

Şizofreni İçin Sosyal Beceri Eğitimi

ŞİZOFRENİ İÇİN SOSYAL BECERİ EĞİTİMİ

Adım Adım Rehber

*Gözden Geçirilmiş
İkinci Baskı*

Alan S. Bellack
Kim T. Mueser
Susan Gingerich
Julie Agresta

Çeviri Editörü
Esra AKI



THE GUILFORD PRESS
New York London

Hipokrat
Yayıncılık

© Hipokrat Yayınevi 2026

ISBN: 978-625-6169-77-7

Tüm hakları saklıdır. 5846 ve 2936 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri yasası gereği; bu kitabın basım, yayın ve satış hakları Hipokrat Yayınevi'ne aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kağıt ve/veya başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz. Tablo, şekil ve grafikler izin alınmadan, ticari amaçlı kullanılamaz. Bölümler içinde kullanılan resim ve bilgilerin sorumluluğu o bölümün yazar(lar)ına aittir.

Orjinal Eser Adı

Social Skills Training for Schizophrenia

Copyright © 2004 of the original **English** language edition by Guilford Press,
Original title: "**Social Skills Training for Schizophrenia**", by **Alan S. Bellack, Kim T. Mueser, Susan Gingerich, Julie Agresta**

Türkçe Basım: TURKISH Language Edition Published by Hipokrat Yayınevi, Copyright © 2026

Orjinal Eser Yayıncısı

Guilford Press

Orjinal ISBN

1-57230-846-X

Yazarlar

Alan S. Bellack

Kim T. Mueser

Susan Gingerich

Julie Agresta

Çeviri Eser Adı

Şizofreni için Sosyal Beceri Eğitimi

Çeviri Editörü

Esra Akı

Grafik-Tasarım

Hipokrat Grafik Tasarım

Baskı - Cilt

Vadi Grafik Tasarım ve Reklamcılık Ltd. Şti.

İvedik Org. San. 1420. Cad. No: 58/1 Yenimahalle/Ankara

Tel: 0312 395 85 71 • Sertifika No: 47479

Hipokrat
Yayıncılık

Süleyman Sırnı Cad. No:16/2 Sıhhiye
Phone: +90 312 433 03 05 Ankara/TURKEY
www.hipokratkitabevi.com



Yazarlar Hakkında

Alan S. Bellack, PhD, ABPP, Maryland Üniversitesi Tıp Okulunda Psikoloji Bölüm Başkanı, Psikiyatri Profesörü ve Sağlık Bakım Ağı Ruh Hastalıkları Araştırma, Eğitim ve Uygulama Merkezi (RHAEUM) (VA Capitol Health Care Network Mental Illness Research, Education, and Clinical Center) başkanıdır. Davranış Tedavisini Geliştirme Derneği (Association for Advancement of Behavior Therapy) ve Klinik Psikoloji Bilimi Derneği (Society for a Science of Clinical Psychology) Clinical eski başkanıdır. Amerikan Davranış Tedavisi Kurulu (American Board of Behavior Therapy) ve Amerikan Profesyonel Psikoloji Kurulu'nda (American Board of Professional Psychology) uzman ve Amerikan Psikoloji Derneği (American Psychological Association), Amerikan Psikoloji Topluluğu (American Psychological Society), Klinik Psikososyal Araştırma Derneği (Clinical Psychosocial Research) ve Amerikan Psikopatoloji Derneği (American Psychopathological Association) üyesidir. Şizofreninin psikososyal yönleri üzerine yaşam boyu araştırma için Amerikan Psikoloji Kuruluşu (American Psychological Foundation) Gralnick Kurum Ödülü ve Şizofreni ve Depresyonda Ulusal Araştırma Antlaşması (NARSAD) (National Alliance for Research on Schizophrenia and Depression) İrlanda Araştırmacı Ödülü'nü ilk alan kişidir. Dr. Bellack 31 kitabın editör yardımcısı ya da ortak yazarıdır. Yazarın 150'nin üzerinde dergi makalesi ve 46 kitap bölümü vardır. 1974'ten beri şizofreni, depresyon, sosyal beceri eğitimi ve madde kullanımına yönelik çalışmaları için Ulusal Sağlık Enstitüsünden (National Institute of Health) kesintisiz fon almaktadır. Psikiyatri hastalarının davranışsal tedavi ve rehabilitasyonu üzerine Birleşik Devletler Adalet Bakanlığı'nda (United States Justice Department) danışmandır.

Dr. Bellack, *Davranış Değiştirme ve Klinik Psikoloji Derlemeleri (Behaviour Modification and Clinical Psychology Review)* dergilerinin editörü ve kurucusudur. *Şizofreni Bülteninin (Schizophrenia Bulletin)* de içinde bulunduğu diğer dokuz derginin yayın kurulunda görev almaktadır.

Kim T. Mueser, PhD, Hanover, New Hampshire'da Dartmouth Tıp Fakültesinde Psikiyatri ve Toplum ve Aile Hekimliği bölümlerinde sertifikalı klinik psikolog ve profesördür. Dr. Mueser 1994'ten beri Philadelphia'da Pennsylvania Sağlık Meslek Lisesi Psikiyatri Bölümü öğretim kadrosundadır. Dr. Mueser Dartmouth Tıp Fakültesine geçtiği 1994'e kadar Philadelphia'da Pennsylvania Tıp Fakültesinde Psikiyatri Bölümü öğretim kadrosunda görev yaptı. Klinik ve araştırma alanları ağır ruhsal hastalıkların psikososyal tedavisi, ikili tanı ve post travmatik stres bozukluğudur. Dr. Mueser psikiyatrik rehabilitasyon konusunda kapsamlı yayınlar yaptı, sayısız konferanslar ve atölye çalışmaları gerçekleştirdi. Psikiyatri Hastaları için Sosyal Beceriler Eğitimi; Şizofreni ile Başa

Çıkma: Aileler için Rehber; Psikiyatrik Hastalıklarda Davranışsal Aile Tedavisi, İkinci Baskı; ve Çift Tanılı Bozukluklarda Bütünleştirilmiş Tedavi: Etkili Uygulama Rehberi dahil olmak üzere bir çok kitabın ortak yazarıdır.

Susan Gingerich, MSW, Narberth, Pennsylvania'da danışanlar ve ailelerle 20 yıllık araştırma ve klinik deneyimi olan tam zamanlı eğitimci ve danışmandır. Amerika Birleşik Devletleri, Kanada ve Avrupa genelinde profesyoneller ve aileler için çalışma grupları yürütmüştür. Susan Gingerich ve Kim Mueser, Dartmouth College tarafından koordine edilen, Madde Kullanımı ve Ruh Sağlığı İdaresi tarafından desteklenen Kanıt Dayalı Uygulamalar Projesinin bir bölümünde, Hastalık Yönetimi ve Kurtarma araç kiti geliştirme ekibinin ortak liderleridir. Şizofreni ile Başa çıkma: Aileler için Kılavuz, Davranışsal Aile Tedavisi: Çalışma Kitabı ve Ağır Psikiyatrik Bozukluklarda Çoklu Aile Grupları kitabında bir çok bölümün ortak yazarlarından. Ben Hala Buradayım: Şizofreni Gerçeği ve Psikososyal Rehabilitasyonun Rolü konulu video kayıtlarında yer almaktadır.

Julie Agresta, MSS, MEd, Cheltenham, Pennsylvania'da özel sektörde çalışan sertifikalı bir sosyal hizmet uzmanıdır. Danışanlar ve aileleri ile 15 yıldan fazla araştırma ve klinik deneyimi vardır ve Philadelphia'da ruhsal hastalığı ve gelişimsel bozuklukları olan çocuk ve yetişkinlere hizmet eden toplum temelli programlarda danışmanlık hizmetleri vermektedir. Agresta halen Philadelphia, Pennsylvania Temple Üniversitesinde okul psikoloji alanında doktorasına devam etmektedir. Klinik ve araştırma alanları, okul-temelli ruh sağlığı hizmetlerini, yaygın gelişimsel bozukluğu olan ergen ve çocuklara yönelik sosyal beceri eğitimi ve ebeveyn ve öğretmenlerin kaynaştırma eğitimine yönelik tutumlarını içermektedir.

Önsöz

Kitabın ilk baskısı çok iyi bir tepki yarattığı için Guilford Basım bu kitabın ikinci basımını yapmamızı istediğinde çok memnun olduk. Bu baskının satışları objektif bir başarı işareti olarak görülmesine rağmen, resmi olmayan bir çok yolla, öğrenci ve uzmanlardan aldığımız niteliksel yanıtlar bizim için oldukça önemlidir. Hem yeni hem de deneyimli uzmanların etkili beceri eğitim grupları oluşturmakta kullanabildikleri kitap yazma amacımızda başarılı olduğumuzu göstermektedirler. 1970'lerde geliştirdiğimiz zaman ve ilk baskıda sunduğumuz 7 yıl önce olduğu gibi bugün hala geçerli ve etkili olan temel stratejileri yayımlayabildiğimiz için memnunuz. Alan aradan geçen yıllar içerisinde önemli ölçüde değişti. Toplum ruh sağlığı sistemi çok büyük değişimlere uğradı ve şu anda mevcut olan yeni ve daha etkili antipsikotik ilaçlar vardır. Maalesef şizofreninin temel görünümünde ve şizofreni ile ilişkili bozuklukta bir değişim olmadı. Hastalığı olan çoğu kişi sosyal rol işlevselliğinde anlamlı bozulmalar yaşamakta ve işe girememe ve madde kötüye kullanımla ilgili problemleri devam etmektedir. Sonuç olarak, sosyal beceri eğitimi kapsamlı bir tedavi sisteminin önemli bir unsuru olmaya devam etmektedir. Aslında, Şizofreni Hasta Sonuçları Araştırma Ekibinin 2002 güncelleştirmesinde birincil önerilerden biri, şizofrenide tedavi kılavuzunu geliştirmek için Ulusal Sağlık Enstitüleri tarafından desteklenen büyük bir proje, *şizofrenili bireylerin davranışsal temelli yönerge içeren anahtar unsurları, model alma, düzeltici geribildirim, olumlu sosyal pekiştirmeler ve ev ödevlerini içeren beceriler eğitimini alması gerekmektedir*.

Yukarıda belirtildiği gibi, bu basımda sunulan basit öğretim yaklaşımında değişiklik yoktur ve çoğu öğretilen şey hemen hemen aynı kalmıştır. Ancak kitabın içeriğinde anlamlı derecede değişimler vardır. Sosyal beceri eğitiminde görgül desteğe genel bir bakış (Bölüm 2) ve madde kötüye kullanım problemleri olan danışanlarda sosyal beceri eğitimi için yeni bir bölüm (Bölüm 9) ekledik. Bir dizi yeni sosyal beceri sayfası Bölüm II'ye eklendi. Bölüm 3, değerlendirme üzerinde, önemli ölçüde yenilendi ve yeni, pratik ölçme araçları eklendi. İlk basımdaki 3 ve 4. Bölümler güncelleme yapılan sosyal becerileri öğretme bölümünde birleştirildi (Bölüm 4) ve özel problemleri olan danışanlarla çalışmada Bölüm 8 ve 9'un önceki hali problemleri giderme ile ilgili yeni ve güncellenmiş bölümde birleştirildi (Bölüm 8). İlk basımın eklerinde bulmakta zorluk çekilen bazı materyaller okuyucunun daha rahat ulaşabilmesi için şu anki bölüme taşındı. İlk baskının okuyucularının bu güncellemeyi kayda değer bulacaklarına ve bu kitabın yeni okuyuculara yararlı olmaya devam edeceğine inanıyoruz.

Çeviri Editörünün Önsözü

Şizofreni çok yönlü ve karmaşık bir ruhsal bozukluktur. Duygulanım sığığı, sosyal geri çekilme ve aktiviteyi başlatmadaki zorluklar ciddi düzeyde yeti yitimine yol açarak toplumsal katılımı olumsuz yönde etkilemektedir.

Sosyal beceriler normal olarak kabul edilen ve toplumsal olarak uygun görülen kişiler arası davranışlardır. Bunlar giyim ve davranış şekilleri, ne söylenmesi ya da söylenmemesi ile ilgili kurallar, duyguları açıklama prensipleri, sosyal destekler ve kişiler arası mesafedir. Uyumlu sosyal beceriler duruma uygun ve seri cevap oluşturma ile mümkündür. Sosyal beceri için gerekli davranışların kişinin davranışsal dağarcığında olmaması ya da davranışların yerinde ve zamanında kullanılamaması sosyal beceri yetersizliklerine yol açar. Sosyal beceri yetersizliğı sosyal ilişkileri başlatma ve sürdürme, sosyal rolleri gerçekleştirme ve ihtiyaçları karşılamada güçlükler oluşturur. Sosyal işlev bozukluğı iyi yapılandırılmış beceri eğitim programı ile azaltılabilir. Türkçe'ye çevirisini yaptığımız bu kitabın ruh sağığı alanında çalışan uzmanlar için değerli bir rehber kitap olarak hizmet edeceğini umuyoruz.

Bu eserin hazırlanmasında katkı sunan değerli yazarlara ve eserin okuyucuyla buluşmasını sağılayan Hipokrat Yayıncılık'a şükranlarımı sunarım.

Esra Akı

Çevirenler

Esra AKI

Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi
Ergoterapi Bölümü

Gamze EKİCİ

Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi
Ergoterapi Bölümü

Hatice ABAOĞLU

Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi
Ergoterapi Bölümü

Selma ERCAN DOĞU

Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hamidiye Sağlık Bilimleri Fakültesi
Ergoterapi Bölümü

Sedef ŞAHİN

Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi
Ergoterapi Bölümü

Zeynep BAHADIR

Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hamidiye Sağlık Bilimleri Fakültesi
Ergoterapi Bölümü

Esmâ ÖZKAN

Sağlık Bilimleri Üniversitesi Gülhane Sağlık Bilimleri Fakültesi
Ergoterapi Bölümü

Mahmut YARAN

Ondokuz Mayıs Üniversitesi Havza Meslek Yüksekokulu
Terapi ve Rehabilitasyon Bölümü Fizyoterapi Programı

İçindekiler

Bölüm I

Şizofrenili Bireyler İçin Sosyal Beceri Eğitimi Prensip, Yapı ve Yöntemler

1. Şizofreni ve Sosyal Beceriler	3
<i>Sosyal Becerilerin Davranışsal Modeli</i> 4	
<i>Özet</i> 17	
2. Kanıta Dayalı Bir Uygulama Olarak Sosyal Beceri Eğitimi	18
<i>Kanıta Dayalı Uygulamalar</i> 18	
<i>Sosyal Beceri Eğitiminin Etkinliği Üzerine Araştırma</i> 19	
<i>Sosyal Beceri Eğitimi Üzerine Son Araştırmalar</i> 23	
<i>Sosyal Beceri Eğitimi İçin Gelecek Yönergeler</i> 27	
<i>Özet ve Tartışma</i> 29	
3. Sosyal Becerilerin Değerlendirilmesi	30
<i>Genel Konular</i> 31	
<i>Sosyal Beceri ve Sosyal İşlevselliğin Değerlendirilmesi</i> 33	
<i>Sosyal Beceri Hedeflerine Doğru İlerlemeyi Tanımlama ve Değerlendirme</i> 40	
<i>Sosyal Beceri Eğitim Gruplarında İlerlemeyi Değerlendirme</i> 43	
<i>Ev Ödevini İzleme</i> 44	
<i>Belirli Sosyal Becerilerin Kullanımının Etkinliğinin Değerlendirilmesi</i> 44	
<i>Özet</i> 45	
4. Sosyal Becerileri Öğretme	46
<i>Sosyal Öğrenme Teorisi</i> 46	
<i>Sosyal Beceri Eğitiminin Basamakları</i> 48	
<i>Sosyal Beceri Eğitiminin İlerletilmesi</i> 69	
<i>Sosyal Beceri Eğitim Modelinin Sistemik Olarak Takibi</i> 69	
<i>Ek Öğretim Stratejileri</i> 70	
<i>Farklı Eğitim Yöntemleri</i> 75	
<i>Özet</i> 76	

5. Beceri Grubuna Başlama	78
<i>Grup Planlamasında Pratik Öneriler</i>	<i>78</i>
<i>Grup Oluşturma</i>	<i>79</i>
<i>Lojistik</i>	<i>81</i>
<i>Katılıma Özendirme</i>	<i>81</i>
<i>Grup Liderlerinin Seçimi</i>	<i>82</i>
<i>Gruplara Ortak Liderlik Etme</i>	<i>83</i>
<i>Lider Eğitimi</i>	<i>83</i>
<i>Bireylerin Gruba Seçimi</i>	<i>84</i>
<i>Bireyleri Grup Katılımına Hazırlama</i>	<i>84</i>
<i>Becerileri Genellemek İçin Diğer Ruh Sağlığı Profesyonelleriyle Çalışmak</i>	<i>86</i>
<i>Özet</i>	<i>88</i>
6. Sosyal Beceri Eğitimi Grupları İçin Oluşturulmuş Programı Kullanma	89
<i>Mevcut Programı Kullanma</i>	<i>89</i>
<i>Beceri Formlarını Kullanma Kılavuzu</i>	<i>90</i>
<i>Program İçeriklerini ve Ders Planlarını Geliştirme</i>	<i>92</i>
<i>Mevcut Ders Planlarına Beceri Ekleme</i>	<i>94</i>
<i>Problem Çözme Eğitimi</i>	<i>96</i>
<i>Yeni Ders Programı Geliştirme</i>	<i>97</i>
<i>Özel Durumlar</i>	<i>98</i>
<i>Özet</i>	<i>100</i>
7. Bireysel İhtiyaçlar İçin Becerilerin Uyumlandırılması	101
<i>Bireysel Hedefleri Ortamda Değerlendirmenin Rolü</i>	<i>101</i>
<i>Sosyal Beceri Eğitimi Gruplarını Düzenlerken Bireylerin Amaçlarını Kullanma</i>	<i>103</i>
<i>Beceri Düzeylerinin Çeşitliliğinin Yönetimi</i>	<i>107</i>
<i>Tüm Üyeleri Grup Süreci İçinde Tutmak</i>	<i>109</i>
<i>Gruptaki Gelişimin Değerlendirilmesi</i>	<i>110</i>
<i>Özet</i>	<i>112</i>
8. Problem Çözme, Yaygın Problemler ve Zorlayıcı Bireyler	114
<i>Genel Problemler</i>	<i>114</i>
<i>Sosyal Beceri Eğitimi Gruplarını (Yönetirken Karşılaşılan) Yaygın Problemler</i>	<i>115</i>
<i>Ciddi Semptomlar Gösteren Bireyler ile İlgili Problemler</i>	<i>120</i>
<i>Daha Az Sosyal Bozukluğu Olan Bireyler ile İlgili Problemler</i>	<i>127</i>
<i>Yaşlı Bireyler ile İlgili Problemler</i>	<i>131</i>
<i>Orta Derecede Mental Retardasyonu Olan Bireylerle İlgili Problemler</i>	<i>134</i>
<i>Suçta Karışan Yargı Sürecindeki Bireyler ile İlgili Problemler</i>	<i>138</i>
<i>Genç Bireyler ile İlgili Problemler</i>	<i>141</i>
<i>Özet</i>	<i>144</i>
9. Alkol ve Uyuşturucu Kullanım Bozukluğu Olan Bireylerle Çalışmak	145
<i>Şizofrenide Madde Kullanım Bozukluğunun Nedenleri</i>	<i>145</i>
<i>Davranış Değişikliğini Zorlaştıran Faktörler</i>	<i>146</i>
<i>Şizofrenide Madde Kullanım Bozukluğunun Tedavisi</i>	<i>147</i>
<i>Şizofrenide Madde Kullanım Bozukluğu İçin Davranışsal Tedavi</i>	<i>148</i>
<i>Özel Problemler İçin Stratejiler</i>	<i>164</i>
<i>Özet</i>	<i>169</i>

10. Destekleyici Bir Ortam Oluşturarak Yüklemeyi Azaltma	170
<i>Stresli Bir Çevreyi Tanıma</i>	<i>170</i>
<i>Destekleyici Bir Çevre Oluşturma Aile Üyeleri ve Personelin Önemi</i>	<i>172</i>
<i>Destekleyici Aile Üyeleri ve Personelin Özellikleri</i>	<i>172</i>
<i>Destekleyici Yaşam Durumunun Özellikleri</i>	<i>176</i>
<i>Şizofrenili Bireylerin Çevrelerindeki Stres Yönetimini Geliştirme</i>	<i>177</i>
<i>Yatan ya da Ayaktan Hasta Programında Sosyal Öğrenme Çevresi Geliştirme</i>	<i>180</i>
<i>Aile Üyeleri İçin Özel Değerlendirmeler</i>	<i>183</i>
<i>Özet</i>	<i>184</i>

11. Sosyal Beceri Eğitimi Sonlandırma Önerileri	186
--	------------

Bölüm II

Sosyal Becerileri Öğretme Adımları: Eğitim İçeriği ile İlgili Beceri Formları

Dört Temel Sosyal Beceri	195
İletişim Becerileri	201
Girişkenlik Becerileri	213
Çatışma Yönetimi Becerileri	223
Toplumsal Yaşam Becerileri	231
Arkadaşlık ve Flört Etme Becerileri	239
Sağlığı Sürdürme Becerileri	251
Mesleki / Çalışma Becerileri	261
Uyuşturucu ve Alkol Kullanımıyla Başetme Becerileri	269
Ek A. Grup Liderleri İçin Araçlar	275
Ek B. Değerlendirme Araçları	293
Kaynakça	323
Dizin	329