

## Pozitif Psikoloji Temelli Erdemler ve Karakter Güçleri Bağlamında “Umudunu Kaybetme” Filminin Analizi

Analysis of the Movie “The Pursuit of Happyness” from the Perspective of Virtues and Character Strengths in the Context of Positive Psychology

Ramazan Demir , Abdülkadir Toprak , Kenan Tel , Ali Akyüz  ve Türkan Ateş Erdem 

**Öz.** Bu çalışmada, “Umudunu Kaybetme” filminin erdemler ve karakter güçleri açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Girişte, pozitif psikoloji ile erdemler ve karakter güçlerinden bahsedilmiştir. Yöntem bölümünde, filme ilişkin tanıtıcı bilgilere, oyunculara, karakterlere ve olay akışına değinilmiştir. Araştırmada, nitel araştırma yöntemlerinden doküman incelemesi kullanılmıştır. Bulgular kısmında, erdemler ve karakter güçleri açısından film karakteri ve film sahneleri analiz edilmiştir. Analiz sonucunda; insanîyet erdemi altında, sosyal zekâ, sevmeye ve iyi yüreklilik; aşkınlık erdemi altında, umut, mizah ve maneviyat; bilgelik erdemi altında, merak, öğrenme aşkı ve özgünlük; cesaret erdemi altında, sebatkârlık, yaşam coşkusu ve dürüstlük tespit edilmiştir. Çalışma, sonuç ve öneriler bölümü ile tamamlanmıştır. Bu çalışmadan, okul ortamında karakter güçlerini desteklemek adına ergenlik dönemi öğrencileri için faydalanılabilir. Yetişkin bireyler kendi karakter güçlerine ilişkin farkındalık kazanabilir. Psikoloji eğitimi alan bireylerde pozitif psikoloji, erdemler ve karakter güçleri, film analizi gibi konularla ilgili eğitimler verilirken kullanılabilir. Film, uygulayıcıların hem bireysel hem grupta psikolojik danışma oturumlarında destekleyici bir unsur olabilir.

**Anahtar Kelimeler:** Pozitif psikoloji, erdemler ve karakter güçleri, Umudunu Kaybetme, film analizi.

**Abstract.** In this study, it is aimed to examine the movie “The Pursuit of Happyness” in the context of virtues and character strengths. In the introduction, positive psychology and virtues and character strengths are mentioned. In the method section information about the film, actors, characters and the flow of events are mentioned. In the research, document analysis, one of the qualitative research methods, was used. In the findings section, movie characters and movie scenes were analyzed in terms of virtues and character strengths. As a result of the analysis; under the virtue of humanity, social intelligence, love and kindness; under the virtue of transcendence, hope, humor and religiousness; under the virtue of wisdom, curiosity, love of learning, originality; under the virtue of courage, persistence, zest and honesty have been identified. The study was completed with the conclusion and suggestions section. This study can be used for adolescent students to support their character strengths in the school environment. Adult individuals can gain awareness of their own character strengths. It can also be used in training for field students on subjects such as positive psychology, virtues and character strengths, and film analysis. The film can also be used as a supporting element by practitioners in both individual and group counseling sessions.

**Keywords:** Positive psychology, virtues and character strengths, The Pursuit of Happyness, movie analysis.

### Ramazan Demir

Millî Eğitim Bakanlığı, Mersin, Türkiye  
E-posta: [rdemir3303@gmail.com](mailto:rdemir3303@gmail.com). 0000-0002-3864-558X

### Abdülkadir Toprak

Millî Eğitim Bakanlığı, Mersin, Türkiye  
E-posta: [kdtoprak@gmail.com](mailto:kdtoprak@gmail.com). 0009-0005-2118-2776

### Kenan Tel

Millî Eğitim Bakanlığı, Mersin, Türkiye  
E-posta: [kenantel1219@gmail.com](mailto:kenantel1219@gmail.com). 0009-0008-6924-6718

### Ali Akyüz

Millî Eğitim Bakanlığı, Mersin, Türkiye  
E-posta: [akyuzali33@gmail.com](mailto:akyuzali33@gmail.com). 0009-0004-8955-4380

### Türkan Ateş Erdem

Millî Eğitim Bakanlığı, Mersin, Türkiye  
E-posta: [trksareme@gmail.com](mailto:trksareme@gmail.com). 0009-0001-6523-7450

**Geliş/Received:** 23 Eylül 2024/23 September 2024  
**Düzeltilme/Revision:** 12 Kasım 2024/12 November 2024  
**Kabul/Accepted:** 16 Aralık 2024/16 December 2024



Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği  
Turkish Psychological Counseling and Guidance Association

Psikoloji tarihi incelendiğinde, problem odaklı yaklaşımların bireyin sorunlarına odaklandığı görülmektedir. Problem odaklı yaklaşımlarda bireyin var olan sıkıntısının giderilmesi ya da azaltılması amaçlanmaktadır. Ancak sağlıklı insanı sadece sorunu olmayan insan olarak tanımlamak yeterli değildir. Bununla birlikte, bireyin her yönden iyilik hali içerisinde olması istenmektedir. Pozitif psikoloji yaklaşımı da psikolojideki bu yönü eleştirerek buradaki boşluğu tamamlamayı amaçlamıştır (Demir ve Türk, 2020; Hefferon ve Boniwell, 2014; Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000). Seligman (2002), psikolojinin sadece zayıflığı ve hastalığı incelememesi gerektiğini aynı zamanda iyi özellikleri ve güçlü yanları da incelemesi gerektiğini; olması gerekenin sadece yanlış olanı düzeltmek olmadığını aynı zamanda doğruyu inşa etmek olduğunu belirtmiştir. Bu nedenle psikoloji yaklaşımları içerisinde pozitif psikoloji, bireyin yaşamını daha iyi kılacak şeyleri araştırmakta, bireyi neyin iyi kıldığı ile ilgilenmekte, var olan olumlu özellikleri ile ilgili araştırmalara odaklanmaktadır (Peterson, 2000).

Pozitif psikoloji bireyin zayıf yönleri olduğu kadar güçlü yönleri olduğunu belirtmektedir. Tam bu noktada bireyin güçlü yönleri ile ilgilenen konu alanı olarak pozitif psikoloji içerisinde erdemler ve karakter güçleri yer almaktadır. Bu konu alanı, pozitif psikolojinin önemli konularının başında gelmektedir. Pozitif psikoloji her kişinin olumlu özelliklere sahip olduğunu, böyle bir potansiyel taşıdığımızı, bunların farkına vararak ruhsal sorunlarımız için kullanabileceğimizi belirtir (Boniwell, 2012; Peterson ve Park, 2004). Bireylerin var olan güçlü yönleri pozitif psikoloji bağlamında erdemler ve karakter güçleri sınıflaması ile ele alınmaktadır. Bu sınıflama altı erdem ve bunların altında yer alan yirmi dört karakter gücünden oluşmaktadır (Peterson ve Seligman, 2004). İnsaniyet erdemi bireyin diğerleri ile yakınlık kurmasını, dostça bir yaklaşım sergilemesini ifade etmektedir. Bu erdem altında, sosyal zekâ, iyi yüreklilik ve sevmeye karakter güçleri yer almaktadır. Bilgelik erdemi, bireyin bilgiye ulaşmak için istekliliği ve bu bilgileri kullanmasını ifade etmektedir. Bilgelik erdemi altında, öğrenme aşkı, özgünlük, merak, açık fikirlilik ve çok yönlü bakış açısı karakter güçleri yer almaktadır. Aşkınlık erdemi, bireyin kendinden daha büyük varoluşla bağ kurmasını ve anlamı barındırır. Aşkınlık erdemi altında, maneviyat, minnettarlık, umut, estetik ve mükemmelliğin takdir edilmesi, mizah karakter güçleri yer almaktadır. Ölçülülük erdemi, bireyin yaşamında aşırıya kaçmamasını içermektedir. Bu erdem altında, tedbirlilik, affetme, öz düzenleme, alçakgönüllülük karakter güçleri yer almaktadır. Cesaret erdemi, engellere rağmen iradeli davranmayı içermektedir. Bu erdem altında, yaşam coşkusu, cesur olma,

dürüstlük, sebatkârlık yer almaktadır. Adalet erdemi, toplumsal yaşamın sağlıklı bir şekilde devamına katkı sunan karakter güçlerini barındırmaktadır. Bu karakter güçleri arasında, hakkaniyet, liderlik ve takım çalışması yer almaktadır (Peterson ve Seligman, 2004).

Karakter güçlerine yönelik çalışmaların psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri açısından önemli yeri bulunmaktadır. Karakter güçleri, öğrencilerin akademik başarıları üzerinde etkili olmaktadır. Okulda bulunan psikolojik danışmanlar karakter güçlerini destekleyebilecek bir rol içerisindedir. Okul psikolojik danışmanları öğrencilerin sadece olumsuz özellikleri ile ilgili değil güçlü yönleri ile de ilgilenmelidir (Park ve Peterson, 2008a). Elbette bu bakış açısı ile karakter güçlerinin önemine ilişkin farkındalığın sadece okul psikolojik danışmanı ile sınırlı olması yeterli değildir. Okulda bulunan yönetici, öğretmen ve velilerin ortak bir noktada buluşup güçlü yönlerin kullanılması için birlikte çalışmalar yürütmesi önemlidir (Demir ve Murat, 2021a). Bu açıdan okul ortamında karakter güçleri temelli uygulamalar öğrencilerin güçlü yönlerinin farkına varmasını ve kullanması desteklemektedir. Öğrencilerin gelişim dönemine uyumlu ve güçlü yönlerini geliştirecek uygulamalar okul ortamında kullanılmaktadır. Örneğin, ‘Güçler jimnastiği’ adıyla karakter güçlerine dayalı müdahale programında ilgili çalışmalar müfredata entegre edilerek yürütülmekte ve verim alınmaktadır (Proctor vd., 2011). Yine müfredata entegre edilen ve güçlü yönler üzerine yönelik kutlama etkinliklerinin de bulunduğu programda hikayeler üzerinden karakter güçleri ele alınmaktadır (Eades, 2008). Benzer bir uygulamada öğrencilere uygulanan güç temelli bir modelde öğrencilerin farkındalık kazanıp günlük yaşam becerilerinde kullanımı teşvik edilmektedir (Park ve Peterson, 2008b). Türkiye’ye özgü ergenlik grubu öğrencilerine yönelik geliştirilen karakter güçlerini desteklemeye yönelik psikoeğitim programında ise öğrencilerin karakter güçlerinin farkına varması ve kullanımına yönelik uygulamalara yer verilmiştir (Demir vd., 2022).

Millî Eğitim Bakanlığı tarafından yayımlanan sınıf rehberlik programı (2020) incelendiğinde, pozitif psikolojiden bahsedilmekte özellikle karakter güçlerinin önemine değinilmektedir. Karakter güçlerine dayalı sınıf rehberlik etkinliklerinin programda yer aldığı görülmektedir. Okullarda karakter güçlerine dayalı uygulamalar yapılması öğrencilerin karakter güçlerinin farkında olmasına ve bunları işlevsel olarak kullanmasına katkı sunabilir. Böylelikle öğrenciler okullarda güçlü yönlerinden faydalanabilir. Gerek okul ortamında genel gerekse sınıf içi uygulamalar ile karakter güçleri desteklenebilir. Karakter güçlerini

desteklemek için yapılabilecek uygulamalardan bir tanesi de filmler aracılığıyla özellikle ergenlik dönemindeki öğrencilerin karakter güçlerinin farkına varmasını ve kullanabilmesini desteklemektir (Demir ve Murat, 2021a; Demir ve Murat, 2021b).

Türkiye’de ruh sağlığı alanında yapılan film analizi çalışmaları incelendiğinde, en çok psikolojik danışma kuramları açısından film analizlerinin yapıldığı görülmektedir (Aydın, 2023; Boyacı ve İlhan, 2016; Candan, 2022; Çelikel, 2021; Derin ve Voltan Acar, 2016; Enise ve Gedik, 2023; Faraji ve Toksoy, 2022; Faraji ve Yılmaz, 2023; Hümeýra ve Bingöl, 2023; Kızılay ve Bayram, 2022; Özdemir, 2022; Öztürkler ve Karaaziz, 2021; Serter, 2021; Topbaş ve Şimşek, 2023; Tümlü ve Acar, 2014; Yıldırım ve Kumcağız 2022; Yıldız, 2020; Zengin, 2019). Psikolojik danışma kuramları açısından analizlerin çokça yer almasının yanı sıra özellikle aile danışmanlığı kuramları açısından da analizlerin yapıldığı saptanmıştır (Acar ve Voltan Acar, 2013; Bozdağ, 2018; Demir vd., 2021; Katmer vd., 2021; Mert ve Soyer, 2014; Nadir, 2013; Pak ve Öztürk, 2019; Şenol Durak ve Fışiloğlu, 2007; Tura ve Gül, 2020; Yıldız, 2017). Kuramlara ilişkin bu çalışmaların yanında kişilerarası ilişkilerin (Yazgan, 2023) ve psikolojik sermayenin (Aslan, 2022) de çalışıldığı gözükmektedir.

Türkiye’deki çalışmalar incelendiğinde genelde pozitif psikoloji, özelde ise karakter güçleri bağlamında film analizi çalışmalarının yapılmadığı, literatürde bu anlamda eksiklik bulunduğu saptanmıştır. “Umudunu Kaybetme” filminin Türkiye’de kişilerarası iletişim (Kavut, 2021) ve yoksulluk (Turgut, 2019) bağlamında; yurt dışında özgüven (Pietresz, 2020), başarılı hayat (Wijayanti, 2010), psikanalitik bakış açısından iyi hayata sahip olma (Puspaningrum, 2011), çalışkanlık (Mustafalia, 2012), ihtiyaçlar hiyerarşisi (Subagyo, 2023), üstünlük kompleksi (Zarkasy, 2020) gibi birçok konu başlığı altında incelendiği ancak karakter güçleri bağlamında bir analizin yapılmadığı görülmektedir. Bu açıdan “Umudunu Kaybetme” filminin bazı konu alanlarında analizinin yapılsa da karakter güçleri açısından incelenmediği görülmektedir. Bu kapsamda, bu çalışma literatürdeki bu boşluğu tamamlayacak olması açısından önemli görülmektedir.

Bu çalışmada, okul ortamında özellikle ergenlerin karakter güçlerini filmler aracılığı ile desteklemek amaçlanmıştır. Okul psikolojik danışmanlığı kapsamında öğrencilerle yürütülecek bireysel ve grupla psikolojik danışma ve psikoeğitim çalışmalarında pozitif psikoloji bağlamında karakter güçleri odaklı uygulamalar

yapılabilir. Bu uygulamalardan bir tanesi olarak film analizi türünde bu çalışmadan yararlanılabilir. Bunun yanında, yetişkinler, anne babalar ve öğretmenler de kendi karakter güçlerine ilişkin farkındalık ve işlevsel olarak kullanabilme adına bu çalışmadan faydalanabilir. Tüm bu alanlar okul psikolojik danışmanlığı bağlamında bu çalışmadan faydalanılabilecek alanlar olarak görülmektedir. Ayrıca pozitif psikoloji ve karakter güçlerinin pratik olarak daha hızlı anlaşılması, film üzerinden analiz yapılması gibi katkılar sunması için ruh sağlığı eğitimi alan öğrencilerin mesleki gelişim ve yeterliklerine katkı sunmak amacıyla kullanılabilir.

## YÖNTEM

Bu çalışmada “Umudunu Kaybetme” filminin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada, nitel araştırma yöntemlerinden doküman incelenmesi kullanılmıştır. Doküman incelenmesinde kitap, film veya video gibi ilgili materyaller üzerinden elde edilen verilerin analizi esastır (Yıldırım ve Şimşek, 2013).

Gerek filmin gerekse ilgili sahnelerin seçiminde araştırma konusu olarak erdemler ve karakter güçlerine uygunluğu esas alınmıştır. Bu açıdan “Umudunu Kaybetme” filminin ve sahnelerinin konu alanına uygun olduğu tespit edilmiştir. Analiz edilecek sahnelerin seçiminde tüm araştırmacılar birbirinden bağımsız şekilde erdemler ve karakter güçlerine uygun olan sahneleri belirlemiştir. Ardından ortaya çıkan tüm sahneler tüm araştırmacılar tarafından değerlendirilmiş ve uzlaşa sağlanan sahneler analiz edilmiştir.

Bu bağlamda, bu bölümde, “Umudunu Kaybetme” filminin tanıtımı ve olay akışına yer verilmiştir. Öncelikle, Tablo1’de filmin künyesine, karakterlere ve oyunculara değinilmiştir. Ardından filmin konusu ve olay akışı ifade edilmiştir.

**Tablo 1. Umudunu kaybetme filmi tanıtımı**

Filmin Künyesi		Karakterler	Oyuncular
Yönetmen	Gabriele Muccino	Chris Gardner	Will Smith
Yapımcılar	Todd Black	Christopher Gardner Jr.	Jaden Smith
	Jason Blumenthal	Linda Gardner	Thandie Newton
	James Lassiter	Jay Twistle	Brian Howe
	Will Smith	Alan Frakesh	Dan Castellaneta
	Steve Tisch	Martin Frohm	James Karen
Senarist	Steven Conrad	Walter Ribbon	Kurt Fuller
Uyarlama	HughesWinborne	Tim Ribbon	Domenic Bove
Müzik	Andrea Guerra	Bayan Chu	Takayo Fischer
Türü	Drama, biyografi		
Çıkış tarihi	15 Aralık 2006		
Süre	117 dakika		
Ülke	ABD		

*Not:* Kaynak [https://tr.wikipedia.org/wiki/Umudunu\\_Kaybetme](https://tr.wikipedia.org/wiki/Umudunu_Kaybetme) adresidir.

Filmde, Chris Gardner adındaki başrol oyuncusu geçimini sağlamak için tek umudu olan kemik tarama cihazını satmak için uğraşmaktadır. Ancak bu cihaz pek tercih edilmemektedir. Bu nedenle, Chris Gardner satış yapmakta oldukça zorlanmakta ve borçları gün geçtikçe artmaktadır. Sonunda Chris Gardner'ın karısı Linda kendisinden ayrılmıştır. Chris Gardner, bu sıkıntılı süreç içerisinde arayış içerindedir, sürekli mücadele ederek pes etmemektedir. Chris Gardner, borsa şirketinde, kazancı çok olan bir kişi ile tanışır. Bu şirkete girebilmek için yöneticilerden biri ile bir araya gelmek için çok uğraşmaktadır. Birçok çabası sona taksit zekâ küpünü çözerek yöneticiyi etkilemiş ve onunla görüşme ayarlayabilmiştir. Bu şirkette çalışabilmek için stajyerlik programına kabul edilir ancak bu süreç boyunca şirket hiçbir ödeme yapmamaktadır. Chris Gardner, bir taraftan buradaki eğitimlerine devam etmekte, hatta geceleri bile çalışmakta, bir taraftan da para kazanmak için cihaz satmaya devam etmektedir. Ancak ekonomik durumu gün geçtikçe kötüye gitmekte, önce evinden ayrılmak zorunda kalmış, sonra da kaldığı otelden çıkarılmıştır. Tüm bu zorlu süreci oğlu Christopher ile birlikte yaşamak zorunda kalmış, babalık görevini yerine getirmeye çalışmıştır. Oğlu ile yaşadıkları olaylar ve diyaloglar filmde genişçe yer almaktadır. Stajyerlik programı bittikten sonra sadece bir kişi alacak olan şirket kararını vermiş ve Chris Gardner'ı almaya karar vermiştir. Chris Gardner, bu haberi alınca süreç boyunca zorlandığını ifade ederek çok mutlu olmuştur.

## BULGULAR

### **Erdemler ve Karakter Güçleri Bağlamında Film Ana Karakterinin Analizi**

Filmin ana karakteri olan Chris Gardner (bundan sonra Gardner olarak ifade edilecektir), film boyunca sürekli olarak zorluklarla baş etmek zorunda kalan bir babadır. Gardner, özellikle maddi sıkıntılar yaşamaktadır. Yeni evlendiği zamanlarda risk alarak bütün yatırımını kemik yoğunluğu tarayıcısı cihazına yapmıştır. Kendisinin ve ailesinin geçimini sağlamak için bu cihazlardan satmak zorundadır. Ancak bu cihazlardan istediği kadar satamamaktadır. Yaşadığı maddi zorluklardan dolayı ev kirasını ödeyememekte, vergi cezaları ile boğuşup durmaktadır. Sonunda eşi tarafından terk edilmiştir. Tek çocuğu olan oğluna kendi bakmak istemiş ve yanına almıştır. Ancak çocuğu ile yaşarken de evinden çıkarılmış, sonrasında yerleştiği otelden çıkarılmış, evsizlerin kaldığı barınma yerlerinde kalmak zorunda kalmış, hatta oğlu ile bir geceyi tuvalette geçirmek zorunda kalmıştır. Sürekli olarak maddi zorluklarla boğuşan, bir türlü ekonomik durumunu düzeltemeyen Gardner, çareyi bir stajyerlik programına dâhil olmakta aramaktadır. Bir taraftan altı ay boyunca sürecektir eğitime devam etmekte, bir taraftan oğluna bakmakta, bir taraftan da elindeki cihazları satmaya çalışmaktadır. Gardner'in yaşamı hep koşuşturmaca ve mücadele ile geçmektedir.

Gardner, yukarıda bahsedilen tüm zorluklara rağmen karakter güçleri bağlamında sahip olduğu karakter güçlerini yaşamındaki bu zorlukları aşmak için işlevsel olarak kullanmaktadır. Gardner, insanîyet erdemi açısından kişilerarası karakter güçlerini çok iyi kullanabilmektedir. Diğer kişilerle rahat bir şekilde iletişime geçmekte, ihtiyacı olan anlarda tanımadığı insanlardan fikir ve yardım alabilmektedir. Yeni ortamlara rahat bir şekilde uyum sağlamakta, insanları etkileyebilmektedir. Bu yönü ile sosyal zekâ karakter gücünü işlevsel olarak kullanabilmektedir. Gardner, çok zor şartlar altında bir yaşam sürse de diğer insanlara karşı iyi yürekli bir duruş sergilemekte ve özellikle en yakın olduğu oğluna karşı ihtiyaçlarını karşılaması, şefkatle yaklaşması, nazik olması iyi yüreklilik karakter gücünü kullandığını göstermektedir. Yine insanîyet erdemi altında yer alan sevmek karakter gücü de onun oğlu ile ilişkisinde özellikle kullandığı ve beslendiği bir alandır. Gardner, tüm bu koşuşturmacada ve zorluklar arasında oğlunu hiç ihmal etmemekte, onunla samimi sohbetler etmekte, babalık görevini yerine getirmekte, oğluna karşı derin bir sevgi beslemektedir.

Ana karakter, aşkınlık erdemi ile bağlantılı olarak özellikle umut karakter gücünü film boyunca sürekli olarak kullanmaktadır. Filmin hemen hemen her anında yaşadığı zorlukların tümüne rağmen sürekli bir umut içerisinde olduğu görülmektedir. Özellikle, her şeyin iyi olacağına ve kendisine güvenmesine dair hem kendisi ve hem yakınları için umudunu sürekli taze tutmaktadır. Yaşadığı zorluklar onu yıldırmamakta, sürekli umut ederek çabalamaya devam etmektedir. Bu bağlamda, içinde bulunduğu zorlu durumlardan çıkmak adına sürekli bir yol denemektedir. Katıldığı stajyerlik programı da geleceğe dair umudunun olduğunun en bariz göstergesi olarak yorumlanabilir. Yine aşkınlık erdemi altında, film boyunca çok işlenirse de Gardner'ın inançlı biri olduğu, özellikle kendisi için büyük önemi olan sınava girmeden önce oğlu ile birlikte kiliseye giderek törene katıldığı görülmektedir. Bu bağlamda, maneviyat karakter gücünden de yararlanmaktadır. Aşkınlık erdemi altında işlevsel olarak kullandığı bir diğer karakter gücü mizahıdır. Gardner, yaşamındaki tüm bu zorlukların içerisinde zekice cevaplarla bezenmiş mizahi unsurları rahatlıkla yerleştirebilmektedir. Zorlu durumların bile komik yönlerini görebilmekte, doğal espriler yapabilmektedir. Bu yönü hem kendisinin zorluklarla baş etmesinde rahatlamasına fayda sağlamakta hem de çevresindeki kişileri gülümsetmektedir.

Bilgelik erdemi açısından Gardner'ın bilişsel güçlerinden oldukça faydalandığı görülmektedir. Karakterin, içinde bulunduğu zorluklardan çıkabilmesine katkısı olması nedeniyle de öğrenmeye çok istekli olduğunu, yeni bilgiler edinme peşinde koştuğu, öğrendiklerini hayatına uygulamaya çalıştığı, böylece istediği bir hayata ulaşmayı umduğu gözlemlenmektedir. Bilgelik erdemi altında kullandığı karakter güçlerinden bir tanesi merakıdır. Karakter, film boyunca yeni durumlara karşı meraklı, yeni deneyimler elde etme peşinde koşuşturan, araştırmaya hevesli ve öğrenmek için sürekli sorular soran bir görünüm sergilemektedir. Bir diğer karakter gücü olarak özgünlüğü de kullandığı söylenebilir. Karşılaştığı zorluklara karşı kendine özgü çözüm yolları üretebilen, sürekli bir çıkış yolu ortaya koyan bir yapıda görünmektedir.

Cesaret erdemi açısından ana karakter analiz edildiğinde, Gardner'ın yaşadığı tüm zorluklara rağmen amacına ulaşmak için iradeli davrandığı, bu anlamda duygusal güçlerini kullandığı söylenebilir. Özellikle, sebatkârlık karakter gücünü film boyunca etkin bir şekilde kullandığı görülmektedir. Engellere rağmen sürekli devam etmek, iyi olacağına inanmak, pes etmemek, zorluklarla yılmamak, başladığı işi bitirmek, zorlukların bir bir üstesinden gelmek karakterin baskın



özellikleri arasında yer almaktadır. Karakterin diğer taraftan dürüstlük karakter gücüne de sahip olduğu görülmektedir. Karakterin bu kadar zorluklar içerisinde olmasına rağmen yüksek derecede bir yaşam coşkusuna sahip olduğu değerlendirilmektedir. Yaşamın içerisinde sürekli olarak aktif şekilde yer alması, zorluklara karşı yılmış bir havadan ziyade enerjik ve canlı bir görünüm sergileyerek sürekli mücadelenin içerisinde yer alması, tüm sıkıntılara rağmen yaşamından keyif alıp mutlu olabilmesi bunun göstergesidir.

### **Erdemler ve Karakter Güçleri Bağlamında Film Sahnelerinin Analizi**

#### **İnsaniyet Erdemi Çatısındaki Karakter Güçleri Açısından Film Sahnelerinin Analizi**

Filmin ana karakterinin kişilerarası karakter güçlerini çok iyi şekilde kullandığı görülmektedir. Bu bağlamda, insaniyet erdemi altında yer alan karakter güçlerini işlevsel olarak yaşamındaki zorlukları aşmada kullanmaktadır. Gardner, sosyal zekâsı yüksek bir birey olarak görülmektedir. Bu yönü, filmin birçok yerinde karşımıza çıkmaktadır. Kendisi için çok önemli gördüğü stajyerlik eğitimine başvurusunu evrak üzerinden yapmak yerine değerlendirme ile ilgilenen kişiyi beklemesi, onunla bizzat tanışarak doldurduğu evrağı kendisine elden teslim etmesi bunlardan bir tanesidir. Yine aynı üst düzey görevlinin hiç vakti olmadığı için onunla bir türlü görüşmemektedir. Bir fırsat bulup onu denk getirmiş ancak yönetici taksiye binip bir yere yetişmesi gerektiğini belirtmiştir. Gardner, sırf yönetici ile görüşmek için kendisinin de aynı tarafa gittiğini ifade ederek beraber gidebileceklerini böylece ekstra zaman almadan görüşebileceklerini ifade etmiştir. Bu şekilde kendisi için önemli bir görüşmeyi takside gerçekleştirmiş ve yöneticiyi etkilemeyi başarmıştır. Yine stajyerlik eğitiminde iken görüşme için randevu alıp görüşmeyi kaçırdığı üst düzey bir şirket yöneticisinin özel olarak evine gitmiş, özrünü iletmiştir. Bu girişimi ile maç daveti almış, gittikleri maçta bu kişi ile bir iş bağlayamasa da orada yeni tanıştığı birçok kişi ile iş bağlamış ve şirketine para kazandırmıştır. Filmin genelinde, Gardner'ın kemik yoğunluğu tarayıcısı satmak için birçok kişi iletişime geçtiği, bu kişilere karşı nazik davrandığı ve gayet olumlu diyaloglar içerisinde olduğu görülmektedir. Tüm bu sahnelerden görüldüğü gibi ana karakterin filmin birçok yerinde sosyal zekâ karakter gücünü baskın bir şekilde kullandığı anlaşılmaktadır. Bu açıdan, ana karakterin kişilerarası ilişkilerde gayet iyi becerilere sahip olduğu, zorluklarla baş etmesinde bu yönünden çok sık

destek aldığı, sosyal desteği işlevsel olarak kullandığı, diğer insanları rahat bir şekilde etkilediği görülmektedir.

İnsaniyet erdemi altında kullanılan diğer karakter güçleri iyi yüreklilik ve sevmedir. Ana karakterin özellikle oğluna karşı bu karakter güçlerini kullandığı görülmektedir. Tüm zorluklara rağmen bu zorlu hayat mücadelesinin içerisinde hiçbir zaman oğlunu ihmal etmemekte, elindeki şartlar el verdiğince onunla hep ilgilenmektedir. Oğluna karşı ayrı bir sevgi bağı içerisinde olduğu görülmektedir. Bu sevgi ile bağlantılı olarak ona karşı şefkatli, ilgili, değer veren ve iyi yürekle yaklaşan bir tavır içerisindedir. Ayrılma kararı almalarına rağmen oğluna hem kendisinin hem eşinin daha iyi bakabileceğini bildiği için oğlunun kendisi ile kalma kararını alması bu durumun en açık göstergesidir. Film boyunca oğlunun sorularına içten bir şekilde cevaplar vermekte, ona ilgi ile yaklaştığı gözlemlenmektedir. Kemik yoğunluğu tarayıcısını tamir etmek amacıyla ışığın olduğu yere giderken oğlunun korktuğunu fark edip o rahatlayıncaya kadar onunla iletişim halinde olması yine diğer bir örnek sahnedir. Bir başkasında, evsizler barınma yerinde kaldıkları gece yatmadan önce oğlunun kendisine iyi bir baba olduğu söylemesi de ona karşı sevgisinin ispatı niteliğindedir. Sonrasında, her ikisinin birbirine sevdiklerini söylemeleri aralarındaki kuvvetli sevgi bağını göstermektedir.

### **Aşkınlık Erdemi Çatısındaki Karakter Güçleri Açısından Film Sahnelerinin Analizi**

Film boyunca Gardner'ın işlevsel olarak kullanıldığı görülen baskın karakter güçlerinden birisi de umuttur. Gardner'ın yaşadığı zorluklarla baş etmesinde en sık başvurduğu karakter gücü umut olarak yorumlanabilir. Her zorluktan bir çıkış olabileceği, aktif şekilde seçenekleri değerlendirdiği, hep bir çıkış kapısı aradığı görülmektedir. Ana karakterin film boyunca umudunu hiç kaybetmediği, filmin sonunda istediği hayata ulaştığı, bunun için hep aktif şekilde mücadele ederek umut ettiği görülmektedir. Eşine de tüm zorlukları yaşadığı dönemde her şeyin iyi olacağını, bir şekilde bunları halledeceklerini söylediği diyaloglar örnek olarak gösterilebilir. Oğlu ile arasında geçen kendisine güvenmesini istediği, sorunlara çözüm yolları bulacağını belirttiği sahneler de geleceğe dair beslenen umudun göstergesidir. Özellikle, hem kendi ve oğlunun geçimini sağlamak için çalışması, barınacak yer araması, bir taraftan oğlu ile ilgilenmesinin yanında maaş almayacak olmasına ve sadece bir kişi kabul edilecek olmasına rağmen stajyerlik programına

katılmayı kabul etmesi de bunun göstergesi olarak değerlendirilebilir. Ayrıca, yemek yerken veya gece oğlu uyuduktan sonra bile çalışmaya devam ettiği görülmektedir. Diğerlerinin daha uzun sürede arama yapıp müşterilerden kazanç sağladığı durumlarda, Gardner işini daha kısa sürelerde yapmak durumunda olmasına rağmen bunu başarı ile yürütmüştür. Tüm bunları aynı anda yürütmesi, enerjik olması hep geleceğe dair beslediği umut sayesinde. Umudun, Gardner'ın zorluklarla baş etmesinde, hayatını sonunda daha iyi bir şekilde dönüştürmesinde tutunduğu dal olmuştur. Belki de içinde bulunduğu tüm zorlukları umut karakter gücüne sika sıkaya sarılmasına borçludur.

Gardner'ın aşkınlık erdemi altında kullandığı diğer karakter güçlerinin mizah ve maneviyat olduğu belirtilebilir. Özellikle mizah karakter gücünün, filmin bazı yerlerinde kullanıldığı görülmektedir. Ana karakterin çok rahat bir şekilde duruma özgü doğal espriler yapabildiği, bu açıdan insanları etkileyebildiği görülmektedir. Staj başvurusu kabul görüşmesine, boya yaptığı ve nezarete kaldığı için zaman kısıtlılığı nedeniyle boyalı kıyafetlerle katılmak durumunda kalmıştır. Görüşmenin ilerleyen aşamalarında, karşısındaki heyet tarafından kendisine, "Karşınızda gömleği olmayan bir kişinin iş görüşmesine geldiğini görseniz, ne dersiniz?" şeklinde bir soru yöneltilmiştir. Gardner, bu soruya zekice bir esprile "Pantolonu çok iyiydi" şeklinde yanıt vererek hem heyeti güldürmüş hem de etkileyici bir izlenim bırakmayı başarmıştır. Bu durum, Gardner'ın en zorlu koşullarda bile olayların mizahi yönünü görebilme yeteneğini ve çevresindekileri güldürebilme becerisini göstermektedir.

Filmde sıkça karşılaşılsa da Gardner'ın inançlı bir birey olduğu ve maneviyat karakter gücünü kullandığı görülmektedir. Kendisi için hayati öneme sahip olan ve daha iyi bir yaşama kavuşma hedefinde önemli bir adım olan stajyerlik programından başarıyla mezun olma sürecinde, sınava girmeden önce tüm çabasını ortaya koyduktan sonra oğlu ile birlikte kiliseye giderek dua ettiği gözlemlenmiştir.

### **Bilgelik Erdemi Çatısındaki Karakter Güçleri Açısından Film Sahnelerinin Analizi**

Ana karakterin bilişsel karakter güçlerini barındıran bilgelik erdeminden oldukça faydalandığı görülmektedir. Bu bağlamda, Gardner'ın baskın bir şekilde kullandığı karakter güçlerinden birisini merak oluşturmaktadır. Gardner, film

boyunca oldukça meraklı davranışlar sergilemektedir. Yeni durumlara karşı oldukça ilgili, yeni yaşantılara açık, sürekli keşfedip öğrenmek isteyen, çoğunlukla sorular soran bir rolde olduğu gözlemlenmektedir. Gardner'ın borsa şirketinin önüne yaklaşan lüks bir arabanın sahibine ne iş yaptığını ve bunu nasıl başardığını sorması, ardından aldığı cevabın etkisiyle borsa aracılığı mesleğini merak ederek bu işi nasıl yapabileceğini araştırmaya başlaması, onun bu mesleğe yönelmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Görüldüğü gibi merak karakter gücü sayesinde yönelmek istediği alanı rahatlıkla bulabilmiştir. Çünkü bu alanda kişinin insanlarla ve sayılarla arasının iyi olmasının yeterli olduğu cevabını almış ve bu özelliklerin kendisinde olduğunun farkında vararak bu mesleğe yönelmiştir. Bir diğer sahnede evinde gördüğü zekâ küpüne ilişkin merakla ardı ardına sorular sorması, onunla ilgili televizyon programını ilgi ile izlemesi ne kadar meraklı olduğu göstermektedir. Neticede zekâ küpüne merak salmış, nasıl yapabileceği ile ilgili akıl yürüterek denemeler yapmıştır. Bunun sonucunda da şirketin üst düzey yöneticilerinden birisini taksi yolculuğu sırasında oldukça etkilemiş ve kendisi ile görüşmek için randevuyu alabilmiştir. Yine bu durum da şirkete kabul edilmesinde önemli bir anı oluşturmaktadır.

Bilgelik erdemi altındaki diğer karakter güçlerinin öğrenme aşkı ve özgünlük olduğu görülmektedir. Ana karakterin yeni bilgiler öğrenmeye ve bunları içinde bulunduğu zorluklardan kurtulmak için uygulamaya çalışma çabası film boyunca kendini hissettirmektedir. Bu açıdan karakterin öğrenmeye oldukça açık olduğu gözlemlenmektedir. Özellikle stajyerlik programına girdiği andan itibaren bu karakter gücünü oldukça çok kullandığı söylenebilir. Sonuçta, borsa aracılığı ile daha öncesinde hiçbir bilgisi olmadığı konuları yeni öğrenmektedir. Ama karakterin bu altı aylık süreç boyunca tüm zorluklara rağmen programa oldukça yüksek düzeyde adapte olduğu, bilgileri öğrenmek için oldukça hevesli olduğu, kendisinden istenenleri yerine getirmeye uğraştığı gözlemlenmektedir. Zorluklardan çıkış anlamında kullandığı karakter güçlerinden birisi özgünlüktür. Karakterin içinde bulunduğu zorlu şartlara kendine göre özgün yollar bulduğu söylenebilir. Gardner'ın oğlu ile otelden de atılıp kalacak yer bulamadığı gecede metroda çaresiz bir şekilde beklerken aklına özgün bir fikir geldiği görülmektedir. Elindeki kemik yoğunluğu tarayıcısını bir zaman makinesi gibi hayal ederek oğlunu eğlendirmekte, bu oyunu çok gerçekçi bir şekilde sürdürmekte ve eski çağlara gittiği fikrini bulmasını sağlamaktadır. Sonrasında, oğluna güvenli yer bulmaları gerektiğini söyleyerek bunun mağara olduğunu ifade etmesi, metrodaki

tuvaleti oyun içerisinde oğluna mağara gibi göstererek gece boyunca orada kalmalarını sağlaması özgünlüğe örnek olarak gösterilebilir.

### **Cesaret Erdemi Çatısındaki Karakter Güçleri Açısından Film Sahnelerinin Analizi**

Gardner'ın film boyunca karşısına çıkan tüm engellere rağmen bunları aşmak adına duygusal karakter güçlerini kullandığı görülmektedir. Özellikle, çok fazla sıkıntısı olmasına ve bunlarla mücadele edecek zaman ve enerjisinin az olmasına rağmen risk alarak stajyerlik programını kabul etmesi cesaret erdemi ile bağdaştırılabilir. Gardner'ın, sebatkâr bir yapıya sahip olduğu, yaşadığı zorluklarla baş etmek adına sabırla mücadele ettiği, başladığı işlerini tamamlamaya çalıştığı, her zorluğu aştıkça keyif aldığı söylenebilir. İçinde bulunduğu zorlukların üstesinden gelmesi adına en sık kullandığı karakter güçlerinden birisinin sebatkârlık olduğu değerlendirilmektedir. Filmde bu karakter gücüne örnek olabilecek birçok durum bulunmaktadır. Birisinde, şirket yöneticisi ile takside bulunduğu ortamda zekâ küpünü şirket yöneticisi çözememektedir. Gardner da çözebileceğine inanarak zekâ küpünü istemekte ve çözmeye çabalamaktadır. Bu sırada yönetici bunu yapamayacağını, kimsenin de yapamayacağını söylemektedir. Bu söylemlere rağmen Gardner taksi durana kadar yapabileceğine inanmaktadır. Mücadele etmekte, başarmak için sonuna kadar denemektedir. Sonunda, zekâ küpünü çözmeyi başarmakta ve yöneticiyi etkilemektedir. Buna benzer içerikte başka bir sahnede ise oğlu ile basket oynarken “sadece bir topla zamanını geçirme başka şeyler de yap” demesi üzerine oğlu üzülme ve oynamayı bırakmaktadır. Bunun üzerine Gardner, oğluna “Birinin sana bir şeyler yapamazsın demesine izin verme, hatta benim bile. Bir hayalin varsa onu koruman gerek. İnsanlar bir şeyler yapamaz, sonunda yapamayacağını söyler. Bir şeyler yapmak istiyorsan onu zorla al. Kimsenin engel olmasına izin verme.” şeklinde öğüt vermektedir. Görüldüğü gibi bu konuşmada kişinin hayallerine ulaşması için azimli bir şekilde davranması gerektiğinin önemi vurgulanmaktadır. Gardner hem kendi hem de oğlu için diğerlerinin yapamazsın demesini önemsememeyi, sonuna kadar sebatkâr bir şekilde gitmesi gerektiğini düşünmektedir. Çok çarpıcı anlardan birisi Gardner'ın şirkete kabul edildiğini karşısındaki heyetten öğrendiği andır. Gardner, bunu elde etmenin hiç de kolay olmadığını ifade ederken gözleri dolmaktadır. Aslında bu yolculuğun her anı mücadeleyle doluydu diyerek sürekli olarak sebat gösterdiğini ifade etmek istemektedir. İstedikini elde etmenin

zorluğunu ve bu süreçte çok çaba harcadığını vurgulamaktadır. Bu, tam anlamıyla bir sebatkarlık ifadesidir.

Karakterin dürüstlük karakter gücüne sahip olduğu da gözlemlenmektedir. Filmin birçok yerinde ilişki içinde olduğu kişilere içinde bulunduğu durumu olduğu gibi aktarmış olması göze çarpmaktadır. Zorluklarına rağmen bunu sağlamayı başarabilmiştir. Örnek bir sahne olarak, Gardner'ın şirket görüşmesine katıldığında heyetin karşısına kötü bir kılık ve kıyafetle çıkmasını açıklaması verilebilir. “Burada, şimdi sizler benden takım çalışması, liderlik gibi kulağa hoş gelecek açıklamalar bekliyorsunuz ama gerçek şu ki buraya vergi borçlarımdan dolayı girdiğim nezaretten koşturarak geliyorum, öncesinde de boya yapıyordum” şeklinde bir açıklama yapmıştır. Görüldüğü gibi, kendisi için çok önemli olan bir görüşmede karşı tarafın istediği gibi değil aslında olanı olduğu gibi aktararak dürüst olma cesaretini göstermiştir. Gardner, tüm zorluklara rağmen film boyunca, enerjik, mücadeleyi seven, kendi tabiri ile mutlu olmayı başarabilen bir görünüm sergilemektedir. Bu yönü ile yaşam coşkusu karakter gücünü kullanmaktadır. Filmin son kısmında şirkete kabul edildikten sonra yaşadıkları da buna örnek olarak gösterilebilir. Şirkete kabul edildiği haberini aldıktan sonra dışarı çıkan Gardner, yoğun bir duygu yüküyle ve yüzündeki mutluluk ifadesiyle kendini alkışlar. Bu an, onun ne kadar coşkulu olduğunu ve sevinçten adeta kendinden geçtiğini gösteren etkileyici bir sahnedir.

## TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Psikolojide, bireyin sadece sorunlarına odaklanma bakış açısına eleştiri olarak ortaya çıkan pozitif psikolojinin en önemli araştırma konularından bir tanesi karakter güçleridir. Bireyin zayıf yönleri olduğu kadar güçlü yönleri olduğu belirtilmektedir. Bu bağlamda, pozitif psikoloji çatısı altında bireyin güçlü yönleri, erdemler ve karakter güçleri sınıflaması altında incelenmiştir (Peterson ve Seligman, 2004). Bu çalışmada, “Umudunu Kaybetme” filminin erdemler ve karakter güçleri açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Türkiye’de ruh sağlığı alanında farklı kuramlara ilişkin film analizi yapılmış olmasına rağmen (Aydın, 2023; Enise ve Gedik, 2023; Farajı ve Yılmaz, 2023; Hümeýra ve Bingöl, 2023; Topbaş ve Şimşek, 2023) erdemler ve karakter güçleri açısından film analizinin yapılmamış olduğu saptanmıştır. İlgili filmin ise farklı konu alanlarında analizi yapılmış olmasına rağmen (Kavut, 2021; Pietresz, 2020; Subagyo, 2023; Turgut,

2019; Zarkasy, 2020) erdemler ve karakter güçleri açısından analizinin yapılmadığı görülmektedir.

“Umudunu Kaybetme” filminde, oğlu ile çeşitli zorluklarla baş etmek zorunda kalan Gardner’in hayatı ele alınmaktadır. Filmde, yaşanan birçok zorluğa rağmen hep mücadele eden, umudunu yitirmeyen bir karakter sergilenmektedir. Karakter mücadelesinin sonunda da umut ettiğine ulaşmaktadır. Gardner’ın yaşadığı zorluklarla baş etmesinde ve istediği hayatı elde etmesinde var olan karakter güçlerini etkin bir şekilde kullanması oldukça etkili olmuştur. Bu çalışmada, hem filmin karakterinin kullandığı erdemler ve karakter güçlerine yer verilmiş hem de bu karakter güçlerini kullandığı sahneler analiz edilmiştir. Gardner’ın kişilerarası karakter güçlerini ifade eden insanîyet erdemini işlevsel olarak kullandığı görülmektedir. Bu erdem altında, sosyal zekâ başta olmak üzere, sevmeye ve iyi yüreklilik karakter güçlerini kullanmaktadır. Ana karakter, aşkınlık erdemi altında, özellikle umut karakter gücünden oldukça beslenmektedir. Yine, mizah ve maneviyat bu erdem altındaki karakter güçleri olarak ifade edilebilir. Gardner, bilişsel güçlerini içeren bilgelik erdeminden de oldukça faydalanmaktadır. Bu erdem altında yer alan, merak, öğrenme aşkı, özgünlük sıkça başvurduğu karakter güçlerindedir. Cesaret erdemi altında ise sebatkârlığı oldukça işlevsel kullanmakla birlikte, yaşam coşkusu ve dürüstlüğü de yer vermektedir.

Okul psikolojik danışmanlığı kapsamında öğrencilerle yürütülecek bireysel ve grupla psikolojik danışma ve psikoeğitim çalışmalarında pozitif psikoloji bağlamında karakter güçleri odaklı uygulamalar yapılabilir. Bu uygulamalardan bir tanesi olarak bu çalışmada yer alan filmin analizinden yarar sağlanabilir (Demir ve Murat, 2021b; Niemiec ve Wedding, 2018). Böylelikle somut film sahneleri değerlendirilerek öğrencilerin karakter güçlerinin farkına varması ve kullanabilmesi teşvik edilebilir. Bununla birlikte öğrenci velileri ve öğretmenler de ilgili çalışmadan karakter güçlerini desteklemek için faydalanabilir. Bu çalışma ile ruh sağlığı alanında eğitim alan öğrencilerin genel olarak pozitif psikoloji yaklaşımını, özelde ise erdemler ve karakter güçleri bakış açısını somut bir şekilde kavramalarına ve sınıflamada yer alan karakter güçlerini daha iyi anlamalarına katkı sağlanması amaçlanmıştır.

**KAYNAKÇA**

- Acar, T., & Voltan Acar, N. (2013). Babam ve Oğlum filminin çok kuşaklı/kuşaklararası aile terapisinin temel kavramları açısından değerlendirilmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 13(1), 37–53.
- Aslan, M. (2022). Psikolojik sermayenin film analizi yöntemiyle incelenmesi. *International Journal of Disciplines in Economics & Administrative Sciences Studies*, 8(42), 406–414.
- Aydın, N. T. (2023). Bilişsel davranışçı terapi kuramı bağlamında Yeraltı filminin analizi. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 7(13), 1–17.
- Boniwell, I. (2012). *Positive psychology in a nutshell: The science of happiness*. McGraw-Hill Open University Press.
- Boyacı, M., & İlhan, T. (2016). Bilişsel davranışçı terapi yaklaşımının film analizi yöntemiyle incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(2), 734–746.
- Bozdağ, Y. (2018). Film analizi yöntemi ile aile terapileri: Gilbert'in hayalleri. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 2(3), 87–95.
- Candan, F. (2022). Sinemada kahramanın travması: Acıların Kadını'na psikanalitik bir bakış (Bergen Filmi Örneği). *Türkiye Film Araştırmaları Dergisi*, 2(2), 72–86.
- Çelikel, B. (2021). Transaksiyonel analiz yaklaşımı bağlamında bir film analizi: Ölü Ozanlar Derneği. *Sosyal Sağlık Dergisi*, 1(1), 21–44.
- Demir, R., & Murat, M. (2021a). Okulda güçlü yönlerin keşfedilmesi ve desteklenmesi. İçinde G. Arslan & M. Yıldırım (Ed.), *Okulda pozitif psikoloji kuramdan uygulamaya*. Pegem Akademi.
- Demir, R., & Murat, M. (2021b). Öğrencilerin güçlü yönlerinin/karakter güçlerinin keşfedilmesine yönelik sınıf içi uygulama önerileri. *Humanistic Perspective*, 3(3), 737–752.
- Demir, R., & Türk, F. (2020). Pozitif psikoloji: Tarihçe, temel kavramlar, terapötik süreç, eleştiriler ve katkılar. *Humanistic Perspective*, 2(2), 108–125.
- Demir, R., Aydoğan, M., & Murat, M. (2022). Güçlü yönler/karakter güçleri temelli okul müdahale programı. *Humanistic Perspective*, 4(3), 568–588.
- Demir, R., Aykut, K., Katmer, A. N., & Özkamalı, E. (2021). Yaşantısal/insancıl, yapısal ve psikoanalitik aile danışmanlığı kuramları ile Vavien filminin analizi. *Gaziantepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 5(2), 208–232.
- Derin, S., & Voltan Acar, N. (2016). Analitik terapi bağlamında film analizi: Tehlikeli İlişki. *Journal of International Social Research*, 9(45), 449.
- Eades, J. M. F. (2008). *Celebrating strengths: Building strengths-based schools*. Capp Press.
- Enise, U., & Gedik, M. (2023). Transaksiyonel analiz ve sosyal hizmet bağlamında bir film analizi: Evlilik Hikâyesi. *Toplumsal Politika Dergisi*, 4(2), 108–130.
- Farajı, H., & Toksoy, S. (2022). Psikanalitik çerçeveden bir film analizi: Dog Tooth. *Muhakeme Dergisi*, 5(2), 56–65.
- Farajı, H., & Yılmaz, M. (2023). Borderline kişilik bozukluğunun “Masumiyet”i ve “Kader” i: Bir film analizi. *Aydın İnsan ve Toplum Dergisi*, 9(1), 67–89.
- Hefferon, K., & Boniwell, I. (2014). *Pozitif psikoloji: Kuram, araştırma ve uygulamalar*. T. Doğan (Çev. Ed.), Nobel Akademik Yayıncılık.
- Hümeýra, A., & Bingöl, T. (2023). “Soul” filminin kabul ve kararlılık terapisi bağlamında incelenmesi. *Journal of Sustainable Education Studies*, 4(3), 224–231.



- Katmer, A. N., Demir, R., Aykut, K., & Özkamalı, E. (2021). Marriage Story (Evlilik Hikayesi) filminin yapısal ve psikoanalitik aile danışmanlığı kuramlarına dayalı incelenmesi. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 5(9), 21–30.
- Kavut, S. (2021). Kişilerarası iletişim ışığında izlenim yönetimi ve izlenim yönetimi taktikleri: Umudunu Kaybetme filmi örneği. *İnönü Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi*, 6(2), 269–285.
- Kızılay, Z., & Bayram, S. (2022). Ahlat Ağacı filminin söylem analizi ve genel film sahneleri üzerinden psikanalitik değerlendirmesi. *Türk Eğitim Değerlendirmeleri Dergisi*, 1(1), 85–97.
- Mert, A., & Soyer, B. (2014). “Kevin Hakkında Konuşmalıyız” filminin Bowlby’nin çocukluk dönemi bağlanma stilleri ve Minuchin’in yapısal aile sistemleri yaklaşımı temel kavramları kullanılarak değerlendirilmesi. *OPUS-Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 4(7), 100–115.
- Mustafalia, A. (2012). *The need for hardworking in order to be successful in Gabriele Muccino’s The Pursuit Of Happiness: An individual psychological perspective* [Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta].
- Nadir, U. (2013). Aile danışmanlığı eğitiminde popüler filmlerin kullanımı ve yapısal aile terapisi kuramı ile Dalgaların Prensi filminin analizi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 24(1), 129–143.
- Nazlı, S. (2022). Çok kültürlü aile psikolojik danışması bağlamında sistemik kuramların değerlendirilmesi: Vavien filmi analizi. *Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 5(2), 1–34.
- Niemiec, R. M., & Wedding, D. (2018). *Filmlerle pozitif psikoloji: Karakter güçlerini geliştirmek için filmlerden yararlanma*. G. Kafa (Çev.). Kaknüs Yayınları.
- Özdemir, M. B. (2022). Gerçeklik terapisi açısından Gelecek Günler filminin analizi. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 6(12), 93–110.
- Öztürkler, M., & Karaaziz, M. (2021). Beyaz Şeytan filminin bilişsel davranışçı psikoterapi perspektifinden değerlendirilmesi. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*, 3(4), 298–303.
- Pak, M. D., & Öztürk, B. (2019). Yapısal aile terapisi kuramı ekseninde "İstanbul Gelin" dizisinin analizi. *Journal of International Social Research*, 12(65), 1202–1208.
- Park, N., & Peterson, C. (2008a). Positive psychology and character strengths: Application to strengths-based school counseling. *Professional School Counseling*, 12(2), 85–92.
- Park, N., & Peterson, C. (2008b). The cultivation of character strengths. IN M. Ferrari, & G. Poworowski (Eds.), *Teaching for wisdom*. Erlbaum.
- Peterson, C. (2000). The future of optimism. *American Psychologist*, 55(1), 44–55.
- Peterson, C., & Park, N. (2004). Classification and measurement of character strengths: Implications for practice. In P. A. Linley, & S. Joseph (Ed.), *Positive Psychology in Practice*. John Wiley & Sons, Inc..
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. American Psychological Association & Oxford University Press.
- Pietresz, M. C. P. (2020). *An analysis of self-reliance in "The Pursuit of Happiness" movie script*. [Doctoral dissertation]. Widya Mandala Catholic University Surabaya.
- Puspaningrum, A. S. (2011). *Chris Gardner’s personality to have a better life in Gabriele Muccino’s The Pursuit of Happiness movie (2006): A psychoanalytic approach*. [Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta].
- Seligman, M. E. P. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5–14.

- Seligman, M. E. P. (2002). Positive psychology, positive prevention and positive therapy. In C.R. Snyder, & S. J. Lopez (Ed.), *Handbook of Positive Psychology*. Oxford University Press.
- Serter, S. S. (2021). Psikanalitik kuramın sinemadaki yansımaları: Aynadaki Ötekimiz ve Biz (Us, 2019). *Kültür ve İletişim*, 24(47), 190–226.
- Subagyo, M. A. S. (2023). *A study of the main character in the movie The Pursuit of Happiness (2006): A perspective through Abraham Maslow's theory of hierarchy of needs*. [Doctoral dissertation, Universitas Negeri Malang].
- Şenol Durak, E., & Fıfıloğlu, H. (2007). Film analizi yöntemi ile Virginia Satir aile terapisi yaklaşımına bir bakış. *Türk Psikoloji Yazıları*, 10(20), 43–62.
- Topbaş, Z. S., & Şimşek, N. (2023). Transaksiyonel analiz kuramı kapsamında bir film incelemesi: Kış Uykusu. *Humanistic Perspective*, 5(3), 1026–1048.
- Tura, G., & Gül, B. (2020). Yapısal aile sistemleri yaklaşımı açısından Türk sinemasında aile filmleri: Münir Özkul ve Adile Naşit filmleri. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(1), 213–221.
- Turgut, A. Ş. (2019). Umudunu Kaybetme filminin yoksulluk olgusu bağlamında değerlendirilmesi. *Sosyal Çalışma Dergisi*, 3(1), 108–119.
- Tümlü, G. Ü., & Acar, N. V. (2014). “İssız Adam” filminin gerçeklik terapisine dayalı incelenmesi. *İnsan & İnsan*, 2(1), 62–73.
- Wijayanti, N. A. (2010). *The need for hard-working to achieve a successful life in Gabriele Muccino's The Pursuit of Happiness (2006) movie: A sociological approach*. [Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta].
- Yazgan, A. M. (2023). Kişilerarası ilişkilerin analizi: Film, Yeşil Kitap. *International Anatolia Academic Online Journal Social Sciences Journal*, 9(1), 53–60.
- Yıldırım, O., & Kumcağız, H. (2022). Kısa süreli dinamik psikoterapi yaklaşımının film analizi yöntemiyle incelenmesi. *Neşebir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 12(1), 601–618.
- Yıldırım ve Şimşek (2013). *Nitel araştırma yöntemleri*. Seçkin Yayıncılık.
- Yıldız, M. (2017). Yapısal aile terapisinin temel kavramlarıyla Gelin filminin incelenmesi. *Opus Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 7(12), 157–176.
- Yıldız, Y. (2020). “Amerikan Güzeli” filminin akılcı duygusal davranışçı terapi ve bilişsel terapinin bazı kavram ve görüşleri açısından incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(1), 219–232.
- Zarkasy, K. A. (2020). A study of superiority complex in Chris Gardners The Pursuit of Happiness. *Journal of Gender and Children Studies*, 2(1), 55–68.
- Zengin, E. (2019). Transaksiyonel analiz ego durumlarının iletişime etkisi bağlamında “Ters Yüz” filminin analizi. *Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(1), 30–51.

**Yazarlar Hakkında** / About Authors

**Yazarlar.**

**Ramazan DEMİR**, (Yazışmalardan sorumlu yazar). Dr. Psikolojik Danışman, Millî Eğitim Bakanlığı, Mersin, Türkiye, [rdemir3303@gmail.com](mailto:rdemir3303@gmail.com)

**Abdulkadir TOPRAK**, Psikolojik Danışman, Millî Eğitim Bakanlığı, Mersin, Türkiye, [kdtoprak@gmail.com](mailto:kdtoprak@gmail.com)

**Kenan TEL**, Uzman Psikolojik Danışman, Millî Eğitim Bakanlığı, Mersin, Türkiye, [kenantel1219@gmail.com](mailto:kenantel1219@gmail.com)

**Ali AKYÜZ**, Psikolojik Danışman, Millî Eğitim Bakanlığı, Mersin, Türkiye, [akyuzali33@gmail.com](mailto:akyuzali33@gmail.com)

**Türkan ATEŞ ERDEM**, Psikolojik Danışman, Millî Eğitim Bakanlığı, Mersin, Türkiye, [trksareme@gmail.com](mailto:trksareme@gmail.com)

(Bu çalışma, 16-19 Mayıs 2024 tarihlerinde gerçekleştirilen 25. Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresinde bildiri olarak sunulmuştur.)

**Authors.**

Ramazan DEMİR, (Corresponding author), Dr. Psychological Counselor, Ministry of National Education, Mersin, Türkiye, E-posta: [rdemir3303@gmail.com](mailto:rdemir3303@gmail.com)

Abdulkadir TOPRAK, Psychological Counselor, Ministry of National Education, Mersin, Türkiye, E-posta: [kdtoprak@gmail.com](mailto:kdtoprak@gmail.com)

Kenan TEL, Psychological Counselor, Ministry of National Education, Mersin, Türkiye, E-posta: [kenantel1219@gmail.com](mailto:kenantel1219@gmail.com)

Ali AKYÜZ, Psychological Counselor, Ministry of National Education, Mersin, Türkiye, E-posta: [akyuzali33@gmail.com](mailto:akyuzali33@gmail.com)

Türkan ATEŞ ERDEM, Psychological Counselor, Ministry of National Education, Mersin, Türkiye, E-posta: [trksareme@gmail.com](mailto:trksareme@gmail.com)

(This study was presented as an oral presentation at the 25th International Psychological Counseling and Guidance Congress held on May 16-19, 2024.)

#### **Etik Kurul İzni / Ethics Committee Approval**

“Pozitif Psikoloji Temelli Erdemler ve Karakter Güçleri Bağlamında “Umudunu Kaybetme” Filminin Analizi” başlıklı bu çalışmada doküman analizi yöntemi kullanıldığı için etik kurul izni alınmasına ihtiyaç duyulmadığı araştırmacılar tarafından beyan edilmiştir.

In this study titled “Analysis of the Movie “The Pursuit of Happiness” from the Perspective of Virtues and Character Strengths in the Context of Positive Psychology”, the researchers have stated that there is no need to obtain ethics committee approval as the document analysis method was used.

#### **Çıkar Çatışması / Conflict of Interest**

Yazarlar tarafından çıkar çatışmasının olmadığı rapor edilmiştir.

No conflict of interest was reported by the authors.

#### **Fonlama / Funding**

Herhangi bir fon desteği alınmamıştır.

No funding has been received.

#### **Teşekkür / Thanks**

Araştırma sürecindeki desteklerinden dolayı Anamur Rehberlik ve Araştırma Merkezine, Anamur İlçe Milli Eğitim Müdürlüğüne teşekkür ediyoruz.

We would like to thank Anamur Guidance and Research Center and Anamur District Directorate of National Education for their support during the research process.

#### **ORCID**

*Ramazan DEMİR*  <https://orcid.org/0000-0002-3864-558X>

*Abdulkadir TOPRAK*  <https://orcid.org/0009-0005-2118-2776>

*Kenan TEL*  <https://orcid.org/0009-0008-6924-6718>

*Ali AKYÜZ*  <https://orcid.org/0009-0004-8955-4380>

*Türkan ATEŞ ERDEM*  <https://orcid.org/0009-0001-6523-7450>

## Extended Abstract

### **Analysis of the Movie “The Pursuit of Happiness” from the Perspective of Virtues and Character Strengths in the Context of Positive Psychology**

**Introduction:** In the history of psychology, problem-focused approaches focus on the problems of the individual. Problem-focused approaches aim to eliminate or reduce the individual's existing distress. But it is not enough to define a healthy person as someone who does not have any problems. However, the individual must be in a state of well-being in all areas. The positive psychology approach has criticized this aspect in psychology and aims to fill the gap here (Demir & Türk, 2020; Hefferon & Boniwell, 2014; Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). In the classroom guidance program published by the Ministry of National Education (2020), positive psychology is mentioned, and the importance of character strengths is stated. Class guidance activities based on character strengths are included in the program. Character strengths can be supported through both general and classroom practices in the school environment. One of the practices to support character strengths is movies. Thus, the character strengths of adolescent students can be supported (Demir, Aydoğan & Murat, 2022; Demir & Murat, 2021a, Demir & Murat, 2021b).

**Method:** In this study, it is aimed to examine the movie “The Pursuit of Happiness”. In the research, document analysis, one of the qualitative research methods, was used. The relevant movie scenes constitute the research data. In this context, about the film, actors, characters and the flow of events are mentioned.

**Results:** In the movie “The Pursuit of Happiness”, Gardner's life is exhibited. Gardner has to struggle with various difficulties with his son. Gardner is a character who struggles and does not lose hope despite the difficulties. Gardner's use of character strengths has been very effective in struggle with difficulties. Thus, Gardner had a successful and happy life at the end of the movie. Movie characters and movie scenes were analyzed in terms of virtues and character strengths. As a result of the analysis; under the virtue of humanity, social intelligence, love and kindness; under the virtue of transcendence, hope, humor and religiousness; under the virtue of wisdom, curiosity, love of learning, originality; under the virtue of courage, persistence, zest and honesty have been identified.

**Discussion & Conclusion:** Positive psychology emerged as a criticism of the individual focusing only on his problems. One of the most important research topics of positive psychology is character strengths. In this context, positive psychology examines the individual's strengths under the classification of virtues and character strengths. In this study, it is aimed to examine the movie “The Pursuit of Happiness”.

One of the practices to support character strengths is movies. When the literature was scanned, it was determined that the film was not analyzed in terms of virtues and character strengths.

This study can be used for adolescent students to support their character strengths in the school environment. Additionally, adult individuals can gain awareness of their own character strengths and use them functionally. It can also be used in training for field students on subjects such as positive psychology, virtues and character strengths, and movie analysis. It can also be used as a supporting element by practitioners in both individual and group counseling sessions.