

# KAVRAMLARLA PSİKOLOJİ

Psikoloji Biliminde Üzerinde En Çok Durulan  
Kavramlara Dair Yapılmış İlk Çalışma,  
Ülkenin Önde Gelen Uzmanlarından

Editor:

Klinik Psikolog Dr. Kahraman GÜLER

Bu kitabın yayın hakkı SİYASAL KİTABEVİ'ne aittir. Yayınevinin ve yayınlayıcısının yazılı izni alınmaksızın kısmen veya tamamen alıntı yapılamaz, hiçbir şekilde kopyalanamaz, çoğaltılamaz ve yayınlanamaz.

## **Kavramlarla Psikoloji**

**Editör:** Kahraman Güler

**Kapak ve Sayfa Düzeni:** Gamze Uçak

©Siyasal Kitabevi Tüm Hakları Saklıdır.

2023 Şubat, Ankara

**ISBN No:** 978-625-7424-76-9

**Siyasal Kitabevi-Ünal Sevindik**

Yayıncı Sertifika No: 14016

Şehit Adem Yavuz Sok. Hitit Apt. 14/1

Kızılay-Ankara

Tel: 0(312) 419 97 81 pbx

Faks: 0(312) 419 16 11

**Baskı:**

Gurur Matbaacılık

Sertifika No: 43 575

Zübeyde Hanım Mahallesi Kazım Karabekir Caddesi

Murat Çarşısı No:41/4 Altındağ/ANKARA

Tel: 0312 362 10 11 • [www.gururmatbaa.com](http://www.gururmatbaa.com)

**Dağıtım:**

Siyasal Kitabevi

Şehit Adem Yavuz Sok. Hitit Apt. 14/1

Kızılay/Ankara

Tel: 0(312) 419 97 81 pbx

Faks: 0(312) 419 16 11

**e-posta:** [info@siyasalkitap.com](mailto:info@siyasalkitap.com)

<http://www.siyasalkitap.com>

# KAVRAMLARLA PSİKOLOJİ

Dr. Öğretim Üyesi ve terapist olan Kahraman Güler, lisans eğitimini Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik alanında, Yüksek Lisans ve Doktora eğitimini de Klinik Psikoloji üzerine yapmıştır. 2018 yılında yayın hayatına başlayan 46'lık Dergi'nin kurucusu, genel yayın yönetmenidir. Yayınladığı şiirleri ve deneme yazılarıyla da dergide aktif olarak yer almaktadır. Aynı zamanda PsikoTalk Programı'nın format yaratıcısı ve sunucusu olan Güler, düzenli aralıklarla bu formatta içerikler üretmeye devam etmektedir.

Çocukluk ve ergenlik yıllarında kökenleri bulunan ve bireyin güncel yaşamını ve geleceğini etkileyen şemaların işlev bozucu etkisini ortadan kaldırmayı amaç eden Şema Terapi ve travmatize edici yaşam deneyimlerine yönelik bilgiyi yeniden işleyerek yıkıcı etkisini hafifletmeyi merkezine alan EMDR ekolleri ile aktif olarak çalışmalar yapmakta, makaleler yazmakta, konu ile ilgili tez ve makale çalışmalarına danışmanlık yapmakta, üniversitelerin Psikoloji bölümlerinde Yüksek Lisans ve Doktora seviyelerine Şema Terapi ve EMDR dersleri vermekte olan yazar, bu konular çerçevesinde klinik süpervizör olarak alana yeni terapistler de kazandırmaktadır.

Ulusal ve uluslararası olarak yayınlanmış 40'dan fazla makalesi bulunmaktadır. Bunun yanı sıra "Neden Şimdi? Kaygı Bozukluklarına Klinik Bir Bakış", "Çocuk ve Ergenlerde Travma", "Bilişsel Davranışçı Terapilerde Ev Ödevleri" kitaplarının yazarı; "Travmaya Klinik Bir Bakış", "Depresyona Klinik Bir Bakış" kitaplarının editörü; "Klinik Psikolojide Kullanılan Psikoterapi Yöntemleri", "Bilişsel Davranışçı Terapi Kuram ve Vaka Çalışmalarıyla Uygulama", "Psikanalitik Kuram ve Şema Teorisi Çerçevesinde Annelerimiz, Babalarımız ve Romantik İlişkilerimiz", "Psikiyatrik/Psikolojik Bozuklukların Tanı ve Tedavi Yöntemleri" kitaplarının bölüm yazarıdır.

Günümüzde Bakırköy'de bulunan, kurucusu olduğu 5N1K Psikoakademi Psikolojik Danışmanlık Merkezi'nde klinik görüşmelerini, çalışmalarını ve eğitimlerini aktif olarak sürdürmektedir.

*Bu kitabın hazırlık aşamasında yanımızda olan ve aynı zamanda da bölüm yazarlığı yapan sevgili dostum Dr. Rıdvan Üney, 22 Ağustos 2021 yılında aramızdan ayrıldı. Onu kaybetmenin üzüntüsü içerisinde bu kitabı ona ithaf ediyorum.*

*Huzurla uyu.*

# İÇİNDEKİLER

---

<b>BÖLÜM I</b> <b>SEVMEK VE SEVİLMEK</b> .....	<b>11</b>
KAHRAMAN GÜLER	
<b>BÖLÜM II</b> <b>SADAKATSİZLİK</b> .....	<b>21</b>
MEHMET ZİHNİ SUNGUR	
<b>BÖLÜM III</b> <b>AFFETMEK</b> .....	<b>31</b>
CEM KEÇE	
<b>BÖLÜM IV</b> <b>AYIP KONU: CİNSELLİK</b> .....	<b>43</b>
RIDVAN ÜNEY	
<b>BÖLÜM V</b> <b>HASET VE KISKANÇLIK</b> .....	<b>51</b>
HAYDEH FARAJİ	
<b>BÖLÜM VI</b> <b>GÜVEN/GÜVENSİZLİK</b> .....	<b>59</b>
ONUR OKAN DEMİRCİ	
<b>BÖLÜM VII</b> <b>GÜZELLİK Mİ, ESTETİK Mİ?</b> .....	<b>69</b>
UMUT NUR SUNGUR	
<b>BÖLÜM VIII</b> <b>AŞKIN BİNBİR YÜZÜ</b> .....	<b>79</b>
ENGİN EKER , ARMAĞAN AKYOL	
<b>BÖLÜM IX</b> <b>VAROLUŞÇU BAKIŞ</b> .....	<b>85</b>
MERİÇ BİLGİÇ	
<b>BÖLÜM X</b> <b>UMUT – UMUTSUZLUK</b> .....	<b>95</b>
FATİH BAL	

<b>BÖLÜM XI</b> <b>UTANGAÇLIK</b> .....	<b>109</b>
BAHAR AKOĞLU	
<b>BÖLÜM XII</b> <b>İNANMAK ÜZERİNE</b> .....	<b>119</b>
HASAN BACANLI	
<b>BÖLÜM XIII</b> <b>GERÇEKTEN BAZI İNSANLAR KİŞİLİKSİZ Mİ?</b> .....	<b>129</b>
BUSE DURAN	
<b>BÖLÜM XIV</b> <b>PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK</b> .....	<b>135</b>
EFENDİ YAVAŞOĞLU	
<b>BÖLÜM XV</b> <b>BAĞIMLILIK VE BAĞIMSIZLIK</b> .....	<b>145</b>
ÖMER OLUK	
<b>BÖLÜM XVI</b> <b>ÖĞRENMENİN NÖROPSİKOLOJİSİ</b> .....	<b>153</b>
AYLİN AYDIN	
<b>BÖLÜM XVII</b> <b>İLETİŞİME GENEL BİR BAKIŞ</b> .....	<b>163</b>
HÜSEYİN KAZAN	
<b>BÖLÜM XVIII</b> <b>DUYGUSAL ZEKA</b> .....	<b>173</b>
ZEYNEP GÜMÜŞ DEMİR	
<b>BÖLÜM XIX</b> <b>AYRILIK</b> .....	<b>183</b>
CANSU SELİN YURTSEVEN	
<b>BÖLÜM XX</b> <b>YABANCILAŞMA</b> .....	<b>195</b>
MAHMUT YILMAZ	
<b>BÖLÜM XXI</b> <b>ZORBALIK</b> .....	<b>199</b>
MEHMET BOYACI	

<b>BÖLÜM XXII</b>	
<b>ŞİDDETİN ANATOMİSİ.....</b>	<b>209</b>
EMEL ANER AKTAN	
<b>BÖLÜM XXIII</b>	
<b>DÖNÜŞÜM.....</b>	<b>219</b>
İBRAHİM TAYMUR	
<b>BÖLÜM XXIV</b>	
<b>BENLİK FARKLILAŞMASI .....</b>	<b>229</b>
DİLAY SÜLOĞLU	
<b>KAYNAKÇA.....</b>	<b>237</b>