



KDTD Yönetim Kurulu

Başkan: Mehmet Z Sungur

Başkan Yardımcısı: M. Hakan Türkçapar

Genel Sekreter: Nur Velidedeoğlu Kavuncu

Sayman: İlken Çetin

Yönetim Kurulu Üyeleri: Selçuk Aslan, Volkan Topçuoğlu, Gülay Özdemir, Suzi Amado, İbrahim Eke

Yedek Üyeler: Erhan Ertekin, Zülfiye Kaya

Academy of Cognitive Therapy (ACT) ve Kognitif Terapistlerin Uluslararası Sertifikasyonları Süreci

Academy of Cognitive Therapy (ACT) Kognitif Terapi uygulamalarındaki kalite standartlarının yükseltilmesi ve bu alandaki terapistlerin sertifikasyon koşullarını belirleyerek sağlamak üzere aralarında A. T. Beck, D. Barlow, D. Clark, A. Freeman, C. Padesky, J. Rush, J. Wright, J. Scott ve M. Seligman gibi isimlerin yer aldığı bir grup öncü klinisyen, eğitici ve araştırmacılar tarafından 1999 yılında kuruldu.

devamı 3. sayfada

Kongre İzlenimleri

35. Avrupa bilişsel-davranışçı terapiler kongresi bu yıl Selanik'teydi ve biz, bir grup psikolog, psikiyatrist ve psikolojik danışman komşuya gittik. Kimimiz uçakla, kimimiz otobüsle, kimimiz arabayla ve kimimiz trenle yaptı bu yolculuğu. Ben trenzedelerdendim, tren yolculuğunu kimseye tavsiye etmesem de itiraf etmem gerekir ki eğlendik de...

devamı 5. sayfada

KDTD Hakkında Dr. Mehmet Sungur ile Söyleşi

KDTD'nin kuruluşunda en önemli amacın BDT ile ilgili eğitim olduğu düşünülecek olursa, bu alanda yapılan eğitimler konusunda bilgi verir misiniz?

Derneğimiz 1995 yılında kuruldu. 1997-1998 eğitim döneminde biri Ankara, diğeri İstanbul'da olmak üzere 60 kişilik multi-disipliner bir gruba 300 saat süren modüler bir eğitim başlattık. Bu eğitim, sınırlı sayıda eğitici tarafından büyük bir çaba ve özveri ile 2001 yılında tamamlandı. Tüm eğiticilere katkılarından dolayı şükranlarımı sunuyorum. Modüler eğitiminin çeşitli aşamalarını, geçtikleri sınavlar sonucu başarı ile tamamlayan ilk mezunlarımıza sertifikaları 2001 yılında İstanbul'da düzenlenen 31. Avrupa Davranış ve Kognitif Terapileri Birliği Kongresi'nde aynı alanda çalışan dünyaca tanınmış otoriteler tarafından verildi. Eğitici sayısının azlığı, eğiticilerin şehirlerarası eğitim sürecinde yaşadığı zorluklar ve bir bölümünün emekli olması gibi nedenlerle aynı kapsamlı eğitimi ikinci kez veremedik. 2001 yılında benim İstanbul'a (Marmara Üniversitesi'ne) gelmem ve eğitimlerin ekip halinde yapılmasındaki güçlükler nedeniyle, süreyi kısaltarak daha çok sayıda öğrenciyi daha spesifik konularda eğitim vermeyi planladım ve halen bu eğitimi devam ettirmekteyim. Bu amaçla 2002 yılından itibaren İstanbul'da 'Anksiyete Bozuklukları ve Depresyon'da değerlendirme, vaka formülasyonu oluşturma ve tedavide Kognitif Davranışçı Yaklaşımlar' konularında 75 saat teorik ve 75 saat uygulamalı ve denetimli toplam 150 saatlik bir eğitim vermekteyim. Şu ana kadar bu eğitimi 50'den fazla profesyonel başarıyla tamamladı. 100'den fazla profesyonelin eğitimi de bu yıl ve gelecek yıl tamamlanacak. Bu eğitimleri İstanbul dışından gelen meslektaşlarımıza da hafta sonlarında vermekteyim. Bu eğitimlere talep her geçen yıl daha çok artmaktadır. Eğitimin ikinci yılında öğrenciler, teybe kaydettikleri görüşmelerini deşifre ederek getiriyorlar ve görüşmenin her satırı süpervizyon süreci içinde ele alınıyor. "40 saat teorik, 80 saat süpervizyon olmak üzere toplam 120 saatlik benzeri

bir eğitim de Ankara'da derneğimiz başkan yardımcısı Dr. Hakan Türkçapar tarafından yapılmaktadır."

Bu uzun soluklu eğitimler yanı sıra kısa süreli eğitimler de yapıyor mu?

Evet, her yıl KDTD etkinlikleri adı altında yurtdışından alınan en iyilerini ülkemize getirerek, üyelerimize, isimlerine kitaplardan aşına olduğu kişilerle tanışma fırsatı vermeye gayret ediyoruz. Böylelikle üyelerimiz, çeşitli çalışma grupları ve kurslar aracılığıyla, onların uygulamalarını da görme fırsatını buluyor. 2005 yılında bu amaçla Tom Borkovec, Mervin Smucker, Philip Kendall, Ceu Salvador gibi isimleri misafir ettik. Ülkemizde çocuk psikiyatrisinde BDT alanındaki gelişmelere zemin hazırlaması amacıyla, önümüzdeki yıllarda da çocukla çalışan profesyonelleri getirmeye devam edeceğiz. Bu yıl, bu etkinliklerimizin ilkinin 13-14 Mayıs tarihlerinde Arthur Freeman ve Sharon Freeman'la yapacağız. Bültende onların yürütecekleri kurslarla ilgili bilgi mevcut.

Bunun dışında her yıl hem ulusal psikiyatri kongrelerinde, hem de bahar sempozyumlarında BDT ile ilgili kurslar ve paneller düzenliyoruz. Büyük bir memnuniyetle söylüyorum ki, her yıl katılımı en yüksek sayıda olan kurslar da bu kurslar oluyor. Sanırım bu, genç meslektaşlarımızın konuya ilişkin ilgi ve duyarlılıklarını gösteriyor. BDT günümüzde kanıt dayalı bir tedavi yaklaşımı ve artık ilaçlara yardımcı bir terapi türü olarak tanımlanmıyor. Pekçok anksiyete bozukluğunun tedavisinde ilk tedavi seçeneği. Türkiye Psikiyatri Derneği'nin bilişsel davranışçı terapiler çalışma biriminin koordinatörü olarak, dernek ve çalışma biriminin eşgüdümlü gitmesinin, eğitim alanlar yönünden oldukça yararlı olduğunu söyleyebilirim.

Psikiyatri meslek grubu dışında psikologlara, psikolojik danışmanlara yönelik olarak da ben ve dernek üyelerimiz çeşitli konferanslar ve çalışma grupları yürütüyoruz.

devamı 4. sayfada

Bilişsel Davranışçı Terapi Eğitimi

1997-2001 Yılları Arasında KDTD'den 300 Saatlik Kognitif Davranış Terapileri Eğitimini Tamamlayanlar

Arzu Tamgaç	Dilek Gürel	Mualla Oktay	Orhan Murat Koçak	Ülkü Hanyal
Arzu Tatlı	Esin Şimşek	Müge Çelik	Rıfat Karlıdağ	Ümit Boz
Ayhan Karay	Ferhan Dilsiz	Neslihan Kuloğlu	Semra Erkek	Yalçın Güzelhan
Aynur Ünal	Gökhan Oral	Nilgün Çiloğlu	Serpil Bayçora	Zeynep Hamamcı
Ayşe Koyuncu	Hasan Ulvi Kıvanç	Nilgün Seyhun Çakır	Sevil Taneri	
Baki Duy	Havva Özünel	Nur Baykal	Sibel Coşkun	
Burhanettin Kaya	İlken Çetin	Nur Velidedeolu Kavuncu	Şirin Döven	
Cebraill Kısa	İnci Pinar Öz	Nursen Oral	Süreyya Erkmen	

Prof.Dr. Mehmet Z. Sungur Tarafından Verilen 150 Saatlik Sertifikalı Eğitim ve Süpervizyon Sürecini Tamamlayanlar

Alev Aykent	Cengiz Albayrak	Gülşah Özdemir	Nur Akçin	Şükriye Başgeçmez
Ali Keyvan	Defne Eraslan	Gülçin Süngü	Nur Velidedeolu Kavuncu	Şükrü Uğuz
Armağan Özdemir	Duygu Biçer	Hüner Aydın	Nurhan Fıstıkçı	Suzi Amado
Ayhan Erakay	Ebru Yurdağül	İlknur Birben	Nuşin Elçin	Uğur Demirbaş
Aylan Gimzal	Ece Cömert	İlken Çetin	Özlem Altunel	Veli Cihat Topaloğlu
Aylin Aksoy	Elif Saral Mutlu	Melise Dağaltı	Pelin Kaplan	Yasin Bez
Aytül Karabekiroğlu	Erhan Ertekin	Mine Karagözoğlu	Şebnem Altınışık	Yusuf Sivrioğlu
Beril Taşkın	Evrin Kıran	Mükerrer Güven	Selim Gerçek	
Berk Murat Ergün	Eylem Özten	Murat Altın	Şenol Anaç	
Bülent Taymur	Figen Karaceylan	Nazmiye Kaçmaz	Şeyda Özdalga	

Hakan Türkçapar Tarafından Verilen 80 Saatlik Sertifikalı Eğitim ve Süpervizyon Sürecini Tamamlayanlar

Ali Emre Sevik	Fatma Akfırat	Melek Yalçın	Seher Sevim	Yaşar Kuzucu
Aslıhan Sayın	Gökçe Arsayay	Mücahit Kağan	Selçuk Aslan	Yeşil Gürleyen
Aygül Tunç	Harika Özel	Nalan Bayar	Selin Kökten	
Ceren Göker	Hatice Mengül	Nurşen Eroğlu	Tamer Duman	
Derya Aksoy	İbrahim Yerlikaya	Olga Güriz	Tuncay Ayas	
Emine G. Kapcı	Kocabay Yücebaş	Özden Bilgin	Yasemin Akkoca	

EABCT ve Akreditasyon Süreci

Bdt Eğitimi Alan Üyelerimizin Avrupa Davranış Ve Kognitif Terapiler Birliği (EABCT) Tarafından Sertifikasyon Ve Akreditasyon Süreci

EABCT, sertifikasyon ve akreditasyonu bireylere yönelik olarak değil, bünyesindeki birliklere yönelik olarak yapar. Çünkü EABCT şemsiyesi altında bireyler değil, Avrupa'nın çeşitli ülkelerinin temsil edildiği 41 dernek vardır. Dernekler kendi bünyelerindeki eğitimciler ya da kendi ülkeleri dışından temin ettikleri eğitimciler aracılığıyla üyelerinin bilişsel-davranışçı terapiler (BDT) alanlarında eğitimini sağlamaya çalışır. Bu eğitimin içeriği ve süresi EABCT'ye üye tüm ülkeler arasında benzerlikler taşır. Süre aynıdır, ancak içerik tamamen aynı olmayabilir. Çünkü ülkelerin farklı gereksinimlerine bağlı olarak eğitimde önemlilik hiyerarşileri kısmi farklılıklar gösterebilir. Ancak belirli konularda standartlar değişmez.

EABCT içinde bir sertifikasyon ve akreditasyon komitesi vardır. Üye dernekler eğitimlerini tamamlamış üyelerinin listelerini bu komiteye

gönderir. Komite, üyelerin eğitimlerini ve bu eğitimi veren kişilerin yetkinlik düzeyini inceledikten sonra akreditasyonu ve sertifikasyon işlemini belirli bir süre için yapar. Sertifikasyon, üyenin birlik tarafından tanınan ve kabul edilen, kayıtlı bir terapist olmasını sağlar.

Herhangi bir üyenin sertifikasyon ve akreditasyonunu almış olması, sürecin tamamlanmış olduğu anlamına gelmez. Sertifikalarını alan terapistler, EABCT'nin uygun gördüğü aralıklarla yeniden akredite edilir. Yeniden akreditasyon, bu terapistlerin iki akreditasyon süreci arasında katıldığı BDT ile ilgili etkinlikler, aldığı-verdiği eğitimler, alana yaptığı katkılar ve bilgi/beceirlerini düzenli olarak kullanmaları ile mümkündür. Bu bağlamda üyelerimizin, BDT ile ilgili olarak katıldığı tüm etkinliklere ait belgeleri titizlikle saklamalarını öneririm. Eğitim alan öğrencilerimizin, eğitim süreçlerinin sonunda, sertifikasyon ve akreditasyonları için Kognitif ve Davranış

Terapileri Derneği'nin üyesi olmaları bir zorunluluktur. Dernek EABCT'ye, kendi üyelerinin sertifikasyon ve akreditasyonu için başvurabilir. Çünkü başlangıçta da belirttiğim gibi EABCT, bireyleri değil, bünyesindeki dernekleri (birlikleri) akredite etmektedir. Üyeler (terapistler) ise ancak bağlı olduğu dernekler tarafından akredite edilebilir.

11 Mart 2006 tarihinde EABCT'nin ülke temsilcilerinin katıldığı Paris'teki toplantıda yapılan seçimde 9 aday arasından Akreditasyon ve Sertifikasyon Komitesine seçilmiş olmamın ülkemizdeki eğitim standartların daha iyi belirlemek ve Avrupa içindeki terapistlerin sertifikasyonu ve akreditasyonu ile paralellik göstermesi yönünden önemli olacağını umuyorum. Bu eğitimin standartları bültenimizin önümüzdeki sayılarında sunulacaktır.

Prof. Dr. Mehmet Z. Sungur, KDTD Başkanı

Bilişsel Davranışçı Terapiler ile ilgili bilimsel yayımlar, 1995-2005 arası "Bilişsel, Davranışçı, Terapi" anahtar sözcükleri ile tarama yapılarak web sitemize yerleştirilmiştir. <http://www.kdtd.org/tr/bulten.asp> adresinden ulaşabilirsiniz.

Academy of Cognitive Therapy (ACT) ve Kognitif Terapistlerin Uluslararası Sertifikasyonları Süreci

Academy of Cognitive Therapy (ACT) Kognitif Terapi uygulamalarındaki kalite standartlarının yükseltilmesi ve bu alandaki terapistlerin sertifikasyon koşullarını belirleyerek sağlamak üzere aralarında A. T. Beck, D. Barlow, D. Clark, A. Freeman, C. Padesky, J. Rush, J. Wright, J. Scott ve M. Seligman gibi isimlerin yer aldığı bir grup öncü klinisyen, eğitici ve araştırmacılar tarafından 1999 yılında kuruldu. Merkezi Amerika Birleşik Devletleri Philadelphia'da olan Akademinin şu anda başkanlığını J. S. Beck yürütmektedir ve onursal başkanı Aaron T Beck'dir. ACT'nin temel amacı kognitif terapiyi uygulama bilgi ve becerisine sahip kognitif terapistleri saptamak ve sertifikasyon etmektedir.

Objektif incelemeler sonrası akademi kognitif terapiyi uygulamada ileri düzey uzmanlığa ulaştığını gösteren terapistleri sertifikalandırır. Akademi kognitif terapi alanında terapistleri sertifikasyon eden tek organizasyondur.

ACT'ye üyeliğin sertifikasyon üyesi ve fellow olarak iki düzeyi vardır. Kognitif terapi sertifikası ruh sağlığı alanında çalışanlardan kognitif terapi alanında özel bir eğitim alan ve akademinin kognitif terapi de temel olan becerileri, araştırmaya dayalı olarak geliştirilmiş ölçütler ışığında çok titiz biçimde yaptığı değerlendirmelerde yetkinliğini kanıtlanmış terapistlere verilir. Bu sertifika kişinin kalifiye bir kognitif terapist olduğuna işaret eder. Sertifikasyon Kognitif terapistler kognitif terapi alanına yaptıkları araştırma, yazı, eğitim ve klinik etkinliklerle köklü ve kalıcı katkılarda bulunurlarsa fellowship konumuna yükseltirler.

Sertifikasyon Süreci

Akademinin Board sertifikasyonu iki kademedeyi gerçekleştirir. 1. aşamada adaydan lisans diploması, ruh sağlığı alanında çalışma lisansı, post graduate eğitimleri ve kognitif terapiye ilişkin aldığı eğitimleri ve tecrübesini belgelemesi istenir. Bu noktada istenilenler



Kognitif terapiye spesifik en az 40 saatlik klinik eğitim, en az 10 saatlik görüşme kasetlerinin dinlenmesi yoluyla aktif supervizyon alma, kognitif model kullanılarak en az 10 hastanın tedavisi, Kognitif terapi ile ilgili akademinin okuma listesindeki en az 5 kitabın okunması, başvurudan önce en az bir yıl düzenli biçimde tedavide kognitif modeli kullanıyor olmak, akademi üyelerinden tavsiye mektubu ve bunlarla ilgili özet bilgileri de içeren standart bir cv.

Bu aşamada yeterli görülen terapistler 2. aşamaya davet edilir. bu aşamada başvuran kişinin kognitif terapi uygulama becerisi doğrudan, gönderdiği bir görüşme kasetinin dinlenerek kognitif terapi ölçeği ile puanlanması ve kişinin tedavi ettiği bir olgunun yazılı özeti ve formülasyonunun akademi fellowlardan seçilen akreditasyon kurulunca incelenmesiyle gerçekleşir.

Konuyla ilgili merak edenler daha detaylı bilgiye <http://www.academyofct.org/> den ulaşabilirler. Şu anda ülkemizde Akademinin Kognitif Terapist sertifikasına sahip üç üye bulunmaktadır (Prof. Dr. Mehmet Z. Sungur, Doç. Dr. Hakan Türkçapar, Dr. Emel Stroup). Dr. Türkçapar ve Dr. Sungur aynı zamanda akademinin Fellow üyeleridir.

2005'de Atlanta'daki APA kongresinde yapılan ACT toplantısında ülkemizde bir Fellow'un akademinin Akreditasyon kuruluna üye olması kararlaştırılarak bu amaçla Doç. Dr. Hakan Türkçapar Kurul üyeliğine davet edilmiştir. Ölçek değerlendirmeleriyle ilgili prosedürlerin tamamlanmasının ardından Ekim 2005'de Doç. Dr. Hakan Türkçapar ACT akreditasyon komitesine üye olarak seçilmiştir. Ülkemiz için sevindirici olan bu gelişme Derneğimiz açısından uluslararası ölçekte önemli bir başarıdır. Şu anda Türkiye'de psikoterapi alanında bir kargaşa olduğu için alınan psikoterapi sertifikalarının belki sadece prestij açısından bir önemi var ama ABD'de sağlıkla ilgili kurumlar sadece belli terapi türlerini belli saatler için ödüyorlar ve terapistlerin sertifikasyon olmasını istiyorlar. Akademinin sertifikası bu anlamda önemli. Amerikadaki National Organization for Competency Assurance (NOCA) bu alanda akademinin sertifikasını geçerli kabul ediyor. Umarız ülkemizde de zamanla psikoterapi alanında bu tür standartlar gelişir ve alınan sertifikaların sadece prestijin ötesinde gerçek karşılıkları olur.

Doc. Dr. Hakan Turkcapar

KDTD Hakkında

Dr. Mehmet Sungur ile Söyleşi

1. Sayfadan Devam

Bildiğim kadarıyla derneğimiz, Avrupa Davranış ve Kognitif Terapiler Birliği (EABCT)'ne 1996 yılında katıldı. 2001 yılında ise EABCT kongresini düzenleme görevi derneğimize verildi. Siz de 2000 yılından itibaren EABCT'nin başkanlık görevini iki yıl boyunca sürdürdünüz. Bu hızlı gelişmelerin nasıl sağlandığı konusunda bizi bilgilendirir misiniz?

Derneğimiz 1995 yılında kuruldu. 1996 yılında EABCT'ye entegre oldu. Benim EABCT'yle tanışmam 1987 yılında gerçekleşti. Yaklaşık 20 yıldır İngiliz Kognitif ve Davranış Terapileri Derneği'nin üyesiyim. 15 yıldır EABCT'nin tüm bilimsel etkinlikleri-ne aktif olarak katıldım, sunumlar yapıp çalışma grupları yürüttüm. Bu süreçte alanda çalışan pek çok profesyonelle yakın ilişkiler ve yaşam boyu süreciğine inandığım dostluklar gelişti. Sürecin hızlı gelişmesinde bu dostlukların oluşturduğu güvenin önemli bir rolü olduğunu belirtmem gerekir. Derneğin kurulmasından bir yıl sonra Avrupa Birliği'ne üye olmak istediğimizi dile getirdiğimizde birlik şemsiyesi altındaki ülke temsilcisi konumundaki dostlarımızdan büyük destekler aldım. 2001 yılında Avrupa Kongresi'ni Türkiye'de düzenleme önerisi ise yine Avrupa ülke temsilcisi arkadaşlarımızdan geldi. Aynı kongreyi düzenlemeye aday olan ülkeler arasında sıyrılıp görevi aldığımızda, bunu görevin sorumluluğunun bilinci ve gururuyla üstlendik. Dernekteki diğer arkadaşlarımızın çaba ve katkılarıyla, bu görevi başarıyla tamamladık. 2001 yılındaki kongremiz 11-15 Eylül tarihleri arasında yapıldığından, New York'taki üçüncü 11 Eylül katliamı ile çakıştı. Buna rağmen, EABCT'de bugün unutulmayan kongrelerden biri olarak anılmaktadır. Bu kongreden sonra derneğimiz üye sayısı hızla arttı ve bugün üye sayısı itibarıyla Avrupa Birliği'ndeki orta büyüklükteki derneklerden biri konumuna geldi. 2000-2002 yılları arasında yaptığım başkanlık görevi, mesleki yaşamımın en büyük onurlarından biri. EABCT, kurulduğu tarih olan 1971 yılından bu yana 26 başkan tanıdı. Bugün 15.000'den fazla üyeye sahip. Umuyorum ki önümüzdeki yıllarda ülkemizden bu birliğin yönetiminde aktif görevler alabilecek başka profesyoneller de olur.

EABCT kongreleri her yıl farklı bir ülkede yapılır. Bu kongrelere üyelerimizin katılımı konusundaki görüşleriniz nelerdir ve üyelerimizin bu etkinliklere indirimli kayıt ücretlerinden katılımı sağlanabilir mi?

Bu kongreler alanla ilgili yenilikleri sıcak ve kardeşçe bir ortamda izlemek açısından çok yararlı. Samimiyetle söylüyorum ki EABCT kongreleri hiçbir kongreye benzemeyen biçimde, dostça bir ortamda gerçekleşiyor.

Başkanlığım döneminde İstanbul'da düzenlenen kongrede EABCT üyelerini 'ailem' olarak tanımladım. Bilimsel yönden gerek kongrelerin ilk gününde yapılan ve gün boyu devam eden çalışma grupları, gerekse kongre içindeki mini çalışma grupları, uygulama becerilerinin artırılması yönünden çok yararlı oluyor. Konferanslar ise bilimsel gelişmeleri ve sunu araştırmaya bulgularını yansıtma yönünden çok yararlı.

EABCT kongrelerinin nerede düzenleneceği, üye birliklerin temsilcilerinin seçimi sonucu aday ülkeler arasında belirleniyor. Biz uzun çabalar sonunda üyelerimizin bu kongrelere indirimli katılımla yararlanarak katılımını sağladık. Bu indirimli katılım neredeyse normal katılım ücretinin yarısı civarında oluyor ve yalnızca Doğu Avrupa ülkelerinin bir kısmı bundan yararlanıyor. Bu yılki EABCT kongresi Paris'te, gelecek yılki dünya kongresi Barcelona'da yapılacak. Her iki kongrenin duyurusu da bu bültende mevcut. EABCT kongreleri her üç yılda bir dünya kongresi şeklinde yapılıyor ve gelecek yıl bu dünya kongresi Avrupa'da (İspanya'da) yapılacak. Dünya kongreleri Avrupa'da yapıldığı zaman, EABCT kongresi yapılmıyor. Eğer başka bir kıtada yapılıyorsa, o zaman hem EABCT hem de dünya kongresi ayrı ayrı düzenleniyor. Üyelerimize özellikle bu dünya kongresine katılmalarını öneririm. Zaten son birkaç yıldır bu kongrelere ilgi arttı ve biz Türkiye'den her yıl daha büyük rakamlarla katılıyoruz.

Derneğimiz belli aralıklarla ülke çapında kongre yapmaya başlayacak mı?

2001 yılından bu yana ülke çapında bir kongre yapmadık. Bunun nedeni alanda eğitilmiş kişilerin sayısının sınırlılığı ve sunum yapacak kişilerin az olması dolayısıyla endişe etmemizdir. Bugün alana yönelik ilgi belirgin olarak artmış durumda. Birçok kişi eğitim alıyor. BDT'nin birçok hastalıkta norm olarak kabul edilen ilaç tedavilerini de geride bırakarak, ilk seçenек tedavi haline gelmesi, bu tür kongrelerin yapılmasını zorunlu kılıyor. Önümüzdeki yıllarda, sizlerden oluşan bu genç, istekli, çalışkan, dinamik kadroyla, en azından iki yıllık aralıklarla uluslararası katılımlı kongreler düzenleyebileceğimizi umuyoruz. Biliyorsunuz geçmişte derneğimiz birçok önemli uluslararası katılımlı kongre ve sempozyum (cinsel işlev bozuklukları ve kognitif davranışçı terapi alanlarında) düzenledi. Bunların sayısının ve niteliğinin artacağından eminim.

Derneğimizin ileriye yönelik en önemli hedefi ne olmalı?

BDT eğitimlerinin yaygınlaştırılması ve niteliğinin iyileştirilmesi en önemli hedefimizdir. Elimizdeki güçlü silah (BDT) yüzde yüz etkili bile olsa, önemli olan bu gücün profesyonellerin yüzde kaç tarafından etkili bir biçimde kullanılabilirdiği. Yüzde yüz etkili bir gücü, profesyonellerin yalnızca %1-2'si kullanıyorsa, bu silaha

hala güçlü diyebilir miyiz? Yapılan eğitimlerin amacı, insan sağlığına hizmet yönünde etkili olduğu kanıtlanmış bir yaklaşımın, iyi bir terapist-danışan, hatta insan-insana bir ilişki bağlamında, olabildiğince sık ve uygun biçimde kullanılması. İyi bir eğitim, ancak iyi bir denetim (süpervizyon) ile mümkün. Dolayısıyla eğitim ve denetim verebilecek profesyonellerin artırılması, derneğimizin geleceğe yönelik en önemli hedefi olmalı. Sonuç olarak bizler, bize danışan insanlar için varız ve onlara en iyi hizmeti vermeyi hedeflemeliyiz.

Önümüzdeki yıllarda psikoterapi bir sanat olmaktan çok, kanıta dayalı, bilimsel bir disiplin olmaya doğru gitmek zorunda. Psikoterapinin klinik bir bilim olma sürecinde önemli engellerden biri, ortak dil kullanılmamasıyla ilgili. Ortak bir dilin geliştirilmesi önemli, çünkü değişik terapistler aynı terapötik müdahaleye değişik isimler vermekte ya da aynı ismi değişik terapötik müdahaleler için kullanmaktadırlar. Kaosa neden olan bu durum, bir yandan da aynı isimle adlandırılan müdahalelerin değişik elerde değişik sonuçlar vermesinin önemli nedenlerinden biri olmaktadır. Bu sorunu gidermek amacıyla Avrupa Birliği bünyesinde, benim de içinde olduğum bir 'psikoterapilerde ortak dil geliştirme' çalışma birimi oluşturduk. Aynı şeyi burada da yapmalıyız. Bu temel psikoterapi okulları arasında, hatta aynı okulu benimsemiş profesyoneller arasında daha çok iletişim ve daha çok birliktelik anlamına geliyor. Bir diğer konu da terapistlerin maliyet-etkililik hesaplarının yapılmaması. Bilime dayalı teknoloji geliştiriminin temel koşullarından biri, bu hesabı iyi yapmak. Günümüzde çok az terapist tedavi sonuçlarını değerlendirmek için ölçüm yapıyor, çünkü ölçüm yapmanın zaman alıcı ve pahalı olduğunu söylüyorlar. Kim bilir, belki de aldıkları sonuçlarla yüz yüze gelmekten korkuyorlar. Ancak bilimsel olabilmek için, aynen değişik marka arabaların kilometre başına tükettikleri yakıtı saptamak gibi, terapistlerin de uyguladıkları terapilerin maliyet-etkililik hesaplarını iyi yapmaları gerekmektedir. Çünkü günümüzde 'tüm terapiler benzer düzeyde etkilidir' görüşü geçerliliğini yitirmiş durumda. Burada dikkat edilmesi gereken konu, bilim yapmakla hasta tedavi etmeyi birbirinden iyi ayırmak. Bizler her şeyden önce klinisyenleriz. Hastalarımıza ne kadar gerekiyorsa, o kadar vakit ayırmalıyız. Onlarla beraberken, taş yürekli bilim adamları gibi değil, onu anlamaya çalışan ve iyileşmesinde her türlü katkıyı vermeye hazır klinisyenler olabilmeliyiz. Ancak bilim olma yolunda giderken, bunun bedelini ölçmek ve insanlara daralmış zaman ve ekonomik koşullarda en kısa sürede en etkili tedaviyi vermek doğrultusunda çaba göstermek de bizim işimiz.

Söyleşi: Selçuk Aslan

Haberler Duyurular

36. EABCT Kongresi 20-23 Eylül 2006, Paris
Önemli Tarihler: Poster Bildiri Son Başvuru: 15 Mart 2006
Erken Kayıt: 31 Mayıs 2006, Standart Kayıt: 1 Eylül 2006
www.eabctparis2006.com

I. Ulusal Kognitif Davranışçı Terapileri Kongresi hazırlıkları başlamıştır, 2007 yılı içinde İstanbul'da gerçekleştirilmesi planlanmaktadır.

BABCP 2006 ANNUAL CONFERENCE WARWICK
UNIVERSITY ENGLAND 19-21 JULY 2006
Web adresi: www.babcp.com

Barcelona '07

Fifth World Congress of Cognitive and Behaviour Therapy from 11th-15th July 2007.

5. Dünya Kognitif ve Davranışçı Terapi Kongresi 11-15 Temmuz 2007
Poster Bildiri Başvuru: 31 Ocak 2007
www.wcbct2007.com
Başvuru: mzsungur@superonline.com

Derneğimiz üyeleri "Sexual and Relationship Therapy" dergisine indirimli fiyat üzerinden abone olabilir. (£35/US\$55) Daha fazla bilgi için: <http://www.tandf.co.uk/journals/offer/csmt-so.asp>

Kongre İzlenimleri



Terapi konusundaki çalışmalarını paylaştı. Doç. Dr. Hakan Türkçapar ve Dr. Selçuk Aslan ise alkolizmin bilişsel modeli ve tedavisi üzerine bir panel gerçekleştirdiler. Dr. Erhan Ertekin, Dr Berk Ergun, ve Prof. Dr. Mehmet Sungur ile kongreye bir posterle katıldı. Bir grup psikolog, psikiyatrist ve psikolojik danışman demıştim ya, bunun içinde hocalar, kıdemli doktorlar da vardı asistanlar ve öğrenciler de... Ve bence kendi aramızda da çok güzel kaynaştık. Ben çok değerli insanlarla tanışma, sohbet etme ve arkadaş olma fırsatı buldum. Tabi, Selanik'in canlı gece yaşantısı, güzel kafeleri ve tavalarnarı da cabası. Bence hepimiz unutamayacağımız anılarla döndük Selanik maceramızdan. Bazılarımız uçakla, bazılarımız arabayla, bazılarımız o bozulan otobüsle, bazılarımızda klostrfobi tetikleycisi trenle ama hepimiz tatlı bir yorgunlukla...

Suzi Amado

35. Avrupa bilişsel-davranışçı terapiler kongresi bu yıl Selanik'teydi ve biz, bir grup psikolog, psikiyatrist ve psikolojik danışman komşuya gittik. Kimimiz uçakla, kimimiz otobüsle, kimimiz arabayla ve kimimiz trenle yaptı bu yolculuğu. Ben trenzedelerdendim, tren yolculuğunu kimseye tavsiye etmesem de itiraf etmem gerekir ki eğlendik de...

Kongre Selanik'in en güzel otellerinden birindeydi. Bu yıl Türkiye'ye gelen ve hepimize vizyon katan Tom Borkovec, Mervin Smucker ve Philipp Kendall oradaydılar. Bir çok kongre öncesi ve kongre içi çalışma grubu vardı. Zengin bir akademik programın yanında bence ondan daha önemli olan bir kaynaşma ortamı vardı. Kongre boyunca yazılarını okuduğumuz, modellerini öğrendiğimiz ve tartıştığımız simaları dinleme, tanıma ve çalışma gruplarına katılma fırsatımız oldu. Hem bilgilendik, hem de bakış açımız genişledi. Bunun yanı sıra onlarla sohbet edebileceğimiz ve onları daha yakından tanıyabileceğimiz ortamlarda oldu. Farklı kültürlerden meslektaşlarımızla tanışmak ve paylaşmak da çok keyifliydi ve bizlere çok şeyler kattı.

Türk ekibinin kongreye akademik katkıları da oldu. Prof. Dr. Mehmet Sungur, Doç. Dr. Hakan Türkçapar, Dr. Alp Karaosmanoğlu, Doç. Dr. Gonca Soygüt, Dr Selçuk Aslan ve Dr Erhan Ertekin kongrenin aktif katılımcılarıydılar. Prof. Dr. Mehmet Sungur "çift terapileri ve seks terapilerinde bilişsel davranışçı sistemik yaklaşım" konulu bir çalışma grubu ve "cinselliğin farklı yüzleri" konulu bir panelle katıldı. Dr. Alp Karaosmanoğlu ve Doç. Dr. Gonca Soygüt Şema

Asistan Köşesi



Merhaba,

Kognitif ve Davranış Terapileri Derneği bülteninde Psikiyatri asistanlarına bir köşe ayrılmış olmasından ve bu köşenin ilk yazısını yazmaktan dolayı son derece mutluyum. 1960'lı yıllarda başlıca Beck ve Ellis'in çalışmaları ile psikolojide kognitif devrimin gerçekleşmesinden bu yana kognitif-davranış terapileri (KDT) büyük ilerleme göstermiştir. Bugün psikiyatrik bozuklukların büyük kısmında etkinliği gösterilmiş, yaygın kullanılan terapiler haline gelmiş olan KDT'yi, kanıt dayalı tıp yaklaşımının psikoterapideki temsilcisi olarak görmek mümkündür. ABD'de bir Psikiyatri uzmanlık eğitim programının yeterli eğitimi vermekle zorunlu kılındığı beş psikoterapi sisteminden biri KDT'dir. Ülkemizde de son yıllarda KDT'ye olan ilginin hızla artmaya başladığını memnuniyetle gözlemliyorum. Çeşitli kurslar sayesinde

bizler gibi çok sayıda kognitif-davranışçı terapist adayı yetişiyor. Psikiyatri uzmanlık eğitimi sırasında da bu terapilere yönelik teorik ve pratik eğitimin süre ve kalitesinin artırılması en büyük temennimdir. Gerek eğitim, gerekse hastalarla çalışma süreçleri ile KDT'nin psikiyatri asistanlarının psikoterapiye bakış açılarını değiştirecek eşsiz bir deneyim sağladığına inanıyorum. Yukarıda bu eşsiz deneyimlerden biri olan Selanik'teki Avrupa KDT (EABCT) kongresinde, GATA'dan arkadaşım Dr. Berk Murat Ergün ve beni, OKB konusunda büyük bir isim olan David A. Clark ile birlikte fotoğrafta görmekteyiz. Bu köşenin psikiyatri asistanlarından gelecek KDT ile ilgili her yoruma açık olacağımı ve bu konuda bana e-posta yoluyla ulaşabileceğinizi unutmayın: erhanertekin@tnn.net Sevgiler,

Erhan Ertekin, İstanbul Tıp Fakültesi,
Psikiyatri Asistanı

Kişilik Bozukluğu Olan Hastaların Bilişsel Davranışçı Yaklaşım ile Tedavisi - 13-14 Mayıs 2006 - İstanbul



Dr. Arthur Freeman



Dr. Sharon Morgillo Freeman

Kişilik bozukluğu olan hastalar, terapistin karşılaştığı vakalar arasında tedavisi en güç olan grubu oluşturur. Bu tür hastaları tedavisi daha uzun sürmekte, ancak uzun bir terapi sürecine karşın, diğer hasta gruplarına göre daha az değişim ya da ilerleme göstermektedirler. Mevcut kişilik bozukluğu ile ilgili nedenlerden çok, başkalarının isteği, depresyon ve anksiyete gibi belirtilerle tedaviye başvururlar. Oluşturdukları yoğun negatif kontrtransferans nedeniyle bu hastalar, terapistlerin “nefret etmekten hoşlandıkları” grubu oluştururlar. Genellikle yeterince anlaşılabilen bu hastaların değerlendirilmesi, tanı koyma süreci, kavramsallaştırılmaları ve tedavileri oldukça zor olmaktadır.

Bu çalışma grubunda kişilik bozukluklarının etioloji ve tedavisinde önemli olan teorik, gelişimsel ve kavramsal konular aktarılabilmektedir. Değerlendirme, tanı koyma süreci, eşlik eden diğer psikolojik sorunlar, tedaviye uyumsuzluk ve Freeman'ın tanısal profil sistemleri aracılığıyla yapılan tedavi planı, tedavi başarısı ve başarıyı etkileyen faktörler ve terapistlerin bu tür hastalara verdiği tepkilerin ele alınacağı bu toplantıda değerlendirme ve tedavi, video kayıtları aracılığıyla aktarılacaktır. Prochaska&DiClemente'in geliştirdiği “değişim aşamaları”nın Freeman tarafından yeniden düzenlenmiş ve gözden

geçirilmiş modeli de aktarılacaktır.

Madde kullanımı ya da kötüye kullanımı, altta yatan kişilik sorunları için agra edici bir etken olmaktadır. Bu çalışma grubunda, hastaların tedaviden yarar sağlamasını olumsuz yönde etkileyen madde kötüye kullanımı ve kişilik bozukluğunun birbirinden ayırımı üzerinde de durulacaktır. Madde kötüye kullanım olan hastalar, artmış bir dürtüsellik ve irritabilite göstermekte, buna karşılık azalmış bir konsantrasyon ve sorun çözme becerileri sergilemektedirler. Ayrıca abartılı bir irkilme reaksiyonu, irritabilite ve hipervijilans, uykuya dalmakta güçlük, depresyon ve içe kapanma ve başkalarına güvende güçlük çektiklerinden, tüm yaşam alanlarında önemli defisitler ortaya çıkmaktadır. Tüm bu sorunlar yanı sıra, uzun süreli madde kullanımı sonucu ortaya çıkan beyin hasarı gibi organik faktörler gibi etkenler de bireyin terapiden yarar sağlamasını kısıtlamaktadır. Madde kullanımının oluşturduğu bu sonuçlar, kişilik bozukluğu ile karıştırılmakta ve ikisi bir arada olduğunda tedavi oldukça karmaşık bir hale gelmektedir. Tedavi arayışı içinde olan kişilerin önemli bir kısmında kişilik bozukluğu ve madde kullanımı bir arada olmaktadır. Değerlendirme ve tedavi teknikleri, video kayıtları gösterimi aracılığıyla yapılacaktır.

Çalışma Grubunun Hedefleri

Bu çalışma grubunun sonunda katılımcıların aşağıdaki yetileri kazanması beklenmektedir:

- Kişilik bozukluğu olan hastaların bilişsel davranışçı tedavi bağlamında kavramsallaştırılması ve bu kavramsallaşma için gerekli adımların belirlenmesi
- Tanısal profil sisteminin verileri toplamak ve tedavi planı oluşturmak amacıyla kullanımı
- Tedavinin amacına ulaşmasını engelleyen dört temel alanın tanımlanıp açıklanması

- Kişilik bozuklukları ile kolaylıkla karışabilecek madde kötüye kullanımı durumlarının tanımlanması
- Kişilik bozukluğu olan hastalarda rutin olarak yapılması gereken madde kullanımı belirleme süreci
- Bilişsel davranışçı tedavilerin kullanım rasyonelinin aktarılması
- Tedavide kullanılan beş bilişsel müdahale
- Tedavide kullanılan beş davranışçı müdahale
- Değişim aşamalarının Freeman tarafından yeniden gözden geçirilmesinde kullanılan basamaklar
- Kişilik bozukluğu ve madde kötüye kullanımının belirtilerinin karşılaştırılması ve kıyaslanması
- Komorbid durumların tedavisinde kullanılacak terapi modeli

Çocuk ve Gençlerde Bilişsel Davranışçı Terapiler: Anksiyete, Depresyon ve Dürtüsellik Tedavisi

Prof. Philip C. Kendall, Ph. D., ABPP



1-2 Ekim 2005 tarihinde İstanbul'da düzenlenen bu çalışma grubu, çocuk ve gençlerde görülen ruhsal bozuklukların tedavisinde gerekli olan bilgi ve beceriyi sağlamaya yönelik yapılmıştır. Bilişsel-davranışçı yaklaşıma zemin oluşturan teori tartışılarak, kavramsallaştırma üzerinde durulmuş ve ardından bir dizi yapılandırılmış müdahalenin uygulamaları aktarılmıştır. Bu çalışmanın odağı, katılımcıların anksiyeteye başa çıkmada kullanabileceği sorun odaklı uygulamalar konusunda beceri kazanmaları olmuştur. Uygulamaları ayrıntılandırmak amacıyla müdahale seansları tek tek video görüntüleri eşliğinde tartışılmıştır. Depresyon ve dürtüsellik konuları üzerinde de durulmuştur.

Workshop 2 Günlük Katılım Ücreti:

	15 Nisan 2006'a kadar	15 Nisan 2006'dan sonra
KDTD Üyesi olmayan	300 YTL	350 YTL
KDTD Üyesi olanlar*	200 YTL	250 YTL

*KDTD Üyelerinin 2005 ve 2006 aidatlarını ödemiş olmaları gerekmektedir.

Yeni üye başvurularında ise üyelik işlemleri (giriş ve yıllık ödentilerin ödemesi, 2 adet fotoğraf, diploma ve nüfus cüzdanı önlü arkalı fotokopisinin derneğe teslim edilmiş olması gerekmektedir) başvuru tarihinden önce tamamlanmalıdır.

NOT: Bu çalışma TTB tarafından kredilendirilecektir.

Banka transferi için: Kognitif Davranış Terapileri Derneği

Yapı Kredi Bankası Çatalca Şb.(0329-3) 1002001-6

Etiklik Adresi: Organon İlaç A.Ş., Mahir İz Caddesi No 21 Altunizade-İstanbul

Ödemeyi yaptıktan sonra kayıt işleminizin tamamlanabilmesi için doldurulmuş formu KDTD Genel Sekreteri Psikolog Dr. Nur Velidedeoglu Kavuncu'nun e-mail adresine <nurkavuncu@yahoo.com> gönderiniz. Lütfen bankaya yapılmış ödemenin dekontunu toplantı salonuna getiriniz.

<http://www.kdtd.org/tr/etiklik06.asp>, adresinden dökümanlara ulaşabilirsiniz.

Workshop'lar

Endişe ve Yaygın Anksiyete Bozukluğunun Psikososyal Tedavisi

Prof. Tom D. Borkovec, Ph. D.



17-18 Eylül 2005'te Tom Borkovec İstanbul'da düzenlenen çalışma grubunda yaygın anksiyete bozukluğunu (YAB) ele almıştır. Bu bağlamda (a) kişinin anksiyete sürecindeki öğeleri ve

anksiyetenin erken ipuçlarını fark etmesi; (b) çeşitli uygulamalı gevşeme yöntemlerinin esnek biçimde kullanımı (c) öz-kontrol duyarsızlaştırmasının esnek adaptasyonlarını kullanarak seans içi başa çıkma tekniklerini prova; (d) daha esnek ve adaptif algılama biçimlerini sağlamak için kullanılan çoklu bilişsel teknikler konularında katılımcılarla oldukça keyifli bir çalışma yapmıştır. Çalışma grubunun son gününde Tom Borkovec için sürpriz bir doğum günü de yapılmıştır.

TSSB Tedavisinde Karşılaşılabilecek Güçlükleri Değerlendirme, Yordama ve Aşma: Travmanın Türüne Özgü Bilişsel-Davranışçı Müdahaleler Geliştirme

Mervin R. Smucker

26-27 Eylül 2005 tarihlerinde İstanbul'da 'TSSB Tedavisinde Karşılaşılabilecek Güçlükleri Değerlendirme, Yordama ve Aşma: Travmanın Türüne Özgü Bilişsel-Davranışçı Müdahaleler Geliştirme' konusunda bir çalışma grubu yapan Mervin R. Smucker, bu çalışma grubunda TSSB'si olan hastalarda çeşitli BDT müdahaleleri, tedaviyi zorlaştıran veya bloke eden etkenler ve başarısızlıklar ortaya çıktığında onları değerlendirme, yordayabilme ve bu zorluklarla etkin bir biçimde başa çıkma yollarını ele almıştır.



Çocuklarda ve Gençlerde BDT Uygulamaları: Yaratıcı Tekniklerin Kullanımı

Maria Ceu Salvador

14-15 Mayıs, 2005'te İstanbul'da yapılan çalışma grubunda çocuklar ve ergenlerle çalışırken göz önünde bulundurulması gereken önemli konulara değinen Maria Ceu Salvador, terapötik süreçte gelişimsel özelliklerin rolü, düşünce-duygu-davranışlar arasında bağ kurma, erken çocukluk deneyimlerinin önemi ve BDT uygulamalarındaki rolü ve çocukta bilişsel-davranışçı model, tedavi rasyoneli ile çocuklar ve ergenlerde sık görülen bozukluklarda kullanılan teknikler üzerinde durmuştur.

Literatür Köşesi

Edna B. Foa, Michael R. Liebowitz, Michael J. Kozak, et al.

Randomized, Placebo-Controlled Trial of Exposure and Ritual Prevention, Clomipramine, and Their Combination in the Treatment of Obsessive-Compulsive Disorder

Am J Psychiatry 2005 162: 151-161.

Obsesif-Kompulsif Bozukluğun Tedavisinde Klomipramin, Alıştırma Terapisi (Exposure) ve Alışkanlık Engelleme (Ritual Prevention) Tedavilerinin ve Kombinasyonlarının Randomize, Plasebo Kontrollü Çalışması

AMAÇ: Bu çalışmada amaç erişkinlerde obsesif-kompulsif bozukluğun (OKB) tedavisinde klomipramin, maruz bırakma (exposure) ve ritüellerin engellemesi (ritual prevention) tedavilerinin relatif ve kombine etkinliklerini incelemektir. Gerek serotonin geri alım inhibitörleri (SRI) gerekse maruz bırakarak alıştırma ve ritüel engelleme temelli bilişsel-davranışçı terapi (BDT), OKB'un tedavisinde geçerliliği kabul edilmiş yöntemler olup yine de bu tedavilerin relatif ve kombine etkinliği kesin olarak gösterilememiştir.

YÖNTEM: Maruz bırakma – ritüel engelleme, klomipramin, bunların kombinasyonu (maruz bırakma ve ritüel engelleme + klomipramin) ve plaseboyla karşılaştırıldığı, çift kör, randomize, plasebo kontrollü bu çalışma tek merkezde farmakoterapi konusunda uzman, maruz bırakma ve ritüel engelleme konusunda uzman ve 3 ncü bir grup olarak ta her iki konuda deneyim sahibi profesyoneller tarafından

yapıldı. Çalışmaya erişkin ve ayaktan takip edilen OKB hastalarından oluşan toplam 122 kişi alındı. İlk 4 haftalık görüşmelerde yoğun maruz bırakma ve ritüel engelleme temelli seanslar yapılandırıldı izleyen 8 haftalık dönemde izleme seansları ile devam edildi ve/veya maksimum dozu 250 mg/gün olmak üzere 12 hafta klomipramin uygulandı. Temel olarak sonuç ölçümleri Yale-Brown Obsesif Kompulsif Bozukluk Ölçeği toplam puanı ve tedaviye yanıt durumu Klinik Global İzlenim Ölçeği ile değerlendirilmiştir.

SONUÇLAR: 12 hafta sonunda tüm tedaviler plasebodan üstün bulunmuştur. Maruz bırakma ve ritüel engelleme tedavilerinin etkinliği, bu tedavilere klomipramin eklenmesiyle farklılık göstermemiştir, her iki tedavi grubu da klomipraminin tek başına uygulandığı gruba göre daha etkili bulundu. Tedaviye yanıt verenler ve çalışmayı tamamlayanların iyileşme oranları, maruz bırakma ve alışkanlık engelleme grubu için %62 ve %86, yalnız klomipramin tedavisi alan grup için %42 ve maruz bırakma-ritüel engelleme + klomipramin tedavisi için %48, %70 ve %79, plasebo alan grup için %8 ve %10 sıklığında bulundu.

TARTIŞMA: Klomipramin, maruz bırakma-alışkanlık engelleme ve bunların kombinasyonlarının tümünün OKB tedavisinde etkin yöntemler oldukları saptanmıştır. Yoğun maruz bırakma ve alışkanlık engelleme tedavilerinin klomipramin ve bu bağlamda diğer SRI monoterapilerinden üstün olabildiğini düşündürmektedir.

