

# BİLİŞSEL-DAVRANIŞÇI TERAPİLER

|       |                                                                                                                         |                                                                                                                                     |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1     | Ders Adı:                                                                                                               | BİLİŞSEL-DAVRANIŞÇI TERAPİLER                                                                                                       |
| 2     | Ders Kodu:                                                                                                              | RPD6118                                                                                                                             |
| 3     | Ders Türü:                                                                                                              | Seçmeli                                                                                                                             |
| 4     | Ders Seviyesi                                                                                                           | Doktora                                                                                                                             |
| 5     | Dersin Verildiği Yıl:                                                                                                   | 1                                                                                                                                   |
| 6     | Dersin Verildiği Yarıyıl                                                                                                | 2                                                                                                                                   |
| 7     | Dersin AKTS Kredisi:                                                                                                    | 4.00                                                                                                                                |
| 8     | Teorik Ders Saati (saat/Hafta)                                                                                          | 2.00                                                                                                                                |
| 9     | Uygulama Ders Saati(saat/Hafta)                                                                                         | 0.00                                                                                                                                |
| 10    | Laboratuvar Ders Saati (saat/hafta) :                                                                                   | 0                                                                                                                                   |
| 11    | Dersin Önkoşulu:                                                                                                        | Yok                                                                                                                                 |
| 12    | Dersin Dili:                                                                                                            | Türkçe                                                                                                                              |
| 13    | Dersin Veriliş Şekli:                                                                                                   | Yüz yüze                                                                                                                            |
| 14    | Dersin Koordinatörü:                                                                                                    | Prof. Dr. SIRRI AKBABA                                                                                                              |
| 15    | Dersi Veren Diğer Öğretim Elemanları:                                                                                   |                                                                                                                                     |
| 16    | Koordinatör İletişim Bilgileri:                                                                                         | sakbaba@uludag.edu.tr                                                                                                               |
| 17    | Dersin WEB adresi:                                                                                                      |                                                                                                                                     |
| 18    | Dersin Amacı:                                                                                                           | Bu dersin amacı bilişsel-davranışçı terapisinin temel ilkelerini ve kavramlarını öğretmek ve uygulayabilme becerisi kazandırmaktır. |
| 19    | Dersin Mesleki Gelişime Katkısı:                                                                                        |                                                                                                                                     |
| 20    | Dersin Öğrenme Kazanımları:                                                                                             |                                                                                                                                     |
|       | 1                                                                                                                       | Bilişsel-davranışçı müdahale yöntemlerini açıklayabilmek                                                                            |
|       | 2                                                                                                                       | Bilişsel-davranışçı müdahale yöntemlerini duygu ve davranış bozukluklarının tedavisinde uygulayabilmek                              |
|       | 3                                                                                                                       | Bilişsel-davranışçı müdahale yöntemlerini diğer müdahale yöntemleriyle karşılaştırabilmek                                           |
|       | 4                                                                                                                       |                                                                                                                                     |
|       | 5                                                                                                                       |                                                                                                                                     |
|       | 6                                                                                                                       |                                                                                                                                     |
|       | 7                                                                                                                       |                                                                                                                                     |
|       | 8                                                                                                                       |                                                                                                                                     |
|       | 9                                                                                                                       |                                                                                                                                     |
|       | 10                                                                                                                      |                                                                                                                                     |
| 21    | Dersin İçeriği:                                                                                                         |                                                                                                                                     |
| Hafta | <b>DERS İÇERİKLERİ</b>                                                                                                  |                                                                                                                                     |
|       | <b>Teorik</b>                                                                                                           | <b>Uygulama</b>                                                                                                                     |
| 1     | Genel giriş                                                                                                             |                                                                                                                                     |
| 2     | Bilişsel-davranışçı tekniklerle bireyi değerlendirme                                                                    |                                                                                                                                     |
| 3     | Anksiyete azaltan terapi stratejileri-Gevşeme eğitimi, biofeedback                                                      |                                                                                                                                     |
| 4     | Anksiyete azaltan terapi stratejileri-Sistematik duyarsızlaştırma, alıştırma, vestibuler duyarsızlaştırma, tepki önleme |                                                                                                                                     |

|                                                |                                                                                                                    |                      |
|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| 5                                              | Bilişsel yeniden yapılandırma stratejileri- Duygu ve düşünceleri izleme, kanıt sorgulama, felaketsizleştirme       |                      |
| 6                                              | Bilişsel yeniden yapılandırma stratejileri- Yeniden düzenleme/çerçeveleme                                          |                      |
| 7                                              | Yeni davranış öğrenme stratejileri: Modelleme, rol oynama, biçimlendirme, markayla ödüllendirme                    |                      |
| 8                                              | Yeni davranış öğrenme stratejileri: Sosyal beceri eğitimi, itici uyarıcılara koşullama tepkisi, olasılıklı anlaşma |                      |
| 9                                              | Bilişsel-davranışçı müdahale yöntemlerinin depresyonda kullanımı                                                   |                      |
| 10                                             | Bilişsel-davranışçı müdahale yöntemlerinin anksiyetede kullanımı                                                   |                      |
| 11                                             | Bilişsel-davranışçı müdahale yöntemlerinin sosyal fobide kullanımı                                                 |                      |
| 12                                             | Bilişsel-davranışçı müdahale yöntemlerinin diğer duygu ve davranış bozukluklarında kullanımı                       |                      |
| 13                                             | Bilişsel-davranışçı müdahale yöntemlerinin diğer yöntemlerle karşılaştırılması                                     |                      |
| 14                                             | Genel özet                                                                                                         |                      |
| 22                                             | Ders Kitabı, Referanslar ve/veya Diğer Kaynaklar:                                                                  |                      |
| 23                                             | Değerlendirme                                                                                                      |                      |
| <b>YARIYIL İÇİ ÇALIŞMALAR</b>                  |                                                                                                                    | <b>SAYISI</b>        |
|                                                |                                                                                                                    | <b>KATKI YÜZDESİ</b> |
| Ara Sınav                                      |                                                                                                                    | 0                    |
| Kısa Sınav                                     |                                                                                                                    | 0                    |
| Ödev                                           |                                                                                                                    | 14                   |
| Yıl Sonu Sınavı                                |                                                                                                                    | 1                    |
| Toplam                                         |                                                                                                                    | 15                   |
| Yıl içi çalışmalarının Başarıya Oranı          |                                                                                                                    | 50.00                |
| Finalin Başarıya Oranı                         |                                                                                                                    | 50.00                |
| Toplam                                         |                                                                                                                    | 100.00               |
| Kullanılan Ölçme ve Değerlendirme Yaklaşımları |                                                                                                                    |                      |
| 24                                             | <b>AKTS / İŞ YÜKÜ TABLOSU</b>                                                                                      |                      |

| ETKİNLİK                                                | SAYISI | Süresi (Saat) | Toplam İş Yüğü (Saat) |
|---------------------------------------------------------|--------|---------------|-----------------------|
| Teorik Dersler                                          | 14     | 2.00          | 28.00                 |
| Uygulamalı Dersler                                      | 0      | 0.00          | 0.00                  |
| Sınıf Dışı Ders Çalışma Süresi (Ön çalışma, pekiştirme) | 14     | 2.00          | 28.00                 |
| Ödevler                                                 | 14     | 2.00          | 28.00                 |
| Projeler                                                | 0      | 0.00          | 0.00                  |
| Arazi Çalışmaları                                       | 0      | 0.00          | 0.00                  |
| Arasınaylar                                             | 0      | 0.00          | 0.00                  |
| Diğer                                                   | 0      | 0.00          | 0.00                  |
| Yarıyıl Sonu Sınavı                                     | 1      | 6.00          | 6.00                  |
| Toplam İş Yüğü                                          |        |               | 90.00                 |
| Toplam İş Yüğü / 30 saat                                |        |               | 3.00                  |
| Dersin AKTS Kredisi                                     |        |               | 4.00                  |

| 25                                                | PROGRAM YETERLİLİKLERİ İLE<br>DERS ÖĞRETİM KAZANIMLARI İLİŞKİSİ TABLOSU |     |     |         |     |     |        |     |     |          |      |      |              |      |      |      |
|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-----|-----|---------|-----|-----|--------|-----|-----|----------|------|------|--------------|------|------|------|
|                                                   | PY1                                                                     | PY2 | PY3 | PY4     | PY5 | PY6 | PY7    | PY8 | PY9 | PY10     | PY11 | PY12 | PY13         | PY14 | PY15 | PY16 |
| ÖK1                                               | 1                                                                       | 5   | 5   | 1       | 1   | 1   | 5      | 1   | 1   | 1        | 1    | 1    | 1            | 1    | 1    | 1    |
| ÖK2                                               | 1                                                                       | 5   | 5   | 1       | 1   | 1   | 5      | 1   | 1   | 1        | 1    | 1    | 1            | 1    | 1    | 1    |
| ÖK3                                               | 1                                                                       | 5   | 5   | 1       | 1   | 1   | 5      | 1   | 1   | 1        | 1    | 1    | 1            | 1    | 1    | 1    |
| ÖK: Öğrenme kazanımlar PY: Program yeterlilikleri |                                                                         |     |     |         |     |     |        |     |     |          |      |      |              |      |      |      |
| Katkı Düzeyi:                                     | 1 çok düşük                                                             |     |     | 2 Düşük |     |     | 3 Orta |     |     | 4 Yüksek |      |      | 5 Çok Yüksek |      |      |      |