

BÖLÜM VI-XII

KLİNİKTE İLK GÖRÜŞME-1

DÖRDÜNCÜ BASIMDAN ÇEVİRİ

İLK

THE FIRST
Interview

GÖRÜŞME



ÇEVİRİ EDITÖRLERİ

DOÇ. DR. SAİT ULUÇ - PSK. DR. İ. VOLKAN GÜLÜM - UZM. PSK. ECE ATAMAN



JAMES MORRISON



8.11.2018

Prof.Dr.Nilhan Sezgin,

2

1Kısım

AÇILIŞ VE TANIŞMA

SÜRE FAKTÖRÜ

İlk görüşmenizin ilk birkaç dakikasında bazı görevleri tamamlamanız gerekecek:

- Görüşmenizin nasıl şekilleneceğini -ne kadar süreceğini, ne tür sorular soracağınızı vb.- aktarmalısınız.
- Danışanızın (ya da bilgi verecek başka bir kişinin) size hangi türden bilgiler vermesini beklediğiniz hakkında düşüncelerinizi belirtmelisiniz.
- Danışanıza durum üzerinde mümkün olduğu kadar kontrol sağlayabileceği, rahat ve güvenli bir çevre oluşturmalsınız.

DÜZENLEMELER

Bir uzmanın yeni bir danışanla geçirdiği ilk dakikalar, sonraki etkileşimin tamamına yönelik bir hava oluşturur.

Danışanı karşılama, rahat ettirme ve danışana kontrol hissi verme gibi basit konulara yönelik özeniniz, saygı ve iş birliği temelli bir ilişki kurmaya yardımcı olur.

Kendi özel ofisiniz varsa, tercihinize göre güzelce dekore edebilirsiniz; ancak kurumlardaki ofisler çoğu kez pek şahane değildir. Neyse ki etrafın şıklığı görüşmenin yararını etkilemez.

Bunun yanında gizlilik derecesi toplanan bilgi üzerinde çok etkili olsa da yatak ucunda veya yoğun bir danışanne odasının köşesinde de yapılan muhteşem görüşmeler görmüştüm. danışannın rahatlığı ve gizliliğine dair düzenlemeler en öncelikli şeydir.

İLİŐKIYE BAŐLAMAK

Kendinizi tanıtın, tokalaŐmayı teklif edin
ve
tercih ettiĐiniz oturma dűzenini gűsterin

(Sadece birkaç dakika kalmaya niyetiniz olsa bile, yatan bir danıŐanı ziyaret ettiĐinizde hep oturun. YetiŐmeniz gereken bir uŐak olsa bile, danıŐanınıza karŐı çok aceleci gűrűnmek istemezsiniz.

EĐer yatan bir danışan olsaydınız, birinin tepenizden bakıyor olması sizi rahatsız ederdi).

Görüşmeye geç kalırsanız, özür dileyerek hatanızı kabul edin. danışannızın adı alışılmadık bir ad mı? Doğru telaffuz ettiğinizden emin olun.

İlk kez görüşüyorsanız statünüzü (Öğrenci? İntörn? Süpervizör?) ve bu görüşmenin amacını belirtin. Ne öğrenmeyi umuyorsunuz? Elinizde var olan bilgiler neler? danışanınıza birlikte geçirmeyi beklediğiniz tahmini süreyi söyleyin.

ÖRNEK AÇILIŞ

Etkili bir açılışın olası pek çok çeşidi vardır. İşte iyi bir örnek:

Görüşmeci: Günaydın Bay Dean. Ben Emily Watts, 4. Sınıf psikoloji öğrencisiyim. Sizinle yaklaşık bir saat boyunca, sizinkine benzer sorunları olan insanlar hakkında mümkün olduğunca çok bilgi edinmek için konuşmak istiyorum. Şu an benimle geçirmek için zamanınız var mı?

danışan: Evet, iyi olur.

Görüşmeci: (sandalyeyi gösterip) Niçin böyle oturmuyorsunuz? Not almamın sizin için bir sakıncası olur mu?

danışan: Sorun olmaz.

2.Kısım

TEMEL YAKINMA VE SERBEST KONUŞMA

YÖNLENDİRMELİYE KARŞI YÖNLENDİRMESİZ SORULAR

Yönlendiren (directive) bir görüşmeci, çok sayıda özgül soru sorarak, danışanya ne tür bilgilerin istendiğini söyleyen bir yapıyı açık bir biçimde sunar.

Yönlendirmeyen (nondirective) görüşmeci ise daha edilgen bir biçimde danışanın vermeyi seçtiği bilgi her neyse onu alır. Yönlendirmesiz tarz, genellikle güçlü bir ilişki sağlar ve (danışanın yaşamına ilişkin) güvenilir gerçekleri ortaya çıkarır.

Bununla birlikte aşırı yönlendirmesiz bir yaklaşım da daha az bilgiye yol açar. Örneğin, yönlendirme yapılmadığında danışan aile tarihçesinin önemli olduğunu fark edemeyebilir ya da oldukça kişisel bilgilerini gönüllü olarak verdiği için kendini çok suçlu hissedebilir.

En etkili değerlendirme görüşmesi, hem yönlendirmeli hem de yönlendirmesiz soruları içerir.

AÇILIŞ SORUSU

İlk sorunuzu sorarken açık olun.

Danışanınızın, tam olarak ne duymak istediğinizi anlamasını sağlayın. Bazı yönlendirmesiz görüşmeciler gibi konuyu bütünüyle danışanya bırakırsanız (“Ne hakkında konuşmak istersiniz?”), bu girişim geçen pazar yapılan futbol maçı ya da danışanın yeni arabası hakkında oldukça fazla bilgiyle sonuçlanabilir.

Er ya da geç görüşme konusuna geri dönersiniz ama (bu size) zaman ve belki de gerçekten ne istediğinizi bilip bilmediğinizi merak eden danışanyla olan ilişkinize mal olur.

Daha en baştan doğru soruyu sorarak bu güçlüklerden uzak durabilirsiniz:

“Lütfen sizi tedavi için buraya getiren sorunun ne olduğunu söyler misiniz?”

TEMEL YAKINMA

Temel yakınma, danışanın ifade ettiği yardım arama nedenidir. Genellikle açılış sorusuna verilen yanıtın birinci ya da ikinci cümlesidir:

“Sizi buraya getiren sorunu anlatın.”

“ Sizi buraya getiren sorun nedir?”

ÖNEM

Temel yakınma iki nedenle önemlidir:

Genellikle danışanın zihninde ilk sırada yer alan sorun olduğundan, size öncelikli olarak hangi alanı araştırmanız gerektiğini söyler. Pek çok danışanın, belirli bir sorunu ya da talebi vardır.

Tam tersine, temel yakınma kimi zaman da ters giden durumun kesin bir inkârıdır. Bu durum size danışanın içgörüsü, zekâsı ya da iş birliği eğilimi hakkında ipuçları verir.

SERBEST KONUŞMA

Basitçe söylersek; serbest konuşma, yönlendirme ve kısıtlama olmaksızın düŐüncelerini ifade edebilmesi iÇin danışanya bir Őans vermektir.

Bazı klinisyenler buna "en az yapılandırılmış konuşma" demektedir. Deneyimli görüşmeciler, birkaç nedenle bu serbest konuşma dilimini (bir saatlik seansın yaklaşık 8-10 dakikası) nerir.

KLİNİK İLĞİ ALANLARI

Serbest konuşma sırasında, danışanız büyük olasılıkla bir ya da daha fazla sorundan söz edecektir. Bu sıkıntılar duygusal, fiziksel ya da sosyal olabilir; pek çoğu birkaç önemli klinik ilgi alanından birine denk gelecektir.

İnsanlar ruhsal bozukluk tanısı aldıklarında, bu genellikle şu yedi alanın kapsadığı sorunlarla ilgilidir:

- Düşünce bozukluğu (bilişsel bozukluklar; özellikle DSM_5'te nörobilişsel bozukluklar olarak adlandırılan sorunlar)
- Madde kullanımı
- Psikoz
- Duygudurum bozukluğu (depresyon ya da mani)
- Aşırı kaygı, kaçınma davranışı ve uyarılma
- Fiziksel yakınmalar
- Sosyal sorunlar ve kişilik sorunları

NE KADAR SÜRE?

Danışanızın konuşması aşırı belirsiz ya da düzensiz olmadıkça, temel yakınma genellikle birkaç dakika sürer. Bununla birlikte, serbest konuşmaya ayıracağınız zaman son derece değişkendir. danışanızın tutarsız ya da neredeyse hiç konuşmadığı olağan dışı durumlarda, dakikalar içinde daha doğrudan bir görüşme tarzı benimsemeye karar verirsiniz.

Ancak danışanız oldukça düzenli, deneyimli ve her şeyi anlatmaya hevesli bir danışan ise, bir ders kitabında okuyacağınız şekilde sunulan bir tarihçeyi dinleyerek, muhtemelen bütün görüşmeyi serbest konuşmaya harcayabilirsiniz.

Çoğu danışan yukarıdakilerden herhangi birine uymaz. Sıklıkla ilk 5-10 dakikada çok fazla kesmeden dinleyebilirsiniz.

NE KADAR SÜRE?

Ancak, bu tavsiyeye aşırı bağlı kalmaya çalışmayın

-serbest konuşmadaki sizin payınız görüşmeye harçayabileceğiniz toplam zamana ve tarihçe hakkında önceden bildiklerinize bağlı olacaktır.

Genel kural olarak, gelen bilgi önemli ve bağlantılı olmaya devam ettiği sürece danışanınıza serbest konuşmaya devam etmesi için izin vermeniz gerekmektedir.

DEVAM ETME

Görüşmenin serbest konuşma kısmı, danışanın zihninde en üst sırada bulunan sorunların ana hatlarını oluşturmanıza yardımcı olacaktır.

Görüşmenin sonraki kısmına geçmeden önce, söz edilmemiş başka sorunlar olup olmadığını sormalısınız.

Bu soruyu sormak, çok önemli sorun alanlarını gözden kaçırma riskinizi azaltır (Önemli bir şey kaçırsanız bile, muhtemelen daha sonra ortaya çıkar ama ilk görüşmenin püf noktası, karşıdaki ile ilgili bütün bilgiyi almaya çalışmaktır).

Klinik İlgi Alanlarına İlişkin Sinyaller

| | |
|--|---|
| Düşünce akışında bozulma (bilişsel bozukluklar) | Duygudurum bozukluğu: mani (<i>devamı</i>) |
| Duygulanım dalgalanmaları | Abartılı benlik değeri |
| Garip davranışlar | Yargılama bozukluğu |
| Kafa karışıklığı | İrite ya da öforik duygudurum |
| Yargılamada bozulma | Çok sayıda etkinlik planı |
| Sanrılar (delizyonlar) | Az uyuma (uyku gereksiniminin azalması) |
| Varsanılar (halüsinasyonlar) | Durdurulması güç, tekrarlı ve bağırarak konuşma |
| Bellek kusurları | Son zamanlarda artan madde kötüye kullanımı |
| Toksin alımı | Düşüncenin bir fikirden diğerine hızlıca uçuşması |
| Madde kötüye kullanımı | Kaygı ve ilgili bozukluklar |
| Günde bir ya da ikiden fazla yoğun alkol tüketimi | Kaygı |
| Tutuklanma ya da diğer yasal sorunlar | Göğüs ağrısı |
| Mali: farklı işler için gereken parayı harcamama | Kompüsif davranışlar |
| Sağlık: kendinden geçme, siroz, karın ağrısı, kusma | Sersemlik hissi |
| Yasa dışı madde kullanımı | Çıldırıktan korkma |
| İş kaybı, derece kaybı, gerileme | Ölümden ya da yaklaşan azaptan korkma |
| Bellek bozulmaları | Nesne ya da durumlardan korkma |
| Sosyal sorunlar: kavgalar, arkadaşların kaybı | Göğüste ağırlık |
| Psikoz | Düzensiz kalp atışı |
| Uygunsuz duygulanım ya da küntlük | Sinirlilik |
| Garip davranışlar | Takıntılı düşünceler |
| Kafa karışıklığı | Çarpıntı |
| Sanrılar (delizyonlar) | Panik |
| Fantaziler ya da mantık dışı fikirler | Kısa soluk alışları |
| Varsanılar (herhangi bir duyuyla ilgili) | Terleme |
| Bozulmuş içgörü ya da yargılama | Travma: ciddi fiziksel ya da duygusal öykü |
| Suskunluk | Titreme |
| Algısal bozulmalar (ilizyonlar, yanlış yorumlar) | Endişe |
| Sosyal geri çekilme | Fiziksel yakınmalar |
| Takibi zor ya da tutarsız konuşma | İştahta bozulma |
| Duygudurum bozukluğu: depresyon | Konvülsivon |
| Açık bir biçimde artmış ya da azalmış hareketlilik düzeyi | Depresyon, kronik |
| Kaygı belirtileri | Başarısı |
| Öz bakım düzeyinde değişim | Karmaşık tarihçe |
| Zayıf konsantrasyon | Çoklu yakınmalar |
| Ölüm arzuları | Nörolojik yakınmalar |
| Değersizlik hisleri | Tekrarlı tedavi başarısızlıkları |
| Alışlagelmiş etkinliklere olan ilgide azalma (cinsellik dâhil) | Çocuklukta fiziksel ya da cinsel istismar |
| Uykusuzluk ya da aşırı uyuma | Madde kötüye kullanımı |
| Son zamanlarda artan madde kötüye kullanımı | Anlaşılması güç bir tarihçe |
| İntihar planları | Halsizlik |
| Gözyaşıyla dolma | Kilo değişimi (aşağı ya da yukarı) |
| Kilo kaybı ya da alımı | Sosyal sorunlar ve kişilik sorunları |
| Duygudurum bozukluğu: mani | Kaygı |
| Artmış hareketlilik düzeyi | Tuhaf ya da saçma görünen davranışlar |
| Dikkatte dağınıklık | Dramatik bir sunum |
| | Yavaş ya da alkol kötüye kullanımı |
| | İş kaybı, derece kaybı, gerileme |
| | Yasal sorunlar |
| | Evlilik çatışmaları |