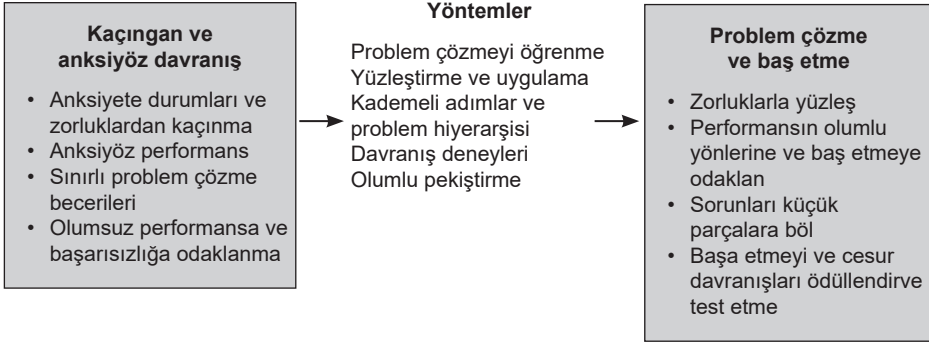


10

Problem çözme, yüzleştirme ve nüks önleme

Çeviri: Dr. Abdullah BOZKURT

Müdahalenin son kısmı davranışsal alan üzerine odaklanmakta olup bu kısım başlıca uygulama ve yüzleştirmeyle ilgilidir. Bu aşamada çocuk, zorlu ve anksiyete uyandıran durumlarla yüzleşmek ve bu durumları aşmak için yeni becerileri kullanmayı öğrenir. Çocuğun, daha önce kaçındığı durumlara sistematik bir şekilde yaklaşması ve başarı olasılığını en üst düzeye çıkaracak şekilde adım adım yüzleşmesi teşvik edilir. Bu, problem çözme, hiyerarşi oluşturulması, gerçek ya da hayali yüzleştirme, davranışsal deneyler ve olumlu pekiştirme gibi bir dizi yöntemi içerebilir (Şekil 10.1).



Şekil 10.1 Problem çözme ve diğer beceriler

Bu aşamadaki önemli görevlerde çocuklara ve gençlere yardım edilmelidir:

1. Problem çözme becerileri geliştirme
2. Korkulan ve kaçınılan durumlarla sistematik olarak yüzleşme ve başa çıkma
3. Varsayımları ve inançları test etmek için davranış deneylerini yapma
4. Yeni başa çıkma girişimlerini övmeye ve ödüllendirme