



Transaksiyonel Analiz Ego Durumlarının İletişime Etkisi Bağlamında “Ters Yüz” Filminin Analizi



Ezgi ZENGİN*

Özet

Amerikalı psikiyatrist ve psikoanalist Eric Berne'nin geliştirmiş olduğu Transaksiyonel analiz (TA) kuramı psikolojinin iletişim, kişilik ve gelişim alanları ile ilgili bilgi içermektedir. Transaksiyonel analiz, bireyin kişiliğinin nasıl yapılandığı, bireyin çevresi ile nasıl iletişim kurduğu ve davranış bozukluklarının nasıl oluştuğu sorularına cevap arayan ve insanları olumlu olarak inceleyen insancıl bir kuramdır. Eric Berne'e göre insanlar arası ilişkilerde çocuk, anne-baba(ebeveyn) ve yetişkin olmak üzere üç ego durumu bulunmaktadır. Bireyler çevreleri ile kurdukları ilişkilerde itaatkâr olduğunda çocuk, otoriter olduğunda ebeveyn ve mantıklı olduğunda yetişkin ego durumu söz konusu olmaktadır.

Alan yazını tarandığında çalışmaların ağırlıklı olarak psikoloji, işletme, hemşirelik, eğitim ve öğretim alanında yapıldığı görülmüştür. İletişim alanında ise transaksiyonel analiz çalışmaları çok fazla ele alınmamıştır. Dolayısıyla ego durumlarının iletişime etkisini ele alan bu çalışma alana katkı sağlamaktadır. Bu bağlamda makalede, iletişim sürecinde karşılaşılabilecek sorunlara ve sorunların çözümüne farklı perspektiften bakmayı sağlayacak, bir iletişim ve kişilik kuramı olan, Transaksiyonel Analiz ve ego durumları açıklanmaya çalışılmıştır. Son olarak Eric Berne'nin yaklaşımı ve kavramları “Ters Yüz” filmi analiz edilerek somutlaştırılmıştır.

Anahtar Kavramlar: Transaksiyonel Analiz, Ego Durumları, İletişim

Transactional Analysis In The Context Of Ego During The Communication Effect Of The "Inside Out" Film Analysis

Abstract

The theory of transactional analysis (TA), developed by American psychiatrist and psychoanalyst Eric Berne, contains information on the psychology of communication, personality and development. Transactional analysis is a humanitarian theory that looks for and answers people positively about how an individual's personality is structured, how an individual communicates with his or her environment, and how behavioral disorders occur. According to Eric Berne, there are three ego states: children, parents and adults. When a child is submissive in the relationships they establish with their families, when the parent is authoritarian, and when it is reasonable, the adult ego situation is the issue.

When the field literature was searched, it was seen that the studies were mainly carried out in the fields of psychology, business administration, nursing, education and training. In the field of communication, transactional analysis studies have not been studied much. Therefore, this study, which deals with the communication effect of ego states, contributes to the field. In this context, the article tried to explain transactional analysis and ego situations, which are communication and personality theory, which will enable us to look at the problems that may be encountered in the communication process and to solve the problems from different perspectives. Finally, Eric Berne's approach and concepts are embodied by analyzing the film "Inside Out".

Key Words: Transactional Analysis, Ego States, Communication

* Öğretim Görevlisi, Kırklareli Üniversitesi, Basın Yayın ve Halkla İlişkiler Birimi, ezgizengin@klu.edu.tr

1. GİRİŞ

Bu makalede, Transaksiyonel Analiz kavramı ve işlevleri, ego durumları (çocuk, yetişkin, ebeveyn) ve ego durumlarının iletişime etkisi Eric Berne'nin eserleri ve konu ile ilgili makaleler üzerinden irdelenmeye çalışılmaktadır.

Temelleri Eric Berne tarafından atılan Transaksiyonel Analiz (TA) kuramı, insanlar arası etkileşimleri temel alan ve Amerikan toplumunda gelişen bir kişilik kuramı olarak tanımlanmaktadır. Kuram, bireyin düşünme ve gelişme gücüne inanan, kullandığı dil ve kavramlarda kuramsal netlik gösteren ilişkisel ve iletişimsel bir modeldir. Aynı zamanda psikoloji, gelişim, eğitim, psikopatoloji, terapi ve danışma alanlarını içeren; son yıllarda reklamcılık ve kültür alanlarında etkinlik gösteren bir yaklaşımdır. Genel bir değerlendirmeyle Transaksiyonel Analiz (TA), pek çok kavramı içeren bir kuramdır.

Eric Berne'den önce insan davranışlarını ve kişilik yapısını açıklamayı amaçlayan pek çok kuramcı olmasına rağmen en bilineni Sigmund Freud'dur. Freud 20.yy'da kişilik üzerine teorileri ile ortaya çıkmış ve kişiliğin id, ego ve süper ego olmak üzere üç bileşenden oluştuğunu öne sürmüştür. Freud, bu üç bileşenin bireylerin yaşamında dengeli ve makul bir şekilde olması gerektiğine inanmaktadır. Freud'a göre id, aklın duygusal ve irrasyonel olan kısmında; ego, rasyonel zihnin parçasında; süper ego ise, zihnin ahlaki kısmında ebeveynsel ve toplumsal değerlerin bir tezahürü olarak işlev görmektedir (<http://www.ericberne.com/transactional-analysis/>). Berne de benzer şekilde insanlar arası ilişkilerde ebeveyn, yetişkin ve çocuk olmak üzere üç ego durumunun olduğunu söylemektedir. Ancak Berne, Freud'dan etkilenmesine rağmen geliştirmiş olduğu kuram Freud'un kuramından farklıdır. Çünkü Berne'nin ego durumları, şuan yaşamakta olan gerçek bir kişi ile bu kişinin geçmişteki yaşantılarını temsil etmektedir (Akkoyun, 1995: 12). Berne'e göre insanlar günlük yaşamlarında kurmuş oldukları ilişkilerde bu üç ego durumundan birini mutlaka kullanmaktadır. Sıralanan üç ego durumunun günlük yaşamda belirli aralıklarla, doğru yer ve zamanda kullanılması normal olduğu kadar sağlıklıdır da. Bu bağlamda çalışmada bireylerin hangi ortamda nasıl davrandıkları, olaylara nasıl tepki verdikleri, bireylerin iletişim sürecinde karşılaştıkları ya da karşılaşılabilecekleri sorunlar ve bu sorunların en etkili nasıl çözümlenebileceği sorularına yanıt aranmaya çalışılmıştır.

Literatürde geçmiş çalışmalar, psikoloji, eğitim ve öğretim, işletme ve hemşirelik alanlarında yapılmıştır. Ancak Eric Berne'nin bakış açısıyla iletişim alanında bir çalışma yapılmamıştır. Bu çalışma ise Eric Berne'nin Transaksiyonel Analiz yaklaşımı ve ego durumları kavramının iletişime etkisini ortaya koymayı amaçlaması bakımından önem arz etmektedir. Çalışmada ilk olarak Eric Berne'nin perspektifi ile ilgili alan yazını taranmış ardından günlük yaşama uyarlanabilir olması göz önünde bulundurularak asıl adı "Inside Out" olan "Ters Yüz" animasyon filmi Eric Berne'nin yaklaşımı ve kavramlarıyla analiz edilmiştir.

1.1. Transaksiyonel Analizin Temeli, Felsefesi ve İşlevleri

Transaksiyonel Analiz veya TA¹ psikolog ve psikoanalist olan ve "Game People Play" kitabıyla bilinen Eric Berne tarafından ortaya atılan bir yaklaşımdır. Transaksiyonel Analiz alanına Berne'den sonra birçok araştırmacı ve yazar katkıda bulunmuştur. Bu katkılardan en önemlisi Berne'nin öğrencisi olan Thomas Harris'in I'm OK You're OK (ben OKEY'im sen

¹ Çalışmanın ilerleyen aşamalarında Transaksiyonel Analiz kavramı "TA" olarak ifade edilecektir.

OKEY'sin) yaklaşımıdır (Kayalar 2002: 265). Ancak bu çalışmada Eric Berne'nin yaklaşımı değerlendirilmektedir.

TA psikolojide gelişim, kişilik, kişilerarası ilişkiler, iletişim, danışma/terapi, yaşam ve psikoterapi gibi geniş bir yelpaze üzerinde insan davranışlarını (Doruk, 2015: 157) olumlu olarak inceleyen iyimser bir yaklaşımdır (Barrow &Newton, 2016: 52). TA bir iletişim teorisidir, çünkü iletişim transaksionlar bütünüdür ve TA transaksionları incelemektedir. Kurama adını veren *transaksion* kavramı, bireyler arası etkileşimde bir uyarıcı ve tepkiden oluşmaktadır (Berne 2016: 14). Bu durumda iki kişi bir araya geldiğinde etkileşim başlamakta ve kişilerarası etkileşimde birinin diğerini tanıdığına dair bir belirti göstermesi veya konuşması *transaksionel uyarıcı*, diğerinin transaksionel uyarıcıya yanıtı ise *transaksionel yanıt* olarak adlandırılmaktadır (Berne, 2001: 31).

Kişilik kuramı olarak TA, insanların içerisindeki kişilik yapılarına odaklanarak kişiliğin yapısını ortaya koymaktadır. Bir başka ifadeyle, insanın içindeki farklı kişilik yapılarının hangi durumlarda, nasıl ortaya çıktığına ve bireyin bu durumlarda nasıl davrandığına odaklanmaktadır. *Gelişim kuramı olarak TA*, insanın çocukluk döneminin ileriki yaşlarını nasıl etkilediği ve çocukluk döneminde alınan kararlarla insanların hayatlarının nasıl şekillendiği ile ilgilenir. Bir diğer kuram olan *Psikopatoloji kuramı olarak da TA*, çocuklukta alınan kararların yetişkinlik dönemindeki hayatta ne tür sorunlar yarattığı üzerinde durmaktadır (Şamatacı, 2013: 24).

Berne, TA kuramını ilk ortaya attığında insanlar arası gözlemlerden ve ani değişimlerden oldukça etkilenmiştir. Söz gelimi, oyuncağını kaybeden çocuğun ağlaması, aldığı başarısızlık sonucu öfkeden kızaran bir iş adamı ve çocuğunun okulundan gelen telefonla sinirlenen babanın yaşadığı duygu ve düşünceler birer transaksion durumudur. Berne, TA kuramının ilk aşamalarında bu belirtilen transaksion durumlarıyla yakından ilgilenmiştir. Aslında bu transaksion durumları günlük hayatımızda sıklıkla karşılaştığımız durumlardır ve bu durumlardan bir diğerine geçişte jest, mimik ve kelimeler etkili olmaktadır.

Birçok kişi çoğu zaman kendisini ve başkalarını anlamakta zorluk çeker. Bu gibi durumlarda TA bir temel oluşturmakta ve bireyin hem kendisini hem de çevresini anlamasına yardımcı olmaktadır. TA uygulamalarının farklılığı, dayandığı bazı temel varsayımların pratiğe dönüşmesiyle ortaya çıkmaktadır (Keler, 2008: 17). TA'nın dayandığı ve kuramı psikiyatriden ayıran varsayımlar (Akkoyun, 1995:4):

*Herkesin duygusal olarak gelişmek ve özerklik gelişimini tamamlamak için bir kapasitesi vardır.

*Her birey karşılaştığı olaylarda (farkında olarak veya olmayarak) bir seçim yapmak zorundadır.

*Yaşamında ne olup biteceğine birey kendisi karar verir.

Varsayımlardan ilki bireyin, çevresinde olup biten olaylara düşünerek bilinçli tepki vermesi gerektiğine vurgu yapmaktadır. Bu varsayım bireyin kişiliğini ortaya koyan ve iletişimin akışına yön veren önemli bir varsayımdır. İkinci varsayım, bireyin hangi koşulda olursa olsun bir olay karşısında nasıl tepki vereceğine kendisinin karar vermesi gerektiğini ve kararlarından kendisinin sorumlu olduğunu ifade etmektedir. Geçmişte verilen bir karar bugün değiştirilebilir ve yeni kararlar alınabilir. Bu durum tamamen bireyin kendisine bağlıdır. Son varsayım ise, bireylerin yaşamlarının hangi aşamasında olursa olsun içinde bulunulan durum ve çevredeki insanların az ya da çok etkisi olduğu ile ilgilidir. Bunun anlamı şudur; birey, bir

dönem aldığı karardan ileriki dönemlerde vazgeçebilir ve yeni kararlar alabilir. Diğer bir ifadeyle seçimlerinde özgürdür.

Berne (1961; aktaran Akkoyun, 1995: 5) bu temel varsayımları şu şekilde özetlemektedir: “İnsanlar dünyaya prens veya prenses olarak gelirler, ancak daha sonra kurbağaya dönüşürler. Tedavinin (TA) amacı da, insanları yeniden prens ya da prenses olmalarına yardımcı olmaktır”.

1.2. Ego Durumları

Berne'nin geliştirmiş olduğu bir diğer kavram olan *ego durumu* kavramı “Games People Play” (İnsanların Oynadığı Oyunlar) kitabında “*aynı anda oluşan tutarlı düşünme, hissetme ve davranış biçimleri*” olarak tanımlanmaktadır (Berne 2016: 13).

Federn'in ego durum modelinden² yola çıkan Berne, insancıl bir değer sisteminin içerisine psikanalitik içgörüdeki derin potansiyeli yerleştirmiş ve bunu davranışçılıktaki netlikle açıklamıştır (Akkoyun, a.g.e.: 10). Bu bağlamda ego durumları bireyin davranış kalıplarını motive eden bir duygu sistemidir (Berne, 1957: 295). Berne'e göre TA'nın temelini ego durumları oluşturmaktadır ve ego durumları TA'nın kişilik kuramlarına dayanan kısmını ifade etmektedir. TA da insan davranışları ego durumları ile açıklandığı için (Jones, 1982: 62) kuramsal yapılar değillerdir.

Berne, kişiliğin temel yapısı olarak gördüğü ego durumlarını (*çocuk, ebeveyn ve yetişkin*) birbirine değen üç daire ile sembolize etmiştir (bkz. Şekil 1). Çocuk, ebeveyn ve yetişkin ego durumları Berne tarafından kişiliğin altyapısı olarak kabul edilmektedir. Bu ego durumları ilk bakışta Freud'un id, ego ve süper ego kavramları ile benzerlik gösterdiği düşünülse de ayrıldığı noktalar vardır. Berne'nin Freud'dan etkilendiği doğrudur. Ancak Freud'un ego durumları ile ilgili kavramları daha çok kuramsal bir yapıyı ifade etmektedir. Berne'nin ego durumları ise günlük hayatta gözlemlenebilir davranışlardır. Dolayısıyla günlük hayatımızda meydana gelen bütün davranışları Berne'nin üç ego durumu ile açıklamak mümkündür. Çünkü bu var oluş hallerinden her biri rol değil, tamamen psikolojik gerçekliklerdir. Diğer bir ifadeyle ego durumları gerçek olayları, insanları ve mekânları konu alarak, kişiliği göstermenin en etkili yoludur (Berne 2016: 14). Böylelikle bireyin farkındalığı artar ve birey kendisini daha fazla kontrol edebilir duruma gelir (Minibaş-Poussard).

Daha bilimsel bir dille açıklamak gerekirse bireyin deneyimleri beyinde tıpkı bir video-kamera gibi kaydedilmektedir. Bu durum çocukluktan başlayarak anne-babasından edindiği deneyimleri, olayları, algılamaları ve izlenimleri kapsamaktadır. Bunlar birey istediği zaman tekrar oynatılmaya elverişlidir (Şamatacı, a.g.e.: 24). İşte bu noktada devreye ego durumları girmektedir. Berne, kişiliğimizi oluşturan ego durumlarını şu şekilde açıklamaktadır:

1.2.1. Çocuk Ego Durumu

Berne'e göre çocuk ego durumu bireyin *ilk sekiz yılı* olarak kabul edilen hayatının ilk dönemleridir. Çocuk ego durumu Freud'un id olarak tanımladığı kurallara uymayan, asi ve içinden nasıl geliyorsa o şekilde davranan ego durumuna denk gelmektedir. İd'den farklı olarak dış dünya ile olan ilişkiyi de kapsamaktadır. Freud “bugünkü kişiliğimizin temellerinin çocukluğumuzda yattığını” söylemektedir (Burger, 2006: 149). Diğer bir ifadeyle çocuk egosu bireyin çocukluğundan izler taşımaktadır. Berne de, “bu izlerden birini harekete geçirdiğimiz zaman, bir zamanlar olduğumuz çocuk gibi davranmaya başladığımızı” ifade etmektedir (Berne, 2016: 13). Örneğin: 8 yaşındaki Bilge yemek yemeyi fazla sevmediği için sıcak aile

² Federn egoyu fenomenolojik olarak şu şekilde tanımlamaktadır: “ego, birey tarafından beden ve zihinsel yaşamın zamana, mekâna ve nedenselliğe göre tekrarlanan devamlılığıdır (Clarkson, 1992: 40)”.

sohbetlerinin yapıldığı akşam yemeklerinden sürekli kovulmaktadır. Bilge 26 yaşına geldiğinde hiç sebep yokken yemekleri yutamamaya başlamaktadır. Onun için yemek endişe duyması gereken bir eylem haline gelmiştir ve sürekli kilo kaybettiği için bu durum onu oldukça fazla rahatsız etmektedir. Bu sebeple psikolojik destek alan Bilge'nin asıl sorunu yemeğe karşı çocukluğundan kalan küslüğünü atamamasıdır. Bu örneği değerlendirdiğimizde çocuğun kişiliğinin gelişmeye başladığı bir dönemde yaşadığı bir olayın ileriki yaşamında tekrardan ortaya çıktığı ve bireyin geçmişteki çocuğa döndüğünü görmekteyiz.

Çocuk ego durumu sanıldığı gibi bilinç dışı değil *bilinçtir ve kolaylıkla gözlemlenebilir*. Çünkü çocuk ego durumunda, kendiliğinden, sezgisel ve yaratıcı bir nitelik vardır (Berne, 1988: 352). Berne'e göre bu ego durumu kişiliğin en önemli bölümünü oluşturmaktadır. Dolayısıyla bu ego durumunu benimseyen bireylerde gerçek bir çocuğun sevimliliği, eğlendiriciliği ve yaratıcılığı vardır. Bu sebeple çocuk ego durumunda bireyler aile hayatına katkı yapabilirler.

Çocuk ego durumunun olumsuz olarak algılanabilecek yönü ise; bu ego durumunu sıklıkla kullanan bireyler sorumluluk gerektiren işlerin üstesinden gelemeler ve bu bireylerin sorun çözme yetenekleri gelişmemiştir. Çoğunlukla mantıksız, kendilerini zor durumda bırakan ve gerçeğe aykırı davranışlar sergilemektedirler.

Berne, esasen her bireyin bir çocuk olduğunu söylemektedir. Çocuksu davranışlar bireyin hayatında olmalı ve süreklilik göstermelidir. Yani bu ego durumu tamamen olumsuz olarak algılanmamalı ve çocuk ego durumunu kullanan bireyler sorunlu olarak nitelendirilmemelidir.

Çocuk ego durumu fonksiyonel analize göre doğal çocuk ve uyarlanmış çocuk olmak üzere ikiye ayrılır.

- * *Doğal (Özgür) Çocuk*: Kişiliğin eğitilmemiş yanı olarak kabul edilir. Bu ego durumu bireye hoş bir doğallık verebildiği gibi ileri gidildiğinde saygısızlığa kadar uzanabilir (Minibaş-Poussard, 2004). Fiziksel ihtiyaçlarını her şeyin üzerinde tutar, eğlenceli, bağımsız, sevimli ve etkileyicidir. Doğal çocuk, ego durumunun toplumsallaşmış tarafıdır. Söz gelimi doğal çocuk iş yaşamında aldığı bir başarı sonucunda kimin ne söyleyeceğini umursamadan mutluluktan müzik açıp, dans edebilir.
- * *Uyarlanmamış Çocuk*: Kişiliğin az ya da çok eğitilmesiyle ortaya çıkar. Doğal çocuk çok eğitilmişse ve kurallara uyuyorsa uslu çocuk; az eğitilmişse ve kanunlara-kurallara karşı çıkıyorsa asi çocuk olarak nitelendirilir. Uslu çocuk ve asi çocuk, doğal çocuğun aksine bağımlıdır. Asi çocuğu kurallara uymadığı için bağımsız olarak düşünebilirsiniz. Ancak bir otoriteye karşı davranış geliştirdiği için bağımlıdır. Dikkat edilmesi gereken bir nokta vardır ki: asi çocuk doğal (özgür) çocukla karıştırılmamalıdır. Çünkü doğal çocuk istediğini yapar, asi çocuk ise otoriteye karşı gelir.

Akşam misafir geldiğinde “Bu saatte neden geldiniz? Biz de tam yatacaktık.” diyen bir çocukla yaşı kaç olursa olsun “Canım böyle istiyor.” diyen bir kişi doğal çocuktan mesaj gönderir. “Siz nasıl isterseniz öyle olsun.” diyen biri uslu çocuktan; “sen öyle söyledin diye tersini yapacağım.” diyen biri de uslu çocuktan mesaj göndermektedir (Dökmen, 2004: 64).

1.2.2. Ebeveyn Ego Durumu

Berne'nin bizleri büyüten kişilerin içselleştirilmesini temsil eden duruma verdiği ad "Ebeveyn"dir (Berne 2016: 13). Bireyin yaşamındaki *ilk beş yılı* olarak kabul edilen bu dönemde birey ebeveynlerinden ve çevresinden gelen bilgileri *sorgulamadan* kabul etmektedir. Bu sebeple ebeveyn ego durumu dayatılmış dış olayların beyindeki koleksiyonudur. Ebeveynlerden alınan bilgilerin sorgulamadan kabul edildiği bu dönemde çocuğa sevgi ile yaklaşırsa çocuk sevmeyi, şiddet ile yaklaşırsa şiddeti içselleştirecektir. Bu yaklaşımı Berne'nin "*İnsanların Oynadığı Oyunlar*" kitabından bir örnekle inceleyelim: "Anne-babası mutfakta arkadaşları ile birlikte kahve içerken Jonny salonda kamyonetiyle oynamaktadır. Birden oturma odasından şangırtı sesi gelir. Odaya gelen Jonny'nin annesi yere düşmüş ve kırılmış vazoyu görür. Sinirli bir şekilde "bunu kim yaptı diye sorar" Jonny "köpek" diye yanıtlar. Ancak köpek 5 dakika önce salondan çıkmış ve bunu annesi görmüştür. Annesi aniden sinirlenerek senin gibi yalancı bir çocuğu hayatımda istemiyorum diye bağırır (Berne, 2016: 20)". Bu kısa hikâyede de görüldüğü üzere anne, yetişkin ego durumundan aniden ebeveyn ego durumuna geçiş yaşamış ve çocuğu yalan söylemeye teşvik etmiştir. Zamanla çocuk yalan söylemeyi içselleştirebilir ve yalan söylemek kişiliğinin önemli bir parçası durumuna gelebilir.

Tıpkı Berne gibi Adler de yaşamın ilk birkaç yılında ebeveynlerin önemine vurgu yapmakta ve bireyin kişiliğinin oluşmasında anne-baba davranışlarının önemine dikkat çekmektedir (Eroğlu, 2013: 239-240). Çünkü ebeveyn ego durumunda bireyler, ebeveynlerinin yerini alan kişi gibi davranmaya, düşünmeye ve hissetmeye başlamaktadırlar (Solomon, 2003: 15).

Çocuk büyüdükçe daha karmaşık bilgilerle karşılaşmaktadır. Örneğin: Her ne olursa olsun başkasına güvenme, dikkatli ol, yalan söyleme, affetmek büyük bir erdemdir... Tüm bunlar çocuğa güvendiği kişilerden geldiği için çocuğun zihninde yasa olarak kaydedilir. Bu kayıtlar kimi zaman unutulabilir. Ancak tamamen silinmesi mümkün değildir. Birey, çocukluğunda öğrenmiş olduğu temel veri yığını, silinmemek üzere içselleştirir (Doruk, a.g.e.: 160). İçselleştirilen bu ebeveyn ego durumu bireyi tehlike durumlarında yönlendirmektedir. Örneğin: "Ateşle oynanmaz, tehlikelidir" sözü ebeveyn ego durumunda kaydedilir. Çünkü bu yaştaki çocuk için tehlike, henüz kendi başına kavrayabileceği bir durum değildir. Bu sebeple de çocuk, anne-babasından sosyal ve fiziksel açıdan gerekli olan yardımları almaya açıktır. Dolayısıyla bu dönemde anne-babanın tutarlı olması çocuğun kişilik gelişimi açısından oldukça önemlidir. Eğer anne -baba çocuğa sigara içmenin zararlı olduğunu anlatıyor ve söylediklerinin aksine kendileri çocuğun karşısında sigara içiyorsa çocukta bu tutarsızlığa karşı sorgulama ortaya çıkmaktadır. İleriki dönemlerde yani anne-babanın uyumsuzluk yaşadığı anlarda çocuğun muhtemel olarak kafasının karışması ve anksiyete yaşaması olasıdır. Ayrıca ebeveynlerin tutarsız olması bireyin hayatı boyunca çaresiz ve uyumsuz olmasına yol açmaktadır.

Ebeveyn ego durumu, bireyin kafasının içerisinde ne yapması, nasıl yapması gerektiğini ve kendi içinde kurduğu mahkemede kimin iyi kimin kötü olduğuna karar verme durumudur (Arı, 1989: 22). Aynı zamanda her bireyin ebeveyn ego durumu kendine özeldir. Kişi ebeveynin ego durumlarını kendi algıladığı biçimde yeniden oluşturur (Şamatacı, a.g.e.: 27). Ebeveyn ego durumunun kayıtları, diğer ego durumlarında olduğu gibi yaşam boyu katlanarak artar (Özerk, 2008: 15).

Ebeveyn ego durumu fonksiyonel analizde koruyan anne-baba ve eleştiren anne-baba olarak iki türde ortaya çıkmaktadır.

- * *Koruyan Anne-Baba*: Şefkat gösterir, başını okşar, endişelidir, bağrına basar, kucaklar, sıvazlar, ses tonu rahatlatıcı ve sempattir (Akkoyun, a.g.e.: 17). Zararlı alışkanlıklardan ve davranışlardan vazgeçilmesi beklenir. Koruyan

anne-baba ego durumu baskın olan kişiler ilişkilerinde nezaket kurallarına önem verirler, kibardırlar ve sorumluluk gerektiren işleri üstlenebilirler. Örneğin: Yolda yardıma ihtiyacı olan yaşlı birini gördüğünüzde koruyan ego durumundan hareketle “Size yardımcı olmama izin verin!” diyerek yardım edebilirsiniz.

- * *Eleştiren Anne-Baba*: Eleştiren anne-baba ego durumunu benimseyen bireyler kendilerini kültürün mirasçısı ve aktarıcısı olarak görürler (Jones, a.g.e.: 62). Toplumsal kurallar ve çıkarlar için sürekli birilerini eleştirirler. Örneğin: “Bunu yapma!, Bu yaptığın hiç doğru değil!, Bu çok ayıp bir davranıştı!”... Bu ego durumunu sık kullanan kişiler kolaylıkla öfkelenir, cezalandırıcıdır ve kendi çıkarları her şeyin üzerindedir. Dolayısıyla günlük hayatında eleştiren ebeveyn ego durumunu sıklıkla kullanan bireylerin çevreleri ile kurdukları iletişimde sorunların ortaya çıkması muhtemeldir.

Dökmen’e (a.g.e.: 61) göre; ebeveyn ego durumumuz, toplumun bizim içimizdeki bir temsilidir. Toplumun “doğru veya yanlış” olarak tanımladığı şeyler ebeveyn ego durumu aracılığıyla kuşaktan kuşağa aktarılabilir. Bu sebeple anne-babadan gelen bilgileri doğrudan kabul etmek yerine kendi deneyimlerimiz yoluyla ve bilgi süzgecimizden geçirerek kabul etmemiz daha doğrudur.

1.2.3. Yetişkin Ego Durumu

Yetişkin ego durumu diğer iki ego durumundan daha özerk olmakla birlikte gerçeğe en yakın ego durumudur (Clarkson, 1992: 48). Diğer iki ego durumunun ihtiyaçlarının karşılanmasını sağlamaktadır (Berne, 1966: 171). Birey çocuk ego durumunda daha çok eğlenmek ve yaratıcılığını geliştirmek için bilgiye ihtiyaç duymaktadır. Ebeveyn ego durumunda ise elde ettiği bilgilerin doğruluğunu ispat etmek için verilerden yararlanmak durumundadır. Bu sebeple yetişkin ego durumunda veri işleme süreci önem taşımaktadır. Birey dış dünyadan gelen bilgileri öncelikle zihninde değerlendirir, ancak bunu yaparken öğretilmiş yargılardan ve çocukluktan kalma bilgilerden uzak durur. Çünkü birey çevreyi tanıdıkça, çevreyle etkileşime girdikçe kendi gerçekliğini oluşturur. Bu sebeple bireyin *yaklaşık on ay* civarındayken yetişkin yönü de gelişmeye başlamaktadır.

Bu ego durumunda *akıl, mantık ve sağduyu* üç önemli kavramdır. Birey karşılaştığı bir olayda yetişkin benliğini kullandığı için duygusal karar vermez, o an bildiği en mantıklı doğruyu takip eder.

Yetişkin ego durumunda Freud’un kavramlarıyla ne süper ego ne de id ego durumu hâkimdir. Ancak ilerletilmiş çalışmalarda Freud ve Berne arasında teorik farklar olmasına rağmen, Berne’e göre sıradan farklılıklar için Yetişkin Ego durumu ve Freud’un egosunu ayırt etmek gerekmemektedir. Çünkü her ikisi de iç ve dış kuvvetlerle eş zamanlı ilgilenme görevi görmektedirler ve bireyin dış gerçeklerle baş etmek zorunda kaldığı durumlarda en açık biçimde kendini göstermektedirler (Berne, 1957: 301). Bu sebeple bireyin yetişkin ego durumu geliştikçe çevresindeki engelleri aşmayı öğrenmektedir ve bu ego durumu problemleri çözmeye en yatkın ego durumudur (Akkoyun, a.g.e.: 15). Yetişkin ego durumunda dikkat edilmesi gereken bir nokta vardır. Yetişkin ego durumu yaşa bağlı değil bireyin olayları değerlendirme biçimine bağlıdır.

Yetişkin ego durumu, bireyin yaşamını sorunsuz bir şekilde devam ettirebilmesi için en uygun ego durumudur. Çünkü birey, dış dünya ile başa çıkabilmek için gerekli süreçleri, bilgileri ve olasılıkları kendisi değerlendirir. Sadece yetişkin ego durumunu kullanan birey şimdiye yönelik davranmaktadır. Bu ego durumu Erich Fromm’un “*tam gelişmiş kişi*” dediği kişidir.

Peki, yetişkin ego durumunun hiç mi olumsuz yönü yoktur? Yetişkin ego durumunda olan birey diğer iki ego durumunu dikkate almadan hareket ederse bu ego durumunun olumsuz yönü ortaya çıkmış olur. Yetişkin ego durumundaki birey karşısındakine anahtar sorular sorarak ufkunu genişletebilir. Örneğin: Bir olay karşısında “duygularım ve düşüncelerim gerçeğe ne derece uygun?” ve ya ”duygu ve düşüncelerime uygun davrandığımda bu olay nasıl sonuçlanır?” tarzında sorulara imkân tanıyan ego durumudur. Dolayısıyla yetişkin ego durumu gelişmiş olan birey, çevresindeki sorunlara kayıtsız kalmaz ve çözüme yönelik yollar arar. Yetişkin ego durumu gelişmediğinde ise, çevreyi ve kendisini önemsemeksizin sorunlara karşı kayıtsız kalır.

1.3. Transaksiyonlar ve Karşılıklı Davranışsal Çözümleme

Berne, toplumsal ilişkinin her birimine “Karşılıklı Davranış” adını vermektedir. TA, temelde transaksyonel uyarıcıyı hangi ego durumunun yaptığıyla ve transaksyonel etkiyi de hangi ego durumunun verdiğiyle ilgilenmektedir (Berne, 2016: 50). En basit transaksyonlar ise hem uyarıcı hem de tepkinin yetişkin ego durumundan oluşan transaksyonlardır (Berne, 2001: 31). Oyunlar, törenler, toplantılar vb. birer transaksyon durumu olarak düşünülebilir (Jones, a.g.e.: 67). Bu sebeple transaksyonlar sosyal etkileşimin temel birimidir.

Berne transaksyonları *tamamlayıcı*, *gizli* ve *çapraz* transaksyonlar olmak üzere üçe ayırmaktadır. Bu TA türleri, iletişimde harekete geçirilen ego durumlarının çeşitliliği ve uyarıcıyı gönderinin beklentisinin gerçekleşip gerçekleşmemesi bakımından farklılıklara dayanmaktadır (Özerk, a.g.e.: 20).

1.3.1. Tamamlayıcı Transaksiyonlar

Uyarıcıdan beklenen yanıtın alındığı transaksyonlardır. Yani verilen tepki beklenen ve uygun yanıtıdır (bkz. Şekil 2). Dolayısıyla transaksyonlar birbirini tamamladığı sürece iletişim sağlıklı bir şekilde sonsuza dek sürebilir. Bu sebeple Berne, tamamlayıcı transaksyonların iletişimin birinci kuralı olduğu söylemektedir (Akkoyun, a.g.e.: 32).

Transaksyonlar birbirlerini tamamladıkları müddetçe, iki kişinin eleştirel bir dedikodu yapmaları (Ebeveyn-Ebeveyn), bir soruna çözüm üretmeleri (Yetişkin-Yetişkin) veya birlikte eğlenmeleri (Çocuk-Çocuk veya Ebeveyn-Ebeveyn) aykırı bir durum yaratmaz (Berne,2016: 51). Örneğin: “Kırmızı gömleğimin nerede olduğunu biliyor musun?” diyen biri için en uygun yanıt Yetişkin-Yetişkin arasında gerçekleşir. “Ütü odasında olması gerekiyor.”

Tamamlayıcı transaksyonlar sıklıkla sosyal ve yüzeysel ilişkilerde görülmektedir. Yetişkin-Yetişkin transaksyonu genellikle grup aktivitelerinde olmaktadır. Ebeveyn ve Çocuk arasındaki transaksyon ise çocukların ebeveynlerinden yardım ve ya koruma talep ettiklerinde ortaya çıkmaktadır (Berne, 1973: 191).

1.3.2. Kapalı Transaksiyonlar

İletişimde bulunan iki kişiden her birinin yalnızca bir ego durumunu kullandığı transaksyonlardır. Diğer bir ifadeyle uyarıcı karşısındaki kişiden hedeflediği ego durumunda tepki alamamaktadır. Kapalı transaksyonlarda başka bir ego durumunda tepki geldiği için iletişimde sorun yaşanması muhtemeldir. Bu sebeple iletişim bir süre devam edebilir ancak bir süre sonra ilişki muhtemel bir yanlış anlaşılma ve ya iletişimin kopması ile sonlanacaktır (Berne, 1973: 193). Yaşanan iletişim kopukluğu sadece ego durumunun değiştirilmesi ile son bulur.

Berne (1972: as cited in Akkoyun, a.g.e. : 33) kuramsal olarak 72 farklı kapalı transaksyonun söz konusu olduğunu hesaplamıştır. Günlük yaşamda bu kapalı transaksyonların hepsi değil bazıları kullanılmaktadır (bkz. Şekil 3). Özellikle evliliklerde, arkadaşlıklarda veya iş

hayatında sosyal anlamda güçlüklerin en sık yaşandığı transaksyon türüdür (Berne, 2016: 52). Bir önceki örnek üzerinden devam ettiğimizde: Yanıt veren kişi aniden sinirlenip “Gömleğinin nerede olduğunu ben nasıl bilebilirim? Eşyalarına sahip çık!” yanıtı kapalı transaksyon örneği olmaktadır. Bu durumda yanıt veren kişinin Çocuk ego durumunu karşılamak için Ebeveyn ego durumu harekete geçirilmelidir.

1.3.3. Gizli (Çapraz) Transaksiyonlar

İletişimde bulunan iki kişiden yalnızca biri veya her ikisinin de iki ego durumundan birini kullandığı ve aynı anda hem psikolojik hem de sosyal olmak üzere iki farklı mesajın birlikte yer aldığı transaksiyonlardır (Akkoyun, a.g.e. :35).

Karmaşık bir yapı söz konusu olduğu için (bkz. Şekil 4) hem tamamlayıcı hem de kapalı transaksiyonları içermektedir. Görünüşte kapalı transaksiyonlara benzerler, fakat görülen iletinin ardında gizli bir anlam vardır (Arı, a.g.e.: 38).Kapalı transaksiyonlardan farklı olarak, karşıdaki kişinin beklentisi karşılanmasa bile iletişim devam etmektedir. Gizli transaksiyonlarda transaksyonun sonucunu psikolojik düzey belirlemektedir.

Örneğin: Sinemaya giden, filmi çok beğenen ve ardından bara gitmek isteyen bir çift düşünelim...

A: Film çok güzel değil miydi? Saat çok erken bara gidip biraz eğlenmeye ne dersin?

B: Evet, güzeldi. Çok iyi olur.

Sosyal
Düzyede

A: Hadi biraz eğlenelim

Psikolojik
Düzyede

B: Ben hazırım

Çapraz transaksiyonlar çatışma durumlarında etkili olmaktadır. Özellikle karşıdaki kişinin Ebeveyn Egosuna hedef olmak istenilmeyen durumlarda, konuşma Yetişkin-Yetişkin düzeyine çekilerek devam eden çatışmalı iletişimden çıkılmış olunur (Minibaş-Poussard,2004). Örneğin: Kurduğunuz iletişimde karşı taraf size sürekli nasihatler veriyor ve siz bundan sıkılıyorsanız “Söylediklerin üzerine düşüneneğim” diyerek çatışmayı sonlandırabilirsiniz.

Gizli transaksiyonların daha fazla alışveriş mağazalarında, çıkar ilişkilerinde ve insanların birbirlerine karşı oynadıkları oyunlarda kullanılmaktadır. Örneğin: Satıcı x ürünü hakkında “Bu sizin için biraz pahalı olabilir.” derse, aynı anda müşterinin hem Yetişkin hem de Çocuk ego durumuna mesaj göndermiş olur. Müşteri “Evet haklı olabilirsiniz. Bu benim için biraz pahalı.” derse Yetişkin ego durumundan; “Pahalı olabilir, ancak bu tam da benim istediğim ürün. Satın alıyorum.” derse Çocuk ego durumundan yanıt vermiş olacaktır. Dolayısıyla gizli transaksiyonlar iletişimin açık, yapıcı ve anlaşılır olmasını engellemektedir.

1.4. Ego Durumlarının İletişime Etkisi

Birey günlük hayatında anlatılan üç ego durumundan birini mutlaka kullanır. Bu ego durumları aynı zamanda bireyin kişiliğini oluşturan en önemli yapılarıdır. Hangi ego durumunun ortaya çıkacağını ise içinde bulunulan ortam, zaman ve şartlar belirlemektedir. Ego durumları doğal olduğu için her biri özel ve gerekli işlevleri yerine getirmektedir (Berne, 1988: 368).

Birey, ebeveynlerinden gördüğü gibi davrandığında ebeveyn ego durumu, gerçeklerle nesnel bir değerlendirme yaptığında yetişkin ego durumu, tıpkı bir çocuk gibi bilinçsizce hareket ettiğinde çocuk ego durumu hâkim olmaktadır. Ancak bireyin ego durumları birbirine karıştığında ve birey hangi ego durumunun çalıştığını fark edemediğinde kurduğu iletişimde sorun çıkması muhtemeldir.

Berne için pozitif psikoloji transaksyonel analizin her zaman en önemli işlevi olmuştur. Bu önemi Berne, “sıvazlanmak” kavramı ile açıklamaktadır. Bebekler için fiziksel temas nasıl hayati bir ihtiyaçsa insanlar için de sıvazlanmak aynıdır. Berne’e göre sıvazlanmak “*bir kişinin diğerinin varlığını onayladığını gösteren bir mesaj ve aynı zamanda fiziksel ve psikolojik açıdan elzem bir davranıştır*” (Berne, 2016: 13). Bu sebeple sıvazlanmak; empati, yakın ilişkiler, duygusal zeka (farkındalık) gibi fenomenlerde “iyi olma”nın önemi ile ilişkilidir. Herkes bir şekilde günlük yaşamında aldığı bir başarı sonucunda takdir edilmeyi bekler. Birey uzun süre takdir edilmeyi bekleyip kimseden takdir göremezse bir çöküş içerisine girer ve bu hayatının her anına yansır. İşte hepimizin beklediği takdir edilme duygusu sıvazlanma ihtiyacıdır. Dolayısıyla günlük yaşantımızda kurmuş olduğumuz ilişkilerde karşımızdaki kişinin “sıvazlanma” ihtiyacını karşıladığımız sürece iletişimimiz olumlu yönde ilerleyecektir.

Bir kişinin Ebeveyn ve Çocuk egosu bazı zamanlarda çatışabilir. Çocuk ego durumu yalnızca kişisel çıkarlarını düşünebilir. Bu gibi durumlarda iletişimin kopmadan ilerleyebilmesi için yetişkin ego durumu akıllı, mantıklı ve gerçeğe uygun kararlarla, Ebeveyn ve Çocuk ego durumuna yol göstermelidir. Diyelim ki yolda bir dilenci gördük ve çok az bir paramız var. Çocuk ego durumu muhtemelen “bu para sana ancak yeter” demektedir. Aynı anda Ebeveyn ego durumu ”onun o paraya ihtiyacı var, hepsini ona ver” ve bu arada Yetişkin ego durumu ise Çocuk ve Ebeveyn ego durumunu, biraz da vicdanımızı dikkate alarak “birazını ona ver birazı da sende kalsın” diyebilir. İşte bu gibi durumlarda içimizde farkında olmasak da üç ego durumu konuşmaya başlamaktadır. Dolayısıyla her üç ego durumunun günlük hayatta görülmesi, yaşamsal açıdan önem taşımaktadır. Ego durumlarından birinin bozulması dengenin bozulmasına yol açacağından iletişim anında bu önem kendini belli edecektir (Dökmen, a.g.e. 75). Bu sebeple sağlıklı bir iletişimde Ebeveyn, Yetişkin ve Çocuk ego durumu eşit bir şekilde yer almalıdır.

Etkin iletişim kurulabilmek için kendimize sormamız gereken bazı sorular vardır. Bunlar:

- Karşımdaki kişi hangi ego durumundan iletişim kurmayı tercih ediyor?
- Ben hangi ego durumumu kullanırsam diğerini etkileyebilirim?
- Günlük yaşamda diğerleri ile iletişimimde hangi ego durumumu daha fazla kullanıyorum?
- Hangi noktada çapraz, hangi noktada tamamlayıcı iletişim kurmam gerekiyor?

Kişisel gelişimde, Çocuk ego durumunun yeri ve önemi yadsınamaz. Eğitim hayatımız boyunca yasaklarla ve zorluklarla, iş hayatına geldiğimizde ise güçlü görünmek ve duygularımıza yenilmemek için Çocuk ego durumunu rafa kaldırırız. Oysaki Çocuk ego durumumuz bizi biz yapan değerlerden biridir. Bu sebeple Çocuk ego durumu gerektiği durumlarda yeniden ortaya çıkartılmalıdır. Herhangi bir konuda karar alırken Yetişkin ego durumumuzu kullanmamız gerekir. Ancak Çocuk ego durumumuz aslında bu kararın içerisindedir. Duyguların özgürce ve açıkça ifade edilmesinde, duygulardan yola çıkarak algıların geliştirilmesinde, duyguların dışa vurumunda ve içtenlikle kurulan ilişkilerde Çocuk ego durumunun etkisi büyüktür.

Ebeveyn ego durumundan gelen mesajlar iletişimimizi kısıtlamıyorsa, bizi zorlamıyorsa ve suçlayıcı değilse bizi güçlü kılar. Yetişkin ego durumunda ise diğer iki ego durumunun dengesi önemlidir. Yetişkin ego durumunun Çocuk ve Ebeveyn ego durumları tarafından işgal edildiği durumlarda birey, karşısındakine bilgi veriyormuş izlenimi yaratır, ancak ya kendi isteklerini karşı tarafa empoze etmeye ya da kendi kurallarını kabul ettirmeye çalışır. Böyle bir durumda Yetişkin ego durumu ile kurulan iletişimin sağlıklı bir şekilde yürümesi beklenemez. İletişimin devam etmesi için bireyin kendini sorgulaması, hangi ego durumundan yola çıkarak hareket

ettiğini kavraması ve karşı taraftan gelen geri bildirim (feedback) değerlendirmesi gerekmektedir.

Transaksiyon durumları açısından değerlendirdiğimizde, günlük hayatımızda kurmuş olduğumuz ilişkilerde genellikle gizli ya da kapalı transaksiyonları tercih etmekteyiz. Örneğin: “Ben aslında öyle söylemek istememiştim. Sürekli aynı şeyi yapıyor. Beni yanlış anlıyor. Neden bu kadar sinirlendiğini anlamadım.” şeklinde iletişim kapalı transaksiyon olmasından kaynaklanmaktadır. Dolayısıyla Yetişkin ego durumundan gönderilen bir mesaja Çocuk veya Ebeveyn ego durumundan yanıt verilmesi iletişimin kopmasına veya çatışmaya sebep olmaktadır.

Gizli transaksiyonlarda da benzer bir durum söz konusudur. Bireyler, iletişim halindeki kişi/kişilere o an hissettikleri duygu ve düşüncelerini söylediklerinde olumsuz bir durumla karşılaşacaklarını düşünüp gizli transaksiyonlara başvurabilirler. Söylemek istenilen açıkça söylenmediği için karşı taraf psikolojik mesajı anlayabilir, ancak yapması gerekeni yapmayarak sorumluluktan kaçabilir. İletişim kurarken sıklıkla kullanılan gizli transaksiyonlar psikolojik mesaj taşımaya bile mesajda psikolojik mesaj aranmakta ve ona uygun yanıt verilmektedir.

2. Araştırma

2.1. Amaç ve Yöntem

Bu çalışma yönetmenliğini Peter Docter ve Ronaldo De Carmen’in yaptığı ve alanında 12 animasyon film ödüllü, asıl adı “Inside Out” olan “Ters Yüz” animasyon filminin Eric Berne’nin Transaksiyonel Analiz Ego Durumları yaklaşımına dayanarak analiz edildiği betimsel bir çalışmadır. Çalışmada nitel bir araştırma yöntemi olan doküman analizi yöntemi kullanılmıştır.

Doküman analizi; araştırılması hedeflenen olgular ile ilgili bilgi veren yazılı ve görsel materyallerin analizini kapsamaktadır. Doküman analizinde bu bağlamda yazılı kaynakların yanı sıra; fotoğraf, video ve film gibi malzemeler de kullanılabilir. Buna ek olarak nitel araştırmalarda kullanılan film veya videolar araştırmacının konuyla ilgili daha kapsamlı bilgi edinmesine imkân tanımaktadır.

Bu çalışmada da Eric Berne’nin kavramları ve kuramının film analizi yöntemi ile tanıtılması, örneklendirilmesi ve iletişime etkisi bağlamında somutlaştırılması amaçlanmıştır. Analiz sürecinde Eric Berne’nin ego durumlarına örnek olabilecek diyaloglar ve sahneler gruplandırılmış ve film bu gruplandırma çerçevesinde analiz edilmiştir.

Çalışmada “Ters Yüz” animasyon filminin Eric Berne’nin yaklaşımına uygulanabilirliği ve günlük yaşama uyarlanabilir olması örneklem film olarak seçilmesinde dikkate alınmıştır (Filmin demografik bilgileri Tablo 1’de yer almaktadır).

Çalışmada bir takım sınırlılıklar bulunmaktadır. İlki zaman faktörüdür. Transaksiyonel Analiz ve ego durumlarının iletişime etkisini ölçmeyi amaçlayan bu çalışmada zaman kısıtlılığı göz önünde bulundurularak nicel araştırma yöntemi kullanılamamıştır. Araştırma sonuçları sadece yapılan film incelemesinden yola çıkarak çözüm önerisi sunmaktadır. Bu sebeple bundan sonra yapılacak olan araştırmalarda katılımlı gözlem ve anket tekniği ile konunun araştırılması önerilmektedir. Araştırmanın diğer bir sınırlılığı ise; birinci faktöre bağlı olarak araştırmada film analizi yapıldığı için araştırmanın genelleme yapmaya elverişli olmamasıdır.

2.2. Bulgular

Film, Riley isimli bir kızın dünyaya gelmesiyle başlamaktadır. Filmde bizler, Riley'nin beyninin içine girerek onu yönlendiren “Neşe, Korku, Tiksinti, Üzüntü ve Öfke” isimli duygu karakterleriyle karşılaşmaktayız. Bu beşli Riley'nin çocukluğu boyunca onun dünyayla olan ilişkisini yönetmekte ve karakterin mutlu olmasını sağlamaktadırlar. Fakat Riley'nin ailesiyle birlikte Minnesota'dan San Francisco'ya taşınmasıyla karakter için zor günler başlamaktadır. Zira bu yeni yaşam onu çok fazla mutlu etmemektedir. Onun mutluluğunu sağlamak için Üzüntü ve Neşe arasında yaşanan mücadele, filmin ilerleyen dakikalarında ikilinin ortak mücadele etmesini gerektiren bir olayla son bulmaktadır.

Filmde Riley doğduğunda ilk “Neşe” duygusu ortaya çıkmakta ve Riley'nin kişiliği Neşe'nin etkisiyle oluşmaya başlamaktadır. Neşe, negatif durumlarda bile hep olumlu hareket etmektedir. Bu durum akıllara Jean-Jacques Rousseau'nun “insan doğuştan iyidir” felsefesini getirmektedir. Riley'nin zihni ilk oluşan anıdan önce Jonh Locke'nin deyimiyle “boş bir levha” gibidir. Zamanla hayatında meydana gelen olaylarla birlikte Riley'nin çekirdek anıları oluşmakta ve levha dolmaya başlamaktadır. Keza çekirdek anılar da filmde ayrı bir yerde tutmaktadır. Çünkü bu anılar Riley'nin hayatında çok önemli olan ve onu mutlu eden anılardır. Örneğin: Riley'nin buz hokeyi oynarken attığı ilk gol ile ebeveynlerinin sevgi çemberi oluşturduğu anı... Çekirdek anılardan her biri aynı zamanda Riley'nin kişiliğini oluşturan yapıtaşlarıdır.

Filmde bu bağlamda birbiriyle bağlantılı olarak iki anlatı bulunmaktadır. İlki Riley'nin kafasında içinde olanlar, ikincisi ise çevresinde olanlardır. Riley'nin çevresine karşı vermiş olduğu olumlu ve olumsuz tepkileri tamamen birbirinden bağımsız olarak beş duygu karakteri yönetse de, Neşe merkez görevindedir. Film bu esnada hafızanın ve beynin çalışma ilkeleri konusunda da önemli bilgiler vermektedir. Örneğin: “Akıl Adaları” adı verilen bölgede arkadaşlık ve aile ilişkileri düzenlenmekte, Riley'nin hayatını önemli ölçüde etkileyen anılar da çekirdek anı olarak kaydedilmektedir. Diğer bir deyişle çekirdek anının harekete geçirilmesiyle akıl adaları korunmaktadır. Bu akıl adaları Riley'nin kişiliğini farklı şekillerde etkilemekte ve Riley' Riley yapmaktadırlar. Beynin içerisinde yaratılan dünyanın içine girdikçe oluşan fikirler, oldukça ilgi çekici biçimde uygulamaya konulmaktadır. Dolayısıyla sınırların olmadığı bu dünyada düşünce ve yaratıcılık gücü üst seviyede karşımıza çıkmaktadır.

Ters Yüz filminde Riley, henüz ergenlik döneminindedir. Filmde anne-baba ile kurulan bağın hala güçlü olduğu ve çocuğun kendisini onlardan bağımsız göremediği bir dönem anlatılmaktadır. Ailenin Minnesota'dan San Francisco'ya taşınmasıyla, anne-baba bağı ilk büyük darbesini almaktadır.

Filme Eric Berne'nin ortaya atmış olduğu “Transaksiyonel Analiz” ve “Ego Durumları” perspektifinden baktığımızda; Riley'nin “Çocuk egosundan” “Yetişkin egosuna” geçişinde yaşadığı sıkıntılar aslında içinde bulunduğu durumu kabullenememesinden kaynaklanmaktadır. Film “duygularımız bizi nasıl yönlendiriyor, beynimiz nasıl işliyor, neden unutkanlık yaşıyoruz, bazı zamanlar kontrolümüzü neden kaybediyoruz, ilişki kurma konusunda neden sorun yaşıyoruz, nasıl etkili iletişim kurabiliriz, içimizde konuşan seslerden hangilerini dinleyeceğiz, duygularıyla nasıl başa çıkabilirim” gibi soruların yanıtını beynin içine girip macera dolu bir yolculukla bulmamızda yardımcı olmaktadır. Bu sorular aynı zamanda TA'nın da yanıt aradığı sorulardır.

Cocuk Ego Durumu

Eric Berne'nin kişiliğın en önemli parçası olarak gördüğü "Çocuk ego durumu", daha önce de ifade edildiği üzere kurallara uymayan, içinden nasıl geliyorsa öyle davranan ego durumudur. "Ters Yüz" filminde de Riley'nin Minnesota'dan San Francisco'ya taşınmasıyla Çocuk ego durumundan Yetişkin ego durumuna geçiş ve bu süreçte yaşadığı sorunlar açıkça görülmektedir. Özellikle filmin ilk 10 dakikasında Riley çocuk ego durumunda davranışlar sergilemektedir.

Filmde "Maskaralık Adası", Çocuk ego durumunun yoğun olarak görüldüğü adadır ve Riley, "Maskaralık Adası" nda özellikle "Doğal Çocuk ego durumu" nda hareket etmektedir. Riley'nin banyodan sonra babasından çıplak bir şekilde kaçtığı ve eğlenceli oyunlar yaptığı sahnede Riley'nin hareketleri "Doğal Çocuk ego durumu" nun özelliğidir (05.29). Çünkü Doğal Çocuk ego durumunda birey bağımsız, eğlenceli ve sevecen hareketler sergilemektedir.

Diğer bir sahnede "Neşe" ve "Üzüntü", anıların yer aldığı koridorda ilerlerken zihin işçileriyle karşılaşmaktadırlar. Burada zihin işçileri anılara tek tek bakarak önemsiz olan anıları unutulmak üzere uçurumdan aşağı atmaktadırlar. Aslında burada tekrar edilmeyen veya tam öğrenilmemiş davranışların yok olma durumu söz konusudur. Aynı sahnenin devamında Riley, zihin işçilerinin gönderdiği sakız reklamının müziğini mırıldanmakta ve Minnesota'dan en sevdiği arkadaşıyla konuşmaktadır. Arkadaşıyla olan sevgi dolu muhabbeti "Dostluk Adası" nın ışık kaynağıdır. Fakat aralarında geçen diyalog sonucu "Dostluk Adası" darbe almakta ve Riley arkadaşıyla olan iletişimini sonlandırarak "Dostluk Adasını" da kaybetmektedir (35.38 Dk.).

Arkadaşı: Orayı sevdi mi? Hiç deprem oldu mu? Köprü güzel mi?

Riley: Ne bileyim. Güzel. Eleme maçları ne oldu?

Arkadaşı: Maçı kazandık. Koç finale kalabileceğimizi söylüyor. Bu arada takıma yeni bir kız geldi. Çok tatlı biri (Fotoğrafını gösteriyor). Birbirimize hiç bakmadan pas bile veriyoruz. Akıl okumak gibi...

Tamamlayıcı
Transaksiyon
Yetişkin-Yetişkin

Riley: Kapatmam lazım (Sinirli bir şekilde bilgisayarı kapatıyor).

Gizli
Transaksiyon
Yetişkin- Asi
Cocuk

Konuşmanın başlangıcında Riley ve arkadaşı arasında Yetişkin-Yetişkin ego durumunda bir iletişim söz konusudur ve iletişimlerinde tamamlayıcı transaksion görülmektedir. Ancak konuşmanın ilerleyen kısmında Riley arkadaşını kıskanmakta ve dolayısıyla "Yetişkin Ego" durumundan "Asi Çocuk Ego" durumuna geçiş yaşamaktadır. İletişimlerinde de "Gizli

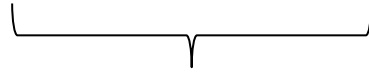
Transaksiyon” durumu oluşmaktadır. Konuşmanın sonunda Riley, bilgisayarı kapatmam gerek diyerek aniden iletişimi sonlandırarak psikolojik düzeyde “seninle konuşmak istemiyorum” mesajını vermektedir. Bu şekilde kurulan bir iletişimin konuşmada her iki tarafa da zarar vererek çatışma durumu yaratmaktadır. Akabinde de iletişimin sonsuza dek sonlanması mümkündür.

Riley’in hokey seçmelerinde çok iyi oynayamadığı için sinirlendiği sahnede ortamı terk etmesiyle “Asi Çocuk ego durumu” devreye girmektedir. İlerleyen sahnede ise Riley, “Hokey Adası” nı kaybetmektedir.

Riley: (Elindeki hokey sopasını öfkeyle yere fırlatıyor)

Annesi: Riley. Her şey çok güzel olacak.

Riley: Her şey iyi olacak deyip durma (Ortamı terk ediyor.)



Kapalı
Transaksiyon

Yetişkin-Asi Çocuk

Karakterimiz Riley, San Francisco’da art arda yaşadığı felaketler silsilesi sonucunda evden kaçmayı düşünerek “Asi Çocuk ego” durumunda harekete geçmekte ve planını gerçekleştirmektedir. Çünkü zihninde “Öfke” duygusu onun en güzel çekirdek anılarının Minnesota’da oluştuğu yönünde telkinler oluşturmaktadır. Bu esnada zihnin içerisinde “Asi Çocuk Ego” durumu ve “Ebeveyn Ego” durumunun konuşmalarına şahit olmaktadır. Daha önce de belirtildiği üzere TA, “içimde o kadar çok ses var ki hangisine yanıt vereceğimi bilemiyorum?” sorusuyla da ilgilenmekteydi.

Öfke: Annemle babam taşınmasalardı bunların hiç biri olmayacaktı... (Asi Çocuk Ego durumu)

Tiksinti: Parayı annenin çantasından alamayız. Olmaz öyle şey. (Ebeveyn Ego durumu)

Öfke: Başımıza bu işi anne ile baba açtı. Öyle bir olur ki. Tabi ki parası da onlardan çıkacak... (Asi Çocuk Ego durumu)

Aslında bu sahnede Riley, “Doğal Çocuk Ego” durumunu daha fazla yaşadığı günlere geri dönmek istemektedir. Ancak Riley, zihnindeki konuşmalardan “Asi Çocuk Ego” durumuna uyararak “Yetişkin ve Ebeveyn Ego” durumunu terk etmekte ve yapmaması gereken eylemi gerçekleştirmektedir. Riley’nin kişiliğini oluşturan çekirdek anıların yok olması onun düşünce ve davranışlarını da etkilemektedir. Riley’nin “Öfke” duygusuyla birlikte “Asi Çocuk Ego” durumunda evden kaçması aynı zamanda “Aile Adasının” da yok olmasını beraberinde getirmiştir. Sonuç olarak Riley’i Riley yapan adalar “Neşe” nin merkezde olmaması sonucunda teker teker yok olmaktadır.

Ebeveyn Ego Durumu

“Aile Adası”, “Koruyucu Ebeveyn ego durumu” nun görüldüğü adadır.

Aile’nin Minnesota’dan San Francisco’ya taşındıkları ilk günlerde Riley, “Çocuk Ego durumu” ndan Yetişkin ego durumu” na geçiş yaşamaktadır.

Filmin 21.56. dakikasında anne “Koruyucu Ebeveyn Ego” durumundadır. Riley’in okula başlayacağı ilk gün annesinin “*Evet. Büyük gün geldi. Yeni okul, yeni heyecanlar... Halledersin değil mi? Seninle gelelim mi?*” şeklinde konuşması “Koruyucu Ebeveyn ego durumu” nun özelliğidir. Riley’nin annesine “*Hayır. Gerek yok. Görüşürüz.*” yanıtı “Yetişkin ego durumu” ndan gelen bir yanıt; ardından sevimli bir şekilde ailenin maymun taklidi yapması da “Çocuk ego durumu” na geçişin bir örneğidir.

Riley’nin eve dönüş sahnesinde anne-babasının “Koruyucu Ebeveyn Ego” durumlarında iletişim kurmaları filmde “Tamamlayıcı Transaksiyon” örneği olarak görülmektedir.

Anne: Rileyyyy. Neredeydin? Çok merak ettik. (Şefkatle kızını kucaklamakta)

Riley: Siz böyle olmasını istemiyorsunuz ama evimizi özliyorum. Minnesota’ya özliyorum. Eve gitmek istiyorum. Ne olur bana kızmayın.(Ağlayarak)

Baba: Ahh. Tatlım tabi ki kızmadık. Hem biliyor musun? Ben de Minnesota’yu özledim. (Mutlu oldukları çekirdek anıları anlatıyor ve sonra hep birlikte sarılıyorlar.)



Tamamlayıcı
Transaksiyon

Koruyucu Ebeveyn
Doğal Çocuk

Riley’nin anne-babası bu sahnede “Eleştirel Ebeveyn Ego” durumları ile iletişim kursalardı muhtemelen aralarında “Kapalı Transaksiyon” durumu ortaya çıkacak ve aile bağlarında beklenmedik bir kopukluk oluşacaktı. Ancak iletişimde “Tamamlayıcı Transaksiyon” durumu görüldüğü için “Aile Adası” tekrardan kurulmaktadır.

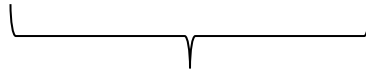
Yetişkin Ego Durumu

“Dürüstlük Adası”, “Yetişkin Ego durumu” nun görüldüğü adadır.

Filmin 10.45. dakikasında Yetişkin-Yetişkin Ego durumu arasında gerçekleşen tamamlayıcı bir transaksiyon söz konusudur.

Baba: Yatırımcının Perşembe gelmesi gerekiyordu

Anne: Olsun aşkım. Sen keyfine bak...



Yetişkin ego durumu; Tamamlayıcı Transaksiyon hareket ederek iletişim anında en mantıklı olan davranışı sergilemektedir. Bu ego durumunun özelliği filmin 17. Dakikasında Riley ve annesi arasında gerçekleşen konuşmada hissedilmektedir. Riley, San Francisco’da olduğu için çok fazla mutlu olmasa da ailesinin mutluluğu için “Yetişkin Ego durumunda” tavırlar sergilemektedir. Bu sahnede “Yetişkin-Yetişkin Ego” durumunun yanı sıra iletişimde “Tamamlayıcı Transaksiyon” olduğu da açıktır.

Anne: Sana bir şey söylemek istiyorum canım. Teşekkür ederim. Bütün bu karmaşanın ortasında sen yine de neşeni kaybetmedin. Sen ve ben gülümsesek babana yardımcı oluruz. Onun için bunu yapabiliriz değil mi?

Riley: Evet. Tabi ki... (Gülümseyen bir yüz ifadesiyle)

Riley, San Francisco'ya taşındığı günden itibaren yaşadığı olumsuz şeylere karşı okulun ilk günü heyecanla okula gitmektedir. Sınıfta öğretmen Riley'den kendisini tanıtmasını istemektedir. Riley konuşmasının başlangıcında "Yetişkin ego durumu" nda hareket etmektedir. Ancak beynin merkezinde "Üzüntü" nün Riley'nin çekirdek anısına dokunmasıyla "Yetişkin ego durumu" ndan "Çocuk ego durumu" na doğru bir geçiş yaşanmaktadır (22.45)³

Annesi, babası ve Riley'nin birlikte yemek yedikleri sahnede ise karakterler konuşurken anne ve babanın beyninin içini de görmekteyiz. Annenin beyninde "Üzüntü" babanın beyninde ise "Öfke" duygusu lider konumdadır. Duygular koordineli bir şekilde çalışmakta; ancak sonuç olarak bir duygunun hâkimiyet sağlamaktadır. Bu da iletişimimizi hepimizin içerisinde var olan duygulardan baskın olanın bizi yönlendirdiğini düşündürmektedir. Bu sahnede Yetişkin-Çocuk ego durumu karşılaştırması, kapalı (çapraz) ve gizli transaksyon durumu söz konusudur (28.38 Dk.).

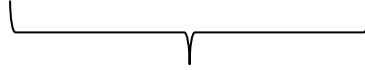
Baba: Riley, okul nasıldı?

Riley: Okul çok iyiydi, tamam mı? (Sinirli ve kızgın bir ifadeyle)

Anne: Riley, her şey yolunda mı?

Riley: (Sıkılmış bir şekilde gözlerini aşağıya deviriyor.)

Baba: Bu yeni tavrını hiç beğenmedim.



Gizli Transaksyon

Psikolojik Düzeyde: Bana
okul ile ilgili soru sormayın.

Riley: Ne istiyorsunuz benden. Rahat bırakın beni! (Öfkeyle)

Baba: Dinle küçük hanım. Bu küstah tavrın nereden çıktı hiç bilmiyorum.

Riley: Öyle mi? O zaman bende... Susar mısın artık (Ellerini masaya vuruyor.)

Baba: Yeter artık! Doğru odana...



³ Filmin 24.36. dakikasında "Neşe" ve "Üzüntü" arasında meydana gelen mücadelede çekirdek anıların dağılmasıyla Riley'nin kişiliğini oluşturan kişilik adalarında da karanlık hakim olmaktadır.

Kapalı Transaksiyon

Bu transaksiyon durumundan sonra “Maskaralık Adası” yıkılmakta ve Riley “Doğal Çocuk ego durumu” ve “Yetişkin ego durumu” ndan “Asi Çocuk ego durumu” na geçiş yaşamaktadır. Riley’nin yaşadığı bu geçiş iletişimine de yansiyarak iletişimde kapalı transaksiyon etkisi yaratmaktadır. Sonuç olarak Riley’nin kurmuş olduğu iletişimde süreklilik yok olmaktadır..

Filmin sonunda “Neşe” ve “Üzüntü” nün beynin merkezine geri dönmesiyle birlikte Riley, “Asi Çocuk Ego” durumundan tekrar “Yetişkin Ego” durumuna geçiş yaşamaktadır.

Tartışma ve Sonuç

TA, insan davranışlarının değerlendirilmesinde sağduyulu bir yaklaşımdır. Kurama göre insanlar, kendilerini ilgilendiren konularda düşünebilir, karar verebilir, duygularını açıklayabilir ve kendilerine güvenmeyi öğrenebilirler. Dolayısıyla Berne’nin geliştirmiş olduğu TA yaklaşımı ve ego durumları kavramı, evde, okulda, işte, sokakta kısaca insan ilişkilerinin olduğu her yerde uygulanabilmektedir.

Bu çalışmada Eric Berne’nin Transaksiyonel Analiz yaklaşımı ve ego durumları kavramı “Inside Out-TersYüz” filmi analiz edilerek somutlaştırılmış ve iletişime etkisi irdelenmiştir. Film genel olarak değerlendirdiğimizde; film, bireyin günlük hayatta üç ego durumundan birini mutlaka kullandığı hususunda etkileyici bir örnek teşkil etmekte ve iletişimin sağlıklı olarak ilerleyebilmesi için ego durumlarının bulunulan yer, zaman ve duruma göre dengeli bir şekilde kullanması gerektiği konusunda izleyicilere yol göstermektedir.

Bireyin Çocuk, Ebeveyn ve Yetişkin ego durumu bilindiği üzere bazı zamanlarda çatışma yaşayabilmektedir. Filmin ilk 10 dakikasında yani ailenin Minnesota’da yaşadığı sahnelerde Riley’nin Çocuk ego durumunun baskın olduğu, ancak San Francisco’ya taşınmaları ile birlikte Çocuk ve Yetişkin ego durumları arasında geçişler yaşadığını görmekteyiz. Riley, ego durumları arasındaki bu geçişlerde iletişimde sorunlarla karşılaşmaktadır. Diğer bir ifadeyle dengeli bir ilişki kurmada zorluk çekmektedir. Dolayısıyla bu gibi durumlarda ego durumları arasındaki geçişlerde dengenin bozulması kapalı ve çapraz transaksiyon durumu yaratacağından taraflar arasında iletişimin kopması muhtemel olmaktadır. Buradan çıkarılabilecek sonuç en etkili iletişimin tamamlayıcı transaksiyon durumunda gerçekleştiğidir.

Filmde “duygularımız bizi nasıl yönlendiriyor, beynimiz nasıl işliyor, neden unutkanlık yaşıyoruz, bazı zamanlar kontrolümüzü neden kaybediyoruz, ilişki kurma konusunda neden sorun yaşıyoruz, nasıl etkili iletişim kurabiliriz, içimizde konuşan seslerden hangilerini dinleyeceğiz, duygularıyla nasıl başa çıkabilirim” sorularına yanıt aranmıştır. Araştırmanın sonucunda bireylerin günlük hayatta kurmuş olduğu iletişimlerinde özellikle beş duyunun merkezi rol oynadığı, bireyin doğumundan itibaren yaşadığı anıların zihinde kaydedildiği ve ileriki yaşantısında yeniden canlandığı, bireyin içinde beş duyunun çatışma yaşamayı iletişimde kontrolün kaybedilmesine neden olduğu görülmektedir. Aynı zamanda birey Çocuk, Ebeveyn ve Yetişkin ego durumundan herhangi birini farkında olarak ya da olmayarak hayatının her anında kullanmaktadır. Bu noktada önemli olan iletişim anında hangi ego durumunun kullanıldığıdır. Bu bağlamda birey, günlük yaşantısında kurmuş olduğu iletişimde sorunlar yaşıyorsa bu soruları kendisine sorabileceği ve hangi ego durumunun baskın olduğunu keşfedebileceği sonucuna ulaşılmaktadır. Çalışmadan elde edilen bir diğer sonuç

ise; çalışmanın bütününde de tartışıldığı üzere bireyin düşünme kapasitesinin olduğu ve tercihlerinde özgür olduğudur. Çocuklukta alınan bir karar yetişkinlikte yeniden ortaya çıkabilir ve birey bu karardan bilinçli olarak vazgeçebilir.

Son olarak Çocuk, Ebeveyn ve Yetişkin ego durumları bireyin kişiliğini oluşturan yapı taşlarıdır. Dolayısıyla bu ego durumları birey farkında olmasa da hayatının her anında vardır ve bireyin iletişimini yönlendirmektedir.

Kaynaklar

- AKBAĞ, M. & DENİZ, L. (2002). Öğretim Elemanı ve Öğretmen Adaylarının Birbirlerine Yönelik Algıları: Transaksiyonel Açısından Bir Değerlendirme, *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 265-293.
- AKKOYUN, F. (1995). *Transaksiyonel Analize Giriş*, Ankara.
- ARI, R. (1989). Üniversite Öğrencilerinin Baskın Ben Durumları İle Bazı Özlük Niteliklerinin, Ben Durumlarına, Atılganlık ve Uyum Düzeylerine Etkisi, (Doktora Tezi) *Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikolojik Hizmetler Bilim Dalı*, Ankara.
- BARROW, G. & NEWTON, T. (2016). *Educational Transactional Analysis*, NewYork: Routledge.
- BERNE, E. (1957). *Ego States in Psychotherapy*. Reprinted from Journal of Psychotherapy. 11(2). 293-309
- BERNE, E. (1966). *Principles of Group Treatment*. New York: Oxford University Press.
- BERNE, E. (1973). *The Structure and Dynamics Of Organization and Groups*, Ballantine Books, New York.
- BERNE, E. (1988). *Herkes İçin Psikiyatri ve Psikoanaliz Rehberi* (Kapkın E., Trans.). İstanbul: Yaprak Yayınları.
- BERNE, E. (2001). *Hayat Denen Oyun* (Sargut S., Trans.). İstanbul: Kariyer Yayınları.
- BERNE, E. (2016). *İnsanların Oynadığı Oyunlar* (Haktanır Ü.H., Trans.). İstanbul: Koridor Yayınları.
- BURGER, M.J. (2006). *Kişilik Psikolojisi Biliminin İnsan Doğasına Dair Söyledikleri*, İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- CLARKSON, P. (1992). *Transactional Analysis Psychotherapy: An integrated Approach*. London: Routledge
- DORUK, K.E. (2015). *İknanın Sosyal Psikolojisi (Temel Kavramlar ve Kuramlarıyla)*, İstanbul: Derin Yayınları.
- DÖKMEN, Ü. (2004). *İletişim Çatışmaları ve Empati*, İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- EROĞLU, F. (2013). *Davranış Bilimleri*, İstanbul: Beta Yayınları.
- KAYALAR, M. (2002). Transaksiyonel Analizin Etkili Takım Oluşturmada Kullanılması, *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 7(1), 265-275.
- KELER, H. (2008). Liseli Ergenlerin Transaksiyonel Analiz Ego Durumları İle Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, (Yüksek Lisans Tezi) *Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı*, İstanbul.
- MİNİBAŞ POUSSARD, J. (2004). Transaksiyonel Analiz ve Yönetim Liderin Benliği. http://ta.org.tr/wp-content/uploads/2014/03/TA_ve_Yonetim.pdf 20.11.2017
- ÖZERK, H. (2008). Özel Okul Yöneticilerinin ve Öğretmenlerinin, Transaksiyonel Analiz Kuramı Çerçevesinde, Birbirlerinde Gözlemledikleri ve Birbirlerinde Bekledikleri

Ego Durumları'nın Karşılaştırılması, (Yüksek Lisans Tezi) *Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Yönetimi ve Denetimi Anabilim Dalı*, İstanbul.

SOLOMON, C. (2003). Transactional Analysis Theory: the Basics, *Transactional Analysis Journal*, 33(1), 15-22.

ŞAMATACI, G.(2013). Romantik İlişkilerde Affetme: Transaksiyonel Analiz Ego Durumları Açısından Bir İnceleme, (Yüksek Lisans Tezi) *Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı*, İstanbul.

JONES, N.R. (1982). *Danışma Psikolojisi Kuramları* (Akkoyun F. Trans.), Ankara.

(<http://www.dpsikiyatri.com/EricBerne.asp>) Erişim Tarihi: 26.11.2017

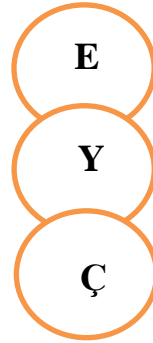
(<http://www.ericberne.com/transactional-analysis/>) Erişim Tarihi: 15.12.2017

Tablolar ve Şekiller

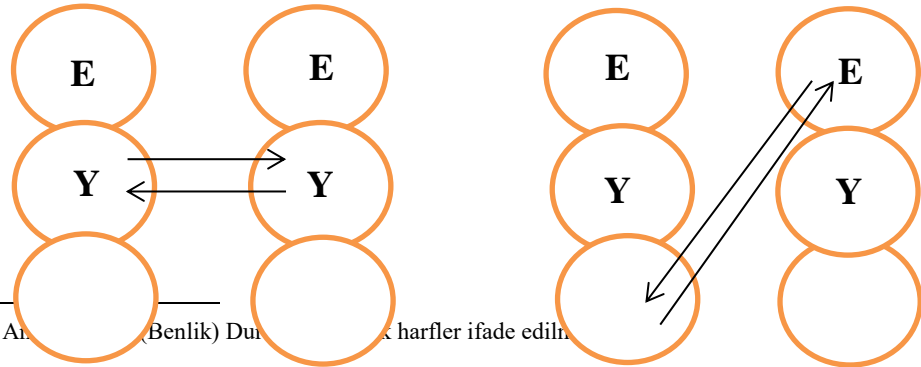
Tablo 1: Filmin Demografik Bilgileri

Yönetmen	Pete Docter, Ronaldo Del Carmen
Vizyon Tarihi	19 Haziran 2015
Senaryo	Peter Docter, Josh Coley, Meg LeFauve
Oyuncular Black	Amy Poehler, Mindy Kaling, Phylis Smith, Lewis
Türü	Animasyon, Komedi, Aile
Süre	1s. 35dk.
Ülke	ABD

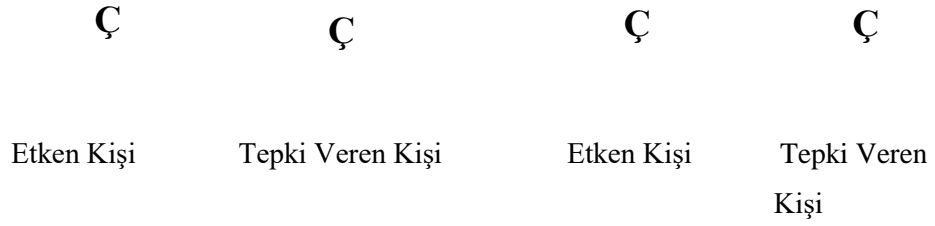
Şekil 1: Eric Berne Ego Durumları⁴



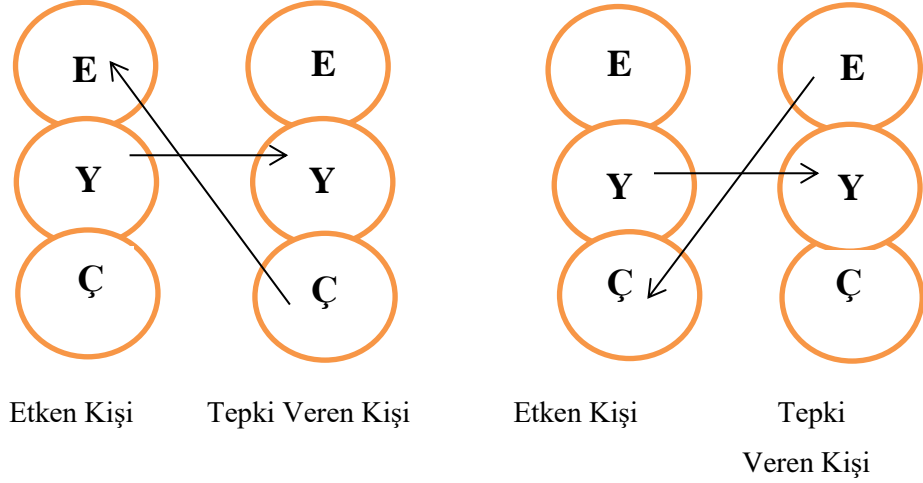
Şekil 2: Tamamlayıcı Transaksiyonlar (Berne, 2001: 32)



⁴ Transaksiyonel Analiz (Benlik) Durumları harfler ifade edilmiştir.



Şekil 3: Çapraz (Kapalı) Transaksiyonlar (Berne, 2001: 33)



Şekil 4: Çapraz (Kapalı) Transaksiyonlar (Berne, 2001: 35)

