

Psikodinamik ve Psikanalitik Terapi Nedir?

Çalışma Kağıdı

Psikodinamik ve psikanalitik terapi, bireyin bilinçdışı çatışmalarını, bastırılmış anılarını ve erken dönem ilişkilerinin etkilerini keşfederek ruhsal iyilik halini sağlamayı amaçlayan derinlemesine psikoterapi yöntemleridir.

Sorular

1. Psikodinamik terapinin temel odak noktası nedir?

- A) Bilişsel çarpıtmalar
- B) Bilinçdışı çatışmalar ve erken yaşam deneyimleri
- C) Davranışsal koşullanmalar
- D) Varoluşsal kaygılar

2. Sigmund Freud'un psikanalizinin temel kavramlarından biri aşağıdakilerden hangisidir?

- A) Bilişsel Yeniden Yapılandırma
- B) Klasik Koşullanma
- C) Aktarım (Transferans)
- D) Maruz Bırakma

3. Serbest çağrışım tekniği ne amaçla kullanılır?

- A) Danışanın mantıksal düşünme becerisini geliştirmek
- B) Bilinçdışına ulaşmak ve örtülü materyali ortaya çıkarmak
- C) Davranışsal kalıpları değiştirmek
- D) Sosyal becerileri artırmak

4. Bir danışanın tekrarlayan başarısızlık deneyimlerinin altında yatan bilinçdışı korkuları nasıl ortaya çıkarılabilir?

5. Psikanalitik terapi, bir hastanın ebeveynleriyle olan karmaşık ilişkisini nasıl ele alır?

6. Tanımla: Bilinçdışı

7. Tanımla: Serbest Çağrışım

8. Tanımla: Aktarım (Transferans)

Cevap Anahtarı

1. B) Bilinçdışı çatışmalar ve erken yaşam deneyimleri — Psikodinamik terapi, bilinçdışı süreçlerin ve erken yaşam deneyimlerinin bireyin ruh sağlığı üzerindeki etkisini vurgular.
2. C) Aktarım (Transferans) — Aktarım (Transferans), danışanın terapistle karşı erken yaşamındaki önemli kişilere yönelik duygu ve tutumlarını yönlendirmesi, psikanalizin temel kavramlarından biridir.
3. B) Bilinçdışına ulaşmak ve örtülü materyali ortaya çıkarmak — Serbest çağrışım, danışanın zihninden geçenleri sansürlemeden ifade etmesiyle bilinçdışı materyalin ortaya çıkmasını sağlar.
4. Terapist, danışanın rüyalarını, serbest çağrışımlarını ve çocukluk anılarını dikkatlice analiz ederek, başarısızlık korkusunun erken dönemde gelişmiş bir savunma mekanizması olabileceğini keşfeder. Bu farkındalık, danışanın gelecekteki davranışlarını değiştirmesine yardımcı olur.
5. Terapist, hastanın ebeveynlerine yönelik aktarımını (transferans) gözlemleyerek, bu eski ilişki dinamiklerinin günümüzdeki ilişkilerine nasıl yansıdığını anlamasına yardımcı olur. Bu bilinç kazanımı, hastanın daha sağlıklı ilişkiler kurmasını sağlar.
6. Bireyin farkında olmadığı, ancak davranışlarını ve duygularını etkileyen düşünce, duygu ve anıların depolandığı zihinsel alan.
7. Danışanın zihnine gelen ilk düşünce, duygu veya imgeyi sansürlemeden ifade etmesi tekniği.
8. Danışanın terapistle karşı erken yaşamındaki önemli kişilere yönelik duygu ve tutumlarını yönlendirmesi.

Bounlu

Tüm kartlar, adım adım çözümler ve AI hoca desteği Notek uygulamasında.
Sınav tarihlerini Promy otomatik hatırlatıcıya çevirir.