

Ulusal Bireysel Şema Terapi Temel Eğitimi

17–18–19 Aralık 2026 | Temel Eğitim

26 Aralık 2026 | Uygulamalı Süpervizyon

4 Gün | 24 Saat | Canlı Çevrim İçi

Şema terapi; bilişsel, davranışsal, yaşantısal ve kişilerarası yaklaşımları bütünleştiren, köklü ve tekrarlayıcı psikolojik örüntülerin anlaşılmasına ve değiştirilmesine odaklanan kapsamlı bir psikoterapi modelidir.

Ulusal Bireysel Şema Terapi Temel Eğitimi, şema terapinin temel kuramsal çerçevesinden başlayarak klinik değerlendirme, vaka kavramsallaştırması ve müdahale yöntemlerine uzanan bütünlüklü bir öğrenme süreci sunmayı amaçlamaktadır.

Eğitim boyunca katılımcıların; danışanların yaşadığı güçlükleri temel duygusal ihtiyaçlar, erken dönem uyumsuz şemalar, başa çıkma biçimleri ve şema modları üzerinden değerlendirebilmeleri, temel düzeyde vaka kavramsallaştırması oluşturabilmeleri ve şema terapi müdahalelerini klinik uygulamalarına aktarabilmeleri hedeflenmektedir.

Programın ilk üç günü kuramsal bilgi ile klinik uygulamanın birlikte ele alınacağı 18 saatlik temel eğitimden oluşmaktadır. Programın dördüncü günü ise öğrenilen bilgi ve becerilerin klinik vakalar üzerinden bütünleştirileceği 6 saatlik uygulamalı süpervizyona ayrılmıştır.

EĞİTİM PROGRAMI

1. Gün | 17 Aralık 2026

Şema Terapinin Kuramsal Temelleri

Şema Terapi Modeline Giriş

- * Şema terapinin gelişimi ve bütünleştirici yapısı
- * Modelin temel kavramları ve varsayımları
- * Psikolojik sorunların şema terapi perspektifinden anlaşılması

Temel Duygusal İhtiyaçlar

- * Temel duygusal ihtiyaçların tanımlanması
- * İhtiyaçların karşılanması ve engellenmesi
- * Mizaç ve gelişimsel yaşantıların rolü
- * Karşılanmamış ihtiyaçların yetişkin yaşamındaki örüntülerle ilişkisi

Erken Dönem Uyumsuz Şemalar

- * Erken dönem uyumsuz şema kavramı
- * Şemaların gelişimi ve sürdürülmesi
- * Beş şema alanı
- * On sekiz erken dönem uyumsuz şema
- * Şemaların klinik görünüşleri
- * Klinik örnekler üzerinden şemaların tanınması

Baş Çıkma Biçimleri

- * Şemaların tetiklenmesi
- * Şemaya teslim olma
- * Şemadan kaçınma
- * Şemayı aşırı telafi etme
- * Şemalar ve baş çıkma biçimleri arasındaki ilişki

2. Gün | 18 Aralık 2026

Mod Modeli, Vaka Kavramsallaştırması ve Müdahale Yöntemleri

Sabah Oturumu | Şema Modları, Değerlendirme ve Vaka Kavramsallaştırması

Şema Modları

- * Şema modu kavramı
- * Şema, baş çıkma biçimi ve mod arasındaki ilişki
- * Çocuk modları
- * İşlevsiz ebeveyn modları
- * İşlevsiz baş çıkma modları
- * Sağlıklı Yetişkin ve Mutlu Çocuk modları
- * Modların tetiklenmesi ve modlar arasındaki geçişler

Değerlendirme ve Vaka Kavramsallaştırması

- * Danışanın şema terapi perspektifinden değerlendirilmesi
- * Güncel sorunların gelişimsel yaşantılarla ilişkilendirilmesi
- * Karşılanmamış temel duygusal ihtiyaçların belirlenmesi
- * Şemaların, baş çıkma biçimlerinin ve modların değerlendirilmesi
- * Temel düzeyde şema terapi vaka kavramsallaştırması
- * Terapi hedeflerinin oluşturulması

Öğleden Sonra Oturumu | Değişim Süreci ve Bilişsel Müdahaleler

Temel Müdahale İlkeleri

- * Şema terapide değişimin temel mekanizmaları
- * Sınırlı yeniden ebeveynlik

- * Empatik yüzleştirme
- * Karşılanmamış temel duygusal ihtiyaçların terapi sürecinde ele alınması

Bilişsel Müdahaleler

- * Şemaların bilişsel düzeyde ele alınması
 - * Şemayı destekleyen ve desteklemeyen kanıtların değerlendirilmesi
 - * Şemanın kökeni ile güncel gerçekliğin ayrıştırılması
 - * Sağlıklı Yetişkin perspektifinin geliştirilmesi
 - * Şema günlüğü
 - * Başa çıkma kartları
 - * Bilişsel müdahalelerin diğer şema terapi teknikleriyle bütünleştirilmesi
-

3. Gün | 19 Aralık 2026

Yaşantısal ve Davranışsal Müdahaleler

İmgeleme ve Yeniden Senaryolandırma

- * Yaşantısal tekniklerin şema terapideki yeri
- * İmgeleme çalışmalarına hazırlık
- * İmgeleme çalışmalarının yapılandırılması
- * Çocukluk yaşantılarıyla çalışma
- * İmgeleme ile yeniden senaryolandırma
- * Karşılanmamış ihtiyaçların imgeleme içerisinde ele alınması
- * Sağlıklı Yetişkin modunun güçlendirilmesi
- * Terapistin yeniden senaryolandırma sürecindeki rolü
- * Demonstrasyon ve uygulamalar

Sandalye Çalışmaları

- * Sandalye çalışmalarının temel ilkeleri
- * Modlar arasında diyalog oluşturma
- * Eleştirel ve Talepkâr Ebeveyn modlarıyla çalışma
- * Kırılgan Çocuk moduyla çalışma
- * Başa çıkma modlarıyla çalışma
- * Sağlıklı Yetişkin modunun güçlendirilmesi
- * Terapistin sandalye çalışmalarındaki müdahaleleri
- * Demonstrasyon ve uygulamalar

Davranışsal Örüntü Kırma

- * Şemaları sürdüren davranış örüntülerinin belirlenmesi
- * Teslim, kaçınma ve aşırı telafi örüntülerinin değiştirilmesi
- * Yeni ve sağlıklı davranışların geliştirilmesi

- * Temel duygusal ihtiyaçların günlük yaşamda sağlıklı yollarla karşılanmasının desteklenmesi
 - * Ev devleri ve davranışsal uygulamalar
 - * Terapide gerçekleşen değişimin günlük yaşama aktarılması
-

4. Gün | 26 Aralık 2026

Uygulamalı Süpervizyon

Programın son günü, ilk üç günde öğrenilen kuramsal ereve ve müdahale yöntemlerinin klinik vakalar üzerinde bütünleştirilmesine ayrılacaktır.

Uygulamalı süpervizyon kapsamında:

- * Katılımcı vakalarının sunulması
- * Vakaların şema terapi modeli çerçevesinde değerlendirilmesi
- * Temel duygusal ihtiyaçların belirlenmesi
- * Erken dönem uyumsuz şemaların ve başa çıkma biçimlerinin değerlendirilmesi
- * şema modlarının ve mod döngülerinin belirlenmesi
- * Vaka kavramsallaştırmasının oluşturulması ve geliştirilmesi
- * Terapi hedeflerinin ve müdahale önceliklerinin belirlenmesi
- * Vakaya uygun müdahale yöntemlerinin seçilmesi
- * Terapi sürecinde karşılaşılan güçlüklerin ele alınması
- * Gerektiğinde rol canlandırmaları ve teknik demonstrasyonları
- * Klinik uygulamalara yönelik geri bildirim

Not: Program kapsamında gerçekleştirilen 6 saatlik uygulamalı süpervizyon, eğitimin uygulama ve beceri geliştirme bölümüdür. ISST sertifikasyon süreci kapsamında gerekli olan bireysel veya grup spervizyonunun yerine geçmez.

EğİTİM NASIL YÜRÜTÜLECEK?

Eğitim, canlı ve çevrim içi olarak gerçekleştirilecektir.

Kuramsal anlatım; klinik vaka örnekleri, vaka kavramsallaştırmaları, müdahale demonstrasyonları, rol canlandırmaları ve uygulamalı çalışmalarla desteklenecektir.

Programın amacı katılımcıların yalnızca şema terapinin temel kavramlarını öğrenmeleri değil; bir vakayı şema terapi perspektifinden değerlendirebilmeleri, temel düzeyde kavramsallaştırabilmeleri ve kavramsallaştırmaya uygun müdahale yöntemlerini seçerek klinik çalışmalarına aktarabilmeleridir.

EĞİTİMİN TEMEL KAZANIMLARI

Programı tamamlayan katılımcıların;

- * Şema terapinin temel kuramsal modelini açıklayabilmeleri,
- * Temel duygusal ihtiyaçlarla psikolojik örüntüler arasındaki bağlantıyı değerlendirebilmeleri,
- * Erken dönem uyumsuz şemaları ve başa çıkma biçimlerini tanıyabilmeleri,
- * Temel şema modlarını ve mod döngülerini belirleyebilmeleri,
- * Şema terapi yaklaşımıyla temel düzeyde vaka kavramsallaştırması oluşturabilmeleri,
- * Sınırlı yeniden ebeveynlik ve empatik yüzleştirmenin temel ilkelerini kavrayabilmeleri,
- * Temel bilişsel, yaşantısal ve davranışsal müdahale yöntemlerini tanımaları,
- * İmgeleme, yeniden senaryolandırma ve sandalye çalışmalarının temel uygulama ilkelerini kavramaları,
- * Vakanın ihtiyaçlarına ve kavramsallaştırmasına uygun müdahale yöntemlerini seçebilmeleri,
- * Kuramsal ve uygulamalı bilgilerini süpervizyon aracılığıyla klinik vakalarla bütünleştirebilmeleri

amaçlanmaktadır.

KİMLER KATILABİLİR?

Eğitime;

- * Psikologlar,
- * Psikolojik danışmanlar,
- * Psikoloji veya Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik (PDR) alanlarında yüksek lisans eğitimine devam eden ya da bu programlardan mezun olan meslek profesyonelleri

katılabilir.

Başvurular, program için belirlenen katılım koşulları doğrultusunda değerlendirilecektir.

EĞİTİM TARİHLERİ VE SÜRESİ

Temel Eğitim: 17–18–19 Aralık 2026

Uygulamalı Süpervizyon: 26 Aralık 2026

Saat: 09.30–17.30

Toplam Eğitim Süresi: 24 saat

Program;

- * 9 saat kuramsal model, değerlendirme ve vaka kavramsallaştırması,
- * 9 saat şema terapi müdahale yöntemleri,

* 6 saat uygulamalı süpervizyondan

oluşmaktadır.

Eğitim Biçimi: Canlı / Çevrim İçi

Platform: Zoom

EĞİTİM ÜCRETİ

Eğitim Ücreti: 36.000 TL + KDV

Eğitim ücretinde **taksitli ödeme imkânı** bulunmaktadır. Taksit seçenekleri ve ödeme planına ilişkin ayrıntılar, başvurusu uygun bulunan katılımcılarla kayıt aşamasında paylaşılacaktır.

İptal ve İade Koşulları

Katılımcının kendi isteğiyle eğitimden ayrılması durumunda, **kayıt ve ödeme işlemleri tamamlandıktan sonra ücret iadesi yapılmaz.**

Katılımcının eğitime hiç katılmaması, eğitim oturumlarının bir kısmına katılmaması veya program başladıktan sonra devam etmeme kararı alması durumunda da ücret iadesi yapılmaz.

Taksitli ödemelerde, kayıt sırasında kabul edilen **toplam eğitim ücreti esas alınır** ve katılımcının programa devam etmemesi kalan taksit yükümlülüğünü ortadan kaldırmaz.

Kayıt hakkı başka bir kişiye devredilemez.

KATILIM BELGESİ

Programın tüm eğitim saatlerine katılım sağlayan katılımcılara 24 saatlik “Ulusal Bireysel Şema Terapi Temel Eğitimi” Katılım Belgesi verilecektir.

Program; 18 saat temel eğitim ve 6 saat uygulamalı süpervizyondan oluşmaktadır.

Bu program ISST tarafından akredite edilmiş bir sertifikasyon eğitimi değildir ve ISST sertifikasyon eğitimi veya sertifikasyon süpervizyonu yerine geçmez.

BAŞVURU VE KAYIT

Programa katılmak isteyen meslektaşlarımızın başvuru formunu eksiksiz doldurmaları gerekmektedir.

Başvurular katılım koşulları doğrultusunda değerlendirilecek; başvurusu uygun bulunan katılımcılara kesin kayıt, ödeme ve eğitim sürecine ilişkin bilgiler iletilecektir.

Kesin kayıt, gerekli kayıt ve ödeme işlemlerinin tamamlanmasıyla gerçekleşecektir.

ÖNEMLİ NOT

Bu eğitim, ulusal düzeyde düzenlenen bağımsız bir Şema Terapi temel eğitim programıdır. International Society of Schema Therapy (ISST) tarafından akredite edilmiş uluslararası Şema Terapi eğitim programlarından ve ISST sertifikasyon sürecinden bağımsızdır.

Program kapsamında verilen katılım belgesi, ISST tarafından verilen veya ISST sertifikasyon sürecinde kullanılan bir sertifika niteliğinde değildir.

***Yeterli talep olmaması halinde eğitim ileri bir tarihe ertelenecektir.**