

Psikozların ve bipolar bozukluklar için psikososyal terapiler META BİLİŞSEL ALIŞTIRMA

Meta bilişim anlam olarak „düşünmek üzerine düşünmek“ olarak tercüme edilebilir. Sekiz alıştırma birimi (modülü) çerçevesinde katılımcılara, tek tek veya bütün olarak kuruntuya kadar varan problematik kanaatlerin gelişimini teşvik eden bilişsel sorunlar veya tek taraflı problem çözme tarzları eğlendirici biçimde gösterilir. Bu birimlerin amacı, hastaya kendi düşünce deformasyonunu daha açık biçimde göstermek ve bugüne kadarki sorun çözme davranışını eleştirel biçimde yansıtarak değişimini sağlamaktır.

Kuruntu/takıntının oluşum mekanizması için literatürde öngörülen problematik düşünce stilleri şunlardır:

- Deforme olmuş/çarpık isnat stili (Modül 1)
- Aceleci sonuç çıkarma (Modül 2 ve 7)
- Karşı gerekçelerde karşılaşıldığında eksik düzeltmeler (Modül 3)
- Sosyal öğrenmede eksiklik (Modül 4 ve 6),
- Hafıza hataları için yüksek hüküm güvenliği (Modül 5)
- Depresif düşünce şeması (Modül 8)

Tedavi modülleri grup müdahalesi çerçevesinde haftada iki kez uygulanır.

Bu tedaviye, daha önce en azından iki veya üç hafta yatılı veya evde ayakta tedavi görmüş (bir alıştırma periyodu dört haftadır) ve (kısmen) kuruntularından arınmış, halen psikoz hastası olan kişiler veya daha önce psikoz hastası olanlar katılabilir. Yüksek dereceli psikotik hastalar bu grup müdahalesine uygun değildir.

Metin: Steffen Moritz

Kaynak: Qualitätshandbuch des Arbeitsbereichs Psychosen der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie des Universitätskrankenhaus Hamburg-Eppendorf, Almanya. (Hamburg Eppendorf Üniversite hastanesi psikiyatri ve psikoterapi kliniği psikoz bölümü kalite el kitabı, Almanya)