

(STANDART) KOGNİTİF FORMÜLASYON DİYAGRAMI (TRADITIONAL) COGNITIVE CONCEPTUALIZATION DIAGRAM

Bilgilendirme

(Standart) Kognitif Formülasyon Diyagramı (KFD) hastaların en temel inançları ve önemli davranışsal örüntüleri hakkında çok sayıda bilgiyi ortaya çıkarmaya yardımcı olur. KFD; hastanın çocukluk deneyimleri, kendisi, dünya ve gelecek hakkındaki kök inançların nasıl oluştuğu, hastaların esnek olmayan, global, olumsuz inançlarını telafi etme ve başa çıkma yolları arasındaki ilişkileri anlamanızı sağlar.

Gerekli bilgileri topladıktan hemen sonra seanslar arasında Kognitif Formülasyon Diyagramını doldurmaya başlamalısınız. KFD, hastaların verdiği spesifik bilgilerle oluşturulur. Bu nedenle, hipotezler oluşturduğunuzda bunu belirtmeli (örneğin bir soru işareti ile) ve hipotezlerinizi hasta tarafından doğrudan onaylanana kadar geçici olarak kabul etmelisiniz.

Genel olarak, hasta için oldukça belirgin sıkıntı veren durumları yazarak diyagramın ortasından aşağıya doğru doldurmak en iyisidir. (Bazı hastaların yaşadıkları kompleks sıkıntıları anlamak için üç durumun yetersiz olduğuna dikkat etmek önemlidir. Özellikle hastaların birkaç kök inancı varsa, diyagramın alt kısmına ek kutular eklemelisiniz.) Hastaların işlevsel olmayan davranış örüntüsü sergilediği veya otomatik düşüncelerinin ortak temalar gösterdiği durumları seçin. Eğer birden fazla tema varsa, bunu yansıtan durumu eklediğinizden emin olun. Belirlenen durumlar ile ilgili hastaların otomatik düşüncelerinin anlamını belirlemek, onların kök inançları hakkında hipotezler oluşturmanızı sağlayacaktır. “Kognitif Formülasyon Diyagramı Soruları” sayfasını kullanarak diyagramın geri kalanını doldurabilirsiniz.

Bu diyagram, hastaları formüle etmenize yardımcı olmak için düzenlenmiştir. Çoğu hasta için çok kafa karıştırıcıdır. Ancak bunun basitleştirilmiş hallerini oluşturabilirsiniz. Bazı durumlarda, hastanıza sizinle birlikte tamamlaması için boş bir diyagram sunmak uygun olabilir. Önceden vurguladığımız gibi, diyagramı ikiye ayırmak ve alt bölümden başlamak genellikle en iyisidir. Hastalarla birlikte diyagramı oluşturmak ve geliştirmek, hastaların deneyimlediği farklı durumlara neden spesifik şekillerde (çoğunlukla işlevsel olmayan bir şekilde) tepki verdiklerini anlamasına yardımcı olur.

Çeviren: Klinik Psk. Işın Su İnam - Çeviri Editörleri: Klinik Psk. Senanur Demirtaş - Psk. Simge Ortaç Koç

Proje Süpervizörü: Emel Stroup, PsyD, ABPP, BICBT-CMC, ACT

Beck Enstitüsü ve Dr. Judith S. Beck'in izniyle çevrilmiştir. 2024

Translator: Işın Su İnam, MA Clinical Psychology - Translation Editors: Senanur Demirtaş, MSc Clinical Psychology - Simge Ortaç Koç, BA Psychology

Project Supervisor: Emel Stroup, PsyD, ABPP, BICBT-CMC, ACT

Translated into Turkish with the permission of The Beck Institute and Dr. Judith S. Beck. 2024