

Terapötik İttifakta Bozulma

- İttifakta bozulma, terapist ve hasta arasındaki ilişkinin niteliğinde geliş gidişlerin veya kopuşların olmasıdır.
- En başarılı giden terapi süreçlerinde bile, terapötik ittifakta birkaç kez bozulma yaşanabilir.



- İttifaktaki bozulmanın yoğunluğu, süreğenliği ve sıklığı terapist ve hasta arasındaki ilişkinin niteliğine göre değişir.
- Bir uğta, terapistle ilişkin olumsuz duyguların açık ifadesi ve terapiyi bırakma yer alırken, diğer uğta ittifakta belirgin olmayan gidiş gelişler yer almaktadır.



- Görüşmeleri aşırı yapılandırma, uygun olmayan kendini açma, eleştirel ton ya da içerik, agresif eleştiricilik ve alaycılık içeren yaklaşımlar Tİ'ye zarar verir.
- Uygulanan müdahalenin rasyoneli açık değilse ya da önerilen teknikler akla yatkın gelmiyorsa danışan terapiye güvenini kaybedebilir
- Danışan, terapistin kültürel değerlerine duyarsız olduğunu düşünüyorsa, terapisti yetersiz veya ilgisiz görebilir.



- İttifakta bozulma, terapistin davranışlarının hastanın işlevsel olmayan kişilerarası şemalarını, inançlarını desteklemesi sonucu ortaya çıkabilir.
- Bu nedenle ittifaktaki bozulma, hastanın işlevsel olmayan inançları, beklentileri ve duygularını keşfetmede terapistte yardımcı olur.



- İttifaktaki bozulmanın başarılı şekilde çözümlenmesi, hastanın işlevsel olmayan şemalarının onaylanmamasına yani “**onarıcı duygusal yaşantı**”ya olanak tanımaktadır.



Ti'de Bozulma

- Olumsuz duyguların açık ifadesi:
- Olumsuz duyguların dolaylı ifadesi:
- Terapinin amaçları ve görevlerindeki fikir ayrılıkları:
- Görünüşte uyum (compliance):
- Kaçınma
- Benlik değerini yükseltmek
- Tedaviye yanıt vermemek:



Tİ'deki Bozulmanın Çözömlenmesi Sürecinde:

- Görüşmelerin başında görece daha zayıf olan Tİ, yavaş yavaş, herhangi bir spesifik müdahalede bulunmadan, danışma ortamının stabilitesini sürdürerek güçlendirilebilir.
- Danışan, terapistle görüşmeleri boyunca onun stabil, yeterli, tutarlı, güvenilir, ilgili ve dürüst olduğunu gördükçe Tİ güçlenecektir.



- Ancak, terapist ittifakta bozulmalar olduğunu fark ettiğinde aktif şekilde müdahale etmeli, hastaya bu bozulmayı işaret ederek, onunla birlikte yaşanan problemleri araştırmalıdır.
- Bunun için terapistin, ittifaktaki bozulmaya ilişkin ipuçlarına duyarlı olması önemlidir.
- Terapistin, kendi duygularının farkında olması ve sürekli olarak ilişkinin niteliğinde barometre olarak kullanması gerekir.



- Terapistin ittifakın bozulmasında kendi rolünü görmesi ve sorumluluğunu kabul etmesi,
- İttifaktaki bozulmaya empatiyle yaklaşarak, hastanın olumsuz duygularını ifade etmesinin kolaylaştırılması,
- Terapistin örüntüyü anlaması ve düzeltici yaşantı ile bu döngüden koparak örüntüyü desteklememesi

Tİ'yi güçlendirecektir!



Safran, bu süreci 4 aşamada kavramsallaştırmıştır:

- 1. Ti'de bozulmanın fark edilmesi:**
- 2. Ti'de bozulmaya yol açan yaşantıların araştırılması:**
- 3. Danışanın kaçınma davranışının araştırılması**
- 4. İsteğin ya da ihtiyacın ortaya çıkması:**



Unutmayın!

- Tİ bozulması, çoğunlukla danışanın terapist ya da terapi ile ilgili olumsuz duygulara sahip olması ancak bunları ifade etmemesinden bozular.
- Bu nedenle, terapist bu duruma duyarı olmalı ve danışanın duygularını konuşmak isteyen **ilk** kişi olmalıdır.

