Sigara içmenin fizyolojik ve davranışsal etkileri: Sınıflandırma için implikasyonlar" isimli çalışmasıyla aldı. Alandaki çalışmalarıyla 1986 yılında doçentlik ve 1992 yılında profesörlük ünvanını aldı. Araştırma alanları arasında afet ve travma özelinde bir çok çalışması bulunan Karancı, 'Psikiyatrik ve tıbbi hastaların hastalıkları ile ilgili yaptıkları nedensel yüklemeler ve bu yüklemelerin depresyonla ilişkisi; Şizofrenik hastaların bakımverenleri: Duygu dışı vurumu, çıkarımlar, yükler ve sağlık görevlilerinden beklentiler.' gibi konularla da ilgilenmiştir. Karancı bu sayısız araştırma projelerinin yanı sıra birçok ödüle de layık görmüştür. 1979 yılında British Psychological Society tarafından 'Yılın Genç Psikoloğu' seçilmiştir. Türk Psikologlar Derneği üyesidir. Prof. Dr. Nuray Karancı, 1980 yılından itibaren ODTÜ Psikoloji Bölümü'nde öğretim üyesi görevi yapmıştır. Çalışmalarını TOBB Ekonomi ve Teknoloji Üniversitesi'nde sürdürmektedir.

Doç. Dr. Ceren ACARTÜRK

2001 yılında Boğaziçi Üniversitesi Psikoloji Bölümünden mezun olmuştur. Klinik Psikoloji yüksek lisans derecesini 2004 yılında Orta Doğu Teknik Üniversitesi'nde almıştır. Lisans ve yüksek lisans dönemlerinde alan stajlarını Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi ve

Ankara Üniversitesi Psikiyatri Bölümünde tamamlamıştır. Marmara depreminin ardından 2001-2004 yılları arasında Kocaeli Üniversitesi Psikiyatri Bölümü'ne bağlı İzmit Rehabilitasyon Merkezi'nde (İREM) gönüllü psikolog olarak deprem travması üzerine çalışmıştır.

2004 yılında Doğu Üniversitesi Psikoloji Bölümünde asistan olarak İstanbul Şehir Üniversitesinde Yard. Doç. olarak eğitim vermiş, araştırmalar yürütmüştür. 2006-2009 yılları arasında Hollanda'da Vrije Üniversitesi, Amsterdam'da Klinik Psikoloji doktora derecesini, "Sosyal Fobinin Bilişsel-Davranışçı Yöntemlerle Terapisi" üzerine yaptığı çalışma ile almıştır. 2009-2010 yıllarında Amsterdam Üniversitesi Tıp Fakültesi tarafından yürütülen HELIUS (Healthy Life in Urban Settings) projesinin ruh sağlığı ve akültürasyon bölümlerinde çalışarak, çalışmanın bu alandaki ölçüm araçlarının belirlenmesinde yer almıştır. Bu çalışmanın yanı sıra doktora sonrası araştırmacı olarak göçmenlik, akültürasyon ve ruh sağlığı üzerine çalışmalar yapmıştır.2006-2012 yılları arasında Utrecht ve Amsterdam'da, çeşitli kliniklerde yetişkinlere İngilizce ve Türkçe bireysel ve grup terapileri sunmuştur.

Çalışmalarında Bilişsel Davranışçı Terapi ve EMDR Terapisi tekniklerini kullanmaktadır. Koç Üniversitesi Psikoloji Bölümünde doçent olarak ders vermektedir.

Prof. Dr. Esra Yancar DEMİR

1977 İstanbul doğumludur. Dokuz Eylül Tıp Fakültesinden 2000 yılında mezun olmuştur. 2006 yılında Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalından uzmanlığını aldıktan sonra, 2017'de doçent, 2022 yılında da Profesör ünvanı almıştır. Halen Avrasya Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Anabilim Dalı Başkanı olarak çalışmaktadır. 2022 yılında İleri Düzey Şema Terapist olarak sertifikalandırılmıştır. Halen Bilişsel Terapi ve Şema Terapi alanında çalışmaları devam etmektedir.

Klinik Psk. Dr. Berge VELİBAŞOĞLU

Şema Terapi'de Pozitif Şemalar ve Sağlıklı Yetişkin paneli kapsamında yapılacak olan bu sunumda Şema terapi kapsamında temel duygusal ihtiyaçlardan bahsedilecektir. Şema Terapi'ye göre evrensel olan temel duygusal ihtiyaçların karşılanamaması sonucunda erken dönem uyum bozucu şemalar gelişmektedir. Bu şemalar, kişilik bozuklukları başta olmak üzere psikolojik bozukluklarda önemli rol oynamaktadır. Özellikle son yıllarda pozitif psikolojinin önem kazanmasıyla birlikte terapi süreçlerinde danışanların güçlü yönlerine odaklanılmaya başlanmıştır. Bu doğrultuda Şema Terapi'de de temel duygusal ihtiyaçların karşılandığı durumlar önem kazanmıştır. Buradan yola çıkarak çocukluk döneminde temel duygusal ihtiyaçların

karşılanmasıyla birlikte pozitif şemaların ortaya çıktığı öne sürülmektedir. Bu sunum kapsamında da bu şemaların geliştirilmesi ve tanımlarına yer verilecektir. Görece yeni bir kavram olan pozitif şemaların vaka kavramsallaştırmalarındaki ve klinik uygulamalardaki yerine değinilecektir.

Klinik Psk. Nur BALTALARLI

Koç Üniversitesi Psikoloji bölümünü tamamladıktan sonra, İstanbul Şehir Üniversitesi'nde Klinik Psikoloji tezli yüksek lisans programından başarıyla mezun olmuştur. Yüksek lisans tezi olarak; üniversite öğrencilerinin flört şiddetine yönelik tutumlarını, şema terapi perspektifinden inceleyen bir çalışma gerçekleştirmiştir. Birbirinden farklı kurum ve kuruluşlarda stajyer, gönüllü psikolog, araştırmacı ve uzman psikolog olarak görev almıştır. Bugün yetişkinlerle şema terapi ve mod terapisi yönelimiyle seanslarını, Evo Psikoloji Psikolojik Danışmanlık Merkezi ve Hiwell çevrimiçi psikolojik danışmanlık platformunda sürdürmektedir.

Lisans eğitimi süresince, Toplumsal Cinsiyet Eşitliği üzerine sertifika programını tamamlamıştır. Yüksek lisans eğitimi kapsamında; şema terapi, diyalektik davranış terapisi, farkındalık odaklı stres azaltma metodu gibi yöntemleri üzerine eğitim almıştır. Gottman Çift Terapisi I. Düzey ve Gottman Çift Terapisi II. Düzey eğitimini tamamlamıştır. Şema Terapi Enstitü'nün verdiği Temel Düzey Şema Terapi eğitimini Prof. Gonca Soygüt Pekak eğitmenliğinde tamamlamıştır. Ek olarak, Ayşe Esra Ersayan eğitmenliğinde Şema Mod Çalışmalarında Yaşantısal Tekniklerin Kullanımı eğitimini almıştır. Sevinç Göral Alkan eğitmenliğinde Ruh Sağlığı Çalışanlarına Sağlıklı Yetişkin Yanımızı Güçlendirme Uygulamalarına katılmıştır. Dennis Tirch ve Laura Silberstein-Tirch eğitmenliğinde Şefkat Odaklı Terapiyle Kaygının Üstesinden Gelmek adlı eğitimi tamamlamıştır.

Klinik Psk. Gamze DÖNMEZ YÜRÜK

Psikoloji lisans derecesini Hacettepe Üniversitesi'nden, klinik psikoloji yüksek lisans derecesini ise Ankara Üniversitesi'nden almıştır. 2011 yılından bu yana Sağlık Bakanlığı'na bağlı hastanelerde klinik psikolog olarak çalışmaktadır.

Bu zamana kadar psikiyatri servisinde yatan hastalar, poliklinik hastaları, çocuk onkoloji hasta ve yakınları, Toplum Ruh Sağlığı Merkezi'nde psikoz tanılı hastalar, alkol madde bağımlılığı gibi çeşitli alanlarda bireysel, çift ve grup terapileri, psikoeğitimler düzenlemiştir, psikolojik değerlendirme testleri uygulamıştır. Şu an psikiyatri polikliniği tarafından yönlendirilen hastalara bireysel psikoterapi ve psikolojik test uygulamalarının yanı sıra palyatif bakım servisi hasta ve yakınlarına psikolojik destek hizmetleri vermektedir.

Bireysel terapi çalışmalarını ağırlıklı olarak Şema Terapi yönelimiyle yürüten Gamze Dönmez Yürük, bunun yanı sıra Bilişsel Davranışçı Terapi yöntemini de kullanmaktadır. Çift terapisi çalışmalarını ise Prof. Dr. Hürol Fışiloğlu' nun İlişki Pusulası modeli ile yürütmektedir.

2021 yılının Ocak ayından bu yana Klinik Psk. Dr. Sevinç Göral Alkan ile Şema Terapi süpervizyonuna devam etmektedir.

Klinik Psk Doktora Adayı Hasan Burak EYÜPOĞLU

İstanbul Şehir Üniversitesi psikoloji bölümünü tam burslu tamamladıktan sonra yine aynı üniversitenin klinik psikoloji yüksek lisans programından mezun olarak uzman unvanını almıştır. Moodist Nöroloji ve Psikiyatri Hastanesi'ndeki stajının yanı sıra birçok projede görev almıştır. Prof. Dr. Gonca Soygüt Pekak danışmanlığında yürüttüğü yüksek lisans tez çalışmasında, Şema Terapi çerçevesinde erken dönem yaşantılar ve bedenselleştirme arasındaki ilişkileri araştırmıştır. Yine yüksek lisans döneminde İstanbul Şehir Üniversitesi Psikoterapi Araştırmaları Laboratuvarında yürütücü asistanlık yapmıştır. Halen University of Dundee'de doktora eğitimine devam etmekte olup, dissosiyatif kimlik bozukluğu konulu araştırmasını sürdürmektedir. Bazıları kamu kuruluşlarınca organize edilen çeşitli proje ve çalışmalarda Mindfulness ve Diyalektik Davranış Terapisi eğitimleri vermiştir. Yetişkinlere yönelik bireysel terapi hizmeti vermeye devam etmekte olup, Şema Terapi ve Diyalektik Davranış Terapisi ekolleri ile çalışmaktadır.

Psikolog Esra TÜRK

Psikolog Esra Türk 2013-2017 yılları arasında İstanbul Ticaret Üniversitesi İnsan ve Toplum Bilimleri fakültesi Psikoloji bölümünden mezun oldu. 2020 yılında İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji yüksek lisans eğitimine başladı şu an *“Erken dönem uyumsuz şema alanlarının depresyon ve anksiyete ile ilişkisinde şefkat korkusu ve dışsal utancın aracı rolü”* adlı tez çalışmasının veri toplama aşamasındadır.

Lisans eğitiminin son yılında İstanbul üniversitesi Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi'nde Pedagojik Formasyon eğitimini tamamladı. 2022 yılında Prof. Dr. Ebru Şalcıoğlu'ndan 86 saat süren İleri Düzey Bilişsel ve Davranışçı Terapi eğitimini tamamlamıştır. 2013-2017 yılları arasında çeşitli STK ve kuruluşlarda gönüllü staj yapmıştır. 2016 yılında Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi'nde lisans klinik staj programını tamamlamıştır. 2022 yılında Özel Yücelen Marmaris Hastanesi'nde yüksek lisans klinik staj programını tamamlamıştır. 2017-2022 yılları arasında çeşitli kurum ve kuruluşlarda psikolog ve eğitmen olarak görev almış ve psikoeğitimler vermiştir. Şu anda Özel Eda Ak Ulaştırma Hizmetleri Mesleki Eğitim ve Geliştirme Kursunda

“Trafik ve Davranış Psikolojisi” eğitimi vermektedir. Yanı sıra Özel Mektebim Beykent Koleji’nde okul psikoloğu olarak çalışmaktadır.

Klinik Psk. Dr. Tubanur BAYRAM KUZGUN

Lisans eğitimini İzmir Ekonomi Üniversitesi ve Ruhr Üniversitesi Psikoloji bölümünde tamamladı. Klinik Psikoloji alanında Yüksek Lisans ve Doktora eğitimini ise Haliç Üniversitesi ve İstanbul Arel Üniversitesi’nde tamamladı. Eğitimi süresince Balıklı Rum Hastanesi ve Davranış Bilimleri Araştırma Merkezinde ve Arel Üniversitesi Sinirbilim laboratuvarında araştırmacı ve gönüllü psikoterapist olarak yer aldı. Bu süreçte ayrıca çeşitli özel kurumlarda psikolojik danışmanlık hizmeti verdi.

Alanında yetkin pek çok klinisyenden uluslararası geçerliği tanınan Bilişsel Davranışçı Terapi, Şema Terapi ve Psikodinamik Terapiler üzerine kapsamlı bir eğitim ve supervizyon sürecinden geçti. International Society of Schema Therapy tarafından akredite edilmiş olan Şema Terapi eğitimi aldı.

Doktora tezini cinsel travma yaşantısı olan kadınlarda travma sonrası stres bozukluğu ile travma sonrası suçluluk, utanç, korku ve çaresizlik arasındaki ilişki üzerine yazdı. Uluslararası indeksli dergilerde depresyon, travma psikolojisi ve pozitif psikoloji hakkında çeşitli makaleler yazdı. Çeşitli ulusal ve uluslararası kongrelerde bildiriler sundu.

İstanbul Arel Üniversitesi Psikoloji Bölümü’nde Dr. Öğr. Üyesi olarak çalışmakta olup yüksek lisans düzeyinde klinik psikoloji ile ilgili dersler ve yeni başlayan klinik psikolog adaylarına klinik süpervizyon vermektedir. Aynı zamanda Klinik Psikoloji yüksek lisans ve doktora programlarını koordine etmektedir. Ayrıca Psikeart ve Psikesinema gibi kültür sanat içerikli dergilerde çeşitli yazılar yazmaktadır. Tıbbi destek gerektiren durumlarda psikiyatrist işbirliği ile yetişkinler ve 16 yaş üstü ergenlere yönelik psikolojik danışmanlık vermektedir.

Klinik Psk. Doktora Adayı Sultan Işık ATALAN

İstanbul doğumlu olan Sultan Işık Atalan, lisans eğitimini George Mason Üniversitesi Psikoloji Bölümünde ana dal ve Küresel İlişkiler Bölümünde yan dal yaparak 2010 yılında tamamlamıştır. İlk yüksek lisansını İstanbul Şehir Üniversitesi Kültürel Çalışmalar alanında yapmış, ikinci yüksek lisansını da aynı üniversitenin Klinik Psikoloji alanında tamamlamıştır. Yüksel lisans tez konusu “Erken dönem uyumsuz şemalar ile erteleme davranışı arasındaki ilişki : şema terapi modelinde bir incelemedir. Hasan Kalyoncu Üniversitesi’nde Klinik Psikoloji alanında doktora çalışmalarına devam etmektedir.

Psikoloji alanında almış olduğu birçok eğitim bulunmaktadır, Prof. Dr. M. Hakan Türkçapar'dan Bilişsel Davranışçı Terapi, Dulwich Center eğitimlerinden Narrative terapi ve Prof. Dr. Gonca Soygüt Pekak'tan “Şema Terapi” eğitimleri almıştır. Prof. Dr. Medaim Yanık'tan Disosiyatif Kimlik Bozukluğu 1. ve 2. düzey eğitimlerini almıştır. Şema, Narrative, Gottman Çift Terapileri ile EMDR metotlarını kullanmaktadır. Hala Şema Terapi süpervizyonlarına Esra Ersayan hoca ile devam etmektedir.

2010 yılında bu güne part time ve full time olarak terapistlik yapmaktadır. 2017'de Türkiye'nin öncü sivil toplum kuruluşlarından Yeşilay'da Genel Müdür Yardımcılığı ile başlayan görevini, 2018 yılı itibariyle Yeşilay Genel Müdürü olarak devam ettirmiştir. Türkiye genelinde 81 ilde olan Yeşilay Danışmanlık Merkezlerinin (YEDAM) kurulum ve yönetim süreçlerini yürütmüştür. 2021 yılında görevinde istifa ederek akademik çalışmalarına ve terapistliğe tam zamanlı geçiş yapmıştır.

Halen Klinik Psikoloji alanında doktora çalışmaları ile birlikte, tam zamanlı olarak yetişkin ve çiftlerle çalışmalarına devam etmektedir.

Birleşmiş Milletler Uyuşturucu Komisyonu ve Dünya Sağlık Örgütü gibi alanında önemli kuruluşların her yıl düzenlediği pek çok ulusal ve uluslararası kongre ve sempozyuma katılım göstermiş, konuşmacı olarak yer almıştır. İyi derecede İngilizce bilmektedir.

Klinik Psk. Doktora Adayı Büşra ACAR

İstanbul Şehir Üniversitesi Psikoloji bölümünde lisans eğitimini tamamladıktan sonra Marmara Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans programından mezun olmuştur ve uzman klinik psikolog ünvanını kazanmıştır. 2020 yılından beri Koç Üniversitesi Klinik Psikoloji Bilimi Doktora Programına devam etmektedir. Prof. Dr. Gonca Soygüt Pekak tarafından verilen ISST – Uluslararası Şema Terapi Derneği onaylı Şema Terapi kuramsal eğitimini almıştır. Dr. Sevinç Göral Alkan ile Şema Terapi süpervizyon aşamasında olup sertifikasyon sürecine devam etmektedir. Psikolojik travma, intihar ve şema alanlarında çalışmalar yapmaktadır.

Klinik Psk. Dr. Özge SARIOT

2008 yılında ODTÜ Psikoloji Bölümünden mezun olmuştur. Klinik Psikoloji uzmanlığını (2011) da aynı üniversiteden ‘The Mediator Role of Parental Behaviors Between Children’s Witnessing Interparental Violence and Children’s Coping Ways with Interpersonal and Academic Stressors’ başlıklı teziyle almıştır. Doktora (2019) derecesini Aydın Adnan Menderes Üniversitesi’nden ‘Olumlu Ebeveynlik Programı: Okul Öncesi Çocuklarda Problem Davranışlara

Etkisi ve Kendini Düzenleme Becerisinin Aracı Rolü' başlıklı teziyle almıştır. 2010-2013 yılları arasında İzmir Üniversitesi'nde, 2013 yılından bu yana da Aydın Adnan Menderes Üniversitesi'nde araştırma görevlisi olarak çalışmaktadır. Lisans düzeyinde çocuk İstismarı ve İhmali, Gel şimsel Psikopatoloji derslerini yürütmektedir. Üniversite öğrencilerinin üniversiteye uyum süreçleri, yetişkinlikte ayrılık kaygısı, bilişsel çarpıtmalar gibi konularda çalışmaları bulunmaktadır. Eğitimi süresince davranış terapisi, sorun çözme terapisi ve bilişsel davranışçı terapiye ilişkin uygulama deneyimi edinmiştir. Olumlu Ebeveynlik Programı (Triple P) (0-12 yaş) uygulayıcısıdır. Uluslararası Şema Terapi Derneği Onaylı Şema Terapi teorik eğitimi tamamlamıştır. Abdül Kadir Özbek Psikodrama Enstitüsüne bağlı psikodrama yardımcı terapistidir, psikodrama psikoterapistliği eğitimine devam etmektedir.

Klinik Psk. Dr. Ömer Taha SÖZER

Yüksek Lisans ve Doktora eğitimini Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Klinik Psikoloji programında tamamlamıştır. Akut Stres Tepkisinin Yaşam Olayları ve Pekiştirmeye Duyarlık Bağlamında İncelenmesi adlı doktora tezi TÜBİTAK 1002 Hızlı Destek Projesi kapsamında desteklenmiştir. Yüksek Lisans ve Doktora eğitimi boyunca Prof. Dr. Mehmet Eskin, Prof. Dr. Çiğdem Dereboy tarafından sorun çözme ve davranışçı terapi eğitimi ve aktif süpervizyon almıştır. Şu an Yüzüncü Yıl Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nde öğretim üyesi olarak görev yapmaktadır.

Klinik Psk. Dr. Feyza KARSLI

2014 yılında Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümünden mezun olmuştur. Doktora (2019) derecesini Aydın Adnan Menderes Üniversitesi'nden 'Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Sorun Çözme ve İntihar Olasılığı Arasındaki İlişki: Bir Durumsal Aracılık Modeli' başlıklı teziyle almıştır. 2018 yılında Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesinde ardından Aydın Adnan Menderes Üniversitesi'nde araştırma görevlisi olarak çalışmaktadır. Üniversite öğrencilerinin üniversiteye uyum süreçleri, psikobiyografi, tamamlayıcı alternatif tıp gibi konularda çalışmaları bulunmaktadır. Eğitimi süresince klinik değerlendirme, davranış terapisi, sorun çözme terapisi ve bilişsel davranışçı terapiye ilişkin uygulama deneyimi edinmiştir.

Klinik Psk. Dr. Reyhan Nuray DUMAN

Uludağ Üniversitesi Psikoloji bölümünü bölüm birincisi olarak bitirmiştir. Lisans eğitimi süresince birçok kez üstün onur ve onur belgeleri almaya hak kazanmıştır. Lisans eğitiminin ardından İstanbul Ticaret Üniversitesi Uygulamalı Psikoloji yüksek lisans programını, "Evli

Çiftlerin Kişilik Özelliklerinin Evlilik Uyumuna Etkisi” isimli projesini başarı ile tamamlamış ve uzmanlığını almıştır. Daha sonra, Arel Üniversitesi Klinik Psikoloji Doktora Programını “Fibromiyalji Hastalarında Çevrimiçi Grup Şema Terapisinin Yaşam Kalitesi, Duygu Düzenleme, Anksiyete, Depresyon ve Şema Modları Üzerindeki Etkisi” konulu tez çalışmasıyla tamamlamıştır. Fibromiyalji ve Migren hastalarına yönelik bireysel ve grup terapisi çalışmaları yürütmektedir ve psikosomatik alanında akademik araştırmalar yapıp bu alana yönelik yayınlar hazırlamaktadır. Lisans eğitiminin ardından farklı kurum ve derneklerde psikolog olarak çalışmış, ergen ve yetişkinlere bireysel danışmanlık ve aile danışmanlığı hizmeti vermiştir.

Hazırladığı proje ile İSTKA desteği alarak İETT Genel Müdürlüğü’nde 2014 yılında şoförlere hizmet vermek amacıyla İETT Ruh Sağlığı ve Psikoteknik Merkezi’ni kurmuştur. 10 yıl süresince bu birimin yöneticiliğini yürütmüştür.

İstanbul Psikoterapi Derneği Avrupa Şubesi kurucu başkanı olan Reyhan Nuray Duman Türk Psikologlar Derneği, EMDR Derneği, Hipnoz Derneği gibi Türkiye’de psikoloji ve psikoterapi alanında öncü olan birçok derneğin üyesidir. Ayrıca 2017-2019 yılları arasında gerçekleştirilen Ulusal Bütüncül Psikoterapi Kongreleri’nin düzenleme kurulu başkanlığını yürütmüştür.

Birçok farklı konuda alanında uzman kişiler ve kurumlar tarafından verilen birçok eğitim, seminer, konferans k ongre ve workshoplara katılmıştır. Psikoterapi Enstitüsü tarafından verilen Bütüncül Psikoterapi

Eğitimi’ne başarı bursu ile kabul edilmiş ve eğitimini tamamlamıştır. Psikoterapi Enstitüsü bünyesinde verilen 4 yıllık Bütüncül Psikoterapi eğitiminin eğitmen kadrosundadır. Yrd. Doç. Murat Dokur eğitmenliğinde yürütülen European Family Therapy Association (EFTA) -Training Institutes Chamber (Avrupa Aile Terapisi Derneği Eğitim Birimi) tarafından onaylı Çift ve Aile Terapistliği Eğitimi tamamlamıştır. İstanbul Psikodrama Enstitüsü’nde başladığı psikodrama eğitiminin temel aşamalarından mezun olup co- psikodramatist unvanına sahip olmuştur. Psikodrama eğitiminin üst aşamasına halen devam etmektedir. Bilişsel Davranışçı Terapi, Şema Terapi, EMDR, Bütüncül Psikoterapi, Çift ve Aile Terapileri ve Psikodrama eğitimleri kapsamında 700 saatin üzerinde süpervizyon eğitimi almıştır. ISST onaylı Şema terapisti, EMDR Avrupa Onaylı EMDR terapisti ünvanı ile her danışana ait özel bir terapi planlamasını savunan Bütüncül Psikoterapi yaklaşımının yanında uygulayıcısı olduğu EMDR , BDT, Şema Terapi, Çift ve Aile Terapileri, Grup Terapileri, Hipnoterapi gibi farklı ekol, teknik ve yöntemleri de kullanarak, danışanların ihtiyaç ve sıkıntılarına bağlı olarak terapi sürecini planlamaktadır. Yetişkin, ergen,

aile/çift terapisi, grup terapisi, uzmanlara ve kurumlara yönelik eğitim, süpervizyon ve seminer çalışmalarına devam etmektedir.

Klinik Psk. Hande Sena İŞİN

Klinik Psikolog ve ISST Onaylı Temel Düzey Şema Terapistidir. İstanbul Amerikan Robert Koleji'nden 2003 yılında mezun olmuş ve üniversite eğitimine Orta Doğu Teknik Üniversitesinde Psikoloji Bölümünde devam ederek 2006 senesinde bölüm ikincisi olarak yüksek onur derecesi ile tamamlamıştır. Mezuniyetinin üzerine alan dışında, alanında lider uluslararası şirketlerde yönetici olarak çalışmıştır. Bu süreç içerisinde Boğaziçi Üniversitesinde Executive MBA eğitimini onur derecesi ile tamamlamıştır. Sonrasında kurumsal hayatı bırakarak mesleğe dönmeye karar vermiştir.

2012 Yılında ACSTH Onaylı Profesyonel Koçluk eğitimi, 2013 senesinde Kısa Süreli Çözüm Odaklı Psikoterapi ve Projektif Testler Derneğinden Psikanalitik Kurama Giriş ve İstanbul Üniversitesinden 600 saatlik Aile Danışmanlık Eğitimleri almıştır. Aile Danışmanlığı süpervizyonlarını, Türkiye Aile ve Evlilik Terapileri Derneği Genel Sekreteri Psikoterapist Funda Baysal ile devam etmiştir. 2013-2017 Seneleri Gaia Psikoterapi'de yetişkin ve çift danışanlar ile çalışmıştır. Bu dönemde orta öğretim okullarında öğrenci velileri için “Aile yaşam döngüsü”, “Ergen bir çocukla iletişim” gibi konularda seminerler vermiştir.

Klinik Psikoloji Yüksek Lisans eğitimini İstanbul Esenyurt Üniversitesinde tamamlamıştır. Bu eğitimini, Bilişsel Davranışçı terapi ve Kabul ve Kararlılık Terapisi gibi terapi eğitimleri alarak “Depresyon Tedavisinde Kabul ve Kararlılık Terapisi Uygulanışı” konusu üzerine yapmış olduğu projeye 2018 senesinde onur derecesi ile bitirmiştir.

2019 senesinde Dr. Alp Karaosmanoğlu'ndan aldığı ISST Onaylı Şema Terapi Sertifikasyonu eğitimi itibariyle Şema Terapi'yi ana çalışma yöntemi olarak benimseyerek çalışmalarına devam etmektedir. 2019 senesinde Dr. Paul Kasyanik ve Dr. Elena Romanova'dan Grup Şema Terapisi ve 2021 senesinde Dr. Eckhard Roediger'den ISST Onaylı Çiftlerle Şema Terapisi sertifikasyon eğitimini tamamlamıştır.

İleri Şema Terapistliği süpervizyon çalışmalarını Dr. Sevinç Göral Alkan ve Esra Ersayan ile, Aile Çift Şema Terapi süpervizyonlarını Dr. Ekhard Roedriger ile devam ettirmektedir. Ekim 2022 Senesinde Varoluşçu Psikoterapiler Derneği bünyesinde iki sene süren Temel Varoluşçu Analiz eğitimine başlamıştır. ISST (International Society of Schema Therapy) Üyesidir. Çift ve yetişkinlerle olan çalışmalarına İstanbul Avrupa yakasındaki kendi kliniğinde, pandemi dönemi

sebebiyle online olarak devam etmektedir. İyi Hissetmek Dergisi'nde aralıklı olarak Şema terapi yaklaşımı ile sanat ve edebiyat eserlerinin analizini yaptığı yazılar yazmaktadır.

Klinik Psk. Dilara BOYRAZ GİRİŞ

Psikoloji lisansını 2016 yılında İstanbul Üniversitesi'nde, klinik psikoloji yüksek lisansını İstanbul Şehir Üniversitesi'nde tamamlamıştır. Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programından, Prof. Dr. Gonca Soygüt Pekak danışmanlığında yaptığı, Şema Terapi Modelinde Yürütülen Psikoterapi Süreçleri: Terapistlerin Sağlıklı Yetişkin Modlarını Güçlendirme Deneyimlerine İlişkin Bir İnceleme başlıklı tezi ile mezun olmuştur. Yüksek lisans eğitimi boyunca Şema Terapi, Diyalektik Davranışçı Terapi, Mindfulness Temelli Stres Azaltma Programı (MBSR) ve Culturally Adapted Somatic-Focused CBT for PTSD eğitimlerini almıştır.

Lisans ve yüksek lisans eğitimi boyunca çeşitli dernek ve kurumlarda gönüllü olarak çalışmalarda bulunmuştur. 2015 yılında Erasmus programıyla Hollandada bulunan Radboud University, Donders Institute for Brain, Cognition and Behaviour- Baby Research Center'da bebeklerin sosyal, duygusal gelişimleri alanlarındaki araştırmalarda stajyer asistan olarak görev almıştır. 2016-2017 yılları arasında Türkiye Çocuklara Yeniden Özgürlük Vakfı'nda savaş ve göç mağduru çocuklarla psikososyal destek projesinde gönüllü psikolog olarak çalışmıştır. Türk Psikologlar Derneği İstanbul Şube Travma, Afet ve Kriz biriminde çeşitli görevlerde yer almıştır.

Şu anda World Human Relief Derneği bünyesinde Türkiyede ilk olarak kurulan Adana-Uluslararası Travma Önleme ve Rehabilitasyon Merkezi'nde (UTÖMER) klinik psikolog ve psikoterapi merkezinin koordinatörü olarak görev almaktadır. Yetişkinlerle bireysel seanslarında Şema Terapi ve Diyalektik Davranışçı Terapi yöntemleri ile çalışmaktadır.

Klinik Psk. Dr. Özge YILMAZ

2009'da Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nden mezun olmasının ardından, "Alkol Bağımlısı Olan Erkeklerde Kişilik Özellikleri, Stresle Başa Çıkma Tarzları, İntihar Olasılığı ve Depresif Belirti Düzeyinin İncelenmesi" başlıklı teziyle Hacettepe Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı'nı 2012'de tamamlamıştır. Prof. Dr. Gonca Soygüt Pekak danışmanlığında yürüttüğü "Doktora Öğrencisi Psikoterapistlerin Şema Terapi Süpervizyonuyla İzledikleri Danışanlarıyla olan İttifakta Kırılma Deneyimlerinin Yorumlayıcı Fenomenolojik Analizi ve Bu Deneyimlere Yönelik Sınırlı Yeniden Ebeveynlik İmgelemesi Uygulanması" başlıklı tez çalışmasıyla da Hacettepe Üniversitesi Klinik Psikoloji Doktora Programı'nı 2018'de tamamlamıştır.

Lisansüstü eğitimi kapsamında Bilişsel Davranışçı Terapi ve Şema Terapi eğitimleri almıştır. Uluslararası Şema Terapi Birliği (ISST) onaylı Standart Düzey Şema Terapistidir. ISST onaylı İleri Düzey Şema Terapistliği sertifikasyon süreci için süpervizyon çalışmalarına devam etmektedir.

2009- 2021 yılları arasında sırasıyla Özel Parla Özel Eğitim Merkezi, Bilkent Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Gelişim Merkezi, Şema Terapi Enstitüsü ve Özel Dönence Aile Danışma Merkezi kurumlarında çalışmasının ardından 2021 Temmuz'dan itibaren mesleki çalışmalarını bağımsız olarak yürütmektedir.

Psikoterapi çalışmalarını kişilik bozuklukları, kişilerarası ilişkilerde sorunlar, kronik yaşam sorunları, depresif ve kaygı ile ilişkili bozukluklar ağırlıklı olmak üzere Şema Terapi Yaklaşımı ekseninde sürdürmektedir.

Uluslararası Şema Terapi Birliği ve Türk Psikologlar Derneği üyesidir.

Klinik Psikolog Alagün Belce BAHŞİ

2008 yılında tam burslu olarak girdiği Okan Üniversitesi Psikoloji bölümünden onur derecesi ile mezun olmuştur. 2013 yılında başladığı Yüksek lisans eğitimini Okan Üniversitesi Travma Odaklı Klinik Psikoloji programında tamamlamıştır. Aynı zamanda ikinci uzmanlığını Bilgi Üniversitesi Travma ve Afet Çalışmaları Uygulamalı Ruh Sağlığı Yüksek Lisans Programında tamamlamıştır. Türk Psikologlar Derneği Travma, Afet ve Kriz Birimi'nde 2014 yılından bu yana gönüllü olarak birim bünyesinde çalışmaktadır. 2014 yılında yaşanan Soma Maden Kazasından bu yana; Ankara Tren Garı Patlaması, Beşiktaş Patlaması, Havalimanı patlaması, 15 Temmuz, Elazığ Depremi, Covid-19 Pandemisi, İzmir Depremi gibi toplumsal travmalarda sahada gerçekleşen psikososyal çalışmalarda gönüllü olarak çalışmıştır. Covid-19 Pandemisi'nde psikososyal destek alanında yapılan çevrimiçi destek hattı çalışmaları olan Kordep projesinde ve Elazığ Depremi'nde, Bilgi Travma Programına bağlı olarak gerçekleştirilen saha çalışmalarında, koordinasyon sorumlusu, eğitmen ve süpervizör olarak çalışmıştır.

Mesleki eğitimlerinde yer alan Şema Terapi Temel Eğitimlerini 2014 yılında tamamlamıştır. Bu alandaki grup süpervizyonlarını Dr. Alp Karaosmanoğlu; bireysel süpervizyonların ise Psk.Dr. Sevinç Göral Alkan ile tamamlamıştır.

Mesleki deneyimine özel bir anaokulunda iki yıl süreyle okul psikoloğu olarak çalışarak adım atmıştır. Bunun hemen ardından klinik çalışmalarına ise, özel bir psikiyatri hastanesinde başlamış, yaklaşık dört yıl süreyle hastanede psikiyatri servisi sorumlu psikoloğu ve erişkin polikliniğinde Klinik Psikolog olarak çalışmıştır. 2019 yılından bu yana özel bir ofiste psikoterapi

uygulamalarına devam etmektedir. 2019 yılından bu yana Acıbadem Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı'nda öğretim görevlisi ve klinik süpervizördür.

Prof. Dr. Uzman Psikolojik Danışman Zeynep CİHANGİR ÇANKAYA

Lisans eğitimini 1997 yılında Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Eğitimde Psikolojik Hizmetler Anabilim Dalında tamamlamıştır. 2000 yılında Ankara Üniversitesi PDR ABD'da yüksek lisansını, 2005 yılında ise Gazi Üniversitesi PDR ABD'da doktora eğitimini bitirmiştir. Doktora tezi kapsamında öznel iyi oluş ve psikolojik ihtiyaçlar üzerinde çalışmaya başlamıştır. Daha sonra akademik çalışmaları pozitif psikoloji ve kavramları üzerinde temellenmiştir. Çocuk ve gençlerin pozitif gelişimine yönelik çok sayıda ulusal ve uluslararası yayını bulunmaktadır. Çeşitli üniversitelerde öğretim görevlisi ve öğretim üyesi olarak çalışmıştır. Akademik çalışmalarına Ege Üniversitesi PDR ABD'da öğretim üyesi olarak devam etmektedir. Psikolojik danışmada şema terapiyi uygulama yeterliğine sahiptir. Çocuk, genç ve yetişkinlerle psikolojik danışma, psikoeğitim uygulamalarını yürütmekte ve ailelere ebeveyn danışmanlığı yapmaktadır. Psikolojik danışma sürecinde pozitif psikoloji müdahalelerini ve şema terapi modelini kullanmaktadır.

Doç. Dr. Meliha TUZGÖL DOST

Lisans eğitimini 1994 yılında Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık programında tamamlamıştır. Yüksek lisans derecesini 1998 yılında, doktora derecesini 2004 yılında aynı üniversite ve programdan almıştır. Doktora tezi kapsamında üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşlarını incelemiştir. Aynı üniversite ve Anabilim Dalı'nda 1998 yılından beri araştırma görevlisi, öğretim görevlisi ve öğretim üyesi olarak görev yapmıştır. Halen doçent kadrosunda öğretim üyesi olarak görevine devam etmektedir. Psikoterapi Enstitüsü'nün 3 yıllık Bütüncül Psikoterapi Eğitimini, Şema Terapi temel eğitimi ve süpervizyonunu, duygu odaklı terapi eğitimini tamamlamıştır. Çalışma ve ilgi alanları, psikodinamik psikoterapi, şema terapi, duygu odaklı terapi, psikolojik danışma ve psikoterapide bütüncül yaklaşımlar, psikolojik danışman eğitimi ve kişilik gelişimidir. Genç yetişkin ve yetişkinlerle bireysel psikolojik danışma ve psiko-eğitim çalışmaları yapmaktadır. Psikolojik danışma sürecinde şema terapi modelini kullanmaktadır.

Uzman Psikolojik Danışman Dr. Adayı Ece EKEN

2014 yılında Ege Üniversitesi Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalı'nda lisans eğitimini tamamladıktan sonra yine aynı bilim dalında yüksek lisans eğitimini 2018 yılında tamamlamıştır. Lisans ve yüksek lisans dönemleri süresince, İskender Savaşır ve Zeynep Atbaşoğlu'nun yürüttüğü Psikanalize Giriş Seminerlerini tamamlamıştır. Bu seminerlerin ardından rüya yorumlamaları grup çalışmasına katılmıştır.

Yüksek lisans tezi kapsamında *Şema Terapi* eğitimi almış ve romantik ilişkilerin üzerindeki erken çocukluk yaşantılarının etkisini incelemiştir. Hem lisans hem de yüksek lisans eğitimleri süresince süpervizyon eşliğinde bireyle psikolojik danışma ve grupla psikolojik danışma uygulaması yapmıştır.

Manisa Celal Bayar Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı'nda 1 yıl süreyle araştırma görevlisi olarak çalışmış, ardından İstanbul Teknik Üniversitesi'nde Kariyer Psikolojik Danışmanı olarak görev almıştır.

Şema Terapi eğitiminin yanı sıra Psikanalize Giriş, Existential Well-being Counseling ve Resume, Networking, and Interview Skills eğitimlerini tamamlamıştır. Romantik ilişkiler, erken dönem uyum bozucu şemalar, pozitif psikoloji uygulamaları ve akıllı telefon bağımlılığı üzerine ulusal ve uluslararası platformlarda yayın ve bildirileri bulunmaktadır. Gençler ve yetişkinlerin kimliklerini şekillendirmelerine, sosyal, duygusal ve kariyer gelişimlerine ve yaşadıkları problemlerin çözümüne destek olmakta ve bu kapsamda çeşitli eğitimler düzenlemektedir. Dezavantajlı Gruplarla Kariyer Psikolojik Danışmanlığı kitabının bölüm yazarları arasındadır. "Ekmek" isimli öyküsü Litera Edebiyat'ta yayımlanmıştır. Düzenli aralıklarla <https://www.izmirpsikolojikdanisman.com/> adresinde yazılarını paylaşmakta ve "Ben de İnsanım" isimli bir podcast yayını yapmaktadır.

2019 yılından bu yana Bahçeşehir Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı'nda yarı zamanlı öğretim görevlisi olarak çalışmakta, İzmir Bir Aile Meselesi Psikolojik Danışma Merkezi'nde psikolojik danışman olarak hizmet vermekte ve Ege Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Doktora Programında eğitimine devam etmektedir.

Klinik Psk. Toprak Ali ÖZKAN

1986'da Bulgaristan – Razgrad'da doğmuştur. Şu anda İstanbul'da yaşamaktadır. Lisans eğitimini 2014'te Bahçeşehir Üniversitesi'nde İngilizce eğitim olarak Psikoloji bölümünde onur derecesi ile erken mezun olarak tamamlamıştır. Haliç Üniversitesi – Klinik Psikoloji bölümünde yüksek lisansını yüksek onur derecesi ile mezun olarak uzmanlığını almıştır. Lisans eğitimi

sürecinde ve sonrasında Surp Pırgıç Ermeni Hastanesi, Balıklı Rum Hastanesi Psikiyatri servislerinde Alkol ve Madde Bağımlılığı tedavisi gören hastalara dair yürütülen çalışmalarda stajyer psikolog olarak görev almıştır. İstanbul Üniversitesi, Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalında tedavi görmekte olan hastaların müzikle rehabilite edildiği bir grupta grup yöneticisi ve co-terapist olarak çalışmıştır. Bursa Belediyesi'ne bağlı bir aile danışmanlık ve eğitim merkezinde psikolog olarak çocuk, ergen, yetişkin ve ailelere, ruh sağlığına yönelik önleyici, koruyucu ve destekleyici çalışmalar gerçekleştirmiştir. Bengi Semerci Enstitüsü'nde ergen ve yetişkin danışmanlarla çalışmıştır. Psikolog Özkan, Çift ve Cinsel Terapiler Eğitimi, Bilişsel Davranışçı Terapi Eğitimi, Şema Terapi, EMDR, Çocuk İhmal ve İstismarı Konusunda Bilirkişilik ve Rapor Düzenleme Eğitimi, Rorschach Testi Uygulama ve Raporlama , MMPİ(Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri) Eğitimi ve süpervizyonlarını tamamlamıştır. Wechsler Çocuklar İçin Zeka Ölçeği IV (WISC-IV) sertifikalı uygulayıcıdır. “Kişilerarası Merkezleşme ve Danışan-Terapist Özelliklerinin Terapi Süreci Ve İttifakına Etkisi” adında bir çevirisi yayımlanmıştır. İyi derecede İngilizce bilmektedir.

Klinik Psk. Doktora Adayı Melike ŞİMŞEK

İstanbul Bilgi Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nün ardından Queen Mary University of London'da Mental Health and Psychological Therapies alanında yüksek lisans yapmıştır. Hasan Kalyoncu Üniversitesi Klinik Psikoloji Doktora Programı'nda öğrenciliği devam etmektedir. Türkiye'de bağımlılık alanında faaliyet gösteren önemli bir sivil toplum kuruluşu olan Yeşilay'da uzun yıllar psikologluk ve klinik direktörlük yapmış, Yeşilay Danışmanlık Merkezleri (YEDAM)'nin kuruluşunda önemli rol oynamıştır. Hala Yeşilay'da klinik danışman olarak çalışmaktadır. Bağımlılık alanında hakemli dergilerde yayımlanmış makaleleri ve kitap bölümleri vardır. Alanda etkin şekilde kullanılan Motivasyonel Görüşme Tekniği'nin Türkiye'deki akredite eğitmenlerinden biridir.

Klinik Psk. Doktor Ece ATAMAN

Lisans eğitimini Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nde tamamladıktan sonra, “Stres Veren Yaşam Olayları Karşısında Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejilerinin Depresyon ve Kaygı Düzeyini Belirlemedeki Rolü” başlıklı teziyle Hacettepe Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı'nı bitirmiştir. Anoreksiya Nervoza tanısı alan ergenlerin tedavisinde Şema Terapi etkililiğini niteliksel olarak incelediği doktora tezi ile 2019 yılında Hacettepe Üniversitesi Klinik Psikoloji Doktora Programı'nı tamamlamıştır.

Çeşitli kurumlarda Klinik Psikolog olarak çalıştıktan sonra 2014-2019 yılları arasında Hacettepe Üniversitesi Hastaneleri-Ergen Sağlığı Bilim Dalı'nda görev yapmış, burada farklı alanlarda zorluk yaşayan çok sayıda ergen ve ailesiyle bir araya gelerek onlara psikolojik destek verme imkanı bulmuştur. Bunun yanında, yetişkinlerin erken dönem yaşantılarının hem ebeveyn olma sürecinde, hem de bugünkü ilişkilerindeki yansımaları üzerine çalışmaları devam etmiştir.

2016 yılı Haziran-Eylül ayları arasında gözlemci araştırmacı olarak Amsterdam Üniversitesi'nde Prof. Dr. Susan Bogels'in araştırma ekibinde yer almıştır. Lisansüstü eğitimi sırasında Bilişsel Davranışçı Terapi ve Şema Terapi eğitimleri aldıktan sonra psikoterapi uygulamalarında yaklaşım olarak Şema Terapi ekolünü benimsemiştir. Uluslararası Şema Terapi Derneği tarafından onaylanmış Sertifikalı Şema Terapisti olarak kişilerarası ilişkiler, kronik yaşam sorunları, kişilik bozuklukları ve ergenlik dönemi psikopatolojileri konularına ağırlık vererek çalışmalarını sürdürmektedir.

2016-2018 yılları arasında Türk Psikologlar Derneği (TPD) Yönetim Kurulu Üyesi olarak çalışmış ve TPD Etik Sorumlusu görevini üstlenmiştir. Halen Uluslararası Şema Terapi Birliği, Ergen Sağlığı Derneği ve Türk Psikologlar Derneği üyesidir. 2019 yılı itibariyle çalışmalarını Kavaklıdere Psikolojik Danışmanlık Merkezi'nde sürdürmektedir.

Doç. Dr. Klinik Psk. İ. Volkan GÜLÜM

Doç. Dr. İ. Volkan Gülüm 2009 yılında Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nden lisans, 2015 yılında da yine aynı üniversiteden klinik psikoloji doktora derecesi almıştır. Doktora eğitimi sırasında The New School for Social Research'te misafir araştırmacı olarak bulunmuştur. Psikoterapi ve psikoterapistlikle ilgili makaleleri ve kitapları bulunmaktadır. İleri düzey şema terapisti ve süpervizördür.

Klinik Psk. Doktora Adayı Nefise LADİKLİ

Lisans eğitimini 2016 yılında Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Psikoloji Bölümünde yüksek onur derecesi ile tamamlamış, lisans eğitimi esnasında bir dönem süreyle İstanbul Üniversitesi Psikoloji Bölümünde özel öğrenci olarak öğrenim görmüştür. Lisans mezuniyetinin hemen ardından İstanbul Üniversitesi Adli Tıp Enstitüsü Sosyal Bilimler Anabilim Dalında yüksek lisans eğitimine başlamış ve Doç. Dr. Neylan ZİYALAR danışmanlığında gerçekleştirdiği "*Üniversite Öğrencilerinin Risk Alma Eğilimlerinin İnternet Kullanımı Üzerindeki Etkileri*" başlıklı tez çalışması ile 2018 yılında mezun olmuştur. Sonrasında, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi - Bezmialem Vakıf Üniversitesi Klinik Psikoloji ortak programında Prof. Dr. İsmet KIRPINAR danışmanlığında yürüttüğü "*Genç Yetişkinlerin Risk*

Alma Davranışlarında Ebeveyn Tutumlarının Etkisi" konulu çalışması ile ikinci yüksek lisans eğitimini de tamamlamıştır.

Lisans, yüksek ve doktora lisans eğitimleri esnasında bir yıl süre ile Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi kadın-yataklı psikiyatri servisinde ve iki yıl süresince Bezmialem Vakıf Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalında stajlarını tamamlamıştır. Bu stajlar esnasında, klinik gözlem, test uygulama ve değerlendirme, bireysel ve grup görüşme, terapötik grup aktiviteleri, vaka izlem toplantıları ve uzmanlık seminerlerine aktif katılım göstermiştir. Ek olarak Pedagojik Formasyon Eğitimi Sertifika Programı kapsamında İstanbul Üsküdar Lisesi'nde psikoloji dersleri vermiştir. Birçok gönüllülük esaslı sosyal sorumluluk projesinde yer almıştır.

Ulusal - uluslararası yayımlanmış bildiri ve makaleleri bulunan Ladikli, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi - İstanbul Medeniyet Üniversitesi Klinik Psikoloji ortak programında sürdürdüğü doktora eğitiminin yanısıra Nisan 2019 tarihinden itibaren Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü'nde araştırma görevlisi olarak akademik çalışmalarına devam etmektedir. Şema Terapi ve Bilişsel Davranışçı Terapi ekolleri çerçevesinde yetişkinlere psikoterapi hizmeti veren Ladikli, The International Society of Schema Therapy (ISST) sertifikasyonu kapsamında süpervizyon sürecindedir. Türk Psikologlar Derneği üyesidir.

Psk. Özlem ŞENGÜN

Psikolog ve oyuncudur. Lisans eğitimini tam burslu ve onur derecesi ile Işık Üniversitesi Psikoloji(İng)'de 2015'de tamamlamıştır. Kariyer hayatına aldığı sertifika, yüksek lisans ve iş tecrübesi çerçevesinde Eğitim Psikoloğu ve Kariyer Geliştirme Uzmanı olarak devam etmiştir. 1997'den bu güne tiyatroya olan ilgisini "mektepli oyuncu" olabilmek üzere Bahçeşehir Üniversitesi İleri Oyunculuk Yüksek Lisans programında 2022'de yüksek onur derecesi ile mezun olmuştur.

2019'dan beri düzenli şema terapi alan ve bir danışan olarak bu alanda kazanımlarını farklı disiplinlerde de uygulayarak daha çok kişinin ve daha çok alanın bu tecrübeyi yaşamasına katkı sağlamak hevesi ile "mektepli şema oyuncu"luk için kolları sıvamıştır. Bu alanda yüksek lisans tezini oyuncuların itki, özbenlik bilinci, ekip çalışması, rol kişisini anlama, ilişki ve duygu döngülerini yorumlama becerileri ve farkındalık artırma kapsamında Şema Terapi yaklaşımından yararlanılabileceği üzerine çalışmıştır.

Gelecek çalışmalarında oyunculuk ve dramaturjide psikolojik yaklaşım üzerine araştırmalarını sürdürerek "Şema Oyunculuk" kavramını hayata geçirmek arzusundadır.

ŞEMA TERAPİ TÜRKİYE SEMPOZYUMU

ONLINE & SİMULTANE ÇEVİRİ



INTERNATIONAL SOCIETY OF
SCHEMA THERAPY



www.sematerapiturkiye.com

1. GÜN PROGRAMI: 9 EYLÜL 2022 CUMA

<p>KLİNİK PSİKOLOG DR. SEVİNÇ GÖRÜL ALKAN ISST İLERİ DÜZEY ŞEMA TERAPİSTİ EĞİTİMİ SÜPERVİZÖRÜ ŞEMA TERAPİ TÜRKİYE KURUCUSU Açılış Konuşması</p>	10:00	ARAŞTIRMALARDA UYUM BOZUCU ŞEMALAR	12:30
<p>PROF. DR. NURAY KARANCI KLİNİK PSİKOLOJİ Bilişsel Davranışçı Terapiden Şema Terapiye</p>	10:10	<p>KLİNİK PSİKOLOG NUR BALTALARLI Flört Şiddetinin Şema Terapi Modelinde İncelenmesi</p>	12:40
<p>PROF. DR. ESRA YANCAR DEMİR PSIKİYATRİST - ISST İLERİ DÜZEY ŞEMA TERAPİSTİ Şema Terapi Modelinde Şemalar ve Modlar</p>	10:30	<p>KLİNİK PSİKOLOG GAMZE DÖNMEZ YÜRÜK Kanser Hastalarında Hastalık Algısı İle Üstbilgi, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar Ve Olumsuz Otomatik Düşünceler Arasındaki İlişkiler</p>	12:50
<p>KLİNİK PSİKOLOG DR. BERGE VELİBAŞOĞLU ISST TEMEL DÜZEY ŞEMA TERAPİSTİ Şema Terapi Modelinde Pozitif Şemalar</p>	11:30	<p>KLİNİK PSİKOLOG DOKTORA ADAYI HASAN BURAK EYÜPOĞLU Erken Dönem Yaşantılar, Aleksitimi Ve Bedenselleştirme Arasındaki İlişkiler: Şema Terapi Modeli Çerçevesinde Bir İnceleme</p>	13:00
<p>REMCO VAN DER WIJNGAART ISST ESKİ EŞ-BAŞKANI, İLERİ DÜZEY ŞEMA TERAPİSTİ EĞİTİMİ VE SÜPERVİZÖRÜ Şema Terapide Yaşantısal Teknikler: İmgede Yeniden Senaryolama</p>	13:40	<p>PSİKOLOG ESRA TÜRK KLİNİK PSİKOLOG DR. TUBANUR BAYRAM KUZGUN ISST TEMEL DÜZEY ŞEMA TERAPİSTİ Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanlarının Depresyon ve Anksiyete ile İlişkisinde Şefkat Korkusu ve Dışsal Utancın Aracı Rolü</p>	13:10
		<p>KLİNİK PSİKOLOG DOKTORA ADAYI SULTAN İŞİK ATALAN Erken Dönem Uyumsuz Şemalar İle Erteleme Davranışı Arasındaki İlişki: Şema Terapi Modelinde Bir İnceleme</p>	13:10

WORKSHOP

15:00- 18:30

	<p>Şema Terapi'nin İç Becerilerinde Uzmanlaşmak: Kibar Olma, GERÇEK OL</p> <p>JOAN FARRELL Ph.D. ISST BİREYSEL / GRUP / ERGEN ÇOCUK İLERİ DÜZEY ŞEMA TERAPİSTİ EĞİTİMİ VE SÜPERVİZÖRÜ</p>		<p>IDA SHAW M.A. ISST BİREYSEL / GRUP / ERGEN ÇOCUK İLERİ DÜZEY ŞEMA TERAPİSTİ EĞİTİMİ VE SÜPERVİZÖRÜ</p>
--	---	--	--

ISST Sertifikasyonu için 6 SE Kredisi (Sürekli Eğitim Kredisi) içeren katılım belgesi verilecektir.

www.sematerapiturkiye.com
0546 606 54 88

ŞEMA TERAPİ TÜRKİYE SEMPOZYUMU

ONLINE & SİMÜLTANE ÇEVİRİ



INTERNATIONAL SOCIETY OF
SCHEMA THERAPY



Sema
Terapi
Türkiye

www.sematerapiturkiye.com

2. GÜN PROGRAMI: 10 EYLÜL 2022 CUMARTESİ

10:00
ECKHARD ROEDIGER
DÖKÜM BAĞKANI,
İSTİBNA VE ÇEVRE İLİŞKİLERİ İZMİR İZMİR
EĞİTİM VE SÜPERVİZÖRÜ A.Ö.
**Bağlamsal
Şema Terapi**

11:10
**KLİNİK PSİKOLOG
SAFİYE YİNELEK**
İSTİBNA DÜZEYİ ŞEMA TERAPİSTİ
EĞİTİMİ SÜPERVİZÖRÜ
**Şema Terapide Süpervizyon
ve Akran Süpervizyonu**

PSIKOTRAVMA VE ŞEMA TERAPİ
11:45
**DOÇ. DR. KLİNİK PSİKOLOG
CEREN ACARTÜRK**
**Psikotravma ve
Şema Terapi**

12:00
**KLİNİK PSİKOLOG DOKTORA ADAYI
BUŞRA ACAR**
Psikolojik Travmanın Bulaşıcı Problemleri
ile İlişkisinde Erken Dönem Uyumuz Şemaların
ve Şema Modüllerinin Aracı Rolü

12:15
**KLİNİK PSİKOLOG DR.
ÖZGE SARIOT**
**KLİNİK PSİKOLOG DR.
ÖMER TAHA SÖZER**

12:30
**KLİNİK PSİKOLOG DR.
FEYZA KARŞI**
**Ebeveynler Arasındaki Şiddete Tanık
Olmamanın Yaşam Dayumuna Etkisinde Erken
Dönem Uyumuz Şemaların Rolü**

ŞEMA TERAPİ'DE TERAPİ İLİŞKİSİ
13:00
**KLİNİK PSİKOLOG DR.
REYHAN NURAY DUMAN**
İSTİBNA DÜZEYİ ŞEMA TERAPİSTİ
Şema Terapide Terapi İlişkisinin Temelleri

13:15
**KLİNİK PSİKOLOG
HANDE SENA İŞİN**
İSTİBNA DÜZEYİ ŞEMA TERAPİSTİ
**Vaka Sunumu: Terapi İlişkisinin ve
Terapistin Sağlıklı Yetişkin Modülünün Rolü**

13:30
**KLİNİK PSİKOLOG DR.
SEVİNÇ GÖRAL ALKAN**
İSTİBNA DÜZEYİ ŞEMA TERAPİSTİ
EĞİTİMİ SÜPERVİZÖRÜ
**Sınırlı Yeniden Ebeveynlik ve
Terapistin Sağlıklı Yetişkin**

www.sematerapiturkiye.com

TERAPİSTİN ÖZBAKIMI: SAĞLIKLILIK YETİŞKİN MODU

13:45
**KLİNİK PSİKOLOG
DİLARA BOYRAZ GİRİŞ**
Şema Terapi Psikoterapi Süreçlerinde Terapistlerin
Sağlıklı Yetişkin Modüllerine Geçişlerinde
Değişimlerine İlgilin Bir İnceleme

14:00
**KLİNİK PSİKOLOG DR.
ÖZGE YILMAZ**
İSTİBNA DÜZEYİ ŞEMA TERAPİSTİ
Şema Terapi Süreçlerinde Terapistlerin
Hafıza Konularına Yönelik
Yasayan ve İhtiyaçları

14:15
**KLİNİK PSİKOLOG
ALAGÜN BELCE BAŞI**
Erken Dönem Uyumuz Şemaların Psikososyal
Çözümlerinin Tükennikliğin Düzeyi ve
Durumları/Sınırlı Kaygı Düzeyleri ile İlgili

PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİKTE ŞEMA TERAPİ YAKLAŞIMI İLE UYGULAMALAR

14:40
**PROF. DR. UZMAN PSİKOLOJİK DANIŞMAN
ZEYNEP CİHANÇİR ÇANKAYA**
Okul Psikolojik Danışmanlığında
Şema Terapi Yaklaşımı ile Uygulamalar

15:00
**DOÇ. DR. UZMAN PSİKOLOJİK DANIŞMAN
MELİHA TUZGÖL DOST**
Bireysel Psikolojik Danışmanlıkta
Şema Terapi Yaklaşımı ile Uygulamalar

15:20
**UZMAN PSİKOLOJİK DANIŞMAN DR. ADAYI
ECE EKEN**
Kariyer Psikolojik Danışmanlığında
Şema Terapi Yaklaşımı ile Uygulamalar

MADDE BAĞIMLILIĞI TEDAVİSİNDE ŞEMA TERAPİ YAKLAŞIMI İLE UYGULAMALAR

15:40
**KLİNİK PSİKOLOG
TOPRAK ALI ÖZKAN**
Madde Bağımlılığında
Şema Terapi Modeli

15:55
**KLİNİK PSİKOLOG DOKTORA ADAYI
MELİKE ŞİMŞEK**
Alkol-Madde Kullanımında Terapiye Başvıran
Erken Dönem Uyumuz Baza Şemaları Bir Örn
Çözümü Olarak Türkiye Örneği



ŞEMA TERAPİ'DE ÇOCUKLUKTAN YETİŞKİNLİĞE SUÇLULUK VE UTANÇ

16:20
**KLİNİK PSİKOLOG DR.
ECE ATAMAN**
İSTİBNA DÜZEYİ ŞEMA TERAPİSTİ
Sağlıklı Duygusuzlan
Modüllerine Yansımaları

16:40
**DOÇ. DR. KLİNİK PSİKOLOG
İ. VOLKAN GÜLÜM**
İSTİBNA DÜZEYİ ŞEMA TERAPİSTİ EĞİTİMİ SÜPERVİZÖRÜ
Utancı Duygusuzlan
Modüllerine Yansımaları

16:55
**PSIKIYATİST DR.
CİHAN ASLAN**
Suçluluk ve Utançla İlgili Modüllerin Erken
Dönem Görünimleri

ŞEMA TERAPİ İLE KLİNİK VAKA SUNUMLARI

17:20
**PROF. DR. PSIKIYATRİST
ESRA YANCIAR DEMİR**
İSTİBNA DÜZEYİ ŞEMA TERAPİSTİ
Bireyselleştirilmiş Değerlendirme ve Müdahale Planı
Açısından Şema Terapisi Çözümleri: Terapi
Öğütürün Şema Terapi Vakası Kavranması/İstisnalar

17:40
**KLİNİK PSİKOLOG DR.
ECE ATAMAN**
İSTİBNA DÜZEYİ ŞEMA TERAPİSTİ
Anoreksiya Nervozu'nu
Şema Terapi ile Anlamak

17:55
**KLİNİK PSİKOLOG DOKTORA ADAYI
NEFİSE LADIKLI**
Kusurluluk "Telifat Edilemediğinde":
Bir Vaka Sunumu

TYATRO GÖSTERİMİ

18:10
**PSİKOLOG
ÖZLEM ŞENGÜN**
Şema Terapi Modeli ile Karakter Analizi ve
Oyunculukta Şema Terapi Metodu
Bir Örneğin Örneği

KAPANIŞ KONUŞMASI

19:00
**KLİNİK PSİKOLOG DR.
SEVİNÇ GÖRAL ALKAN**
İSTİBNA DÜZEYİ ŞEMA TERAPİSTİ
EĞİTİMİ SÜPERVİZÖRÜ
ŞEMA TERAPİ TÜRKİYE KURUCUSU

0546 606 54 88