

KISA SÜRELİ DİNAMİK PSİKOTERAPİ YAKLAŞIMININ FİLM ANALİZİ YÖNTEMİYLE İNCELENMESİ

INVESTIGATION OF SHORT-TERM DYNAMIC PSYCHOTHERAPY APPROACH WITH THE METHOD OF FILM ANALYSIS

Oğuzhan YILDIRIM

Uzman Psikolojik Danışman
oguzhanyildirim.pdr@gmail.com
ORCID No: 0000-0002-8174-9640

Hatice KUMCAĞIZ

Prof. Dr. Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim
Fakültesi, Eğitim Bilimleri
haticcek@omu.edu.tr
ORCID No: 0000-0002-0165-3535

ÖZET

Geliş Tarihi:
26.02.2021
Kabul Tarihi:
21.03.2022
Yayın Tarihi:
31.03.2022
Anahtar Kelimeler
Kısa süreli dinamik
psikoterapi
Film analizi
Doküman incelemesi
İstanbul Gelin.
Keywords
Short-term dynamic
psychotherapy
Film analysis
Document analysis
İstanbul Gelin.

Psikanalitik kuram kökenli olmasına rağmen gittikçe farklılaşan dinamik kısa süreli psikoterapi yaklaşımı son yıllarda ilgi çekmeye başlamıştır. Bu ilginin nedenleri arasında; toplumun hemen her kesimine uygun olması, danışanların ihtiyaçlarını karşılamak için kısa süreli terapilerin yeterli olduğunun anlaşılması ve kısa süreli olması nedeniyle mali açıdan ekonomik olması gelmektedir. Bu araştırmada Dr. Gülseren Budayıcıoğlu'nun 'Hayata Dön' isimli kitabından televizyona uyarlanan "İstanbul Gelin" dizi filminde yer alan terapi sahneleri kısa süreli dinamik psikoterapi ekseninde çözümlenmiştir. Dizinin ana karakterlerinden olan Âdem Bey ile terapist İdil Hanım arasındaki terapötik ilişki, terapötik süreç, terapistin müdahale stratejileri ve müdahale teknikleri film analizi yöntemiyle incelenmiştir. Yapılan betimsel analize göre ilgili alanyazın doğrultusunda müdahale stratejileri, müdahale teknikleri ve danışan seçim kriterleri olmak üzere üç kategori oluşturulmuştur. Bu üç kategori kapsamında toplam 19 tema yer alırken müdahale stratejileri kategorisine ilişkin 11 alt temaya ulaşılmıştır. Dizinin kısa süreli dinamik psikoterapi ekseninde çözümlenmesiyle elde edilen bulgular ilgili alanyazın ışığında tartışılmış ve ileride yapılacak benzer araştırmalara yönelik çeşitli önerilerde bulunulmuştur.

ABSTRACT

Despite its psychoanalytic theory origin, the dynamic short-term psychotherapy approach, which has changed over time, has attracted attention in recent years. Because short-term dynamic psychotherapy is suitable for all segments of the society, short-term therapy is sufficient to meet the needs of the clients and it is financially economical due to its short duration. In this research, the therapy scenes in the "İstanbul Gelin" series adapted from Dr. Gülseren Budayıcıoğlu's 'Hayata Dön', was analyzed from perspective of short-term dynamic psychotherapy. The therapeutic relationship between mr. Âdem, one of the main characters of the series, and the therapist mrs. İdil, the therapeutic process, intervention strategies and intervention techniques of the therapist, were examined with the method of film analysis. According to the descriptive analysis, three categories were created in line with the literature: intervention strategies, intervention techniques and client selection criteria. There are 19 themes in these three categories and 11 sub-themes in the category of intervention strategies. The findings obtained by analyzing the series from perspective of short-term dynamic psychotherapy were discussed in line with the relevant literature. Various recommendations have been made for similar studies in the future.

DOI: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/nevsosbilen/article/887164>

Atf/Cite as: Soyadı, A. (2022). Çalışmanın başlığı. *Neşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi SBE Dergisi*, 12(1), 601-618.

Giriş

Geçmişten bugüne 400'den fazla terapi kuramı tanımlanmıştır. Bu kuramlar, içinde bulunulan zamana, kültüre, teknolojik ve bilimsel gelişmelere, yasalara ve danışanların değişen ihtiyaçlarına göre değişerek farklılaşmaktadır. Kimi zaman farklı kuramların birleştiği bazen de yeni kuram ve yaklaşımların ortaya çıktığı görülmektedir. Yeni kuram ve yaklaşımlar geleneksel kuramlara paralel veya tepki olarak ortaya çıkmıştır (Işık, Ergüner-Tekinlalp, Üzbe-Atalay ve Kaynak, 2019, s.11). Kısa süreli terapilerin doğuşu Franz Alexander ve Thomas French'in (1946) klasik psikanalitik yaklaşımdan önemli ölçüde farklılaşan teknikleriyle olmuştur. Chicago Okulu diye bilinen bu yaklaşıma zamanla dinamik psikoterapi (dynamical psychotherapy) adı verilmiştir. Haftada dört, beş seans olan terapi süreci haftada bir seansa indirilmiştir. Görüşmelerde divan kullanımından vazgeçilmiş ve yüz yüze görüşmeler tercih edilmiştir. Psikanalizden gittikçe farklılaşan kısa süreli dinamik terapilerin genel amacı; danışanların gündelik deneyim ve problemleriyle baş etme becerilerini geliştirmektir. Terapistler danışanlarının olumlu yönlerine ve motivasyonlarına güvenirlir. Güvenin hızla gelişmesi sağlanır ve terapötik alyansın (ittifak) oluşması desteklenir. Danışanların çatışmasının sınırlı ve spesifik olması beklenir. Mazohizm, aşırı pasiflik ve aşırı bağımlılık gibi ödipal dönem öncesindeki sorunlar bilerek görmezden gelinebilir. Danışanlara yetkinlik, kuvvet ve özgüven kazanması için destek verilir. Şimdi ve burada yaklaşımı içinde danışanların sorunlarında nasıl bir ilerleme gösterdikleri gerçekçi bir biçimde tespit edilir (Ardalı ve Erten, 1999, s.181-183).

Dinamik psikoterapi ve psikanalizin yüz seneyi aşkın bir geçmişi vardır. Dinamik psikoterapi, 20.yy başlarındaki psikanaliz gibi küçük entelektüel bir kesime ve spesifik problem gruplarına uygulanan bir yaklaşım değildir. Toplumun hemen her kesimine, farklı kişilik yapısına sahip bireylere ve oldukça geniş bir psikopatolojik yelpazeye uygun hale gelmiştir. Yüz seneyi aşan bilgi birikimi, tecrübe ve gözlem; yüz binlerce uygulayıcı; milyonlarca danışan; sayısız araştırma, yayın ve kitap ile insan sırrını çözme konusunda büyük bir bilgi zenginliği ve deneyime sahiptir (Ardalı ve Erten, 1999, s.32). Kısa süreli dinamik psikoterapiler içinde farklı terapistlerin oluşturduğu yaklaşımlar bulunmaktadır. Bunların başında; Sınırlı-Zamanlı Psikoterapi Yaklaşımı (David Malan), Kaygıya Harekete Geçiren Kısa Süreli Psikoterapi Yaklaşımı (Peter Sifneos), Geniş Odaklı Kısa Dinamik Psikoterapi Yaklaşımı (Habib Davanloo), Sınırlı Zamanlı Psikoterapi Yaklaşımı (James Mann) ve Kısa Yoğun Acil Dinamik Psikoterapi Yaklaşımı (Lepold Bellak) gelmektedir.

Dinamik kısa süreli psikoterapi yaklaşımına olan ilgi gün geçtikçe artmaktadır. Bu ilginin başlıca sebepleri; toplumun her kesimine uygun olması, terapilerin düzeltici tekniklerin yanında önleyici ve ivedi teknikleri de kullanması, danışanların ihtiyaçlarını karşılamak için kısa süreli terapilerin yeterli olduğunun anlaşılması ve ruh sağlığı hizmetleri için yapılan masraf ve harcamalar açısından ekonomik olması yer almaktadır (Ardalı ve Erten, 1999, s.181; Levenson, 2017, s.33).

Kısa süreli dinamik psikoterapi çocukluk yaşantıları, gelişim, davranışların altında yer alan bilinçdışı süreçler, çelişkiler, aktarım, direnç, tekrarlayan davranışlar gibi psikanalitik kavramların temelinde kurulmuştur. Terapistler psikanalizdeki gibi danışana ait tam bir geçmiş hazırlamak amacıyla genetik materyal biriktirmekten uzak dururlar. Bunun yerine şimdi ve burada ilkesine bağlı olarak danışan ile ilişkisine odaklanırlar. Kısa süreli dinamik psikoterapinin amacı danışanların kişilerarası örüntülerini terapötik ilişki bağlamında yeni anlayış ve deneyimlerle değiştirmektir. İstenen durum danışanın kendisiyle ve diğerleriyle ilişki kurma biçimini düzenlemektir. Buradan hareketle terapinin asıl amacının semptomları ortadan kaldırmak olmadığı söylenebilir (Levenson, 2017, s.17-43).

Kısa süreli dinamik psikoterapiye göre bireyin kişilik gelişimi belli bir noktada tamamlanmaz. Başkalarıyla etkileşim halinde olduğu müddetçe dinamik olarak değişmeye devam eder (Levenson, 2017, s.50). Kişilik bozukluğunda ise dinamik psikoterapinin belli işlevleri vardır. Danışanın çatışmalı nesne ilişkileri terapiye getirilir. Ardından danışanın bilinçdışı çatışmaları keşfedilir ve yorumlanır. Terapi hedefleri terapist tarafından vurgulanır ve derinlemesine çalışılır (Caligor, Kernberg ve Clarkin, 2007).

Kısa süreli dinamik psikoterapinin yedi varsayımı bulunur. Bu varsayımlar şöyle sıralanabilir:

- Danışanların terapiye ihtiyaç duyma sebepleri olumsuz kişilerarası ilişkilerden kaynaklanmaktadır.
- Afonksiyonel stiller geçmişte öğrenilmiştir.
- Geçmişte öğrenilen afonksiyonel stiller halen devam etmektedir.

- Danışan terapistiyle kişilerarası sorun yaşar.
- Terapist katılımcı bir gözlemci rolü üstlenir.
- Terapist danışan ile olan zorlukları yeniden canlandırmaya eğilimlidir.
- Danışanların problemleri ve tanımlanabilir bir ilişki örüntüsü bulunur (Levenson, 2017, s.44).

Bir danışanın kısa süreli dinamik psikoterapi için uygun olup olmadığını belirleyebilmek için beş ana kriter bulunmaktadır. Bu kriterler şunlardır:

- *Duygusal rahatsızlık*: Terapi almak isteyen danışan duygu veya davranışları nedeniyle duygusal bir acı yaşamaktadır.
- *Temel güven*: Danışan seanslara gelme konusunda isteklidir ve olumsuz yaşantısından kurtulacağına ilişkin umudu ve güveni vardır.
- *Kişilerarası çatışmaları düşünmede istekli olma*: Danışan yaşadığı problemlerinin kişilerarası ilişkilerine olumsuz yönde yansıtıldığını kabul etmelidir.
- *Duygularını incelemeye istekli olma*: Danışan duygularının incelenmesi ve üzerinde çalışılması için yoğun olumsuz duygularından kimi zaman uzaklaşabilmelidir.
- *Terapist ile arasında anlamlı bir ilişki kurabilme kapasitesine sahip olma*: Danışan yeni kişilerarası deneyimler algılayabilmek için diğerlerine farklı ve bütün kişiler olarak davranabilmelidir. Terapistiyle sürekli biçimde afonksiyonel iletişimini sürdürdüğü takdirde terapist terapötik rolünü uygulayamayabilir (Ardalı ve Erten, 1999, s.183; Levenson, 2017, s.101).

Kısa süreli dinamik psikoterapide terapistlerin üç kısımdan oluşan bir formülasyon hazırlamaları gerekir. İlk olarak *değerlendirme* kısmında terapist danışanın kendi öyküsünü kendi ifadeleriyle anlatmasına olanak sağlar. Kökleşmiş geçmişini araştırdığı danışanın öyküsündeki duygusalığa dikkat eder. Danışanın sorun ve semptomlarla ilişkili olan kişilerarası ilişkisini inceler. Elde ettiği bilgileri birleştirmek ve anlamlandırmak için Döngüsel Maladaptif Örüntüler (DMÖ) formunu kullanır. Diğer kısım olan *kavramsallaştırmada* terapist danışanın transaksyonel davranışlarındaki ve duygularındaki temalara dikkat çeker. Danışanın duygusal ve döngüsel davranışlarını fark eder. Terapi sürecinde görülebilecek afonksiyonel etkileşimlerin yaşanmaması için çaba gösterir. Son olarak danışanın baskın duygusal döngüsünü ifade eden Döngüsel Maladaptif Örüntülerini (DMÖ) tespit eder. Formülasyonda yer alan son kısımda ise *tedavi planlaması* yapılır. İlk olarak olumlu ilişkiler deneyimlemesi ve yeni anlayışlara sahip olması için danışanın DMÖ'sü kullanılır. Ardından danışanın DMÖ'sü tekrar incelenir ve revize edilir. Terapist tüm aşamalarda kültüre duyarlı olmaya özen gösterir (Levenson, 2013, s.74).

Bu terapi yaklaşımında beş bölümden oluşan müdahale stratejileri bulunur. *Terapötik ilişkiyi koruma* kısmında terapist danışana yönelik saygılı, empatik, yargısız ve işbirliği içinde olur. Danışanı anlayışla dinlediğini gösterir. Güçlü yönlerini ortaya çıkarıp danışana fark ettirir. Terapi sürecini olumsuz etkileyecek engelleri fark ederek oluşan fırsatları kullanır. *Duyguya ulaşma ve işleme* kısmında ise terapist danışanın duygusal açıdan düzenli kalmasını sağlar. Terapi sürecinde duygularını deneyimlemesine, ifade etmesine ve duygularının farkında olmasına yardımcı olur. Danışanın duygu ve deneyimlerini sınıflandırmasını sağlar, Döngüsel Maladaptif Örüntüleri ile ilişkili olan duygularını fark etmesi ve deneyimlemesi noktasında onu teşvik eder. Üçüncü kısım olan *empatik araştırmada* terapist açık uçlu sorular sorar. Danışanın kullandığı kelimelerdeki özgün ve kişisel anlamları inceler. Tanımlama ve açıklamalarına somut detaylarla yanıt verir. *Odak sorgulama* kısmında terapistten odaklı sorgulamalarda bulunması beklenir. Son kısım olan *ilişki odağında* terapist danışanın yaşamında yer alan önemli kişilere yönelik duygu, inanç ve düşüncelerini keşfetmesine yardımcı olur. Terapist danışan hakkında neler düşünüp hissettiğini tartışmak için danışanı cesaretlendirebilir. Danışanın bazı davranışlarına ve DMÖ'süne yönelik kendi tepkilerini ifade eder. Danışanı ile arasındaki kişilerarası ilişkiyi araştırıp düşünür (Levenson, 2013, s.84).

Kısa süreli dinamik psikoterapi yaklaşımları arasında yer alan Kısa Yoğun Acil terapi ekolündeki müdahale teknikleri; yorum, eğitim, katarsis, işaretlere duyarlılık, dürtünün baskılanması, ortak görüşme, entelektüelleşme ve psikoaktif ilaç kullanımı olarak sıralanabilir. *Yorum* tekniği danışana içgörü kazandırmak amacıyla kullanılır. *Katarsis* duygusal olarak rahatlama anlamına gelir. Danışanın olumsuz bir deneyim yaşamasına neden olabilecek

dürtülerine terapist tarafından müdahalede bulunulması *dürtünün baskılanması* olarak isimlendirilir. *İşaretlere duyarlılık* tekniğinde hep belli durumlarda benzer davranışlarda bulunan danışana bu konu hakkında farkındalık kazandırılır. *Psikoteknik bilgilendirme* tekniği terapistin danışana yaşamını kolaylaştıracak ve gelişimine katkı sağlayacak konularda bilgi vermesini içerir. Terapistin danışanın yaşamındaki önemli kişileri terapiye çağırması *birleştirilmiş oturum* tekniğidir. *Entelektüelleşme* tekniğinde terapist bir konu hakkında kendi kuramsal bilgisini danışana anlayabileceği biçimde açıklar. Terapist eğer hekimse gerekliliği gördüğü durumlarda danışana ilaç yazabilir. Bu teknik ise *psikoaktif ilaç kullanımı* olarak adlandırılır (Bellak ve Siegel, 1983; Yıldırım, 2020). Terapinin sonlandırılması aşamasında her danışan farklı tepkiler gösterse de ayrılık kaygısı çoğu danışan tarafından yaşanır. Ancak bu kaygı direk olarak gözlemlenemeyebilir. Terapiste düşen görev danışanın sonlandırma konusundaki duygularını ifade etmesine izin vermektir. Böylece terapist olası erken sonlandırma riskini minimize etmek için yakından gözlem şansı elde eder (Lemma, Target ve Fonagy, 2011, s.199).

Kısa süreli dinamik psikoterapinin sonlandırma aşamasında terapistin izlemesi gereken belli başlı stratejiler aşağıdaki gibidir:

- Danışanı sonlanma hakkındaki duygularını ifade etmesi için cesaretlendirmek,
- Danışanın duygularını ifade etmede zorlandığı durumlarda öfke, hüznün ve kayıp gibi duygularını normalleştirmek,
- Danışanın terapiyi veya terapisti idealleştirmesini veya kötülemesini yorumlamak,
- Danışanın terapinin sonlanması hakkındaki duygularına, düşüncelerine ve kaygılarına sistematik biçimde dikkat etmek ve bu durumu vurgulamak,
- Terapi sürecinin sonuna doğru oluşabilecek gerileme belirtilerini (sempomatik bir kötüleşme gibi) sonlanma ile ilgili duygu ve düşüncelerle ilişkilendirmek,
- Danışana terapiyi bir bütün olarak gözden geçirmesi konusunda yardımcı olmak,
- Başlangıçta oluşturulan formülasyon ve belirlenen amaçlar üzerinde nasıl bir ilerleme kaydedildiğini gösteren bir “hoşça kal” mektubu yazmak,
- Danışanın memnuniyetini veya memnuniyetsizliğini ifade etmesine yardımcı olmak (Lemma, Target ve Fonagy, 2011, s.202).

Kısa süreli dinamik psikoterapi sonlandırılmadan önce danışana sorulması gereken sorular aşağıdaki gibidir:

- Danışanın yaşamındaki önemli kişilerle arasındaki ilişkilerde değişiklikler olmuş mudur?
- Danışan terapi sürecinde kendisine ve terapistine ilişkin yeni deneyimler elde etmiş midir?
- Danışan ile terapist arasındaki ilişkide olumlu değişiklikler gözlemlenmiş midir?
- Terapistin danışana yönelik karşıt aktarımında değişiklik olmuş mudur?
- Danışan algıları, davranışları ve anlayışları noktasında bir içgörü kazanmış mıdır? (Levenson, 2017, s.309).

Psikoterapi, psikoloji, psikolojik danışma, psikiyatri ve aile danışmanlığı alanlarında danışan-terapist ilişkisinin ve terapötik bağın gözlemlenmesinde birçok görsel öge kullanılmaktadır. Bu görsel öğelerin başında film ve diziler gelmektedir. Terapötik ilişkilerin incelendiği dizi ve filmler terapistlerin terapötik becerilerini geliştirmek amacıyla bir eğitim aracı olarak da kullanılabilir (Morsünbül, 2015, s.187; Pak ve Öztürk, 2019, s.1207). Bu araştırmada ele alınan dizinin; süresi sınırlı psikoterapi sahneleri içermesi ve hızlı, dinamik bir süreci barındırması nedeniyle kısa süreli dinamik psikoterapi perspektifinden incelenmesine karar verilmiştir. Bu araştırma ile kısa süreli dinamik psikoterapi anlayışının daha anlaşılır ve somut bir biçimde okuyuculara, uygulayıcılara ve alan araştırmacılarına aktarılması amaçlanmıştır.

Star TV’de 2017-2019 yılları arasında yayımlanan, toplamda üç sezon ve 87 bölümden oluşan O3 Medya imzalı “İstanbul Gelin” dizi filmi Dr. Gülseren Budayıcıoğlu’nun “Hayata Dön” isimli romanından televizyon dizisine uyarlanmıştır. Dizi filmi Bursa’da köklü bir ailenin yaşamını konu edinmektedir. Oldukça geleneksel ve meşhur bir aile olan “Boranlar” Bursa’da varlıklı ve itibarlı bir ailedir. Anne Esmâ Boran geleneksel, katı kuralları olan ve erken yaşta istemediği bir evlilik yapmak zorunda kalan bir kadındır. Dört oğluyla birlikte yaşayan Esmâ Hanım aile içinde oğulları ve gelinleriyle kişilerarası sorunlar yaşamaktadır. Dizinin ilerleyen bölümlerinde Boran

ailesi babalarının başka bir kadından çocuğu olduğunu öğrenmiş ancak üvey kardeş olan Âdem'i kabul etmekte zorlanmışlardır. Âdem çocukluk döneminde üvey babası tarafından sıklıkla şiddet görmüş, huzursuz bir ortamda büyümüş ve yoksulluk içinde yaşamış bir karakterdir. Âdem yaşadığı problemleri için Boranlar ailesini suçlamaktadır ve eşine şiddet göstermektedir. Yaşadığı sorunların üstesinden gelemeyen Âdem eşinin de isteğiyle terapiye gelmiş ve terapist İdil Hanımla uzun soluklu bir terapi sürecine girmiştir.

Yöntem

Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden *doküman incelemesi* yöntemi kullanılmıştır. Doküman incelemesinin kullanıldığı araştırmalarda sözlü ve yazılı kaynakların yanı sıra film, diz film, fotoğraf ve video gibi görsel ve işitsel kaynaklar da incelenmektedir. Bu yöntemin avantajı; yüz ifadeleri, vücut hareketleri ve mimikler gibi sözel olmayan davranışların istendiği zaman incelenme fırsatının bulunmasıdır (Yıldırım ve Şimşek, 2016, s.190). Bu tür nitel araştırmalarda filmlerin incelenmesi çalışılan konuyla ilgili ayrıntılı veri sunmada oldukça önemli bir teknik olarak görülmektedir (Borish, Cunsolo, Mauro, Dewey ve Harper, 2021).

Nitel Veri Analizi

Araştırmada incelenen dizi film bölümlerine Youtube'da yer alan "İstanbul Gelin" resmi kanalı üzerinden ulaşılmıştır. Dizinin 87 bölümü izlenmiştir ancak psikoterapi sahnelerinin bulunduğu 29 bölüm (28, 29, 31, 34, 35, 37, 38, 39, 41, 42, 44, 45, 47, 48, 49, 52, 53, 56, 58, 60, 62, 64, 67, 71, 74, 76, 77, 80 ve 87. bölümler) analiz edilmiştir. Dizi bölümlerinde terapötik sürecin kaç oturum sürdüğüne dair herhangi bir bilgi sunulmamıştır. Bu nedenle terapötik süreç oturumlar ekseninde değil bölümler ekseninde değerlendirilmiştir.

Nitel araştırmalarda veri analizi yapılırken belli bir strateji izlenir. Buna göre ilk olarak veriler toplanır ve veri girişi yapılarak saklanır. Ardından bölümlenme, kodlama ve kategori sistemleri geliştirilir. Veriler arasında ilişkiler belirlenerek diyagramlar, tablolar, matrisler veya grafikler oluşturularak organize edilir. Son olarak ise sonuç ve bulgular desteklenerek doğrulanır (Johnson ve Christensen, 2014, s.517). Bu araştırmada dizi film bölümleri kısa süreli dinamik psikoterapi bakış açısıyla izlenmiş ve gözlemlenen ilgili temalar araştırmacı tarafından kısa notlar halinde yazılmıştır. Tutulan notlar üzerinde yapılan kodlama ile kategori, tema ve alt temalar oluşturulmuştur. Veriler arasındaki ilişkiler belirlenmiş ve tablo oluşturulmuştur. Araştırmada elde edilen veriler betimsel analize tabi tutulmuştur. Öncelikle betimsel analiz için bir çerçeve oluşturulmuş hangi verilerin hangi temalar altında toplanacağına karar verilmiştir. Daha sonra toplanan veriler bu oluşturulan çerçeveye göre işlenmiş ve düzenlenmiştir. Düzenlenen veriler tanımlanarak doğrudan alıntılarla desteklenmiştir. Tüm bu adımlar alanyazından hareketle (Yıldırım ve Şimşek, 2016, s.240) araştırmacıların işbirliği ve ortak görüşleri doğrultusunda gerçekleştirilmiştir.

"İstanbul Gelin" dizi filminde bulunan terapi sahnelerinin kısa süreli dinamik psikoterapi ekseninde incelenmesiyle belirlenen kategori, tema ve alt temalar ilgili literatür rehberliğinde oluşturulmuştur. Bu doğrultuda *müdahale stratejileri* (Levenson, 2013), *müdahale teknikleri* (Ardalı ve Erten, 1999; Bellak ve Siegel, 1983; Yıldırım, 2020) ve *danışan seçim kriterleri* (Ardalı ve Erten, 1999, s.183; Levenson, 2017; s.101) olarak üç kategori belirlenmiştir. Oluşturulan kategori, tema ve alt temalar Tablo 1'de sunulmuştur.

Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları

Nitel araştırmalarda nicel araştırmalardan farklı olarak geçerlik ve güvenilirlik ile ilgili alınabilecek birtakım önlemler bulunmaktadır. Bu araştırmada geçerliği sağlayabilmek için araştırmacı veri toplama sürecinde esnek davranmaya, gerekli gördüğünde yeni stratejiler kullanmaya ve kendisini sürekli olarak eleştirel şekilde sorgulamaya özen göstermiştir. Bunun dışında, toplanan veriler ayrıntılı olarak rapor edilmiş ve elde edilen sonuçlara nasıl ulaşıldığı araştırmanın *nitel veri analizi* kısmında anlatılmıştır. Ayrıca gözlemlenen bireylerden (terapist ve danışan) doğrudan alıntılara yer verilerek araştırmanın geçerliğinin artırılması amaçlanmıştır. Elde edilen bulgular ile kısa süreli dinamik psikoterapiyle ilgili kuramsal çerçevenin uyumlu olması da geçerliği arttıran bir diğer faktördür. Terapist veya danışan rolündeki okuyucuların kendi deneyimlerini bu araştırma sonuçlarıyla

ilişkilendirmesi durumunda araştırmanın geçerliği artmaya devam edecektir (Johnson ve Christensen, 2014, s.269; Yıldırım ve Şimşek, 2016, s.270).

Kimi nitel araştırmacılar çalışmalarının kaliteli olmasını geçerlik ve güvenilirlik kavramlarıyla açıklasa da alanyazındaki bazı kaynaklara göre nitel araştırmalarda geçerlik ve güvenilirlik birbirinden farklı şeyler değildir (Johnson ve Christensen, 2014, s.264). Bu araştırmada ise güvenilirliği arttırmak amacıyla araştırmanın başından sonuna kadar araştırmacı tarafından bazı önlemler alınmıştır. Öncelikle araştırmacı kendi konumunun yalnızca gözlemci olduğunu göstermiştir. Ardından veri toplanan kaynak ve kişileri açık bir şekilde betimlemiştir. Verilerin toplandığı ortam ve platformu açıklamak da güvenilirliği sağlamaya dönük bir adımdır. Veri analizi kısmında başvuru kavramsal çerçeve ayrıntılı biçimde tanımlanmıştır. Veri toplama ve analiz yöntemleriyle ilgili ayrıntılı açıklamalara yer verilmiş, dokümanların nasıl analiz edildiği ifade edilmiş ve sonuçların nasıl birleştirildiği ve sunulduğu anlatılmıştır. Araştırmacı başlangıçta araştırma yöntemini ve aşamalarını açık ve ayrıntılı şekilde ifade etmiştir. Araştırmada elde ettiği ham verileri başkaları tarafından incelenebilecek şekilde saklamıştır. Araştırma konusunun belirlenmesi ve verilerin analizi kısmında araştırmaya farklı araştırmacılar dâhil edilmiştir. Son olarak araştırmanın sonuçları ile toplanan ve analiz edilen verilerin uyumlu olduğu tespit edilmiştir (Yıldırım ve Şimşek, 2016, s.272).

Etik Kurulu Onay Bilgileri

Araştırmanın yapılabilmesi için öncelikle Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Yayın Etiği Kurulu'ndan gerekli izinler alınmıştır (Karar tarihi:23.09.2020; Toplantı sayısı:8; Karar sayısı:2020/552). Ayrıca "Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği"nde yer alan kurallara dikkat edilmiş ve bilimsel araştırma ve yayın etiğine aykırı eylemlerde bulunulmamıştır.

Bulgular

Elde edilen veriler üzerinde yapılan betimsel analiz sonucu kategoriler, temalar ve alt temalar oluşturulmuştur. Ayrıca bu bölümde terapi sürecindeki terapist ve danışanın diyalogları doğrudan aktarılmıştır. Aşağıda yer alan Tablo 1'de müdahale stratejileri (n=199), müdahale teknikleri (n=95) ve danışan seçim kriterleri (n=30) olarak adlandırılan kategoriler ile temalar ve alt temalar yüzdeler ve frekanslarıyla birlikte sunulmuştur.

Tablo 1: Kısa Süreli Dinamik Psikoterapi Ekseninde Yapılan Film Analizi Sonucu Oluşan Frekans ve Yüzdeler

	N	%
Müdahale stratejileri	199	61.42
Terapist	77	38.70
Saygı, işbirliği ve empati	26	13.06
Etkin dinleme	24	12.06
Danışanın güçlü yanlarını fark etme	19	9.54
Terapideki engel ve fırsatları görme	8	4.02
Duygular	33	16.59
Duyguların farkında olmasını sağlama	14	7.03
Duyguları deneyimleme ve ifade etmeyi sağlama	13	6.53
Duyguları sınıflandırma	6	3.01
Empatik araştırma	38	19.10
Açık uçlu sorular sorma	23	11.56
Kişisel ve özgün anlamları bulma	15	7.54
Odaklı sorgulama	18	9.04
İlişki odağı	43	21.60
Önemli diğerlerine ilişkin duygu ve düşünceler	26	13.06
Terapist ile danışan arasındaki ilişki	17	8.54

Müdahale teknikleri	95	29
Yorum	25	26.30
Entelektüelleşme	25	26.30
Psikoteknik bilgilendirme	23	24.20
İşaretlere duyarlılık	6	6.30
Dürtünün baskılanması	6	6.30
Katarsis	6	6.30
Psikoaktif ilaç kullanımı	2	2.10
Birleştirilmiş oturum	2	2.10
Danışan seçim kriterleri	30	9.26
En az bir tane anlamlı ve olumlu ilişki	7	23.33
Duygusal rahatsızlık	6	20
Çatışmaları düşünmeye istekli olma	6	20
Duyguları incelemeye istekli olma	6	20
Temel güven ve umut	3	10
En az normal düzeyde zekâ	2	6.66
Toplam	324	100

1.Müdahale Stratejileri

Bu kategoride; terapist (n=77, %38.70), duygular (n=33, %16.59), empatik araştırma (n=38, %19.10), odaklı sorgulama (n=18, %9.04) ve ilişki odağı (n=43, %21.60) temaları bulunmaktadır.

1.1.Terapist

Terapist temasında yer alan alt temalar; saygı, işbirliği ve empati (n=26, %13.06), etkin dinleme (n=24, %12.06), danışanın güçlü yanlarını fark etme (n=19, %9.54) ve terapistteki engel ve fırsatları görme (n=8, %4.02) olarak sıralanmaktadır.

1.1.1.Saygı, işbirliği ve empati

Terapistin danışana “Âdem Bey ben sizin öfkeli, kırgın, incinmiş, kızgın olduğunuzu görüyorum. Buraya gelmeye karar verdiğinizde göre sorununuzu beraber çözmeyi deneyebiliriz” (28. Bölüm), “Annenizin sizi koşulsuz sevdiğini görüyorum.” (29. Bölüm), “İçinizde babanıza yönelik duyduğunuz öfkeyi çok iyi anlıyorum ve çok hak veriyorum size” (35. Bölüm), “Annenizin size söylediği yalanın sizi nasıl etkilediğini anlıyorum”. (42. Bölüm), “Sizin sevilmeme inancınız çok güçlü bir kale. Sevilmeme inancınız ise kâğıttan kule hoş ilk rüzgârda yıkılıyor. Demek ki bizim o kuleyi güçlendirmemiz lazım. Pratik yaparak.” (48. Bölüm), “Anne kaybı çok zordur Âdem Bey. Çok iyi anlıyorum.” (53. Bölüm), “Şöyle bir geriye dönüp o ilişkileri nasıl terk ettiniz bir hatırlayalım mı birlikte.” (67. Bölüm), “Dilara Hanım önümüzdeki hafta ben artık Umut’un anne babasını birlikte göreyim. Bir aradayken onun için neler yapabileceğinizin sınırlarını burada konuşalım. Anlaştık mı?” (76. Bölüm) demesi.

Bundan sonra terapiye gelmeyeceğini, burada bulunduğu sürede bildiği doğruları da unuttuğunu söyleyen danışana terapistin “Kendi doğrularımızı sorgulamaya başlamak terapinin en zor kısmı çok haklısınız. Şimdiye kadar kendimize anlattığımız hikâyeleri tarafsız gözle anlamaya çalışmak anlatmak bazen zor hatta sarsıcı olabilir. Sizi gayet iyi anlıyorum.” diyerek saygı ve empatiyle yaklaşması (34. Bölüm). Terapistin danışanın annesine duyduğu öfkeyi anladığını ve bunun normal olduğunu söylemesi (34. Bölüm). “Ne zaman ihtiyaç duyarsanız beni her yerden her zaman arayabilirsiniz.” diyerek danışanla işbirliğini vurgulaması. (37. Bölüm). Terapistin danışana birlikte konuşup bir hedefe varacaklarını söylemesi (38. Bölüm). Terapistin “Bu hafta kolay geçmedi galiba” diyerek yaşadığı öfkeyi kabul etmesi (39. Bölüm).

1.1.2.Etkin dinleme

Terapistin danışana “Hazır hissettiğinizde sizi dinleyebilirim buyurun” (28. Bölüm) demesi. Terapistin danışanın anlattığı rüyayı (41. Bölüm) ve yeni ilişkisini etkin bir şekilde dinlemesi (67. Bölüm). Âdem Bey ile Dilara Hanımın konuşmasını dikkatle takip etmesi (77. Bölüm).

1.1.3. Danışanın güçlü yanlarını fark etme

Terapistin danışana “Benim karşımda sorumluluk sahibi ve çok zor olsa da pes etmeyen genç bir adam var” (38. Bölüm), “Siz çok önemli bir şey yaptınız. Büyük bir cesaret gösterdiniz buraya geldiniz. O yüzden ben sizin bu şiddet sarmalını bitireceğinize inanıyorum” (38. Bölüm), “Siz çok zor şeyler yaşadınız ama çaba gösterdiniz, değiştiniz. İnsanlara bakış açınız, algılayışınız değişti. Bunu herkes yapamaz. Ben sizi gerçekten can-ı gönülden tebrik ederim. Siz cesaret ettiniz başardınız. Artık daha aydınlık bir dünyanın kapısını araladınız öyle değil mi?” (45. Bölüm), “Siz çok başarılı birisiniz. Sıfırdan bir şirket kurup onlarla rekabet edebilecek kadar güçlü bir hale getirdiniz.” (49. Bölüm), “Siz geçmişteki o çelimsiz küçük çocuk değilsiniz. Yetişkin birisiniz, farkındalığınız arttı ve her düştüğünde yerden daha güçlü kalkan bir adamsınız. Terapiye geliyorsunuz bu sizin mücadele ettiğinizi, sorunlardan kaçmadığınızı, geçmişinizle yüzleşebildiğinizi gösteriyor. Siz çok cesurca geçmişinize bakıyorsunuz. Bu çok önemli” (58. Bölüm), “İsteyince o kadar eğlenceli biri oluyorsunuz ki Âdem Bey” (67. Bölüm), “Ailenizdeki şiddet döngüsünü ilk kıran sizsiniz”. (71. Bölüm), “Sizi gerçekten kutlamak isterim. Ne kadar derin içgörü yetiniz varmış. Kendinize bakmaya cesaret edebilmişsiniz. Bu hiç kolay bir şey değil.” (76. Bölüm), “Siz kendinizi tanıdınız, cesurca yaralarınıza baktınız ve onları kabul ettiniz. Onları kabul edince de etrafınızdakiler sizi yaralarınızla birlikte kabul etti. Yani hayatla başka bir dille konuşmaya başladınız.” (87. Bölüm) demesi. Terapistin danışana öfkelerini kontrol etmeyi başardığında birçok şey kazandığını hatırlatması (44. Bölüm), danışanın “5 dakika geç kalsam Faruk’la Süreyya içerde kız hamile” demesi üzerine terapistin “Onları siz kurtardınız yani” demesi (45. Bölüm), terapistin danışana gülmenin ve mutlu olmanın ona çok yakıştığını söylemesi (45. Bölüm), Âdem Beyin farklı davranmasına şaşırarak eşi Dilara Hanıma terapistin “Âdem Bey artık çok değişti. Daha sevecen ve daha pozitif ilişkiler kurmaya çalışıyor” demesi (77. Bölüm).

1.1.4. Terapideki engel ve fırsatları görme

Terapide çok huzursuz olduğunu ve sarsıcı bir rüya gördüğünü söyleyen danışana terapistin “Nasıl bir rüya gördünüz?” diyerek rüyayı terapide bir fırsat olarak görmesi (34. Bölüm), terapist danışanın şiddet sarmalında olduğunu fark ederek terapide engel oluşturabilecek bu durumu çalışması (38. Bölüm), danışanın terapiyi ve terapisti büyük bir öfkeyle sorgulamasının ardından terapistin “Siz buraya değişmek için geldiniz değil mi? Her zaman yaptığınız şeyleri yapmayı sürdürürseniz, her zaman baktığınız yerden bakmaya devam ederseniz hayatınızı değiştirmek mümkün olabilir mi?” diyerek oluşan engeli fark etmesi (39. Bölüm), danışanın öğrendiği üzücü bir gelişmeyi terapistiyle paylaşmasının ve seansı yarıda bırakmasının ardından terapistin “Âdem Bey bu çok önemli bir bilgi bunun üzerinde konuşalım olur mu lütfen gitmeyin” demesi (41. Bölüm). “Annenizin size babanız konusunda yalan söylemesiyle büyük bir hayal kırıklığına uğradınız çok haklısınız. Ama aynı derecede büyük bir kazancınız oldu. Babanızın sizi istediğini, önemseydiğini, direk çocuklarından ayrı tutmak istemediğini öğrendiniz. Annenizi kaybettiğiniz an babanızı kazandınız. Şimdi geçmişi yeniden değerlendirebilir yeni bir sayfa açabilirsiniz” diyen terapistin fark ettiği bu fırsatı değerlendirmesi (42. Bölüm).

1.2. Duygular

Bu temada; duyguların farkında olmasını sağlama (n=14, %7.03), duyguları deneyimleme ve ifade etmeyi sağlama (n=13, %6.53) ve duyguları sınıflandırma (n=6, %3.01) alt temaları yer almaktadır.

1.2.1. Duyguların farkında olmasını sağlama

Terapistin “Annenize karşı ne hissediyorsunuz?” diye soru sorması (29. Bölüm), danışanın çok fazla acı çektiğini söylemesi (42. Bölüm), terapistin “Gene çok öfkeli” (64. Bölüm), “Kendinizi gün içinde gözlemleyin. Gün içinde öfkelendiğinizde ne yapıyorsunuz?” (71. Bölüm) demesi.

1.2.2.Duyguları deneyimleme ve ifade etmeyi sağlama

Terapistin “Nasılsınız bugün Âdem Bey?” diyerek nasıl hissettiğini sorması (37. Bölüm; 45. Bölüm), danışanın kendini daha iyi hissettiğini ve terapinin ona iyi geldiğini söylemesi (52. Bölüm), danışanın terapistte değiştiğini gözlemlemesine rağmen eski tepkilerini vermekten ve eskisi gibi olmaktan çok korktuğunu söylemesi (87. Bölüm).

1.2.3.Duyguları sınıflandırma

Danışanın öfke kontrolünün olmadığını, bu duygunun ona zarar verdiğini (28. Bölüm) ve annesine karşı minnet duyduğunu ifade etmesi (29. Bölüm). Terapistin “Ya öfkeye tutunacaksınız ve hayatınız hep acı bir tatla yaşayacaksınız ya da mutlu olmayı seçeceksiniz” demesi (35. Bölüm).

1.3.Empatik Araştırma

Empatik araştırmanın alt temaları; açık uçlu sorular sorma (n=23, %11.56) ve kişisel ve özgün anlamları bulma (n=15, %7.54) olarak sıralanmaktadır.

1.3.1.Açık uçlu sorular sorma

Danışanın “Ne düşünüyorsunuz?” sorusuna terapistin “Benim ne düşünmemi istiyorsunuz?” yanıtını vermesi (28. Bölüm). Terapistin danışana “Rüyanız bize ne anlatıyor?” (34. Bölüm), “Sizi çok üzen şeyler olmuş galiba. Anlatmak ister misiniz?” (37. Bölüm), “Gece uykularınız nasıl Âdem Bey?” (37. Bölüm), “Bu gördüğünüz sarsıcı rüyayı tetikleyen ne yaşadınız geçtiğimiz hafta?” (41. Bölüm), “İnsanlar sevmeyi nasıl öğrenir sizce? (48. Bölüm), “Şuanda nerede olmak istersiniz?” (62. Bölüm) diye sorular yöneltmesi. “Âdemin değişeceğini sanmıştım” diyen Dilara Hanıma terapistin “Nasıl bir Âdem hayal etmiştiniz?” diye sorması (76. Bölüm).

1.3.2.Kişisel ve özgün anlamları bulma

Danışanın üvey babasını öldürdüğünü itiraf etmesinin ve kendisini “katil” olarak etiketlemesinin ardından terapistin bu kelimedeki kişisel anlamı çalışması ve “Siz katil misiniz?” diyerek soru yöneltmesi (38. Bölüm), danışanın sevilme ve terk edilme kelimelerini sıklıkla kullanması üzerine terapistin danışanın negatif sistemik döngüsü üzerinde çalışması (48. Bölüm), kardeşi ölürse bir kez daha “dımdızlak” kalacağını söyleyen danışanın kullandığı “dımdızlak” kelimesindeki anlam üzerinde durulması (49. Bölüm), danışanın çocukluğunda annesinin kendisine sürekli “Sen de az değilsin” dediğini hatırlaması ve terapistin bu cümledeki anlam üzerinde çalışması (58. Bölüm), danışanın “Sizce kötü adamlar iyi şeyler yaşar mı?” sorusuna terapistin “Siz kötü adam mısınız?” diye sorması (67. Bölüm).

1.4.Odaklı Sorgulama

Danışanın hayatında annesi dışında başka kimsesinin olmadığını söylemesi ve terapistin bu durumu sorgulaması (29. Bölüm), terapistin “Siz bu durumdan söz etmişsiniz. Ama bu çok önce olmadı mı?” gibi sorular sorarak odaklı sorgulama yapması (37. Bölüm), danışanın yanıt vermemesine rağmen ısrarla üvey babasının nasıl öldüğünü sorması (38. Bölüm), danışanın “Benim çocuğum olmayacak” cümlesini irdeleyerek eşinin onu terk ettiğini ortaya çıkarması (38. Bölüm), “Yaşadığınız bu öfke galiba başka bir şeyin sonucu ha?” demesi (39. Bölüm), danışanın bir konuyu anlatıp bitirmesinin ardından terapistin “Sanki burada bir şey daha var” diye soru yöneltmesi (45. Bölüm), annesinin ölümünden kendisini haksız yere sorumlu tutan danışanın bu düşüncesini sorgulaması (53. Bölüm), danışanın yaşadığı ev hakkında şato kelimesini kullanmasının ardından terapistin bu kavramı sorgulaması ve “Orası hakkında hiçbir zaman evim kelimesini kullanmadınız” demesi (62. Bölüm), danışanın bir kadın arkadaşının evinde kaldığını söylemesi sonucu terapistin bu kadın arkadaş hakkında konuşmaya çalışması (64. Bölüm), “Âdem Bey bu kadar sinirlenmenize sebep olan şey acaba eski karınızın

hayatında biri olması mı, çocuğunuzun hayatında biri olması mı yoksa ikisi bir arada mı?” (80. Bölüm) diyerek sorgulama yapması.

1.5.İlişki Odağı

İlişki odağı teması; önemli diğerlerine ilişkin duygu ve düşünceler (n=26, %13.06) ve terapist ile danışan arasındaki ilişki (n=17, %8.54) alt temalarından oluşmuştur.

1.5.1.Önemli diğerlerine ilişkin duygu ve düşünceler

Danışanın “Karımı çok seviyorum. Böyle olmasını hiç istemedim, onu incitmek istemedim” demesi (28. Bölüm), annesini çok sevdiğini ve onu melek gibi gördüğünü söylemesi (29. Bölüm), terapistin danışana “Yaşadığınız bu öfkeyi çözebilirseniz annenizle hatta karınızla da kardeşlerinizle de daha farklı bir ilişki yaşayabilirsiniz.” demesi (34. Bölüm), danışanın annesini hep üzdüğünü, onu ihmal ettiğini ve onun yaşamını olumsuz etkilediğini düşünmesi (37. Bölüm), terapistin danışanın annesiyle olan ilişkisindeki minnet duygusunu çalışması (38. Bölüm), danışana eşinin onun hakkında endişelendiğini ve onun iyiliği için çaba sarf ettiğini hatırlatması (39. Bölüm), danışanın annesiyle arasındaki ilişkinin, annesinin ona yıllardır yalan söylediğini öğrenmesiyle sarsılması (41. Bölüm), terapistin “Kardeşiniz Faruk Beyden çok bahsediyorsunuz. Ben tanımıyorum bana biraz anlatsanıza” (49. Bölüm) diyerek kardeşine olan duygu ve düşüncelerini ortaya çıkarması, danışanın annesini yıllardır yanlış tanıdığını söylemesi (52. Bölüm), çocukluğunda her konuda annesi tarafından suçlu bulunduğunu anlatması (58. Bölüm), Terapistin danışana ölen babasıyla ilgili olarak “Burada olsaydı ona ne sormak isterdiniz”, “Annenize olan öfkeniz gerçekten söylediğiniz gibi bitti mi? Yoksa bu öfkeyi eşinize mi yansıtıyorsunuz.” (62. Bölüm) sorularını yöneltmesi.

1.5.2.Terapist ile danışan arasındaki ilişki

Danışanın terapistini “Aynı üvey babam ve eşim gibi beni umursamıyorsunuz” (31. Bölüm) ve “Annemle aramı siz bozdunuz” (34. Bölüm) diyerek suçlaması, terapistin danışana “Geçen hafta sizi çok kızdırdım değil mi?” demesi (39. Bölüm), danışanın terapistte “Siz yabancı değilsiniz bir şey söyleyeyim size” diyerek eşinden önce başka hiçbir cinsel ilişkisinin olmadığını (39. Bölüm) ve “Böyle oturduğunuz yerden benim hayatımı yaşamadan böyle bir konfor alanı içinde bana bunları söylüyor olmanız bana biraz boş geliyor. Böyle olunca da benim sınırimi bozuyorsunuz o zaman da ben bu terapistten giderek soğuyorum.” (67. Bölüm) demesi.

2.Müdahale Teknikleri

Bu kategori; yorum (n=25, %26.30), entelektüelleşme (n=25, %26.30), psikoteknik bilgilendirme (n=23, %24.20), katarsis (n=6, %6.30), dürtünün baskılanması, (n=6, %6.30), işaretlere duyarlılık (n=6, %6.30), psikoaktif ilaç kullanımı (n=2, %2.10) ve birleştirilmiş oturum (n=2, %2.10) temalarını kapsamaktadır.

2.1.Yorum

Terapistin danışana “Benden duymayı istediğiniz bir şeyler var galiba” (28. Bölüm), “Eşinizin yönlendirmesiyle geldiniz. Demek ki onu, başkalarını rahatsız eden bir sorun var. Görüyorum ki bu durum en çok sizi rahatsız ediyor” (28. Bölüm), “Annenizin sizin için yaptığı fedakârlıkları acaba siz eşinizden mi bekliyorsunuz? Bir düşünelim” (29. Bölüm), “Üvey babanızdan başlayarak anneniz ve siz bu şiddetin parçası olmuşsunuz. Ortasında kalmışsınız yani bu şiddetin” (38. Bölüm), “Benim anladığım kadarıyla sizin annenize minnet borcunuz epey kabarık. Acaba bir gün ödeyebilecek misiniz? Yoksa her mutlu olduktan sonra suçluluk duymaya devam mı edeceksiniz? Annenizin yaşamadıklarını siz de şöyle elinizin tersiyle tepecek misiniz?” (38. Bölüm), “Siz babanızın sizi sevmediğini düşünmüşsünüz. Üvey babanız size eziyet etmiş. Annenizle ilişkiniz de ortada. Hayata iyi bir başlangıç yaptığınızı söyleyemeyiz” (48. Bölüm), “Yaşadıklarınızdan yola çıkarak hayatın tamamen korkutucu bir yer olduğunu düşünüyorsunuz” (52. Bölüm), “Annenizle eski karınız arasındaki döngüyü görüyor musunuz? Her ikisinin de bir sorun olduğunda sizi cezalandırdığını söylüyorsunuz” (58. Bölüm), “Size geçmiş

olsuna gelen insanları kovmanızdan, size o kadar yardım eden Güneş Hanımın evini terk etmenizden anlıyorum ki aslında siz bu döngüyü yeniden kurmak istiyorsunuz?” (67. Bölüm), “Evet bir tarafta bitişler, bir tarafta yeni başlangıçlar, bir taraf yas, bir taraf kutlama. Evet, tanımlanması zor bir dönem sizin için” (67. Bölüm) ve “Siz kendi kıymetinizi, değerinizi fark ettiniz ve o zaman insanlar da sizi değerli görmeye başladılar” (87. Bölüm) demesi.

Kimse tarafından sevilmediğini ve buna layık olmadığını söyleyen danışana terapistin “Kendinize vermediğiniz bir şeyi etrafınızın size vermesini istiyorsunuz. Siz sevimeyeceğinize bu kadar ikna olmuşken etrafınızdakiler size ne yapsın” demesi (39. Bölüm). Terapistin danışanın anlattığı rüyayı yorumlaması (Rüyada görülen eskimiş palto çocukluğundaki zorlu yaşantıyı, cebindeki çakı ile yolda bulunduğu silah ise güç ve güven duygusunu temsil ediyor yorumu) (41. Bölüm), danışanın rüyasında anlattığı küçük çocuğun terapist tarafından danışanın kendi çocukluğu olarak yorumlanması (60. Bölüm).

2.2. Entelektüelleşme

Terapistin “Yarım kalmış işler, bazen çözülmemiş duygular, çocukluğumuzda incinmiş olmak, şiddet görmek ya da şiddete tanıklık etmek, adalet duygumuzun sarsılmış olması bizi çok öfkelenirebilir” (28. Bölüm), “Ağlamak da gülmek kadar iyileştiricidir.” (28. Bölüm); “Bu şiddet sarmalı kuşaklar boyu devam eden bir zincir halini alır.” (38. Bölüm), “İnsan bir kez sevilmediğine inanınca sürekli kendini haklı çıkarmak için kanıtlar arar. Şimdiye kadar inandığınız bir şeyden vazgeçmek kolay bir şey değil. Bütün insanlar oyunda kazanmak ister. Ama sizin kazanmanız için önce kaybetmeniz gerekiyor. Siz oyunu böyle kurgulamışsınız. Bence insanlar sizi sevmeye hazır siz izin verirseniz, kendinizi severseniz. Siz değişerseniz dünya da değişecek” (39. Bölüm), “İnsanın kendini tanıması bir ömür sürer.” (45. Bölüm), “Eğer sevimeyeceğimize, onaylanmayacağımıza, terk edileceğimize inanırsak hayatımız boyunca hep öyle insanlar arar buluruz. Ta ki kendimiz onaylamayı öğrenene kadar. Yani hepimiz kendi ezberimizi bozuncaya kadar kader motifine bağlı yaşıyoruz.” (48. Bölüm), “İçimizdeki her duygu kendi zıttıyla bulunur. Madalyon gibi iki yüzü vardır yani. Birine bu kadar öfkeleniyorsak derinde bir yerde temas ettiği başka güçlü bir şey olmalı. Bazen bu kadar büyük düşmanlıkların altında çok derin bağlar olabilir. Faruk Bey ile ilişkinize bir de bu açıdan bakın demek istiyorum” (49. Bölüm), “Anne babaların aslında iyi niyetle bize verdiği tavsiyeler, telkinler bazen kafa karıştırıyor, ayağımıza dolanıyor, davranışlarımızı belirliyor.” (52. Bölüm), “Terapide bir söz vardır. Annenin doyuramadığını dünya doyuramaz derler.” (52. Bölüm), “İlişkiler iki taraflıdır ve dans etmeye benzer. Bir ahenk bir uyum gerekir.” (56. Bölüm), “İlk bağlanma deneyimini biz annemizle yaşıyoruz ve bu ilişki bizim daha sonra yaşayacağımız ilişkilerin bir örneğini oluşturuyor.” (58. Bölüm), “İnsanın keline olan inancı çocuklukta oluşur, gelişir. Mesela kişi sevimeyeceğine inanabilir, çok şanslı olduğuna inanabilir. Bunu defalarca deneyimleyerek öğrenir pekiştirir. Çocukluğumuzda edindiğimiz bu kimlik bize bir güven duygusu verir. Çünkü tanıdık bir dünyadır.” (60. Bölüm), “İnsan hayatında ilk yedi yaşında dünyayı annesiyle kurduğu bağ üzerinden tanır, tanımlar.” (67. Bölüm), “Ölümlü olduğunu bilen evrendeki tek varlık biz insanlarız. Sonumuz belli ama zamanı belli değil. Bu da bizim en ağır ikilemimiz.” (87. Bölüm) gibi bilgilendirmeler yapması.

Terapistin danışana çocukların zaman zaman anne babalarına öfkelenebildiklerini, ancak öfkelenedikleri zaman çok korktuklarını çünkü zihinlerinde anne babalarına öfkelenmenin cezasının çok ağır olduğunu anlatması (34. Bölüm), danışan anlattığı rüyanın ne anlama geldiğini sorunca terapistin “Rüyada görülen her sembolün her zaman bir anlamı vardır diyemeyiz. Ama bu rüya size bir şeyler anlatıyor.” demesi (41. Bölüm), terapistin danışana kalıcı mutluluğun kendine hoşgörülü olmaktan geçtiğini söylemesi (45. Bölüm).

2.3. Psikoteknik Bilgilendirme

Terapistin “Şiddetle tanışmamış insanlar şiddet uygulayamaz” (28. Bölüm), “Ağlamak da gülmek de hayatın içinde olan doğal duygulardır.” (28. Bölüm), “Biliyor musunuz Adem Bey hayatı güzel yapan şeyler aslında yaşadıklarımız değil. O yaşadıklarımıza nasıl baktığımızdır.” (45. Bölüm), “Bu hayatta hiçbir şeyin garantisi yok” (47. Bölüm), “İnsanlara güvenmeyerek hep kötü şeylerin olacağını düşünmek yalnızca sizin hayatınızdan çalar, sizi yorar.” (52. Bölüm), “Kendinize değer verdiğinizde, kendinizi sevdiğinizde sorunlarınızla başa çıkabilirsiniz.”

(60. Bölüm), “Bazı deneyimler bizi çok acıtır, çok üzer, çok kırar ama bazı deneyimler de bizi coşkulandırır, enerji verir, büyütür, zenginleştirir.” (67. Bölüm), “Çocuğunuz Umut’un mutluluğu için en ideali anne babanın bir arada olması. Ancak bu olamıyorsa her ikiniz de kendi yaşamlarınızda mutlu olmaya çalışmalısınız ve bir araya geldiğinizde çatışmadan uzak durmalısınız. Umut’un mutluluğu için artık baltaları gömmenizin zamanı gelmedi mi?” (77. Bölüm), “Anne babalar boşanabilir bu normal olabilecek şeyler. Ama anne babalar savaşırsa kazanan kim olur bilmiyorum ama kaybeden hep çocuk oluyor. Bir çocuk için yapılabilecek en güzel şey sevildiğini, olduğu gibi kabul edildiğini hissettirmek. O zaman güçlü adımlar atar. Bir düşünün isterseniz.” (80. Bölüm) ifadeleriyle danışanı bilgiler vererek eğitmesi.

Oldukça öfkeli olduğu görülen danışana terapistin “Ondan geriye doğru sayabilir misin” diyerek gevşeme egzersizi öğretmesi (31. Bölüm), Ölen babasına başarılarını gösteremediğini ve bu nedenle tatmin olamadığını söyleyen danışana terapistin “Bu öfkenin muhatabı hayatta değil. Bu konuda sizin yapabileceğiniz bir şey yok” demesi (35. Bölüm), Terapistin “Mutlu olmak bir karardır Âdem Bey ve çoğunlukla çocuklukta alınan bir karardır. Hiç farkına varmadan alınan bir karardır. Anne babaları tarafından sevildiğini, şefkati, onayı hisseden ve bu biçimde büyüyen insanlar farkında varmadan bu kararı alırlar. Bu insanlar çoğunlukla mutlu olmayı da mutlu etmeyi de bilirler. Gündelik sorunlarla baş etmeleri çözüm yolu bulmaları çok daha kolay olur. Ama bazıları bu desteği bulamadan büyür yetişir. Bazılarına bu destek sunulmaz. Bazen de sunulduğunu göremeyecek sebepleri vardır. Bu insanların mutlu olmayı öğrenmeleri gerekir. Tıpkı yeni bir dil öğrenmek gibi emek harcamaları gerekir. İçinde bulunduğunuz bu durum sizin mutluluğu öğrenmenize engel değil Âdem Bey” diye bir konuşma yapması (35. Bölüm), eşinden boşanacağını ve her şeyin bittiğini söyleyen danışana terapistin yeniden bir ilişki yaşayabileceğini, aile kurabileceğini ve hayatın devam ettiğini söylemesi (56. Bölüm), baba olma konusunda endişe yaşayan danışana terapistin “Size baba olmayı en iyi evladınız öğretecek.” (71. Bölüm) demesi.

2.4.Katarsis

Danışan “İlaç falan verseniz olmuyor mu? İlla çocukluğuma falan mı gideceğiz?” deyince terapistin “O kadar geriye gitmemiz gerektiğini düşünüyorsunuz öyle mi?” demesi. Ardından danışanın aniden ağlamaya başlaması (28. Bölüm), danışanın kendisini katil ve sevilmeye layık olmayan biri olarak nitelendirmesinden sonra terapistin ona hak vermesi ve bu durumu danışan olarak kendisinin istediğini söylemesi. Böylece terapistin danışanda katarsis oluşturmayı amaçlaması (39. Bölüm), danışanın “Bir annem vardı o da artık öldü benim için” cümlesine cevap olarak “Demek hayatta artık hiç kimseniz yok” diyerek katarsis sağlamaya çalışması. (42. Bölüm); annesini kaybettiğini söyleyen danışanın duygu boşalması yaşayarak ağlaması (53. Bölüm) ve eşinin kendisinden habersiz çocuğunu aldığını söyleyen danışanın birden ağlamaya başlaması (56. Bölüm).

2.5.Dürtünün Baskılanması

Danışanın seans saatinden önce öfkeyle terapi merkezine gelmesi ve terapistte şiddetli bir şekilde bağırması sonucu terapistin bu saldırganca tutumu baskılanması (31. Bölüm), danışanın kendisini saçma sapan birisi olarak nitelendirmesinin ardından terapistin “Siz hiç saçma sapan biri değilsiniz” demesi (38. Bölüm), kimse tarafından sevilmediğini söyleyen ve intihar girişiminde bulunan danışana eşinin onun için endişelendiğinden bahseden terapistin “İnsanların sizi sevmediğini düşünmek artık eski bir bilgi. Bu babanızdan kalan bir miras yok öyle bir şey. Etrafınızda sizi seven insanları fark edebilirsiniz.” demesi (42. Bölüm), danışanın öfke kontrolünü kaybettiğini gören terapistin “Şimdiye kadar bu öfkeyle neyi halledebildiniz. Öfkeyi bıraktığınızda, etrafınızdaki insanlara şans verdiğinizde neler kazandınız. Bunu düşünelim buna odaklanalım” diyerek onu sakinleştirilmesi (44. Bölüm), annesinin ölümünün ardından kendini suçlayan ve bu vicdan azabıyla yaşayamayacağını söyleyen danışana kendisinin hiçbir suçunun olmadığını fark ettirilmesi (53. Bölüm).

2.6.İşaretlere Duyarlılık

Her yaşadığı çatışmanın ardından kimse tarafından sevilmediğini düşünen danışana terapistin “Her benzer durumdan sonra sevilmediğinizi hissediyorsunuz farkında mısınız?” diye soru yöneltmesi (42. Bölüm); danışanın terapiye ilk kez gülerken geldiğini gören terapistin “Sanki bu hafta bir şeyler olmuş gibi. Bir dinleyelim mi?” (45.

Bölüm) demesi, seansın başında sessiz olduğu görülen danışana terapistin “Bugün pek konuşmak istemiyorsunuz galiba” diyerek sessizliğini fark ettirmesi (48. Bölüm), “Bugün sizde bir değişiklik var Adem Bey paylaşmak ister misiniz?” (60. Bölüm) diyerek farklılığa dikkat çekmesi.

2.7.Psikoaktif İlaç Kullanımı

Danışanın seansların başında terapistten ilaç yazmasını beklemesi (28. Bölüm), terapistin durumunu iyi görmediği danışana “Âdem Bey ufak dozda bir ilaç alıyordunuz. O yarımı bire çıkaralım olur mu?” (37. Bölüm) diyerek ilacın dozunu arttırması.

2.8.Birleştirilmiş Oturum

Terapistin danışana “İkiniz için de uygunsa Dilara Hanım ile konuşun. Önümüzdeki bir ya da birkaç seansı birlikte yapalım. Ben ikinizi birlikte göreyim. Çünkü çocuk için bir araya gelmeniz gerekecek ve bunu onu üzmeden yapmanın bir yolunu bulmalısınız.” diyerek diğer oturuma eşini de davet etmesi (74. Bölüm).

3.Danışan Seçim Kriterleri

Bu kategoride yer alan temalar; en az bir tane anlamlı ve olumlu ilişki (n=7, %23.33), duygusal rahatsızlık (n=6, %20), çatışmaları düşünmeye istekli olma (n=6, %20), duyguları incelemeye istekli olma (n=6, %20), temel güven ve umut (n=3, %10) ve en az normal düzeyde zekâ (n=2, %6.66) olarak sıralanmaktadır.

3.1.En Az Bir Tane Anlamlı ve Olumlu İlişki

Danışanın terapiye eşinin isteğiyle geldiğini söylemesi, aralarında sorunlar olsa da eşiyile bazen olumlu ilişki kurabilmesi (28. Bölüm), annesiyle olan olumlu ilişkiden bahsetmesi (29. Bölüm), kardeşiyle anlamlı ilişki kurmaya başladığını anlatması (45. Bölüm) ve yeni bir duygusal ilişkiye başlaması (67. Bölüm).

3.2.Duygusal Rahatsızlık

Danışanın terapiye yaşadığı duygusal rahatsızlıklar nedeniyle gelmesi (28. Bölüm) ve seanslara öfke duygusunun yarattığı sorunlar nedeniyle geldiğini söylemesi (52. Bölüm).

3.3.Çatışmaları Düşünmeye İstekli Olma

Danışanın annesiyle yaşadığı çatışmalar üzerinde sıklıkla düşünmesi (37. Bölüm), oldukça zor bir dönem geçirdiğini ve yaşadığı çatışmaların ardından terapiye geldiğini ifade etmesi (39. Bölüm), son haftalarda yaşadığı sorunları ve gördüğü rüyaları terapistiyle hemen oturumun başında paylaşması ve bunları konuşmaya oldukça istekli olması (41. Bölüm), çözemediği sorunlarla nasıl baş edebileceğini öğrenmek için terapistle sorular sorması (60. Bölüm), bir taraftan yeni bir ilişkiye başlayıp bir taraftan da eski eşinin doğum yapmasını beklerken yaşadığı bu çatışmalı süreci düşünme konusunda motivasyonunun olması (67. Bölüm).

3.4.Duyguları İncelemeye İstekli Olma

Danışanın öfkesini kontrol etmek istemesi (28. Bölüm), güven duygusunun neden hala gelişmediğini sorgulaması (41. Bölüm), “Şu an ne hissettiğimi bilmiyorum. Daha önce hiç hissetmediğim yeni bir şey” diyerek duygularını anlamlandırmaya çalışması (67. Bölüm) ve baba olmaya hazırlandığı süreçte yaşadığı duyguları keşfetmeye çalışması (71. Bölüm).

3.5.Temel Güven ve Umut

Danışanın terapiye karşı güven duymadığını, süreç boyunca yalnızca kafasının karıştığını söylemesi ve bazı oturumlarda bundan sonra terapiye devam etmeyeceğini iletmesi (39. Bölüm) danışan seçim kriterleri açısından olumsuz olarak değerlendirilebilir. Danışan uzun bir süredir geldiği terapiden hiçbir fayda görmediğini ve ilk geldiği zamanki haliyle aynı olduğunu söyleyerek terapiye olan olumsuz inancını ifade etmektedir (67. Bölüm).

3.6.En Az Normal Düzeyde Zekâ

Danışanın dezavantajlı bir yaşamı olmasına rağmen bir şirket sahibi olması, duygularını ve yaşantısını değiştirme konusunda çaba göstermesi (28. Bölüm), rüyalarını, yaşantısını ve yaşamındaki kişileri yorumlama ve değerlendirme konusunda etkili ve gerçekçi olabilmesi (41. Bölüm) onun en az normal düzeyde bir zekâyâ sahip olduğunu göstermektedir.

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

“İstanbul Gelin” dizi filminde yer alan terapi sahnelerinin kısa süreli dinamik psikoterapi bakış açısıyla analiz edildiği bu çalışmada müdahale stratejileri, müdahale teknikleri ve danışan seçim kriterleri olmak üzere üç kategori oluşturulmuştur. Müdahale stratejileri arasında en sık görülen terapist temasıdır. Ardından en fazla ilişki odağı teması gözlemlenirken bunu empatik araştırma, duygular ve odaklı sorgulama temaları izlemiştir. Terapist temasında en fazla saygı, işbirliği ve empati alt teması göze çarparken diğer alt temalar etkin dinleme, danışanın güçlü yanlarını fark etme ve terapidaki engel ve fırsatları görme olarak sıralanmıştır. Duygular temasında terapistin; duyguların farkında olmasını sağlama, duyguları ifade etmeyi sağlama ve duyguları sınıflandırma stratejilerini sırayla kullandığı görülmüştür. Empatik çalışmada en fazla açık uçlu sorular sorulmuş, bunu kişisel ve özgün anlamları bulma alt teması takip etmiştir. Kısa süreli dinamik psikoterapide oldukça önemli bir yeri olan kişilerarası ilişkileri (Levenson, 2017) temsil eden ilişki odağı temasında terapistin önemli diğerlerine ilişkin duyguları sıklıkla çalıştığı görülmüştür. Bazı seanslarda aktarım ve direncin oluşmasıyla terapist ile danışan arasındaki ilişkinin sarsıldığı da tespit edilmiştir.

Müdahale teknikleri kategorisinde terapistin en fazla yorum ve entelektüelleşme tekniklerine başvurduğu görülürken psikoteknik bilgilendirmenin de sıklıkla kullanıldığı gözlemlenmiştir. Terapistin kullandığı diğer tekniklerin sırasıyla işaretlere duyarlılık, dürtünün baskılanması ve katarsis olduğu saptanmıştır. Terapist iki oturumda danışanın eşiyile de görüşerek birleştirilmiş oturum tekniğini kullanmıştır. Ayrıca terapist hekim olması nedeniyle danışanın kullandığı ilacın dozunu da ayarlamıştır.

Kısa süreli dinamik psikoterapi alan danışanların fayda görebilmeleri için belli başlı kriterler bulunmaktadır. Bu kriterlerin birçoğunun danışanda bulunduğu tespit edilmiştir. Buna göre en az bir anlamlı ve olumlu ilişki kurması teması incelendiğinde danışanın annesi ve eşiyile sorunlar yaşasa da onlarla olumlu ve anlamlı ilişkiler kurduğu anlaşılmıştır. Duygusal rahatsızlık temasında ise danışanın öfke problemi nedeniyle terapiye geldiği saptanmıştır. Danışanın yaşadığı çatışma ve duyguları inceleme ve düşünme konusunda motivasyonunun olması da onun bu terapi yaklaşımı için uygun özellikler taşıdığını göstermiştir. Danışanın oldukça zor bir yaşamı olmasına rağmen bir şirket sahibi olabilmesi, yaşamını ve duygularını düzenleme konusunda istekli olması onun en az normal bir zekâ düzeyine sahip olduğunu göstermiştir. Danışanın sahip olmadığı görülen tek kriter olan temel güven ve umut teması incelendiğinde danışanın terapiye inancının ve iyileşmeye umudunun fazla olmadığı saptanmıştır.

Alanyazın incelendiğinde kısa süreli dinamik psikoterapiye gelen danışanların terapiye ihtiyaç duyma sebeplerinin başında olumsuz kişilerarası ilişkiler, geçmişte öğrendikleri afonksiyonel stiller ve çocukluk döneminde yaşanan sorunlar gelmektedir (Levenson, Butler, Powers ve Beitman, 2002; Levenson, 2017, s.44). Bu çalışmada incelenen danışanın, üvey babasından gördüğü şiddet, eşi ve annesiyle yaşadığı kişilerarası sorunlar ve çocukluğunda annesinden öğrendiği işlevsel olmayan stiller göz önüne alındığında bu sorunların alanyazıyla paralellik gösterdiği anlaşılmaktadır. Terapi amacı olarak danışan öfkesini kontrol etmek istediğini söylemiştir. Kısa süreli dinamik psikoterapide spesifik bir terapi amacı belirlemenin iyileşme için güdüleyici bir etki sağladığı düşünüldüğünde bu durum olumlu olarak görülebilir. Terapi süreci boyunca terapistin duygularını ifade etmesi konusunda danışanı cesaretlendirdiği gözlemlenmiştir. Bu durum kısa süreli dinamik psikoterapide amaca ulaşmak için önemli bir yöntemdir (Lemma, Target ve Fonagy, 2011).

Terapist danışanın yaşamındaki önemli kişilerle olan ilişkilerini sıklıkla terapide ele almaya çalışmış ve annesi, babası ve eşiyle olan ilişkilerini incelemiştir. Caligor, Kernberg ve Clarkin (2007)'e göre çatışmalı nesne ilişkilerinin terapide ele alınması derinlemesine çalışma ve iyileşme açısından gereklidir. Terapist danışanın yaşamı boyunca fark edemediği ama neredeyse tüm sorun ve çatışmalarına neden olan uyumsuz döngüsel örüntülerini ortaya çıkarmıştır. Levenson (2013) da bu örüntülerin çözümlenmesi gerektiğini ifade ederek döngüsel maladaptif örüntüler formunun kullanılması gerektiğini belirtmiştir. Ayrıca Levenson davranışların altında yer alan bu tekrarların yanı sıra bilinçdışı süreçten, dirençten ve aktarımdan da söz etmiştir. Bu araştırmada incelenen danışanın da annesini, babasını ve eşini içeren aktarımlarda bulunduğu ve bunlar terapist tarafından ortaya çıkarıldığında direnç gösterdiği birçok yerde saptanmıştır. Dinamik psikoterapi sürecinin sonlandırılması aşamasında birçok danışanın ayrılık kaygısı yaşadığı görülmektedir (Bellak ve Siegel, 1983; Lemma, Target ve Fonagy, 2011). Ancak bu araştırmada danışanın ayrılık kaygısı yaşadığına ilişkin bir gözleme rastlanmamıştır. Psikoterapi, psikoloji, psikolojik danışmanlık gibi ruh sağlığı alanlarında hem terapötik becerileri geliştirmek hem de terapötik ilişkileri rahatça gözlemleyebilmek amacıyla film ve dizi gibi görsel öğeler eğitim amacıyla kullanılabilir. Bu çalışmada incelenen “İstanbul Gelin” dizi filminde terapi sahneleri farklı terapi ekolleri bakış açısıyla da analiz edilebilir. Ayrıca terapi sahneleri açısından zengin içeriklere sahip olan “In Treatment” gibi yabancı, “Kırmızı Oda” gibi yerli dizi filmlerde bulunan psikoterapi sahneleri; terapötik teknik ve süreç açısından kısa süreli dinamik psikoterapi ekseninde incelenebilir. Ayrıca bu tür film analizi yönteminin kullanıldığı nitel araştırmalarda veri analizi esnasında birden fazla kodlayıcının bulunması önerilebilir.

Kaynakça

- Ardalı, C. & Erten, Y. (1999). *Psikanalizden dinamik psikoteraplere*. Alfa Yayıncılık.
- Bellak, L. & Siegel, H. (1983). *Handbook of intensive brief and emergency psychotherapy (B.E.P.)*. American Psychological Association.
- Borish, D., Cunsolo, A., Mauro, I., Dewey, C., & Harper, S. L. (2021). Moving images, moving methods: Advancing documentary film for qualitative research. *International Journal of Qualitative Methods*, 20, 16094069211013646.
- Caligor, E., Kernberg, O.F. & Clarkin, J.F. (2007). *Handbook of dynamic psychotherapy for higher level personality pathology*. Washington: American Psychiatric Publishing.
- Işık, Ş., Ergüner-Tekinalp, B., Üzbe-Atalay, N. & Kaynak, Ü. (2019). *Psikolojik danışmada güncel kuramlar*. Pegem Akademi Yayıncılık.
- Johnson, B. & Christensen, L. (2014). *Eğitim araştırmaları: Nicel, nitel ve karma yaklaşımlar*. Eğiten Kitap.
- Lemma, A., Target, M. & Fonagy, P. (2011). *Brief dynamic interpersonal therapy*. Oxford University Press.
- Levenson, H. (2017). *Süresi sınırlı dinamik psikoterapi klinik uygulama rehberi*. Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- Levenson, H., Butler, S.F., Powers, T.A. & Beitman, B.D. (2002). *Brief dynamic and interpersonal therapy*. American Psychiatric Publishing.
- Leveson, H. (2013). *Kısa dinamik terapi*. Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- Morsünbül, Ü. (2015). Analyzing honey (bal), milk (süt) and egg (yumurta) movies in terms of Erikson's theory of psychosocial development. *Elementary Education Online*, 14(1), 181-187.
- Pak, M.D. & Öztürk, B. (2019). Yapısal aile terapisi kuramı ekseninde “İstanbul Gelin” dizisinin analizi. *The Journal of International Social Research*.12(65), 1202-1208.
- Yıldırım, T. (2006). *Sosyal kaygısı yüksek üniversite öğrencilerine uygulanan kısa-yoğun-acil psikoterapinin etkililiği*. [Yayımlanmamış doktora tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Yıldırım, T. (2020). Bir ergenin kişilik yapılanması üzerine dinamik yönelimli Kısa-Yoğun-Acil psikoterapi (BEP). Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.

Yıldırım, A. & Şimşek, H. (2016). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Seçkin Yayınları.

EXTENDED SUMMARY

Introduction

More than 400 therapy theories have been developed from past to present. These theories differ according to the current time, culture, technological and scientific developments, laws and the changing needs of the clients. It is seen that different theories combine or new theories and approaches emerge. New theories and approaches have emerged in parallel or response to traditional theories (Isık, Erguner-Tekinalp, Uzbe-Atalay & Kaynak, 2019, p.11). Short-term therapies emerged with techniques of Franz Alexander and Thomas French (1946) that differ significantly from the traditional psychoanalytic approach. This approach, known as the Chicago School, has been called dynamic psychotherapy over time. The therapy process, which is four or five sessions in a week, has been reduced to one session in a week. The use of sofa was abandoned in the interviews and face-to-face interviews were preferred. The general purpose of dynamic short-term therapies is to improve clients' skills to cope with their daily experiences and problems. Therapists rely on the positive features and motivations of their clients. Trust is developed rapidly and therapeutic alliance is established. Clients' conflict is expected to be limited and specific. Pre-oedipal problems such as masochism, excessive passivity, and dependency can be deliberately ignored. Support is given to clients to gain competence, strength and self-confidence. In the now and here approach, the progress of the clients in their problems is determined realistically (Ardalı & Erten, 1999, p.181-183).

Many visual elements are used to observe the client-therapist relationship and therapeutic bond in the fields of psychotherapy, psychology, psychological counseling, psychiatry and family counseling. Movies and TV series are the most common material about visual elements. TV series and films that examine therapeutic relationships can also be used as a training method to improve the therapeutic skills of therapists (Morsünbül, 2015, p.187; Pak & Öztürk, 2019, p.1207). In accordance with this purpose, the therapy scenes in the TV series "İstanbul Gelin" were examined from the perspective of dynamic short-term psychotherapy.

The series is about the life of a well-established family in Bursa. "Boranlar", which is a very traditional and famous family, is a wealthy and reputable family in Bursa. Esma Boran is a mother, traditional woman who has strict rules and she was forced to marry at an early age. Mrs. Esma, who lives with her four sons, has interpersonal problems in the family with her sons and daughters. In the later parts of the series, the Boran family learned that their father had a child with another woman, but they had difficulty accepting Adem who was a uterine brother as their sibling. Adem was often beaten by his stepfather during his childhood. He is a character who grew up in disadvantaged family and lived in poverty. Adem blames the Boran family for his life. Adem came to therapy with the request of his wife and he started a long-term therapy process with the therapist, Mrs İdil.

Method

In this study, one of the qualitative research methods, "film analysis" method was used. As the advantage of this method; non-verbal behaviors such as facial expressions, body movements, and gestures are always available for examination (Yıldırım & Şimşek, 2016, p. 190). The episodes of the series examined in the research have been accessed via the Youtube official channel of "İstanbul Gelin".

The categories, themes and sub-themes determined in the research were created in accordance with the relevant literature. Three categories were created as intervention strategies (Levenson, 2013), intervention techniques (Ardalı & Erten, 1999; Bellak & Siegel, 1983; Yıldırım, 2020) and client selection criteria (Ardalı & Erten, 1999, p.183; Levenson, 2017; p.101).

Result and Discussion

It was seen that the most common theme among intervention strategies was the therapist theme. Then respectively relationship focus, empathic research, emotions and focused inquiry themes were determined. In the therapist theme, the sub-theme of respect, cooperation and empathy attracted the attention. Other sub-themes were listed as active listening, recognizing the client's strengths, and recognizing the obstacles and opportunities in therapy. In the theme of emotions; recognizing emotions, expressing emotions and classifying

emotions were used respectively. In empathic research, open-ended questions were frequently asked, and then the sub-theme of finding personal and original meanings was determined. In the theme of relationship focus which represents interpersonal relationships (Levenson, 2017), which has a very important place in dynamic short-term psychotherapy, it was observed that the therapist frequently examined feelings about important people. In some sessions, it was found that the relationship between the therapist and the client was negatively affected as a result of transference and resistance.

In the category of intervention techniques, it was observed that the therapist mostly used interpretation and intellectualization techniques, and psychotechnical information was also frequently utilized. Respectively, other techniques used by the therapist were found to be sensitivity to signs, suppression of impulse and catharsis. The therapist applied the combined session technique by meeting with the client's wife during two sessions. In addition, since the therapist was a physician, she also proportioned the dose of the client's drug.

According to the findings of the research, some suggestions were made to the researchers. TV series and movies such as "In Treatment" and "Kırmızı Oda" which have rich contents in terms of therapy scenes, can be examined from the perspective of dynamic short-term psychotherapy. In addition, more than one coder may work during data analysis in qualitative studies using film analysis method.