

# GÜÇLÜ YÖNLERE DAYALI KOGNİTİF FORMÜLASYON DİYAGRAMI

## STRENGTH-BASED COGNITIVE CONCEPTUALIZATION DIAGRAM

### Bilgilendirme

Güçlü Yönler Dayalı Kognitif Formülasyon Diyagramı (GYD-KFD), hastaların işlevsel kognisyon ve davranış örüntülerini organize etmelerine ve bunun yanı sıra aşağıdakiler arasındaki ilişkileri fark etmelerine yardımcı olur:

- Önemli yaşam olayları ve bununla bağlantılı işlevsel kök inançlar
- İşlevsel kök inançlar ve bununla bağlantılı otomatik düşüncelere verdiği anlam
- İşlevsel kök inançlar ve bununla bağlantılı ara inançlar ve işlevsel baş etme stratejileri
- Durumlar ve bununla bağlantılı işlevsel otomatik düşünceler ve işlevsel davranışlar

Değerlendirme sırasında (Ör., hastalardan hayatlarındaki en iyi dönemi anlatmalarını istediğinizde) diyagramın üst kısmı için ilgili bilgileri ve tedavi boyunca diyagramın tamamı için ek bilgiler toplayacaksınız. GYD-KFD'yi hastalara direkt sunmak çoğu hasta için oldukça kafa karıştırıcı olabilir. Eğer bu diyagramı çalışacaksanız, önce hastalarınıza boş bir kopyasını seans içinde gösterin. Bu diyagramı hastaların işlevsel otomatik düşünceler ve davranışlara sahip oldukları geçmiş (şu anki zorlukların başlangıcından önce) durumları/olayları belirleyerek birlikte doldurun; özellikle, zorlayıcı durumlarda nasıl işlevsel bir şekilde baş ettiklerini ortaya çıkarın. Bu diyagramı doldurmaya başladıktan sonra hastaların kendilerini ve deneyimlerini daha gerçekçi bir şekilde algıladığı ve işlevsel baş etme stratejilerini içselleştirdikleri bir noktaya kadar bekleyebilirsiniz. **Veya** bu diyagramı hastayla birlikte hemen çalışmadan önce hastaların kendilerini ve deneyimlerini daha gerçekçi bir şekilde algıladığı ve işlevsel baş etme stratejilerini içselleştirdikleri bir noktaya kadar bekleyebilirsiniz.

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