



BDPD
Bilişsel Davranışçı
Psikoterapiler Derneği



Bilişsel Davranışçı Psikoterapiler Kongresi

18-21 Ekim 2018, Ankara

**POSTER
PRESENTATIONS**

***POSTER
BİLDİRİLER***

Abstract no:5

PB-01

Bilişsel Davranışçı Terapide Doğu Hikayelerinin Metafor Gibi Kullanımı

Melek Kerimova

Hazar Üniversitesi

Sanatın bir kolu olan edebiyat dünyada ve kültürde baş veren değişiklikleri dolaysız şekilde kendinde yansıtmaktadır. Edebiyat toplumun gelişimine yön veren bir güctür. Bu anlamda da, bilişsel davranışçı terapide kısa doğu hikayelerinin kullanımı çok az araştırılmış alanlardan biri hesap edilmektedir. Bilişsel davranışçı terapi bir çok ruhsal bozukluğun tedavisinde uygulanan ve bilişsel modele dayanan psikoterapi sistemidir. Terapide danışanların bilişsel modelle ilgili eğitilmeleri ve yaşanan olumsuz olaylarla ilgili duygularımızın oluşmasında bilişsel süreçlere odaklanılmaktadır. Çoğu zaman hastanın yanlış bilişsel çarpıtmaları konusunda eğitilmesi ve farkındalık kazanması önem arz etmektedir. Terapötik iletişimin yaranmasında doğallık, saydamlık, içtenlik aynı zamanda hastanın yaşadığı kültürün ürünü olan hikayelerle sürecin desteklenmesi önemlidir. Bu anlamda doğu hikayelerinin metafor gibi bilişsel davranışçı terapide nasıl kullanılacağı araştırılmıştır. Hikayelerle terapist hastaya karmaşık, anlaşılamayan görünen olayları daha anlaşılabilir hale getirmektedir. Terapilerde metafor olarak hikayelerin kullanılması, danışanların terapi sürecini daha rahat anlayabilmelerini etkilemektedir. Araştırma betimsel çalışma niteliğinde olup, hikaye analizlerine ve bunların bilişsel çarpıtmaları danışana anlatırken nasıl kullanılabileceği üzerine odaklanmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Bilişsel-davranışçı terapi, doğu hikayeleri, metafor.

Abstract no:6

PB-02

Bir Anoreksiya Nervoza Olgusunun Bilişsel Davranışçı Psikoterapi Süreci

Emre Cem Esen¹, Gülin Evinç²

¹Balıkesir Üniversitesi Psikiyatri Anabilim Dalı

²Hacettepe Üniversitesi Çocuk Ruh Sağlığı Anabilim Dalı, Ankara

Anoreksiya nervoza kilo alma kaygısı, bozulmuş beden algısı ve özellikle mükemmeliyetçi bilişsel hata zemininde yoğun kilo kaybı ile seyreden ve ölümcül sonuçlara yol açabilen bir psikiyatrik bozukluktur. Bilişsel davranışçı terapinin anoreksiya nervozada etkinliğinin güçlü olduğunu savunan makaleler olsa da bu konudaki birikim sınırlıdır. Ayrıca bu hastalarda bilişsel davranışçı terapinin uygulanma metodlarında genel görüş birliği mevcut değildir.

15 yaşında kız hasta yemek yemeyi reddetme, 3 ayda 15 kilogram verme ve buna bağlı oluşan bradikardi şikayetleri ile Hacettepe Üniversitesi Çocuk Ruh Sağlığı polikliniğine başvurdu. Fiziksel olarak da mükemmel olmak dışında akademik başarısı, herkesin tarafından sevilmesi ve annesinin ilgisinin tamamını alması alanlarında da mükemmeliyetçi bir yapısı olan hasta kilo konusundaki en büyük kaygısı bacaklarının istediğinden kalın olması olduğunu ifade ediyordu. 6 ay önce ciddi bir yeme atağı dönemi sonrası vücut ağırlığı 60 kilograama çıkan ve sonrasında çok katı bir diyetle başlayarak üç ayda 15 kilogram veren hastanın başvurusunda bradikardi şikayeti mevcuttu.

2 aylık ayaktan takiple bilişsel davranışçı terapi uygulanan hastanın, dış görünüş dışındaki hayat alanlarından aldığı haz artırılması, vücut ağırlığını kontrol etme şeklindeki güvenlik arama davranışları azaltılması amaçlandı ve otomatik düşünce hataları ve işlevsel alternatif düşünce geliştirme konusunda psiko-eğitim verildi. Ayrıca ailesinin de terapi sürecine katılımı sağlanarak ailenin kontrolcü tutumu azaltılarak hastanın ayrışma bireyleşme sürecinin desteklenmesi amaçlandı.

Bu süreçte 1.5 aylık ve 9 seanslık süreçte hastanın 5 kilogram alması, vücut ağırlığını kontrol etme davranışının her günden haftada bir kereye azaltılması, kilo alma kaygısının ve bu konu ile ilgili uğraşının anlamlı olarak azaltılması sağlandı.

Anahtar Kelimeler: Anoreksiya nervoza, bilişsel davranışçı psikoterapi, olgu sunumu

Abstract no:10

PB-03

Multiple Skleroz Tanısı ile Takipli Depresyon Hastasında Bilişsel Davranışçı Terapi ile Müdahale, Olgu Sunumu

Gizem Kaya, Selçuk Aslan

Gazi Üniversitesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Ankara

Amaç: Bu sunumda Bilişsel Davranışçı Terapinin(BDT), Multiple Skleroz(MS) tanılı hastada kullanımının sunulması ve literatür ışığında tartışılması planlanmıştır.

Yöntem: MS tanılı, depresyon olarak değerlendirilen ve medikal tedavi kullanımını istemeyen hastaya BDT uygulanmıştır.

Bulgular: F.Ö., 21 yaşında, kadın hasta, üniversite öğrencisi, başvurudan 2 yıl önce MS tanısı almış ve tanı aldıktan 1 yıl sonra içe kapanma, mutsuzluk, ruminasyonlar, değersizlik düşünceleri, özgüvende azalma, alınganlık, dikkat dağınıklığı ve kararsızlık şikayetleri başlamış. MS için interferon tedavisi alıyor. İlk seansta Beck Depresyon Envanteri(BDE) skoru 27’idi. Formülasyon yapıldı, hedefler belirlendi, model anlatıldı, aktivite çizelgesinin örneği yapıldı ve aktivite çizelgesi ödev olarak verildi. 2. seansta BDE skoru 16’idi. Haz ve beceri skorlarının yüksek olduğu aktivitelerin artırılması planlandı, ruminasyonla ilgili psikoeğitim verildi ve alıştırmaya önerildi. 3. seansta BDE skoru 16’idi. Hastaya otomatik düşünce hakkında psikoeğitim verildi, düşünce kaydı anlatılarak hastayla beraber örneği yapıldı, ev ödevi olarak verildi. 4. seans BDE skoru 19’idi. Hastanın affekt ve düşünce içeriğindeki depresif temanın artışı hasta ile konuşuldu ve tedaviye fluoksetin 20 mg eklenmesi konusunda anlaşıldı, düşünce hataları listesi paylaşıldı, düşünce kaydı beraber tekrar oluşturuldu ve ev ödevi verildi. 5. seans BDE skoru 15’idi. 2 ayrı gündem üzerinden hasta ile düşünce kaydı oluşturuldu ve düşünce hataları ile değerlendirildi. 6. seans BDE skoru 13’idi. Gündem için yapılan düşünce kaydı örneğinde hasta ile otomatik düşüncesinin işlevselliği incelendi ve kanıt arama yöntemi uygulandı. 7. seans BDE skoru 15’idi. Gündem hastanın kendini ifade sorunlarıydı, psikoeğitim verildi, alıştırmaya ödevi verildi. 8. seans BDE skoru 12’idi. Gündem için yapılan düşünce kaydı örneğinde hasta ile en kötü, en iyi ve olası senaryolar incelendi, hastanın düşünce kaydına devamı ve düşünce incelemesi ev ödevi olarak verildi. 9. seans BDE skoru 11’idi. Hastanın problem çözme ve kararsızlık şikayetleri üzerine olan gündemde hasta ile karar alma ve problem çözme örnekleri yapılarak ev ödevi verildi. 10. seans BDE skoru 8’idi. Hasta ile önceki seanslar gözden geçirildi, bağışıklama seansı yapıldı. 11. seans BDE skoru 6’idi. Bağışıklama seansının üzerinden geçilerek terapi süreci sonlandırıldı.

Sonuç: Birçok çalışmada MS’de yaşam boyu depresyon prevalansı yaklaşık %50 olarak bulunmuştur. Hem MS patofizyolojisi hem de sağaltımda kullanılan ilaçların depresif semptomları artırıcı veya yordayıcı etkisi olabileceği bilinmektedir. MS hastalarında görülen depresyonun BDT gibi başatme stratejilerini geliştiren ve hastalığa psikososyal uyumda düşünce,duygu ve davranışlar üzerine çalışan terapi yöntemlerinin veya antidepresan kullanımının etkili olduğu gösterilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Multiple skleroz, depresyon, BDT

Abstract no:12

PB-04

İlkokul Düzeyinde Grup çalışmalarında ve Bireysel Görüşmelerde BDT Tekniklerinin Kullanımının Uygulama Örnekleri

Özlem Erdemci Doğan, Damla Işık

TED Ankara Koleji

Amaç: Ted Ankara Koleji İlkokulu Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Birimi olarak, ilkokul öğrencilerine iyi arkadaşlık, sorumluluk, hoşgörü, okul kuralları, zaman yönetimi vb. olumlu davranışları kazandırabilmek ve günlük hayatta karşılaştıkları sorunlarla baş edebilmeleri için (zorbalık, hayır diyebilme, erteleme, öfke kontrolü, okula uyum vb.) problem çözme becerilerini geliştirmek adına hem bireysel görüşmeler hem de grup çalışmalarında çeşitli bilişsel davranışçı tekniklerden (BDT) destek alınarak uygulamalar gerçekleştirildi. Bu çalışmalarda hedef; öğrencilerin davranışlarında gözlenebilir olumlu değişiklikler yaratmak ve bu değişikliği kendi öz denetim becerileri ile ortamdan ve koşullardan bağımsız olarak mümkün olduğunca kalıcı kılmak.

Yöntem: Bu amaç doğrultusunda, Okulumuz İlkokul düzeyindeki öğretmen, veli ve daha yoğun şekilde öğrenciler için öncelikli olarak BDT den destek alınarak, bilinçli farkındalık yaratmaya odaklanıldı. Bunun devamında özellikle öğrenciler için farkındalık çalışmaları çeşitli tekrarlarla yıl içinde pekiştirilmeye çalışıldı. Öğrencilerimizin özellikle duysusal anlamda güçlerini arttırmak ve duysusal gelişimlerine destek olmak adına, “akran ilişkileri” ve “hayır deme becerilerine” odaklanıldı. Bunun yanında hem grup hem de bireysel görüşmelerde BDT den destek alınarak yapılan uygulamalarda, duyguların, düşüncelerin ve davranışlarının bütünlüğü vurgulandı.

Bulgular: Yapılan çalışmalar sırasında öğrencilere verilen psikoeğitimler doğrultusunda öğrenciler düşünce-duygu-davranış ve davranışlarının sonuçları hakkında farkındalık kazanırken belirlenen çeşitli ödül sistemleri ile kazanılan davranış pekiştirici uygulamalarla temas ettirildiler. Ayrıca görsel materyaller, kısa film, şarkı, videolar ve oyunlarla da bu çalışmalara destek sağlandı. Yürütülen workshoplar eşliğinde kendi somut çalışmalarını oluşturdu ve okul içinde sergilenmesine eşlik ettiler. Konuları destekleyici, akılda kalıcılığı sağlayıcı slogan vs. yarışmaları düzenlendi.

Sonuç: BDT nin, hem öğreticiyi hazır bulunuşluk anlamında , hem de Okulumuz içinde temas ettikleri “Sosyal Gelişim ve Değerler Eğitimi”, “Olumlu Davranış Dedektifi”, “ Hayır Diyebiliyorum”, “Zorbalığa Hayır”, “Kişisel Sınırlar”, “Kuralları Biliyorum ” ve “Okula Uyum” gibi PDR grup çalışmaları sırasında davranışa dönüştürmeyi hızlandırıcı destek sağladığı gözlenmiştir. Yıl sonunda çalışmaları değerlendirmek üzere, öğretmen ve öğrencilerimize uygulanan anket çalışması sonucu da bu gözlemi desteklemektedir.

Abstract no:25

PB-05

Kısa Çekirdek İnanış Ölçeği'nin Türkçe Versiyonunun Duygudurum Bozukluğu Olan Hastalarda Geçerlilik ve Güvenilirliği

Sedat Batmaz¹, Nurgül Yeşilyaprak², Esmâ Akpınar Aslan¹¹Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı²Karaman Devlet Hastanesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Kliniği

Amaç: Çekirdek inanışları değerlendirmek için klinikte kolaylıkla ve kısa sürede uygulanabilecek öz bildirim ölçeklerine ihtiyaç duyulmaktadır. Psikotik hastalarda bu amaçla Kısa Çekirdek İnanış Ölçeği (KÇİÖ) geliştirilmiştir. Bu çalışmada geliştirilmiş bu ölçeğin Türkçe versiyonunun duygudurum bozukluğu olan hastalardaki geçerlilik ve güvenilirliği incelenmiştir.

Yöntem: Çalışma için 135 duygudurum bozukluğu olan hastadan (ortalama yaş (standart sapma) = 36.68 (11.76) yıl, %70.4'ü kadın, %62.2'si evli, %56.3'ü remisyon döneminde, %58.5'i majör depresif bozukluk, %41.5'i bipolar affektif bozukluk tanılı) veri toplandı. Katılımcılar Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ), İşlevsel Olmayan Tutumlar Ölçeği (İÖTÖ), Temel Öz Değerlendirme Ölçeği (TÖDÖ), Temel Dışsal Değerlendirme Ölçeği (TDDÖ) ve KÇİÖ'yü doldurdular. Değerlendiren klinisyenler tarafından Montgomery Asberg Depresyon Derecelendirme Ölçeği, Bipolar Depresyon Derecelendirme Ölçeği, Hamilton Anksiyete Derecelendirme Ölçeği ve Young Mani Derecelendirme Ölçeği dolduruldu. Ölçeğin iç tutarlılık katsayıları ve düzeltilmiş madde-toplam korrelasyonları (DMTK) hesaplandı. Çalışmada kullanılan ölçeklerin birbirleriyle ilişkisine korrelasyon analizi yapıldı. Yapı geçerliliği için açıklayıcı faktör analizi uygulandı. Çıkarılması gereken alt boyut sayısının hesaplanmasında paralel analizden faydalanıldı. Ölçeğin alt boyutlarının tanı gruplarını ayırt edip etmediği bağımsız gruplar t testi ile değerlendirildi ve Cohen d etki büyüklüğü hesaplandı.

Bulgular: Faktör analizi sonuçlarına göre KÇİÖ'nün dört alt ölçeği (Kendi-Olumsuz, Kendi-Olumlu, Diğerleri-Olumsuz, Diğerleri-Olumlu) olduğu saptandı. KÇİÖ için Cronbach α = 0.788 (alt ölçeklerinde Cronbach α = 0.751-0.858) hesaplandı. DMTK değerleri 0.307-0.509 aralığında değişti. Faktörlerin özdeğerleri 9.07, 4.26, 3.09 ve 1.07 idi ve bu faktörler toplam varyansın %72.9'unu açıklıyordu. Ölçeklerin diğer ölçeklerle korrelasyonu büyük ölçüde beklenen yöneydi (RBSÖ için r = -0.212-0.642, TÖDÖ için r = 0.274- -0.544, TDDÖ için r = 0.174 - -0.431, İÖTÖ için r = 0.296-0.361, p değerleri < 0.05). Psikopatoloji şiddetiyle de KÇİÖ büyük oranda korreleydi. Ölçeklerin tanı gruplarını KÇİÖ Kendi-Olumsuz alt ölçeğinde başarıyla ayırt edebildiği görüldü (d = 0.50, p = 0.005).

Sonuç: Mevcut bulgular KÇİÖ'nün Türkçe versiyonunun duygudurum bozukluğu olan hastalarda geçerli ve güvenilir olduğunu göstermiştir.

Abstract no:27

PB-06

Mani Bilişleri Ölçeği'nin Türkçe Versiyonunun Geçerlilik ve Güvenilirliği

Sedat Batmaz¹, Nurgül Yeşilyaprak², Esmâ Akpınar Aslan¹¹Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı²Karaman Devlet Hastanesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Kliniği

Amaç: Maniyle ilişkili otomatik bilişleri değerlendirmek için klinikte kolaylıkla ve kısa sürede uygulanabilecek öz bildirim ölçeklerine ihtiyaç duyulmaktadır. Bu çalışmada Mani Bilişleri Ölçeği'nin (MBÖ) Türkçe versiyonunun geçerlilik ve güvenilirliği incelenmiştir.

Yöntem: Çalışma için majör depresif bozukluğu bozukluğu olan 68, bipolar affektif bozukluğu olan 79 hasta veya herhangi bir ruhsal bozukluğu olmayan 75 katılımcıdan (ortalama yaş (standart sapma) = 35.94 (12.48) yıl, %64.7'si kadın, %54.7'si evli) veri toplandı. Katılımcılar Hasta Sağlık Anketi-9, Yaygın Anksiyete Bozukluğu Ölçeği-7, Gözden Geçirilmiş Otomatik Düşünceler Ölçeği (ODÖ) ve MBÖ'yü doldurdular. Değerlendiren klinisyenler tarafından Young Mani Derecelendirme Ölçeği dolduruldu. MBÖ'nün iç tutarlılık katsayıları ve düzeltilmiş madde-toplam korrelasyonları (DMTK) hesaplandı. Çalışmada kullanılan ölçeklerin birbirleriyle ilişkisine korrelasyon analizi yapıldı. Yapı geçerliliği için açıklayıcı faktör analizi uygulandı. Çıkarılması gereken alt boyut sayısının hesaplanmasında paralel analizden faydalanıldı. Ölçeğin tanı gruplarını ayırt edip etmediği tek yönlü varyans analizi ile değerlendirildi ve parsiyel eta kare etki büyüklüğü hesaplandı.

Bulgular: Faktör analizi sonuçlarına göre MBÖ'nün dört alt ölçeği (Kendilik, İlişkiler, Haz/Heyecan, Etkinlikler) olduğu saptandı. MBÖ için Cronbach α = 0.869 (alt ölçeklerinde Cronbach α = 0.851-0.884) hesaplandı. DMTK değerleri 0.329-0.651 aralığında değişti. Faktörlerin özdeğerleri 5.63, 4.50, 2.70 ve 2.22 idi ve bu faktörler toplam varyansın %51.93'ünü açıklıyordu. Ölçeklerin diğer ölçeklerle korrelasyonu büyük ölçüde beklenen yöneydi (ODÖ-Olumsuz için r = 0.157-0.200, ODÖ-Olumlu için r = 0.159-0.274, p değerleri < 0.05). Psikopatoloji şiddetiyle de MBÖ büyük oranda korreleydi. Ölçeklerin tanı gruplarını başarıyla ayırt edebildiği görüldü (d = 0.06-0.21, p değerleri < 0.01).

Sonuç: Mevcut bulgular MBÖ'nün Türkçe versiyonunun geçerli ve güvenilir olduğunu göstermiştir.

Abstract no:32

PB-07

Alışkanlığı Tersine Çevirme Uygulamasının Yarıda Kalmasında Farmakolojinin Rolü: Bir Trikotillomani Olgusu

Ayşe Nihal Eraslan

Ankara Eğitim Araştırma Hastanesi

Amaç: Trikotillomani, uygun müdahaleler ile tedavi edilmediği takdirde şiddeti ve seyri değişebilen bir ruhsal bozukluktur. Tedavisinde bilişsel-davranışsal müdahaleler ile bireyin "duygulanımının düzenlenmesi" hedeflenir. "Alışkanlığı tersine çevirme eğitimi" etkin bir davranışsal yöntemdir. Tedaviye spesifik bir farmakolojik ajan henüz yoktur. Sertralin + alışkanlığı tersine çevirme eğitimi kombinasyonunun bunların tekli uygulanmasından daha etkin olduğu gösterilmiştir. Bu çalışmada, 15 yaşında bir kız ergenin, 9 yıldır devam eden ve kaş-kirpik yolma şeklinde kendini gösteren bozukluğuna tedavi amaçlı uygulanan sertraline + alışkanlığı tersine çevirme eğitimi uygulamasının yarıda kesilmesinin nedenleri tartışılmıştır.

Yöntem: Kaş-kirpik koparma yakınmasıyla öncesinde başvurduğu bir çocuk psikiyatrisi kliniğince kendisine önerilen farmakolojik ajanları bir süre kullandıktan sonra bırakan, aradan birkaç yıl geçtikten sonra Ankara Eğitim Araştırma Hastanesi Çocuk Psikiyatrisi polikliniğine yine aynı yakınma ile başvuran ergenin fiziksel ve ruhsal değerlendirmeleri yapıldı. Obezite ve vitamin D eksikliği saptandı. Kaş-kirpik yolma yaklaşık 9 yıldır vardı ve depresif semptomlar kliniğe eklenmişti. Olguya tedavi planlandı ve formülasyonu yapıldı.

Bulgular: İlk görüşmesinde: Başörtülü, kaş-kirpikleri belirgin düzeyde azalmış, obez görünümlü (vücut-kütle indeksi=35.5). Çocuk depresyon ölçeği skoru=32 ve anksiyete tarama ölçeği skoru=25 puan idi. Trikotillomani ve depresyon tanıları ile tedavi formülasyonu yapıldı. İkinci görüşmede sertralin başlandı ancak genç dördüncü görüşmeye kadar sertralin kullanmadı, motivasyonel görüşme yapıldı, psikoeğitim verildi. Üçüncü görüşmede alışkanlığı tersine çevirme eğitimi eklendi. Üçüncü görüşmede farkındalığı artırma, dördüncü görüşmede uyaran denetimi, beşinci görüşmede yarışan tepki oluşturma eğitimi üzerinde çalışıldı. Beşinci görüşmesinde olgunun dürtü kontrolünde sorun yaşadığı saptandığı için antipsikotik eklenmesi planlandı, bir sonraki görüşmede kan lipit düzeylerine bakılacağı ve buna göre ilaç eklenebileceği söylendi. Genç iki hafta sonra olan altıncı görüşmesine gelmedi. Sonraki süreçte de gelmeyen olgunun lipit profili ile yüzleşmek istememesine bağlı tedaviyi yarıda bıraktığı düşünülmektedir.

Sonuç: Zeminde psikiyatrik (depresyon) ve psikiyatri dışı-organik bozukluğu (obezite, vitamin D eksikliği) bulunan kız ergenlerde terapi süreçlerinin yönetilmesi sırasında eklenebilecek diğer psikiyatrik ilaç tedavilerinin caydırıcı bir faktör olabilecekleri göz önünde bulundurulmalıdır.

Abstract no:34

PB-08

İşlevsel Olmayan İnternet Kullanımı Ölçeği Ergen ve Ana-Baba Formu: Geçerlik Güvenirlik Çalışması

Derya Atalan Ergin¹, Emine Gül Kapçı²¹Milli Eğitim Bakanlığı²Ankara Üniversitesi

Amaç: Problemlerli İnternet kullanımı (PİK) İnternetin aşırı kullanımının yanında sosyal, mesleki, akademik alanlarda yarattığı problemlerle birlikte ele alınmaktadır. İnternet kullanımının yaygınlaşmasıyla PİK'de yaygın bir problem olarak görülmekte ve son yıllarda araştırmalarda sıklıkla inceleme konusu edilmektedir. Türkiye'de bu konuda hem ergen hem de ana-baba özbidirimlerine dayalı ölçme araçlarının geliştirilmesinin gerekli olduğu düşünülmektedir. Bu çalışmanın amacı ergenlerde problemlerli İnternet kullanımı düzeyinin belirlenmesi amacıyla ergen ve ana-baba bildirimlerine dayalı "İşlevsel Olmayan İnternet Kullanımı Ölçeği (İÖİKÖ)" ergen ve ana-baba formlarının geliştirilmesidir.

Yöntem: Katılımcılar ergen formu için yaşları 10-15 arasında değişen toplam 708 ergen (338 erkek, 369 kız), ana-baba formu için ise aynı yaş grubunda çocuğu olan 626 ana-babadan oluşmaktadır. Ölçeklerin yapı geçerliğini değerlendirmek amacıyla açılımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri gerçekleştirilmiş, güvenilirlik ise test tekrar test ve iç tutarlık yöntemleri ile incelenmiştir.

Bulgular: İÖİKÖ ergen ve ana baba formu için açılımlayıcı faktör analizi ile elde edilen üç faktörlü yapı doğrulayıcı faktör analizi ile doğrulanmıştır. Söz konusu üç faktör iki formda da "aşırı meşguliyet", "duygu ayarlama" ve "sosyal ve akademik olumsuz sonuç" olarak adlandırılmıştır. İÖİKÖ ergen ve ana baba formlarının iç tutarlık ve test tekrar test sonuçları ölçeklerin güvenilirliğini desteklemektedir.

Sonuç: Sonuçlar, İÖİKÖ ergen ve ana-baba formlarının 10-15 yaş grubu ergenlerin problemlerli İnternet kullanım düzeylerini ölçmek amacıyla Türk kültüründeki uygulama ve araştırmalarda kullanılabileceğini göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Problemlerli internet kullanımı, ölçek, ergen

Not: Bu çalışma Ankara Üniversitesi Eğitim Psikolojisi Bölümü'nde Prof. Dr. Emine Gül Kapçı danışmanlığında Derya Atalan Ergin tarafından yapılan doktora tezinden üretilmiştir.

Abstract no:36

PB-09

Kişisel Güvenlik Farkındalık Ölçeği (KGFÖ): Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması

Sedef Ünsal Seydooğulları¹, Emine Gül Kapçı²

¹İzmit Cahit Elginkan Anadolu Lisesi

²Ankara Üniversitesi Emekli Öğretim Üyesi

Amaç: Son yılların en önemli halk sağlığı sorunu olan çocuk cinsel istismarı konusunda çalışan araştırmacılar tarafından okul temelli cinsel istismarı önleme eğitim programlarının geliştirilmesi önemli bir gereklilik olarak değerlendirilmektedir. Eğitim programlarının geliştirilmesi için ve yapılacak bilimsel araştırma ve uygulamalarda kullanılmak üzere geçerliliği ve güvenirliliği kanıtlanmış ölçme araçlarına ihtiyaç vardır. Türkiye’de çocukların güvenlikleri konusundaki bilgi ve farkındalık düzeylerini ölçmeye yönelik araçların sayısı oldukça sınırlıdır. Bu çalışmanın amacı, ilkököl üçüncü ve dördüncü sınıf öğrencilerinin kişisel güvenlikleri konusundaki farkındalıklarını değerlendirmeye yönelik bir ölçme aracının geliştirilmesidir.

Yöntem: Katılımcılar Kocaeli’nin İzmit ilçesindeki beş farklı ilkököl devam eden 718 (381’i kız, 337’si erkek) 3. ve 4. sınıf öğrencisidir. Öğrenciler orta ve düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip olup, yaşları 9 ve 10’dur.

Bulgular: Yapı geçerliği için yapılan tetrakorik faktör analizi sonucunda 20 maddeden oluşan ölçeğin maddeleri tek faktörde toplanmıştır. Madde yükleri .38 ile .79 arasında değişmektedir. Açıklanan varyans %41’dir. Doğrulamalı faktör analizi sonucunda maddelerin tümünün anlamlı t değerine sahip olduğu görülmüştür. Elde edilen uyum istatistiklerine göre ki-kare/sd (351.42/170) = 2.07 ve RMR = .01 değerleri mükemmel uyuma; NFI = .87, NNFI = .92, CFI = .93, RMSEA = .06 ve SRMR = .06 değerleri iyi uyuma işaret etmektedir. AGFI (0.83) ve GFI (0.86) değerleri beklenen değerin altındadır. Tüm istatistikler birlikte değerlendirildiğinde modelin kabul edilebilir bir uyuma sahip olduğu söylenebilir. Toplam puana göre oluşturulan %27’lik alt ve üst gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur (t(118)=-34.07, p<.001). İyi Dokunuş Kötü Dokunuş Ölçeği’nin KGFÖ ile aynı zamanda uygulanmasıyla elde edilen toplam puanlar arasındaki pearson korelasyon katsayısı .66 (p<.05) bulunmuştur. Ölçeğin KR-20 formülü ile hesaplanan iç tutarlılık katsayısı .85’tir (n= 80). KGFÖ’nün 4 hafta ara ile 79 katılımcıya uygulanmasıyla hesaplanan test-tekrar test korelasyon katsayısı .79’dur (p<.01).

Sonuç: Analizler sonucunda elde edilen bulgular, KGFÖ’nün ilkököl 3. ve 4. sınıf öğrencilerinin kişisel güvenliklerine ilişkin farkındalıklarını belirlemek amacıyla Türk kültüründeki araştırmalarda ve uygulamalarda kullanılabileceğini göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Kişisel güvenlik farkındalık, öğrenci, ilkököl

Not: Bu çalışma Ankara Üniversitesi Eğitim Psikolojisi Bölümü’nde Prof. Dr. Emine Gül Kapçı danışmanlığında Sedef Seydooğulları tarafından yapılan doktora tezinden üretilmiştir.

Abstract no:41

PB-10

Math Anxiety and Applications in Cognitive Behavioral Therapy

Kevser Aktaş

Gazi Üniversitesi, Ankara

Many learners experience Mathematics anxiety in our schools today. Math anxiety can be found in all ages, from pre-school to graduate students and beyond. Defined as feelings of tension and anxiety that interfere with the solution process and manipulation of mathematical problems in a wide variety of real-life applications, academic and non-academic situations, math anxiety be manifested in both cognitive and affective processes. It is an outcome of low self-esteem and fear of failure. It causes problems for processing the next oncoming information as well as in using previously learned information for problem solving. Math anxiety was first detected in the late 1950s. Dreger and Aiken (1957) noticed undergraduate college students reacting emotionally to arithmetic and mathematics. They found that mathematics anxiety has an existence of its own. With its high prevalence and debilitating impact on students, math anxiety is well studied within the educational context. However, the problem has yet to be examined from the psychological perspective, which is necessary in order to produce a more comprehensive perspective and to pave the way for therapeutic intervention. Researchers show that Cognitive Behavioral Therapy(CBT) can be effective on mathematics anxiety. Studies have also showed that cognitive factors should be considered in the treatment of maths anxiety. In this context, we will discuss the recent trends, issues and challenges in math anxiety and the applications of CBT on math anxiety.

Abstract no:47

PB-11

Sınav Kaygısının Bilişsel ve Üstbilişsel Kuramlara Göre Değerlendirilmesi

Gülşay Oğuz¹, Saime Çağlı¹, Burçin Türkköylü¹, Ezgi Özdemir¹, Sedat Batmaz²

¹Özel Muayenehane, Samsun

²Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Tokat

Amaç: Bu çalışmada sınav kaygısının bilişsel ve üstbilişsel kuramlar açısından karşılaştırılması ve sınav kaygısıyla ilişkili değişkenlerin saptanması amaçlanmıştır.

Yöntem: Çalışma için üniversite sınavına hazırlanmakta olan 156 katılımcıdan (ortalama yaş (SS)=18.75 (1.67) yıl, %66'sı kadın) veri toplandı. Görüşmeciler bir demografik ve klinik veri formu, katılımcılar ise Sınav Kaygısı Ölçeği (SKÖ), Hasta Sağlık Anketi-9, Yaygın Anksiyete Bozukluğu Ölçeği-7, Çökkünlük ve Kaygı Düşünceleri Listesi, İşlevsel Olmayan Tutumlar Ölçeği, Kısa Çekirdek İnanış Ölçeği, Ruminatif Tepkiler Ölçeği, Penn Durumluk Endişe Ölçeği, Üstbilişler Ölçeği-30 doldurdular. SKÖ'den yüksek ve düşük puan alan grupların çalışmadaki diğer ölçekler kullanıldığında ayırt edilip edilmediği bağımsız gruplar t-testiyle değerlendirildi. Ölçeklerin birbirleriyle ilişkisine korrelasyon analiziyle bakıldı. Sınav kaygısıyla ilişkili değişkenlerin saptanması için doğrusal regresyon analizi uygulandı.

Bulgular: Gruplar arasında sınav kaygısı yüksek olan grubun daha önce psikolojik destek almasının daha fazla olması dışında ($p=0.035$) demografik ve klinik değişkenler açısından fark saptanmadı. Karşılaştırılan ölçeklerde sınav kaygısı yüksek olan grup, ara inanışlar, diğerleriyle ilgili çekirdek inanışlar, olumlu inanışlar, bilişsel güven ve bilişsel farkındalık dışında diğer gruptan daha yüksek (p 'ler <0.05), kendiyle ilgili olumlu çekirdek inanışlarda ise daha düşük ($p=0.027$) puan aldı. SKÖ ile diğer ölçekler arasında (ara inanışlar ve kendiyle ilgili olumlu inanışlar haricindeki çekirdek inanışlar hariç) beklenen yönde korrelasyon saptandı ($r=-0.185-0.380$ aralığında, p 'ler <0.05). Regresyon analizi SKÖ ile anksiyete şiddeti ($\beta=0.288$) ve üstbilişsel inanışlar ($\beta=0.199$) arasında anlamlı ilişki olduğunu gösterdi (p 'ler <0.05).

Sonuç: Mevcut bulgular sınav kaygısında olumsuz otomatik düşünceler, kendiyle ilgili çekirdek inanışlar, yineleyici olumsuz düşünme tarzı, düşünceleri kontrol ihtiyacı ve kontrol edilemezlik ve tehlikelilikle ilgili üstbilişsel inanışların öne çıktığını ve sınav kaygısını açıklamakta üstbilişsel inanışların daha ön planda olduğunu göstermektedir.

Abstract no:49

PB-12

Farklı Psikolojik Rahatsızlıklarda Bilişsel ve Davranışçı Grup Terapilerinin Etkililiğine Yönelik Kuramsal Bir Araştırma

Pervin Sevdâ Bıkmaz, Gizem Turgut, Ümüş Güneç

Okan Üniversitesi Klinik Psikoloji

Bu çalışmada Bilişsel ve Davranışçı Terapi'nin tarihçesinden, tekniklerinden ve kısıtlılıklarından bahsedilmiştir. Daha sonra Grup Terapilerinin neden ortaya çıktığından, avantajlarından bahsedilerek Bilişsel ve Davranışçı Grup Terapilerinin ortaya çıkış nedenine değinilmiştir. En son olarak da Bilişsel ve Davranışçı Grup Terapilerinin farklı psikolojik rahatsızlıklardaki etkisi farklı kaynaklardan yararlanılarak anlatılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Bilişsel ve davranışçı terapi, grup terapisi, bilişsel ve davranışçı grup terapilerinin farklı psikolojik problemlerdeki etkileri

abstract no:51

PB-13

Trikotillomani Tedavisinde Psikoterapötik Yaklaşımlar: Bir Olgu Sunumu

Aslı Enzel Koç, Çiçek Hocaoğlu

Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı, Rize.

Amaç: Trikotillomani, tekrarlayan kronik saç yolmalarla karakterize, sıklıkla beraberinde eşanlı durumlara ilişkili bir ruhsal bozukluktur. Çok eski yıllardan beri bilinmesine rağmen, bugün hala epidemiyolojisi, etiyojisi, tedavi yaklaşımları tam olarak açık değildir. Erişkinlerde genellikle trikotillomani ile birlikte psikiyatrik eşanı çok yaygın görülmektedir. En sık duygudurum bozuklukları, anksiyete bozuklukları ile birliktelik gösterir. Trikotillomaninin başlangıç yaşı genellikle çocukluk ya da ergenlikte olmaktadır. Tipik olarak kritik gelişimsel dönemler içinde yer alan çocukluk ve erken ergenlik sürecinde başlayan bozukluk sıkıntılı, istenmeyen durumları takiben yeniden ortaya çıkabilir. Her yaşta ortaya çıkabilmekle birlikte başlangıç yaşı ortalama 12-13 yaş civarındadır. Trikotillomaninin görülme sıklığı % 0.6-1.6 arasındadır. Trikotillomani tanılı hastaların %30'unda trikofaji gözlenir ancak, bu olguların sadece %1'inde cerrahi tedavi gerektiren trikobezoarlar izlenir.

Olgu: Bu çalışmada ayakta tedavi birimize çabuk sinirlenme, öfkeli, özellikle sıkıntılı dönemlerde artan oranda saçları yolma, belirgin saç kaybı yakınmaları ile ailesi refakatinde başvuran 19 yaşında, bekar, üniversite öğrencisi kadın hasta sunulmuştur. Çocukluk ve ergenlik döneminden bu yana çabuk sinirlendiği, sık sık arkadaş ve aile bireyleri ile sorunlar yaşadığı belirtilen hastanın son 6 yıldır özellikle stresli olduğu zamanlarda saçlarını koparttığı daha sonra ağzına alıp yuttuğu ve bu nedenle 1 yıl önce hastanemiz dermatoloji polikliniğine başvurusu sonrası psikiyatri polikliniğimize yönlendirildiği ve trikobezoar açısından tıbbi tetkiklerinin yapıldığı öğrenildi. Benzer yakınmalar ile polikliniğimize ikinci kez başvuran DSM-5'göre trikotillomani ve tanı sınıflandırmalarında yer almayan Rapunzel sendromu olarak değerlendirilen hasta mevcut psikiyatrik tablonun öyküsü, özgeçmiş bilgileri, uygulanan ve önerilen tedavi protokollüyle (davranışsal yaklaşımlar; farkındalık eğitimi, kendini gözlem (self-monitoring), gizli duyarlılaştırma ve alışkanlık değiştirme) literatür bilgileri ışığında tartışılacaktır.

Tartışma: Trikotillomani etiyojisi ve tedavisine yönelik çalışmalar son 25 yılda artmıştır. Ancak, trikotillomani tanı ve tedavisi ile ilgili çalışmalarda henüz yeterli kanıt düzeyine ulaşamamıştır. Özellikle son yıllarda bilişsel davranışçı terapinin etkili olduğuna ilişkin çalışmalar mevcuttur. Yolma davranışlarının gizlenmesi ya da utanma nedeniyle tedaviye başvurunun sınırlı olması kontrollü çalışmaların yapılabilmesini engellemektedir. Trikotillomani süregelen seyri ile diğer ruhsal bozukluklarla birlikte görülebileceği ve bu durumun işlevselliği daha da bozabileceği, saç kayıplarının daha da artabileceği unutulmamalıdır. Ayrıca trikotillomani tanılı olgularda trikofajinin sorgulanması hayat kurtarıcı olabilir. Olgumuz bu yönü ile de dikkat çekici niteliktedir.

Anahtar Kelimeler: Trikofaji, trikotillomani, tanı, tedavi, alışkanlık değiştirme

Abstract no:53

PB-14

Birincil Kuramsal Yönelim Açısından Bilişsel Davranışçı Terapi

Mustafa Savcı

Fırat Üniversitesi, Elazığ

Amaç: Psikoterapistlerin bir kurama yönelmesinde çok sayıda dinamiğin etkili olduğu söylenebilir. Ancak genel bir perspektiften bakıldığında, psikoterapistin özellikleri, kuramın özellikleri ve hedef kitlenin özellikleri belirleyici olmaktadır. Literatürde bu özelliklerden hangisinin daha belirleyici olduğuna tartışmalar devam etmektedir. Ancak bu faktörlerden hangisinin daha etkili olduğuna ilişkin kesin bir sonuç koymak mümkün görünmemektedir. Bu çalışmada Bilişsel Davranışçı Terapinin psikoterapistler tarafından birincil kuramsal yönelim olarak tercih edilmesinin nedenleri kurama ilişkin özellikler açısından tartışılmaktadır. Diğer bir ifadeyle Bilişsel Davranışçı Terapi hangi farklı özelliklerinden dolayı psikoterapistlerin ilgisini çekmektedir?

Yöntem: Bilişsel Davranışçı Terapinin birincil kuramsal yönelim olarak saptandığı araştırmalar sistematik olarak derlenecektir.

Sonuç: Bu araştırmanın Bilişsel Davranışçı Terapinin birincil kuramsal yönelim olarak tercih edilmesinin nedenlerine ilişkin kapsayıcı bir değerlendirme sunması beklenmektedir.

Anahtar Kelimeler: Kuramsal yönelim, bilişsel davranışçı terapi, psikoterapist

Abstract no:54

PB-15

Karaciğer Naklinin Aile İlişkilerine Olan Etkisi: Bir Olgu Sunumu

Güner Suyabatmaz¹, Aslı Enzel Koc², Çiçek Hocaoglu²

¹Avrasya Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Trabzon

²Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı, Rize

Amaç: Günümüz tıp teknolojisinin en önemli gelişmelerinden biri olan organ nakli, daha uzun ve kaliteli bir yaşam sunmaktadır. Karaciğer nakliyle birlikte karaciğer yetmezlikli hastaların sağ kalım oranları artış göstermiştir. Ancak organ nakilleri bağışlanan organ sayısı sınırlı kalmaktadır ve organ temini ve talebi arasındaki giderek artan uçurum pek çok hastanın umudunu ve yaşamını kaybetmesi anlamına gelmektedir. Bu nedenle ilk planda verici olarak hastanın yakın aile bireyleri verici olarak planlanmaktadır. Yaşayan akrabadan karaciğer sağlamanın en önemli avantajları, doku uyumunun artması ve postoperatif immunosupresan ilaç gereksiniminin azalmasıdır. Karaciğer nakli öncesi alıcının ruhsal muayenesi, psikiyatrik öyküsünün sorgulanması, ruhsal bozukluk öyküsü varsa yineme riskinin değerlendirilmesi, tedaviye uyum öyküsü, aile ve sosyal desteğin yeterli olup olmadığı, transplantasyona bilişsel ve duygusal yönlerden ne ölçüde hazır olunduğu, karar verme yetisi, transplantasyonla ilgili beklentilerin gerçekçi olup olmadığı, bağışleme düzenekleri, engellenme eşiği ve dürtü kontrolü gözden geçirilmesi gereken diğer unsurlardır. Vericilerin psikiyatrik değerlendirmelerine ilişkin standart bir uygulama bulunmamaktadır. Vericinin, organ bağışlamasının yol açabileceği zararlar ile organ reddi olasılığı hakkında yeterli bilgiye sahip olup olmadığı, transplantasyonla ilgili beklentileri, karar verme yetisi, psikiyatrik öyküsü, bilinç ya da bilinç dışı süreçlerdeki güdülenmeleri, aile dinamikleri ve organ nakli sonrası alıcı-verici ilişkisinin zedelenmesine işaret eden etkenler gözden geçirilmelidir. Örneğin ilişkilerinde ciddi çatışma yaşayan aile bireyleri arasında yapılan nakil işlemi, ilişkiye ek bir yük bindirmekte, ilişkilerin daha olumsuz bir hale gelmesi ile sonuçlanabilmektedir. Vericinin kendini feda etme duygu ve motivasyonu organ nakli kararı almasının, operasyon sonrasında, depresyon, incinme ve öfkeye yol açtığı bildirilmiştir.

Olgu: Bu çalışmada ayaktan tedavi birimimize keyif alamama, mutsuzluk, unutkanlık, uyku düzensizliği, yorgunluk, isteksizlik, sürekli boşluk hissi, sinirlilik ve kolay tepki verme yakınmaları ile başvuran 39 yaşında, lise mezunu, bekar, halen ailesi ile Artvin'e bağlı bir ilçede yaşayan kadın hasta sunulmuştur. Psikiyatrik değerlendirme sırasında anne ve babasının hastanın ergenlik döneminde çekişmeli bir boşanma sonucu ayrıldıkları, hastanın bir süre annesi ile yaşadığı, babası ile 4 yıl öncesine kadar hiç görüşmediği, babasının hastalığı nedeni ile kendisini araması üzerine karşılaştıkları ve karaciğer yetmezliği nedeni ile hastadan alınan karaciğer ile babasına organ naklinin gerçekleştiği, ameliyat sonrası hastanın İstanbul'da işletmeciliğini yaptığı işyerini kapatıp babası ile birlikte Artvin'e geldiği, hastanın anne ve babasını barıştırıp yeniden evlenmelerini sağladığı ancak, özellikle son 1 yıldır evdeki uyumun iyi olmadığı, anne ve babanın sürekli tartıştıkları öğrenildi. DSM-5'e göre major depresif bozukluk tanısı ile tedavisi düzenlenen, ailesi ile sorun odaklı destekleyici görüşmeler yapılan çalışma öncesi bilgilendirilerek onamı alınan olgu literatür bilgileri ışığında tartışılacaktır.

Tartışma: Organ nakli sürecindeki vericilerde psikiyatrik morbiditenin %2-3 olduğu öngörülmekte ve en sık depresyon, somatik yakınmalar ve psikososyal sorunlar gözlenmektedir. Bazı çalışmalarda alıcıların %50'sinden fazlasının nakilden yıllar sonra bile anksiyete yaşadıklarını depresyon, hipokondriyazis ve organik beyin sendromu tanı sıklığının da yüksek olduğu belirtilmiştir. Organ nakliden önce ve sonra alıcı ve vericilerde ruhsal bozukluk sıklığını ve şiddetini ölçmek, organ nakli sonrası psikososyal sorunların yıllar içindeki değişimi incelemek, organ naklinin yaşam niteliği üzerine etkisini araştırmak, alıcı ve vericiler arasındaki ilişkinin gözden geçirmek her iki gruba da daha nitelikli ruh sağlığı hizmeti verilmesini sağlayabilir. Olgu sunumumuz bu konuya ışık tutması açısından dikkat çekicidir.