

KLİNİK PSİKOLOJİ TANIM VE ALANLARI

Dr. Öğr. Üyesi

Emre TAN

İstanbul Gelişim Üniversitesi

- Klinik psikoloji, bireyin duygusal, bilişsel, davranışsal ve psikolojik sıkıntılarını ve zorlamalarını anlamak, bunların gelecekteki seyirlerini yordamak ve hafifletmek amacıyla bilimi, teoriyi ve uygulamayı birleştiren psikolojinin alt alanıdır.
- Bu alanda uzman psikologlara ise, klinik psikolog denilmektedir

Psikoljide Alt Bölümler

- **Bilişsel ve Algısal alanda çalışan Psikologlar;** insan algı, düşünme ve bellek süreçleri üzerine çalışırlar. İnsanların gerçeği nasıl algıladığı, öğrenme ve dil gelişim süreçlerini araştırırlar.
- Aynı zamanda muhakeme ve karar verme süreçleri üzerine çalışmalar yaparlar.
- Sıklıkla davranışçı nörobilimciler ile işbirliği içinde çalışırlar.

- **Toplum psikologları;** toplumsal, organizasyonel veya daha küçük ölçekli gruplarda kişilerin ihtiyaçlarını karşılayarak yeteneklerinin güçlendirilmesini hedefler. Burada hedef geçici yardımlar değil, travma ve fakirlik gibi toplumu tümünden etkileyen olaylarda etkilerin hafifletilmesi ve ardından kişilerin güçlü yanlarının desteklenerek koruyucu önlemlerin ön plana alınması sağlanır.
- Vatandaşlık başvuruları ve mülteci kamplarında da görev alabilirler.

- **Danışman Psikologlar:** Günlük problemler veya beklenmedik ciddi olaylar ile nasıl başedileceği ile çalışılır ve dayanıklılığın artırılması hedeflenir.
- Danışmanlık; Psikoterapi, eğitim veya araştırmalar yöntemiyle her yaş bireye, aileler veya organizasyonlara verilir. Danışmanlar kişilerin kariyer ve işlerindeki sorunları anlayarak nasıl bir aksiyon içinde olmalarında yardımcıdırlar. Irk, cinsiyet, cinsel yönelim, din, engellilik gibi farklılıklara saygı göstererek işlerini icra ederler.

Gelişimsel Psikoloji

- Yaşamboyu gelişim süreçlerindeki takılmalar ve yetersizlikler üzerine çalışırlar. Son dönemlere kadar gelişimsel alanla ilgili olmak çocukluk çağı ve adolesan döneme özgü düşünölmekteydi.
- Ancak artık yaşam boyu gelişim perspektifi ile yaşlılık süreçlerinde de bağımsız yaşamın sağlanması üzerine de çalışmalar yapmaktadırlar.

Adli psikoloji

- Yasal konularda psikoloji prensiblerini uygulanması esas alınarak lisans üstü eğitim gerektirir.
- Çocukların velayet süreçlerinde ebeveyn çocuk ilişkisini değerlendirme ve adli karar aşamalarında yargıya yardım etme sürecinde görev alırlar.

Nöropsikolog ve Davranışsal Nöropsikolog

- Beyin yolları ve davranışlar arasındaki ilişkiler üzerine çalışırlar.
- Hastalıklar ve kazaların oluşturduğu duygu, davranış ve algı değişikliklerini anlayarak beyin çalışma mekanizmaları üzerine araştırmalar yaparlar.
- Fonksiyonel MR (fMR), Single Photon Emisyon Tomografi (SPECT), Positron Emisyon Tomografisi (PET) ile çalışmalar yaratırlar.

Sosyal Psikologlar

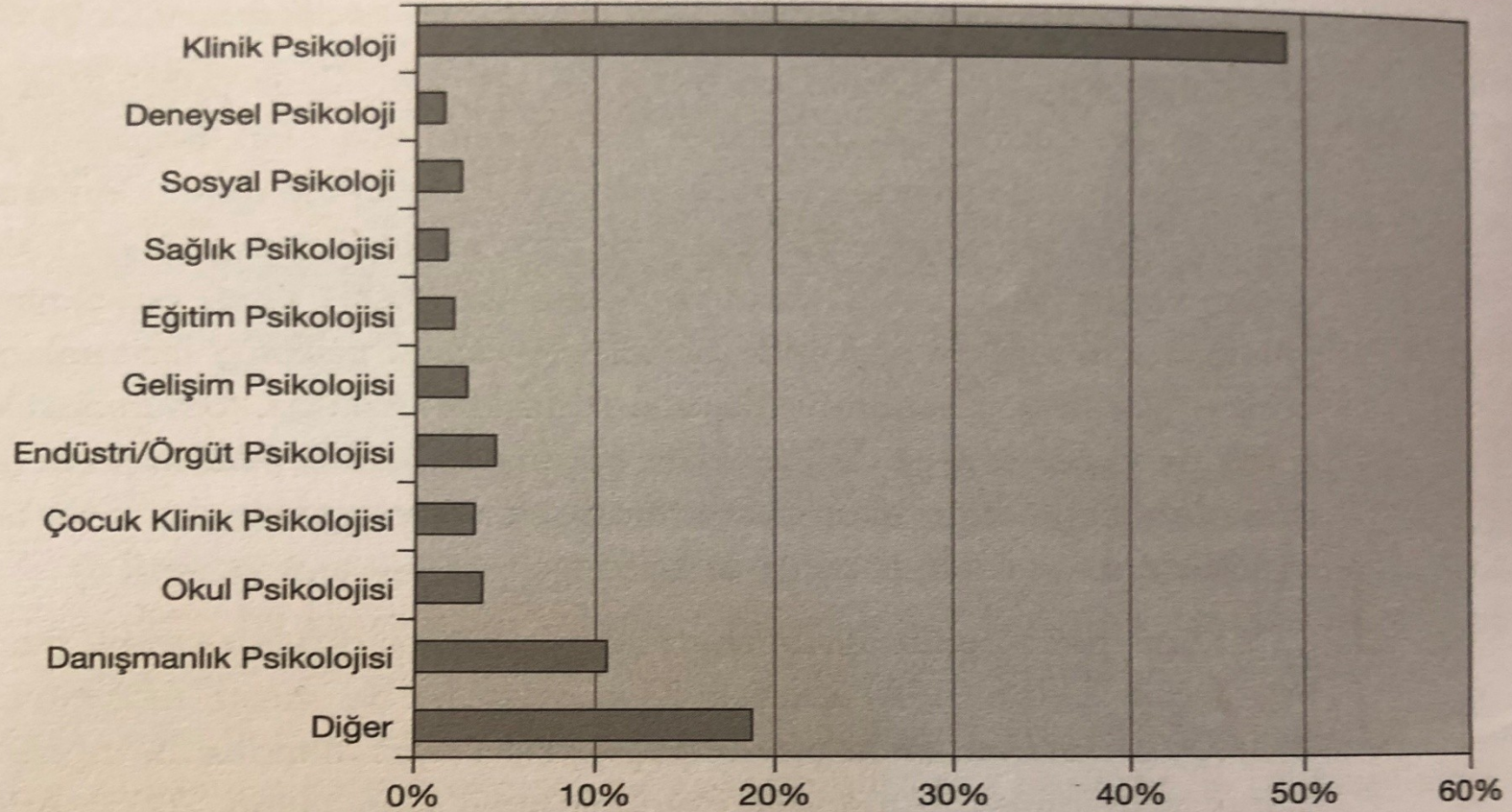
- Sosyal Psikologlar bir kişinin ruhsal durumunun diğer insanlar ile olan ilişkilerinden nasıl etkilendiğini araştırır.
- Akademik enstitüler, reklam şirketleri, özel ve devlet ile ilgili işyerlerinde organizasyon ve yönetim işlerinde görev alabilirler.

Spor Psikologları

- Sporcuların hedeflerine ulaşmaları ve anksiyete ve korkularıyla baş etmeleri üzerine çalışırlar.
- Her çeşit spor dalında küçük yaşta başlanması nedeniyle çocuk popülasyonla çalışmaları artmaktadır.

Deneyssel Çalışma Psikologları

- Öğrenme, koşullanma, pekiştireçler, kognitif süreçler vb olmak üzere geniş bir yelpazede çalışmalarını sürdürürler.
- Çevresel etkenlerin insan ve hayvanlardaki etkileri ve kazanılan cevaplar ve sürdürüm şekillerini karşılaştırırlar.



ŞEKİL 1.1 APA üyelerinin ana uzmanlık alanları, 2005

Ruh Sağlığı ile İlişkili Profesyoneller

- **Psikiyatr:** Tıp Fakültesinden mezun olduktan sonra psikiyatr alanında uzmanlaşan hekimdir. Psikiyatr anormal davranışların tedavisinde ilaç kullanmakla, fiziksel hastalıkları tedavi etmekte ve inceleme yapmakta yetkili tıp hekimlerinden oluşan alandır
- **Klinik Psikolog:** Klinik psikolog, duygusal bilişsel ve davranışsal zorluk ve yetersizlikleri bulunan bireyleri tedavi etmeye yönelik çalışmalar yapan uzmandır

- **Danışmanlık psikologları:** Klinik psikologlara çok benzer, ancak aynı zamanda insanların karşı karşıya kalabilecekleri normal geçiş evreleri ve uyum süreçleriyle de ilgilenir, yani şiddeti daha hafif olan patolojik durumlar ile uğraşırlar.
- Danışmanlık Psikolojisi; kişisel, eğitsel, mesleki ve grup uyumunu desteklemek için kurulmuştur. Psikoterapistler önermenin ötesinde örneğin kariyer danışmanlığı ya da yaşam değişimleri ve gelişimleri ile ilgili diğer başka danışmanlıklar da yaparlar.
-

- **Psikolojik Danışman:** Normal ve orta düzeyde sıkıntı ve uyum problemi yaşayan birey yada gruplarla çalışan meslek grubudur. Psikolojik Danışma ve Rehbetlik Bölümlerinden mezun olanlar bu alanda hizmet vermektedir.

- **Sosyal çalışmacılar:** Hastaneler, işyerleri, toplum ruh sağlığı servisleri, mahkemeler, okullar, cezaevleri ve aile servis sağlayıcıları olarak çeşitli ortamlarda çalışırlar.
- Sosyal çalışmacılar danışanlarına ya da işlerine ya da her ikisine doğrudan sosyal koşulları artırmak için hizmet sunarlar. Klinik servislerin dışında geri kalanı yönetim, kamu politikası, araştırma ve toplum örgütlenmesi gibi alanlarda çalışırlar.

- Ekonomik, sosyal ve kültürel yönden sıkıntı içinde bulunan kişi grup yada toplulukların sorunlarını tanımaları , sahip oldukları olanakları kullanmaları çevredeki olanakları araştırmaları ve yararlanmalarına yönelik hizmet veren uzmandır.Sosyal hizmet bölümlerinden mezun olan bu meslek grubu çalışanları psikolog ve psikiyatrdan farklı olarak daha çok aile ortamı , çalışma koşulları okul ortamı yada sosyal çevrede çeşitli düzenlemeler yaparak bireylerin sorunlarının azaltılmasına katkı sağlar

- **Okul psikologları:** Okul ortamında çocuklar, ergenler, aileleri gözlem ve müdahaleler ile ilgilenirler.
- **Psikiyatri hemşireleri**
- **Sağlık Psikologları:** 4 yıllık lisans eğitiminden sonra sağlık psikolojisi alanında yüksek lisans yaparak uzmanlaşan meslek grubudur. Temel çalışma alanı olarak hastalıkların önlenmesi, iyi sağlık koşullarının yaratılması geliştirilmesi ve devam ettirilmesi yada tıbbi rahatsızlığa sahip kişilerin tedavi edilmesine yönelik araştırma ve uygulama yapar

- **Evlilik ve Aile Terapistleri**
- **Yardımcı Profesyoneller:** Lisans eğitimi almış olmak şarttır. Örneğin müzik terapisi literatüre sahip olduğundan kabul görülür ve diğer terapi modelleriyle bir arada kullanılabilir. Diğer örnekler; rekreasyon terapisti, sanat terapisti, akupunkturcu, rehabilitasyon danışmanları, uğraşı terapistleri, telefon ve kriz müdahale merkezlerinde çalışanlar
- **Diğer Uzmanlar ve Bakıcılar:** Dini (pastoral) danışmanlar genellikle bir inanç temelli bir bakış açısıyla danışmanlık eğitimi alırlar. Aromaterapi, refleksoloji, homeopati ve ruhsal şifa teknikleri gibi konulardaki diğer uzmanlar, saydığımız profesyonel kalitedeki hizmetlere yardımı çok az veya olmayan yöntemler önerirler. Alternatif tıp veya tedavi olarak sınıflandırılan yeni kuşak tedaviler aslında eski geleneklere dayanabilmektedir.

Klinik psikoloji ne ile ilgilenir?

- APA tarafından yapılan tanımlamada: «Klinik Psikoloji alanı, insan uyumunu ve kişisel gelişimi teşvik etmenin yanı sıra, uyumsuzluk, ruhsal bozulmalar ve rahatsızlıkları anlamak, öngörmek ve azaltmak için bilimsel teoriler ve pratiği birleştirir.
- Klinik Psikoloji, yaşam boyunca, farklı kültürlerde ve tüm sosyoekonomik seviyelerde insanın işleyişinin entelektüel, duygusal, biyolojik, sosyal ve davranışsal yönlerine odaklanır. »

- Klinik psikologlar zihinsel, duygusal ve davranışsal bozuklukları değerlendirir ve tedavi eder. Bunlar, ergen çatışmalarından kaynaklanan zorluklar gibi kısa vadeli krizlerden şizofreni gibi daha ağır, kronik durumlara kadar değişmektedir.
- Bazı klinik psikologlar, fobiler veya klinik depresyon gibi özel sorunları sadece tedavi ederler. Diğerleri belirli popülasyonlara odaklanır - örneğin gençler; aileler veya çiftler; etnik azınlık grupları; eşcinsel, lezbiyen, biseksüel ve transeksüel bireyler; veya daha yaşlı insanlar.
- Ayrıca, psikolojik nedenlerin altında yatan fiziksel problemler hakkında doktorlara danışırlar.

Klinik Psikolog Olmak İçin Kişisel Gereklilikler

- Uygun karakter yapısı ve isteklilik bölümü seçmede motivasyon sonrası eğitim ve belgelendirme gereklidir.
- Klinik tutum / Klinik yaklaşım: Klinisyenler genel olarak insan davranış sorunlarına uygulanan genel ilkeleri anlamaya yönelik araştırmalara ilgi duyarlar. Yapılan araştırmalarda katılımcıların yaşamları, sorunları ve tedavileri bireysel düzeyde nasıl şekillendiğini ortaya çıkarmaya çalışırlar.
- Klinik Psikoloji alanına ilgi duyulurken; İnsan varoluşuna ilgi, başkalarıyla ilişkilerde dürüstlük ve bütünleyici yaklaşıma duyulan ilgi, Duygusal stabilite, Entelektüel merak...gibi özelliklere ihtiyaç olabilir.

Yasal, Etik ve Eğitim ile İlgili Gereklilikler

- **Amerika Birleşik Devletleri'nde yasal olarak düzenlenmiş bir meslek Eğitim (lisans, Doktora, PsyD veya EdD)**
- **Akreditasyon Doktora altı seviyeler**
- **Deneyim**
- **Yeterlilik testi (Psikolojide Mesleki Yeterlilik Sınavı-EPPP) lisans kurulu sınavı**
- **İyi karakter**
- **Tam lisans / sınırlı lisans**
- **Türkiye'deki durum?**

Klinik Psikolog Çalışma Alanları

- Klinik psikolog, duygusal bilişsel ve davranışsal zorluk ve yetersizlikleri bulunan bireyleri tedavi etmeye yönelik çalışmalar yapan uzmandır.

Tanıılama/Değerlendirme

- **Değerlendirme:** Bireyin davranışları , problemleri, özgün karakterleri, yetenekleri, zihinsel ve entellektüel kapasiteleri hakkında bilgi toplamayı içerir. Klinik psikologların gözledikleri kişilerle ilgili kararlarını belirli bir temele oturtmak için kullandıkları değerlendirme araçları 3 başlık altında toplanabilir:
- **Görüşme**
- **Testler**
- **Gözlem.**
- **Öz Değerlendirme Ölçeği:** Bireyin bir dizi soruya kendisi için en uygun seçeneği işaretlemesini içeren psikolojik testlerdir.

Tedavi/Terapi

- **Psikoterapi:** Bireyin yaşamış olduğu problemleri ortadan kaldırmak yada azaltmak için belirli bir teorik anlayış çerçevesinde belirli teknik ve yaklaşım kullanmayı içeren sistematik müdahale sürecidir. Bu müdahale yönteminin terapi sayılabilmesi için ilaç ve cerrahi yöntemlerin kullanılmaması gerekir.

Araştırma/Yayın

- Araştırma bütün psikoloji alanlarının ortak özelliğidir. Bu noktada klinik psikolojiyi diğer alanlardan ayıran noktayı araştırma yaptığı konular oluşturmaktadır. Bireyin yaşamında zorlanmaya sıkıntıya ve uyumsuzluklara yol açan unsurları belirleyip bunları hafifletmeye yönelik konulara odaklanmaktadır.

Öğretim/Süpervizyon

- Meslekte deneyimli bir uzmanın daha az deneyimli bir kişiye, onun terapi sırasında karşılaştığı durumlarla başa çıkmada yeterliliğini ve becerilerini geliştirecek bir şekilde bilgi ve deneyim kazanmasına yardımcı olmasıdır.

Konsültasyon(Danışmanlık)

- Dilimizdeki "bir bilene soralım" sözü konsültasyonu en iyi açıklayan ifadedir.

Yöneticilik:

- Klinik psikologlar çok istemeseler bile bazı yöneticilik görevleri yada dosyalama gibi resmi süreçlerle ilgili faaliyetlerde de bulunurlar.

Tarihçe

- Klinik Psikolojinin tarihsel gelişimi 3 temel zaman dilime ayırarak incelenebilir.
 1. İlk Gelişim Dönemi (1896-1917)
 2. I. ve II. Dünya Savaşları Dönemi
 3. II. Dünya Savaşı Sonrası Dönem

1. İlk Gelişim Dönemi (1896-1917)

- Psikolojinin insanın zihinsel süreçlerini anlamaya yönelik bilimsek çalışmalara ağırlık verdiği bir dönemdir.
- **Sir Francis Galton** bireyler arası farklılıkları ve nedenlerini anlamaya yönelik ilk düzenli çalışmayı yöneten bilim adamları arasında yer almıştır.
- **Cattell** geliştirdiği testlere zeka testleri adını vermiştir.
- **Lightner Witmer** ilk psikoloji kliniğini kurarak 'klinik psikolojisi' terimini kullanmaya başlamıştır.
- **Josef Breuer** ilk formal psikoterapi yaklaşımı olan psikoanalizi gelirtirmiştir.

2. I.ve II. Dünya Savaşları Dönemi

- 1920 'de Army Alpha ve Army Beta isimli 2 test geliştirilmiş. Bunu 1920 ve 1920 yılları arasında birçok başarılı zeka ve kişilik testlerinin geliştirilmesi izlemiştir. Bu nedenle bu dönemde klinik psikoloji psikolojik testlerin geliştirilmesi uygulanması puanlanması ve yorumlanmasına yönelik çalışmalar üzerinde yoğunlaşmaya başlamıştır.

II. Dünya Savaşı Sonrası Dönem

- Zeka ve kişilik testlerinin eski versiyonları yenilenerek revize edilmiş, yeni ölçüm araçları geliştirilmiş ve geçerlilik - güvenirlikleri test edilmiştir.
- 1950li yıllarda "**Zihinsel Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı**" kullanılmaya başlandı. Bir takım eksiklikler nedeniyle revize edilerek kullanılmaya devam edildi. Şuanda DSM-V olarak bilinen beşinci versiyonu kullanılmaktadır. Hümanistik ve davranışçı psikoterapi akımları gibi birçok akım ortaya çıkmaya başlamıştır.

Normaldişı (Anormal) Davranış Nedir?

- Toplumsal normlardan sapma/istatistiksel seyreklik
- Kişisel rahatsızlık hissetme
- İşlevsellikte bozulma

Normlara Uygunluk Davranışın Nadir Olarak Gözlenmesi ya da Toplumsal Normların İhlal Edilmesi

- Bir bireyin davranışının istatistiksel olarak seyreklik gösterip göstermediğine karar vermede normal eğri yada çan eğrisi kullanılır. Bu eğride insanların çoğunun sergilediği özellikler ortaya yerleştirilir ve insanların çok azının iki uca yerleşeceğine inanılır.
- **Güçlü yönleri:** İstatistiksel olarak bir davranışın ya da özelliğin toplumun genelinde gözlenme oranının belirlenmesinde bir bireyin herhangi bir psikolojik testten almış olduğu puanın yorumlanmasını kolaylaştırır.
- **Zayıf Yönleri:** Öncelikle bir toplumun içinde bir grup tarafından yaygın olarak sergilendiği için normal kabul edilen bir davranış başka bir grup tarafından çok nadir sergilendiği için normal dışı kabul edilir.

Kişisel Rahatsızlık Hissetme

- Bireyin kendisinde belirli bir sıkıntıya rahatsızlığa yol açan davranışlardır.
- **Güçlü Yönleri:** Bireye herhangi bir duygusal yada davranışsal problemi olup olmadığı sorulduğunda bunu rahatlıkla ifade edebilir. Çünkü bu problemler bireyde belirgin sıkıntıya yol açar.
- **Zayıf Yönleri:** Hasta olarak adlandırılan her birey bu durumdan dolayı psikolojik bir sıkıntı yaşamayabilir.

İşlevsellikte Bozulma

- Birey yaşadığı psikolojik yada davranışsal problemlerinden dolayı işlevselliği bozulmuş yani normal hayatını sürdürebilmesi belirgin bir şekilde zorlanmıştır.
- **Güçlü Yönleri:** Sosyal ve iş hayatındaki belirgin bozulma bireyleri problemlerine ilişkin yardım arama davranışına yönlendirir.
- **Zayıf Yönleri:** Tıpkı diğer kriterlerde olduğu gibi iş ve sosyal hayatındaki hangi derecedeki bir bozulmanın anormal olarak kabul edileceğini belirlemek zordur.

Sapma

- Bazı uzmanlara göre normal ve normal dışı davranışlar genellikle derece olarak farklılık gösterirler ve bu uzmanlar davranış bozukluklarının sınıflandırılmasında boyutsal yaklaşımın kullanılması gerektiğini savunurlar.
- Bazı araştırmacılara göre ise, normal ve normal dışı davranışlar gece ile gündüz gibi niteliksel olarak birbirinden farklıdır. Bu araştırmacılar akıl sağlığı ile akıl hastalıkları sınıflamaya kategorik yaklaşımı önermektedirler.
- Davranış bozukluklarının kategorilere ayrılarak sınıflandırılmasının en önemli avantajlarından biri klinisyenler ve araştırmacılar arasında bir tutarlılık sağlamasıdır. Aynı kriterleri kullanarak farklı uzmanlar aynı tanıyı rahatlıkla koyabilirler. Diğer bir avantajı ise kategorilerin betimleyici olması; yani herhangi bir teorik yaklaşımı dikkate almadan bir rahatsızlığa ilişkin belirtileri sıralamasıdır. Tanı kriterleri ruhsal bozukluklar üzerine bilimsel araştırma yapabilmeyi olanaklı hale getirmektedir.

Kazançlar

- **Birincil Kazanç:** Kişinin psikolojik rahatsızlığının sıkıntı ve kaygısından kurtulmasıdır. Örneğin; bir kaza sonucunda beynimizin kaza anı ile ilgili olayları hatırlamamızı engelleyerek bizim acı çekmemizi engellemesinde olduğu gibi.
- **İkincil Kazanç:** Bireyin hastalığını kendi çıkarları doğrultusunda kullanmasıdır. Örneğin; yakınlarından daha fazla ilgi ve şefkat görmek için hastalığını kullanması. (tanılı rahatsızlıklarda hasta bunu kullanabilmektedir).

Tanı

- Tanı, anormal psikolojisi alanının kritik bir konusu.
- Alanın profesyonelleri için, ne tür olguları inceledikleri ya da tedavi ettikleri konusunda birbirleriyle iletişimde bulunabilmeleri açısından çok önemli
- Bozukluğun nedeni ya da en iyi tedavi yolunun bulunması için de doğru bir biçimde sınıflandırılması önemli.

Çok Eksenli Değerlendirme

- **DSM-IV çoğul eksenli sınıflamayı içermektedir; burada her birey 5 boyutta (eksende) incelenmektedir:**
 1. Kişilik bozuklukları ve zihinsel gerilik hariç bütün ruhsal bozukluklar.
 2. Zihinsel gerilik ve kişilik bozuklukları.
 3. Genel tıbbi durumlar
 4. Psikososyal ve çevresel sorunlar.
 5. İşlevselliğin genel değerlendirilmesi ölçeği