

PSİKOTERAPİYİ BÜTÜNLEŞTİRME ARAŞTIRMALARI DERNEĞİ

SEPI Türkiye Bölgesel Ağı E-BÜLTEN

Psychotherapy Institute
of Turkey



Society for the Exploration
of Psychotherapy Integration

SEPI

SEPI BÜLTEN SAYI 5/ ARALIK

EDİTÖRDEN...

Yıllardır heyecanla beklediğimiz 41. SEPI İstanbul Kongresini geride bıraktık!. Dünyanın dört bir yanından gelen psikoterapi camiasından bir çok değerli hocamız ve katılımcıları ağırlamak heyecan verici ve öğretici bir deneyim sundu. 10-12 Ekim 2025 tarihinde İstanbul da gerçekleşen Kongrede ev sahipliği yapmak hem ülkemiz hem de psikoterapi camiamız adına gurur vericiydi. Ülkemizde psikoterapi alanında çalışan çok değerli meslektaşlarımız yurt dışına çıkmadan bir çok kültürden ve farklı ekollerle çalışan deneyim sahibi terapistlerle tanışma ve kaynaşma fırsatı buldu. Dileriz ki, bu bir başlangıç olur ve daha nice uluslararası kongrelere ev sahipliği yapar, psikoterapi alanında dünyada gerçekleşen yeni gelişmeler ve çalışmaları yakından takip etme fırsatı bulabiliriz. bu Kongre ile birlikte bir çok meslektaşımız yabancı meslektaşlarımızla bir araya gelip ortak çalışmalar yürütme fırsatı da bulmuştur. Bu entegrasyon ile dünya adına bütünleşmiş bir çatı altında buluşacağımız ve mesleğimizin hedefi olan daha iyi bir insan yaşantısına kavuşma bilincine dil, din, ırk ayırt etmeksizin ulaşacağımızdan ümitliyiz. Kongrede bulunan, sunumları ile yeni gelişmeler ve çalışmalarını bizlerle paylaşan hocalarımıza, katılımcılarımıza bu eşsiz sürecin parçaları oldukları için teşekkür ederiz.

Bizimle iletişime geçmek ve *SEPI Türkiye*'nin çalışmalarını takip etmek için [@sepiturkiye](https://www.instagram.com/sepiturkiye) instagram adresini takip edebilirsiniz.

Keyifli okumalar dileriz.

SEPI Türkiye Bülten Ekibi
Uzm. Psk. Dan Pınar Ağırsoy
Psk. Dan Gülşah Alcan Çapraz

İletişim Adresleri

Tahir ÖZAKKAŞ, SEPI Türkiye Bölgesel Ağı Başkanı
ozakkas@psikoterapi.com
Burak ŞENSÖZ, SEPI Türkiye Bölgesel Ağı Yöneticisi
buraksensoz@psikoterapi.com

Web Sitesi

www.sepiistanbul.org.tr

Bizi instagramdan takip edin!

[@sepiturkiye](https://www.instagram.com/sepiturkiye)

İÇİNDEKİLER

**2...HİPNOTERAPİNİN
DEPRESYON TEDAVİSİNDEKİ ETKİNLİĞİ:
SİSTEMATİK BİR DERLEME**
/Dr. Mehmet Tekneci

**4...'DÖRT KAPI BİR ODA
BİPOLAR BOZUKLUK HİKÂYELERİ'**
/ Psk. Dan. Gülşah Alcan Çapraz

5...2025 SEPI KONGRESİ ARDINDAN
/ Psk. Dan. Makbule Saka

6...SİZDEN GELENLER

**8...INTERVIEW WITH MARCUS BOCKLE/
SEPI TÜRKİYE**

**11...INTERVIEW WITH MARCUS BOCKLE(
TR)/ SEPI TÜRKİYE**

14...ANILAR

**20...INTERVIEW WITH NUNO
CONCENCIAO/ SEPI TÜRKİYE**

**23...INTERVIEW WITH NUNO
CONCENCIAO(TR) / SEPI TÜRKİYE**

**26...HEİNZ KOHUT VE KENDİLİK
PSİKOLOJİSİ/ PSK. DAN. HÜLYA KUŞ**



DR. MEHMET TEKNECİ

HİPNOTERAPİNİN DEPRESYON TEDAVİSİNDEKİ ETKİNLİĞİ: SİSTEMATİK BİR DERLEME

Mehmet Tekneci , Muhammed Erdiñ Türk , Bilal Sert , Sıla Zeynep Özşarı

Bu sistematik derlemede araştırmacı tarafından, hipnoterapinin depresyon tedavisindeki etkililiğini ortaya koymak amacıyla kapsamlı bir inceleme yapılmıştır. Depresyonun yaygınlığı ve bireylerin yaşam kalitesine olan olumsuz etkileri vurgulanmış; farmakolojik tedavilerin yanı sıra psikoterapötik yöntemlerin de önemli bir yer tuttuğu belirtilmiştir. Hipnoterapinin, bilinçdışı süreçlere yönelik müdahaleler içermesi nedeniyle depresyon tedavisinde potansiyel bir yöntem olabileceği ifade edilmiştir.

Giriş bölümünde depresyonun hem bireysel hem toplumsal yüküne dikkat çekilmiştir. Mevcut tedavi yöntemlerinin her zaman yeterli olmayabileceği, bu nedenle alternatif veya tamamlayıcı yöntemlerin değerlendirilmesi gerektiği belirtilmiştir. Hipnoterapinin, telkin ve bilinçdışı odaklı teknikler sayesinde duygusal düzenleme üzerinde etkili olabileceği literatürden örneklerle desteklenmiştir. Bu bağlamda, hipnoterapinin depresyon tedavisindeki yeri sistematik olarak araştırılmıştır.

Araştırmada 2005-2025 yılları arasındaki yayınlar taranmıştır. Tarama 22 Şubat 2025 tarihinde gerçekleştirilmiştir. ProQuest, Scopus, Taylor & Francis Online, ScienceDirect, PubMed, Google Scholar ve EBSCOhost veri tabanları kullanılarak anahtar kelime temelli aramalar yapılmıştır. Çalışmaya yalnızca Türkçe ve İngilizce yayımlanmış makaleler dahil edilmiştir. Dahil edilme kriterlerine uymayan yayınlar elenmiştir. Sonuç olarak toplam 17 araştırma incelemeye alınmıştır. Bu çalışmaların yöntemleri, örneklem büyüklükleri, uygulanan hipnoterapi protokolleri ve kullanılan ölçme araçları detaylı biçimde analiz edilmiştir.

ncelenen çalışmalar sonucunda birkaç temel bulgu elde edilmiştir. Birinci olarak, hipnoterapinin özellikle Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT) ile birlikte uygulandığında depresif belirtilerde anlamlı düzeyde azalma sağladığı görülmüştür. Hipnoterapinin BDT'nin bilişsel yeniden yapılandırma süreçlerini güçlendirdiği, telkin temelli tekniklerle terapi etkisini artırdığı saptanmıştır. Birçok çalışma, BDT + hipnoterapi kombinasyonunun tek başına BDT'den daha etkili olduğuna işaret etmiştir.



İkinci olarak, hipnoterapinin sadece psikolojik semptomları değil, fizyolojik süreçleri de etkilediği bulunmuştur. Bazı çalışmalarda otonom sinir sisteminin dengelendiği, özellikle kalp hızı değişkenliği gibi biyofizyolojik göstergelerde iyileşme gözlemlenmiştir. Bunun yanı sıra hipnoterapinin öz-şefkati artırdığı, stresle başa çıkma becerilerini geliştirdiği ve psikolojik esnekliği güçlendirdiği rapor edilmiştir. Bu bulgular, hipnoterapinin depresyonu yalnızca semptom düzeyinde değil, bireyin bütüncül işleyişi bağlamında da olumlu etkileyebileceğini göstermiştir.

Üçüncü olarak, literatürdeki çalışmaların önemli sınırlılıkları olduğu belirlenmiştir. İncelenen araştırmaların büyük bir kısmının tek-örneklemlili, küçük ölçekli veya pilot nitelikli çalışmalar olduğu görülmüştür. Ayrıca hipnoterapi uygulamalarının süreleri, teknikleri ve protokolleri arasında ciddi farklılıklar bulunmuştur. Bu heterojenlik, sonuçların genellenebilirliğini azaltan bir unsur olarak değerlendirilmiştir. Bazı çalışmalarda hipnoterapinin diğer terapilerle eş zamanlı uygulanıp uygulanmadığı net şekilde belirtilmemiştir. Bu durum, hipnoterapinin etkisinin bağımsız olarak değerlendirilmesini zorlaştırmıştır.

Tartışma bölümünde, hipnoterapinin depresyon tedavisinde umut verici sonuçlar ortaya koyduğu dile getirilmiştir. Özellikle BDT ile entegrasyonunun etkili olduğu vurgulanmıştır. Bununla birlikte mevcut çalışmaların sınırlılıkları nedeniyle hipnoterapinin standart bir tedavi olarak önerilebilmesi için daha güçlü kanıtlara ihtiyaç olduğu belirtilmiştir. Ayrıca hipnoterapinin fizyolojik düzenleme, öz-şefkat artışı ve psikolojik esneklik gibi ek faydalar sağlayabileceği ifade edilmiştir; ancak bu mekanizmaların bilimsel olarak daha ayrıntılı biçimde açıklanmasına ihtiyaç olduğu belirtilmiştir.

Sonuç olarak, hipnoterapinin depresyon tedavisinde etkili bir tamamlayıcı yöntem olabileceği sonucuna varılmıştır. Ancak literatürdeki metodolojik çeşitlilik ve sınırlı örneklem büyüklükleri nedeniyle daha kapsamlı, kontrollü ve uzun dönemli çalışmalara ihtiyaç olduğu önerilmiştir. Gelecek araştırmalarda standart hipnoz protokollerinin oluşturulması, farklı yaş ve depresyon şiddeti gruplarında etkinliğin değerlendirilmesi ve terapist değişkenlerinin kontrol edilmesi gerektiği belirtilmiştir.

İLGİNİZİ ÇEKERSE MAKALEYE BURADAN ULAŞABİLİRSİNİZ

Tekneci, M., Türk, M. E., Sert, B., Özşarı, S. Z. (2025). Hipnoterapinin Depresyon Tedavisindeki Etkinliği: Sistematik Bir Derleme. Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi, 8(16), 43-59.



PSK. DAN. GÜLŞAH ALCAN ÇAPRAZ

SEPI TÜRKİYE EĞİTİM KOMİTESİ ÜYESİ

Dört Kapı Bir Oda

-Bipolar Bozukluk Hikâyeleri-



Psikiyatrist Dr. Dilek Yeşilbaş'ın yıllara dayanan mesleki tanıklıklarından yola çıkarak yazdığı *Dört Kapı Bir Oda*, klinik gözlemi edebi anlatıyla buluşturuyor. Okuru Bipolar Bozukluğun doğası, tedavi yöntemleri ve eşlik eden başka rahatsızlıklar hakkında bilgilendirirken yaygın yanlış kabullere ve önyargılara değiniyor.

Dr. Yeşilbaş, her biri gerçek yaşamdan esinlenen dört hikâye –Dirayet, Sükûnet, Mizan ve Sebat– aracılığıyla çeşitli sorulara yanıt veriyor: Bipolar Bozukluğu olan kişilerin ve yakınlarının karşılaştığı zorluklar, aile yaşamı, çocuk sahibi olmak, iş hayatı, sosyal hayat ve toplumsal etkiler...

Bilimsel temele dayanan ancak duygusal derinliğini kaybetmeyen bu anlatılar, psikiyatrik bilgiyi insani sezgisiyle birleştirerek, umudu diri tutuyor.

Ruhsal rahatsızlıklar hakkında doğruyla yanlış ayırt etmenin zorlaştığı bu günlerde, Dr. Yeşilbaş'ın *Dört Kapı Bir Oda* kitabı, Bipolar Bozukluk ile ilgili doğru bilgilerin yayılmasına ve toplumsal önyargıların kırılmasına önemli bir katkı sunacağı inancındayım.

Bu kitabın bize sundukları;

- Ruh sağlığı alanında farkındalığı artırarak psikiyatrik rahatsızlıklara daha empatik yaklaşabilmeyi,
- Bipolar Bozukluğu yaşamın çeşitliliğine dair bir gerçeklik olarak görmeyi,
- Bipolar Bozukluk ile yaşamının yarattığı zorlukları kolaylaştıracak çözümlerin olduğunu fark etmeyi,
- Bipolar Bozukluk ile yaşayanların ve yakınlarının yalnız olmadıklarını hissetmelerini; alabilecekleri tüm destekler hakkında fikir sahibi olmalarını hedeflediği şeklinde özetlenebilir.





PSK. DAN. MAKBULE SAKA
SEPI TÜRKİYE İLETİŞİM KOMİTESİ ÜYESİ

2025 SEPI KONGRESİ ARDINDAN

Kasım 2025 tarihinde Türkiye, her yıl başka bir ülkede düzenlenen SEPI Kongresi'ne ilk kez ev sahipliği yaparak önemli bir uluslararası bilimsel buluşmaya kapılarını açtı. Üç gün boyunca dokuz farklı salonda eş zamanlı olarak gerçekleştirilen sunumlar katılımcılara eşsiz bir bilimsel ziyafet sundu. Gerek akademik çeşitliliği gerekse katılımcı profili açısından son yılların en dikkat çekici etkinliklerinden biri olan 2025 SEPI İstanbul Kongre'si hem organizasyon kalitesi hem de bilimsel içeriğiyle büyük beğeni topladı.

Bütüncül Psikoterapi misyonuyla çalışan akademisyenler ve klinisyenler 2025 SEPI İstanbul Kongre'sine dünyanın pek çok köşesinden gelerek iştirak ettiler. Kongre disiplinler arası etkileşimi güçlendiren bir platform oluşturdu. Çeşitli ülkelerden uzmanların bir araya gelmesi hem klinik uygulamalara hem de akademik çalışmalara yeni bakış açıları kazandırdı.

Organizasyonun ev sahibi olarak Türkiye'nin gösterdiği misafirperverlik ve Türk insanının sıcak kanlılığı kongre boyunca sıkça dile getirilen bir memnuniyet unsuru oldu. Boğazda tekne turu yapılarak gerçekleştirilen gala yemeğinde "Aziz İstanbul" tüm güzelliği ile yerli ve yabancı misafirlerini büyüledi.

Genel olarak, 2025 SEPI İstanbul Kongresi hem içerik hem de organizasyon bakımından son derece başarılı geçti ve katılımcılarından tam not aldı. Türkiye'nin bu önemli bilimsel etkinliğe ilk kez ev sahipliği yapması, gelecek yıllarda da uluslararası bilimsel toplantılar için güçlü bir aday olabileceğini gösterdi.

Sizden gelenler

Thanks a lot for the organisation of the amazing conference to you Tamir and all people who have supported you!

It was great to chat with so many incredible people from all over the world! Hopefully see you in California next year!
Marcus Böckle

Likewise, I am very grateful for this wonderful event and I am so glad that I was able to be a part of it 😊

I would like to extend my sincere gratitude to the SEPI editorial board and the entire organizing team, especially Dr. Tahir Özakkaş, as well as all the distinguished speakers and participants. The presentations were highly informative, thought-provoking, and provided us with valuable new perspectives. Many thanks to everyone involved.

Yes, I feel replete, I come away moved by the warmth and energy of Tahir and his students and colleagues, and appreciation for the drive and commitment of SEPI organisers. A great conference. Thank you all. 🌸

With congratulations and gratitude to all organizers and hosts. So glad for this chance to learn about our shared work here in Turkey.
Margot

First of all, thank you so much to the organization team of Congress. Your effort was tremendous 🌸 And, secondly, I want to thank all the attendees both who contribute by their presentation and who promote the understanding by their comments&questions. I was lovely to meet you all and to have such a nourishing interaction. Glad to know you, learn from you, and share with you both knowledge, experience and enthusiasm. For those who will travel back home, I wish you a safe journey. Hope to meet you with you again. Please take care of yourself.

Bu yıl SEPI'nin psikoterapi kongresinin Tahir Özakkaş'ın katkılarıyla İstanbul'da gerçekleşmesi hem gurur verici hem de çok anlamlıydı. İlk kez uluslararası bir kongreye katılarak, bilgi ve gelişim açısından dünyayla aramızda büyük bir fark olmadığını görmek beni çok etkiledi. Bu farkındalığı, Tahir Özakkaş'ın kurduğu Enstitü'nün bizlere sunduğu zengin literatür, çeviri eserler ve sayısız seminer-konferans sayesinde kazandık. Emekleri ve vizyonu için kendisine içten bir teşekkür borçluyuz.

Psikiyatri Hemşiresi Şule Şen

Sizden gelenler

Dünyanın her yerinden bu alana gönül veren hocalarımızla birlikte olmak, yeni bağlantılar kurmak ve dünyadaki gelişmeleri takip etmek mesleki ve kişisel gelişimimiz açısından çok faydalı oldu. Emeği geçen herkese ve özellikle Tahir Özakkaş hocama çok teşekkürler.

Müyesser Anar, Psikolojik Danışman)

Türkiye'de ilk kez düzenlenen uluslararası SEPI Kongresi'nde yer almak benim için hem büyük bir gurur hem de ilham verici bir deneyimdi. Alanın öncü isimlerini ülkemizde dinleyebilmek ve panelde sunum yapabilmek tarifsiz bir mutluluktur. Bu değerli organizasyonda emeği geçen herkese ve özellikle Tahir Özakkaş hocama gönülden teşekkür ederim. (Sıdıka Nur Yağcı Bal)

Dear everyone,

I just wanted to express my heartfelt gratitude for this inspiring congress. It was truly a wonderful experience to learn, share, and connect with so many brilliant minds in the field of psychotherapy. For me, one of the most meaningful parts was being able to connect and communicate with so many of you – including some of the renowned figures I've admired for a long time. Thank you all for your warmth, openness, and inspiring conversations. I'm leaving this congress feeling deeply enriched and motivated. I hope to stay in touch and continue growing together.

~Edibe

I've been feeling late for everything these days. I've been feeling old and tired. I was particularly impressed by the energy of the older lecturers at the congress. Tomorrow will be a different day for me. I will bring the energy of the participants of all ages to my work. I thought congresses were just places where we received information, but they were also places where we stored hope and energy. I thank everyone who attended.

Kongre, hem psikoterapideki güncel yaklaşımları takip edebilmem hem de uluslararası ortamda daha bağlantıda hissetmem açısından çok değerliydi; bu emekleri için SEPI Türkiye ekibine ve Tahir Özakkaş hocaya içtenlikle teşekkür ederim. Beden odaklı yaklaşımların görünür olması, kendi çalışma alanımla örtüştüğünden benim için ayrıca anlamlı oldu. Dil bariyeri olmadan kurduğumuz sözsüz temaslar da kongrenin en özel deneyimlerindendi.

Uzm. Psk. Alev Altun

Interview
with

Marcus Böckle

Dr. Head of the Department of Science and Research,
Austrian Federation of Psychotherapy



How did you find the overall atmosphere of the SEPI Istanbul Congress? What kind of experience was it for you to have the congress held in Istanbul?

The atmosphere in Istanbul was both intellectually vibrant and emotionally engaging. The congress combined academic rigor with genuine hospitality – reflecting the city's unique position as a bridge between East and West. The theme “Integrative Foundations of Psychotherapy” was particularly fitting, as the congress itself felt integrative: a meeting of diverse theories, methods, and cultures in dialogue. It was inspiring to see how the Turkish organizers created a space that encouraged warmth, reflection, and professional connection.

Among the presentations you attended, which one impressed you the most or stayed with you afterward? Why?

Several sessions stood out, but the plenary sessions with Richard Lane and Jefferey Smith left a strong impression on me. The talks and discussions reflected SEPI's core values: openness to innovation and commitment to preserving the human dimension in therapy.

Your encouragement for having SEPI presidents from different countries is quite remarkable. Could you share the reasoning behind this approach?

Psychotherapy is deeply shaped by cultural and contextual factors. Encouraging presidents from different countries ensures that SEPI remains a truly global organization – one that listens to multiple voices and learns from different therapeutic traditions. This diversity also helps SEPI stay connected to real-world practice and the evolving needs of clients worldwide. Ultimately, it is the core of integration within SEPI.

When you reflect on all the SEPI congresses you have attended over the years, how do you evaluate the changes or developments in their organization?

Over time, SEPI congresses have become increasingly interdisciplinary and dialogical. There is now a clearer focus on process rather than theoretical allegiance – reflecting a maturation of the integrative movement. The inclusion of neuroscientific, cultural, and embodied perspectives shows how SEPI continues to evolve in step with contemporary psychotherapy research.

Are you familiar with the initiatives of SEPI Turkey? How do you evaluate their work?

Yes – SEPI Turkey's initiatives are exemplary. The Psychotherapy Institute's educational programs and publications have built a strong bridge between international integrative theory and local practice. Their commitment to cultural sensitivity and scientific rigor makes them a model for regional networks.

What are your thoughts on the contributions of the Psychotherapy Institute to both Turkey and SEPI?

The Psychotherapy Institute has contributed significantly to the professionalization of psychotherapy in Turkey and to SEPI's global mission. Through training, congress organization, and translation of key works, it has advanced integrative psychotherapy education in multiple languages and contexts. Their dedication to uniting science, ethics, and culture enriches SEPI as a whole.



How do you interpret SEPI's relatively lower level of activity in the Balkans compared to Europe? What factors might explain this situation?

The difference likely reflects variations in institutional infrastructure and resources. In many Balkan countries, psychotherapy is still in the process of developing as a regulated profession, and opportunities for international collaboration are limited. Additionally, there seems to be a language barrier in both directions – English to regionally spoken languages in the Balkan countries. However, initiatives like those led by SEPI Turkey – connecting regions through education and joint projects – could serve as a model for stimulating more activity in the Balkans. Especially, the translational work in both directions is highly relevant.

What are SEPI's main goals for the next decade? How do you envision SEPI's place in the world ten years from now?

SEPI's next decade should focus on deepening its role as a global integrative hub – connecting research, training, and practice across cultures. I envision SEPI leading in the development of a shared scientific and ethical language of psychotherapy, grounded in the principles of relationship, embodiment, and cultural understanding. The goal is not uniformity, but a living integration that respects diversity while seeking common ground.

Anything else you would like to add (Is there anything else you would like to share about the congress, SEPI, or the field of psychotherapy in general?)

The Istanbul Congress reminded me that psychotherapy is not only a science and an art, but also a meeting of individuals. SEPI's spirit – open, curious, and collaborative – remains a vital force in preserving that human essence across borders and paradigms.





Interview
with

Marcus Böckle

Dr. Head of the Department of Science and Research,
Austrian Federation of Psychotherapy



SEPI İstanbul Kongresi'nin genel atmosferini nasıl buldunuz? Kongrenin İstanbul'da yapılması sizin için nasıl bir deneyimdi?

İstanbul'daki atmosfer hem entelektüel açıdan canlı hem de duygusal olarak oldukça etkileyiciydi. Kongre, akademik titizliği gerçek bir misafirperverlikle birleştiriyordu – bu da kentin Doğu ile Batı arasında bir köprü olma özelliğini yansıtıyordu. “Psikoterapinin Bütüncül Temelleri” teması özellikle yerindeydi; çünkü kongrenin kendisi de bütüncül bir his veriyordu: farklı kuramların, yöntemlerin ve kültürlerin diyalog içinde bulunduğu bir ortam.

Türk organizatörlerin sıcaklığı, düşünmeyi teşvik eden yapısı ve profesyonel etkileşimleri destekleyen bir alan yaratmış olmaları gerçekten ilham vericiydi.

Katıldığınız sunumlar arasında sizi en çok etkileyen veya sonrasında aklınızda en çok kalan hangisi oldu? Neden?

Birkaç oturum öne çıktı, ancak Richard Lane ve Jeffrey Smith'in genel oturumları üzerimde özellikle güçlü bir etki bıraktı. Sunumlar ve tartışmalar, SEPI'nin temel değerlerini yansıtıyordu: yeniliğe açıklık ve terapide insan boyutunu korumaya yönelik kararlılık.

Farklı ülkelerden SEPI başkanlarının seçilmesini teşvik etmeniz oldukça dikkatçekici. Bu yaklaşımın arkasındaki düşünceyi paylaşır mısınız?

Psikoterapi, kültürel ve bağlamsal etkenlerden derin biçimde şekillenir. Farklı ülkelerden başkanları teşvik etmek, SEPI'nin gerçekten küresel bir organizasyon olarak kalmasını sağlar – birçok sesi dinleyen ve farklı terapötik geleneklerden öğrenen bir yapı olmasına katkıda bulunur.

Bu çeşitlilik, SEPI'nin hem dünyadaki gerçek uygulama alanlarıyla hem de danışanların değişen ihtiyaçlarıyla bağlantıda kalmasına yardımcı olur. Sonuç olarak, bu yaklaşım SEPI içindeki entegrasyonun özünü oluşturur.

Yıllar içinde katıldığınız tüm SEPI kongrelerini düşündüğünüzde, organizasyondaki değişiklikleri veya gelişmeleri nasıl değerlendiriyorsunuz? their organization?

Zaman içinde SEPI kongreleri giderek daha disiplinlerarası ve daha diyalojik bir yapıya büründü. Teorik bağlılıklardan ziyade sürece odaklanan daha net bir yönelim var – bu da bütüncül hareketin olgunlaşmasını yansıtıyor.

Nörobilimsel, kültürel ve bedensel yaklaşımların dâhil edilmesi, SEPI'nin çağdaş psikoterapi araştırmalarıyla uyumlu bir şekilde gelişmeye devam ettiğini gösteriyor.

SEPI Türkiye'nin girişimlerine aşina mısınız? Çalışmalarını nasıl değerlendiriyorsunuz?

Evet – SEPI Türkiye'nin girişimleri örnek niteliğindedir. Psikoterapi Enstitüsü'nün eğitim programları ve yayınları, uluslararası bütüncül kuram ile yerel uygulama arasında güçlü bir köprü kurmuştur. Kültürel duyarlılığa ve bilimsel titizliğe olan bağlılıkları, onları bölgesel ağlar için bir model hâline getirmektedir.

Psikoterapi Enstitüsü'nün hem Türkiye'ye hem de SEPI'ye katkıları hakkında ne düşünüyorsunuz?

Psikoterapi Enstitüsü, Türkiye'de psikoterapinin profesyonelleşmesine ve SEPI'ninküresel misyonuna önemli ölçüde katkı sağlamıştır. Eğitimler, kongre organizasyonları ve temel eserlerin çevirileri aracılığıyla bütüncül psikoterapi eğitimi farklı dillerde ve bağlamlarda ileri taşımıştır. Bilimi, etiği ve kültürü bir araya getirme konusundaki kararlılıkları, SEPI'yi bir bütün olarak zenginleştirmektedir.



SEPI'nin Balkanlar'daki nispeten düşük faaliyet düzeyini nasıl yorumluyorsunuz? Bu durumu açıklayabilecek faktörler nelerdir?

Bu fark muhtemelen kurumsal altyapı ve kaynaklardaki değişkenlikleri yansıtıyor. Balkan ülkelerinin çoğunda psikoterapi hâlâ düzenlenmiş bir meslek olarak gelişme aşamasında ve uluslararası iş birliği için fırsatlar sınırlı. Ayrıca iki yönlü bir dil bariyeri olduğu görülüyor – İngilizceden Balkan ülkelerinde konuşulan bölgesel dillere ve tersi yönde. Bununla birlikte, SEPI Türkiye'nin yürüttüğü türden girişimler – eğitim ve ortakprojeler aracılığıyla bölgeleri birbirine bağlayan çalışmalar – Balkanlar'daki SEPI faaliyetlerinin artması için bir model oluşturabilir. Özellikle iki yönlü çeviri ve aktarım çalışmaları bu bağlamda son derece önemlidir.

SEPI'nin önümüzdeki on yıl için temel hedefleri nelerdir? On yıl sonra SEPI'yidünyada nerede görüyorsunuz?

SEPI'nin önümüzdeki on yıldaki odağı, kültürler arası araştırma, eğitim ve uygulamayı birbirine bağlayan küresel bir bütüncül merkez olarak rolünü derinleştirmek olmalıdır. SEPI'nin, ilişki, bedenlenmişlik ve kültürel anlayış ilkelerine dayanan ortak bir bilimsel ve etik psikoterapi dili geliştirilmesinde öncülük edeceğini düşünüyorum. Hedef tekdüzelik değil; çeşitliliğe saygı duyan, ancak ortak bir zemin arayan yaşayan bir entegrasyondur.

Ekleme istediğiniz başka bir şey var mı? (Kongre, SEPI veya genel olarak psikoterapi alanına dair paylaşmak istediğiniz başka bir şey var mı?)

İstanbul Kongresi bana psikoterapinin yalnızca bir bilim ve sanat olmadığını, aynı zamanda bireylerin buluşması olduğunu hatırlattı. SEPI'nin ruhu – açık, meraklı ve iş birliğine dayalı – bu insani özü sınırlar ve paradigmlar arasında koruyan hayati bir güç olmaya devam ediyor.



SEPI 2025

İstanbul Kongresi

Psikoterapinin Bütüncül Temelleri

anılar

10-11-12 Ekim 2025 tarihinde gerçekleştirdiğimiz 41. SEPI Kongresi hakkında düşüncelerimi ve gözlemlerimi yazmaya başlamadan önce kongre sürecinin hazırlık sürecine ve öncesine değinmek istiyorum. Birkaç yıl geriye, 2022 yılına döndüğümde, SEPI'nin ilerleyen yıllarda İstanbul'da bir kongre düzenleyeceği duyurusuna şahit olduğumu hatırlıyorum. O gün hissettiğim heyecan, SEPI kongrelerine daha önce katılmış biri olarak hem teorik hem kültürel açıdan ne kadar zengin bir deneyime sahip olduğumu hatırlatmıştı. Kongrenin Türkiye'de yapılma ihtimali dahi, bende benzer bir coşkuyu yeniden uyandırmıştı.

Zaman ilerlerken saygıdeğer Dr. Tahir Özakkaş hocamızın destekleriyle SEPI Türkiye Bölgesel Ağı'nı aktif olarak Türkiye'de yapılandırma çalışmalarımız başladı. Güçlü bir ekip kurduk ve birlikte pek çok başarılı işe imza attık. Ürettiğimiz çalışmalar günden güne duyulmaya başladı. Büyüyük ilerliyorduk fakat ulusal camiadaki büyümemizi uluslararası camiada da konumlanması hem SEPI hem de SEPI Türkiye olarak epeyce önemli bir unsurdu. SEPI Türkiye'yi aktif olarak kurduğumuz ilk güne gittiğimizde hedeflerimiz sadece ulusal boyutta değil aynı zamanda uluslararası boyutta da önemli bir noktada konumlandırmaktı.

Ekibimiz, arkadaşlarımız, takipçilerimiz büyüdükçe bir sonraki aşamaya geçebileceğimize inancımız pekişti ve 2024 sonbaharında Türkiye'de uluslararası ve ulusal hocalarımızın bulunduğu güzel bir sempozyum düzenledik. Benim görüşümde düzenlediğimiz sempozyum, SEPI Türkiye olarak ilk uluslararası işbirliklerimizin temeline oturabileceğimiz bir etkinlikti. Sempozyum raporları ve katılımcı geri bildirimleri, tüm ekibin yoğun emeğinin nasıl keyifli bir başarıya dönüştüğünü gösteriyordu. Bu süreç boyunca sadece sempozyumla sınırlı kalmadık. Konferanslar düzenliyor, e-broşür çıkarıyor, çeşitli uluslararası eğitim videolarını Türkçe'ye dublajlayarak kazandırıyor ve daha bir çok projeyi eş zamanlı yürüttük. Tüm bu çalışmalar, ekip ruhumuzu güçlendirirken ülkemiz adına üretme motivasyonumuzu da artırdı. Katılımcılarımız, destekçilerimiz ve topluluğumuz, her projemizde olduğu gibi kongre sürecinde de yanımızda oldular.

Kongre gününe geldiğimizde, hem ulusal hem uluslararası katılımcıların yer aldığı, 9 ayrı salonda eş zamanlı oturumların düzenlendiği, üç gün boyunca yoğun ama bir o kadar da verimli bir kongre deneyimi yaşadık. SEPI'nin 41. Kongresi'nin tarihinde ilk kez Türkiye'de gerçekleştirilmiş olması, bizim için yalnızca bir ev sahipliği değil; ülkemizin psikoterapi alanındaki birikiminin, akademik dinamizminin ve profesyonel üretkenliğinin uluslararası platformda görünür kılınması adına büyük bir dönüm noktası oldu. Bu kongre, farklı kıtalardan, kültürlerden ve kuramsal geleneklerden gelen uzmanların bir araya gelerek bilgi, deneyim ve perspektiflerini paylaştığı güçlü bir kültürlerarası etkileşim alanı yarattı. Böylece SEPI'nin 41. Kongresi, sadece bir organizasyon değil; yıllardır adım adım inşa ettiğimiz yolculuğun doğal bir sonucu, Türkiye'nin psikoterapi alanındaki konumunu dünyaya açan bir vitrin ve aynı zamanda geleceğe uzanan yeni başlangıçların ilham verici bir işareti olarak anlam kazandı.

Son olarak, süreç boyunca emeği geçen tüm hocalarımıza, konuşmacılarımıza, katılımcılarımıza ve gönüllülerimize en içten teşekkürlerimi sunarım. Büyük bir özveri ve dayanışma ruhuyla yürüttüğümüz bu organizasyon, ancak tüm paydaşlarımızın katkılarıyla mümkün oldu. SEPI Türkiye ailesinin her bir üyesi, ulusal ve uluslararası tüm destekçilerimiz, bu kongrenin başarısında önemli bir rol oynadı. Hep birlikte, ülkemizde psikoterapi entegrasyonunun gelişimine anlamlı ve kalıcı bir katkı sunduğumuza inanmakla beraber ulusal ve uluslararası etkileşiminin artarak karşılıklı bir dönüşüm ve gelişim sürecine gitmesini temenni ediyorum.

Burak Şensöz

SEPI Türkiye Bölgesel Ağı Koordinatör Yardımcısı

SEPI 2025

İstanbul Kongresi

Psikoterapinin Bütüncül Temelleri

anılar











Interview
with

Nuno Concenciao

PhD, University Professor & Psychotherapist

How did you find the overall atmosphere of the SEPI Istanbul Congress? What kind of experience was it for you to have the congress held in Istanbul?

Istanbul is a vibrant city and the chosen hotel was quite comfortable. The atmosphere was very friendly and relaxed.

Among the presentations you attended, which one impressed you the most or stayed with you afterward? Why?

Coming to SEPI each year since 2001, the dose of what impresses is lower these days, yet there are still moments which will stay with me, a Turkish panel I arrived late, on cultural aspects, was good and effervescent! I want to get back to it by video. Then, for the first time, I saw French speaking psychotherapy videos in a session by Ueli Kramer, on mechanism of change focused psychotherapy for personality disorders, an area of interest of mine. Richard Lane presentation, this time was more crystalline! Finally a classical Sepi experience is to dive into another new acronym, and this time I had the opportunity to meet in person the proponents of MCIP, Gregor and Masa Zvelk, which I had watched online on the first SEPI online meeting. The amount of Turkish presentations also leave a nice balanced memory.

Your encouragement for having SEPI presidents from different countries is quite remarkable. Could you share the reasoning behind this approach?

I am always for decentralization of power! Psychotherapy Integration needs to evolve in countries where it is more established, but can still do its classical wonders in those where it is not. Plus, in a way, the value of true dialogue with respect and curiosity and humility will always be needed and we shall never take it for granted as we have been seeing recently

When you reflect on all the SEPI congresses you have attended over the years, how do you evaluate the changes or developments in their organization?

In terms of congresses, I see not much of a difference. Videotaping can be a nice novelty. Professional photographing also cool! Coming more to Europe and away from US is also appealing, feels more distributed. It would be nice to try new places, testing again university settings rather than hotels, and explore hybrid formats a bit better for sustainability reasons.

Are you familiar with the initiatives of SEPI Turkey? How do you evaluate their work?

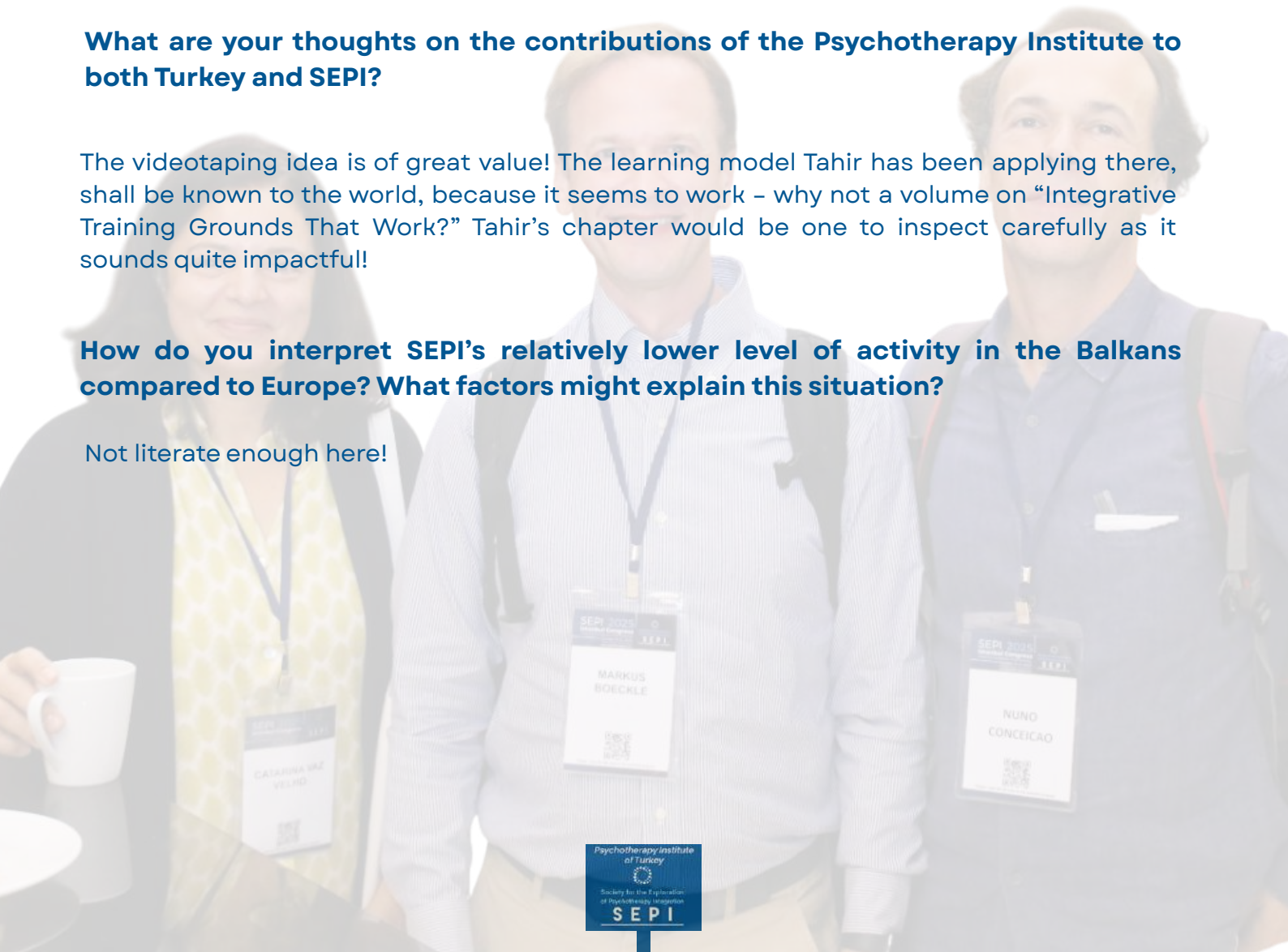
No so much. But I am sure Tahir is responsible for loads of quality training for 25 years of several cohorts of trainees, which is impressive and a generative model to follow elsewhere.

What are your thoughts on the contributions of the Psychotherapy Institute to both Turkey and SEPI?

The videotaping idea is of great value! The learning model Tahir has been applying there, shall be known to the world, because it seems to work – why not a volume on “Integrative Training Grounds That Work?” Tahir’s chapter would be one to inspect carefully as it sounds quite impactful!

How do you interpret SEPI’s relatively lower level of activity in the Balkans compared to Europe? What factors might explain this situation?

Not literate enough here!



What are SEPI's main goals for the next decade? How do you envision SEPI's place in the world ten years from now?

I come to SEPI since 2001, each year. I guess, like in 2009/2010, when I felt SEPI needed to go to therapy, it feels to me we might be again in need for it. I see still little change and development, and sometimes I hear voices, which resemble the mermaid song of the Society for the Advancement of Me, which I dislike. SEPI as a movement is needing some inspirational twist. Are clinicians in need to be aggregated by other values than just those of their integrative brand/acronym, and to go on dialoguing and building things for a global common ground outside their preferred integrative brand/acronym's community? I wish they were, otherwise history will repeat itself. The integration of research and practice still has a lot room to grow – academics and clinicians are still far from birds of a feather and those who stand in-between both worlds have difficulty to thrive. In the past I had a dream to SEPI. But will not share it here. Now it might be the time to collect members' dreams... I leave a seed here for a qualitative study, taking inspiration from Martin Luther King...

“Let us not wallow in the valley of despair, I say to you today, my friends. So even though we face the difficulties of today and tomorrow, I still have a dream. It is a dream deeply rooted in the SEPIAN dream. I have a dream that one day this ORGANIZATION will rise up and live out the true meaning of its creed: We hold these truths to be self-evident, that all BRANDS/ACRONYMS are created equal.... “

1. Anything else you would like to add (Is there anything else you would like to share about the congress, SEPI, or the field of psychotherapy in general?)

Grateful to you who put more of Turkey into my World!



Interview
with

Nuno Concenciao

PhD, University Professor & Psychotherapist

**SEPI İstanbul Kongresi'nin genel atmosferini nasıl buldunuz?
Kongrenin İstanbul'da yapılması sizin için nasıl bir deneyimdi?**

İstanbul canlı bir şehir ve seçilen otel oldukça konforluydu. Atmosfer çok samimi ve rahatlatıcıydı.

Katıldığınız sunumlar arasında sizi en çok etkileyen veya sonrasında aklınızda en çok kalan hangisi oldu? Neden?

SEPI'ye 2001'den beri her yıl geldiğim için, artık beni etkileyen şeylerin dozu daha düşük; yine de aklımda kalacak anlar oldu. Kültürel yönleri dair, geç kaldığım için sonradan katıldığım bir Türk paneli oldukça iyi ve coşkuluydu! Videodan tekrar izlemek istiyorum. Sonra, ilk kez Ueli Kramer'ın kişilik bozuklukları için değişim mekanizmasına odaklanan psikoterapi oturumunda Fransızca terapötik videolar izledim; bu benim ilgi alanlarımdan biri.

Richard Lane'in sunumu da bu kez daha kristal netliğindeydi!

Son olarak, SEPI'nin klasik deneyimlerinden biri olan yeni bir kısaltmanın içine dalma fırsatım oldu ve bu kez MCIP'ın savunucuları Gregor ve Masa Zvelk ile yüz yüze tanışma şansım vardı – ilk SEPI çevrimiçi toplantısında onları çevrim içi izlemiştim.

Türk sunumlarının fazlalığı da hoş ve dengeli bir izlenim bıraktı.

Farklı ülkelerden SEPI başkanlarının seçilmesini teşvik etmeniz oldukça dikkat çekici. Bu yaklaşımın arkasındaki düşünceyi paylaşır mısınız?

Her zaman güç dağılımından yana oldum! Psikoterapi entegrasyonu, daha yerleşik olduğu ülkelerde gelişmeye devam etmeli, ancak henüz yerleşmediği yerlerde de klasik etkilerinin gösterebilir. Ayrıca, bir bakıma, saygı, merak ve alçakgönüllülük içeren gerçek diyalogunda geri her zaman gereklidir ve son zamanlarda gördüğümüz üzere bunu asla kendiliğinden varmış gibi kabul etmemeliyiz.

Yıllar içinde katıldığınız tüm SEPI kongrelerini düşündüğünüzde, organizasyondaki değişiklikleri veya gelişmeleri nasıl değerlendiriyorsunuz?

Kongreler açısından çok büyük bir fark görmüyorum. Video kaydı almak güzel bir yenilik olabilir. Profesyonel fotoğrafçılık da hoş! ABD yerine daha fazla Avrupa'da olmak da cazip; daha dengeli bir dağılım hissi veriyor. Yeni yerlerin denenmesi, oteller yerineyenden üniversite ortamlarının test edilmesi ve sürdürülebilirlik açısından hibrit formatların daha iyi keşfedilmesi güzel olurdu.

SEPI Türkiye'nin girişimlerine aşina mısınız? Çalışmalarını nasıl değerlendiriyorsunuz?

Çok fazla aşina değilim. Ancak Tahir'in 25 yıl boyunca birçok kuşağa yüksek kaliteyi hedefleyen kapsamlı eğitimler sunmuş olduğundan eminim; bu oldukça etkileyici ve başka yerlerde de takip edilebilecek üretken bir model.

Psikoterapi Enstitüsü'nün hem Türkiye'ye hem de SEPI'ye katkıları hakkında ne düşünüyorsunuz?

Video kaydı alma fikri büyük değer taşıyor! Tahir'in orada uyguladığı öğrenme modeli dünyaya tanıtılmalı, çünkü işe yarıyor gibi görünüyor. "İşe Yarayan Bütüncül Eğitim Modelleri" üzerine bir kitap neden olmasın? Tahir'in bölümü dikkatle incelenmesi gereken, oldukça etkili görünen bir katkı olurdu!

SEPI'nin Balkanlar'daki nispeten düşük faaliyet düzeyini nasıl yorumluyorsunuz? Bu durumu açıklayabilecek faktörler nelerdir?

Bu konuda yeterince bilgi sahibi değilim!



SEPI'nin önümüzdeki on yıl için temel hedefleri nelerdir? On yıl sonra SEPI'yidünyada nerede görüyorsunuz?

2001'den beri her yıl SEPI'ye geliyorum. Sanırım 2009/2010'da SEPI'nin terapiye ihtiyaç duyduğunu hissettiğim zamanki gibi, bugün de benzer bir ihtiyaç olduğunu düşünüyorum. Hâlâ çok az değişim ve gelişme görüyorum ve bazen duyduğum bazı sesler, "Benim Gelişimimi İlerletme Derneği"nin siren şarkılarını andırıyor – ki bunu hiç sevmiyorum.

SEPI bir hareket olarak ilham verici bir dönüşüme ihtiyaç duyuyor. Klinisyenler, kendi bütüncül marka/kısaltmalarının ötesinde ortak değerlere ihtiyaç duyuyor mu? Tercih ettikleri bütüncül yaklaşımların topluluklarının dışında, küresel ortak bir zemin için diyalog kurmaya ve yeni şeyler inşa etmeye devam etmeleri gerekiyor mu? Öyle olmasını diliyorum; aksi hâlde tarih tekerrür edecektir.

Araştırma ve uygulamanın entegrasyonu hâlâ büyük ölçüde gelişmeye açık – akademisyenler ve klinisyenler hâlâ pek "aynı kuştan" değil ve iki dünya arasında duran kişilerin gelişmesi zor oluyor.

Geçmişte SEPI için bir hayalim vardı, ancak burada paylaşmayacağım. Belki de şimdi üyelerin hayallerini toplama zamanıdır... Martin Luther King'den ilham alarak nitel bir çalışma için bir tohum bırakıyorum:

"Umutsuzluk vadisinde debelenmeyelim, bugün size söylüyorum arkadaşlarım. Bugünün ve yarının zorluklarıyla karşı karşıya olsak da yine de bir hayalim var. Bu hayal, SEPIAN hayalinin derinlerine kök salmış bir hayaldir. Bir gün bu ORGANİZASYONun yükselip inancının gerçek anlamını yaşayacağına dair bir hayal: Şu gerçekleri apaçık kabul ederiz ki tüm MARKALAR/KISALTMALAR eşit yaratılmıştır..."

Eklemek istediğiniz başka bir şey var mı? (Kongre, SEPI veya genel olarak psikoterapi alanına dair paylaşmak istediğiniz başka bir şey var mı?)

Dünyama daha fazla Türkiye kattığınız için minnettarım!



Heinz Kohut, 1913 yılında Viyana'da varlıklı bir ailenin tek çocuğu olarak dünyaya gelmiştir. Kültürlü ve liberal bir çevrede yetişen Kohut'un babası konser piyanisti, annesi ise eğitilmiş ve sosyal çevresi geniş bir kadındı.

Kohut, babasını kaybettiği 1936 yılında tıp öğrenimine ara verip bir yıl Paris'te çeşitli hastanelerde çalışmıştır. 1938'de Viyana Tıp Fakültesi'ni bitirdi. 1939'da Nazilerin Avusturya'yı işgalinden sonra, önce İngiltere'ye, oradan da ABD'ye göç etmiştir. Chicago Üniversitesi'nde nöroloji ve psikiyatri ihtisası yaptı. 1949'da psikanaliz eğitimini tamamlayarak Chicago Psikanaliz Enstitüsü'nde çalışmaya başlayan Kohut, psikiyatri alanında dersler vermiş; serbest analist ve eğitim analisti olarak çalışmıştır. Özellikle içe bakış ve eş duyumun rolü üzerine çalışmalarıyla psikanaliz kuramına önemli katkılarda bulunan Kohut; "Kendilik Psikolojisi" adını verdiği özgün bir kuramsal yaklaşım ve psikanaliz tekniği geliştirmiştir. Kohut yaşam öyküsünü Bay Z vakası üzerinden yeniden kurarken kafa karıştıran başka bir etken de bir yetişkin olarak Yahudi kökenlerini kabul etme konusundaki isteksizliğidir.



HEINZ KOHUT

KENDİLİK PSİKOLOJİSİ

Kendilik Psikolojisi

“Psikanalitik kuramın temelinde yer alan suçluluk duygusunun yerine, başarısızlıklar ve kırılmalar üzerinden gelişen trajik bir kendilik anlayışı yerleştirilmelidir”



(Kohut, 1977) görüşünü öne sürmektedir. Kohut, klasik psikanalizin dayanaklarından biri olan Oidipus trajedisine alternatif bir mitolojik öykü olarak Odysseus anlatısını önerir. Truva Savaşı'na gitmemek için deli taklidi yapan Odysseus, bu numarasını ortaya çıkarmak üzere gelen Palamedes tarafından sınanır. Palamedes, Odysseus'un sabanla toprağı sürdüğünü görünce, onun yeni doğan oğlu Telemachus'u sabanın önüne yerleştirir. Odysseus, zihinsel bütünlüğünü açığa vuracak şekilde sabanın yönünü değiştirir ve böylece oğluna zarar vermemiş olur. Kohut, bu davranışı "akıl sağlığının yarım çemberi" olarak adlandırır. Bu metaforla ima edilen, baba-oğul ilişkilerinde normatif olanın sevgi, koruma ve bağlılık olduğudur. Kohut'a göre, baba ile oğulun birbirlerine karşı ölümcül bir nefret duymaları, sağlıklı gelişimin doğal bir parçası değil; kendiliğin çekirdek gelişiminde yaşanan sapmaların ve yapısal bozuklukların sonucudur (Strozier, 2001).

Kendilik Nesnesi, Kohut'a göre tüm psikopatolojik problemlerin temeli, kendiliknesnesi (anne, baba, devlet, toplum vs.) işlevi görenlerin, ödevlerini yerine getirmemesine/getirememesine dayanmaktadır.

Kohut, uygun bir çevre ve ortamda kendiliknesneleri işlevlerini yürütürse çocuk ve bebek kendiliği inşa etmek üzere bildiği ve doğru yolda içsel olarak doğuştan getirdiği potansiyelini hayata taşır ve kullanır, der. Bütün patolojiler bu narsisistik sürecin primer narsisistik yapıdan sekonder narsisistik yapıya geçerken çeşitli etaplardaki kendiliknesnelerinin işlevlerini yerine getirememesinden kaynaklanmaktadır.

Sekonder Narsisizm, insanın yaratıcılığının ve aktifliğinin ortaya çıkması, hayatı yaşanabilecek kadar zevkli olarak hissetmesi, acı ve çilelere tahammül edebilmesi, hayatının kendi hayatı olduğunu derinden hissetmesi ve hayatını gerçekleştirmek için yönelmesi, irade göstermesi, idrak etmesi, bununla ilgili eyleme geçmesi sonuçlarını da içtenlikle kabul edebilme becerisidir.

Çocuğun bir ihtiyacı olduğunda o ihtiyacı empatik olarak algılayan bir anne modeli var ise açıklık, soğukluk, sıcaklık, dokunma, ilgi, sevgi, şefkat, yakın olma, diğerlerinden farklı bir şekilde ilgi kurma ihtiyacı olduğunda anne bunu fark ederek çocuğun bu ihtiyacını yerine getirirse bu sağlıklı bir annedir ve çocuğun kendiliknesnesi ihtiyacını karşılayarak primer narsisistik yapı sekonder yapıya zaman içerisinde tekrarlardan sonra dönüşecektir. (Kohut,1977)

Büyüklenmeci Kendilik, Çocuk bakıma muhtaçtır ve bu bakımı anne verir. Çocuk doğumdan sonraki evrede primer narsisizmdir. Annenin bakımındaki kaçınılmaz yetersizlikler, birincil narsisizmin dengesini bozar. Ancak çocuk bu mükemmelliğe yeniden ulaşmak için büyüklenmeci ve teşhirci bir kendilik imgesi oluşturur.

Uygun ortamda, ilkel büyüklenmeci kendiliğin teşhirciliği ve büyüklenmeciliği aşamalı bir şekilde ehlileştirilir ve sonunda tüm yapı erişkin kişiliklerimizle bütünleşerek, ben ile bağdaşmış tutku ve amaçlarımızın, etkinliklerimizden alacağımız zevkin ve kendimize duyduğumuz saygının önemli yönlerinin içgüdüsel enerji kaynağı olur.



PSK. DAN. HÜLYA KUŞ

İdealleştirilmiş Ebeveyn İmagosu, Bebeğin yaşadığı veya tecrübe ettiğini sandığı eski mükemmelliği, hayran olacağı, tüm güçlü, geçiş nesnesi niteliği taşıyan, bir kendiliknesnesine devreder. Bu nesneye idealleştirilmiş ebeveyn imagosudenir. Aynı elverişli uygun ortamlar altında idealleştirilmiş ebeveyn imagosu da erişkin kişiliği ile bütünleşir. İdealleştirilmiş bir üst benimiz olarak içe atılır ve ideallerinin yol gösterici önderliğiyle ruhsal örgütlenmemizin bir bileşeni haline gelir.

Kohut kendilik dediğimiz şeyin iki kutuplu olduğunu bipolar self terimi ile açıklamaktadır. Kohut’a göre kendiliğin narsisist gelişimi iki kutupludur. Bir kutupta yüceltilmiş ebeveyn imagosu, diğer kutupta ise büyüklenmeci kendilik vardır. Kohut bu bağlamda iki kutuplu kendilik kavramını kullanır. Bir kutbunda anne, diğer kutbunda baba vardır. Birinci kutupta kendisinin biricik ve özel olduğunu onaylayan bir annenin bakışı varken, ikinci kutupta tam tersi dünyanın önemli ve kutsal olduğu bir kişinin parçası olmaktan duyulan gurur vardır.

Birincil aynalanma, çocuğun bebeklik döneminden itibaren annenin biriciki olduğunu hissetme duygusudur. Annenin çocuğa biricik ve özel olduğu duygusunu hissettirme halidir.

İkincil aynalanma, bipolar selfin grandiyöz ve omnipotent kendilik zedelendiğinde, kırılma yaşadığında ikinci kutup kendilik ile ilgili omnipotent yapıyı geçici olarak verebileceği kendiliknesnesi aramasına denir.

Eğer kişi birincil aynalanma ihtiyacını anneden alamamışsa babaya gider eğer babadan da ikincil aynalanma ihtiyacını karşılayamazsa narsisistik patoloji ortaya çıkar. Ancak anneden ya da babadan birisi sağlıklı bu ihtiyaçlarını karşılıyor ise patoloji oluşmamaktadır.

Anne ve baba, bebeğin gelişim süreci boyunca bebeğin duygu, düşünce, arzu, istek ve gereksinimlerinin yöneldiği bünyelerdir. Kendilerine yönlendirilen bu psişik oluşumları kabul eder, ister ve tekrar bebeğe yönlendirir. Anne babayı, psişik süreçlerini “içlerinden geçirip”, işleyerek araçlar olarak kullanan bebek, onların bu psişik oluşumlara yaklaşımlarını içselleştirir. Anne ve babasının başa çıkma, anlamlandırma, yeniden tanımlama özelliklerini kendi psişik bünyesine katar. Ancak bebeğin bu içselleştirmeleri başarabilmesi için kendiliknesnelerinin dereceli olarak “optimal kırılmalar” yaratmaları gerekmektedir. Kırılmalar ezici bir karakterde ise veya çok azsa, çocuk bu içselleştirmeyi başaramaz.

İçselleştirmenin başarılması ile çocuk bir zamanlar kendiliknesnelerinin kendisi için yaptıklarını, kendi kendine yapmaya başlar. Kohut bu içselleştirmenin sadece dışsal olanın özellikleri ile belirlenmeyeceğini, çocuğun içsel yapısının da bu süreci belirleyeceğini düşünüyordu. Bu yüzden bu olguya “Dönüştürmeli İçselleştirme” adını vermiştir.

Kendiliğin Normal Gelişimi, Uygun ortamda, ilkel büyüklenmeci kendiliğin teşhirciliği ve büyüklenmeciliği aşamalı bir şekilde ehlileştirilir ve sonunda tüm yapı erişkin kişiliklerimizle bütünleşerek, ben ile bağdaşmış tutku ve amaçlarımızın, etkinliklerimizden alacağımız zevkin ve kendimize duyduğumuz saygının önemli yönlerinin içgüdüsel enerji kaynağı olur.



PSK. DAN. HÜLYA KUŞ



Patolojik durumlar ise, bireyin primer narsisistik yapıdan sekonder narsistik yapıya geçiş sürecinde, gelişimsel olarak gerekli olan kendilik nesnelerinin işlevlerini yerine getirememesi ya da bu işlevlerin eksik kalması sonucu ortaya çıkar. Yani psikopatolojiler, gelişimin belirli etaplarında yaşanan bu aksaklıkların birer sonucudur. Bu bağlamda, Kohut'un kuramı narsisistik gelişim bozukluklarını, empatik bir ortamda yeterince desteklenmemiş kendilik yapılarına dayandırır (Kohut, 1984).

Kohut'un psikanalitik yaklaşımı, kendisinden önceki kuramcılarla karşılaştırıldığında belirgin bir epistemolojik farklılık sergilemektedir. Bu farklılığın temelinde, bilgi edinme araçları olarak empati ve içebakışın öncelik kazanması yer alır. Kohut'a göre, analist hastasını insani hissedişin ortak alanı içerisinde anlamaya ve kavramaya çabalar; bu çaba, analist ile analizan arasında kurulan özgün bir duysal ve sezgisel bağın ürünüdür. Onun, nesnel gözleme dayalı klasik yaklaşıma yönelik eleştirisi, bu türden bir yöntemin insani bilimlerin epistemolojik doğasına uygun düşmemesinden kaynaklanır. Kohut'a göre, hastayı "duymak" ve "sezmek" öncelikli olmalı; "bilmek" ve "açıklamak" ise ikincil düzeyde kalmalıdır (Strozier, 2001).

KAYNAKÇA

- 1-Kohut, H. (1977). Kendiliğin Yeniden Yapılandırılması (çev: Oğuz Cebeci). Metis Yayınları.
- 2-Kohut, H. (1984). Psikanaliz Nasıl Sağaltır? (çev: F.Büşra Helvacıoğlu). Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- 3-Siegel A.M. (1996). Heinz Kohut ve kendilik psikolojisi. Encore Yayınları.
- 4-Kohut, H., Basch M.F., Ertan Y., Gill M., Grotstein J.S., Miller J.P. (2004). Psikanalizin Öteki Yüzü: Heinz Kohut. İthaki Yayınları
- 5-Strozier, C. B. (2001). Heinz Kohut: The Making of a Psychoanalyst. Farrar, Straus and Giroux.
- 6-Terbaş, Ö. (2004). Kendilik Psikolojisi Kuramına Göre Kendilik Bozuklukları: Bir Olgu Sunumu. Türk Psikiyatri Dergisi.
- 7-Özakkaş, T. (2013). Bütüncül Psikoterapi İlkelden Olgun Narsisizme Geçişte Kendilik Psikolojisi 10. Dönem Ders Notları. Psikoterapi Enstitüsü Yayınları



*Psychotherapy Institute
of Turkey*



Society for the Exploration
of Psychotherapy Integration

SEPI