

Psikoterapi Sürecine Klinik Değerlendirme Eksenli Eleştirel Bir Bakış

Filiz Kumova

Dr. Öğr. Üyesi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi

İçindekiler

<i>Ön Söz</i>	7
BÖLÜM 1: Psikoterapide Değerlendirme Nedir? Ne İşe Yarar?	11
BÖLÜM 2: Psikoterapide Değerlendirme Sürecine Başlarken	17
BÖLÜM 3: Psikoterapötik Ortam	21
BÖLÜM 4: Değerlendirmede Gözlem ve Görüşme	25
BÖLÜM 5: Değerlendirmede Kullanılan Diğer Araçlar	31
BÖLÜM 6: Psikoterapide Sık Yapılan Söylem ve Tutum Hataları	33
BÖLÜM 7: Psikoterapide Değerlendirme Sürecinde Toplanacak Bilgiler	41
BÖLÜM 8: Değerlendirme	61
BÖLÜM 9: Hangi Psikoterapi Ekolü Daha Faydalı Olacak? Kısa Notlar	67
BÖLÜM 10: Ülkemizdeki Psikoterapi Sistemine Eleştirel Bir Bakış	81
<i>Son Söz</i>	93
<i>Kaynakça</i>	95

Ön Söz

Psikologların Meslek Odası ve Meslek Yasası mücadelesi uzun yıllardır devam etmektedir. Söz konusu mücadelenin pratikte belki de en büyük yansıması ise klinik psikoloji alanı ve psikoterapi faaliyetleri ile ilişkilidir. 06.04.2011 tarihli 6225 sayılı kanun ile 1219 sayılı kanuna eklenen ek madde¹ (torba yasa) gereğince kimlerin klinik psikolog olarak tanımlanabileceği belirlenmiş, Sağlık Bakanlığı Yönetmeliği ile de klinik psikologların psikoterapi faaliyetlerinin çerçevesi oluşturulmuştur. Bu kitabın yazıldığı tarih itibarıyla de bu hükümler geçerliliğini korumaktadır. Mevcut çerçeveye göre psikiyatristler tarafından herhangi bir psikopatoloji tanısı verilen ve psikoterapiye yönlendirilen kişiler ile herhangi bir psikopatoloji tanısı olmayan bireylere klinik psikologlarca psikoterapi uygulanması mümkündür. 29 Mart 2025 tarihli ve 32856 sayılı Sağlık Meslek Mensuplarının Serbest Meslek İcrası Hakkındaki Yönetmelik ile de klinik psikologların psikoterapi faaliyetlerini yürütebilmeleri için Sağlık Bakanlığı'ndan ruhsat almaları zorunluluk haline getirilmiş ve ruhsat alma şartları düzenlenmiştir. Söz konusu yönetmelik, kapsamı ve öngördüğü şartlar açısından psikologlardan ve psikologlarca oluşturulan çeşitli dernek ve kuruluşlardan yoğun tepki almış olsa da psikoterapi faaliyetlerine ilişkin en azından temel bir çerçeve ve denetim

1 6 Nisan 2011 tarihli ve 6225 sayılı Kanun'un 9. maddesi ile 1219 sayılı Tababet ve Şuabatı San'atlarının Tarzı İcrasına Dair Kanun'a eklenen Ek Madde 13, klinik psikolog tanımını ve yetki sınırlarını yasal olarak belirlemiştir.

mekanizması sunması açısından kıymetlidir. Yönetmelik içeriğinin tarafları uzlaştıracak şekilde revize edilmesi mümkün olursa, Meslek Odası ve Meslek Yasası'nın olmadığı bir ortamda, bu yönetmeliğin hem kimlerin psikoterapi yapma yetkinliğine sahip olduğu konusunu danışanların zihninde somutlaştırması hem de danışanın mağduriyetini önleyici bir denetim mekanizmasının oluşturulması adına olumlu bir başlangıç olabileceği düşüncesindeyim.

Psikoterapi alanındaki başlıca sıkıntılar; bu konuda herhangi bir yetkinliği olmamasına karşın psikoterapi uygulayan alan dışı kişiler ile psikoloji lisans mezunlarının varlığı, Amerikan Psikiyatristler Birliği (APA) Amerikan Psikologlar Birliği (APA) ve Türk Psikologlar Derneği (TPD) tarafından yayınlanan Etik İlkeler Yönetmeliklerine aykırı uygulamalar, klinik psikoloji yüksek lisans programlarının içeriğinin standardize olmayışı, ilgili yasa ve yönetmeliklerce psikoterapi hizmeti sunma konusunda yetkin kabul edilen klinik psikologların ne yazık ki çoğunun yeterli teorik ve süpervizyon eğitimi alamadan mezun olmaları ve eksikliklerini 3-5 günlük, içeriği yine standardize edilmemiş dışardan eğitimler ile karşılamaya çalışmaları, klinik psikologların psikopatoloji bilgilerindeki eksiklikler, psikoterapinin temelini teşkil eden değerlendirme sürecinin yeterince bilinmemesi ve uygulanmaması olarak sıralanabilir.

Bu kitapta ele almayı planladığım, yetişkinlerde psikoterapide değerlendirme süreci dışındaki konular çok önemli olmakla birlikte bu kitabın kapsamında değildir. Psikoterapide değerlendirme süreci, psikoterapi ekolünden bağımsız olarak her psikoterapistin anlamlı bir vaka formülasyonu ve tedavi planlaması oluşturabilmesi için gerekli bir süreçtir. Amacım klinik değerlendirme sürecinin nasıl yapılacağını anlatmaktan çok, bu süreçte yapılanların ne işe yaradığı ve neden gerekli olduğu konusuna ışık tutmaktır. Bunun yanı sıra, psikoterapi sürecine ilişkin meslek yasası-meslek odası, denetim mekanizmaları, klinik psikoloji yüksek lisans programlarının alım süreçleri ve

müfredatlarını içeren kalite odaklı bütüncül bir sistem eleştirisi sunmak da yine bu kitabın diğer bir amacıdır. Bu kapsamda, bu kitabın hem alanda psikoterapi uygulaması yürüten klinik psikologlara hem de psikoterapi desteği alan/almayı planlayan danışanlara, çerçevesi net bir psikoterapi değerlendirme sürecinden ne beklmeleri ve neden beklmeleri gerektiği konusunda yol gösterici olabileceğine inanıyorum.

Filiz KUMOVA

Psikoterapide Değerlendirme Nedir? Ne İşe Yarar?

Bundan sonra kısaca değerlendirme olarak bahsedeceğim psikoterapi değerlendirme süreci; danışanı daha iyi tanıyabilmek, problemleri (bahsettiği ve bahsetmediği) hakkında derinlemesine bilgi sahibi olmak, toplanan bilgiler ile danışanın problemlerini tutarlı bir çerçevede anlamlandıran bir hikâye oluşturmak olarak tanımlanabilecek vaka formülasyonu oluşturmak, psikoterapistin ve uyguladığı psikoterapi ekolünün danışan ve problemleri için uygunluğunu test etmek ve psikiyatrist yönlendirmesi yapılmasına gerek olup olmadığına karar verebilmek için yürütülen detaylı bir bilgi toplama sürecidir. Söz konusu sürecin, uyguladıkları psikoterapi ekolünden bağımsız olarak tüm psikoterapistler tarafından standart bir şekilde uygulanması, bahse konu amaçların gerçekleştirilebilmesi için elzemdir. Öncelikle, her ne kadar işleyiş ilgili yönetmeliklerce, psikiyatristler tarafından herhangi bir psikopatoloji tanısı verilen ve psikoterapiye yönlendirilen kişiler ile herhangi bir psikopatoloji tanısı olmayan bireylere klinik psikologlar tarafından psikoterapi yapılabileceği şeklinde düzenlenmiş olsa da pratikte danışanlar tanımlanan bu sürece göre hareket etmemektedir.

Danışan tabii ki başa çıkamadığı, işlevselliğini düşüren ve/veya üzerinde yük oluşturan birtakım psikolojik sıkıntıları olduğunun farkındadır; ancak bu sıkıntıların, tanılama ölçütlerine göre bir psikopatoloji tanısı almasını gerektirir düzeyde olup olmadığını keşfetmesi çoğu zaman mümkün olmamaktadır. Bunun yanı sıra, genellikle “bir ilaç alayım da kurtulayım”, “şimdi