

# KLİNİK PSİKOLOJİDE KULLANILAN PSİKOTERAPİ YÖNTEMLERİ

---

Editör  
Dr. Klinik Psk. Fatih Bal



## KLİNİK PSİKOLOJİDE KULLANILAN PSİKOTERAPİ YÖNTEMLERİ

Editör: Dr. Klinik Psk. Fatih Bal

Yayın No. : 2629  
Psikoloji-PDR No. : 166  
ISBN : 978-605-033-242-1  
Basım Sayısı : 1. Basım, Şubat 2020

© Copyright 2020, NOBEL AKADEMİK YAYINCILIK EĞİTİM DANIŞMANLIK TİC. LTD. ŞTİ. SERTİFİKA NO.: 40340

*Bu baskının bütün hakları Nobel Akademik Yayıncılık Eğitim Danışmanlık Tic. Ltd. Şti.ne aittir. Yayınevinin yazılı izni olmaksızın, kitabın tümünün veya bir kısmının elektronik, mekanik ya da fotokopi yoluyla basımı, yayımı, çoğaltımı ve dağıtımı yapılamaz.*

*Nobel Yayın Grubu, 1984 yılından itibaren ulusal ve 2011 yılından itibaren ise uluslararası düzeyde düzenli olarak faaliyet yürütmekte ve yayınladığı kitaplar, ulusal ve uluslararası düzeydeki yükseköğretim kurumları kataloglarında yer almaktadır.*

Genel Yayın Yönetmeni : Nevzat Argun -nargun@nobelyayin.com-  
Yayın Koordinatörü : Gülfem Dursun -gulfem@nobelyayin.com-

Redaksiyon : Samet Tekin -samet@nobelyayin.com-  
Sayfa Tasarım : Tarkan Kara -erdal@nobelyayin.com-  
Kapak Tasarım : Mehtap Yürümez -mehtap@nobelyayin.com-  
Baskı Sorumlusu: Yavuz Şahin -yavuz@nobelyayin.com-  
Baskı ve Cilt : Atalay Matbaacılık / Sertifika No.: 15689-  
Büyük Sanayi 1 Cad. Elif Sok. No.:7/236-237 İskitler / ANKARA

### Kütüphane Bilgi Kartı

**Bal, Fatih.**

**Klinik Psikolojide Kullanılan Psikoterapi Yöntemleri / Fatih Bal**

1. Basım. XXVIII + 556 s. 16x23,5 cm. Kaynakça var, dizin yok.

ISBN: 978-605-033-242-1

1. Klinik Psikoloji 2. Psikoterapi 3. Psikanaliz 4. Gestalt Terapi

### Genel Dağıtım

**ATLAS AKADEMİK BASIM YAYIN DAĞITIM TİC. LTD. ŞTİ.**

**Adres:** Bahçekapı mh. 2465 sk. Oto Sanayi Sitesi No:7 Bodrum Kat Şaşmaz-ANKARA - siparis@nobelyayin.com-

**Telefon:** +90 312 278 50 77 - **Faks:** 0 312 278 21 65

**E-Satış:** www.nobelkitap.com - www.atlaskitap.com - **Bilgi:** esatis@nobelkitap.com - info@atlaskitap.com

**Dağıtım ve Satış Noktaları:** Alfa Basım Dağıtım, Arasta, Arkadaş Kitabevi, D&R Mağazaları, Dost Dağıtım, Ekip Dağıtım, Kida Dağıtım, Kitapsan, Nezih Kitabevleri, Pandora, Prefix, Remzi Kitabevleri

# ÖN SÖZ

Günümüzün hayat şartlarının çoğu insanı yaşamlarının bir döneminde ruhsal sıkıntıya itmesi ve artan eğitim oranı ile psikolojik destek almanın doğal algılanması ile birlikte danışan sayısı her geçen gün artmış, her bireye özel psikoterapi yöntemleri uygulama değer kazanmaya başlamıştır. İnsanlar, biriciktir ve tektir. Herkes aynı ruhsal sorunu farklı şekilde yaşamaktadır. Bundan ötürü insanların sorunlarına çözüm bulabilmek için tarih boyunca değişik terapi yöntemleri geliştirilmeye çalışılmıştır. Psikoterapi yöntemlerinin tarihine bakıldığında Freud'un rüya yorumları üzerinden psikanalizine, Jung'ın hayal gücünün iyileştirici etkisini kullanmasına, Schultz'ın otojenik eğitimine (meditasyon ve rahatlama) kadar bir sürü deneysel psikoterapi yönteminin kullanıldığı görülmektedir. Bu kitapta yer alan psikoterapi yöntemlerinin çoğu son on beş veya yirmi yıl içerisinde sistematik tedavi prosedürleri olarak gelişen ve yaygın olarak kullanılmaya başlanan yöntemler olarak karşımıza çıkmaktadır.

Klinik psikoloji, uzmanlık isteyen bir alan olmakla birlikte kullandığı çeşitli teknikler ile insanların hayatlarının sorunlu dönemlerinde yollarına devam etmesinde destek olan bir bilim dalı olmaktadır. Gerek akademik düzlemde gerekse klinik bazda kullanılan psikoterapi yöntemleri önemli ve genetik bir ruhsal sorun olmadığı zaman danışanın herhangi bir ilaç almadan travma, kaygı gibi ruhsal yaralarından kurtulmasına yardımcı olmaktadır. Bu noktada danışanın kişiliği, yaşam öyküsü, sıkıntıları, semptomları hangi psikoterapi yönteminin seçilmesi gerektiği konusunda terapisti yönlendirmekte; terapist, ne kadar çok psikoterapi yöntemine hâkim olursa danışanına daha iyi destek olabilmektedir.

Bu kitap, güncel konuları ele alan içeriği ile psikoterapi yöntemleri hakkında akademisyenlere ve klinik psikologlara yol gösterici nitelikte geniş bir literatürel içeriğe sahip olmaktadır. Bu bağlamda her biri alanında Uzman/Dr, Doçent, Psikolog, Psikiyatrist ve akademisyen olarak yola çıkarak 21 bölümden oluşan bu çalışmada emeği geçen çalışma arkadaşlarıma teşekkürü bir borç bilirim.

**Fatih Bal**



## EDİTÖR HAKKINDA

### **Dr. Öğr. Üyesi Fatih Bal**

Yazar, İstanbul Bilgi Üniversitesi Psikoloji bölümünden mezun olmuştur. İstanbul Esenyurt Üniversitesi Klinik Psikoloji ve İstanbul Arel Üniversitesi Genel Psikoloji Yüksek Lisans Programını tamamlamıştır. Azteka Üniversitesi Klinik Psikoloji Doktora Programını bitirmiştir. TPD'ye üye olup WISC-R zekâ testi sertifikasını ve Sağlık Bakanlığı Psikolojinin Tıbbi Uygulamaları Yetki-lendirme Belgesi'ni almaya hak kazanmıştır. Süleyman Demirel Üniversitesi Aile Danışmanlığı Sertifikası almıştır. Yazar olarak görevine devam etmektedir. Fatih Bal'ın psikoloji alanında ulusal ve uluslararası makale, bildiri, kitap bölümü ve kitapları bulunmaktadır. Yazarın çalışmalarından bazıları; Zihinsel İşlev ve Psikojenik İşitme (Histerik) Ölçümlerinin Değerlendirilmesi, Engelli Çocuğa Sahip Bireylerin Kişilik Özelliklerinin Depresyon ve Stres Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi, Bibliyoterapi Uygulamasının Depresyon Üzerindeki Etkinliğinin Değerlendirilmesi, Gürültünün Stres Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi, Sosyal Grup Yanlılığının Cinsiyet Farklılığına Göre Belirlenmesi, Tinnitus ile Depresyon Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Psikolojik Açıdan Normal ve Otistik Çocuklarda Beslenme Bozukluğudur.

## YAZARLAR HAKKINDA

### **Dr. Öğr. Üyesi Elif Güneri Yöyen**

Dr. Öğr. Üyesi Elif Güneri Yöyen, 2005 yılında İstanbul Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji bölümünü ve 2006 yılında aynı üniversitenin Eski Yunan Dili ve Edebiyatı bölümünü bitirdikten sonra, 2008 yılında "şizofreni ve bipolar affektif bozukluk hastalarının rorschach protokolü açısından karşılaştırılması" tezi ile klinik psikoloji yüksek lisansını tamamlamıştı. 2012 yılında İstanbul Üniversitesi Adli Tıp Enstitüsü Sosyal Bilimler Alanındaki Adli ve Klinik Bilimler Alt Alanında "yatan ve poliklinikten takip edilen 1. eksen psikiyatrik bozukluk tanısı almış kişilerde şiddet davranışı ve eğilimlerinin karşılaştırılması" konulu tezi ile doktorasını tamamlamıştır. 2014-2019 yılları arasında İstanbul Gelişim Üniversitesi Psikoloji Anabilim Dalında öğretim üyesi olarak çalışan yazar, 2019 yılından itibaren Nişantaşı Üniversitesi'nde Psikoloji Anabilim Dalında öğretim üyesi olarak görev yapmaktadır. Çok sayıda uluslararası ve ulusal makalesi, kongrelerde sunulmuş bildirileri, kitapları ve kitap bölümleri bulunan yazar aynı zamanda kendi kliniğinde terapist olarak görev yapmaktadır.

### **Doç. Dr. Elif Mutlu**

2003 yılında İstanbul Üniversitesi İstanbul Tıp Fakültesi'ni bitirdi. 2010 yılında Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi'ndeki ihtisasını tamamlayarak psikiyatri uzmanı oldu. 2017 yılında doçent unvanını aldı. 2010-2015 yılları arasında Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları AMATEM Kliniği'nde alkol ve madde bağımlılığı uzmanı olarak çalıştı ve 2014-2015 arası aynı kurumda Denetimli Serbestlik Birim Koordinatörlüğü görevini yürüttü. 2012-2016 yıllarında EMCDDA (Avrupa Uyuşturucu Bağımlılığı İzleme Merkezi)'nin Türkiye ulusal uzmanı olarak görev yaptı. Hâlen İstanbul Gelişim Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nde öğretim üyesidir. Fransız Lape Hastanesi bağımlılık kliniği direktörüdür. Akademik ilgi alanları arasında bağımlılık ve transkültürel psikiyatri yer almaktadır.

## **Dr. Öğr. Üyesi Elif Çarpar**

İlköğrenim ve lise eğitimini Yeni Ufuklar Amerikan Koleji ve Kabataş Lisesi'nde tamamladıktan sonra Marmara Üniversitesi İngilizce Tıp Fakültesi'ni bitirmiştir. “Tutuklu ve hükümlü servisine ceza sorumluluğu belirlenmesi amacıyla yatırılan olgularda antisosyal kişilik bozukluğu ve psikopati ile hekimi yanıltıcı davranış arasındaki ilişki” başlıklı teziyle psikiyatri uzmanlık eğitimini Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi'nde tamamlamasının ardından uzman psikiyatri hekimi olarak devlet hizmet yükümlülüğünü yerine getirmiştir. Türkiye Psikiyatri Derneği'nde çeşitli pozisyonlarında görev almıştır. 2019 yılından bu yana Özel Fransız Lape Hastanesi Bağımlılık Birimi'nde psikiyatri olarak çalışmakta ve İstanbul Gelişim Üniversitesi'nde Dr. Öğr. Üyesi olarak ders vermektedir. İlgili alanları arasında; bağımlılık, yaşlılık psikiyatrisi, yurt dışında psikiyatri eğitimi bulunmaktadır.

## **Uzm. Klinik Psikolog Didem Dilge Yıldırım**

Didem Dilge Yıldırım, Başkent Üniversitesi Eğitim Fakültesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bölümü'nde lisans eğitimini 2016 yılında tamamladıktan sonra İstanbul Gelişim Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programını “10-14 Yaş Ergenlerin Öz Yeterlik Düzeyinin Anksiyete Duyarlılığı ve Ebeveyn Tutumu ile İlişkinin İncelenmesi” başlıklı teziyle 2018 yılında tamamladı. “Aile Tutumlarının Öz Yeterlilik ve Anksiyeteye İlişkinin İncelenmesi” başlıklı makalesini yayınladı. İstanbul ve Ankara'da özel kurumlarda çocuk ve ergenlerle çalışmalarını gerçekleştirdi. Hâlen Ankara'da özel bir kurumda çocuk ve ergenlerle kaygı bozuklukları, sınav ve performans kaygısı, travma, davranış bozuklukları, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu, gelişimsel takip ve öğrenme güçlükleri konularında çalışmalarına devam etmekle birlikte aile eğitimleri gerçekleştirmektedir.

linikpsk.didemdilge@gmail.com

## **Dr. Öğr. Üyesi Ömer Akgül**

1979 İstanbul doğumlu olan Ömer Akgül, lisans eğitimini İstanbul Üniversitesi Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik bölümünde, yüksek lisansını Marmara Üniversitesi Din Psikolojisi bölümünde, doktorasını Sakarya Üniversitesi Din Psikolojisi bölümünde tamamlamıştır. Milli Eğitim Bakanlığında 13 yıllık görevinden sonra Üsküdar ve İstanbul Gelişim Üniversitesinde Dr. Öğr. Üyesi olarak görev yapmıştır. Çeşitli sivil toplum kuruluşlarında yöneticiliğin yanında

Ruh Sağlığı Derneği Başkanlığını ve Psikoloji Kariyer İstihdam Merkezinin Kurucu Yöneticiliğini sürdürmektedir. Evli ve 3 çocuk sahibidir.

İlgilendiği konular: Toplum Ruh Sağlığı Politikaları; Ruh Sağlığı ile İlgili Çözümler, Projeler; Psikolojik Etkinlikler ve Organizasyonlar; Endüstri Psikolojisi ve Kariyer Danışmanlığı; Sosyal ve Politik Psikoloji; Anlam Psikolojisi; Havacılık Psikolojisi.

### **Uzm. Klinik Psikolog Fatma Biçer**

Fatma Biçer, Yaşar Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji bölümündeki lisans eğitimini 2017 yılında tamamladıktan sonra İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programını “Genç Yetişkinlerde Psikosomatik Belirtilerin Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ile İlişkisi” başlıklı teziyle 2019 yılında tamamladı. Lisans ve yüksek lisans eğitimi boyunca Bilişsel Davranışçı Terapi Eğitimi, Şema Terapi Eğitimi, Transaksiyonel Analiz Eğitimi, Klinik Testler Uygulayıcı Sertifikası, Nöropsikolojik Testler Uygulayıcı Sertifikası, Çocuk Değerlendirme Testleri Uygulayıcı Sertifikası, Psikolojik Danışmanlık ve Eğitimlerde Metafor, Oyuncak ve Terapötik Kartların Kullanımı Eğitimi almış olduğu eğitimlerden bazılarıdır. İçişleri Bakanlığı Hibe Destekli Proje Yazımı, Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı Yurt Dışında Yaşayan Yenidoğan Ebeveynleri İçin Rehber Kitap Yazımı Projelerinde yer aldı. Kitap bölümü ve makale şeklinde yayınları bulunmaktadır. Uzman Psikoterapist olarak çalışma hayatına devam etmektedir.

### **Dr. Öğr. Üyesi Onur Okan Demirci**

Lisans eğitimini İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi’nde tamamladıktan sonra Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi’nde “Psikiyatri” branşında uzmanlık eğitimini gerçekleştirerek “Metabolic Parameters in Patients with Major Depression Treated with Escitalopram” başlıklı tezinin kabulü ve uzmanlık sınavı sonrası “Ruh Sağlığı Hastalıkları Uzmanı” oldu. Akademik hayatına 2016 yılında İstanbul Gelişim Üniversitesi’nde başladı. Türkiye’de ve dünyada ilk kez bir üniversite klinik psikoloji yüksek lisans bölümünde “Travma Sonrası Stres Bozukluğu Nörobiyolojisi ve Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) Uygulamaları” derslerinin açılmasına öncülük yaparak alan profesyonellerinin öğrenimine sunul-



masını sağladı. Hâlen İstanbul Gelişim Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans programında “TSSB Nörobiyolojisi ve EMDR Uygulamaları” derslerini vermekte ve kuruculuğunu gerçekleştirdiği Zi&oN Psikiyatri Akademisi’nde tedavi ve eğitim hizmetlerini sürdürmektedir.

### **Uzm. Klinik Psikolog İlhan Bozkurt**

İlhan Bozkurt, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji bölümünden 2001 yılında mezun oldu. Aynı yıl meslek hayatına Özel Eğitim ve Rehabilitasyon alanında başladı. 2004 yılında Sağlık Bakanlığı Zonguldak Devlet Hastanesi’ne atandı. 2008 yılında ise hâlen görev yapmakta olduğu Sağlık Bakanlığı Sakarya Üniversitesi Eğitim ve Araştırma Hastanesi’nde çalışmaya başladı. Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Kariyer Psikolojik Danışmanlığı Yüksek Lisans Programını ve İstanbul Esenyurt Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programlarını tamamladı. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Bağımlılık Psikolojisi Yüksek Lisans Programına devam etmektedir. Anadolu Psikologlar Derneği’nin kurucu başkanı olup hâlen Genel Başkanlık görevini yürütmektedir. Dernek bünyesinde ve İstanbul Gelişim Üniversitesi’nde sertifikalı psikolojik test eğitimleri vermektedir. Sağlık Bakanlığı’ndan Psikolojinin Tıbbi Uygulamalarında Görev Alma Yetki Belgesi almıştır. Aile Danışmanlığı sertifikası ve diğer mesleki alanlarda birçok sertifikaya sahiptir. Yayınlanmış bir kitabı, Ulusal ve Uluslararası makale ve bildirimleri vardır. Akademik ilgi ve mesleki çalışma alanları arasında; yetişkin, aile, çocuk ve evlilik terapileri, madde bağımlılığı, sürücü davranışları, özel eğitim ve rehabilitasyon, psikolojik testler, uzaktan psikolojik yardım uygulamaları (online terapi) insan kaynakları ve endüstri psikolojisi bulunmaktadır.

psk.ilhanbozkurt@gmail.com

### **Dr. Öğr. Üyesi Tuncay Barut**

1971 yılında Elazığ’da doğdu. İstanbul Üniversitesi İstanbul Tıp Fakültesinden 1994 yılında mezun oldu. Mecburi hizmetin ardından başladığı ihtisasını Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesinde 2001 yılında tamamladı. AMATEM servisinde bağımlılarla grup ve bireysel olarak çalıştı. 2002-2003 yılları arasında İzmir Hava Hastanesinde askerî psikiyatrist olarak çalıştı. 2003-2011 yılları arasında Kartal Dr. Lütfi Kırdar Eğitim ve Araştırma Hastanesi

Psikiyatri Kliniğinde görev yaptı. Hâlen İstanbul Gelişim Üniversitesi Psikoloji Bölümünde Öğretim Üyesidir. 2011 yılından itibaren geriatrik popülasyonla grup psikoterapileri çalışmaktadır.

### **Uzm. Klinik Psikolog Beril Zeynep Haciosman**

Beril Zeynep Haciosman, 2013 yılında İstanbul Aydın Üniversitesi'nde lisans eğitimini tamamladıktan sonra İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programını "Rorschach Testinde Paranoid Bozukluğun Klinik Görünümü" başlıklı teziyle 2018 yılında tamamladı. Akademik ilgi alanları klinik psikopatoloji, psikometrik testler, psikoterapi, nöropsikoloji yer almaktadır

### **Dr. Öğr. Üyesi Nuşin Bilgin**

Nuşin Bilgin, Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesinden 1992 yılında mezun olmuştur. Tıpta mecburi hizmetini tamamladıktan sonra Kadıköy ilçesi 1. Basamak Sağlık Hizmetinde pratisyen hekim ve sorumlu hekim olarak çalışmıştır. Bu dönemde Marmara Üniversitesi Halk Sağlığı Ana Bilim Dalı ile ortak eğitim çalışmalarında bulunmuştur. 2006 yılında Marmara Üniversitesi Çocuk Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalında ihtisasını "Çocukluk Çağında Kekemelikte Eş Zamanlı Psikiyatrik Tanılar ile Ailedeki Duygu İfadesi İlişkisinin Değerlendirilmesi" tez çalışmasıyla tamamlamıştır. Sistemik Aile ve Çift Terapileri eğitimini IFTA onaylı beş yüz saatlik teorik-pratik ve süpervizyon eğitimleri ile tamamlamıştır. Ayrıca Bilişsel Davranışçı Terapiler ve Zihinselleştirme Temelli Aile Terapisi ve Ergen Terapileri alanında eğitimlerini tamamlayarak sertifikalarına hak kazanmıştır. Uzmanlık sonrası Balıklı Rum Vakfı Hastanesinde 2015 yılına kadar ayaktan ve yatarak Çocuk ve Ergen Psikiyatristi olarak çalışmıştır. 2015 yılından bu yana görevine muayenehanede Çocuk ve Ergen Psikiyatristi ve Aile ve Çift Terapisti olarak devam etmektedir.

### **Uzm. Klinik Psikolog Esra Akcan**

Afyonkarahisar doğumludur. İlk ve ortaöğrenimini Afyonkarahisar'da tamamlamıştır. Lisans eğitimini Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik bölümünde, yüksek lisans eğitimini İstanbul Gelişim Üniversitesi Klinik Psikoloji bölümünde tamamlamıştır. İstanbul Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi'nde staj yaptı. Milli Eğitim Bakanlığına bağlı rehberlik ve araştırma mer-

kezlerinde, lise ve ortaokullarda psikolojik danışman olarak çalıştı, Afyonkarahisar İl Milli Eğitim Müdürlüğü Ar-Ge Biriminde görev yaptı. Afyon Mavi Kelebek Psikolojik Destek ve Eğitim Derneği'nin Kurucu-Başkanı olan Akcan'ın katıldığı eğitim ve kongreler şu şekildedir:

2. Ulusal Bütüncül Psikoterapi Kongresi - 1.Ulusal Klinik Hipnoz Kongresi Aile Danışmanlığı Eğitimi - Evlilik ve Çift Terapisi Eğitimi - Boşanma Terapisi Eğitimi -Cinsel Terapi Eğitimi - Bilişsel Davranışçı Terapi Eğitimi - Duygu Odaklı Bireysel Terapi Eğitimi - Hipnotik Yeniden İşleme Terapisi Eğitimi-Temel Hipnoz Teknikleri Eğitimi - EMDR Eğitimi - Oyun Terapisi Eğitimi - NLP - Kısa Süreli Çözüm Odaklı Terapi Eğitimi - Diksiyon Eğitimi - Beden Dili Eğitimi - Etkili İletişim Eğitimi - 0-18 Yaş Aile Eğitimi - Wisc-r Zekâ Testi Eğitimi - Wais Zekâ Testi - Standford Binet Zekâ Testi - Projektif Testler Eğitimi - Objektif Testler Eğitimi - Akıl ve Zekâ Oyunları Eğitimi - MMPI Eğitimi, Bütüncül Psikoterapi Teorik Eğitimi.

### **Öğr. Gör. Berk Efe Altınal**

Berk Efe Altınal, İstanbul Üniversitesi Psikoloji bölümünde aldığı lisans eğitiminin ardından 2014 yılında İstanbul Bilgi Üniversitesi Felsefe ve Toplumsal Düşünce Yüksek Lisans Programından “Batı ontolojisi ve etiğinde insan haricî hayvanların ahlaki statüsü üzerine eleştirel bir çalışma” teziyle mezun olmuş, ardından 2019 yılında İstanbul Üniversitesi Psikoloji Yüksek Lisans Programını “Hayvanların türçülük bağlamında ötekileştirilmesi” başlıklı teziyle tamamlamıştır. 2010 yılında İstanbul Şehir Üniversitesi'nde araştırma görevlisi olarak başladığı akademik çalışmalarına, 2016 yılından beri İstanbul Gelişim Üniversitesi'nde öğretim görevlisi olarak devam etmekte, eş zamanlı olarak Uludağ Üniversitesi Sosyal Psikoloji bölümünde doktora çalışmalarını sürdürmektedir."

### **Uzm. Psikolog Hale A. Kahyaoğlu Çakmakçı**

Sakarya doğumlu Hale A. Kahyaoğlu Çakmakçı, 2004 yılında Uludağ Üniversitesi Psikoloji bölümüne başlamış ve üniversite desteğiyle 2008'de psikoloji eğitimine İtalya Torino Üniversitesi'nde devam etmiştir. 2009 yılında Uludağ Üniversitesi'nden “Onur Derecesiyle” mezun olmuştur. Üniversite hayatı boyunca eğitim amaçlı olarak İngiltere ve İtalya'ya gitmiştir. Yine eğitim amaçlı olarak Londra, Eastbourne ve Brighton gibi şehirlerde kalmıştır. Daha sonra İngiltere Swansea Üniversitesi'nde (Swansea University) Gelişimsel

Oyun Terapisi yüksek lisansını “Onur Derecesiyle” tamamlamıştır. İngiltere’de uzmanlığını yaparken pek çok kongre ve eğitime katılmış yine mesleki amaçlı olarak İsveç’te bulunmuştur. Yine uzmanlığını yaparken Swansea Üniversitesi’nin gazetesinde bölümündeki başarısıyla anılmıştır. Türkiye ve İngiltere’de okul öncesi eğitimde oyunun rolü, bunun diğer dünya ülkeleriyle karşılaştırılması ve eğitimcilerin, ailelerin oyun algısı konusundaki tezi ile Türkiye’de bu anlamda çalışma yapan “ilk”lerden olmuştur. Ayrıca İngiltere’de Terapötik Oyun Derneğinin Türkiye’deki üyesidir. Dahası, Kahyaoğlu oyun terapisi alanında profesyonellere ve sağlık çalışanlarına eğitim vermektedir. Efta onaylı Aile ve Çift terapisti, Usa ve Avrupa akredite Emdr Terapisti, Amerika onaylı İmago çift terapistidir.

Hale A. Kahyaoğlu 2012 yılından beri Balıklı Rum Hastanesinde görev yapmaktadır. 10 yıllık mesleki tecrübesi vardır. Şu anda Maltepe Üniversitesi’nde doktorasını bitirme aşamasındadır.

### **Doç. Dr. Sevcan Karakoç Demirkaya**

2006 yılında Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi’nden mezun olmuş, çocuk ve ergen psikiyatrisi uzmanlık eğitimini İstanbul Tıp Fakültesi’nde 2010 yılında tamamlamıştır. 2017 yılında ise doçent olmuştur. Adnan Menderes Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi Anabilim Dalında öğretim üyesi olarak çalıştı.

Terapi eğitimleri: 2007 yılında Avrupa Aile Terapisi Derneği tarafından sertifikalandırılmış Aile ve Evlilik Çift terapisi, 2007-2008 yıllarında Abdülkadir Özbek Psikodrama Enstitüsü’nden temel psikodrama eğitimi, 2008-2010 dönemi İstanbul Tıp Fakültesi Sanat Psikoterapisi Seminer ve Deneyim grubu Uygulamalı Sanat Terapi eğitimi, 2014 yılında Bilişsel Davranışçı Psikoterapiler Derneği Bilişsel Davranışçı Terapi temel eğitimi, 2016-2018 arası Avrupa Bilişsel ve Davranışçı Terapi Derneği tarafından akredite edilen “Çocuk ve ergenlerde İyi ve Etik uygulamalar bağlamında Kognitif ve Davranış Terapisi” teorik ve süpervizyon eğitimini tamamlamıştır. Oyun terapisi eğitimini ise 2007-2009 yıllarında İzmir Halime Odağ Psikanaliz ve Psikoterapi Vakfında tamamlamıştır. Oyun terapisi ile ilgili kongre bildirimleri ve kitap bölümleri bulunmaktadır. İngiltere’de deneyimli bir oyun terapisti ve eğitimcisi olan ve oyun terapisi alanında çok sayıda kitabı bulunan Prof. Sue Jennigs’den oyun terapi uygulamaları konusunda eğitim almıştır. İstanbul Gelişim Üniversitesi’nde 2019 yılından itibaren öğretim üyesi olarak görevine devam etmektedir.

### **Dr. Öğr. Üyesi Mesut Yavuz**

2005 yılında Cerrahpaşa Tıp Fakültesinden mezun olmuştur. Tıpta uzmanlık eğitimini 2005-2011 yılları arasında Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalında tamamlamıştır. 2012 yılında mecburi hizmet görevi için Mardin Devlet Hastanesinde çalışmaya başlamıştır. Daha sonra İstanbul Kanuni Eğitim Araştırma Hastanesi ve Özel Avcılar Hospitalda Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı olarak görev yapmıştır. 2015 yılından itibaren İstanbul Aydın Üniversitesi Psikoloji Bilim Dalında öğretim üyesi doktor ve Fransız Lape Hastanesinde Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı olarak görev yapmaktadır. Akademik çalışmalarına ulusal ve uluslararası makaleler ve kongre sunumları ile devam etmektedir.

mesutyavuz@aydin.edu.tr

### **Psikolog Gizem Selcan Arslandoğdu**

2019 yılında tam burslu olarak okuduğu İstanbul Aydın Üniversitesi Psikoloji bölümünden birincilik ile mezun olmuştur. Florya Doğa Anaokullarında okul psikoloğu olarak görev yapmaktadır. Uluslararası bilimsel dergilerde makaleleri ve uluslararası kongrelerde bildirileri bulunmaktadır.

gzmslcn@gmail.com

### **Dr. Öğr. Üyesi Rıdvan Üney**

Rıdvan Üney, 1994 yılında İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesinden mezun olmuştur. 1998 yılında Erzurum'da Tabip Teğmen olarak askerliğini tamamlamıştır. 1994-2003 yılları arası Ordu ve Samsun'da Pratisyen Hekim olarak çalışmıştır.

2009 yılında Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesinde Psikiyatri İhtisasını tamamlayarak, 5 yıl süreyle Karabük ve Silivri Devlet Hastanelerinde Psikiyatri uzmanı olarak çalışmıştır.

2011-2012 yılları arasında Karabük Tabip Odası Başkanlığı yapmıştır.

Cinsel Terapi, Bilişsel Davranışçı Terapi, Hipnoterapi ve Aile Terapisi eğitimlerini tamamlamıştır.

Türk Tabipleri Birliği, Türk Psikiyatri Derneği, CETAD (Cinsel Eğitim, Tedavi ve Araştırma Derneği), Nöropsikiyatri Derneği ve International Society for Sport Psychiatry üyesidir. Aynı zamanda Türk Psikiyatri Derneği Spor Psikiyatrisi Çalışma Birimi koordinatörüdür. Birçok uluslararası ve ulusal makalesi bulunan Rıdvan Üney bir kitap çeviri editörlüğü ve bir kirap bölümü yazmıştır.

Hâlen Nişantaşı-İstanbul'daki muayenehanesinde çalışmasının yanı sıra, Nişantaşı Üniversitesi Psikoloji bölümünde Dr. Öğr. Üyesi olarak akademik çalışmalarına devam etmektedir.

### **Dr. Öğr. Üyesi Hasan Sezeroğlu**

İlkokulu Arapkir'de, ortaokulu Kayseri'de, liseyi Ankara Kurtuluş Lisesi'nde tamamladı. 1965 yılında İstanbul Üniversitesi Tıp Fakültesi'ne girdi. 1973 yılında doktor oldu. İhtisasını Ankara Numune Hastanesi'nde tamamladı. Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi'nde eğitim kadrosunda çalıştı. AMATEM'in kuruluşunda çalıştı. Adli birimlerde görev aldı. Sigaranın zararları konusunda (1981) kitap yazdı. Televizyonda bu konuyla ilgili programlara katıldı. Fransız Lape, Metris Cezaevi hasta mahkûmlar bölümünde, Elazığ Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi'nde çalıştı. Beş yıldır Esenyurt Üniversitesi'nde akademisyen, Gelişim Üniversitesi'nde jüri üyesi olarak görev yapmaktadır.

### **Uzm. Klinik Psikolog Kahraman Güler**

Kahraman Güler, Gaziosmanpaşa Üniversitesi'nde psikolojik danışmanlık lisans eğitimini tamamladıktan hemen sonra MEB rehber öğretmen olarak İstanbul'da çalışmaya başladı. Daha sonra Beykent Üniveritesi klinik psikoloji alanında yüksek lisansını yaptı. İstanbul Gelişim Üniversitesi'nde 2015-2019 yılları arasında yarı-zamanlı öğretim görevlisi olarak klinik psikoloji alanında yüksek lisans dersleri verdi. Doğuş Üniversitesi Klinik Psikoloji alanında tez çalışması devam etmektedir. Yoğun olarak şema Terapi alanında yayımlanmış makaleleri bulunmaktadır. 5n1k Psikoakademi psikolojik danışmanlık ve eğitim merkezinin kurucusu ve psikoterapistidir.

### **Uzm. Klinik Psikolog Pelin Hazer**

Pelin Hazer, İstanbul Arel Üniversitesi Fen ve Edebiyat Fakültesi Psikoloji lisans eğitimini 2013 yılında tamamladıktan sonra, İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programını “Yetişkin Bireylerde Tanrıya Bağlanma ile Ruh Sağlığı Arasındaki İlişkinde Ölüm Kaygısı ve Mutlak Doğru İhtiyacının Aracılık Etkisinin Yapısal Eşitlik Modellemesi İle Test Edilmesi” başlıklı teziyle 2016 yılında tamamladı. 2019 yılında başladığı Doğuş Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Doktora Programına devan etmektedir. Psikiyatri Kliniğinde “Oyun terapileri ve masal terapisiyle” ilgili çalışmalar yürütmektedir. Akademik ilgi alanları: Masal Terapiler, Oyun Terapileri, çocuklarda EMDR uygulamaları.

pelinhazer@gmail.com

### **Uzm. Psikolog Danışman Merve Çalık**

Merve Çalık, Ege Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik bölümündeki lisans eğitimini 2014 yılında tamamladıktan sonra 2016 yılında başladığı Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitimde Psikolojik Hizmetler Yüksek Lisans Programını “Dışavurumcu etkinliklere dayalı yarı yapılandırılmış grupla psikolojik danışma programının ergenlerin kendini gizleme düzeylerine etkisi” başlıklı teziyle 2018 yılında tamamladı. Aynı yıl içerisinde Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Psikolojik Danışma ve Rehberlik Doktora Programına girmeye hak kazanmış ve hâlen doktora eğitimini sürdürmektedir. Şu anda Milli Eğitim Bakanlığına bağlı bir ortaokul kademesinde okul psikolojik danışmanı olarak görev yapmaktadır. Alanıyla ilgili olarak ulusal ve uluslararası makale ve bildiri şeklinde yayınları bulunmaktadır.

merve\_pdr35@hotmail.com





# İÇİNDEKİLER

|  |           |
|--|-----------|
| Ön Söz.....  | iii       |
| Editör Hakkında .....                                    | v         |
| Yazarlar Hakkında .....                                  | vi        |
| <b>GİRİŞ</b> .....                                       | <b>1</b>  |
| <i>Fatih Bal</i>   |           |
| <b>KLİNİK PSİKOLOJİDE TEMEL KAVRAMLAR</b> .....          | <b>5</b>  |
| <i>Elif Güneri Yöyen</i>                                 |           |
| <b>MOTİVASYONEL GÖRÜŞME</b> .....                        | <b>13</b> |
| <i>Elif Mutlu - Elif Çarpar</i>                          |           |
| Bağımlılık ve Değişim Kavramları .....                   | 13        |
| Ambivalans ve Karar Dengesi .....                        | 16        |
| Görüşmede Danışan-Danışman Uyumu.....                    | 19        |
| Direnç Kavramı.....                                      | 19        |
| Önem ve Güven .....                                      | 21        |
| Değişim Konuşması .....                                  | 23        |
| Örnek Uygulama .....                                     | 26        |
| Kaynaklar.....   | 33        |
| <b>PSİKANALİZ</b> .....                                  | <b>37</b> |
| <i>Mesut Yavuz - Gizem Selcan Arslandoğdu</i>            |           |
| Giriş .....  | 37        |
| Psikoseksüel Gelişim Evreleri.....                       | 37        |
| Ego Savunma Düzenekleri.....                             | 38        |
| Nesne İlişkileri .....                                   | 41        |
| Aktarım-Karşı Aktarım .....                              | 42        |
| Patolojik Narsizm ve Sınır Durumlarda Psikanaliz.....    | 43        |
| Heinz Kohut- Narsizm ve Kendiliğin Yapılandırılması..... | 43        |
| İdealleştirme Aktarımı .....                             | 44        |
| Ayna Aktarımı .....                                      | 46        |

|  |    |
|--|----|
| Otto Kernberg- Sınır ve Narsistik Kişilik Bozukluklarında Analitik Süreçler..... | 49 |
| Kişilik Örgütlenme Sorunlarında Nesne İlişkileri ve Psikanalitik Terapi.....     | 50 |
| Saldırganlığın Aktarımdaki Tonları: Öfke ve Nefret .....                         | 54 |
| Sonuç .....  | 57 |
| Olgu Sunumu .....  | 60 |
| Kaynaklar.....   | 62 |

## **DİNAMİK TERAPİ..... 63**

*Hasan Sezeroğlu*

|   |    |
|---|----|
| Tarihçe .....   | 63 |
| Türkiye’de Psikiyatrinin Gelişimi.....                  | 66 |
| Psikodinamik Yaklaşım; Psikanaliz Tarihçe.....          | 67 |
| Anna O. Vakası.....                                     | 69 |
| İnsan Doğası Görüşü.....                                | 72 |
| Kişiliğin Yapısı .....                                  | 73 |
| Freud’un Kişilik Kuramı .....                           | 73 |
| Bilinç ve Bilinçdışı.....                               | 75 |
| Kaygı.....  | 75 |
| Ego Savunma Mekanizmaları .....                         | 76 |
| Kişilik Gelişiminde Psikoseksüel Gelişim Aşamaları..... | 78 |
| Psikanalitik Terapide Terapötik Süreç .....             | 81 |
| Terapötik Amaçlar .....                                 | 81 |
| Terapistin İşlev ve Rolü .....                          | 81 |
| Terapide Danışan Deneyimi.....                          | 81 |
| Terapist Danışan İlişkisi.....                          | 82 |
| Terapötik Teknik ve Yöntemler .....                     | 82 |
| Serbest Çağrışım .....                                  | 82 |
| Yorumlama .....   | 83 |
| Rüyaların Analizi.....                                  | 83 |
| Direnç Analizi ve Yorumu .....                          | 84 |
| Transferans Analizi ve Yorumu .....                     | 84 |
| Psikanaliz Terapi Seans Örneği .....                    | 85 |
| Freud Sonrası Psikanalitik Terapideki Gelişmeler .....  | 87 |
| Anna Freud.....   | 87 |
| Ego Psikolojisi Kuramı .....                            | 87 |
| Nesne İlişkileri Kuramı.....                            | 89 |
| Kendilik Psikolojisi Kuramı-Heinz Kohut .....           | 92 |
| İlişkisel Psikanaliz .....                              | 93 |
| Dinamik (Psikanalitik) Psikoterapiler .....             | 94 |
| Kısa Psikodinamik Terapiler.....                        | 94 |
| Kaynaklar.....  | 95 |

## **BİLİŞSEL DAVRANIŞCI TERAPİ..... 97**

*Didem Dilge Yıldurm*

|  |     |
|--|-----|
| Davranışçı Yaklaşım ve Terapi.....   | 97  |
| Bilişsel Yaklaşım ve Terapi.....   | 97  |
| Davranışçılığın ve Bilişselciliğin Birlikteliği; Bilişsel Davranışçı Terapi..... | 98  |
| BDT'nin Temel Aldığı İlkeler.....  | 101 |
| BDT'de Terapötik İlişki Geliştirme.....  | 102 |
| BDT'de Formülasyon.....  | 104 |
| BDT'de Terapi Süreci.....  | 104 |
| BDT'de Sokratik Sorgulamanın Yeri.....   | 107 |
| BDT'de Otomatik Düşünce Kavramı.....   | 107 |
| İşlevsiz Otomatik Düşüncelerin Doğası.....                                       | 110 |
| Otomatik Düşünceleri Belirleme Yöntemleri.....                                   | 112 |
| Otomatik Düşüncelerle Çalışma Yöntemleri.....                                    | 112 |
| Kanıtları İnceleme.....  | 112 |
| Çifte Standart Tekniği/Uzaklaştırma Sorular.....                                 | 113 |
| Alternatif Açıklama Soruları.....  | 113 |
| Düşüncelerin Kaydı.....  | 113 |
| Bilişsel Yeniden Yapılandırma Teknikleri.....                                    | 114 |
| Davranış Teknikleri ve Ödevler.....  | 115 |
| Sorun Çözme.....   | 116 |
| Ara İnançlar ve Kurallar.....  | 116 |
| Temel İnançlar.....  | 117 |
| BDT'nin Günümüzdeki Yeri.....  | 118 |
| Kaynaklar.....   | 118 |

## **GESTALT TERAPİ..... 121**

*Fatma Biçer*

|   |     |
|---|-----|
| Temel Kavramlar.....  | 121 |
| İnsan Doğası Anlayışı.....                                      | 121 |
| Gestalt Terapi Kuramının Bazı İlkeleri.....                     | 122 |
| İçinde Bulunulan Zaman.....                                     | 123 |
| Bitirilmemiş İşler.....   | 123 |
| Temas.....  | 124 |
| Temas Sınırı.....   | 124 |
| Temas Süreci.....   | 125 |
| Gestalt Temas Döngüsü.....                                      | 125 |
| Temasın Kesintiye Uğraması.....                                 | 127 |
| İlişki ve İlişkiye Karşı Direnç.....                            | 127 |
| Gestalt Temas Döngüsünün Kesintiye Uğratan Temas Biçimleri..... | 127 |
| Enerji ve Enerji Engelleri.....                                 | 129 |
| Terapötik Süreç.....  | 129 |
| Terapötik Amaçlar.....  | 129 |
| Terapistin İşlev ve Rolü.....                                   | 130 |
| Danışanın Terapi Sürecindeki Yaşantısı.....                     | 132 |
| Terapist ve Danışan İlişkisi.....                               | 133 |

|   |     |
|---|-----|
| Uygulama: Terapötik Teknik ve Yöntemler .....                 | 134 |
| Gestalt Terapi Deneyimleri .....                              | 134 |
| Danışanları Gestalt Terapi Deneyimine Hazırlama.....          | 136 |
| Yüzleştirmenin Rolü .....                                     | 138 |
| Gestalt Terapi Müdahaleleri.....                              | 139 |
| Gestalt Terapinin Katkıları.....                              | 141 |
| Gestalt Terapi Vaka Örneği .....                              | 143 |
| Yas Sürecinde Olan Bir Danışanla Gestalt Rüya Çalışması ..... | 143 |
| Kaynaklar .....   | 146 |

## **DUYGU ODAKLI TERAPİ YAKLAŞIMI ..... 149**

*Esra Akcan*

|  |     |
|--|-----|
| Giriş .....  | 150 |
| Duygu Kavramı.....   | 151 |
| Duygu Koçluğu.....   | 152 |
| Duygu Şemaları .....   | 152 |
| Duygu Değerlendirmesi .....                                  | 153 |
| Birincil Duygular .....                                      | 153 |
| İkincil Duygular .....                                       | 154 |
| Yardımcı Duygular .....                                      | 155 |
| Duygu Türleri.....   | 156 |
| Duygu, Düşünce ve Davranış İlişkisi.....                     | 157 |
| Duygu Odaklı Terapi Yaklaşımı .....                          | 159 |
| Tanımı .....   | 160 |
| Duygu Odaklı Terapi'nin Genel Özellikleri.....               | 161 |
| Duygu Odaklı Terapi'ye Gereklik Duyanlar.....                | 164 |
| Çiftler İçin Duygu Odaklı Terapi .....                       | 164 |
| Bireyler İçin Duygu Odaklı Terapi .....                      | 164 |
| Aileler İçin Duygu Odaklı Terapi .....                       | 164 |
| Danışma-Terapi Süreci .....                                  | 165 |
| Duygu Odaklı Terapi Süresince Takip Edilen Adımlar .....     | 167 |
| Duygu Odaklı Terapi'de Kullanılan Teknikler.....             | 169 |
| Sistemik Çağrışımlı Açılma .....                             | 169 |
| Odaklanmak .....   | 171 |
| Çift Sandalye Canlandırması.....                             | 171 |
| Boş Sandalye Çalışması .....                                 | 171 |
| Empatik Doğrulama .....                                      | 172 |
| Terapi Sürecinde Danışmanın Rolü .....                       | 172 |
| Duygu Odaklı Terapi Sürecinde Uyumsuzlukların Aşılması ..... | 174 |
| Duygu Odaklı Terapi'nin Faydaları.....                       | 175 |
| Duygu Odaklı Terapi'nin Sınırları.....                       | 176 |
| Örnek Vaka .....   | 177 |
| Sonuç .....  | 179 |
| Kaynaklar .....  | 180 |

## **DUYGUSAL ÖZGÜRLÜK TEKNİĞİ (EFT)..... 185**

*Fatih Bal*

|  |     |
|--|-----|
| Giriş .....                              | 185 |
| EFT Kavramı .....                        | 189 |
| EFT’de Başlangıç Aşaması.....            | 200 |
| Film ve Öykü Anlatma Tekniği .....       | 202 |
| EFT’nin Yapılış Şekli .....              | 205 |
| Kolay EFT Tedavi Noktaları Nerede? ..... | 206 |
| Sonuç .....                              | 215 |
| Kaynaklar.....                           | 217 |

## **ÇÖZÜM ODAKLI KISA SÜRELİ TERAPİ..... 221**

*Beril Zeynep Hacıoşman*

|  |     |
|--|-----|
| Tarihsel Süreç .....   | 221 |
| Felsefesi ve Önemi.....  | 221 |
| Temel İlkeleri.....  | 223 |
| Uluslararası ve Ulusal Alanda Yapılan Bilimsel Çalışmalar .....                    | 224 |
| Çözüm Odaklı Kısa Süreli Terapi Soruları .....                                     | 225 |
| Çözüm Odaklı Kısa Süreli Terapi Yönteminin Uygulanabilirliği ve Alana Katkıları .. | 227 |
| Vaka Örneği.....   | 228 |
| Kaynaklar.....   | 231 |

## **AİLE VE ÇİFT TERAPİSİ..... 235**

*Nuşin Bilgin*

|   |     |
|---|-----|
| Sistemik Bakış Açısı ve Aile Terapisinde Gelişimi ..... | 235 |
| Aile Terapisinde Temel Kavram ve İlkeler.....           | 236 |
| Aile Terapisindeki Temel Yaklaşımlar .....              | 239 |
| Yapısal Aile Terapisi .....                             | 239 |
| Terapiye Katılım ve Pozisyonlar.....                    | 240 |
| Yapısal Hareketler -Özet.....                           | 249 |
| Yapılandırılmış İlk Görüşme.....                        | 250 |
| Stratejik Aile Terapisi (Haley & Madanes).....          | 251 |
| Kısa Süreli Çözüm Odaklı Aile Terapisi Teknikleri.....  | 254 |
| Yaşantısal Aile Terapisi Teknikleri.....                | 255 |
| Hayal Gücü ve İmgelere Yönelik Yapılan Teknikler.....   | 256 |
| Sosyometrik Teknikler.....                              | 261 |
| Teknik .....  | 262 |
| Kaynaklar.....  | 263 |

**İMAGO ÇİFT TERAPİSİ..... 265***Hale A. Kahyaoglu Çakmakcı*

|  |     |
|--|-----|
| Diyaloğa Başlarken.....                  | 268 |
| Diyalog.....                             | 268 |
| Davranış Değişimi Talebi Diyalogu.....   | 271 |
| Vaka.....                                | 272 |
| Davranış Değiştirme Talebi Diyalogu..... | 272 |
| Diyaloğa Başlamadan Önce.....            | 272 |
| Özet, Onaylama ve Empati.....            | 275 |
| Kaynaklar.....                           | 277 |

**POZİTİF PSİKOTERAPİ..... 279***İlhan Bozkurt*

|   |     |
|---|-----|
| Giriş.....  | 279 |
| Pozitif Psikolojinin Gelişim Süreci.....                                  | 280 |
| Psikoterapilerin Kültürler Arası Uygulanabilirlik Sorunu.....             | 280 |
| Pozitif Psikoloji Akımı.....  | 282 |
| Pozitif Psikolojik Güçler.....  | 284 |
| Pozitif Psikoterapi İlke ve Teknikleri.....                               | 286 |
| Pozitif Psikoterapinin Temel İlkeleri ve Denge Modeli.....                | 288 |
| Pozitif Psikoterapi Bağlamında İnsanın Temel Kapasite ve Yetenekleri..... | 290 |
| Pozitif Psikoterapinin Uygulama Aşamaları.....                            | 292 |
| Beş Aşamalı Müdahale Programı.....  | 293 |
| Pozitif Psikoterapinin Kullanım Alanları ve Etkinliği.....                | 295 |
| Pozitif Psikoterapilere Yapılan Eleştiriler.....                          | 296 |
| Sonuç.....  | 298 |
| Pozitif Psikoterapi Prosedürü İçin Örnek Bir Terapi Süreci.....           | 300 |
| Kaynaklar.....  | 302 |

**LOGOTERAPİ..... 307***Ömer Akgül*

|  |     |
|--|-----|
| Giriş.....                                       | 307 |
| Hayat Senden Ne Bekliyor?.....                   | 309 |
| Logoterapi ile Tanışmam.....                     | 317 |
| Logoterapi.....                                  | 317 |
| Logoterapi Kavramları.....                       | 320 |
| Psikoterapötik Bir Teknik Olarak Logoterapi..... | 323 |
| Kaynaklar.....                                   | 330 |

**GRUP PSİKOTERAPİLERİ ..... 331***Tuncay Barut*

|   |     |
|---|-----|
| Tarihçe .....                                   | 332 |
| Grubun Tedavi Edici Mekanizmaları .....         | 332 |
| Mikrokozmos Kavramı .....                       | 335 |
| Hangi Psikoterapi Yöntemleri .....              | 336 |
| Grup Psikoterapilerinde Terapistin Konumu ..... | 337 |
| Norm Oluşturmak .....                           | 337 |
| Sözleşme .....                                  | 337 |
| Hasta Seçimi .....                              | 338 |
| Seans Sıklığı ve Süresini Belirleme .....       | 338 |
| Geçmiş Şimdi Gelecek .....                      | 339 |
| Grup Terapisinin Etkinliği .....                | 339 |
| Burada ve Şimdi .....                           | 339 |
| Grupta Çatışma ve Gerilim .....                 | 341 |
| Süreci Destekleme .....                         | 341 |
| Grup Türleri .....                              | 341 |
| Grup Oluşturma .....                            | 342 |
| Gruba Hazırlık .....                            | 343 |
| Grubun Şekillenmesi .....                       | 343 |
| Gruba Devam .....                               | 345 |
| Yeni Üye Kabulü .....                           | 346 |
| Alt Gruplaşma .....                             | 346 |
| Çatışma .....                                   | 347 |
| Açılma .....                                    | 348 |
| Grubu Sonlandırma .....                         | 348 |
| Grup Çeşitleri .....                            | 349 |
| Psikoeğitim Grupları .....                      | 349 |
| Duygusal Gelişim Grupları .....                 | 349 |
| Etkileşim Grupları .....                        | 349 |
| Kendine Yardım Grupları .....                   | 349 |
| Debriefing Grupları .....                       | 350 |
| İlaç Tedavisi Gören Hasta Grupları .....        | 350 |
| Psikotik Hasta Grupları .....                   | 351 |
| Psikodrama .....                                | 351 |
| Yatan Hasta Grupları .....                      | 352 |
| Etik Sınırlar .....                             | 352 |
| Kaynaklar .....                                 | 353 |

**EMDR ..... 355***Onur Okan Demirci*

|  |     |
|--|-----|
| EMDR'nin Kısa Tarihçesi .....                          | 355 |
| EMDR ile Yapılan Akademik Çalışmalardan Örnekler ..... | 356 |
| Travma Sonrası Stres Bozukluğu Kısa Tarihçesi .....    | 359 |

|  |     |
|--|-----|
| Travma Sonrası Stres Bozukluğunun Oluşumu ve Nöropsikobiyojisi ..... | 360 |
| EMDR Nasıl Etki Eder? EMDR Olası Etki Mekanizmaları Nelerdir? .....  | 362 |
| EMDR Yöntemi .....   | 365 |
| 8 Aşamalı Standart EMDR Protokolü .....                              | 366 |
| Çocuklarda EMDR Kullanımı .....                                      | 374 |
| Rüyalar ile EMDR Çalışmak .....                                      | 375 |
| Gruplarla EMDR Çalışmak .....  | 375 |
| EMDR Tek Başına Yeterli mi? .....                                    | 375 |
| EMDR Seansları Ne Sıklıkta, Hangi Sürelerde Yapılmalıdır? .....      | 376 |
| Kimler EMDR Uygulayabilir? .....                                     | 376 |
| EMDR Bir Ekol mü?, Teknik mi?, Yöntem mi? .....                      | 377 |
| EMDR ile Tedavi Edilen Bir Vaka .....                                | 378 |
| Kaynaklar .....  | 381 |

## **ŞEMA TERAPİ..... 385**

*Kahraman Güler*

|   |     |
|---|-----|
| Şema Terapi Modeli .....  | 385 |
| Erken Dönem Uyumsuz Şemalar .....                                       | 386 |
| Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Özellikleri .....                         | 388 |
| Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Kökeni .....                              | 389 |
| Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Sınıflandırılması .....                   | 391 |
| Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ile Başa Çıkma Biçimleri ve Tepkileri ..... | 398 |
| Şema Mod Modeli .....   | 402 |
| Çocuk Modları .....   | 403 |
| Sağlıklı ve İşlevsel Modlar .....                                       | 405 |
| Şema Terapinin Amaçları ve Aşamaları .....                              | 405 |
| Şema Değerlendirmesi ve Değişim Aşamaları .....                         | 407 |
| Değerlendirme ve Eğitim Evresi .....                                    | 407 |
| Şemaları Tetiklemek .....   | 408 |
| Şema Kaçınması ile Yüzleşmek .....                                      | 409 |
| Şemaya Dayalı Davranışı Belirlemek .....                                | 409 |
| Şema Terimlerinin Kavramsallaştırılması .....                           | 410 |
| Şemaların Ayırt Edilmesi .....  | 410 |
| Değişim Evresi .....  | 410 |
| Bilişsel Stratejiler .....  | 411 |
| Şemanın Geçerliliğinin Test Edilmesi .....                              | 411 |
| Deneysel Stratejiler .....  | 413 |
| Kişiler Arası Stratejiler .....   | 415 |
| Davranışsal Stratejiler .....   | 415 |
| Kaynaklar .....   | 417 |



**CİNSEL TERAPİ..... 419**

*Rıdvan Üney*

|  |     |
|--|-----|
| Cinsellik ve İlgili Kavramlar.....       | 419 |
| Cinsellik .....                          | 419 |
| Cinsel Sağlık .....                      | 419 |
| Cinsiyet (Seks).....                     | 420 |
| Toplumsal Cinsiyet (Gender).....         | 420 |
| Cinsel Kimlik (Gender Identity).....     | 421 |
| Cinsel Yönelim .....                     | 421 |
| Cinsel Davranışlar.....                  | 422 |
| Cinsel Yakınlık .....                    | 422 |
| Cinsel Birleşme .....                    | 422 |
| Mastürbasyon (Onanizm).....              | 422 |
| Cinsel İstek.....                        | 422 |
| Cinsel İlişki .....                      | 423 |
| Sağlıklı Cinsel İlişki.....              | 423 |
| Cinsellik Eğitimi .....                  | 423 |
| Cinsel Olarak Sağlıklı Yetişkin.....     | 423 |
| Cinsel Olarak Sağlıklı Toplum.....       | 423 |
| Cinsel İşlev Bozuklukları.....           | 424 |
| Cinsel Terapilerin Tarihi.....           | 424 |
| Cinsel Anatomi .....                     | 428 |
| Kadın Cinsel Anatomisi .....             | 428 |
| Dış Genitaller (Vulva).....              | 428 |
| Mons Veneris .....                       | 429 |
| Labia Major.....                         | 429 |
| Labia Minor.....                         | 429 |
| Klitoris .....                           | 430 |
| Vestibül .....                           | 430 |
| İç Genitaller.....                       | 430 |
| Vajina .....                             | 431 |
| Himen (Kızlık zarı) .....                | 431 |
| Serviks (Rahim ağzı).....                | 431 |
| Uterus (Rahim).....                      | 431 |
| Fallop Tüpleri.....                      | 431 |
| Overler (Yumurtalıklar) .....            | 431 |
| Ek: G noktası (Grafenberg noktası):..... | 432 |
| Memeler .....                            | 432 |
| Erkek Cinsel Anatomisi .....             | 432 |
| Penis .....                              | 432 |
| Sünnet.....                              | 433 |
| Skrotum.....                             | 434 |
| Testisler.....                           | 434 |

|   |     |
|---|-----|
| Epididim ve Vas Deferens.....   | 434 |
| Prostat ve İlişkili Organlar .....  | 435 |
| Memeler .....   | 435 |
| Diğer Erojen Bölgeler .....   | 435 |
| Cinsel Fizyoloji.....   | 435 |
| Cinsel Yanıt Döngüsü .....  | 436 |
| Nöroendokrin Temeller.....  | 437 |
| Cinsel İlginin Artmasının veya Azalmasının Nedenleri.....                     | 437 |
| Cinsel İlgii Artıran Durumlar.....  | 437 |
| Cinsel Yolla Buluşan Hastalıklar ve Cinsellik.....                            | 439 |
| Cinsel Yolla Bulunan Hastalıklar ile İlişkili Faktörler .....                 | 439 |
| CYBH Belirti ve Bulguları.....  | 440 |
| Cinsel Mitler .....   | 441 |
| Kadın-Erkek Roller ile İlgili Yanlış İnanışlar .....                          | 441 |
| Cinsel İstekle İlgili Yanlış İnanışlar .....                                  | 442 |
| Cinsel İlişki Sırasındaki Davranışlarla İlgili Yanlış İnanışlar .....         | 442 |
| Cinsel İşlevlerle İlgili Yanlış İnanışlar.....                                | 443 |
| Cinsel Anatomiyile İlgili Yanlış İnanışlar .....                              | 444 |
| Hamile Kalma ile İlgili Yanlış İnanışlar .....                                | 444 |
| Eşcinsellikle İlgili Yanlış İnanışlar .....                                   | 444 |
| Cinsel Öykü .....   | 445 |
| Cinsel İşlev Bozuklukları (DSM-V) Kategorileri .....                          | 450 |
| Cinsel İşlev Bozuklukları Tedavisinde Genel Prensipler.....                   | 451 |
| Cinsel İşlev Bozuklukları (DSM-V) Kategorilerine Göre Tedavi Basamakları..... | 453 |
| Erkeklerde Düşük Cinsel İstek Bozukluğu .....                                 | 453 |
| Sertleşme Bozukluğu (Eretil Disfonksiyon).....                                | 454 |
| Erken Boşalma (Prematür Ejekülasyon) .....                                    | 456 |
| Geç Boşalma .....   | 457 |
| Kadında Cinsel İlgii/Uyarılma Bozukluğu .....                                 | 458 |
| Cinsel Organlarda-Pelviste Ağrı/İççe Girme Bozukluğu .....                    | 459 |
| Kadında Orgazm Bozukluğu.....   | 461 |
| Örnek Vaka .....  | 464 |
| Kaynaklar.....  | 467 |

## **SANAT TERAPİSİ .....** 473

*Berk Efe Altınal*

|   |     |
|---|-----|
| Sanat Terapisinin Tarihçesi.....  | 474 |
| Sanat Terapistlerinin Kullandıkları Kuramsal Modeller .....                     | 476 |
| Eklektik Sanat Terapisi .....   | 476 |
| Psikanalitik Sanat Terapisi.....  | 477 |
| Arketipik Sanat Terapisi .....  | 478 |
| Arketipik sanat terapisi görüntülerin yapısı ve içeriğine odaklanır.....        | 478 |
| Arketipik sanat terapisinin görüntülere yaklaşımı sembolik değil imgeseldir. .. | 479 |

|   |     |
|---|-----|
| Arketipik sanat terapistleri görüntüleri kendi sözcükleri ile duyabilmek adına metaforik bir dil kullanırlar..... | 479 |
| Bilişsel Davranışçı Sanat Terapisi .....  | 479 |
| Sanat Terapisinin Kullanım Alanları.....  | 480 |
| Vaka Örneği: Zorbalığa Uğrayan Çocuklar .....   | 482 |
| İleri okumalar .....  | 485 |
| Kaynaklar.....  | 485 |

## **OYUN TERAPİSİ..... 487**

*Sevcan Karakoç Demirkaya*

|  |     |
|--|-----|
| Oyun Nedir?.....   | 487 |
| Çocuklarda Oyun Dönemleri .....                                    | 488 |
| Oyun Terapisi Nedir?.....  | 488 |
| Oyun Terapisi.....   | 490 |
| Oyun Terapisinin Kullanım Alanları.....                            | 491 |
| Oyun Terapisi Türleri.....   | 492 |
| Yönlendirmesiz (Nondirektif-Yapılandırılmamış) Oyun Terapisi ..... | 492 |
| Yönlendirilmiş (Direktif- Yapılandırılmış) Oyun Terapisi .....     | 494 |
| Filial Terapi.....   | 494 |
| Bilişsel Davranışçı Oyun Terapisi .....                            | 495 |
| Bilişsel Davranışçı Oyun Terapisi Yaklaşımının Özellikleri .....   | 496 |
| Oyun Terapisinin Hedefleri.....                                    | 497 |
| Oyun Terapisinin Bileşenleri .....                                 | 497 |
| Oyun Terapisine Getirilen Çocuk.....                               | 497 |
| Oyun Terapisti.....  | 498 |
| Oyun Odası ve Gereçleri.....                                       | 498 |
| Anne, Baba, Kardeş.....  | 499 |
| Oyuncak ve Oyun Materyalleri .....                                 | 499 |
| Oyun Terapisi Süreci .....   | 500 |
| Oyun Terapisinde Sınırlar .....                                    | 502 |
| Olgu Örnekleri .....   | 503 |
| Son Söz .....  | 505 |
| Kaynaklar.....   | 505 |

## **MASAL TERAPİ..... 507**

*Pelin Hazer*

|   |     |
|---|-----|
| Masalın Tarihçesi.....  | 507 |
| Çocuklar Neden Bazı Masalları Dinlemekten Daha Çok Keyif Alır?..... | 508 |
| Masallar Problem Çözmeye Nasıl Yardımcı Olur?.....                  | 508 |
| Masallarda İçerik (Anlam) .....                                     | 509 |
| Masallarda Kullanılan Tekerlemeler.....                             | 510 |
| Masallardaki Temalar .....  | 511 |

|  |     |
|--|-----|
| Masal Temalarında Aile Bireylerinden Birinin Uzaklaşması ..... | 511 |
| Masal Temalarında Yasaklar-Yasakların Çiğnenmesi .....         | 512 |
| Masal Temalarındaki Çalma .....                                | 512 |
| Masal ve Hikâyelerde Kullanılan Metaforlar .....               | 512 |
| Gelişim Dönemlerine Göre Masallar .....                        | 513 |
| Oral Dönem.....  | 513 |
| Anal Dönem.....  | 514 |
| Fallik Dönem .....   | 514 |
| Terapilerde Masal ve Öykülerin Çalışılması.....                | 514 |
| Çocukla Oluşturulan Masallar/Öyküler .....                     | 515 |
| Terapilerdeki Öykü-Masallara Çocuğu Dâhil Edin.....            | 515 |
| Terapistin Rolü.....   | 515 |
| Kaynaklar .....  | 516 |

## **DIŞAVURUMCU TERAPİLER..... 519**

*Merve Çalık*

|  |     |
|--|-----|
| Dışavurumcu Terapi Türleri.....  | 523 |
| Sanat Terapisi.....  | 524 |
| Müzik Terapisi .....   | 526 |
| Dans ve Hareket Terapisi .....   | 527 |
| Drama Terapi .....   | 528 |
| Şiir Terapi .....  | 530 |
| Bibliyoterapi .....  | 530 |
| Bütüncül Sanat Terapisi .....  | 531 |
| Dışavurumcu Etkinliklere Dayalı Yarı Yapılandırılmış Grupla Psikolojik Danışma Programı..... | 532 |
| Kaynaklar .....  | 549 |