

KÖPRÜ FOBİSİ TEDAVİ İLK DEĞERLENDİRME FORMU

Sayın katılımcımız aşağıdaki bilgiler tedavinizin daha iyi planlanabilmesi için istenmektedir. Bilgileriniz kurumumuz tarafından özenle saklanacaktır.

1. Adınız-Soyadınız:
2. Cinsiyetiniz: a) Kadın () b) Erkek ()
3. Yaşınız:
4. Medeni durumunuz: a) Evli () b) Bekar () c) Boşanmış ya da eşini kaybetmiş ()
5. Eğitim durumunuz: a) İlköğretim () b) Lise () c) Üniversite () d) Y. Lisans-Doktora ()
6. Mesleğiniz ya da çalışma alanınız?
.....

7. Köprülerden korkmanız;
 - a. İkincil (önceden yoktu, sonradan gelişti)
 - b. Birincil (baştan beri hep vardı)
8. Eğer ikincil fobikseniz köprüden geçebilme durumunuz;
 - c. Köprülerden hiç geçemem
 - d. Köprülerden geçebiliyorum ama zorluk çekiyorum.
9. Köprüye girmeden önce de rahatsızlık duyuyor musunuz?
.....

10. Kaç yıldır köprüden geçiş yapamıyorsunuz ya da güçlük yaşıyorsunuz ?
.....

11. Köprüden geçmek dışında başka fobileriniz var mı?
.....

12. Panik atağınız var mı?

- a) Evet böyle bir tanı konuldu () b) Olduğunu zannediyorum () c) Hayır ()

13. Panik atağınız varsa kaç yıldır devam etmekte?
.....

14. Panik atağınız varsa tedavi görüyor musunuz, kullandığınız ilaçlar nelerdir ?
.....

15. Aldığınız başka herhangi bir psikiyatrik tanınız var mı?
.....

16. Köprüdeyken panik atak geçirme korkunuz varsa aşağıdakilerden en çok hangisini yaşantılamak sizi korkutur?

- A) Köprüdeyken kalp krizi geçirmek ()
B) Nefes alamayıp boğulacağı öleceğini hissetmek ()
C) Davranışlarının kontrolünü yitirmek (örneğin çılgık atmak , taşkın hareketler yapmak) ()

D) Korkulu tavırlarınız nedeniyle başkalarına rezil olmak, başkalarının önünde bayılmak
()

E) Diğer

17. Ailenizde ‘‘ köprü korkusu’ olan başka bireyler var mı ?

a) Yok. ()

b) Annemde var ()

c) Babamda var. ()

d) Çocuğumda (ya da çocuklarımda). ()

e. Kardeşimde (kardeşlerimde) ()

18. Kendinizi titiz ya da mükemmeliyetçi olarak nitelendirir misiniz?

a) Hayır ()

b) Evet biraz ()

c) Evet oldukça. ()

d) Kesinlikle ()

19. Köprü korkusu yaşamanıza neyine sebep olduğunu düşünüyorsunuz?

a) Daha önceki olumsuz bir deneyim. ()

b) Çevremden duyduklarım (.)

c) Medya etkisi (haber,dizi) (.)

d) Diğer

Fobinin şiddeti hakkında sorular ;

20. Köprüden yaya olarak geçmek sizi rahatsız eder mi E () H ()

21. Köprüdeyken başınıza kötü bir şey gelecekmiş hissi? (Ölüm, yaralanma, zor durumda kalma) E () H ()

22. Köprüden geçtiğiniz süre boyunca titreme, terleme, kasılma, nabız artışı, nefes almakta güçlük...? E () H ()

23. Köprüden yaya olarak geçmek sizi rahatsız eder mi? E (.) H ()

24. Köprüden yolcu olarak araçla geçmek sizi rahatsız eder mi? E (.) H ()

25. Köprüden trafik vb durumlar nedeniyle yavaşça geçmek sizi rahatsız eder mi? E () H ()

26. Köprüde yolun açık olması ve duraksamadan geçmek sizi rahatsız eder mi? E () H ()

27. Köprünün beton, halatla yapılmış ve ya ahşap asma köprü gibi özellikleri rahatsızlık düzeyinizde bir fark yaratır mı ? E (.) H ()

28. Köprünün uzun ya da kısa olması rahatsızlık düzeyinizde bir fark yaratır mı? E () H ()

29. Köprünün deniz, göl gibi su üzerinde ve ya karada konumlanmış olması rahatsızlık düzeyinizi değiştirir mi ? E (.). H (.)
30. Havanın kapalı, rüzgarlı, fırtınalı olması sizi rahatsız eder mi ? E (.). H (.)

Hasarlar ve tedavi nedeni ;

31. Köprü fobinizin olması hayatınızda ne gibi hasarlara yol açtı (birden fazla şık işaretleyebilirsiniz)
- a) Beni başkalarına göre daha korkulu ve tedirgin biri yaptı (.)
- b) Ulaşım konusunda (ev, iş yeri vb) sorunlara yol açtı. (.)
- c) Köprü korkumun olması beni başka fobi ve korkulara yakınlaştırdı. (.)
- d) Çok fazla soruna yol açmadı. Köprü kullanmasam da olur diye düşündüm(.)
- e) Diğer

Tedavi olmak isteme nedeniniz?

Korkularımla yaşamak istememem E (.). H (.)

Rahat ulaşım sağlamak E (.). H (.)

Tedavi olmaya inanmıyorum çevremın zoruyla geldim. E (.). H (.)

Diğer

VR Tedavisinin başarılı olacağını düşünüyor musunuz?

Evet, oldukça (.)

Tam olmasa da katkısı olur diye düşünüyorum. (.)

Evet ama ben de başarılı olmayabilir. (.)

Yarı yarıya etkili olur diye düşünüyorum. (.)

Bilmiyorum, sadece denemek istedim. (.)

