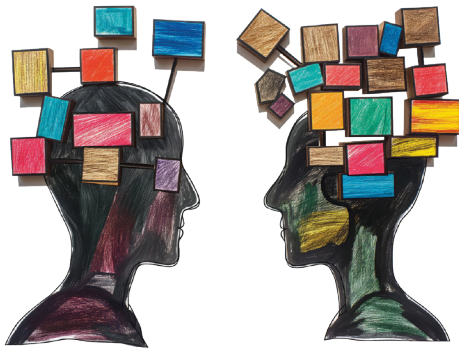


5. ULUSLARARASI KATILIMLI BİLİŞSEL DAVRANIŞÇI PSİKOTERAPİLER KONGRESİ

"Psikoterapide Çatı Kavramı Olarak Bilişsel Davranışçı Terapi"

30 Nisan - 3 Mayıs 2026
ODTÜ KKM, Ankara

BİLDİRİ ÖZETLERİ KİTABI

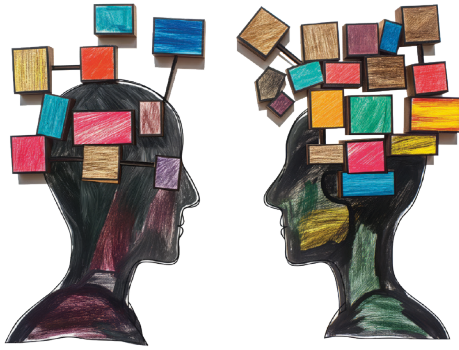


5. ULUSLARARASI KATILIMLI BİLİŞSEL DAVRANIŞÇI PSİKOTERAPİLER KONGRESİ

"Psikoterapide Çatı Kavram Olarak Bilişsel Davranışçı Terapi"

30 Nisan - 3 Mayıs 2026
ODTÜ KKM, Ankara

SÖZLÜ BİLDİRİLER





SB 9 - Temel İnançların Derinlemesine Yeniden Keşfi: Nitel Çalışma

Elif Akyüz¹, Burcu Uysal¹, Hakan Türkçapar²

1. İbn Haldun Üniversitesi, İstanbul, Türkiye

2. Ankara Sosyal Bilimler Üniversitesi, Ankara, Türkiye

AMAÇ

Temel inançlar, bilişsel davranışçı modelde bireyin kendisi hakkında geliştirdiği katı, küresel ve aşırı genellenmiş bilişsel yapılar olarak tanımlanmaktadır. Beck, olumsuz kendilik temelli temel inançları değersizlik, sevilme ve yetersizlik olmak üzere üç ana kategoride kavramsallaştırmıştır. Bununla birlikte, temel inançların içerik ve yapısal özelliklerinin keşfedici nitel yöntemlerle incelendiği çalışmalar sınırlıdır. Bu araştırmanın amacı, bireylerin kendilerine ilişkin temel inançlarını tematik analiz yoluyla incelemek ve ortaya çıkan tematik örüntülerin Beck'in üçlü modeliyle örtüşme düzeyini değerlendirmektir.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırma fenomenolojik yaklaşım çerçevesinde tasarlanmıştır. Amaçlı örnekleme yöntemi kullanılmış; yaş, sosyoekonomik düzey ve coğrafi çeşitlilik gözetilmiştir. Dahil edilme kriterleri 18–65 yaş aralığında olmak, Türkçe konuşabilmek ve herhangi bir nedenle psikolojik/psikiyatrik destek almış olmaktır. Mani, şizofreni tanı ölçütlerini karşılayan bireyler ve zihinsel yetersizlik bulunan kişiler dışlanmıştır.

Toplam 91 başvuru arasından ölçütleri karşılayan katılımcılarla görüşmeler yürütülmüş; şu ana kadar 20 katılımcı (18–55 yaş aralığında; farklı eğitim ve sosyoekonomik düzeylerden; kadın ve erkek katılımcılar) ile yaklaşık bir saat süren yarı yapılandırılmış görüşmeler tamamlanmıştır. Görüşmelerin ilk bölümünde SCID-5-RV'nin ayaktan hasta tarama bölümü uygulanmış, ikinci bölümde temel inançlara yönelik açık uçlu sorular yöneltilmiştir. Görüşmeler ses kaydı alınarak gerçekleştirilmiş ve sözel veriler yazıya dökülmüştür.

Veriler Braun ve Clarke'ın (2006) altı aşamalı tematik analiz süreci doğrultusunda analiz edilmektedir: (1) veriye aşinalık, (2) ilk kodların oluşturulması, (3) temaların oluşturulması, (4) temaların gözden geçirilmesi, (5) temaların tanımlanması ve adlandırılması, (6) raporlama. Kodlama süreci MAXQDA programı aracılığıyla yürütülmektedir. Çalışma için etik kurul onayı alınmıştır.

BULGULAR (ÖN BULGULAR)

Ön tematik analiz üç ana tema ve bunlara eşlik eden alt temalar ortaya koymuştur.

1. Değersizlik Teması:

“Kusurluluk/bozukluk”, “ahlaki yetersizlik” ve “haketmemişlik” alt temaları belirlenmiştir. Katılımcılar kendilerini “bozuk”, “kötü”, “layık olmayan” ve “kusurlu” olarak tanımlamış; öz-değerlendirmelerin küresel ve değışmez nitelikte olduğu gözlenmiştir.

2. Sevilme Teması:

“Sevilmeye layık olmama”, “reddedilme beklentisi” ve “koşullu öz-değer” alt temaları öne çıkmıştır. Özellikle öz-değerin dış onay ve kişilerarası geri bildirimle bağımlı biçimde yapılandığı ifadeler dikkat çekmiştir.

3. Yetersizlik Teması:

“Performans yetersizliği”, “kontrol kaybı/zayıflık” ve “karşılaştırmalı değersizlik” alt temaları belirlenmiştir. Katılımcılar kendilerini “beceriksiz”, “zayıf” ve “başaramayan” olarak tanımlamışlardır.

Ön bulgular, Beck'in üçlü modelini içerik düzeyinde desteklemekle birlikte, yoğun öz-suçlayıcılık ve dış onaya dayalı öz-değer örüntülerinin tematik olarak belirginleştiğini göstermektedir.



SONUÇ

Tematik analizden elde edilen ön bulgular, olumsuz kendilik temelli temel inançların Beck'in kuramsal çerçevesiyle büyük ölçüde örtüştüğünü göstermektedir. Bununla birlikte, öz-değerin ilişkisel bağlamda yapılandığı örüntülerin klinik formülasyonlarda daha ayrıntılı ele alınması gerekebilir. Çalışma, temel inançların içeriksel sınıflandırmasının yanı sıra işlevsel özelliklerinin de değerlendirilmesinin bilişsel davranışçı müdahaleler açısından önemine işaret etmektedir. Veri toplama ve analiz süreci devam etmektedir.

Katılımcı Demografik Bilgi Tablosu

KATILIMCI	YAŞ	CİNSİYET	MEDENİ DURUM	EĞİTİM DÜZEYİ	MESLEK	PSİKOLOJİK YAKINMA	ALINAN DESTEK TÜRÜ
1.) E.KU	33	Kadın	Bekar	Üniversite	Matematik mühendisi	Kaygı Bozukluğu	Psikoterapi
2.) M.E	32	Kadın		Yüksek lisans / Doktora	Klinik psikolog	Depresif Bozukluk	Psikoterapi
3.) F.Ş	23	Kadın	Bekar	Üniversite	Öğrenci	Özgül Fobi Yaygın Kaygı Bozukluğu Dikkat Eksikliği	Psikoterapi/ ilaç kullanımı
4.) H.H.K	27	Kadın	Bekar	Üniversite	Çalışmıyor/Psikolojik Danışman	Kaygı Bozukluğu Panik Bozukluk Fobiler Dikkat Dağınıklığı	İlaç Kullanımı, Psikoterapi
5.) A.S	47	Kadın	Evli	Lise	Çalışmıyor/Ev Hanımı	Kaygı Bozukluğu Fobiler	Psikoterapi
6.) İ.A	23	Kadın		Üniversite	Çalışıyor/ Memur (Zabıt Katibi)	Panik Bozukluk Obsesif ve Kompulsif Bozukluk	Psikiyatrik Tedavi
7.) A.Ö	47	Kadın	Boşanmış	Üniversite	Çalışıyor/ Ekonomist	Yaygın Kaygı Bozukluğu	Psikoterapi, Psikiyatri
8.) B.N.A	23	Kadın	Bekar	Üniversite	Çalışmıyor/Psikolog	Uyum bozukluğu	Psikoterapi ve psikiyatrik tedavi
9.) A.Z.Y	24	Erkek	Bekar	Önlisans	Çalışmıyor/ Uçuş planlama Uzmanı	Majör Depresif Bozukluk Dikkat eksikliği	Psikoterapi ve psikiyatrik tedavi
10.) M.K	29	Kadın	Evli	Üniversite	Çalışmıyor Ev hanımı	Yaygın Kaygı Bozukluğu	Psikoterapi
11.) E.KO	24	Kadın	Bekar	Yüksek Lisans/ Doktora	Çalışıyor/ Klinik Psikolog	Panik Bozukluk	Psikoterapi ve psikiyatrik tedavi
12.) M.Y.A	42	Erkek	Evli	Üniversite	Çalışıyor/Hakim	Kaygı Bozukluğu	Psikoterapi
13.) A.K	43	Kadın	Evli	Lise	Çalışmıyor/Ev hanımı	Panik Bozukluk Fibromiyalji Dikkat Dağınıklığı	Psikoterapi ve psikiyatrik tedavi
14.) E.D	24	Kadın		Üniversite	Çalışmıyor	Yaygın Kaygı Bozukluğu	Psikoterapi
15.) A.T	34	Erkek	Bekar	Üniversite	Çalışıyor/ Mühendis	Panik Bozukluk Sosyal Kaygı Bozukluğu DEHB	Psikoterapi ve psikiyatrik tedavi
16.) İ.H.A	27	Erkek	Bekar	Üniversite	Çalışıyor/ MEB'te Psikolojik Danışman	Kurbağa fobisi Yaygın kaygı bozukluğu	Psikiyatrik tedavi
17.) Y.Ç	28	Kadın	Bekar	Üniversite	Çalışmıyor	Panik atak, DEHB, Sosyal Anksiyete	Psikiyatrik tedavi
18.) H.K	57	Kadın	Evli	Üniversite	Öğretmen	Fibromiyalji Kaygı Bozukluğu	Psikiyatrik tedavi
19.) T.K	42	Erkek	Bekar	Üniversite	Çalışıyor	Panik Bozukluk	
20.) M.F.A	30	Erkek		Üniversite	Çalışıyor/Hakim	Majör depresyon Panik Bozukluk Genel Kaygı Bozukluğu Sosyal Kaygı Obsesif Kompulsif Bozukluk Tik	Psikoterapi ve Psikiyatrik tedavi

Görüşme yapılan katılımcılara ait bilgilerin bulunduğu tablo

ANAHTAR KELİMELER: Temel inançlar, BDT, Nitel Araştırma