

Vaka Kavramsallaştırma

Kolay ve güvenli bir şekilde
kavramsallaştırmada uzmanlařma

Len Sperry
Jonathan Sperry

Çeviri Editörleri:

Şerife Işık
Bengü Ergüner Tekinalp

Çevirenler:

M.Berkay Özünlü • Nazife Üzbe Atalay • Ümre Kaynak
Sare Terzi • Semih Kaynak • Elvan Yıldız Akyol



Len Sperry, Jonathan Sperry

Çeviri Editörleri:

Şerife Işık

Bengü Ergüner-Tekinalp

Vaka Kavramsallaştırma

ISBN 978-605-318-469-0

DOI 10.14527/9876053184690

Kitabın orijinal adı: Case Conceptualization

Baskı sayısı: 2. Baskı

ISBN: 9780415897303

Routledge

Kitap içeriğinin tüm sorumluluğu yazarlarına aittir.

© 2016, Pegem Akademi

Bu kitabın basım, yayım ve satış hakları

Pegem Akademi Yay. Eğt. Dan. Hizm. Tic. Ltd. Şti'ye aittir.

Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri, kapak tasarımı, mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik, kayıt ya da başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz.

Bu kitap T.C. Kültür Bakanlığı bandrolü ile satılmaktadır.

Okuyucularımızın bandrolü olmayan kitaplar hakkında

yayınevimize bilgi vermesini ve bandrolsüz yayınları

satın almamasını diliyoruz.

1. Baskı: Haziran 2016

Yayın-Proje: Özlem Sağlam

Dizgi-Grafik Tasarım: Didem Kestek

Kapak Görseli: Orijinal kapaktan esinlenerek tasarlanmıştır.

Baskı: Vadi Grup Ciltevi A.Ş.

İvedik Organize Sanayi 28. Cadde 2284 Sokak No:105

Yenimahalle/ANKARA

(0312 394 55 91)

Yayıncı Sertifika No: 14749

Matbaa Sertifika No: 26687

İletişim

Karanfil 2 Sokak No: 45 Kızılay/ANKARA

Yayınevi: 0312 430 67 50 - 430 67 51

Yayınevi Belgeç: 0312 435 44 60

Dağıtım: 0312 434 54 24 - 434 54 08

Dağıtım Belgeç: 0312 431 37 38

Hazırlık Kursları: 0312 419 05 60

İnternet: www.pegem.net

E-ileti: pegem@pegem.net

EDİTÖRÜN ÖN SÖZÜ

Son 20 yılda, uzmanların psikoterapide vaka kavramsallaştırmaya yönelik ilgileri hızla artmıştır. Önceleri vaka formülleştirme -eskiden sadece “formülleştirme” terimi kullanılırken, şimdilerde bu terimin yerini yavaş yavaş “kavramsallaştırma” almaya başlamıştır- klinisyenlerin karşılaştıkları vakaları anlamak üzere bilgi birikimlerini kullanmaya çalıştığı, resmi ve sistemli olmayan bir süreçti. Şimdilerde ise, birçok ülkede yer alan ruh sağlığı mesleklerini temsil eden kuruluşlar, uzmanlar için vaka kavramsallaştırmayı temel bir yeterlilik olarak ele almaktadır. Vaka kavramsallaştırma için “pusula”, “yol haritası”, “temel taş”, “kılavuz”, “çerçeve”, “plan” ve “kanıta dayalı tedavinin kalbi” gibi tanımlayıcı birçok metafor bulunmaktadır. Son 20 yılda vaka kavramsallaştırma ile ilgili yayımlanan kitap ve makalelerin sayısı, vaka kavramsallaştırmanın artan önemi için diğer bir kanıttır.

Bu artan ilgi nasıl açıklanabilir? Ben üç temel etki olduğunu söyleyebilirim. İlk olarak, psikoterapistlerin hesap verebilmelerine ilişkin talep artmıştır. Sağlık hizmeti harcamaları arttığı için, sağlık sigortası şirketleri, psikoterapistlerin danışanları ile geçirdikleri zamanı haklı gösterecek gerekçelere ihtiyaç duymaktadır. Sigorta şirketleri klinisyenlerden terapide ele alınan problemi, tedavinin amaçlarını, tedavi planı tanımlamalarını ve tedavideki ilerlemeyi düzenli olarak rapor etmelerini istemektedir. Denetimdeki bu artış, daha kısa süreli tedavilerin varoluşu ile birlikte, klinisyenleri daha verimli çalışmaya ve danışanları hakkında daha açık bir biçimde düşünmeye zorlamıştır.

İkinci önemli etki psikoterapide deneysel çalışmaların rolünün artması ve özellikle deneysel olarak desteklenmiş tedavi hareketindeki yükseliştir. Psikoterapi alanındaki bilimsel araştırmaların tarihi 50 yıldan fazla bir geçmişe sahip olsa da, çoklu rahatsızlıkların psikoterapi ile tedavisinde tesadüfi yöntemle seçilmiş kontrol gruplu deneklerle yapılan araştırmalar, son 20 yılda yaygınlaşmıştır. Bu muazzam çabaların sonunda iyi haber ise, psikoterapinin işe yarayıp yaramadığı sorusunun artık kesin olarak, olumlu bir şekilde yanıtlanmış olmasıdır. Psikoterapi hakkındaki bilimsel bilgilerdeki patlama, sadece klinisyenlerin bilimsel farkındalığını arttırmamış, aynı zamanda klinisyenlerin bu bilimselliği çalışmalarına yansıtılmalarını da sağlamıştır. Vaka kavramsallaştırma tam olarak bunun olması için bir çerçeve sağlamaktadır.

Vaka kavramsallaştırmanın yükselişindeki üçüncü önemli etki, artık tanı el kitaplarının etiyolojik olmaktan ziyade büyük ölçüde betimleyici olarak yayımlanmasıdır. Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı (DSM-IV-TR) ve 1980’

kadar giden ilk baskıları, rahatsızlıkları tanımlar fakat nedenleri, sürdürücü etkileri ya da tedavileri hakkında çok az şey söylerdi. Psikososyal, kişilerarası ya da kültürel faktörlerle ilgili ise hiçbir şey söylemezdi. Dahası, güncel hastalık sınıflandırma biliminin bağdaştırıcı doğası, hastalığı belirlemek için koşulları karşılamada kriterlerin çoklu bileşenlerine imkân vermektedir. Bu nedenle, tek başına bir tanılamanın varlığı bireydeki gerçek belirtiler ve problemler hakkında kısıtlı bir bilgi sunmaktadır. Vaka kavramsallaştırma tüm bu faktörler ile ilgili varsayımda bulunmayı, kuramdan yararlanmayı ve bilimin ulaşılabilir bir yapıya kavuşmasını sağlamaktadır. Bu şekilde tanılama ve tedavi arasındaki boşluğu doldurmaktadır.

Dr. Len ve Dr. Jonathan Sperry vaka kavramsallaştırma alanyazınına güncel katkılar sağlamışlardır. Dr. Len Sperry “emektar” bir eğitimcidir ve bu alanın savunucularındandır, bu yüzden önerebileceği birçok tecrübesi bulunmaktadır. 1992’de yazdığı, Psikiyatrik Vaka Formülleştirme kitabı, bu alana özgü olarak yazılmış ilk kitaptır. Bu güncel versiyon son 20 yılda psikoterapide vaka formülleştirme alanındaki gelişmeleri yansıtarak temel bir revizyonu temsil etmekte ve 1992’de yazılan kitabı güncelleştirmektedir. Bu kitabın diğer bir ayırt edici özelliği, bütüncül bakış açısıdır. Yazarlar herhangi bir kuramsal perspektifte vaka kavramsallaştırma yapılırken, göz önünde bulundurulması gereken 17 ortak bileşen ve genel bir vaka formülleştirme yöntemi önermektedir. Yazarlar usta öğreticilerdir. Kitabın sadece anlatım tarzı değil aynı zamanda kitap boyunca önerilen birçok beceri kazandırıcı alıştırmaya bunun bir kanıtıdır. Bu, okuyucunun ilgisini çekmekte ve okuyucuyu yeterliliğini geliştirmesi için cesaretlendirmektedir. Kitabın yazarlarını takdir ediyor, vaka kavramsallaştırma becerilerini keskinleştirmek isteyen herkese bu kitabı ısrarla tavsiye ediyorum.

Tracy D. Eells, Ph. D., Louisville Üniversitesi

Editor, Psikoterapide Vaka Kavramsallaştırma El Kitabı, 2. Baskı.

YAZARLARDAN ÖN SÖZ

1990'lerden önce ruh sağlığı çalışanları ve uzmanları nadiren vaka kavramsallaştırma hakkında konuşur, belki de hiç konuşmazlardı. Doğal olarak, çok azı uygulamalarında vaka kavramsallaştırmayı kullanırdı. Bu durum vaka kavramsallaştırmanın giderek artan bir şekilde yetkinlik ve ruh sağlığı çalışmalarının niteliği ile ilişkilendirilmesiyle son 20 yılda önemli ölçüde değişmiştir. Günümüzde, vaka kavramsallaştırmayı kullanabilme kapasitesi yetkinliğin önemli bir ölçütü olarak düşünülmekte ve ruh sağlığı çalışanlarının uygulamalarında –psikoterapistler, klinik psikologlar, psikiyatristler, madde bağımlılığı danışmanları, rehabilitasyon danışmanları ve okul danışmanları- giderek artan bir şekilde vaka kavramsallaştırmayı kullanmaları beklenmektedir.

Ruh sağlığı uzmanları lisansüstü eğitim programlarında daha yeni yeni vaka kavramsallaştırmanın müfredatlara dahil edilmesi ve sadece birkaç uzmanın bu yeterlik alanında formal eğitiminin olmasından dolayı, bu beklenti beraberinde bazı problemler doğurmaktadır. Uzmanlaşmak isteyen uzmanlar ve uygulayıcılar için en zorlu yeterliklerden biri olan nitelikli vaka kavramsallaştırması geliştirme ve yazma, problemi daha da karmaşıklştırmaktadır. Eğer bir ruh sağlığı uzmanı iseniz, bu kitabı vaka kavramsallaştırma konusunda yeterliliğinizi arttırma amacıyla alabilirsiniz. Bir ruh sağlığı programında lisansüstü öğrencisi iseniz, vaka kavramsallaştırmada yeterlik kazanma konusunda bu kitap size yardımcı olacaktır.

Bu kitap bu zor yeterliliği öğrenmeniz ve uzmanlaşmanız için size yardımcı olacaktır. Kitapta Bilişsel-Davranışçı Terapi, Dinamik Psikoterapi, Çözüm Odaklı Terapi, Adleryan Psikoterapi, Biyopsikososyal Yaklaşım ve diğer yaklaşımların vaka kavramsallaştırmada temel bileşenlerini içeren, basitten karmaşığa doğru bütüncül bir vaka kavramsallaştırma modeli sunulmaktadır. Güncel gelişmeler, vaka kavramsallaştırma alanındaki araştırmalar, tedavi planlama, müdahaleler ve kültürel duyarlılık konuları ayrıca vurgulanmıştır. Zorlu ve detaylı vaka örnekleri ile temel noktaları gösteren kayıtlar sunulmuştur. Son olarak, okuyucular için vaka kavramsallaştırma yeteneklerini geliştirmelerine yardımcı olmak amacıyla hazırlanmış özel alıştırmalar yer almaktadır.

Kitap anlaşılır bir şekilde sıralanmaktadır. 1. Bölüm'den 4. Bölüm'e kadar olan kısım, sonraki bölümler için zemin hazırlamaktadır. 1. Bölüm vaka kavramsallaştırma ve bileşenlerinin genel bir değerlendirilmesinden oluşmaktadır. 2. Bölümde vaka kavramsallaştırmanın tanılayıcı bileşenlerinin açıklanmasından önce tanılayıcı, klinik ya da kurama dayalı değerlendirme hakkında bilgi verilmektedir. 3.

Bölüm'de klinik ve kültürel formülleştirme bileşenleri, 4. Bölüm'de tedavi formülleştirme bileşenleri üzerinde durulmaktadır.

Bu dört bölüm, okuyucuları 5. Bölüm'den 9. Bölüm'e kadar olan kitabın en önemli kısmı için hazırlamaktadır. Bu bölümlerde okuyuculara vaka kavramsallaştırmanın 5 modeli tanıtılmaktadır. Her bölümde modeli yansıtan, geniş çaplı beş vaka kavramsallaştırma örneği sunulmaktadır. 5. Bölüm Biyopsikososyal vaka kavramsallaştırmaya, 6. Bölüm Bilişsel-Davranışçı vaka kavramsallaştırmaya, 7. Bölüm Kısa Süreli Dinamik vaka kavramsallaştırmaya, 8. Bölüm Çözüm Odaklı vaka kavramsallaştırmaya, 9. Bölüm Adleryan vaka kavramsallaştırmaya odaklanmaktadır. Ayrıca, kitabın sonunda kullanılabilir çalışma sayfaları, tablolar ve vaka kavramsallaştırma değerlendirme formlarını içeren bir ekler bölümü bulunmaktadır.

Bu kitapla ilgili olarak, kitapta özgün olan şeyin ve kitabın sizin için değerinin ne olduğunu merak edebilirsiniz. Mevcut durumda, vaka kavramsallaştırması oluşturmada birkaç yol bulunmaktadır. Birincisi Bilişsel Davranışçı Kuram veya Dinamik yaklaşımlar gibi kurama dayalı ya da yapılandırılmış bir yöntemi öğrenmek ve uygulamaktır. Diğeri de belirli bir plan ya da yöntemden ziyade sezgiye ve tecrübelerine dayalı, uzmanın vaka özetinden biraz fazlasıyla veya kendi deneyimlerinden yola çıkarak oluşturduğu bir yöntemi kullanmaktır. Üçüncü bir yol ise belirli yöntem ve yaklaşımların kendilerine özgü bileşenlerini de kabul ederek, birçok yapılandırılmış yöntemin ortak bileşenlerini içeren, bütüncül bir vaka kavramsallaştırması modeli kullanmadır. Vaka kavramsallaştırma ile ilgili diğer kitaplardan farklı olarak bu kitap, vaka kavramsallaştırmada bütüncül yöntemi tanımlayan ve sunan, bütüncül yöntemin öğrenilmesi ile ilgili alıştırmalar sağlayan tek kitaptır.

Kitabın Dili Hakkında

Vaka kavramsallaştırma, vaka formülleştirme, klinik formülleştirme, tedavi formülleştirme ve tanılayıcı formülleştirme sözcükleri eş anlamlı olarak kullanılma eğilimindedir. Bu kitapta vaka formülleştirme yerine vaka kavramsallaştırma kavramını iki sebeple kullanacağız. Birincisi, günümüzde vaka kavramsallaştırma terimi ruh sağlığı kuruluşları arasında daha yaygın olarak kullanılmaktadır, ikinci neden ise kafa karışıklığından kaçınmaktır.

Belirtildiği üzere, 1. Bölüm'de vaka kavramsallaştırmanın dört bileşeni olduğu ileri sürülmüştür: Tanılayıcı formülleştirme, klinik formülleştirme, kültürel formülleştirme ve tedavi formülleştirmesi. Anlatımı netleştirmek için genel olarak süreci yansıtmada vaka kavramsallaştırması ve bazı özel noktalarda süreci yansıtmak için tanılayıcı, klinik, kültürel ya da tedavi formülleştirme sözcüğü kullanılmıştır.

Ayrıca ‘psikoterapist’, ‘terapist’, ‘psikolojik danışman’, ‘psikolog’, ‘klinisyen’ vb. terimlerinin yerine genel bir tanım olarak “uzman” sözcüğü kullanılmıştır.

Son olarak, 1980’lerde başlayıp günümüze kadar süregelen, vaka kavramsallaştırma ile ilgili yazdıklarımız ve öğrettiklerimizden elde ettiğimiz profesyonel birikimi kitaba ekledik. Vaka kavramsallaştırma ile ilgili ilk makaleler 1989 yılında yazılmış (Sperry 1989) ve ilk kitap 1992 yılında basılmıştır (Sperry, Blackwell, Gudeman ve Faulkner, 1992). Geçen 29 yılda birçok lisansüstü eğitimde, konferansta ve çalıştayda işbirliği yaparak bütüncül yaklaşımın versiyonlarını düşündük. Hemen hemen her katılımcı bu yöntemin anlaşılması ve uygulaması kolay bir yöntem olduğunu belirtmiştir. Sonradan birçoğu bu yeterlikte uzmanlaşabilmiş ve kendilerinden emin bir şekilde zor vakalara uygulayabilmiştir. Biz sizin deneyiminizin de bu şekilde olacağına inanıyoruz.

Lan Sperry ve Jon Sperry

KAYNAKLAR

- Sperry, L. (1989). Integrative case formulations: What they are and how to write them. *Journal of Individual Psychology*, 45, 500-507.
- Sperry, L., Blackwell, B., Gudeman, J. E., ve Faulkner, L. R. (1992). *Psychiatric case formulations*. Washington, DC: American Psychiatric Association.

YAZARLAR HAKKINDA

Dr. Len Sperry. Florida Atlantic Üniversitesi Ruh Sağlığı Danışmanlığı Bölümünde profesör ve Wisconsin Tıp Fakültesinde Psikiyatri ve Davranış Tıp alanında klinik profesördür. Dr. Sperry son 40 yıldır psikoterapide uygulama ve araştırmalar yapmakta ve 25 yıldır vaka kavramsallaştırmaları üzerine yazmakta, eğitimler ve kurslar düzenlemektedir. Dr. Sperry'nin yayımlanmış 60 kitabından biri olan Psikiyatrik Vaka Formülleştirmeleri vaka kavramsallaştırma ile ilgili kitaplarından biridir.

Dr. Jonathan Sperry. Klinik sosyal çalışmacı ve psikolojik danışma alanında doktoralı ruh sağlığı uzmanıdır. Dr. Sperry hem Psikolojik Danışma ve Psikolojik Servislerinde görevli bir terapist hem de Florida Atlantic Üniversitesinde yarı zamanlı öğretim üyesidir. Dr. Sperry vaka kavramsallaştırma hakkında psikoterapi teknikleri üzerine uzmanlaşmıştır; psikoterapi ve psikopatoloji, yakın ilişkiler ve aldatma, psikolojik ve manevi iyi olma ile ilgili kitap bölümlerinde yazardır.

ÇEVİRMENLERİN ÖZ SÖZÜ

Vaka kavramlaştırma genellikle öğrenci ve yeni başlayan uzmanların en zorlandığı konulardan biridir. Gerek Amerika Birleşik Devletleri'nde gerekse Türkiye'de ruh sağlığı uzmanlarının eğitimi çeşitli kuramsal derslerin farklı zamanlarda alınması ve eğitimlerin sonuna doğru uygulamalı derslere geçilmesi şeklindedir. Bu sebeple çoğu zaman öğrenciler aldıkları dersleri bir bütün olarak algılamakta zorlanmakta her derste başarılı olsalar bile, dersler, kuramlar ve kavramlar arasındaki bağları görmekte sorun yaşamaktadırlar. Vaka kavramlaştırma, psikolojik danışma kuramları, gelişim psikolojisi, psikopatoloji, psikolojik danışma ilke ve teknikleri, ölçme değerlendirme gibi farklı alanlardaki bilgilerin bütünleştirilmesini gerektirir. Bütün bu alanlardaki bilgilerin danışanın hikâyesini dinleyerek anlamlı, kapsamlı, tutarlı bir öykü olarak sunulması oldukça zordur. Bahsettiğimiz bu zorlukları aşmada bu kitabın etkili olacağını düşünüyoruz.

Baba-oğul Sperry'ler gerek klinik çalışmalarını gerekse psikolojik danışman eğitiminde edindikleri tecrübeleri akıcı, sade ve kapsamlı bir şekilde sunarak tüm ruh sağlığı uzman ve adaylarına rehber olacak bir kaynak oluşturmuşlardır. Yazarların belirttiği gibi vaka kavramlaştırma ancak deneme, tekrarlama ve uygulama ile kazanılır. Kitapta sunulan vaka örnekleri uzmanların aynı vakayı farklı kavramlaştırma yöntemleri ve farklı kuramsal çerçevelerde değerlendirme imkânı sunmaktadır. Aynı zamanda verilen örnekler ve alıştırmalar uzmanların vaka kavramlaştırmayı deneyerek öğrenmelerini kolaylaştırmaktadır.

Ruh sağlığı uzmanlarının vaka kavramlaştırma yapmadan sadece vaka örneklerini danışanın hikâyesini tekrar ederek vermesi ya da sadece tanı koyup tedavi süreci hakkında rehberlik sunmaması psikolojik danışma sürecine bir katkı sağlamamaktadır. Vaka kavramlaştırmaları danışanın yaşadığı sorunlardaki temel örüntüleri, danışanın kaynakları ve karşılaşacağı engelleri belirleyip, kültürel ve danışanın içinde bulunduğu çevreyi değerlendirerek psikolojik danışma şekli, süresi, aktarım, direnç kaynakları ve psikolojik danışmanın tahmin edilen başarısı hakkında rehber oluşturur. Bu anlamda uzmanlar sadece hikâyeye ya da sadece tanınan bilgilere odaklanmadan daha kapsamlı bir yol haritası oluşturabilirler. Örneğin sadece "danışan depresyon belirtileri göstermektedir" ifadesi yerine sunulan kapsamlı bir vaka kavramlaştırması psikolojik danışma sürecini planlamayı kolaylaştırır. Sadece tanıya bağlı kalmak ne uzmana ne de danışana bir fayda sağlar. Hatırlanması gereken; uzmanın odaklanması gereken alanın danışanın anlattığı "geçen hafta restoranda ne olduğu" değil, geçen hafta restoranda ne olduğunun danışanı nasıl etkilediği, danışanın bundan ne gibi bir anlam çıkardığıdır. Bu an-

lamda vaka kavramlaştırma uzmanının danışanın hikâyesinin detaylarında kaybolmak yerine hikâyedeki örüntülere odaklanarak kapsamlı bir çerçeve sunmasını ve planlamasını kolaylaştırır.

Bu kitap aynı vaka örneklerini farklı vaka kavramlaştırma modelleri ve farklı kuramlar çerçevesinde ele alması, kavramlaştırmanın ilkelerini açık bir şekilde ortaya koyup kavramlaştırma sürecini basamak basamak anlatarak aynı zamanda okuyuculara becerilerini geliştirecek alıştırmalar sunması açısından diğer kitaplardan ayrılmaktadır.

Bu kitabın gerek yeni başlayan gerekse deneyimli uzmanlara ve ruh sağlığı alanında eğitim gören öğrencilere güçlü bir kaynak oluşturacağını umuyoruz.

Kitabın çevirisine ve bu sürece önemli katkıları olan Arş. Gör. M. Berkay ÖZÜNLÜ'ye, Arş. Gör. Nazife ÜZBE ATALAY'a, Arş. Gör. Ümre KAYNAK'a, Arş. Gör. Sare TERZİ'ye, Arş. Gör. Semih KAYNAK'a ve Arş. Gör. Elvan YILDIZ AKYOL'a; kitabın Türkçe redaksiyonunu yapan Doç. Dr. Kasım KIROĞLU'na; kitabın yayımlanmasında desteklerini ve emeklerini esirgemeyen Pegem Akademi Şirket Müdürü Servet SARIKAYA'ya ve başta dizgi ekibi olmak üzere tüm Pegem Akademi Yayıncılık çalışanlarına çok teşekkür ederiz.

Çeviri Editörleri

Doç. Dr. Şerife Işık

Doç. Dr. Bengü Ergüner-Tekinalp

İÇİNDEKİLER

EDİTÖRÜN ÖN SÖZÜ.....	III
YAZARLARDAN ÖN SÖZ.....	V
YAZARLAR HAKKINDA.....	VIII
ÇEVİRİMENLERİN ÖZ SÖZÜ.....	IX

KISIM I

VAKA KAVRAMSALLAŞTIRMA: BİR GÖZDEN GEÇİRME.....	3
DEĞERLENDİRME VE TANISAL FORMÜLLEŞTİRME.....	29
AÇIKLAMALAR, KLİNİK VE KÜLTÜREL FORMÜLLEŞTİRME.....	43
TEDAVİNİN PLANLANMASI VE TEDAVİ FORMÜLLEŞTİRME.....	59

KISIM II

BİYOPSİKOSOSYAL VAKA KAVRAMSALLAŞTIRMA.....	79
BİLİŞSEL-DAVRANIŞÇI VAKA KAVRAMSALLAŞTIRMA.....	105
KISA DİNAMİK VAKA KAVRAMSALLAŞTIRMA.....	133
ÇÖZÜM-ODAKLI VAKA KAVRAMSALLAŞTIRMA.....	159
ADLERYAN VAKA KAVRAMSALLAŞTIRMA.....	183
EK.....	208
İNDEKS.....	215

KISIM I

Giriş

Bu kitaptaki 1'den 4'e kadar olan bölümler, ikinci kısımdaki bölümler için temel bir materyal niteliğindedir. İkinci kısımdaki bölümlerden farklı olarak, birinci kısım büyük ölçüde vaka kavramsallaştırma araştırmaları tarafından desteklenen kuramsal tanımlamalar ve onların bileşenleri ve unsurlarından oluşmuştur. Fakat bu kuramsal tanımlamaların, anlaşılması güç ya da klinik değerden yoksun olduğu anlamına gelmez. Tam tersi, bu bölümler klinik vaka örnekleri ile zenginleştirilmiştir. Birinci Bölüm, klinik değerlere vurgu yapan vaka kavramsallaştırma yapısının ve kapsamlı bir şekilde hazırlanmış vaka kavramsallaştırmanın kullanılabilirliğinin genel bir sunumudur. İkinci Bölüm'de vaka kavramsallaştırmanın tanısal formülleştirme unsuru açıklanmadan önce, tanısal ve klinik ya da kuram temelli değerlendirmesi ele alınmıştır. Üçüncü Bölüm'de klinik ve kültürel formülleştirme unsurlarına vurgu yapılmış; Dördüncü Bölüm'de ise tedavi formülleştirme unsurlarının üzerinde durulmuştur.

1. BÖLÜM

VAKA KAVRAMSALLAŞTIRMA: BİR GÖZDEN GEÇİRME

Arş. Gör. Nazife ÜZBE ATALAY

Bir Gözden Geçirme

Vaka kavramsallaştırma nedir ve günümüzde neden bu kadar ilgi görmektedir? Temelde, vaka kavramsallaştırma danışanın içinde bulunduğu durumu anlamak ve açıklamak için ve tedavi sürecine rehberlik etmek için kullanılan bir yöntemdir. Klinik veriler ile tedavi ve değerlendirme arasında bağlantı kuran bir “köprü” gibi işlev görür. Hesap verilebilirliğin önem kazandığı bu çağda etkili klinik uygulamaların, vaka kavramsallaştırması oluşturma ve kullanma yeterliği gerektirmesi şaşırtıcı bir durum değildir. Aslında, birçokları vaka kavramsallaştırmayı psikolojik danışma ve psikoterapide en önemli yeterlik ve uzmanların en zorlandığı süreçlerden biri olarak kabul etmektedir. Bu bölümde vaka kavramsallaştırma yeterliği tanıtılmakta ve genel bir bakış oluşturulmaya çalışılmaktadır.

Bu bölüm, vaka kavramsallaştırmanın tanımı ve işleviyle başlamaktadır. Daha sonra, vaka kavramsallaştırmanın çeşitli unsurları tanımlanmakta ve örneklerle açıklanmaktadır. Bunu takiben, vaka kavramsallaştırmanın dört bileşeni –tanısal formülleştirme, klinik formülleştirme, kültürel formülleştirme ve tedavi formülleştirmesi– irdelenmektedir. Sonra, vaka kavramsallaştırmayı değerlendirmek için gerekli üç temel yeterlilik düzeyi açıklanmaktadır. Bunun ardından, vaka kavramsallaştırma hakkında birtakım hatalı kanılar tartışılmaktadır. Son olarak, kitap boyunca yer alan ve 5. Bölüm’den 9. Bölüm’e kadar detaylı olarak incelenen beş klinik vakanın arka planında yer alan materyaller tanıtılmıştır.

VAKA KAVRAMSALLAŞTIRMA: TANIMI VE İŞLEVI

Vaka kavramsallaştırma uzmanlara, tedavi hedeflerinde başarı şansını artırmak amacıyla tedavi müdahaleleri planlamasını sağlayarak uygun tedavi stratejileri belirlenmesine yardımcı olmaktadır. Birçok uzman, uygulamalarına rehberlik etmesi için kavramsallaştırmalar geliştirirken; çoğu uzman da bu kavramsallaştırmaları, bu konudaki yeterliliklerinden tam anlamıyla emin olmadıkları için açık bir şekilde ifade edememektedir. Bir vaka kavramsallaştırması geliştirmek ve açık bir şekilde ifade edebilmek için birçok neden vardır, ancak bu nedenlerden en güçlüsü kavramsallaştırmanın terapistlerin işlerinde güven hissi yaşamalarına olanak vermesidir (Hill, 2005). Hill'e (2005) göre danışan ile iletişimden doğan bu güven, danışanın güvenini arttıracığına ve uzmanın güvenilir bir planı olduğu inancını güçlendireceğine ve sonrasında terapinin bir farklılık yaratabileceğine inanmasını sağlayacaktır.

Bu kitapta vaka kavramsallaştırma, danışan ile ilgili bilgileri elde etmek ve organize etmek, danışanın durumunu ve uyumsuz örüntülerini anlamak ve açıklamak, tedaviye odaklanmak ve rehberlik etmek, zorlukları ve engelleri önceden görmek ve başarılı bir sonlandırma adına hazırlık yapmak için gerekli bir yöntem ve klinik strateji olarak tanımlanmaktadır (Sperry, 2010).

Vaka Kavramsallaştırmanın Tanımı: Vaka kavramsallaştırma, danışan ile ilgili bilgileri elde etmek ve organize etmek, danışanın durumunu ve uyumsuz örüntülerini anlamak ve açıklamak, tedaviye odaklanmak ve rehberlik etmek, zorlukları ve engelleri önceden görmek ve başarılı bir sonlandırma için hazırlık yapmak için gerekli bir yöntem ve klinik stratejidir.

Bu tanım, klinik bir strateji olarak anlaşıldığında birbirleri ile ilişkili işlevlere vurgu yapmaktadır. Bu beş işlev şunlardır:

1. *Belirleme ve Düzenleme:* Vaka kavramsallaştırma süreci ilk olarak danışanla iletişim kurmayla ve danışanın şimdiki durumu, beklentileri ve dinamikleri hakkında geçici hipotezlerin formülleştirilmesiyle başlar. Bu hipotezler, bütüncül değerlendirme uygulanırken, danışanın şimdiki ve geçmiş yaşamına ilişkin hâlihazırda olan, zemin hazırlayan ve sürdürülen faktörler içerisinde, örüntü(leri) -uyumsuz örüntüler- arama rehberliğinde sürekli olarak test edilir.
2. *Açıklama:* Danışanın uyumsuz örüntülerine odaklanılması ve hipotezlerin gözden geçirilmesiyle oluşan çerçeveye tanısıl, klinik ve kültürel formülleştirme ortaya çıkar. Bu formülleştirme, danışanın terapi olmak-

sızın, geçmiş, şimdi ve gelecekteki tepkilerini tanımlayacak gerekli faktörlerin açıklanmasını sağlar. Bu açıklama, danışanın ihtiyaçları, beklentileri, kültür ve kişilik dinamikleriyle bağlantılı olarak tedavi sürecinin muhakemesini sağlayacaktır.

3. *Tedaviye odaklanma ve rehberlik etme:* Bu açıklamaya dayalı olarak tedavi sürecinin hedeflerini belirleme, hem tedaviye hem de stratejilere odaklanma ile uygulamayı içeren tedavi formülleşirmesi ortaya çıkmaktadır.
4. *Engelleri ve zorlukları öngörme:* Etkili bir vaka kavramsallaştırmanın olup olmadığı, kavramsallaştırmanın büyük ihtimalle terapi süreci boyunca, bağlılık, direnç, duygusal ikilem, yabancılaşma, aktarım, sorunların nüksetmesi ve sonlandırma gibi özellikle etkili iletişimin kurulması ve tedavi sürecine katılımıda yaşanabilecek engel ve güçlüklerin yordanması gibi faktörlerin belirtilip belirtilmediğiyle anlaşılır.
5. *Sonlandırma için hazırlama:* Vaka kavramsallaştırma ayrıca terapist, en önemli terapi amaçları ve tedavi hedeflerinin gerçekleşmesi ile ortaya çıkan sonlandırmanın ne zaman yapılacağı ve sonlandırma hazırlıklarının yapılması konusunda yardım eder (Cucciare ve O'Donohue, 2008). Örneğin, özellikle bağımlılık sorunları, reddedilme duyarlılığı ve terk edilmişlik geçmişleri bulunan bazı danışanlar için tedavi sürecinin sonlandırılması oldukça stres verici olabilir. Bu nedenle, bu durumları öngören etkili bir yapılandırılmış vaka kavramsallaştırma, danışanı sonlandırma için hazırlamada son derece yararlı olabilir (Sperry, 2010).

Vaka Kavramsallaştırmanın Bileşenleri

Klinik olarak kullanışlı bir vaka kavramsallaştırmada, tedavi sürecinin etkili ve yeterli planlanması ve rehberlik edilmesi için gerekli açıklama gücünün (şu anda varolan probleme ilişkin güçlü açıklamalar) ve yordama gücünün (engellerin ve tedavi sürecini kolaylaştıracak unsurların öngörülmesi) bulunması gerektiği kitabın başından beri söylenmektedir. Peki, klinik olarak kullanışlı vaka kavramsallaştırmanın belirli özellikleri nelerdir?

Bu soruya ilişkin kendi düşüncemizi açıklamadan önce, sizden kısa bir deneye katılmanızı istiyoruz. Birazdan aynı danışana ilişkin üç farklı vaka kavramsallaştırması göreceksiniz.

Bunlar, Örnek 1, Örnek 2 ve Örnek 3 olarak adlandırılmıştır. Her biri uzunluğuna ve yapılan vurguya göre farklılaşmaktadır. Lütfen her üçünü alt kısımda yer alan “yorum” kısmına bakmadan okuyunuz. Daha sonra, kendinize şu soruyu

sorunuz: Hangi örnek (1, 2 ya da 3) danışanı en iyi şekilde açıklamaktadır ve hangi örnek tedavi planını ve olumlu sonuçlanma olasılığını en iyi şekilde belirtmektedir? Daha sonra geri dönün ve bizim seçimimizi yansıtan yorumları ve bunun nedenlerini okuyun.

Örnek 1

Jeri, çalıştığı şirketin insan kaynakları yöneticisi tarafından üç hafta boyunca süren depresif ruh hâlimden dolayı terapiye yönlendirilen 35 yaşında Siyahi-Amerikalı bir kadındır. Diğer belirtileri arasında enerji yoksunluğu, görünür şekilde azalan ilgi, uykusuzluk, konsantre olmakta zorluk ve sosyal soyutlanmanın artması da yer almaktadır. Depresyona ilişkin dikkate değer bir aile geçmişi vardır. Danışanın teyzesi aşırı dozda uyku hapi almaktan hayatını kaybetmiştir. Danışan, dini inancı yasakladığı için, şimdi ya da geçmişte intihar eğilimli düşünce ya da planının olmadığını söylemektedir. Jeri, DSM-IV-TR'a (APA, 2000) göre Tek Dönem Major Depresif Bozukluk kriterlerini orta düzeyde göstermektedir. Sağlık durumunun iyi olduğunu belirten danışan ilaç, alkol ya da keyif verici uyuşturucu kullanmadığını belirtmektedir. Daha önce psikiyatrik nedenle hastaneye yatırılma geçmişinin olmadığı, ne bireysel ne de aile terapisi yardımı almadığı rapor edilmektedir. Kliniğin psikiyatristi şu an için hastaneye yatırılmasının gerekli olmadığını bildirmiştir. Tedavi hedefleri; belirti azaltma ve temel işlevselliğine geri dönmesi olarak belirlenmiştir. Ayakta tedavi, bizim psikiyatristimiz tarafından ayarlanan, günde bir defa alınacak olan 50 mg'lık Zoloft ilacından ve acil olarak başlanacak olan haftada bir olarak planlanan psikoterapi seanslarından (aynı terapist ile) oluşmaktadır.

Yorum: Bu örnek, temelde vaka ile ilgili tanılama (DSM Eksen I) ile sunulan bilgiye dayalı bir tanımlama ve ilk tedavi planıdır. Burada önemli olan kişiliğin, durumsal ve kültürel dinamiklerin bulunmamasıdır. Ayrıca, dikkat edilmesi gereken varsayım, destekleyici kanıt olmadan, danışan için ilacın tedavi seçeneği olarak kullanılmasıdır. Dahası, danışanın takip edeceği ne kapsamlı bir tedavi planı ne de iyileşmeye yönelik bir yordayıcı yoktur. Bu örneğin gerçekten bir vaka kavramsallaştırma olup olmadığı tartışmaya açıktır. Daha ziyade bu örnek temelde bir vaka özetidir. Maalesef, bu örneğin gerçekte ne açıklama ne de yordama gücü bulunmamaktadır.

Örnek 2

Jeri'nin artan sosyal soyutlanma ve depresif belirtileri, yaklaşan iş değişikliği ve terfi olma haberlerine tepkisi gibi görünmekte -hikâyesinde verilen eleştirilme ve reddedilme olasılığı bulunduğu için- ve Jeri güvensizlik hissetmektedir. Jeri, hayatı boyunca, başkalarıyla ilişki kurması gerektiği zamanlarda mümkün oldu-