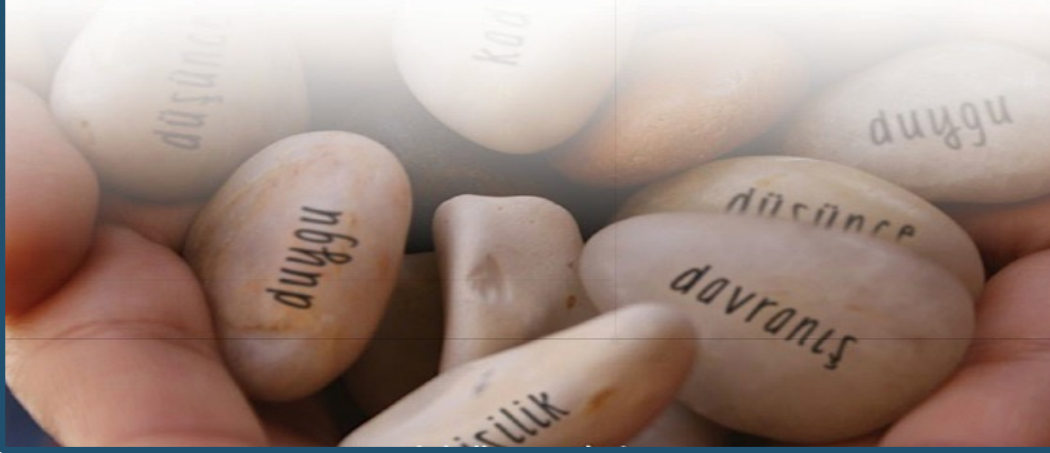




KOGNİTİF VE DAVRANIŞ TERAPİLERİ DERNEĞİ (KDTD)

E-DERGİ
Eylül 2019
SAYI 11
ISSN: 2459 - 2102



*Söylediklerinize dikkat edin;
Düşüncelere dönüşür...
Düşüncelerinize dikkat edin;
duygulara dönüşür...
Duygularınıza dikkat edin;
davranışlara dönüşür...
Davranışlarınıza dikkat edin;
alışkanlıklara dönüşür...
Alışkanlıklarınıza dikkat edin;
karakterinize dönüşür...
Karakterinize dikkat edin;
kaderinize dönüşür...*

Kognitif ve Davranış Terapileri Derneği, 1995 yılında kurulmuş, 1996 yılında Avrupa Davranış ve Kognitif Terapiler Birliği (EABCT)'ne entegre olmuştur. KDTD'nin kurucusu ve hâlen başkanlığını yürütmekte olan Prof. Dr. Mehmet Z. Sungur, 2000-2002 yılları arasında Avrupa Davranış ve Kognitif Terapiler Birliği (EABCT)'nin başkanlığını yapmıştır. Hâlen bu birliğin *Psikoterapilerde Ortak Dil Kullanımı Birimi* başkanlığını yapmaktadır. Uluslararası Kognitif Terapiler Derneği (IACP) Yönetim Kurulu üyesi ve Beck Kognitif Terapi Akademisi (ACT)'nin kurucu üyesi, sertifikalı eğitici ve konsültanı, diplomat ve süpervizördür. Ayrıca, Avrupa Seksoloji Federasyonu (EFS) yönetim kurulu üyesi ve Dünya Seksoloji Birliği (WAS) Cinsel Sağlık Günü ülke temsilcisidir.

5. ULUSLARARASI KATILIMLI KDT VE 1. ÇOCUK VE ERGEN KDT KONGRESİ

7-10 KASIM 2019 - İSTANBUL

<http://kongre2019.kdtd.org.tr/tr/>

İçindekiler

- 5. Uluslararası Katılımlı KDT ve 1. Çocuk ve Ergen KDT Kongresi

Sayfa 2

- Selektif Mutizm ve Bilişsel Davranışçı Terapi

Hatice ÜNVER

Sayfa 9

5. ULUSLARARASI KATILIMLI KDT VE 1. ÇOCUK VE ERGEN KDT KONGRESİ

Değerli Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Profesyonelleri ve Adayları;

Birçoğunuzun bildiği gibi KDTD her zaman iyi bir model olma ve ülkemizde bu alanda yapılan yeniliklere öncülük etme motivasyonu ile hareket eden bir dernektir. Aynı amaç doğrultusunda birçok etkinlik ve eğitim düzenlenmektedir. Bu bağlamda düzenli olarak gerçekleştirdiğimiz ve birçok meslektaşımızı bir araya getirmeyi, gelişimlerine katkıda bulunmayı hedeflediğimiz *5. Uluslararası Katılımlı KDT ve 1. Çocuk ve Ergen KDT Kongresi*'ni 2019 yılının **7-10 Kasım** tarihleri arasında İstanbul, **Harbiye Askeri Müzesi**'nde düzenleyeceğiz. Yine bir ilk olarak, birinci Çocuk ve Ergen KDT Kongresi'ni, gelenekselleştirdiğimiz yetişkin KDT kongresine entegre ettiğimiz bu organizasyonda sizleri görmekten mutluluk duyacağız.

Kongremizin detayları;

- 7 Kasım 2019, Kongre Öncesi Çalışma Grupları

Çalışma Grubu - 1

"Obsesyonlar ve Kompulsiyonlar: Eski Soruna Yeni Tedavi"

David A. Clark

Çalışma Grubu - 2

"Ruminasyon ve Depresyonun Tedavisinde Metakognitif Terapi"

Costas Papageorgiou

Çalışma Grubu - 3

"Psikoterapide Değerlendirme ve Tedavide İmge ve Metafor Kullanımı"

Tammie Ronen

Çalışma Grubu - 4

"Davranış Sorunu Olan Ergenler İçin Güncel KDT Yaklaşımları"

Daniel Rijo

- 8-10 Kasım 2019, Kongre ve Kongre İçi Çalışma Grupları

Çalışma Grubu - 1

"İnatçı Anksiyetede Öz-Denetim Yaklaşımı"

David A. Clark

Çalışma Grubu- 2

"Obsesif Kompulsif Bozukluğun Tedavisinde Metakognitif Terapi"

Costas Papageorgiou

Çalışma Grubu - 3

"Kronik Depresyon Tedavisinde Psikoterapinin Bilişsel Davranışçı Sistem Analizi"

Philipp Klein

Çalışma Grubu - 4

"Terapi Alan Çocuklarda Olumlu Duygulanımı Artırmak"

Tammie Ronen

Çalışma Grubu - 5

"Çocuklar ve Ergenler için Şefkat Odaklı Terapi"

Daniel Rijo

Çalışma Grubu - 6

"Erken dönemde travma yaşayan kronik depresyon hastalarında terapötik ilişkinin tedavide kullanımı"

Philipp Klein

- Kongremize dünyanın pek çok yerinden, birbirinden kıymetli eğitmenler geliyor olacak.

KONFERANS KONUŞMALARARI

MEHMET SUNGUR
Neden KDT? KDT'nin Günlük Uygulamalarında Karşılanmamış İhtiyaçlar

DAVID A. CLARK
Emosyonel Bozukluklarda Transdiagnostik Bir Etken: İstenmeyen Zihinsel Intrusyonlar

DANIEL RİJO
Çocuk ve Ergende Psikopati: Değerlendirmede Önemli Konular ve Soruna Müdahalede İhtiyaçlar

COSTAS PAPAGEORGIU
Depresyonun Anlaşılması ve Tedavisinde Metakognitif Yaklaşım ve Kanıtları

TAMMIE RONEN
Pozitif Psikoloji Tekniklerinin KDT'ye Entegrasyonu

kongre2019.kdtd.org.tr



DAVID CLARK

Doktorasını 1984'te Londra Üniversitesi, Maudsley Hastanesi, Psikiyatri Enstitüsü'nde tamamlayan David A. Clark, Ph.D., halen Kanada'daki New Brunswick Üniversitesi'nin Psikoloji Bölümü'nde Onursal Profesör'dür. 1987-88'de Aaron T. Beck'in Philadelphia'daki Duygudurumu Kliniği'inde kognitif terapi alanında doktora sonrası eğitimini tamamladı. Kanada Sosyal Bilimler ve Beşeri Bilimler Araştırma Konseyi, Kanada Sağlık Araştırma Enstitüleri ve Kognitif Terapi Vakfı'nca sağlanan fonlarla kognitif kuram, depresyon ve anksiyete bozukluklarının terapisi üzerine 150'den fazla bilimsel makale ve yazı yayımladı. Dr. Beck'le beraber *Cognitive Therapy for Anxiety Disorders* [Anksiyete Bozukluklarında Bilişsel Terapi] (Guilford, 2010) ve *The Anxiety and Worry Workbook* [Anksiyete ve Endişe Kılavuzu] (Guilford, 2012) kitapları da dahil olmak üzere çok sayıda çalışma kaleme aldı; ayrıca *Cognitive Behavioral Therapy for OCD* [OKB İçin Bilişsel Davranışçı Terapi] (Guilford, 2004), *The Mood Repair Toolkit* [Duygudurumu Onarım Araçları] (Guilford, 2014) ve *The Anxious Thoughts Workbook* [Endişeli Düşünceler Kılavuzu] (New Harbinger, 2018) gibi tek yazarlı kitaplar kaleme aldı. OKB üzerine yeni kitabı 2019 sonlarında Guilford tarafından yayımlanacak olan David, halen New Harbinger Publications yayınevi için tekrarlayan negatif düşünceler üzerine bir kılavuz kitap kaleme alıyor. David depresyon, OKB ve diğer anksiyete bozukluklarında kognitif davranış terapisi üzerine dünya çapında eğitim atölyeleri düzenliyor ve yarı zamanlı olarak özel muayenehanesinde çalışıyor. Bilişsel Terapi Akademisi Kurucu Üyesi olan David, 2008 yılında Aaron T. Beck Bilişsel Terapiye Önemli ve Kalıcı Katkı Ödülüne layık görülmüştür. Daha fazla bilgi için: www.davidclarkpsychology.ca

KONGRE ÖNCESİ ÇALIŞMA GRUBU:

Obsesyonlar ve Kompulsyonlar: Eski Soruna Yeni Tedavi

KONFERANS:

İstenmeyen İntusif Düşünceler: Duygusal Bozukluklara Transdiagnostik Bir Bakış Açısı

KONGRE İÇİ ÇALIŞMA GRUBU:

İnatçı Anksiyeteye Öz-Düzenleme Yaklaşımı

SAVE
THE
DATE



PHILIPP KLEIN

Dr. Jan Philipp Klein Almanya'daki Lübeck Üniversitesi'nin Psikiyatri ve Psikoterapi Bölümü'nde danışmandır. Sertifikalı bir Psşkoterapinin Kognitif Davranışçı Sistem Analizi (CBASP) terapisti, süpervizör ve eğitimcisidir ve CBASP Ağı'nın eski başkanıdır. EABCT ve WPA gibi çeşitli uluslararası konferanslardaki CBASP eğitimleri verme konusunda deneyim sahibidir. Depresyonun psikoterapisine odaklanan çok sayıda tedavi rehberi ve 50'den fazla yazı kaleme almıştır.

KONGRE İÇİ ÇALIŞMA GRUBU:

Kronik depresyonu olan erken dönemde travma geçirmiş hastalarda tedavi ilişkisinden yararlanmak.

KONGRE İÇİ ÇALIŞMA GRUBU:

Erken dönemde travma yaşayan kronik depresyon hastalarında terapötik ilişkinin tedavide kullanımı



COSTAS PAPAGEORGIU

Dr. Costas Papageorgiou klinik çalışmalarına Oxford Üniversitesi, Psikiyatri Departmanı'nda, bugün tavsiye edilen kılavuzların (KDT) bir parçasını oluşturan deney ve tedavi çalışmalarına katkıda bulunarak başladı. 1997 ile 2002 arasında North Manchester Genel Hastanesi'nde Kıdemli Klinik Psikolog ve Manchester Üniversitesi'nde Araştırmacı olarak çalıştı. 2002 ile 2005 arasında, Manchester'daki Duygudurumu Bozuklukları Uzmanlık Servisi'nde Yardımcı Yönetici ve Lancaster Üniversitesi'nde Kıdemli Öğretmen olarak görev yaptı. 2005'ten bu yana İngiltere'deki Priory Hospital Altrincham'da Danışman Klinik Psikolog ve Klinik Yöneticisi olarak çalışmaktadır. Dr. Papageorgiou'nun uzmanlık ve araştırma alanları kognitif ve metakognitif kuramlar, ayrıca başta depresyon ve tedaviye dirençli depresyon olmak üzere duygudurum bozuklukların terapileridir. Ruminasyon, depresyon ve metakognisyon arasındaki bağı ele alan ilk çalışmaları kaleme aldı; bu bağları inceleyen "Depressive rumination: Nature, theory and treatment" ["Depresif ruminasyon: Doğası, kuram ve tedavisi"] başlıklı ilk kitabın editörleri arasında yer aldı; "Coping with depression: A guide to what works for patients, carers, and professionals" ["Depresyonla baş etme: Hastalar, bakım verenler ve profesyoneller için yararlı öneriler rehberi"] adlı kişisel gelişim kitabını yazdı.

KONGRE ÖNCESİ ÇALIŞMA GRUBU:

Ruminasyon ve Depresyonun Tedavisinde Metakognitif Terapi

KONFERANS:

Depresyonun Anlaşılması ve Tedavisinde Metakognitif Yaklaşım ve Kanıtları

KONGRE İÇİ ÇALIŞMA GRUBU:

Obsesif Kompulsif Bozukluğun Tedavisinde Metakognitif Terapi



DANIEL RIJO

Daniel Rijo, PhD, Coimbra Üniversitesi, Psikoloji ve Eğitim Bilimleri Fakültesi'nde Profesör ve Nöropsikoloji ve Kognitif Davranışsal Müdahale Araştırma Merkezi'nde araştırmacı olarak görev yapmaktadır. Klinik Psikoloji ve Adli Psikoloji dersleri vermektedir ve araştırma alanları arasında çocuk ve ergen psikopatisi incelemeleri, kognitif davranışçı programların suçluların rehabilitasyonundaki etkisi ve Şefkat Odaklı terapinin genç erkek suçlular üzerindeki etkisi bulunmaktadır. Klinik araştırmalar ve yeni tedavi yaklaşımlarına odaklanan çeşitli klinik kitaplar, kitap bölümleri, klinik ve adli psikoloji üzerine araştırma yazıları kaleme almıştır.

KONGRE ÖNCESİ ÇALIŞMA GRUBU:

Davranış Sorunu Olan Ergenler İçin Güncel KDT Yaklaşımları

KONFERANS:

Çocuk ve Ergende Psikopati: Değerlendirmede Önemli Konular ve Soruna Müdahalede İhtiyaçlar

KONGRE İÇİ ÇALIŞMA GRUBU:

Çocuklar ve ergenler için Şefkat Odaklı Terapi



TAMMIE RONEN

Profesör Tammie Ronen Rosenbaum Tel-Aviv Üniversitesi'nde Sosyal Bilimler Fakültesi'nde dekanlık yapmaktadır. Ayrıca çocuk refahı için çalışan Renata Adler Araştırma Merkezinin de başkanlığını yapmaktadır.

Profesör Ronen 10 yıldan fazla bir süre İsrail Kognitif Davranışçı Terapileri Derneği'nin başkanlığını yapmıştır.

Aynı zamanda pek çok kitabın yazarıdır. Bunlardan bazıları; Çocuklar ve Ergenlerle Bilişsel Gelişim Terapisi ve Olumlu İmgelemin Gücü'dür. Bunun dışında bir çok makale ve bölümün de yazarıdır.

Araştırmalarını öz kontrol becerileri, sorunlarla başa çıkma, dayanıklılığın geliştirilmesi ve esnekliğin pozitif psikolojideki olumlu etkileri üzerine yapmıştır. Çocuklar, gençler ve eğitimciler için bir eğitim programı geliştirmiştir. Dünya çapında konferanslar ve çalışma grupları sunmuştur.

KONGRE ÖNCESİ ÇALIŞMA GRUBU:

Psikoterapide Değerlendirme ve Tedavide İmge ve Metafor Kullanımı

KONFERANS:

Pozitif Psikoloji Tekniklerinin KDT'ye Entegrasyonu

KONGRE İÇİ ÇALIŞMA GRUBU:

Terapi Alan Çocuklarda Olumlu Duygulanımı Artırmak

7 KASIM 2019 - PERŞEMBE

	Salon-1	Salon-2	Salon-3	Salon-4
08:30-10:00	Kayıt			
10:00-11:30	Kongre Öncesi Çalışma Grubu: David A. CLARK Obsesyonlar ve Kompulsiyonlar: Eski Soruna Yeni Tedavi	Kongre Öncesi Çalışma Grubu: Costas PAPAGEORGIU Ruminasyon ve Depresyonun Tedavisinde Metakognitif Terapi	Kongre Öncesi Çalışma Grubu: Tammie RONEN Psikoterapide Değerlendirme ve Tedavide İmge ve Metafor Kullanımı	Kongre Öncesi Çalışma Grubu: Daniel RIJO Davranış Sorunu olan Ergenler için Güncel KDT Yaklaşımları
11:30-11:45	Kahve Molası			
11:45-13:30	Kongre Öncesi Çalışma Grubu: David A. CLARK Obsesyonlar ve Kompulsiyonlar: Eski Soruna Yeni Tedavi	Kongre Öncesi Çalışma Grubu: Costas PAPAGEORGIU Ruminasyon ve Depresyonun Tedavisinde Metakognitif Terapi	Kongre Öncesi Çalışma Grubu: Tammie RONEN Psikoterapide Değerlendirme ve Tedavide İmge ve Metafor Kullanımı	Kongre Öncesi Çalışma Grubu: Daniel RIJO Davranış Sorunu olan Ergenler için Güncel KDT Yaklaşımları
13:30-14:30	Yemek Arası			
14:30-16:00	Kongre Öncesi Çalışma Grubu: David A. CLARK Obsesyonlar ve Kompulsiyonlar: Eski Soruna Yeni Tedavi	Kongre Öncesi Çalışma Grubu: Costas PAPAGEORGIU Ruminasyon ve Depresyonun Tedavisinde Metakognitif Terapi	Kongre Öncesi Çalışma Grubu: Tammie RONEN Psikoterapide Değerlendirme ve Tedavide İmge ve Metafor Kullanımı	Kongre Öncesi Çalışma Grubu: Daniel RIJO Davranış Sorunu olan Ergenler için Güncel KDT Yaklaşımları
16:00-16:15	Kahve Molası			
16:15-17:30	Kongre Öncesi Çalışma Grubu: David A. CLARK Obsesyonlar ve Kompulsiyonlar: Eski Soruna Yeni Tedavi	Kongre Öncesi Çalışma Grubu: Costas PAPAGEORGIU Ruminasyon ve Depresyonun Tedavisinde Metakognitif Terapi	Kongre Öncesi Çalışma Grubu: Tammie RONEN Psikoterapide Değerlendirme ve Tedavide İmge ve Metafor Kullanımı	Kongre Öncesi Çalışma Grubu: Daniel RIJO Davranış Sorunu olan Ergenler için Güncel KDT Yaklaşımları

8 KASIM 2019 - CUMA

	Salon-1	Salon-2	Salon-3	Salon-4
09:00-09:45	Açılış ve Konferans: Mehmet Zihni SUNGUR			
09:45-10:00	Ara			
10:00-10:45	Konferans: Costas PAPAGEORGIU - Metakognitif Model ve Depresyon Terapisi için Kanıtlar			
10:45-11:15	Kahve Molası			
11:15-12:30	Panel/Uzmanla Buluşma/Sözlü Bildiri	Kongre İçi Çalışma Grubu: İbrahim BİLGİN & Çağdaş Öykü MEMİŞ Kabul ve Adanmışlık Terapisi ÜCRETSİZ	Uzmanla Buluşma: Zümra ATALAY 1. Nesil Mindfulness Temelli Yaklaşımlar: Mindfulness Temelli Stres Azaltma ve Mindfulness Temelli Bilişsel Terapi	Panel/Uzmanla Buluşma/Sözlü Bildiri
12:30-13:30	Yemek Arası			
13:30-14:45	Kongre İçi Çalışma Grubu: David A. CLARK İnatçı Anksiyetede Öz-Düzenleme Yaklaşımı	Kongre İçi Çalışma Grubu: Tammie RONEN Terapi Alan Çocuklarda Olumlu Duygulanımı Artırmak	Panel/Uzmanla Buluşma/Sözlü Bildiri	Panel/Uzmanla Buluşma/Sözlü Bildiri
14:45-15:15	Kahve Molası			
15:15-16:30	Kongre İçi Çalışma Grubu: David A. CLARK İnatçı Anksiyeteye Öz-Düzenleme Yaklaşımı	Kongre İçi Çalışma Grubu: Tammie RONEN Terapi Alan Çocuklarda Artan Pozitif Duyular	Panel/Uzmanla Buluşma/Sözlü Bildiri	Panel/Uzmanla Buluşma/Sözlü Bildiri
16:30-16:45	Ara			
16:45-17:30	Konferans: Daniel RIJO - Çocuk ve Ergende Psikopati - Değerlendirmede Önemli Konular ve Girişim Gereksinimleri			
17:30	Açılış Kokteyli			

9 KASIM 2019 - CUMARTESİ

	Salon-1	Salon-2	Salon-3	Salon-4
09:00-09:45	Konferans: David A. CLARK - İstenmeyen İntusif Düşünceler: Duygusal Bozukluklara Transdiagnostik Bir Bakış Açısı			
09:45-10:00	Ara			
10:00-11:15	Kongre İçi Çalışma Grubu: Costas PAPAGEORGIU Obsesif Kompulsif Bozukluğa Yönelik Metakognitif Terapi	Kongre İçi Çalışma Grubu: Yael SHARON CBT-ARTS: Düşünce, Duygu ve Davranışların İçinden Çizim Yapmak, Şarkı Söylemek, Oynamak, Yazmak ve Dans Etmek	Panel/Uzmanla Buluşma/Sözlü Bildiri	Panel/Uzmanla Buluşma/Sözlü Bildiri
11:15-11:45	Kahve Molası			
11:45-13:00	Kongre İçi Çalışma Grubu: Costas PAPAGEORGIU Obsesif Kompulsif Bozukluğa Yönelik Metakognitif Terapi	Kongre İçi Çalışma Grubu: Yael SHARON CBT-ARTS: Düşünce, Duygu ve Davranışların İçinden Çizim Yapmak, Şarkı Söylemek, Oynamak, Yazmak ve Dans Etmek	Panel/Uzmanla Buluşma/Sözlü Bildiri	Panel/Uzmanla Buluşma/Sözlü Bildiri
13:00-13:45	Yemek Arası			
13:45-15:00	Kongre İçi Çalışma Grubu: Daniel RIJO Çocuklar ve Ergenler için Şefkat Odaklı Terapi	Kongre İçi Çalışma Grubu: Philip KLEIN Kronik Depresyon Tedavisinde Psikoterapinin Bilişsel Davranışçı Sistem Analizi	Kongre İçi Çalışma Grubu: Feyza BAYRAKTAR Ergenlerde Yeme Bozukluğu Tedavisinde Bireye Özel Biçimlendirilmiş Bilişsel Davranışçı Terapi Uygulaması	Panel/Uzmanla Buluşma/Sözlü Bildiri
15:00-15:30	Kahve Molası			
15:30-16:45	Kongre İçi Çalışma Grubu: Daniel RIJO Çocuklar ve Ergenler için Şefkat Odaklı Terapi	Kongre İçi Çalışma Grubu: Philip KLEIN Kronik Depresyon Tedavisinde Psikoterapinin Bilişsel Davranışçı Sistem Analizi	Kongre İçi Çalışma Grubu: Feyza BAYRAKTAR Ergenlerde Yeme Bozukluğu Tedavisinde Bireye Özel Biçimlendirilmiş Bilişsel Davranışçı Terapi Uygulaması	Panel/Uzmanla Buluşma/Sözlü Bildiri
16:45-17:00	Ara			
17:00-17:45	Konferans: Tammie RONEN - Pozitif Psikoloji Tekniklerinin KDT'ye Entegrasyonu			

10 KASIM 2019 - PAZAR

	Salon-1	Salon-2	Salon-3	Salon-4
10:00-10:45	Konferans: Yael SHARON Çocuklarda Emosyon Düzenleme Becerilerini Geliştirmek	Panel/Uzmanla Buluşma/Sözlü Bildiri	Panel/Uzmanla Buluşma/Sözlü Bildiri	Panel/Uzmanla Buluşma/Sözlü Bildiri
10:45-11:00	Ara			
11:00-12:15	Kongre İçi Çalışma Grubu: Philip KLEIN Erken Dönemde Travma Yaşayan Kronik Depresyon Hastalarında Terapötik İlişkinin Tedavide Kullanımı	Kongre İçi Çalışma Grubu: Runa İdil USLU & Özlem SÜRÜCÜ Kabul ve Adanmışlık Terapisinin (ACT) Temel Bileşenlerinin Çocuk ve Ergenlerle Çalışılması ÜCRETSİZ	Kongre İçi Çalışma Grubu: Mükerrem GÜVEN & Gülay OĞUZ & Ahmet SOYATA Davranış Bağımlılıklarında KDT ÜCRETSİZ	Panel/Uzmanla Buluşma/Sözlü Bildiri
12:15-12:45	Kahve Molası			
12:45-14:00	Kongre İçi Çalışma Grubu: Philip KLEIN Erken Dönemde Travma Yaşayan Kronik Depresyon Hastalarında Terapötik İlişkinin Tedavide Kullanımı	Kongre İçi Çalışma Grubu: Runa İdil USLU & Özlem SÜRÜCÜ Kabul ve Adanmışlık Terapisinin (ACT) Temel Bileşenlerinin Çocuk ve Ergenlerle Çalışılması ÜCRETSİZ	Kongre İçi Çalışma Grubu: Mükerrem GÜVEN & Gülay OĞUZ & Ahmet SOYATA Davranış Bağımlılıklarında KDT ÜCRETSİZ	Panel/Uzmanla Buluşma/Sözlü Bildiri
14:00-14:15	Ara			
14:15-15:00	Panel/Uzmanla Buluşma/Sözlü Bildiri	Panel/Uzmanla Buluşma/Sözlü Bildiri	Panel/Uzmanla Buluşma/Sözlü Bildiri	Panel/Uzmanla Buluşma/Sözlü Bildiri
15:00	Kapanış, EABCT Sertifika Dağıtımı ve Ödül Töreni			

Detaylı bilgi almak için lütfen sitemizi ziyaret ediniz: <http://kongre2019.kdtd.org.tr/tr/>

SELEKTİF MUTİZM VE BİLİŞSEL DAVRANIŞÇI TERAPİ



Psikiyatrist Hatice ÜNVER

Selektif mutizm; tanıdık sosyal çevre içinde rahatlıkla konuşabilme ancak okul ya da halka açık alanlarda konuşamamaya karakterizedir. Epidemiyolojik çalışmaların çoğunda nadir görülen bir ruhsal bozukluk olduğu ve sıklığının yaşla birlikte azaldığı bildirilmektedir. Ülkemizde 2008 yılında yapılan kesitsel bir çalışma sonucu sıklığı, %0.03 olarak bildirilmiştir (Karakaya ve ark.2008). Genellikle okul öncesi dönemde ve ilkokul döneminde birinci ya da ikinci sınıfta görülmekteyken, dirençli selektif mutizmin ergenlikte ya da erişkinlikte de devam edebildiği bildirilmektedir. Bu nedenle DSM-5'te anksiyete bozukluğu başlığı altına alınan bu hastalığın erişkinlikte de görülebildiği vurgulanmıştır. Hastalığa diğer anksiyete bozuklukları da sıklıkla eşlik etmektedir. Öte yandan, erken dönemde tedavi edilmediği takdirde komorbidite oranlarının arttığı bildirilmektedir (Ostergaard, 2018). Tedavisinde bilişsel davranışçı terapi, farmakoterapi ve ailesel yaklaşımlar öne çıkmaktadır. Bu yazıda selektif

mutizme klinik yaklaşım ve bilişsel davranışçı tekniklerin kullanımı ele alınmıştır.

Bilişsel davranışçı terapi (BDT), çocuk ve ergen hastalarda önemli bir tedavi yaklaşımıdır. Hastaların yaşına ve özelliklerine uygun yöntemlerin seçilmesi ve tedavi sürecine aile üyelerinin katılımının sağlanması önemlidir. Problem odaklı ve aktif bir süreç olan BDT seansları yapılandırılmış olup ev ödevleri ya da egzersizlerle devam eder. Çocuk ve ergenlerle çalışırken katı sınırlara bağlı kalınmaması, gelişim dönemi özelliklerinin göz ardı edilmemesi önerilmektedir (Friedberg ve ark., 2000). Hastayla güven ilişkisinin kurulması ve vaka formülasyonunun yapılması önemli olup hastayla terapist belirlenen hedefler konusunda işbirliği içindeyse ve hasta tedavi için motive olup tedavi rasyonelini yeterince anlamışsa fayda görme olasılığı artmaktadır (Sungur, 2007).

Öncelikle 'aile dışı kimseyle konuşmama' şikayetiyle getirilen çocuk ya da ergen hastanın ailesinden ayrıntılı sosyo-demografik bilgiler öğrenilip kaydedilmelidir. Ailedeki psikiyatrik hastalık öyküsü, hastanın doğum öyküsü, psiko-motor gelişim basamakları; hastayı psikiyatrik muayeneye kimin yönlendirdiği, hastanın daha önceki psikiyatrik başvuru(ları), önemli yaşam olayları, stresörler ve varsa ek tıbbi hastalıkları hakkında bilgi alınması önemlidir. Hastanın okula başlama, alışma ve uyum süreci okul öncesi dönemden itibaren öğrenilir.

Görüşmenin devamında selektif mutizm tanısını netleştirmeye yönelik hastanın aile bireyleriyle konuştuğunu gösteren video kaydı -hastanın izni alınarak- istenir ve öyküde şüphelenilen ek nörolojik ya da konuşma bozukluğuna yönelik belirti varsa, bu bölümlerden konsültasyon istenir. Ayırıcı tanı ya da eş-tanılara yönelik değerlendirme yapılarak aileye, hastaya ve öğretmenlerine değerlendirme ölçekleri verilir. Ayrıntılı ruhsal durum muayenesi sonrası gerekli görülen hastalarda psikometrik değerlendirme de yapılabilir.

Hasta ve ailesiyle, seanslar birlikte ve/veya ayrı ayrı yürütülebilmektedir. Hastaya ve ailesine tanı, takip ve bilişsel davranışçı terapi süreci hakkında bilgi verilir, görüşme sıklığı ve zamanı ayarlanır. Ailenin hastalıkla ilgili bilgileri ve buraya gelene kadar neler yaptıkları öğrenilir. Pozitif ve negatif pekiştireçler fark ettirilmeye çalışılır. Ebeveynlik becerileri ele alınır. Psiko-eğitim görüşmeler boyunca devam etmelidir. Ailenin ve uygun olgularda öğretmenlerin ko-terapistlik yapması bu bağlamda önemli olacaktır. Aile bireylerinin hastayla belirlenen davranışçı egzersizlere destek olmaları, hastaya olumlu geribildirim vermeleri ve hastayı teşvik etmeleri önerilmektedir. Selektif mutizm tanılı hastaların çoğunluğunun yaşça küçük olması nedeniyle uygun bilişsel davranışçı terapi yöntemlerinin seçilmesi gerekmektedir. Hastanın duygularını fark etmeye çalışması ve tanınması önemlidir. Anksiyeteye ilgili psiko-eğitim verildikten sonra, hastanın anksiyete hissettiğinde ne tür somatik yakınmaları olduğu da öğrenilmeye çalışılır ve bu duyguyla baş etme

yöntemleri ele alınır. Yaşına uygun kendine yardım kitaplarının ve broşürlerin verilmesi, uygun kısa videoların izletilmesi de psiko-eğitim aşamasında yapılabilmektedir. İlerleyen seanslarda alıştırmaya, sistematik duyarsızlaştırma ve alışma ayrıntılı olarak anlatılır; gevşeme egzersizleri uygulamalı olarak gösterilir. Hastayla zorluğu artacak şekilde davranışçı egzersizler planlanır. Mimik kullanarak selam verme, baş sallama, işaret etme, sesini kaydedip dinletme, cep telefonu ile sesli mesaj atma ve konuşma, fısıldama, müzik kursuna ya da koroya katılma önerilen davranışçı yöntemlerdendir. Her seansta hastaya verilen ev ödevleri ve uygulama zorlukları ayrıntılı konuşulur. Bilişsel müdahaleler; otomatik düşüncelerin ve bilişsel çarpıtmaların saptanması, bilişsel yeniden yapılandırma, sorun çözme becerilerini artırma ve kendi kendine olumlu konuşmayı öğretmeyi içermelidir. Hastayla terapistin bir takım çalışması içinde olması önemlidir. Gerektiğinde yaş dönemine uygun şekilde çizimlerin (otomatik düşünce baloncukları gibi), grafiklerin (duygu grafikleri) ve puanlamaların (duygu termometresi gibi) kullanılması, kuklalarla, oyuncaklarla role-play yapılması terapiye uyum sağlama açısından faydalı olabilmektedir. Bilişsel davranışçı yöntemlerin uygulama sırası ve süresi hastaya göre değişebilmektedir; bu yüzden, terapi sürecinin bireyselleştirilmesi önemlidir. Hastanın güçlü yönlerinin, terapi sürecindeki gayretinin vurgulanması, pekiştirme ve ödüllendirmelerin yapılması önerilmektedir (Szigethy ve ark. 2012).

Derneğimize üye olmak için üyelik formunu doldurmanız gerekmektedir. Üyelik formuna internet sitemizden (www.kdtd.org.tr) ulaşabilirsiniz.

Üyelik için gerekli evraklar:

1. Nüfus Cüzdanı Fotokopisi
2. 2 Adet Vesikalık Fotoğraf
3. Lisans Diploma Fotolopisi
4. Asistanlık Belgesinin Fotokopisi (Psikiyatri Asistanları İçin)
5. Psikiyatri Hemşireliği Uzmanlık Fotokopisi (Psikiyatri Hemşireleri İçin)
6. Aidat (Bu konuyla ilgili olarak derneğimizden bilgi alabilirsiniz.)

Derneğimize üyeliğin avantajları:

- Derneğimiz Avrupa Davranış ve Kognitif Terapileri Birliği (EABCT) üyesidir ve ülkemizde eğitimleri EABCT tarafından akredite edilen **tek dernektir**. Dernek eğitimlerinden, dolayısıyla EABCT onaylı terapist ünvanı kazanma hakkından sadece dernek üyeleri faydalanmaktadır.
- Derneğimiz EABCT onaylı düzenli eğitimlerinin yanı sıra yıl içinde eğitim imkanını artırmak için çeşitli çalışma grupları düzenlemektedir, dernek üyelerimiz bu çalışma gruplarına indirimli ücret ödeyerek katılabilmektedir.
- Derneğimiz 20001 yılında EABCT, 2011 yılında ICCP kongreleri gibi KDT alanındaki en büyük iki kongreyi İstanbul'da düzenlemiştir. Ayrıca 2017 yılında yapılacak EABCT kongresini düzenlemiştir. Derneğimiz üyeleri, üye olmak için ödedikleri ücretten daha fazla bir indirim yalnızca bu kongreye ve çalışma gruplarına kayıt yaptırarak geri almışlardır.
- Derneğimiz 2 yılda bir KDTD Ulusal Kongresi'ni düzenlemektedir. Dördüncü ulusal kongremiz 2019 yılında İstanbul'da düzenlenecektir. Derneğimiz üyeleri yine üyelik için gereken ücretin üstünde bir indirimle bu ve önümüzdeki yıllarda düzenli olarak düzenleyeceğimiz ulusal kongrelere ve kongre öncesi çalışma gruplarına katılma imkanı bulacaklardır.
- Derneğimiz üyeleri, iletişim ağımız sayesinde yukarıda sözü edilen eğitim faaliyetleri ve kongrelerden öncelikli olarak haberdar olma şansını yakalayacaktır.
- Derneğimizin bir amacı da benzer ilgi alanlarına sahip üyelerimizi aynı çatı altında buluşturmaktır. Haberleşme ağımız sayesinde üyelerimizin birbiriyle iletişim içinde olması da sağlanmaktadır.

- Derneğimizin temel amacı, KDT alanında kurumsal bir yapıyı yerleştirmek, terapist yetiştirme alanında standart bir eğitim uygulamaktır. Derneğimiz üyeleri yukarıda sözü edilen avantajların yanı sıra bu kurumsal yapının çeşitli getirilerinden de faydalanma şansı bulacaklardır.
- Dernek üyelerimiz düzenli olarak çıkan bu bülteni belirli aralıklarla ücretsiz alma fırsatına sahip olacaklardır.
- Dernek üyelerimize IACP (Uluslararası Kognitif Terapiler Birliği) üyeliği indirimli olarak sağlanacaktır.

KDTD Yönetim Kurulu

Başkan

Mehmet Z. SUNGUR

Başkan Yardımcısı

Yusuf SIVRİOĞLU

Genel Sekreter

Burcu SEVİM

Sayman

Gülçin ŞENYUVA

Yönetim Kurulu Üyeleri

Gülay OĞUZ

Çağdaş Öykü MEMİŞ

Berk Murat ERGÜN

Editörler

Mehmet Z. SUNGUR

Burcu SEVİM

İletişim

Gülçin ŞENYUVA

Yayın Kurulu

Irmak UZUN

Özüm FIRAT

Naci Berk KALKAN

Nazlı Işık BİRÇEK

KOGNİTİF VE DAVRANIŞ TERAPİLERİ DERNEĞİ

Plajyolu Sokak Çamlar Apt. Kat 1 No: 33 D: 2
Caddebostan – İstanbul

Tel: 0 216 411 21 73

www.kdtd.org.tr

ISSN: 2459-2102

