PSİKOLEKTİF+

SAYI 10 - ŞUBAT 2021

Her 3 ayda bir yayımlanır.

06 **Seren Tuğçe Ay**
Aylak Adam

09 **Melike Gümüş**
Pozitif Psikoloji

19 **Feyza Kılınç**
Nuh Tepesi

24 **Ayşe Çokyavaş**
Jackie

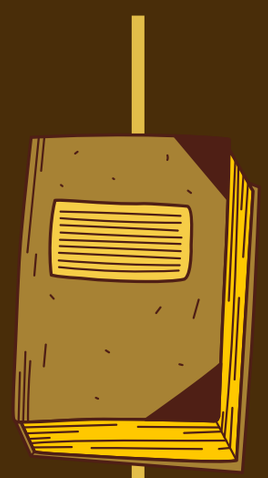
48 **Mücahit Akkaya**
444

52 **Elif Altay**
İçeridekiler



Seyfi Teoman anısına

İÇİNDEKİLER



KİTAP İNCELEMELERİ

Seren Tuğçe Ay – *Aylak Adam*

Melike Gümüş – *Pozitif Psikoloji*

İlkyaz Çağgül Armağan – *Mindfulness*



FİLM İNCELEMELERİ

Feyza Kılınç – *Nuh Tepesi*

Ayşe Çokyavaş – *Jackie*

Fatma Batık Şimşek – *Instant Family*

Özlem Tekin – *Louder Than Bombs*

Tuğçe Erdem – *Elle*

Ayşenur Öztürk – *Deniz Seviyesi*



İÇİNDEKİLER



TİYATRO İNCELEMELERİ

Mücahit Akkaya – *444*

Elif Altay – *İçeridekiler*

psikolektif

psikolektif

psikolektif@gmail.com

psikolektifresmi

psikolektiftv

Dergi tasarımı: Eyüpcan Işık

Kitap ekibi editörü: Melike Gümüş

Film ekibi yöneticisi: Ayşe Çokyavaş

Genel Yayın Yönetmeninden

Kültür sanatı psikoloji ile buluşturan Psikolektif + dergisi 10. sayısı ile siz değerli okuyucularımızla buluşuyor. Dergimizin bu sayısında 6 film, 3 kitap ve 2 tiyatro oyunu incelemesi yer almakta. Toplamda 11 incelemenin yer aldığı 10. Sayımızın kapağında ise genç yaşta hayatını kaybeden yönetmen Seyfi Teoman sizleri karşılamakta. Seyfi Teoman, "Tatil Kitabı" ve "Bizim Büyük Çaresizliğimiz" adlı filmlerle adını geniş kitlelere duyurmuştur. Her iki filmi de "En iyi film" kategorisinde ödül almıştır. Yönetmen Emin Alper'in "Tepenin Ardı" filminin yapımcılığını da üstlenen Teoman, 2012 Nisan ayında yaptığı trafik kazası sonucu yoğun bakıma kaldırılmış, Mayıs 2012'de ise hayatını kaybetmiştir. Ölümü ile bağımsız sinema severleri hüzne boğan yönetmenin adı, İKSV tarafından en iyi ilk film ödülüne verilmiştir. Kendisine bir kez daha Allah'tan rahmet diliyor,Türkiye sinemasına kattığı ölümsüz değerler aracılığıyla onu anıyoruz. Son olarak dergimizin bu sayısında bir vedayı da sizlerle paylaşma ihtiyacı duyuyoruz. Dergimizin son 1 yıllık sürecinde kitap ekibinin editörlüğünü üstlenerek önemli bir sorumluluk üstlenen Psikolojik Danışman Melike Gümüş, Psikolektif ailesine veda etmiştir. Kendisine katkılarından ötürü teşekkür eder, bundan sonraki yaşamında başarılar dileriz. Son dört sayıda, ülke ve dünya gündemini meşgul eden korona virüs bugünlerde aşı haberleri ile gündemde yer almakta. Dileriz en kısa sürede hastalığın etkisi kırılır ve dünya gündeminden bu salgın hastalık çıkar.Başka salgın hastalıklarla da bir daha karşılaşmamak dileğiyle, sağlıkla, kültür-sanatla kalın!

Mücahit Aktaya

Genel Yayın Yönetmeni



KİTAP İNCELEMELERİ

AYLAK ADAM

Yusuf Atılgan (2015)
İstanbul, YKY.
155 sf.

Bu inceleme yazısına, Yusuf Atılgan'ın "aylak" olarak nitelendirdiği, görünüşteki aylaklığının tersine zihninde sürekli bir şeylerle meşgul olan C. olarak tanıttığı karakterinin iç dünyası konu olacaktır. Yusuf Atılgan'ın Aylak Adam romanının, Oğuz Atay'ın en bilinen ve içebakışın yoğun olarak yansıtıldığı romanı Tutunamayanlar'a ilham verdiği de rivayet edilmektedir.

Yusuf Atılgan 27 Haziran 1921 tarihinde Manisa'da dünyaya gelmiştir. Manisa Ortaokulu'nu, Balıkesir Lisesi'ni ve ikinci sınıftan sonra askeri öğrenci olarak devam ettiği İstanbul Üniversitesi Türk Dili ve Edebiyatı bölümünü bitirmiştir. Yaşamı boyunca edebiyat öğretmenliği, çiftçilik, yazarlık, çevirmenlik ve redaktörlük gibi meslekleri icra etmiştir. Aylak Adam ve Anayurt Oteli adlı romanlarında psikolojik yabancılaşma ve yalnızlık temasını başarıyla işleyen bir yazar olarak tanınmıştır.

Üzerinde çalıştığı Canistan adlı romanını tamamlayamadan kalp krizi sonucu İstanbul'da hayata veda etmiştir.

Romanın başlarında, C. kısaltmasıyla yer alan karakterin durumsal olarak gözlemler yaptığı, doğru yaşamı ve doğru kadını sürekli aradığı fakat bir taraftan bunun mümkün olmadığına dair inancı yansıtılmıştır.

P+

C. yalnız, fakat iç sesinin kalabalığında yaşayan, sürekli arayan, yalın ve sıradan bir yaşam sürüyor görünse de içsel yoğunluğunun o yalınlığa üstün geldiği bir karakter olarak görülmektedir.

C. olağanüstü bir yaşama sahip değildir, üstelik o bir "Aylak Adam" dır. Karakterin, mesleğini "aylaklık" olarak nitelendirmesinin nedeni gelir getiren hiçbir uğraşının bulunmayıp babasından kalan mirasla geçinmesidir.

AYLAK ADAM

Erken yaşta annesini kaybetmiş, teyzesi onunla ilgilenmiştir. Bu yüzden bağlanma annesi yerine teyzesiyle oluşmuştur. Çocukluğuna dair hatırladığı güzel anılar ve geçirdiği keyifli vakitler teyzesiyle olanlardır. Babasıyla ilişkisi ise bunun tam tersi, teyzesi Zehra'yla geçirdiği keyifli vakitleri bozduğuna inandığı ve ona istediği ilgiyi vermediği için yok denecek kadar az ve sorunludur.

Bu yüzden babasının tersi bir kimlik oluşturmuş, ondan kalan mirası tüketerek öç alıcı hislerini beslemiştir.

Romanın ilerleyen sayfalarında C.'nin geçmiş yaşantılarına yer verilmesiyle şimdi yaşadığının geçmişteki çocukluk travmalarının uzantısı olduğu görülmektedir. Çözülememiş travmalarda duyu organıyla algılanılan bir imge, ses, koku vs. kişinin travma sonrasında da onu hatırlamasına neden olabilmektedir.

C. karakterinin çocukken yaşadığı travmatik bir olay sonucunda teyzesinin sesini hatırlaması, bir kadının bacağını gördüğünde tuhaf hissetmesi ve sürekli kulağını kaşıması bununla ilgilidir.

Travmalarda duygular yalın bir şekilde ifade edilemeyebilir. Bu durum bazı kaynaklarda duygu dolaşıklığı olarak tanımlanmıştır.

P+

C. teyzesine dair genellikle şefkat gibi yapıcı duyguları hatırlasa da bilinç düzeyinde farkında olmadığı duygulara sahiptir. . Teyzesi ona bakım veren, ihtiyaç duyduğu ilgiyi gösteren kişidir. Bunun yanı sıra teyzesiyle babasının bir ilişkisi olduğunu da fark edecektir. Sevdiği ve paylaşmak istemediği birinin, onun sevmediği biriyle beraber olduğunu görmesi duygularını seçememesine neden olmuştur. Hissettiği bu dolaşıklığın yetişkinlik yaşamının romantik ilişkilerinde

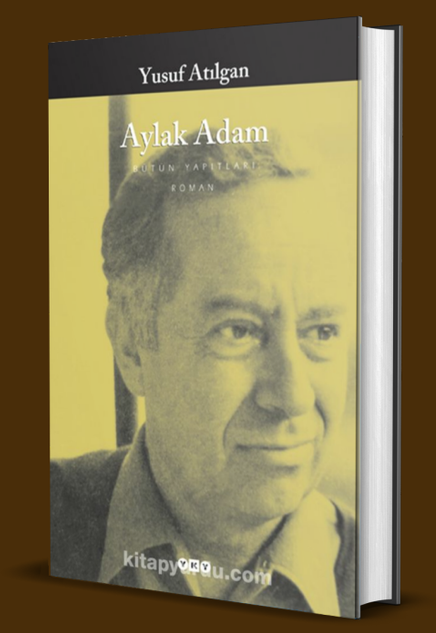
AYLAK ADAM

cinselliğe dair katı tutumu ve yoğun şefkat beklentisi olarak yansıdığı da görülmektedir.

Alışılmış ve her şeyin rutinleştiği bir yaşam onu rahatsız etmektedir. Çoğu zaman, aynı yoldan yürümek gibi, alışkanlıklar edindiğini fark ettiğinde bunu değiştirmek için özel olarak çaba sarf ettiği görülmektedir.

Alışkanlıkların aslında ait olma ihtiyacından ileri geldiği ve C.'nin sevgi/ait olma ihtiyacını çok yoğun hissettiği görülmektedir. Hatta satır aralarında onu teyzesi gibi koşulsuz olarak kabul edebilecek bir kadının sevgisine ihtiyaç duyduğunu ifade ettiği görülmektedir. Bunu kendine ifade edebilmiş olmasına rağmen alışkanlıkların oluşturduğu duygu bağı onu kaygılandırabilmektedir.





Kitaba ilişkin kişisel izlenimlerim:

Aylak Adam romanının anlatımı kelime bazında yalın olsa da psikolojik yönü ön planda olduğu için bir o kadar da yoğundur. Kimi zaman bazı paragrafları sindire sindire okumayı gerektirmesinin nedeni insan zihnindeki geçmiş, şimdi ve gelecek bağlantısını gerçekçi bir biçimde sunmasıdır.

P+

Yazarın, C.'yi kimi zaman dışarıdan bir gözle anlatması kimi zamansa C.'nin iç sesini konuşturması romanın karakterinin daha iyi anlaşılmasına yardımcı olmuştur. Ayrıca kitabın ilerleyen kısmında C.'nin yaşadığı çocukluk travmasına yer verilmesi de ilk bölümlerde anlatılan karakterle kurulan bağlantıyı kolaylaştırmıştır.

Yazar: Seren Tuğçe Ay
Psikolojik Danışman

POZİTİF PSİKOLOJİ

Alan Karr (2016)
İstanbul, Kaknüs.
155 sf.

Profesör Alan Carr, Dublin City Üniversitesinde klinik psikoloji doktora program direktörüdür ve aynı dalda kürsü sahibidir. Aynı zamanda Dublin Clanwilliam Enstitüsü'nde aile terapisi klinik uygulamaları yapmaktadır. Klinik psikoloji, aile terapisi ve pozitif psikoloji alanlarında 21 kitap, 241 makale ve kitap bölümü ile 142 konferans bildirisi yazmıştır. Alana katkılarından ötürü birçok konsey ve birlikten ödüller almıştır.

Eser; pozitif psikolojinin ne olduğu, ilgilendiği temel konuları, bu alanda yapılan güncel araştırmaların neler olduğuna yönelik bilgi vermeyi amaçlamaktadır. Mutluluk, pozitif kişilik özellikleri, umut ve iyimserlik, akış, duygusal zeka, pozitif psikolojik terapi vb. kategorilere, bu kategoriler de kendi içinde alt başlıklara ayrılmış olup her bir başlık detaylandırılarak açıklanmıştır. Ayrıca her bir bölümün başında öğrenme hedefleri, içeriğinde konuya dair teorik ve uygulamalı tablolar, sonunda ise özet, konuyla ilgili öz farkındalığı artırmak adına kendimize yöneltebileceğimiz kişisel gelişim soruları, daha fazla bilgi edinmek isteyenler için makaleler, ölçekler, akademik kitaplar yer almaktadır.

Pozitif Psikoloji, bu alanın araştırmalarını bilimsel ve klinik metotlarla yaptığı vurgusuyla başlamaktadır.

P+

Bireyin problemli yanları yerine olumlu ve güçlü yanlarına odaklandığı, yaşamı daha anlamlı kılma, mutluluğu ve iyi oluşu artırmayla ilgilendiği belirtilmektedir.

Mutluluğun; içinde bulunulan kültür, eğitim, iş ve çalışma koşulları gibi faktörlerle ilişkili olduğu; düzenli egzersiz, sosyal aktiviteler, arkadaş desteği, yeterli uyku gibi faaliyetlerle de artırılabileceği ifade edilmektedir.

POZİTİF PSİKOLOJİ

Bununla birlikte mutluluğun, kişilik özelliklerinden etkilendiği; nevrotiklik, dışadönüklük, deneyime açıklık, uyumluluk ve sorumluluk boyutlarını içeren Beş Faktör Modeli'ne göre yapılan meta analizler ve incelemelerin ışığında bu beş boyuttaki güçlü yönlerin iyi oluş, uzun ömür, ilişkiler, stresle başa çıkma konularında pozitif uyumla ilişkili olduğunu gösteren bulgular vardır.

P+

Pozitif benlik kapsamında ele alınan öz yeterlik ve öz saygı inançlarının güçlü olmasının da aynı şekilde pozitif uyumla ilişkili olduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur. Bu konularla bağlantılı olan bir diğer faktör ise iyimserliktir. Kötümser ve iyimserlerin incelendiği vaka çalışmalarında iyimserlerin kötümserlere göre stresli durumlardan kaçmak yerine bu durumların üstesinden geldiği, hastalanınca daha çabuk iyileştiği, çevresiyle daha kolay ilişki kurduğu ve sürdürdüğü gözlemlenmiştir.

Bu bağlamda kötümserliği iyimserliğe çevirme noktasında Pozitif Psikoloji'nin Bilişsel Davranışçı Terapi'den destek aldığı bir programa kısaca yer verilmiştir. İyimserlikle ilişkisi olan umut olgusu incelendiğinde ise Rick Synder'in Umut Teorisi göze çarpmaktadır.

Bu teoriye göre zorlu yaşam olaylarıyla başa çıkma ve hedeflerin önündeki engelleri aşma ihtimali orta seviyede olduğunda umut çok güçlüdür. Umudun bireyin yaşamındaki yeri incelendiğinde ise bebeklikten yetişkinliğe uzanan bir süreçten bahsedilmektedir. Güvenli bağlanan ve yakın çevresi tarafından desteklenen çocukların umut geliştirdiği, gelişim dönemlerini başarıyla atlatmasıyla da umutlu bir profil çizdiği çıkarımı yapılmaktadır.

Pozitif Psikolojide önemli bir yeri olan, Mike Csikszentmihalyi'nin ortaya attığı Akış Kuramı;

POZİTİF PSİKOLOJİ

içsel motivasyonla, zaman kavramını yitirircesine yüksek odaklanma içinde yaptığımız iş ve durumları açıklamada kullanılmaktadır. Akışı deneyimleyerek yapılan faaliyetlerin daha yaratıcı, verimli performanslar, öznel iyi oluşla kendini gösterdiği örneklere yer verilmiştir.

Fakat bunun özellikle sanatsal işlerde sürekli hale gelmesinin sosyalleşmede bozulmalara ve ilişkilerde ihmale yol açabileceği eleştirilen noktalardandır.

Peki, duygusal zekâ(EQ) ile pozitif psikoloji arasında nasıl bir bağlantı olabilir? Bilindiği üzere Goleman'ın çalışmaları ile ön plana çıkan duygusal zekâ; bireyin kendisinin ya da başkalarının duygularını anlayabilme ve yönetebilme, duygu durumunu düzenleyebilme,

zor durumların üstesinden gelebilme ile karakterize bir kavramdır ve duygusal zekâ kişilik özelliğinin öznel iyi oluş ile korelasyon gösterdiği ifade edilmektedir. IQ'ları yüksek olan çocukların ise yaşıtlarıyla ilişkilerinde zorlanabildiği ve bazı konuları bilişsel boyutta kavrayıp duygusal boyutta henüz belirli düzeye ulaşamadıkları için sorunlar yaşayabildiği belirtilmektedir.

P+

Pozitif psikoloji, danışma sürecinde de geleneksel yaklaşımların odaklandığı 'bireyin sorun yaşadığı alanların azaltılması' görüşü yerine bireyin güçlü yönlerini artırmayı, daha anlamlı bir yaşam sürdürmesine katkıda bulunmayı, iyi oluşunu desteklemeyi hedeflemektedir. Süreçte uygulanan; mutluluk için 14 temel öge programı, iyi oluş terapisi, çözüm odaklı terapi, yaşam kalitesi terapisi, pozitif aile terapisi gibi modellere kitapta kısaca yer

POZİTİF PSİKOLOJİ

verilmiştir. Ayrıca örnek konu, tartışmalar, ev ödevleri ve egzersizler de eklenmiştir.

Kitaba ilişkin kişisel izlenimlerim:

Pozitif psikolojinin ilgi alanlarının sade bir şekilde açıklanması, tablolarla desteklenmesi, her bölümün sonundaki kitap ve makale önerileriyle geniş bir araştırma yelpazesi sunması kitaba güç katan detaylardan. Pozitif psikolojiye dair temel bilgileri edinme adına güzel bir başlangıç kitabı olabileceğini düşünüyorum. Tüm zorluklara rağmen mutluluğunuzun ve iyi oluşunuzun artması, yaşamı daha anlamlı hale getirebilme yolları bulabilmeniz dileğiyle, kitapla kalın.





Yazar: Melike Gümüş
Psikolojik Danışman

MINDFULNESS: FARKINDALIK TEMELLİ PSİKOTERAPİ BECERİLERİ

S. Pollak, T. Pedulla ve R. Siegel(2016)
İstanbul, APAMER
319 sf.

Mindfulness kitabının üç yazarı Susan M. Pollak, Thomas Pedulla ve Ronald D. Siegel, psikoterapi hizmeti veren uzmanların klinik uygulamalarında mindfulness becerilerini nasıl kullanacaklarına rehber olacak bir kitabın eksikliğinden dolayı bu kitabı yazmaya karar vermişlerdir. Türkçeye çevrilmesinin sebebi ise çeviri editörünün belirttiği üzere Türk terapistlerin mindfulness'ın terapiye uyarlanmasındaki kaynak eser ve yapılandırılmış eğitim arayışıdır.Yazarlar ön sözde mindfulness uygulamalarının pek çok psikolojik bozukluğu tedavi etmede yardımcı olduğuna dair kanıt sunan çalışmaların varlığına da değinmişlerdir. Depresyon, anksiyete, bağımlılık, kronik ağrı, uyku bozuklukları ve okb gibi pek çok rahatsızlığın klinik tedavisinde mindfulness uygulamalarının entegresi faydalı sonuçlar doğurmuştur.

Mindfulness eğitimi almış olan terapistlerin danışanları almamış olanlara göre daha fazla semptomatik azalma göstermiş ve terapi deneyimlerinin daha anlamlı olduğunu dile getirmişlerdir. ***Mindfulness uygulamalarının terapide gerekli olan dikkat sürdürme, yargısız dinleme ve empati gibi becerileri geliştirdiği düşünülmektedir.***

P+

Mindfulness aynı zamanda terapistlerin kendi hayatlarında da olumlu değişiklikler yaratmış, mesleki tükenmişlikten kaçmalarına imkân sağlamıştır.

Peki mindfulness nedir? Mindfulness Buddha'nın öğretilerinin ilk kaydedildiği dil olan Pali dilindeki farkındalık ve hatırlama anlamına gelen Sati kelimesinin tercümesidir.

MINDFULNESS: FARKINDALIK TEMELLİ PSİKOTERAPİ BECERİLERİ

Fakat günümüzde psikoterapideki kullanımı farkındalık ve hatırlamanın yanı sıra öz şefkat ve kabullenme deneyimlerine de tekabül etmektedir. Kısacası mindfulness için mevcut deneyimi değiştirmeye çalışmadan kabullenerek farkında olurken kendimize öz şefkat duymak da diyebiliriz. Kitapta mindfulness'ı hem kendimiz için hem de danışanlarımızla beraber sağlamak için çeşitli uygulamalara ve tekniklere yer verilmiştir. Akademik referanslar minimum düzeyde tutulmaya çalışılıp klinik örnekler üzerinden uygulamaların olası kullanım alanları ve etkileri pekiştirilmiştir.

Kitap on bölümden oluşmakta olup ilk bölümünde mindfulness ile ilgili temel bilgilerle beraber psikoterapistlerin mindfulness uygulamalarını terapiye nasıl taşıyabilecekleri üzerinde durulmuştur.

Kendimiz için veya bir başkası için en uygun uygulamanın hangisi olduğuna karar vermek zor ve hassas bir konudur ve çok çeşitli uygulamalar içinden doğru olanı seçmek önem arz etmektedir. Farkındalık, yargısız gözlem, kabullenme ya da öz şefkat becerilerinin hangisinin ya da hangilerinin üstünde durulmalıdır; ilgi nesneleri nefes alıp verişe odaklanmak gibi hafif bir his mi yoksa ayakların yere değmesi gibi kaba bir histen mi seçilmelidir; uygulamalar dini içerikli mi yoksa seküler mi olmalıdır gibi konulara ve hangisinin seçilmesinin danışanın karakterine ve inanışlarına göre doğru olacağına dair anlatılar bu bölümdedir.İkinci bölümden başlayarak kitap boyunca çapa noktasına dönüş, profesyonel gölgemizi bulmak, hikâyeye son vermek, kendimize sevgi dolu nezaket sunmak ve dağ meditasyonu gibi çeşitli mindfulness uygulamalarının adım adım uygulanışı anlatılmaktadır.

MINDFULNESS: FARKINDALIK TEMELLİ PSİKOTERAPİ BECERİLERİ

Kitabın sonundaki ek bölümde ise bu uygulamaların özellikle hangi psikolojik bozukluklara iyi geleceği, hangi uygulamanın hangi hedef kitle için daha uygulanabilir olduğu anlatılmış; kitap boyunca verilmeyen bazı ek uygulamalara da yer verilmiştir.

Kitapta konsantrasyonu artırmak için zihni odaklama ve yargısız gözlem gibi uygulamalara yer verilmiştir.

Yargısız gözlem, duygularımızın olduğu gibi gelip gitmesine izin vermek öz şefkat için önemli bir etkendir. Yazarlar mindfulness'ın doğuştan gelen bir yetenek olmadığı ve geliştirilebileceği üzerinde çokça durmuştur. Kitabın sekizinci bölümünün başından güzel bir Sharon Salzberg alıntısı kitabı okuyanları mindfulness'ı hayatlara katmak konusunda cesaretlendirici niteliktedir: "Meditasyon sadece yeteneği olan kişiler ya da zaten dingin olanlar için değildir.

Hareketsiz oturma konusunda çok başarılı olmak zorunda değilsiniz; öfkenizden veya bünyenizdeki kafeinden tümüyle kurtulana dek beklemeniz de gerekmez... Şu an başlayabilirsiniz. Nefes alabiliyorsanız, meditasyon da yapabilirsiniz".

Psikoterapi ve meditasyon kısa vadede ortak bir amaca sahiptir, o da danışanın semptomlarının azalması ve acı çekmesinin azaltılmasıdır. Fakat uzun vadede meditasyon alışkanlık haline getirildiğinde daha mutlu, kaliteli ve anlamlı bir yaşamın kapılarını aralar, yalnızca anlık acılardan sıyrılmak için meditasyona başlayan insanlar bile uzun vadede hayata bakış açılarının değiştiğini bildirmişlerdir.



MINDFULNESS: FARKINDALIK TEMELLİ PSİKOTERAPİ BECERİLERİ

Kitaba ilişkin kişisel izlenimlerim:

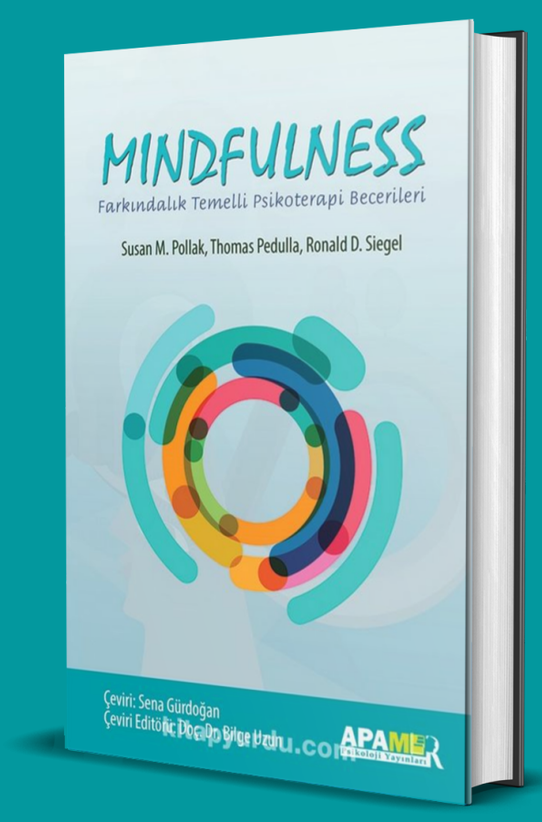
Kitapla ilgili en çok hoşuma giden şeylerden biri her bölümde verilen spesifik uygulamalardan sonraki klinik vaka örnekleri oldu. Bu örneklerin oldukça akılda kalıcı olduğunu ve kitabı okuyan bir psikoterapistin kendi danışanlarına uygulama yaparken bu örneklerden faydalanabileceğini düşünüyorum.

Bir diğer hoşuma giden nokta ise kitabın mindfulness meditasyon uygulamalarını terapistler olarak kendimiz de uygulamamız gerektiğini vurgulaması ve teşvik etmesi oldu. Herkesin meditasyon yapabileceğini ve ayakta durarak, oturarak, yürüyerek, uzanarak meditasyon yapılabileceğini vurgulayan yazarlar meditasyon için belli katı koşullar olmadığının pek çok yerde altını çiziyor ve bizi meditasyonu günlük hayatımıza en uygun şekilde katmak için cesaretlendiriyor.

P+

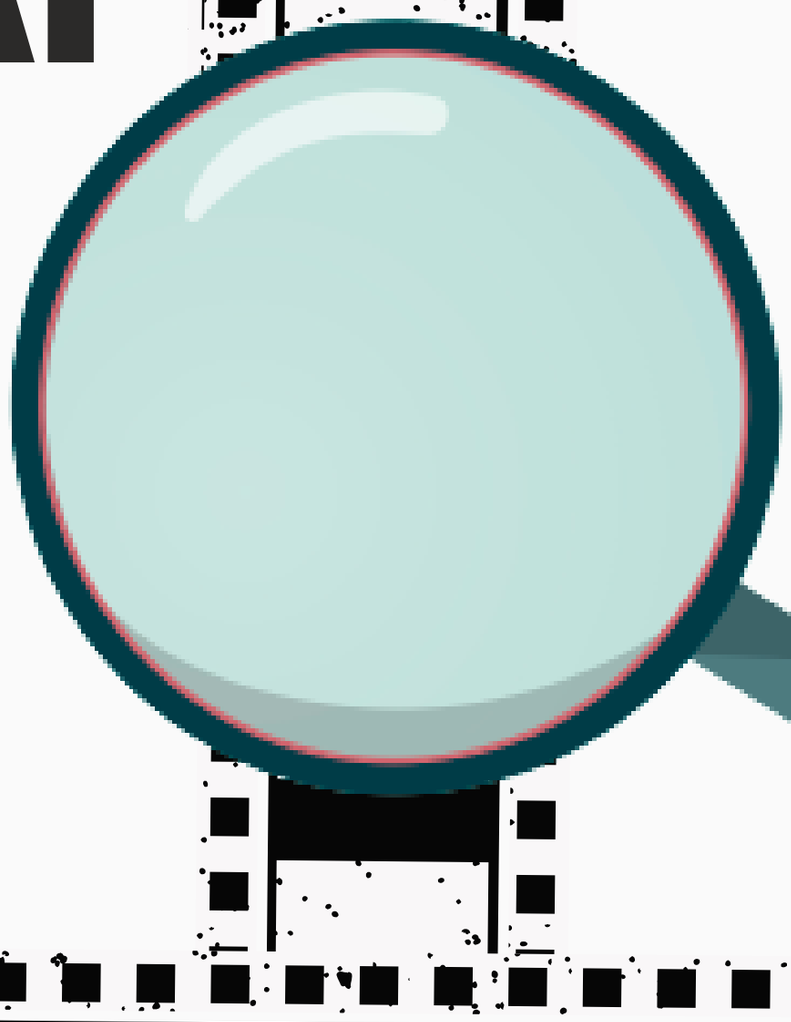
Bu kitabı okuduktan sonra herkesin gün içerisinde kendisini dinlemeye ve öz şefkate vakit ayıracağına inanıyorum.

Yazar: İlkyaz Çağgül Armağan
Aday Psikolog





FİLM İNCELEMELERİ



NUH TEPESİ

(2019)

Tür: Dram

Yapım: TR

IMDB: 7.3

Süre: 109 dk.



Oyuncular:

Ali Atay,
Haluk Bilginer,
Mehmet Özgür

Yönetmen:

Cenk Ertürk

NUH TEPESİ

Yönetmen Cenk Ertürk'ün ilk uzun metraj filmi olan Nuh Tepesi, usta oyuncu kadrosuyla dikkat çekmektedir. Bununla birlikte 2019 yılında Tribeca Film Festivali'nde En İyi Senaryo ve En İyi Erkek Oyuncu (Ali Atay) ödüllerine ve Adana Altın Koza Film Festivali'nde en iyi film ödülüne layık görülmüştür.

Film, hasta babasının son isteğini yerine getirmeye çalışan Ömer ile buna karşı çıkan köylülerin hikâyesi etrafında şekillenmektedir. Babası tarafından çok küçük yaşta terk edilmiş Ömer ve yakın zamanda öleceği haberini alan baba İbrahim'in bir amaç uğruna çıktıkları yolculukta hem kendileriyle hem birbirleriyle yüzleşmeleri bir durum hikâyesi olarak gözler önüne serilmektedir. *Çocukken diktiği ağacın altına gömülmek isteyen İbrahim, oğlu Ömer ile birlikte köyüne döner; ancak bu son isteğinin yerine gelmesi için önce baba ve oğul olarak birbirlerini birbirlerini tanımaları ardından hem köylüleri hem bürokratik engelleri aşmaları gerekmektedir.*

Bu yazı spoiler içermektedir.

Ömer, hamile olan eşinden boşanmak üzere olan ve bu süreçte zor zamanlardan geçen orta yaşlarda bir karakter olarak karşımıza çıkmaktadır.

P+

Yıllar sonra çıkagelen babasına karşı hissettiği yoğun öfke duygularını bastırarak ölmeden önceki son isteğini yerine getirmeye çalışmaktadır. Bu nedenle bir yandan öfkeyle onu cezalandırmak isteyip diğer yandan onun mutluluğu için çabalamaktadır. Ömer'in hissettiği bu ikircikli duygular pasif agresyon davranışları sergilemesine neden olmaktadır. Yolculuğa çıktıklarında babası ön koltuğa yanına oturmasın diye kapı açılmıyormuş gibi

NUH TEPESİ

davranması bu anlamda dikkat çekmektedir. Ömer'in hissettiği öfkeye karşılık sergilediği fedakârlık tavırlarını açıklamak için kırılgan narsisizm kavramı kullanılabilir. Babası tarafından annesiyle birlikte mağdur edildiği düşüncesine dönük haklılık inancı, pasif öfke davranışları, çevreye yaydığı hayırlı evlat imajı karakterin kırılgan narsisizme sahip olabileceğini düşündürmektedir.

P+

Karakterin davranışlarını anlamlandırma konusunda drama üçgeninden de yararlanılabilir. Stephen Karpman tarafından psikolojik bir oyun olarak tanımlanan kavramda üçgeni oluşturan kurban, kurtarıcı ve suçlayıcı olmak üzere üç farklı rol bulunmaktadır. Bireyin ilişkilerinde bu rollere aynı anda ya da ayrı ayrı girebileceği karşısındaki kişileri de bu rollere sokabileceği savunulmaktadır. Ömer karakterinin babası ile kurduğu ilişkide drama üçgeninin içinde olduğu ve hem babasını hem kendisini çeşitli rollere soktuğu görülmektedir. Kendisi kurtarıcı rolüne girerken babasını da kendisine muhtaç kurban rolüne sokmaktadır. Karakterin kendisi ve hayatı ile ilgili babası tarafından mağdur edilmişlik hissi kendini kurban rolüne soktuğunu ve bu hayatı kötü giden mağdurun hayatında yanlış giden her şey için babasını sorumlu tutması da kurban rolünden çıkıp suçlayıcı rolüne girdiğini göstermektedir.

Ömer karakterinin kötü giden evliliğinde bile babasını suçlaması kendi hayatı ile ilgili yaptığı seçimlerin sorumluluklarını almaktan kaçındığını göstermektedir. Seçim ve sorumluluklar psikoloji ekollerinde sıklıkla ele alınmış kavramlardandır.William Glasser tarafından temelleri atılmış olan Gerçeklik Terapisi'nde bireyin

NUH TEPESİ

yaptıklarının sorumluluğunu taşıması gerektiği ve herkesin kendi yaşamını kendisinin kontrol edebileceği savunulmaktadır. Gerçeklik Terapisi çerçevesinde Ömer hayatını kendisinin kontrol edebileceğini kabul etmemiş ve bu nedenle hayatında giden her şey için çevresini suçlamaktadır.

Filmde sorunlu baba – oğul ilişkisi ile birlikte toplumsal olaylara da değinilmektedir.



P+

Köylüler tepedeki bir ağacı kutsal addederek orayı ziyaret etmekte, ağaca adaklarla ettikleri dualaların kabul olduğuna inanmaktadırlar. Psikolojiye önemli katkıları bulunan Skinner güvercinler ile yaptığı deneyinde aç bırakılan güvercinlere belirlenen sabit sıklıkta yiyecek vermiştir. Yaptığı deneyde Skinner güvercinlerin yemek verilmeden hemen önceki davranışını sürekli tekrarladığını fark etmiştir.

Deney sonucunda Skinner batıl davranışları verilen tepkilerin şans eseri pekiştireçlerle eşleşmesi sonucunda yinelenmesi sağlanan stereotipik davranışlar olarak tanımlamıştır. Hayvanlarda olduğu gibi insanlarda da batıl davranışlar – batıl inançlar benzer şekilde öğrenilmiş davranışlardır.

NUH TEPESİ



Filmde köyün öğretmenin ağaca ettiği dua sayesinde çocuk sahibi olması da öğrenilmiş batıl davranışlarla ilişkilendirilebilir. Yıllar boyunca yöre halkı birbirlerinden dinledikleri sözde mucizeler ile ağacın kutsallığına güvenmişlerdir. Öyle ki filmde köylülerin, köyün imamının ilmi ile ortaya koyduğu kanıtları bile tepkiyle karşıladıkları ve inançlarına yanlış diyen kim varsa dışladıkları görülmektedir.

P+

Filme ilişkin kişisel izlenimlerim:

Ömer karakterinin farklı psikoloji ekollerinin farklı kavramları ile uzun uzun açıklanabilecek derin bir karakter olduğunu düşünüyorum. Karakterin duygusal çıkmazlarının izleyiciye yansıtılışını çok beğendiğimi itiraf etmeliyim. Umarım sizler de filmi izlerken hem sinematik hem psikolojik anlamda en az ben kadar doyum alırsınız.

Yazar: Feyza Kılınç
Psikolojik Danışman

JACKIE

(2016)

Tür: Biyografi, Dram

Yapım: ABD

IMDB: 6.7

Süre: 100 dk.



Oyuncular:

Natalie Portman,
Peter Sarsgaard,
Greta Gerwig

Yönetmen:

Pablo Larrain

JACKIE

Film, Amerika'nın en ikonik başkanlarından olan John Fitzgerald Kennedy'nin 1963 yılında uğradığı suikast sonucu yaşamını yitirdiği günü ve sonrasında eşi Jacqueline Lee Bouvier Kennedy'nin yaşadıklarını konu edinmekte.

Bu yazı spoiler içermektedir.

P+

John F. Kennedy suikastinin üzerinden henüz bir hafta geçmişken, Jacqueline (Jackie) Kennedy'nin bir gazeteciye verdiği röportajla başlayan film, ilk dakikalardan sıradan bir biyografi filmi olmadığı mesajını yas sürecine odaklanarak vermekte. Suikast anından itibaren Jackie'nin iç dünyasında yaşadığı duygular ve tüm dünyaya yansıttığı görüntü arasındaki farkı görmekteyiz. Bu "insanların inandığı ve gerçek olanın arasındaki fark" olarak tanımlamakta filmimizde.

Yas, beraberinde özlem, üzüntü, kaygı, suçluluk gibi birçok güçlü duyguyu taşıyan bir olgudur. Siyaset gibi, duygulara izin verilmeyen bir dünyada bastırılan hisler ani duygudurum değişikliklerine sebep olabilmektedir. Bunu en çok, beklenmedik bir şekilde ölen, vedalaşamadığı eşiyle iç hesaplaşmaları sırasında görmekteyiz.Aklına gelen kötü anılar sebebiyle töreni iptal edip iyi anıları hatırladığında tekrar düzene koyması en net örneğidir. Ele alınması gereken bir diğer durum ise Jackie'nin papaz ile olan hiddetli konuşmalarıdır. Travmalar sonucu temel değerlerden biri olan dini inancın sarsılması ve sorgulanması olağan tepkilerden biridir. Filmde de Jackie'nin inancını ve varoluşunu sorguladığını görmekteyiz.

JACKIE

Suikastin kendisi kabullenmesi zor bir durum iken itibarını düşünmesi gereken bir ailesi ve yoluna devam etmesi gereken bir ülke olması da yaşadığı acının gerçekliğini sorgulatmaktadır. Tüm ülkeye karşı olan sorumluluğunun ailesine olandan önce geldiği bir konumda olmasının yarattığı yük ile çocuklarına bazı yanlış açıklamalarda bulunmuştur.

Filmde ölümün anlatıldığı sahnelerin işleniş şeklini ele aldığımızda olumlu ve olumsuz bazı noktaları görmekteyiz. . İki çocuk sahibi olan Jacqueline Kennedy, çocukların babalarının ölümünü televizyondan öğrenmelerini istememiştir. Kendisi gelene kadar günlük aktivitelerine devam eden çocuklar haberi ilk olarak annelerinden öğrenmişlerdir.Rutine devam etmek bilinç dışının ihtiyacı

P+

Piaget'nin bilişsel gelişim kuramına göre somut işlemler döneminde olan çocuklar soyut kavramları anlamlandıramamaktadırlar. Bu nedenle ölüm gibi kavramları somutlaştırarak anlatmak gerekmektedir. Güvendiği bir kişinin çocuğun sevdiği bir oyun ya da oyuncak üzerinden anlatması, anlatırken "Öldü, bir daha göremeyeceğiz ancak dilediğin vakit fotoğrafına bakabilirsin ve onun hakkında konuşabiliriz." denilmesi en uygun yaklaşım biçimidir.

olan uyuma daha çabuk erişmesini sağlamaktadır. Olumlu olarak değerlendireceğimiz bu örneklerin yanında bazı olumsuz örnekler de bulunmaktadır. Daha önceden kardeş kaybı yaşayan çocuklarına yaşanan yeni kaybı "Babanız kardeşinizi cennete ziyarete gitti." şeklinde açıklaması üzerine büyük kızının "Peki biz ne olacağız?" tepkisi oldukça olağandır.



JACKIE

Ziyaret kelimesinin altında gidilen yerden geri dönüleceği algısı vardır, bu nedenle “Seni bırakıp gitmedi, öldü” vurgusunun yapılması daha uygundur. Kardeşinin dönmediğinin bilincinde olan kızı, babasının bu “ziyareti” karşısında terk edilmiş hissedip suçluluk ve utanç geliştirebilir. Tüm bunlardan sonra kızına “Asker ol, cesur ol!” şeklinde talepte bulunması bir çocuk için üstlenilmemesi gereken bir sorumluluktur ve kitlenmiş yas dediğimiz öfke, üzüntü, şaşkınlık ve inkar gibi olağan tepki ve duyguların yaşanamaması duruma sebep olabilmektedir.

Filme ilişkin kişisel izlenimlerim:

Hakkında çokça belgesel ve film yapılan John F. Kennedy suikastini eşinin bakış açısıyla anlatmasıyla farklı bir perspektif sunan yönetmen, Jacqueline Kennedy üzerinden duyguların kapalı kapılar ardında bile olsa yaşandığını ve evrensel olduğunu bizlere aktarmıştır. Yönetmen aynı zamanda cenazelerin bile yasalar tarafından yönetildiği, yas tutmanın güçsüzlük olduğu bir düzende en değerli anma şeklinin hatıralarla olduğunu göstermiştir. Acıyı romantize ve fanatize etmeden eleştirisini de dozunda tutmayı unutmayarak harika bir biyografi örneği ortaya çıkaran Pablo Larrain’in yakın zamanda çekimlerine başlanacak olan ve Prenses Diana’nın hayatını konu edinen filmi Spencer’ı merakla beklemekteyim. Jackie, yönetmeni tanımak için çok iyi bir başlangıç olacaktır. Şimdiden keyifli seyirler dilerim.

P+

Yazar: Ayşe Çokyavaş
Psikolojik Danışman

INSTANT FAMILY

(2016)

Tür: Komedi, Dram

Yapım: ABD

IMDB: 7.3

Süre: 100 dk.



Oyuncular:

Mark Wahlberg, Rose Byrne, Isabela Moner

Yönetmen:

Sean Anders

INSTANT FAMILY

Film, eski evleri yenileyip satan Ellie ve Pete çiftinin çocuk sahibi olmak istediklerini fark etmeleri sonucu bir çocuk evlat edinmeye karar vermeleri ile başlar. Bir çocuğun hayatını yeniden inşa edebilme düşüncesi en büyük motiveleri olmuştur. ***Tek çocuk düşüncesi ile çıktıkları bu yolda üç kardeşi evlat edinmeye karar vermeleri, her biri için değişimin kapılarını aralamıştır.***

Bu yazı spoiler içermektedir.

P+

Ellie'nin aklına Pete'nin evlat edinme şakası takılınca kendini internette evlat edindirme acentalarına bakarken bulur. Böylece bir kurumun intibak programına katılmaya karar verirler. Erikson'a göre üretkenliğe karşı durgunluk döneminde olan Pete ve Ellie, birbirleri ile uyumlu, sevdikleri işi yapan ve istedikleri noktada olmaları gibi dönemin gerekliliği doğrultusunda kendileri için birçok şeyi sağlamışlardır. Aslında çocuk sahibi olma istediği de bu dönemde kendilerini iyi hissettirecek bir girişimdir.

Ellie ve Pete, aldıkları koruyucu aile sertifika programı sonunda çocuklarla kaynaşmaları adına düzenlenen "Çocuklarla Tanışma Karnavalı" etkinliğine katılırlar. Ancak bekledikleri gibi herhangi bir çocukla bir bağ kuramazlar. Pete, bu durum karşısında kendilerini soyutlayan ergen grupla tanışmaya kalkar ancak Ellie bu durumu hoş karşılamaz. Ergenlik, otoriteye karşı gelme ve eleştirmenin yoğun yaşandığı bir dönem olduğundan ergenler bu tarz etkinliklerde öncelikli tercih olmamaktadırlar. Aynı zamanda sosyal becerilerin ilk öğrenildiği ve geliştiği bir yapı olan aile için ne kadar küçük çocuk tercih ederlerse yeni aile düzenlerini o kadar kolay kurulabilecektir. Ancak Ellie, Pete'e engel olmaya çalışırken kullandığı ergen asvirlerinden dolayı Lizy'nin tepkisi ile karşılaşır.

INSTANT FAMILY

Tepkili yaklaştıkları ergenlerden biri olan Lizy, çiftimizin dikkatini çeker ve onunla tanışmak isterler.

Lizy'nin Juan ve Lita adında iki tane küçük kardeşi vardır. Anneleri madde kullanımından dolayı hapishanede ve çocuklarının sorumlulukları üstlenmemektedir. Biyolojik babalarının kim olduğu da bilinmemektedir.

P+

Korunmaya muhtaç çocuklar için kardeş ilişkileri yeni bir aileye uyumu kolaylaştıran bir faktör olarak görülmektedir. Bu nedenle program sorumluları onlara Lizy ile birlikte kardeşlerini de önerir. Akıllarında sadece küçük bir çocuk evlat edinme düşüncesiyle yola çıkan çiftimiz, kendilerini biri ergen olmak üzere üç kardeşle tanışırken bulurlar. Büyük bir aile olma yolunda adım attıkları ve çocukları eve getirdikleri gün çocukların elinde sadece bir çöp torbası vardır.

Juan ve Lita'nın torbaları aile mahkemesinden verilen oyuncak ayı ile dolu olması sevilesi oyuncaklara travmalar yüklemektedir. "Evlat edinilmiş bir çocuk tüm hayatını büyük bir çöp poşetinde taşır." Lizy'nin bu şakası terk edilmenin travmasını espri yolu ile hafifletmeye çalıştığının göstergesidir. O günden sonra artık her şey daha farklı olacaktır.

Juan ve Lita'nın torbaları aile mahkemesinden verilen oyuncak ayı ile dolu olması sevilesi oyuncaklara travmalar yüklemektedir. "Evlat edinilmiş bir çocuk tüm hayatını büyük bir çöp poşetinde taşır." Lizy'nin bu şakası terk edilmenin travmasını espri yolu ile hafifletmeye çalıştığının göstergesidir. O günden sonra artık her şey daha farklı olacaktır.

INSTANT FAMILY

Lizy, Juan ve Lita için bakım verenin ihtiyaç duyduklarında yanlarında olmayışı sonucu her birinde güvensiz bağlanmanın ayrı etkileri olmuştur. İlk ilişki örüntüleri aile ile başlar. Bakım verenle oluşan bağ ise bunun temelini atar. Güvenli bir bağ kurulamadığında ise güvensizlik bütün ilişkilerde kendini gösterir. Lizy'nin bu bağlanma temeline dayanarak terk edilme kaygısı yeni ailesi ile olan ilişkisinde yoğun bir şekilde hissedilmektedir.

P+

Bu kaygı, özellikle Ellie ile olan ilişkisinde saldırgan ve kaçınmacı tavrından göze çarpmaktadır. Lizy, geçmiş yaşantısına bağlı olarak gelebilecek duygusal yıkımdan kendini korumaya çalışması ve mesafe koyması ile kayıtsız-kaçınan bağlanmaya sahiptir. Juan ise kabul görülmeyeceği korkusundan dolayı özür dilemeleri ile dikkat çekmektedir. Aynı zamanda dikkatinin çok kolay dağılması ve sürekli bir şekilde kaza geçirmesi Juan'ın dikkat eksikliğine sahip olabileceğini düşündürmektedir.

Lita ise zorba bir çocuktur. İstemediği her duruma karşı baş etme yöntemi olarak sözel ve fiziksel saldırganlık göstermektedir. Bu davranışları da sosyal öğrenme ile pekiştirdiği fark edilmektedir. Ancak Pete'e baba demesiyle yeni aileyi kabullenen ilk kişi de Lita olmuştur.



Juan ve Lita, her ne kadar Ellie ve Pete ile aile olma adına uyum göstermeye başlasalar da Lizy için bu durum o kadar kolay olmamıştır. Lizy uyumda gelgitler yaşarken annesi hapishaneden çıkar ve tekrar birlikte yuva kurmak için adım atarlar. Ancak durum eskisinden farklı olmaz ve annesi tarafından yine terk edilir. Tek fark, Lizy bu defa yalnız değildir.

INSTANT FAMILY

Lizy, kendisine uzanan eller karşısında birilerine güvenebileceğini ve bunun ona ne kadar iyi geleceğini fark eder.

Filme ilişkin kişisel izlenimlerim:

Birinin hayatına dokunmaya çalışmak, her iki taraf için de zorlu süreçler barındırsa da eninde sonunda iyileştirici bir etkisi olduğunu gözler önüne seren bir hikâye. Gerçek bir hikâyeyi konu alan bu film, gülerken birden gözlerinizin dolabileceği sahneler ile dolu. İyi seyirler…

P+



Yazar:
Fatma Batık Şimşek
Psikolojik Danışman

LOUDER THAN BOMBS

(2015)

Tür: Dram

Yapım: Norveç

IMDB: 6.6

Süre: 109 dk.



Oyuncular:

Isabelle Huppert,
Gabriel Byrne,
Jesse Eisenberg

Yönetmen:

Joachim Trier

LOUDER THAN BOMBS

Joachim Trier'in Reprise ve Oslo 31 August filmlerinden sonra Eskil Vogt ile kaleme aldığı üçüncü filmidir. Film, 2015 Cannes Film Festivali'nde Altın Palmiye ödülü için yarışmıştır. ***Isabelle'nin ölümünden bu yana ayrı kalmış ve konuşmayı hep ertelemiş olan Gene ve oğulları, Isabelle'nin adına açılacak olan bir sergi dolayısıyla bir araya gelirler. Bu bir araya geliş bazı sırların ortaya çıkmasına neden olacak ve onlara ilişkilerini güçlendirmek için bir fırsat tanıyacaktır.***

P+

Bu yazı spoiler içermektedir.

Isabelle Reed, ünlü bir savaş fotoğrafçısıdır ve üç yıl önce bir trafik kazasında hayatını kaybetmiştir. Isabelle'nin ölümünün ardından eşi Gene ve küçük oğlu Conrad, aynı evde yaşamaya devam etmiştir. Gene, eşinin mesleği nedeniyle sürekli şehir dışında olmasından dolayı oyunculuk kariyerini bırakıp Jonah ve Conrad ile daha çok ilgilenebilmek için öğretmenlik yapmaya başlamıştır. Conrad 15 yaşındadır ve babasının öğretmenlik yaptığı okulda eğitimine devam etmektedir. Büyük oğulları Jonah ise, başka bir yerde yaşamaktadır. Bir üniversitede öğretim görevlisi olarak çalışmaktadır, yeni doğan kızına Isabelle adını koymuştur.

Isabelle aslında kaza yapmamıştır, intihar etmiştir. Annesinin intihar ettiğinden Conrad'ın haberi yoktur. Isabelle'nin çalışma arkadaşlarından Richard, intihar durumunu sergi tanıtımı için yazacağı yazıda ele alacaktır. Bu konu hakkında Gene'nin, Conrad'a açıklama yapması gerekmektedir. Gestalt terapiye göre, bireyin içinde bulunduğu anda yaşamasını engelleyen, ifade etmediği ve açığa vurulmamış duygu ve düşünceler bitirilmemiş işler olarak tanımlanır.

LOUDER THAN BOMBS

Conrad, annesinin ölümüyle ilgili net bilgilere sahip değildir. Bu yüzden de aklından kaza anıyla ilgili bazı senaryolar geçmektedir. Araba sürerken uyukladığı için ya da arabanın önüne köpek çıktığı için kaza yapmış olabileceğini düşünmektedir. Conrad'ın annesinin ölümünden bu yana acısını ve üzüntüsünü hep kendi içinde yaşadığı görülmektedir. Yas döneminde yas tepkilerinin bilişsel boyutu olarak kayıpla ilgili geriye dönüşler yaşamak, kişinin bilişinde sürekli ve canlı anılar olarak yer edeceğinden yaşamını kesintiye uğratabilmektedir. Conrad'ın annesini rüyasında görmesi ve annesinin kazağının aynısını giyen biriyle karşılaştığında annesine sarılışını hatırlaması hem yas tepkilerinin bilişsel boyutunu hem de Conrad'ın geçmişinden şimdiye taşıdığı bitirilmemiş işleri olduğunu düşündürmektedir. Conrad, gazeteden annesinin intihar ettiğini öğrendiğinde ilk kez ağlamıştır ve duygusunu yaşamıştır. Babasıyla arasında hakim olan iletişimsizlik, gerçeği öğrenmesiyle azalacaktır.



Isabelle, fotoğraf çekimi sonrasında eve her dönüşünde kendini oraya ait hissetmemektedir. Birkaç gün sonrasında evde kendini daha iyi hissetse bile rol yapıyormuş hissinden kurtulamamaktadır. Ailesini çok sevdiği ve ailesinin de onları çok sevdiğini bildiği halde kendisini onların arasına girmiş gibi hissetmektedir. Kendisinin yanlış yerde olduğu hissine kapılmaktadır. Ona ihtiyaçlarının olmadığını düşünmektedir, o olmadan da hayatlarına devam ettiklerini ve o eve döndüğünde onların alışkanlıklarının değiştiğini gözlemlemiştir. Isabelle'nin yalnızlık ve yabancılaşma duygusuyla baş başa kaldığını söyleyebiliriz.

P+

LOUDER THAN BOMBS

Varoluşçu terapide önem arz eden "yaşamınızın gidişatını beğeniyor musunuz?", "şimdi bulunduğunuz ve daha sonra bulunacağınız durumdan memnun musunuz?" vb. soruları Isabelle kendine sorup yaşamın anlamına dair bazı sorgulamalarla baş etmeye çalışmaktadır.

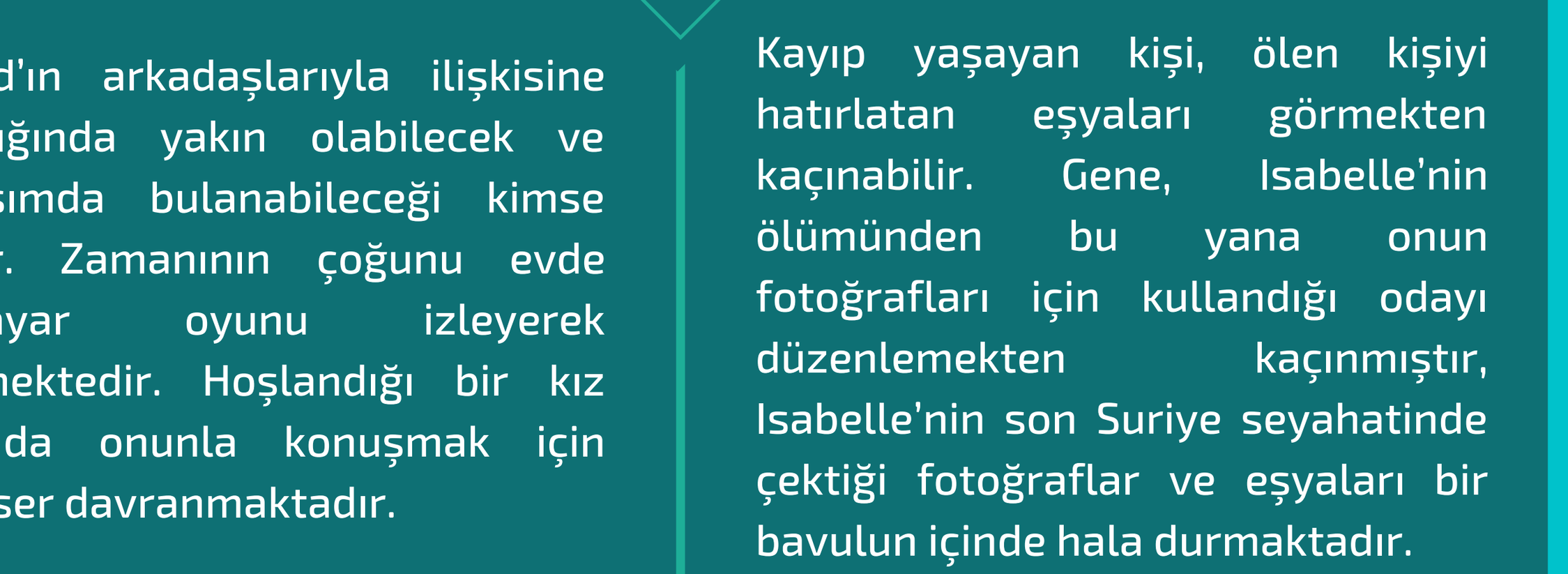
Sosyal geri çekilme, izolasyon ve sosyal ilişkilerin kısıtlanması yas sürecindeki olağan davranışsal tepkiler arasındadır.

Conrad'ın arkadaşlarıyla ilişkisine bakıldığında yakın olabilecek ve paylaşımda bulanabileceği kimse yoktur. Zamanının çoğunu evde bilgisayar oyunu izleyerek geçirmektedir. Hoşlandığı bir kız olsa da onunla konuşmak için çekimser davranmaktadır.

Sevilen bir kişinin kaybının ardından duyulan yalnızlık duygusu, özellikle eş ya da partner kaybından sonra fiziksel, sosyal, cinsel ve duygusal bağlamda değerlendirilmektedir. Gene, eşini kaybettikten sonra uzun bir süre sonra duygusal ve cinsel anlamda ancak Hannah ile bir ilişki kurabilmiştir. Onunla tanışana kadar yalnız olduğu söylenebilir. Yas sürecinde kaçınma davranışı da sıklıkla görülebilir.

P+

Kayıp yaşayan kişi, ölen kişiyi hatırlatan eşyaları görmekten kaçınabilir. Gene, Isabelle'nin ölümünden bu yana onun fotoğrafları için kullandığı odayı düzenlemekten kaçınmıştır, Isabelle'nin son Suriye seyahatinde çektiği fotoğraflar ve eşyaları bir bavulun içinde hala durmaktadır.



LOUDER THAN BOMBS

Yas sürecinde sosyal desteğin önemli bir etkisi bulunmaktadır ancak bu süreçte Gene ve oğulları birbirlerine çok destek olamamışladır. Her biri bu süreci kendi içinde yaşayarak çözüme kavuşturmak için uğraşmıştır. Aile içerisindeki sosyal desteğin yeterli olmamasında Gene'in Isabelle'nin ölümünden sonra çocukların sorumluluğunu tek başına alması ve nasıl davranacağını bilememesi etkili olmuş olabilir.

P+

Filme ilişkin kişisel izlenimlerim:

Yas sürecinde birbirinden kopmuş, hepsi bir yere savrulmuş Gene, Jonah ve Conrad'ın sessiz çığlıkları ile baş başa kaldığımız bu filmde, iletişimin ve ailede desteğin ne kadar önemli olduğu bizlere gösterilmiştir. Bazen çığlıklar sessiz olsa da duyulmak ister.

Yazar: Özlem Tekin

Psikolojik Danışman



ELLE

(2016)

Tür: Dram, Gerilim

Yapım: FR., ALM. BELÇİLA

IMDB: 7.1

Süre: 130 dk.



Oyuncular:

Isabelle Huppert ,
Laurent Lafitte ,
Anne Consigny

Yönetmen:

Paul Verhoeven



ELLE

Bu yazı spoiler içermektedir.

Philippe Dijan'ın "Oh" adlı kitabından uyarlanan Elle filminin başkahramanı Michele arkadaşıyla birlikte sanal bir oyun şirketinin yöneticiliğini yapan bir iş kadını ve bekar bir anne olarak karşımıza çıkmaktadır. Kontrol sahibi, özgüvenli, sert ve kibirli bir karaktere sahip olan Michele,

duyguları ile etrafındaki insanlar arasına set çekmesiyle izleyicinin onunla empati kurmasını engellemektedir.

Filmin başlangıç sahnesinde Michele kendi evinde saldırıya ve tecavüze uğruyor. Tecavüzün ardından evini temizlemesi, yemek sipariş vermesi ve oğluyla hiçbir şey yaşanmamış gibi konuşması Michele'in saldırı olayını bastırarak atlatmaya çalıştığını göstermektedir.

Beklenmedik bir şekilde gerçekleşen ve kişide çaresizlik hissini uyandıran travmatik olaylar bunları yaşayan kişide yeniden yaşama, kaçınma, aşırı uyarılma ve uykusuzluk benzeri belirtilere neden olarak travma sonrası stres bozukluğunu beraberinde getirebilmektedir. Michele'in yaşadığı travmatik olayın ardından benzeri tepkileri göstermemesi, günlük yaşantısına devam etmesi izleyicide şaşkınlık

P+

yaratmaktayken filmin ilerleyen sahneleri Michele'in duygularını izleyiciden bile gizlediğini gösteriyor.

10 yaşındayken Michele'in dindar olan babası bir cinnet ardından mahallelerindeki çocuklar dahil 27 kişiyi ve 9 kediyi katlettikten sonra eve gelerek Michele ile birlikte kanıtları yakarken yakalanıyor. Michele'in babasına yardım edip etmediği bilinmezken bu olay Michele'in hayatını uzun yıllar

ELLE

boyunca etkiliyor. Çocukluğunda yaşadığı bu travmatik olay Michele'in insanlara karşı daha mesafeli olmasına neden olurken onu duygusuz bir insan olma yoluna sokuyor. Cinayetlerin ardından babasıyla görüşmeyi kesiyor ve babasına destek olan annesiyle iletişimini en aza indiriyor. Kendi ayakları üzerinde durmaya çalışıyor. Kendisini babası gibi olmadığına inandırmaya çalışan Michele, kedi besliyor,

gördüğü yaralı kuşlara bakım yapıyor. Fakat bu Michele'in içindeki şiddeti gizleyemiyor. Yöneticisi olduğu oyun şirketinde pornografik şiddetin olduğu oyunlar üretmeyi teşvik ediyor. Oyundaki kadın bir canavar tarafından tecavüze uğruyor ve aslında Michele bu sahne ile birlikte kendi tecavüzünü atlatmaya çalışıyor. Tecavüzünün ardından normal hayatına devam etse de bilinçaltının tecavüzü iş hayatına aktardığını görmekteyiz. Annesiyle ilişkisinde mesafeli olan Michele onun genç erkeklere düşkünlüğünü ve yaşlanmamaya çalışmadaki çabalarını eleştirel gözlerle izlese de bilinçaltında annesiyle bağ kuruyor ve kendinden yaşça küçük erkeklere ilgi duymaya başlıyor.

Michele'in oğlu yirmili yaşlarına ulaşmış olmasına rağmen mesleki anlamda kendini gerçekleştirememiş ve sorumsuz bir

P+

profil çiziyor. Kız arkadaşı hamile olduğundan dolayı birlikte eve çıkıyorlar fakat evin kirası için Michele'den yardım istemektedir. Michele'in kontrolcü kişiliğinin oğlunun kendi ayakları üzerinde durma ve bağımsızlığını kazanma noktasında engelleyici role sahip olduğu söylenebilmektedir. Michele oğlunu doğurduğunda odasını paylaştığı ve aynı gün yeni doğurduğu çocuğunu kaybeden Anna ile tanışıyor ve o günden itibaren yakın arkadaş olmaya

ELLE

başlıyorlar. Anna, Michele'in oğlu Vincent'i emzirme isteğinde bulunuyor. Anna'nın Vincent'i emzirmesi Michele ile Vincent arasındaki soğuk ilişkiyi bir nebze açıklıyor. Emzirme annelik güdüsünün gelişiminde yardımcı olarak anne ile bebek arasında güçlü bir bağ oluşmasını sağlar. Bu bağı annesi ile değil Anna ile kuran Vincent önemli kararlarında Anna'nın fikirlerini daha fazla önemsiyor.

Michele'in ise oğluna yönelik yoğun annelik duyguları ile yaklaşmadığını görmekteyiz.

Anna ile ilişkisi Michele'in kurduğu en yoğun duygusal bağ olarak karşımıza çıkmaktadır. Üzüntülü ya da sevinçli anlarında birbirlerine kol kanat geren iki yakın arkadaş iş sektöründe de aynı desteği göstermektedir. Etrafındaki insanlarla arasına duygusal mesafe koyan Michele, Anna ile kurduğu yakın bağdan kendini korumak ve bu bağ sebebiyle kendini cezalandırmak istercesine Anna'nın eşi ile cinsel ilişkiye giriyor ve bunu Anna'ya açıklarken hiç zorlanmıyor.

Filmin ilerleyen sahnelerinde Michele'e tecavüz edenin karşı komşusu olduğu ortaya çıkmaktadır. Michele yine izleyiciyi şaşırtarak polisten ya da etrafındakilerden bu konuda yardım istemiyor ve tecavüzcüsüyle olay esnasında nasıl hissettiği üzerine konuşmalar yapıyor. Cinsel anlamda tecavüzcüsüne birtakım hisler taşıyan Michele tekrar birlikte olmak istiyor. Fakat tecavüzcüsü Patrick normal bir şekilde cinsel ilişkiye girmekten tatmin olmuyor ve ilk seferki gibi olmasını istiyor. Michele Patrick'in kendisine tekrar tecavüz etmesini istiyor ve bu tecavüzden büyük bir haz duyuyor. Bu sahne Michele'in kendisi yok saysa bile içerisinde bulunan şiddetin gözlenmesini sağlıyor.

P+

ELLE



Filme ilişkin kişisel izlenimlerim:

P+

Elle filmi üzerine yapılan birçok analizin Michele'in tecavüzün ardından kurban rolünü kabul etmeyerek kahraman olduğunu söylemesine rağmen ben başarı ile yönetilememiş bir travma yaşadığını düşünüyorum. Michele'in duygusal yoksunluğu çocukluğunda yaşadığı travmanın ardından ortaya çıkıyor ve kendinden başkasına güvenmeyen bir karakter haline geliyor. Film özgüvenli, kendi ayakları üzerinde duran bir kadının gerilim dolu hallerini başarı ile anlatıyor. İyi seyirler dilerim...

Yazar: Tuğçe Erdem

Psikolojik Danışman

DENİZ SEVİYESİ

(2014)

Tür: Dram

Yapım: TR

IMDB: 6.3

Süre: 105 dk.



Oyuncular:

Damla Sönmez
Ahmet R. Sungar
Jacob Fishel

Yönetmen:

Nisan Dağ
Esra Saydam

DENİZ SEVİYESİ

Deniz seviyesi “Yeryüzündeki tüm yüksekliklerin ve denizaltındaki tüm derinliklerin tanımlanmasında kullanılan referans seviyedir. Deniz seviyeleri birçok faktörden etkilenebilir ve jeolojik zamanlar içerisinde büyük farklılıklar gösterdiği bilinmektedir.” olarak tanımlanmaktadır. Yaşadığımız olaylar, içsel çatışmalarımız da tıpkı deniz seviyesi gibi inişli çıkışlı olabilir.

Ve aynı şekilde dünyayı ve kendimizi anlamlandırma seviyemiz kendimizi hayatta nerede konumlandırdığımızla doğru orantılıdır. Kendimizi konumlandırabilmek için deniz seviyesinin hem altını hem de üstünü görebilmek, anlayabilmek yani geçmişimizle ve bu günümüzle barışık olabilmek oldukça önemlidir. Yönetmenliğini Nisan Dağ, Esra Saydam’ın üstlendiği bu filmde dünü ile barışmaktan kaçan bir kadının bugünü ile barışabilmesi için deniz seviyesinin altına inmesine yani geçmişi ile yüzleşmesine eşlik ediyoruz.

Bu yazı spoiler içermektedir.

Fransız psikanalist Didier Anzieu “psişik zarf” ın tıpkı derinin içeridekileri bir arada tutup koruması ve aynı zamanda iç ve dış arasında bir sınır oluşturması gibi, benliğin de bedensel ve ruhsal olanı bir arada tuttuğunu ve dışarıda olanlara karşı bizi koruduğunu ifade eder. Benliğin oluşabilmesi için öteki nesnesi ile girilen çatışmanın sonucunda birey ya benliğini kazanır ya da ailesi ile benliği arasında sıkışıp kalır. Geniş ailelerde ve geniş kültürlerde “aile zarfı” kavramı kişiyi düzenleyen, sabitleyen ve çocuğun temel ve cinsel kimliğinin oluşumunu kuşaklar arası aktarım ve nesne ilişkileri yolu ile sağlayan

P+

DENİZ SEVİYESİ

bir yapıdır. Filmde site yapısı içerinde kucaklanmış bir aile yapısı görmemize rağmen Damlanın benliği ve çevresi arasında psişik zarfının zedelendiğini görebiliyoruz. Film boyunca anne ya da babasından hiç bahsedilmemesi de zihinselleştirilemeyen bir ötekinin işareti olabilir.

Bu zedelenme öyle bir zedelenme ki kendi çocukluğu ile olan bağını dahi kopartarak kendine yeni bir kimlik inşa etmeye çalışır Damla. Ama geçmişi ile bağ kuramadığı için şimdi ile ve bebeği ile de bağ kuramamaktadır. Bion "Annenin, anneliğe hazır olabilmesi için bebeğin öncelikle annenin zihnine düşmesi gerekir" diyor. Ancak Damla'nın zihni o kadar geçmişi ile dolu ki hamile olmasına rağmen sigara ve alkol tüketebilmektedir.

Damla'nın eşi ile olan ilişkisine baktığımızda da nesne ilişkilerinin kuvvetli olmadığını görebilmek mümkündür. Anne tarafından iyi ve tutarlı dokunuşlar deneyimleyen yeni doğan bunu ileriki yaşantısında da hatırlar. Eşi ona dokunduğu zaman kendini güvende hisseder. Ancak eşinin dokunuşları ve Damlaya iyi gelme çabaları hiçbir şekilde fayda etmez. Aksine Damla bu dokunuşlardan kendini sürekli rahatsız hisseder.

P+

Ona iyi gelebilecek tek dokunuşu yani eski sevgilisi Burak'ı da yıllar önce hiçbir şey söylemeden kaçarcasına terk etmesi kaygılı kaçınan bir bağlanma stili geliştirdiğinin göstergesi olabilir. Kevin "Biz misafir miyiz yoksa tutsak mı?" diye sorduğunda "tutsağız" diye cevaplaması da çevresi ile kurduğu bağlanma stilini destekler niteliktedir. Aslında kendisine iyi gelecek bir dokunuşa ihtiyacı olduğunun o da farkındadır.

DENİZ SEVİYESİ

Ancak bu dokunuşun hiçbir şey demeden terk ettiği sevgilisi tarafından gerçekleşememe ihtimali onu daha da korkutmaktadır.

Film boyunca Damlanın ve Burak'ın çocukluğu falshbackler üzerinden değil de Damlanın kuzeninin çocuğu Mina ve arkadaşı Mehmet üzerinden aktarılmaktadır. Mina'nın bacağına sarılan ve onu korkutan ahtapot sahnesinde aslında Damlaya iyi gelmeyen dokunuştan Damlayı

kimin kurtaracağını da gösteriyor olabilir. Kevin'ın çabalamasına rağmen Mina'yı ahtapottan kurtaran kişinin Burak olması ve kocasına sebebini söylemese de doğacak bebeğin adının Burak olmasını istemesi bu tezi destekler niteliktedir.

Çift ilişkisinin sürekliliği "ben" i kaybetmeden "biz" olabilmesine bağlıdır. Ancak Damla'nın "ben" olabilmesi, geçmişi ile yüzleşebilmesi ile mümkün olacaktır. Burak'ı terk ettikten sonra hamile olduğunu öğrendiğini ve çocuğu aldırdığını Burak'a ve kendine itiraf edebilmeye ve Burak tarafından affedildiğini öğrenmeye ihtiyacı vardır. Bu gerçekleştiğinde adeta şifalanırcasına sigarayla birlikte tüm çatışmalarını kuma gömerek üstünü örter ve onlarla vedalaşır. Ve ancak şifalandıktan sonra film boyunca ilk defa eşine sığınırcasına sarılabilir ve ilk defa

P+

kendi isteği ile eşinin elini karnının üstüne götürebilir.

Zorluklarla geçirdiğimiz 2020 yılının ardından hepimizin kendi deniz seviyemize inebilmemiz ve kendimiz ile barışabilmemiz dileği ile. İyi seyirler.

Yazar: Ayşenur Öztürk
Psikolog



TİYATRO İNCELEMELERİ

444

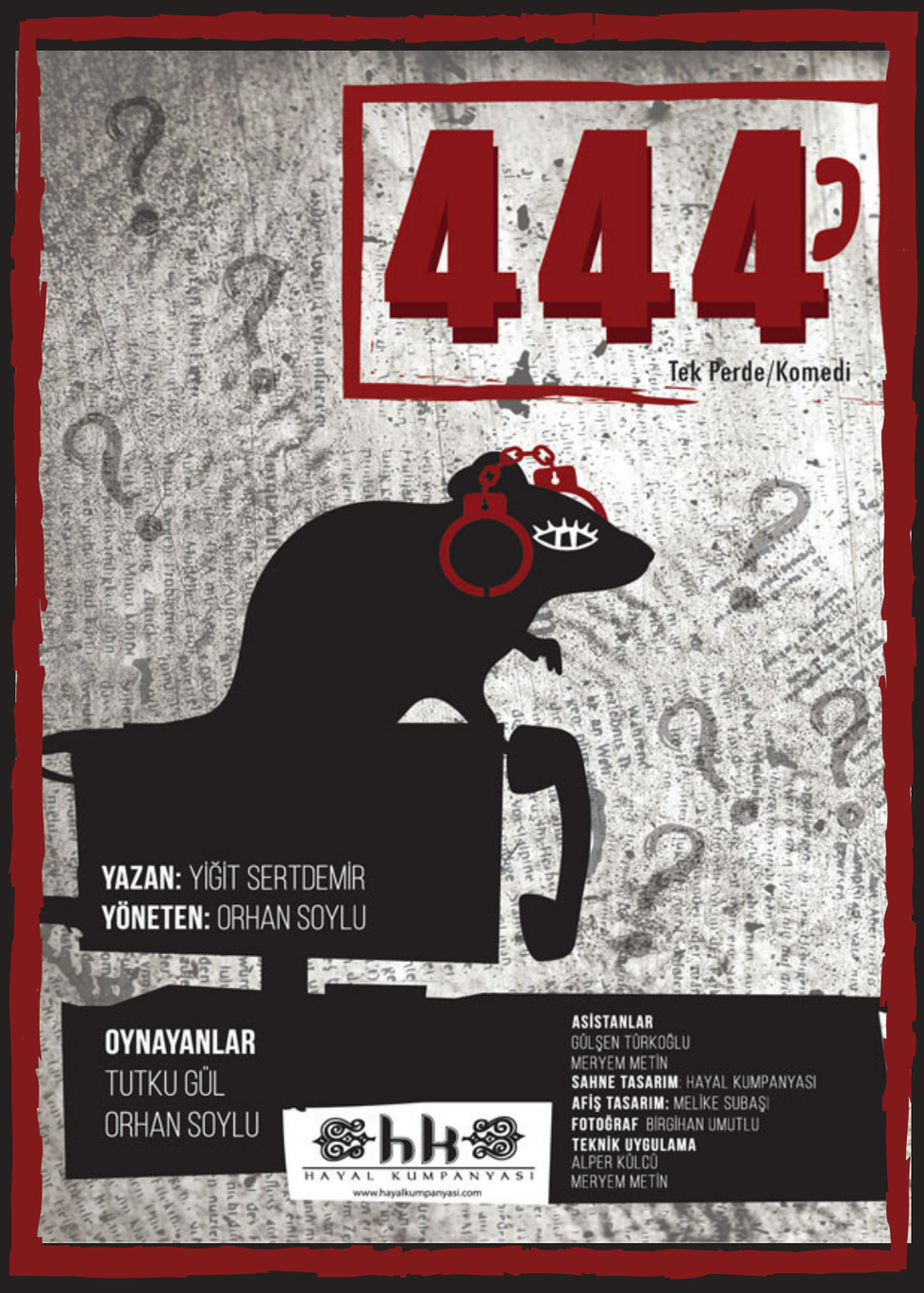
(2018-2019)

Yazan:

Yiğit Sertdemir

Yer:

Denizli Büyükşehir Belediyesi Şehir Tiyatrosu Sahnesi



Oyuncular:

Adnan Akyüz,
Gülşah Canbakal

Yöneten:

İbrahim Gürsoy

Süre:

70 dk.
Tek perde

444

Oyun bir çağrı merkezinin gece vardiyasında, bir kadın ve bir erkek müşteri temsilcisi arasında geçer. Bu çağrı merkezi bir hatırlatma servisine aittir. Müşteriler kendilerine verilen cihazları ve şifreleri kullanarak hatırlamak istedikleri her şeyi sisteme kaydederler, zamanı gelince de otomatik olarak uyarılırlar. Çağdaş insan öyle unutkan ve belleksiz hale gelmiştir ki, bu servisi sadece doktor randevuları, özel günler vb. şeyleri hatırlamak için değil, tuttuğu takımı hatta oy vereceği partiyi bile unutmamak için kullanmaktadır.

Bu yazı spoiler içermektedir.

Çağrı merkezinde müşterilere hizmet veren kişilerin duygularını, düşüncelerini, iletişim sürecinde yaşadıkları güçleri hiç düşündünüz mü? Onların gözüyle olayları algılayıp yorumladınız mı?

Bu sorulara cevabınız ‘hayır’ ise, bu oyun tam da size göre. Çağrı merkezinde 7/24 müşterilerine nitelikli hizmet sunmaya çalışan çalışanların ruh halini yansıtan 444 adlı oyunda, birbirinden farklı iki kişi merkezde yer almaktadır. Bir yandan titiz, yaptığı işi en iyi şekilde yerine getirmek için ‘esnekliğe’ yer vermeyi aklının ucundan bile geçirmeyen erkek müşteri temsilcisi, öte yandan rahat ve

P+

kendinden emir tavırları ile dikkat çeken, yaptığı işte kıdemli olan kadın müşteri temsilcisi ve susmak bilmeyen telefonlar. Hatırlatma servisinde çalışan müşteri temsilcilerinin ruh hali ise onları çalışmaya iten nedenlere, işte geçen süreye bağlı olarak değişmektedir. Çağrı merkezinin kuralları ise müşteri temsilcilerini yorabilmektedir. Söz gelimi, anahtarını unutan kişiye çilingir bulmak, filmi yarıda kalan kişiye filmin devamını anlatmak gibi işlerle karşı karşıya kalınabilmektedir.

Telefonlara yanıt verip müşterilerle iyi ilişki kurmak zorunda olmak ise çalışanları zorlayabilmektedir. Ancak karşılaştıkları güç durumları başarı ile atlattıkları takdirde şefleri tarafından ödüllendirileceklerini düşünmeleri çalışma motivasyonlarını artırmaktadır.



Bu durum akıllara davranışçı yaklaşımdaki ‘değişken aralıklı pekiştirme’ kavramını getirmektedir. Değişken aralıklı pekiştirmede, ödülün kişiye ne zaman verileceği belli olmadığından kişi sürekli bir uyarılma halindedir. Bu durum çalışma performansının yüksek olmasını sağlamaktadır. Çağrı merkezindeki müşteri temsilcilerinin her telefona hassasiyetle yaklaşmalarında bu durumun etkisinin olduğu akıllara gelmektedir. Oyunun görünen yönünde çağrı merkezinde çalışan kişilerin ruh halini yansıtmak olsa da; oyunun örtük mesajında ise toplumun ve toplumu oluşturan bireylerin ‘unutkanlığı’ yer almaktadır. Oyunda, Türkiye’de insanlık tarihi açısından dramatik sonuçlara yol açmış birçok olayın unutulduğu ve yaşanılan her olumsuz olaya karşı

P+

‘duyarsızlaşma’nın başladığına ilişkin de bir eleştiri yer almaktadır. Modern yaşamda bireylerin ‘konfor alanlarında’ kalma uğruna, sorunlar yaşanmamış gibi davranabilmelerine yönelik eleştiriler de görülebilmektedir. Psikolojik ögelerin örtük bir şekilde yer aldığı oyunu izlediğinizde bir yandan çağrı merkezinde hizmet veren kişilerin ruh hallerini anlamaya çalışırken kendinizi bulurken bir yandan da hatırlatma merkezinin insanlara unuttukları ne kadar çok olayın olduğunu



gösterirken bulacaksınız kendinizi. İnsanlık acı verici yaşantılarla karşılaştıkça savunma mekanizmalarından ‘bastırma’ya daha çok başvurabilmektedir. Bastırma savunma mekanizması ise özellikle kayıp sonrası yaşantılarda bireyin günlük yaşantısına devam edebilmesini kolaylaştırma adına etkili bir ego koruyucu faktörü olarak görülebilmektedir.

P+

Oyuna ilişkin kişisel izlenimlerim:

Tiyatro sahnelerini özlemiş, zamanınızı farklı bir konuya sahip bir oyunu izleyerek değerlendirmek istiyorsanız 444 adlı oyunu izleyebilirsiniz. Kendi kendinizi sorgulatacak, empati kabiliyetinizi artırabilecek bir oyun, keyifli seyirler dilerim. Tiyatroyla, sanatla kalın.

Yazar: Mücahit Akkaya
Psikolojik Danışman / Doktorant

İÇERİDEKİLER

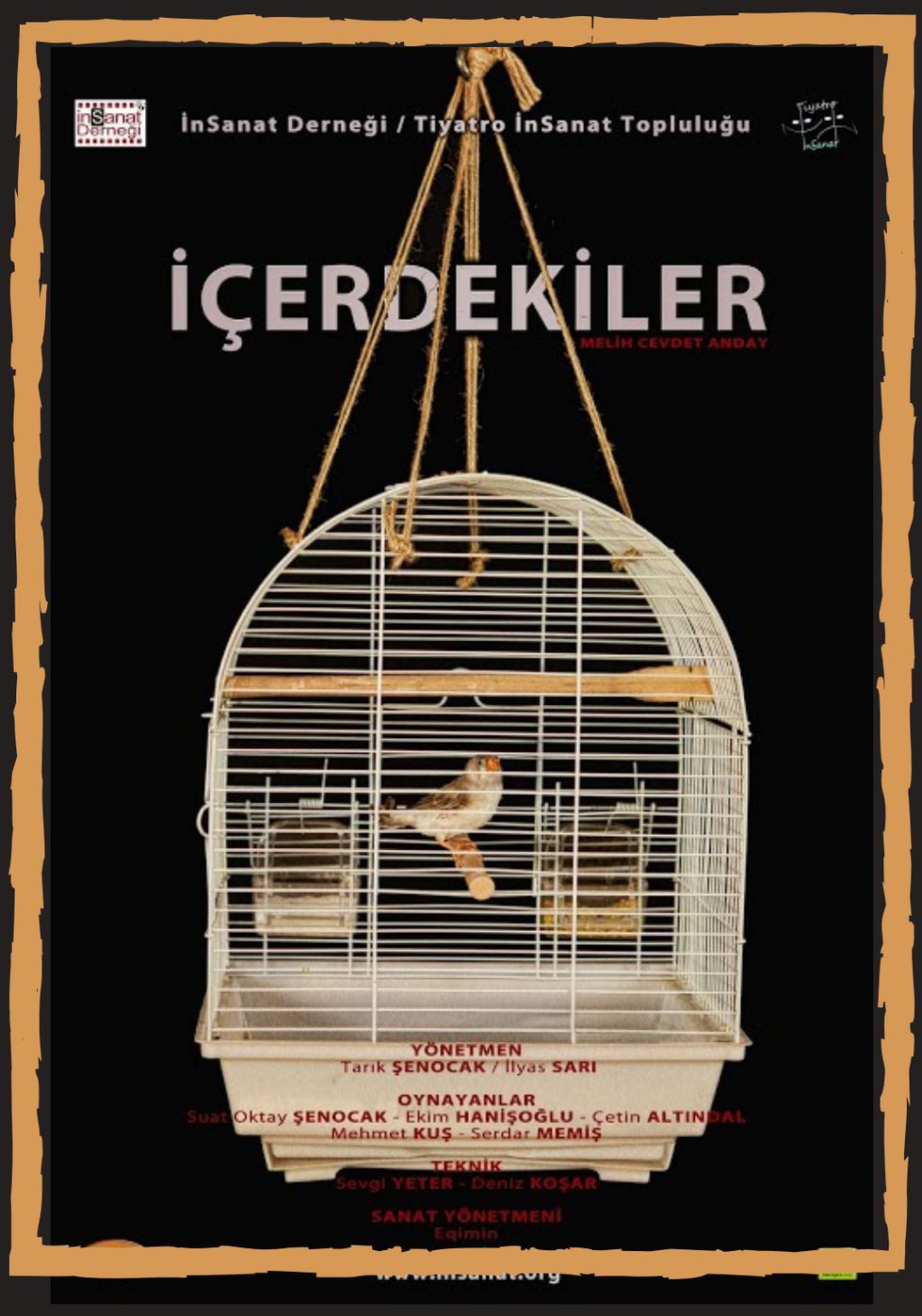
(2019-2020)

Yazan:

M. Cevdet Anday

Yer:

Uğur Mumcu
Sahnesi



Oyuncular:

Çetin Altındal,
Ekim Hanişoğlu
Suat O. Şenocak

Yöneten:

Tarık Şenocak

Süre:

89 dk.
Tek perde

İÇERİDEKİLER

Benliğimizi en yalın haliyle en çok ne durumda görür ve hissederiz? Veyahut hangi halimizle özgürleşiriz? Dört duvarla kaplı bir hücrede mi, yoksa gökyüzünün altında derin bir nefes aldığımızda mı? Ne zaman toplumun öğretilerine takılmaksızın paylaşırız karşımızdakine içimizdekileri?

Bu yazı spoiler içermektedir.

P+

Oyun, gazete bildirileri dağıttığı gerekçesiyle tutuklanan bir öğretmenin tutuklu kalma sürecini yansıtmaktadır. Suçunu itiraf etmediği için 345 gün hapishanede yaşayan öğretmenin içeride kalma psikolojisi, dışarıdaki hayatla karşılaştırması, toplumun ve cinselliğin arasındaki savaş seyircilere aktarılmaktadır.

Perde, polisler tarafından şiddete uğrayan mahkûmun (öğretmenin) karanlık odadaki görüntüleriyle başlar. Bu sahne Milgram 'ın "Otoriteye İtaat" deneyini anımsatmaktadır. Ahlaki değerleriyle çelişmesine ve ortaya çıkan yıkıcılığı görmesine rağmen görevlerini maske gibi kullanarak işkenceye devam etmeleri, üst derecelerindeki amirlerinin sözlerine itaatkâr davranmaları oyunun devamında da kendini göstermektedir.

Polisin, öğretmeni Sevgililer Günü'nde karısıyla yalnız bırakma karşılığında suçunu kabul ettirmeye çalışması Kohlberg 'in saf- çıkar dönemini çağrıştırmaktadır. Dağıtılan bildirilerin hükümet karşıtı olduğu için suç sayılması üzerine polisin öğretmenle yaptığı tartışma sırasında "Yarın öbür gün başka bir hükümet başa geçse, bu sefer de ona aykırı düşünceleri sorguya çekeriz, inanıp inanmamak değildir b

İÇERİDEKİLER

enim işim" cümlesi Kohlberg 'in gelenek öncesi evreye ait olan itaat-ceza dönemine işaret etmektedir. Hükümetin emrettiklerine karşı gelme sonucunda itaat etmeme durumunda gelecek olan cezadan kaçmak için çabaladıklarını ortaya sermektedir. Öğretmenin karısıyla bir araya getirilip cinsel birliktelik yaşaması karşılığında suçu kabul etme teklifine karşı isyan etmesi ile polisin "isyan ediyorsan durumuna, sonuçlarına katlanacaksın!" demesi Gerçeklik Terapisi'nde yaptığımız seçimlerin sonucu ve sorumluluk alma kavramlarını hatırlatmaktadır.

Polisin, öğretmene sigara uzattığı sahnede; yine aynı polisin sigara uzattığı anda öğretmene tokat attığı sorguya ilk geldiği günü ona anımsatmış olup sigaraya korkuyla bakarak elinin titremesi Pavlov'un deneyini ve klasik koşullanma kavramını hatırlatmıştır. Burada öğretmen sigaraya koşullanmıştır.

Sigara koşullu uyarıcı olup öğretmenin korku ve titreme tepkileri vermesi ise koşullu tepkidir. Kızgınlıkla yaptığı davranışların, yıkımların sebebini "başka türlü insanlığımı koruyamam" cümlesi ile açıklaması, savunma mekanizmalarından "mantığa bürüme" kavramına karşılık gelmektedir.

P+

Freud'a göre hem cinsel hem de saldırgan dürtüler, kişilerin neden o şekilde davrandıklarının en güçlü belirleyicileridir. Öğretmenin kendi karısını yüzü, başı olmadan çırılçıplak gözünün önüne getirmesi daha sonraki sahnelerde hapse girdikten sonra karısından ve onun getirdiği yüklerden kurtulduğunu, rahatladığını söylemesi ile bağdaştırılınca cinsellik dürtüsünün öğretmenin karısıyla ilgili davranışlarının açıklayıcısı olduğu gözler önüne serilmektedir.

İÇERİDEKİLER

Öğretmenin karısıyla cinsel birliktelik yaşama karşılığı olarak, olanı biteni öğretmenin kendisine anlatmasını isteyen polis bu durumun cinsel duygularını okşadığını söylemesi, sürekli olarak cinsel olaylar anlatması ve bundan haz duyması, Freud'un kişilik yapılarından idin (alt benlik), polisin kişilik örüntüsünde baskın olduğunu akıllara getirmektedir.

P+



Öğretmenin karısıyla cinsel birliktelik yaşama karşılığı olarak, olanı biteni Öğretmenin çiftlerin evliliklerindeki güçlükleri birlikte halletmek ve yenmek yerine o güçlüğü görmezden geldiğini söylemesi yine savunma mekanizmalarından bastırmanın çiftler tarafından çok kullanıldığına işaret etmektedir. Sonraki sahnelerde ziyaretine karısı yerine baldızı gelen öğretmenin "Ayakta konuşulmasından hoşlanmıyorum" cümlesini daha önce polisin kendisine sürekli yinelediği göz önüne alınacak olursa, öğretmenin polis ile "özdeşim" kurduğu dikkat çekmektedir.

Polisin kendisi üzerine kurduğu psikolojik baskıyı baldızına karşı kurması da bu durumu kanıtlar niteliktedir. Cinsel dürtüsü baskın olan bir bireyi (kendisini) ölmek üzere olan bir insana benzeterek baldızını kendisiyle cinsel birliktelik yaşaması için birlikte olmaya ikna etmeye çabalaması yine savunma mekanizmalarından "mantığa bürünme" davranışı gösterdiğini ortaya sermektedir. kendisine anlatmasını isteyen polis bu durumun cinsel duygularını

okşadığını söylemesi, sürekli olarak cinsel olaylar anlatması ve bundan haz duyması, Freud'un kişilik yapılarından idin (alt benlik), polisin kişilik örüntüsünde baskın olduğunu akıllara getirmektedir.

Öğretmenin gerçeğe varmak, özgür düşünmek için bireyin bir odaya kapatılmasını, kimseleri görmemesi gerektiğini, böylece başkalarının baskısından kurtulduğunu

düşünmesi; toplumun özgürlüğümüzü kısıtladığını ancak birey kendisiyle yalnız kaldığında ilkel benliğini ortaya koyduğunu Freudyen bir bakış açısı ile sunmaktadır.

Oyuna ilişkin kişisel izlenimlerim:

Elde etmek isteyen zalim oluyordu". Oyunu bu cümleyle özetleyebiliriz sanırım. Psikolojik gerilim ile iktidar, hükmeden, güç, köle, işkence, kurban, irade, toplum, özgürlük, etik gibi kavramların harmanlanmış olduğu bir oyun bizlere sunuluyor. Şartlar değiştiğinde bizlerin veya en güvendiğimiz insanların hiç beklemediğimiz şekilde nasıl zalim olabileceği mesajını veriyor. Toplumun öğretilerini, namus kavramını, gerçekte yaşamak istenenin etik kavramı ile savaş içerisinde olma durumunu

P+

izleyicinin sorgulamasını istermişçesine yansıtma çabasını gördüğümüz bu oyunu izlemenizi tavsiye ediyorum... Sevgiyle kalın...

Yazar: Elif Altay
Psikolojik Danışman



Ayşe Çokyavaş



Özlem Tekin



Feyza Kılınç



Elif Altay



Tuğçe Erdem



İlkyaz Ç. Armağan



Seren Tuğçe Ay



Fatma B. Şimşek



Mücahit Akkaya



Ayşenur Öztürk

Veda Köşesi



Melike Gümüş

PSIKOLEKTIF+