

## PSİKOLOJİ TEMALİ DİZİ-FİLMLERİN KARAKTER GÜCÜNE ETKİLERİ: DELİ DOKTORU DEĞİLLERMİŞ!

### THE EFFECTS OF THE PSYCHOLOGY THEMED SERIES-FILMS ON THE CHARACTER STRENGTH: THEY WERE NOT THE MAD DOCTOR!

Murat CANPOLAT<sup>1</sup>

**ÖZ:** Türkiye’de son zamanlarda psikoloji temalı dizi-filmlerin popüler olduğu ve milyonlarca insan tarafından izlendiği görülmektedir. Bu çalışmada reyting sıralamalarında başlarda olan bu dizi-filmlerin annelerin karakter gücünü nasıl etkilediği ve bu dizi-filmlerin anneler tarafından nasıl değerlendirildiği anlaşılmaya çalışılmıştır. Bu çalışmada veriler Türkiye’nin farklı illerinde psikoloji temalı dizi-film izleyen annelerden elde edilmiş, araştırma sonuçları bu verilere dayandırılmıştır. Bu amaçla yaşları 26 ile 64 arasında değişen 47 anne ile nitel görüşme yapılmıştır. Yapılan nitel görüşmelerin tematik analizi sonucunda şu beş ana tema belirlenmiştir: ‘bilgelik, cesaret, ölçülülük, insaniyet, akış’. Sonuç olarak bu araştırma, psikolojik temalı dizi-filmlerin anneler tarafından izlendiğini, gerçek yaşam hikâyelerine yer verdiği düşünüldüğü için daha çok dikkat çektiğini ve takip edildiğini, izlenen bu filmlerin annelerin karakter gücü üzerinde etkili olduğunu ve ruhsal bozuklukları önleme noktasında faydalı olduğunu destekler nitelikte sonuçlar sunmuştur. Elde edilen bulgular çerçevesinde psikolojik yardım hizmeti sunan profesyonellere, dizi-film yapımcılarına ve senaristlere pratik öneriler sunulmuştur.

**Anahtar sözcükler:** Dizi-film, karakter gücü, anne, pozitif psikoloji, tematik analiz

**ABSTRACT:** Turkey in recent psychology-themed series-films is popular and is seen as watched by millions of people. In this study, it was tried to understand how these series-films, which are at the top of the rating rankings, affect the character strength of mothers and how these series-films are evaluated by mothers. In this study, data were obtained from different provinces of Turkey in psychology-themed series-film following the mother, research results are based on this data. For this purpose, qualitative interviews were conducted with 47 mothers between the ages of 26 and 64. As a result of the thematic analysis of the qualitative interviews, the following five main themes were determined: "wisdom, courage, temperance, humanity, flow". As a result, this research has presented results that support the psychological themed series-films that mothers watched, attract more attention and follow because they include real life stories, and that these films are effective on the character strength of mothers and are useful in preventing mental disorders. Practical suggestions were given to professionals, TV series-film producers and screenwriters who provided psychological assistance within the framework of the findings.

**Keywords:** Series-film, strength of character, mother, positive psychology, thematic analysis

#### **Bu makaleye atf vermek için:**

Canpolat, M. (2021). Psikoloji temalı dizi-filmlerin karakter gücüne etkileri: Deli doktoru değillermiş! *Trakya Eğitim Dergisi*, 12(1), ss. 351-365

#### **Cite this article as:**

Canpolat, M. (2021). The effects of the psychology themed series-films on the character strength: They were not the mad doctor! *Trakya Journal of Education*, 12(1), pp. 351-365

### EXTENDED ABSTRACT

#### **Introduction**

According to the World Health Organization (WHO), it is estimated that approximately 792 million people have mental health disorders as of 2017. This points to slightly more than every ten people (10.7%) globally (Our World in Data, 2018). It has been suggested that mental disorders such as depression, schizophrenia, bipolar mood disorder, alcoholism and compulsive disorder lead to disability and premature death worldwide (Murray & Lopez, 1996), where 10 to 20 million people attempt suicide each year, and approximately one million die. is ongoing (Prince et al., 2007). Moreover, the World Health Organization's

<sup>1</sup> Öğr. Gör. Dr., İnönü Üniversitesi, Malatya/Türkiye, murat.canpolat@inonu.edu.tr, 0000-0003-2106-6474

claim that one out of every four people experience one or more mental and behavioral problems during their lifetime (World Health Organization [WSO], 2001) reveals how necessary and important interventions for mental disorders are.

In The 2020 years Turkey in psychology-themed series-films that meet the audience on several television channels and in the very early following rating shows that take place ranking (TIAK, 2021). However, when the literature is examined, there are limited studies on psychology-themed series-films that have been watched so much (Damjanović, 2009; Gabbard, 1997; Wu, 2010). These studies mostly consist of studies that show that films are influenced by psychoanalytic point of view and that films cause false perceptions. In Turkey, it was uncovered in a study whose objective viewpoint-oriented themed series-films psychology. The Mental Health Association (2021) announced the preliminary results of this study, titled "Psychology Series, Psychologists and The Perception of The Profession," on its website. According to the preliminary results, approximately 800 mental health experts considered the existence of psychology-themed series-films important in terms of strengthening the mental health of the society and expressed some of their discomfort. Experts stated that they found TV series psychologists inadequate, a distorted perception occurred and ethical principles should not be sacrificed to the popular. While field experts focus more on the professionalism of these films and present their criticism of the technical parts, it is seen that the readers who are not field experts make the opposite comments on the social media sites where the news is shared. When readers' comments are examined, it is seen that people like these films, find something about themselves, and perceptions about psychology and therapy change positively. In summary, it is seen that there is no clear understanding of the effect of psychology-themed TV series on society.

Turkey, on the basis of the problems experienced by the characters when psychology-themed series-films is observed that the effect of treatment experienced more adverse events in childhood and parents wrong attitude. The reason for this is that the mother-child relationship and attachment issues have gained importance recently (Donley, 1993). Studies have shown that the most important people in an individual's life are their mother and father (Galbo, 1984), that the mother-child relationship forms the basis of future experiences (Pearson et al., 1993; Roe et al., 1993), and that secure attachment with the mother plays an important role in the healthy development of the child (Bowlby, 1988).

For this reason, in this study, mothers who had important effects on individuals 'later lives were interviewed, and it was tried to be understood by using the exploratory power of qualitative research (Creswell, 2003) how mothers who watch psychology-themed series-films evaluate these films and whether these films have effects on mothers' character strength. The findings of this research obtained from the opinions of people who are not field experts; It will contribute to the literature on the effects of psychology-themed TV series-films and reveal the importance of psychology-themed TV series-films in the formation of healthy societies. In this context, the research question is structured as follows: How do mothers find psychology-themed TV series? What are the effects of these films on mothers' strength of character?

## **Method**

This study was conducted under the guidance of descriptive phenomenological (phenomenology) qualitative design. Phenomenological studies are based on several philosophical and procedural principles (Denzin, 1989). These studies try to explore individuals' experiences (Husserl, 1970), their experiences or their interpretation of an event through semistructure in-depth interviews (Creswell, 2003, 2005) (Chapman & Smith, 2002). Due to the nature of qualitative research, it may not produce precise and generalizable results, but it can yield results that will help us better recognize and understand a phenomenon. In this respect, it can bring significant contributions to both scientific literature and practice (Creswell, 2003). The phenomenon examined in this study is evaluated as "watching a psychology-themed series-film". Since this design requires data collection to be done through individual interviews (Issel, 2004), mothers who watched psychology-themed TV series-films were interviewed in this study, and the research results were based on these data.

## **Findings**

In this study, a detailed examination of the lives of mothers who watch psychology-themed series-films are affected after watching these series-films. A number of information has been collected on the effect of watching psychology-themed series-films on character strength. It has been observed that watching psychology-themed series-films is an activity frequently experienced by mothers. As a result of the interviews with the participants, it was found that psychology-themed series-films were watched because they were more curious. Moreover, these series-films are inspired by real life stories, allowing the audience to find something from themselves and to be followed more. The participants stated that they were

emotionally affected by some scenes of psychology-themed series-films, but these series-films were good for them, their knowledge increased, their awareness increased, their perspective on both the psychological counselor and the psychological counseling process changed, they paid more attention to their behavior towards their children, and they had psychological problems. They stated that they understand people better now. They also stated that their prejudices about getting psychological support were broken and they would not hesitate to get support.

## Discussion and Conclusion

One of the most important contributions of this study is to reveal whether the character strength of mothers, who are effective in the development of children, is affected by psychology-themed series-films. With this research, it was found that these series-films have positive effects on the character strength of mothers. It is thought that this finding will contribute to the literature on the subject. The most important persons in an individual's life are his mother and father (Galbo, 1984), the mother-child relationship is the basis of later experiences (Pearson et al., 1993; Roe et al., 1993), and secure attachment with the mother plays an important role in the healthy development of the child (Bowlby, 1988), mothers have great responsibilities in raising healthy children. The positive influence of the character strength of mothers who watch psychology-themed series-films may contribute to raising healthy children and preventing possible mental disorders.

Another contribution of this study is that it provides results that support the finding that the participants matched themselves with the characters in the series-films. While providing psychological assistance services to mothers, it may be beneficial for the professionals to know the serials and films they watch, to learn which characters they see close to themselves in the series-films, and to understand why they watch these series-films.

## GİRİŞ

Dünya Sağlık Örgütü'ne (DSÖ) göre 2017 yılı itibariyle yaklaşık 792 milyon insanın ruh sağlığı bozukluğuna sahip olduğu tahmin edilmektedir. Bu, küresel olarak bakıldığında her on kişiden biraz daha fazlasına (% 10,7) işaret etmektedir (Our World in Data, 2018). Depresyon, şizofreni, bipolar bozukluğu, alkolizm ve kompulsif bozukluk gibi ruhsal bozuklukların dünya çapında yeti yitimi ve erken ölümlere yol açtığı (Murray ve Lopez, 1996), her yıl 10 ile 20 milyon arası kişinin intihara teşebbüs ettiği ve yaklaşık bir milyonunun hayatını kaybettiği ileri sürülmektedir (Prince vd., 2007). Dahası Dünya Sağlık Örgütünün her dört kişiden birinin yaşamı boyunca bir ya da daha fazla ruhsal ve davranışsal sorunlar yaşadığını ileri sürmesi (DSÖ, 2001) ruhsal bozuklukları önleme müdahalelerinin ne denli gerekli ve önemli olduğunu gözler önüne sermektedir.

Sağlıklı insan sadece rahatsızlığı olmayan insan olarak değil fiziksel, ruhsal, sosyal olarak iyi halde olan insan şeklinde tanımlanmaktadır (DSÖ, 2020). Son yıllarda bireyin sadece problemlere sahip olmaması yerine her alanda iyilik hali içerisinde olması görüşü önem kazanmıştır. Bireyin yanlışını düzeltmenin yeterli görülmediği, onun güçlü, pozitif yönlerinin geliştirilmesi gerektiği görüşü (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000) yaygınlaşmış, hem akademisyenler hem de uygulayıcılar pozitif psikoloji hareketine ilgi göstermiştir. Olumlu düşünme (Scheier ve Carver, 1993), kişisel büyüme girişimi (Robitschek, 1998), pozitiflik (Diener vd., 2000), pozitif psikolojik sermaye (Luthans, 2002), pozitif yönelim (Caprara vd., 2009), psikolojik iyi oluş (Ryff ve Keyes, 1995), öznel iyi oluş (Diener, 2000), iyimserlik (Goleman, 2000), umut (Snyder, 2002), akış (Csikszentmihalyi, 2009), psikolojik dayanıklılık (Tugade vd., 2004), travma sonrası gelişim (Calhoun ve Tedeschi, 2004) ve karakter gücü (Peterson ve Seligman, 2004) gibi gelişmeyi ve iyi olmayı teşvik edecek özellikler ve davranışlar çalışma konusu olmuştur. Bu çalışmada, bireylerin daha kaliteli, daha mutlu bir yaşam sürmesi için gerekli görülen "bireylerin güçlü yönlerinin farkında olması ve bu güçlü yönlerini işlevsel olarak kullanması" olarak ifade edilen karakter gücü (Demir ve Türk, 2020) kavramı, ilgili literatür çerçevesinde tartışılmıştır.

Karakter güçleri 6 erdemden ve 24 güçlü karakter özelliğinden oluşan pozitif kişisel özellikler olarak tanımlanmaktadır (Peterson, 2006). Bu erdemler ve güçlü karakter özellikleri; bilgelik (özgünlük, merak, öğrenme sevgisi, açık fikirlilik, bakış açısı), cesaret (cesaret, azim, dürüstlük, yaşam coşkusu), insanîyet (iyi yüreklilik, sevmek ve sevilme, sosyal zekâ), adalet (hakkaniyet, liderlik, vatandaşlık), ölçülülük (alçak gönüllülük, affedicilik, tedbirlilik, öz-kontrol) ve aşkınlık (mizah, umut, şükür, maneviyat, estetik ve mükemmelliğin takdiri) olarak belirtilmektedir (Peterson ve Seligman, 2004). Karakter güçlerinin olumlu yaşantı ve davranışları arttırdığı, olumsuz olanları azalttığı, kişinin iyi karakter gelişimine ve psikolojik olarak büyümesine yardım ettiği ifade edilmektedir (Kabakçı, 2016). Literatür incelendiğinde karakter

güçlerinin öğretilbilir ve geliştirilebilir olduğu (Shoshani ve Aviv, 2012), filmlerin karakter gücünün gelişmesinde kullanılabileceği ileri sürülmektedir (Rufer MD, 2014). Mares ve Woodard (2005) toplum yanlısı filmlerin bireylerde özgeci davranışları desteklediğini; Algae ve Haidt (2009), bir başkasının erdemli eylemini izlemenin kendi başına iyilik yapma konusunda bireyi motive ettiğini ve ahlaki iyileşme sağladığını; Schnall, Roper ve Fessler (2010), başka bir kişinin özgeci davranışını izlemenin yükselmeyi (elevation) artırdığını ve izleyicinin özgeci davranışında veya yardım eylemlerinde ölçülebilir artışlar görüldüğünü ifade etmiştir. Silvers ve Haidt (2008) araştırmalarında ahlaki açıdan yükselmenin olduğu "The Oprah Winfrey Show" klibini izleyen emziren annelerin kontrol durumundaki annelere göre bebeklerine daha besleyici davrandıklarını ve daha çok sarıldıklarını bulmuşlardır. Bu görüşler filmlerin arzu edilen pozitif davranışları artırdığını göstermektedir. Öte yandan literatürde filmlerin olumsuz etkilerine odaklanan çalışmalara da rastlamak mümkündür. Walker ve diğerleri (2010) filmlerde yanlış betimlenen akıl hastalıklarının insanları eğlendirebileceğini ama insanları gerçeği deşifre edemez hale getireceğini, Pechmann ve Shih (1999) sigara içme sahnelerinin genç izleyicilerinin sigara içme niyetlerini artırdığını, Anderson ve diğerleri (1995, 1996) şiddet içerikli filmlerin düşmanca duyguları ve saldırganlığı artırdığını, Malamuth ve Check (1981) şiddet içeren cinselliği tasvir eden filmlerin erkeklerin kadına yönelik kişilerarası şiddeti kabul etmelerini arttırdığını bulmuşlardır. İster olumlu isterse olumsuz olsun filmlerin bireyler üzerinde etkisinin olduğu görülmektedir.

2020'li yıllarda Türkiye'de psikoloji temalı dizi-filmlerin birçok televizyon kanalında izleyiciyle buluştukları ve çok izlenerek reyting sıralamalarında başlarda yer aldıkları görülmektedir (Televizyon İzleme Araştırmaları [TİAK], 2021). Ancak literatür incelendiğinde bu kadar çok izlenen psikoloji temalı dizi-filmleri ele alan kısıtlı çalışmalara rastlanılmıştır (Damjanović, 2009; Gabbard, 1997; Wu, 2010). Bu çalışmalar daha çok filmlerin psikanaliz bakış açısından etkilendiğini ve filmlerin yanlış algılara neden olduğunu ortaya koyan çalışmalardan oluşmaktadır. Türkiye'de ise psikoloji temalı dizi-filmlere yönelik bakış açısını amaç edinen bir çalışmaya rastlanılmıştır. "Psikoloji Dizileri, Psikologlar ve Terapi ile ilgili meslek algısı" başlıklı bir çalışmanın ön sonuçlarını Ruh Sağlığı Derneği (2021) web sayfasından duyurmuştur. Ön sonuçlara göre yaklaşık 800 ruh sağlığı uzmanı, psikoloji temalı dizi-filmlerin varlığını toplumun ruh sağlığının güçlenmesi açısından önemli görmüşler ve bazı rahatsızlıklarını dile getirmişlerdir. Uzmanlar, dizi psikologlarını yetersiz bulduklarını, çarpık bir algının oluştuğunu ve etik ilkelerin popülere kurban edilmemesi gerektiğini ifade etmişlerdir. Alan uzmanları bu filmlerin daha çok profesyonelliği üzerinde durup, teknik kısımlarına yönelik eleştirilerini sunarken haberin paylaşıldığı sosyal medya sitelerinde alan uzmanı olmayan okuyucuların aksi yönde yorum yaptıkları görülmektedir. Okuyucu yorumları incelendiğinde insanların bu filmleri sevdikleri, kendilerinde bir şeyler buldukları, psikolojiye ve terapiye yönelik algıların olumlu yönde değiştiği görülmektedir. Özetle psikoloji temalı dizi-filmlerin toplum üzerindeki etkisine dair net bir anlayışın olmadığı görülmektedir.

Türkiye'de psikoloji temalı dizi-filmler incelendiğinde karakterlerin yaşadığı sorunların temelinde daha çok çocukluk döneminde yaşanan olumsuz olayların ve yanlış anne-baba tutumlarının etkisinin işlendiği görülmektedir. Bunun nedeni anne-çocuk ilişkisi, bağlanma konularının son zamanlarda önem kazanmış olmasıdır (Donley, 1993). Yapılan araştırmalarda bireyin yaşamındaki en önemli kişilerin annesi ve babası olduğu (Galbo, 1984), anne-çocuk ilişkisinin sonraki yaşantıların temelini oluşturduğu (Pearson vd., 1993, Roe vd., 1993), anne ile kurulan güvenli bağlanmanın çocuğun sağlıklı gelişiminde önemli rol oynadığı (Bowlby, 1988) ifade edilmiştir.

Bu araştırmada bireylerin sonraki yaşantılarında önemli etkileri olan anneler ile görüşülmüş, psikoloji temalı dizi-film izleyen annelerin bu filmleri nasıl değerlendirdiği, bu filmlerin annelerin karakter gücüne etkilerinin olup olmadığı nitel araştırmanın keşfedici gücünü kullanılarak (Creswell, 2003) anlaşılmasına çalışılmıştır. Bu araştırmanın alan uzmanı olmayan kişilerin görüşlerinden elde edilen bulgularının; psikoloji temalı dizi-filmlerin etkileri üzerine olan literatüre katkı sağlaması, sağlıklı toplumların oluşmasında psikoloji temalı dizi-filmlerin önemini gözler önüne sermesi beklenmektedir. Bu çerçevede araştırma sorusu şu şekilde yapılandırılmıştır: Anneler psikoloji temalı dizi-filmleri nasıl buluyorlar? Bu filmlerin annelerin karakter gücü üzerindeki etkileri nelerdir?

## YÖNTEM

### Araştırmanın Modeli

Bu çalışma tanımlayıcı fenomenolojik (olgu bilim) nitel desenin rehberliğinde yapılmıştır. Olgubilim çalışmalar birkaç felsefi ve prosedürel ilkeye dayanmaktadır (Denzin, 1989). Bu çalışmalar

bireylerin yaşantılarını (Husserl, 1970), tecrübelerini ya da bir olayı anlamlandırmalarını yarı yapılandırılmış (semistruktür) derinlemesine görüşmeler yoluyla (in-depth interviews) (Creswell, 2003, 2005) keşfetmeye çalışmaktadır (Chapman ve Smith, 2002). Nitel araştırmanın doğası gereği kesin ve genellenebilir sonuçlar ortaya çıkarmayabilir ancak bir olguyu daha iyi tanımamıza ve anlamamıza yardımcı olacak sonuçlar ortaya koyabilir. Bu yönüyle hem bilimsel literatüre hem de uygulamaya önemli katkılar getirebilir (Creswell, 2003). Bu çalışmada incelenen olgu “psikoloji temalı dizi-film izleme” olarak değerlendirilmektedir. Bu desen veri toplamanın bireysel görüşmeler yoluyla yapılmasını gerektirdiğinden (Issel, 2004), bu çalışmada psikoloji temalı dizi-film izleyen anneler ile görüşülmüş, araştırma sonuçları bu verilere dayandırılmıştır.

### **Katılımcılar**

Annelerin psikoloji temalı dizi-filmleri nasıl değerlendirdiklerini ve bu dizi-filmlerin onların karakter gücüne etkilerini anlamak için yapılan bu araştırmanın katılımcıları nitel araştırmalarda sıklıkla kullanılan amaçlı örnekleme yöntemi (purposive sampling method) ile belirlenmiştir (Patton, 2002). Araştırmanın katılımcıları, Türkiye'nin farklı illerinde psikoloji temalı dizi-film izleyen 47 anneden oluşmaktadır. Yaşları 26 ile 64 arasında değişen ( $\bar{x} = 38.23$ ;  $Ss = 9.70$ ) katılımcıların 31'i herhangi bir işyerinde çalışmazken 6'sı öğretmen, 2'si hemşire ve 8'i diğer meslek mensubudur. 12'si ilkokul, 8'i ortaokul, 10'u lise ve 17'si üniversite mezunu olan katılımcıların 14'ünün 1, 16'sının 2, 12'sinin 3, 3'ünün 4 ve 2'sinin 5 çocuğu vardır.

### **Verilerin Toplanması ve Analizi**

Bu araştırma için İnönü Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulu'ndan etik izin alınmıştır. Araştırma verileri 2021 yılında toplanmıştır. Araştırmada katılımcılara ulaşmak için İnönü Üniversitesi Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik (PDR) bölümü lisans dördüncü sınıf öğrencilerine araştırma hakkında bilgi verilerek kendi çevrelerinde bulunan ve araştırmaya katılmaya gönüllü olan annelere ulaşmaları konusunda yardım istenmiştir. 22 dördüncü sınıf öğrencisi çevrelerinde araştırmaya katılmaya gönüllü 47 anneye ulaşmıştır. Katılımcılardan 34'ü görüşmeyi kendilerine ulaşan öğrenciler ile yapmak istediklerini belirtmişlerdir. Bunun üzerine araştırmacı, görüşmeyi yapacak lisans öğrencilerine görüşme tekniği ile ilgili iki oturum halinde eğitim vermiştir. Birinci oturumda görüşme sürecinde nelere dikkat edilmesi gerektiği, ana sorular ve devam sorularının (follow-up questions) nasıl sorulacağı konularında bilgilendirme yapılmıştır. İkinci oturumda ise öğrencilerle görüşme tekniğine ilişkin provalar yapılmıştır. PDR lisans öğrencilerinin “psikolojik danışma ilke ve teknikleri”, “bireysel psikolojik danışma uygulamaları” gibi dersleri daha önce almış olmaları araştırmacı tarafından verilen eğitimi kolaylaştırmıştır. PDR dördüncü sınıf öğrencilerinden bazıları iki, bazıları bir katılımcı ile görüşmüştür. Bu görüşmelerin bazıları Covid-19 salgın dönemi maske, mesafe ve hijyen kurallarına dikkat edilerek katılımcıların evlerinde, bazıları canlı görüşme fırsatı sunan programlar aracılığı ile uzaktan gerçekleştirilmiştir. 13 katılımcı ile görüşmeler araştırmacı tarafından araştırmacının çalışma ofisinde Covid-19 salgın dönemi kurallarına uygun olarak yapılmıştır. Nitel görüşmeler başlamadan önce araştırmanın amacı ve içeriği hakkında katılımcılara tekrar bilgi verilmiş ve onamları alınmıştır. Bu görüşmeler (interview) yaklaşık olarak 10-15 dakika arasında sürmüştür. Katılımcıların onamları ile alınan ses kaydı dosyası birebir transkript edilmiştir (transcribed verbatim). Katılımcıların isimleri ve kimliklerini açığa çıkaracak olası bilgiler transcript sırasında değiştirilmiş, makalenin son halinde bu değiştirilmiş hali sunularak katılımcıların kimlikleri gizlenmiştir (anonymity). Yarı yapılandırılmış görüşme (semi-structured interview) formunda yer alan ana sorulardan bazıları tablo 1' de sunulmuştur.

Tablo 1.

#### *Yarı yapılandırılmış görüşme soruları*

---

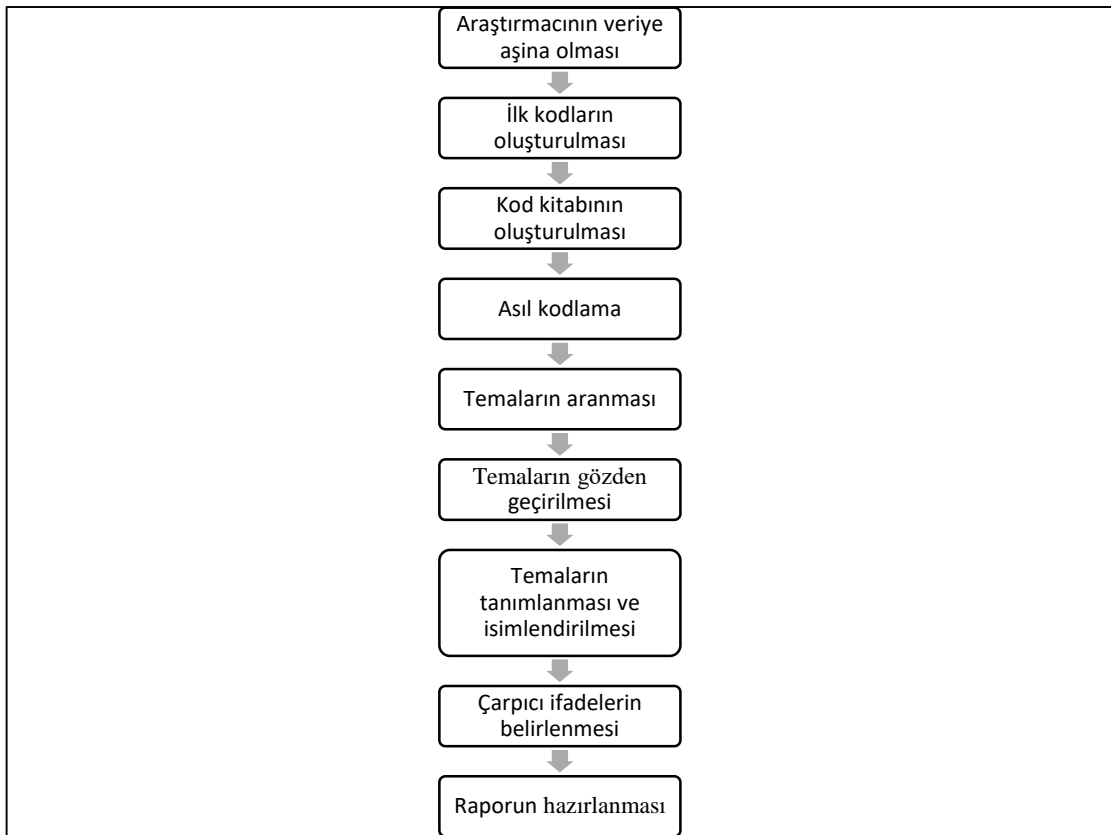
Psikoloji temalı/konulu filmleri izlediğinizde kendinizi nasıl hissediyorsunuz? Hangi duyguları yaşıyorsunuz?
Psikolojik danışman, psikolog, psikiyatrist gibi mesleklerle ilgili neler söylersiniz? Böyle düşünmenizde izlediğiniz filmlerin etkisi hakkında neler söylersiniz?
Terapi veya psikolojik danışma ile ilgili neler söylersiniz? Böyle düşünmenizde izlediğiniz filmlerin etkisi hakkında neler söylersiniz?

---

Psikoloji konulu filmlerin davranışlarınız üzerindeki etkileri nelerdir? Bu filmleri izledikten sonra “Artık şu davranışları yapmıyorum veya yapıyorum, dikkat ediyorum” dediğiniz durumlar varsa anlatır mısınız?

Psikoloji konulu filmlerin genel bir değerlendirmesini yapacak olursanız ne tür katkıları ya da zararları olduğunu söylersiniz?

Katılımcılar ile gerçekleştirilen görüşmeler ses kayıt cihazı ile kayıt edildikten sonra (tape-recorded) bire bir transcript (transcribed verbatim) edilerek, analiz yapılmak üzere QSR NVIVO-11 nitel veri analizi programına yüklenmiştir. Veri setinin analizinde prosedürü Braun ve Clarke (2006) tarafından tanımlanan tümdengelim (deductive) tematik analiz kullanılmıştır. Tematik analiz, sınırları çok iyi çizilmemiş ama psikolojide yaygın olarak kullanılan nitel bir analiz yöntemidir (Boyatzis, 1998). Tematik analiz, katılımcıların deneyimlerini, anlamlandırmalarını ve gerçekliklerini aktaran; olayların, gerçeklerin, anlamların, deneyimlerin toplumdaki çok çeşitli söylemleri nasıl etkilediğini inceleyen, gerçekçi ve oluşturma bir yöntemdir (Braun ve Clarke, 2006). Bu analizde tekrar eden anlam örüntülerini (pattern) bulma ve derinlemesine zengin bir şekilde düzenleyerek betimleme amaçlanır. Bu prosedür çerçevesinde şekil 1’de görülen işlem adımları gerçekleştirilmiştir.



Şekil 1. Tematik analiz süreci aşamaları

Şekil 1’de görüldüğü gibi ilk olarak araştırmacının yazarı (kodlayıcı 1) ve İnönü Üniversitesi PDR bölümünde lisansüstü düzeyde nitel araştırmalar dersi yürüten ve nitel araştırmalar yapan bir öğretim üyesi (kodlayıcı 2) ilk olarak 47 transkriptin tamamını okuyarak veriye aşina olmuştur. Daha sonra kodlayıcılar 47 verinin 6 tanesini eşit sayıda ve rastgele olarak paylaşmıştır. Kodlayıcı 1 belirleyici, ilginç ve güçlü ifadeleri içeren ilk kodları (initial codes) oluşturmuştur. Aynı işlemi kodlayıcı 2 de yaptıktan sonra bir araya gelinmiş; benzerlikler ve farklılıklar dikkate alınarak kod kitabı oluşturulmuştur. Bu kitap, kodları, tanımları ve örnek ifadeleri içermektedir. Daha sonra transkriptler kodlayıcılar arasında paylaşılarak asıl kodlamaya geçilmiştir. Asıl kodlama yapılırken kod kitabına göre hareket edilmiş ve yeni kodlar ortaya çıktığında kodlayıcılar bir araya gelerek kod kitabını revize etmiştir. Süreç boyunca kodların ne anlam ifade ettiği, birbirileri ile ilişkileri ve olası hangi temalar altında birleşeceği ile ilgili hatırlatıcı notlar (memolar) (Charmaz, 2006) yazılarak veriler hakkında bütüncül ve analitik bir bakış sağlanmaya çalışılmıştır.

Kodlayıcılar kendi dokümanlarını kodladıktan sonra diğer araştırmacının dokümanlarını da kodlanmamış versiyonu üzerinden kodlamışlardır.

Her iki kodlayıcı da kodlamayı bitirdikten sonra bir araya gelerek beş kod (generating initial codes) ve beş aday tema (potential themes) üzerinde tam anlaşma sağlamıştır. Geçici olarak oluşturulan aday temaların, kodlanmış veri içeriğiyle ve tüm veri setiyle uyumu kontrol edilerek gözden geçirilmiştir (Reviewing themes). Oluşturulan temaların sınırları, adları ve tanımları tematik analizin ruhuna (essence) uygun, bütün veri setini derin ve zengin içeriği ile kapsayacak şekilde netleştirilmiştir. Veri seti ve oluşturulan temalar son defa kontrol edildikten sonra katılımcıların makalede kullanılacak çarpıcı, ayrıntılı ve inandırıcı ifadeleri belirlenmiştir. Tematik analiz sonucunda elde edilen verilerin yazımı, araştırma soruları ve var olan literatürle ilişkilendirilerek tamamlanmıştır.

### **Geçerlik ve Güvenirlik**

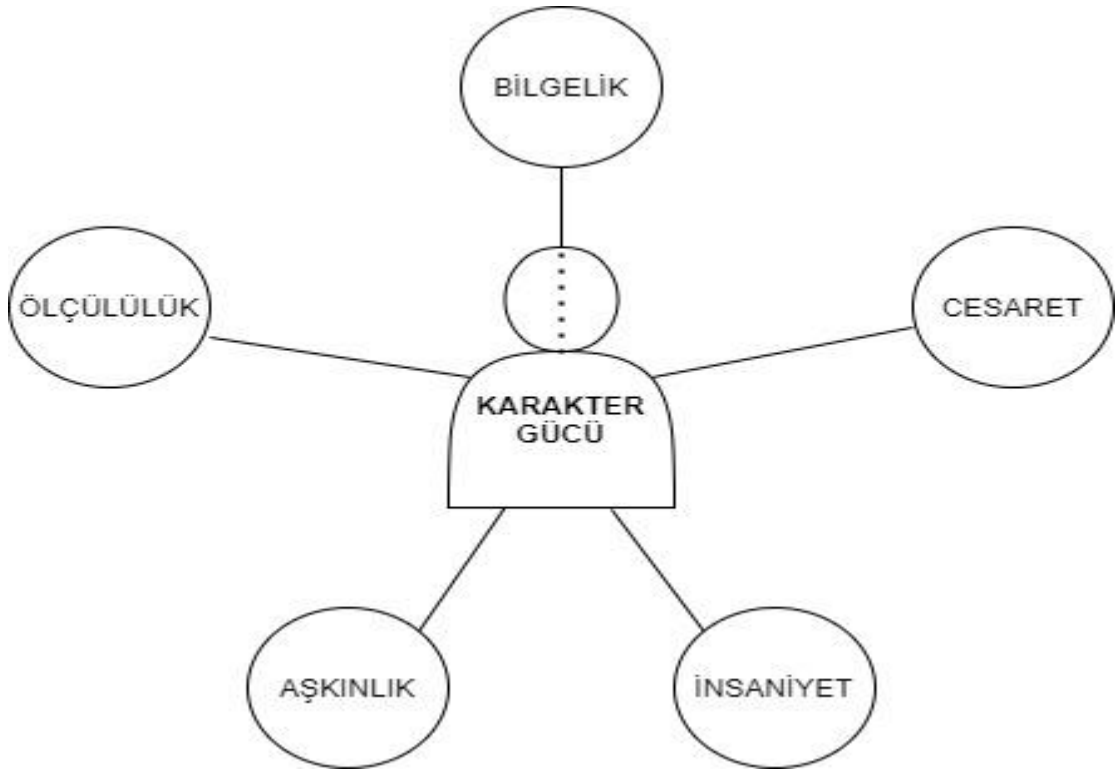
Bu çalışmada iç geçerliliğin sağlanması amacıyla araştırmada kullanılmak üzere hazırlanan görüşme formu için uygulama yapılmadan önce uzman görüşü alınmıştır. Hazırlanan görüşme formu için PDR alanında ve nitel araştırmalar konusunda deneyimli bir öğretim üyesinin görüşü alınmıştır. Bu aşamanın ardından iki anneye görüşme formları okutularak soruların okunabilirlik ve anlaşılabilirlik açısından değerlendirilmesi sağlanmıştır. Elde edilen dönütlere göre formda uygunluk ve anlaşılabilirlik açısından gerekli düzeltmeler yapılmıştır. Çalışmada dış geçerliliğin sağlanması amacıyla; katılımcılar, veri toplama araçları, veri toplama süreci, verilerin analizi ve bulguların nasıl düzenlendiği ayrıntılı bir biçimde betimlenmiştir. Çalışmada iç güvenirliliğini sağlamak amacıyla; bulgularının tümü yoruma yer vermeden okuyucuya sunulmuştur. Kodlayıcılar arası tutarlılığı kontrol etmek için kodlayıcı 1'in kodlayıcı 2'nin kodladığı doküman üzerinden giderek kodlama yapabileceği ancak kodlanmış doküman üzerinden değil de hiç kodlanmamış doküman üzerinden gitmesinin ve karşılaştırma yapmasının daha doğru olacağı önerildiğinden (Miles vd., 2014) bu araştırmada kodlayıcı 1, kodlayıcı 2'nin kodladığı dokümanları hiç kodlanmamış versiyonu üzerinden bir kez daha kodlamıştır. Kodlayıcı 2 de kodlayıcı 1'in kodladığı dokümanları hiç kodlanmamış versiyonu üzerinden kodlamıştır. Daha sonra kodlayıcı 1 ve kodlayıcı 2 bir araya gelerek benzerlikler ve farklılıklar üzerine tartışmış ve uyuma bakılmıştır. Kodlayıcılar arası uyum için araştırmacılar sadece analizin sonucunda değil, analiz süreci boyunca defalarca bir araya gelerek fikir alışverişinde bulunmuştur.

### **Etik Kurul Kararı**

Bu araştırma için İnönü Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma Etik Kurulu'ndan (25.03.2021- E.30715) etik izin alınmıştır. Makalenin araştırma ve yazım sürecinde "Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi"nde yer alan tüm kurallara uyulmuş ve "Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiğine Aykırı Eylemler"den hiçbiri gerçekleştirilmemiştir.

## **BULGULAR**

Yapılan tematik analiz sonucunda ortaya çıkan beş ana tema şekil 2'de gösterilmiştir. Bulgular kısmının sunumunda bütünlük sağlanması amacıyla her bir tema öyküleştirci sunuma olanak tanıyacak bir şekilde verilmiştir.



Şekil 2. Karakter gücüne ilişkin tematik harita

### **Bilgelik**

Bu tema, psikoloji temalı dizi-filmlerin katılımcıların bilgelik erdemine yönelik etkilerini içermektedir. Katılımcıların neredeyse tamamının psikoloji temalı dizi-filmleri merak ettikleri, merak karakter özelliğinin etkisiyle bu dizi-filmleri izledikleri, izledikleri dizi-filmlerden yeni şeyler öğrendikleri, öğrendikleri yeni şeylerin bakış açılarını değiştirdiği görülmektedir.

### **Merak**

Katılımcıların neredeyse tamamı psikoloji temalı dizi-filmleri merak ettikleri için izlemektedir. Başka insanların neler yaşadığı, psikolojik danışma sürecinin nasıl olduğu, bir danışmanın yaklaşımının nasıl olduğu, iyileşmenin gerçekleşip gerçekleşmediği gibi konular katılımcıların zihnini kurcalayan ve merak uyandıran başlıklar arasındadır. 42 yaşında, 4 çocuk annesi Selma, psikoloji temalı dizi-filmleri merak ettiği için izleyenlerden biridir. Neden izlediğini, “Psikoloji konulu filmleri her zaman merak etmişimdir. Ama çok yapılmıyordu. Masumlar Apartmanı, Kırmızı Oda gibi diziler yapıldıkça daha çok izleme fırsatım oluyor. İnsanların hayatını, yaşadıklarını merak ediyorum.” sözleriyle ifade etmiştir. Dizi-filmlerde işlenen konuların gerçek hayat hikâyelerinden esinlenmesi katılımcıların dikkatini, ilgisini daha fazla çekiyor ve daha fazla merak duygusunu uyandırıyor görülmektedir. 28 yaşında, 2 çocuk annesi Bedriye, psikoloji temalı dizi-filmlerin neden ilgisini çektiğini şu sözlerle ifade etmiştir:

Masumlar Apartmanı ve Kırmızı Oda başladığından beri izliyorum. Gerçek hayat hikâyeleri olduğu için dikkatimi çekiyor ve diğer insanların neler yaşadığını merak ediyorum.

### **Öğrenme-Bakış Açısı**

Psikoloji temalı dizi-filmlerin katılımcıların sadece merakı gidermekle kalmadığı, onların yeni şeyler öğrenmelerini sağlayarak bakış açılarını değiştirmede etkili olduğu görülmektedir. Psikolojik danışma sürecini anlama, psikolojik danışmanın yaklaşımını görme, insanın sağlıklı olmasında ailenin ve çevrenin önemini kavrama, değer verilmenin önemini kavrama gibi yeni öğrenmelerin gerçekleşmesinde bu dizi-filmlerin etkili olduğu görülmektedir.



Psikoloji temalı dizi-filmlerin psikolojik danışma sürecine ve psikolojik danışmana ilişkin yanlış öğrenmeleri değiştirdiği, ön yargıları kırdığı, yapılan hizmeti ve meslek mensuplarını doğru ifade etmeye çalıştığı görülmektedir. 28 yaşında, sınıf öğretmeni, 1 çocuk annesi Fatma, bu dizi-filmleri izledikten sonra psikolojik danışma desteğine dair kendindeki değişikliği, “Eskiden sorsanız sadece ağır ruhsal sorunları olan kişilerin yardım aldığı bir tedavi olduğunu söyledim ama şimdi çok konuda yardım alınabilecek faydalı bir tedavi olduğunu düşünüyorum. Çünkü izlediğimiz filmlerde insanların psikologa gitmesi gayet doğal görünüyor. Neredeyse her türlü problemde psikologa danışıyorlar.” sözleriyle ifade etmiştir. 26 yaşında, 1 çocuk annesi Dolunay, psikolojik danışmanı, terapisti deli doktoru zannedenlerden sadece biridir. Psikoloji temalı dizi-filmlerin bakış açısını nasıl değiştirdiğini şu sözlerle ifade etmiştir:

Önceden psikologa giden kişilerin deli, psikologların da deli doktoru olduğunu düşünürdüm. Filmler daha bilinçli olmamı sağladı. Şimdi uzman desteğinin kötü olmadığını, deli doktoru tabiriyle söylenen şeyin yalan olduğunu, aslında herkesin zaman zaman ihtiyaç duyduğu bir şey olduğunu düşünüyorum.

48 yaşında, 3 çocuk annesi Hatice, Masumlar Apartmanı ve Kırmızı oda dizilerini takip eden katılımcılardan biridir. Düşüncelerini, “Ben aslında bu dizileri izlemeden önce terapide ilaç verip tedavi ettiklerini düşünüyordum.” sözleriyle ifade etmiş ve bu filmleri izledikten sonra terapinin başka bir yaşantı olduğunu gördüğünü eklemiştir.

Psikoloji temalı dizi-filmler rahatsızlıkların oluşmasında aile ve çevrenin etkilerini gözler önüne sererek katılımcıların bu gerçeği kavramalarını da sağlamıştır. 43 yaşında, 4 çocuk annesi Hülya, psikoloji temalı dizi-filmleri izledikten sonra geçmişinde birçok şeyi kendi ifadesi ile “bilinçsizce” yaptığını fark etmiş ve bu dizi-filmleri izledikten sonra yaşadığı şaşkınlığı şu sözlerle anlatmıştır:

Psikolojik rahatsızlıkların çocukluktan gelen izlerle, yaralarla bu kadar derinleşeceğini gördüğümde çok şaşırđım. Masumlar apartmanında özellikle temizlik hastası kızın annesi bir hayalet gibi hep aklımda. Çocukluk anıları peşini bırakmıyor. Bu kadar fazla etkileyeceğini bilmiyordum, öğrenmiş oldum.

Psikoloji temalı dizi-filmler insanların değer görmeye ihtiyacı olduğunu, değer verilen insanların kendilerini güvende hissettiklerini ve problemlerini çözme konusunda adım attıklarını öğretmiştir. Katılımcılar bu filmleri izledikten sonra problemleri konuşmanın, dinlenilmenin, değer görmenin ne denli önemli olduğunu anladıklarını ifade etmişlerdir. 31 yaşında, 2 çocuk annesi Filiz, Kırmızı Oda dizisi takipçilerindedir. “Psikolojik danışmanlar, terapistler hastalarına karşı saygı, güven, iyi niyet gösteriyorlar, deli gözüyle bakmıyorlar terapide. Onları dinliyorlar, kızmıyorlar. Hastaları da her şeyi anlatabiliyorlar. Çok güzel bir şey bence insan yerine koyulmak.” diyerek psikolojik danışmanı tarafından değer verilen danışanların kendilerini güvende hissettiklerini ve kendilerini rahatça ifade ettiklerini belirtmiştir. 45 yaşında, 5 çocuk annesi Aycan, bu dizi-filmleri izledikten sonra çocuklarının sağlıklı gelişimleri konusunda daha duyarlı görünmektedir. “İzlediğim dizide başkaları tarafından anlaşılamayan, dinlenilmeyen kişilerin psikolojik sorunlarının olduğunu fark ettim. İyi ki bu diziler var.” diyerek değer görmenin önemini ifade etmiş ve bu dizi-filmlerin aydınlatıcı olduğunu belirtmiştir.

## **Ölçülülük**

Bu tema, psikoloji temalı dizi-filmlerin katılımcıların ölçülülük erdemine yönelik etkilerini içermektedir. Katılımcıların tamamı psikoloji temalı dizi-filmleri izledikten sonra özellikle çocuklarına yönelik olan davranışlarına dikkat ettiklerini ve kendilerini kontrol etmeye çalıştıklarını belirtmişlerdir.

## **Öz-kontrol**

Psikoloji temalı dizi-filmlerin katılımcıların “öz-kontrol” becerileri üzerinde etkili olduğu görülmektedir. Bu etki daha çok dizi-filmlerde izlenen sahnelerden duygusal olarak etkilenmeyle başlamaktadır. 43 yaşında, 2 çocuk annesi Selda, bu dizi-filmleri izlerken korkanlardan sadece biridir. “O sahneleri izlerken korkuyorum, çocuklarımla ilerde benim yüzümden hasta olmalarından korkuyorum.” diyerek duygularını anlatmıştır. “Önceden çocuklarımla bir şey yaptığında hemen şiddet gösterebiliyordum, bağırıyordum. İzledikten sonra artık konuşmaya çalışıyorum, anlamak istiyorum. Daha sakin kalmaya çalışıyorum.” diyerek eski hali ile yeni halini karşılaştırmış, kendini kontrol etmeye çalıştığını belirtmiştir.

Bu dizi-filmleri izleyen bazı katılımcılar ise en az korkmak kadar olumsuz olan pişmanlık duygusunu yaşamış ve hayatlarında yeni bir sayfa açma kararı vermişlerdir. 46 yaşında, 3 çocuk annesi Necla, filmi izlerken aklından geçenleri şu sözlerle ifade etmiştir:

Bazı sahneler var sanki kendimi görüyorum. Çocukken onlara kızdığım zamanlar aklıma geldikçe canım yanıyor, keşke yapmasaydım diyorum. Sonra dikkatli olmam gerek diyorum. En azından bundan sonra dikkat etmem gerek diyorum.

Pişmanlığını dile getiren Necla, çocuklarına daha az kızmaya çalıştığını, sorunları kızarak değil de konuşarak halletmeye çalıştığını eklemiştir. 46 yaşında, 2 çocuk annesi Gülümser de tıpkı Necla ve Selda gibi kendini kontrol etmeye çalışan annelerden biridir. “Oğluma bağırıp, sinirlenince, hakaret edince ona nasıl bir psikolojik şiddet uyguladığımı filmleri izledikten sonra fark ettim ve artık ona karşı daha dikkatliyim. Çocuklar da tıpkı bir aynanın yansıması gibi, onlara ne gösteriyorsanız onu görüyorsunuz.” diyerek davranışlarını değiştirdiğini ifade etmiştir.

## **Cesaret**

Bu tema, psikoloji temalı dizi-filmlerin katılımcıların cesaret erdemine yönelik etkilerini içermektedir. Psikoloji temalı dizi-filmler psikolojik danışmaya-psikolojik danışmana, terapiye-terapisteye dair yanlış bilinenleri değiştirerek, ön yargıları kırarak katılımcıların sadece yeni öğrenmeler kazanmasını sağlamamış aynı zamanda onlara psikolojik destek alma noktasında cesaret de vermiştir. Bu dizi-filmler hem katılımcıların yaşadıkları sorunları başkalarının da yaşadığını görmelerine yani sorunların evrensel olduğunu anlamalarına fırsat sağlayarak, hem de psikolojik desteğe ihtiyaç duyduklarında tereddüt yaşamadan uzmana gitme bilinci oluşturarak katılımcılara cesaret vermiştir.

## ***Evrensellik***

Psikoloji temalı dizi-filmler, sorunların dünyada sadece bir kişide olmadığını, dünyanın birçok yerinde birçok insanın benzer sorunlar yaşadığını, sorunların evrensel olduğunu katılımcıların anlamasını sağlayarak onlara cesaret vermiştir. 42 yaşında, 3 çocuk annesi Cemile, “Diziyi izlemeden önce her şeyi sadece kendim yaşadığımı zannederdim ama başka insanlar da yaşayabiliyormuş.” diyerek başka insanların da benzer sorunlar yaşadığını fark ettiğini ifade etmiştir. 45 yaşında, 5 çocuk annesi Aycan da tıpkı Cemile gibi sorunların evrenselliği konusunda farkındalık yaşayanlardan biridir. “Bu tarz filmler bana iyi geliyor, benim yaşadığım sorunları diğer insanların da yaşadığını görüyorum. Kendimi yalnız hissetmiyorum.” diyerek psikoloji temalı dizi-filmlerden duyduğu memnuniyeti belirtmiştir.

## ***Destek Alma***

Psikoloji temalı dizi-filmler, psikolojik desteğe ihtiyaç duyma söz konusu olduğunda tereddüt yaşamadan bu desteği alma noktasında katılımcılara cesaret vermiştir. Katılımcıların neredeyse tamamı bu dizi-filmlerde terapilerde korkulacak bir şey olmadığını, ilaç verip göndermediklerini, aksine değer veren, dinleyen, anlayan uzmanların olduğunu, insanların iyileştiğini bu nedenle kendilerinin böyle bir desteğe ihtiyacı olması durumunda hiç düşünmeden bu desteği alacaklarını belirtmişlerdir. 32 yaşında, sınıf öğretmeni, 1 çocuk annesi Aylin, filmlerin kendisine nasıl cesaret verdiğini, “Açıkça söylemek gerekirse şu yaşıma kadar böyle bir destek almayı düşünmedim. Gelecekte ne olur onu bilemem tabi. Ama eğer böyle bir sıkıntı yaşarsam tereddüt etmeden giderim. Filmlerin etkisiyle artık bu düşüncelerim daha da pekişti.” sözleriyle ifade etmiştir. 28 yaşında, 1 çocuk annesi Fatma, bu dizi-filmleri izledikten sonra destek alma konusunda cesareti artanlardan sadece biridir. Düşüncelerini şu sözlerle belirtmiştir:

Bu tür filmler, dizilerin bana ya da daha doğrusu halka, insanlara sağladığı en büyük katkı bence psikologa gitmenin normal bir şey olması, terapiye katılmanın ya da daha doğrusu yardım almanın kötü bir şey olmadığını benimsetmesidir. Filmlerde terapiden sonra yardım alan kişi düzeliyor. Bu da hastanın, problemi olan insanın, çözüme yönelik inancını artırıyor.

## İnsanîyet

Bu tema, psikoloji temalı dizi-filmlerin katılımcıların insanîyet erdemine yönelik etkilerini içermektedir. Katılımcıların neredeyse tamamının bu dizi-filmleri izledikten sonra psikolojik rahatsızlığı olan insanları daha iyi anladıkları, dizi-filmleri izlerken hayali katılım gerçekleştirerek karakterlerle empati kurdukları, başta çocukları olmak üzere diğer bireylere karşı daha insani düşünce ve davranışlar gösterme eğiliminde oldukları görülmektedir.

Psikoloji temalı dizi-filmlerin katılımcıların empati kurma becerilerini harekete geçirdiği, psikolojik problemleri olan insanların yaşayabileceği muhtemel zorluklar konusunda bilinçlenme sağlayarak katılımcıların insani davranışlarını etkilediği görülmektedir. 39 yaşında, 2 çocuk annesi Ayşegül, psikoloji temalı dizi-filmleri izlemekten hoşlanan ama bir o kadar da etkilenen annelerden biridir. Bu dizi-filmleri izlerken yaşadıklarını, “Film izlerken bazen kendimi aşırı duygusal hissediyorum. Bazen empati kurup kendimi dizideki kişinin yerine koyuyorum. Orada yaşananlara, O’nu bu hale getirenlere çok sinirleniyorum, bir annenin, bir babanın evladına böyle davranması beni hem üzüyor hem sinirlendiriyor. Sonra çocuklarımı daha çok seviyorum.” sözleriyle ifade etmiştir. 45 yaşında, 3 çocuk annesi Ceylan tıpkı Ayşegül gibi psikoloji temalı dizi filmleri takip eden annelerden biridir. “Bence daha çok olması gerekiyor bu tarz filmlerin.” demiş ve filmlerin bireylerin insani tutumlarındaki etkisini, “Bu filmler sayesinde aileler artık daha çok bilinçleniyor, çocuklarına sahip çıkıyor, destek oluyor, birbirlerini yalnız bırakmamanın önemini anlıyorlar.” sözleriyle ifade etmiştir. 29 yaşında, 1 çocuk annesi Deniz, bu filmleri izledikten sonra tutumlarındaki değişikliği, “Ailemle ve çevremle olan iletişimimiz daha iyi bir hal aldı. Empati kurma yeteneğim arttı.” diyerek belirtmiştir.

## Aşkînlık (Şükür)

Bu tema, psikoloji temalı dizi-filmlerin katılımcıların aşkînlık erdemine yönelik etkilerini içermektedir. Katılımcıların bazıları bu dizi-filmleri izledikten sonra başka zorlu hayatları görünce hallerine şükrettiklerini, bu filmlerin şükretme konusunda çok faydalı olduğunu belirtmişlerdir. 43 yaşında, 4 çocuk annesi Hülya, Masumlar Apartmanı dizisi takipçilerindedir. Bu diziyi izlerken yaşadıklarını şu sözlerle ifade etmiştir:

İzledikten sonra da böyle anneler, babalar, insanlar var mıymış dediğim çok oldu. İlk haftalarda her an şaşırđığım anlar çoktu. Şimdilerse alıştım daha az şaşırtıcı geliyor. Ama bu karakterler bana en büyük katkıyı şükretme konusunda yaptı. Kendi yaşantıma çok şükrettim.

27 yaşında, hemşire, 1 çocuk annesi Seher de Hülya gibi düşünenlerdendir. “Bu tarz filmleri, dizileri izlediğimde akıl sağlığımın ne kadar önemli olduğunu fark ediyorum” demiş ve sözlerine “Sağlıklı olduğum için şükrediyorum.” diyerek devam etmiştir.

## TARTIŞMA, SONUÇ ve ÖNERİLER

Bu çalışmada psikoloji temalı dizi-film izleyen annelerin bu dizi-filmleri izledikten sonra etkilenen yaşamlarının ayrıntılı bir incelemesi yapılmıştır. Psikoloji temalı dizi-film izlemenin karakter gücüne etkisi üzerine bir dizi bilgi toplanmıştır. Psikoloji temalı dizi-film izlemenin annelerin sıkça deneyimlediği bir aktivite olduğu görülmüştür. Katılımcılar ile yapılan görüşmeler sonucunda psikoloji temalı dizi-filmlerin daha çok merak edildiği için izlendiği bulunmuştur. Dahası bu dizi-filmlerin gerçek yaşam hikâyelerinden esinlenmesi, izleyicilerin kendilerinden bir şeyler bulmasını ve daha fazla takip edilmesini sağlamaktadır. Katılımcılar, psikoloji temalı dizi-filmlerin bazı sahnelerinden duygusal olarak etkilendiklerini ancak bu dizi-filmlerin kendilerine iyi geldiğini, bilgilerinin arttığını, farkındalıklarının arttığını, gerek psikolojik danışmana gerek psikolojik danışma sürecine olan bakış açılarının değiştiğini, daha çok çocuklarına yönelik davranışlarına dikkat ettiklerini, psikolojik problemleri olan kişileri artık daha iyi anladıklarını belirtmişlerdir. Ayrıca psikolojik destek almaya dair ön yargıların kırıldığını ve destek alma noktasında tereddüt yaşamayacaklarını ifade etmişlerdir.

Bu çalışma, önceki çalışmaların ortaya koyduğu bazı sonuçları tekrarlamıştır. İlk olarak, kadınların (bir kurumda çalışan veya çalışmayan) gün içerisinde televizyon izledikleri, izledikleri programlar arasında

dizi-filmlerin başlarda olduğu ifade edilmektedir (Taşkıran, 2007). Bu araştırmada katılımcıların psikoloji temalı dizi-film izlediklerini söylemeleri daha önceki bulguya benzerlik göstermiştir.

İkincisi, psikoloji temalı dizi-film izleyen anneler daha çok merak ettikleri için izlediklerini, bazı anneler ise bu dizi-filmlerde kendilerinden bir şeyler bulduklarını ifade etmişlerdir. Literatürde dizilerin merak edilmesi ve her hafta (ya da her gün) takip edilmesi, olayların birbirine zincirleme bir biçimde bağlı olmasına bağlanmaktadır (Batıgün ve Sunal, 2017). Ayrıca dizi-filmlerde geçen karakterlerle seyirci arasında “parasosyal etkileşim” kurulduğu, seyircinin kendine yakın hissettiği karakterle kendini eşleştirdiği, model aldığı ve ondan etkilendiği belirtilmektedir (Cohen, 1999). Bu araştırmada katılımcıların neredeyse tamamı psikolojik temalı dizi-filmleri izlemekte ve devam eden dizileri her hafta merak ettikleri için takip etmektedir. Bazı katılımcılar ise bazı karakterle kendileri eşleştirmekte ve duygusal olarak daha çok etkilenmektedir. Kısacası kimi katılımcı bir sonraki hafta ne olacağını merak ederken kimi katılımcı kendisinden bir şeyler bulduğu için bu dizi-filmleri duygusal olarak acı verse de izlemektedir. Diğer bir deyişle, katılımcıların izleme nedenleri farklı olsa da psikoloji temalı dizi-filmlerin izlenmeye devam edeceği görülmektedir. Bu sonuç kadınların dizi seyrettikleri ve bu dizilerdeki karakterlerle parasosyal bağ kurmaya eğilimli oldukları (Eyal ve Rubin, 2003) bulgusunu desteklemektedir.

Üçüncüsü, katılımcılar genel olarak psikoloji temalı dizi-film izlemenin kendilerine olumlu etkilerini belirtmişlerdir. Katılımcıların tamamı bu dizi-filmleri gerekli gördüklerini, toplumun psikolojik danışmana ve psikolojik danışma sürecine ilişkin bakış açısını değiştirmede faydalı olduğunu, bu dizi-filmlerin toplumu bilgilendirerek ruhsal bozuklukları önlemede etkili olduğunu vurgulamışlardır. Bu filmler sayesinde bilgilendiklerini, bakış açılarının değiştiğini, psikolojik destek alma noktasından cesaretlendiklerini, çocuklara yönelik davranışlarında daha kontrollü olduklarını, psikolojik problemi olan ve olmayan diğer insanlara daha duyarlı hale geldiklerini, empati kurma becerilerinin geliştiğini belirtmişlerdir. Bu bulgu önceki bazı çalışmalarla uyumludur. Toplum yanlısı filmlerin bireylerde özgeci davranışları desteklediği (Mares ve Woodard, 2005), bir başkasının erdemli eylemini izlemenin kendi başına iyilik yapma konusunda bireyi motive ettiği ve ahlaki iyileşme sağladığı (Algoe ve Haidt, 2009), başka bir kişinin özgeci davranışını izlemenin yükselmeyi (elevation) artırdığı (Schnall, Roper ve Fessler, 2010) ifade edilmektedir. Katılımcıların bu dizi-filmlerden faydalandıklarını söylemeleri, bu dizi-filmlerin onların karakter gücüne pozitif etkileri bu bulguları desteklemektedir.

Sonuç olarak bu araştırma, psikolojik temalı dizi-filmlerin anneler tarafından izlendiğini, gerçek yaşam hikâyelerine yer verdiği için daha çok dikkat çektiğini ve takip edildiğini, izlenen bu filmlerin annelerin karakter gücü üzerinde etkili olduğunu ve ruhsal bozuklukları önleme noktasında faydalı olduğunu destekler nitelikte sonuçlar sunmuştur.

Bu çalışmanın en önemli katkılarından biri çocukların gelişiminde etkili olan annelerin karakter gücünün psikoloji temalı dizi-filmlerden etkilenip etkilenmediğini ortaya koymaktır. Bu araştırma ile bu dizi-filmlerin annelerin karakter gücüne pozitif etkilerinin olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bu bulgunun konu ile ilgili literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bireyin yaşamındaki en önemli kişilerin annesi ve babası olduğu (Galbo, 1984), anne-çocuk ilişkisinin sonraki yaşantıların temelini oluşturduğu (Pearson vd., 1993; Roe vd., 1993), anne ile kurulan güvenli bağlanmanın çocuğun sağlıklı gelişiminde önemli rol oynadığı (Bowlby, 1988) düşünüldüğünde, sağlıklı çocukların yetişmesinde annelere büyük görevler düşmektedir. Psikoloji temalı dizi-film izleyen annelerin karakter gücünün pozitif etkilenmesi, sağlıklı çocukların yetişmesine ve olası ruhsal bozuklukların önlenmesine katkı sağlayabilecektir.

Bu çalışmanın diğer bir katkısı katılımcıların dizi-filmlerde geçen karakterlerle kendini eşleştirdiği bulgusunu destekler nitelikte sonuçlar sunmasıdır. Psikolojik yardım hizmeti veren profesyonellerin annelere yönelik yardım hizmeti sunarken onların izledikleri dizi-filmleri bilmeleri, dizi-filmlerde hangi karakterleri kendine yakın gördüklerini öğrenmeleri, bu dizi-filmleri neden izlediklerini anlamaları onları tanıma açısından faydalı olabilecektir.

Her araştırmada olduğu gibi bu araştırmada da bazı sınırlılıklar bulunmaktadır. İleride bu konuda yapılacak araştırmaların daha kapsamlı bir şekilde planlanması için bu araştırmada olan sınırlılıklar (limitation) göz önünde bulundurulmalıdır. Araştırma sürecinde katılımcıların tamamı psikoloji temalı dizi-filmleri faydalı gördüklerini belirtmişlerdir. İleri de yapılacak deneysel araştırmalar bu dizi-filmleri izleyen anneler ile bu dizi-filmleri izlemeyen anneler çeşitli değişkenler açısından (psikolojik iyi olma, özne iyi

olma, psikolojik sağlamlık gibi) karşılaştırılabilir.

Psikoloji temalı dizi-film izleme bir tür öğrenme etkinliğidir. Bu etkinlikte yanlış şeyler öğrenilebilirken doğru şeyler de öğrenilebilir. Bir izleyici psikolojik bunalımlarından dolayı intihar eden bir karakterin neden intihar ettiğine odaklanırken bir başka izleyici intihar etme yöntemine odaklanabilir. Bu izleyicinin filmde ne bulduğu ya da O'nun algıda seçiciliği ile ilgili olabilir. Bu nedenle bir dizi-filmin tamamen kötü veya tamamen iyi olduğunu söylemek doğru olmayacaktır.

Türkiye'de psikoloji temalı dizilerin son zamanlarda popüler olması ve milyonlarca kişi tarafından izlenmesi bu tarz filmleri yapan yapımcılara ve senaristlere daha fazla sorumluluk yüklemektedir. Ayrıca dizinin yayın saati, çocukların izlemesine uygun olup olmadığı konusu farklı bir tartışma konusudur. Bu araştırma her ne kadar mevcut psikoloji temalı dizi-filmlerin annelerin karakter gücüne pozitif etkileri olduğunu ortaya sunsa da film yapımcıları ve senaristler işlenen konular ve geçen dialoglar konusunda dikkatli olmalı, ruhsal bozuklukları önleme noktasında üzerlerindeki yükün farkında olmalı ve milyonlar tarafından izlendiklerini akıllarından çıkarmadan toplumlar üzerinde etkili olan televizyonu verimli kullanmalıdır. Senaristler, senaryoyu ruh sağlığı uzmanlarına gösterip, öneriler alabilirler.

### KAYNAKÇA

- Algoe, S.B., ve Haidt, J. (2009). Witnessing excellence in action: The 'other-praising' emotions of elevation, gratitude, and admiration. *Journal of Positive Psychology*, 4, 105–27.
- Anderson, C. A., Anderson, K. B., ve Deuser, W. E. (1996). Examining an affective aggression framework weapon and temperature effects on aggressive thoughts, affect, and attitudes. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22(4), 366-376.
- Anderson, C. A., Deuser, W. E., ve DeNeve, K. M. (1995). Hot temperatures, hostile affect, hostile cognition, and arousal: Tests of a general model of affective aggression. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21(5), 434-448.
- Batıgün, A. D., ve Sunal, A. B. (2017). TV dizilerinde yer alan karakterlerle kurulan parasosyal etkileşim: Evlilik doyumu, psikolojik belirtiler ve bazı sosyo-demografik değişkenler açısından değerlendirme. *Türk Psikoloji Dergisi*, 32(79), 52.
- Bowlby, J. (1988). *Clinical applications of attachment theory*. Routledge Classics.
- Braun, V., ve Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3, 77-101. DOI: 10.1191/1478088706qp063oa
- Calhoun, L. G., ve Tedeschi, R. G. (2004). The foundations of posttraumatic growth: New considerations. *Psychological Inquiry*, 15(1), 93-102.
- Caprara, G. V., Fagnani, C., Alessandri, G., Steca, P., Gigantesco, A., Cavalli Sforza, L. L., et al. (2009). Human optimal functioning: The genetics of positive orientation towards self, life, and the future. *Behaviour Genetics*, 39, 277-284.
- Chapman, E., ve Smith, J. A. (2002). Interpretative phenomenological analysis and the new genetics. *Journal of health psychology*, 7(2), 125-130.
- Charmaz, K. (2006). *Constructing grounded theory: A practical guide through qualitative analysis*. SAGE Publications Inc.
- Türkiye Televizyon Araştırmaları (2021). Reyting Sonuçları. <http://www.tiak.com.tr/tablolalar#yillik-tablolalar>
- Cohen, J. (1999). Favorite characters of teenage viewers of Israeli serials. *Journal of Broadcasting and Electronic Media*, 43, 327–345.
- Creswell, J. W. (2003). *Research design: qualitative, quantitative and mixed methods approache*. California: Sage Publication.
- Creswell, J. W. (2005). *Educational research. planning, conducting and evaluating quantitative and qualitative research*. New Jersey: Pearson Education.
- Csikszentmihalyi, M. (2009). Flow. S. Lopez (Ed.). In *The Encyclopedia of Positive Psychology*. Chichester: Blackwell Publishing Ltd.
- Damjanović, A., Vuković, O., Jovanović, A. A., ve Jašović-Gašić, M. (2009). Psychiatry and movies. *Psychiatria Danubina*, 21(2), 230-235.

- Demir, R., ve Türk, F. (2020). Pozitif psikoloji: Tarihçe, temel kavramlar, terapötik süreç, eleştiriler ve katkılar. *Humanistic Perspective*, 2(2), 108-125.
- Denzin, N. (1989). *Interpretive interactionism*. CA: Sage Publications.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness, and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34-43.
- Diener, E., Scollon, C. K. N., Oishi, S., Dzokoto, V., ve Suh, E. M. (2000). Positivity and the construction of life satisfaction judgments: Global happiness is not the sum of its part. *Journal of Happiness Studies*, 1(2), 159-176. doi:10.1023/A:1010031813405
- DOI: 10.1016/j.jue.2011.10.002
- Donley, M. G. (1993). Attachment and the emotional unit. *Family Process*, 32(1), 3-30.
- Eyal, K., ve Rubin, A. M. (2003). Viewer aggression and homophily, identification, and parasocial relationships with television characters. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 47(1), 77-98.
- Gabbard, G. O. (1997). The psychoanalyst at the movies. *International Journal of Psycho-Analysis*, 78, 429-434.
- Galbo, J. J. (1984). Adolescents' perceptions of significant adults: A review of the literature. *Adolescence*, 19(76), 951.
- Goleman, D. (2000). *Duygusal zekâ neden iq'dan daha önemlidir?* B. Seçkin Yüksel (Çev.). İstanbul: Varlık Yayınları.
- Husserl, E. (1970). *The crisis of European science and transcendental phenomenology*. IL: Northwestern University Press.
- Issel, L. M. (2004). *Health program planning and evaluation: A practical, systematic approach*. Sudbury, MA: Jones & Bartlett Publishers.
- Kabakçı, Ö. F. (2016). Karakter güçleri ve erdemli oluş: Güçlü yanlara-dayalı psikolojik danışma ve değerler eğitimine yeni bir yaklaşım. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 6(45), 25-40.
- Luthans, F. (2002). The need for and meaning of positive organizational behavior. *Journal of Organizational Behavior*, 23, 695-706.
- Malamuth, N. M., ve Check, J. V. (1981). The effects of mass media exposure on acceptance of violence against women: A field experiment. *Journal of Research in Personality*, 15(4), 436-446.
- Mares, M. L., ve Woodard, E. (2005). Positive effects of television on children's social interaction: A meta-analysis. *Media Psychology*, 7, 301-322.
- Murray, C. J., ve Lopez, A. D. (1996). The global burden of disease: a comprehensive assessment of mortality and disability from diseases, injuries, and risk factors in 1990 and projected to 2020: summary. World Health Organization.
- Our World in Data. (2018). Mental Health. United Kingdom.
- Pearson, J. L., Cowan, P. A., Cowan, C. P., ve Cohn, D. A. (1993). Adult attachment and adult child-older parent relationships. *American Journal of Orthopsychiatry*, 63(4), 606-613.
- Pechmann, C., ve Shih, C. F. (1999). Smoking scenes in movies and antismoking advertisements before movies: effects on youth. *Journal of Marketing*, 63(3), 1-13.
- Peterson, C. (2006). The values in action (via) classification of strengths: The un-dsm and the real dsm. M. Csikszentmihalyi ve I. Csikszentmihalyi (Ed.). *In A Life Worth Living: Contributions to Positive Psychology* (pp. 29-48). New York: Oxford University Press.
- Peterson, C., ve Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. New York: American Psychological Association & Oxford University Press.
- Prince, M., Patel, V., Saxena, S., Maj, M., Maselko, J., Phillips, M. R., ve Rahman, A. (2007). No health without mental health. *The lancet*, 370(9590), 859-877.
- Robitschek, C. (1998). Personal growth initiative: The construct and its measure. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 30, 183-198.
- Roe, K. V., ve Drivas, A. (1993). Planned conception and infant functioning at age three months: A cross-cultural study. *American Journal of Orthopsychiatry*, 63(1), 120-125.

- Rufer MD, L. J. (2014). Magic at the movies: Positive psychology for children, adolescents and families. Master of Applied Positive Psychology (MAPP) Capstone Projects. 6
- Ruh Sağlığı Derneği (2021). Psikoloji Dizileri, Psikologlar ve Terapi ile ilgili meslek algısı. <https://ruhsagligidernegi.org/psikologlar-psikoloji-dizilerini-degerlendirdi/>
- Ryff, C. D., ve Keyes, C.L.M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727.
- Scheier, M. F., ve Carver, C. S. (1993). On the power of positive thinking: The benefits of being optimistic. *Current Directions in Psychological Science*, 2, 26-30. doi:10.1111/1467-8721. ep10770572
- Schnall, S., Roper, J., ve Fessler, D. M. T. (2010). Elevation leads to altruistic behavior. *Psychological Science*, 21(3), 315-320.
- Seligman, M. E. P., ve Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.
- Shoshani, A., ve Aviv, I. (2012). The pillars of strength for first-grade adjustment—Parental and children's character strengths and the transition The to elementary school. *Journal of Positive Psychology*, 7(4), 315-326. doi:10.1080/17439760.2012.691981
- Silvers, J.A., ve Haidt, J. (2008). Moral elevation can induce nursing. *Emotion*, 8, 291–295.
- Snyder, C.R. (2002). Hope theory: Rainbows in the mind. *Psychological Inquiry*, 13(4), 249-275.
- Taşkıran, N. Ö. (2007). *Zihinlerin Yeni Kadın İmgesi: Aliye*. İstanbul: Beta Basım Yayın.
- Tugade, M. M., Fredrickson, B. L., ve Feldman Barrett, L. (2004). Psychological resilience and positive emotional granularity: Examining the benefits of positive emotions on coping and health. *Journal of Personality*, 72(6), 1161-1190.
- Walker, L. E. A., Robinson, M., Duros, R. L., Henle, J., Caverly, J., Mignone, S., ... ve Apple, B. (2010). The myth of mental illness in the movies and its impact on forensic psychology. *In The cinematic mirror for psychology and life coaching* (pp. 171-192). New York: Springer.
- World Health Organization. (2001). The World Health Report 2001: Mental health: new understanding, new hope.
- World Health Organization. (2020). Basic documents. World Health Organization.
- Wu, W. (2010). Teaching Function and Practice Thinking of Psychological Movies. *International Education Studies*, 3(3), 122-125.