

PSİKOLOJİK DANIŞMADA ANA AKIM DIŞI KURAMLAR

Alternatif Yaklaşımlar ve Uygulamalar

Editör

Doç. Dr. Fahri SEZER

 **Vizetek**
Yayincılık

PSİKOLOJİK DANIŞMADA ANA AKIM DIŞI KURAMLAR

Alternatif Yaklaşımlar ve Uygulamalar

Editör

Doç. Dr. Fahri SEZER

Yazarlar

Ahmet Ragıp ÖZPOLAT – Bahar KÜÇÜKASLAN – Büşra ARSLAN
Ceyda TAVUKCULAR – Dila DEDEOĞLU – Dilan ZİYANAK – Elif Nur ÇELİK
Enes SEMİZ – Erhan TUNÇ – Ezgi Nur SARITAŞ – Fahri SEZER
Fatmanur SÜSİN KAVALCI – Gizem KARAMAN – Gözde MUTLUGÜN
Gülşah CANDEMİR – Halil EKŞİ – Hasan Celal TOPAL – Mehmet DEMİR
M. Furkan TUNÇ – Merve GÜL – Nadire Zehra ŞAFAK – Selami OKTAN
Senanur TOKMAK – Serkut ÇİÇEK – Sude BAKSI

Tuba LALECİ – Zeynep AKBİYİK

ISBN: 978-625-382-299-6

E-ISBN: 978-625-382-298-9

DOI: 10.54637/vizetek.9786253822989

Copyright © Vizetek

Bu kitabın basım, yayım ve satış hakları Vizetek Yayıncılık Sanayi ve Ticaret Limited Őirketine aittir. Vizetek Yayıncılık'ın izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri, kapak tasarımı, elektronik, mekanik, fotokopi, manyetik, kayıt ya da başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz.

Bu kitap, basılı ve elektronik (e-kitap) formatlarında yayımlanmaktadır.

Kitap içeriğinin tüm sorumluluğu yazar(lar)ına aittir.

Yayın Tasarımcısı / Koordinatörü: Ferit RESULOĞULLARI

Kapak Tasarımı ve Mizanpaj: Ahmet TUNÇDEMİR

Baskı: Ankara | Haziran, 2026



Seyranbağları Mah. İncesu Cad. 10/2 Çankaya/ANKARA

Tel.: (0312) 482 00 11

Web: www.vizetek.com.tr

E-mail: vizetekyayincilik@gmail.com

Yayıncı Sertifika No: 41575

Baskı: Vadi Grafik Tasarım ve Reklamcılık | 47479

ÖN SÖZ

Psikolojik danışma ve psikoterapi alanı, insanın değişen ihtiyaçları, çeşitlenen yaşam deneyimleri ve karmaşıklaşan psikososyal sorunları doğrultusunda sürekli gelişen dinamik bir yapıya sahiptir. Uzun yıllar boyunca alanda baskın biçimde yer alan klasik kuramsal yaklaşımlar; bireyin yaşantısını anlamada önemli katkılar sunmuş olsa da çağdaş dünyada ortaya çıkan çok boyutlu psikolojik ihtiyaçlar, alternatif yaklaşım ve uygulamaların önemini giderek artırmıştır. Özellikle bireyin yalnızca semptomlarına değil; anlam arayışına, ilişkisel örüntülerine, kültürel bağlamına, bedensel deneyimine ve öznel yaşam hikâyesine odaklanan çağdaş kuramlar, psikolojik danışma disiplinine yeni perspektifler kazandırmaktadır.

Elinizde bulunan *Psikolojik Danışmada Ana Akım Dışı Kuramlar: Alternatif Yaklaşımlar ve Uygulamalar* adlı bu eser, psikolojik danışma alanında çoğu zaman sınırlı biçimde ele alınan ya da görece daha az görünür olan kuramsal yaklaşımları akademik bir bütünlük içerisinde bir araya getirme amacıyla hazırlanmıştır. Kitapta yer alan bölümler; mentalizasyon temelli terapilerden kabul ve kararlılık terapisine, transpersonel psikolojiden hakomi yöntemine, imago ilişki terapisinden feminist terapiye kadar geniş bir yelpazede farklı yaklaşım ve uygulamaları kapsamaktadır. Bunun yanında oyun terapisi, sanat terapisi, öyküsel terapi, pozitif psikoterapi, şema terapi ve duygu odaklı terapi gibi günümüzde uygulama alanı giderek genişleyen yaklaşımlar da kuramsal ve uygulamalı boyutlarıyla ele alınmıştır.

Bu kitabın temel amacı, yalnızca alternatif kuramları tanıtmak değil; aynı zamanda psikolojik danışman adaylarına, araştırmacılara ve alanda çalışan uzmanlara farklı düşünme biçimleri kazandırmaktır. Çünkü psikolojik yardım süreci, tek bir doğru yaklaşımın değil; bireyin ihtiyaçlarına uygun, çok boyutlu ve bütüncül bir anlayışın önem kazandığı bir süreçtir. Her bireyin yaşam öyküsü benzersizdir ve bu benzersizliği anlayabilmek, farklı kuramsal pencerelerden bakabilmeyi gerektirir. Bu nedenle kitapta yer alan her bölüm, okuyucuya yalnızca kuramsal bilgi sunmayı değil; aynı zamanda insanı anlamaya yönelik alternatif bakış açıları geliştirmeyi hedeflemektedir.

Alan yazında giderek daha fazla önem kazanan bütüncül ve çoğulcu yaklaşım anlayışı doğrultusunda hazırlanan bu eserin, psikolojik danışma eğitimi alan lisans ve lisansüstü öğrencilerine, akademisyenlere,

uygulayıcılara ve ruh sağlığı alanına ilgi duyan tđm okuyuculara katkı sunacağı dđřđnđlmektedir. Farklı üniversitelerden ve çalışma alanlarından katkı sağlayan değerli bđlđm yazarlarının akademik birikimleri, bu çalışmanın zenginleşmesinde önemli rol oynamıştır. Her bir yazara özverili katkılarından dolayı iten teřekkđrlerimi sunuyorum.

Bilimsel üretimin ve akademik paylaşımın, insanı daha derinlikli anlama çabasına katkı sunması dileğiyle...

Editör
Fahri SEZER

İÇİNDEKİLER

1. BÖLÜM

PSİKOLOJİK DANIŞMADA ANA AKIM DIŞI KURAMLAR..... 1

Gülşah CANDEMİR

2. BÖLÜM

MENTALİZASYON TEMELLİ TERAPİ: ZİHİNSEL İŞLEVİN ONARIMI 24

Erhan TUNÇ

Gülşah CANDEMİR

3. BÖLÜM

DUYGU ODAKLI TERAPİ (EMOTION-FOCUSED THERAPY): KURAMSAL
TEMELLER, DEĞİŞİM SÜREÇLERİ VE KLİNİK UYGULAMALAR..... 57

Ahmet Ragıp ÖZPOLAT

4. BÖLÜM

BENLİĞİN SINIRLARINDAN BİLİNCİN SONSUZLUĞUNA:
DÖRDÜNCÜ GÜÇ OLARAK TRANSPERSONEL PSİKOLOJİ..... 85

Halil EKŞİ

M. Furkan TUNÇ

5. BÖLÜM

KABUL VE KARARLILIK TERAPİSİ 106

Mehmet DEMİR

6. BÖLÜM

İMAGO İLİŞKİ TERAPİSİ 133

Tuba LALECİ

Fahri SEZER

7. BÖLÜM

NÖRO LİNGÜİSTİK PROGRAMLAMA (NLP) 167

Selami OKTAN

Fahri SEZER

8. BÖLÜM

ÖYKÜSEL TERAPİ: HAYAT HİKAYESİNİ YENİDEN YAZMAK 199

Gizem KARAMAN

Fatmanur SÜSİN KAVALCI

9. BÖLÜM

**OYUNUN İYİLEŞTİRİCİ GÜCÜ:
PSİKOLOJİK DANIŞMADA OYUN TERAPİSİ..... 222**

Merve GÜL

Nadire Zehra ŞAFAK

Zeynep AKBIYIK

10. BÖLÜM

**CİNSEL TERAPİ:
BEDENSEL HAZ VE DUYGUSAL YAKINLIĞIN BÜTÜNLEŞMESİ..... 261**

Serkut ÇİÇEK

Dilan ZİYANAK

11. BÖLÜM

POZİTİF PSİKOTERAPİ..... 299

Senanur TOKMAK

Dila DEDEOĞLU

12. BÖLÜM

**GÖZ HAREKETLERİYLE DUYARSIZLAŞTIRMA VE YENİDEN İŞLEME (EMDR)
TERAPİSİ: TEORİ, PROTOKOL VE KANIT TEMELİ..... 324**

Enes SEMİZ

Bahar KÜÇÜKASLAN

13. BÖLÜM

SANAT TERAPİSİ 347

Gözde MUTLUGÜN

Hasan Celal TOPAL

14. BÖLÜM

**HAKOMİ TERAPİ: BEDENSEL FARKINDALIK
TEMELLİ DENEYİMSEL PSİKOTERAPİ 365**

Ceyda TAVUKCULAR

Elif Nur ÇELİK

15. BÖLÜM

ŞEMA TERAPİ 381

Ezgi Nur SARITAŞ

Sude BAKSİ

16. BÖLÜM

FEMİNİST TERAPİ: KİŞİSEL OLAN POLİTİKTİR 420

Büşra ARSLAN

Erhan TUNÇ

