

SERTİFİKASYON İÇİN ÇALIŞMA ÖRNEĞİ KILAVUZU

Beck Enstitüsü CBT Sertifikasyon sürecinin son adımı; Çalışma Örneğinin tamamlanması ve sunulmasıdır. Çalışma Örneği iki bölümden oluşur: **1.** Tedavi sürecini yürüttüğünüz hastanın vaka raporu ve aynı hastanın bireysel vaka formülasyonu ve tedavisi (hastanın gizliliğini koruyarak, örneğin hastanın tam ismini açıkça belirtmeden) ve **2.** Aynı hasta ile yapılan CBT seans kaydı (hastanın tam ismini açıkça belirtmeden) Çalışma Örneğinin iki bölümü de (Vaka Raporu ve Terapi Seans Kaydı) verilen yönerge doğrultusunda aynı anda sunulmalıdır. Süpervizyonda ele aldığınız hastayı bu sürece dahil edemezsiniz.

Vaka Raporu: Özet ve Formülasyon

BİRİNCİ BÖLÜM: İLK GÖRÜŞME BİLGİLERİ (INTAKE INFORMATION)

İLK GÖRÜŞMEDE HASTADAN EDİNİLEN TANIMLAYICI BİLGİLER

Yaş: Hastanın seans kaydının yapıldığı zamandaki yaşını belirtiniz.

Cinsel Kimlik ve Yönelim: Seans kaydının yapıldığı zamanda hastanın bildirdiği cinsel kimlik ve yöneliminin ne olduğunu belirtiniz.

Etnik Köken: Hasta etnik kökeninin ne olduğunu söyledi?

Dini/Spiritüel Yönelim: Hasta dini/spiritüel yöneliminin ne olduğunu söyledi (eğer varsa)?

Yaşam Ortamı: Hasta nasıl bir yerde yaşıyor (Ör: Apartman, müstakil ev, evsiz, vb.)? Hangi çevrede yaşıyor (Ör: Şehir içi, kırsal, şehir merkezinden uzak, vb.)? Kiminle yaşıyor? Hastanın birlikte yaşadığı kişilerle ilişkisi nasıl?

Çalışma Durumu: Hasta ne tür bir iş yapıyor (Ör: İşçi, ofis çalışanı, yönetici, çiftçi, akademisyen, serbest meslek)? Bu işten ücret alıyor mu? Hasta ne kadar süredir bu işte çalışıyor? Bu iş tam zamanlı mı, yarı zamanlı mı? Hasta yaptığı işten ne kadar memnun? İlgiliyse belirtiniz: “Ev ve aile ihtiyaçlarını hasta karşılıyor” ya da “hasta işsiz.”

Sosyoekonomik Seviye (SES): Hastanın sosyoekonomik seviyesi nedir? (SES; Amerika Psikoloji Birliği (APA)’nın tanımına göre eğitim, gelir ve mesleğin birleşimine göre ölçülen sosyal statü ya da sınıf) Belirtiniz: “Yüksek SES”, “Orta SES” ya da “Düşük SES”.

BAŞVURU NEDENİ, BAŞLICA SEMPTOMLAR, RUHSAL DURUM VE TANILAR:

Başvuru Nedeni: Hasta neden tam da o anda tedavi görmek istedi?

Başlıca Semptomlar: Hasta aşağıdaki 4 alanda hangi semptomları yaşıyordu?

Duygusal:

Kognitif:

Davranışsal:

Fizyolojik:

Ruhsal Durum: Hasta nasıl görünüyordu? Hastanın oryantasyon ve hafızasını da içeren ruhsal durumu nasıldı? Ve hastanın terapiye katılımını olumsuz etkileyebilecek ne gibi özellikleri vardı?

Tanılar (Mental Bozuklukların Tanısal ve İstatiksel El Kitabı (DSM-5) ya da Hastalıkların Uluslararası Sınıflaması (ICD) doğrultusunda): Hastanın yaşadığı bozukluğun/bozuklukların adı ve güncel Amerikan Psikiyatri Birliği Mental Bozuklukların Tanısal ve İstatiksel El Kitabı (DSM-5) ya da Uluslararası Hastalık Sınıflaması (güncel ICD-10) tanısal kodu neydi? DSM-5 ya da ICD-10'e göre ilgili tanımlayıcıları belirtiniz.

ŞU ANDA KULLANILAN PSİKİYATRİK İLAÇLAR, UYUM VE YAN ETKİLER; EŞZAMANLI TEDAVİ:

Psikiyatrik İlaçlar: İlk görüşmede ya da sonrasında hasta hangi ilaçları kullanıyordu? İlacın dozunu ve ne sebeple verildiğini belirtiniz.

Tedavi Önerilerine Uyum: Hastanın reçete edilmiş ilaçları almaya ve yapılan tedavi sürecini takiben psikiyatrist ve diğer tıp doktorlarının tedavi önerilerine karşı tutumu nasıldı?

Yan Etkiler: Eğer varsa, hastanın ilaca bağlı yaşadığı yan etkiler neydi?

Eşzamanlı Tedavi: Eğer varsa, hasta psikolojik ya da psikiyatrik durumu için başka hangi tedaviyi alıyordu?

ŞU ANKI ÖNEMLİ İLİŞKİLERİ: İlk görüşmede hastanın önemli ilişkileri kimlerdi ve bu ilişkiler nasıldı?

İKİNCİ BÖLÜM: İLGİLİ YAŞAM ÖYKÜSÜ

YAŞAM BOYU EN İYİ İŞLEVSELLİK HALİ (GÜÇLÜ YÖNLER, DEĞERLER VE KAYNAKLARI İÇEREN): Hasta en yüksek işlevsellik düzeyini kaç yaşlarında deneyimledi ve bu ne kadar sürdü? Neler işlevsellik düzeyinin en iyi olmasını sağladı? En iyi işlevsellik gösterdiği dönemde: Hangi güçlü yönlerini kullandı? Kendisi, başkaları ve gelecek hakkında ne gibi inançlara sahipti? Başkaları onu nasıl görüyordu?

HASTANIN ŞU ANKI BELİRTTİĞİ ŞİKAYETİNİN ÖYKÜSÜ: Hastanın semptomları ilk ne zaman ortaya çıktı, ne kadar süre devam etti ve hasta bu semptomları ne kadar şiddetli deneyimledi? Hastanın işlevselliği üzerindeki etkisi nasıldı?

PSİKİYATRİK, PSİKOLOJİK YA DA MADDE KULLANIM ÖYKÜSÜ VE İŞLEVSELLİĞE ETKİSİ: Hastanın geçmiş psikiyatrik tanıları (eğer varsa) nelerdi ve/veya madde kullanım öyküsü (eğer varsa) nasıldı? Tanı konulduğunda hasta kaç yaşındaydı? Bu durum/durumların ciddiyet düzeyi neydi ve ne kadar süre devam etti? Bu durumlar hastanın işlevselliğini nasıl etkiledi?

PSİKİYATRİK, PSİKOLOJİK YA DA MADDE KULLANIM TEDAVİ ÖYKÜSÜ, TÜRÜ, TEDAVİ İÇERİĞİ (Ayaktan ya da Yataklı Servis, Grup/Bireysel Terapi, İlaç Tedavisi, vb.) VE TEDAVİYE YANIT: Hasta psikiyatrik durumu ve/veya madde kullanımı için hangi tedavileri alıyordu? Bu tedavi uygulandığında hasta kaç yaşındaydı? Tedavinin türü neydi ve ne kadar sürdü? Hastanın tedaviye karşı tutumu nasıldı? Tedavi nasıl sonuçlandı?

GELİŞİMSEL ÖYKÜ (İlgili Öğrenme, Duyusal ve Fiziksel Gelişimi): Hastanın yaşamına ciddi boyutta etkisi olan olumsuz yaşam olayları nelerdi (Ör: Öğrenme problemleri, zorbalık, tıbbi durumlar, kazalar, travma)?

KİŞİSEL, SOSYAL, EĞİTİMSEL VE MESLEKİ ÖYKÜ: Hasta için önemli olan olumlu ve olumsuz ilişkileri nasıldı? (Ör: Aile, arkadaşlar, öğretmenler, otorite sahibi kişiler ve akranlar vb.)

TIBBİ ÖYKÜ VE HASTALIĞA BAĞLI ENGELLER/KISITLAMALAR: Hasta hangi tıbbi rahatsızlıkları yaşıyordu? Ciddiyet düzeyi neydi? Eğer varsa, hastalığa bağlı engeller/kısıtlamalar neydi?

ŞU ANDA KULLANILAN PSİKİYATRİK OLMAYAN İLAÇLAR, TEDAVİ, UYUM VE YAN ETKİLERİ: Hasta ilk görüşmede ya da tedavi sürecinde psikiyatrik olmayan ilaçlar (hemeopati ve reçetesiz satılan ilaçlar da dahil) kullandı mı? Kullanmasının nedeni neydi? İlacın ne gibi yan etkileri vardı?

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: VAKA FORMÜLASYON DİYAGRAMI

KOGNİTİF FORMÜLASYON DİYAGRAMI (KFD): Kognitif Formülasyon Diyagramının tamamını doldurun ve Vaka Raporuna ekleyin. Eğer farklı temalar varsa; otomatik düşüncelerin anlamlarının birbirinden farklı olduğu durumları seçtiğinizden emin olun.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM: VAKA FORMÜLASYON ÖZETİ

HASTANIN ŞU ANKI BOZUKLUĞUNUN ÖYKÜSÜ, BOZUKLUĞU TETİKLEYEN ÖNEMLİ FAKTÖRLER VE YAŞAM STRESÖRLERİ: Hastanın mücadele ettiği içsel ve dışsal sıkıntılar nelerdi? Bu sıkıntılar semptomların ortaya çıkmasına nasıl yol açtı (İçsel stresörler; hastalıklar, kazalar, anılar, imajlar ya da duyuları içerebilir. Dışsal stresörler; işte ya da okuldaki sıkıntılar, ilişkiler ya da performans beklentisini karşılayamama olabilir.)

SÜRDÜRÜCÜ FAKTÖRLER: Hastanın yaşadığı semptomların devam etmesinde neler etkili oldu? (Sürdürücü faktörler; içsel ve dışsal stresörlerin devam etmesini, hastanın bilgiyi işleme şeklini, olumsuz duygular ile ilgili işlevsel olmayan düşünceleri ve bunlara verilen tepkileri, işlevsel olmayan düşünce süreçlerini, uyumsuz davranış ve/veya beceri eksikliklerini içerebilir.)

DEĞERLER VE ARZULAR (OPSİYONEL): Hasta için bu hayatta ne(ler) önemli (values)? Hasta hayattan ne istiyor ya da hayatının nasıl olmasını arzuluyor (aspirations)?

ÖYKÜSEL ÖZET (İLGİLİ YAŞAM ÖYKÜSÜNÜ, BOZUKLUĞU TETİKLEYEN VE SÜRDÜREN ÖNEMLİ FAKTÖRLERİ, VAKA FORMÜLASYON DİYAGRAMI BİLGİLERİNİ İÇEREN): Hastanın sıkıntı yaşadığı durumlara verdiği tepkileri anlamlandırabilmek için doldurulmuş Kognitif Formülasyon Diyagramının (sayfanın en üstünden başlayarak) öyküsel bir özetini yazınız. Opsiyonel: Arzuları ve Değerleri açıklamanıza entegre ediniz.

BEŞİNCİ BÖLÜM: TEDAVİ PLANI

GENEL TEDAVİ PLANI: Genel terapi hedefleriniz nelerdi?

PROBLEM LİSTESİ/HASTANIN HEDEFLERİ VE KANITA DAYALI MÜDAHALELER: Hastanın yaşadığı sıkıntılar hedeflerin diğer yüzüdür. Her bir problem/hedef için kullandığınız CBT müdahaleleri nelerdi?

ALTINCI BÖLÜM: TEDAVİ SÜRECİ VE SONUCU

TERAPÖTİK İLİŞKİ: Hastanızın tedaviye ve size karşı tutumu nasıldı? Terapötik ilişkinizi sürdürmek için ne yaptınız? İlgili ise belirtiniz: İlişkideki problemleri nasıl çözdünüz?

TERAPİ SEANSLARININ SAYISI VE SIKLIĞI, TEDAVİ SÜRESİ: Terapi seansları ne sıklıkla yapıldı? Bu seanslar standart CBT seansları mıydı? (Değilse, farkı neydi?) Hasta tedavide ne kadar süre kaldı?

TEDAVİ SÜRECİNİN ÖZETİ: Tedavi süreci nasıl ilerledi? Hastanın motivasyonu nasıldı? Hasta ile tedavi sürecini yürütmek ne kadar zor ya da kolaydı? Nedenini açıklayınız.

İLERLEME ÖLÇÜTLERİ: İlk görüşmede hangi nicel ölçüm araçlarını (ya da işlevsellik değerlendirmelerini) kullandınız? Tedavi boyunca ilerlemeyi nasıl gözlemlediniz?

TEDAVİ SONUCU: Hastanın semptomlarında, işlevsellik düzeyinde ve/veya genel iyilik halinde ne kadar ve nasıl bir değişim oldu? Hastanın sunulan tedaviyle bağlantılı genel tatmin olma düzeyi neydi?

Vaka Raporu Puanlaması

Vaka raporunda 23 alt bölüm bulunmaktadır. Her bir madde ayrı ayrı puanlandırılacaktır.

Vaka Raporundaki tüm maddeleri tamamlamanız gerekmektedir. Eğer bir bölümü tamamlamazsanız vaka raporunuzu gönderemezsiniz. Toplam puan aralığı 0-50 arasında olacaktır. Kognitif Vaka Formülasyonu, Formülasyonun Öyküsel Özeti ve Problem Listesi/Hedefler/Kanıtı Dayalı Teknikler bölümlerindeki maddelerden alınması gereken minimum puanlar diğer bölümlerden daha yüksektir; bir başka deyişle kredisi daha yüksek bölümlerdir. Bu bölümleri geçmek için her bir maddeden en az 4 puan alınması gerekir; yani 15 puan üzerinden en az 12 puan olmalıdır. Diğer bölümlerin toplamı 35 puan üzerinden en az 28 puan olmalıdır. **Vaka Raporunun toplam değerlendirmesinde minimum geçme puanı 40 puandır.** Puanlama tablosu aşağıdaki gibidir:

Vaka Raporu Puanlama Tablosu

Madde	Puan Aralığı	Puanınız
Birinci Bölüm: İlk Görüşme Bilgileri		
Tanımlayıcı Bilgiler (Yaş, Cinsel Kimlik, Etnik Köken, Dini/Spiritüel Yönelim, Yaşam Ortamı, Çalışma Durumu, Sosyoekonomik Statü)	0-1	
Başvuru Nedeni	0-3	
Şu Anda Kullanılan Psikiyatrik İlaçlar	0-1	
Şu Anki Önemli İlişkileri	0-2	
İkinci Bölüm: İlgili Yaşam Öyküsü		
Yaşam Boyu En İyi İşlevsellik Hali	0-2	
Hastanın Şu Anki Belirttiği Şikayetinin Öyküsü	0-2	
Psikiyatrik, Psikolojik ya da Madde Kullanım Öyküsü	0-2	
Psikiyatrik, Psikolojik ya da Madde Kullanım Öyküsünün İşlevselliğe Etkisi	0-2	
Psikiyatrik, Psikolojik ya da Madde Kullanım Tedavi Öyküsü, Türü, Tedavi İçeriği ve Tedaviye Yanıt	0-2	
Gelişimsel Öykü	0-3	
Kişisel, Sosyal, Eğitimsel ve Mesleki Öykü	0-3	
Tıbbi Öykü ve Hastalığa Bağlı Engeller/Kısıtlamalar	0-2	
Psikiyatrik Olmayan İlaçlar, Alınan Tedaviler, Uyum ve Yan Etkileri	0-1	
Üçüncü Bölüm: Vaka Formülasyon Diyagramı***	0-5	

Dördüncü Bölüm: Vaka Formülasyon Özeti		
Şu anki Bozukluğunun Öyküsü	0-2	
Sürdürücü Faktörler	0-2	
Değerler ve Arzular (Opsiyonel)	--	--
Öyküsel Özet (İlgili Yaşam Öyküsünü, Bozukluğu Tetikleyen ve Sürdüren Önemli Faktörleri, Vaka Formülasyon Diyagramı Bilgilerini İçeren)***	0-5	
Beşinci Bölüm: Tedavi Planı		
Hastanın Genel Terapi Hedefleri, Problem Listesi, Genel Terapi Hedefleriyle Bağlantılı Kanıta Dayalı Müdahaleler***	0-5	
Altıncı Bölüm: Tedavi Süreci ve Sonucu		
Terapötik İlişki	0-1	
Terapi Seanslarının Sayısı ve Sıklığı, Tedavi Süresi	0-1	
Tedavi Sürecinin Özeti	0-1	
İlerleme Ölçütleri	0-1	
Tedavi Sonucu	0-1	
Gölgelendirilmiş Maddelerin her birinin en az 4 puan olması ve bu doğrultuda toplam puanın en az 12 puan olması gereklidir.		
Gölgelendirilmemiş Maddelerin toplamı en az 28 puan olmalıdır.		
Toplam Puan		
Toplam Puanınız en az 40 puan olmalıdır. (Maksimum Puan 50'dir.)		

Seans Kaydı

Çalışma Örneğinin ikinci bölümü, Vaka Raporunda tanımlanan hasta ile yapılan terapi seans kaydıdır. Çalışma Örneği, başvuran klinisyen tarafından yardım almadan tamamlanmış orijinal ve gerçek bir çalışma olmalıdır. Kaydı alınan hastanın, süpervizyon dönemi boyunca üzerinde tartışılmamış olması gereklidir. Kaydedilen terapi seansı, standart bir Kognitif Davranışçı Terapi seansı olmalıdır. Bu seans kaydı Kognitif Terapi Değerlendirme Ölçeği-Revizyonu (KTDÖ-R) üzerinden değerlendirilecektir. KTDÖ-R 11 maddeden oluşur; her madde 0-3 arasında puanlandırılır. **22 puan minimum geçme puanıdır.** KTDÖ-R'nin bir kopyası bu kılavuzun içinde yer almaktadır.

Kognitif Terapi Değerlendirme Ölçeği-Revizyon (KTDÖ-R)

Dereceli Puanlama Ölçeği

Puanlama Skalası

0 = Madde ele alınmadı.

1 = Madde ele alındı ama İSTENİLEN DÜZEYDE DEĞİLDİ.

2 = Madde ele alındı ve ORTA DÜZEYDE BECERİ İLE UYGULANDI.

3 = Madde ele alındı ve ÇOK İYİ DÜZEYDE UYGULANDI.

KTDÖ-R Madde	Değerlendirme Ölçütleri	E/H	Puan
1. Gündem	Terapist; <ul style="list-style-type: none"> Bir önceki seans ile bağlantılı köprü kurdu mu? Bir önceki seanstan bu yana hastanın yaşadığı önemli olayları (olumlu ve/veya olumsuz) belirledi mi? Seanslar Arası Pratiğin (SAP) üzerinden geçti mi? [SAP'ın tümüyle gözden geçirilmesi gündemin bir parçası olabilir.] Ruh hali ölçümü yaptı mı? Seans boyunca üzerinde çalışılacak spesifik hedefleri ya da sıkıntıları belirledi mi? 	 	
	Terapist yukarıdaki maddelerden hiçbirini tamamlamadıysa		0
	Terapist yukarıdaki tüm maddelerden birini ya da daha fazlasını tamamladı ancak hepsini tamamlamadıysa		1
	Terapist yukarıdaki beş maddenin hepsini tamamladıysa		2
	Terapist yukarıdaki beş maddenin hepsini tamamladıysa ve EK OLARAK ... <ul style="list-style-type: none"> Hasta için önemli olan tüm konuların belirlendiğinden ve önceliklendirildiğinden emin oldu. Seans boyunca gündemi takip etti ve gündem değişikliği gerektiğinde hastayla bu durumu açık bir şekilde tartıştı. 		3

KTDÖ-R Madde	Değerlendirme Ölçütleri	E/H	Puan
2. Geri Bildirim	Terapist; <ul style="list-style-type: none">Hastanın; seansa, terapistte ya da terapi sürecine verdiği tepkiyi ve tutumu sorguladı mı?Tedavi planını hastanın anladığından ve onayladığından emin oldu mu?Seans süresince hastanın verdiği geri bildirimleri doğru algıladı mı ve bu geri bildirimlere uygun bir şekilde yaklaştı mı?	— — —	
	Terapist yukarıdaki maddelerden hiçbirini tamamladıysa		0
	Terapist yukarıdaki tüm maddelerden birini ya da daha fazlasını tamamladı ancak hepsini tamamladıysa		1
	Terapist yukarıdaki üç maddenin hepsini tamamladıysa		2
	Terapist yukarıdaki üç maddenin hepsini tamamladıysa ve EK OLARAK ... <ul style="list-style-type: none">Terapist, seans boyunca akışı bozmadan uyumlu bir şekilde geri bildirim istedi [gündem, seans içindeki geçişler, tekniklerin kullanımı ve/veya Seanslar Arası Pratiği oluşturma].		3

KTDÖ-R Madde	Değerlendirme Ölçütleri	E/H	Puan
3. Anlama	Terapist; <ul style="list-style-type: none">Genel olarak seans boyunca hastanın ifade ettiği içeriği yansıtarak, özetleyerek, vb. içten bir şekilde duyduğunu ve anlamaya çalıştığını gösterdi mi?	—	
	Terapist yukarıdaki maddeyi uygulamadıysa		0
	Terapist hastanın söylediklerini tutarsız bir şekilde dinledi ve yansıttıysa		1
	Terapist hastanın söylediklerini seans boyunca dinledi ve yansıttıysa		2
	Terapist seans boyunca tutarlı bir şekilde dinledi ve yansıttıysa ve EK OLARAK ... <ul style="list-style-type: none">Terapist, hastanın o anki ruh halini fark ettiğini yargısız kabul etme, yansıtma ve empati yoluyla gösterdi.Hastanın ruh halini formülasyona bağlı kalarak çalıştı.Seans boyunca hastanın o anki ruh hali ile tutarlı bir şekilde; kelimeler, ifadeler, jestler, tonlama ve beden dilini birlikte kullanarak hastanın yaşadığı ruh halini anladığını gösterdi.		3

KTDÖ-R Madde	Değerlendirme Ölçütleri	E/H	Puan
4. Kişiler Arası Etkililik	Seans Boyunca Terapist; <ul style="list-style-type: none">Hastaya merakla yaklaşarak onu önemseydiğini gösterdi mi ve hastanın hedeflerine ulaşmasına yardımcı oldu mu?Sürece katkı sağlayacak şekilde, hastanın sergilediği herhangi bir davranış ya da tutuma pozitif pekiştireç verdi mi (Ör: Seanslar Arası Pratiği tamamlaması)?Hastaya karşı profesyonel ve etik bir yaklaşım sürdürdü mü?	— — —	
	Terapist yukarıdaki maddelerden hiçbirini tamamlamadıysa		0
	Terapist yukarıdaki tüm maddelerden birini ya da daha fazlasını tamamladı ancak hepsini tamamlamadıysa		1
	Terapist yukarıdaki üç maddenin hepsini tamamladıysa		2
	Terapist yukarıdaki üç maddenin hepsini tamamladıysa ve EK OLARAK ... <ul style="list-style-type: none">Kullandığı kelimeler, jest ve mimiklerle hastanın karakteristik özellik(leri) hakkında (Ör: Güçlü yönler, azim, ilgili, bakış açısı, değerler, dürüstlük, vb.) olumlu ifadelerde bulunarak sıcaklık, içtenlik ve koşulsuz kabul (yargılamadan yaklaşım) gösterdi.		3

KTDÖ-R Madde	Değerlendirme Ölçütleri	E/H	Puan
5. İş birliği	Terapist; <ul style="list-style-type: none">Gündemi oluştururken hastanın katkıda bulunmasını istedi, gündem maddeleri üzerinde bir anlaşma sağladı ve hastanın getirdiği gündem maddesine uygun bir şekilde yaklaştı mı?CBT tekniklerini seçerken ve kullanırken hastayı sürece dahil etti, kullanılacak teknikler üzerinde anlaşma sağladı ve bu süreçte hastanın verdiği geri bildirimlere uygun olacak şekilde yaklaştı mı?Seanslar arasında takip edilen Seanslar Arası Pratiği (SAP) oluştururken hastayı sürece dahil etti, SAP üzerinde anlaşma sağladı ve bu süreçte hastanın verdiği geri bildirimlere uygun bir şekilde yaklaştı mı?	— — —	
	Terapist yukarıdaki maddelerden hiçbirini tamamlamadıysa		0
	Terapist yukarıdaki tüm maddelerden birini ya da daha fazlasını tamamladı ancak hepsini tamamlamadıysa		1
	Terapist yukarıdaki üç maddenin hepsini tamamladıysa		2
	Terapist yukarıdaki üç maddenin hepsini tamamladıysa ve EK OLARAK ... <ul style="list-style-type: none">Terapist, seans boyunca seansla ilgili her önemli karara hastanın katılımını sağlamak, bu kararların üzerinde anlaşmaya varmak ve hastanın verdiği geri bildirimlere uygun bir şekilde yaklaşmak için tutarlı bir çaba gösterdi. Terapistin iş birliği girişimi, seansın gidişatı üzerine karşılıklı anlaşma ile sonuçlandı.		3

KTDÖ-R Madde	Değerlendirme Ölçütleri	E/H	Puan
6. Hız ve Etkin Zaman Kullanımı	Terapist; <ul style="list-style-type: none">○ bir önceki seanstan şu anki seansa geçiş (köprü kurma) ve gündem belirleme,○ müdahale(ler),○ geri bildirim ve SAP için <ul style="list-style-type: none">• Yeterli zaman dilimi ayırdı mı?• Seansı 40-60 dakika içinde tamamladı mı?	— —	
	Terapist yukarıdaki maddelerden hiçbirini tamamlamadıysa		0
	Terapist yukarıdaki maddelerden birini tamamladı ancak maddelerin her ikisini de tamamlamadıysa		1
	Terapist yukarıdaki maddelerin her ikisini de tamamladıysa		2
	Terapist yukarıdaki maddelerin her ikisini de tamamladıysa ve EK OLARAK... <ul style="list-style-type: none">• Hastanın gündeme getirdiği konulara zaman ayırdı ve bu süreçte hızını seansın farklı bölümlerine pürüzsüzce geçilmesini sağlayacak şekilde ayarladı.• VE gerektiğinde hastanın odaklanmak istediği konularda, ilgili ya da gerekli olmayan ve tedaviye fayda sağlamayan tartışmaları sınırlandırmak için uygun girişimlerde bulundu.• VE seansı 45-55 dakika içerisinde gerçekleştirdi.		3

KTDÖ-R Madde	Değerlendirme Ölçütleri	E/H	Puan
7. Kendini Keşif	Terapist; <ul style="list-style-type: none">Seansı, gündem maddeleriyle bağlantılı kognitif değişimin gerçekleşmesine yönelik tasarladı ve yürüttü mü?Seans boyunca hastayı yargılamadı ve hastanın olayları ‘terapistin kendi perspektifinden görmesi’ için direktif vermedi, tartışmaya girmede ya da baskı kurmadı.Yapılan bir müdahalenin ardından hastanın kognitif değişimini değerlendirdi mi?	— — —	
	Terapist hastanın kognitif değişimini gerçekleştirmesine yardımcı olmak için hiçbir girişimde bulunmadıysa		0
	Terapist yukarıdaki tüm maddelerden birini ya da daha fazlasını tamamladı ancak hepsini tamamlamadıysa		1
	Terapist yukarıdaki üç maddenin hepsini tamamladıysa		2
	Terapist yukarıdaki üç maddenin hepsini tamamladıysa ve EK OLARAK ... <ul style="list-style-type: none">Seans boyunca hastanın kendi çıkarımlarına kendisinin ulaşmasına yardımcı olmak için becerilerini çok iyi düzeyde kullanarak keşif sürecini yürüttü.Gerçekleşen kognitif değişimin, hastanın ruh hali ve davranışları üzerindeki olası etkisini değerlendirdi.		3

KTDÖ-R Madde	Değerlendirme Ölçütleri	E/H	Puan
8. En Etkin Kognisyonlara ve Davranışlara Odaklanma	Terapist; <ul style="list-style-type: none">Seansın gündem madde(leri) ile ilişkili olan spesifik kognisyonlara, imajlara, duyumlara, ruh hallerine, davranışlara ve/veya hastanın arzularına (hastanın hayatının nasıl olmasını istediği), hastanın değerlerine (hasta için neyin en çok önemli olduğu) ya da yaşadığı zorluklara verdiği anlamlara odaklandı mı?	—	
	Terapist seans boyunca herhangi bir spesifik konuya odaklanmadıysa		0
	Terapist gündem maddeleri ile bağlantılı olmayan bir konuya odaklandıysa ya da gündem maddeleri ile bağlantılı olan bir konuyu genel olarak ele aldı fakat spesifik kognisyonları, imajları, duyumları, ruh hallerini, davranışları ve/veya anlamları ortaya çıkaramadıysa		1
	Gündem maddeleri ile ilgili spesifik kognisyonlara, imajlara, duyumlara, ruh hallerine, davranışlara ve/veya hastanın arzularına ya da yaşadığı zorluklara verdiği anlamlara odaklandıysa		2
	Terapist yukarıdaki maddeyi tamamladıysa ve EK OLARAK... <ul style="list-style-type: none">Seans gündem madde(leri) ile ilgili hastanın arzuları ya da yaşadığı zorluklar üzerinde en fazla olumlu etkiyi vadeden kognisyonlar, imajlar, duyumlar, ruh halleri ve/veya anlamlar üzerinde çalıştı.		3

KTDO-R Madde	Değerlendirme Ölçütleri	E/H	Puan
9. Değişime Yönelik Strateji	<p>Terapist;</p> <ul style="list-style-type: none"> Değişime yönelik genel stratejiyi ve bununla bağlantılı kanıta dayalı (CBT) tekniklerin rasyonelini hasta ile paylaştı mı? Ele alınan gündem maddesine uygun olan en az bir tanımlanabilir kanıta dayalı tekniği seçti ve kullandı mı? 	<p>—</p> <p>—</p>	
	Terapistin kanıta dayalı (CBT) tekniklerin kullanımını içeren herhangi bir stratejisinin olduğu görünmüyorsa		0
	Terapistin bir stratejisi var ama uygun kanıta dayalı (CBT) tekniğin kullanımını içermediği görünüyorsa		1
	Terapist değişime yönelik genel stratejiyi hasta ile paylaştı ve en az bir uygun kanıta dayalı (CBT) teknik kullandıysa		2
	<p>Terapist yukarıdaki maddelerin her ikisini de tamamladıysa ve EK OLARAK...</p> <ul style="list-style-type: none"> Terapist, kullanacağı tekniğin rasyonelini açıkladı. Diğer seçenekleri sundu (eğer varsa). Kullanılacak tekniklerle ilgili hastanın dahil olması için anlaşmaya vardı. 		3

KTDO-R Madde	Değerlendirme Ölçütleri	E/H	Puan
10. CBT Tekniğini Uygulama	<p>Terapist;</p> <ul style="list-style-type: none"> CBT tekniğini yeterli düzeyde becerisini kullanarak uyguladı mı ve uygulanan tekniğin hangi CBT tekniği olduğu anlaşılır mıydı? CBT tekniğini hastanın motivasyonunu artıracak ve değişime olanak sağlayacak şekilde uyguladı mı? 	<p>—</p> <p>—</p>	

	Terapist CBT tekniğini uygulama girişiminde tekniğin anlaşılmasını sağlamak için yeteri kadar beceri göstermediyse		0
	Terapist yukarıdaki iki maddeden sadece birini başarılı şekilde tamamladıysa		1
	Terapist tekniği yeterli beceriyle uygulayarak yukarıdaki maddelerin her ikisini de tamamladıysa		2
	<p>Terapist yukarıdaki maddelerin her ikisini de yetkin bir şekilde tamamladı ve EK OLARAK...</p> <ul style="list-style-type: none"> • Terapist, tekniğe iyi düzeyde hâkim olduğunu gösterdi. • Terapist, tekniği uygulama konusunda doğal bir yaklaşım sergiledi. • Terapist, tekniği doğru bir şekilde uyguladı. (Ör: Literatürde açıklandığı şekilde) 		3

KTDÖ-R Madde	Değerlendirme Ölçütleri	E/H	Puan
11. Seanslar Arası Pratik (SAP)	<p>Terapist;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bir önceki seansta planlanmış SAP'ı hastayla birlikte gözden geçirdi mi? • Yeni SAP oluşturulurken hastayı sürece dahil etti ve anlaşma sağladı mı ya da SAP oluşturma aşamasında spontane fikirler ve seçenekler üretti mi? • Seanslar Arası Pratiği mevcut seanstaki [ve/veya bir önceki seanstan devam eden, eğer varsa] çalışmaya bağlı şekilde yürüttü mü? Terapist tamamlanacak olan SAP'ı; hastanın gitmek istediği hedefe ve merak ettiği sorunun cevabına ulaşmasına ya da daha iyi baş etmesine, yeni beceriler geliştirmesine ya da ilişkilerini iyileştirmesine yardımcı olmaya yönelik oluşturdu mu? 	<p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	

Terapist yukarıdaki maddelerden hiçbirini tamamladıysa		0
Terapist yukarıdaki tüm maddelerden birini ya da daha fazlasını tamamladı ancak hepsini tamamlamadıysa		1
Terapist yukarıdaki üç maddenin hepsini tamamladıysa		2
Terapist yukarıdaki tüm maddeleri tamamladıysa ve EK OLARAK... <ul style="list-style-type: none">• Terapist, SAP'ı oluşturma aşamasında hastanın ne yapacağını algıladığından ve SAP'ın hastanın yapabileceği düzeyde olduğundan emin oldu. SAP'ı ne zaman, nerede, ne sıklıkta ve ne kadar süreyle yapacağını belirlenmesini sağladı ve• Terapist, hastanın SAP'ı tamamlama olasılığını rasyonel bir şekilde değerlendirdi ve• Terapist, hastanın SAP'ı tamamlama olasılığını azaltabilecek her türlü zorlukları ya da engelleri hastayla birlikte ele aldı.		3

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 kültürel farklılıklar gözetilerek Türkçe'ye çevrilmiş ve uyarlanmıştır. 2025

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 and culturally adapted for Turkey with the permission of The Beck Institute and Dr. Judith S. Beck. 2025