



# Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi

Cilt 3(2020), Sayı 5, 150-157

## Tramvay Filminden Psikoterapiye \*

Yücel SÖZER<sup>1</sup>

### Özet

2003 yılında Olgun Arun yönetmenliğinde çekilen Tramvay filmi, aile içi şiddet, korku, öfke, sevgisizlik ve yalnızlık duygularının çok fazla kendini hissettirmeye başladığı günlerde önemli bir yapıt olarak düşünülmekte. Filmin ana karakteri olan Hamit babasından şiddet görmüştür. Bunun sonucunda bir arkadaşıyla Beyoğlu'nda bir tramvaya binen Hamit'in içinde birikenlerin bir anda dışarıya çıkmasıyla her türlü şiddetin ve mantıksız davranışların hiç çekinmeden sergilendiği bir durum oluşur. Panelin "Tramvaydan Ruhsal Aygıt" başlıklı bu konuşmasında Tramvay filmi Bütüncül Psikoterapi yaklaşımı ile ele alınarak Transaksiyonel Analiz, Dinamik Kuram ve Duygu Odaklı Yaklaşımına göre irdelenecektir. Eric Berne tarafından geliştirilen Transaksiyonel Analiz kuramına göre Tramvay yolcuları çocuk benlik, yetişkin benlik ve ebeveyn benlik üzerinden değerlendirilecektir. Aynı şekilde Dinamik kurama göre Ruhsal Aygıt kavramı Tramvay metaforu üzerinde bakılarak içindeki yolcular İd, Ego ve Süperego temsilleri üzerinden sembolize edilerek irdelenecektir. Duygu odaklı yaklaşıma göre Hamit karakterinin bitmemiş meselelerine odaklanılarak ifade edilemeyen ve düzenlenemeyen duyguların nasıl dürtüsel davranışlara dönüştüğü ele alınacaktır.

**Anahtar sözcükler:** İd, Ego, Süper Ego

## Tram Movie to Psychotherapy

### Abstract

The film Tramvay, directed by Olgun Arun in 2003, is considered as an important work in the days when the feelings of domestic violence, fear, anger, lovelessness and loneliness began to make itself felt much. The main character of the film, Hamit had violence from his father. As a result of this, Hamit, who was riding a tram with a friend in Beyoğlu, occurred a situation where all kinds of violence and irrational behavior were displayed without any hesitation when the accumulations in him come out at once. In this speech of the panel titled "The Tram to Psychic Apparatus", The Tramway film will be examined according to the Transactional Analysis, Dynamic Theory and Emotion-focused Approach through Holistic Psychotherapy approach. According to the Transactional Analysis theory developed by Eric Berne, Tram passengers will be evaluated on the basis of child ego, adult ego and parent ego. Similarly, according to the dynamic theory, the concept of the Psychic Apparatus will be examined on the Tramway metaphor and symbolized through the representations of the passengers Id,

\* Çalışmanın bir bölümü, I. Uluslararası III. Ulusal Bütüncül Psikoterapi Kongresinde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

<sup>1</sup>Klinik Psikolog, İlişkisel Psikoloji Enstitüsü, yucelsozer@hotmail.com

Ego and Superego. According to the emotion focused therapy, focusing on the unfinished issues of the character of Hamit, how emotions that cannot be expressed and regulated turn into impulsive behaviors will be discussed.

**Keywords:** Id, Ego, Süperego

### Giriş

Tramvay filmi, senarist İzzeddin Çalışlar'ın "İçi Dışı Bir Tramvay" senaryosundan yola çıkılarak Nazlı Çetinok ve Olgun Arun tarafından son haline getirildi. 2003 yılında Olgun Arun yönetmenliğinde çekilen film, aile içi şiddet, korku, öfke, sevgisizlik ve yalnızlık duygularının çok fazla kendini hissettirmeye başladığı günlerde önemli bir yapıt olarak düşünülmekte. Vizyona girebilmek için uzun zaman bekleyen Tramvay filmi ilk kez 13. Adana Altın Koza Film Festivali'nde seyirciyle buluştu.

Babasından dayak yemesiyle başlayan film Hamit karakteri üzerinden ilerlemekte. Hamit babasının işlettiği porno sinema salonunda çalışmaktadır. Hamit ne yapsa yanlış olur, babasının gözünde hiçbir şeyi beceremeyen bir beceriksiz sıfatındadır. Babasından sürekli korkan ve haksızlığa uğradığında bile kendisini ona karşı ifade edemeyen bir karakter konumundadır. Babasından gördüğü şiddetle kendini kaybeden Hamit arkadaşı Mahmut ile İstiklal caddesinde kalabalıklar içinde giderken karşılarına çıkan Tramvay ile film bambaşka bir hal alır. Hamit ve arkadaşının, ülkemiz insanlarını temsil eden bir grup tramvay yolcusunu alıkoymasına ile kontrol dışı olaylar gelişir. Farklı sosyal yapı ve özelliklerden oluşan bir grup tramvay yolcusu, gördüğü şiddet nedeniyle ruhen ve fiziken darmadağın olmuş genç bir adamın esiri olmuştur. Bir arada kısa bir yolculuğu paylaşan ama birbirlerine oldukça uzak olan insanların, beklenmedik bir anda beklenmedik gelişmeler sonucu korku, güvensizlik, kaygı ve öfke duygularına şahit olmaktadır. Filmin ana karakteri olan Hamit'in içinde birikenlerin bir anda dışarıya çıkmasıyla her türlü şiddetin ve mantıksız davranışların hiç çekinmeden sergilendiği bir film. (Tramvay, 2019)

Panelin "Tramvaydan Ruhsal Aygıt" başlıklı bu konuşmasında Tramvay filmi Bütüncül Psikoterapi yaklaşımı ile ele alınarak Transaksiyonel Analiz, Dinamik Kuram ve Duygu Odaklı Yaklaşımına göre irdelenecektir. Eric Berne tarafından geliştirilen Transaksiyonel Analiz kuramına göre Tramvay yolcuları çocuk benlik, yetişkin benlik ve ebeveyn benlik üzerinden değerlendirilecektir. Aynı şekilde Dinamik kurama göre Ruhsal Aygıt kavramı Tramvay metaforu üzerinde bakılarak içindeki yolcular İd, Ego ve Süperego temsilleri üzerinden sembolize edilerek irdelenecektir. Duygu odaklı yaklaşıma göre Hamit karakterinin bitmemiş meselelerine odaklanılarak ifade edilemeyen ve düzenlenemeyen duyguların nasıl dürtüsel davranışlara dönüştüğü ele alınacaktır.

“Pehlivan Mustafa (Baba) Lan Hamit! Nerde lan Koltuk? Konuşsana lan nerde o koltuk?

Hamit: Ne koltuğu baba?

Pehlivan Mustafa: Bu sinemanın senelerdir 500 küsür koltuğu var. Söyle lan! Naptın koltuğun birini?

Hamit: Bilmiyorum baba. Ne koltuğu anlamadım.

Pehlivan Mustafa: Sen bilmiyacaksın de kim bilecek! Öküz!

Hamit: Tamam baba... Maç bitsin, ben bakacam.

Amerikan Mahmut: Ya ha bir koltuk eksik ha bir koltuk fazla ne farkeder be

Pehlivan Mustafa: Öyle bir farkeder ki !!! Söyle lan! N'aptın! Attın mı sattın mı?

Nereye gider koca koltuk? Hamit: Ne koltuğu baba!

Pehlivan Mustafa: Böyle bir adam olabilir mi ya? Böyle bir öküz olabilir mi? Geber ulan öküz! Aşağılık herif! Bi boka yaramazsın. Yazıklar olsun! Bunun benim oğlum olduğunu kimseye söylemeyeceksiniz artık. Koca pehlivanın oğluna bakın. Yazıklar olsun! Öküz! Nerde lan koltuk? Çıkın lan dışarı! Siktirin gidin! Yallah! Ulan ben kaç kere Hint filmi arasına Avrupa parça koymayın demedim. Kadir kıymet bilmezsiniz ulan. Nerde koltuk.

Hamit: Baba yapma baba.” (Tramvay, 2019)

### **Transaksiyonel analiz kuramına göre tramvay**

Transaksiyonel Analiz kuramı, Eric Berne tarafından ortaya atılmıştır. Temel kavramı özünde, insanların arasındaki ilişkiler ve iletişimi konu alarak insanların kendilerine ve birbirlerine karşı takınmakta oldukları tavırları inceler. Transaksiyonel Analiz'in yapı taşlarını Ego Durumları oluşturur. Ebeveyn benlik, yetişkin benlik, çocuk benlik olarak üç temel ego vardır. Ebeveyn ego, daha çocukluk dönemlerinde başta anne ve baba gibi otorite sahibi figürlere ait olan kayıtları kapsar. Yaşamın tanınmaya çalışıldığı o yıllarda bireyler, otoriter bireylerin durumlara verdikleri tepkileri, düşünce ve tutumlarını kaydeder. İleriki yıllarda bu ego durumu aktifleştğinde, çocukluk yıllarımıza ait olan kayıtlar kendisini hatırlatır. Onlara benzer şekilde düşünür, tepkilerimizi onlardan görmüş olduğumuz şekilde veririz. Yetişkin ego, kişilerin mantıklı, sağduyulu olarak tanımlamış olduğu ego-durumdur. Yetişkin ego sahibi kişiler, çevreyi objektif değerlendiren, biriktirmiş olduğu deneyimleri ile olasılıkları hesaplayabilir. Bu ego durumunda ki kişiler verilere dayanarak hareket ederler. Çocuk ego,

bireylerin yedi yaşına gelene kadar biriktirmiş olduğu kayıtları barındırır bünyesinde. Çocukluk yıllarında yaşananlar ile hissettikleri duygular, düşünceler ve davranışlar durumun, tutum ve davranışların ortaya çıkmasına yol açar. İlerleyen yıllarda bu ego durumundan hareket eden kişiler, bilinç altında geçmiş yıllarda yaşamış oldukları durumları tekrar ederek hareket ederler (Berne, 2001)

Her birimizin benliği üç ego durumundan oluşur:

1)Ebeveyn ego durumu: Öğrenilmiş yaşama ait uyarılar, kurallar, kanunlardır. Ebeveyn ego durumu ailemizden veya bize bakım verenlerden öğrendiğimiz ya da ödünç aldığımız bir dizi düşünce, duygu ve davranıştır. Kendi içinde ikiye ayrılır; a) Eleştiren Ebeveyn: Ailemizden öğrendiğimiz önyargılı düşüncelerden ve inançlardan oluşur. b) Koruyucu/ Kollayıcı Ebeveyn: Bakım veren taraftır. Yumuşak, sevgi dolu, izin verici, destekleyici, güven ve cesaret verici ego durumudur. Bu ego durumunda hem işimize yarayan hem de yaramayan bilgiler vardır. Önemli olan işe yararları tutup, yaramayanları değiştirmektir (Berne, 2018).

2) Yetişkin Ego Durumu: Düşünülen kavramlar ve öğrenilenlerin test edilip keşfedilmesi. Bir nevi bilgisayar gibidir, bilgi işlem merkezimizdir. Burada ve şimdiye tepki olarak verilen düşünce ve davranış örüntüleridir. Varolan veriyi çok net bir şekilde görür ve problemleri gerçeklere dayanarak çözümler (Berne, 2018).

3)Çocuk Ego Durumu: Hissedilen yaşam kavramı ve duygular. Çocuklukta var olan duyguların, düşüncelerin, hislerin tekrarlandığı ego durumudur. Bazen bu ego durumu yetişkin hayatlarımızda da ortaya çıkar. Eğer içinde olduğumuz durumun oyun oynamak için güvenliyse eğlenceli olabilir. Aksi takdirde olayları doğru değerlendiremeyebiliriz. Çocuk ego durumu da kendi içinde ayrılır; a) Doğal Çocuk: Hislerinde ve davranışlarında spontandır. İçinden geldiği gibi davranır. Oyuncu, otantik ve duygusaldır. Keyif ve eğlenceye düşkündür. Yetişkinle birlikte yaratıcılığın yeridir. Samimi ilişkiler için içimizde ki doğal çocukla iyi bir etkileşim içinde olmamız önemlidir. b) Uyumlu Çocuk: Attığı her adımda sanki ebeveynleri onu gözetliyormuş gibi davranır. Verdiği tepkiler doğal değil ebeveynlerinin isteklerine göredir. Kendi isteklerini gerçekleştirmez. c) İsyankar Çocuk: Başkaldıran ve başkaları ne derse isyan eden isyankar çocuk. (Berne, 2018)

Tramvay filminde transaksyonel analiz kuramına göre baba rolünde olan Pehlivan Mustafa eleştiren ebeveyn ego durumuyla oğlu Hamit'e tepkiler vermiştir. Hamit babasının karşısında uyumlanan çocuk durumundayken babasından uzaklaştığında filmin ilerleyen sahnelerinde asi ve isyankâr çocuk ego durumunu sergilemiştir.

## Dinamik Kurama Göre Ruhsal Aygıt ve Tramvay

Ruhsal aygıt, Freud' un, zihinsel yapılar ve mekanizmalar için kullandığı terimdir. Freud ruhsal yapıyı ilk önce bilinçdışı, ön bilinç ve bilinç olmak üzere üç ayrı bölüme ayırmış, daha sonra bunu id, ego ve süperego şeklinde formüle etmiştir. Ruhsal aygıtı bilinçli bir perspektiften değerlendirdiğimizde üç katmandan bahsetmek mümkündür. Birinci katman; bilinçli halimiz, ikinci katman; bilinçöncesi halimiz ve üçüncü katman da bilinçdışı halimizdir. Ruhsal aygıtta parçaları açısından baktığımızda da id, ego ve süperego olarak isimlendirebiliriz (Özakkaş, 2004).

Bebek dünyaya geldiğinde hiçbir bilinç hali söz konusu değildir ve ruhsal aygıt henüz farklılaşmamıştır. Bebek alışık olmadığı dış dünyaya uyum sağlamak ve aynı zamanda homeostasi dediğimiz iç denge halini de korumaya yönelik olarak temel dürtülerinin doyurulmasını amaçlamaktadır. İşte bu iç güdü ve dürtülerimizin kaynağı bizim ilk ruhsal bileşenimiz olan id'dir. Zaten insan hayatı boyunca bu iç denge halini sağlamaya yönelik eylemler gerçekleştirecektir. Ruhsal aygıtın bir diğer ve en önemli bileşeni ego olarak tanımlanan ve insanın yaşama adapte olmasını sağlayan benlik kısmıdır. Egomuz bizim gerçeklik yönümüzü temsil eder ve ego oluşumu dinamik yaklaşıma göre bebeğin gerçeklikle karşılaşmaya başladığı andan itibaren gelişir. Daha sonra çocuk üç yaşlarına geldiğinde ruhsal yapının bir kısmı farklılaşarak süperego fonksiyonlarını ortaya çıkarır. Süperego bizim toplumsal kabullerimizin yer aldığı vicdanî ve ahlakî yönümüzü temsil eder. İşte tüm savunma mekanizmaları; id' imizin dürtüsel yapısının baskısına maruz kalan egonun, kendini korumak ya da süperegomuzun yargılayıcı tarafından kaçınmak amacıyla ortaya koyduğu bilinçdışı otomatik mekanizmalardır. Yukarıda açıkladığımız id (ilkel benlik) ve süperego (vicdan, ahlak) arasındaki çatışmalardan doğan ve dengeleyici olarak ego (benlik) tarafından ortaya konulan bu tepkiler bütünlüğü korumaya yöneliktir (Özakkaş, 2011).

Freud'un Psikanalitik kuramına göre, insan yaşam ve ölüm içgüdüleri olmak üzere iki temel güdü ile doğar. Yaşam içgüdüleri, organizmanın yaşamda kalmasını sağlayan ve türünün devamını sağlayan bir güdü iken; ölüm içgüdüleri organizmayı tahrip ederek başlangıçtaki inorganik formuna dönüştürmek amacındadır. Psikoanalitik kurama göre saldırganlık insanın biyolojik kalıtımının bir parçasıdır. İnsanlarda görülen saldırgan davranışlar da ölüm içgüdülerinin önemli bir türevidir (Geçtan, 2004).

Psikanalitik Yaklaşımın öfke duygusu ile ilgili açıklamaları incelendiğinde bu yaklaşımın, öfke duygusunu saldırganlığın bir boyutu olarak ele aldığı görülmektedir. Psikanalitik yaklaşıma göre, insan davranışları iki temel içgüdü tarafından yönlendirilir. Bu iki temel

ıçgüdü, biri yaşam diğeri ise ölüm ıçgüdüğü olarak adlandırılan eros ve tanatosdur. Freud, yaşam ıçgüdüğüünün türevinin cinsellik, ölüm ıçgüdüğüünün türevinin ise saldırganlık olduğıunu savunur. (Geçtan, 1990)

Saldırganlık, insanın kendine dönük yıkıcı eğilimlerinin dış dünyadaki objelere çevrilmesidir. İnsan diğeri insanlarla savaşır ya da onlara karşıt davranışlar geliştirir. Çünkü kendini yok etme isteğı ve yaşam ıçgüdüğüleri birbirlerini etkisiz kılabilir ya da biri diğeri için yerine geçebilir. Cinsel ıçgüdüğüünün türevi olan sevgi, ölüm ıçgüdüğüünün türevi olan nefreti nötrleştirebilir ya da sevgi nefretin, nefret sevginin yerine geçebilir (Geçtan, 2004).

Freud birçok ıçgüdüğü, iki temel ıçgüdüğüünün ilkel temel gereksinimine bağlar. Bu gereksinimler içinde enerjik süreçlerin dalları ve temsilcileri bulunur, bunlar sürekli yeniden bir oluşum geçirir ve gerilimlere yol açar ve bir rahatlama ister. Freud bu iki zıt temel ıçgüdüğüü “Eros” ve “ölüm tepkisi” olarak adlandırır. Bununla birlikte sorun insanda gizli kalan ölüm ıçgüdüğüünün beklemede mi yoksa davranışa mı dönüşmesidir. Freud’dan sonra gelen araştırmacıların bu iki temel ıçgüdüğüü, iki temel enerji olarak ifade etmelerinin nedeni budur. Bu enerjilerden biri “cinsel enerji” diğeri ise “saldırganlık”tır (Mitscherlich, 2000).

Öfke ve saldırganlıkla ilgili önemli açıklamalardan bir diğeri ise engellenme-saldırganlık hipotezi dir. Engellenme-saldırganlık hipotezi, psikanalitik yaklaşımı temel alan bir görüştür. Psikanalitik yaklaşımın daha sonraki temsilcileri, «herhangi bir amaca ulaşma çabası engellendiğinde bireyde incitme davranışını güdüleyen bir öfke duygusu ortaya çıkar» biçiminde bir hipotezi ortaya atmış ve savunmuşlardır. Engellenme saldırganlık hipotezi ile ilgili açıklamalar incelendiğinde, yapılmış olan açıklamaların iki yönünün bulunduğu görülmektedir. Bunlardan biri, öfkenin olağan nedeni engellenmedir. İkincisi ise, öfke ve saldırganlığın doğuştan gelen bir dürtü olduğı ve amacına ulaşmaya kadar süren bir enerji biçimi özelliğı taşımasıdır (Atkinson ve diğeri, 1999).

Öfkenin ifade edilmeyerek bastırılması enerjinin içte tutulması içsel baskıyı yükseltirken, birey onu kontrolde tutmak için yoğun bir enerji harcar. Öfkenin bastırılması, birey için tehlikeli ve sağlıksız bir durum ortaya çıkarır. Psikanalitik yaklaşıma göre, öfkenin sürekli bir biçimde bastırılması psikolojik ve fizyolojik sağlığın bozulmasına yol açar. Psikanalitik yaklaşım öfkeyi, önemli ve ifade edilmesi gereken bir duygu olarak görür. Freud’un açıklamalarına paralel açıklamaları bulunan Lorenz’e göre insanda var olan saldırganlık, sürekli akan bir enerjinin beslediğı bir ıçgüdüğüdür. Bu ıçgüdüğüde birikmiş olan enerjinin, belirli bir düzeye ulaştığında herhangi bir dış uyaran olmaksızın bir patlama biçiminde ortaya çıkma olasılığı da vardır. Psikanalitik yaklaşımın açıklamalarında, öfkenin içte tutulmasının

organizma üzerinde pek çok olumsuz sonuçlarının olabileceği anlaşılmaktadır (Özmen, 2006).

Dinamik yaklaşıma göre Tramvay filminde süper egoyu temsil eden baba karakterindeki Pehlivan Mustafa, Hamit karakterine karşı yargılayıcı ve suçlayıcı davranışlar sergilemiştir. Bunun sonucunda Hamit'in ruhsal gelişme evrelerinde ego, bütünlüğünü ve saygınlığını koruyamadığı ve sağlıklı bir gelişim çizgisi izleyemediği için nesnel dünyayı olduğu gibi kabul etmek yerine bir çözüm olarak nesnel dünyanın varlığını çarpıtmıştır. Böylelikle Hamit id' inin yıkıcılığıyla tramvayı ve tramvaydaki insanları rehin alarak çevresine ve kendisine karşı zarar verici davranışlar göstermiştir.

### **Duygu Odaklı Yaklaşıma Göre Tramvay**

Çekirdek öfke, bir insanı zarar görmekten ve saldırıdan koruma işlevini yerine getirmediği zaman veya yıkıcı olduğu zaman maladaptiftir. Bu tür bir öfke, öğrenilmiş korku tepkilerine benzer. Bu tepkiler de eğer bir çocuğun, ebeveynleri tarafından sürekli istismara uğradığı bir geçmişi varsa ortaya çıkabilir. Yıkıcı öfke ve sinir genellikle şiddete tanık olma veya şiddete maruz kalma geçmişinden gelir ve bunlar ilişkilerde gerçek problemlere sebep olur. Bazı insanlar diğer insanlara kontrolsüz öfke gösterirler, birçok durumda dengesizdirler, incir çekirdeğini doldurmayacak şeylere öfkelenirler ve neden olduğunu bilmeden kolayca sinirlenirler. Bu tür yoğun uyarılma genellikle geçmiş olaylarla bağlantılıdır ve insanlar çoğunlukla böyle bir uyarılmayı kapatmaya çalışırlar (Greenberg, 2015).

Geçmişlerinde şiddetten muzdarip olmuş ve maladaptif öfkeye sahip insanlar öfkelendikleri zaman öfke, bir patlama için tetik görevi görebilir. Terapide bu insanların, patlamalarından önce ne yaşadıklarına dikkat etmeyi öğrenmeleri gerekir. Terapistlerin öncelikle, insanların yoğun ve ezici duyguyla başa çıkmalarına yardım etmesi gerekir ve daha sonra da terapinin güvenli ortamında öfkeleriyle ilgili tüm duygu ve inançları kabullenmeyi ve ayrıca sevmek konusunda karşılanmamış bir ihtiyacın sebep olduğu diğer bir duyguyla (genellikle korku veya hüznle) nasıl iletişim kurulacağını öğrenmelerine yardım etmesi gerekir. İnsanların maladaptif öfkesi genellikle kime veya neye öfkeli olduklarıyla ilgili değil, karşılanmamış ihtiyaçlarıyla ilgilidir. İnsanlar bunu anladıkları zaman bu deneyimi yönlendirmeye başlayabilirler, dolayısıyla da öfkelerini engelleyebilirler (Greenberg, 2011).

Maladaptif öfke aynı zamanda, öz saygıda hissedilen azalmaya tepki olarak ortaya çıkar ve kişilerarası birçok zorluğa sebep olur. Bu öfke genellikle o an için kendini haklı görür. Kişi, haksızlığa uğramış hisseder ve diğer kişiden aldığı tüm iyi şeyleri gözden geçirir. Kişinin

saygısı ne kadar kırılabilir olursa ilişkinin olumlu taraflarıyla olan irtibatını da o kadar kolay kaybeder. Bu durumda da hissedilen diğer kişide tüm görülen de kötü taraflardır. Çoğunlukla danışanlar, öfkeleri konusunda sonradan kötü hissederler fakat bu suçluluk duygusu değişime yol açmaz. Bu insanlar bu maladaptif öfkenin üstesinden daha iyi bir şekilde gelmeyi öğrenmelidirler. Öfkenin problemi, içerdiği davranışlarla ilgilidir. Farklı nedenler ve farklı öfke türleri için farklı stratejiler gereklidir. Hayal kırıklığı veya reddedilmedeki öfkeyle saldırıdaki veya başkalarının öfkesine verilen karşılıktaki öfke aynı değildir. Sevilen birini incitme veya ona zarar verme girişimleri, o kişi tarafından incitilme veya hayal kırıklığına uğratılmaya verilen etkisiz tepkilerdir. Dolayısıyla duygusal zekâ öfkeyi doğru şekilde ve doğru zamanda ifade etmeyi kapsar (Greenberg, 2015).

Tramvay filminde, duygu odaklı yaklaşım kuramına göre Hamit, baba karakterindeki Pehlivan Mustafa'dan şiddet gördüğü için maladaptif bir öfkeye sahip olmuştur. Şiddette maruz kalan Hamit duygularını ifade edemediği ve kabullenemediği için bitmemiş ve çözümlenememiş meselelerinden dolayı Hamit için tramvaydaki insanlar öfke patlaması için bir nevi tetikleyici olmuşlardır. Hamit'in maladaptif öfkesi tramvayda kime veya neye öfkeli olduğuyla ilgili değil, maruz kaldığı şiddet ve karşılanmamış ihtiyaçlarıyla ilgilidir.

### Kaynakça

- Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Smith, E. E., Bem, D. J. ve Nolen-Hoeksema, S. (1999). *Psikolojiye giriş*. Y. Alogan (Çev). Arkadaş Yayınları.
- Berne, E. (2001). *Hayat Denen Oyun*. S. Sargut (Çev). Kariyer Yayıncılık.
- Berne, E. (2018). *İnsanların Oynadığı Oyunlar*. H. Haktanır (Çev). Koridor Yayınları
- Gençtan, E. (1990). *Varoluş ve psikiyatri*. İstanbul: Remzi Kitabevi
- Gençtan, E. (2004). *Psikanaliz ve sonrası*. Ankara: Remzi Kitabevi
- Greenberg, L.S. (2011). *Duygu odaklı terapi*. S. Kızıldaş (Çev.). T. Özakkaş (Ed.). Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- Greenberg, L.S. (2015). *Duygu odaklı terapi*. S. Balcı Çelik (Çev.). Nobel Yayınları.
- Mitscherlich, A. (2000). *Barış düşüncesi ve saldırganlık*. H. Portakal (Çev). İstanbul: Cem Yayınevi.
- Özakkaş, T. (2004). *Bütüncül Psikoterapi*. Litera Yayınları
- Özakkaş, T. (2011). *Ruhsal Aygıt*. Psikoterapi Enstitüsü Yayınları
- Özmen, A. (2006). *Öfke: Kuramsal Yaklaşımlar ve Bireylerde Öfkenin Ortaya Çıkmasına Neden Olan Etmenler*, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi
- Tramvay, (2019). *Tramvay Filmi*. <https://www.youtube.com/watch?v=uX6QG-togGo>