



CAHİT SITKI TARANCI

içindekiler

4

GENEL YAYIN
YÖNETMENİNDEN



6

KAĞIT
FATMA BATIK ŞİMŞEK



9

PENGUIN BLOOM
TUĞÇE UYSAL



12

KORSAJ
FEYZA KILINÇ TAYFUN



@psikolektifresmi



@psikolektif



psikolektif



psikolektif



psikolektif@gmail.com

sayı 18

**KAYBOLAN BAĞLAR
ELİF GÖK ÖZKAYA**

16



**KENDİN OLMANIN
DAYANILMAZ
HAFİFLİĞİ
SEREN TUĞÇE AY**

19



**GÜN EKSİLMESİN
PENCEREMDEN
MÜCAHİT AKKAYA**

23



KAYNAKÇA

26



haziran 2023



Genel Yayın Yönetmeninden

MÜCAHİT AKKAYA

Psikolektif + Genel Yayın Yönetmeni / Psikolojik Danışman

Sinema, Edebiyat ve Tiyatro'yu; Ruh sağlığı ve eğitim alanıyla buluşturan, Psikolektif + derginin 18. Sayısında 3 film, 2 kitap ve 1 tiyatro incelemesi yer almaktadır. 6 Şubat 2023 Kahramanmaraş Depremi'nin ardından ilk kez çıkan dergimizin bu sayısının kapağında bizleri şair Cahit Sıtkı Tarancı yer almaktadır. Dergimizin bu sayısını ise 6 Şubat 2023 Kahramanmaraş Depremi'nde yitirdiğimiz ruh sağlığı çalışanlarına ithaf ediyoruz. Onları rahmetle, özlemle ve saygıyla anıyoruz.

Uzman Psikolojik Danışman Mücahit Akkaya tarafından incelenen Gün Eksilmesin Pencere'den adlı tiyatro oyununa konu olan, aynı adlı eserin şairi Cahit Sıtkı Tarancı derginin kapağında bizleri karşılamaktadır. Tarancı, 4 Ekim 1910'da Diyarbakır'da doğmuş, ilkokul eğitimini Diyarbakır'da tamamladıktan sonra ortaöğrenimini tamamlamak üzere İstanbul'a gitmiştir. İstanbul'da Saint - Joseph Fransız lisesinde başlayan eğitimini Galatasaray

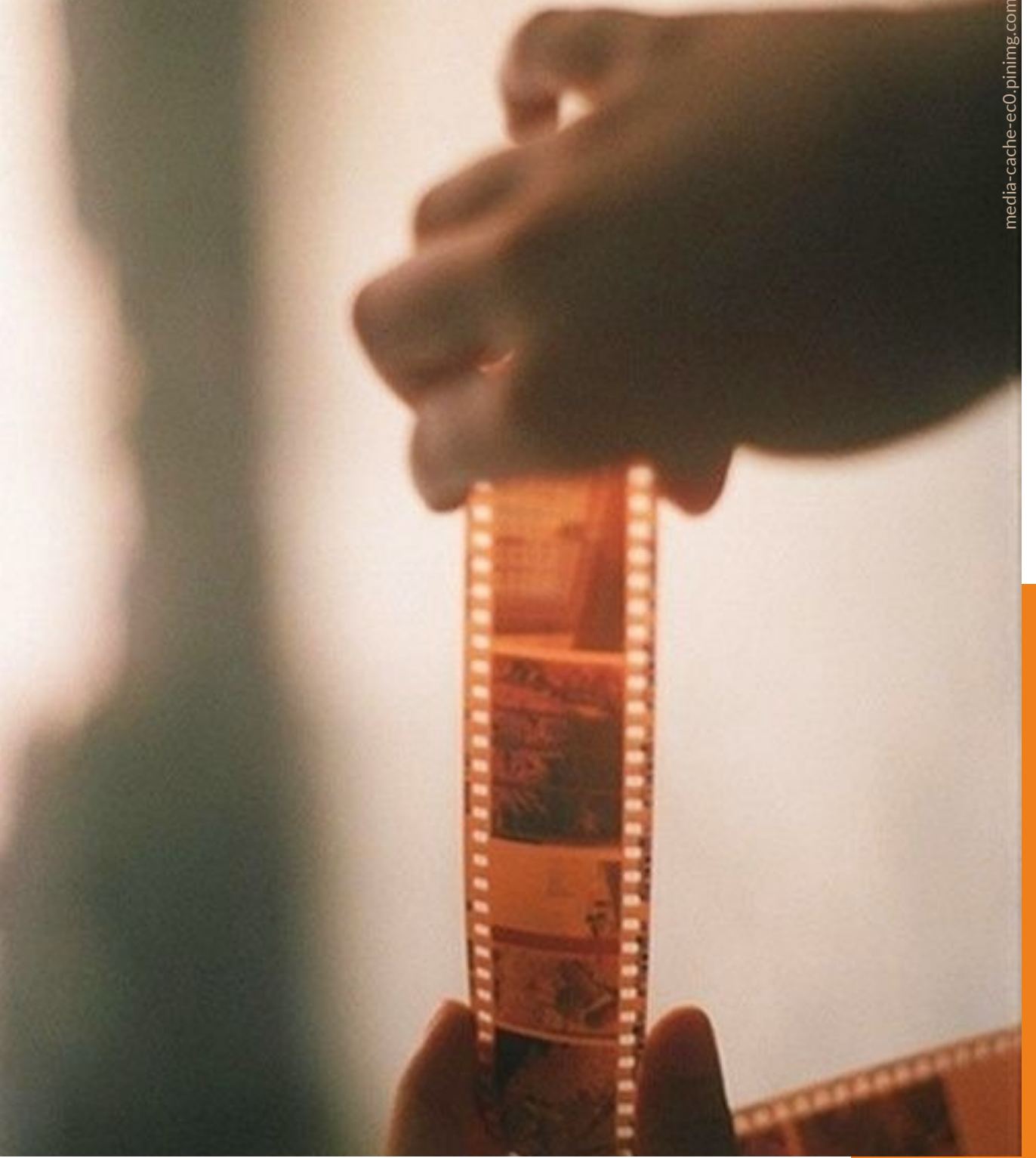
Lisesi'nde devam ettirmiş ve liseyi burada bitirmiştir. Mülkiye Mektebi'ne başlasa da buradaki eğitimini tamamlayamamış, İstanbul Yüksek Ticaret Okulu'nda öğrenim görmeye başlamıştır (Buradaki eğitimi de bitirememiştir). Sanat için sanat anlayışı ile şiirlerini yazan ve Galatasaray Lisesi'nde tanıştığı arkadaşı Ziya Osman Saba'ya yazdığı mektuplardan oluşan kitabı Ziya'ya Mektuplar ile tanınan şair, 12 Ekim 1956'da henüz 46 yaşında yaşamını yitirmiştir. Arkasında ise Otuz Beş Yaş, Gün Eksilmesin Pencere'den, Memleket İsterim gibi ünlü şiirlerin de bulunduğu birçok eser bırakmıştır. Şairi rahmetle, özlemle anıyoruz.

Dergimizin 18. Sayısıyla birlikte Genel Yayın Yönetmenliği'ni Psikolektif'in en eski yazarlarından değerli ekip arkadaşım Uzman Psikolojik Danışman Tuğçe Uysal'a devrediyorum. Psikolektif + Dergisinin bu görev değişimi ile çok daha güçlü bir şekilde yoluna devam edeceğine inanıyorum.

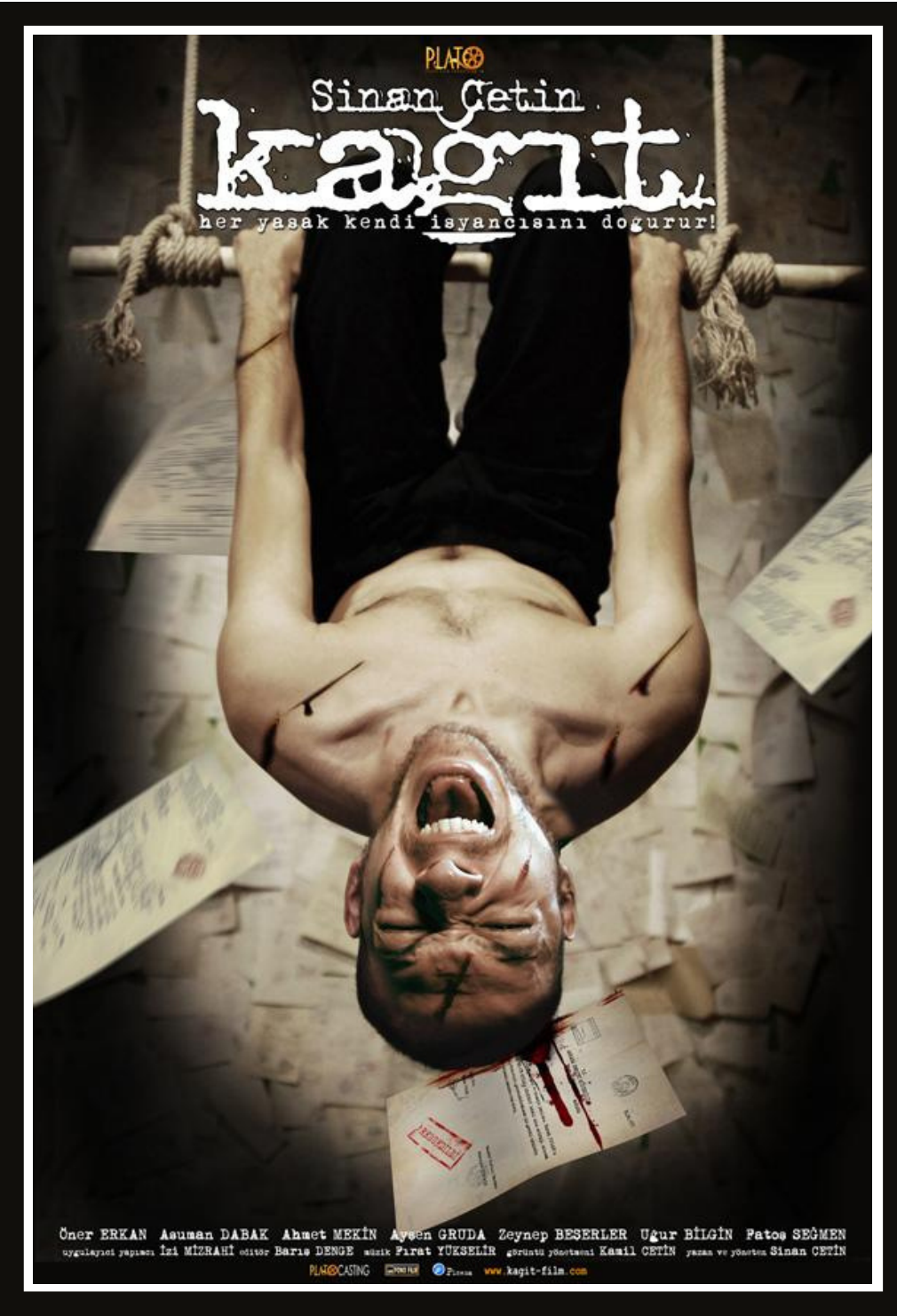
film ekibi yöneticisi: Özlem Tekin

kitap ekibi yöneticisi: Seren Tuğçe Ay

dergi tasarım - Kadriye Ulus, Burak Gencer



FİLM İNCELEMELERİ



FATMA BATIK ŞİMŞEK
Psikolojik Danışman

KAĞIT

Vizyon Tarihi: 2011

Tür: Dram

Yapım: Türkiye

Süre: 105 Dakika

İmdb puanı: 6,1

Oyuncular: Öner Erkan, Asuman

Dabak, Ayşen Gruda

Yönetmen: Sinan Çetin

Kağıt filmi, yönetmen olma hayali ile 1977 yılında bir işçi filmi çekmeye çalışan Emrah'ın ailesinin kendisinden beklentileri ve filmi çekme yolunda önüne çıkan engellerin hayatının akışına yansımalarını konu almaktadır.

! "Yazı spoiler içermektedir."

Emrah, gümrük memuru emeklisi Mehdi Bey ve Şahane'nin altı çocuklarından en küçüğüdür ve tek erkek çocuktur. Mehdi Bey, Emrah'ın son çocuk ve tek erkek olmasından kaynaklı ona, okul hayatında daima başarılı bir öğrenci ve eczacı olması yönünde bir rol yüklemiştir. Ancak bu yüklenen rol Emrah'a çok uymamaktadır. Meslek seçiminde yetenek, ilgi, kişilik, aile, çevre ve kültürün etkileri bulunmaktadır. Bütün bunlar doğrultusunda kişinin kendine yönelik farkındalığı önemlidir. Emrah da kişiliğinin, yeteneklerinin ve ilgisinin farkındadır ve bu doğrultuda istediği mesleğe yönelmiştir. Meslek seçimini etkileyen kişilik özelliklerine bakıldığında Holland'ın mesleki kişilik kuramı üzerinde durulabilir. Kuramda bahsedilen kişilik tipleri; gerçekçi tip, artistik tip, sosyal tip, girişimci tip, geleneksel tip ve araştırmacı tip şeklindedir. Emrah'ın yöneldiği meslek bu doğrultuda bakıldığında artistik tip olarak düşünülebilir. Artistik tip özellikleri içerisinde bulunan idealist, özgür, esnek, hayal dünyası gelişmiş ve kendini sanatsal yollarla ifade etme gibi özellikler film boyunca Emrah'ta gözlenmektedir. Önüne çıkan engellere karşı esneklik gösterip yönetmenlik ideali için her imkanını kullanan ve yaşadığı olumsuzlukları da yine hayal gücünü kullanarak aşmaya çalışan bir karakter sergilemektedir.



Emrah, 1 Mayıs'a yönelik bir işçi filmi çekmeye çalışmaktadır. Bir yapımcı maddi destek vereceğini söylemiştir ancak her seferinde parayı vermek için farklı bir şart koymuştur. Bütün şartları bir şekilde sağlayan Emrah parayı tam alacağı sırada filmi ile ilgili devletten onay alması gerektiğini öğrenir. Film için onay alması gereken ve hayatını etkileyecek kişi olan Müzeyyen ile burada tanışır. Müzeyyen, kurallara sıkı sıkıya bağlı bir devlet memurudur. Filmin senaryosunu öncelikle çekilmeye başlamış olması sonrasında ise devrim içerikli olması nedeni ile Müzeyyen filmi onaylamaz. Emrah filmin senaryosu ile ilgili birkaç kez Müzeyyen'e gitmesine rağmen her seferinde ret almıştır. Durumlarını açıklamak için de birçok kez annesi ve arkadaşı da dahil Müzeyyen'in yanına gitmelerinin sonucu hep olumsuz olmuştur. Müzeyyen'in benimsediği bu tutum Kohlberg'in ahlaki

gelişim evrelerine göre değerlendirildiğinde geleneksel düzeyde kanun ve düzen eğiliminde olduğu gözlenmektedir. Geleneksel düzeyde toplumsal düzeni oluşturan beklentiler önemli ve önceliklidir. Bu doğrultuda geleneksel düzeyin kanun ve düzen eğilimi evresinde ahlak, kanunları sorgulamaz, onlara uymak zorunlu ve doğrudur. Emrah, Müzeyyen'e kendini anlatmaya çalıştığı bir sahnede "Yasalar her zaman masum değildir Müzeyyen Hanım. Bir sabah uyandınız ve birileri diyor ki size, "Sabah kahvaltısında zeytin yemek yasak." Ne olurdu?" dediğinde Müzeyyen'in cevabının "Sabah kahvaltısında zeytin yemeyiz." olması kanunlara koşulsuz kabulünün göstergesidir.

Emrah eczacı değil de yönetmen olmak istediğini annesine anlatabilmiş ama bu durumu hastalığı nedeniyle Mehdi Bey'den gizlemişlerdir. Ancak Mehdi Bey, Emrah'ın eczane açması için evi ipotek ettirir ve parayı Emrah'a verir. Emrah, bu para ile filmini bitirir ama devletten izin alamadığı için parayı yerine koyamaz ve evleri haczedilir. Mehdi bey bunu öğrenince büyük bir hayal kırıklığı yaşar. Ev boşaltılırken Mehdi Bey'in bulunduğu odadaki Emrah'ın çerçeveli takdirnamesi yere düşer, cam kırılır, Mehdi Bey intihar eder. Kırılan cam hayal kırıklığını, cama sıçrayan kan ise hayal kırıklığının sonu olduğunun bir metaforu olarak yorumlanabilir.



Emrah'ın filmi yayınlanmaz ama "Tek Yol Devrim" ismi Müzeyyen için tehlikeli bir isim olduğundan onu şikâyet eder ve Emrah hapse atılır. Zorlu geçen dört yıl boyunca Müzeyyen'e yönelik ruminasyon içindedir. Ruminasyon, sorunu çözmek yerine soruna odaklanan ve sürekli kendini tekrar eden olumsuz düşünceler olarak adlandırılabilir. Soruna odaklanan Emrah, intikamını planlamıştır ve hazırladığı kurgu ile hapisten çıktıktan bir süre sonra Müzeyyen'i evine çekmeyi başarır. Emrah bu günü kurtuluş günü olarak yorumlamaktadır. Yarım bırakılan işler, hayatlar, ilişkiler bizimle birlikte yaşamaya devam etmektedir. Emrah, yarım kalan her şey ile bugün yüzleşeceği için kurtuluş günü ifadesini kullanmıştır. Emrah ile Müzeyyen, devletin sistemi üzerinden görülen zararın veya faydanın, doğrunun veya yanlışın muhakemesini yaptıklarında Emrah, bir kâğıdın gücünün iki farklı kutbunda olduklarını ve Müzeyyen'in o kağıt olmaktan asla vazgeçmeyeceğini idrak eder. Bundan dolayı onu serbest bırakır ve intihar eder. Aslında Müzeyyen, Emrah'ın sisteme yönelik eleştirisinin muhatabıdır. Emrah burada bir umut ile yaşadıklarını anlatmaya çalışmış ancak bunun boşa kürek çekmek olduğunu fark edince geleceğe yönelik olumsuzlukların yüklendiği umutsuzluk ile varoluşunu sonlandırmıştır.

Filme ilişkin izlenimlerim

Film, sisteme yönelik göndermeler barındırsa da içerikte insanın değerli ve biricik oluşunu düşündürmektedir. Etkileyici bir finale sahip. İyi seyirler...



TUĞÇE UYSAL
Uzman Psikolojik Danışman

Vizyon tarihi: 2021

Tür: Dram, Biyografi

Yapım: Avustralya

Süre: 95 Dakika

Imdb puanı: 6,8

Oyuncular: Naomi Watts,
Griffin Murray-Johnston,
Andrew Lincoln

Yönetmen: Glendyn Ivin



PENGUIN BLOOM

Avustralya'da okyanus kenarında, doğayla iç içe bir evde beş kişi ile mutlu bir hayat süren Bloom ailesi mutluluklarını Tayland tatili ile taçlandırmak için yola düşer. Tatil sırasında büyük oğulları Noah'ın çatı katındaki manzarayı göstermek istemesiyle aile o yöne doğru yol alır. Manzarayı izlemek isteyen Sam çürük olan bir korkuluğun kırılması sebebiyle çatıdan düşer. Yaşanan bu olayın ardından Sam'in omurgası kırılır ve bir daha yürüyemeyecek duruma gelir. Sam'in düşme sahnesiyle gözünü açan Umut Kuşu filmi travmatik olayların ardından yeniden ayağa kalkmanın, hayata olan bağı kuvvetlendirmenin sanıldığı gibi kolay olmadığını, bu yolun çoğunlukla dikenli olduğunu izleyiciye aktarmaktadır.



“Yazı spoiler içermektedir.”

Fiziksel sağlığı olumsuz yönde etkileyen kazaların da içerisinde yer aldığı travmatik olaylar bireyin kontrol duygusunu ihlal eden, durumu veya koşulları mevcut gerçekliğine uyarlayabilme kapasitesini azaltan olaylar olarak tanımlanırken sebep olduğu etkiler bireyler, aileler ve toplumlar üzerinde ağır bir yük oluşturmaktadır. Tekerlekli sandalyede yaşamak zorunda kalmak Sam için kısıtlanmalar ve kurallar getirmektedir. Sam günlük yaşamında, hedeflerinde ani ve önemli değişiklikler yapmak ve kendi kontrolünün dışında gelişen yeni bir duruma uyum sağlamak zorunda kalmıştır. Felç olmak bir başka kişinin bakımına ihtiyaç duyulan zor bir süreçtir. Fiziksel rollerin ve beklentilerin değişmesi, geleceğe ilişkin kayıp olarak algılanınca depresif duygular ortaya çıkmaktadır. Birey yaşanan durumun sağlığını, yaşamın kendisini, otonomisini tehdit ettiğini algıladığında kaygı duygusu ön plana çıkar. Yaşadığı olayın ardından Sam içine kapanmış, ailesinden uzaklaşmış, eski yaşantısını ve bir daha yürüyemeyeceğini hatırlatan okyanusun görüntüsüne bile küsmüş, çocuklarının ihtiyacı olduğunda onların yanında olamadığı ve annelik görevlerini yerine getiremediğini düşündüğünden dolayı suçluluk duygularıyla boğuşmuştur. Bu mücadelede çok başarılı olamayan Sam depresif bir duruma düşmüş ve bir süre sonra yataktan kalkmak için herhangi bir sebep görmemeye başlamıştır. Travmanın sebep olduğu etkiler her birey için farklı olmakla birlikte bu etkilerin önüne geçmede en büyük yardımcı, sosyal destek kaynaklarıdır. Sam’e baktığımızda onu seven ve kucaklayan bir eşe, üç çocuğa, anne ve ablaya sahip olması sosyal destek kaynaklarının güçlü olduğunu göstermektedir. Filmin ilerleyen sahnelerinde sahip olduğu sosyal desteğin Sam’i depresyondan nasıl uzaklaştırdığı görülmektedir.

Sam yeni haline alışmaya çalışırken, depresif duyguların derinliğinde kaybolup anılarıyla kavga ederken günlük rutinleri için kime kızacağına

karar veremeyecek durumdadır. Ailesinin ve arkadaşlarının onu iyi hissettireceğini düşündükleri önerilerde bulunması bile kendisini kötü hissetmesine sebep olmaktadır. Tam bu dönemlerde, kazanın birinci yılında evin büyük oğlu Noah, sahilde bulunduğu, renklerinden ve uçamamasından dolayı Penguen adını verdiği yaralı bir saksagani eve getirir. Başlangıçta Sam kuşun evde kalma fikrine ılımlı yaklaşırsa da kuş gücünü kazanana kadar çocuklarının onunla ilgilenmelerine müsaade etmiştir. Günler ilerledikçe evde yalnız olmalarından dolayı Penguen’in ihtiyaçlarını karşılamaya başlamış ve hissettiği işe yaramazlık duygusu bu sayede nispeten azalmaya başlamıştır. Penguen kanatları olmasına rağmen uçamamakta, Sam bacakları olmasına rağmen yürüyememektedir.



Bir noktada Sam’in Penguen hakkındaki düşüncelerinin kendi durumuna yönelik düşünceler olduğunu söyleyebiliriz. Penguen ile birlikte Sam yataktan daha istekli kalkmaya ve ailesiyle daha sağlıklı ilişkiler kurmaya başlamıştır. Bir gün Penguen zorlansa da havalanıp uçmuştur ve Sam o an kendisinin de harekete geçme vakti geldiğini fark etmiştir. Uzun zamandır eşinin tavsiye ettiği Kano kursuna gitmeye karar vermiş ve bir alanda daha bacakları olmadan başarılı olduğunu görmek depresif duygulardan uzaklaşmasına yardımcı olmuştur.

Kabul ve Kararlılık Terapisi değerleri destekleyen sağlıklı, yapıcı faaliyetlere olan bağlılığı olumsuz düşünceler, duygular, semptomlar veya koşullarla

başa çıkmanın bir yolu olarak kabullenmektir. Artan kabullenmenin psikolojik esnekliği de artıracaklarını öne süren bu yaklaşım insanların daha fazla soruna yol açabilecek belirli düşüncelerden veya duygusal deneyimlerden uzaklaşmaya çalışmalarını teşvik etmektedir. Kabul ve kararlılık terapisine göre danışanların iyileşme süreci anda olma, ayrışma, kabul etme, gözlemleyen benlik, değerler ve değerler doğrultusunda harekete geçme olarak altı basamakta ilerler. Sam için iyileşme süreci geç gelse de Penguen ile vakit geçirdikçe anda olmaya başlamış, tekerlekli sandalyede olma durumuyla mücadele etmeyi bırakarak probleminden ayrılmış, duygularını ailesiyle konuşmaya başlayarak kabul etmiş, yüzemeyecek olsa da çok sevdiği okyanustan uzak kalmak zorunda olmadığını fark ederek kendi benliğini gözlemlemiş, ailesi ile kaliteli zaman geçirmenin kendi değeri olduğunu fark etmiş ve değerlerine uygun bir şekilde harekete geçmiştir. Sam'in Kabul ve Kararlılık Terapisi'ne göre iyileşmenin altı basamağını da tökezleyerek de olsa geçtiği gözlenmektedir.



Yaşantısal Aile Danışması ailenin bir veya daha fazla üyesinde ortaya çıkan duygusal rahatsızlıkların ailedeki bireylerin duygularının farkında olmamaları, farkında olsalar dahi duygularını bastırmalarından kaynaklandığını ileri sürmektedir. Böyle bir aile ikliminde üyeler birbirinden gitgide uzaklaşır ve bu durum ailede işlev kaybına sebep olabilir. Kurama göre bu tür problemlerin çözümü üyeler arasında ve aile içerisinde duygusallık ve duygularını ifade etme yolundan geçer. Film hikayesini Noah'nın sesinden anlatır ve Noah'nın ilk cümlesi bile annesinin durumundan dolayı kendisini suçladığını göstermektedir. Sam'in travmatik yaşantısıyla mücadele ederken ailesinden uzaklaşması Noah'nın bu duygusunu kuvvetlendirmiştir. Noah'nın hazırladığı kısa film duygularının annesi tarafından anlaşılmasını sağlamış ve bu konu üzerine Sam tüm aile ile konuşma yapmak istemiştir. Konuşma esnasında herkes yaşanan olaya ilişkin duygularını paylaşmış ve ailenin bütününde gözyaşları ile beraber gelen bir katarsis yaşanmıştır.

Filme ilişkin izlenimlerim

Umut Kuşu yaşanan travmatik olayları atlatmanın dikenlerle çevrili yollarını ustalıkla anlatan, travmatik olayın yalnızca yaşayan kişiyi değil aileyi de etkilediğini fark ettiren ve umutsuzluğa kapıldığımızda tahmin etmediğimiz küçük bir şeyin umudumuzu tazeleyebileceğini gösteren etkileyici bir biyografik film olarak karşımıza çıkmaktadır. İyi seyirler dilerim...

AVUSTURYA'NIN OSCAR ADAYI
VICKY KRIEPS

“CÜRETKÂR”
-Time Out

“KORKUSUZ”
-The Guardian

“OLAĞANÜSTÜ”
-Screen International

“HEYECAN VERİCİ”
-Vanity Fair



FESTIVAL DE CANNES
BELİRLİ BİR BAKIŞ
EN İYİ OYUNCU

KORSAJ

bir MARIE KREUTZER filmi

FILM AG ve SAMS FILM KOMPLEX FILM KAZAN PRODUCTIONS DUE FILMPRODUKTIONEN ARKONIMEN ZOFARTE ARTE FRANCE CINEMA ve ARTE FRANCE
VICKY KRIEPS FLORIAN TEICHTMEISTER KATHARINA LORENZ JEANNE WIEBER ALMA HÄSSIN MANUEL RÜBEY FRIEDRICH OLFELD HADON FRIEZE ROSA HALLJAL LILLY MARIE TSCHÖTTERER COLIN MORGAN
JUDITH KAUFMANN DYN ULRIKE KOTLER MARTIN KETTER RUTHIKA BUTTINGER MARKE BEYERLIN HELENE LANG CAMILLE ALAIN BONVAL CARLO TRUSS NICOLAS LEBOY ANGELO BUS SANTUS LUCY COLLIERSON RITA WASCZYLOWS
BOTTLEDO PALLENBURY VICKY KRIEPS BERNARD MICHAUX JONAS DOKORACH JANNINE JACKOWSKI MAKER ADE JEAN CHRISTOPHE REYMOUD ALEXANDER GLEHN JOHANNA SCHREZ MARKE KREUTZER

16 ARALIK'TA SİNEMALARDA



FEYZA KILIÇ TAYFUN
Uzman Psikolojik Danışman

KORSAJ

Vizyon Tarihi: 2022

Tür: Biyografi, Dram

Yapım: Almanya, Avusturya

Süre: 114 Dakika

Imdb puanı: 6,6

Oyuncular: Vicky Krieps, Florian Teichtmeister,
Katharina Lorenz

Yönetmen: Marie Kreutzer

Güzelliği, ince beli ve zarafeti ile nam salmış Avusturya İmparatoriçesi Elisabeth, artık 40 yaşına gelmiştir. Elisabeth, 40. doğum günü kutlamasının ardından kendisine biçilen rollere karşı bir süredir sürdürdüğü sessiz isyanı güçlendirerek zincirlerini kırmaya niyetlenmektedir.

! "Yazı spoiler içermektedir."

1877 yılında geçen filmde baş karakter Elizabeth, dönemin Avusturya imparatoriçesidir. Tarihte Sisi adıyla da anılan Elizabeth'in bel ölçüsü yalnızca 45 cm'dir. Zayıflığı ve uzun saçlarıyla dünyaya nam salan Elizabeth bu güzelliğini koruyabilmek için ağır diyetler yapmaktadır. Bununla birlikte belini ince tutabilmek için hareket etmesini ve nefes almasını dahi zorlaştıran çok sıkı korseler giymektedir. Karakterin zayıf olmaya ilişkin bu takıntısı ilk bakışta akıllara bir yeme bozukluğu olan anoreksiya nevrozayı getirmektedir; ancak filmin ilerleyen sahnelerinde karakterin dilediğince yemekler ve tatlılar yemeye başlaması, daha az tartılması karakterin anoreksiyadan ziyade kendisine biçilen roller nedeniyle zayıf kalma gayretinde olduğunu düşündürmektedir. Öyle ki Elizabeth'in doğum günlerinde kendisine ithafen söylenen şarkılarda dahi zayıflığı ve güzelliği vurgulanmaktadır. İmparator ile katıldığı tüm davetlerde yalnızca güzelliği ve zayıflığıyla ilgili övgüler almaktadır. Bu durum karakterin beden görüntüsünü, bel inceliğini özgüvenini oluşturan önemli bir unsur haline getirmiştir. Bu nedenle resmi olarak da "yaşlı" kabul edilen 40 yaşına gelmesi Elizabeth için orta yaş krizi olarak da değerlendirilebilecek şekilde melankolik bir tavır ve duruşu da beraberinde getirmiştir. İlk kez psikanalist Elliot Jaques tarafından kullanılan "orta yaş krizi" terimi, yetişkinlerin hayatlarında ve görünüşlerindeki değişiklikler sonucunda gençlik çağlarını geride bıraktıklarını fark etmeleriyle psikolojik ve duygusal çalkantılar hissetmeleri sonucu görülen bir süreç olarak tanımlanmıştır. Elizabeth'in kendini yanında güzel ve genç hissettiği kişilerle yakınlaşması, yoğun sigara ve uyuşturucu kullanımı, imparatoriçe rolü ile ters düşebilecek çılgınca davranışları orta yaş krizinde sergilenebilecek davranışlar olarak görülmektedir.



Filmde Elizabeth'in aile içi ilişkilerindeki aksaklıklar göze çarpmaktadır. İmparator ve imparatoriçe çocuklarına karşı dengesiz – tutarsız ebeveyn tutumu sergilemektedir. Bu tutumda ebeveynler arasındaki tutarsızlık ve çatışmalar çocuğun gelişimini olumsuz etkileyebilmektedir. İmparatorun küçük kızın bakımı konusunda imparatoriçeye güvenmemesi ve bunu çocukları da duyacak şekilde dile getirmesi bu durumu kanıtlar niteliktedir. Küçük çocuk annesine karşı "beni utandırıyor", "babam

senin kendine bile bakamayacağını söyledi”, “bu davranış sana yakışmıyor” gibi yargılayıcı cümleler kurmaktadır. Bu durum babanın anneye karşı çocuklarını “doldurmasından” kaynaklanmaktadır. Ebeveyn yabancılaştırması olarak adlandırılan bu durum, çocuğun bir ebeveyn tarafından diğer ebeveyne karşı bilinçli ve sistematik bir şekilde yabancılaştırılması olarak tanımlanmaktadır. Annesine yabancılaşmış olan küçük kız; imparatoriçenin kendisini bir çocuk olarak saray kısıtlamalarından muaf, daha “normal” şekilde yetiştirmeye çalışmasından rahatsızlık duymaktadır. Annesine ve aldığı kararlara hiçbir şekilde güvenmediği gibi saygısını da yitiren küçük kız, imparator babası tarafından tüm saray normlarına ve rollerine uygun olacak şekilde programlanmıştır. Upuzun saçlarını kısacık kestiren annesini gördüğünde verdiği “şu anda ağlamak istiyorum ama bu hiç doğru olmazdı” tepkisi çocuğun, henüz küçük yaşta kendisine biçilen rolleri fark ederek buna uygun davranmaya çalışmasını kanıtlar niteliktedir. Anne ve babasının tutarsız-dengesiz ebeveyn tutumu sergilemesinin, küçük çocukta güçlü olana karşı aşırı itaatkâr tavır takınmayı pekiştirdiği düşünülmektedir.



Filme ilişkin izlenimlerim

Filmde yer yer Elizabeth’in; ülke yönetimi, politika, sanatsal veya sportif faaliyetlerle ilgilenerek ya da görüş belirterek kendisini dış görüntüsünün dışında da var etme çabasında olduğu görülmektedir; ancak ne yazık ki bu çabası imparator eşi tarafından “senin görevin yalnızca davetlere benimle birlikte katılıp güzel görünmek” şeklinde bir ikazla reddedilmiştir. Kendisine konulan bu keskin rollerde sıkışıp kalan Elizabeth’in isyankâr davranışları küçük kızı tarafından dahi hoş karşılanmamaktadır. Kimse tarafından anlaşılmadığını, desteklenmediğini hisseden Elizabeth için koruyucu tek faktörün seyahatleri olduğu görülmektedir, bu nedenle imparatoriçe sıklıkla seyahat etmektedir. Bir süre sonra seyahatlerinden de eskiden aldığı zevki alamayan Elizabeth artık ciddi risk grubundadır. Filmin sonuna doğru karakterin herkesin özendiği güzel saçlarını kestirmesi, eşi için yeni ve genç bir eş bulması, görece daha mutlu olması hayatına ilişkin kimi kararlar verdiğini kanıtlar niteliktedir. Film bana etrafımızda görülmeyi ve anlaşılmayı bekleyen, zorlandığı dönemlerden geçen nice Elizabethler’in olabileceğini düşündürdü. Sanırım bu kasvetli gerçeği aklımızdan hiç çıkarmamamız gerekiyor. İyi seyirler dilerim.



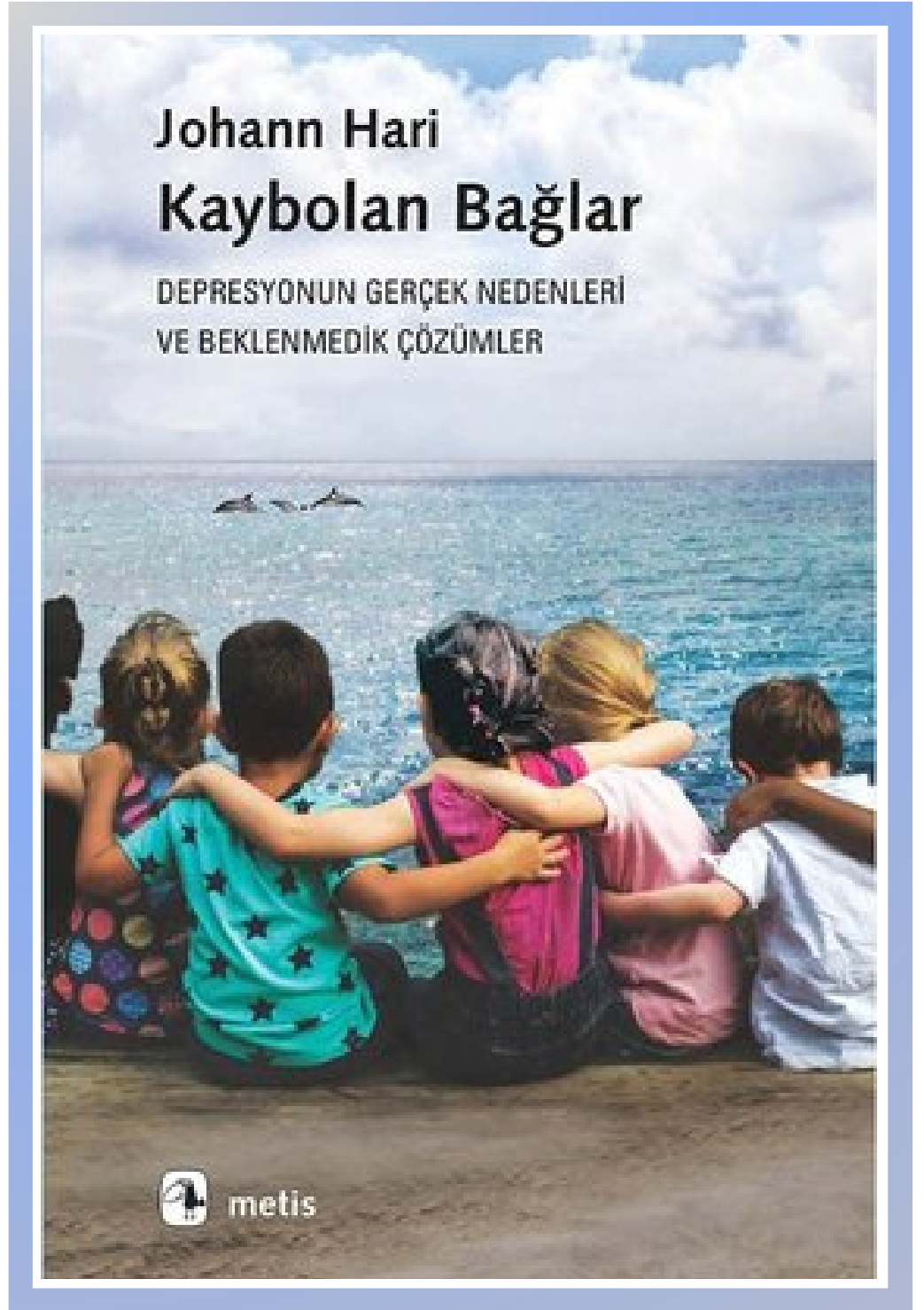
amzn.to

KİTAP İNCELEMELERİ



ELİF GÖK
Uzman Psikolojik Danışman

Yazar adı: Johann Hari
Yayınevi: Metis Yayınları
Basım yeri ve tarihi: İstanbul,
2019
Sayfa sayısı: 361



KAYBOLAN BAĞLAR

Son zamanlarda *Çalınan Dikkat* adında yeni bir kitabı dilimize çevrilen Johann Hari, Londra'da yaşamasına karşın yaptığı araştırmalar için sıkça yolculuklara çıkan bir yazar ve gazetecidir. İncelemeye konu olan kitabı *Kaybolan Bağlar*'da yazar, depresyon konusunu çeşitli uzmanlarla temasa geçerek, yaşam becerileri çerçevesinde masaya yatırmaktadır.

Depresyon; birçok kişinin mustarip olduğu, çözüm aradığı, belki senelerce psikiyatrik ilaçlar kullandığı klinik bir bozukluktur. Öyle ki Batı ülkelerinin su kaynakları test edildiğinde suda kayda değer miktarda antidepresan bulunduğu görülmüştür. Psikoterapi alanında çığır açan bilişsel davranışçı terapinin ortaya çıkmasında da depresyon olgusunun büyük etkisinin olduğu bilinmektedir. Bu terapi ekolü, depresyonu tedavi etmede psikanalitik bakış açılarına kıyasla daha işe yarar sonuçlar aldığını iddia etmektedir. Hari ise kitabına depresyonun dahi bireylerin hayatında belirli bir işleve sahip olabileceğini savunarak başlamaktadır. Dolayısıyla işlevsel açıdan belirli bir oranda psikanalitik bakış açısına bağlı kaldığı, depresyona üretilen çözümler bakımından daha davranışçı pratikler önereceği görülmektedir. Bilişsel davranışçı terapide de tipik şablonda doğrudan düşüncelere müdahale edilebilmesine karşın depresyonun tedavisinde davranışa odaklanılmakta, sıklıkla ilk aşama olarak fiziksel hareketten yola çıkılmaktadır.

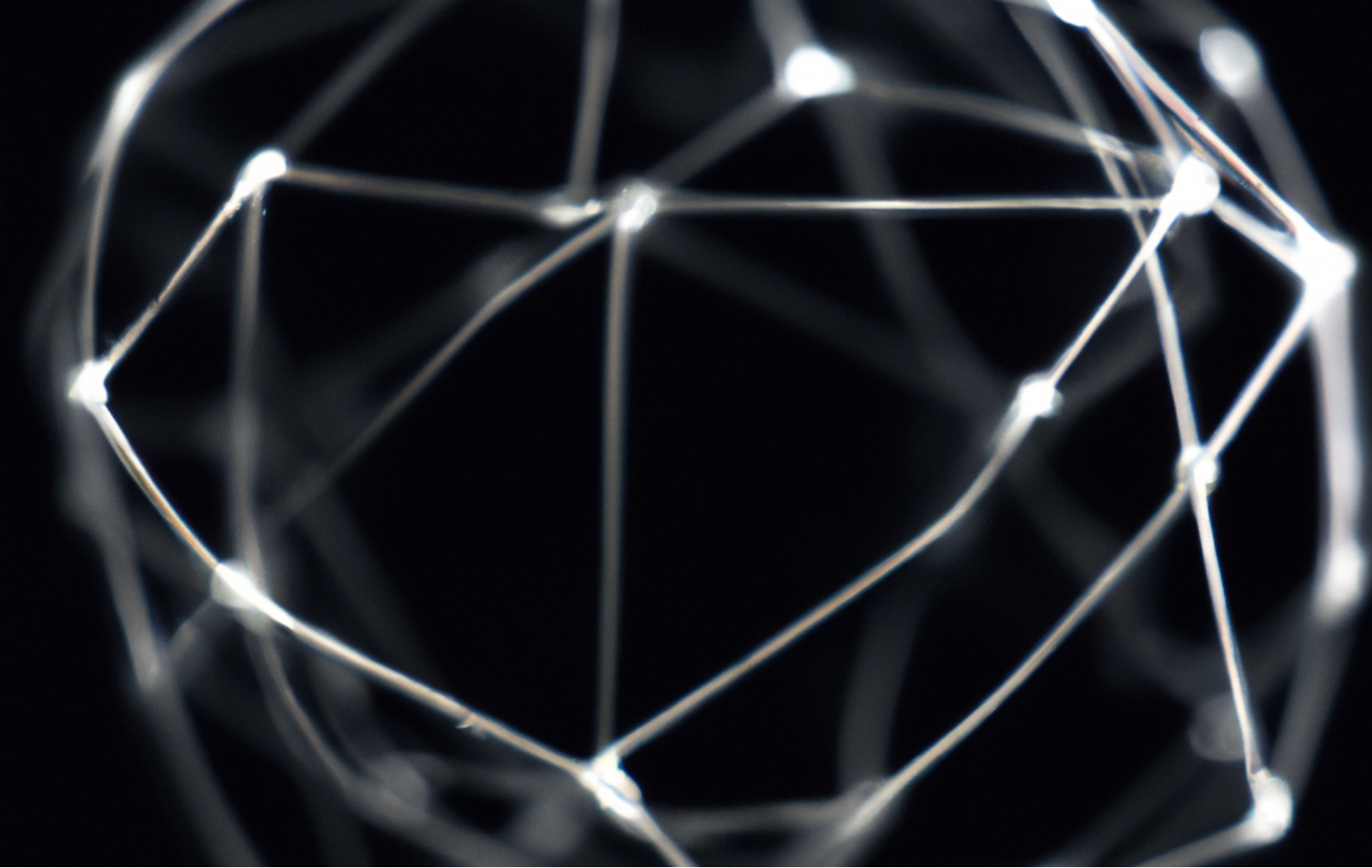


Yazar depresyonu araştırma süzgecinden geçirmeden önce çekilen eziyet kanıksandığında ve eziyete ilişkin belirli bir hikâye kabullenildiğinde bunu değiştirmenin çok zor olduğunu söylemektedir.

Bu söylem, beyinde bilindik nöronları uyandırmanın az gidilen yola sapmaktan daha zor olduğu bilişsel davranışçı terapi ilkeleriyle uyumludur. Bu ilkenin pratiğine kulak verilecek olursa, örneğin birçok yeme bozukluğu olan bireylerin temelde kaygı ve depresyon yaşadığı, kilolarının kişiler arası ilişkilerinde dikkatlerden uzak olmak gibi ikincil bir kazanç sağladığı fark edilebilir. Sadece kilo konusunda da değil; kaygı ve depresyondan mustarip birçok insan şiddetli bir biçimde kaçınma savunma mekanizmasını kullanmaktadır. Bu bağlamda düşünüldüğünde her ne kadar sosyoekonomik koşullar, yalnızlık, anlamlı değerlerden kopuk olmak, travmalar gibi değişik birçok faktör depresyonu tetikliyor olsa da iş çözüm üretmeye geldiğinde depresyonda olan bireylerin sağlıklı bir şekilde zorlanmaya ihtiyaç duydukları düşünülebilir.

Depresyonun psikiyatrik tedavisinde kullanılan serotonin geri alım inhibitörlerinin, adından da anlaşılacakları gibi işlevleri bireylerin bedenlerindeki biyokimyasal dengeyi sağlamaktır. Ancak ilaçlar tek başına yeterli değildirler, depresyon yaşayan birçok bireyin profesyonel bir terapi desteğine ihtiyaçları bulunmaktadır. Psikolojik danışmanların da şu gerçeğe dikkat etmeleri gerekmektedir: Depresyon aslında beyinle ilgili değil, önemli ölçüde danışanlarınızın yaşam tarzlarıyla ilgili bir sorundan kaynaklanmaktadır. Biyolojik ve psikolojik nedenlerin yanı sıra toplumsal nedenlerin de göz ardı edilmemesi gerekir. Ekonomik yetersizlikler, kültürel-etnik kökensel faktörler, cinsiyet, cinsel yönelim gibi konulara duyarlı olmak son derece önem arz etmektedir. Yazarın depresyona sunduğu alternatif çözüm yeniden bağ kurmaktır. Yeniden bağ kurmayı tarif ederken kullandığı temel örnek; Almanya'da bir emlak krizi neticesinde yaşanan kira fiyatlarının artışı nedeniyle bir araya gelen, birbirlerini destekleyen, aralarında etnik köken, cinsel yönelim, yaş, sağlık durumu gibi faktörler açısından dezavantajlı bireylerin bulunduğu sosyoekonomik durumu düşük bireylerden

oluşan bir direniş grubudur. Bu insanlar direnişleri kadar birbirlerinin arkalarında dimdik durmalarıyla da dünyaya örnek teşkil etmişlerdir. Onlara göre mutluluk kolektif bir şeydir, ki bu görüş Erich Fromm'un Sağlıklı Toplum kitabında bahsedilen ve Adler'in temel kavramlarından biri olan toplumsal ilgiyle yakından ilgilidir. Bu direniş grubunun yeniden bağ kurmak temelinde kurduğu yeniden düzenlenen, onları eyleme sevk eden ilişkiler ve böylece oluşturdıkları kolektif bilinçleri birbirlerini sağlıklı bir şekilde zorlamaya teşvik etmiş; yaşadıkları problemleri bireysel temelde aşmalarına yardımcı olduğu gibi aralarındaki karşılıklı hoşgörü gibi değerleri de geliştirmiştir.



Kitaba İlişkin Kişisel İzlenimlerim

Kişisel düşünce yapıma göre mutluluğun yolunun bir şeyler biriktirmekten ve yüksek statüden geçtiğini düşünen insanların depresyon ve kaygı düzeylerinin diğerlerine kıyasla daha yüksek olduğunun araştırmalarla kanıtlandığı günümüzde anlamlı değerler üretmek çok önemli hale geliyor. Kitabın birçok yerinde de anlamlı değerlere ve paylaşıma vurgu yapılmıştır. Piyano çaldığınızı düşünün diyor, yazar. Kiranızı denkleştirmek için izbe bir barda çalışmak zorundaysanız dışsal değerlerin güdümündesinizdir. Sadece piyano çalmayı sevdiğiniz içinse bu daha anlamlıdır. Günümüz koşullarında ise hemen hemen her birimiz yaşamımızı sürdürmek için çalışmak, çabalamak zorundayız, bir yerde kaçışımız yok ve depresyon gerçekliği karşısında çözümler ne kadar basit düzeyde tutulursa o kadar etkili olacak. Öte yandan, psikolojik danışmanlık alanında son yıllarda ön plana çıkan dışavurumcu tekniklerin, depresyon bağlamında daha dikkatli değerlendirilmesi gerektiğini düşünüyorum. Hedef odaklı davranışta, simgesel düzeyde kurduğumuz hikayelerin sanatın çeşitli kollarıyla ifade edilmesi ve söze dökülmesinin eyleme yol göstereceği düşünülebilir. İnanın bana ortaya çıkanlar, sanat olarak adlandırılmak zorunda değil.

Ferhat Jak İçöz

Kendin Olmanın Dayanılmaz Hafifliği

Varoluşçu psikoterapiden ve
felsefeden öğrenebileceklerimiz

—
Psikoloji
—



KENDİN OLMANIN DAYANILMAZ HAFİFLİĞİ



SEREN TUĞÇE AY
Psikolojik Danışman

Yazar adı: Ferhat Jak İçöz

Yayınevi: Doğan Novus

Basım yeri ve tarihi: İstanbul,
2022

Sayfa sayısı: 233

Bu inceleme yazısına Varoluşçu Terapi üzerine felsefi bakışla yorumlar getirmiş Ferhat Jak İçöz'ün "Kendin Olmanın Dayanılmaz Hafifliği" kitabı konu olacaktır.

Ferhat Jak İçöz klinik psikolog ve varoluşçu psikoterapisttir. Psikanaliz, Gestalt Terapisi, psikodrama, logoterapi hatta yoga gibi farklı ekol ve disiplinlerde aldığı eğitimlerden sonra varoluşçu psikoterapiler alanında doktorasını tamamlamıştır. Psikoterapistliğin dışında eğitimlik, yazarlık, çevirmenlik, editörlük, süpervizörlük yapmakta ve öğretim görevlisi olarak dersler vermektedir. Terapi ve eğitim çalışmalarını kurucusu olduğu ve İstanbul'da bulunan Varoluşçu Akademi bünyesinde sürdürmektedir. Öncelikle incelemenin daha çok hangi yönlerden ele alınacağı ile ilgili bilgi sunulacaktır: Yazarın kitabın içerisinde sıklıkla atıfta bulunduğu Varoluşçu yaklaşım üzerine fikirler öne sürmüş olan Danimarkalı filozof Kierkegaard'ın "Hayat çözülecek bir sorun değil, yaşanacak bir deneyimdir." sözü İçöz'ün de deyimiyle bu kitabın anlatmak istediklerinin özüdür. İçöz, bu kitabın okuyucuya "Yaşayın" diye seslendiğini vurgulamaktadır. Varoluşçu yaklaşım hakkında yanlış bilinenleri sık sık düzeltmiş, "Fiziksel", "Sosyal", "Bireysel" ve "Tinsel" bir şekilde var olmak konu başlıkları çerçevesinde en çok sorulan sorulara varoluşçu yaklaşım ve varoluşçu felsefenin bakış açısıyla yanıtlar aramıştır. Yazar fiziksel bir şekilde var olmanın gerçekten bedenimizin neye ihtiyacı olduğuna kulak vermekle, varlığımızı bu sayede en iyi şekilde anlamlandırabilmekle mümkün olduğunu söylemiştir. Aynı zamanda insanın sadece gerekliliklerde kaldığında, ihtiyacı için dünyaya karıştığında zaman içerisinde ölü hissedebileceğini, arzuların bize gerekenin ötesinde mümkün olanı sağladığını da eklemiştir.



Fiziksel varoluştaki bir başka konu olan bağımlılığa dair İçöz, seçim yapma kaygısının kişiyi bağımlılığa sürüklediğini belirtmiştir. Bağımlılıktan çıkış yolunun otantik benliğimizi korumamızla mümkün olabileceğini söylemiştir. Bunu yaparken yüzde yüz otantik olamayacağımız gibi kendimizi adayıp bağımlı olduğumuz şeyin bizi nelerden uzak tuttuğunu sorgulamamız gerektiğini vurgulamıştır. Yazar ölümden sonrasını düşünmenin Epikürcülerin "Ben varsam ölüm yok, ölüm varsa ben yokum." sözünde olduğu gibi anlamsız olabileceğinden söz etmiştir. Varoluşun ölüm kaygısı üzerine yorumunun aslında tümüyle ölümden sonrası için hesap verebilmekle ilgili olduğunu belirtmiş, "Öyle yaşamlar sürmeliyiz ki o an son bulacak olsa hesabını veremeyeceğimiz unsur olsun. Ölümden korkmak hesap vermekten korkmaktır." diye de eklemiştir. Sosyal açıdan varoluş başlığında genel olarak tüm ilişkilerin var oluşumuzu ne yönde etkilediği ele alınmıştır. Burada varoluşçu bakış açısına göre yakından bakmayı reddettiğimiz tüm deneyimlerin, duygusal deneyimler de dahil, ruhsal sıkıntıya yol açacağı söylenmiştir.

Depresyon ya da yoğun kaygının uzun zamandır yakından bakmayı reddettiğimiz duygularla ilgili olduğunu, burada duygularımızın sosyal açıdan anlaşılabilir olmasının bile iyileştirici olacağını vurgulamıştır.

Sosyal varoluşa göre bağlanma ve bağ kurmanın aslında kişinin kendisiyle bağ kurması açısından gerekli olduğu, ancak bunun her zaman ebeveyn ya da partnerle değil bir meslekle, mekanla bir iş ya da idealle de mümkün olduğu İçöz tarafından belirtilmiştir. Ayrıca bir diğerinin bakımını ve sorumluluğunu üstlenmenin varoluşçuluğa zıt olmadığını, varoluşçu yaklaşımın “kendini kolla” doktrinine karşın “ötekini umursa” boyutunun da olduğunu hatırlatmıştır. Bunun yanı sıra bireysel varoluşta kendilik dediğimiz şeyin sabit olmadığı değişken ve akışkan olduğu, bu yüzden hiçbir noktada sabit bir kişilikten söz edilemeyeceğinin üzerinde durulmuştur.

İçöz, bireyin travma deneyimlerinin gelişime ya da zedelenmeye gidip gitmeyeceğini “kas” örneği ile açıklamıştır. Nasıl kasları geliştirmek için küçük onarılabilir yırtıklar oluşturup sık sık onları travmatize ediyorsak, küçük travmaların da gelişime pozitif yönde etkisi olduğunu belirtmiştir. Ancak tıpkı kaslarımızı travmatize ederken bazen sakatlık yaşadığımız gibi hayatın trajik yanlarıyla güçlenmek ile ruhsal sakatlanma arasında fark olduğunu da eklemiştir. Bir taraftan da Victor Frankl’ın “İnsanın Anlam Arayışı” adlı eserinde sıklıkla üzerinde durduğu kaygı ve seçim sorumluluğunun bireysel gelişime katkı sunan ve varoluşumuzu anlamlı kılan kavramlar olduğuna benzer açıdan vurgu yapmıştır.

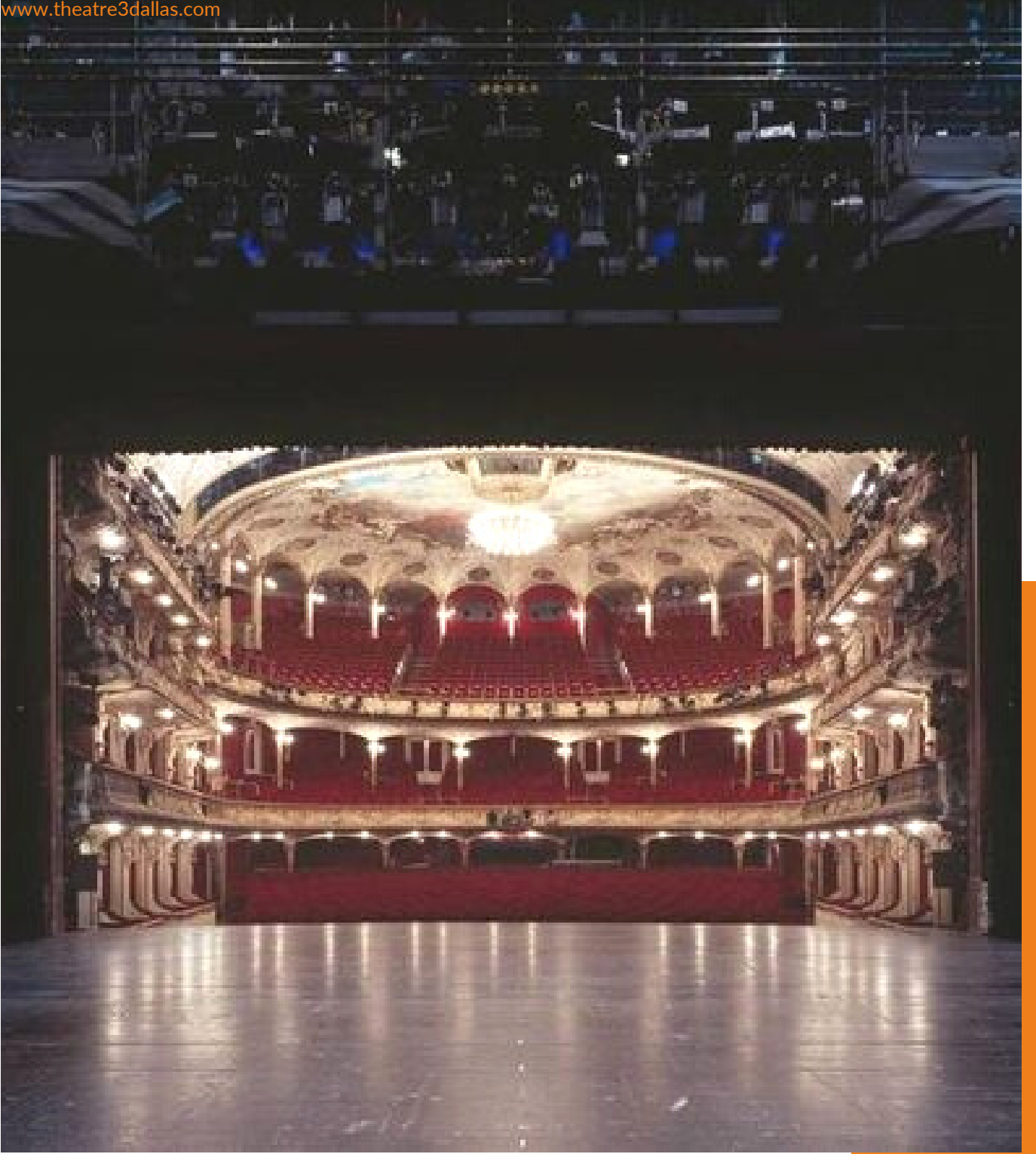
İçöz, tinsel varoluşu açıklarken deneyimden kastın onun içinden geçmek olduğu üzerine vurgu yapmıştır. Bir şeyi deneyimlerken, onun içinden geçerken uyanık ve farkında olarak onun bir parçası haline gelip merakla yaşamamız gerektiği belirtmiştir. Skor elde etmek üzerine geçirilen bir yaşamın hayatı doldurduğunu fakat bunun hayatı dolu dolu yaşamaktan farklı olduğunu da hatırlatmıştır. Tinsel varoluş bölümünde değerler, biliçaltı, rüyalar gibi ayrı ayrı

farklı başlıkları ele almıştır. Ayrıca sonlara doğru tüm kitap boyunca sunmak istediği dayanılmaz hafiflik kavramını örneklerle özetlemiştir. Tüm bunlardan yola çıkarak İçöz’ün hafifleme formülü tek cümleyle varoluşumuzu her yönüyle kabul edip sahiplenmek olarak da ifade edilebilir.



Kitap İlişkin Kişisel İzlenimlerim

Kitabın içeriğinin birçok konuya değindiği için çok zengin olduğunu söyleyebilirim. Yaptığım incelemede bu yüzden her konu başlığında en çok dikkatimi çeken sorulardan aldığım notlara yer verdim. Varoluşçu bakış açısının yoğunluğu ve soyutluğuna rağmen bir sohbet havasında dili oldukça akıcı ilerleyen bir kitap da diyebilirim. Ancak içerikler bir Varoluşçu kuram ya da felsefeye az çok aşina olan bir ruh sağlığı çalışanın bildiklerine sadece yorum getirecek düzeyde. Bu açıdan varoluşçu yaklaşımla ilgili herkese hitap edebilecek bir kaynak olduğunu düşünmekteyim. İyi okumalar diliyorum.



TİYATRO İNCELEMELERİ



MÜCAHİT AKKAYA
Psikolojik Danışman/ Doktorant



GÜN EKSİLMESİN PENCEREYDEN

Yazan: Cahit Sıtkı Tarancı

Oyunlaştıran: Engin Yüksel

Yöneten: Mustafa Turan

Oyuncular: Erhan Adsay, Şamil Kankul, M. Furkan Dikici

Oyunun süresi - Perde sayısı: 50 dakika- 1 Perde

Yer: Diyarbakır DT

Sezon: 2002- 2021

Cahit Sıtkı Tarancı'nın doğumundan, Viyana'da öldüğü güne kadar kendi yazdığı anılardan ve şiirlerden oluşan yaşam serüveni; aşkları, arkadaşlıkları, sevdikleri, yakınları, gittiği okullar, ülkeler, şehirler, hayal kırıklıkları, sevinçleri, üzüntüleri, kısacası onu şair yapan yaşam hikayesi ve şiirleri ile tiyatro sahnesinde yeniden hayat buluyor...

! "Yazı spoiler içermektedir."

Gün Eksilmesin Pencereinden adlı oyun Cahit Sıtkı Tarancı'nın aynı adı taşıyan şiirinden yola çıkılarak ölümünün ellinci yılında Can Yayınları tarafından çıkarılan kitabından tiyatro sahnesine uyarlanmıştır. Oyun Cahit Sıtkı Tarancı'nın hasta döşğinde çekilmiş fotoğrafının ekrana yansıtılması ve fotoğrafın canlandırılması ile başlamakta, ardından Cahit Sıtkı Tarancı'nın biyografisinin anlatılması ile devam etmektedir. 1910 yılında Diyarbakır'da doğan şair, ilk ve ortaokulu Diyarbakır'da tamamladıktan sonra liseyi okumak için İstanbul'a gitmiştir. İstanbul Saint Joseph Lisesi'nde başlayan lise öğrenimini Galatasaray Lisesi'nde tamamlamış, burada ünlü eseri "Ziya'ya Mektuplar"ı yazdığı, değerli dostu Ziya Osman Saba ile ölümüne kadar devam edecek arkadaşlığı başlamıştır.



Mülkiye Mektebi'nde başlayan yükseköğrenimini Yüksek Ticaret Mektebi'nde devam ettirse de tamamlayamamıştır. Cahit Sıtkı Tarancı'nın eğitim hayatı ile ilgili bilgiler aktarıldıktan sonra, oyunun belki de ana fikrini oluşturan kısma odaklanılmıştır. Cahit Sıtkı Tarancı'nın insan sevgisi, yaşama sevgisiyle, tutkuyla bağlı olması ve ben bu dünyaya sevmek için geldim demesi akıllara Alfred Adler'in sosyal ilgi kavramını getirmektedir. Adler'e göre bireyler yaşamlarında sosyal bir güdüyle hareket ederler. Sosyal ilgi empati ile yakınlık kurmayla ilişkilidir. Cahit Sıtkı Tarancı, sanat için sanat anlayışına sahip olması, topluma katkı sağlamak amacıyla eserlerini yazmadığını düşündürse de insana ve insan doğasına bakış açısıyla sosyal ilgisi yüksek biri olduğunu söylemek mümkündür. Oyunda seslendirilen Memleket İsterim şiirinde geçen aşağıdaki dizeler Cahit Sıtkı Tarancı'nın sosyal ilgisinin yüksek olduğunu kanıtlar niteliktedir.

Memleket isterim
Ne başta dert ne gönülde hasret olsun;
Kardeş kavgasına bir nihayet olsun.

Memleket isterim
Ne zengin fakir ne sen ben farkı olsun;
Kış günü herkesin evi barkı olsun.

Memleket isterim
Yaşamak, sevmek gibi gönülden olsun;
Olursa bir şikâyet ölümden olsun.

Cahit Sıtkı Tarancı'nın oyunda seslendirilen ve Cahit Sıtkı Tarancı denilince akla ilk gelen şiirlerinden biri olan "Yaş Otuz Beş" ise varoluşçu yaklaşımı ve varoluşçu yaklaşımın öne çıkan kavramlarından olan ölümü akla getirmektedir. Varoluşçu yaklaşıma göre ölüm, kişinin yaşamına anlam katması adına bir fırsat olarak görülmektedir. Ölüm, insanın yaşamının anlamlı kılınması, yaşamın değerinin bilinmesini sağlayabilmektedir.

Yaş otuz beş! yolun yarısı eder.
Dante gibi ortasındayız ömrün.
Delikanlı çağımızdaki cevher,
Yalvarmak, yakarmak nafîle bugün,
Gözünün yaşına bakmadan gider.

Neylersin ölüm herkesin başında.
Uyudun uyanamadin olacak.
Kimbilir nerde, nasıl, kaç yaşında?
Bir namazlık saltanatın olacak,
Taht misali o musalla taşında.

Cahit Sıtkı Tarancı'nın, ölüm korkusunu yaşadığı için "Yaş Otuz Beş" şiirini yazdığına ilişkin eleştirilere verdiği yanıt, oyunda da seslendirilmiştir. Cahit Sıtkı Tarancı, ölümden korktuğum için değil yaşamı sevdiğim için, yaşama tutkuyla bağlı olduğum için ölümü anıyorum demektedir. Son olarak oyunu izleyen seyircilerin dikkatini çekebilecek bir diğer unsur da Tarancı'nın otantikliğidir. Anı yaşamaya odaklanan, hırs, çatışma ve kavgadan uzak, sevgiye ve kardeşliğe verdiği önem Tarancı'nın yaşama yük olmaya değil değer katmaya geldiğini göstermektedir. Cahit Sıtkı Tarancı'nın yaşama bağlı olmasını ise oyunla aynı adı taşıyan şiirinden şu dizelerde görmek mümkündür.

Ne doğan güne hükmüm geçer,
Ne halden anlayan bulunur;
Ah aklımdan ölümüm geçer;
Sonra bu kuş, bu bahçe, bu nur.

Ve gönül Tanrısına der ki:
- Pervam yok verdiğin elemden;
Her mihnet kabulüm, yeter ki
Gün eksilmesin pencereyden!

Cahit Sıtkı Tarancı'nın doğup büyüdüğü şehirde, Cahit Sıtkı Tarancı'nın hayatını anlatan, onun bilinmeyen yönlerini aydınlatan Gün Eksilmesin Pencereyden adlı oyun aynı zamanda şaire bir saygı oyunu olarak görülebilir.

Oyuna İlişkin İzlenimlerim

Gün Eksilmesin Pencereyden, Cahit Sıtkı Tarancı'nın memleketi olan Diyarbakır'da, Diyarbakır Devlet Tiyatrosu tarafından sahnelenen sanatçıya saygı oyunu olarak görülebilir. Şiir seven, 1940'lı yıllar gibi bir yandan savaşın bir yandan hayat mücadelesinin insanları zorladığı dönemde kendilerini her şeyden soyutlayıp şiire sarılan kişilerin hayatlarına konuk olmak istiyorsanız oyunu gönül rahatlığıyla izleyebilirsiniz. Tiyatroyla kalın!





KAYNAKÇA

FİLM İNCELEMELERİ

6- Kağıt- Fatma Batık Şimşek

1. <https://www.imdb.com/title/tt1783311/mediaviewer/rm996598784/>
2. <https://filmhafizasi.com/bir-fragman-kullerinden-dogan-kagit/>
3. <https://m.imdb.com/title/tt1783311/mediaviewer/rm46218240/>

9- Penguin Bloom- Tuğçe Uysal

1. <https://ortakoltuk.com/film-elestirileri/umut-kusu>
2. <https://www.stuff.co.nz/entertainment/film/film-reviews/300204858/penguin-bloom-magpies-steal-the-show-in-predictable-overcomingadversity-drama>
3. <https://www.imdb.com/title/tt6317656/>

12- Korsaj- Feyza Kılınç Tayfun

1. <https://www.international-feature.com/uploads/1/4/1/4/141438721/maxresdefaultfdffd.jpg>
2. <https://www.international-feature.com/uploads/1/4/1/4/141438721/1653044833494-0620x0435-129x0x991x695-1653044944350.jpg>

KİTAP İNCELEMELERİ

16- Kaybolan Bağlar- Elif Gök

1. <https://www.dr.com.tr/kitap/kaybolan-baglar-depresyonun-gercek-nedenleri-ve-beklenmedik-cozumler/egitim-basvuru/psikoloji-bilimi/urunno=0001814340001>
2. <https://pin.it/PdZ6qM3>
3. openai.com/dall-e

19- Kendin Olmanın Dayanılmaz Hafifliği- Seren Tuğçe Ay

1. <https://www.rehberlikservisi.net/kendin-olmanin-dayanilmaz-hafifligi-ferhat-jak-icoz/>
2. <https://ferhatjakicoz.com/hakkinda/>
3. <https://gaiadergi.com/sartre-varolus-ozden-once-gelir/>

TİYATRO İNCELEMELERİ

23- Gün Eksilmesin Pencereden- Mücahit Akkaya

1. <https://www.devtiyatro.gov.tr/DevletTiyatro/tr/oyundetay/2609?a=gun-eksilmesin-pencereden>



PSI KOLEKTİF+

SAYI 18 - HAZİRAN 2023