

## Eser İnceleme

# The Sinner Dizisinin Travma Sonrası Stres Bozukluğu Bağlamında Çözümlemesi

Tuğba Yılmaz<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>İzmir Bakırçay Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, İzmir, Türkiye

### Makale Bilgisi

#### Anahtar kelimeler:

The Sinner, Travma sonrası stres bozukluğu, film analizi, sinematerapi.

#### Keywords:

The Sinner, Post traumatic stress disorder, movie analysis, cinematherapy.

### Öz

Bu çalışmada “The Sinner” isimli sekiz bölümden oluşan dizi klinik psikoloji bakış açısı ile çözümlenmiştir. Dizinin başrol oyuncusu Cora bir cinayet işler ve dedektif Harry bu cinayetin soruşturmasını yürütür. Dedektif Harry, Cora’nın travmatik bir yaşantısı olduğundan ve bu cinayetin bu travma ile ilgili olduğundan şüphelenir. Cora’nın ailesini ve erken dönem yaşantılarını araştırdığında Cora’nın da tam olarak hatırlayamadığı bir dönem olduğunu öğrenir. Bu dönemi aydınlatmanın cinayeti de aydınlatacağına inanan dedektif Harry, Cora’nın hiç istemediği olaylara maruz kaldığını ve bu olayları amnezi nedeni ile hatırlayamadığını öğrenir. Bu bağlamda bu çalışmada çözümlenen konular arasında psikolojik travmanın belirlenmesi ve vaka formülasyonu, aile dinamikleri ve kardeş ilişkileri, maddenin kötüye kullanımı, travmanın psikolojik sağaltımı, hasta ve terapist iş birliği yer almaktadır. Çözümleme yapılırken dedektif Harry psikoterapist, Cora ise hasta olarak ele alınmıştır. Dizinin işlenen konular gereği klinik psikoloji eğitime nasıl katkıda bulunacağı sonuç kısmında tartışılmıştır.

### Abstract

The Sinner, an eight episode series, was analyzed with a clinical psychology perspective in the current article. The main character, Cora, commits a murder and detective Harry is assigned to inquire this murder. While detective Harry inquires he suspects that Cora might have experienced a traumatic event and the murder might be related to this incident. When detective Harry learns about Cora’s family and early life experiences, he uncovers that Cora has a period that she has no memories about. Harry believes that if this period is resolved, the murder will be solved as well. He unveils that Cora was exposed to some events that she never wanted and, she was unaware of these traumatic experiences because she has amnesia. In this respect, the topics analyzed in this article are identifying psychological trauma and case formulation, family dynamics and sibling relationships, substance abuse, psychological therapy of trauma, and patient-therapist alliance. While these topics were analyzed, detective Harry was positioned as a psychotherapist while Cora was thought as a patient. How this series might help clinical psychology education was discussed at the conclusion section.

\*Sorumlu Yazar, İzmir Bakırçay Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü, Gazi Mustafa Kemal Mahallesi, Kaynaklar Caddesi Seyrek, Menemen, İzmir-Türkiye Tel: 0 232 493 00 00 -1240  
e-posta: [tugba.yilmaz.psy@gmail.com](mailto:tugba.yilmaz.psy@gmail.com)  
DOI: 10.31682/ayna.447672  
Gönderim Tarihi (Received): 25.07.2018; Kabul Tarihi (Accepted): 27.09.2018  
2148-4376/ All rights reserved.

## Giriş

### The Sinner Dizisi ile İlgili Genel Bilgiler

Tek sezonluk Amerikan yapımı dizi olan “The Sinner” sekiz bölümden oluşmaktadır. Dizi, Alman yazar Petra Hammesfahr'ın 1999 yılında basılan “Die Sünderin” adlı romanından uyarlanmıştır. Kitap “Günahkâr” adıyla dilimize çevrilmiştir. Gerilim türündeki bu dizinin yapımı 2017 yılında gerçekleştirilmiş ve dizinin başrolünde Jessica Biel (Cora Tanetti karakterini) oynamaktadır. Cora'nın eşi Mason Tanetti'yi ise Christopher Abbott canlandırmaktadır. Dizide başka önemli bir rol ise dedektif Harry Ambrose'dir ve bu role Bill Pullman hayat vermektedir. Dizinin farklı bölümlerini farklı yönetmenler çekmiştir. Jody Lee Lipes, Cherien Dabis, Brad Anderson birer bölüm çekmişken; Tucker Gates iki bölüm, Antonio Campos ise üç bölüm yönetmenlik yapmıştır.

### The Sinner Dizisinin Konusu

The Sinner adlı dizinin ilk bölümünde gayet sessiz bir kadın olan Cora ve ailesi tanıtılır. Cora ve eşi Mason beraber bir iş yapmaktadır. Oğulları Laine'e ise Mason'un anne ve babası bakmaktadır. İlk bölümün ilk dakikalarında çocuğa bakılması konusunda Mason ve Cora'nın tartıştıklarını görürüz. Daha doğrusu Cora, eş olarak kendilerine vakit ayırmaları gerektiğini, akşam yemeklerini babaanne ve dede ile yemeye ara verebileceklerini söyler. Bir tatil günü Mason, Cora ve oğulları bir göl kenarına giderler. Birçok insan sahil kenarında güneşlenmekte ve denize girmektedir. Cora da denize girer, duba ile işaretlenmiş sınırı geçer ve derinlere doğru yüzer. İntihar ettiğini bile düşündürecek şekilde gözden kaybolur. Mason onu gölde göremeyince endişelenir ve aramaya başlar. Cora sonrasında sahile çıkar ve beraber otururlar. Cora eline bir bıçak alır ve oğluna armut soymaya başlar.

Tanetti ailesinin karşısında oturan gençler müzik dinleyip eğlenmektedir. Bu sırada Big Black Delta grubunun “Hugging and Kissing” adlı parçası çalarken gruptaki gençlerden bir kadın ve bir erkek çok samimi hareketler sergilemeye başlar. Bu dakikadan sonra aniden Cora elindeki bıçakla bu erkeğe saldırır ve onu yedi yerinden bıçaklayarak öldürür. Ardından erkeğin ilgilendiği kadına gider ve “Artık o sana bir şey yapamayacak” der. Kalabalık bir ortamda ve herkesin gözü önünde vahşi biçimde cinayet işleyen Cora hemen polisler tarafından yakalanır. Ancak Cora da dahil kimse bu cinayetin neden işlendiğini bilmemektedir. Bu durumun anlaşılmasıyla dizi sürükleyici birtakım olayları seyirciye merak uyandıracak bir kurgu içerisinde sunmaya başlar.

## Ele Alınan Psikolojik Konular

Dizinin konusu ve içeriği klinik psikoloji ve psikopatoloji ile ilişkilidir. Bu çalışmada psikolojik travma temelinde çözümleme yapılması planlanmaktadır. Bu nedenle öncelikle psikolojik travma belirtileri başrol karakteri olan Cora üzerinden tartışılacaktır. Bu başlık altında vaka formülasyonu da paylaşılmıştır. Cora'nın bu cinayeti işleminde yaşamakta olduğu kaygı bozukluğunun etkileri hakkında bilgi paylaşılmıştır. Dizide Cora'nın travmatik deneyimi ve cinayet işlemesi temelinde önemli yer tutan aile dinamikleri ve kardeş ilişkileri de işlenen sonraki başlıklardır. Sonrasında ise dizideki olayların gelişmesinde etkili olan maddenin kötüye kullanımına değinilmiştir. Ardından, dedektif Harry ve Cora'nın beraber yaptığı çalışmalar hasta ve terapistin beraber çalışmasına benzetilerek travmanın psikolojik sağaltımı konusunda bilgiler verilecektir. Son olarak ise sağaltım esnasında hasta-terapist ilişkisinin önemi fazla olduğundan hasta ve terapist iş birliği bir sonraki konu olarak ele alınacaktır.

## Psikolojik Konular ve Dizi İlişkisi

### Psikolojik Travma ve Vaka Formülasyonu

Dizide Cora'nın travmatik bir deneyim yaşamış olabileceğini düşünen ilk kişi dedektif Harry olmuştur. Travma belirtilerinin üzerinden geçmeden önce Dedektif Harry'nin cinayet zanlısı Cora'nın travmatik bir deneyim yaşadığına dair sezilerinin nasıl geliştiğine bakmakta fayda vardır.

Cinayetten sonra Cora gözaltına alınır ve tutuklanır. Görgü tanıklarının sorgulanması işini dedektif Harry yürütmektedir. Bu sorgulama esnasında görgü tanıklarından birinin öldürülen kişi olan genç hekim Frankie'nin bıçak darbelerine karşı koymadığını düşündüğünü söylemesi ile dedektif Harry bu vaka ile daha çok ilgilenmeye başlar. Ayrıca Cora, Frankie'yi tanımadığını ifade etmektedir. Dedektif Harry, Frankie'nin yedi bıçak darbesini inceler. Sonra Cora ile bir görüşme ayarlar ve görüşme esnasında “Hugging and Kissing” parçasını çalar. Bu müziği duyan Cora, dedektife saldırır ve ona Frankie'ye vurduğu gibi aynı omuz bölgesinden yedi kez vurur. Kamera görüntülerinden bu paralelliği sezen dedektif Harry, Cora davası ile ilgilenen savcuyu, Cora suçunu itiraf etmesine rağmen hapse atmaması için ikna eder. Dedektif Harry, Cora'nın psikolojik bir probleminin olduğunu düşünmüştür ve bu davayı ince ayrıntıları ile çalışacaktır.

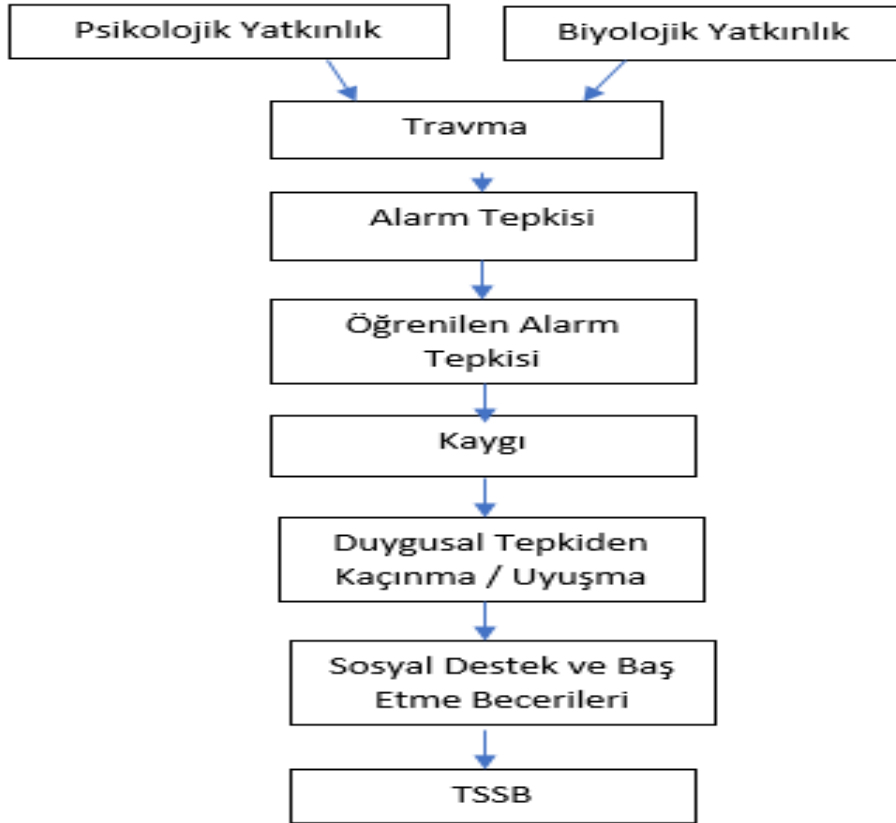
Dedektif Harry, Cora'nın olanları hatırlaması için onu cezaevindeki psikiyatrist ile görüştürür. Psikiyatrist de Cora ile görüşür ve Dedektif Harry'ye, Cora'da travmaya bağlı dissosiyatif amnezi olabileceğini; Cora'nın hatıralarının halüsinasyon gibi tekrar ettiğini söyler. Dedektifi etkileyen şey ise psikiyatristin Cora'nın aslında başka birini bıçaklamak

istediğini söylemesidir. Bu durumun aynısının savaş gazilerinde görüldüğünü ifade eden psikiyatrist, psikolojik travmadaki bir özelliğin gündelik hayatta görüldüğünde travmatik yaşantıyı olduğu gibi hatırlattığını ve bu yüzden kişinin şiddetli duygu ve davranışlar sergileyebileceğini ifade eder.

Bu noktada, Cora karakterinin vaka formülasyonu Keane ve Barlow'un (2002) TSSB vaka formülasyonu üzerinden anlatılacaktır. Şekil 1'de Keane ve Barlow'un (2002) TSSB vaka formülasyonu görülebilir.

Şekil 1.

*Keane ve Barlow'un (2002) TSSB Vaka Formülasyonu*



Dizide, Cora'nın travmaya karşı olan *psikolojik yatkınlığı* ile ilgili birçok bilgi bulunabilirken, *biyolojik yatkınlık* (bireyin bir travmatik olay sonrası psikopatoloji geliştirmeye yönelik genetik yatkınlığa sahip olması) ile ilgili herhangi bir bilgi bulunmamaktadır. *Travmanın* tam olarak ne olduğuna dair bilgi dizinin en son bölümüne dek saklanmaktadır. Cora bir tür aile ferdi kaybı yaşamaktadır ve bu kayıp ile ilgili bilgiler yazının ilerleyen bölümlerde paylaşılacaktır. *Alarm tepkisi*, travmatik olaya cevaben verilen tepkidir ve bu tür tepki “savaş, kaç ya da dona kal” (fight, flight or freeze) tepkisidir (Beck, Emery, ve

Greenberg, 1985). Cora'nın travmatik olaya karşı verdiği tepki, Dedektif Harry'nin de tespit ettiği üzere savaş/saldır (fight) şeklindedir. Bu tepkinin verildiği ortam da ayrı olarak önem taşımaktadır zira bu ortamın hatırlatıcıları travmatik olaya verilen tepkilerin tekrar verilmesine neden olur. İşte bu tepkiler *Öğrenilen Alarm Tepkisi* olarak formülasyonda karşımıza çıkmaktadır. Travmatik olayın gerçekleşmemesine karşın, olayın olduğu ana özgü anımsatıcıların varlığı, kişiyi travmatik olay varmışçasına tepki vermeye itmektedir. Bu aşamada “Hugging and Kissing” adlı parçanın klasik koşullanmaya neden olması konusu üzerinde durulacaktır. Travmatik olayla birey korku duygusuna ek olarak utanç ve suçluluk da hissedebilir. Bu olumsuz hislerin anımsatıcılara karşı verilmesi durumu bireyin *kaygı* hissetmesine yol açar. Kaygı hali yaşama devam ettirmeyi zorlaştırdığı için travma anımsatıcılarından kaçınılır. Benzer şekilde, duygusal uyuşma yolu ile olumsuz duygulardan da kaçınılır. Keane ve Barlow (2002) TSSB'nin oluşmasında sosyal desteğin ve baş etme becerilerinin etki azaltıcı etkisi olabileceğini savunur. Formülasyonda geçmekte olan alarm tepkisi, öğrenilen alarm tepkisi, kaygı, duygusal tepkiden kaçınma/ uyuşma birleşenlerinin DSM-5'te TSSB'nin belirti ölçütlerinde de yer almaktadır (American Psychiatric Association [APA], 2013). Bu anlamda ruh sağlığı çalışanlarının sıklıkla kullandığı bir tanı el kitabı olan DSM-5'teki TSSB ölçütlerini Cora karakteri için değerlendirmek faydalı olabilir.

DSM temelinde travma belirtileri incelenirse öncelikle Cora'daki kaygılı ruh hali dizi boyunca gözlenebilir. TSSB her ne kadar DSM-5'te Kaygı Bozuklukları altında sınıflandırılmasa da bir önceki baskı olan DSM-IV-TR baskısında (APA, 2000) TSSB Kaygı Bozuklukları altında sınıflandırılmıştır çünkü TSSB etiolojisinde kaygı ön plandadır. Bunu dizi karakteri Cora'da da gözlemek mümkündür.

Ayrıntılandırmak gerekirse, Cora'nın hapisane sahnelerinde Cora'daki kaygılı hal izleyiciye sunulmaktadır. Cora ilaçsız uyuyamamaktadır. Gardiyanlardan ilaç ister ancak alamaz ve bir kaygı atağı geçirir. Bu sahnelerde nefesinin sıklaştığını ve kesildiğini görürüz. Cora'nın kaygı ile ilişkili bozukluk yaşadığı belirgindir. Cora adeta *öğrenilen alarm tepkisi* içerisinde yaşar (Keane ve Barlow, 2002). Ayrıca Cora'nın “flashback” anılarını dizi boyunca sık sık görürüz. Kapalı bir alan içinde arkadaşı Maddie'nin “Geliyor musun Cora?” dediğini ve onu bodrum katta bir yere çağırdığını gördüğümüz sahne defalarca dizide tekrarlanır. Ayrıca Cora bu sırada kendi ayağının kaburgaları ezdiğini görür ve kemik kırılma sesini duyarız. Bunlara ek olarak bir duvardaki şekil de dizide çokça yer bulur. Duvar kâğıdı desenine benzeyen bu desen dizinin açılış sahnelerinde bile gösterilmektedir. Bu gibi görüntülerden Cora'nın başından ölüm ya da yaralanma içeren bir yaşantı geçtiğini anlarız (*Travma*; Keane ve Barlow, 2002). DSM-5'te belirtildiği gibi Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB) /Örselenme Sonrası Gerginlik Bozukluğu tanı ölçütlerinin ilkinde geçen “doğrudan örseleyici olaylar yaşama” ya da “başkalarının başına gelirken tanklık etme” ölçütlerini karşılar

görülmektedir. İkinci tür belirtilerden olan örseleyici olay sonrası başlayan ve olayla ilişkili istençdışı olarak ortaya çıkan sıkıntı veren anılar ve düşler de dizide Cora üzerinden işlenmektedir. Cora travmatik olayın yeniden yaşanmasına ilişkin rüyalar görür. Sıklıkla kâbus görerek nefes nefese uyanmaktadır. Flashback yani geçmişe dönüşleri de doğrudan gözlemleyebiliriz. TSSB ölçütleri içerisinde travmatik olayı hatırlatan dış uyarıcılardan kaçınma yer alır. Cora'nın ailesinden kaçması ve bir daha onları ziyaret etmemesi buna örnek gösterilebilir. TSSB'nin başka bir ölçütü ise travmatik olay sonrasında bilişlerde ve duygudurumda olumsuz değişimler olmasıdır (Duygusal tepkiden kaçınma/uyuşma; Keane ve Barlow, 2002). Bu belirti kümesine örnek dissosiyatif amnezi, diğer bir deyişle, örseleyici olayın önemli bir yönünü anımsayamamadır. Ancak bu belirtinin madde kullanımına bağlı olmaması gereklidir, bu en önemli dışlayıcı kriterdir. Dizide Cora'nın olayın geçtiği gün ve sonrasındaki uyuşturucu madde kullanımı ve bu maddeye başkaları tarafından maruz kalması (MDMA, eroin, vd.) da göz önüne alındığında amnezisinin ne kadarı travmadan ne kadarı madde kullanımından açıklanması mümkün görünmemektedir. Kişinin kendine dair olumsuz inanışlarının olması, çarpık bilişlerin varlığı ve süreklilik gösteren olumsuz duygusal durum, olumlu duygular yaşayamama ölçütleri de Cora'da dizi boyunca gözlemlenen olumsuz hislerle örneklenebilir görünmektedir. Cinayet öncesindeki sahnelerde de Cora'nın neşeli ya da gülümseyen bir ruh halini göremeyiz. Örneğin, dizinin ilk bölümünde cinayet işlenmeden önce Cora denizde yüzerken çok açılır. Cora'nın denizde bu kadar açılmasının ardında bir özkıyım niyeti olduğu hissedilmektedir. Bu düşünceyi destekleyecek şekilde, kocası Mason da Cora'yı endişeli bir şekilde aramaya başlamıştır. Ancak Cora sahile geri döner. TSSB belirtileri arasındaki uyarılma ve tepki gösterme biçiminde değişikliklerin olmasını ise Cora'nın uykuya dalmasındaki güçlük ve "Hugging and Kissing" isimli parçayı duyduğundaki saldırgan tavrı ile örnekleyebiliriz.

Yukarıda sunulan vaka formülasyonunda *psikolojik yatkınlık* olarak ifade edilen bileşenin nelerden oluştuğu konusu formülasyon üzerinde yer almamaktadır (Keane ve Barlow, 2002). Çoğu psikoloji ekolünün öne sürdüğü üzere, erken dönem yaşantıların bireylerin hayatı anlamlandırmasında önemli bir rolü olduğu göz önüne alındığında Cora'nın aile dinamiklerinin incelenmesi önem taşımaktadır. Dizide aile ile ilgili ayrıntılı işlenen bir faktör kardeş ilişkileridir. Kardeş ilişkilerinin ele alınması, Cora'nın travmatik yaşantısı ile de yakından ilişkilidir. Bu nedenle bir sonraki bölümde Cora'nın anne, baba ve kardeşi ile olan ilişkilerini ele alınmıştır.

### **Aile Dinamikleri**

Dizinin kurgusunda başka önemli bir payın da aile dinamiklerine ait olduğu düşünülmektedir. Aile dinamikleri sahneleri ile Cora'nın erken dönem yaşantıları görülebilir.

Dizi, Cora'nın hayatını kronolojik bir şekilde izleyiciye sunmak yerine, olayları karmaşık bir şekilde kurgulamaktadır. Diğer bir deyişle, zaman zaman Cora'nın bugününü, zaman zaman da çocukluğunu ve ergenliğini izleriz. Cora'nın erken dönem yaşantılarına ait sahneler dizide işlenen konu ile ilişkisine göre sıralanmaktadır. Bu sebeple aile dinamiklerini de dizi boyunca karışık bir şekilde öğrenmek mümkündür.

Aile dinamikleri içerisindeki en başat figür anneye aittir. Anne Elizabeth, yoğun ve katı Hristiyan inançlarına sahip olan ve hayatını inançlarına göre şekillendiren bir kişidir. Tipik olarak gelişen çocuğu Cora'dan sonra hasta Phoebe'yi doğuran Elizabeth'in bebek Phoebe ile Cora'yı tanıştırdığı sahne çok etkileyicidir. Phoebe bebek halindeyken garip ve sağlıksız bir görünüşe sahiptir. Annesi Cora'ya, Phoebe'nin bu şekilde olmasının nedeninin Cora'nın kendisi olduğunu söyler, ona göre Cora annesinin sağlığını tükettiği için kardeşi bu şekilde sağlıksız olmuştur. Bu yüzden kardeşinin hasta doğmasına neden olduğuna inanan Cora yoğun suçluluk duyguları hissetmeye başlar. Anne Elizabeth dizide acı çeker gibi görünse de kendisi depresif ya da suçlu hissederken görülmemektedir. Bunun yerine hissettiği duyguları ailedeki diğer üyelere fazla eleştirel yapısı ile yansıtmaktadır.

Phoebe'de İsviçre Peyniri türü ventriküler septal defekt (bir tür kalp hastalığı) ve non-Hodgkin Lenfoma (bir tür kan kanseri) vardır. Bu sebeple dizi boyunca halsiz ve bakıma muhtaç halde ifade edilmiştir. Annesi, Phoebe ile birlikte uyur çünkü durmadan onu kollama ihtiyacı içindedir. Kendisini Phoebe'nin bakımına adayan anne, Cora'nın ihtiyaçlarını karşılayamamaya başlar. Cora çocukluk sahnelerinde depresif ve künt bir halde görünmektedir. Ayrıca annesi, Cora'yı sağlıklı olduğu için suçlaması ve çocuk gibi davrandığı için aşağılaması ile kızını duygusal ve psikolojik olarak istismar etmektedir. Cora kendiliği ile ilgili temel bir inanç olarak “ben kötüyüm” şekline bir inanç geliştirmeye başlamıştır. McWilliams'a (2010) göre depresif kişiliğin oluşumunda ebeveynlerin fazla zorlandıkları durumlarda çocuklarının ihtiyaçlarını ihmal etmeleri yer alır. Ailede zorlu durumlar yaşandığında çocuklar bu durumdan kendilerini sorumlu bulurlar ve suçlu hissederek. Ebeveynlerin bu durumda çocukların yaşına göre uygun açıklamalar getirmesi gerekir (Williams, 2010). Dizide Phoebe'nin hasta olması ve bakımının zor olmasından dolayı çocuk Cora kendisini doğal olarak sorumlu hissetmiştir. Annesinin, kardeşinin hastalığından Cora'nın sorumlu olmadığını ona anlatması beklenirken, aksine Cora'nın bu inancını pekiştirecek şekilde açıklamalar yapması Cora'nın kendisinin kötü olduğu yönünde varsayımlar üretmesine ve bu da onun kötü hissetmesine neden olmuş görünmektedir (Williams, 2010).

Bu ilişkilerden baba William farklı şekilde etkilenir. Baba William aile içindeki dengelere pasif bir şekilde yaklaşır. İlişkilerdeki dengesizliği fark edip müdahalede bulunmaz. Bunun yerine ailesinden uzaklaşır ve öfkeli bir tutum takınır. Örneğin, onu kendi yatağında

uyuyamadığı için bazı sahnelerde kendisini çok öfkeli görürüz. Ayrıca, eş ilişkileri zedelendiği için Baba William komşuları olan bir kadınla ilişki yaşamaya başlar. Kısacası aile dengeleri Phoebe'nin hastalığı ve bu hastalığa yüklenen anlamlar nedeni ile aile üyelerini farklı olumsuz şekillerde etkilemiş görünmektedir.

Bu noktada kardeşlerin birbiri ile kurduğu ilişkiye de değinmek gerekir. Kardeşler arası ilişkiler de annelerinin düşüncelerinden ve inançlarından etkilenmiştir. Kardeşinin hasta olmasına sebep olduğuna inandırılan Cora'nın çocukluğunun yalnız ve depresif geçtiği gözlemlenebilir. Cora yaptığı her hatada annesi tarafından sert bir şekilde eleştirilir ve ayıplanır. Çünkü annesi, Cora ve Phoebe arasında garip bir denge kurmuştur; Cora işlediği her ayıpla Phoebe'nin hasta kalmasına neden olur. Örneğin, Cora'nın çikolata yemesi ya da eğlenmesi bir günahdır ve bu günahın bedeli olarak Phoebe'nin hastalığı kötüye gider. Bu kötülüğü bertaraf etmesi için Cora annesi tarafından tövbe ve dua etmeye zorlanır. Böylece Cora masum, günahsız ve dini bütün biri olmaya başlar. Cora, çocukluğun gereksinimlerinden olan kendiliğindenliği yaşayamaz (Young, Klosko, ve Weishaar, 2003). Çocuklar gibi eğlenemez, çikolata yiyemez, oyun oynayamaz, arkadaşları ile iletişim kuramaz ve istediği gibi davranamaz. Bunun yerine kendinde kötü bir şey olduğuna inanarak yetişir. Bütün bunlar Cora'nın erken dönemden itibaren duygusal ve fiziksel olarak istismar edildiğine işaret etmektedir.

Cora'nın kaygılı olmasının altında yatan nedenin kendisinin varoluştan kötü olması ve etrafına hastalık saçması gibi nedenlerle suçluluk duyguları olduğu görülebilir. Yukarıda anlatıldığı gibi Cora'da kaygı verici ve girici düşüncelerin oluşmasında annesi büyük rol oynamıştır. Çocukken çikolata yemesi ya da ergenken erkek arkadaşının olması gibi gelişimsel olarak normal kabul edilebilecek davranışları düşünmesinin ya da yapmasının kardeşinin sağlığı üzerinde doğrudan bir etkisinin olduğunu düşünmesi, kaygı bozukluklarında rastlanan girici düşünce örneğine benzemektedir (Wells, 1997). Böyle bir düşünce ya da girişimi olduğunda Cora ve annesi oturup tövbe ve dua etmektedir. Bu da yaptığını bozma (undoing) savunma mekanizmasının bir örneğini teşkil etmektedir. Anlatılan düşünce ve eylem birlikteliği incelendiğinde bir tür takıntı ve zorlantının eyleme döküldüğü görülebilir; hatta bu düşünce ve eylem birlikteliği bir tür üst biliş olan düşünce eylem kaynaşması (thought action fusion) şeklinde de yorumlanabilir (Wells, 1997).

Yoğun suçluluk içerisine büyüyen Cora, Phoebe tarafından da kötü muameleye uğramaktadır. Phoebe'nin böyle olmasına neden olduğuna inanan Cora, Phoebe'nin isteklerine boyun eğmektedir. Phoebe sıklıkla kendini acındırarak ya da annesine söylemekle tehdit ederek ablasına istediği şeyleri yaptırmayı başarır. Örneğin, hayatının çoğunu yatağında geçiren Phoebe kendisi her ne kadar sağlıklı olmasa da kadın erkek ilişkileri ve cinselliğe karşı oldukça ilgilidir. Kendini dini yaşantıya kaptıran Cora yaşının gerekliliklerini de



yaşayamamaktadır. Phoebe ona erkek arkadaşı edinmesi için fikir verir. Bunun üzerine Cora bir erkek arkadaş (J.D.) edinir ve ilk cinsel deneyimini yaşar. Phoebe, ilk elden yaşayamadığı bu deneyimleri Cora'nın kendisine kelimesi kelimesine anlatmasını ister. Hatta bu deneyim aktarımı tamamen sözel olmakla da kalmaz. Phoebe, Cora'yı, cinsel tecrübelerini kendi üzerinde göstermesi için ikna eder. Burada kardeşler arasında yakınlaşma içeren sahneler bulunmaktadır. Bu sahneler Cora'nın zedelenen psikolojisinde fiziksel ve cinsel olarak da suistimalin yer aldığını gösterir. Özetle, Cora'nın annesi ve kardeşi ile kurduğu ilişkilerinde çeşitli şekillerde istismar edilmesi, vaka formülasyonunda paylaşılan “psikolojik bir yatkınlığın” oluşmasına zemin hazırlamış olabilir (Keane ve Barlow, 2002). Cora'nın kardeşi tarafından son kez istismar edilişi Phoebe'nin 19. Yaş gününde gerçekleşir. O gece ve travmatik yaşantı hakkındaki bilgiler maddenin kötüye kullanımı başlığı altında anlatılmıştır.

### **Maddenin Kötüye Kullanımı**

Cora'nın başına gelenler hakkında fikrinin olmamasının nedeni, olay gecesi Phoebe'nin ölümüne Frankie'nin neden olması ve bu yüzden Frankie'nin ailesinin tüm kanıtları yok etme çabasıdır. Frankie'nin babası da bir hekimdir ve oğlunun hayatının bu olaydan etkilenmesini engellemeye çalışır. Bu amaçla, Cora'nın o gece olanları unutmaması için onu evlerinin bir odasına kapatır. Düzenli ve kontrollü olarak ona kolundan eroin enjekte eder. Bu esnada da tanınmamak için yüzüne maske giyer. Bu nedenle Cora'nın flashback hatıralarında yüzü maskeli erkek figürü ortaya çıkmaktadır.

İki ay boyunca süren bu durum sonrasında Cora'yı uyuşturucu kullananların yaşadığı bir sokağa bırakırlar. Uyuşturucu bağımlısı sanılan Cora, rehabilitasyon merkezine girer ve çıkar. Dedektif Harry, Cora'nın bir bağımlı olmadığını anlaması rehabilitasyon merkezine gidip onun hakkında bilgi alması ve eroin bağımlılarını gözlemlemesi ile ortaya çıkar. Cora'nın kollarındaki yaralar uyuşturucu madde kullandığını göstermektedir; ancak dedektif Harry mahalleyi ziyaret ettiğinde eroin bağımlılarının kollarında yaraların oluşmaması için eroini ilk olarak el ve ayaklarına enjekte ettiğini görür. Cora'nın el ve ayaklarında ise izler yoktur. İkincisi ise, Cora'ya eroin enjeksiyonu için gerekli malzemeleri götürerek ve ondan eroini nasıl kullandığını göstermesini isteyen dedektif Harry, Cora'nın bu işi yapamadığını görür. Bu sahne ile Cora da hatırladığı şeylerin fragmanlar olduğunu ve bu fragmanlarla sandığı şeyleri yaşamadığını idrak eder. Dizide fragman olarak ifade edilen görüntülerin flashback şeklindeki hatıralar olduğunu anlayabiliriz. (APA, 2013).

Maddenin kötüye kullanımına örnek olan ikinci bir nokta ise olayın gerçekleştiği gece Cora'nın çoklu uyuşturucu madde etkisi altında olmasıdır. Phoebe, on dokuzuncu doğum gününün o gecesinde evde kalmaktansa anne babasından gizli dışarı çıkan ablası Cora ile birlikte gitmek için ısrarcı olur. Cora evden sessizce uzaklaşamayacağını anlar ve Phoebe'yi de

yanına alır. Erkek arkadaşı J.D. ile barda eğlenmeye giden Cora, o gece J.D.’nin verdiği M.D.M.A. (extacy) türü varsandıran etkisinde kalır. Hatta kardeşi Phoebe de zayıf olan bünyesine rağmen bu uyuşturucu maddeyi kullanmıştır. Bardan sonra kulübe gitmeyi teklif eden J.D.’ye Cora hayır cevabı verir çünkü kardeşini eve götürmek ister. Barın kapısında Phoebe ablasına “Benden kurtulmak istiyorsun çünkü J.D. ile tek buluşmak istiyorsun. Sen benim ölmemi istiyorsun” der. Orada Phoebe’nin Cora’yı tıpkı anneleri gibi, en son ve en acı şekilde suçladığı görülür. Bu suçlulukla Cora kardeşini de yanına alır ve J.D. ile yola çıkarlar.

Kulübe doğru giderlerken yolda Phoebe altına kaçar. Aracı durdururlar ve Cora kardeşini yolun kenarına çeker, onu temizler ve yeni kıyafetler giydirir. Ardından hep beraber yeni arkadaşlarla buluşacakları kulübe giderler. Bu kulüpte Phoebe, Frankie ile tanışır, ona kendinden ve hastalıklarından bahseder. Frankie onun sağlık asistanı olabileceğini söyler. Cora bu noktadan sonra kardeşinin davranışlarını kontrol edemez. Kulübün bodrumuna inerler, burada da kokain kullanırlar. Phoebe, Frankie ile birlikte olur. Ancak yaşadığı heyecan ve tansiyonun, uyuşturucu maddeler ile etkileşmesi sebebi ile kalbi durur. Frankie o sırada tıp okuduğu için kalp masajı yapar ancak Phoebe’nin kaburgaları yapılan basıya dayanamaz ve kırılır. Flashback olarak geçen anılarda duyulan kemik kırılma sesinin ne olduğu bu sahne ile anlaşılır. Cora, kardeşini öldürdüğünü düşünerek Frankie’ye saldırır ve onu omzundan yakalayıp ona vurmaya başlar (saldırı tepkisi, Beck, Emery, ve Greenberg, 1985). Bu sırada “Hugging and Kissing” adlı şarkı çalmaktadır. İşte, sahil kenarında Frankie’yi öldürürken vurduğu bıçak darbeleri, aslında o gece Frankie’ye vurduğu yumruklardır. Dizideki olay yerinin ziyaret edilmesi sahneleri maruz kalma terapisine benzemektedir. Maruz kalma terapisine benzeyen sahnelerle, Cora’daki dissosiyatif amnezinin sakladığı anıları su yüzüne çıkarmıştır ve Cora yaşadıkları ile yüzleşmiştir.

### **Travmanın Psikolojik Sağaltımı**

Dizide Cora’nın TSSB belirtilerinin tedavi edilip edilmediği konusu işlenmemiştir. Dizide Cora ve cezaevi psikiyatristi arasında iki görüşme vardır. Aslına bakılırsa, bu görüşmeler bir tedavi amacı taşımaktan öte, daha çok tanı ve değerlendirme amacı taşımıştır. Cora da kendinde nelerin olup bittiğini anlamak için bu görüşmelerden faydalanmış görünmektedir. Dedektif Harry de bu görüşmeler sayesinde Cora vakasının soruşturmasının gerçekleşmesini sağlamıştır. Travmanın psikolojik sağaltımı konusundaki çalışmalar çeşitlilik göstermektedir. Klinik psikolog ve psikiyatristler psikoterapi ekolleri ile sağaltım çalışmaları yürütürler. Dizideki örneklendiği üzere travmanın sağaltımında psikanalitik bir yaklaşım söz konusu olabilir. Psikanalitik yaklaşımla yapılan sağaltımda hipnoz, serbest çağrışım ve rüya yorumları gibi teknikler kullanılabilir. Travmanın sağaltımında psikanalitik yaklaşım yüksek öz-yeterlilik, yüksek işlevsellik, olgun savunma mekanizmalarının daha çok, ilkel savunma

mekanizmalarının daha az kullanılmasıyla sonuca ulaşabilmektedir (Schottenbauer, Glass, Arnkoff, ve Gray, 2008).

Kanıtla dayalı terapi yaklaşımları arasından ise bilişsel davranışçı terapi (BDT), TSSB sağaltımı için etkili olduğu ileri sürülmektedir (Zayfert ve Black Becker, 2007; Shubina, 2015). Kısa süreli olması BDT’yi bir tercih haline getirirken TSSB belirtilerinden depresyon ve kaygının azaltılması da tercih edilme nedenlerini güçlendirmektedir. BDT’nin amacı TSSB hastasının hayatındaki rahatsızlığın giderilmesi ve hayat kalitesinin artırılmasıdır (Shubina, 2015). TSSB’nin kişilik bozuklukları grubundan bir bozukluk ile komorbid olması durumunda ise BDT’nin başka bir şekli olan Diyalektik Davranış Terapisi’nden (DDT) faydalanması gerektiği ileri sürülmektedir (Linehan, 1993; Zayfert ve Black Becker, 2007). Özellikle borderline (sınırdurum) kişilik bozukluğu ve TSSB komorbitesinde DDT duygu düzenleme ve zarar verici davranışların düzenlenmesi konusunda etkili görülmektedir. Kabul ve değişimin diyalektiği, farkındalık (mindfulness) ve doğrulama konusunda yaptığı vurgu nedeni ile DDT’nin bu tür vakalarda etkili olduğu söylenmektedir (Linehan, 1993). Son olarak, Göz Hareketleriyle Duyarsızlaştırma ve Yeniden İşleme (Eye Movement Desensitization and Reprocessing [EMDR]) tedavisinden bahsetmek gerekebilir. Her ne kadar etki mekanizması bilinmese de bazı nörobiyolojik modellerle EMDR’nin TSSB sağaltımında etkili olduğu gösterilmiştir (Balıbey ve Balıkcı, 2013; Kavakçı, Doğan ve Kuğu, 2010). EMDR’nin bilgi işleme süreçlerini kolaylaştırması ve travmatik anı parçalarının bütünleştirilmesi yolu ile sağaltımda etkili olduğu belirtilmiştir (Kavakçı, Doğan ve Kuğu, 2010).

Dizide, dedektif Harry psikiyatristin yaptığı ikinci hipnoz seansına katılmak için izin ister. Ancak içeride sessiz kalamaz ve Cora’nın hipnoz seansında bazı sorular sorarak cinayetin kökeninde yatan olayların geçmişini araştırmaya başlar. Diğer bir deyişle, dedektif Harry seans esnasında bazı yönlendirmeler yapmıştır ve bu durum etik açıdan kabul göremeyecek bir hareket niteliğindedir. Hipnoz Cora’nın bazı anıları anımsamasını sağlar ancak Cora’nın hipnoz esnasındaki ifadeleri sembolik şekildedir. Örneğin bu anılarda sıklıkla Maddie isimli karakter görünmektedir ve Maddie isimli bir kişinin öldürüldüğü izlenimi edinilmektedir. İlerleyen sahnelerde Maddie’nin hayatta olduğu; ancak aslında ölenin Cora’nın hasta kardeşi Phoebe olduğu izleyici ile paylaşılır. Phoebe, anılarda Maddie şeklinde sembolize edilmiştir.

Hipnoz esnasında çıkan başka ilginç bir sahne ise şu şekildedir. Cora ve Maddie gece vakti bir ormanlık alanda bir bataklığa saplanmışlardır. Bataklığın yakınında bir su tankı bulunmaktadır. Maddie zehirlendiğini söyler. Cora onu sakinleştirmeye çalışırken bir ışığın kendilerine döndüğünü ve silahların ateşlendiğini duyar. Bu sahneden birden çocukluğuna giden Cora sarı bir okul otobüsünü kaçırdığını hatırlar. Dedektif Harry onu daha da çok şey hatırlaması için hipnoz esnasında yönlendirmeye devam eder hatta biraz da zorlar. Cora kendisini hasta hissettiğini söyler ve psikiyatrist seansı bitirir. Bu seansın üzerine dedektif

Harry bahsedilen bölgedeki su tanklarını araştırır. Bulduğu tankların yakınındaki ormanlık alanlarda yürüyüşe çıkar. Bir yürüyüşünde âtl bir okul arabası görür. Orada küçük bir alanda mantarların çoğaldığını görünce ekipleri çağırarak alanı kazdırır ve o alanda insan kalıntıları bulunur. Bu kalıntılar Phoebe'ye aittir. Kısacası hipnoz esnasında Maddie olarak ifade edilen karakter Phoebe'dir. Cora, kardeşini Maddie şeklinde simgeleştirmiştir. Cora, kardeşi ile ırmakta kıyafet değiştirmiştir ve Phoebe o esnada madde etkisi altındadır. Hipnoz esnasında bataklıkta saplanıp kalmaları şu şekilde yorumlanabilir. Cora o gece kardeşini eğlenceye hiç götürmek istememiştir. Kardeşinin tehdidi, ısrarı ve suçlamaları sonucu onu da yanına götürmek zorunda kalır, çünkü Cora, Phoebe'ye saplanıp kalmıştır. Arkadaşları ile eğlenceye giden Cora aslında başına kötü şeylerin gelebileceğini önceden sezmiş ve hipnoz etkisi altındaki anısında bunu anımsamış olabilir. Okul otobüsü ise çok dikkat çekicidir. Phoebe'nin gömüldüğü yerdeki okul otobüsü, Phoebe'nin anılarında kaçırdığı okul otobüsü olarak sembolleşmiştir. Her ne kadar dizide hipnotik anıların yorumlanması gibi bir işlem yapılmadıysa da hipnoz esnasında beliren su tankları ve okul otobüsü gibi nesnelere Phoebe'nin beş yıldır gömülü olduğu yeri Dedektif Harry bulmayı başarmıştır.

Phoebe'nin Cora'nın anılarında Maddie gibi görünmesinin başka bir nedeni ise Cora'nın Phoebe'nin ölümünden kendini sorumlu hissetmesi olabilir. "Aile dinamikleri" başlıklı kısımda tartışıldığı üzere kardeş ilişkileri açısından Cora kendini Phoebe'nin hastalığından, davranışlarını ise Phoebe'nin hastalığının kötüleşmesinden sorumlu tutarak büyümüştür. Çocukluğu kardeşinin ölümüne neden olma düşüncesi ve bu düşüncenin ibadet etme yolu ile savuşturulması ile geçen Cora için Phoebe'nin ölümünden sorumlu olmak çok ağır bir yaşantıdır. Maddie de J.D.'nin eski sevgilisi olarak Cora'nın kendisini suçlu hissettiği karakterlerden birisidir çünkü Cora, J.D.'yi Maddie'den çalmış gibi hissetmektedir. Cora'nın anılarında Phoebe'yi Maddie olarak yaşatması bu nedenle daha kabul edilebilir derecede suçlu ve kaygılı hissettirmiş olabilir.

Travmanın sağaltımına benzetilen sahnelerde dedektif Harry ve Cora iş birliği içinde çalışır. Cora da artık kendinin anımsayamadığı bir dönem olduğuna ikna olur ve bu dönemi araştırmaya istekli hale gelir. Dizinin son bölümlerinde olayların çözüldüğü sahnelerde, dedektif Harry ile Cora'nın olayın geçtiği yere (kulübe) gittiğini görürüz. Dedektif Harry, risk alarak iki saatlik özel bir izinle Cora'yı hapisten çıkarır ve bu kulübe götürür. Ancak ilk ziyaretinde Cora olanları hatırlayamaz. Hapishaneye dönüş yolunda dedektif Harry'den kendisini tekrar kulübe götürmesini ister. Her ne kadar az zamanları kalmış olsa da dedektif Harry riske girer ve kulübe geri giderler. İkinci ziyaretinde dedektif Harry, Cora'nın ellerindeki kelepçeleri de çözer. Cora kulübün ek binasına gider ve olanları hatırlar. Bu sahnelerde travmatik olayın tüm ayrıntılarının hatırlanması amacı ile travmanın geçtiği yere yapılan ziyaret dikkati çekmektedir. Bu açıdan bu sahneler travma sonrası stres bozukluğu (TSSB)

sağaltımındaki maruz bırakma (exposure) terapisine benzemektedir (Zayfert ve Black Becker, 2007). TSSB'nin tedavisinde maruz bırakma terapisi sistematik duyarsızlaştırma ile yapıldığı gibi taşırma terapisi (flooding) ile de yapılabilir (Spiegler, 1983; Wells, 1997; Zayfert ve Black Becker, 2007). Sistematik duyarsızlaştırmada kaygı yerine gevşeme tepkisi çalışılabilirken, taşırma terapisinde kaygı en yüksek dozdayken çalışma yapılır. Ayrıca, kaygı uyandıran duruma maruz kalmanın ne zaman başlayacağı ve biteceği taşırma terapisinde terapist tarafından belirlenirken; sistematik duyarsızlaştırmada bu durumlar hasta tarafından belirlenmektedir (Spiegler, 1983). Dizide terapist sembolü olan dedektif Harry, Cora'nın kulübe gidişini belirleyen kişidir. Aynı zamanda maruz bırakma uygulanırken gevşeme teknikleri ya da güvenli yer çalışması gibi çalışmalar yapılmamaktadır. Bu nedenlerle bu sahneler travma sağaltımına benzetildiğinde daha çok taşırma (flooding) terapisine benzediği söylenebilir.

Cora kulübün ek binasındaki ziyaretinde dedektif Harry'nin yüreklendirmeleri ile bodrum kat için merdivenlerden aşağı iner ve hatırlayamadığı şeyleri hatırlamaya başlar. Bu sahnelerde geçmişe gidilir ve olanlar izleyici ile paylaşılır. Bu sahnelerde dikkati çeken şey, psikolojik travmanın tedavisinde maruz kalma terapisi yaparken hastaya aynı zamanda davranım önleme (response prevention) yapılıyor olmasıdır. Kaygı yaratan uyarılara maruz kalan hasta, kaygıya cevap olarak geliştirdiği kaçma, kaçınma ya da yaptığını bozma gibi davranımları maruz kalma terapisinde gösteremez (Spiegler, 1983). Dizide Cora, travmatik anılarını hatırladığı bu sahnelerde dua etme, kaçma, ya da ilaç kullanarak sakinleme gibi davranışlardan hiçbirini sergilemez.

Sağaltım konusunda dikkati çeken bir başka nokta ise “Hugging and Kissing” parçası ile Cora'nın saldırması halidir. Müzik parçalarının nötr doğası düşünüldüğünde saldırıya neden olacağı düşünülmemektedir. Parça sözleri gereği de saldırganlık içermemektedir. Cora'nın Phoebe'nin ölüm sahnesi esnasında bu parçayı dinlemiş olması ile klasik bir koşullanma yaşadığı söylenebilir. Nötr bir uyarı olan müzik parçası, kardeşinin öldürüldüğü şeklindeki düşünce (koşulsuz uyarıcı) ile koşullanmıştır. Bu uyarıcıya verilen tepki olan saldırganlık ise artık koşullu tepki olarak, koşullu uyarı olan müzik parçasına verilir hale gelmiştir. Bu nedenle, dedektif Harry ile yaptığı görüşmede bu parçayı duyan Cora, dedektife de saldırmış, aynı uyarana aynı tepkiyi göstermiştir. Vaka formülasyonu açısından düşünüldüğünde, bu durum “Öğrenilen alarm tepkisi” örneğidir (Keane ve Barlow, 2002). Ancak dizi esnasında bu koşullanmanın ortadan kaldırılması yahut söndürülmesi açısından bir sağaltım çalışması yapılmadığı görülmektedir.

Dizide TSSB'nin sağaltımı konusu işlenmemiş olsa da dedektif Harry ve Cora'nın travmatik olayın geçtiği yeri ziyaret etmesine bu açıdan dikkat çekilmek istenmiştir. Bu ziyaretin Cora'nın kaygılı durumunu azaltan bir etkisi olduğu görülmüştür. Çok kısa bir bölüm

sunmasına rağmen terapötik müdahale olarak sayılan bu ziyaretin Cora’da hangi tür değişim mekanizmalarını tetiklediğini incelemek gerekebilir. Terapideki değişim mekanizmaları içgörü kazanma (Luborsky, 1962; Strupp ve Binder, 1984), kendini anlama (Connolly ve ark., 1999; Crits-Christoph, 1984) ya da tekrarlayan uyumsuz ilişki tarzlarının anlaşılması (Messer ve Warren, 1995) olabilir. Dizi bağlamında düşünüldüğünde ise Cora’nın dissosiyatif amnezi nedeni ile hatırlayamadığı anılarına erişmesine, bu olayların oluşmasında kendi rolünü değerlendirmesine ve kabul etmesine yol açtığı için kulübeye yapılan ziyaretin içgörü ve kendini anlama açısından Cora’da değişim mekanizmalarını harekete geçirdiği şeklinde bir yorumda bulunulabilir.

### **Hasta ve Terapist İş Birliği**

Psikoterapide iyileşmeyi belirleyen özelliklerden biri de hasta ve psikoterapist arasındaki güvene bağlı ilişki, diğer bir deyişle, iş birliğidir (Martin ve ark., 2000). Bu iş birliğinin kurulmasında terapinin amacı ve görevleri açısından hem hastanın hem de terapistin anlaşılması önemlidir (Watson ve Geller, 2005). Hasta -terapist iş birliğinin geliştirilmesinde ise empati, iş birliği, şeffaflık, sıcaklık, ilerleme kaydedilmesi konusunda güvence verilmesi ve ilerlemeye odaklanması gibi faktörler etkilidir (Langoff ve ark., 2008). TSSB görüşmelerindeki hasta -terapist iş birliği için kritik noktalarından biri ise terapistin yargılayıcı olmamasıdır (Zayfert ve Black Becker, 2007). Bu tutumu ile travma nedeni ile güvenlik algısı sarsılmış olan bireye terapist güvenli bir alan sunabilir (Zayfert ve Black Becker, 2007).

Bu noktada şunu vurgulamak gereklidir, hasta olarak Cora, terapist olarak ise dedektif Harry belirlenmiştir ancak dizide bu iki karakterin yürüttüğü bir terapi yoktur. Bu çalışmada dedektif Harry’nin psikoterapist şeklinde yorumlanmasının nedeni Cora’nın belirtilerinin ortaya çıkarılması, bu belirtiler üzerinde farkındalık kazanması ve belirtilerinin iyileştirilmesi üzerindeki büyük etkisidir. Suçlularla çalışmasına rağmen yargılayıcı olmaması ve soruşturmasını çok yönlü yapması bu karakterin terapistte benzetilmesinde etkili olmuştur. Cora da TSSB belirtileri yaşaması nedeni ile hastaya benzetilmiştir. Klinik psikoloji uygulamasında genellikle hastaların kendi istekleri ile terapistlere başvurduğu bilinmektedir (Plante, 2005). Ancak dedektif Harry ve Cora’nın birlikte çalışmasına sebep olan şey Cora’nın iyileşmeye karşı olan isteği değil, işlediği bir suçtur. Psikoterapiye başlama konusundaki farklılığa rağmen bu iki karakterin birlikte çalışma biçiminin psikoterapi sürecine; bu çalışma sonucunda gerçekleşen iyileşmenin psikoterapi sonucuna (Thompkins ve Swift, 2015) benzemesi nedeni ile dedektif Harry-Cora çalışması terapist-hasta çalışmasına benzetilmiştir.

Dizide Cora bir ruh sağlığı uzmanından iyileşmeye yönelik terapi almamıştır. Burada bahsedilmek istenen Cora’nın travmatik deneyimlerini araştırmasında dedektif Harry’nin kendisini ne kadar isteklendirdiğidir. Bu açıdan değerlendirildiğinde dedektif Harry ve Cora

arasında kurulan ilişkinin bir tür sosyal destek olduğu da ileri sürülebilir ki bu faktör “Psikolojik travma ve Vaka formülasyonu” başlığı altında sunulan vaka formülasyonu içerisinde de yer almakta ve TSSB’nin seyrini olumlu olarak etkilemektedir (Keane ve Barlow, 2002).

Bu dizide travmanın kökenlerinin araştırılması ve sağaltımı konusunda önceleri Cora istekli görünmemekteydi çünkü başından geçenleri tam anlamı ile kendisi de bilmiyordu. Ancak dedektif Harry’nin vakaya olan ilgisi, olayların açığa kavuşması için gösterdiği özveri, sıcaklık ve ilerleme kaydetmek için gösterdiği çaba Cora’nın onunla iş birliği kurmasına faydalı olmuştur. Bu nedenle, dedektif Harry ve Cora arasındaki ilişki de dizide önemli bir paya sahiptir. Cora’nın suçunun apaçık belli olması ve suçun vahşi doğasından dolayı medya bu olaya ilgi göstermiştir. Cora’nın kötü niyetli bir canı olduğuna dair genel bir inanç olmasına karşın, dedektif Harry’nin Cora’ya yaklaşımı genel eğilimin tersi şeklinde olmuştur. Vakasına ilgi duymuş ve onu yargılamadan kabul edilmiş bir tutum sergileyen dedektif Harry, Cora soruşturmasında önüne çıkan engelleri aşmak için mesleğinin kendisine verdiği gücün de ötesinde çaba göstermiştir. Örneğin, Cora ile olan ilk görüşmelerinde Cora kendisine yanıtıcı bilgi verse de bu bilgilerin doğruluğunu sorgulamış, Cora’nın ona saldırgan bir tutum göstermesine rağmen onunla görüşmeye devam etmiştir. Dedektif Harry’nin psikoterapisti, Cora’nın da hastayı sembolize ettiği düşünüldüğünde güvene dayalı, empatik, sıcak, yargılayıcı olmayan ve koşulsuz kabul içeren terapist-hasta ilişkisinin psikolojik sağaltım sürecinde nedenli etkili sonuçlar verdiği süreç boyunca gözlemlenebilir (Langoff ve ark., 2008; Martin ve ark., 2000). Bu nedenle dizinin hasta-terapist arasındaki ilişkinin psikoterapi sürecine olan yansımalarının incelenmesi için iyi bir örnek teşkil ettiği söylenebilir.

Bütün bunlara ek olarak, Cora’nın dedektif Harry ile olan ilişkisinde biri tarafından en kötü halinde bile kabul edilebileceğini deneyimlediği görülmektedir. Çocukluğundan itibaren kötü olduğu ve kardeşinin ölümüne neden olabileceği endişesi ile yetiştirilmiş, babası ile yakın ve kabul edici bir ilişki kuramamış, ilk erkek arkadaşı tarafından kötü muameleye ve istismara maruz kalmış biri olan Cora için bu ilişkinin iyileştirici bir tarafı olduğu düşünülmüştür. Dedektifin Cora’ya karşı olan inancını yitirmemesi Cora’nın kendi varoluşu ile ilgili olan olumsuz inançlarını doğrulamamış ve Cora için farkındalık yaratıcı bir tarafı olduğu izlenimi edinilmiştir. Bu da Cora’daki değişim mekanizmalarının harekete geçmesinde katkıda bulunmuş olabilir.

### **Sonuç ve Öneriler**

The Sinner sekiz bölümde Cora adlı karakterin işlediği bir cinayetin nedenlerinin araştırılmasını içeren bir dizidir. Dizide Cora’nın erken dönem yaşantılarını dedektif Harry onun bir psikolojik travma yaşadığını ve bunu hatırlamadığını anlaması ile araştırır. Dedektif

Harry'nin yaptığı sorgulamalarda klinik psikoloji açısından dikkate değer konular işlenmiştir. Bu konular psikolojik travma belirtilerinin gözlenmesi, travmanın psikolojik sağaltımı, hasta ve terapist iş birliği, aile dinamikleri ve kardeş ilişkileri ve maddenin kötüye kullanımı başlıkları altında tartışılmıştır.

Klinik psikolojide, özellikle psikoterapide, sinemanın da kullanılması (Gençöz, 2007; Yılmaz, 2017) sıklıkla başvurulan bir yöntem olduğu için sinema gibi görsel sanatlar içerisinde sayılan dizilerden de faydalanılabileceği düşünülmüştür. Hastalarla yapılan görüşmelerde kullanılmasının yanı sıra klinik psikologların yetiştirilmesi amacıyla da görsel sanatlardan faydalanılabilir. “The Sinner” dizisi erken dönem yaşantıların psikolojik yatkinlığa neden olması, psikolojik travma, travma sonrası stres bozukluğu (TSSB), dissosiyatif amnezi, maddenin kötüye kullanımının travmaya olan etkisi gibi konuları barındırması gereği psikopatoloji derslerini desteklemek amacı ile; travmanın psikolojik sağaltımı, klasik koşullanma, hipnoz, maruz kalma terapisi, taşıma (flooding) terapisi gibi konularla ilgili olması nedeni ile psikoterapi derslerini desteklemek amacı ile izlenebilir ve tartışılabilir. Bütün bunlara ek olarak, etik konusunda da bazı göndermeleri olan dizi klinik psikolojide etik derslerinde materyal olarak önerilebilir. Hasta-terapist iş birliği, aile dinamikleri ve erken dönem yaşantıların sorgulanması ve kardeş ilişkileri konuları da yukarıda anılan derslerin yanı sıra klinik psikolojinin çeşitli konularında tartışılabilir niteliktedir.

Dizide hipnoz seansları ve sembollerin değerlendirilmesi gibi psikanalitik öğeler bulunduğu kadar, klasik koşullanma, maruz bırakma terapisi gibi bilişsel-davranışçı terapi öğeleri de bulunmaktadır. Bu açıdan diziyeye klinik psikolojideki farklı ekollerin değerlendirilmesi ve eklektik yaklaşım konusunda fikir alışverişinde kullanılabilecek bir materyal olarak başvurulabilir. Dizinin Cora'nın yaşamından boylamsal olarak bilgiler sunması psikolojik bozuklukların erken dönem yaşantılardaki kökenlerinin araştırılması konusunda da örnek olarak ele alınabileceği düşünülmektedir. Hatta bu nedenle klinik psikoloji derslerinde verilen klinik vaka formülasyonu yapılması alıştırmalarında örnek olarak kullanılabileceği düşünülmektedir. TSSB'nin sağaltımı konusunda çalışmalar yürüten ruh sağlığı çalışanları bu bilgilerden faydalanabilirler.

Psikolojik yatkinlik başlığı altında erken dönem yaşantılar ve aile dinamikleri tartışılmıştır. Aile dinamiklerinin katı ve istismar edici türden olduğunda bireylerin kendileri ile ilişkili temel inançlarının oluşmasında ne derece etkili olabileceğinin altı çizilmiştir. Kardeş ilişkilerinde ise hasta bir kardeşe sahip olma ve kardeşlerin birbirini istismar edebileceği konusu tartışılmıştır. Bu durumun da bireylerin travma yaşamaları durumunda psikopatoloji geliştirme yatkinliklerini nasıl artırabileceğine bir örnek teşkil etmektedir. Bunun yanı sıra hasta-terapist ilişkisinin Cora-dedektif Harry ilişkisine benzetilmesi yolu ile ele alınması ve bu



ilişkinin TSSB belirtilerini nasıl etkileyebileceği, TSSB sağaltımında hangi tür değişim mekanizmalarını harekete geçirebileceği konuları ele alınmıştır.

Bu çalışma kapsamında Cora'nın TSSB belirtileri gösterdiği düşünülmüş ve dizideki bilgiler ışığında bir vaka formülasyonu sunulmuştur. Dizi de bu vaka formülasyonunda geçen bileşenler tartışılmıştır. Dizide bu çalışmada aktarılan başlıklardan ziyade başka konular da ele alınmıştır. Bu konulara çift ve aile terapisi, aldatma, sadist-mazoşist ilişki ve mazoşizm eklenebilir. Ancak bu başlıklara gerek daha kısa ele alınması gerekse de bu çalışma bütünündeki konularla ilişkili olmaması gibi nedenlerle yer verilememiştir. Dizi bu konularla da ayrıca değerlendirilebilir niteliktedir. Sonraki çalışmalarda bu başlıklar temelinde bir çözümleme yapılabilir.

### Kaynakça

- American Psychiatric Association. (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (DSM-IV- TR) (4th ed., text rev.). Washington, DC: American Psychiatric Publishing.
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington DC: American Psychiatric Publishing.
- Balıbey, H., & Balıkcı, A. (2013). Travma sonrası stres bozukluğu tanılı hastada göz hareketleri ile duyarsızlaştırma ve yeniden işleme (EMDR) tedavisi: olgu sunumu. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 26(1), 96-101.
- Beck, A. T., Emery, G., Greenberg, R. L. (1985). *Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective*. New York: Basic Books.
- Connolly, M. B., Crits-Christoph, P., Shelton, R. C., Hollon, S., Kurtz, J., & Barber, J. P. (1999). The reliability and validity of a measure of self-understanding of interpersonal patterns. *Journal of Counseling Psychology*, 4, 472–482.
- Crits-Christoph, P. (1984). The development of a measure of self-understanding of core relationship themes; Paper presented at NIMH workshop on methodological challenges in psychodynamic research; Washington, DC.
- Gençöz, F. (2007). *PSİnema 1: Sinemada Psikolojik Bozukluklar ve Sinematerapi*. Ankara: HYB.
- Kavakçı, Ö., Doğan, O., & Kuğu, N. (2010). EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing): A Different Option in Psychotherapy. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 23(3), 195-205.
- Keane, T. M., & Barlow, D.H. (2002). Post-traumatic stress disorder. In Barlow, D.H, *Anxiety and Its Disorders, Second Edition: The Nature and Treatment of Anxiety and Panic* (pp. 418-453). New York: Guilford Press.
- Langhoff, C., Baer, T., Zubraegel, D., & Linden, M. (2008). Therapist-patient alliance, patient-therapist alliance, mutual therapeutic alliance, therapist-patient concordance, and outcome of CBT in GAD. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 22(1), 68-79.
- Linehan, M. M. (1993). *Cognitive-behavioral treatment of borderline personality disorder*: New York: Guildford Press.
- Luborsky, L. (1984). *Principles of psychoanalytic psychotherapy: A manual for supportive-expressive treatment*. New York: Basic Books.
- Martin, D. J., Garske, J. P., & Davis, M. K. (2000). Relation of the therapeutic alliance with outcome and other variables: A meta-analytic review. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68(3), 438-450.
- McWilliams, N. (2010). *Psikanalitik tanı: Klinik süreç içinde kişilik yapısını anlamak*. (E. Kalem, Çev.) İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi.
- Messer, S. B., & Warren, C. S. (1995). *Models of brief psychodynamic therapy: A comparative approach*. New York: Guilford Press.
- Plante, T. G. (2005). *Contemporary clinical psychology* (2nd edition). USA: John Wiley & Sons, Inc
- Schottenbauer, M. A., Glass, C. R., Arnkoff, D. B., & Gray, S. H. (2008). Contributions of psychodynamic approaches to treatment of PTSD and trauma: a review of the empirical treatment and psychopathology literature. *Psychiatry*, 71(1), 13-34.

- Shubina, I. (2015). Cognitive-behavioral therapy of patients with PTSD: Literature review. *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 165, 208-216.
- Spiegler, M. D. (1983). *Contemporary behavioral therapy*. Wadsworth: Cengage Learning.
- Strupp, H. H., & Binder, J. L. (1984). *Psychotherapy in a new key: A guide to time-limited dynamic psychotherapy*. New York: Basic Books.
- Thompkins, K. A., & Swift, J. K. (2015). Psychotherapy process and outcome research. *The Encyclopedia of Clinical Psychology*.
- Watson, J. C., & Geller, S. M. (2005). The relation among the relationship conditions, working alliance, and outcome in both process-experiential and cognitive-behavioral psychotherapy. *Psychotherapy Research*, 15(1), 25-33.
- Wells, A. (1997). *Cognitive therapy of anxiety disorders: A practice manual and conceptual guide*. Chichester: John Wiley & Sons.
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E., (2009). *Şema terapi*. T. Özakkaş (Ed.), (T.V. Soylu, Çev.) İstanbul: Litera.
- Yılmaz, T. (2017). Klinik Psikolojide Sanat ve Sanat Uygulamaları. *Tykhe Sanata ve Tasarım Dergisi*, 2(2), 32-43.
- Zayfert, C., & Black Becker C. (2007). *Cognitive-behavioral therapy for PTSD*. New York: The Guilford Press.

## **Analysis of “The Sinner” Series with Regard to Post-Traumatic Stress Disorder**

### **Summary**

The Sinner, an eight episode series, was analyzed from a clinical psychological viewpoint. The series was found to be important since it is closely related to psychological trauma and post-traumatic stress disorder literature. The main character Cora killed a man named Frankie after she heard a song when she was sitting on a beach with her family. Detective Harry was assigned to investigate the murder. While he investigated Cora’s case he learnt that Cora might have had a traumatic life event and she had dissociative amnesia which prevented her to remember this event.

Detective Harry approached the case with utmost attention, investigated Cora’s childhood, family and family ties. He made home visits, scene visits, interviews with specialists and even participated Cora’s hypnosis session to collect more data about the murder. He believed that if he could find what happened to Cora five years ago, he could find why this murder was committed. In other words, he estimated that this murder was closely connected to the traumatic event that happened five years ago. Among the episodes of the series, Cora’s family and childhood scenes showed that she was abused emotionally, psychologically and physically by the family members.

Moreover, she was neglected as a child after her sick sister Phoebe had been born. Their mother, Elizabeth believed that Cora was the reason why Phoebe was born sick. To her, Cora consumed their mother’s health and Phoebe cannot benefit from her mother’s health while she was pregnant. Elizabeth continued to blame Cora because of her spontaneousness. For example, if Cora eats chocolate, this might be the reason why Phoebe has a health crisis. Elizabeth forces Cora to repent and to pray when she thinks she did something wrong. By this way, Cora developed unfunctional beliefs that she was innately bad. She developed as a depressive child and after she was exposed to the traumatic event, her anxiety increased as well. Throughout the episodes, her flashback memories, in fact some fragments were presented. Cora had difficulty sleeping. She was using pills to relieve her anxiety. Her positive mood was absent while negative mood was apparent. These symptoms were discussed on the basis of psychological trauma, particularly on post-traumatic stress disorder (PTSD).

While detective Harry investigated the family, he wanted Cora to see a psychiatrist believing that Cora might be able to recall the things that she cannot remember. Cora underwent hypnosis sessions. Harry could successfully read the symbols that Cora used in hypnosis. As used in the treatment of PTSD, Harry and Cora visited the trauma scene which was liken to exposure treatment, particularly, flooding treatment. The importance of a song was also discussed in the article in terms of classical conditioning.

Detective Harry was like a psychotherapist while Cora was like a patient. Their collaboration in investigation of the murder was considered as a patient-therapist alliance in psychotherapy. The power of non-judgemental attitude and unconditional acceptance of a psychotherapist was highlighted in terms of positive outcomes. Since recovery is highly related to this type of alliance, Cora’s success in remembering and defending herself was also related with this support.

Cora’s childhood was affected by the arrival of her sick sister, Phoebe. As mentioned earlier, Cora was blamed by their mother through many means. These persistent attitudes led her to have many dysfunctional beliefs and emotions. She couldn’t live her childhood and adolescence. Furthermore, Phoebe blamed and abused Cora, too. At the night of Phoebe’s 19th birthday, they went on a journey with some of Cora’s friends. That night Phoebe died due to her weak health and substance abuse. Cora was also under drug effect and misunderstood the efforts of Phoebe’s boyfriend (Frankie) to save her from a heart attack. Cora thought Frankie killed Phoebe and attacked him while “Hugging and Kissing” song was playing. To save Frankie from the murder, his family captured Cora and injected her heroin to forget the event. Phoebe was buried secretly. Because of this unfinished business, the first time Cora saw Frankie with a girl while that song was on, she attacked and killed him.

This series was found to be important to observe a PTSD case with dissociative amnesia. The investigation of the dynamics and early life events underlying Cora’s psychological state might help training of clinical psychologists in several courses such as psychopathology and clinical psychology.