



Editörden

Dr. Hejan Epözdemir

Herkese merhaba,

Üç aylık bir aradan sonra yine sizlerle birlikteyiz... Bu sayıda ulusal ve uluslararası EMDR camiasından haberler, yeni gelişmeler, güncel araştırmalar ile karşınızdayız. Yalnız önce bizden bir haber!!!

Devamını 2. sayfada...

Söyleşi

Dr. Hejan Epözdemir

Bildiğiniz gibi, 14-15 Nisan 2017 tarihlerinde geleneksel genel kurul öncesi atölye çalışmasında bu sene sevgili Dr. Udi Oren'i ağırlıyoruz. Bizim için büyük mutluluk... Dilerseniz önce kısaca Udi Oren'i tanıyalım.

Devamı 3. sayfada...

EMDR-TR Derneği Yayın Organı

Yayın Kurulu Başkanı: Hejan Epözdemir
Yayın Kurulu (Alfabetik Sırayla): Altuna Türkoğlu, Emre Konuk, İnci Canoğulları, Önder Kavakçı, Zeynep Zat,
Editör: Hejan Epözdemir
Akademik Danışma Kurulu (Alfabetik Sırayla):
Dr. Derek Farrell, Dr. Udi Ören, Prof. Dr. Emine Gül Kapıcı, Uzm. Emre Konuk, Doç. Dr. Feryal Çam Çelikel, Uzm. Psk. Hejan Epözdemir, Dr. Jim Knipe, Dr. Marilyn Luber, Prof. Dr. Nahit Özmenler, Dr. Olcay Güner, Doç. Dr. Ömer Böke, Doç. Dr. Önder Kavakçı, Dr. Richard Mitchell, Prof. Dr. Ümran Korkmazlar, Prof. Dr. Vedat Şar
Gülbahar mah. Yenidere sk. No:21/A Şişli İstanbul
Tel: 0212 219 85 56 emdrebulteni@yahoo.com

EMDR Alt Komiteleri

Uluslararası İlişkiler, Akreditasyon, Eğitim:
Asena Yurtsever, iletişim: asenayurt@hotmail.com
Araştırma: Önder Kavakçı, iletişim: okavakci@yahoo.com
EMDR HAP ve Krize Müdahale Başkanı:
Şenel Karaman, iletişim: senelkaraman@gmail.com,
İstanbul Başkanı: Yusuf Ahmet Kulca, iletişim: y-kulca@hotmail.com
Klinik Uygulama ve Protokol Geliştirme Başkanı:
Şirin Atçeken, iletişim: millesirin@yahoo.com
Çocuk ve Ergen Başkanı: Ümran Korkmazlar ukorkmazlar@gmail.com, **Başkan Yardımcısı:**
Billur Kurt, iletişim: billurk@hotmail.com
Çeviri, Üye İşleri ve Web Sitesi: Sümer Öztanrıöver, iletişim: sumeroztanriver@hotmail.com
Etik Başkanı: Olcay Güner, iletişim: oguner@arkabahce.info

Paylaşım

25. Uluslararası Aile Terapisi Kongresi

Uzm. Psk. Zeynep Zat

25. Uluslararası Aile Terapisi Kongresi 16-18 Mart 2017 tarihleri arasında İspanya, Malaga'da gerçekleşti. Bu yıl, Aile Terapisi Derneği (IFTA) kuruluşunun 30. yılını kutlarken; "Uluslararası Aile Terapisi: 30 Yıllık Değişim" teması ile dünyadaki aile terapisinin gelişimini değerlendirdi.

Devamı 6. sayfada...

Söyleşi

"Travma İyileştirme Grubu" Başkanı Şenel Karaman ile Söyleşi

Uzm. Psk. Altuna Türkoğlu

"Travma İyileştirme Grubu" Başkanı Şenel Karaman ile EMDR İnsani Yardım Programı Çalışmaları hakkında konuştuk.

Devamı 7. sayfada...

Makale Özeti

Vaka Danışmanlığı: Travmatize Olmuş Hamile Kadın

Uzm. Psk. Altuna Türkoğlu

Bu makalede, üç deneyimli EMDR terapistinin (Carol Forgash, Anrew Leeds ve Claire A. I. Stramrood) hamile danışanlara EMDR Terapisi uygulanmasına dair görüşleri yer almaktadır.

Devamı 9. sayfada...

Bu Sayıda

Editörden	2
Söyleşi	3
Paylaşım	6
Söyleşi	7
Makale Özeti	9
Bültene Yazı Gönderme Kuralları	12
Psikoloji ve Psikiyatri Dünyasından Haberler	13

Dr. Hejan Epözdemir

Editörden



Dr. Hejan Epözdemir

Bu sene EMDR Türkiye'nin oluşumu ve gelişiminde büyük katkıları olan, yıllarca Türkiye'de EMDR eğitmeni olarak pek çok eğitimde görev almış olan, hocamız, dostumuz, meslektaşımız,

Herkese merhaba,

Üç aylık bir aradan sonra yine sizlerle birlikteyiz... Bu sayıda ulusal ve uluslararası EMDR camiasından haberler, yeni gelişmeler, güncel araştırmalar ile karşınızdayız. Yalnız önce bizden bir haber!!!

Bildiğiniz gibi 14 Nisan 17.00-19.00 saatleri arasında EMDR Genel Kurul Toplantısı yapılacak ve sizlerin oyları ile yeni EMDR yönetim kurulu ve diğer dernek organları belirlenecek. EMDR Derneği sizlerin desteği ile bugünlere geldi ve yine sizlerin omuzlarında yarınlara taşınacak...Bu sorumluluğun ilk adımı derneğimize sahip çıkmak ve bunun gerekliliği olarak da demokratik hakkınızı, oy kullanma vazifenizi yerine getirmekten geçiyor. Sizleri 14 Nisan 2017 tarihinde, Şişli Holiday Inn Otel'ine EMDR Genel Kurul Toplantısı'na bekliyoruz!!! Tabii genel kurullar öncesi bir klasik haline atölye çalışmamıza da katılmanızı şiddetle tavsiye ediyoruz. Bu sene EMDR Türkiye'nin oluşumu ve gelişiminde büyük katkıları olan, yıllarca Türkiye'de EMDR eğitmeni olarak pek çok eğitimde görev almış olan, hocamız, dostumuz, meslektaşımız, sevgili Dr. Udi Oren'i ağırlıyoruz. Kendisi 14-15 Nisan tarihleri arasında engin bilgi ve deneyimi ile "Adaptif Bilgi İşleme Model'ini (AIP) ve EMDR Terapisi'ni Zor ve Kompleks Danışanlarda Kullan-

mak: Kurallara Göre Gitmeyi ve Esnekliği Entegre Etmek" başlıklı bir atölye çalışması yapacaktır. Kendisi ile yakından çalışma şansını yakalamış birisi olarak, asla kaçırmamanızı tavsiye ederim!!!

Dr. Udi Oren'nin atölye çalışmasını ve genel kurul ile ilgili bilgileri haberler bölümünden de inceleyebilirsiniz. Buna ek olarak, Udi Oren'i yeniden aramızda görmenin heyecanı ile sevgili Klinik Psk. Emre Konuk, Klinik Psk. Asena Yurtsever ve Uzm. Klinik Psk. Şirin Hacıömeroğlu Atçeken ile birlikte kendimizi Udi ile anılarımızdan bahsederken bulduk; ben de bu yarı-özel sohbetimizi sizin için onların da izni ile bu sayıda kaleme aldım; biz sohbetimizden çok keyif aldık, umarım siz de okumaktan keyif alırsınız. Yine bu sayıda, her sayıda olduğu gibi sevgili Altuna Türkoğlu, sizler için "Vaka Danışmanlığı: Travmatize Olmuş Hamile Kadın" başlıklı araştırmanın Türkçe çeviri özetini yaptı. Sevgili "Travma İyileştirme Grubu" Başkanı Şenel Karaman ile EMDR İnsani Yardım Programı çalışmaları hakkında ilginç bir söyleşi yaptık. Bu arada 15-18 Mart tarihleri arasında, İspanya ülkesinin, Malaga şehrinde 25. Dünya Aile Terapisi Kongresi yapıldı ve EMDR Yönetim Kurulu Başkanımız Emre Konuk ve Uzm. Psk. Zeynep Zat, "Aile Terapisi ve EMDR Terapisi'nin Entegrasyonu: Panik Bozukluk Vakası" konulu çalışmaları ile büyük beğeni kazandılar. Bunun üzerine sevgili Zeynep Zat bizi kırmadı ve hem kongre ile ilgili detayları, hem de EMDR ve Aile Terapisi entegrasyonu ile ilgili çalışmalarını bizim için yazdı. Bunlar dışında her zamanki gibi haberler ve duyurular ile bültene makale göndermek isteyenler için gerekli bilgilerin sunulduğu yazım kurallarına ilişkin metinleri de bültenin son sayfalarında görebilirsiniz.

Her zaman söylediğim gibi, bülten sizlerin çalışmaları ile zenginleşecek, lütfen araştırmalarınızı, vaka çalışmalarınızı ve diğer bilimsel yayınlarınızı bizimle paylaşın, çalışmalarınızı bültende yayınlatalım...

Sevgiler,

Psk. Dr. Hejan Epözdemir

EMDR-TR E-Bülten Editör ve Yayın Kurulu Başkanı

Dr. Hejan Epözdemir

Söyleşi



Udi Oren Ph. D.

Bülten öncesi, genel kurul hazırlıkları için konuşurken, Udi'nin ziyaretinden ve vereceği atölye çalışmasından konuşuyorduk ki, hepimiz onunla olan özel anılarımızdan bahsederken bulduk kendimizi.

Bildiğiniz gibi, 14-15 Nisan 2017 tarihlerinde geleneksel genel kurul öncesi atölye çalışmasında bu sene sevgili Dr. Udi Oren'i ağırlıyoruz. Bizim için büyük mutluluk... Dilerseniz önce kısaca Udi Oren'i tanıyalım.

Dr. Udi Oren, 1956 yılında İsrail'de doğdu ve lisans eğitimini de yine burada Hebrew Üniversitesi'nde aldı. Daha sonra lisansüstü eğitimi için Amerika'ya giden Dr. Oren, doktora eğitimini Harvard Üniversitesi'nde tamamladı. Doktora eğitiminin ardından ülkesine geri dönen Dr. Udi Oren, kaygı bozuklukları, fiziksel hastalıkların psikolojik yanları ve post-travmatik stres bozukluğu konularında uzmanlaşmıştır. Ayrıca Dr. Udi Oren, Harvard Tıp Fakültesi'nde (Boston) ve Tel-Aviv Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde öğretim görevlisi olarak çalışmıştır. 1995 yılında EMDR ile tanışan Dr. Oren, EMDR Eğitimcisi olarak İsrail, Türkiye, Rusya, Yunanistan, Çek Cumhuriyeti, İtalya, Bulgaristan, Hong Kong, Sri Lanka ve Güney Kore gibi ülkelerde EMDR Temel Eğitimi vererek binlerce profesyonelin yetişmesine katkıda bulunmuştur. Yine 2007-2014 yılları arasında 8 yıl boyunca EMDR Avrupa Derneği'nin başkanlığını yapmış olan Dr. Oren, halen daha İsrail EMDR Enstitüsü'nün direktörüdür. 10 yılı aşkın bir süre İsrail'in Sağlık Organizasyonlarından birinde Ruhsal Sağlık

Servisleri'nin Bölgesel Direktörü olarak görev yapmaktadır.

Yukarıdaki kısa özgeçmişten de anlayacağınız üzere Dr. Udi Oren, meslek yaşamı boyunca pek çok uzmanın yetişmesine büyük katkıda bulunmuş, EMDR camiasının önde gelen isimlerinden biridir. Ancak Udi'nin bizdeki yeri çok ayrı... Ülkemizi derin bir üzüntüye boğan 1999 depreminden sonra, EMDR ile tanışan Türkiye'de, Udi yıllarca temel düzey eğitimlerini verdi. Hepimizin üzerinde büyük emeği var. Süpervizyonlarımızdan, danışman eğitimlerimize kadar bize çok büyük katkılar sundu. Şahsen kendi adıma kendisinden ne kadar çok öğrendiğimi kelimelerle ifade edemem. Ayrıca tam bir Türkiye dostu... Bize hem hoca, hem dost, hem de çok saygıdeğer bir meslektaşımız olarak çok büyük katkılar sundu. Türkiye'deki EMDR'ın oluşması ve gelişmesinde çok büyük emekleri var; tabii buradan bizi Udi ile bir araya getirdiği ve EMDR'ın Türkiye'deki kurucusu, yönetim kurulu başkanımız Emre Konuk'a da teşekkürlerimizi bir borç biliyoruz. Udi ve Emre Bey'in yakın dostlukları ve uyum içerisindeki işbirlikleri bize her zaman model oldu ve EMDR'ın ülkemizdeki gelişimine direk olarak büyük olumlu etkileri oldu. Bu uyumlu çalışma ve işbirliği sayesinde EMDR Türkiye'de hızla ilerledi. Neyse, bıraksanız saatlerce anlatırım ama gel gelelim ki bu yazıya ilham veren duruma...

Bülten öncesi, genel kurul hazırlıkları için konuşurken, Udi'nin ziyaretinden ve vereceği atölye çalışmasından konuşuyorduk ki, hepimiz onunla olan özel anılarımızdan bahsederken bulduk kendimizi. Tabii ben yayıncılık aşkı ile dedim bu fırsat kaçmaz, bu güzel anıların ölümsüzleşmesi lazım... Sağ olsunlar sevgili Emre Konuk, Asena Yurtsever ve Şirin Hacıömeroğlu Atçeken de beni kırmadılar ve bu güzel sohbeti sizlerle paylaşmam için kaleme almama izin verdiler. Ben de bu yarı-özel sohbeti, kendi deneyimimle birlikte sizler için derlemeye çalıştım... Keyifle okumanız dileğiyle...

Emre Konuk

EMDR'ın Türkiye'deki macerasına çok sayıda insan katkıda bulundu. Ancak Udi'nin yeri başkadır. 12 yıl boyunca hiç sektirmeden geldi ve 1000'den fazla EMDR Terapisti ve 11 EMDR Danışmanı yetiştirdi. Evet, çok iyi bir eğitmeniydi ama bana göre en büyük katkısı; sosyal sorumluluk ruhunu hepimize aşılması, daha iyi bir dünya için uğraş vermenin, anlamlı bir yaşamın ne demek olduğunu bize yaşatması oldu. Hala hepimizin sevgilisidir.

Sanıyorum EMDR Eğitimlerine başladıktan birkaç sene sonra, 2003 gibi "Emre artık yavaş yavaş EMDR Eğitmeni olma yolunda harekete geçmen gerekiyor. Ben de başka ülkelere gidebilirim böylece" dedi. Tabii sevindim. Aslında bir miktar beklenen de bir şeydi. Ben onun söz etmesini beklemiştim. Gerekeni yaptık. Eğitimlerde daha aktif rol aldım, eğitim vermeye başladım. Ama yavaş gidiyordum.

Galiba 2009-2010 yılında bir gün, "Emre Eğitmeni olmak istemiyor musun, daha hızlı gidebilirsin" dedi. Biraz düşündüm, "Her şey o kadar iyi gidiyor ki, bozulmasından korkuyorum, bir de seninle daha az görüşeceğiz, sanırım bununla ilgili" dedim. Sonra açığı ne sıklıkta istersem isteyeyim, çalıştaylarla kapatmaya söz verdi. Ben de hemen EMDR Eğitmeni oldum. Udi'yi kaçırmayın...

Hejan Epözdemir

Bundan seneler önce hiç unutmam. Bir gün Udi yine EMDR eğitimi için burada. O dönemlerde ben de enstitüde çalışıyorum ve işte Emre Hoca ile de MRI modeli canlı seanslar yapıyoruz (live supervision). Sağ olsun sevgili Udi de, fırsat buldukça süpervizör ekibine dahil oluyor. Ben seansta, onlar (Emre Konuk, Udi Oren) arkada beni izliyorlar; canlı canlı süpervizyon alıyorum. Tabii büyük şans, iki tane hocaların hocası önemli isim beni izliyor, onlardan "şimdi ve burada" süpervizyon alıyorum, inanılmaz bir deneyim benim için. Bu arada bir taraftan da enstitüde büyük bir araştırma furysı başlatmışız; bir sürü araştırma yapıyoruz ama nafile halen daha başka ne araştırarak diye akşamdan sabaha fikir üretiyoruz. Neyse bir gün

Udi eğitim için burada, sanırım süpervizyon sonrasıydı emin değilim ya da belki o gün canlı seansım yoktu, tam hatırlamıyorum ama Valikonağı'ndaki yerdeyiz henüz, düşünün taaa ne zamandan bahsediyorum. Böyle balkonda ben, Udi, Emre Hoca keyif yapıyoruz; kahve, sohbet... EMDR'dan, seanslardan vs. bahsediyoruz. Birden konu benim son zamanlarda üzerine düşündüğüm bir klinik duruma geldi. Ben doğuma giden hamileler ile EMDR çalışmanın doğum kaygısı ve hatta sancısı üzerine bir etkisinin olup olmayacağını merak etmişim o sıralar ki, anlaşılan tek merak eden ben değilmişim. Bunu söyler söylemez, Emre Bey ile Udi'nin gözleri parladı ve onlar benden daha hevesliymiş meğer baktım iş ciddiye bindi. Neyse, önce bilimsel araştırmanın ilk basamağı, doğal gözlem yapalım dedik. İlk aşamada doğum sancısı başlayan hamile kadınları gözlemlemekle başlamak uygun gördük. Ben de çok yakın bir jinekolog arkadaşımı arayıp, araştırmadan bahsettim ve yakınlarda doğuma gidecek olan bir hastasının olup, olmadığını sordum. Malum Udi'nin fazla günü yok, dönecek ama bizzat o da olmak istiyor, yani zamanımız kısıtlı, hemen bir doğum sancısı tutan gebe bulmamız lazım. Biz böyle konuşurken bir baktım, tek hevesli olan biz de değilmişiz, jinekolog arkadaşım heyecanla aradı, doğum sancısı tutmuş, bilmem ne kadar açıklığı olan bir hastasından gözlem için izin aldığını ve taaaa bilmem nerede bir hastanede bu akşam doğumun yapılacağını söyledi. Biz de çok büyük bir mutluluk ve ilim-bilim aşkı ile Udi ile başımıza neler geleceğini bilmeden yollara koyulduk...

Neyse vallahi yalan olmasın 1 saatten fazla süren bir yolculukla bahsi geçen hastaneye vardık. Jinekolog arkadaşım bizi karşıladı ve doğum katına çıkardı. Tabii bir sürü doğumu bekleyen gebe, sancı çekenler, sancı bekleyenler... Bilmiyorum hiç doğumhane katına sadece gözlem için çıktınız mı ama acayip bir atmosfer... Neyse gittik, hastamızla tanıştık, gözlem için biz de onamını aldık. Hasta da tam bir bilim gönüllüsü, çok da mutlu oldu, sancı

içerisinde bir taraftan yeterli açıklığın oluşmasını bekliyor, bir taraftan da sorularımızı yanıtlıyor, sohbet ediyoruz; ben tabii kelebek BLS falan da uyguluyorum, rahatlatmak amaçlı... Neyse derken böyle saatler geçti, arada çıktık, doktor arkadaşımın başka teknik bilgiler alıyoruz vs. ama bir türlü doğum anı gelmiyor. Biz bütün hevesimizle gelmişiz, tüm naifliğimizle birkaç saat gözlemimizi yapar, doğuma da şahitlik eder, hatta elimizden bir şey gelirse yardımcı olur, sonra da güzel güzel evimize döneriz zannediyoruz. Nerdeeeee??? İnanın gittiğimizde akşamüstü 18.00-19.00 gibiydi, saat oldu 22.00, 23.00, 24.00... yok, yeterli açıklık olmadı gece oldu 01.00 yok, 02.00 yok... Udi, zaten bütün gün eğitim vs. yorulmuş, gözümüzden uyku akıyor, bu arada yemek bile yemeyi unutmuşuz. En sonunda dedim Udi, sen git, sabah eğitim var, ben kalırım, tüm gözlemlerimi de rapor eder, seninle yarın paylaşırım. Bin bir ikna ile onu gönderdim. Ben sabah 05.00'e kadar falan hastanede kaldım, sonunda canlı canlı bir doğum izledim ama ne doğum... Bebeğin boynuna kordon falan dolandı, doğum da olaylı yani... Neyse ki başarılı bir doğum oldu ve ben de dünyanın en kutsal, en duygusal, en özel buluşmasına canlı canlı şahitlik etmiş bulundum... Eve döndüğümde ilk yaptığım şey, gidip anneme sarılmak ve ona teşekkür ederek, onu ne kadar sevdiğimi söylemek oldu... Ve tabii ki, Udi ile de böyle unutulmaz bir anımız oldu.

Asena Yurtsever

Sevgili Udi ile 1999 Marmara Depremi sonrası ilk EMDR eğitiminden beri tanışırız. Beni yetiştiren, üzerimde büyük emeği olan dört EMDR hocasından birisidir. Hakkını ödeyemem. Udi ile birlikteyken sadece teknik ve teorik açıdan öğrenme gerçekleşmez. Udi insanlara sevgisi, saygısı, duruşu ve olayları ele alışı ile her zaman lider ruhlu, büyük yürekli birisidir. Bu söylediklerimi duysa bana "Asiinaa!!!" diye gülümserdi sanırım. Udi'yi tanıyanlar, onun ne kadar iyi bir hikaye anlatıcısı olduğunu bilir. Udi'nin her EMDR eğitimi sonrası anlattığı bir hikayesi vardır. Size onu elbette Udi gibi olamaz ama anlatmak isterim.

Bir köyde bir bilge yaşamaktadır; herkesin danıştığı, saygı duyduğu bu bilgenin ünü tüm yurda yayılmıştır. Kendisine duyulan ilgi, saygı ve sevgi sonsuzdur. Köydeki genç bir adam ise bunu kıskanmaktadır. Bilgeyi nasıl alt etsem, üne ve saygınlığa nasıl kavuşsam diye düşünmektedir. Çözümü buluyor genç adam; bir kelebek yakalıyor. Elinde kelebek ile bilgenin huzuruna çıkıyor. "Elimde bir kelebek var, yaşıyor mu yoksa ölü mü, madem her şeyi biliyorsun, bunu da bil" diye soruyor bilgeye. Genç adamın amacı, eğer bilge kelebek ölü derse kelebeği sağ olarak salmak, bilge yaşıyor derse elinde kelebeği ezip, ellerini öyle açmak; her durumda kazanan o olacaktır. Yüzünde bu gülümseme ile bilgenin cevabını beklerken; bilge kelebeğin yaşamakta olduğunu bilmektedir. Biliyor ki, yaşıyor derse kelebek ölecek, kelebeği kurtarmak isterse de ünü tehlikede olacak. Bilge düşünür, düşünür ve şöyle der "Cevap senin ellerinde çocuk, cevap senin ellerinde".

EMDR'ı doğru şekilde kullanmak, insanların iyileşmelerine yardımcı olmak sizin ellerinizde... İşte böyle bitirir Udi eğitimlerini. Her zaman kalbe ve beyne dokunarak.

Şirin Hacıömeroğlu Atçeken

"Uzun yıllar Udi'nin, onun deyişile, 'diğer yarısı' olma şerefini yaşadım. Nasıl mı? Onun EMDR Eğitimlerinde tercümanı olarak. Udi ile artık o kadar senkronize olmaya başlamıştık ki bazen onun söyleyeceklerini o söylemeden tercüme eder olmuştum. Eğitimlerden önce sabah koşusunu ihmal etmez, öğle yemeklerinde her zaman sağlıklı beslenir ve ardından Türk kahvesi keyfinden asla vazgeçmez. 'Söyle Şirin, son zamanlarda izlediğin ve sevdiğin bir film var mı?', 'Var Udi...', ve ardından her zaman uzun güzel sohbetlerle devam eder. Ondan hep bir şeyler öğrendim. Hem çok güçlü, hem çok huzur ve güven veren enerjisiyle, dostluğuyla, duruşuyla, profesyonelliğiyle Udi benim için her zaman çok özel biridir."

Uzm. Psk. Zeynep Zat

Paylaşım



Uzm. Psikolog Zeynep Zat

Bu yıl, Aile Terapisi Derneği (IFTA) kuruluşunun 30. yılını kutlarken; “Uluslararası Aile Terapisi: 30 Yıllık Değişim” teması ile dünyadaki aile terapisinin gelişimini değerlendirdi.

25. Uluslararası Aile Terapisi Kongresi 16-18 Mart 2017 tarihleri arasında İspanya, Malaga’da gerçekleşti. Bu yıl, Aile Terapisi Derneği (IFTA) kuruluşunun 30. yılını kutlarken; “Uluslararası Aile Terapisi: 30 Yıllık Değişim” teması ile dünyadaki aile terapisinin gelişimini değerlendirdi.

Ülkemizden, ÇATED yönetim kurulu başkanı Emre Konuk, yönetim kurulu üyeleri Nesteren Gazioğlu, Senem Zeytinoğlu ve ÇATED üyeleri Fatma Torun Reid, Özge Alkanat, Behiye Ayanak, Nevin Dölek, Selanga Gürmen, Sibel Erenel ve Nilüfer Kafesçioğlu kongreye katıldı. Ülkemizde aile terapisi alanının önde gelen bu isimler, başarılı sunumları ile kongre programındaki yerlerini aldı. Benim için ise, her biri ile kongrede bir araya gelmenin tadı başkaydı. Hem mutluluk hem gurur duydum.

Kongrede dünyanın dört bir yanından gelen aile terapistleri ile tanıştık; ülkelerinde çalıştıkları bakış açılarını, yaptıkları seansları ve müdahaleleri dinledik. Amerika’da, Avrupa’da ve ülkemizdeki sistem içinde çift ve aile terapisti olmak ne demek, alandaki önemi nedir, gelecek için hassasiyeti nedir gibi konular üzerine yapılan konuşmaları dinledik. isteklerine sizlerle beraber yanıt/destek verebilmek inanılmaz bir keyifti. Bu hisleri özlemeyeceğim desem yalan olacak inanın bana.

Kongreye kayıt olduğumuzda sunumların ne zaman nerde kim tarafından yapılacağını gösteren kataloğu elimize aldığımızda, Emre Hoca değil belki ama ben, içimden ‘Ne büyük isimler var... Şu şu isimleri gidip dinleyeyim... Keşke bir görsem’ diye geçirirken; akşam yemeğinde bu isimleri bizim Türk grubunun yanında buluvermek beni hem şaşırtan hem çok sevindiren bir durum oldu. Gençlere değer veren ve yetiştirmek isteyen tutumlarını görmenin yanı sıra ÇATED’in değerli üyelerinin dünyanın önemli aile terapistleri ile uzun yıllara dayanan dostlukları ve çalışmaları olduğunu görmek ayrıca gurur vericiydi.

Emre Hoca ve ben, “Aile Terapisi ve EMDR Terapisi’nin Birleşimi: Panik Bozukluk Vakası”nı sunduk. Sunumda Emre Hoca, teori ve entegrasyonu anlattı. Ben de Emre Hoca’nın süpervizyonluğunda çalıştığım panik bozukluk tanısı almış olan danışanım ile yaptığımız tam bir psikoterapi sürecini, vaka formülasyonunu, terapötik müdahaleleri, sistemik aile terapisi ile EMDR Terapisinin birlikte uygulanışını videomu göstererek anlattım. Sunumun ardından katılımcılardan oldukça pozitif yorumlar aldık.

Sunumun ve kongrenin benim için en can alıcı noktası da tam bu andı... Sunum süresince dikkatlice izleyen, notlar alan oldukça yaşı büyük bir aile terapisti oturuyordu karşımda. Bir yandan sunumumu yaparken bir yandan da bu deneyimli terapistin akıbetini düşünüyordum içimden. Video gösterimini tamamladığımızda kendisi yanıma geldi ve ‘Çok iyi bir iş çıkarmışsın. Müdahalelerin rasyone-line çok uygun ve tam yerinde’ dedi. ‘Çok teşekkür ederim, Emre Hoca’dan aldım süpervizyonu’ dedim. Bir an sessizlik oldu. Kendisini tanıttı. ‘Ben Emre’nin Palo Alto MRI’daki süpervizörüyüm’ dedi. Zaten gülümsüyordum, Emre Hoca’nın hocasından tebrik aldığım için yaşadığım mutluluk birkaç katına çıktı. Karşılıklı gülümseyerek oldukça duygusal bir an paylaştık.

Gelecek yıllarda daha çok sayıda değeri aile terapisti ile birlikte kongreye katılmak dileğiyle...

Söyleşi

Uzm. Psk. Altuna Türkoğlu

“TRAVMA İYİLEŞTİRME GRUBU” BAŞKANI ŞENEL KARAMAN İLE SÖYLEŞİ

Altuna Türkoğlu: Geçen yıl hepimizin için oldukça zor ve travmatik bir yıl oldu. Siz de Travmayı İyileştirme Grubu olarak bu yaşanan üzücü olaylar için oldukça emek sarf edip, birçok çalışma ve faaliyetlerde bulundunuz. Öncelikle bu çalışmalarınızdan dolayı EMDR camiası adına size teşekkür ederiz. İlk olarak Travmayı İyileştirme Grubu’nun amacından ve ne gibi çalışmalar yaptığınızdan bahseder misiniz?

Şenel Karaman: Biz, kar amacı gütmeyen, travma sonrası etkileri önleme ve acıyı durdurmanın gerekli olduğu yerlere gidebilen gönüllü uzmanların küresel bir ağıyız. Kendi bölgesine hizmet verebilecek, iyileşme döngüsünü sağlayabilecek yerel profesyonellerin oluşması için çalışıyoruz. Travma İyileştirme Grubu olarak genellikle yerel terapistler ile çalışmaya özen göstermekteyiz. Çünkü yerel terapistler kendi toplumlarını daha iyi tanırlar ve etkili tedavi verebilirler. Ülkemizde her gün her türlü travmatik olay meydana geliyor. Mağdurların önemli bir bölümü ya yardım alması gerektiğini bilmiyor ya da bir uzmana ulaşma imkânına sahip değiller. Bizim en önemli amacımız, gönüllülerimizin bu insanlara destek olabilmeleri kolaylaştıracak pratik bir sistem geliştirebilmek.

Bizim sistemimizin 3 parçası var:

- Birincisi gönüllülerimizin sadece EMDR’ın temel becerilerini geliştirmeleri değil hem psikolojik ilk yardım yapabilmeleri hem de R-TEP, G-TEP, EMD gibi acil



müdahale protokollerinde uzmanlaşmalarını sağlamak.

- İkincisi, travmatik bir olay olduğunda müdahale edebilecek gruba oluşturabilmek.
- Üçüncüsü, mağdurlarla çalışmayı sağlayacak organizasyonu yapmak.

A.T: Eskiden EMDR HAP olan grup isminiz yakın zamanda Travma İyileştirme Grubu olarak değiştirildi. Bu isim verme serüveninizden ve bu isme nasıl karar verildiğinden bahseder misiniz?

Ş.K: EMDR HAP TR adını bizim dışımızda kimse anlamıyor ve bilmiyordu. Amerika’da da “Trauma Recovery” adı kullanılmaya başladıktan sonra bizde adımız ne olsun diye düşünmeye başladık. Mail grubumuzda isim önerileri istedik, profesyonellerin önerilerini aldık. Bir eğitim toplantısında anket yaptık ve Travma İyileştirme Grubu ismine ulaştık. EMDR HAP adı devam ediyor ve bu kurumsal adımız. Travma İyileştirme Grubu ise gönüllülerimizin ismi.

A.T: Bu çalışmalar/faaliyetler devam ederken karşılaştığınız zorluklar ve bu zorluklara karşı çözüm önerileriniz neler oluyor?

Ş.K: Bir travmatik olay olduğunda üç sorununuz olur. Birincisi gönüllü bulmanız gerekir. Çünkü bizim gönüllü ağıımız çoğunlukla İstanbul, İzmir ve Ankara'da toplanmış durumda. İkinci sorun orada çalışabilmek için izin alabilmeniz lazım. Bu sanıldığı kadar kolay değil. Her olayda onlarca telefon görüşmesi yapıyoruz. Yetkilileri ikna etmeye çalışıyoruz. Üçüncü sorun Travma İyileştirme Grubunu götürebilmek, temel ihtiyaçları için sponsor bulabilmek.

Bu sorunları aştıktan sonra mağdurla çalışmak bizim açımızdan sorun değil. Her travmatik olaya özgü el kitabı hazırlıyoruz. Olayın özelliklerine göre stratejiler geliştiriyoruz. Örneğin Prof. Dr. Ümran Korkmazlar her olay için çocuklarla çalışmalarda kullanılacak yeni hikayeler üretir. En son gittiğimiz Ayvacık Depremi de çalıştığımız insanların dillerine uyan kognisyonlar bulduk.

Biz olabildiğince EMDR çalışıyoruz. Bulduğumuz çözümlerde EMDR konseptine uygun gelişiyor.

A.T: Travmayı çalışmanın zor olduğunu hepimiz biliyoruz, sizde pek çok çalışmada yer aldınız. İnsanlara yardım ederken kendinizi nasıl koruyorsunuz?

Ş.K: Travma çalışıyorsanız ister istemez duygusal zorlanma yaşarsınız. Travmatik deneyim yaşamış kişiye kurulacak ilişkinin zemininde profesyonelin kendisini ne kadar koruduğu vardır. Bunun belki de ilk koşulu ne yapacağınızı bilmek. Bu insana güç verir. Bunun en etkili destekçisi süpervizyon almak ve vermek. Her süpervizyon sonrası kendimizi regüle edici yöntemler kullanırız. Bir grup üyesinin kendisini kötü hissetmemesi ve bir şeyler edinerek gitmesi için süpervizyon yaparken destek oluruz. Alanda çalışırken genelde keyifliyizdir, şakalaşırız. Grupta Yusuf Kulca varsa hep bir şey çıkartır grubu hareketlendirir. Alim Yavuz varsa şiir okur. Genellikle

grup olarak hareket ederiz. Aynı anda kahvaltı yapar, yemek yer dinleniriz.

A.T: Tüm bu çalışmalar içinde sizi çok etkileyen bir anıyı bizimle paylaşabilir misiniz?

Ş.K: Deprem bölgesinde çalışıyoruz genç bir kız ve yaşlı kadın birlikte geldiler. Kadın deprem sırasında düşmüş, dizi ağrıyor ancak belindeki ağrıdan ve göğsündeki 'kabarmadan' çok şikayetçi. R-TEP yapacağım, negatif kognisyon almak imkansız. Negatif kognisyonun ne demek olduğunu bir türlü anlatamadım. Durmadan belini gösteriyor çok ağrıyor diye. Ben de bunu 'Belim Ağrıyor'u Negatif Kognisyon olarak aldım. Çünkü diliyle değil bedeniyle kendisini ifade ediyordu. Pozitif Kognisyonu bir türlü bulmayı beceremedik. SUD'ı rakamlar yerine elimizi ölçek olarak kullandık.

Bu arada birlikte geldiği kız, kadın bir türlü anlamadığı ve kendisini anlatamadığı için bana yardımcı olmaya çalışıyor. Kız hem gülüyor hem de bana tercümanlık yapıyor. Uyarıma başladık, setler çok kısa sürdü. Kadın içim yavız oldu demeye başladı. Nihayet, Pozitif Kognisyonumuz bu oldu. Tüm süreç yarım saatte bitti ve kadının tüm ağırları kayboldu. Setler boyunca sadece iki resim geldi: biri ayağını çarptığı an diğeri tüm aile üyelerinin fotoğrafı çektiği gibi durmaları. Her iki resimde de ağladı. Biri kaygı ve hüznün, diğeri mutluluğun gözyaşlarıydı.

Protokol çok önemli, bizim nasıl gideceğimizi gösterir. Ancak bundan daha önemlisi danışanın dilini yakalayabiliyor olmak. Yörük köyünde çalışırken kadınlar, 'çok kötüyüm çarptım çocuğu yere' diye konuştuklarında şok olmuş gibi bakıyorduk. İyi olduklarında ise içim yavız oldu diyorlardı. Uzaktan yakar top oynayan yörük kadınları şimdi gözümde canlanıyor. İyileşmek nedir? İnsanın içinin yavız olmasıdır.

Uzm. Psk. Altuna Türkoğlu

Makale Özeti



Uzm. Psk. Altuna Türkoğlu

Bu makalede, üç deneyimli EMDR terapistinin (Carol Forgash, Anrew Leeds ve Claire A. I. Stramrood) hamile danışanlara EMDR Terapisi uygulanmasına dair görüşleri yer almaktadır.

Makale Özeti

Makale Adı: Vaka Danışmanlığı: Travmatize Olmuş Hamile Kadın

Yönergeler*

Yazar: Forgash. C, Leeds. A, Stramrood. C.A.I & Robbins. A

Dergi: Journal of EMDR Practice and Research

Sayı: 2013; Volume 7, Number 1; 45-49

Vaka Danışmanlığı: Travmatize Olmuş Hamile Kadın

Terapistin Talebi

Judy adlı danışanım EMDR Terapisi için bir önceki terapisti tarafından bana yönlendirilmiştir. Kendisi 7 aylık hamiledir. Birkaç ay önce meydana gelen kasırgada evi harap olmuş, o ve ailesinin kasırgadan korunmak için saklandığı dolap yerinden fırlayıp cadde üzerine düşmüştür. Bu olay sonrasında Judy, hava durumu konusunda takıntılı ve tedirgin hale gelmiştir. Hava az yağmurlu olduğunda veya gök gürlediğinde Judy panik atak geçirmekte ve gün içinde sık sık hava durumunu kontrol etmektedir. Bunun dışında hava şartlarından korunmak için Judy, ailesine ve kendisine sert, korunaklı şapkalar almıştır.

Judy'e hamile bir kadına EMDR yapılmasının yükümlülüklerinden bahsettim. Bunun üzerine kendisi "Şu anda EMDR bana benim çocuğuma

kendisi "Şu anda EMDR bana benim çocuğuma verdiğim zarardan daha fazlasını veremez" şeklinde cevap vermiştir. Elimde Judy'e ait onam formu vardır. Vaka hakkında düşünceleriniz nelerdir? Bu danışana EMDR uygular mıydınız?

1. Uzmandan Yanıt, Carol Forgash

Öncelikle hamilelik ve psikoterapi hakkında genel görüşlerimi bildirmek isterim. Hamilelik çoğu kadın için sağlıklı bir durum olarak tanımlanır. 20. yüzyılın sonuna kadar sağlık dünyasında hamileliğin patolojik bir boyut taşıdığı düşünülse de hamilelik bir hastalık değildir.

Birçok hamile kadını tedavi etmiş bir terapist olarak, EMDR Terapisi'nin hamile kadınlarda kullanılmasını uygun görüyorum. Fakat EMDR camiasında hamile kadınları tedavi etmenin birçok EMDR terapistini endişelendirdiğini gözlemliyorum. Eğer terapist, hamileliği normal bir durum olarak görürse terapistin klinik karar vermesi daha kolay gerçekleşir. Terapistin endişeleri karşı aktarım (countertransference) konusunu gündeme getirmektedir. Terapistin kendisi zor bir hamilelik geçirdiyse bu konuda bir danışmanlık alması gerekebilir, çünkü ruhsal durumu EMDR Terapisi uygulama kararını etkileyebilir. Eşi veya yakını zor hamilelik geçirmiş erkek terapistler içinde aynı durum söz konusudur.

Hamileliği ve sağlığı konusunda pek fazla bilgiye sahip olmadığımız Judy vakasında ise şunları söyleyebilirim: normal koşullar altında eğer danışanın sağlığı iyiye, hamileliğinde düşük riski yoksa ve terapisti doktoru ile EMDR Terapisi uygulamak için konuşup onay almışsa, tüm bunlara güvenerek danışanın kararına saygı duyup EMDR Terapisti uygulardım. Yüksek stres hormonunun hem hamile kadın hem de bebek için oldukça zararlı olduğu bilinmektedir (Poggi-Davis & Sandman, 2006). Kasırgadan beri Judy'nin yüksek düzeyde stresli olduğu ve TSSB semptomları geliştirdiği anlaşıyor. TSSB hem annenin hem de fetüsün sağlığını olumsuz yönde etkileyebileceğinden danışanın travmasını çözme ihtiyacı çok anlamlıdır.

Judy'nin hamilelik geçmişi dahil olmak üzere sağlık problemlerine, hamiliğe karşı tutumuna, TSSB semptomlarına, panik bozukluğuna, kaygısına ve depresyon geçmişiye yönelik hikaye alırdım. Bunun dışında tedavinin uygun olmaması (kontrendikasyon) durumunu da kontrol etmek gerekir. Bir başka endişe konusu ise eş/aile desteğinin eksikliği olabilir. Doktoru ile ilişkisi ayrıca dikkate alınması gereken önemli bir unsurdur. Bunun dışında tıbbi konulara değinecek olursak, sorulması gereken bir başka soru ise danışanı yüksek risk altına sokan herhangi bir sağlık durumunun var olup olmadığıdır.



Bu durumlar dışında, doğuma çok az zaman kaldığı için, danışanı EMDR Terapisi hakkında bilgilendiren; kendi kendini yatıştırarak ve stres azaltacak egzersizlerin olduğu (gerekli ise), daha sonra kasırga deneyimi hakkında bir hedefin belirlendiği ve hedefin işlendiği bir tedavi planı geliştirmeyi önerirdim.

Judy diğer travmaları için doğumdan sonra tedaviye devam etmek isterse, diğer travmatik olayların daha sonra da ele alınabileceğini ona açıklardım. Mevcut tedavinin odak noktası kasırga ve kasırganın Judy üzerinde yarattığı etkileri olurdu.

Bunlara ek olarak, kasırga birkaç ay önce gerçekleştiği için Standart EMDR Protokolü yerine Yakın Tarihli Travma Müdahale Protokolü (R-TEP; Shapiro & Laub, 2008) ile çalışırdım. Kasırganın danışan üzerinde yarattığı deneyimler, orijinal olayların etkilerinin günümüze kadar devam ettiğini göstermektedir. Judy için olası rahatsız eden noktalardan (POD) biri evin kasırga yüzünden tanınmaz hale gelmesi, ailesinin yaralanması ya da yağmurlu gün olabilir. Her biri işlendikten sonra son olarak bütün epizodun teması işlenir. Bu yöntem danışan için bu tedavi yaklaşımı uygun olabilir.

3. Uzmardan Yanıt, Claire A.I. Stramrood

“Hamile kadınlar ile EMDR Terapisi güvenli midir?” konusu hakkında literatürde yeteri kadar araştırma bulunmamaktadır. Veritabanlarında (PubMed, PsycINFO ve Francine Shapiro Kütüphanesi) EMDR Terapisi'nin hamile kadınları tehlikeye sokmasına dair herhangi bir çalışma yayınlanmamıştır. Aksine, Stramrood ve arkadaşlarının (2012) ilk hamileliklerinde TSSB semptomları geliştirmiş üç hamile kadından oluşan vaka serisinde olumlu klinik sonuçlar bulunmuştur.

EMDR eğitmeni olarak 20 yıl boyunca hamile kadınların EMDR seanslarından sonra riskli hamilelik geçirdiklerine dair geribildirimler aldım. Bu durum bilimsel bir kanıta dayanmamakla beraber göz ardı edilmemelidir. Hamile kadınların olduğu randomize kontrollü çalışmalar yapılana kadar EMDR Terapisi'nin hamilelik sürecine ilişkin düşük bir risk taşıdığı önemli bir tartışma konusu olsa da, bu yöntem ile hamile kadınların TSSB semptomlarının büyük ölçüde azaldığı bilinmektedir. Bu konuya rehberlik edecek randomize kontrollü çalışmalar yapılana kadar, EMDR Terapisi sadece hamile kadınların doktorundan onay alındıktan sonra yapılmalıdır.

Judy vakasına bakacak olursak, özetle verilen bilgiler Judy'nin EMDR Terapisi'ne hazır olup olmadığını belirlemek için yetersizdir. Özellikle danışanın geçmiş yaşamına, örneğin kaygı bozukluğunun ya da disosiyatif belirtilerinin olup olmadığına dair bilgi verilmemiştir. Vaka danışmanlığı söz konusu olduğunda yukarıda bahsedilen bilgiler verilmelidir. Bu bilgiler elde edildiğinde ve onam formu alındığında, hamile kadınlara EMDR Terapisi önerilebilir.

Judy, EMDR Terapisi konusunda çok hevesli görünüyor. Judy ya da başka hamile kadınlar için EMDR Terapisi'ne dair risk saptanmamıştır. Doğumda Judy'nin tedavi edilmemiş TSSB semptomlarının olması, anne-bebek bağını oluşturma kabiliyetini olumsuz yönde etkileyebilir (Liotti, 1992; Madrid, Skolek, & Shapiro, 2006). Kendi klinik deneyimlerime göre, Judy'nin genel hazır olma kriterlerini karşıladığını varsayarsak, EMDR Terapisi uygulama sorusuna cevabım “evet” olur

3. Uzmardan Yanıt, Claire A.I. Stramrood

Stres, depresyon ve kaygı dahil hamilelikte yaşanan psikolojik problemlerin çoğunda doktorlar ve terapistler iki kötü seçenek arasında seçim yapmakla karşı karşıya kalırlar: fetüs için zararlı olabilecek tedaviler uygulamak ya da annenin ruhsal olarak sağlıksız olma durumunu uzatmak.

Judy'nin semptomlarının doğru bir şekilde teşhis edilmesi gerekli olan ilk adımdır. Hamileliği sırasında EMDR Terapisi uygulanmalı mı uygulanmamalı sorusuna gelirsek, 2001'de çıkan EMDR kitabında Shapiro terapistlerin dikkatli olmasını tavsiye eder çünkü EMDR Terapisi'nden sonra aşırı uyarılmanın (hyperarousal) ve stresin artma olasılığının anneyi ve fetüsü olumsuz yönde etkileyebileceğinden bahseder (s.96).

Hamile kadınlara EMDR Terapisi uygulanmanın riskleri ve avantajları iyi araştırılmamıştır. Literatürde TSSB'si olan hamile kadınlar ile ilgili iki tane pilot çalışma vardır. Bir çalışmada üç hamile kadına EMDR Terapisi uygulanmış (Stramrood et al., 2012), diğer çalışmada ise içlerinden biri hamile olan dört kadına uygulanmıştır (Sandstrom, Wilberg, Wikman, Willman, & Hogberg, 2008). Her iki çalışma doğumdan sonra TSSB'den muzdarip olan kadınlarla ilgilidir. Bir başka deyişle anne için önceki doğum travmatik bir olaydır.

Bu vakada ise Judy'nin travması ve stresli olma durumu hamileliği ya da doğum ile alakalı bir durum değildir. Judy'nin 7 aylık hamile olduğunu göz önünde bulundurduğumuzda, EMDR tedavisini bebek doğana kadar erteleme konusundaki tartışmaları anlayabiliyorum. Stresin fetüsün sinirsel gelişimini olumsuz yönde etkilediği bilinmektedir (O'Donnel, O'Connor, & Glover, 2009) fakat büyük bir olasılıkla Judy'nin stresinin fetüs üzerindeki olumsuz etkileri 7 aylık hamilelik sürecinde oluştu. Bir başka tartışma, EMDR Terapisi'nin stres yarattığını ve hamilelikte olumsuz sonuçlar doğurabileceği şeklindedir (Shapiro, 2001). Bununla birlikte hamilelik sırasında tedavinin olup olmaması doğum sonrası dönem ile

alakalı hala gelir çünkü çözülmemiş travma/TSSB anne-bebek bağını olumsuz yönde etkileyebilir (Parfitt & Ayers, 2009) ve annenin bebekle arasında güvenli bağlanma oluşmasını engelleyebilir (Liotti, 1992).

Sonuç olarak böyle vakalarda EMDR Terapisi'nin uygulanmasını öneriyorum. Her ne kadar yukarıda bahsettiğim çalışmalarda hamile kadınların travmalarının önceki doğuma bağlı olarak ortaya çıkmış olsa da TSSB'nin nedeni önemli değildir ve hamilelik sırasında EMDR Terapisi uygulamamak için yetersiz bir sebeptir.

Yazım Kuralları Genel İlkeler

1. E-bültene gönderilecek araştırma yazıları, A4 boyutlarında beyaz kağıda üst, alt, sağ ve sol boşluk 2,5 cm. Bırakılarak (16 x 24,7'lik alana) çift aralıklı ve düz metin olarak yazılmalıdır (Bu ölçüler, gönderilen tablo ve grafiklerin dergi sayfa boyutları dışına taşmamasını ve daha kolay kullanılmasını sağlayacaktır).

2. Yazılarda Türk Dil Kurumu'nun yazım kılavuzu örnek alınmalı, yabancı sözcükler yerine olabildiğince Türkçe sözcükler kullanılmalıdır. Türkçe'de pek alışılmamış sözcükler yazıda kullanılırken ilk geçtiği yerde yabancı dildeki karşılığı parantez içinde verilmelidir (Türkçe ve İngilizce).

3. Araştırma yazıları başlık sayfası, özet (Türkçe ve İngilizce), anahtar kelimeler, ana metin, kaynaklar, ekler, tablolar, şekil başlıkları, şekiller, yazar notları ve yazışma adresi ile genişletilmiş İngilizce uzun özet (summary) bölümlerini içermelidir.

a) Başlık sayfası: Sadece araştırma yazısı başlığı ve kısa başlık bu sayfada yer almalıdır. Yazarların adı ve soyadı, unvanı ve çalıştığı kurumu içeren bilgiler de bu sayfada yer almalıdır.

b) Özet ve anahtar sözcükler: Araştırma yazısı, Türkçe ve İngilizce olmak üzere her iki dilde 'Özet' ve 'Abstract' başlıkları altında 250 kelimeyi geçmeyecek şekilde olmalıdır. Anahtar kelimeler (3 ile 6 arasında) Türkçe özetin altında 'Anahtar kelimeler' ve İngilizce özetin altında 'Key words' başlığı kullanılarak verilmelidir. Türkçe ve İngilizce özetin her biri yeni bir sayfadan başlamalıdır.

c) Ana metin: Yeni bir sayfadan başlamalıdır. Görgül makalelerde (araştırma yazılarında) metin, sırasıyla giriş, yöntem, sonuçlar ve tartışma bölümlerinden oluşmalıdır. Derleme türü yazılarda da yöntem bölümü dışında diğer adımlar benzer şekilde yazılmalıdır. Makalenin başlığı ana metnin ilk sayfasında yer almalı ve başlıktan sonra, "Giriş" alt başlığı yazılmadan paragraf ile metne başlanmalıdır. Yöntem, Sonuçlar ve Tartışma bölümleri yeni bir sayfadan başlamamalıdır; bir bölüm bittikten sonra, aynı sayfada diğeri onu izlemelidir.

Giriş bölümü, yapılan araştırma ile ilgili olarak, literatürdeki yaklaşım ve sonuçlar ile araştırmanın amacını içermelidir. Yöntem bölümü örneklem, veri toplama araçları ve işlem olmak üzere 3 alt bölümden oluşmalıdır.

Sonuçlar, araştırmada kullanılan istatistiksel analizleri, her değişkene ait ortalama ve standart sapma değerlerini içermelidir. Tablolar ve şekiller ayrı bir sayfada yazının en sonunda verilmelidir. Verilecek olan tablolarda ortalamalar ortalama işareti, standart sapmalar ise "s" ile gösterilmelidir.

d) Kaynaklar: Yeni bir sayfadan başlamalıdır. Metin içinde belirtilen tüm kaynaklar 'Kaynakça' listesi içinde yer almalıdır. APA 5 formatına uygun yazılmalıdır.

e) Ekler: Yeni bir sayfadan başlamalıdır. Araştırmada kullanılan ölçekler gibi ek bilgileri içerir.

f) Tablolar: Yeni bir sayfadan başlamalıdır ve her bir tablo ayrı bir sayfada verilmelidir. Tablo numarası (Tablo 1: gibi) ve Tablo başlığı tablonun üstünde kelimelerin yalnızca baş harfleri büyük olarak yer almalıdır.

g) Şekil başlıkları ve şekiller: Yeni bir sayfadan başlamalıdır. Şekil numarası ve şekil başlıkları kelimelerin baş harfleri büyük olarak aynı sayfada alt alta verilmelidir. Şekillerin her biri ise ayrı sayfalarda verilmelidir.

h) Yazar notları: Yeni bir sayfadan başlamalıdır. Eğer araştırma bir tez çalışmasının özeti ise veya araştırmayı destekleyen kurum(lar) var ise bu bölümde belirtilmelidir. Ayrıca araştırmacının, araştırmaya katkılarından dolayı teşekkür etmek istediği kişiler de bu sayfada belirtilmelidir.

ı) Yazışma adresi: Yeni bir sayfadan başlamalıdır. Yazarın veya yazarlardan bağlantı kurulabilecek olan kişinin adresi, telefon numarası ve varsa faks numarası ile e-posta adresi bu bölümde yer almalıdır.

i) Genişletilmiş İngilizce özet (Summary): Yeni bir sayfadan başlamalıdır. Çift aralıklı, 4-10 sayfa uzunluğunda olmalı; giriş, yöntem, bulgular ve tartışma bölümlerini içermelidir. İngilizce kısa başlık mutlaka belirtilmelidir.

4) Yazılardan ifade edilen düşüncelerden yazarları sorumludur.

5) Yayın Kurulu, yazıda gerekli gördüğü sözcükleri değiştirebilir.

6) Kurallara uymayan yazılar yayınlanmaz.

7) Yayınlanan her araştırmanın verilerinin 5 yıl süre ile araştırmacı tarafından saklanması zorunludur.

Çalışma iki kopya halinde emdrebulten@yahoo.com adresine gönderilmelidir. Bunlar: a)-Kimlik bilgilerini içeren başlık sayfası dahil b) Kimlik bilgilerini içeren başlık sayfası hariç.

Psikoloji ve Psikiyatri Dünyasından Haberler



Bu yıl 18.'si düzenlenen EMDR Avrupa Kongresi Kongresi 30 Haziran – 2 Temmuz 2017 tarihleri arasında İspanya'da yapılacaktır. Detaylı bilgiye <http://emdrconference2017.com/> adresinden ulaşabilirsiniz.



“Adaptif Bilgi İşleme Model’ini (AIP) ve EMDR Terapisi’ni Zor ve Kompleks Danışanlarda Kullanmak: Kurallara Göre Gitmeyi ve Esnekliği Entegre Etmek” Çalıştayı 14-15 Nisan 2017 tarihleri arasında Şişli Holiday Inn Otel’de gerçekleştirilecektir. Detaylı bilgiye <http://www.emdr-tr.org/calistay-2017/> adresinden ulaşabilirsiniz.



14 Nisan 2017 tarihinde arasında EMDR Genel Kurul Toplantısı yapılacaktır. Detaylı bilgiye <http://www.emdr-tr.org/genel-kurul/> adresinden ulaşabilirsiniz.



20 - 23 Nisan 2017 tarihleri arasında Davranış Bilimleri Enstitüsü’nde EMDR I. Düzey Eğitimi verilecektir. Detaylı bilgiye <http://www.dbe.com.tr/Yetiskinveaile/tr/> adresinden ulaşabilirsiniz.