

# INTERNATIONAL BODY PSYCHOTHERAPY JOURNAL

THE ART AND SCIENCE OF SOMATIC PRAXIS

INCORPORATING US ASSOCIATION FOR BODY PSYCHOTHERAPY JOURNAL

Uluslararası Beden Psikoterapisi Dergisi Somatik Uygulamalar Sanatı ve Bilimi Cilt 17,  
Sayı 2, 2018 Güz s.

ISSN 2169-4745 Basım, ISSN 2168-1279 Çevrimiçi

© Yazar ve USABP/EABP. Tekrar basım ve izinler secretariat@eabp.org

Özetler

## **Hissediyorum, o halde varım**

**Madlen Algafari**

Özet

Bu benim *Hissediyorum, O Halde Varım* kitabımın önsözünden alıntıdır. Orada S. Keleman'a, günümüzde duygusal zekanın rasyonel zekadan daha önemli olduğuna dair tezimi savunmak için bana cesaret ve argümanlar verdiği için ona olan minnettarlığımı ifade ediyorum.

*Anahtar kelimeler:* Duygusal Zeka, Kimya ve Simya, Duygusal Yaşamın Fizik ve Metafiziği

## **Benimle buluşmaya gelen zarafet, Stanley Keleman ile buluşmada**

**Sônia Andrade**

Özet

Yazar, *Brezilya Biçimleyici (Formative) Psikoloji Merkezi*'ndeki eğitim programına katılımından ve orada Stanley Keleman ile olan etkileşiminden aldığı deneyimden edindiği mirasa dair minnettarlığını dile getiriyor. Makale, biçimleyici düşünce ve yöntemin, bedende deneyimlenenlere istinaden öze dair bilgi imkanını, kişisel ve meslekî gelişim olasılığını ne şekilde sunduğunu ele alıyor.

*Anahtar kelimeler:* Stanley Keleman, Biçimleyici (Formative) Psikoloji®, Beden; Tekrar Bedenlenme (Re-bodying), Buluşma, Zarafet, Samimiyet, Minnettarlık, İnsan.

## **Stanley Keleman'ın Unutulmaz Dersleri**

### **Hayatın içinden pasif bir şekilde geçip gitmek yerine nasıl onu bedenleyerek (embodying) insan oluruz?**

**Christina Bogdanova**

#### **Özet**

Bu makalede, Stanley Keleman'ın beni büyüleyen ve benim için pratik ve teorik öneme sahip çalışmalarının bazı yönlerini sundum. Atımlı (palslı) organizmalar olarak kendimizi ve hayatımızı oluşturabiliriz; atım (pulsation) süreci sayesinde dünyada varlığı organize edebilir ve nasıl yaşayacağımızı dengeleyebiliriz. Bedenimiz, hayatımızın tek gerçek hikaye anlatıcısıdır ve onu hissederek ve anlayarak kaderimizi belirleyebiliriz. Biz, insanlar, kendi kendini yaratan gerçekliklerin eşsiz kaynağıyız. Sonuçlar ve deneyimler yaratmada gönüllü katılımcıyız; yeni eylem kalıpları ve bedenlenmiş (embodied) hayata dair yeni anlayışlar geliştirerek hayatımızı zenginleştirebiliriz. Organize etme sürecinin bedenlenmiş deneyimi, doğası gereği, durgunluk, memnuniyetsizlik ve hastalık içinde yaşamak yerine kendimizi insana dönüştürmemizi, gelişip büyümemizi sağlar. Bu yüzden, mevcut varoluş durumumuza dair daha iyi bir öz-anlayış, kişisel evrimimiz ve anlayışlı bir yaşayan kendilik oluşturmak için "Beş Adım"lı biçimleyici (formative) yolculuğu üstlenmeyi bilinçli olarak seçebiliriz.

Anahtar kelimeler: Stanley Keleman, atım (pulsation), palslı (atımlı, "pulsatory") organizmalar, örgütlenme ilkesi, bedenlenmiş deneyim, biçimleyici yolculuk, Beş Adım, NASIL yöntemi, akordeon süreci, somagram, hikaye anlatıcılığı.

## **Stanley Keleman ile İlişkimdeki Üç Katman**

**Erica Cavour**

#### **Özet**

Yazar, Stanley Keleman ile olan ilişkisindeki üç önemli andan ve onun Biçimleyici Psikoloji'sinden bahsediyor.

*Anahtar kelimeler:* Stanley Keleman, Biçimleyici Psikoloji, insan evrimi, minnettarlık.

## **Stanley Keleman: Hatıra, Sevgi ve Onur**

**Leila Cohn**

**Özet**

Bu makalede yazar Stanley Keleman ile olan mazisini ve gelişen işbirlikçi ortaklıklarının “Stanley Keleman'la Mülakatlar” projesinin gerçekleştirilmesine nasıl yol açtığını anlatıyor. Bu makale onların en son mülakatı olan “İnsan Deneyiminde Kuantum Dinamikleri” bölümünden bir alıntı da içeriyor.

Anahtar kelimeler: Biçimleyici Psikoloji, kuantum dinamiği, Stanley Keleman, biçimleyici süreç, insan deneyimi, tamamlanmamışlık, evrim.

## **Teşekkürler, Stanley**

**Terry Cooper**

**Özet**

Stanley, Stanley'in yaşadığı gibi öldü, drama ya da yaygara olmadan, düzen içinde ve organize olmuş bir şekilde öldü. O sıklıkla, “Beden nasıl öleceğini biliyor”, dedi.

Anahtar kelimeler: Stanley Keleman, ölümünüzü yaşamanız, kendi ile ilişki

## **Keleman'ın Anatomi ve Biçimleyici Süreç- İnsanlığı anlamaya yönelik bir yaklaşım İki boyutu birleştirmek**

**Anton Darakchiev**

**Özet**

Bu makalede, Stanley Keleman'ın Beden Çalışması (Bodywork) yöntemi ve insan anatomisini anlama konusunda iç hastalıkları konusunda uzmanlaşmış bir hekimin görüşü açıklanmaktadır. Keleman'ın “Biçimleyici Süreç”in ve “Duygusal Anatomi” sinin insan davranışının anlaşılması ve olumlu bir şekilde değiştirilmesi yoluna yaptığı katkıya dikkat çekiyor.

Anahtar kelimeler: Anatomi, Biçimemeci Süreç, Duygusal Anatomi, Stanley Keleman, Somatik Çalışma, Biyolojik Bakış Açısı, İnsan Davranışı, Beden Psikoterapisi.

**Stanley Kimdir?**  
**Marilyn Haller**  
**Heykeltıraş Olarak Stanley**  
**Gene Hendrix**

**Özet**

Stanley Keleman'ın eserlerinin editörü olarak, Hendrix, onun çalışmaları için heykeltıraşlık nasıl bir metafor olduğunu anlatıyor, yaşamın çeşitli aşamalarına şekil verme işi. Stanley için bu kahramanın yolculuğu, biçimleyici yolculuk idi.

Anahtar kelimeler: metafor olarak heykeltıraşlık, şekil, biçimleyici yolculuk.

**Stanley Keleman ve Varoluşun Biçimleri**

**Peter Kralev**

**Özet**

Bu makale Stanley Keleman'ın insan bedeni, duyguları ve organizmasına-psiko-fizyolojik varoluşun tam bir formu-olan tutumlarından ilham almıştır. Bu varoluş, protoplazmik tarihten ve hücre yapısının oluşmasındaki süreçlerden insan yaşamının formlarına kadar biçimlerin bir dizisi olarak karşımıza çıkıyor. Keleman'a göre biçimler, duyguları, düşünceyi ve yaşam hikayesini kapsayan bir yapının birleşmiş sürecinin bir dışavurumu ve bu biçimler, diğer şeylerin yanısıra, kendi iç dünyamız ile dışarıdakinin buluşmasıyla belirlenmiştir. Biçimleyici Psikoloji'de kendisi, kendimizi tanıyabileceğimiz düzen ve formları tanıttı. Birey, biçimleyici yolculuğa başlamakla, bir dönüşüm süreci aracılığıyla - psikolojik ve somatik- kendi en içindeki derinliklerle tanış olur. Ek olarak, eğer bütünlüğü bozan modeller söz konusuysa, kendimizden daha başarılı bir şekilde verim almak için deforme yapıyı düzeltebilecek NASIL metodolojisi mevcuttur.

Anahtar kelimeler: Stanley Keleman, biçimler, yapı, varoluş, Biçimleyici Psikoloji, atımların tümelliği, beden hareketleri, akordeon prensibi, Beş-Adım Modeli

## **Gelişimdeki bir Katalizör olarak Stanley'in Ani Ölümü**

**Christina A. Loeffel**

### **Özet**

1989 yılında, Stanley Kaleman ani bir kaybın organizmadaki deneyimini ve kalıtsal irkilme ve şaşırma tepkilerimizle yaşamaktansa kişisel sonumuzu biçimlendirmek için somatik yapımız üzerinde nasıl çalışabileceğimizi anlattı. Yazar, söz konusu konuşmayı ve İstemli Muskular Kortikal eforu Stanley'in ani ölümünün kendisi üzerindeki yansımalarını biçimlendirmede nasıl yardımcı olarak anlatmaktadır.

*Anahtar kelimeler:* Stanley Keleman, Biçimleyici Psikoloji, ani ölüm, şok, yas

## **Yaşlanırken Hayatı Bedenleme (Embodying)**

**Artemis Marinho**

### **Özet**

Yazı, biçilenmeci bir bakış açısıyla, benim kendi bireysel yaşlanma deneyimini konu alıyor.

*Anahtar kelimeler:* Stanley Keleman, Biçimleyici Psikoloji, yaşlanan kadın, Biçimleyici Süreç.

## **Şekilde Fasya'nın rolü**

**Johannes Carl Freiberg Neto**

### **Özet**

Bu makale benim Stanley Keleman ile, hassas mekanik-duyarlı doku olarak Fasya ve istemli kortikal kas eforu ile alakalı çalışmaları hakkındaki çalışmalarımı konu alan görüşmelerimin bir bölümü ile ilgilidir.

*Anahtar kelimeler:* Stanley Keleman, Biçimleyici Psikoloji®, Fasya, Mekanoreseptörler içalgısı (Proprioception), içduyum (interoception), korteks, farkındalık hali (astuteness).

## **Somatik Yakınlık- Biçimleyici Sürecin Esası**

**Denise Passos**

Özet

Somatik yakınlık, biçimleyici sürecin esasıdır ve bireysel yaşamımız ve biçimleyici yaşamımıza yön verme konusunda bize rehberlik eder. Yakınlık, biçimleyici insanın devamlılığında bir etmendir.

Anahtar kelimeler: Biçimleyici psikoloji, öğretmen, yakınlık, kuantum dinamiği, öznel, Stanley Keleman.

### **Stanley Keleman İçin Bir Anıt**

**EABP Congress - Berlin, September 6, 2018**

**Ilse Schmidt-Zimmermann**

Özet

Ilse Schmidt Zimmermann, eski EABP Başkanı (Avrupa Beden Psikoterapisi Derneği), Stanley Keleman'ı Berlin'de yapılan 16. Avrupa Beden Psikoterapisi Kongresi'nde, Keleman'ın teorik mirası ve beden psikoterapisi alanına yaptığı katkılarından dolayı ona olan hürmetlerini bir konuşma ile sundu.

*Anahtar kelimeler:* Beden psikoterapisi, duygusal anatomi, bedenlenmiş (embodied) diyalog, istemli kas/ kortikal efor, biçimlenme süreci.

## **İnme sonrasındaki bir yaşamı biçimleme**

**Alison Bonds Shapiro**

### **Özet**

Stanley Keleman'ın çalışmalarının etkileri, nörolojik bir hasar sonucunda oluşan yapısal ve işlevsel ani değişimlerle başa çıkmadaki uygulamalarında açıkça görülebilir. İlk olarak, bu makale, biçimleyici psikolojinin araçlarını kullanarak söz konusu bir hasardan ol iyileşmenin kişisel yolculuğunu ele alıyor. Daha sonra, makalede, yazarın bu araçları, yatarak ve ayakta tedavi gören kazazedelerin ve ailelerde bakım veren kişilerin eğitim programlarına nasıl dahil ettiği tartışılıyor. Bu eğitim programları, süregelen nörolojik iyileşmeyi destekleme ve hasar sonrası yaşamı biçimlendirmede öz-yönetim becerilerini öğretmek için tasarlandı.

Anahtar kelimeler: İnme, nörolojik hasar, nöroplastisite, Hayata dahil olma, içsel anlatımlar, duyuşal farkındalık, dikkat, aracı olma, ayna nöronlar, öz-şefkat.

### **Az Daha Çoktur:**

**Stanley Keleman'ın Hatırasına**

**Max Strecke**

### **Özet**

Bu makale, Biçimleyici Psikolojinin bazı ana hatlarını özetlemektedir ve Stanley Keleman ile karşılaşmalara ve onun çalışmalarına dair kişisel bir değerlendirmesidir.

Anahtar kelimeler: Biçimleyici Psikoloji, Stanley Keleman, bedenleme (embodiment), kişisel evrim, ölümünü yaşamak.

## **Stanley Keleman'ın Onur ve Anısına**

**Sonja H. Sutherland**

### **Özet**

Sutherland, Stanley Keleman'ın onun kendisini ve kendi yaşamını, hem oldukça kişisel düzeyde hem de profesyonel düzeyde, nasıl etkilediğini anlatıyor. Profesyonel olarak, yazar, yıllar süren deneyimini ve Stanley Keleman'ın Biçimleyici Psikoloji bakış açısı ve yaklaşımına ait bedenlenmiş (embodied) anlayışını kendi Feldenkrais® uygulamalarına ve ayrıca çocuklara yönelik toplumsal duygusal öğretim programının oluşturulmasına taşımaktadır.

Anahtar kelimeler: Feldenkrais, biçimleyici psikoloji, atım (pulsation), öz-etki

## **Benim Biçimleyici Yolculuğum**

**Iracema Teixeira**

### **Özet**

Bu yazı kişisel bir hikayedir -iç dünyama olan yolculuğumun paylaşımı. Etrafa yayılma ve içime çekilme deneyimlerim, benim biçimleyici ruhumun bedenlenmesi ve yetişkin ben'in inşası için temelin atılmasına dair atımlı titreşen (pulsating) bir büyüme.

Anahtar kelimeler: Stanley Keleman, Biçimleyici Psikoloji®, yolculuk, beden, sevgi.