

PSİKOLOJİK DANIŞMA ALANINDA ŞEMA TERAPİ PROGRAMI VE TAKVİMİ

1. MODÜL: KAVRAMSALLAŞTIRMA VE DEĞERLENDİRME	Tarih
<ul style="list-style-type: none">• Bilişsel Terapi'den Şema Terapi'ye değişim• Şema Terapi'nin Tanımı• Standart Bilişsel Terapi modelinden farkı• Şema Kuramı <p>ŞEMALAR</p> <ul style="list-style-type: none">• Şemaların Kazanılması• Şemaların Özellikleri• 5 Şema Alanı ve 18 Şema <p>BAŞA ÇIKMA TEKNİKLERİ</p> <ul style="list-style-type: none">• Başa Çıkma Tanımı• Başa Çıkma Tepkileri: Teslim, Kaçınma ve Aşırı Telafi <p>ŞEMA MODLARI</p> <ul style="list-style-type: none">• Şema Modu Tanımı Çocuk Modları, Uyum Bozucu Ebeveyn Modları, Uyum Bozucu Baş Etme Modları• Şema Terapi'nin Tanımı• Sağlıklı Erişkin Modu• Kişilik Bozukluklarında Şema Modları: Narsistik ve Borderline Kişilik Bozukluğu• Psikolojik Danışmanın Kendi Şemalarını Tanıması	26-27 NİSAN 2025 Saat:10:00-17:00 (Online)
2.MODÜL: ŞEMA TERAPİSİ UYGULAMALARINA GİRİŞ	
<p>ŞEMA TERAPİ TEKNİKLERİ</p> <p>BİLİŞSEL TEKNİKLER</p> <ul style="list-style-type: none">• Şema günlükleri• Başa çıkma kartları• Kar-zarar analizi• Kanıt-karşı kanıt analizi <p>YAŞANTISAL TEKNİKLER 1 (Görselleme Çalışması)</p> <ul style="list-style-type: none">• Görselleme & Görsellemenin Yeniden Senaryolandırılması• Şemaları Erken Çocukluk Yaşantısıyla Bağdaştırmak• Çocuk modları, özellikle incinmiş ve kızgın çocuk modları ile yeniden ebeveynlik <p>YAŞANTISAL TEKNİKLER 2 (Çift Sandalye&Canlandırma)</p> <ul style="list-style-type: none">• Şemalar ve modlarla çift sandalye• Uyum bozucu başa çıkma modlarıyla yüzleştirmek• Canlandırmalar <p>TERAPİ İLİŞKİSİNİN ŞEMA TERAPİ ODAKLI KULLANIMI</p> <ul style="list-style-type: none">• Yeniden Ebeveynlik• Empatik Yüzleştirme• Sınır Koymak• Terapist Şemaları: Bazı danışanlar karşısında şemaları aktifleştiren terapistlerin tedavi sürecinde karşılaştıkları engellerle çalışmak• "Kendini açma"nın uygun şekilde kullanımı	10-11 MAYIS 2025 Saat:10:00-17:00 (Online)

3.MODÜL: DETAYLI ŞEMA STRATEJİLERİ

ŞEMA MÜDAHALE TEKNİKLERİ

- Duygusal Yoksunluk Şeması için stratejiler
- Sosyal İzolasyon
- Duyguları Bastırma
- Kusurluluk
- Başarısızlık
- Boyun Eğicilik
- Bağımlılık
- İç içelik
- Dayanıksızlık
- Karamsarlık
- Kuşkuculuk
- Terkedilme
- Cezalandırıcılık
- Fedakârlık
- Yüksek Standartlar
- Onay Arayıcılık
- Haklılık
- Yetersiz Özdenetim

ŞEMA TERAPİNİN BORDERLINE & NARSİSTİK KİŞİLİK BOZUKLUKLARINDA UYGULANMASI

- Borderline ve Narsistik Kalıpları Tanıma
- Mod Modelini Öğrenmek
- Mod Tekniklerinin Kişilik Bozukluklarında Uygulanması
- Mod Ölçeğinin Tedavide Kullanımı
- Yaşantısal, Bilişsel, Davranışsal Yöntemlerin Kullanımı
- Terapi İlişkisinin Tedavide Kullanımı
- Terapide Sınırları Yönetmek
- İntihar Girişimlerini Yönetmek
- Yakınlaşma ve Bireyselleşme Becerilerini Geliştirmek
- Terapist Şemalarının Yönetimi
- Borderline ve Narsistik İlişkileri Tanımak
- Empatik Yüzleştirme Tekniğinin Kullanımı
- Öfke Ataklarını Yönetmek

31 MAYIS-01
HAZİRAN 2025
Saat:10:00-17:00

(Online)

NOT: Özel durumlarda ve ülkedeki kriz durumlarında, Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği eğitimleri iptal etme veya eğitim tarihlerini değiştirme hakkına sahiptir.