






Yaşantısal ve Çözüm Odaklı Aile Terapisi Bakış Açısıyla “Bizi Hatırla” Film Analizi

"Remember Us" Movie Analysis from the Perspective of Experiential and Solution-focused Family Therapy

Sayfa | 223

Arzu TAŞDELEN KARÇKAY , Doç.Dr., Akdeniz Üniversitesi, tasdelenarzu@yahoo.com

Begüm TOPRAK , Doktora Öğrencisi, Akdeniz Üniversitesi, toprakbegum@hotmail.com

Derya ALKAN , Doktora Öğrencisi, Akdeniz Üniversitesi, alkand@ankara.edu.tr

Geliş tarihi - Received: 29 Aralık 2023
Kabul tarihi - Accepted: 2 Mart 2023
Yayın tarihi - Published: 28 Nisan 2024



Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, (2024), 15 (1), 223-243.
Western Anatolia Journal of Educational Sciences, (2024), 15 (1), 223-243.
Diğer / Other

Öz. Filmlerin, aile psikolojik danışmanlığı oturumlarında bir araç olarak ve aile danışmanlığı eğitiminde ise bir öğretim materyali olarak kullanıldığı görülmektedir. Dolayısıyla farklı yaklaşımlarla incelenen film analizi çalışmalarının zengin bir kaynak oluşturduğu söylenebilir. Bu makalede yazarlar, 2018 yılında Türkiye’de vizyona giren senaristliğini ve yönetmenliğini Çağan Irmak’ın yaptığı “Bizi Hatırla” filmini Yaşantısal Aile Terapisi ve Çözüm Odaklı Aile Terapisi bakış açısıyla incelemişlerdir. Filmin analizi için yazarların her biri tarafından 24 sahne seçilmiş, bu seçim sonucunda ortak kararın alındığı 22 sahne incelenmiştir. Ele alınan kuramlara ait temel kavramlar açıklanıp uygun sahnelerle eşleştirilmiştir ve bu kavramlar somutlaştırılmıştır. Çalışma sonucunda sunulan, Çözüm Odaklı Aile Terapisi ile Yaşantısal Aile Terapisi kavramları ve bakış açılarıyla incelenen “Bizi Hatırla” film analizinin aile psikolojik danışmanlığı için etkili bir öğretim materyali olabileceği düşünülmektedir. Bu bağlamda çalışma, aile psikolojik danışmanlığı alanında öğretim materyali ve aile psikolojik danışmanlığı oturumlarında bir araç olarak kullanılabilir.

Anahtar Kelimeler: *Yaşantısal terapi, çözüm odaklı terapi, film analizi, aile terapisi, bizi hatırla.*

Abstract. It is observed that movies are used as a tool in family psychological counseling sessions and as a teaching material in family counseling education. Therefore, it can be said that movie analysis studies, which are examined with different approaches, constitute a rich source. In this article, the authors have examined the movie "Remember Us," written and directed by Çağan Irmak, which was released in Turkey in 2018, from the perspectives of Experiential Family Therapy and Solution-Focused Family Therapy. For the analysis of the movie, 24 scenes were selected by each of the authors, and as a result of this selection, 22 scenes were examined upon reaching a common decision. The fundamental concepts of the theories discussed were explained and matched with appropriate scenes, and these concepts were concretized. As a result of the study, it is considered that the analysis of the movie "Remember Us" examined through the concepts and perspectives of Solution-Focused Family Therapy and Experiential Family Therapy could be an effective teaching material for family psychological counseling. In this context, the study can be used as a teaching material in the field of family psychological counseling and as a tool in family psychological counseling sessions.

Keywords: *Experiential therapy, solution-focused therapy, film analysis, family therapy, remember us.*



Extended Abstract

Introduction. There is no single approach in the field of family psychological counseling. Among these approaches, solution-focused family therapy and experiential family therapy are included. Virginia Satir's experiential family therapy theory incorporates humanistic, existential, structural, and systemic approaches. As a result of studies conducted on solution-focused therapy, three rules defining its fundamental philosophy have been identified: The first rule is "If it's not broken, don't fix it." The movie analysis method is used in family counseling for various purposes. The contributions of the movie analysis method include concretizing and illustrating topics, ensuring the permanence of content in memory, and making course content more interesting (Bayram and Özkamalı, 2020). In this study, the analysis of the movie "Remember Us" aims to develop an instructional material contributing to the understanding of theoretical perspectives and fundamental concepts in family psychological counseling associated with these approaches.

Method. This study is a descriptive analysis of the movie "Remember Us," written and directed by Çağan Irmak, using an experiential and solution-focused approach. Document analysis is employed as the method of analysis. A code pool is created from the fundamental concepts and principles of Experiential Family Therapy and Solution-Focused Family Therapy. Using the prepared code list as a reference, each researcher individually watched the movie "Remember Us," associating codes with specific scenes.

Results. As a result of the analysis, the total number of consensus scenes by the researchers was calculated as 24, with the same consensus number being 22. The evaluation of experiential family therapy approach concepts through the movie was conducted based on concepts such as the individual focused on in the family's problem, family functionality, intrapsychic system, interactive system, family self-esteem, intrafamily communication, family balance, and intrafamily emotional experiences. The assessment of solution-focused approach assumptions and concepts through the film includes doing more of what works, doing something different if it doesn't work, don't fix it if it's not broken, strengths and resources, continuous and inevitable nature of change, exceptions that provide solutions to every problem, small changes leading to significant transformations, and the role of the therapist concepts.

Discussion and Conclusion. Theories of family psychological counseling provide explanations for researchers, practitioners, and students regarding understanding the family system and structuring the therapeutic process. Among the fundamental theories of family psychological counseling are Experiential Family Therapy and Solution-Focused Family Therapy, two different approaches with their own unique concepts and techniques. Despite differences in their approaches, they converge on focusing on the present moment and strengths, resolving differences among family members from a harmonious interaction standpoint, and facilitating positive change within the family system (Banmen, 2002; Banmen and Maki-Banmen, 2014; Reiter, 2016). In this study, the key concepts and principles of both family therapies were examined through the selected family life scenes in the screenplay of the film "Remember Us" using the document analysis method. Imbalances within the family system and relationships take precedence in Experiential Family Therapy, while the same scenes are evaluated as strengths of family members in Solution-Focused Family Therapy. The film "Remember Us" encompasses direct marriage and family psychological counseling topics such as family structure,



family type, family life cycle, family relationships, intrafamily communication, and relationships with the nuclear family. Additionally, the film presents themes related to cultural, developmental, and career issues that can be evaluated in relation to individual and family relationships of film characters, such as gender roles, work-life balance, work-family conflict, development and adaptation problems from childhood to old age, traumatic life experiences, stress management, and caregiver stress burden. Movies offer rich content that can be used as valuable teaching resources. Students and practitioners can analyze the characters and interactions depicted in films to explore these concepts and how they relate to real-life situations more deeply. Movies can also facilitate discussions about theoretical explanations and ethical dilemmas, encourage critical thinking and problem-solving skills. Compared to traditional methods, using movie analysis in family psychological counseling education can create an engaging learning environment, appealing to students' visual and auditory senses, making the educational experience more enjoyable, and helping them focus and retain information better. It can increase the participation, interest, and motivation of students with different learning styles. The use of film analysis as instructional material can be a tool for supervisors and educators to convey concepts and principles of family psychological counseling to their students. "Remember Us" can be used as an effective educational material to enhance theoretical competencies in family psychological counseling by evaluating the life roles, family functions, communication patterns, and individual stories associated with each character in the movie. Additionally, movies can be used as a therapeutic technique in family psychological counseling sessions for clients to understand and explore their place in the family system. In this study, the movie was approached with two theoretical perspectives, but it can be examined with different approaches. It is considered suitable for examination from a feminist perspective. Moreover, different movies can be analyzed based on the solution-focused and experiential approaches.



Giriş

Aile psikolojik danışmanlığına duyulan ihtiyaç 2. Dünya Savaşı'nın getirdiği travmatik etkiler sonucunda ortaya çıkmıştır (Goldenberg ve Goldenberg, 2012). Bu travmatik etkiler, 1960'lı yıllardan itibaren aile psikolojik danışmanlığının hızla gelişiminin önünü açmıştır (Nazlı, 2020). Aile psikolojik danışmanlığı hizmetleri, aileyi bir bütün olarak kabul eder ve bireyi ailenin diğer üyeleri ile birlikte ele alır. Buradaki amaç, aile üyelerinin birbirleriyle ilişkilerini geliştirerek aile işlevlerini fonksiyonel hale getirmektir (Özgüven, 2001). Aile psikolojik danışmanlığı alanında tek bir yaklaşım yoktur. Bateson, Jackson, Ackerman, Bowen, Whitaker, Minuchin, Framo, Haley, Watzlawick ve Satir gibi isimler zaman içinde kendi yaklaşımlarını oluşturmuşlardır (Korkut, 2001). Bu yaklaşımlar arasında Çözüm Odaklı Aile Terapisi ve Yaşantısal Aile Terapisi bulunmaktadır. Virginia Satir'in Yaşantısal Aile Terapisi kuramı hümanistik, varoluşçu, yapısal ve sistematik yaklaşımları içerir. Yaklaşımında hümanistik bakış açısı ile herhangi bir rahatsızlığa odaklanmak yerine insanın içindeki olumlu ve iyi yana odaklanır. Ona göre bireyde ortaya çıkan "kötülük" iletişim tarzındaki "uygunsuzluk" tan kaynaklanır. Bunun yanı sıra bu yaklaşımda bireyin gelişimine, değişimine inanması ve önem vermesi varoluşçu yapısını göstermektedir. Sistem modeline göre, bütünün her bir parçasından daha değerli olduğu ve toplumun bu sistem parçalarından oluştuğunu söyler. Satir yaklaşımında aileyi sistem olarak kabul eder ve sistemin diğer sistemlerle ilişki içinde olduğunu vurgular (Innes, 2002). Satir'in yaklaşımı, sistemin parçalarının basit bir toplamı olmadığı, aile üyelerinin kendi aralarındaki etkileşiminin önemli olduğu, aile sisteminin dinamik ve yeniden ayarlanabilir olması, her ailenin özel ve kendi iletişim tarzı olması bakış açıları ile yapısal yaklaşım içerdiğini bize göstermektedir (Swingewood, 1998).

Satir'in kuramında öne çıkan kavramlar ailede sorunun odaklandığı kişi, aile işlevselliği, intrapsişik sistem, interaktif sistem, ailede öz-güven, aile içi iletişim, aile dengesi ve aile içi duygusal yaşantılardır. Satir hümanistik bakış açısının da getirisi ile ailede sorun yaratan kişiyi olumsuz kelimelerle ifade etmek yerine ailede sorunun odaklandığı kişi ya da seçilmiş hasta terimlerini kullanır (Satir, 1964). Ona göre sorun ve çözüm iletişim tarzları ile ortaya çıkmaktadır. Bu durum aile işlevselliğinin açık veya kapalı olmasından kaynaklanmaktadır. Aile alt sistemi arasındaki ilişki, uyum, değişikliğe verilen önem işlevselliği etkilemektedir (Satir, 2001). İntrapsişik sistem, bireyin içsel yaşantısını ifade eder ve bu durumun ilişkilere olan etkisini vurgular. İnteraktif sistem ise ilişkiler arasındaki etkileşime vurgu yapar. Ailede öz-güven ve aile içi iletişim kavramı sistematik bakış açısına dayanır ve aile üyelerinin öz-güveninin ailenin bütününe etkilediğini savunur. Aile dengesinin değişen iç ve dış koşullardan etkilendiği, aile içi duygusal yaşantıların ise aile sıcaklığının sağlıklı aile modelini yansıttığı vurgulanır (Satir, 1964; Innes, 2002). Virginia Satir modeli aileye ve bireye verdiği önem, dayandığı hümanistik yaklaşım ile çözüm odaklı ve kısa süreli aile danışmanlığı ile benzer alt yapıya dayanmaktadır. Çözüm Odaklı Aile Terapisi kısa süreli danışmaya vurgu yapan, patolojik olmayan bir bakış açısını savunan, en az düzeyde müdahaleye dikkat çeken ve tamamen çözüme odaklanan bir yaklaşımdır (Nichols ve Schwartz, 1998). Son yıllarda uzun süreli psikolojik danışma yaklaşımlarından ziyade kısa süreli ve hedefe odaklanan psikolojik danışma yaklaşımlarının tercih edildiği görülmektedir. Çözüm odaklı yaklaşımın kısa süreli olması, esnekliği, iş birlikçi doğası, danışan odaklı, ekonomik ve çözüm odaklı olması giderek yaygınlaşmasında etkili olmuştur (Kim, 2008; Meier ve Davis, 2014; Nichols ve Schwartz, 1998).



Çözüm Odaklı Aile Terapisi'nin ortaya çıkış sürecinde Zihinsel Araştırma Enstitüsü (MRI) geleneğinin etkili olduğu görülmektedir. Buradaki araştırmacılardan Steve de Shazer ve Insoo Kim Berg daha sonra Kısa Süreli Aile Terapi Merkezi'ni kurdular. Bu araştırmacılar, başlangıçta şizofreni tanısı konulan danışanların ailelerindeki iletişim süreci hakkında çalışırken ailelerde bazı ortak etkileşim biçimleri olduğunu belirlediler. Daha sonra bu etkileşim kalıplarıyla bağlantılı psikolojik bozuklukları ele alarak yaptıkları bu çalışmayı genişletmeye devam ettiler (Gladding, 2012; Murdock, 2016). Çözüm odaklı terapiye yönelik yürütülen çalışmaların sonucunda temel felsefesini ortaya koyan üç kural tanımlanmıştır: İlk kural "Bozulmadıysa onarma" dır. Bu kural, danışanın daha önce başa çıkabildiği sorunların ele alınmaması gerektiğini vurgulamaktadır. Yeni sorunlar oluşturmak yerine, çözümlere odaklanılmasına dikkat çekmektedir. İkinci kural "Neyin işe yaradığını anla ve onu daha çok yap" tır. Çözüm odaklı terapi yaklaşımında danışanların sorunlarının üstesinden geldikleri anların ve başarıların tanımlanması önemlidir. Danışanların bu başarıları tekrar etme yeteneğine sahip oldukları düşünülür. Üçüncü kural "Çözüm yolu işleмиorsa bir daha kullanma, farklı bir şey yap"tır. İşe yaramayan çözüm yollarının tekrar kullanılmasının sonucu değiştirmek için anlamlı olmayacağı belirtilir. Öncekilerden daha farklı bir sonuca ulaşmak için farklı çözüm yollarına başvurmanın gerektiği ifade edilmektedir (Berg ve Miller, 1992; Sklare, 2016).

Çözüm Odaklı Aile Terapisi yaklaşımında danışanların amaçlarına ulaşmalarında yine danışanların kaynaklarına güvenildiği için doğal olarak sorunlarını çözme becerilerine sahip oldukları kabul edilmektedir. Ancak, sorunların danışanlara oldukça büyük görünmesi nedeniyle sahip oldukları yetenekleri artık fark edemedikleri varsayılmaktadır. Odağın değiştirilmesiyle bu yeteneklerin hatırlatılması ve kullanılmasını sağlama bu yaklaşımın amaçlarından (Okumuşoğlu, 2018). Çözüm odaklı yaklaşımın diğer bir amacı danışanların kullandığı dili, sorunlara odaklanandan çözümlere odaklanan olarak değiştirmektir. Bunların dışında danışanların ulaşılabilir, açık ve belirli amaçlar oluşturabilmesi başlı başına önemli bir müdahaledir (Nichols ve Schwartz, 1998). Çözüm odaklı terapide, problem ve çözüm birbirinden ayrıştırılır (Gladding, 2012). Ailenin geçmiş yaşantılarıyla ilgilenmek yerine, davranış değişimine odaklanarak aile üyelerinin olası başka davranışları uygulamalarını destekler. Aile bireylerine farklı bakış açıları kazandırmak çözüm odaklı yaklaşımın amaçlarından (Kafes, 2021).

Film analizi yöntemi aile danışmanlığında farklı amaçlarla kullanılmaktadır. Bunlardan biri film analizi yönteminin psikoterapide müdahale tekniği olarak yer almasıdır (Gençöz ve Aka, 2007). Bu sayede danışan ile terapötik ilişkinin kurulması ve güçlendirilmesi sağlanabilir (Bayram ve Özkamalı, 2020). Filmler, insanların kendi yaşadıkları durumları anlamaları için iyi bir odak oluşturabilir. Kişinin kendi sorununa başka bir gözle bakabilmesini, farkındalık geliştirebilmesini, çözüm yollarını çeşitlendirebilmesini sağlayabilir (Powell, 2008). Aile danışmanlığında danışanların çeşitli sorunlarla baş etmelerinde dolaylı bir yaklaşım sağlamaktadır. Filmlerde evrensel aile sorunları olduğu kadar kültür, cinsel yönelim, sosyal sınıf ve cinsiyet gibi spesifik konular da ele alınır (Lappin, 1997). Bu yolla danışan yaşadıklarını normalize eder ve yeniden çerçeveleştirir. Bununla birlikte, filmlerin aile danışmanlığında kullanımı hem yaratıcı hem de ekonomik bir müdahale yöntemidir (Dermer ve Hutchings, 2000). Bir diğer kullanım amacı ise aile danışmanlığı kavramlarının öğrenilmesinde bir araç olmasıdır. Film analizi yönteminin, konuların somutlaştırılması, örneklendirilmesi, içeriğin kalıcı olarak akılda kalması, ders içeriğinin daha ilgi çekici hale gelmesi gibi katkıları olduğu söylenebilir (Bayram ve



Özkamalı, 2020). Film analizi öğrencilerin aile danışmanlığı eğitiminde, karşılaşılabilecekleri danışan ve aile profillerini görmelerini sağlayarak, farklı zorluk düzeyindeki aile sorunlarını betimlemelerine yardımcı olur (Gladding, 1994). Aynı zamanda, farklı kuramları karşılaştırma imkânı sunması, bu yolla benzerliklerin ve farklılıkların daha iyi anlaşılması noktalarında katkı sağlayabilir.

Bu çalışmada, “Bizi Hatırla” filminin ana karakterlerinin, filmin genelinin ve örnek sahnelerinin Yaşantısal ve Çözüm Odaklı Aile Terapisi bakış açısıyla ele alınması hedeflenmektedir. Çözüm odaklı bakış açısı sorundan ziyade çözüm basamakları ile ilgilendiği için kuram içerisinde birçok müdahale yöntemini barındırmaktadır. Çözüm odaklı uygulamalar diğer yaklaşımlarla alma, verme ve ödünç alma ilişkisi içindedir (O’Connell, 2005). Öncelikli olarak tarihsel ve kavramsal olarak çözüm odaklı terapilerle ilişkili olan stratejik terapiler, aile sistemleri terapisi ya da yapısal aile terapisi gibi stratejilerin seçilip eklenmesi önerilmektedir (Beyebach, 2009). Çözüm odaklı terapi, geçmişten ziyade şu ana odaklanan yapısı, umut ve geleceğe yönelik çözüm dilini kapsamaması açısından; Virginia Satir’ in aile üyelerinin duygularına ve bunları ifade etmesine önem verdiği, “şimdi ve burada” ya odaklanan Yaşantısal Aile Terapisi ile paralellik göstermektedir. Bu bağlamda film iki kuram üzerinden ele alınacaktır. Yaşantısal Aile Terapisi ile özellikle aile içi iletişim, aile dengesi ele alınırken analizin sonunda Çözüm Odaklı Aile Terapisi müdahale teknikleri üzerinden müdahale yöntemleri incelenmiştir. İlgili alanyazın incelendiğinde, Çözüm Odaklı Aile Terapisi yaklaşımına dayalı bir film analizine rastlanmamıştır. Bu iki yaklaşımın birlikte ele alınarak “Bizi Hatırla” filminin analiziyle, bu yaklaşımların aile psikolojik danışmanlığına ilişkin kuramsal bakış açısı ve temel kavramlarının anlaşılmasına katkı sağlanmasına yönelik bir öğretim materyali geliştirilmesi amaçlanmıştır.

Yöntem

Bu çalışma Çağan Irmak’ın senaristliğini ve yönetmenliğini üstlendiği “Bizi Hatırla” filminin yaşantısal ve çözüm odaklı yaklaşıma göre analiz edildiği betimsel bir çalışmadır. Analiz yöntemi olarak doküman analizi kullanılmıştır. Doküman terimi, fotoğraflar, videolar ve filmler gibi görsel kaynakları da içeren geniş bir materyal yelpazesine atıfta bulunmak için kullanılan bir terimdir (Merriam ve Tisdell, 2016). Metinlerden oluşan belgeler gibi görsel materyaller de nitel analiz için bir kaynak olabilir (Flick, 2018). Bir filmin hiyerarşik hikâye yapısı, kareler, sahneler, bölümler, perde ya da olaylar şeklinde parçalara ayrılarak özetlemek için kullanılabilir. "Sahne" kavramı, anlamlı bir semantik bütünlük taşıyan, nispeten tamamlanmış bir video paragrafını ifade eder. Her bir büyük hikâye unsurunda her bir küçük hikâye birimi için sahne geçiş grafiği oluşturularak ve bağımsız alt hikâyeleri çıkartarak ilerlemek gerekmektedir. Bir sahne, ayrıca belirli bir konuya odaklanan ve belirli oyuncularını içeren bir dizi bağımsız alt hikâye içerebilir (Li ve diğerleri, 2006).

Çalışmaya ilk olarak yaşantısal ve çözüm odaklı yaklaşımın temel kavramları gözden geçirilerek başlanmıştır. Bu bağlamda Strauss ve Corbin (1990)’in tanımladığı kodlama biçimlerinden, “önceden belirlenen teorik çerçevenin oluşturduğu kavramlara göre kodlama yöntemi” seçilerek Yaşantısal Aile Terapisi ve Çözüm Odaklı Kısa Aile Terapisinin temel kavram ve ilkelerinden bir kod havuzu oluşturulmuştur. Hazırlanan kod listesi referans alınarak her bir araştırmacı tarafından ayrı ayrı “Bizi Hatırla” filmi izlenmiş ve kodlar sahnelerle ilişkilendirilmiştir. Kodlama için yapılan analiz sonucunda araştırmacılar tarafından toplam sahne karar sayısı 24, aynı karar sayısı 22 olarak hesaplanmıştır. Miles



ve Huberman'a (1994) göre hesaplanan iç tutarlık katsayısı .91 olarak bulunmuştur. Kodlama tutarlığı yüksek düzeyde bulunması sonucunda araştırmacılar farklı zaman aralıkları ile bir araya gelerek sahneleri yaşantısal ve çözüm odaklı yaklaşım gözü ile iki kez izlemişlerdir. "Bizi Hatırla" filminin künyesi Tablo 1' de gösterilmiştir.

Sayfa | 230

Tablo 1.

Film Künyesi

Filmin Adı	Bizi Hatırla		
Yönetmen ve Senarist	Çağan Irmak		
Vizyon Tarihi	23.11.2018		
Tür	Dram		
Ülke	Türkiye		
Süre	120 dakika		
Oyuncular/Karakterler	Altan Erkekli	Eşref	Dede
	Tolga Tekin	Kaan	Baba
	Özge Özberk	Ece	Anne
	Binnur Kaya	Fatoş	
	Yardımcı		
	Sumru Yavrucuk	Leman	Komşu
	Su Burcu Coşkun	İrem	Çocuk
	Emir Aydın	Uras	Çocuk

Filmin konusu

Bizi hatırla, eşi ve iki çocuğuyla İstanbul'da yoğun bir iş hayatına sahip olan Kaan'ın sakin bir sahil şehrinde yaşayan, ihmal ettiği yaşlı babasıyla yeniden yakın ilişki kurmasını ele almaktadır. Kaan genç yaşlarda birlikte yaşadığı babasından ayrıлып büyük bir şehre yerleşmiş, eşi Ece ile tanışıp evlenmiş, işinde çok başarılı olmuştur. Ergenlik dönemindeki kızları İrem ve küçük oğulları Uras ile yaşamaktadırlar. Kaan'ın babası Eşref Bey ise papağanıyla yaşayan ve İzmir'de terzilik yapan yaşlılık döneminde olan bir yetiştiricidir. Eşref Bey'in hastalanması sonucu yakın arkadaşı Leman Hanım'ın Kaan'a durumu haber vermesiyle Kaan babasının yanına gelir. Kaan tedavi için babasını kendi yanına almak ister. Eşref Bey oğluna ve ailesine yük olacağını düşünerek bunu kabul etmek istemese de sonunda oğlunun evine gelmiştir. Bu durum aile içindeki dengeleri değiştirmiştir. Dengelerin değişmesi ile önce sarsılan aile sistemi sonra güçlenerek daha sağlıklı bir yapı haline gelmiştir.

Bulgular

Bizi hatırla filmine ait Tablo 2'de verilen sahneler belirlenen yöntemlerle Yaşantısal ve Çözüm Odaklı Aile Terapisi'ne göre incelenmiştir. İnceleme sonucunda ulaşılan bulgular aşağıda sunulmuştur.



Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, (2024), 15 (1), 223-243.
Western Anatolia Journal of Educational Sciences, (2024), 15 (1), 223-243.
Diğer / Other

Tablo 1.

Sahnelerin Yaşantısal Aile Terapisi ve Çözüm Odaklı Yaklaşım Kavramları ile Açıklanması

No	Gösterim Süresi	Sahne İçeriği	Kuram	
			Yaşantısal	Çözüm odaklı
1	2'.30''- 3'.47''	Eşref'in Leman ile oğlunun ziyaret etmemesiyle ilgili konuşması	Aile dengesi	Leman'ın güçlü yanı, destekleyici tutumu
2	3'.48''- 5'.08''	Kaan'ın günlük yaşamından kesitler	İntrapsişik sistem İlgisiz/dağınık aile içi iletişim Aile içi duygusal yaşantılar	Kaan'ın güçlü yanı, çalışkan, pratik olması
3	18'.10''- 19'.00''	Eşref'in hastalığı hakkında Kaan'a haber vermek istememesi	Aile dengesi	Oğlunun bakım yükünü artırmak istememesi, Babanın koruyucu tutumu
4	19'.00''- 19'.20''	Kaan'ın babasının hasta olduğunu öğrenmesi	Aile dengesi	Babanın sağlık problemi ile ilgilenmesi ve sorunu çözmek için harekete geçmesi
5	20'.58''- 21'.36''	Ece'nin İrem ile tartışması ve arkadaşıyla telefonda konuşması	İntrapsişik sistem İlgisiz/dağınık aile içi iletişim	Çocuğun gelişimine önem vermek, koruyucu tutum
6	22'.01''- 23'.20''	Ece'nin Eşref'in geleceğini öğrenmesine tepkisi	Suçlayıcı aile içi iletişim	Ece'nin güçlü yanı, çekirdek ailesinin sınırlarını koruma isteği
7	33'.02''- 34'.21''	Eşref'in oğlunun düzenini bozmaktan korktuğu için İstanbul'a gelmek istememesi	Aile dengesi	Eşref'in oğlunun bakım veren yükünü artırmak istememesi, Babanın koruyucu tutumu
8	42'.41''- 43'.08''	Yemek sofrasında Kaan'ın İrem'e bağırmasına Eşref'in dahil olması	Aile dengesi Aile içi iletişim	Eşref'in çözüm odaklı davranarak aile terapisti rolü üstlenmesi
9	43'.20''- 43'.40''	Eşref'in İrem'in bulimia olduğunu fark etmesi	Ailede sorunun odaklandığı kişi	Eşref'in bağ kuran, çözüm odaklı yaklaşımı



10	56'.40''- 57'.08''	Kaan ile Ece arasında Eşref yüzünden gerilim olması	İnteraktif sistem	Aile ilişki dinamiğinin değişmesi, değişimin sürekliliği
11	64'.00''- 65'.00''	Eşref'in İrem'i tuvaletin önünde dinlerken Ece'nin gelmesi	Sorunun odaklandığı kişi Aile dengesi İnteraktif sistem	Ece'nin güçlü yanı ailesine karşı koruyucu tutumu
12	65'.00''- 66'.03''	Ece ile İrem'in Eşref hakkında konuşması	Ailede özgüven Aile dengesi	Değişmeye yönelik konuşma
13	66'.10''- 67'.22''	Kaan ve Ece'nin tartışması ve Eşref'in eve dönmek istemesi	Suçlayıcı aile içi iletişim Aile içi roller	Değişmeye yönelik konuşma
14	75'.03''- 76'.33''	Kaan'ın babasının acil ameliyat olması gerektiğini öğrenmesi	Aile dengesi	Değişimin sürekliliği
15	80'.19''- 83'.07''	Patronun davet edildiği yemek sahnesi	Aile işlevselliği İnteraktif sistem	Ailenin güçlü yanı, Kaan'ın iş yaşamı ile ilgili destek olma
16	82'.41''- 83'.07''	Uras'ın Eşref'ten öğrendiği kelimeyi söylemesi	Aile dengesi	Eşref'in bağ kurması ile torunun gelişimi
17	89'.10''- 90'.03''	İrem'in hastaneye gelmesi ve Ece ile uzlaşması	İnteraktif sistem Ailede özgüven Aile içi iletişim	"Eğer işe yaramıyorsa farklı bir şey yap" ilkesi ile Ece'nin, kızı ile olan iletişimde değişim göstermesi
18	90'.04''- 97'.16''	Eşref ile Kaan'ın hastane önündeki konuşma sahnesi	İnteraktif sistem	Eşref'in çözüm odaklı ve destekleyici bakış açısıyla Kaan için değişim açısından kırılma noktası oluşturması
19	97'.17''- 99'.50''	Ece'nin kök ailesi ile yüzleşmesi	Ailede özgüven İnteraktif sistem	Ece'nin değişim için kırılma sahnesi, yüzleşmesi, değişim için açık iletişime geçmesi



20	106'.30''- 110'.22''	Kaan'ın uçakta babasının mektubunu okuması	Aile içi duygusal yaşantılar	Eşref'in çözüm odaklılığı, bağ kurması
21	106'.55''- 107'.42''	Eşref'in hastaneden kaçıışı	İnteraktif sistem	Oğlu için sorunun değil çözümün parçası olmak istemesi
22	113'.51''- 119'.47''	Cenaze ve Taziye	Aile dengesi İnteraktif sistem	"Eğer işe yaramıyorsa farklı bir şey yap" ilkesi ile aile içi ilişkilerin kabul edici tutuma dönüşmesi

Yaşantısal aile terapisi yaklaşımı kavramlarının film üzerinden değerlendirilmesi

Ailede sorunun odaklandığı kişi

Satir modelinde aile üyelerinin hasta ya da diğer üyelerden farklı olan biçiminde tanımlanmadığı görülmektedir. Bunun yerine olumsuz aile olaylarından en çok bu kişinin etkilendiği için ailede sorunun odaklandığı kişi olarak yaklaşmıştır. Filmde bununla ilgili örnek sahneler, 11 numaralı sahnede Eşref'in İrem'i tuvaletin önünde dinlerken Ece'nin gelmesi; 9 numaralı sahnede Eşref'in İrem'in bulimia olduğunu fark etmesi olarak verilebilir.

Ailenin işlevselliği

İşlevsel aile tanımında, uygun iletişim ve kurallar işlevseldir (Satir ve Baldwin, 1983). İşlevsel türden ilişkileri olan aileler, gerçekçi değerlendirmeler yaparak soruna dikkat çekmekte ve farklı çözümler önerebilmektedir. İşlevsel olmayan ailelerde aile üyelerinin özsayıları yetersizdir ve karşı tarafa güvensizlik söz konusudur (Satir, 1964). Film sahneleri incelendiğinde 15 numaralı sahnede aile arasında gerginlik olsa da bir arada olarak patronun eve akşam yemeğine davet edilmesi; 7 numaralı sahnede Eşref'in oğlunun düzenini bozmaktan korktuğu için İstanbul'a gelmek istememesi; 6 numaralı sahnede Ece'nin Eşref'in geleceğini öğrenmesine verdiği tepki ile ailenin işlevselliğini görmekteyiz.

Intrapsişik sistem

Satir modelinde duygulara sıklıkla vurgu yapılır ve duygular hava durumu hangi dereceye geldiğinde ne giyeceğimize karar vermemizi sağlayan termometreye benzetilir. Duygular içsel süreçlerimizin derecesidir. Bu dereceye göre nasıl olmamız ve ne yapmamız gerektiği konusunda karar vermemizi sağlar (Satir ve diğerleri, 1991).

İnterapsişik sistem, insan deneyimini kavramsallaştırmanın ve çoğu insan deneyiminin aslında içsel olduğunu kabul etmenin bir yoludur. İçsel deneyimin bileşenleri çok etkileşimli ve sistemiktir. Bir alandaki değişiklikler genellikle diğer alanlarda da bazı değişikliklere neden olur (Banmen, 2002). Satir modelinde benliğin temelinde yükselen bu içsel deneyimler 6 farklı katman ya da seviye ile ifade edilir:

Taşdelen Karçkay, A., Toprak, B. ve Alkan, D. (2024). Yaşantısal ve çözüm odaklı aile terapisi bakış açısıyla "bizi hatırla" film analizi. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi*, 15(1), 223-243.

DOI. 10.51460/baebd.1411786



Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, (2024), 15 (1), 223-243.
Western Anatolia Journal of Educational Sciences, (2024), 15 (1), 223-243.
Diğer / Other

Özlemler, beklentiler, algılar, duygular, baş etme ve davranış (Satir ve diğerleri, 1991). Bu deneyimler ve duyguların davranışlarımıza etkisi bir buzdağı metaforu ile gösterilmektedir. Danışanın içsel deneyimi kişinin duyguları, algıları, beklentileri ve özlemleri ile keşfedilebilir. Satir modeli açısından, hedeflerin davranış, duygular, duyguların etkileri, algılar, beklentiler ve özlemlerdeki değişiklikleri içermesi gerekir. Yani hedefler buzdağı metaforunun her parçasını içermelidir (Banmen, 2002).

İntrapsişik sisteme ilişkin sahneler incelendiğinde başlangıçta Kaan'ın günlük yaşamından kesitlerin gösterildiği 2 numaralı sahnede yoğun iş hayatı ve ailesi arasında denge kurmaya çalışması farklı katmanlar arasında gidip geldiğini düşündürmektedir. Ece'nin hem 9 numaralı sahnede İrem ile dedesinin tuvalette konuştuğunu görmesi hem de 11 numaralı sahnede Eşref'in İrem'i tuvaletin önünde dinlerken Ece'nin tanık olması, Ece'nin bu sahnelerde kendi erken yaşantıları nedeniyle algı katmanında tepki verdiğini göstermektedir. Algı katmanında tepki vermesi daha sonrasında 19 numaralı sahnede Ece'nin cinsel istismara uğramasına göz yumduğunu düşündüğü annesiyle yüzleştiğinde anlaşılmaktadır. Ece'nin içsel çatışması çözülmüştür. 18 numaralı sahnede ise Eşref ile Kaan'ın hastane önünde yaptıkları konuşmada Kaan'ın bir karar vermek zorunda kalması film boyunca devam eden içsel çatışmasını üst noktaya ulaştırmıştır.

İnteraktif sistem

İster çiftler ister aileler olsun, ilişkilerde insanlar genellikle sorunlarını çatışma olarak bildirirler. Satir modeli, insanların ilişkilerine benzerlik ve farklılıklar açısından bakmaktadır. Satir, benzerliğin çekici olduğunu ve farklılıkların büyümemize yardımcı olduğunu söylemektedir. Satir modeli, farklılıkları uyumlu bir etkileşim noktasından çözmeyi savunmaktadır. Banmen (2002), insanların farklılıkları ele almak için kullanabileceği beş yol olduğunu belirtmiştir. Bunlar çözüm olarak çatışma, inkâr, uzlaşma, cevap olarak çözüm ve sonuç olarak büyümedir. Çözüm olarak çatışmada farklılıkları ele alma yöntemi, genellikle doğru ve yanlış kutuplaşması üzerine kurulu olup hiyerarşik modelde bu bir güç mücadelesine dönüşür. Çözüm olarak inkâr ise farklılıklar olmasına rağmen bu farklılıklardan kaçınmaya karar verirler. Çözüm olarak uzlaşma ise insanlar taviz verdiğinde, her iki taraf da pes eder ve muhtemelen ikisinin de istemediği ama her ikisinin de kabul edebileceklerini hissettikleri bir şeyi seçtikleri için her ikisi de kazanır ve kaybeder. Cevap olarak çözüm yolunda her iki taraf da kazanır. Çözümle genellikle daha derin bir bağlantılılık seviyesinde, "özlemler" seviyesinde gerçekleşir. Sonuç olarak büyüme yolunda ise farklılıkların insanların büyümesine yardımcı olduğu kabul edilmektedir ve kişilerin anlayış, kabul, risk alma yoluyla bazı farklılıklarını hayatlarına dahil etmeyi öğrenebildikleri durumda gerçekleşir. Farklılıklar genellikle hayatta kalma ihtiyaçlarını tetikler ve bu nedenle farklılıklar, çiftler veya aile üyeleri arasında bir ölüm kalım meselesi haline gelir.

İncelenen filmde farklılıkları ele almanın farklı yollarını içeren sahneler olduğu görülmektedir. 5 numaralı sahnede Ece ile İrem arasında çözüm olarak çatışma yaşanırken 17 numaralı sahnede İrem'in hastaneye gelmesi ve Ece'nin İrem'e tepkisi artık sonuç olarak büyüme yolunu tercih ettiğini hissettirmektedir. İnteraktif sisteme ilişkin sahneler olarak 10 numaralı sahnede Kaan ile Ece arasında Eşref yüzünden gerilim olması; 15 numaralı patronla yemek sahnesi; 21 numaralı sahnede Eşref'in hastaneden kaçışı sayılabilir. 22 numaralı sahnede Eşref'in vefatından sonra ailece dayanışma sağlanarak taziyelerin kabulü, sonuç olarak büyümenin göstergesi olarak düşünülebilir.



Ailede özgüven

Satir' in yaklaşımında aile bireylerinin kendilik algıları oldukça önemlidir. Ailede özgüven kavramı bu noktada karşımıza çıkmaktadır. Satir'e göre her bireyin biricik ve değerli olduğunu kabul etmesi ailede özgüvenin sağlanmasının dayanak noktasıdır ve aile terapisinde bu bakış açısını aile bireylerine kazandırmayı hedefler. Çünkü ona göre özgüveni düşük olan bireyler kendileri gibi eş seçimi yapmakta ve özgüvenlerini diğeri üzerinden kurmaya çalışmaktadır. Bunu başaramayan bireyler, bu sefer aynı çabayı çocukları üzerinden denemektedirler (Satir, 2001). Çocukları üzerinden aşırı beklentiye giren özgüveni düşük ebeveynler, çocukların üzerinden onay alma ihtiyacı doğurmaktadır. Özgüveni düşük ebeveynlerin aşırı beklentilerini karşılamak oldukça güçtür. Bu doğrultuda onay ihtiyacı doyurulmayan çocuk, ebeveynlerini reddetme eğilimi içinde olabilmektedir (Satir, 1964). Film sahneleri incelendiğinde, 12 numaralı sahnede Ece ile İrem'in yatakta yaptıkları konuşmalarında, annenin özgüven eksikliğini Eşref üzerinden kızına yansıttığını ve kızının kendi özgüvenini oluşturmak için onay alma ihtiyacının karşılanmaması ile anneyi reddedişi görülmektedir.

Aile içi iletişim

Aile içi iletişim Satir'in ağırlıklı üzerinde durduğu kavramlardandır (Nazlı, 2020). Satir, aile sistemi yaklaşımında iletişim biçimlerini dört kategoride toplamıştır. Aile içi gerilimde özgüveni düşen aile bireylerinin bu iletişim biçimlerinden birine başvurduğu görülmektedir. Bu uygun olmayan iletişim biçimleri, suçlayıcı, yalvarıcı/yatıştırıcı, ilgisiz/ dağınık, hesapçı/aşırı mantıktır (Durak ve Fışıoğlu, 2007). Film sahneleri incelendiğinde, 2 numaralı sahnede Kaan' ın yaşam tarzına baktığımızda aile içi iletişimde ilgisiz/dağınık; 6 numaralı sahnede Ece'nin Eşref'in geleceğini öğrenmesine tepkisinde suçlayıcı; 7 numaralı sahnede Eşref'in oğlunun düzenini bozmaktan korktuğu için İstanbul'a gelmek istememesinde aşırı mantıktır iletişim biçimlerini kullandıkları görülmektedir. Aynı zamanda evde çalışan yardımcı Fatoş karakterinin de sorunları ele alışında yatıştırıcı iletişim biçimi kullandığı görülmektedir.

Aile dengesi

Satir'in ele aldığı bir diğerkavram da aile dengesidir (family homeostasis). Aile dengesi, çekirdek aile dışında olan değişimler, geniş aileden kaynaklanan değişimler, çekirdek aileye dahil olan ya da ayrılanlar, sosyal değişimler gibi durumlardan etkilenebilir. Bir aile üyesindeki değişim bütün aile üyelerini etkileyebilir. Bu değişimler ile denge bozulabilir ve ailedeki örüntüler, kurallar, iletişim tarzları ile tekrar sağlanabilir (Satir, 1964). "Bizi Hatırla" filminin genel konusuna baktığımızda, Eşref'in hastalığı ile aile dengesinin nasıl değiştiğini ve yeni oluşan iletişim biçimleri, aile içi duygusal yaşantılar, aile bireylerinin özgüven gelişimi ile yeni dengenin nasıl oluştuğu görülmektedir. Film sahneleri incelendiğinde, 16 numaralı sahnede Uras'ın Eşref'ten öğrendiği argo kelimeyi söylemesi ile aile dengesinin istenmeyen yönde değişmesini; 21 ve 22 numaralı sahnelerde gelişen olaylar ve iletişim biçimleri ile cenaze ve taziyede aile dengesinin gelişerek tekrar sağlanması görülmektedir.



Aile içi duygusal yaşantılar

Satir, duygusal yoksunluk yaşayan ailelerde, aile atmosferinin sıcaklıktan uzak olduğu ve aile üyelerinin birbirleri ile olmaktan hoşnut olmadıklarını ifade etmiştir. Bu tarz ailelerde aile bireylerinin kendilik algılarının ve özgüvenlerinin düşük olduğu görülmektedir. Aile üyeleri birbirlerinden kaçmakta ve kendileri ile daha meşgul olmaktadır. Satir'e göre bu tarz aile içi duygusal yaşantılara sahip aileler sağlıklı aile olarak tanımlanmaktadır (Durak ve Fıfıloğlu, 2007). "Bizi Hatırla" filminde de 2 numaralı sahnede Kaan'ın yaşamında; 5 numaralı sahnede Ece'nin çocuklarına karşı ilgisizliğinde aile içi duygusal yaşantıların bu yönde olduğunu fakat 20 numaralı sahne ile Kaan'ın babasının mektubunu uçakta okuduğu anda gelişen olayların aile içi duygusal yaşantılar kavramını nasıl değiştirdiği görülmektedir.

Çözüm odaklı yaklaşım varsayım ve kavramlarının film üzerinden değerlendirilmesi ve çözüm odaklı yaklaşım varsayımları

Ne işe yarıyorsa onu daha çok yap

Çözüm odaklı terapi yaklaşımında terapistin ilk rolü danışanı işe yaramakta olanı daha fazla yapmaya teşvik etmesidir. Burada önemli olan çözümün niteliği yerine etkili olup olmadığıdır (Okumuşoğlu, 2018). Film üzerinden bu varsayım incelendiğinde, İrem'in müzik ilgisi üzerinden Eşref'in bağ kurması ve bu yönünü güçlendirmesi; 15 numaralı sahnede patronun davet edildiği yemek sahnesinde tüm aile yemeğin iyi geçmesi için çaba göstermesi örnek verilebilir.

İşe yaramıyorsa farklı bir şey yap

Bu ilkeye göre çözüm olarak tanımlanan şey çözüme götürmüyorsa onun yerine farklı şeyler denenmesi gerektiğini vurgular (Okumuşoğlu, 2018). Film üzerinden bu ilkeye baktığımızda, 5 numaralı sahnede Ece'nin otoriter olma davranışı işe yaramadığı için açık iletişime dönmesi; 17 numaralı sahnede hastanede Ece'nin İrem ile farklı tarzda iletişim kurması; Eşref'in gelişimini onaylamayan Ece'nin sonrasında Eşref'i hastanede desteklemesi, anlaşması ve 22 numaralı cenaze sahnesinde Ece'nin ve Kaan'ın olumlu tutumları örnek verilebilir.

Bozulmadiysa tamir etme

Bu ilke çözüm odaklı terapinin kapsayıcı ilkesidir. Çözüm odaklı terapiye göre problem yoksa müdahale olmamalıdır (Okumuşoğlu, 2018). Bu ilke film üzerinden bakıldığında, aile üyeleri birbirleri için en baştan itibaren tek tek değerli olduğu sahnelerin genelinde görülmekte sadece nasıl davranacaklarını bilmemelerinden dolayı problem ortaya çıktığı görülmektedir. Örnek olarak, Ece ile İrem'in ilişkisine baktığımızda, çocuğun gelişiminin ve iyi olma halinin Ece için değerli olduğu ve annenin korumacı yaklaşımından dolayı 14 numaralı sahnede Eşref'i suçladığı görülmektedir.



Çözüm odaklı yaklaşım kavramları

Güçlü yanlar ve kaynaklar

Filmde karakterlerin güçlü yanları onların değişimleri ve yaşamlarında çözüme ulaşmaları için kaynak işlevi görmüştür. Çözüm odaklı yaklaşıma göre, başarılarla odaklanıldığında faydalı değişimler de ardından gelmektedir (Okumuşoğlu, 2018). Aşağıda her bir karakterin güçlü yanı ve bunu yansıttığı sahneler sıralanmıştır;

Eşref, bağ kuran, iletişim becerileri güçlü, çözüm odaklı, doğal ve içten, sabırlı ve koruyucu tutuma sahip bir karakterdir. 9 numaralı sahnede Eşref'in İrem'in bulimia olduğunu fark etmesi; onun güçlü yanı olan bağ kuran, çözüm odaklı yaklaşımı sayesinde gerçekleşmiştir. 3 ve 7 numaralı sahnede Eşref oğlunun evine gelerek yük olmak istememektedir. Bu sahnede "İnsan eti ağırdır." diyerek buna ilişkin kaygısını oğluna belirtmektedir. Bu kaygı oğlu için sergilediği koruyucu tutuma örnektir.

Kaan, bakım veren, çalışkan, yakınlarının ihtiyaçlarına duyarlı, pratik, rollere karşı saygılı bir karakterdir. 2 numaralı sahnede Kaan'ın hareketli ve stresli bir hayatı olduğu ve sürekli zamanla yarıştığı görülmektedir. Kaan çalışkanlığı ve pratikliği ile mücadele etmeye çalışmaktadır. Ayrıca 4 numaralı sahnede babasının hasta olduğunu öğrendiği anda ihtiyaçlara duyarlı bir tutum geliştirmiş ve çözüm için harekete geçerek kaynaklarından faydalanmıştır. 13 numaralı sahnede Ece ile olan tartışmada ikisinin de yaşam rollerine bağlılığı güçlü yanları olarak ön plana çıkmaktadır.

Ece'nin güçlü yönleri arasında; öğrenmeye açık, esnek, ailesine karşı koruyucu, ev düzeni ve çocuk bakımı ile ilgili özenli ve cesaretli olması sıralanabilir. 6 numaralı sahnede Ece'nin Eşref'in geleceğini öğrendiğinde verdiği tepki çekirdek ailesinin sınırlarını koruma isteği ile açıklanabilir. 11 numaralı sahnede Eşref'in İrem'i tuvaletin önünde dinlerken Ece'nin tanık olarak tedirgin olması, onun ailesine karşı koruyucu tutumuyla ilişkilendirilebilir. Aynı tutum benzer biçimde 12 numaralı sahnede de görülebilir. 17 numaralı sahnede Ece'nin İrem ile iletişim biçimini değiştirerek uzlaşma isteği bize Ece'nin esnek yönünü göstermektedir.

Filmin diğer karakterlerinden İrem, kendini ifade edebilen, kararlı, hak arayan, ilgilerine tutkuyla bağlı, yetenekli, içten bir genç kızdır. 17 numaralı sahnede İrem'in itirazlara rağmen hastaneye gelmesi kararlı yanıyla ilişkilendirilebilir. 22 numaralı cenaze sahnesinde dedesinin kaybı sonucu oluşan yaşla, müzik yeteneği ile baş etmesi de güçlü yanını göstermektedir. Uras, ilişki kurulduğunda gelişim gösteren bir yapıya sahiptir. 16 numaralı sahnede Eşref'in Uras ile ilişki kurmasından sonra Uras'ın Eşref'ten öğrendiği kelimeyi söylemesi bu yapıyı göstermektedir. Leman, destekleyici, sıcakkanlı, özverili, dost canlısıdır. 1 numaralı sahnede Eşref'in Leman ile oğlunun ziyaret etmemesiyle ilgili konuştuğu sahnede Leman'ın destekleyici tutumu görülmektedir. Fatoş ise çalışkan, samimi, dürüst, gelişime açık, gözlem kapasitesi yüksek, kabul edici biridir. 21 numaralı sahnede Eşref'in hastaneden kaçış anında Fatoş'un tepkileri onun samimi, kabul edici karakterini yansıtmaktadır.



Değişim sürekli ve kaçınılmazdır

Çözüm odaklı terapi yaklaşımına göre değişim sürekli ve kaçınılmazdır. Bu varsayım film üzerinden incelendiğinde, Eşref'in eve gelmesiyle birlikte aile dinamikleri ve ilişkileri kartopu gibi değişim göstermiştir. 6 numaralı sahnede Kaan'ın babasının eve geleceğinin öğrenilmesiyle ailedeki her üye için değişim başlamıştır. Bu noktadan itibaren aile üyeleri arasında daha öncekine göre farklı bir iletişim kurulmuştur. 10 numaralı sahnede Kaan ile Ece arasında Eşref yüzünden bir gerilim olması, aile ilişki dinamiğinin değişmesi ve gelişimin sürekli ve kaçınılmazlığı ile açıklanabilir. 14 numaralı sahnede Kaan'ın babasının acil ameliyat olması gerektiğini öğrenmesi sadece Kaan'da değil, tüm ailede değişim yaratmıştır ve hem Ece hem de Kaan'ın tutumlarında değişime yol açmıştır.

Her problemin çözümünü sağlayacak istisnalar vardır

Çözüm odaklı terapinin bir diğer varsayımı ise her problemin çözümünü sağlayacak istisnalar vardır yaklaşımıdır. Film incelendiğinde, ev ile ilgili kurallar ve rolleri ne kadar çatışmaya sebep olsa da ev düzeninin işe yaradığı zamanlar da karşımıza çıkmaktadır. Kaan'ın iş stresi devreye girdiğinde iletişim kapalı olurken ve kurallar işlemezken işten kaynaklı dahi olsa 15 numaralı sahnede patronun davet edildiği yemekte bir arada olmak ailenin işlevsel rutinlerinden biri olduğunu göstermiştir. Yemek sahneleri çoğunlukla olumsuz hisler yaratsa da ailenin işlevselliğini kazanması ve sorunların fark edilmesi açısından önemli sahneler olarak görülmektedir.

Küçük değişiklikler genişleyerek büyük değişimler sağlar

Çözüm odaklı terapi yaklaşımına göre küçük değişiklikler genişleyerek büyük değişimler sağlar (Sklare, 2016). Filmde de bunun örneklerini görmekteyiz. Örneğin, 16 numaralı sahnede Eşref'in Uras'la iletişim kurması ve çocuğun konuşmaya başlaması; 17 numaralı sahnede Ece'nin İrem'in hastaneye izinsiz gelme davranışını onaylaması, tüm bu küçük değişimler ile aile içi iletişimde büyük değişimler sağladığını göstermiştir. Bu büyük değişimler, 18 numaralı sahnede Kaan, Eşref ile hastane önünde açık iletişim kurması ve 19 numaralı sahnede Ece kendi kök ailesi ile hesaplaşmasında görülmektedir.

Çözüm odaklı terapide terapistin rolü ve Eşref karakteri

Çözüm odaklı terapide terapistin rolü danışanla bir hiyerarşi olsa bile hep eşitlikçi ve rehber niteliğindedir. Terapist yargılamaz, yorum yapmaktan kaçınır, çözüme giden seçenekleri daraltmaz, çoğaltır (Okumuşoğlu, 2018). Film bu rol üzerinden değerlendirildiğinde, Eşref'in aile üzerinde bir terapist rolü üstlendiği ve aileyi problemlerin çözümüne eşitlikçi ve kapsayıcı şekilde götürdüğü görülmektedir. 8 numaralı sahnede yemek sofrasında Kaan'ın İrem'e bağırdığında Eşref'in müdahalesi ile terapistin rolünü üstlendiği görülmektedir. 9 numaralı sahnede Eşref'in İrem'in bulimia olduğunu fark etmesi; 13 numaralı sahnede Ece ile Kaan'ın tartışmasının ardından Eşref'in aile dengesini korumak için yaşadığı şehre dönmek istemesi ve aile sisteminden çıkmaya çalışması Eşref'in bu rolünü göstermektedir. Ayrıca 18 numaralı sahnede Eşref ile Kaan'ın hastane önünde olan konuşması ve 20 numaralı sahnede Kaan'ın babasının mektubunu okuması bize Eşref'in çözüm odaklı ve destekleyici bakış açısını göstermiştir.



Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Aile psikolojik danışmanlığı kuramları konuyla ilgili araştırmacılar, uygulayıcılar ve öğrenciler için aile sistemini anlama ve terapötik sürecin yapılandırılmasına ilişkin açıklamalar sunarlar. Aile psikolojik danışmanlığına ilişkin temel kuramlar arasında Yaşantısal Aile Terapisi ve Çözüm Odaklı Kısa Aile Terapisi, her biri kendine özgü kavram ve tekniklere sahip iki farklı yaklaşımdır. Yaklaşımlarındaki farklılıklarına rağmen şimdi ve buradaya ve güçlü yönler odaklanma, aile üyeleri arasında çatışmalarda farklılıkları uyumlu bir etkileşim noktasından çözüme, aile sistemi içinde pozitif yönde değişimi kolaylaştırma (Banmen, 2002; Banmen ve Maki-Banmen, 2014; Reiter, 2016) noktalarında birleşirler. Bu çalışmada, her iki aile terapisinin anahtar kavramları ve ilkeleri “Bizi Hatırla” filminin senaryo akışı içinde seçilen aile yaşamı sahneleri ele alınarak doküman analizi yöntemiyle incelenmiştir. Filmin seçilen aile yaşamı sahneleri üzerinden her iki psikolojik danışma yaklaşımının perspektifinden analiz edilmesi, her birinin farklı veya benzer şekillerde aile dinamiklerini nasıl ele aldığını göstermeye yardımcı olabilir. Bizi Hatırla filmi aile yapısı, aile türü, aile yaşam döngüsü, aile ilişkileri, aile içi iletişim, kök aile ile ilişkiler gibi doğrudan evlilik ve aile psikolojik danışmanlığı konularını içermektedir. Ayrıca film kahramanlarının bireysel ve aile ilişkileri içinde; toplumsal cinsiyet rolleri, iş yaşam dengesi, iş aile çatışması, çocukluktan yaşlılığa gelişim ve uyum problemleri, travmatik yaşam deneyimleri, stres yönetimi ve bakım yükü stresi gibi kültürel, gelişimsel ve kariyer konularıyla ilişkili değerlendirilebilecek temalar da sunmaktadır. Buradan hareketle, aile psikolojik danışmanlarının eğitim yaşamlarında ve uygulama deneyimlerinde, aile sistemlerinin temel kavramlarının yanı sıra aile sistemini bireysel ve toplumsal olarak etkileyen konularda da yeterliliklerinin desteklenmesi önerilebilir.

Yaşantısal Aile Terapisi, aile içindeki roller, hiyerarşiler, iletişim ve sınırlar gibi yapısal unsurları vurgulayarak, aileyi bir sistem olarak ele alır. Bu yaklaşımda aile psikolojik danışmanı, aile üyeleri arasındaki ilişkileri anlamak ve aile sistemindeki dengesizlikleri belirlemek için aile içi ilişkileri gözler. Aile üyelerinin daha sağlıklı ve işlevsel aile dinamikleri oluşturmalarına yardımcı olmak amacıyla rolleri ve iletişim tarzları üzerinde çalışır. Bu yaklaşımda danışman ile danışan arasındaki ilişkinin önemine vurgu yapılmakla birlikte, dönüşümsel değişimin gerçekleştiğinde danışanın kendisiyle geliştirdiği ilişkinin öneminin daha fazla olduğu vurgulanmaktadır (Sayles, 2002). Danışmanların temel sorumluluğu değişim süreci boyunca danışanları desteklemek için rehberlik etmektir (Beaudry, 2002; Wretman, 2015). Değişim sürecinden ve bireyden ya da mevcut sorunlardan bağımsız olarak Satir'in odak noktası, olumsuz öğrenmeyi unutmak yerine her zaman olumlu öğrenmeyi teşvik etmek olmuştur (Wretman, 2015). Diğer yandan, Çözüm Odaklı Kısa Aile Terapisinde ailenin güçlü yanlarına ve çözüm odaklı düşünmeye odaklanılır. Aile psikolojik danışmanı, aile üyelerinin geçmiş sorunlarına odaklanmak yerine, gelecekteki hedeflere yönelmelerini sağlamaya çalışır. Bu yaklaşıma göre, çok fazla stres altında olan aileler, problem çözme konusundaki yeteneklerini ve güçlü yönlerini gözden kaçırma eğilimindedirler (O'Hanlon ve Weiner-Davis, 1989). Bu noktada Çözüm odaklı terapistin görevi ailelerin bu istisnaları fark etmelerine yardımcı olmak ve onları bu istisnaların ilişkili olduğu davranışları daha fazla sergilemeye cesaretlendirmektir. Terapist, aile içinde ne olmasını istediklerine ve tedavi için neyi hedef olarak belirlemeleri gerektiğine karar verdiklerinde, ailenin istisnalara odaklanarak geçmiş çözümleri veya önceki başarıları fark etmesine yardımcı olur (Berg, 1994; Cade ve O'Hanlon, 1993; O'Hanlon ve Weiner-Davis, 1989).



Belirlenen sahneler Yaşantısal ve Çözüm Odaklı Aile Terapisi bakış açılarına göre incelenmiştir. Yaşantısal Aile terapisinde öne çıkan temalar; “aile sorunun odaklandığı kişi, aile işlevselliği, interapsişik sistem, interaktif sistem, ailede özgüven aile içi iletişim, aile dengesi ve aile içi duygusal yaşantılar” olarak ortaya çıkmıştır. Çözüm Odaklı Kısa Süreli Aile Terapisinde ise “ne işe yarıyorsa onu daha çok yap, işe yaramıyorsa farklı bir şey yap, bozulmadıysa tamir etme, güçlü yanlar ve kaynaklar, değişim sürekli ve kaçınılmazdır, her problemin çözümünü sağlayacak istisnalar vardır, küçük değişiklikler genişleyerek büyük değişimler sağlar ve terapistin rolü” olarak sıralanmıştır. Her iki yaklaşımın kavramsal açıklama ve ilkeleri filmin sahneleri ile ilişkilendirilmiştir. Aynı sahneler yaklaşımların kavramsal açıklamalarına göre açıklanmış ve yaklaşım farklılıkları aynı sahnelerin farklı temalarla değerlendirilmesini sağlamıştır. Aile sistemi içinde dengesizlikler, ilişkiler Yaşantısal Aile terapisinde ön plana çıkarken Çözüm Odaklı Kısa Süreli Aile Terapisinde ise aynı sahneler aile üyelerinin güçlü yanları olarak değerlendirilmiştir.

Filmler, değerli öğretim kaynakları olarak kullanılabilir zengin bir içerik sunar. Aile psikolojik danışmanlığı ile ilgili olanlar da dahil olmak üzere aile psikolojik danışmanlığı ile ilişkili temaları keşfetmek için kullanılabilir gerçek yaşam senaryoları ve kesitleri sağlarlar. Konuyla ilgili öğrenme yolculuğunda öğrenciler ve uygulayıcılar, filmlerde tasvir edilen karakterleri ve aile içindeki etkileşimlerini analiz ederek, bu kavramları ve bunların gerçek yaşamdaki durumlarla nasıl ilişkilendirildiğini daha derinden keşfedebilirler. Filmler ayrıca kuramsal açıklamalar ve etik ikilemler hakkındaki tartışmaları kolaylaştırabilir, eleştirel düşünmeyi ve problem çözme becerilerini teşvik edebilir. Geleneksel yöntemlerle karşılaştırıldığında film analizinin aile psikolojik danışmanlığı eğitiminde kullanılması öğrenme ortamını ilgi çekici hale getirerek etkileyici bir öğrenme ortamı yaratabilir. Öğrencilerin görsel ve işitsel duyularına hitap ederek eğitim deneyimini daha eğlenceli kılabilir, odaklanmaları, bilgileri daha iyi akılda tutmaları sağlanabilir. Farklı öğrenme stillerine sahip öğrencilerin derse katılımını, konuya olan ilgilerini ve motivasyonlarını artırabilir.

Eğitimi devam eden aile psikolojik danışmanları ve deneyimli danışmanlar için film analizi yöntemini kullanmak değerli öğrenme fırsatları sunarak eleştirel olarak bilgilendirilmiş bir bakış açısı sağlayabilir. Eğitim sırasında süpervizyon oturumları önemli olmakla birlikte, aile üyelerinin psikolojik danışma oturumlarına getirdikleri konular, geliş amaçları ve aile özelliklerinin çeşitliliği bağlamında değerlendirilen vakalar sınırlayıcı olabilir. Bu bağlamda filmler; senaryo ve film karakterleri aracılığıyla aile sorunları, ailenin yaşam kesiti ve kültürel geçmişleri ile farklı kültürel normlar, değerler ve deneyimler hakkında fikir edinme olanağı sunabilir. Bu bilgi edinme olanağı, psikolojik danışmanların farklı aile yapılarına ve kültürel geçmişlere sahip aileleri daha iyi anlamasını ve onlarla bağlantı kurmasını sağlayarak kültürel yetkinliği ve aile danışma becerilerini arttırabilir. Filmleri terapi eğitimine ve profesyonel gelişime etkili bir şekilde dahil etmek için derslerde, film içeriğine dayalı olarak yapılandırılmış tartışmalar, ödevler veya vaka çalışmaları kullanılabilir. Film analizinin öğretim materyalleri olarak kullanılması, süpervizörler ve eğitimciler için aile psikolojik danışmanlığına ilişkin kavramları ve ilkeleri öğrencilerine aktarmalarında bir araç olabilir. Filmin karakterlerinin bireysel öyküleri ile ilişkili her birinin aile üyesi olarak yaşam rolleri, aile içindeki işlevleri, iletişim örüntüleri, değerlendirildiğinde “Bizi Hatırla” filmi aile psikolojik danışmanlığı kuramsal yeterliliklerini arttırma için etkili bir eğitim materyali olarak kullanılabilir. Bunun yanı sıra filmler, aile psikolojik danışmanlığı oturumlarında danışanın aile sistemindeki yerini anlayıp keşfetmesinde bir terapi tekniği olarak kullanılabilir.

Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, (2024), 15 (1), 223-243.
Western Anatolia Journal of Educational Sciences, (2024), 15 (1), 223-243.
Diğer / Other



Bu çalışmada “Bizi Hatırla” filminin Çözüm Odaklı Kısa Süreli Aile Terapisi ve Yaşantısal Aile Terapisi kavramları bağlamında değerlendirilmiştir. Bu bağlamda aile psikolojik danışmanlığı alanında öğretim materyali ve aile psikolojik danışmanlığı oturumlarında bir araç olarak kullanılabilir. Bu çalışmada film iki kuramsal bakış açısıyla ele alınmıştır. Bu film farklı yaklaşımlarla da incelenebilir. Feminist bakış açısı ile incelemek için uygun olduğu düşünülmektedir. Ayrıca çözüm odaklı ve yaşantısal yaklaşıma dayalı olarak farklı filmler de analiz edilebilir.



Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, (2024), 15 (1), 223-243.
Western Anatolia Journal of Educational Sciences, (2024), 15 (1), 223-243.
Diğer / Other

Kaynakça

- Banmen, J. (2002). The Satir model: Yesterday and today. *Contemporary Family Therapy, 24(1)*, 7-22. <https://doi.org/10.1023/A:1014365304082>.
- Banmen, J. ve Maki-Banmen, K. (2014). What has become of Virginia Satir's therapy model since she left us in 1988?. *Journal of Family Psychotherapy, 25(2)*, 117-131. <https://doi.org/10.1080/08975353.2014.909706>.
- Bayram, F. ve Özkamalı, E. (2020). Sinema Terapi: Aile Danışmanlığı Alanında Sinema Terapi Çalışmalarının İncelenmesi. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, 16(28)*. <https://doi.org/10.26466/opus.687535>.
- Beaudry, G. (2002). The family reconstruction process and its evolution to date: Virginia Satir's transformational process. *Contemporary Family Therapy, 24(1)*, 79-91. <https://doi.org/10.1023/A:1014373605900>.
- Berg, I. K. (1994). *Family-based services: A solution-focused approach*. WW Norton & Co. Berg, I. K. ve Miller, S. D. (1992). *Working with the problem drinker: A solution-focused approach*. W. W. Norton & Company.
- Beyebach, M. (2009). Integrative brief solution focused family therapy: A provisional roadmap. *Journal of Systemic Therapies, 28 (3)*, 18-35. <https://doi.org/10.1521/jsyt.2009.28.3.18>.
- Cade, B. ve O'Hanlon, W. H. (1993). *A brief guide to brief therapy*. WW Norton & Co.
- Dermer, S. B. ve Hutchings, J. B. (2000). Utilizing movies in family therapy: Applications for individuals, couples, and families. *The American journal of family therapy, 28(2)*, 163-180. <https://doi.org/10.1080/019261800261734>.
- Durak, Ş. E. ve Fışiloğlu, H. (2007). Film Analizi Yöntemiyle Virginia Satir Aile Terapisi Yaklaşımına Bir Bakış. *Türk Psikoloji Yazıları, 10(20)*.
- Flick, U. (2018). *An introduction to qualitative research*. Sage Publishing. <https://doi.org/10.4135/9781529622737>.
- Gençöz, F. ve Aka, B. T. (2007). Sinema Tadında Terapi: Sinematerapi. *Bilim ve Teknik, 473*.
- Gladding, S. (1994). Teaching family counseling thorough the use fiction. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6978.1994.tb00285.x>.
- Gladding, S. T. (2012). *Aile Terapisi, Tarihi, Kuram ve Uygulamaları (İ. Keklik, Çev. Ed.)*. Ankara: Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği.
- Goldenberg, H. ve Goldenberg, I. (2012). *Family therapy: An overview*. California: Brooks/Cole.
- Innes, M. (2002). Satir's Therapeutically Oriented Educational Process: A Critical Appreciation. *Contemporary Family Therapy, 35-56*. <https://doi.org/10.1023/A:1014369504991>.
- Kafes, A. Y. (2021, Nisan). İkinci Kuşak Aile Terapileri. 4th International Social Sciences Congress, 179-189.
- Korkut, Y. (2001). Aile Danışmanlığı ve Aile Terapisi Hizmetleri. *Psikoloji Çalışmaları, 22*, 111-133.
- Lappin, J. (1997). Two thumbs up: A supervisor's guide to the use of films. In C.L. Storm & T. C. Todd (Eds.). *The Reasonably Complet Systemic Supervisor*. Boston: Allyn and Bacon.
- Li, Y., Lee, S. H., Yeh, C. H. ve Kuo, C. C. (2006). Techniques for movie content analysis and skimming: tutorial and overview on video abstraction techniques. *IEEE signal processing magazine, 23(2)*, 79-89. <https://doi.org/10.1109/MSP.2006.1621451>.
- Meier, S.T. ve Davis, S.R. (2014). *Psikolojik Danışma: Temel öğeler (S. Doğan, D.Y. Bektaş, E. Kocabaş Özeke ve S. Denizli, Çev.)*. Ankara: Pegem Akademi.
- Merriam, S. B. ve Tisdell, E. J. (2016). *Basic qualitative research. Qualitative research: A guide to design and implementation (4th ed.)*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.

Taşdelen Karçkay, A., Toprak, B. ve Alkan, D. (2024). Yaşantısal ve çözüm odaklı aile terapisi bakış açısıyla "bizi hatırla" film analizi. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, 15(1)*, 223-243.
DOI. 10.51460/baebd.1411786



Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, (2024), 15 (1), 223-243.
Western Anatolia Journal of Educational Sciences, (2024), 15 (1), 223-243.
Diğer / Other

- Miles, M. B. ve Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Murdock, N. L. (2016). *Psikolojik Danışma ve Psikoterapi Kuramlar: Olgu Sunumu Yaklaşımıyla* (F. Akkoyun, Çev. Ed.) Ankara: Nobel.
- Nazlı, S. (Ed.). (2020). *Evlilik ve Aile Psikolojik Danışmanlığı*. Ankara: Anı Yayıncılık
- Nichols, M.P. ve Schwartz, R. C. (1998). *Family therapy: Concepts and methods*. Boston: Allyn and Bacon.
- O'Connell, B. (2005). *Solution-Focused Therapy*. London: Sage Publications.
- O'Hanlon, W. ve Weiner-Davis, M. (1989). *In search of solutions: A new direction in psychotherapy*. New York: W. W. Norton
- Okumuşoğlu, S. (2018). *Çözüm Odaklı Olmak*. Nobel: Ankara.
- Özgüven İ. E. (2001). *Ailede İletişim ve Yaşam*. PDREM Yayınları: Ankara.
- Powell, M. L. (2008). *Cinematherapy as a Clinical Intervention: Theoretical Rationale and Empirical Credibility* (Doctoral dissertation). University of Arkansas, Arkansas.
- Reiter, M. D. (2016). *Solution-focused sculpting*. *Journal of Systemic Therapies*, 35(3), 30-41. <https://doi.org/10.1521/jsyt.2016.35.3.30>.
- Satir, V. (1964). *Conjoint Family Therapy: A guide to theory and technique*. USA: Science & Behavior Books, Inc.
- Satir, V. (2001). *İnsan yaratmak: Aile terapisinin başyapıtı*. İstanbul: Beyaz Yayınları.
- Satir, V. ve Baldwin, M. (1983). *Satir Step by Step: A Guide to Creating Change in Families*. Palo Alto, CA: Science & Behavior Books.
- Satir, V., Banmen, J., Gomori, M. ve Gerber, J. (1991). *The Satir model: Family therapy and beyond*. Palo Alto, Calif.: Science and Behavior Books.
- Sayles, C. (2002). *Transformational change-based on the model of Virginia Satir*. *Contemporary family therapy*, 24(1), 93-109. <https://doi.org/10.1023/A:1014325722738>.
- Sklare, B.G. (2016). *Okul Danışmanları için Çözüm Odaklı Kısa Süreli Psikolojik Danışma* (Çiğdem Müge Siyez, çev.). Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Strauss, A. ve Corbin, J. (1990). *Basics of qualitative research*. Sage publications.
- Swingewood, A. (1998). *Sosyolojik Düşüncenin Kısa Tarihi* (O. Akınhay, Çev.). Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Wretman, C. J. (2015). *Saving Satir: Contemporary perspectives on the change process model*. *Social Work*, 61(1), 61-68. <https://doi.org/10.1093/sw/swv056>.