

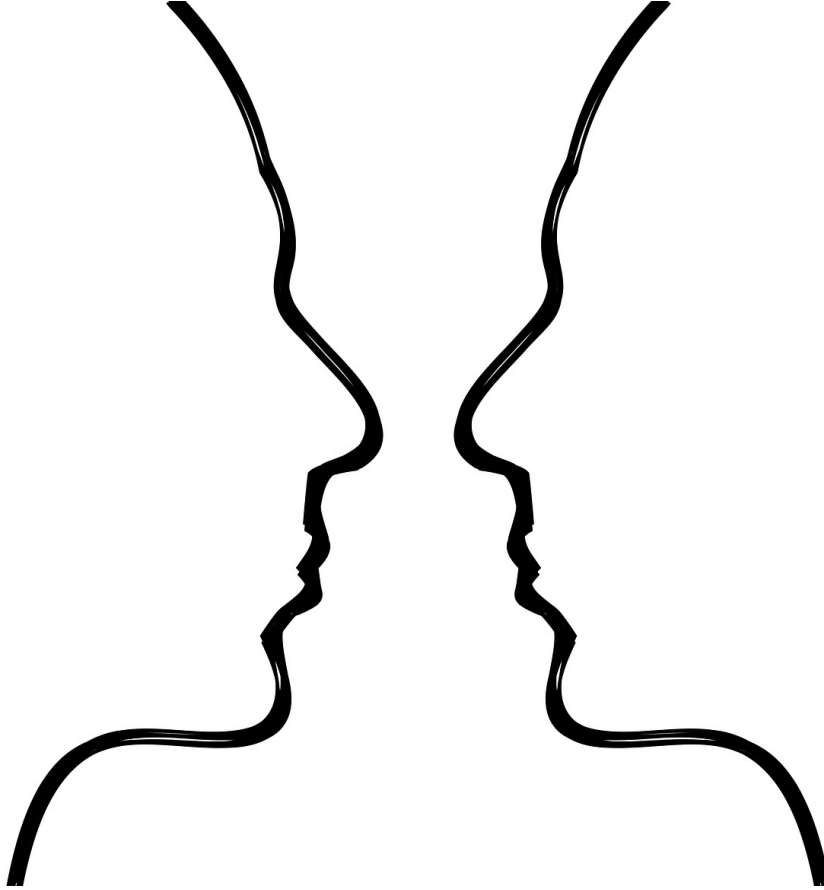
AYNA

KLİNİK PSİKOLOJİ DERGİSİ

ISSN:2148-4376



ORTA DOĞU TEKNİK ÜNİVERSİTESİ



AYNA Klinik Psikoloji Dergisi

AYNA Clinical Psychology Journal

KÜNYE

AYNA Klinik Psikoloji Dergisi hakemli elektronik bir dergidir.
Dergimiz yılda üç kez (Şubat, Haziran ve Ekim ayları) yayınlanmaktadır. ISSN: 2148 – 4376

BAŞ EDITÖR

Prof. Dr. Tülin Gençöz
Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara

EDİTÖRLER KURULU (Soyadı alfabetik sıra ile)

Dr. Öğr. Üyesi Yağmur Ar-Karcı
TED Üniversitesi, Ankara
Uzm. Psk. Sezin Aydoğ,
Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara
Araş. Gör. Dr. Sinem Baltacı
Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Eskişehir
Araş. Gör. Dr. B. Pınar Bulut
Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi, Ankara
Dr. Öğr. Üyesi Gaye Zeynep Çenesiz
Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Van
Dr. Öğr. Üyesi Ayşen Maraş
Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla
Araş. Gör. Aylin Özkan
Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi, Zonguldak
Dr. Öğr. Üyesi Derya Özbek Şimşek
Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Nevşehir
Dr. Öğr. Üyesi Ece Tathan Bekaroğlu
Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi, Ankara
Araş. Gör. Selin Uçar Özsoy
Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara
Dr. Öğr. Üyesi Elif Ünal
Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun
Uzm. Psk. Felek Yoğan
Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara

YAYIN KURULU (Soyadı alfabetik sıra ile)

Araş. Gör. Münevver Zuhul Bilik
Süleyman Demirel Üniversitesi, Isparta
Araş. Gör. Yağmur Saklı Demirbaş
Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara
Uzm. Psk. Ayça Korkmaz
Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara
Uzm. Psk. Gizem Minçe
Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara

DANIŞMA KURULU (Soyadı alfabetik sıra ile)

Prof. Dr. Faruk Gençöz
Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara
Doç. Dr. Gülin Evinç
Hacettepe Üniversitesi, Ankara
Psk. Dr. İncila Gürol-Işık
İncila Gürol-Işık Psikoterapi Merkezi
Doç. Dr. Müjgan İnözü
Hacettepe Üniversitesi, Ankara
Dr. Öğr. Üyesi Bahar Köse-Karaca
İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul
Psk. Dr. Filiz Özekin-Üncüler
Martı Psikoterapi
Dr. Öğr. Üyesi Öznur Öncül
Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi, Zonguldak

MİZANPAJ EDITÖRÜ

Dr. Öğr. Üyesi Elif Ünal
Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun

KAPAK/LOGO TASARIM

Mert Özsen
Başkent Üniversitesi, Ankara

İLETİŞİM BİLGİLERİ

e-posta:aynadrg@metu.edu.tr

HAKEMLER

(Alfabetik Sıra ile)

- Dr. Öğr. Üyesi B. Türküler Aka (Psikoloji Bölümü, Bahçeşehir Üniversitesi, Türkiye)
Dr. Öğr. Üyesi Seray Akça (Psikoloji Bölümü, Yeditepe Üniversitesi, Türkiye)
Uzm. Psk. İrem Akıncı (Psikoloji Bölümü, Ankara Üniversitesi, Türkiye)
Dr. Öğr. Üyesi Miray Akyunus (Psikoloji Bölümü, İstanbul Şehir Üniversitesi, Türkiye)
Psk. Dr. Cansu Akyüz (Psikoloji Bölümü, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Türkiye)
Doç. Dr. Cemile Müjde Atabey (Psikoloji Bölümü, Ankara Medipol Üniversitesi, Türkiye)
Dr. Öğr. Üyesi Gizem Ateş (Psikoloji Bölümü, İstanbul Arel Üniversitesi, Türkiye)
Psk. Dr. Selen Arslan (Psikoloji Bölümü, Ege Üniversitesi, Türkiye)
Doç. Dr. İlkiz Altınoğlu-Dikmeer (Psikoloji Bölümü, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Türkiye)
Uzm. Psk. Suzi Amado (Psikoloji Bölümü, MEF Üniversitesi, Türkiye)
Dr. Öğr. Üyesi Meltem Anafarta-Şendağ (Psikoloji Bölümü, Ufuk Üniversitesi, Türkiye)
Dr. Öğr. Üyesi Başak Bahtiyar (Psikoloji Bölümü, Maltepe Üniversitesi, Türkiye)
Doç. Dr. Gülbahar Baştuğ (Sağlık Hiz. Meslek Yüksekokulu, Ankara Üniversitesi, Türkiye)
Uzm. Psk. Sıla Deniz Beyarlan (Öğrenci Danışma Merkezi, TED Üniversitesi, Türkiye)
Uzm. Psk. Ozan Bıçakcı (Psikoloji Bölümü, Çankaya Üniversitesi, Türkiye)
Dr. Öğr. Üyesi Pınar Bıçaksız (Psikoloji Bölümü, Hacettepe Üniversitesi, Türkiye)
Uzm. Psk. Gökçen Bulut (Psikoloji Bölümü, Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi, Türkiye)
Dr. Öğr. Üyesi Meryem Berrin Bulut (Psikoloji Bölümü, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Türkiye)
Prof. Dr. Özlem Bozo (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)
Doç. Dr. Nurten Birlik (Yabancı Diller Eğitimi Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)
Psk. Demet Can (Psikoloji Bölümü, Çağ Üniversitesi, Türkiye)
Dr. Öğr. Üyesi Fazilet Canbolat (Psikoloji Bölümü, Uluslararası Final Üniversitesi, KKTC)
Dr. Öğr. Üyesi Duygu Cantekin (Psikoloji Bölümü, Nişantaşı Üniversitesi, Türkiye)
Psk. Dr. Burçin Cihan (Serbest Psikolog, Türkiye)
Uzm. Psk. Onur Can Çabuk (Psikoloji Bölümü, Ege Üniversitesi, Türkiye)
Psk. Dr. Canan Büyükaşık-Çolak (Sosyal Bilimler Üniversitesi, Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi, Türkiye)
Doç. Dr. Deniz Canel-Çınarbaş (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)
Doç. Dr. Okan Cem Çirakoğlu (Psikoloji Bölümü, Başkent Üniversitesi, Türkiye)
Prof. Dr. Hatice Demirbaş (Psikoloji Bölümü, Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi, Türkiye)
Uzm. Psk. İpek Demirok (Serbest Psikolog, Türkiye)
Dr. Öğr. Üyesi Talat Demirsöz (Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi, Türkiye)
Dr. Öğr. Üyesi Dilek Demirtepe-Saygılı (Psikoloji Bölümü, Atılım Üniversitesi, Türkiye)
Dr. Öğr. Üyesi Kürşad Demirutku (Eğitim Bilimleri Bölümü, TED Üniversitesi, Türkiye)
Prof. Dr. Çiğdem Günseli-Dereboy (Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Tıp Fakültesi, Türkiye)
Psk. Dr. İlknur Dilekler (Psikoloji Bölümü, TOBB ETÜ, Türkiye)
Uzm. Psk. Yasemin Dinç (Ankara Psikoterapi Psikanaliz Merkezi, Türkiye)
Prof. Dr. Gülay Dirik (Psikoloji Bölümü, Dokuz Eylül Üniversitesi, Türkiye)
Doç. Dr. Mithat Durak (Psikoloji Bölümü, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Türkiye)
Prof. Dr. Ayşegül Durak-Batgün (Psikoloji Bölümü, Ankara Üniversitesi, Türkiye)
Psk. Dr. Sine Egeci (Bude Psikoterapi Merkezi, Türkiye)
Uzm. Psk. Özcan Elçi (Renge Psikoterapi Merkezi, Türkiye)
Psk. Elif Emiroğlu Demirel (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)
Prof. Dr. H. Gülşen Erden (Psikoloji Bölümü, Ankara Üniversitesi, Türkiye)
Doç. Dr. C. Ekin Eremsoy Arda (Psikoloji Bölümü, İstanbul Rumeli Üniversitesi, Türkiye)
Emeritus Prof. Dr. Neşe Erol (Psikoloji Bölümü, Ankara Üniversitesi, Türkiye)
Psk. İrem Erten (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)
Doç. Dr. Ş. Gülin Evinç (Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi, Türkiye)
Prof. Dr. Benoît Fliche (Aix-Marseille University, Fransa)
Prof. Dr. Faruk Gençöz (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)
Uzm. Psk. Gizem Gerdan (Psikoloji Bölümü, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Türkiye)
Uzm. Psk. Fatma Girgin Kardeş (Psikoloji Bölümü, Medipol Üniversitesi, Türkiye)
Psk. Dr. Ali Can Gök (Renge Psikoterapi Merkezi, Turkey)
Psk. Ceren Gökdağ (Psikoloji Bölümü, Ege Üniversitesi, Türkiye)

HAKEMLER
(Alfabetik Sıra ile)

- Dr. Öğr. Üyesi Hande Gündoğan** (Psikoloji Bölümü, İstanbul Medipol Üniversitesi, Türkiye)
Öğr. Gör. Sevgi Güney (Psikolojik Danışma ve Gelişim Birimi, Ankara Üniversitesi, Türkiye)
Uzm. Psk. Ayşenur Güngör (Madalyon Psikiyatri Merkezi, Türkiye)
Psk. Dr. Derya Gürcan Yıldırım (Psikoloji Bölümü, Atatürk Üniversitesi, Türkiye)
Dr. Derya Gürsel (Centre Hospitalier Simone Veil, Fransa)
Doç. Dr. A. Bikem Hacıömeroğlu (Psikoloji Bölümü, Gazi Üniversitesi, Türkiye)
Uzm. Psk. Eylül Ceren Hekimoğlu (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)
Dr. Öğr. Üyesi Gözde İkizer (Psikoloji Bölümü, TOBB ETÜ, Türkiye)
Dr. Öğr. Üyesi Emine İnan (Psikoloji Bölümü, Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Türkiye)
Doç. Dr. Müjgan İnözü (Psikoloji Bölümü, Hacettepe Üniversitesi, Türkiye)
Uzm. Psk. Özlem Kahraman (Hacettepe Üniversitesi Onkoloji Hastanesi, Türkiye)
Prof. Dr. A. Nuray Karancı (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)
Psk. Fatoş Kartal Özdemir (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)
Öğr. Gör. Filiz Koçoğlu (Psikoloji Bölümü, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Türkiye)
Psk. Dr. Pınar Kaya Kurtman (Serbest Psikolog, Çek Cumhuriyeti)
Doç. Dr. Aylin İlden Koçkar (Psikoloji Bölümü, İstanbul Kemerburgaz Üniv., Türkiye)
Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem Koşe-Demiray (Psikoloji Bölümü, Arel Üniversitesi, Türkiye)
Dr. Öğr. Üyesi Bahar Köse-Karaca (Psikoloji Bölümü, İstanbul Rumeli Üniversitesi, Türkiye)
Psk. Dr. Özge Mergen (Özge Mergen Bireysel Kurumsal Gelişim Danışmanlık, Türkiye)
Psk. Dr. Hüseyin Nergiz (Psikoloji Bölümü, Hacettepe Üniversitesi, Türkiye)
Uzm. Psk. Özlem Okur (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)
Psk. Dr. Gülçin Orhan (Eskişehir Yunus Emre Devlet Hastanesi, Türkiye)
Prof. Dr. Ferhunde Öktem (Ferhunde Öktem Ruh Sağlığı Merkezi, Türkiye)
Dr. Öğr. Üyesi Bahar Öz (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)
Psk. Ece Özcan (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)
Dr. Öğr. Üyesi Öznur Öncül (Psikoloji Bölümü, Bülent Ecevit Üniversitesi, Türkiye)
Psk. Dr. Pınar Özbağrıaçık-Çağlayan (Mavi Psikolojik Danışmanlık Merkezi, Türkiye)
Psk. Dr. Serkan Özgün (Bude Psikoterapi Merkezi, Türkiye)
Prof. Dr. Bengi Öner Özkan (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)
Psk. Dr. Hivren Özkol (Mitra Psikolojik Danışmanlık, Türkiye)
Psk. Kemal Özkul (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)
Doç. Dr. Tolga Esat Özkurt (Enformatik Enstitüsü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)
Dr. Öğr. Üyesi Ayfer Öztürk (Psikiyatri Hemşireliği Bölümü, Bartın Üniversitesi, Türkiye)
Psk. Dr. Nurten Özürçün-Küçükertan (Yelken Psikoloji, Türkiye)
Psk. Betül Polat (Psikoloji Bölümü, İstanbul Medeniyet Üniversitesi, Türkiye)
Dr. Öğr. Üyesi İpek Güzide Pur-Karabulut (Psikoloji Bölümü, Maltepe Üniversitesi, Türkiye)
Psk. Dr. Neslihan Rugancı (Serbest Psikolog, Türkiye)
Psk. Dr. Elçin Sakmar (Elçin Sakmar Danışmanlık ve Gelişim Merkezi, Türkiye)
Dr. Elif Kuş Saillard (Bağımsız Danışman, Fransa)
Psk. Seda Sapmaz Yurtsever (Psikoloji Bölümü, Ege Üniversitesi, Türkiye)
Dr. Öğr. Üyesi Sevda Sarı-Demir (Psikoloji Bölümü, İstanbul Medeniyet Üniversitesi, Türkiye)
Dr. Öğr. Üyesi Halil İbrahim Sarı (Eğitimde Ölçme ve Değerlendirme Anabilim Dalı, Kilis 7 Aralık Üniversitesi, Türkiye)
Uzm. Psk. Mustafa Sarıkaya (Serbest Psikolog, Türkiye)
Dr. Öğr. Üyesi Gizem Sarısoy Aksüt (Antalya Bilim Üniversitesi, Türkiye)
Dr. Öğr. Üyesi Dilek Sarıtaş-Atalar (Psikoloji Bölümü, Ankara Üniversitesi, Türkiye)
Psk. Dr. Kerim Selvi (Psikoloji Bölümü, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Türkiye)
Psk. Dr. Burcu Sevim (BS Eğitim ve Psikolojik Danışmanlık Merkezi, Türkiye)
Psk. Dr. Tuğba Uyar Suiçmez (Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi, Türkiye)
Psk. Dr. Yankı Süsen (Psikoloji Bölümü, Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Türkiye)

HAKEMLER
(Alfabetik Sıra ile)

- Psk. Dr. Begüm Z. Şengül** (Çankaya Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Merkezi, Türkiye)
Doç. Dr. Emre Şenol-Durak (Psikoloji Bölümü, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Türkiye)
Psk. Dr. Yeliz Şimşek-Alphan (Dipnot Danışmanlık, Türkiye)
Psk. Berke Taş (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)
Dr. Öğr. Üyesi Burcu Tekeş (Psikoloji Bölümü, Başkent Üniversitesi, Türkiye)
Uzm. Psk. Selin Temizel Kırışman (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)
Dr. Öğr. Üyesi Merve Topçu (Psikoloji Bölümü, Çankaya Üniversitesi, Türkiye)
Psk. Dr. Zulal Törenli (Başkent Üniversitesi Hastanesi, Türkiye)
Dr. Öğr. Üyesi Ezgi Tuna (Psikoloji Bölümü, Çankaya Üniversitesi, Türkiye)
Dr. Öğr. Üyesi Ece Tuncay-Şenlet (Psikoloji Bölümü, Okan Üniversitesi, Türkiye)
Psk. Dr. Zeynep Tüzün (Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi, Çocuk Hastanesi, Adölesan Ünitesi, Türkiye)
Psk. Sultan Berfin Uçurum (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)
Doç. Dr. Sait Uluç (Psikoloji Bölümü, Hacettepe Üniversitesi, Türkiye)
Psk. Dr. Beyza Ünal (European Network on Independent Living Board Member, Türkiye)
Dr. Öğr. Üyesi Yeşim Üzümcüoğlu Zihni (Psikoloji Bölümü, TOBB ETÜ, Türkiye)
Uzm. Psk. Çiğdem Vaizoğlu Şengünler (Psikoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)
Dr. Öğr. Üyesi Duygu Yakın (Psikoloji Bölüm, İstanbul Arel Üniversitesi, Türkiye)
Doç. Dr. Özden Yalçınkaya-Alkar (Psikoloji Bölümü, Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Türkiye)
Uzm. Psk. Aybüke Halime Yıldız (Serbest Psikolog, Türkiye)
Psk. Dr. Ferhat Yarar (Akış Psikoterapi Merkezi, Türkiye)
Prof. Dr. Yeşim Yasak (Psikoloji Bölümü, Çankırı Karatekin Üniversitesi, Türkiye)
Doç. Dr. Erdoğan Yıldırım (Sosyoloji Bölümü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Türkiye)
Psk. Jülide Ceren Yıldırım (Psikoloji Bölümü, İstanbul Üniversitesi, Türkiye)
Dr. Öğr. Üyesi Tuğba Yılmaz (Psikoloji Bölümü, Bakırçay Üniversitesi, Türkiye)
Doç. Dr. Advije Esin Yılmaz (Psikoloji Bölümü, Dokuz Eylül Üniversitesi, Türkiye)
Psk. Dr. Deniz Yılmaz (Serbest Psikolog, Türkiye)
Psk. Dr. İbrahim Yiğit (Psikoloji Bölümü, Birmingham Alabama Üniversitesi, Amerika Birleşik Devletleri)
Prof. Dr. Orçun Yorulmaz (Psikoloji Bölümü, Dokuz Eylül Üniversitesi, Türkiye)
Psk. Dr. Sema Acı Yurduşen (Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi, Pediatrik Onkoloji Bilim Dalı, Türkiye)
Psk. Dr. Muazzez Merve Yüksel (Tılsım Danışmanlık, Türkiye)

İÇİNDEKİLER

I. Kuramsal Derleme

Refleksivite ve Etkileşim Açıklarından Nitel Araştırmacı Olmanın Fırsatları ve Zorlukları

Dilek DEMİRTEPE SAYGILI.....1

II. Nicel Araştırma

Covid-19 Sürecinde Depresyon, Stres, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu ve Zorlayıcı Sosyal Medya Kullanımı Arasındaki İlişkiler

Fatih ÇELİK, Ersin DİKER.....17

III. Nitel Araştırma

Eyleme Dökme: İntihar Girişiminde Bulunan Bireylerin Deneyimlerinin İncelenmesi Üzerine Nitel Bir Araştırma

Eylül Ceren HEKİMOĞLU, Duygu CANTEKİN.....44

Yaşlı Sürücülerin Trafik Ortamlarındaki Yaşantıları: Sorunlar, Çözümler ve Yaşam Kalitesine Yansımalar Temelli Bir Nitel Çalışma

Gizem FINDIK, Bahar ÖZ.....65

IV. Vaka Çalışması

Öfke Kontrol Sorununun Bilişsel ve Davranışçı Psikoterapisi: Bir Olgu Sunumu

Şule AYDIN, Kuntay ARCAN.....91

İÇİNDEKİLER

V. *Eser İnceleme*

“Prozac Toplumu” Filminin Helikopter Ebeveynlik, Erikson’un Psikososyal Gelişim Dönemleri ve Beck’in Depresyon Modeli Çerçevesinde İncelenmesi

Oğuz TARHAN, Ece BEKAROĞLU.....111

“Behzat Ç.: Seni Kalbime Gömdüm” Filminin Psikopatoloji ve Nesne İlişkileri Temelinde İncelenmesi

Kamuran Nur GÜL, Ahmet Tayfun ŞEN, Fazilet CANBOLAT.....126

Mazoşizm, Melankoli ve Aşk: Masumiyet ve Kader Filmleri Üzerine Psikanalitik Bir İnceleme

Bengi DÜŞGÖR, Aylın ERBAHAR, Ayşe Sena SARI.....143

Kuramsal Derleme

Refleksivite ve Etkileşim Açıklarından Nitel Araştırmacı Olmanın Fırsatları ve Zorlukları

Dilek DEMİRTEPE SAYGILI*

¹ Atılım Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Ankara, Türkiye.**Makale Bilgisi****Anahtar kelimeler:**nitel araştırmacı,
refleksivite,
ikincil
travmatizasyon,
rol karmaşası,
araştırmacı öz
bakımı**Öz**

Nitel araştırma sürecinde araştırmacının aktif rol oynaması nedeniyle araştırmacı-araştırma etkileşimi önem taşımaktadır. Bu etkileşimin farkındalığı anlamına gelen refleksivite, araştırma sorusunun oluşturulmasıyla başlayıp bulguların paylaşılmasıyla biten araştırma sürecinin tüm aşamalarında geçerlidir. Bu çalışmanın amacı nitel araştırma sürecinde araştırmacı-araştırma etkileşimini inceleyerek kendi süreçlerini paylaşan araştırmacıların deneyimlerini derlemektir. Özellikle başlangıç düzeyinde nitel araştırmacılar için rehberlik etmesi hedeflenen bu derlemede, süreci zorlaştırma riski taşıyan bazı konulara değinilmiş ve olası sorunlara yönelik çözüm önerileri sunulmuştur. Bu bağlamda ele alınan konular katılımcılarla araştırmacının benzerliği, hassas konularla çalışmak, araştırmacının ikincil travmatizasyonu ve rol karmaşasıdır. Katılımcılarla araştırmacının benzerliği, ortak kişisel özelliklere sahip olmak anlamındadır. Hassas konularla çalışmak, travma ve taciz gibi duygusal yoğunluğu yüksek konularda araştırma yapmayı içerir. Araştırmacının ikincil travmatizasyonu, travmaya dolaylı yoldan maruz kalarak travma sonrası stres belirtileri göstermek anlamına gelir. Rol karmaşası ise farklı amaçları olan araştırmacı ve uygulamacı rollerinin çatışmasıdır. Özellikle bu durumlarda araştırmacının bir hazırlık sürecine zaman ayırması, kendi rolünün ve araştırmasıyla etkileşiminin farkında olması, kendi etkisi ile katılımcılardan elde edilen veri arasında denge kurması, süreçte karşılaşacağı riskli durumlarla baş edebilmesi ve araştırmacı öz bakımına önem vermesi, nitel araştırmaların sağlıklı bir şekilde yürütülmesine katkı sağlama konusunda yardımcı olacaktır.

Abstract**Keywords:**qualitative
researcher,
reflexivity,
secondary
traumatization,
role conflict,
researcher self-
care.

The researcher has an active role in the process of qualitative research; thus, researcher-researcher interaction is of crucial importance. Reflexivity, which is the awareness of such interaction, is applicable to the process of qualitative research, beginning from the formation of research question to sharing the findings. The aim of this study is to examine the researcher-researcher interaction, to review the studies of qualitative researchers sharing their experiences and to provide suggestions for possible problems. Moreover, risky issues, namely, similarity of researcher and the participants, focusing on sensitive subjects, secondary traumatization of the researcher, and role conflict are mentioned. Similarity of researcher and the participants' means shared personal characteristics. Focusing on sensitive subjects includes research on emotionally salient topics, such as trauma or abuse. Secondary traumatization of the researcher means experiencing post-traumatic stress symptoms through indirect exposure. Role conflict is a result of having researcher and practitioner roles, which have different motivations. Awareness of the researcher's own role and interaction with his/her research, allocating time for preparation, balance between own influence and participants' reports, dealing with the difficulties and risks during the research process and paying attention to researcher self-care may help a strong qualitative research process.

* Sorumlu Yazar, Atılım Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Kızılcaşar Mahallesi, İncek/Ankara
e-posta: dilek.saygili@atilim.edu.tr
DOI: 10.31682/ayna.779041
Gönderim Tarihi (Received): 11.08.2020, Kabul Tarihi (Accepted): 02.12.2020
2148-4376

Giriş

Bu çalışmanın amacı nitel araştırma yöntemlerini kullanan araştırmacıların yaşadıkları sürece dikkat çekmektir. Nitel araştırma süreci, görüşme yapma, dökümünü yazma, tekrar tekrar okuma, içerik analizi yapma ve bulguların paylaşımı aşamaları gibi araştırmacının aktif olarak içinde bulunduğu bir süreçtir (Finlay, 2002; Willig, 2013). Bu çalışma kapsamında araştırmacının bireysel olarak nitel araştırma sürecinden nasıl etkilenebileceği ve süreci nasıl etkileyebileceği konuları, başka bir deyişle araştırma-araştırmacı etkileşimi ele alınmaktadır. Bu bağlamda, süreç incelenerek ilgili kavramları içeren kaynaklardan bir derleme yapılmıştır. Araştırmacının, nitel araştırma sürecinin *refleksivite* yoluyla bir parçası olduğunun açıklanmasından sonra *katılımcılarla araştırmacının benzerliği* başlığı altında kişisel özelliklerin araştırmadaki yeri değerlendirilmiştir. Ardından, özellikle çalışılması göreceli olarak daha zor algılanan gruplarla çalışarak kendi araştırma süreçlerini aktaran araştırmacıların deneyimlerine yer verilmiştir. Çalışılması daha zor konulardan kastedilen durumlar hastalık, ölüm, travmatik deneyim ya da istismar gibi araştırmacıyı duygusal olarak etkileme olasılığı daha yüksek olan konuların incelendiği araştırmalardır. Bu çalışmada *hassas konularla çalışmak* alt başlığı ile incelenen bu konunun yanı sıra, *araştırmacının ikincil travmatizasyonu* ve uygulamacı rolü de bulunan araştırmacılar için dikkate alınması gereken *rol karmaşası* alt başlıkları incelenmiş, olası zorluklara çözüm önerileri sunulmuştur.

Nitel araştırmalar, bir konunun derinlemesine incelenmesi amacıyla yapılan araştırmalarda tercih edilmektedir. Nitel araştırma yöntemi, göçmenler ya da yaşlılar gibi özellikle ölçek uygulamanın zor olduğu gruplarla yürütülen bilimsel araştırmalarda avantaj sağlamaktadır (Camacho, 2016). Ayrıca, nitel araştırma yöntemleri psikoterapi araştırmalarında sürecin değerlendirilmesi konusunda da aydınlatıcıdır (Sarı, 2019). Hedefin genellemelere ulaşmak yerine seyrek karşılaşılan durumları betimlemek olduğu araştırmalar için de nitel araştırma yöntemi iyi bir seçenektir. Bu nedenlerle nitel araştırma yöntemi psikoloji alanında son dönemlerde daha fazla araştırmacı tarafından tercih edilmeye başlamıştır (Lazard ve McAvoy, 2020). Özellikle psikoloji gibi insanları anlamaya çalışan alanlarda yapılan nitel araştırmalarda araştırmacının rolünün farkında olması ve yaşanacak olası zorluklarla baş edebilmesi önemlidir.

Nitel araştırma yöntemi ortak hedefleri anlam üretmek olan farklı yaklaşımlar içerir. Yorumlayıcı fenomenolojik analiz, temellendirilmiş teori ve söylem analizi bu yaklaşımlardan bazılarıdır. Yaklaşımlar ile araştırma sorusu ve araştırmacının hedefi etkileşim halindedir. Örneğin, yorumlayıcı fenomenolojik analiz, kavramları bireylerin kendi algıladıkları şekliyle inceleyerek yorumlar (Eatough ve Smith, 2008). Temellendirilmiş teori, veriden yola çıkarak

teori oluşturmayı hedefler (Charmaz ve Henwood, 2008). Söylem analizi ise dil kullanımını inceleyerek düşünce süreçlerini anlamayı hedefler (Wetherell, Taylor ve Yates, 2001). Araştırmacının veri toplama ve analizdeki konumu ve rolü bu yaklaşımlar ve önerdikleri metodolojiye göre farklılıklar gösterebilir. Araştırmacının veriyle daha çok etkileşime girdiği yaklaşımlardan bazıları yorumlayıcı fenomenolojik analiz (Willig, 2013) ve söylem analizidir (Frost vd., 2010).

Nitel araştırmalarda süreç şu şekilde ilerler (örn. Willig, 2013; Baltacı, 2019): Araştırma sorusunun ve nitel araştırma yaklaşımının belirlenmesinin ardından veri toplama yöntemine karar verilir. Veri toplama yöntemi olarak çoğunlukla yüz yüze görüşme tercih edilmekle birlikte metin incelemesi ya da video izleme gibi yöntemler kullanılması da mümkündür. Hazırlanan görüşme soruları kullanılarak katılımcılar ile bir araya gelinir. Bire bir iletişim gerektiriyor oluşu nedeniyle görüşmelerde araştırmacı ile katılımcı arasında bir ilişki kurulması önemlidir. Güvene dayalı bir ilişki kurulması sayesinde içten ve detaylı bilgiye erişilebilir. Katılımcılardan elde edilen bilgiler genellikle kaydedilip sonra kayıtların incelenmesi ile analiz edilir. Elde edilen bulgular (örn. kategoriler, temalar ve segmentler gibi) yazım aşamasında açıklanarak katılımcıların örnek ifadeleri doğrudan tırnak içinde sunulur (Willig, 2013; Baltacı, 2019).

Nitel araştırmacı olmak, bilimsel kanıt kavramını yeniden yapılandırmayı gerektirir. Bu yaklaşıma göre bilimsel kanıt değişmez gerçeklik değildir (Xu ve Storr, 2012). Nitel araştırmalarda hedefin hipotez sınamak olmadığı, veriden sonuca gidildiği bir sistematik bilgi toplama süreci uygulanmaktadır (Lazard ve McAvoy, 2020). Bilgi toplama sürecinde araştırmacının kendisi de bir araçtır. Bu nedenle bu derlemede üzerinde durulan konular nicel araştırmalardan ziyade nitel araştırmalarda araştırmacıların daha sık karşılaştığı durumlardır.

Refleksivite

Nitel araştırma sürecinde araştırmacının merkezi bir rolü bulunmaktadır. Veri toplama sürecinin her aşamasında (örn. katılımcı seçimi, görüşme yapma, veri yorumlama) ve anlam üretilmesinde katılımcı kadar araştırmacının da rolü önemlidir (Finlay, 2002). Bu nedenle araştırma süreci, araştırmacı özelliklerinin göz önünde bulundurulmasını gerektirir. Araştırmacının kuramsal ve yöntemsel altyapısı, kendi deneyimleri, düşünceleri ve sosyo-kültürel özellikleri veriye bakışını etkiler (Willig, 2013). Kelime anlamı kendi üzerine düşünme olan refleksivite, araştırma yöntemleri bağlamında araştırmacının kendisinin araştırma sürecini ve sonuçları ile etkileşim içinde olabileceğinin farkındalığıdır (Symon ve Cassell, 2012). Araştırmacının bu etkiyi fark etmesinin ve kabul etmesinin ötesinde, nitel araştırmayı nasıl etkilediğini ve nitel araştırmadan nasıl etkilendiğini de çözmesi beklenmektedir (Finlay,

2002). Nitel araştırmalardan hazırlanan yayınlarda genellikle refleksivite bölümüne yer ayrılmaktadır. Bu bölümlerde araştırmacılar konuya ilişkin sahip oldukları özellik ve deneyimlerden bahsederek nitel araştırmaları ile etkileşimlerini aktarırlar. Refleksivite bölümlerinde birinci tekil şahıs kullanımı öznelliği vurgular ve araştırmacının rolünü açık hale getirir (Lazard ve McAvoy, 2020). Örnek olarak aşağıda sunulan bölüm bu derlemenin yazarının refleksivitesini oluşturmaktadır. Derleme çalışmaları nitel araştırma olmasa da bu çalışmanın çıkış noktası refleksivite olduğu için burada paylaşılmıştır:

Klinik psikolog ve nitel araştırmacı olarak kronik hastalıklar bağlamında ortaya çıkan kayıp, yas ve acı/ağrı konularının ve kaygı, üzüntü ve suçluluk duygularının yoğun olarak gündeme geldiği görüşmeler içeren araştırmalar yürüttüm. Sürece kendimi hazırladığımı düşünsem de zaman zaman zorlandığım durumlar yaşadım. Örneğin, hastalık sürecinde görüştüğüm umut dolu bir babanın hasta kızını kaybettiği haberini aldım. Benzer deneyimler yaşayan araştırmacıların bu durumu yalnızca sözel olarak akranlarına aktarmayıp yayınlara aracılığıyla paylaştiklarını kendi deneyimlerimin oluşmaya başlamasından uzun bir zaman sonra gördüm. Bu nedenle derlemeyi hazırlarken özellikle bu çalışmaları detaylı olarak aktardım. Bu derleme ve kaynak listesi ile yeni başlayacak nitel araştırmacıların hazırlık süreçlerine katkı sunmayı hedefledim.

Blackman'e göre (2007) refleksivite bölümlerinin duygu yönü genellikle arka plandadır. Bu durumun bir gerekçesi, araştırmacıların rasyonelliğin arka plana atılması olarak yorumlanması çekincesidir (Wetherell, 2014). Duygusal katılım, sosyo-kültürel çevrenin ve bireyin bir özelliği olarak değerlendirildiğinde sosyal süreçlerin ve iletişimin doğal bir parçası olarak nitel araştırmalara dâhil edilebilmektedir (Lazard ve McAvoy, 2020). Örneğin, sınır kişilik bozukluğu olan kadın katılımcılarla bozukluğa dair düşüncelerini, süreçlerini ve psikoterapi deneyimlerini içeren görüşmeler yapan Goldstein (2017), refleksivitenin yaptığı görüşmelerde ikincil bir veri kaynağı olduğunu önermiştir. Başka bir deyişle, toplanan verideki katılımcı öznelliğine araştırmacı öznelliği eklenmiştir. Kendisi de psikoterapist olan Goldstein, katılımcıların kendisine hissettirdiklerini değerlendirerek görüşmelerin katılımcılarla daha iyi empati kurmasına ve onları daha iyi anlamasına yardımcı olduğunu belirtmiştir. Bu öznelliğin bir sorun olarak değil bir fırsat olarak değerlendirilmesi gerektiğini önermiştir.

Refleksiviteyi ortaya çıkarmak için araştırmacının sorması gereken sorular "Ben araştırma sürecini nasıl etkiliyorum?", "Neden bu konuyu çalışmak istiyorum?", "Araştırmamla aramda nasıl bir etkileşim var?" gibi sorulardır (Lazard ve McAvoy, 2020). Süreç içinde değişime açık olan buna benzer soruların cevapları araştırmanın değerlendirilmesinde göz önünde bulundurulmalıdır. Araştırma-araştırmacı etkileşimini bir fırsat olarak görüp kabul edebilmek, öznellik kaynağı ve eksiklik olarak görmek yerine

araştırmanın sistematik olarak değerlendirilebilecek bir parçası olarak incelemek ve ifade etmek nitel araştırma sürecinin bir parçası olarak düşünülebilir. Ancak bunu uygularken de temel kaynağın katılımcıdan elde edilen veri olduğu göz önünde bulundurularak bilimsel araştırma yönteminden uzaklaşmadan araştırma ile araştırmacı arasındaki dengenin korunması esastır. Bu dengeyi riske sokabilecek durumlar aşağıda sırayla incelenmiştir.

Katılımcılarla Araştırmacının Benzerliği

Görüşmecinin incelediği grubun bir parçası olması (örn. etnik azınlık olarak nitelendirilen bir grubun hem üyesi olma hem de bu konuda araştırma yapma), bazı araştırmacılara göre yanlılıktır ve araştırmanın güvenilirliğini sarsmaktadır (Merriam vd., 2001). Öte yandan bunun, nitel araştırmada incelenen konu açısından avantajlı olabileceği de önerilmektedir (Ross, 2017). Bu avantajlardan bazıları katılımcılara ulaşma kolaylığı, kültürel çerçeveyi göz önünde bulundurabilme ve ilişki kurma kolaylığıdır. Riskleri ise katılımcılar hakkında varsayım oluşturma ve araştırmacı-katılımcı ilişkisi öncesinde tanışıklık gibi yanlılıklardır. Burada benzerliğin boyutu ve niteliği de önemlidir. Örneğin, aynı cinsiyete sahip olma ile yeni anne olma farklı boyutlarda benzerliklerdir (Ross, 2017). Araştırmanın hazırlık aşamasında araştırmacının grupla ilgili tutumlarını ve gruba aidiyetle ilgili duygularını değerlendirmesi yararlı olabilir. Ayrıca, duygusal yakınlık ve kendini açma (self-disclosure) konularına özellikle dikkat etmek etkileşimin sağlığı açısından önemlidir.

Sosyal çalışma alanında hem uygulamacı hem de araştırmacı olan Camacho (2016), özel hayatında anne ve babasının hastalık süreçlerine bakım verdiğini aktarmıştır. Kişisel deneyimlerine benzer deneyimler yaşayan bireylerle çalışmış, eğitimi gereği kişisel hayatın karşı-aktarıma, yani duygular aracılığıyla uygulamayı etkileyebileceği bilgisine ve bu gibi durumlarda neler yapabileceği konusunda beceri ve deneyime sahip olduğunu belirtmiştir. Nitel araştırmacı olarak da hedefin soru sorup cevabı almanın ötesinde katılımcının anlatmak istediklerini dinleyen iyi bir dinleyici olmayı gerektirdiğini örneklemiştir.

Annesini kanserden kaybetmiş olan Johnson (2009) kanser tanısı alan kadınlarla nitel bir araştırma yürütmüş, bu durumdan etkilenebileceğini kabul ederek sürece başlamasına rağmen görüşmelerin zihninde tekrarlanması ile uyku sorunları gibi belirtiler gösterdiğini aktarmıştır. Çözüm için günlük tutma ve süpervizyon yöntemlerinin kendi duyguları üzerinde çalışmayı sağladığını belirtmiş, aynı zamanda kendi psikoterapi sürecinden geçmeye başladığını eklemiştir. Araştırma konularını kendi yaşantılarından hareketle seçen araştırmacılarda kendi deneyimlerinin gündeme gelmesi daha sık görülebilmektedir (Sampson, Bloor ve Fincham, 2008). Uzun bir süre etkilenmek ve etkilendiği halde görüşmelere devam etmek gibi durumlarda duygular sempatiye dönüşerek araştırmacının

söylememesi gereken şeyler söylemesine neden olabilmektedir (Hubbard, Backett-Milburn ve Kemmer, 2001). Sonuç olarak katılımcılarla araştırmacı benzerliği araştırmacı-araştırma etkileşimindeki denge açısından önemli bir konudur. Bu nedenle araştırmacının benzerlik konusunda kendini değerlendirmeli ve gerekli gördüğü önlemleri (örn. süpervizyon gibi) almalıdır.

Hassas Konularla Çalışmak

Hassas konular, katılımcının aktarmakta zorlanma olasılığının bulunduğu, güvene dayalı bir araştırmacı-katılımcı ilişkisi kurmanın daha önemli olduğu travmatik durumlarla ilgili konuları kapsar. Hastalık, ölüm, kayıp, şiddet ya da istismar gibi fiziksel ya da psikolojik zarar içeren bu konular, araştırmacıyı duygusal olarak da etkileme olasılığı taşır. Bu durum araştırma-araştırmacı etkileşimindeki denge açısından risk oluşturabilir. Örneğin, bu konuda araştırmacılarla yapılan bir çalışmada (Johnson ve Clarke, 2003) ortaya çıkan temalardan bazıları araştırmacının duygularını paylaşamaması, yalnızlaşması ve süpervizyon ihtiyacıdır. Çocuklar ve gençlerin fiziksel ve cinsel istismar deneyimlerinin nitel analizi ile çalışan bir araştırma ekibi (Jackson, Backett-Milburn ve Newall, 2013) analiz sürecinde analizi “tarafsız” yapabilmek adına, duygulardan arınmaya çalışma ile yoğun duygu ve katılımcılara sempati hissetme arasında gidip geldiklerini aktarmışlardır. Bu durum araştırmacıların bazılarında yabancılaşma, bazılarında ise özdeşim kurma ile devam etmiştir. Özellikle yardımcı olamamanın çaresizlik hissettirdiği de aktarılmıştır. Çözüm olarak grup, bireysel düzeyde duygu düzenleme becerileri, grup düzeyinde duygu paylaşımı ve süpervizyondan yararlanmıştır. Ayrıca araştırma bulgularını ilgili kurumlarla paylaşarak ortaya koydukları çocuk istismarı sorununun çözümüne katkıda bulduklarını aktarmışlardır. Tüm bu süreçlerini ise bir makale ile araştırmacılarla paylaşmışlardır (Jackson vd., 2013). Bu noktada paylaşım dendiği zaman araştırmanın temel etik ilkelerinin önemi de ön plandadır. Yapılan paylaşımlarda katılımcıların kişisel bilgilerinin korunmasına dikkat edilmelidir.

Kanser hastalarıyla çalışırken bir yandan refleksivite günlüğü (reflective journal) tutan araştırmacı (Burles, 2017) 12 hafta boyunca 13 katılımcısı ile aralıklarla yüz yüze görüşme yaparak araştırmasını yürüttüğünü aktarmıştır. Araştırma bitiminde tesadüfen katılımcılarından biriyle karşılaştığında, klinikten üç kişinin kaybını öğrenmiş ve aslında etkileşim sürecinin sürdüğünü fark ettiğini belirtmiştir. Öğrendiğinde katılımcılarının da hastanede birlikte tedavi gördükleri arkadaşlarının kaybını yaşama konusunda üzüntü, korku ve suçluluk hissetmiş olabileceğini düşündüğünü aktarmıştır. Bu durum araştırmacıda yeni bir farkındalık oluştuğu aktarılmıştır. Buna göre, duygu paylaşımının olduğu destek gruplarına katılmak istenmemesinin nedenini ölümle ilgili bu duyguların hissedilmesinden çekinildiği

şeklinde yorumlamıştır. Kendi katılımcısını kaybettiğini öğrendiğinde ise yapılan psikososyal çalışmaların anlamsızlığını düşündüğünü belirtmiştir. Öte yandan, hayattayken kendisine aktarılanları gözden geçirdiğinde, yardım etme motivasyonunun ve umudunun artmış olduğunu aktarmıştır.

Nitel araştırmalarda konu ile uzun süre iç içe olunması gerektiği düşünüldüğünde araştırmacı-araştırma dengesinde zaman zaman bozulmalar olabilmektedir. Bu nedenle araştırmacının günlük gibi yollarla kendi sürecini de takip edebilmesi, araştırma dışında kendi duygularını aktarma fırsatlarını kullanması önerilmektedir. Bahsedilen ölüm, istismar, şiddet gibi konuların katılımcıların öznelliğinin korunarak bilimsel olarak incelenbilmesine olanak sağlayan nitel araştırmalar alan yazına önemli katkılar sunmaktadır. Araştırmacı açısından değerlendirildiğinde ise araştırmacının mesleki gelişimine katkıda bulunma potansiyeli bulunmaktadır.

Araştırmacının İkincil Travmatizasyonu

Hassas konularla çalışmanın ilerleyen boyutu olarak araştırmacıların ikincil travmatizasyonundan da bahsedilmektedir. Travmaya dolaylı olarak maruz kalan psikolog ve sosyal çalışmacı gibi profesyonellerde danışanların tepkilerine benzer tepkiler gösterme, seans dışında danışanı düşünme, çaresizlik hissi gibi durumlar yaşanabilmektedir (Knight, 2013). Bu durumlar danışana yardımcı olma potansiyelini azaltma riskini taşır (Figley, 1995). İkincil travmatizasyon, travma yaşamış bireylerle çalışan uygulamacılar kadar alandan veri toplayan araştırmacılar için de geçerli bir risktir (van der Merwe ve Hunt, 2019). Görüşmeci rolüyle travma yaşayan bireylerle bir araya gelen araştırmacılar da travma sonrası belirtilerin görülme olasılığı bulunmaktadır. Ayrıca bu araştırmacı grubunda araştırmayı tamamlayamayacağı düşüncesi, duygusal yorgunluk, yıpranma gibi tükenmişlik belirtileri de görülebilir (Sherry, 2013). Bunun gibi durumlarda çözüm olarak ön hazırlık, eğitim ve süpervizyonun yanı sıra mümkünse araştırmacı ekibinde travma çalışan bir psikoterapist bulundurma önerilmektedir (van der Merwe ve Hunt, 2019).

Dunn (1991), şiddet görmüş kadınlarla görüşme yapma ve nitel analiz deneyimleri sırasında depresyon belirtileri göstermeye başladığını belirtmiştir. Görüşmeler sırasında şiddet uygulayanlara öfke duymuş, şiddete uğrayanlar için endişelenmiş ve sevgi görmemiş oluşları için üzüldüğünü belirtmiştir. Benzer çalışmalar yürüten araştırmacılara; görüşmeleri sürdürürken normalde stresle baş etmek için yaptıkları davranışları sürdürmelerini, görüşmeleri tamamlama işini zamana yaymalarını, günlük tutarak kendi duygularını yazıya dökmelerini, sosyal destek almalarını ve deneyimlerini diğer nitel araştırmacılarla paylaşmalarını önermiştir. Ayrıca, görüşme dökümlerini yapan araştırmacılar da ikincil

travmatizasyon belirtileri olabileceği aktarılmıştır (Kiyimba ve O'Reilly, 2016). Benzer şekilde, kodlama sürecinin içeriğe tekrar tekrar maruz kalmaya neden olabileceği önerilmektedir (Woodby, Williams, Wittich ve Burgio, 2011). Bu durum, görüşme yapılması aşaması kadar döküm yapılması ve kodlanması aşamalarının da duygu içerebileceğini göstermiştir. Sonuç olarak, katılımcıların sunduğu bilgilere doğrudan ya da dolaylı olarak maruz kalan araştırmacılar için ikincil travmatizasyon olasılığı bulunmaktadır. Camacho (2016), travma ve kayıp gibi konularda yapılan nitel araştırmalarda duygu hissetmenin normal olduğunu kabul etmenin, grubun temel özelliklerinin hangi duygular uyandırabileceğini öngörüp kendini hazırlamanın önemini vurgulamıştır. Buna ek olarak çözüm önerileri ise yaşanan duyguları yok saymamak, uygun kişilerle paylaşmak ve araştırmacı öz bakımına zaman ayırmaktır.

Rol Karmaşası

Yukarıda aktarılan hassas konularla çalışan araştırmacıların alanlarının psikoloji ya da sağlık gibi alanlar olduğu düşünüldüğünde, bu araştırmacıların bir kısmının uygulamacı olabileceği ya da uygulama yapmasa da uygulama eğitimi almış olabileceği değerlendirilebilir. Bu durumda, araştırmacı rolünün gereklilikleri ve uygulamacı rolünün getirdiği yardım etme motivasyonu çatışarak bir rol karmaşasına neden olabilir. Ölüm, kanser ve AIDS konularında araştırma yapan araştırmacılarla yürütülen nitel bir çalışmada araştırmacıların daha önce belirtilen zorlukların yanı sıra rol karmaşası da yaşadıkları aktarılmıştır (Johnson ve Clarke, 2003). Örneğin uzmanlık alanı hemşirelik olan araştırmacılar, sağlık çalışanı olma rolü ile araştırmacı olma rolünün zaman zaman çatışma içinde olduğunu aktarmıştır. Ayrıca, yardımcı olabilecekken olamadıklarını düşünmelerinin suçluluk duygusu uyandırdığını belirtmişlerdir. Burada bahsedilen rol karmaşası ve yardımcı olamama düşüncesinin psikoloji alanında psikoterapist ve araştırmacı gibi birden fazla role sahip olanlar için de yaşanabileceği önerilmektedir. Psikoterapist rolünün getirdiği yardımcı olma isteğinin araştırmacı rolü ile çelişmesi konusunda çözüm önerisi olarak; olası zorlukların öngörülmesi, yönlendirme seçeneklerinin önceden belirlenmesi ve katılımcılara görüşme bitiminde bilgilendirme yapılması sunulabilir. Camacho (2016) tarafından aktarılan benzer bir öneri hızlıca yardım etme motivasyonu ile psikoterapist rolüne bürünmeyip, yönlendirmek için başvurulacak kişi ve kurumlar ile iletişim bilgilerinden oluşan bir liste bulundurmadır. Katılımcılardan da açık ya da örtük olarak bir yardım beklentisi gelmesi durumunda da katılımcıların zarar görmemesi esas alınarak rolleri netleştirmek önerilmektedir (Thompson ve Russo, 2012).

Psikanalitik yönelimli nitel araştırmalarda aktarım, araştırmacının aktarım aşlaması (the researcher's transferential implant) kavramı ile (Knight, 2019) açıklanmıştır. Buna göre, araştırmacının önceki deneyim ve ilişkileri, araştırmada kullandığı görüşme gibi yöntemlerde,

veri analizinde yaptığı yorumlarda ve çıkardığı sonuçlarda etkili olabilir. Bu durumda, çözülmeyen konular (unresolved issues) katılımcılarla araştırmacının kurduğu ilişkide her iki taraftan da gündeme gelebilir. Ancak, psikoterapi ilişkisinden farklı bir hedefi olan araştırmacı-katılımcı ilişkisi çözülmeyen konuları çözmek için uygun olmayabilir. Bu soruna çözüm önerileri; serbest çağrışım günlüğü tutulması ve kazanılan iç görünümün araştırmada kullanılmasıdır (Knight, 2019). Refleksivitenin bir parçası olarak önerilen günlük, bu yaklaşımda serbest çağrışımlar için de önerilmektedir. İkinci aşamada süpervizör olmayan uzman bir okuyucu (reader) bu serbest çağrışım günlüklerini ve yapılan görüşme dökümlerini okur. Bu şekilde, okuyucu araştırmacının kendi fark edemediği noktaları ona fark ettirir. Böylece çözüm süreci araştırmacı-katılımcıdan araştırmacı-okuyucu ilişkisine kayar. Bu ilişki üzerinden kazanılan içgörü ise araştırmayı besler.

Öneriler

Araştırmacının araştırmanın aktif bir parçası olarak değerlendirildiği nitel çalışmalar, (Finlay, 2002) bazı zorlukları da beraberinde getirmektedir. Karşılaşılan zorlukların doğru çözümlenmesi araştırmacının gelişimine katkı sağlama açısından fırsat olarak değerlendirilebilmektedir. Benzer zorlukları farklı deneyim düzeylerine sahip araştırmacıların da yaşadığını bilmek ve uygulanan çözümlerden yararlanarak kendi çözümlerini üretmek mümkündür. Yukarıda aktarılan çalışmalarda özellikle yaşanan sorunların farkına varabilmek, günlük tutmak ve süpervizyon almak gibi önerilerde bulunulmuştur. Bunlara ek olarak, burada araştırma sürecinin farklı aşamalarında uygulanabilecek farklı öneriler sunulmuştur: Araştırmanın başlangıcında konu seçiminin motivasyonunu sorgulamak araştırmacının kendi refleksivitesini anlamak için yardımcı olabilir. Soru hazırlama sürecinde yapılması önerilen bir yöntem, bir başka araştırmacıdan yardım isteyerek katılımcı konumuna geçmek ve hazırladığı sorulara cevap verme deneyimini yaşamaktır (Chenail, 2011). Böylece, yanlıktan kurtulmak, katılımcı bakış açısını yaşamak, soruların hangi duyguları uyandırabileceğini fark ederek kendini sürece hazırlamak gibi iyileştirici bir hazırlık sağlanabilir. Kendini hazırlama sürecinin yaşanmadığı beklenmedik durumların da olabileceği göz önünde bulundurulmalıdır. Örneğin, aile çalışmalarında farklı bir konu çalışılmasına rağmen ortaya çıkan ensest bilgisi gibi zor durumlar yaşanabilir (Kiyimba ve O'Reilly, 2016). Böyle durumlardan duygusal olarak etkilenme olasılığı bulunmaktadır. Veri toplama sürecinde benzer konular ya da benzer gruplarla çalışan nitel araştırmacıların bir araya gelerek deneyim paylaşacağı gruplar araştırmacılara yardımcı olabilir. Örneğin, Raheim ve arkadaşlarının (2016) oluşturdukları refleksif grup tartışmalarını sağlık alanında farklı disiplinlerden 6 araştırmacı 2 yıl boyunca sürdürmüş, süreç ve sonuçlarını bir makale ile aktarmışlardır. Böylece, bir araştırmada

araştırmacı rolünde iken başka bir araştırmada katılımcı rolünü üstlenmişlerdir (Raheim vd., 2016). İçerik analizi ve bulguların yazımı aşamalarında da refleksivitenin devam ettiği göz önünde bulundurulmalıdır.

Tüm süreç için geçerli olan bir kaynak araştırmacı öz bakımındır (researcher self care) (Figley, 1999). Araştırmacının kendini iyi hissetmesini, araştırmaya devam edebilmesini ve tükenmişlik hissetmemesini sağlayan kaynakları kullanabilmesi araştırmacı öz bakımının bir parçasıdır. Sosyal destek alabilmek, kendini iyi hissettiren etkinliklere zaman ayırmak, araştırmayı yapma motivasyonunu zaman zaman kendine hatırlatmak bu kapsamda bazı önerilerdir. Araştırmacı öz bakımı hakkında bir teorik model olarak benzer bulguları sunan Kumar ve Cavallaro (2018), duygusal etkilenme olasılığı olan araştırmacıların süreç boyunca etkilenebilecekleri durumları birer değişken olarak ortaya koymuşlardır. Buna göre, araştırmacının öncesinde sahip olduğu kişisel travma yaşantıları ile kurumsal sorumlulukları (örn. Bir doktora dersi kapsamı) ve kişisel öz bakım sorumlulukları (örn. Farkındalık, sosyal destek) etkileşime girerek sonuçta araştırmacı sağlığını belirlemektedir (Kumar ve Cavallaro, 2018). Bu önerilerin ötesinde Kumar ve Cavallaro (2018), etik kuralların katılımcılara zarar vermeyi ele alırken aslında araştırmacıları da düşünmesi gerektiğini önermişlerdir.

Sonuç

Başlangıç düzeyinde nitel araştırmacılar için rehberlik etmesi hedeflenen bu derlemede nitel araştırma sürecinde araştırmacının rolü açıklanarak bunun kazandıracığı zenginlik ile olası zorluklardan bazıları üzerinde durulmuştur. Araştırmacı-araştırma etkileşiminde denge kurmak ve araştırma sürecini sağlıklı bir şekilde tamamlamak ortak hedefler olarak değerlendirilirken burada sunulan önerilerin araştırmacıya, çalışılan konuya ve grubun özelliklerine göre değişebileceği, her araştırmacının kendi sürecinde yaşadığı zorluklara kendine özgü çözümler üretebileceği göz önünde bulundurulmalıdır. Böylece nitel araştırma sürecinde araştırma yapma hedefine ek olarak mesleki ve kişisel gelişim sağlanması da mümkündür.

Kaynakça

- Baltacı, A. (2019). Nitel araştırma süreci: Nitel bir araştırma nasıl yapılır? *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 5(2), 368-388.
- Blackman, S. J. (2007). Hidden ethnography: Crossing emotional borders in qualitative accounts of young people's lives. *Sociology*, 41(4), 699-716.
- Burles, M. C. (2017). Negotiating post-research encounters: reflections on learning of participant deaths following a qualitative study. *Mortality*, 22(2), 170-180.
<https://doi.org/10.1080/13576275.2017.1291605>
- Camacho, D. (2016). Blurring boundaries: An emotionally aware caregiver, social worker, and researcher. *Qualitative Social Work*, 15(5-6), 682-695.
<https://doi.org/10.1177/1473325016652682>
- Charmaz, C. ve Henwood, K. (2008) Grounded theory. In C. Willig & W. Stainton Rogers (Eds), *The Sage Handbook of Qualitative Research in Psychology*. London: Sage.
- Chenail, R. J. (2011). Interviewing the investigator: Strategies for addressing instrumentation and researcher bias concerns in qualitative research. *Qualitative Report*, 16(1), 255-262.
- Dunn, L. (1991). Research alert! Qualitative research may be hazardous to your health! *Qualitative Health Research*, 1(3), 388-392.
- Eatough, V. ve Smith, J. A. (2008) Interpretative phenomenological analysis. In C. Willig & W. Stainton Rogers (eds), *The Sage Handbook of Qualitative Research in Psychology*. London: Sage.
- Figley, C. R. (Ed.) (1995). *Compassion fatigue: Coping with secondary traumatic stress disorder in those who treat the traumatized*. New York, NY: Brunner/Mazel.
- Figley, C. R. (1999). Compassion fatigue: Toward a new understanding of the costs of caring. In B. H. Stamm (Ed.), *Secondary Traumatic Stress: Self-Care Issues for Clinicians, Researchers, & Educators* (pp. 3-28). Lutherville, MD: Sidran.
- Finlay, L. (2002). Outing the researcher: The provenance, process and practice of reflexivity. *Qualitative Health Research*, 12 (4), 531-545.
- Frost, N., Nolas, S. M., Brooks-Gordon, B., Esin, C., Holt, A., Mehdizadeh, L. ve Shinebourne, P. (2010). Pluralism in qualitative research: The impact of different researchers and qualitative approaches on the analysis of qualitative data. *Qualitative research*, 10(4), 441-460.
- Goldstein, S. E. (2017). Reflexivity in narrative research: Accessing meaning through the participant-researcher relationship. *Qualitative Psychology*, 4(2), 149-164.
<https://doi.org/10.1037/qup0000035>
- Hubbard, G., Backett-Milburn, K. ve Kemmer, D. (2001). Working with emotion: Issues for the researcher in fieldwork and teamwork. *International Journal of Social Research Methodology*, 4(2), 119-137. <https://doi.org/10.1080/13645570116992>
- Jackson, S., Backett-Milburn, K. ve Newall, E. (2013). Researching distressing topics: Emotional reflexivity and emotional labor in the secondary analysis of children and young people's narratives of abuse. *SAGE Open*, 3(2), 1-12. <https://doi.org/10.1177/2158244013490705>
- Johnson, B. ve Clarke, J. M. (2003). Collecting sensitive data: The impact on researchers. *Qualitative Health Research*, 13(3), 421-434. <https://doi.org/10.1177/1049732302250340>
- Johnson, N. (2009). The role of self and emotion within qualitative sensitive research : A reflective account. *Enquire*, 2(4), 23-50.

- Kiyimba, N. ve O'Reilly, M. (2016). The risk of secondary traumatic stress in the qualitative transcription process: A research note. *Qualitative Research*, 16(4), 468–476.
<https://doi.org/10.1177/1468794115577013>
- Knight, C. (2013). Indirect trauma: Implications for self-care, supervision, the organization, and the academic institution. *The Clinical Supervisor*, 32(2), 224–243.
<http://dx.doi.org/10.1080/07325223.2013.850139>
- Knight, Z. G. (2019). The researcher's transference in psychoanalytically informed qualitative research. *Qualitative Research in Psychology*, 16(4), 602–623.
<https://doi.org/10.1080/14780887.2019.1577520>
- Kumar, S. ve Cavallaro, L. (2018). Researcher Self-Care in Emotionally Demanding Research: A Proposed Conceptual Framework. *Qualitative Health Research*, 28(4), 648–658.
<https://doi.org/10.1177/1049732317746377>
- Lazard, L. ve McAvoy, J. (2020). Doing reflexivity in psychological research: What's the point? What's the practice? *Qualitative Research in Psychology*, 17(2), 159–177.
<https://doi.org/10.1080/14780887.2017.1400144>
- Merriam, S. B., Johnson-Bailey, J., Lee, M.-Y., Kee, Y., Ntseane, G. ve Muhamad, M. (2001). Power and positionality: Negotiating insider/outsider status within and across cultures. *International Journal of Lifelong Education*, 20(5), 405–416. <http://dx.doi.org/10.1080/02601370120490>
- Raheim, M., Magnussen, L. H., Sekse, R. J. T., Lunde, Å., Jacobsen, T. ve Blystad, A. (2016). Researcher-researched relationship in qualitative research: Shifts in positions and researcher vulnerability. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-Being*, 11(1), 1–13.
<https://doi.org/10.3402/qhw.v11.30996>
- Ross, L. E. (2017). An account from the inside: Examining the emotional impact of qualitative research through the lens of “insider” research. *Qualitative Psychology*, 4(3), 326–337.
<https://doi.org/10.1037/qup0000064>
- Sampson, H., Bloor, M. ve Fincham, B. (2008). A price worth paying?: Considering the “cost” of reflexive research methods and the influence of feminist ways of “doing”. *Sociology*, 42(5), 919–933.
- Sarı, S. (2019). Psikoterapide süreç analizi: Nitel araştırma yöntemlerinin psikoterapi araştırmalarına uygulanışı. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 6(1), 1-17.
- Sherry, E. (2013). The vulnerable researcher: Facing the challenges of sensitive research. *Qualitative Research Journal*, 13(3), 278–288. <https://doi.org/10.1108/QRJ-10-2012-0007>
- Symon G. ve Cassell C. (Ed.) (2012). *Qualitative organizational research: core methods and current challenges*. London, UK: SAGE Publications Ltd.
- Thompson, A. R. ve Russo, K. (2012). Ethical dilemmas for clinical psychologists in conducting qualitative research. *Qualitative Research in Psychology*, 9(1), 32–46.
- van der Merwe, A. ve Hunt, X. (2019). Secondary trauma among trauma researchers: Lessons from the field. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 11(1), 10–18.
<https://doi.org/10.1037/tra0000414>
- Wetherell M., Taylor S. ve Yates S. J. (Ed.) (2001). *Discourse theory and practice: A reader*. London: Sage.
- Wetherell, M. (2014). Trends in the turn to affect: A social psychological critique. *Body and Society*, 21(2), 139–66.

- Willig, C. (2013). *Introducing qualitative research in psychology*. Maidenhead: McGraw Hill/Open University Press.
- Woodby, L. L., Williams, B. R., Wittich, A. R. ve Burgio, K. L. (2011). Expanding the notion of researcher distress: The cumulative effects of coding. *Qualitative Health Research*, 21(6), 830–838. <https://doi.org/10.1177/1049732311402095>
- Xu, M. A. ve Storr, G. B. (2012). Learning the concept of researcher as instrument in qualitative research. *Qualitative Report*, 17(21), 1–18.

Opportunities and Challenges of Being a Qualitative Researcher in terms of Reflexivity and Interaction

Summary

The aim of this review study is to focus on the process of qualitative research from the viewpoint of the researcher, who has an active role in the process, including the formation of the research questions, interviewing, transcribing, content analysis, and sharing the findings. Qualitative research has its advantages such as having a deeper understanding of a phenomenon, evaluating rare cases, connecting samples such as elderly or refugees (Camacho, 2016), and evaluating psychotherapy effectiveness (Sarı, 2019). Qualitative research has its own definition of scientific proof unlike quantitative research (Xu & Storr, 2012) that's why the challenges and opportunities mentioned here are more common in qualitative research. The researcher himself/herself is a tool for research. An interaction between the researcher and research exists via reflexivity.

Reflexivity

Reflexivity is defined as the awareness of the researcher about the interaction of himself/herself with the process and the findings of the research study (Symon & Cassell, 2012). Evaluation of reflexivity is a part of the study (Finlay, 2002). It may include the personal background of the researcher as well as his/her theoretical orientation and socio-cultural framework (Lazard & McAvoy, 2020). It may be considered as a secondary source of data (Goldstein, 2017).

To recognize reflexivity, the researcher may ask the following questions to himself/herself: “why do I want to conduct research on this topic?”, “how am I interacting with my research?” (Lazard & McAvoy, 2020). The researcher should appraise reflexivity as an opportunity rather than a weakness, evaluate it, and communicate it. At the same time, s/he should keep in mind that the primary source of data is collected from the participants. Thus, a balance should be kept in terms of the researcher-research interaction. Some issues may challenge this balance, such as the similarity between the researcher and the participants, research on sensitive subjects, secondary traumatization, and role conflict.

The Similarity between the Researcher and the Participants

Having similar characteristics with the participants has its own advantages and risks. Some advantages include the ease of recruitment and a better understanding of the cultural

context, while risks include bias or former relationships with the participants (Ross, 2017; Merriam et al, 2001). It is suggested that the researcher should evaluate his/her group membership and attitudes toward the group before connecting possible participants.

Research on Sensitive Subjects

Sensitive subjects include emotionally salient topics, such as illness, loss, or abuse. It is relatively more difficult but important to form an alliance based on trust with the participants. Some researchers reported having a hard time keeping objectivity (Jackson, Backett-Milburn, & Newall, 2013). It is suggested that the researchers may keep a journal about their research, consult a supervisor, and share their emotions outside the research context for overcoming emotional difficulties.

Secondary Traumatization

Sometimes secondary traumatization, post-traumatic stress symptoms such as helplessness, fatigue, or burnout (Knight, 2013; Sherry, 2013), is a risk for the researchers studying sensitive subjects. Dunn (1991) reported the experience of depressive symptoms during data collection and analysis processes. The suggestions include emotional preparation, using already existing stress management mechanisms, keeping a journal, and allocating enough time for research and recreation.

Role Conflict

Sometimes the researchers may also have a practitioner role especially in the areas which aim to help people, such as clinical psychology or health. Having a motivation to help people and collecting objective data by interviewing may result in a conflict for similar professions. Solutions for role conflict include predicting possible role conflicts beforehand and having referral information for people in need.

Suggestions

Possible challenges may stem from the researcher-research interaction, as the researcher is an active part of qualitative research. Focusing on researcher self-care including the use of resources like social support and remembering the aims and ideals for conducting research will provide the researcher with a chance to feel better and continue his/her research. Finding and applying solutions for these challenges may help the researcher gain professional experience. Prediction of possible problems and a preparation period, awareness of the problems as they occur and showing active effort for solutions, awareness of a need for help,

and having help such as supervision may provide the researchers with a better process of qualitative research.

Nicel Araştırma

Covid-19 Sürecinde Depresyon, Stres, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu ve Zorlayıcı Sosyal Medya Kullanımı Arasındaki İlişkilerFatih ÇELİK^{1*}, Ersin DİKER^{2**}¹ Trabzon Üniversitesi Vakfıkebir Meslek Yüksek Okulu Pazarlama ve Reklamcılık Bölümü, Trabzon, Türkiye² Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi Halkla İlişkiler ve Tanıtım Bölümü, Gümüşhane, Türkiye**Makale Bilgisi****Anahtar kelimeler:**koronavirüs,
sosyal medya
GKK,
sorunlu sosyal
medya kullanımı
ZSMK**Öz**

Aralık 2019'da Çin'in Wuhan kentinde ortaya çıkan yeni tip Koronavirüs (Covid-19) hızlı bir şekilde dünyanın birçok yerine yayılmış ve binlerce kişinin yaşamını yitirmesine yol açmıştır. Bu virüsün fiziksel ve biyolojik etkisinin yanı sıra, önemli psikolojik etkileri de ortaya çıkmıştır. Bu etkilerin başında, depresyon, stres ve kaygı gibi bazı psikolojik rahatsızlıklar gelmektedir. Bu süreçte, insanlar özellikle bilgi edinme ve sosyal destek ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla sosyal medya platformlarını daha çok kullanmaya başlamıştır. Bu çalışmanın amacı, Covid-19 sürecinde insanların depresyon ve stres yaşantıları ile zorlayıcı sosyal medya kullanımları (ZSMK) arasındaki ilişkide gelişmeleri kaçırma korkusunun (GKK) aracılık rolünü bir yapısal eşitlik modellemesi (YEM) çalışmasıyla incelemektir. Bunun için Türkiye genelinde ($N = 871$, %60,7 kadın, $Ortaya = 28.70$, $S.S. = 9.99$), 14-20 Haziran 2020 tarihleri arasında kolayda örneklem yöntemi kullanılarak verilerin toplandığı çevrimiçi bir anket gerçekleştirilmiştir. Araştırma bulgularına göre, depresyonun ZSMK ile pozitif yönde doğrudan bir ilişkisi varken, stres ile ZSMK arasında bir ilişki tespit edilememiştir. Öte yandan, depresyon ve stres ile GKK arasında ve GKK ile ZSMK arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca depresyon ve stres ile ZSMK arasındaki ilişkide GKK'nin aracılık rolünün olduğu araştırmada belirlenmiştir. Araştırma bulgularının, Covid-19 ile ilgili kriz yönetimini gerçekleştiren resmî kurumların, sosyal medya üzerinden kamuoyu ile gerçekleştirdiği etkin iletişime katkı sağlaması beklenmektedir.

Abstract**Keywords:**coronavirus,
social media
FoMO,
problematic social
media use,
CSMU

The novel Coronavirus (Covid-19), emerging in Wuhan, China, in December 2019, has rapidly spread to many parts of the world, causing thousands of people to die. In addition to its physical and biological effects, the virus has some psychological effects. Psychological disorders, such as depression, stress, and anxiety are some of these effects. In this process, people have started to use social media platforms to meet their information and social support needs more often. The current study aimed to analyze the mediator role of fear of missing out (FoMO) in the relationship between people's depression and stress level with compulsive social media use (CSMU) in Covid-19 process through a structural equation model (SEM). To this end, an online survey was conducted between 14-20 June 2020 in Turkey ($N = 871$, 60.7 % women, $Mean = 28.70$, $SD = 9.99$) and convenience sampling method used. The findings showed that while depression positively correlates with CSMU, there was no relationship between stress and CSMU. In addition, there was a positive relationship between depression and stress with FoMO, FoMO with CSMU, as well. Moreover, FoMO had a mediation role in the relationship between depression and stress with CSMU. The research's findings are expected to contribute to the effective communication of the official institutions that manage the crisis related to Covid-19 with the public through social media.

* Sorumlu Yazar, Trabzon Üniversitesi, Vakfıkebir MYO, Pazarlama ve Reklamcılık Bölümü, Trabzon, Türkiye.
Adres: Cumhuriyet Mahallesi, Cezaevi Caddesi, Sağlık Sokak, No: 2 Trabzon Üniversitesi/Vakfıkebir MYO- Vakfıkebir/
Trabzon. ORCID ID: 0000-0002-3765-5284

** ORCID ID: 0000-0002-3973-0639

e-posta: fatihcelik2842@gmail.com

DOI: 10.31682/ayna.783472

Gönderim Tarihi (Received): 21.08.2020, Kabul Tarihi (Accepted): 18.12.2020
2148-4376

Giriş

Aralık 2019’da Çin’in Wuhan kentinde bilinmeyen bir solunum hastalığı olarak ortaya çıkan Covid-19, kısa zamanda hem Çin’in geneline hem de diğer ülkelere hızlı bir şekilde yayılmıştır (Bao ve ark., 2020; Qiu ve ark., 2020). ‘Yeni tür Koronavirüs’ olarak adlandırılan bu hastalık, Çin kaynaklı olan, hızla küresel bir pandemi haline gelen ve modern çağda eş görülmemiş sonuçları olan ciddi bir salgına yol açmıştır (Garfin ve ark., 2020). Dünya Sağlık Örgütü (WHO) Covid-19 salgınını 30 Ocak 2020 tarihinde “halk sağlığı için uluslararası öneme sahip acil durum” ve 11 Mart 2020’de ise, ‘pandemi’ olarak ilan etmiştir (WHO, 2020a). Tüm dünyada 11 Şubat 2021 tarihi itibarıyla yaklaşık 108 milyon kişi bu virüse yakalanmış ve ölenlerin sayısı 2 milyon 366 bini geçmiştir (Worldometer, 2021). Covid-19 pandemisi için “II. Dünya Savaşı’ndan bu yana insan yaşamını en derinden etkileyen olay” değerlendirilmesi yapılmaktadır (Casale ve Flett, 2020, s. 89). Bu pandemi ile ilgili güncel bilgiler ve gelişmeler özellikle sosyal medya yoluyla kitlelere ulaşmıştır. Bu süreçte, tüm dünyadaki internet kullanıcı sayısı 128 Milyon artarak 4.57 Milyar olmuştur. Ayrıca yapılan bir araştırmaya göre insanların %76’sının pandemi öncesine göre daha fazla mobil telefon kullandığı tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan ülkelerdeki internet kullanıcılarının %47’si zamanlarının çoğunu sosyal medyada harcadıklarını belirtmişlerdir. Ayrıca bu kullanıcıların da yaklaşık olarak yarısı sosyal medyayı pandemi öncesine kıyasla daha fazla kullandıklarını ifade etmişlerdir (Kemp, 2020). Özellikle kriz dönemlerinde sosyal medyanın önemli bir iletişim aracı olduğu ve kullanımının arttığı Covid-19 pandemisinden önce yapılan araştırmalarda da ortaya çıkmıştır (Everts, 2013; Househ, 2015).

Covid-19 sürecinde, daha önce benzeri görülmemiş katı karantina önlemlerinin yanı sıra, bazı şehirlerde başlayan sokağa çıkma yasağı ve çok sayıda kişinin sosyal izolasyon başlatarak zorunlu olmadıkça evlerinden dışarı çıkmamaları, insanların yaşamını birçok yönden etkilemiştir. Tüm bu gelişmeler, depresyon, stres ve kaygı gibi çeşitli psikolojik sorunların ortaya çıkmasına neden olmuştur (Gao ve ark., 2020; Qiu ve diğerleri, 2020; Xiao ve ark., 2020).

Depresif duygu durumunun alanyazında net bir tanımı olmamakla birlikte, genel olarak mutsuzluk, çaresizlik, umutsuzluk ve karamsarlığın hissedilmesi olarak açıklanmaktadır (Aslan, Sarı ve Kuruoğlu, 2012, s. 57). Psikoloji sözlüğüne göre depresyon “üzüntünün yanı sıra kaygı, yorgunluk ve umutsuzluk durumların belirginlik kazandığı sayrılı durumdur” (Gürün, 2000, s. 30). Benzer şekilde stres “kişiye özgü ve biricik olan bireysel bütünlüğü zorlayıcı ve bozucu etkenlerdir. İnsan stres karşısında psikolojik ve sosyal bütünlüğünü korumak amacındadır” (Baltaş ve Baltaş, 2008, s. 31). Depresyon ve strese neden

olan birçok faktör bulunmakla birlikte, salgın hastalıklar veya doğal felaketler gibi insan sağlığını tehdit edebilen olaylar sırasında bu faktörler daha da artmaktadır. Özellikle Covid-19 gibi salgın süreçlerinde insanların günlük yaşamlarındaki alışılmış davranışlarını terk etmeleri, sosyal, ekonomik ve psikolojik anlamda önemli değişikliklerin meydana gelmesi, gelir ve iş kayıpları gibi bazı önemli şeylerin yitirilmesi depresyon ve stres seviyelerinde artışa neden olmuştur (Garfin ve ark., 2018).

Covid-19 salgını ile depresyon, stres veya kaygı belirtileri arasındaki ilişkiyi açıklayan bazı araştırmalar yapılmıştır (Gao ve ark., 2020; Wang ve ark., 2020). Salgın dönemlerinde insanların depresyon, stres veya endişe belirtilerinin salgının yoğunluğu ile güçlü bir şekilde ilişkili olduğu ve insanların günlük yeni vaka sayısını yakından izledikleri ileri sürülmektedir (Leung ve ark., 2005). Bunun yanı sıra giderek artan hasta sayısı ve şüpheli vakalar, etkilenen ülke sayısının artması insanlarda bu hastalığa yakalanma endişesini doğurmuştur. Salgının öngörülemez geleceği, artan sosyal medya kullanımıyla bu platformlardaki yanlış haber ve bilgiler, insanların sağlık mesajlarını yanlış anlamasından kaynaklanan bazı 'şehir efsaneleri', günden güne endişenin artmasına neden olmuştur (Bao ve ark., 2020; Roy ve ark., 2020). Öte yandan, özellikle gelişmiş medya sistemi olan toplumlarda kriz durumlarında bireylerin, bilgilendirme işlevinden dolayı medyaya yönelik bağımlılıkları artmaktadır (Ball-Rokeach ve DeFleur, 1976). Bu dönemlerde medya ve özellikle de sosyal medyanın endişeyi tetikleme anlamında önemli bir rol oynadığı görülmektedir (Garfin ve ark., 2020). Salgın veya kriz dönemlerinde medya tüketim davranışı ile anksiyete, stres ve depresyon arasında pozitif bir ilişki olduğu araştırmalarda ortaya çıkmıştır (Chao ve ark., 2020; Gao ve ark., 2020; WHO, 2020b).

Zorlayıcı sosyal medya kullanımı (ZSMK), bireyin sosyal medya uygulamalarında yorum/beğenme almama (yani çevrimiçi ihmal edilme) veya olumsuz tepkiler alma korkusuyla sosyal medya kullanımında kendini kontrol edememesini ifade etmektedir. Öte yandan ZSMK, bireyin diğerleriyle çevrimiçi iletişim kurma gereksinimlerini karşılamak için kendilerinde hissettikleri baskı veya bağımlılık durumu olarak açıklanmaktadır (Fabris ve ark., 2020). ZSMK, sorunlu sosyal medya kullanımı (SSMK), sosyal medya bağımlılığı gibi kavramlar alanyazında zaman zaman birbirlerinin yerine de kullanılmaktadır (Okazaki ve ark., 2019). Alanyazında sosyal medya kullanımı ile depresyon ve stres yaşantıları arasındaki ilişkiyi açıklayan birçok araştırma bulunmaktadır (Brailovskaia ve ark., 2020; Franco ve Carrier, 2020). Bu psikolojik durumların zamanla ZSMK/SSMK'ya neden olduğu bazı araştırmalarda ileri sürülürken (Brand ve ark., 2016), ZSMK/SSMK'nin stres, kaygı ve depresyon gibi bazı psikolojik sorunlara neden olabileceğini öne süren araştırmalar da mevcuttur (Diker ve Taşdelen, 2017; Sha ve ark., 2019; Yam ve ark., 2019). Hou ve diğerleri (2019) depresyon ve

kaygı ile ZSMK/SSMK arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu, fakat stresin doğrudan ilişkili olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Ayrıca depresyon ve kaygının, stres ile ZSMK/SSMK arasındaki ilişkiye aracılık ettiği de aynı çalışmada tespit edilmiştir. Bir başka çalışmada ise, sosyal kaygı ZSMK'yı pozitif yönde yordarken, benzer şekilde ZSMK'nın da stres ile pozitif yönde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır (Apaolaza ve ark., 2019). Özetle, sosyal medya kullanım davranışı, stres, yalnızlık, depresyon veya kaygıyı hafifletmek için özel bir mekanizma olarak kullanılırsa ZSMK/SSMK belirtilerinin gösterilmesine neden olabilir. Zorlayıcı medya kullanımı aşırı hale geldiğinde, yaşam sorunlarına ve medya tüketiminin durdurulamamasına neden olmaktadır (LaRose ve ark., 2003).

Gelişmeleri kaçırma korkusu (GKK), sosyal medya katılımını açıklama konusunda kilit bir rol oynamaktadır. Oxford sözlüğüne (2017) göre GKK, “genellikle sosyal medyada paylaşılan içerikler tarafından kişiyi tetikleyen ve mevcut zamanda başka bir yerde heyecan verici veya ilginç bir şeylerin olduğuna yönelik insanların endişe hissetmeleri” olarak açıklanmaktadır. GKK, psikolojik ihtiyaçlardaki eksik yanları sosyal medyaya katılım ile giderilebilecek bir aracı olarak görev yapmaktadır (Przybylski ve ark., 2013). SSMK/ZSMK değişkenlerini içeren sosyal medya bağımlılığı ile ilgili çalışmalarda GKK'nin incelenmesi gereken yeni bir değişken olduğu ileri sürülmektedir (Blackwell ve ark., 2017). Bu doğrultuda insanlar, çevrimiçi ortamda gerçekleşmekte olan bir şeyi kaçırmanın veya artık çevrimiçi topluluğun bir parçası olmamanın korkusuyla ve bu durumun olumsuz duyguları önleyebileceği beklentisiyle sosyal medyaya bağımlı hale gelmekte ve kendilerini kullanım için zorunlu hissetmektedirler (Wegmann ve ark., 2017). Benzer şekilde, Covid-19 gibi kriz veya pandemi durumlarında bireylerin GKK seviyelerinde bir yükselme olduğu ileri sürülmektedir (Casale ve Flett, 2020). Pandemi sürecinde sosyal izolasyonda olan bireyler için GKK, izolasyon ve bundan kaynaklanarak artan stres ve depresyonu azaltmak için ZSMK davranışını tetiklemektedir (Fabris ve ark., 2020). Sosyal medya kullanıcıları bazı olumsuz duygular yaşamalarına rağmen GKK'den dolayı daha sık bir şekilde sosyal medyaya giriş yapma konusunda kendilerini baskı altında hissetmekte, başka bir ifadeyle zorunluluk duymaktadırlar (Fox ve Moreland, 2015).

Depresyon, stres, GKK ve ZSMK arasındaki ilişkileri ayrı olarak inceleyen birçok çalışma vardır. Fakat bu değişkenleri aynı model üzerinde inceleyen çok az sayıda araştırma yapılmıştır. Son zamanlarda Covid-19'un psikolojik etkileri üzerine birçok çalışma yapılmış olsa da (Qiu ve ark., 2020; Wang ve ark., 2020; Xiao ve ark., 2020; Zhang ve Ma, 2020), alanyazında depresyon, stres, GKK ve ZSMK arasındaki ilişkileri inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Salgın gibi krizler sırasında araştırmacılar; psikolojik sorunlar ile sosyal medya kullanımı arasındaki ilişkinin incelenmesinin önemli olabileceğini ve bu tür

araştırmalara ihtiyaç olduğunu ileri sürmektedirler (Garfin ve ark., 2020; Zhang ve Ma, 2020). GKK'nin depresyon ve stres ile ZSMK arasındaki ilişkide aracı değişken rolü daha önce Avrupa ve Kuzey Amerika gibi ülkelerde test edilmiştir (Dempsey ve ark., 2019; Müller ve ark., 2020). Ayrıca pandemi veya salgın gibi kriz dönemlerinde, bireylerin depresyon, stres ve endişe gibi bazı psikolojik durumları ile kitle iletişim araçlarını kullanım tercihleri arasındaki ilişkilerin YEM gibi tekniklerle incelenerek görgül olarak test edilmesi alanyazında önerilmektedir (Leung ve ark., 2005).

Tüm bu alanyazın bilgileri ışığında, bireylerdeki depresyon, stres ve GKK durumlarının, bireylerin sosyal medyada daha fazla zaman geçirmelerine yol açarak, ZSMK/SSMK gibi bağımlılık davranışlarına zemin hazırlayabileceği düşünülmüş ve bu doğrultuda depresyon, stres, GKK ve ZSMK arasındaki ilişkilerin Covid-19 sürecinde elde edilen veriler ışığında sınanması bu araştırmada hedeflenmiştir. Bu çalışmanın amacı, Covid-19 sürecinde bireylerin depresyon ve stres durumları ile ZSMK arasındaki ilişkide GKK'nin dolaylı etkisini görgül olarak incelemektir. Bu amaç doğrultusunda araştırmada dört konu ele alınmıştır: (1) depresyon ve stres ile ZSMK arasındaki ilişki, (2) depresyon ve stres ile GKK arasındaki ilişki, (3) GKK ile ZSMK arasındaki ilişki ve (4) depresyon ve stres ile ZSMK arasındaki ilişkide GKK'nin dolaylı etkisi. Çalışma, bu konuları bir YEM araştırmasıyla inceleyerek mevcut alanyazını genişletmenin yanı sıra, söz konusu değişkenler arasındaki ilişkiyi salgın gibi bir kriz döneminde analiz ederek farklı bir bakış açısı ortaya koymayı hedeflemektedir.

Araştırmanın Hipotezleri ve Modeli

Bulaşıcı hastalık salgınları gibi kriz durumlarında sosyal medya çok önemli bir rol oynamaktadır. Bu süreçte sosyal medya, insanların hastalıkla ilgili bilgileri öğrenebileceği ve gerçek zamanlı olarak aile ve arkadaşlarıyla bu bilgileri paylaşabileceği aracısız bilgi kanalları olarak işlev görmektedir (Oh ve ark., 2020). Mevcut Covid-19 pandemisi, yüz yüze olan sosyal temasları büyük ölçüde azaltmıştır. Bu gibi stresli durumlarda bireylerin sosyal destek alma ihtiyacında bir artış gözlenmektedir. Salgının yayılmasıyla birlikte insanlar evden dışarıya çıkamadığı için interneti ve sosyal medyayı, psikolojik stres ve depresyonla başa çıkmak adına daha fazla kullanmaktadırlar (Bao ve ark., 2020). Sosyal ağlardaki çevrimiçi sosyal gruplar aracılığıyla insanların bu dönemde yaşadıkları depresyon ve stresin seviyesinde bir azalma olabileceği düşünülmektedir (Xiao ve ark., 2020). Fakat Covid-19 sürecinin belirsizlik hali insanlarda strese neden olmakta ve bireylerin sosyal olarak bazı değerlendirmeler yapmak için diğerleriyle bağlantıda olma ihtiyaçları öne çıkmaktadır. Sosyal izolasyonda olan kişiler, diğerlerinden ayrı kalma endişeleri ile mücadele etmek için insanlarla bağlantıda kalmanın yollarını aramaktadırlar (Casale ve Flett, 2020). Bu insanlar, özellikle diğerleriyle bağlantıda

kalma ve virüs ile ilgili son gelişmeleri kaçırma endişesi yaşadıklarından depresyon ve stres seviyelerinin de artmasıyla zorunlu olarak sosyal medya platformlarına giriş yapmaktadırlar. Bu durumdan hareketle;

H₁: Covid-19 sürecinde bireylerin depresyon durumları ile ZSMK arasında pozitif yönde bir ilişki vardır.

H₂: Covid-19 sürecinde bireylerin stres durumları ile ZSMK arasında pozitif yönde bir ilişki vardır.

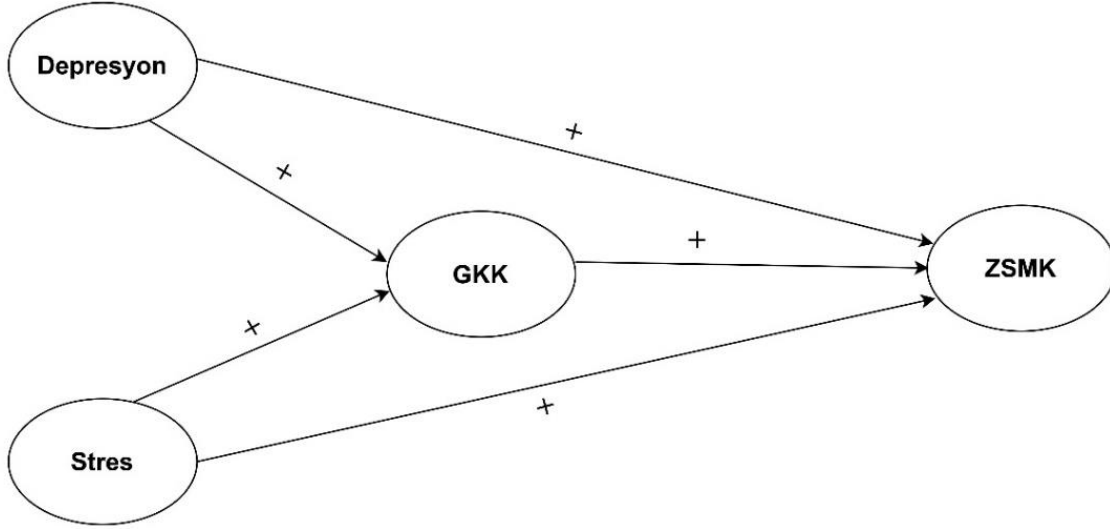
İnsanların, depresyon, stres ve kaygı gibi yaşantıları daha sık sosyal medya kullanmalarına neden olmaktadır. Bu durumun kullanıcılar için sosyal karşılaştırma imkanlarını artırdığı ve dolayısıyla zorunluluk veya bağımlılık gibi bazı sorunlu belirtilerin ortaya çıkmasına neden olabileceği ileri sürülmektedir (Müller ve ark., 2020). Yalnızlık, depresyon, kaygı ve stres gibi belirli psikolojik durumlar doğrultusunda insanların sosyal ihtiyaçlarını karşılamak için çevrimiçi iletişim hizmetlerini kullanmayı tercih etmesi daha yüksek bir GKK'ya yol açabilmektedir (Wegmann ve ark., 2017). Depresyon ve stres gibi duygusal belirtilerle GKK arasında bir ilişki olduğu alanyazındaki araştırmalarda ortaya konulmuştur (Dempsey ve ark., 2019; Fabris ve ark., 2020; Müller ve ark., 2020). Covid-19 sürecinde bireylerin pandemi ile ilgili yaşadıkları depresyon ve stres düzeyleri ile GKK seviyeleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olabileceğini söylemek mümkündür. Bu bağlamda;

H₃: Covid-19 sürecinde bireylerin depresyon seviyeleri ile GKK düzeyleri arasında pozitif yönde bir ilişki vardır.

H₄: Covid-19 sürecinde bireylerin stres seviyeleri ile GKK düzeyleri arasında pozitif yönde bir ilişki vardır.

Covid-19 sürecinde bireylerde ortaya çıkan yoğun seviyedeki GKK, yüksek seviyede pişmanlık, çevrimiçi sosyal etkileşim kurma arzusu, sosyal izolasyon korkusu ve GKK kaygısını azaltma isteği gibi psikolojik durumlar, sosyal medyanın aşırı ve zorlayıcı kullanılmasına neden olabilmektedir (Müller ve ark., 2020; Wegmann ve Brand, 2019). Bu süreçte, bireyler zamanlarının çoğunu evde geçirmişlerdir. Bu yüzden, sosyal izolasyondan kaynaklanan eksikliklerini bir nebze olsun azaltabilmek adına kişilerin sosyal medyayı daha çok kullandıkları ve bunun da zamanla ZSMK rahatsızlığına yol açtığı söylenebilir. Bu noktadan hareketle;

H₅: Covid-19 sürecinde bireylerin GKK düzeyleri ve ZSMK arasında pozitif yönde bir ilişki vardır.



Şekil 1. Araştırma Modeli

GKK son zamanlarda özellikle ZSMK/SSMK ile arasındaki önemli ilişkiden dolayı araştırmacılar tarafından ilgi görmektedir (Casale ve Flett, 2020; Przybylski ve ark., 2013). GKK, zorunlu sosyal medya kullanımı gibi davranışların ortaya çıkmasına zemin hazırlamakta ve bunun sürdürülmesine aracılık etmektedir (Brand ve ark., 2019). Yapılan çalışmalarda GKK'nin çevrimiçi uygulamalar, özellikle de sosyal medya için önemli bir aracı değişken olduğu ortaya çıkmıştır (Elhai ve ark., 2018; Rozgonjuk ve ark., 2020). Bazı çalışmalar, depresyon, stres ve kaygı gibi duygusal belirtilerin ZSMK'yı yordamasına GKK'nin aracılık ettiğini ileri sürmektedir (Dempsey ve ark., 2019; Elhai ve ark., 2020; Müller ve ark., 2020; Oberst ve ark., 2017). Özellikle Covid-19 sürecinde, depresyon ve stres yaşayan bireyler, diğerleriyle bağlantıda kalma isteği ve GKK yaşamalarından dolayı zorunlu olarak sosyal medya platformlarına giriş yapmaktadırlar. Sonuç olarak GKK, ZSMK'nın güçlü bir göstergesi olarak kabul edilmektedir (Tateno ve ark., 2019). Bu bağlamda, Covid-19 sürecinde depresyon ve stres ile ZSMK arasındaki ilişkide GKK'nın dolaylı etkisinin incelenmesi yerinde olacaktır:

H₆: Covid-19 sürecinde bireylerin, depresyon yaşantıları ve ZSMK düzeyleri arasındaki pozitif yönlü ilişkide GKK'nın dolaylı etkisi vardır.

H₇: Covid-19 sürecinde bireylerin, stres yaşantıları ve ZSMK düzeyleri arasındaki pozitif yönlü ilişkide GKK'nın dolaylı etkisi vardır.

Yöntem

Örneklem

Araştırmada veriler, Türkiye’de yaşayan, 18 yaş üstü ve sosyal medya kullanıcısı olan toplam 871 kişiden kolayda/uygun örneklem yoluyla çevrimiçi anket kullanılarak toplanmıştır. Kolayda örnekleme yöntemi, araştırmanın evreninde olan kişilere kolay bir şekilde ulaşılarak verileri toplanmasını ifade etmektedir (Büyüköztürk ve ark., 2018). Araştırmada YEM uygulanacağı için örneklem sayısını belirlenirken ölçeklerde yer alan toplam ifadelerin en az 10 katı kadar olması şartı gözetilmiştir (Hair ve ark., 2014). Araştırmaya katılanların %60.7’si kadın, %72.7’si bekâr ve %56.1’i lisans eğitim seviyesindedir (bkz. Tablo 1). Ayrıca katılımcıların ortalama yaşı 28.70 ($S = 9.99$; 18-76 yaş aralığı) olarak tespit edilmiştir.

Tablo 1.

Örneklem Bilgileri

Katılımcıların Genel Görünümü (N = 871)			
		Frekans	Yüzdeler
Cinsiyet	Kadın	529	60.7
	Erkek	342	39.3
Medeni Durum	Bekar	633	72.7
	Evli	238	27.3
Eğitim Durumu	İlkokul/Ortaokul	2	0.2
	Lise	31	3.6
	Ön Lisans	159	18.3
	Lisans	489	56.1
	Lisansüstü	190	21.8

Veri Toplama

Araştırmada veri toplamak için Trabzon Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu tarafından 10.06.2020 tarihli 81614018-000-E.184 sayılı karar ile gerekli izin alınmıştır. Araştırma için veriler 14-20 Haziran 2020 tarihleri arasında sosyal medya platformları (WhatsApp, Twitter vb.) üzerinden “Google Formlar” kullanılarak oluşturulan çevrimiçi anketin bağlantısı (link) paylaşılarak toplanmıştır. Çevrimiçi anket tekniğinin;

uygulanmasının kolay olması, katılımcı için daha rahat bir ortamda soruları cevaplayabilmesi, doğrudan e-gruplar sayesinde anında birçok kişiye ulaşması, zamandan tasarruf sağlaması ve nispeten daha ucuz olması gibi önemli avantajları vardır (Altunışık, 2008; Altunışık ve ark., 2012). Ayrıca, çalışmaya katılım gönüllü ve gizli tutulmuştur.

Veri Toplama Araçları

Veri toplama aracı iki bölümden oluşmaktadır. İlk bölümde, katılımcıların cinsiyet, yaş, medeni durum ve eğitim durumu gibi demografik özellikleri belirlenmeye çalışılmıştır. Veri toplama aracının ikinci bölümünde ise, araştırma modelinde yer alan depresyon, stres, GKK ve ZSMK değişkenlerine ait ifadeler yer almaktadır. Bu bölümde kullanılan ölçekler için e-posta yoluyla gerekli izinler alınmıştır.

Zorlayıcı Sosyal Medya Kullanım Ölçeği. Bu çalışmada katılımcıların ZSMK davranışlarını/düzeylerini belirlemek için Okazaki ve diğerleri (2019) tarafından geliştirilen ZSMK ölçeği kullanılmıştır. Söz konusu ölçeğin tercih edilmesinin nedeni, alanyazındaki en güncel ölçek olmasıdır. ZSMK ölçeği orijinalinde toplamda dokuz maddeden meydana gelirken, pilot çalışma sonucunda bir madde sorunlu olması nedeniyle temel araştırma öncesi ölçekten çıkartılmış ve nihai olarak toplam sekiz madde ile veriler toplanmıştır ($Ort. = 2.31$, $S = 1.08$, Cronbach'ın alfa katsayısı = .82). Ölçekte "hiçbir zaman" (1) ile "her zaman" (5) cevap seçeneklerinin yer aldığı 5'li Likert tipi ölçek kullanılmıştır.

ZSMK ölçeğine ait ifadelerin İngilizce'den Türkçe'ye çevirisi İngilizce alan uzmanı iki farklı akademisyen tarafından yapılmıştır. Bu çeviriler dil uzmanı olan bir akademisyen tarafından tekrar orijinal dili olan İngilizce'ye çevrilmiş ve orijinal ölçeklerde yer alan ifadeler ile karşılaştırılmıştır. Bir sonraki aşamada ise, alan ve dil uzmanı bir başka akademisyen tarafından yapılan karşılaştırmalar doğrultusunda gerekli düzeltmeler yapılarak ifadeler, iletişim uzmanı olan iki farklı akademisyen tarafından anlamsal bağlamda kontrol edilerek son haline getirilmiştir. Yabancı dilden çevrilen ifadelerin Türk kültürüne uyarlamak adına, ZSMK ölçeğinin uygulanabilirliğini incelemek için çevrimiçi anket yoluyla 98 kişinin katıldığı (%71.4 kadın ve %21.6 erkek) bir pilot uygulama yapılmıştır. Madde toplam korelasyon analizinde ZSMK ölçeğinde yer alan bir maddenin (Sosyal medyada daha az zaman geçirmem gerektiğini düşünürüm) diğer tüm ölçek maddeleri ile ilişkisi .24 olduğu için ölçekten çıkartılmıştır (Field, 2009). Cronbach alfa değeri pilot çalışmada .62 bulunmuş ve bu oran Özdamar (2017) tarafından tavsiye edilen güvenilirlik katsayısı için yeterli olduğu ortaya çıkmıştır. Son olarak, ölçeğin nihai halinin test-tekrar test güvenilirliğine sahip olup olmadığını değerlendirmek için 55 sosyal medya kullanıcılarından (%61 erkek ve %39 kadın) oluşan bir gruba yaklaşık iki hafta

arayla ölçek uygulanmıştır. Ölçeğin uygulandığı iki farklı zaman arasında istatistiksel olarak yüksek düzeyde pozitif korelasyon bulunmuştur (Salkind, 2010). Bu nedenle, ZSMK ölçeğinin test-tekrar test güvenilirliğine sahip olduğu söylenebilir.

Depresyon Stres Anksiyete Ölçeği (DASS 21). Araştırmada katılımcıların Covid-19 sürecinde depresyon ve stres düzeylerini belirlemek için Yılmaz ve diğerleri (2017) tarafından Türk kültürüne uyarlanan Depresyon Stres Anksiyete Ölçeği (DASS 21) kullanılmıştır. DASS 21 ölçeği, ilk olarak Lovibond ve Lovibond (1995) tarafından 42 madde olarak geliştirilmiş fakat daha sonra Brown ve diğerleri (1997) tarafından 21 maddeye düşürülmüştür. DASS 21 depresyon, stres ve anksiyete olarak toplam üç alt boyuttan meydana gelmesine rağmen araştırmada, yedi ifadeden oluşan depresyon ($Ort. = 2.31, S = 1.13$, Cronbach'ın alfa katsayısı = .88) ve toplam yedi ifadenin yer aldığı stres ($Ort. = 2.61, S = 1.11$, Cronbach'ın alfa katsayısı = .84) alt boyutları tercih edilmiştir. Ölçekte “hiçbir zaman” (1) ile “her zaman (5) cevap seçeneklerinin yer aldığı 5’li Likert tipi ölçek kullanılmıştır.

Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği. Son olarak katılımcıların GKK seviyesini belirlemek için Przybylski ve diğerleri (2013) tarafından geliştirilen; Gökler ve diğerleri (2016) tarafından Türkçe’ye uyarlanan ölçek kullanılmıştır. 10 maddeden meydana gelen bu ölçek, alanyazındaki ilk ve en yaygın kullanılan GKK ölçeğidir (Elhai ve ark., 2020; Fabris ve ark., 2020). Fakat ölçekte yer alan altı maddenin mevcut çalışmadaki örneklem üzerinde bazı sorunlarının olduğu analizler sırasında tespit edilmiştir. Araştırmanın olağanüstü bir dönemde (Covid-19 salgını) gerçekleştirilmesinden dolayı özellikle sosyalleşmeyi çağırdığı için söz konusu maddelerin çalışmadığı tahmin edilmektedir. Araştırmada nihai olarak dört madde ile analizler gerçekleştirilmiştir ($Ort. = 2.00, S = 0.98$, Cronbach'ın alfa katsayısı = .81). Ölçekte “kesinlikle katılmıyorum” (1) ile “kesinlikle katılıyorum” (5) cevap seçeneklerinin yer aldığı 5’li Likert tipi ölçek kullanılmıştır.

Analiz ve Bulgular

Ölçüm Modelinin Değerlendirilmesi

Çevrimiçi olarak 871 kişi üzerinde toplanan veriler doğrultusunda araştırmanın ölçüm modeli test edilmiştir. Ölçüm modelinin geçerliliğini test etmek için dört değişken ve toplam 32 maddeden oluşan ölçekler, Mplus 7 paket programı kullanılarak doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yoluyla analiz edilmiştir. Yapılan DFA sonucunda, tüm maddelerin anlamlı olmasına rağmen ($p < .05; t > 1.96$), GKK değişkenine ait altı maddenin (GKK5, GKK6, GKK7, GKK8, GKK9 ve GKK10) faktör yüklerinin alanyazında kabul gören .30 eşik değerinin altında olması nedeniyle analizden çıkartılmıştır (Brown, 2015). Modelden madde çıkartma işleminden sonra

analiz yeniden gerçekleştirilmiştir. İfadelere ait standardize edilmiş en düşük faktör yükü değeri .38 iken, en yüksek faktör yükü değeri .94 olarak ortaya çıkmıştır. DFA neticesinde ortaya çıkan uyum iyiliği kriterleri ilk aşamada istenilen düzeyde olmadığından [χ^2 (293, $N = 871$) = 1235.516, $p < .001$, $\chi^2/df = 4.22$, RMSEA = .06, SRMR = .05, CFI = .90] GKK3-GKK4, Depresyon1-Depresyon2 ve Stres1-Stres3 maddelerinin hata terimleri arasına kovaryans eklenerek düzeltme işlemi yapılmıştır. Yapılan düzeltme işleminin sonucuna göre, DFA uyum iyiliği indeks değerlerinin Hu ve Bentler (1999)'in önerdiği, kabul edilebilir [χ^2 (290, $N = 871$) = 916.157, $p < .001$; $\chi^2/df = 3.16$, RMSEA = .05, SRMR = .05, CFI = .94] uyum iyiliği değerlerine sahip olduğu görülmektedir. DFA sonuçları Tablo 2'de yer almaktadır.

Tablo 2.

Doğrulamalı Faktör Analizi Sonuçları

Değişkenler & İfadeler	β^a	S.H.	<i>t</i>	R^2
ZSMK (Ort. = 2.31, $S = 1.08$, $\alpha = .82$)				
Sosyal medyada daha az zaman geçirmeye yönelik başarısız girişimlerim vardır.	.73	.02	35.60*	.53
Bir an önce meşgul olduğum işi bitirip sosyal medyada zaman geçirmek için sabırsızlanırım.	.64	.02	27.00*	.42
Sosyal medyada olmak için günlük sorumluluklarımı (iş, okul, aile hayatı vb.) ihmal ettiğim olur.	.64	.02	26.76*	.41
Sosyal medya nedeniyle uyku problemi yaşarım (planlanandan geç uyuma, uykunun kaçması, uyku kesintisi vb.).	.61	.03	24.86*	.38
Sosyal medya kullanmayı bırakmak benim için kolaydır. !	.57	.03	21.70*	.33
Sosyal medya kullanmadığım zamanlarda kendimi üzgün veya tedirgin hissederim.	.57	.03	21.58*	.33
Sosyal medyada zaman geçirmek istemezken, kendimi kullanmaya devam ederken bulurum.	.56	.03	21.15*	.32
Çevremdekiler (aile, arkadaş vb.) sosyal medyada daha az zaman geçirmem gerektiği söyler.	.53	.03	18.83*	.28
GKK (Ort. = 2.00, $S = 0.98$, $\alpha = .81$)				

Tablo 2. (devam)

Değişkenler & İfadeler	β^a	S.H.	t	R ²
Arkadaşlarımın benimkilerden daha doyurucu deneyimler yaşamasından korkarım.	.94	.01	69.13*	.88
Başkalarının benimkilerden daha doyurucu deneyimler yaşamasından korkarım.	.83	.02	54.29*	.69
Arkadaşlarımın ben yokken eğlendiklerini öğrendiğimde endişelenirim.	.63	.02	28.05*	.40
Arkadaşlarımın neler yaptığımı bilmediğimde kaygı hissederim.	.38	.03	12.09*	.15
Depresyon (Ort. = 2.31, S = 1.13, α = .88)				
Kendimi perişan ve hüzünlü hissettim.	.80	.02	52.95*	.63
Hiçbir şey ben de heyecan uyandırmıyordu.	.78	.02	49.22*	.61
Birey olarak değersiz olduğumu hissettim.	.75	.02	43.98*	.57
Hiçbir beklentimin olmadığı hissine kapıldım.	.70	.02	36.05*	.50
Hiç olumlu duygu yaşayamadığımı fark ettim.	.68	.02	33.15*	.46
Hayatın değersiz olduğunu hissettim.	.67	.02	32.45*	.45
Bir iş yapmak için gerekli olan ilk adımı atmada zorlandım.	.63	.02	27.65*	.39
Stres (Ort. = 2.61, S = 1.11, α = .84)				
Gevşeyip rahatlamakta zorluk çektim.	.83	.01	58.46*	.69
Kendimi gevşetip salıvermek zor geldi.	.74	.02	39.69*	.54
Sinirsel enerjimi çok fazla kullandığımı hissettim.	.74	.02	39.49*	.54
Alıngan olduğumu hissettim.	.63	.02	26.87*	.39
Olaylara aşırı tepki vermeye meyilliyim.	.62	.02	25.89*	.38
Kışkırtılmakta olduğumu hissettim.	.53	.03	20.04*	.29
Beni yaptığım işten alıkoyan şeylere dayanamıyordum.	.46	.03	15.95*	.21

Not 1. ^a standardize edilmiş değerler

Not 2. ! Ters çevrilmiş ifade

Not 3. * $p < .001$.

Araştırmada ayrıca ölçeklerin birleşim/yakınsak geçerlilik özellikleri de incelenmiştir. Birleşim geçerliliği için faktör yüklerinin anlamlılığı, birleşik güvenilirliği [composite reliability (CR)] ve ortalama açıklanan varyans [average variance extracted (AVE)] katsayıları kontrol edilmektedir. Tablo 2'ye göre, tüm faktör yüklerinin anlamlı olduğu ve Tablo 3'e göre de CR değerinin .70'in üzerinde olduğu görülmektedir. AVE değeri için her ne kadar .50'nin üzerinde olması beklense de CR değerinin .70'nin üzerinde olması yine de yapıların kendi aralarında ayrışım geçerliliğine sahip olduğunu göstermektedir (Fornell ve Larcker, 1981; Huang ve ark.,

2013). Ayrıca, AVE katı bir hesaplama yöntemidir. Araştırmacılar, tek başına CR'ye dayanarak söz konusu yapıların ayrışım geçerliliğine sahip olduğunu ileri sürmektedirler (Malhotra ve Dash, 2016). Tablo 3'e göre, araştırmada faktörlerin CR değerleri .83 ila .88 ve AVE değerleri ise, .37 ila .53 arasında değişmektedir. Bu durumda, ölçüm modelinde yer alan değişkenlerin ayrışım geçerliliğine sahip olduğunu söylemek mümkündür.

Tablo 3.

Birleşim ve Ayrışım Geçerliliği

Değişkenler	AVE	CR	DEP	STR	GKK	ZSMK
DEP	.52	.88				
STR	.44	.84	.78			
GKK	.53	.80	.43	.44		
ZSMK	.37	.83	.53	.49	.51	

Not. AVE= Ortalama açıklanan varyans, CR = Birleşik güvenilirlik, DEP=Depresyon, STR=Stres, GKK = Gelişmeleri kaçırma korkusu, ZSMK = Zorlayıcı sosyal medya kullanımı.

Ölçüm modelinde yer alan faktörlerin ıraksak/ayrışım geçerliliğine sahip olup olmadığını test etmek için Heterotrait-Monotrait (HTMT) korelasyon oranı kullanılmıştır. Son yıllarda yapılan çalışmalarda, HTMT yöntemi ayrışım geçerliliği testlerinde popüler hale gelmiştir (Henseler ve ark., 2015; Voorhees ve ark., 2016). HTMT testi, yapılar arasındaki ortalama korelasyonların, aynı yapıdaki ifadeler içindeki ortalama korelasyonların geometrik ortalamasının hesaplanmasıyla belirlenmekte (Voorhees ve ark., 2016) ve bu oran için alanyazında .85 veya .90 eşik değer olarak önerilmektedir (Henseler ve ark., 2015). Eğer yapılar arasındaki değerler bu önerilen oranı geçerse ölçüm modeli için ayrışım geçerliliği probleminde bahsetmek mümkündür. Tablo 3'e göre, araştırmada yapılar arasındaki HTMT oranları .43 ila .78 arasında değiştiği ortaya çıkmıştır. Bu doğrultuda, araştırmada yer alan yapıların ayrışım geçerliliğine sahip olduğu söylenebilir. Bu bulgularla birlikte değerlendirildiğinde, araştırmanın ölçüm modeli doğrulanmış ve ölçeklerin yapı geçerliliğine sahip olduğu ortaya çıkmıştır.

Ortak Yöntem Yanlılığı

Bu çalışmada ortak yöntem yanlılığı [common method bias (CMB)] olup olmadığını belirlemek amacıyla araştırmada yer alan bütün maddeler için Harman'ın (1976) tek faktörlü

testi yapılmıştır (Podsakoff ve Organ, 1986). Bu işlem için tüm maddelerin yer aldığı bir keşfedici faktör analizi yapılmıştır. Bu test sonucunda CMB sorunun ortaya çıkması için tek faktörlü bir yapının ortaya çıkması ya da toplam varyansa en büyük katkıyı yapan faktörün oranının %50'nin üzerinde olması beklenmektedir (Podsakoff ve diğerleri, 2003). Araştırmada öz değeri 1'den büyük olan toplam beş faktör ortaya çıkmıştır ve toplam varyansa en büyük katkıyı yapan faktörün oranı %32.39 olarak bulunmuştur. Bunun yanı sıra, bir başka CMB değerlendirmesi olan ve aynı zamanda değişkenler arasında çoklu bağlantı (multi-collinearity) sorunu olup olmadığını incelemek için kullanılan varyans artış faktörü [Variance Inflation Factor (VIF)] değerine bakılmıştır. Bu değer için alanyazında farklı eşik değerleri önerilse de genel kabul olarak 5.00 eşik değeri kabul edilmekte (Hair ve ark., 2014) ve bu değer üzerinde çıkan sonuçlar için değişken veya değişkenlerin çoklu bağlantı sorununa sahip olduğu ileri sürülmektedir. Araştırmada değişkenlerin VIF değeri 1.22 ile 3.91 arasında değişmektedir. Bu durum, değişkenler arasında çoklu bağlantı sorunu olmadığına işaret etmektedir. Sonuç olarak, hem Harman (1976)'nın tek faktörlü testine hem de VIF değerlerine bakarak araştırma modelinde yer alan değişkenlerin CMB sorununun olmadığı söylenebilir.

Yapısal Modelin Değerlendirilmesi ve Hipotez Testleri

Ölçüm modelinin doğrulanmasından sonra depresyon ve stres ile ZSMK arasındaki ilişkide GKK'nin dolaylı etkisinin olup olmadığını analiz etmek için örtük değişkenli yapısal model üzerinden araştırma hipotezleri test edilmiştir. Aracılık analizlerinde toplam veya doğrudan etkinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı koşullarda dahi aracılıktan söz edebilmek için dolaylı etkinin istatistiksel olarak anlamlı olmasını yeterli gören çağdaş aracılık analizi yaklaşımı benimsenmiştir (Hayes, 2009; Rucker ve ark., 2011). Ayrıca araştırmada, ortaya çıkan aracılık için sınıflandırma yapılmamış (kısmi veya tam aracılık gibi); sadece dolaylı etkinin istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığına bakılmıştır (Hayes, 2018; Rucker ve ark., 2011). Dolaylı etkinin anlamlılığını test etmede ise Bootstrap testi kullanılmış ve bu test için %95 güven aralığında 2000 tekrar sayısı tercih edilmiştir (DiCiccio ve Efron, 1996; Hayes, 2009).

Yapısal modelin analiz edilmesi neticesinde modelin uyum iyiliği değerleri Hu ve Bentler (1999) tarafından kabul edilebilir uyum iyiliği değerlendirmelerine uygun olduğu ortaya çıkmıştır [$\chi^2(290, N = 871) = 967.742, p < .001, \chi^2/df = 3.34, RMSEA = .05, SRMR = .04, CFI = .93$]. Hipotez testleri ve analiz sonuçları Tablo 4'de gösterilmektedir. İlk olarak H₁ (DEP→ZSMK) ve H₂ (STR→ZSMK) test edilmiştir. Test sonucunda, depresyon ile ZSMK arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki ortaya çıkmıştır ($\beta = .37, p < .001$). Öte yandan, stres ile ZSMK arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit

edilememiştir ($\beta = .06, p > .05$). Bunun sonucunda, araştırmadaki verilere göre H_1 desteklenirken, H_2 desteklenememiştir.

Çalışmada ikinci olarak, H_3 (DEP→GKK) ile H_4 (STR→GKK) test edilmiştir. Bu sonuçlara göre, depresyon ile GKK arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ($\beta = .14, p < .05$). Ayrıca stres ile GKK arasında da pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır ($\beta = .27, p < .001$). Diğer taraftan, depresyon ve stresin birlikte GKK'yı açıklama gücü .15 gibi zayıf bir oran olarak ortaya çıkmıştır (Hair ve ark., 2014). Sonuç olarak hem H_3 hem de H_4 bu araştırmadaki bulgular doğrultusunda desteklenmiştir. Bir sonraki adımda, araştırmanın bir başka hipotezi olan H_5 (GKK→ZSMK) test edilmiştir. Aracı değişken olan GKK ile ZSMK arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki ortaya çıkmıştır ($\beta = .28, p < .001$). Bu durumda, H_5 de desteklenmiştir.

Tablo 4.

Doğrudan ve Dolaylı Etki Test Sonuçları

Hipotezler	β	S.H.	t	p	Toplam Etkiler	%95 GA		Hipotez Sonuçları	Testi
						AL	ÜL		
DEP→ZSMK	.37	.07	5.726	.00	.373	-	-	H_1 Desteklendi.	
STR→ZSMK	.06	.07	0.848	.40	.057	-	-	H_2 Desteklenemedi.	
DEP→GKK	.14	.07	2.135	.03	.142	-	-	H_3 Desteklendi.	
STR→GKK	.27	.07	4.080	.00	.269	-	-	H_4 Desteklendi.	
GKK→ZSMK	.28	.04	7.859	.00	.276	-	-	H_5 Desteklendi.	
DEP→GKK→ZSMK	.04	.02	2.006	.04	.412	0.001	0.078	H_6 Desteklendi.	
STR→GKK→ZSMK	.07	.02	3.354	.00	.131	0.031	0.117	H_7 Desteklendi.	

Not. DEP=Depresyon, STR=Stres, ZSMK=Zorlayıcı sosyal medya kullanımı, GA= Güven aralığı, AL= Alt limit, ÜL= Üst limit.

Araştırmada son olarak, H_6 (DEP→GKK→ZSMK) ve H_7 (STR→GKK→ZSMK) aracılık etki hipotezleri test edilmiştir. Depresyon ile ZSMK arasındaki pozitif yöndeki ilişkide GKK'nın istatistiksel olarak anlamlı bir dolaylı etkisinin olduğu ortaya çıkmıştır ($\beta = .04$; %95 GA [.001, .078]). Benzer şekilde, stres ile ZSMK arasındaki pozitif yöndeki ilişkide GKK dolaylı bir etkiye sahiptir ($\beta = .07$, %95 GA [.031, .117]). Ayrıca, depresyon, stres ve GKK'nın birlikte ZSMK'yı açıklama gücünün (R^2) orta düzeyde (.34) olduğu tespit edilmiştir (Hair ve ark., 2014). Buna göre, Covid-19 sürecinde insanların ZSMK'larının %34 oranında depresyon, stres ve GKK ile

ilişkili olabileceği bu araştırmada ortaya çıkmıştır. Tüm bu değerlendirmeler neticesinde, H₆ ve H₇ bu araştırmadaki bulgular neticesinde desteklenmiştir.

Tartışma

Bu çalışmada, Covid-19 pandemisi sürecinde bireylerin depresyon ve stres yaşantıları ile ZSMK arasındaki ilişkide GKK'nın aracılık rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amacı gerçekleştirmek için Türkiye'de yaşayan, 18 yaş üstü olan ve sosyal medya kullanan bireylerin katıldığı çevrimiçi anket ile veriler toplanmış ve YEM yoluyla oluşturulan hipotezler test edilmiştir. Hipotez testleri sonucunda, depresyon ve stres ile ZSMK arasındaki ilişkilerde GKK'nın dolaylı etkisinin olduğu tespit edilmiştir.

İlk olarak araştırmada, Covid-19 sürecinde depresyon ve stres ile ZSMK arasındaki ilişki ele alınmıştır. Depresyon ile ZSMK arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Bu bulgu alanyazındaki çalışmalar ile uyumludur (Elhai ve ark., 2020; Hou ve ark., 2019). Öte yandan, Covid-19 sürecinde bireylerin yaşadıkları stres ile ZSMK arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir. Bu bulgu alanyazında yer alan bazı çalışmalarla uyumlu iken (Hou ve ark., 2019), bazıları ile uyumsuzdur (Apaolaza ve ark., 2019; Fabris ve ark., 2020). Bu noktada, farklı bulguların ortaya çıkmasının nedeni, araştırmaların farklı dönemlerde yapılmış olmasından kaynaklanabilmektedir. Örneğin, salgın veya kriz döneminde yapılan bir araştırmanın bulguları ile sıradan bir dönemde yapılan araştırma bulgularının farklı olması muhtemeldir. Ayrıca çeşitli kültürler veya katılımcılar üzerinde yapılan bazı araştırmaların farklı sonuçlara ulaştığı görülmektedir. Bu gibi durumlarda değişkenler arasındaki ilişkiyi düzenleyen ve araştırmacıların gözden kaçırdığı, kişilik tipleri, yaş, eğitim düzeyi veya ortalama sosyal medya kullanım süresi gibi düzenleyici değişkenler söz konusu olabilir.

İkinci olarak, Covid-19 döneminde bireylerin hem depresyon hem de stres yaşantıları ile GKK arasında pozitif yönde ilişki olduğu tespit edilmiştir. Depresyon ve stres yaşantılarındaki artışla beraber bireylerin GKK seviyelerinde de artış yaşanabilmektedir. Öte yandan, Covid-19 sürecinde insanların GKK yaşamlarının depresyon ve strese ile ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır. Depresyon ve stres ile GKK arasındaki pozitif ilişkinin alanyazındaki çalışmalarla uyumlu olduğu söylenebilir (Dempsey ve ark., 2019; Fabris ve ark., 2020; Müller ve ark., 2020). Covid-19 pandemi sürecinin getirmiş olduğu risk ve belirsizlik algılarının bir yansıması olarak bireylerin yaşadıkları depresyon, stres durumları ile GKK seviyelerindeki artış ile beraber sosyal medya kullanımlarının artması ihtimal dâhilindedir.

Araştırmada üçüncü olarak, GKK ile ZSMK arasında pozitif bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bireylerin Covid-19 sürecinde GKK seviyelerindeki artışın ZSMK'yı yordamakta

olduğu görülmektedir. Yapılan araştırmalar GKK ile ZSMK arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu ileri sürmektedir (Dempsey ve ark., 2019; Rozgonjuk ve ark., 2020). GKK, ZSMK'nin ortaya çıkmasında diğer değişkenlerden daha etkin rolünün olduğu ve bireylerin ZSMK'sını önemli ölçüde arttırdığı söylenebilir (Blackwell ve ark., 2017; Müller ve ark., 2020).

Araştırmanın temel amacını test etmek için GKK'nın depresyon ve stres ile ZSMK arasındaki ilişkide dolaylı etkisi incelenmiştir ve Covid-19 sürecinde bireylerin yaşadıkları depresyon ve stres ile ZSMK arasındaki pozitif ilişkide GKK'nın aracılık rolü olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca, stres ve ZSMK arasındaki istatistiksel olarak anlamsız ilişki, GKK'nın araya girmesiyle pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiye dönüşmüştür. Depresyon ve stres ile ZSMK arasındaki ilişkide GKK'nın dolaylı etkisi alanyazındaki araştırmalar tarafından desteklenmektedir (Müller ve ark., 2020; Oberst ve ark., 2017). Özellikle salgının artmasıyla birlikte kendilerine veya yakınlarına hastalığın bulaşabileceği endişesi ile birlikte insanların depresyon ve stres düzeylerinde artış olmaktadır. Ayrıca hem Türkiye'de hem de dünyada salgının gidişatı ile ilgili olarak bu kişilerin, güncel haberleri ve diğer insanların bu süreçte yaptıkları paylaşımları kaçırmamak için (GKK) daha fazla sosyal medya kullanmaya başladıkları tahmin edilmektedir. Bu süreçte sosyal medya bir nevi insanların zorunlu olarak kullanacakları bir medya haline gelmiştir. Çünkü insanların pandemi ile ilgili son dakika bilgilerini en hızlı ve aracısız bir şekilde elde edebilecekleri mecralar, Twitter başta olmak üzere sosyal medya platformlarıdır. Bunun yanı sıra, Covid-19 sürecinde kişilerin ZSMK değerleri orta düzeyde depresyon, stres ve GKK ile ilişkilidir. ZSMK'nın tam olarak depresyon, stres ve GKK'dan kaynakladığı söylenemez. Arka planda farklı değişkenlerin de (akıllı telefon bağımlılığı, internet bağımlılığı, yaşam doyumu vb.) ZSMK'nın oluşmasında rolü olabilmektedir.

Uygulayıcılara Öneriler

Pandemi sürecinde başta sağlık kurumları olmak üzere, hükümet organlarının kamuoyuna yönelik etkili iletişim çabaları, pandemi ile mücadelenin anahtar bileşenidir (Lee ve Basnyat, 2013). Bir pandemiye karşı en önemli silah hastayı tedavi edecek aşının bulunmasıdır. Fakat ikinci en önemli şey, halkla kurulacak etkili bir iletişimdir. Salgın hastalıklar tarihi, aşı üretim süresini kısaltmak, ekonomik ve sosyal aksaklıkları en aza indirmek, sağlık ve hatta gıda sağlamak için devletlerin hem kendi aralarında hem de halkla iyi iletişim kurması gerektiğini göstermiştir (Barry, 2009). Bunun yanı sıra, Xiao ve diğerlerine (2020) göre, bulaşıcı hastalıklar sırasında kişilerin psikolojik bazı rahatsızlıklarını iyileştirmek için daha fazla önlem alınması gerekmektedir. Özellikle pandemi ile en aktif şekilde mücadele eden hükümet ve sağlık kuruluşları ile sağlık çalışanları, bilgi eksikliğinden kaynaklanan

belirsizlik ve panik durumunu azaltmak için salgının gidişatı hakkında çevrimiçi sağlık eğitimleri verebilirler. Bunun yanı sıra, sosyal hizmet uzmanları ve psikoterapistler, cep telefonu, internet veya sosyal medya platformlarını kullanarak, kişileri çevreleriyle iletişim kurmaya teşvik etmek için çevrimiçi yardım veya destek sağlayabilirler.

Araştırmanın Sınırlılıkları ve Gelecek Araştırmacılara Öneriler

Mevcut araştırmanın bazı sınırlılıkları vardır. Öncelikle, veriler kolayda örneklem yoluyla çevrimiçi olarak toplanmıştır. Bu yöntem, evrende yer alan kişilerin ankete katılma olanağını kısıtlamaktadır. Diğer bir ifade ile bulgular araştırmaya katılanlar ile sınırlıdır. Bu nedenle, mevcut araştırmanın bulgularının evrene genellemesi yapılamamaktadır. İkinci olarak bu araştırma kesitsel olarak tasarlanmıştır. Bu yüzden, nedensel çıkarımların yapılması uygun değildir. Gelecekteki araştırmalar, boylamsal veya deneysel tasarımlar yoluyla, değişkenler arasında nedensellik ilişkisinin kurulmasını sağlayabilir. Böylece mevcut değişkenler arasındaki ilişkide hangisinin bir diğerinin etkileyicisi olduğu ortaya çıkartılabilir.

Araştırmanın üçüncü sınırlılığı ise, çalışmada sadece depresyon, stres ve GKK gibi psikolojik yaşantıları ile ZSMK arasındaki ilişkinin incelenmiş olması ve Covid-19 ile ilintili hiçbir değişkene verilmemiş olmasıdır. Gelecekte yapılacak araştırmalar, Covid-19 ile ilişkili değişkenleri (örn., Covid-19'un yarattığı stres, çaresizlik, yalnızlık, virüse yakalanma endişesi, katılımcıların ve yakınlarının Covid-19 tanısı alıp almaması vb.) araştırma modeline ekleyerek, bu değişkenler ile ZSMK arasındaki ilişki incelenebilir. Öte yandan, alanyazında stres ile ZSMK arasındaki ilişkide farklı sonuçların ortaya çıkması nedeniyle, gelecekte yapılan araştırmalarda kişilik tipleri, yaş, eğitim düzeyi veya ortalama sosyal medya kullanım süresi gibi düzenleyici değişken veya değişkenler araştırma modellerine dâhil edilerek stres ve ZSMK arasındaki ilişki yeniden gözden geçirilmelidir. Son olarak, bu araştırmada kullanılan tek alt boyutlu ve 10 maddelik GKK ölçeğinin özellikle Covid-19 gibi bir kriz durumunda toplam altı maddesinin DFA sonucunda çalışmadığı ortaya çıkmıştır. Bu maddelerin daha çok sosyalliği çağrıştıran ifadeler olması nedeniyle çalışmadığı tahmin edilmektedir. Çünkü bu gibi kriz durumlarında sosyal medya her ne kadar insanların sosyalleşmesini sağlayan bir platform olsa da insanlar daha çok krize odaklanmakta ve daha bireysel düşünebilmektedir. Bu nedenle, gelecekteki araştırmacılar mevcut GKK ölçeğinin kriz durumlarındaki geçerlilik ve güvenilirliği ile ilgili bir deneysel veya boylamsal çalışmalar yaparak bu eksikliği daha ayrıntılı bir şekilde inceleyebilir. Ayrıca araştırmacılar yeni bir GKK ölçeği uyarlama çalışması veya yeni bir ölçek geliştirme süreci içerisine girerek mevcut alanyazını genişletebilir.

Sonuç

Yukarıda yer alan tüm sınırlılıklara rağmen, araştırmada ortaya çıkan bulgular pandemi dönemlerinde psikolojik sorun belirtileri ile sosyal medya kullanımı arasındaki ilişkiyi anlamak adına önemli sonuçlar sunmaktadır. Covid-19 sürecinde bireylerin yaşadıkları depresyon ve stres yaşantıları ile ZSMK arasındaki ilişkide GKK'nın dolaylı etkisinin olduğu bu çalışmada ortaya çıkmıştır. Özellikle stres ve ZSMK arasındaki istatistiksel olarak anlamsız ilişkiyi GKK'nın anlamlı bir ilişkiye dönüştürdüğü görülmektedir. Öte yandan, Covid-19 salgını sırasında, depresyon, stres ve GKK gibi psikolojik bazı sorunlarla ZSMK arasındaki ilişkiyi inceleyen başka bir çalışmaya ulaşamamış olması bu çalışmanın önemini ortaya koymaktadır. Bu yüzden, bu çalışmanın çıktılarının uygulamacıların yanı sıra mevcut alanyazına da katkı sunması beklenmektedir.

Kaynakça

- Altunışık, R. (2008). Anketlerde veri kalitesinin iyileştirilmesi için öntest (pilot test) yöntemleri. *Pazarlama ve Pazarlama Araştırmaları Dergisi*, 1(2), 1-17.
- Altunışık, R., Coşkun, R., Bayraktaroğlu, S. ve Yıldırım, E. (2012). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri: SPSS uygulamalı* (7. Baskı). Sakarya: Sakarya Yayıncılık.
- Apaolaza, V., Hartmann, P., D'Souza, C. ve Gilsanz, A. (2019). Mindfulness, compulsive mobile social media use, and derived stress: The mediating roles of self-esteem and social anxiety. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 22(6), 388-396.
<https://doi.org/10.1089/cyber.2018.0681>
- Aslan, A. A., Sarı, B. A. ve Kuruoğlu, A. (2012). Depresif duygudurumdan major depresyona klinik spektrum. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 15 (1), 56-64.
- Ball-Rokeach, S. J. ve DeFleur, M. L. (1976). A dependency model of mass-media effects. *Communication Research*, 3(1), 3-21. <https://doi.org/10.1177/009365027600300101>
- Baltaş, A. ve Baltas, Z. (2008). *Stres ve başa çıkma yolları*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Bao, Y., Sun, Y., Meng, S., Shi, J. ve Lu, L. (2020). 2019-ncov epidemic: Address mental health care to empower society. *Lancet (London, England)*, 395(10224), e37-e38.
[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30309-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30309-3)
- Barry, J. M. (2009). Pandemics: Avoiding the mistakes of 1918. *Nature*, 459(7245), 324-325.
<https://doi.org/10.1038/459324a>
- Blackwell, D., Leaman, C., Tramposch, R., Osborne, C. ve Liss, M. (2017). Extraversion, neuroticism, attachment style and fear of missing out as predictors of social media use and addiction. *Personality and Individual Differences*, 116, 69-72.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.04.039>
- Brailovskaia, J., Schillack, H., ve Margraf, J. (2020). Tell me why are you using social media (SM)! Relationship between reasons for use of SM, SM flow, daily stress, depression, anxiety, and addictive SM use—An exploratory investigation of young adults in Germany. *Computers in Human Behavior*, 113, 106511. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106511>
- Brand, M., Wegmann, E., Stark, R., Müller, A., Wölfling, K., Robbins, T. W. ve Potenza, M. N. (2019). The Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) model for addictive behaviors: Update, generalization to addictive behaviors beyond internet-use disorders, and specification of the process character of addictive behaviors. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 104, 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2019.06.032>
- Brand, M., Young, K. S., Laier, C., Wölfling, K. ve Potenza, M. N. (2016). Integrating psychological and neurobiological considerations regarding the development and maintenance of specific Internet-use disorders: An Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) model. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 71, 252-266.
<https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2016.08.033>
- Brown, T. A. (2015). *Confirmatory factor analysis for applied research* (2nd Edition). New York: The Guilford Press.
- Brown, T. A., Chorpita, B. F., Korotitsch, W. ve Barlow, D. H. (1997). Psychometric properties of the depression anxiety stress scales (DASS) in clinical samples. *Behaviour Research and Therapy*, 35(1), 79-89. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(96\)00068-X](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(96)00068-X)
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2018). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri* (25. baskı). Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.

- Casale, S. ve Flett, L. G. (2020). Interpersonally-based fears during the Covid-19 pandemic: Reflections on the fear of missing out and the fear of not mattering constructs. *Clinical Neuropsychiatry*, 17(2), 88-93. <https://doi.org/10.36131/CN20200211>
- Chao, M., Xue, D., Liu, T., Yang, H. ve Hall, B. J. (2020). Media use and acute psychological outcomes during Covid-19 outbreak in China. *Journal of Anxiety Disorders*, 74, 102248. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102248>
- Dempsey, A. E., O'Brien, K. D., Tiarniyu, M. F. ve Elhai, J. D. (2019). Fear of missing out (FoMO) and rumination mediate relations between social anxiety and problematic Facebook use. *Addictive Behaviors Reports*, 9, 100150. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2018.100150>
- DiCiccio, T. J. ve Efron, B. (1996). Bootstrap confidence intervals. *Statistical Science*, 11(3), 189-212.
- Diker, E. ve Taşdelen, B. (2017). Sosyal medya olmasaydı ne olurdu? Sosyal medya bağımlılığı gençlerin görüşlerine ilişkin nitel bir araştırma. *Uluslararası Hakemli İletişim ve Edebiyat Araştırmaları Dergisi*, 5(17), 189-206. <https://doi.org/10.17361/UHIVE.2017.4.17>
- Elhai, J. D., Gallinari, E. F., Rozgonjuk, D. ve Yang, H. (2020). Depression, anxiety and fear of missing out as correlates of social, non-social and problematic smartphone use. *Addictive Behaviors*, 105, 106335. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106335>
- Elhai, J. D., Levine, J. C., Alghraibeh, A. M., Alafnan, A. A., Aldraiweesh, A. A. ve Hall, B. J. (2018). Fear of missing out: Testing relationships with negative affectivity, online social engagement, and problematic smartphone use. *Computers in Human Behavior*, 89, 289-298. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.08.020>
- Everts, J. (2013). Announcing swine flu and the interpretation of pandemic anxiety. *Antipode*, 45(4), 809-825. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8330.2012.01021.x>
- Fabris, M. A., Marengo, D., Longobardi, C. ve Settanni, M. (2020). Investigating the links between fear of missing out, social media addiction, and emotional symptoms in adolescence: The role of stress associated with neglect and negative reactions on social media. *Addictive Behaviors*, 106, 106364. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106364>
- Field, A. P. (2009). *Discovering statistics using SPSS: And sex, drugs and rock "N" roll* (3rd Edition). Los Angeles: SAGE Publications.
- Fornell, C. ve Larcker, D. F. (1981). Structural equation models with unobservable variables and measurement error: Algebra and statistics. *Journal of Marketing Research*, 18(3), 382-388. <https://doi.org/10.1177/002224378101800313>
- Fox, J. ve Moreland, J. J. (2015). The dark side of social networking sites: An exploration of the relational and psychological stressors associated with Facebook use and affordances. *Computers in Human Behavior*, 45, 168-176. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.11.083>
- Franco, J. A. ve Carrier, L. M. (2020). Social media use and depression, anxiety, and stress in Latinos: A correlational study. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 2(3), 227-241. <https://doi.org/10.1002/hbe2.205/>
- Gao, C., Shi, D. ve Maydeu-Olivares, A. (2020). Estimating the maximum likelihood root mean square error of approximation (RMSEA) with non-normal data: A Monte-Carlo study. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 27(2), 192-201. <https://doi.org/10.1080/10705511.2019.1637741>
- Garfin, D. R., Silver, R. C. ve Holman, E. A. (2020). The novel coronavirus (COVID-2019) outbreak: Amplification of public health consequences by media exposure. *Health Psychology*, 39(5), 355-357. <https://doi.org/10.1037/hea0000875>

- Garfin, D. R., Thompson, R. R. ve Holman, E. A. (2018). Acute stress and subsequent health outcomes: A systematic review. *Journal of Psychosomatic Research*, 112, 107-113. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2018.05.017>
- Gökler, M., Aydin, R., Ünal, E. ve Metintaş, S. (2016). Determining validity and reliability of turkish version of fear of missing out scale. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 17(1), 53. <https://doi.org/10.5455/apd.195843>
- Gürün, O. A. (2000). *Psikoloji sözlüğü*. İstanbul: İnkılap Kitabevi.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J. ve Anderson, R. E. (2014). *Multivariate data analysis* (7th Edition). Harlow: Pearson.
- Harman, H. H. (1976). *Modern factor analysis* (3rd Edition). Chicago: University of Chicago Press.
- Hayes, A. F. (2009). Beyond Baron and Kenny: Statistical mediation analysis in the new millennium. *Communication Monographs*, 76(4), 408-420. <https://doi.org/10.1080/03637750903310360>
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis: A Regression-Based Approach* (2nd Edition). New York: Guilford Publications.
- Henseler, J., Ringle, C. M. ve Sarstedt, M. (2015). A new criterion for assessing discriminant validity in variance-based structural equation modeling. *Journal of the Academy of Marketing Science*, 43(1), 115-135. <https://doi.org/10.1007/s11747-014-0403-8>
- Hou, X. L., Wang, H. Z., Hu, T. Q., Gentile, D. A., Gaskin, J. ve Wang, J. L. (2019). The relationship between perceived stress and problematic social networking site use among Chinese college students. *Journal of Behavioral Addictions*, 8(2), 306-317. <https://doi.org/10.1556/2006.8.2019.26>
- Househ, M. (2015). Communicating Ebola through social media and electronic news media outlets: A cross-sectional study. *Health Informatics Journal*, 22(3), 470-478. <https://doi.org/10.1177/1460458214568037>
- Hu, L. ve Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1-55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Huang, C. C., Wang, Y. M., Wu, T. W. ve Wang, P. A. (2013). An empirical analysis of the antecedents and performance consequences of using the moodle platform. *International Journal of Information and Education Technology*, 3(2), 217-221. <https://doi.org/10.7763/IJiet.2013.V3.267>
- Kemp, S. (23 Nisan 2020). *We are social: Digital around the world in April 2020*. Erişim Tarihi: 10 Temmuz 2020, <https://wearesocial.com/blog/2020/04/digital-around-the-world-in-april-2020>.
- LaRose, R., Lin, C. A. ve Eastin, M. S. (2003). Unregulated internet usage: Addiction, habit, or deficient self-regulation? *Media Psychology*, 5(3), 225-253. https://doi.org/10.1207/S1532785XMEPO503_01
- Lee, S. T. ve Basnyat, I. (2013). From press release to news: Mapping the framing of the 2009 H1n1 a influenza pandemic. *Health Communication*, 28(2), 119-132. <https://doi.org/10.1080/10410236.2012.658550>
- Leung, G. M., Ho, L. M., Chan, S. K. K., Ho, S. Y., Bacon-Shone, J., Choy, R. Y. L., Hedley, A. J., Lam, T.-H. ve Fielding, R. (2005). Longitudinal assessment of community psychobehavioral responses during and after the 2003 outbreak of severe acute respiratory syndrome in Hong Kong. *Clinical Infectious Diseases*, 40(12), 1713-1720. <https://doi.org/10.1086/429923>

- Lovibond, F. P. ve Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the depression anxiety stress scales (DASS) with the beck depression and anxiety inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335-343. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-U](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-U)
- Malhotra, N. K. ve Dash, S. (2016). *Marketing research: An applied orientation* (7th Edition). Delhi: Pearson.
- Müller, S. M., Wegmann, E., Stolze, D. ve Brand, M. (2020). Maximizing social outcomes? Social zapping and fear of missing out mediate the effects of maximization and procrastination on problematic social networks use. *Computers in Human Behavior*, 107, 106296. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106296>
- Oberst, U., Wegmann, E., Stodt, B., Brand, M. ve Chamarro, A. (2017). Negative consequences from heavy social networking in adolescents: The mediating role of fear of missing out. *Journal of Adolescence*, 55, 51-60. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.12.008>
- Oh, S. H., Lee, S. Y. ve Han, C. (2020). The effects of social media use on preventive behaviors during infectious disease outbreaks: The mediating role of self-relevant emotions and public risk perception. *Health Communication*, 25(9), 671-680. <https://doi.org/10.1080/10410236.2020.1724639>
- Okazaki, S., Schuberth, F., Tagashira, T. ve Andrade, V. (2019). Sneaking the dark side of brand engagement into Instagram: The dual theory of passion. *Journal of Business Research*, S0148296319306952. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.11.028>
- Oxford (2017). *Definition of FoMO*. Erişim Tarihi: 14 Temmuz 2020, <https://www.lexico.com/definition/fomo>
- Özdamar, K. (2017). *Eğitim, sağlık ve davranış bilimlerinde ölçek ve test geliştirme yapısal eşitlik modellemesi: IBM SPSS, IBM AMOS ve Minitab uygulamalı* (2. Baskı). Eskişehir: Nisan Kitabevi.
- Podsakoff, P. M., MacKenzie, S. B., Lee, J. Y. ve Podsakoff, N. P. (2003). Common method biases in behavioral research: A critical review of the literature and recommended remedies. *Journal of Applied Psychology*, 88(5), 879-903. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.88.5.879>
- Podsakoff, P. M. ve Organ, D. W. (1986). Self-Reports in organizational research: Problems and prospects. *Journal of Management*, 12(4), 531-544.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R. ve Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841-1848. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014>
- Qiu, J., Shen, B., Zhao, M., Wang, Z., Xie, B. ve Xu, Y. (2020). A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: Implications and policy recommendations. *General Psychiatry*, 33(2), e100213. <https://doi.org/10.1136/gpsych-2020-100213>
- Roy, D., Tripathy, S., Kar, S. K., Sharma, N., Verma, S. K. ve Kaushal, V. (2020). Study of knowledge, attitude, anxiety & perceived mental healthcare need in Indian population during COVID-19 pandemic. *Asian Journal of Psychiatry*, 51, 102083. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102083>
- Rozgonjuk, D., Sindermann, C., Elhai, J. D. ve Montag, C. (2020). Fear of missing out (FoMO) and social media's impact on daily-life and productivity at work: Do WhatsApp, Facebook, Instagram and Snapchat use disorders mediate that association? *Addictive Behaviors*, 110, 106487. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106487>

- Rucker, D. D., Preacher, K. J., Tormala, Z. L. ve Petty, R. E. (2011). Mediation analysis in social psychology: Current practices and new recommendations. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(6), 359-371.
- Salkind, N. J. (2010). *Encyclopedia of research design* (Vols. 1-0). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Sha, P., Sariyska, R., Riedl, R., Lachmann, B. ve Montag, C. (2019). Linking internet communication and smartphone use disorder by taking a closer look at the Facebook and WhatsApp applications. *Addictive Behaviors Reports*, 9, 100148. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2018.100148>
- Tateno, M., Teo, A. R., Ukai, W., Kanazawa, J., Katsuki, R., Kubo, H. ve Kato, T. A. (2019). Internet addiction, smartphone addiction, and hikikomori trait in Japanese young adult: Social isolation and social network. *Frontiers in Psychiatry*, 10, 1-11. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00455>
- Voorhees, C. M., Brady, M. K., Calantone, R. ve Ramirez, E. (2016). Discriminant validity testing in marketing: An analysis, causes for concern, and proposed remedies. *Journal of the Academy of Marketing Science*, 44(1), 119-134. <https://doi.org/10.1007/s11747-015-0455-4>
- Wang, Z.-H., Yang, H.-L., Yang, Y. Q., Liu, D., Li, Z. H., Zhang, X. R., Zhang, Y. J...Mao, C. (2020). Prevalence of anxiety and depression symptom, and the demands for psychological knowledge and interventions in college students during Covid-19 epidemic: A large cross-sectional study. *Journal of Affective Disorders*. 275, 188-193. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.06.034>
- Wegmann, E. ve Brand, M. (2019). A narrative overview about psychosocial characteristics as risk factors of a problematic social networks use. *Current Addiction Reports*, 6(4), 402-409. <https://doi.org/10.1007/s40429-019-00286-8>
- Wegmann, E., Oberst, U., Stodt, B. ve Brand, M. (2017). Online-specific fear of missing out and internet-use expectancies contribute to symptoms of internet-communication disorder. *Addictive Behaviors Reports*, 5, 33-42. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2017.04.001>
- WHO (2020a). *WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19—11 March 2020*. Erişim Tarihi: 10 Temmuz 2020, <https://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-Covid-19---11-march-2020>
- WHO (2020b). *Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak, 18 March 2020*. Erişim Tarihi: 10 Temmuz 2020, <https://www.who.int/publications-detail-redirect/WHO-2019-nCoV-MentalHealth-2020.1>
- Worldometer (2021). *Covid-19 Coronavirus Pandemic*. Erişim Tarihi: 11 Şubat 2021, <https://www.worldometers.info/coronavirus/>.
- Xiao, H., Zhang, Y., Kong, D., Li, S. ve Yang, N. (2020). Social capital and sleep quality in individuals who self-isolated for 14 days during the Coronavirus disease 2019 (Covid-19) outbreak in January 2020 in China. *Medical Science Monitor*, 26, 1-8. <https://doi.org/10.12659/MSM.923921>
- Yam, C. W., Pakpour, A. H., Griffiths, M. D., Yau, W. Y., Lo, C. L. M., Ng, J. M. T., Lin, C. Y. ve Leung, H. (2019). Psychometric testing of three chinese online-related addictive behavior instruments among Hong Kong university students. *Psychiatric Quarterly*, 90(1), 117-128. <https://doi.org/10.1007/s11126-018-9610-7>
- Yılmaz, Ö., Boz, H. ve Arslan, A. (2017). Depresyon anksiyete stres ölçeğinin (DASS 21) Türkçe kısa formunun geçerlilik-güvenilirlik çalışması. *Finans Ekonomi ve Sosyal Araştırmalar Dergisi (FESA)*, 2(2), 78-91.

Zhang, Y. ve Ma, Z. F. (2020). Impact of the Covid-19 pandemic on mental health and quality of life among local residents in liaoning province, China: A cross-sectional study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(7), 2381. <https://doi.org/10.3390/ijerph17072381>

Relationships Between Depression, Stress, Fear of Missing out, and Compulsive Social Media Use in Covid-19 Process

Summary

The novel Coronavirus (Covid-19), emerging in Wuhan, China, in December 2019, has rapidly spread to many parts of the world (Bao et al., 2020; Qiu et al., 2020). Covid-19, which was soon declared a pandemic by the World Health Organization (WHO, 2020a), caused millions of people to become infected and even thousands to die. Past experiences showed that such pandemics have some psychological consequences in addition to physical and biological effects. Factors such as information confusion, especially about the course of the outbreak, some 'urban legends' spoken among people, the absence of vaccination of the disease, increased compulsory time at home, and uncertainty lead to some psychological disorders like depression, stress, and anxiety (Bao et al., 2020; Roy et al., 2020). On the other hand, it is known that people use mass media and especially social media platforms to meet their information and social support needs, especially in situations like this (Oh et al., 2020). Recent research shows that social media usage rates increased during the Covid-19 process (Kemp, 2020). Furthermore, it is also known that FoMO plays a mediator role in helping people solve some of their problems and fulfill their needs through joining social media in the Covid-19 process (Dempsey et al., 2019; Müller et al., 2020). Especially in crisis times, FoMO can activate CSMU behavior to reduce depression and stress in individuals (Fabris et al., 2020). Although some studies in the literature examine the relationships between depression, stress, FoMO, and CSMU, very few studies have examined these variables in the same model. Addressing this issue seems to be a need in the literature (Garfin et al., 2020; Zhang & Ma, 2020). From this perspective, it is important to examine the relationship between variables such as depression, stress, FoMO, and CSMU, especially in times of crisis using SEM.

This study's main purpose was to investigate the mediator role of FoMO in the relationship between individuals' depression and stress situations, and CSMU in the Covid-19 pandemic process. To this end, the study handled the following issues: (1) the relationship between depression and stress with CSMU, (2) the relationship between depression and stress with FoMO, (3) the relationship between FoMO and CSMU, and (4) the relationship between depression and stress with CSMU mediator the role of FoMO. The study employed a convenience sampling method. Social media users living in Turkey over the age of 18 were the participants of the study ($N = 871$, 60.7% women, $M_{age} = 28.70$, $SD = 9.99$). They responded to an online survey. The data collection process was carried out between 14-20 June 2020 through social media platforms (WhatsApp, Twitter, i.e.).

The findings showed that while depression had a positive direct relationship with CSMU, there was no significant relationship between stress and CSMU. Besides, significant positive relationships were confirmed between depression, stress, FoMO, and CSMU. The study's most striking finding was that FoMO had a mediator role in the relationship between individuals' depression and stress situations and CSMU in the Covid-19 process. Especially, FoMO seemed to turn an insignificant relationship between stress and CSMU into a significant relationship. Moreover, people CSMU levels were moderately dependent on depression, stress, and FoMO in the Covid-19 process.

The current research has some limitations. Firstly, the research data were collected using an online survey with the convenience sampling method. The findings could not be generalized to a population, as the findings were limited to those involved in the study. Secondly, it was not appropriate to make causative inferences, as the data were collected cross-sectionally in the research. In further studies, the causality relationship can be established between variables through longitudinal or experimental designs. Finally, in this study, only the relationship between psychological conditions such as depression, stress, and FOMO with CSMU was investigated. The researcher can examine the relationships between other psychological problems (anxiety, anxiety, loneliness, etc.) and CSMU.

Despite all these limitations, this study provides insight into the relationship between depression, stress, FoMO, and CSMU in the Covid-19 epidemic process. Furthermore, this research's findings can support government officials and health institutions, who have active roles in the fight against the Covid-19 epidemic, to establish a more transparent and effective communication with the public by paying more attention to social media.



Nitel Araştırma

Eyleme Dökme: İntihar Girişiminde Bulunan Bireylerin Deneyimlerinin İncelenmesi Üzerine Nitel Bir Araştırma

Eylül Ceren HEKİMOĞLU^{1*}, Duygu CANTEKİN²

¹ Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Ankara, Türkiye.

² Nişantaşı Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye.

Makale Bilgisi

Öz

Anahtar kelimeler:

Lacanyen psikanaliz, eyleme dökme, intihar girişimi, yorumlayıcı fenomenolojik analiz

İntihar davranışı kişinin kendini öldürme niyeti ile eylemlerde bulunması ve bu eylemleri gerçekleştirmeyi düşünmesi olarak tanımlanmaktadır. Bununla birlikte ana akım psikoloji çalışmaları, intiharı açıklamak üzerine çalışmalar yapmakta ve bu bağlamda çoğunlukla hipotez test etme veya fen bilimlerinden gelen deneysel yöntemleri kullanmaktadır. Her ne kadar bu çalışmalarda intihar doğrusal ilerleyen bir neden sonuç terminolojisi içerisinde ele alınmış olsa da intihar davranışı, çok yönlü bir fenomen olarak tanımlanmaktadır. Bu çalışmada intihar davranışını açıklamaktan ziyade intihar davranışının birey için anlam ve/ya anlamlarına odaklanılmıştır. Bu amaçla, çalışma kapsamında son iki sene içinde intihar girişiminde bulunmuş, üniversite öğrencisi olan dört katılımcıyla yarı-yapılandırılmış görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Görüşmelerde, katılımcılar için intihar davranışının anlamına, süreçteki duygu ve düşüncelerine ve bu sürece dair yorumlamalarına odaklanılmıştır. Görüşmelerin analizi, katılımcıların yaşadıkları deneyime nasıl anlamlar yüklediğini anlamayı amaçlayan Yorumlayıcı Fenomenolojik Analiz yöntemi ile yapılmıştır. Analizler sonucunda dört tema elde edilmiştir: “Mesaj vermek”, “Yakın Birinin Eksikliği”, “Kontrol kaybı” ve “Anneye yönelik olumsuz duygular”. Temalar, Lacanyen psikanaliz yaklaşımı çerçevesinde tartışılmış ve bütün temalar, Başka ile ilişkilendirilmiştir. Eyleme dökme üzerinden açıklanmıştır. Katılımcıların, Başka’ya olan mesajlarını simgesel düzen içerisinde iletmede, yani dile dökmekte başarısız oldukları düşünülmüştür. Bu durum, simgesel düzen içerisinde Başka’nın kendisine sağır olduğunu düşünen öznenin mesajını eylemleri üzerinden Başka’ya iletmeye çalışması olarak yorumlanmıştır.

Abstract

Keywords:

Lacanian psychoanalysis, acting out, suicide attempts, interpretative phenomenological analysis

Suicidal behaviour is defined as acting on a desire to kill oneself or considering undertaking any such actions. Mainstream psychological studies focus on explaining the reasons behind suicide; these studies consist of hypothesis testing or usage of experimental scientific methods. Although these studies analyze suicide as a straightforward cause-effect relationship, suicidal behaviours are multi-faceted phenomena. This study focuses on the meaning(s) behind suicidal behaviour for the individual, exploring how individuals engaging in suicidal ideation and behaviour regard themselves rather than explaining suicide. For this aim, semi-structured interviews were conducted with four university students who attempted suicide two years prior. Transcripts were analyzed using Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). The IPA aims to explore in detail the participants’ personal lived experiences and how participants make sense of those personal experiences. Four main themes emerged from the data analysis: “Sense of control”, “The lack of people with whom the participant has a close relationship”, “Giving a message”, “Mother”. These themes have been discussed considering Lacanian Psychoanalytic perspectives and it is argued that all themes are strongly related to the Other and interpreted as acting out. In this context, participants who failed to convey their messages symbolically were thought to send their messages through their actions, that is, through their suicide attempts. The subject believes that the Other does not take notice of him in the symbolic order. The subject thus attempts to convey his message to the Other through his actions.

* Sorumlu Yazar, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Ankara, Türkiye.

e-posta: uzmpsk.eylulhekimoglu@gmail.com

DOI: 10.31682/ayna.810304

Gönderim Tarihi (Received): 13.10.2020, Kabul Tarihi (Accepted): 02.12.2020

2148-4376



Giriş

Kişinin kendini öldürme niyeti ile eylemlerde bulunması veya bu eylemleri gerçekleştirmeyi düşünmesi intihar davranışı olarak tanımlanmaktadır. Bu bağlamda tamamlanmış intiharlar, intihar girişimleri ve kişinin kendini öldürmeye yönelik tüm duygu, düşünce ve planları intihar davranışı olarak değerlendirilmektedir (Öncü, 2019). Tüm dünyada ciddi bir halk sağlığı tehdidi oluşturan intihar davranışı nedeniyle yılda yaklaşık 1 milyon kişinin hayatını kaybettiği tahmin edilmektedir (Nock ve ark., 2008). Bu nedenle intihar davranışına yönelik araştırmalar intihar davranışını belirleyen risk faktörlerini tanımlamak üzerine yoğunlaşmıştır. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) intihar davranışıyla ilişkili olarak “bireysel etmenler, ilişkisel etmenler, yaşanan çevreyle ilgili etmenler, toplumsal etmenler ve sağlık sistemiyle ilgili etmenler” olarak beş basamaklı bir risk faktörü zinciri tanımlamıştır (Öncü, 2019). Bu anlamda genetik ve biyolojik yatkınlık, depresif semptomlar, uyku bozuklukları, psikiyatrik rahatsızlık, madde ve alkol bağımlılığı, sosyal izolasyon ve yalnızlık, ilişki problemleri gibi faktörler intihar davranışları ile yakından ilişkilendirilmektedir (Crocker, Clare ve Evans, 2006). Ancak tüm bu risk faktörleri tanımlamalarına rağmen, intihar davranışına yönelik önleyici çalışmaların yetersiz kaldığı görülmektedir. Biyolojik olarak oldukça güçlü bir yaşam itkisine sahip olan insanın (Sercan, 2019) yaşamına son vermesi hangi bağlamda bu kadar baskın gelebilmektedir?

Bilinçdışı arzuyu ön plana alan psikanalitik yaklaşım, intihar davranışını ele alırken basit ve gözle görülür neden sonuç ilişkileri yerine bilinçdışı işleyişi ele almanın önemini vurgulamaktadır. Bu haliyle, psikanalitik yaklaşımın intihar davranışının nedenlerini anlamada oldukça kapsayıcı olduğu söylenebilir (Canbolat ve Gençöz, 2019). Psikanalizin kurucusu olarak tanınan Freud, Yas ve Melankoli adlı eserinde (Freud, 2019) intihar davranışını, kişinin başkasına duyduğu saldırganlığı kendisine yöneltmesi olarak açıklamaktadır. Freud’a göre saldırganlığın kaynağını bir başkası yani dışsal bir obje oluşturmakta ancak bu saldırganca hisler öznenin kendisine yönelmektedir (Lees ve Stimpson, 2010). Bununla birlikte Freud’a göre bu saldırganca hisler ölüm itkisi ile yakından ilişkilidir. Freud, ölüm itkisini “organizmanın organik, canlı olmadığı sürece dönme eğilimi” olarak tanımlamaktadır. Freud’a göre ölüm itkisinin temel amacı organik ve yaşayan varlığı öldürmektir (Freud, 2019). Bununla birlikte, öznenin kendisine zarar vermesine yönelik tüm davranışları ile doğrudan ilişkili olan ölüm itkisi, bağlantıları koparmak ve *şeyleri* yok etmek yönünde güçlü bir eğilime neden olurken, asla saf bir halde bulunmadığı için yaşam itkisiyle iç içe geçerek öznenin duygulanıma etki etmektedir (Evans, 2006). Bu anlamda psikanalitik

yaklaşımına göre öz-yıkıcı bir davranış olan intihar davranışı da ölüm itkisinin bir ifadesi olarak yorumlanmaktadır (Canbolat ve Gençöz, 2019).

Bununla birlikte, öznenin başkasına duyduğu saldırganca hislerin öznenin kendisine yönelmesini sağlayan birtakım mekanizmalar bulunmaktadır. Bunlardan ilki içselleştirme (*internalization*) mekanizmasıdır (Lees ve Stimpson, 2010). Freud'a göre, haz ilkesi nedeniyle itkilerimiz bir nesneye bağlanmaktadır ve bu bağlanmanın artması, haz itkisi ile çift-değerli bir ilişkiye sahip olan ölüm itkisini provoke etmektedir. Bu bağlamda, Freud intihar davranışını aşırı bağlanılan ve içe atılan nesneyi yok etmenin bir yolu olarak tanımlamaktadır (Canbolat ve Gençöz, 2019). İkinci mekanizma ise kendinden kopma (*detachment from self*) olarak adlandırılmaktadır. Freud'a göre ego kendini ancak dışarıdaki bir nesne gibi gördüğü zaman öldürebilmektedir (Lees ve Stimpson, 2010). Böylelikle özne dışsal bir objeye duyduğu saldırganlığı, dışsal bir obje olarak algıladığı kendisine yöneltmektedir (Freud, 1917). İntiharla ilişkili son mekanizma ise eyleme dökme (*acting out*) olarak adlandırılmaktadır. Psikanalitik bakış açısına göre, eyleme dökmede kişi çocukluk travmasını yeniden sahnelemekte ve geçici bir rahatlama sağlamaktadır. Bu anlamda, eyleme dökmenin travmayı sembolize ettiği söylenmektedir. Nitekim, kişi gerçek travma deneyimi ile eyleme dökme davranışı arasındaki ilişkinin farkına varamayacağı için, eyleme dökme davranışının sebebini de anlamamaktadır (Lees ve Stimpson, 2010). Bununla birlikte, psikanalitik alan yazında farklı terminolojisi ile öne çıkan Lacan; eyleme dökmeyle dair bu tanımın doğru ancak eksik olduğunu belirtmektedir. Lacan'a göre eyleme dökme davranışı aynı zamanda Başka ile ilişkilidir. Başka'nın özneyi dinlemeyi reddettiği durumda, özne kendini dille ifade edemez ve eylemleri ile söz almak durumunda kalır. Bu haliyle, eyleme dökme davranışının Başka'ya yöneltilen bir mesaj özelliği de taşıdığı söylenebilir (Evans, 2006).

Lacan intihar davranışını Freud'dan farklı olarak ego oluşumuyla ilişkilendirmektedir (Evans, 2006). Lacan'a göre ayna evresinden önce çocuk, bütüncül bir beden ve benlik algısına sahip değildir. Ayna evresi ile başlayan süreçte, aynadaki tutarlı görüntü çocuk için ideal benlik algısını oluşturmaktadır. Bu anlamda Lacan, aynadaki imge ile ideal-egosunu yapılandıran çocuğun imgesel bir yansıtma yaptığını ve çocuğun bu şekilde, aynadaki ideal görüntüsü ile özdeşleştiğini belirtmektedir. Nitekim, çocuğun aynadaki tutarlı görüntüsü ile kendi parçalı görüntüsü arasındaki fark, Lacan'a göre çocuktaki "saldırganlık, aşk, kıskançlık, nefret" gibi duyguların temelini oluşturmaktadır. Aynadaki imge ile bebeğin özdeşleşmesi sonucu ayna evresi sona ermektedir. Bununla birlikte Lacan, narsizmi aynadaki imgeye karşı hissedilen erotik çekim olarak tanımlamaktadır. Her ne kadar bebek kendi imgesi karşısında büyülense de aynadaki imgesi ve kendi parçalı görüntüsü arasındaki fark, bebeği parçalanma tehdidi ile karşı karşıya bırakmaktadır. Bu anlamda Lacan narsisizmin saldırgan özellikler barındırdığını

belirtirken, aynadaki imgeye olan erotik-saldırgan özellikler gösteren hayranlığın da kişinin kendi kendine zarar vermesi ile oldukça ilişkili olduğu belirtmektedir (Canbolat, Uçar, Aydoğ ve Gençöz, 2020).

Lacan'a göre ayna evresinde ebeveynlerinin dili kullanımıyla birlikte, çocuk simgesel düzenin içine girmekte ve bu süreçte çocuk için imgesel düzen tekrar yazılmaktadır. Bu anlamda, imgesel düzende konumlanan "saldırganlık, aşk, kıskançlık, nefret" gibi duyguların yerini simgesel düzende konumlanan "idealler, otorite figürleri, yasa, performans, başarı, suçluluk" gibi kavramlar alacaktır (Canbolat, Uçar, Aydoğ ve Gençöz, 2020; Fink, 1997). Başka'nın bakışını içe alarak ego-idealini oluşturan çocuk, kendini Başka'nın onu gördüğü gibi ayna imgesi üzerinden tanımlayacaktır. Bu anlamda, Lacan'a göre intihar davranışının temelinde Başka'nın arzusu bulunmaktadır. Başka'nın arzusuna uygun olarak kendini ayna imgesi üzerinden tanımlayan özne; bunu kendini Başka'ya onaylatmak için yapmaktadır. Lacan'a göre bu onaylatma arzusunun temelini de ölüm itkisi oluşturmaktadır (Canbolat, Uçar, Aydoğ ve Gençöz, 2019).

Lacan, intihar davranışını anneyle ayrışmanın olmadığı, simbiyotik ilişkinin sürdürüldüğü zamana dönmek için yapılan bir girişim olarak tanımlamaktadır. Simgesel düzenden çıkarak, dilin ötesine yani gerçek düzleme geçmeyi amaçlayan özne, kayıp objeyle tekrar birleşme arzusu içerisindedir. Bu bağlamda Lacan'a göre intihar davranışı eyleme geçme (*passage a lacte*) özelliği göstermektedir. Eyleme geçme; öznenin simgesel ağdan çıkması ve sosyal bağların çözülmesi olarak tanımlanmakta ve özne bu geçiş anında *saf bir nesne* halini almaktadır (Hekimoğlu ve Bilik, 2020). Bununla birlikte Lacan, tamamlanmış intihar ve intihar girişimlerini Başka ile olan ilişkileri bakımından farklı olarak değerlendirmektedir. Lacan'a göre bazı intihar girişimleri eyleme dökme özelliği de gösterebilmektedir. Öznenin Başka'ya yönelik mesajını simgesel düzen içerisinde iletmediği durumlarda öznenin mesajını eylemleri yoluyla iletmek durumunda kaldığını belirten Lacan, eyleme dökme öznenin eyleme geçen öznenin aksine hâlâ Başka ile ilişki içerisinde olduğunu belirtir. Bu bağlamda eyleme dökme Başka'ya olan bağlılığı doğrulamak adına yapılırken, eyleme geçme ise Başka'dan ayrışabilmek için gerçekleştirilmektedir (Soleim, 2012).

Bu çalışmada intihar davranışını anlamak amacıyla, intihar girişiminde bulunmuş bireylerin deneyimlerine odaklanılmış ve katılımcılardan alınan öznel bilgilerin değerli olması nedeniyle nitel bir araştırma yapılmıştır. Katılımcıların, intihar girişimleri ve sonrasındaki sürece ait deneyimleri; öznenin bu sürece atfettiği anlamı anlamak amacıyla Yorumlayıcı Fenomenolojik Analiz (YFA) yöntemi ile analiz edilmiş (Smith ve Osborn, 2003); ortaya çıkan temalar ise Lacanyen psikanaliz yaklaşımı ağırlıklı olmak üzere, psikanalitik kuram temelinde yorumlanmıştır.

Metodolojik Arka Plan

2005-2007 yılları arasında, ana akım uluslararası intihar odaklı dergilerde yayımlanan çalışmaların yüzde üçünden daha azında nitel yöntemler kullanılmıştır. Ana akım psikoloji çalışmaları çoğunlukla intiharı açıklamak üzerine çalışmalar yapmakta ve bu bağlamda çoğunlukla hipotez test etme, çıkarsamaya ait veya fen bilimlerinden gelen deneysel yöntemleri kullanmaktadırlar. Bu çalışmalara bakıldığında, intihar davranışını doğrusal ilerleyen neden sonuç terminolojisi içerisinde ele aldıkları görülmektedir (Hjelmeland ve Knizek, 2010). Nitekim, intihar davranışı çok yönlü bir fenomen olarak tanımlanmaktadır (Leenars, 2002). Bu anlamda, bu çalışmada temel amaç intihar davranışının birey için anlamına ve/ya anlamlarına odaklanmaktır. Özne, intihara yönelik düşünmeyi ve intihar davranışını kendisi ve çevresi için nasıl yorumlamaktadır? Dolayısıyla bu çalışmada intiharı açıklamak yerine intihar davranışını anlamak hedeflenmektedir. Bu yüzden bu araştırmada yöntem olarak bireylerin yaşadıkları bir olayı nasıl deneyimledikleri ve ona nasıl bir anlam verdiklerini keşfetmeyi amaçlayan Yorumlayıcı Fenomenolojik Analiz (YFA) yöntemi kullanılarak (Smith ve Osborn, 2003) öznenin sosyal ve kişisel dünyasında, intihar davranışı deneyimini hangi anlam üzerinden yapılandığı anlaşılmaya çalışılmıştır.

Çalışmanın Güvenirliği

Pozitivist ve determinist yaklaşımı temel alan nicel araştırma yöntemlerinde araştırmacı, gözlemlenebilir ve ölçülebilir olguları ele alarak genelleme yapılabilecek bilgilere ulaşmayı hedeflemektedir. Nitel araştırma yöntemleri ise yapısalcı bir yaklaşımı içermektedir. Nitel araştırmada araştırmacı, bireylerin duygu, düşünce ve deneyim gibi öznel verilerini kullanarak, olgu ve olayları doğal ortamı içinde anlamaya ve açıklamaya çalışmaktadır (Gürbüz ve Şahin, 2014). Bu haliyle nitel araştırma yöntemlerinde nihai amaç ortaya nesnel bir gerçeklik koymaktan ziyade, olgu ve olayları araştırmacının ve katılımcıların öznel deneyimleri çerçevesinde ele alabilmek ve nitel araştırmanın güvenilirliği refleksivite, öznellik, teorik yorumlamanın ve verilerin yeterliliği ile ölçülebilmektedir (Morrow, 2005).

Öznelliğin kendine önemli bir yer bulduğu bu süreçte, araştırmacının kişiliği ve geçmiş deneyimleri araştırma sürecini etkilemektedir. Bu anlamda refleksivitenin, araştırmacının araştırmadaki etkisini göz önünde bulundurması açısından oldukça önemli olduğu düşünülmektedir (Özbek Şimşek, 2019). Araştırmacının nötr bir pozisyonda bulunuyormuş gibi yapmadığı nitel araştırma yöntemlerinde, araştırmacının kendi duygu, düşünce, değer ve yargılarının farkında olması ve çalışmaya olan etkisini değerlendirme konusunda, okuyucuya

şeffaf olması çalışmanın güvenilirliğini artırmada önemli bir husus olarak değerlendirilmektedir. (Ritchie ve Lewis, 2003).

Sorumlu araştırmacı olarak, intihar girişiminde bulunmuş bireylerin deneyimlerine olan ilgim uzun yıllar öncesine dayanmaktadır. İntihar davranışını gerçekleştiren kişilerin düşüncelerini ve geçmişlerini her zaman merak etmiş, kim olduklarını, neler yaşadıklarını çeşitli kaynaklardan öğrenmeye çalışmışımdır. Nitekim şimdi, eyleme dökme olarak yorumladığım bu konuya olan merakımı ancak Lacanyen psikanaliz üzerine çalışarak anlamlandırabildim. Özellikle analizime başlamadan önce, Büyük Başka'yla olan ilişkimde anlaşılmadığımı hissettiğim zamanlarda ben de kendimi *bir şekilde* eylemlerle ifade etmeye çalışmaktaydım. Analizimde eyleme dökme davranışlarımı çalıştığım süreçte, intihar davranışını gerçekleştiren kişilere olan merakım da iyice artmış ve bu durumun bu kişileri “anlayamamamdan” kaynaklı olduğunu fark etmişim. Büyük Başka'yla olan ilişkide, Başka'ya yaşam itkisini ekarte ettirecek derecede bir uyumluluğun bende yarattığı duygular analizimde çalıştığım konular olmakla birlikte, analizimde çalıştığım bu konular, intihar girişiminde bulunan kişilerle yaptığım bu araştırmanın da ortaya çıkmasını sağlamıştır.

Örneklem

Nitel araştırma yöntemlerinde, küçük örneklem gruplarının deneyimlerini anlayabilmek adına katılımcıları olabildiğince dar bir çerçevede toplayabilmek önemli bir noktadır (Sarı ve Gençöz, 2015). Bu anlamda homojen bir örneklem grubu oluşturabilmek için dört kritere dikkat edilmiştir. Bu kriterler intiharın üzerinden geçen süre, yaş, son iki yıldaki girişim sayısı ve eğitim durumları olarak belirlenmiştir. Genç yetişkin üniversite öğrencilerinde intihar girişiminin nasıl deneyimlendiği sorusundan hareketle, katılım şartı olarak genç yetişkin yaş aralığına denk gelen 20-26 yaş aralığı seçilmiş ve intihar girişiminin üniversite öğrencisi iken gerçekleşmiş olmasına dikkat edilmiştir. Bununla birlikte, katılımcıların intihar girişimlerinin son iki yılda gerçekleştiren kişilerden seçilmesinin sebebi, bu sürenin nispeten uzun bir süre olması nedeniyle katılımcıların intihar girişimleri sonrasındaki süreci nasıl deneyimlediklerini daha detaylı bir şekilde ele alabilmektir. Son olarak, son iki yılda bir kez intihar girişiminde bulunmuş olması şartı, katılımcılarda olası bir atağı tetiklememek ve katılımcıları korumak amacıyla araştırmacı tarafından belirlenmiştir.

Katılımcılar; üniversite öğrencisi iken, son 2 sene içerisinde bir kez intihar girişiminde bulunmuş, 22-26 yaş aralığında bulunan 2 kadın ve 2 erkekten oluşmaktadır. Katılımcıların demografik bilgileri ve intihar girişiminde kullandıkları yöntemler Tablo 1’de gösterilmiştir.

Katılımcıların kimlik bilgilerini gizlemek adına, katılımcıların isim bilgileri değiştirilmiştir. Araştırmaya katılan bütün katılımcıların psikiyatrik tanısı bulunmaktadır. İki katılımcı majör depresyon tanısına, bir katılımcı obsesif kompulsif bozukluk tanısına, bir katılımcı da bipolar bozukluk tanısına sahiptir. Araştırmaya katılım şartlarında psikiyatrik tanı ve intihar yöntemi herhangi bir dışlama veya dahil etme kriteri olarak değerlendirmeye alınmamıştır.

Tablo 1.

Katılımcı Bilgileri

İsim	Yaş	Cinsiyet	Yöntem	Psikiyatrik Tanısı
Berkay	26	Erkek	Yüksek dozda ilaç alma	Obsesif kompulsif bozukluk
Müge	22	Kadın	Yüksek bir yerden atlama	Majör depresyon
Mert	26	Erkek	Yüksek dozda uyuşturucu alma	Bipolar bozukluk
Serap	25	Kadın	Yüksek dozda ilaç alma	Majör depresyon

Prosedür

Araştırmanın yapılabilmesi için Orta Doğu Teknik Üniversitesi Etik Kurulu'ndan gerekli izinler alınmış ve araştırma ilanları, sosyal medya aracılığıyla katılımcılara ulaştırılmıştır. Katılımcılar araştırmacıya e-posta yoluyla ulaşarak, gönüllü katılım taleplerini iletmışlerdir. Katılımcı sayısı fenomenolojik yorumlayıcı analiz rehberine uygun olarak belirlenmiştir (Smith ve Osborn, 2003). Bu bağlamda yoğun ve detaylı bir analiz için küçük bir örneklem grubu tercih edilmiştir. Görüşme öncesi, katılımcılar araştırma süreci ile ilgili bilgilendirilmiş ve sürecin tamamen gönüllülük esasına göre olduğu ifade edilerek, rahatsızlık hissetmeleri durumunda görüşmenin sonlanacağı bilgisi katılımcılarla paylaşılmıştır. Katılımcılarla yapılan yarı-yapılandırılmış görüşmeler ortalama 45 dakika sürmüştür, görüşmeler ODTÜ Beşerî Bilimler Binasında, sorumlu araştırmacının ofisinde gerçekleştirilmiştir. Görüşmelerin temel içeriğini “intihar girişimine kadar olan psikolojik süreç; katılımcının sürece dair düşünceleri, hisleri ve yakın ilişkilerinin nasıl etkilendiği” gibi konular oluşturmaktadır. Bununla birlikte, görüşme sırasında katılımcıların çağrışımları teşvik edilmiş, kendileri için önemli olduğunu düşündükleri konular hakkında konuşmaları ve araştırma soruları dışında da kendilerini ifade etmeleri sağlanmıştır. Görüşme bitiminde,

katılımcılara katılım sonrası bilgi formu ile psikolojik destek servisleri ile ilgili bilgilendirme formu verilmiştir.

Veri Analizi

Katılımcılardan toplanan veriler, yarı-yapılandırılmış görüşmeler yoluyla toplanmış ve ses kayıt cihazı ile kaydedilmiştir. Kayda alınan görüşmeler, araştırmacılar tarafından fenomenolojik yorumlayıcı analiz ilkelerine uygun olarak analiz edilmiştir (Smith ve Osborn, 2003). YFA'nın (Yorumlayıcı Fenomenolojik Analiz) idiyografik yapısından dolayı öncelikle ilk görüşmenin analizine odaklanılmış ve ilk aşama olarak, ilk görüşmenin transkripti çıkarılmıştır. Bu aşamada, araştırmacılar transkripti defalarca okuyarak metne aşına hale gelmişlerdir. Daha sonra transkripte dair notlar alınarak, ön temalar çıkarılmıştır. İkinci aşamada ise ikinci görüşmenin transkriptine geçilmiş ve ön temalar kullanılarak, ikinci görüşmenin temaları çıkarılmıştır. Bu işlemler sırasıyla bütün görüşmeler için tekrarlanmıştır. Son olarak bütün transkriptlerden çıkarılan temaların karşılaştırılmasıyla, ortak dört tema belirlenmiştir. Bu temalar “Mesaj vermek”, “Yakın İlişkinin Eksikliği”, “Kontrol kaybı” ve “Anneye yönelik olumsuz duygular” olarak adlandırılmıştır. İlgili temalar, transkriptten yapılan alıntılarla desteklenmiştir.

Bulgular

Bu çalışmanın amacı genç yetişkin bireylerde intihar girişimi deneyimini anlamaktır. Katılımcılarla yapılan görüşmeler, bireyin intihar davranışına yönelik pozisyonunun nasıl oluştuğunu anlayabilmek amacıyla Yorumlayıcı Fenomenolojik Analiz yöntemi ile analiz edilmiştir. Görüşmelerin analizi sonucunda dört tema ortaya çıkmıştır. Bu temalar “Mesaj vermek”, “Yakın İlişkinin Eksikliği”, “Kontrol Kaybı” ve “Anneye yönelik olumsuz duygular” olarak adlandırılmıştır.

Mesaj Vermek

İlk tema “Mesaj vermek” olarak adlandırılmıştır. Bu temanın içeriğini katılımcıların yardım arayışları, yardım göremediklerine dair düşünceleri ve intihar girişimlerine atfettikleri anlamlar oluşturmaktadır. İntihar girişimini ailesine yönelik bir mesaj olarak tanımlayan Berkay'ın, intihar girişimiyle birlikte ailesine “beni ciddiye alın ve bana yardım edin” mesajını verdiği düşünülmüştür. Berkay bu süreci şu şekilde ifade etmiştir:

Ailemi aradım. Eve geleceğim dedim. Sonra telefonu kapatmış, ilaçları almış bırakmışım. Ya bulurlar, kurtarırlar işte kurtardılar hani... Annemler bakmışlar telefon kapalı, gelecekti bu çocuk, biliyorlar da depresyonda olduğumu. Aramışlar en yakın arkadaşımı, o da gelmiş bulmuş, hop apar topar hastaneye kaldırmışlar... Pek cidden, ciddiye almamışlardı o dönem beni. Ya dedim, bir daha yanınızda birisi depresyodayım derse lütfen şey yapın, yardım edin, etmeye çalışın hani ben sizden yardım istemeye geldim, gittim eve ağlaya ağlaya, dedim ben yapamıyorum, ya geçer ilaç kullanıyor atlatır filan oldular. Ama ya dedim bak bu size de bana ders olsun. Depresyodayım diyeni ciddiye alın ona göre davranın. O mesajı da verdim biraz onlara yani.

İntihar girişimi ile annesinden gizlediği bir durumun ortaya çıkacağını düşünen Serap, bu durumu şu cümlelerle ifade etmiştir: “Yataktan kalktım ve tüm ilaçlarımı tek tek çıkardım. İçtim ve şey bekliyordum: Filmlerdeki gibi sabah uyanamayacağım ve sabah insanlar beni burada bulacak. Benim annem eve çıktığını bilmiyordu o zaman, tek düşündüğüm şey annem çıktığını öğrenecekti”. Görüşmeler sırasında Serap annesi ile ilişkisinin kötü olduğunu ve annesinin ilgisizliğinin kendisini çok üzdüğünü ifade etmiştir. Bu bağlamda, Serap’ın annesiyle olan ilişkisindeki uzaklığı, annesine açık edecek bir şekilde intihar girişiminde bulunması anneye yönelik bir mesaj olarak düşünülmüştür.

Müge ise intihar girişimini annesinin baskısı karşısında, kardeşini ve kendisini korumak adına yaptığı bir eylem olarak tanımlamakta ve annesine “Biz neyi yanlış yaptık?” sorusunu sordurabilmeyi amaçladığını şu cümlelerle ifade etmiştir: “*Psikiyatristim şöyle demişti:*

Bayağıdır kötü bir durumdaymışsın. Nasıl? Bunu kimse nasıl fark etmedi?”. Psikiyatrist falan da (ailesinden bahsediyor) onlarla bayağı konuştu. O da birazcık şey demiş, siz sıkılmışsınız biraz falan demiş işte. Şey dediler sonra (ailesinden bahsediyor) “Niye sıktık biz seni bu kadar? Ne yaptık?” Hani neyi yanlış yaptık falan dediler. Böyle konuştuk anlaştık karşılıklı bayağı. Güzel oldu. Bir de annem, böyle benim üstümde çok baskıcıydı ders açısından. “Aman şöyle ol birinci ol” falan, benden daha hırslıydı yani bu konuda. Kardeşime de aynıını yapıyor... Hani ben bunları engellemek istiyorum, istedim. Ona baskı yapmasınlar istedim. Bir süre de işe yaradı ama mesela şimdi tekrar eskiye döndü.

Yakın İlişkinin Eksikliği

Katılımcıların hepsi kendilerini yakın hissettikleri birilerinin ve/ya kendilerine destek olmasını istedikleri kişilerin eksikliğine dair benzer deneyimler paylaşmaktadır. Bu anlamda ikinci temanın içeriğini bu eksiklik deneyimi oluşturmaktadır. Bu eksikliği “sevgi eksikliği” şeklinde deneyimlediği ifade eden Müge, kendini şu şekilde ifade etmektedir:

O gün (intihar girişiminde bulunduğu günden bahsediyor) mesela işte arayıp erkek arkadaşına bunu söyleseydim ya da o arkadaşım (o gün intihar düşünceleri aklına geldiğinde telefonla aradığı arkadaşını) bana düzgün bir şekilde davranıp sadece “ya işte saçmalama, biz seni seviyoruz” falan deseydi bile ya da ne bileyim, belki annem öyle gelip bana bir sarılsaydı bile ben o, onu yapmazdım gibime geliyor. Çünkü o gün ihtiyacım olan tek şey, şeydi böyle, sevgi gibiydi. Sadece sevgi görmek istemiştin. Kendimi çok yalnız hissediyordum. Yalnız olmadığımı düşünmek istemiştin.

Mert ise eksiklik telafi edilmiş olsaydı intihar girişiminde bulunmayabileceğini belirtmiştir. Mert için ise bu eksiklik kendisine bağlanmış veyahut kendisinin bağlandığı birinin olmaması üzerinden deneyimlenmektedir:

Gerçekten intihara meyilli olduğumu fark ettiğim zamanki bunu fark etmem bayağı uzun zaman aldı... Ya bu şey gibi, dünyanın size ihanet ettiğini düşünüyor olmanız lazım bence. Çünkü ben öyle düşünüyordum... Yanımda yani hakikaten yakın olduğum, bir şekilde benim, bana bağlanmış ya da benim bağlandığım bir insan olsaydı yapabileceğimi zannetmiyorum yani (intihar girişiminden bahsediyor).

Kontrol Kaybı

“Kontrol Kaybı” teması ise katılımcıların intihar girişimleri öncesi ve sonrasında deneyimledikleri kontrol hissine dair düşüncelerini kapsamaktadır. Katılımcılar, intihar girişimleri öncesinde bedenleri, kararları ve davranışları üzerinde kontrolü kaybettiklerine dair duygu ve düşüncelere sahip olduklarını belirtmişlerdir.

Berkay hayatının o döneminde ölüm düşüncesini, kontrol kaybına paralel olarak ortaya çıkan bir durum olarak ifade etmektedir. Berkay, kontrol kaybı deneyimini şu şekilde aktarmıştır:

Hatta alkole düştüm, esrar kullanıyordum. Hani hepsi bir arada, üst üste gelince bayağı kontrolüm kayboldu. Bayağı kötü uyanıyordum güne, bir de şey fark ettim, dengesiz uyanıyorum. Bazı gün mesela çok mutlu uyanıyordum, bazı gün çok kötü uyanıyordum. Yavaş yavaş o depresiflik artmaya başladı. En son şey yaptım zaten ya, dedim ben mantıklı düşünemiyorum. Bir de ölüm düşüncesi kafamda yer etti çıkmadı... (kısa bir sessizlik sonrası) kaydı gitti benim hayatım elimden karıştı her şey toparlayamıyorum.

Katılımcılar, kontrol kaybını deneyimledikleri süreç boyunca intihar düşüncesinin akıllarının bir köşesinde bulunduğunu ancak bu konuda harekete geçebileceklerini düşünmediklerini belirtmişlerdir. Bununla birlikte katılımcılar, intihar girişiminde buldukları anı, kontrollerinin kaybolduğu ve dürtüsel bir an olarak ifade etmişlerdir. Bu

anlamda Berkay, intihar davranışını “*yapmayacağımı düşündüğü bir şey*” olarak tanımlamaktadır:

Sürekli aklımda vardı intihar düşüncesi ama kesinlikle hap içerek yapmam diyordum... Kafamın içindeki bir şeydi ve planlamıyordum, aslen yapmam diyordum ve atlatırım gözüyle bakıyordum. O gün bir anda oldu cidden. Ben uyumaya (uyumak için odasına yürüdüğünden bahsediyor) yürürken raflarda gördüm ilaçları. Bir an sonra baktım ilaçları içiyordum. Hipnotik bir andı benim için.

Müge ise intihar girişiminde bulunmasını “*yaptığına inanmadığı bir şey*” olarak ifade etmektedir: “Odanın içerisinde dolaşıyordum. Sonra işte yatağın üstüne oturdum falan böyle orada film koşturdu yani... Gözümü hastanede açtım ve “ne oldu?” dedim hani... O anda böyle yaptığıma bile inanmadım. Yani gerçekten anlamıyorum, böyle nasıl oldu?”.

Bununla birlikte, katılımcılar intihar girişimleri sonrası kontrol kaybı hissinden uzaklaştıklarını, kendilerine dair inançlarının ve hayatlarını ilgilendiren konulara dair (akademik, mesleki ve ilişkisel konular) ilgi ve motivasyonlarının arttığını belirtmişlerdir. İntihar girişimi sonrasında yoğun bir iyileşme süreci geçiren Müge bu süreci şu şekilde ifade etmektedir:

Bunu da atlattım, bunu atlatmak da benim için çok güzel bir ders oldu. Çünkü ben ilk düştüğümde doktorlar bir sene içerisinde yürümeye başlar demişlerdi, ben üç-dört ay sonra falan ayağa kalkmıştım, yani şeyle yürümeye başlamıştım koltuk değneğiyle hani. İnanılmaz bir iyileşme süreci yaşadım. Çünkü böyle çok çabaladım gerçekten, fizik terapiye gidiyordum, bütün hareketleri yapıyordum. Böyle kendimi bırakmadım yani çok uğraştım geri ayağa kalkabilmek için. Bunları da gördükten sonra dedim, yani işte yapabilirim. Bir de dedim ya düştükten sonra anlayamadım, ne olduğu fark edemedim bile ve gerçekten atladığım fark edince kendime çok kızdım. Dedim sen ne kadar güçsüz bir insansın, ama ondan sonra bunları atlatınca dedim ki işte ben güçlü bir insanım hani, bunu da atlatacağım.

Mert ise intihar girişimi sonrası kontrol hissini “*kendini toparlamak*” şeklinde ifade etmektedir: “*Hayatta kendimi toparlamaya uğraştığım bir aşamadayım. Hayattaki her şey biraz dinamik, iş koşullarım olsun falan. O yüzden erken kalkayım diye uğraşıyorum. Belki spora başlarım... bir yandan terapiye gidiyorum, kendimi toparlamaya uğraşıyorum.*”

Anneye Yönelik Olumsuz Duygular

Son tema “Anneye yönelik olumsuz duygular” temasıdır. Katılımcılar, görüşmelerde yoğun bir şekilde anneleri ile olan ilişkilerinden ve bunun hayatlarına olan etkilerinden

bahsetmişlerdir. Bu tema, katılımcıların anneleri ile olan ilişkilerinde yaşadıklarını ifade ettikleri inatlaşma, öfke ve hayal kırıklığı duygularını içermektedir.

Annesini oldukça dindar bir kadın olarak tanımlayan Berkay, inanç konusunda kendisinden bahsederken; bir anda annesinin tam zıttı bir pozisyon aldığını belirterek konuşma akışını değiştirmiştir. Sözlerine bu durumun annesi ile olan ilişkisinde sorunlara neden olduğunu belirterek devam etmiştir:

Ateistim bu arada, annem çok Müslüman bir kadındır... O gün de dedim zaten (annesinden bahsediyor) sen benim ateist olmamı hiçbir zaman sindiremedin, hiçbir zaman da sindiremeyeceksin. Bu yüzden de benim söylediğim her şey sana batıyor, cidden öyle ama hani mantıklı olsun, mantıksız olsun. Benim sunduğum her görüş annem tarafından saçma olarak algılanıyor. Çünkü biliyorum içten içe beni suçluyor, inanmıyor diye.

Geçmişte annesi ile çok yakın olduklarını ifade eden Mert ise, bu yakınlığın artık mevcut olmadığından bahsederken “*annesinin istediği gibi*” olmadığını ifade etmiştir. Bu duruma olan öfkesini ve hayal kırıklığını ise şu şekilde dile getirmektedir:

Bir yaşıma kadar annemle tabiri caizse kış kışaydık... Liseden itibaren şey oldu. Hani annemle ayrılmaya başladım büyük ihtimalle... Karakter ayrışması diye yorumluyorum ben bunu. Yani... Çünkü hani birbirimize -annem bana öyle bakmıyordur büyük ihtimalle de ben biraz hani problemlili bir insan olduğum için- annemi, yani istediğim gibi hayal ettiğim gibi çıkmadı mı annem ne diyeyim, çok kötü tabirler kullanacağım diye de korkuyorum aslında.

Serap ise annesiyle istediği gibi bir yakınlığın artık mevcut olmamasını “*vazgeçmek*” olarak ifade etmekte ve bu durumu şu şekilde anlatmaktadır:

Annemle de son beş yıldır sanırım, evet son 5-6 yıldır çok iyi değiliz. Eskiden çok arkadaş gibiydik ama sonradan değiliz... bir anne bir çocuğunu nasıl bu kadar yok sayabilir, nasıl bu kadar vazgeçebilir bunu bir türlü kabullenemiyordum. Hani çünkü şey diye düşünüyorum, anne çocuğa emek veriyor çocuk anneye emek vermiyor. Biz kolay vazgeçebiliriz ama onlar bizden vazgeçemezlermiş gibi geliyor bana. Ama vazgeçilebiliyormuş. Sonra, ilk başta çok üzülüyordum çok sinirleniyordum. Ya böyle çok öfkeliydim daha doğrusu. Ama, artık değilim ya...

Tartışma

Bu çalışmada amaç genç yetişkin bireylerin intihar girişimi deneyimlerini anlayabilmektir. Görüşmeler yorumlayıcı fenomenolojik analiz yöntemi ile analiz edilerek, öznenin intihar davranışı ile olan ilişki süreci anlaşılmasına çalışılmıştır. Bu bağlamda ilgili

çalışma, bireylerin ilişkileri, intihar girişimine kadar olan süreçleri ve intihar girişimlerinin hayatlarında yarattığı etkiyle ilgili araştırma soruları içermektedir. Araştırmanın sonucunda “Mesaj vermek”, “Yakın ilişkinin eksikliği”, “Kontrol kaybı” ve “Anneye yönelik olumsuz duygular” olmak üzere dört farklı tema elde edilmiştir.

İlk tema “Mesaj vermek” olarak adlandırılmıştır. Lacanyen teoriye göre ölüm gerçek düzlemde oluşan bir delik olarak tanımlanmaktadır. İntihar davranışı ise eyleme dökme ve eyleme geçme olarak değerlendirilmektedir. Freud’a göre eyleme dökme “hatırlamak” ile ilişkilidir. Lacan, eyleme dökmenin hatırlama ile olan ilişkisine katılmakla birlikte, hatırlama davranışının öznel arası bir boyutunun da bulunduğunu belirtir. Bu bağlamda hatırlama davranışı sadece bir şeyi bilince çağırarak ilgili değil, aynı zamanda onu dil yoluyla Başka’ya aktarmakla da ilgilidir. Lacan Başka’nın özneye sağırlaştığı durumlarda öznenin mesajını sözle aktaramadığını ve öznenin mesajını eylemlerle ifade etmek durumunda kaldığını belirtir (Evans, 2006). Dolayısıyla, eyleme dökmenin doğrudan Başka’ya yöneltilmiş bir mesaj özelliği taşıdığı söylenebilir. Bununla birlikte, eyleme dökme ve eyleme geçme Başka ile ilişkilendirme yönüyle birbirinden ayrılmaktadır. Eyleme dökme de özne hala sahne içinde kalmakta, eyleme geçme de ise özne bütünüyle sahneden çıkmaktadır. Bu anlamda katılımcıların intihar girişimleri simgesel ağdan çıkışı temsil eden eyleme geçmeden ziyade Başka ile ilişkilendirmelerini devam ettirmeleri açısından eyleme dökme olarak yorumlanmıştır. Görüşmelerin analizleri sonucunda katılımcıların kendileri için Başka konumunda bulunan kişilere göndermek istedikleri bir mesajın olduğu düşünülmüştür. Görüşmelerin analizi sonucunda, katılımcıların taleplerini simgesel yollarla Başka’ya iletemediklerine ve/ya Başka tarafından mesajlarının alındığına dair dönüt almadıklarına yönelik düşüncelere sahip oldukları düşünülmüştür. Bu bağlamda Başka pozisyonunda konumlandıkları ebeveynleri tarafından yardım çağrıları dikkate alınmayan ve bunun sonucunda intihar girişiminde buldukları düşünülen katılımcıların, intihar girişimleri Başka’ya verilen bir mesaj olarak yorumlanmıştır. Öznenin biricikliğinden dolayı bu mesajın içeriği değişmekle birlikte katılımcıların ifadelerinden, bu mesajların aile baskısına verilen tepkiyi ve aile ilişkilerindeki uzaklığı göz önüne serme niyeti taşıdıkları düşünülmüştür.

Lacan’a göre intihar Başka’dan istenen bir onaylanma isteğidir (Lacan, 2014). Özne, eyleme dökerek bir nevi Başka’ya olan bağlılığını onaylamaktadır. Bu anlamda eyleme dökme davranışı, nihai bir sahneden çıkma isteği taşımanın aksine Başka’ya yönelik bilinçdışı niyeti ihtiva etmeye devam etmektedir. Bununla birlikte psikanalitik yaklaşımda dil sürçmeleri bilinçdışından kaçan niyetler olarak ele alınmaktadır (Evans, 2006). Görüşmeler sırasında, Berkay adlı katılımcının “*İnşallah- aman Allah’tan ölmedim gibi bir şeyim hiç olmadı*” şeklinde bir dil sürçmesi yaptığı görülmüştür. Katılımcının “İnşallah ölmedim” diyerek

sürçmesi, bireyin bilinçdışı niyetinin hayatını sonlandırmak olmadığı şeklinde yorumlanmıştır. Bu bağlamda Berkay da dahil olmak üzere bütün katılımcıların intihar girişimleri; eyleme dökme ve Başka'nın arzusunda yer alabilmenin bir yolu olarak yorumlanmıştır.

İkinci tema ise “Yakın ilişkinin eksikliğidir”. Görüşmeler sırasında katılımcılar, temel olarak kendilerini yakın hissettikleri birilerinin ve/ya kendilerine destek olabileceğini düşündükleri kişilerin desteğinin eksikliğinden bahsetmişlerdir. Öyle ki katılımcılar için bu kişilerin ve desteklerinin eksikliği o kadar yoğun bir şekilde deneyimlenmektedir ki katılımcılar, eksikliğin telafisinin olduğu bir durumda intihar teşebbüsünde bulunmamış olabileceklerini ifade etmişlerdir. Bu söylemler doğrultusunda, katılımcıların yakın ilişkide bulunmak istedikleri kişiden bir talepleri olduğu ancak bu taleplerin karşılanmadığı düşünülmüştür. Lacanyen teoride talebin (*demand*) iki fonksiyonu bulunmaktadır: İhtiyacın sözcülenmesini sağlarken sevgi için de bir talep oluşturmaktadır. Bu anlamda Lacan, bebeğin ağlamasının sadece içgüdüsel bir tepki olmadığını, bebeğin aslında simgesel düzene entegre senkronik ağlamalar gerçekleştirdiğini belirtmektedir (Lacan, 2020). Yani, biyolojik açıdan kendi ihtiyaçlarını gidermekte yetersiz olan çocuk, ihtiyaçlarını sese dönüşmüş bir şekilde ifade etmek yani talep etmek zorundadır. Bu ihtiyaçlar ise bir başkası, yani anne tarafından karşılanmalıdır. Nitekim, Lacanyen teoride çocuğun ihtiyacı olan nesnenin bir başkası tarafından karşılanması aynı zamanda Başka'nın sevgisinin göstergesi olarak yorumlanmaktadır. Dolayısıyla, talep ihtiyacın sözcülenmesini sağlarken aynı zamanda da sevgi talebine dönüşmektedir. Bu dönüşüm talebin, simgesel fonksiyonunun gerçek fonksiyonunu geri plana itmesine neden olmaktadır. Bu nedenle, ihtiyaç (*need*) giderilmiş olsa bile sevgi açlığı, sonsuz ve doyumsuzdur. Lacan'a göre bu açlık ve doyumsuzluk arzunun doğasını oluşturmaktadır (Evans, 2006). Lacan, talebin tatmin edilmediği durumlarda öznenin frustrasyona uğradığını belirtmektedir (Lacan, 2020). Frustrasyon temelde annenin, çocuğunun sevgi talebini reddetmesi olarak tanımlanmaktadır. Yukarıda da değinildiği üzere, çocuk için nesnenin gerçek fonksiyonundan (beslenme, bakım) ziyade simgesel fonksiyonu (annenin sevgisi) daha önemlidir. Ancak, frustrasyon durumunda anne için çocuğun biyolojik ihtiyaçlarını tatmin etmek, sevgisinin önüne geçmektedir. Örnek vermek gerekirse, çocuk annesine acıktım dediğinde, mesele annenin ne yemek yaptığı değildir. Buradaki önemli nokta, yemeğin çocuğa nasıl sunulduğudur. Yemek çocuğun önüne mi atılıyor yoksa çocuğa güzel güzel yediriliyor mu? Lacan'a göre biyolojik ihtiyaçların tatmini, sevgiye olan talebin inkâr edilmesinin telafisi olarak yorumlanmaktadır. Bununla birlikte, frustrasyon nesnesi gerçektir ancak eksikliği imgesel düzene aittir ve bu imgesel eksiklik, özne tarafından imgesel bir yara gibi deneyimlenmektedir (Uçar, 2018). Bu bağlamda katılımcılar için yakın olan kişinin

eksikliği gerçektir ve bu kişinin eksikliği imgesel düzende deneyimlenmektedir. Öyle ki katılımcılar, yakın bir ilişkinin eksikliği olmasaydı intihar girişiminde bulunmayacaklarını söylemektedirler. Bu bağlamda frustrasyon kavramı özne için tatmin içermeyen ve arzulanan bir şeyin yokluğudur. Katılımcılarla yapılan görüşmeler sonucu, bazı katılımcıların doğrudan anneleri üzerinden, bazı katılımcıların ise isim vermeden, bazı katılımcıların da yakın çevrelerinden talep ettikleri ancak elde edemedikleri bir sevgi talepleri olduğu düşünülmüştür. Bununla birlikte taleplerinin Başka'ya ulaşmadığını düşünen katılımcıların yoğun bir frustrasyon deneyimledikleri düşünülmüştür. Bu bağlamda, katılımcıların intihar girişimleri de Başka'ya olan bu taleplerini eyleme dökerek iletmeye çalışmaları şeklinde yorumlanmıştır.

Üçüncü tema “Kontrol Kaybı” olarak adlandırılmıştır. Görüşmelerin analizi sonucunda katılımcıların, yaşamlarının çeşitli alanlarını etkileyen bir kontrol kaybı deneyimledikleri düşünülmüştür. Düşünceleri ve bedenleri üzerindeki kontrolü kaybettiklerini düşünen katılımcılar bu kayıp hissi karşısında üzüntü, endişe ve öfke gibi duygular deneyimlediklerini dile getirmişlerdir. Bununla birlikte, katılımcılar bu söz konusu kontrol kaybı hissini intihar girişiminden önceki süreçte ortaya çıktığını belirtmekte ve intihar girişimlerini “*bir an için*” vuku bulan ve kontrollerinin dışında gelişen bir durum olarak ifade etmektedirler. Psikanalitik yaklaşımda eyleme dökme “öznenin sıradan davranış örüntülerinin görece dışında olan, dürtüsel bir boyut sergileyen” ve “böylece öznenin genel faaliyetleri içinden ayırt edilmesi oldukça kolay olan eylemler” olarak tanımlanmaktadır (Laplanche ve Pontalis, 1967). Bu bağlamda, katılımcıların intihar girişimlerinin de dürtüsel doğaları göz önünde bulundurularak, eyleme dökme olarak yorumlanabileceği düşünülmüştür. Daha önce de değinildiği üzere Lacanyen teoride ise eyleme dökme bir iletişim tarzı olarak yorumlanmaktadır. Özne kendini simgesel düzen içinde, yani dil yoluyla Başka'ya ifade edemediği zaman mesajını eylemlerle ifade etmek durumunda kalmaktadır (Rowan, 2010). Bu bağlamda katılımcıların, kontrol kaybı deneyimlerine dair söylemleri, kendini simgesel düzende ifade edemedikleri ve algıladıkları problemler ile imgesel düzlemde başa çıkmaya çalıştıkları şeklinde yorumlanmıştır.

Dördüncü ve son tema ise “Anneye yönelik olumsuz duygular” temasıdır. Bu temanın içeriğini anneye duyulan inatlaşma, öfke ve hayal kırıklığı duyguları oluşturmaktadır. Görüşmelerin analizleri sonucunda, bütün katılımcılar çeşitli sebeplerden dolayı annelerine karşı yoğun bir öfke beslediklerini dile getirmişlerdir. Öfkelerinin ortak noktasını ise anneye olan ilişkinin yakınlığı ve uzaklığı konuları oluşturmaktadır. Psikanalitik yaklaşımda anne ile olan ilişki, kendine oldukça önemli bir yer bulmaktadır. Özne için Başka konumundaki ilk kişi annedir. Bununla birlikte Lacanyen psikanalizde Başka'nın tanımı “dilek ve isteklerimize davet edilmediği halde bir istilacı gibi nüfuz eden, bize diğerlerinin arzusu hakkında ve onlarla nasıl

iletişim kurabileceğimiz hakkında ipucu veren” olarak yapılmaktadır (Fink, 1995). Arzu ise her zaman Başka'nın arzusudur. Bu arzu hem Başka'nın arzu nesnesi olmayı hem de Başka tarafından tanınmayı içermektedir (Fink, 1997). Bununla birlikte bütün katılımcılar, anneleri ile olan ilişkilerinde, annelerinin isteklerinin zıttı yönünde hareket etmelerini aralarında ciddi bir anlaşmazlık konusu olarak ifade etmiştir. Her ne kadar katılımcılar, Başka konumunda olan annelerinin arzusunun zıttı yönde ilerlediklerini ifade etseler de içinde buldukları konum nedeniyle bu durum yine de Başka'nın arzusunun peşinden gittikleri şeklinde yorumlanmıştır.

Bununla birlikte, Freud haz ilkesi nedeniyle itkilerimizin bir nesneye bağlandığını ancak bu nesneyle çok yakın bir bağlanmanın fiksasyona neden olduğunu belirtmektedir. Bu yakınlığın ölüm itkisini tetiklediğini belirten Freud, intiharın da bu nesneyle olan özdeşim sonucunda gerçekleştiğini belirtmektedir (Canbolat ve Gençöz, 2019). Bu durum katılımcıların görüşmeler sırasında yaptıkları dil sürçmeleri ile de desteklenmektedir: “*Belki annem öyle gelip bana bir sarılsaydı bile ben o, onu yapmazdım gibime geliyor*”. Müge'nin ifadesinde de görülebileceği üzere annesi ile kurduğu özdeşim “Ben o” şeklinde kendini göstermektedir. Nitekim, Freud'a göre öznenin özdeşim kurduğu bu sevilen nesnenin kaybı öznedeki saldırganlık yaratmakta ve bu nesneye olan saldırganlık yön değiştirerek, öznenin kendisine yönelmektedir (Lees ve Stimpson, 2002). Bu bağlamda katılımcıların geçmişte çok yakın ilişkide buldukları annelerine olan bilinçdışı saldırganca hislerini kendilerine yöneltmiş oldukları düşünülmüştür.

Son olarak bu çalışmadaki sınırlılıklara değinmek gerekmektedir. Homojen bir örneklem oluşturma bağlamında, tüm katılımcıların aynı cinsiyette ve aynı psikiyatrik rahatsızlığa sahip olmamaları bu araştırma için bir sınırlılığa neden olmaktadır. Bu anlamda katılımcıların cinsiyetleri oldukça önemlidir çünkü Freud'a göre kadın ve erkeklerin seçtikleri intihar yöntemleri farklılaşmaktadır. Bu da kişilerin intihar deneyimleri ve bu deneyime atfettikleri anlamları değiştirebilmektedir. Bununla birlikte, Freud erkeklerin yöntem olarak daha çok ateşli silahları kullandığını belirterek, bunun penisin bir ikamesi olduğunu söylemektedir. Kadınlar ise daha çok aşırı dozda ilaç ve yüksek bir yerden atlama şeklindeki yöntemleri tercih etmekte ve Freud bu durumu hamilelik arzusu olarak yorumlamaktadır (Canbolat ve Gençöz, 2019). Bununla birlikte günümüz istatistikleri de kadın ve erkeklerin intihar yöntemlerinin farklı olduğunu (Özcan, Şenkaya, Özdin ve Dinç, 2016) ve yöntemler arası farklılığın Freud'un tespiti ile paralel olduğunu göstermektedir. Ancak hedef örneklem kitlesinin kolay erişilebilir olmaması nedeniyle araştırma mevcut katılımcılar ile yürütülmüştür. Bu sınırlılığın yanı sıra bu çalışmanın gelecek çalışmalara oldukça katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Uluslararası literatürde intihar davranışına yönelik nitel araştırmalar oldukça enderdir. Bu durum Türkçe literatür için de geçerlidir. Bu çalışma,

bilindiği kadarı ile Türkiye’de intihar girişimlerini nitel bir araştırma yöntemi ile Lacanyen teori üzerinden tartışan ilk çalışmadır. Bu nedenle bu çalışma literatüre değerli bir katkı sağlıyor olmakla birlikte daha sonraki çalışmalarda psikiyatrik rahatsızlık, cinsiyet ve intihar girişimi yöntemi gibi değişkenlerde homojenliğe dikkat edilmesinin, intihar davranışının doğasını anlayabilmek adına önemli olacağı düşünülmektedir.

Tüm bu bilgilerin işığında, klinik ortamda yapılacak görüşmelerde simgesel bir çalışmanın faydalı olabileceği düşünülmüştür. Çalışmada ortaya çıkan sonuçlar göz önünde bulundurulduğunda eyleme dökme niteliği taşıyan intihar girişimlerinde, dil üzerinden yapılan bir çalışmanın etkili olabileceği düşünülmektedir. Bu bağlamda bu kişilerle yürütülecek olan terapi süreçlerinde, simgesel bir çalışma öznenin kendi imgeseline sıkışıp kalmasını engelleyerek, öznenin kendi niyet ve arzularını daha iyi anlama fırsatını bulmasını sağlayabilecektir. Böylelikle kendini simgesel yollarla ifade edebilen öznenin, kendini eylemleri üzerinden ifade etmeye olan ihtiyacının azalacağı düşünülmektedir (Lacan, 2014).

Kaynakça

- Canbolat, F. ve Gençöz, T. (2019). İntihara ilişkin psikanalitik kuramlar: Freud ve sonrası. İçinde H. Devrimci Özgüven, H. & M. Sercan (Ed.). *İntiharı Anlama ve Müdahale: Temel Kitap* (s. 64-72). Ankara: Türkiye Psikiyatri Derneği.
- Canbolat, F., Uçar, S., Aydoğ, S. ve Gençöz, F. (2019). İntihara ilişkin psikanalitik kuramlar: Lacan. İçinde H. Devrimci Özgüven, H. & M. Sercan (Ed.). *İntiharı Anlama ve Müdahale: Temel Kitap* (s. 73-84). Ankara: Türkiye Psikiyatri Derneği.
- Crocker, L., Clare, L. ve Evans, K. (2006). Giving up or finding a solution? The experience of attempted suicide in later life. *Aging Mental Health*, 10(6), 638-647.
- Evans, D. (1996). *An introductory dictionary of Lacanian psychoanalysis*. London: Routledge.
- Fink, B. (1997). *A clinical introduction to Lacanian psychoanalysis: Theory and technique*. USA: Harvard University Press.
- Fink, B. (1995). *The Lacanian subject: Between language and jouissance*. New Jersey: Princeton University Press.
- Freud, S. (2019). *Yas ve melankoli* (L. Uslu, Çev.). İstanbul: Cem Yayınevi (1917).
- Gürbüz, S. ve Şahin, F. (2014). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Hekimoğlu, E. C. ve Bilik, M. Z. (2020). Freud'dan Lacan'a kaygı. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 7(3), 336-367.
- Hjelmeland, H. ve Knizek, B. L. (2010). Why we need qualitative research in suicidology. *Suicide & Life-Threatening Behavior*, 40(1), 74-80.
- Lacan, J. (2014). *The seminar of Jacques Lacan. Book X: Anxiety* (A. R. Price, Çev.). Cambridge, UK: Polity Press. (1962-1963).
- Lacan, J. (2020). *The seminar of Jacques Lacan. Book IV: Object relations* (A. R. Price, Çev.). Cambridge, UK: Polity Press. (1956-1957).
- Laplanche, J. ve Pontalis, J. B. (1967). *The language of psycho-analysis*. (D. Nicholson-Smith, Çev.). London: Hogarth Press. (1973).
- Lees, J. ve Stimpson, Q. (2002). A psychodynamic approach to suicide: A critical and selective review. *British Journal of Guidance and Counselling*, 30(4), 341-352.
- Morrow, S. L. (2005). Quality and trustworthiness in qualitative research in counseling psychology. *Journal of Counseling Psychology*, 52(1), 250-260.
- Nock, M. K., Borges, G., Bromet, E. J., Cha, C. B., Kessler, R. C. ve Lee, S. (2008). Suicide and suicidal behaviour. *Epidemiologic Reviews*, 30(1), 133-154.
- Öncü, B. (2019). İntihar davranışı: Tanım, epidemiyoloji ve risk etmenleri. İçinde H. Devrimci Özgüven, H. & M. Sercan (Ed.). *İntiharı Anlama ve Müdahale: Temel Kitap* (s. 93-110). Ankara: Türkiye Psikiyatri Derneği.
- Özbek Şimşek, D. (2019). *There is more to it than just being thin: An interpretative phenomenological analysis of patients' perceptions of anorexia nervosa*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Özcan, B., Şenkaya, S., Özdin, Y. ve Dinç, A. (2016). Türkiye'deki intihar vakalarının çeşitli kriterlere göre istatistiksel olarak incelenmesi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 40(1), 11-34.

- Ritchie, J. ve Lewis, J. (2003). *Qualitative research practice: A guide for social science students and researchers*. London: Sage.
- Rowan, A. (2000). The place of acting out in psychoanalysis: From Freud to Lacan. *Psychoanalytische Perspectieven*, 41(42), 83-100.
- Sarı, S. ve Gençöz, F. (2015). Shame experiences the underlying depression of adult Turkish women. *Qualitative Health Research*, 26(8) ,1102-1113.
- Sercan, M. (2019). Kendine kıymanın zaman içindeki yolculuğu. İçinde H. Devrimci Özgüven, H. & M. Sercan (Ed.). *İntiharı Anlama ve Müdahale: Temel Kitap* (s. 1-36). Ankara: Türkiye Psikiyatri Derneği.
- Smith, J. ve Osborn, M. (2003). Interpretative phenomenological analysis. *Qualitative Psychology: A Practical Guide to Research Methods*. London: Sage.
- Soleim, K. (2012). Who comes after the act. Erişim adresi: <http://www.lacan.com/symptom13/who-comes.html>
- Uçar, S. (2018). *Father loss during early childhood*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.

Yazar Notu

Her zaman olduğu gibi bu çalışmada da teorik bilgisini ve klinik tecrübesini benimle paylaşmaktan geri durmayan Münevver Zuhale Bilik'e; çalışmanın veri toplama aşamasındaki yardımları, yazım sürecinde bana olan güveni ve desteği ile canım kardeşim Nazlıhan Demir'e ve son olarak, birlikte çalışmaktan çok keyif aldığım, bu çalışmanın da İngilizce son okumasını yapmış olan ve ortaya harika bir iş çıkardığını düşündüğüm Sevgili Erk. N. Günce'ye çok teşekkür ederim.

Acting Out: A Qualitative Study Exploring the Experiences of Individuals who have Attempted Suicide

Summary

'Suicidal behaviour' is defined as acting on a desire to kill oneself or considering undertaking any such actions. A person's suicide-related thoughts and plans, suicide attempts, and successful suicides are all considered to be examples of 'suicidal behaviour'. Psychoanalytic approaches highlight the importance of studying unconscious motives, instead of relying on simple, easily deduced cause-and-effect relationships. According to Freud, suicidal behaviour occurs when one has violent feelings towards someone else but directs those violent feelings towards oneself instead. Those violent emotions have been linked with a death drive. Thus, according to psychoanalytic approaches, suicidal behaviour reflects the death drive. On the other hand, according to Lacanian psychoanalysis, suicidal behaviour reflects the desire of the Other.

The main aim of this study is to understand the experiences of individuals who have attempted suicide. Hence, the interviews focus on understanding what the suicide behaviour means to the participants. To this end, semi-structured interviews were conducted with four participants who attempted suicide in the two years prior to the interviews. The interviews were analyzed using Interpretative Phenomenological Analysis, a method which enables in-depth analysis of individuals' experiences and describes the meanings which individuals attribute to . The data analysis reveals four main themes. These themes have been discussed in light of Lacanian theories. The first theme is *giving a message*. The participants described that their suicide attempts served to convey message to others. The theme consists of participants' search for support, their feelings of helplessness and the meanings they attribute to suicide attempts. The second theme is *the lack of people with whom the participant has a close relationship*. The interviewees described feelings of emptiness due to a lack of close relationships in their lives. The third theme is *the sense of losing control*. The interviewees indicated that they had a drive to end their life and they attempted suicide at a time when they had lost control of their life. The final theme centers on *negative emotions towards mothers*. Interviewees provided lengthy accounts of the problems they experience in their relationships with their mothers. According to Lacanian theory, the Other is the mother and the desire always belongs to the Other. Thus, the interviewees' suicide attempts are interpreted as the desire to be known and approved by the Other. Similarly, the theme of *the lack of people with whom the participant has a close relationship* overlaps with the Other and is related to a

feeling of lack. According to Lacan, when the subject is unable to convey a message to the Other within the symbolic order, that is, using language, the subject resorts to *acting out* instead. Thus, the themes of *the sense of losing control* and *giving a message* have been interpreted as *acting out*. Psychoanalytic approaches define *acting out* as the subject's efforts to confirm his attachment to the Other. In light of the overall analyses and themes, it is argued that all themes are strongly related to the Other. The subject, instead of passage to act, remains on scene and tries maintaining his relationship with the Other.

Nitel Araştırma

Yaşlı Sürücülerin Trafik Ortamlarındaki Yaşantıları: Sorunlar, Çözümler ve Yaşam Kalitesine Yansımalar Temelli Bir Nitel ÇalışmaGizem FINDIK^{1*}, Bahar ÖZ¹¹ Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Ankara, Türkiye**Makale Bilgisi****Anahtar kelimeler:**trafik psikolojisi,
yaşlı sürücüler,
yaşlılık çalışmaları**Öz**

Türkiye’deki yaşlı nüfusun artışı, sürücülüğün yaşlı bireyler için ehemmiyeti ve yaşlıların trafikteki karakteristik özellikleri birlikte düşünüldüğünde, sözü edilen grup için sorun teşkil eden durumların belirlenmesi ve çözüme kavuşturulması gerekliliği, bu durumun yaşlıların yaşam kalitesi açısından önemi ön plana çıkmaktadır. Bu nedenle mevcut çalışma, nitel araştırma yöntemlerini kullanarak yaşlı kimselere göre trafikte problem yaratan noktaları belirlemeyi ve bu noktalara yaşlı perspektifinden çözüm önerileri sunmayı amaçlamaktadır. Mevcut çalışmada, Ankara ilinde yaşayan 12 erkek katılımcıdan veri toplanmıştır. Analiz yöntemi olarak nitel bir yöntem olan Yorumlayıcı Fenomenolojik Analiz (YFA) kullanılmıştır. Yapılan analiz sonucunda yaşlı sürücülerin trafik güvenliğini tehdit eden etmenlerden bahsettikleri “Trafikğin üç sorunu” ve trafikğin daha iyi hale getirilmesi için yapılabilecek uygulamalardan bahsettikleri “Trafikğin çözümü” isimli iki üst tema ortaya çıkmıştır. Sahip oldukları ortak/benzer özellikler gereği, yaşlı sürücüler özel bir grup oluşturmaktadırlar. Mevcut çalışmada bu özel gruptan alınan bir örneklemin deneyimleri ilk elden ve ilk ağızdan, olabildiğince detaylı biçimde ele alınmıştır. Toplumun hızla artan bir kesimini oluşturan yaşlıların sürücülük aracılığıyla sosyal yaşama aktif olarak katılarak daha kaliteli bir yaşam sürmesinin önündeki engellerden bazıları tespit edilip bu engellerin nasıl ortadan kaldırılabileceğine dair çözüm önerileri sunulmuştur.

Abstract**Keywords:**traffic psychology,
older drivers,
aging studies

Considering the increase in the older population in Turkey, the importance of driving for older people, and the characteristic features of older individuals in traffic settings; a need for identifying and providing solutions to the problems of this special group emerges. For this reason, the current study aims to pinpoint the problematic aspects in traffic for older people and offer solutions to these issues from their perspective through qualitative research methods. In this study, data was collected from 12 male participants who live in Ankara. Interpretative Phenomenological Analysis was chosen as the analytical method. Results of the analysis yielded two superordinate themes named “Three problems of traffic” and “Solutions of traffic” in which older drivers mentioned the factors that threaten traffic safety and the practices that can improve the traffic environment, respectively. Older drivers form a special group due to their mutual/similar characteristics. In the current study, experiences of a sample of this special group are investigated firsthand and as detailed as possible. A number of barriers against older people living a high-quality life through actively engaging in social life are identified and solutions are offered as to how these barriers can be eliminated.

*Sorumlu Yazar: Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Ankara/Türkiye.
e-posta: gizem@metu.edu.tr

DOI: 10.31682/ayna.720020

Gönderim Tarihi (Received): 14.04.2020; Kabul Tarihi (Accepted): 24.10.2020
2148-4376

Giriş

Türkiye'nin demografik yapısı, hızla yaklaşmakta olan bir değişimle karşı karşıya. Sanılanın aksine, doğurganlık ile ölüm oranlarının artması ve göçe bağlı sebeplerden ötürü ülkemiz nüfusunun yaşlanma hızı gün geçtikçe artmaktadır (Arun, 2014; Arun, 2018). Bu durum ise yaşlı bireylerin, yani 60 yaş ve üzerindeki kişilerin (United Nations, 2015), varlığının çeşitli ortamlarda daha belirgin hale gelerek yeni ihtiyaçlar doğmasına yol açmaktadır. Ne var ki, hızla yaşlanan ülkemizdeki yaşlılık çalışmaları çeşitli disiplinlerde yürütülmeye devam etse de ülkemiz sözü edilen ortamlardaki ihtiyaçların etkili biçimde tespit edildiği ve bu ihtiyaçlara hızla çözüm bulunduğu organize bir yapılanmadan henüz yoksundur (Arun, 2018). Yaşlılık döneminin şekillendirilmesinde rol oynayan çeşitli etmenlerin belirlenmesi ve iyileştirici uygulamalarda etkin kullanımının sağlanması sürecinin ülkemizde gelişimini tamamladığını söylemek de ne yazık ki henüz mümkün olmamıştır (Koçman, 2006).

Yaşlı bireylerin sayısının küresel olarak arttığı ve bu temelde çeşitli düzenlemelerin yapılması gerektiği aşikardır. Bahsedilen artışın ve buna paralel olarak yeni ihtiyaç ve düzenleme gereksiniminin ortaya çıktığı ortamlardan biri trafik ortamıdır. Yaşlı bireyler trafik ortamında sürücü, yaya veya yolcu olmak üzere farklı yol kullanıcıları rollerinde yer alabilmekte ve bu rollerin sağladığı hareketlilik sayesinde pratik, sosyal/duygusal ve estetik ihtiyaçlarını giderebilmektedirler (Musselwhite ve Haddad, 2010). Günümüze kadar yapılan ve trafik ortamlarında yaşlı yol kullanıcılarını inceleyen çalışmaların ağırlıklı olarak, yaşlı olmanın getirdiği fiziksel gerilemeler, bilişsel problemler ve tıbbi sorunlar gibi konuları ele aldığı (Freund ve Smith, 2011); bazı durumlarda yaşlı yol kullanıcılarının diğer yaş gruplarındaki yol kullanıcıları ile bu beceri ve özellikler temelinde karşılaştırıldıkları (Azık, 2015; Bartolacci ve ark., 2020; Simons-Morton ve ark., 2020), hemen hemen tamamı nicel yöntemlerle yapılmış çalışmalar olduğu görülmektedir. Örneğin, Bravo, Duarte, Cerda ve Castellucci (2020) çalışmalarında kazaya karışma oranlarını sürücüleri yaş gruplarına ayırarak incelemiş, yaşlı sürücülerin orta yaş grubuna kıyasla kazaya karışma oranlarının 0,5 kat, yaralanma oranlarının 0,6 kat, ölüm oranlarının ise 1,3 kat daha fazla olduğunu belirtmişlerdir. Benzer şekilde Feng, Meuleners, Stevenson, Heyworth, Murray ve Maher (2020) çalışmalarında hafif bilişsel gerileme yaşayan yaşlı sürücülerin bilişsel gerileme yaşamayanlara göre trafikte daha fazla öz-düzenleyici davranış sergilediğini bulmuştur.

Bahsedilen ilgili alanyazına bakıldığında, günümüze kadar yürütülmüş olan çalışmalar birçok konuda bilgi sağlayıcı ve çözüm üretici olmasına rağmen, günümüz dünyasında, yaşlı bireylerin yaşlılıkla birlikte oluşan yaşam kalitesi düşüşünü engellemenin belirgin bir yolunun bu kişilerin trafik sisteminin aktif bir parçası olmasını devam ettirmekten geçtiği

görülmektedir. Ancak, bu konu alanyazında bahsedilen bir konu olmasına rağmen, özellikle vurgulanan ve ayrıntıları ile çalışılan bir konu olmamıştır. Farklı araştırmacılarca, araç kullanmanın sözü edilen grubun yaşam kalitesi bakımından farklı bir rolü olduğu tartışılmaktadır. Örneğin, Musselwhite ve Haddad'a (2010) göre, yaşlı bireyler yaya ve yolcu olarak, gereksinim duydukları servis ve hizmetlere ulaşma gibi pratik ihtiyaçlarını giderebilse de bağımsızlık ihtiyacı, kontrol hissi gibi sosyal/duygusal ve bireysel tatmin sağlayan estetik ihtiyaçlarını gidermede bahsi geçen roller yetersiz kalabilmekte ve sürücü rolü ön plana çıkmaktadır. Al-Hassani ve Alotaibi'nin (2014) çalışmasına göre, yaşlı kimseler için sürücülük statüsünün devamlılığı, günlük yaşam etkinlikleri üzerinde kontrol sahibi olma, kendi kendine yetebilme, özgürlük/otonomi gibi anlamlar ifade etmektedir. Ayrıca Al-Hassani ve Alotaibi'nin çalışmasında, araç kullanmayı bırakma sonrası yaşlıların evde daha çok zaman geçirdikleri, boş zaman faaliyetlerine daha az katıldıkları ve arkadaşlarıyla daha az zaman geçirdikleri bulunmuştur. Bununla bağlantılı olarak, araç kullanan ve araç kullanmayı bırakmış yaşlılar arasında yaşam memnuniyeti, yaşam üzerinde algılanan kontrol, ev dışında geçirilen zaman, boş zaman etkinliklerine ayrılan zaman, sosyal aktivitelerle geçirilen zaman ve depresif belirtiler bakımından farklılıklar bulunmuştur. Sözü edilen farklılıklar araç kullanmaya devam eden yaşlıların lehine yöndedir. Diğer bir deyişle, trafik ortamında sürücü olmanın yaşlı bireylerin ihtiyaçlarını giderme ve yaşam memnuniyetlerini artırma açısından özel bir yeri bulunmaktadır. Bu sebeptendir ki, yaşlıların en sık kullandığı ulaşım yöntemi şahsi araç kullanımınıdır (Organisation for Economic Co-Operation and Development, 2001). Bunun yansıması ülkemizde de gözlemlenmektedir; ülkemiz yaşlı nüfusundaki sürücü sayısında yıllar içerisinde bir artış görülmektedir (Yazıcı ve Vural, 2015). Buna rağmen, ne yazık ki, sürücülük, trafik ve ulaşım konuları son yıllarda ülkemizde yapılan yaşlılık çalışmalarında kendisine ayrı bir yer edinememiştir (Arun, 2018).

Yaşlıların ihtiyaçlarını gidermelerinde kritik bir rol oynuyorsa da sözü edilen yaş grubunda sürücülükle ilgili dikkat edilmesi gereken bazı noktalar da bulunmaktadır. Yaşlı bireyler, araç kullanma şekillerini olumsuz etkileyebilecek birtakım görsel, nörolojik, kardiyovasküler, solunumla ilgili, hormonal ve kas-iskelet sistemi ile ilgili problemler yaşayabilmekte, ayrıca kullandıkları ilaçlar sürüşlerine olumsuz etki edebilmektedir (Freund ve Smith, 2011). Yaşlı sürücüler, sözü edilen sorunların sürüş üzerindeki olumsuz etkisini telafi edebilmek adına, daha az araç kullanma, görüşün kısıtlı olduğu durumlarda trafiğe çıkmama, olumsuz hava koşullarında trafiğe çıkmama gibi birtakım öz-düzenleyici davranışlar sergilemektedirler (Azık, 2015). Artan öz-düzenleyici davranışların yanı sıra, sürücüler yaşlandıkça daha bilinçli şekilde araç kullanmakta; fakat buna rağmen uygun hızda gidememe gibi çeşitli hatalar sergilemektedirler (Fındık ve Öz, 2018). Benzer şekilde, Türkiye'de yapılan

bir çalışmada yaşlı sürücülerin araç içerisinde bulunan ve güvenli sürüş için önem arz eden el freni, sinyal gibi operasyonel parçaların kullanımı ve ayna gibi araç parçalarının bireyin antropometrisine (vücut ölçülerine) uygun şekilde kullanımı konusunda hatalı davranışlar sergiledikleri ortaya koyulmuştur (Aran ve ark., 2019). Başka bir deyişle, söz konusu sürücü grubunun trafikte sergilediği belirli davranışlar mevcuttur. Bununla birlikte, Fındık ve Öz'ün (2018) bulgularına göre, Türkiye'deki yaşlı sürücüler trafikteki zorlu koşullar ve diğer yol kullanıcılarıyla yaşanan çatışmalar sonucunda tedirginlik, stres, öfke gibi duygular hissetmekte; zaman zaman da maruz kaldıkları saldırgan davranışları taciz olarak nitelendirmektedirler. Diğer bir deyişle, trafik ortamında yaşadıkları sorunlar, hem yaşlıların ihtiyaçlarını gidermede kritik rol oynayan sürücü rolüne olumsuz etki etmekte hem de tedirginlik ile taciz arasında değişebilen geniş bir yelpazede zuhur ederek psikolojik iyilik hallerine zarar vermektedir. Yaşlı bireylerin hayatın çeşitli alanlarında maruz kaldıkları ayrımcılıkların (Nazlıer Keser, 2019) trafik ortamında da mevcut olması muhtemel görünmektedir. Özetle, yaşlı sürücüler hem fizyolojik durumları hem davranışları hem de duygusal deneyimleri bakımından özel bir grup olarak karşımıza çıkmaktadırlar.

Türkiye'deki yaşlı nüfusun artışı, sürücülüğün yaşlı bireyler için ehemmiyeti ve yaşlıların trafikteki karakteristik özellikleri birlikte düşünüldüğünde, sözü edilen grup için sorun teşkil eden durumların belirlenmesi ve çözüme kavuşturulması gerekliliği ön plana çıkmaktadır. Söz konusu sorunların belirlenmesi ve çözümlenmesi için akla gelen en pratik yöntemlerden biri ise bu konuda kendilerinin fikirlerine başvurmaktır. Araç kullanmayı bırakmanın yaşlılar için hayat pratikleri ve psikolojik süreçler açısından birtakım olumsuz sonuçlar doğurduğu, bu sebeple sürüşün engellenmesi yerine sürücülük statüsünün mümkün olduğunca devam ettirilmesi gerektiği önceki çalışmalarca vurgulanmıştır (örn., Yazıcı ve Vural, 2015). Bunun sağlanması için ise, alanyazında ağırlıklı olarak sunulmuş olan yaşlılıkla bağlantılı bazı fiziksel ve bilişsel beceri kayıplarının farklı yol kullanıcısı rollerine etkisini incelemenin yanı sıra, yaşlı yol kullanıcılarının trafik ortamlarını algılama ve yorumlama biçimlerinin, bu ortamlardaki davranış ve her türlü tepki tercihlerine aktarımının farklı çalışma türleri ile incelenmesi gerekmektedir. Mevcut çalışmanın da temel amacı budur; çalışmada yaşlı sürücülere göre trafik ortamında yer alan problemlerin saptanması ve bu problemlerin nasıl çözülebileceğine dair çözüm önerileri geliştirilmesi hedeflenmiştir. Yaşlı bireyler, hem karakteristik özellikleri olan bir grup olmaları hem de trafikte çoğunlukla yıllar boyunca edindikleri deneyimlerden oluşan engin bir birikime sahip olmaları sebebiyle bireysel deneyimlerine özellikle odaklanılması gereken bir gruptur. Onların bu deneyimlerinden en üst düzeyde ve en pratik şekilde faydalanabilmek için izlenebilecek yollardan birisi de yukarıda bahsedildiği gibi kendileriyle bire bir görüşmeler yaparak fikirlerine başvurmaktır. Sözü edilen

yöntem, kişilerin bireysel deneyimlerini anlamlandırmak ve olan biteni kendi ifadeleriyle ve en kapsamlı şekilde ortaya koymak; sonuç olarak da bu kişilerin veya oluşturdukları grupların yaşantılarını iyileştirmek amacıyla gerekli olabilecek müdahale yöntemlerinin belirlenmesini sağlamak bakımından oldukça kıymetlidir. Bu nedenle, mevcut çalışma, nitel araştırma yöntemlerini kullanarak yaşlı kimselere göre trafikte problem yaratan noktaları belirlemeyi ve bu noktalara kendi perspektiflerinden sunacakları çözüm önerilerini saptamayı hedeflemektedir. Diğer bir deyişle, bu çalışmanın amacı, yaşlı sürücülerin trafikte yaşanan sorunları nasıl anlamlandırdıklarını belirlemek ve kendilerinin bu sorunların çözümüne ilişkin önerilerini almaktır.

Yöntem

Katılımcılar

Mevcut çalışmada, Ankara ilinde yaşayan 12 erkek katılımcıdan veri toplanmıştır. Katılımcıların yaşları 61 ile 76 arasında değişmektedir. Sürücü belgesi sahibi olma süresi ile aktif sürücülük yılları ise sırasıyla 26-48 ve 15-56 arasında değişmektedir. Sürücü belgesi olmadan araç kullanmaya başlayan ve sürücü belgesi aldıktan birkaç yıl sonra araç kullanmaya başlayan az sayıdaki katılımcı dışında, çalışmaya katılan yaşlı sürücüler sürücü belgesi aldıktan hemen sonra araç kullanmaya başlamışlardır. Öte yandan katılımcıların yaşları ve aktif sürüş yılları birlikte incelendiğinde araç kullanmaya başlanan yaş konusunda çeşitlilik olduğu görülmektedir. Son olarak, aylık kat edilen kilometrenin 150 ile 2000 arasında değişmekte olması göz önünde bulundurularak katılımcıların trafikte sürücü olarak kısıtlı zaman geçirdikleri yorumu yapılabilir. Katılımcıların özelliklerine ilişkin detaylı bilgiler Tablo 1’de sunulmuştur.

Prosedür

Orta Doğu Teknik Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulu’ndan onay alındıktan sonra kartopu yöntemi kullanılarak olası katılımcılar ile iletişime geçilmiştir. Katılımcılar için uygun olduğu belirlenen zaman ve mekânlarda veri toplama işlemi gerçekleştirilmiştir. Bu işlemde ilk olarak katılımcılar yapılacak çalışma ile ilgili bilgilendirilmiş, daha sonra görüşme süresince ses kaydı alınmasına ilişkin sözlü olarak rızaları alınmış ve son olarak da çalışmaya gönüllü katılım gösterdiklerine dair yazılı onayları alınmıştır. Bu aşamadan sonra ise ses kaydı başlatılmış ve katılımcılara temel mülakat soruları yöneltilmiştir. Her bir mülakat yaklaşık 20 dakika sürmüştür ve her katılımcı ile tek seferde tamamlanmıştır. Her mülakatın sonunda katılımcıya teşekkür edilmiş, eklemek istedikleri bir şey olup olmadığı sorulmuş ve ses kaydı sonlandırılmıştır. Veri toplama işlemi bittiğinde ses kayıtlarının deşifresi yapılmıştır. Deşifre

işlemi tüm mülakatlar bittikten sonra, gönüllü bir araştırmacı tarafından topluca ve herhangi bir bilgisayar programı kullanılmadan yapılmıştır. Deşifre işlemi bittikten sonra ise analiz aşamasına geçilmiştir.

Tablo 1.

Katılımcı Özellikleri

Katılımcı*	Yaş	Meslek	Sürücü Belgesi Sahibi Olma Süresi (Yıl)	Aktif Sürücülük Süresi (Yıl)	Aylık Kat Edilen Yol (km)
Mahmut	73	Emekli çiftçi	46	56	1650
Necmi	61	Esnaf-sucu	42	40	900
Ferit	76	Emekli işçi	43	43	400
Şaban	61	Akademisyen	37	37	1000
İsmail	68	Emekli şoför	48	48	150
Ekrem	68	Esnaf-berber	38	41	450
Ali	64	Emekli memur	32	32	200
Hayri	63	Emekli asker	28	15	2000
Ahmet	61	Emekli memur	26	22	250
Melih	68	Emekli bürokrat	42	55	1600
Muharrem	64	Esnaf-elektrikçi	29	29	800
Rıfat	64	Emekli memur	43	43	200

Not. * Bu çalışmada katılımcıların gizliliğini korumak amacıyla takma isimler (rumuzlar) kullanılmıştır.

Analiz

Çalışma kapsamında yapılan mülakatların deşifresi tamamlandıktan sonra veri analizine başlanmıştır. Analiz yöntemi olarak nitel bir yöntem olan Yorumlayıcı Fenomenolojik Analiz (YFA) kullanılmıştır. Bu yöntemde temel hedef, katılımcıların bireysel deneyimlerini keşfederek bu deneyimleri anlamlandırmaktır (Smith, 2004). Smith'e (2004) göre YFA'nın üç temel özelliği bulunmaktadır: idiyografik olması (yani her bir katılımcı için derinlemesine inceleme gerektirmesi); tümevarım yöntemini kullanması (yani özelden yola çıkarak genele ulaşmaya çalışması) ve sorgulayıcı olması (yani elde edilen bulguların önceki çalışmalarda raporlanan bulgular ışığında değerlendirilmesi). Temel hedefi ve sahip olduğu bu üç özellik, YFA'yı mevcut çalışmanın amacına uygun kılmaktadır. Çalışmadaki ana amaç, yaşlı sürücülerin içinde yer aldıkları trafik ortamına dair deneyimleri ve gözlemleri temelinde, Türkiye trafiğinde yaşanan sorunların nedenlerini ve olası çözüm yollarını anlamlandırma biçimlerini kavramaktır. YFA'nın bireysel deneyimleri derinlemesine ele alarak topluluğa yönelik sonuçlara ulaşması ve bu sonuçları mevcut alanyazınla ilişkilendirmesi; yaşlı sürücülerin yıllarca edindikleri birikimlerden yola çıkılarak genel trafik sistemine dair çıkarımlar yapılmasıyla ve bu çıkarımların alanyazın ile resmi istatistikler çerçevesinde ele

alınmasıyla büyük ölçüde örtüşmektedir. Smith ve Shinebourne (2012), YFA yürütülürken araştırmacının belirli aşamalar uyguladığını belirtmektedirler. Bu aşamalar sırasıyla verileri tekrar tekrar derinlemesine okuyarak ayırt edici ifadelerle duygusal tepkilerin not edilmesi, alınan notların kavramsallaştırılarak birbirine benzer ifadelerin alt temalar oluşturularak birleştirilmesi, son olarak da ilgili temaların gruplanarak üst temalar oluşturulmasıdır. Mevcut çalışmanın veri analizi sürecinde de bu aşamalar izlenmiştir.

Veri Toplama Aracı

Bu çalışmada veri toplama aracı olarak katılımcılara birtakım demografik sorular ve yarı yapılandırılmış mülakat soruları yöneltilmiştir. Demografik sorular aracılığıyla yaş, sürücü belgesi sahibi olma süresi, aktif araç kullanma süresi ve aylık ortalama araç kullanma miktarına (kilometre cinsinden) ilişkin bilgiler elde edilmiştir. Yarı yapılandırılmış mülakat soruları ise katılımcıların trafik ortamında gözlemledikleri problemlerin ne olduğunu ve nasıl giderilebileceğini anlamaya yönelik sorulardır. Bu sorulardan bazıları şu şekildedir: “Trafik ortamlarında sürücü olarak diğer yol kullanıcılarıyla etkileşiminizi düşündüğünüzde, ne gibi zorluklarla karşılaşsınız?”, “Sizce trafik sistemini geliştirmek için ne gibi uygulamalar yapılmalıdır?”, “Sizce sürücüler trafikte ne gibi hatalar yapmaktadırlar?”.

Çalışmanın Güvenirliği

Howitt'e (2016; p. 439) göre, iyi bir nitel çalışmada bulunması gereken unsurlardan biri refleksivite, yani araştırmacının toplanan verinin doğasına ve analize nasıl etki ettiğine dair farkındalığı ve hassasiyetidir. YFA'da katılımcı kendi deneyimlerini anlamlandırırken araştırmacı da katılımcının deneyimlerini nasıl anlamlandırıdığını anlamlandırıdığından (Smith ve Shinebourne, 2012), araştırma sorusunun oluşumundan çalışmanın tamamlanmasına kadar geçen sürecin her aşamasında araştırmacı aktif rol oynamakta ve bireysel birikimlerini çalışmasına yansıtılmaktadır. Refleksivite, sözü edilen bireysel birikimlerin çalışmaya nasıl yansıdığını ortaya koyarak, çalışmayı olası yanlışlıklar ve temel varsayımlar bakımından şeffaf hale getirir. Mevcut çalışmanın kurgulanışına, analizler sırasında temaların oluşumuna ve birbirlerine bağlanması sürecine etki ettiği düşünülebilecek motivasyonlarına ilişkin refleksivite kısmına aşağıda yer vermekteyim.

Bu çalışmanın her aşaması, analizi yapma rolünü almış araştırmacı olarak benim için hem kişisel hem de akademik açıdan son derece tatmin ediciydi. Kişisel olarak, özellikle veri toplama ve analiz süreçlerinde yaptıklarım “iş”ten ziyade keyifli birer etkinlik gibi hissettirdi. Araştırmacı olarak ise, süreç ilerledikçe hep “doğru yolda” olduğumu hissettim. Mülakatlar gerçekleştikçe, konuştuğum her bir katılımcının hayatının ciltleri doldurabilecek muazzam

birer roman olduğunu gördüm. Katılımcılardan birisi, araç kullanmaya başladığı yıllarda ülkemizde trafik ışıklarının yeni yeni kullanılmaya başladığını söylediğinde ise, temel varsayımlarımdan birini keşfettim ve böylece şahit olduklarımın aslında yalnızca bir kesit olduğunu -bu kesitin öncesi ve sonrasının ise şimdikinden çok daha farklı olabileceğini hatırladım. Tema oluşturma ve yazma süreçlerinde ortak yazardan ve üçüncü bir araştırmacıdan aldığım geribildirimler, bana karakterimin ortaya çıkan ürüne nasıl yansıdığını gösterdi.

Benim, yaşlı bireylerin hareketlilik ve sürücülük bağlamında edindikleri deneyimlerin yaşam kalitelerine yansımalarına olan ilgimin kaynağı, en temelde beni yetiştiren kişi olan anneannem ile ilintilidir. Anneannem, bugün olduğum kişi olmamda en büyük katkıyı yapan birey, kendisi bunu mizahi bir dille reddetse de yaşlı grubunda yer almakta. Benzer şekilde, bugün olduğum kişi olmamı borçlu olduğum annem ve babam da yaşlı grubuna dahil olmaya oldukça yakınlar. Çalışmayı seçtiğim konu, bu alanda yaptığım ve yapacağım tüm işler ile bu işler sonucunda ortaya koyulacak her türlü çıktı; emekleriyle bir “ben” oluşturan bu bireylerin ve onlar gibi nicelerinin yaşamına katkıda bulunmaya çalışarak borcumu ödeme çabamın ürünüdür. Diğer bir deyişle, varlığımdan haberdar oldukları andan itibaren her düşünceleri iyiliğimi sağlamak üzerine kurulu olan büyüklerimin iyilik haline ve yaşam kalitesine değinen bu çalışma, onlara olan minnetimin göstergesidir.

Bulgular

Yapılan analiz sonucunda yaşlı sürücülerin trafik güvenliğini tehdit eden etmenlerden bahsettikleri “Trafikğin üç sorunu: İnsan, araç, çevre” ve trafikğin daha iyi hale getirilmesi için yapılabilecek uygulamalardan bahsettikleri “Trafikğin çözümü” isimli iki üst tema ortaya çıkmıştır. İlk üst tema kapsamında “Yol kullanıcılarının davranışları”, “Yol kullanıcılarının bireysel özellikleri” ve “Araç ve çevre özellikleri” olmak üzere üç alt tema; ikinci üst tema kapsamında “Eğitim ve bilinçlenme”, “Kurallara riayet etme”, “Denetim ve yaptırım” ve “Araç-yol bakım onarımı” olmak üzere dört alt tema ortaya çıkmıştır. Yapılan analiz neticesinde Tablo 2’de görülen, birbirlerini bütünlüyci üst ve alt temalara ulaşılmıştır.

Trafikğin Üç Sorunu: İnsan, Araç, Çevre

Katılımcılara göre, trafikte yaşanan sorunların en temel kaynağı insan faktörüdür. Diğer bir deyişle, sürücülerin yaptıkları ihlaller trafikte tehlike arz etmektedir. Bu tema altında yaşlı sürücülerin gözlem ve deneyimleri, sürücülerin yaptıkları ihlalleri içeren “Yol kullanıcılarının davranışları”, sürücülerin bu ihlalleri yapmasında rol oynayan özelliklerini içeren “Yol kullanıcılarının bireysel özellikleri” ve trafikte yaşanan problemlere etki ettiği

düşünülen araç ve çevre koşullarını içeren “Araç ve çevre özellikleri” isimli üç alt tema etrafında toplanmıştır.

Tablo 2.

Üst Tema ve Alt Tema Listesi

Üst temalar	Alt temalar
Trafiğin üç sorunu: İnsan, araç, çevre	-Yol kullanıcılarının davranışları -Yol kullanıcılarının bireysel özellikleri -Araç ve çevre özellikleri
Trafiğin çözümü: Eğitim, denetim, mühendislik	-Eğitim ve bilinçlenme -Kurallara riayet etme -Denetim ve yaptırım -Araç-yol bakım onarımı

Yol kullanıcılarının davranışları. Yapılan görüşmelerin birçoğunda katılımcılar trafikte hız ihlalleri ile karşılaştıklarını belirtmişlerdir. Sözü geçen konuda her ne kadar katılımcıların çoğu aşırı hızdan yakınsa da, hızı trafiğin koşullarına uygun olacak şekilde ayarla(ya)mama da yaşlı sürücülerin özellikle değindiği unsurlar arasında olmuştur. Katılımcılara göre, hız ihlalleri yalnızca araç kullanan kişiler için değil, bu kişilerin yakınları ve diğer yol kullanıcıları için de istenmeyen sonuçlara yol açabilmektedir. Buna ek olarak, yaşlı sürücülere göre, hız ihlalleri sonucunda trafikte olması beklenen hoşgörü ortamı bozulabilmekte ve bu durum yaşlı sürücülerini olumsuz yönde etkilemektedir. Diğer sürücülerin yaptıkları hız ihlalleri ile ilgili olarak bazı katılımcıların söyledikleri şu şekildedir:

Birisinin arabasının arka kapısı açılıp açılıp kapanıyordu ama nasıl sürat de acayip... En az yüz yirmi yüz otuzla da ben iniyorum. En sonunda durdu kapıyı bir açtı ne diyorsun sen ya dedi, kapınız açık dedim kibarca ne teşekkür edebildi ne özür dileyebildi. O da genç yanında tabi kız arkadaşı var hava atacak tabi normal onu da hoş görmek lazım (Melih, Emekli, 68 yaş).

Mesela sol şeridi kapatıp gidiyor kendi kafasına göre belirli bir hızda. Mesela diyelim ki kırk elliyle gidiyor onun için sen de mesela yetmiş seksenle gideceksen mecburen sol şeritten gitmen gerekiyor ama sağ şeride geçerek, riske girerek sağ şeritten geçmeye çalışıyorsun çünkü önünde giden adama lamba yakıyorsun, korna çalıyorsun adam hiç aldırış etmiyor ve bazı

karşılaştığım kişiler de telefonla konuşuyor... Seni takmıyormuş gibi sen tak diye önüne giriyor fren yapmak zorunda kalıyorsun (Necmi, Esnaf, 61 yaş).

Hızın yanı sıra yaşlı sürücüler sinyal verme, şerit değiştirme ve dönüşler ile ilgili sorunlara da sıkça değinmişlerdir. Katılımcıların çoğu trafikte “zigzag yapan” veya “makas atan” sürücülerden yakınmışlardır. Bu tarz hareketlerin, trafik güvenliğini tehlikeye atmanın yanı sıra yaşlı sürücülerde zorlanma ve gerginlik gibi olumsuz etkiler bıraktığı düşünülmektedir. Bazı katılımcılar bu konudaki deneyimlerini şu sözlerle ifade etmişlerdir:

Eğer trafik bir kontrol yapsın dünyanın cezasını yazar; çünkü adam şimdi bir bakıyorsun tam sağda, sağdan bir giriyor kaç tane arabaya makas makasa giriyor, önüne giriyor, oradan tekrar sağa geçmeye çalışıyor. Makas atıyor yani... Adam dördüncü şeritten hop hepsinin önünü keserek dönüş yapıyor bunlar yanlış (İsmail, Emekli, 68 yaş).

Trafikteki o magandalar var ya onlar yaşatıyor bize... Zigzagçılar var ya onlardan çekiyoruz... Aniden önüne kırıyor, zigzağını yapıyor artı dönüyor ondan sonra sinyalini veriyor. İnsan dönmeden, en az bir on on beş metre evvel vereceksin sinyal ki o adam da ayağını gazdan çeksin (Ekrem, Esnaf, 68 yaş).

Başta zigzag, sinyal vermeden şerit değiştirme, yapılan hataların çoğunluğu bu sinyal vermeden şerit değiştirmesi. Arkadaki sollayıp geçtiği veya sağından geçmesi durumunda kazaya sebep olabilir, gerginlik yaratır sürücüde... Öne geçip soldan ve sollayıp sağ dönüş yapmaları da var, o da kazaya sebep oluyor, arkadan vurma durumu ortaya çıkabilir (Ahmet, Emekli, 61 yaş).

“Diğerlerinin yollarda şerit değiştirmeleri ani, daha sonra sinyal vermemeleri akşam veya gece olduklarında kısa huzmeli far, normal farları yakmamaları, aşırı korna çalmaları, etkilendiğim şeyler bunlar” (Muharrem, Esnaf, 64 yaş).

Hız, sinyal, şerit değiştirme ve dönüşlerle ilgili ihlallerin yanı sıra, yaşlı sürücüler özellikle gençlerin yaptıkları birtakım davranışlardan da söz etmişlerdir. Bu özel davranışların çoğu, araçla akrobatik hareketler yapmayı içermektedir; bunun yanı sıra araç bakımını aksatmak da değinilen davranışlar arasında yer almıştır. Yukarıda sözü edilen diğer ihlallerde olduğu gibi, bu davranışların da trafikte tehlike arz etmenin yanı sıra saygı ortamını zedelediği katılımcılarca ifade edilmekte ve bu durumun katılımcılarda sitemkâr tepkiler oluşturduğu yazarlarca düşünülmektedir. Katılımcılardan bazıları sözü edilen davranışlarla ilgili deneyim ve gözlemlerini şu şekilde ifade etmişlerdir:

“Gençler veya orta yaş grubunun altlarında, yolda yeni araçlara bindikleri için spin atıyorlar, yani ani giriş çıkışlar yapıyorlar... Burada tehlikede hissediyoruz; çünkü biliyorsun ne olacağını, başına geleceğini... Kazayla sonuçlanır” (Muharrem, Esnaf, 64 yaş).

“Arabayı bu milli servettir yani altındaki araba sırf senin değil yani milli servet... Patinaj yapmanın lastiği yakmanın ne anlamı var, bunu yapmamaları lazım” (İsmail, Emekli, 68 yaş).

Ama gençler pek laf dinlemiyor kızım. Mesela İstanbul’da görüyoruz, Kadıköy’de Bağdat caddesinde adam sekiz çiziyor. Şimdi yollarda sekiz çiziyorlar... El frenini çekiyor yolda döndürüyor arabayı ya bu iş değil ki kızım, ya tek senin değil yol ya. Tonlarca insan geçiyor ya her tarafta saygısızlık oluyor (Hayri, Emekli, 63 yaş).

“Yarış yapan gençlerle ben sık sık karşılaşıyorum trafikte. Sık sık derken ... belki sık gibi geliyor bana. Çok sık hızlı ve şerit değiştirerek gidiyorlar ve birbirleriyle yarışıyorlar genelde gençlerde ama bunu bütün gençlere genelleyemeyiz tabii” (Şaban, Akademisyen, 61 yaş).

Yaşlı sürücüler, yalnızca diğer sürücülerin değil, tüm yol kullanıcılarının zaman zaman kural ihlalleri yapabildiklerini belirtmişlerdir. Katılımcıların bazıları, alanyazında özel gruplar olarak incelenen motosiklet/bisiklet kullanıcıları, profesyonel sürücüler ve yayalar ile ilgili deneyimlerini ve duygularını şu şekilde aktarmışlardır:

Özellikle ticari araçlar sinyal özürlü, yani sarı taksiler sinyal özürlü, yahu niye böyle yapıyorsunuz dediğimde abi bizimki ekmek parası... Ya ekmek parası ama riske atıyorsun... Yayalar haksız olduğu halde, mesela yaya geçidi şeyinde ne diyorsunuz ona yeşil yanmazken adam geçiyor aynı şekilde kırmızı ışık yanyor araba geçiyor (Melih, Emekli, 68 yaş).

Nerden girdikleri nerden çıktıkları hiç belli olmuyor bisikletli çocukların bilhassa... Yetişkinler de çocuklar da daha çok çocuklar bisikletlilere, motosikletlilere dikkat etmek lazım. Şimdi bir de şey çıktı; akülü motosikletler. Beş yaşında çocuk ona biniyor, on yaşında çocuk ona biniyor. Motosiklet ama akülü plakası yok, ehliyeti yok. Çocuk çoluk biniyor bunlar trafiği baya aksatıyor yani (Rıfat, Emekli, 64 yaş).

Yol kullanıcılarının bireysel özellikleri. Yaşlı sürücüler, diğer sürücülerin, özellikle de gençlerin, trafikte yaptıkları ihlaller konusunda bazı açıklamalarda bulunmaktadırlar. Bu açıklamaların çoğunda sürücülerin yaptıkları ihlallere ilişkin içsel atıflar yapmaktadırlar. Katılımcılardan bazıları bu ihlalleri tasvip etmese de kabullenmiş görünmektedir; çünkü kendileri de bir zamanlar genç oldukları için gençliğin getirdiği birtakım özelliklerin herkeste olabileceğinin farkındadırlar. Katılımcıların konuya ilişkin ifadelerinden bazıları şu şekildedir:

Benim gördüğüm cebi dolmuş ama kafası dolmamış bir kesim var. Parahlar, zenginler, pahalı arabalara biniyorlar. Kendilerini öyle tatmin ediyorlar. Onların içinde gördüğüm şey kuralları hiç umursamıyorlar. Herkesin trafikte olduğu bir yerde yarış yapıyorlar, gürültü yapıyorlar, efendime söyleyeyim araçlarını yolun ortasına bırakıyorlar. Park etmiyorlar arkadaki geçiyor mu, geçmiyor mu filan buna benzer birçok saygısızlıkları çok az bir kesim var. Bu şeyde de var maalesef varoşlardan, varoşlarda yetişen gençlerde de var onlar da arabalarını mesela seksen dört model Tofaş'ı süslüyor, ona egzoz takıyor bağırırttırıyor vesaire filan öyle var kişilik ispatı arabasını süsleyerek böyle kendisini ispatlama gayreti... Ama üniversite gençliğinden umutluyuz. Üniversite gençleri edepli araba kullanıyorlar yani aralarında var mı vardır ama oradan umutluyuz (Mahmut, Emekli, 73 yaş).

“Toz duman dünya onlara kanları cıvık ya daha hareketli ya onun için hiç şey yapmıyor yani hesap yapmıyor yani acaba ben böyle yapıyorum ama herhangi bunun bir kötü sonucu olur mu olmaz diye hiç hesaplamıyor. Onu sonraki diyor sonraya kalsın” (Necmi, Esnaf, 61 yaş).

“Genç sürücüler... Onların kızım kanı kayıyor ama trafik kanı kayıyor, tuzu yağ bilmiyor... Kanı çok tez akıyor onların” (Hayri, Emekli, 63 yaş).

İçlerinde çünkü şımarık olanları da var yok değil çünkü o arabanın parasını kendisi kazanıp vermemiş. Babası kazanmış onu basar, vurulmuş kırılırmış lastiği eskirmiş... Patinaj yaptırıyor yolda niye yaptırıyor o lastik yanıyor, bu milli servet yanıyor buna ben kızıyorum yani şahsen (İsmail, Emekli, 68 yaş).

Adrenalin çok yaşıyorlar. Gereksiz ataklarda bulunuyorlar, gösterişi seviyorlar bir şey yaptıklarını zannediyorlar. Onun için bence gençler hiç sağlıklı araba kullanmıyor bana sorsanız bayan ve erkek diye ayırırsanız erkeklerin yüzde doksanı, bana göre yeni ehliyet alan yeni sürücüler gençler hiç iyi sürücü değil (Ali, Emekli, 64 yaş).

Genç sürücüler tabi... Genç olduğu için delikanlılar, gençler biraz daha fevri oluyorlar hareketlerinde işte hızlı gidiyorlar veya işte riayet etmiyorlar, işte genellikle de en çok kaza gençler yapıyor gençlerin kaza sonucu istenmeyen olaylar oluyor... Gençlerde bir de eğitimsiz olanlar var yani işte köyde kentte almış ama uzun yola gitmeyen gitmemiş tecrübesi olmayan yani hızlı gitmeyi marifet sayanlar var... Yazık oluyor onlar da kaza yapıyorlar (Ferit, Emekli, 76 yaş).

Araç ve çevre özellikleri. Yol kullanıcısı özelliklerinin yanı sıra, trafiği oluşturan diğer iki temel etmen olan araç ve çevre özellikleri de yaşlı sürücüler tarafından farklı yönleriyle sözü edilen konular olmuştur. Yaşlı sürücülerin yıllar boyunca edindikleri deneyimler, trafik alanında yaşanan birçok gelişim ve değişime tanıklık etmelerine vesile olmuştur. Bu nedenle de araç ve çevre koşullarının trafikte oynadığı rolü yakından gözlemlene

imkânına sahip olmuşlardır. Özellikle zamanla araçlarda görülen değişiklikler ve belirli yol koşulları vurgulanan unsurlar olmuştur. Sözü edilen unsurlar gelişen teknolojiyle birlikte geçmişe kıyasla daha konforlu bir sürüşe olanak sağlamakla birlikte, kullanım şekline bağlı olarak yaşlı sürücülerde tedirginlik gibi olumsuz hisler de doğurabilmektedir. Katılımcıların, trafikte yaşanan problemlerde araç ve çevrenin oynadığı role ilişkin ifadelerinden bazıları şöyledir:

“Şu eski arabalarla bu arabalar tabi ki değişik; rahatı var, bilmem neyi var... Bu, araba değişikliği; insanlarda değişiklik yok. -zaman içinde sürüşünde değişiklik olup olmadığı sorulduğunda- Değişiklik yok, hayır, arabada bir değişiklik var” (Ekrem, Esnaf, 68 yaş).

“Bu dönemin yeni araçları maalesef süratli, seri oldukları için ben yeni arabalardan ürküyorum. Ani ataklar yapıyorlar, aniden önüne çıkabiliyorlar aniden durabiliyorlar bunlar beni tedirgin ediyor” (Ali, Emekli, 64 yaş).

Buzlu yollarda otobüsle seyrederken yaşadığımız çok olay... Çok önemli değil işte araba kayar, işte lastik değiştireceksiniz elleriniz donar, şeye dokunamazsınız hocam mesela bijon anahtarına, ama o lastiği de değiştirmek zorundasınız çünkü otobüste kırk tane insan var yola devam edeceksiniz yoksa mazot biter donar vesaire filan böyle zor zamanlar yaşadığımız olmuştur yani trafikte (Mahmut, Emekli, 73 yaş).

Eski bir araçla, bir arkadaşıyla gelirken yolda da iyi bir yağmur da yağıyordu ıslaktı yollar, süratimiz de yaklaşık doksan kilometre civarındaydı. Bir rampa çıkarken rampanın tam çıkar çıkmaz görünmeyen bir yerinde bir adamla karşılaştık. Eliyle durmamızı işaret etti ve biz onu görünce yavaşladık. Fakat durma mesafesinde olmayan bir araç yolda kalmış, ona çarpmamamız için bizi uyarıyordu. ... Arkadaşımın daha önce bana, ABS fren yani Anti-Break System frenler olmadığı zaman, pompalamayla (ardışık frenleme; hızlıca birkaç kez art arda fren pedalına basarak frenlemek) ve sert fren yapmamamızı söylemesi o an aklımıza geldi ve o pompalama tabir edilen frenle güvenli bir şekilde, o yağmurlu ve durma mesafesinin olmadığı, kaymak veya devirmek söz konusu olan bir durumdan kurtulmuştuk. Yani böyle riskler trafikte her an olabiliyor... Özellikle fren yapmayı engelleyecek durumlar oluyor mesela mıcır dediğimiz (Şaban, Akademisyen, 61 yaş).

Trafiğin Çözümü: Eğitim, Denetim, Mühendislik

Katılımcılar, bu üst tema kapsamında bir önceki üst temada değindikleri sorunların nasıl çözülebileceğine ilişkin fikirlerini dile getirmişlerdir. Diğer bir deyişle, trafiğin daha güvenli ve etkili işleyebilmesi için uygulanabilecek birtakım uygulama önerileri sunmuşlardır.

Bu uygulama önerileri, “Eğitim ve bilinçlenme”, “Kurallara riayet etme”, “Denetim ve yaptırım” ve “Araç-yol bakım onarımı” isimli dört alt tema etrafında toplanmıştır.

Eğitim ve bilinçlenme. Yaşlı sürücülere göre trafikte yaşanan problemlerin çözümü eğitim ve bilinçlenmeden geçmektedir. Birçok katılımcı, eğitimin etkili bir çözüm yolu olacağı konusunda hemfikirdir. Üstelik katılımcılar eğitim kapsamında yalnızca trafiğe ilişkin bilgilerin değil, bireylerin kişisel gelişimine katkı sağlayacak birtakım değerlerin de kişilere aşılmasının gerektiğini dile getirmişlerdir. Eğitim ve bilinçlenmenin trafiği nasıl iyileştirebileceğine ilişkin bazı katılımcılar şu yorumlarda bulunmuşlardır:

Bütün mesele biraz önce söylediğim gibi kendisini denetleyebilen insanı yetiştirmemiz lazım trafikte bu çok önemli yani insan kendisini denetleyecek... Hatalarını görecektir, hatalarını azaltacak. Böyle bir insan böyle bir kurs ders... Şimdi buradan okullara gitmek lazım okullarda neden trafik dersi yok? Üniversitede yok, ilkokullarda çok cılız. Niye yok buralarda bu dersler? Bunu bu derslerin önemini anlatmak için şu çok önemli yani kâinatta bütün olaylar insana yönelik çalışıyor, tüm olaylar... Güneş insan için doğuyor, tohum insan için canlanıyor o halde ehliyet alacak insana insanın ne olduğunu anlatmak lazım. Çünkü çok ulvi bir varlık eğer bunu ehliyet alacak insan, insanın ulvi bir varlık olduğunu idrak ederse o zaman trafiğin işleyişi çok kolaylaşır yani kazalar çok azalır, kavgalar çok azalır, gürültüler çok azalır... Trafiğin de ana sorunlarından biri beynini iyi kullanabilen insan trafiğin ana sorunları ve ülkenin de ana sorunu işte bu akil insan diyorsunuz çok az sayısı onun için hep bu sıkıntıları çekiyoruz dolayısıyla trafiğin de çözümü iki omzun arasındaki başı iyi kullanmak (Mahmut, Emekli, 73 yaş).

Her şeyden önce eğitim lazım tamam mı? Eğitim olmazsa hiçbir şey olmaz. İlkokuldan başlayacaksınız çocuklara trafik eğitimi vereceksiniz, kuralları öğreteceksiniz kuralları zaman içerisinde diğer yetişkinlere de öğreteceksiniz yani trafik kurallarını öğrenmezse veya uymazsanız trafik hiçbir zaman yolunda gitmez her zaman aksar (Ferit, Emekli, 76 yaş).

“Hem sürücülerin hem yayaların daha da bir bilinçlendirilmesi gerekir onun dışında başka bir şeye gerek yok” (Ahmet, Emekli, 61 yaş).

“Sürücülerimizi eğiteceğiz. Yollarımız da güzel, her şey güzel, arabalar güzel, sürücüler kötü. Ben bunu derim, başka diyecek bir şeyim yok ki. Yol güzel, ama arabalar da güzel, dediğimiz gibi bizim çektiğimiz kendi kendimize sürücülerimizden yani” (Ekrem, Esnaf, 68 yaş).

Kurallara riayet etme. Trafikte herkesin üzerine düşeni yapmasıyla, yani kurallara uymasıyla, sorunların büyük ölçüde çözüleceği yaşlı sürücüler arasında hâkim olan bir görüştür. “Trafiğin üç sorunu: İnsan, araç, çevre” temasıyla bağlantılı olarak, trafikte insan faktörünün önemli bir rolü olduğu, dolayısıyla sorunların çözümünde insan faktörünün kilit

bir rol oynayacağı öngörülmektedir. Bir önceki alt tema olan eğitim ve bilinçlenmede vurgulanan konu bireylerin önlerine koyulan kuralların hem kendisinin hem de toplumun iyilik haline hizmet ettiğini anlaması iken, bu alt temada vurgulanan, kişilerin sözü edilen anlayışa uygun davranışlar sergilemesidir. Ayrıca, kuralların trafikte yer alan tüm yol kullanıcıları için geçerli olduğu ve tüm bu grupların kurallara eşit şekilde uymaları gerektiği de katılımcıların vurguladıkları bir nokta olmuştur. Katılımcıların konuya ilişkin ifadelerinden bazıları şöyledir:

“Herkes hakkına razı olsa, kırmızıda dursa yeşilde geçse; yayalar da buna riayet etse, araçlar da riayet etse trafikte hiçbir aksama olmaz” (Rıfat, Emekli, 64 yaş).

“Kuralları işte çiğnememek tabi burada çok önemli trafikte bütün mesele kurallara uymada yeterli kurallar var aslında ama insanlar kurallara uymuyor” (Şaban, Akademisyen, 61 yaş).

Şimdi düşünüyorum da ben Almanya’dan buraya nasıl geldim... Şimdi düşündükçe hayret ediyorum, o kadar çok hatalar yapmışım ki bilinçsiz olarak yani ama gençler de zamanla öğrenecekler bilinçlenecekler. Fakat her şeyin başı kurallara uymak uymazsanız kazalar eksik olmaz yazık olur (Ferit, Emekli, 76 yaş).

“Valla herkes kurallara riayet ederse, trafik kurallarına herkes riayet ederse bu problemlerin yüzde altmış çözülür yani yüzde altmış problemler maalesef kişisel, şahsi” (Melih, Emekli, 68 yaş).

“Zaten bizler kurallara uyarsak bu kazalar, ölümlü kazaların yüzde altmış yetmişi son bulur. Zaten önce biz uymuyoruz, bizler uyacağız... Herkes kurala uyacak kural herkes için geçerli kırım ya tek taraflı olmayacak yani” (Hayri, Emekli, 63 yaş).

Denetim ve yaptırım. Yaşlı sürücülere göre, trafiğin daha güvenli hale gelmesine ve daha verimli işlemesine katkı sağlayabilecek bir diğer etmen caydırıcı yaptırımların olmasıdır. Önceki iki alt temadaki temel vurgu bireye doğru davranışın nasıl kazandırılabilceği iken, bu alt temada sapkın davranışın azaltılmasına yönelik beklentilerden söz edilmiştir. Katılımcılara göre, trafikte yaşanan sorunlara yaptırımların düzenlenmesi ve kabul görmesinin sağlanması yoluyla yeterince eğilmek gerekmektedir. Trafikte yaşanan sorunların çözümünde yaptırımların oynayacağı role ilişkin katılımcıların ifadelerinden bazıları şöyledir:

“Cezalar şey değil, yani çok caydırıcı değil... Çok enteresan, hasbelkader trafikten zarar görmüş insanlar, canı yanmış insanlar bu konuya eğiliyorlar; ama çok cılız kalıyorlar. Yani üç beş insan bir araya geliyorlar dertlerini konuşuyorlar filan ama bu sorun çözülüyor” (Mahmut, Emekli, 73 yaş).

“Bir çözüm getirilmesi lazım... Sürücüde kabahat varsa sistemde de yanlış var yani”
(Hayri, Emekli, 63 yaş).

Araç-yol bakım onarımı. Bu alt tema kapsamında katılımcılar, “Araç ve çevre özellikleri” temasında değindikleri araç ve çevre kaynaklı sorunlara çözümler sunarak trafik sisteminin geliştirilebileceğinden söz etmişlerdir. Yaşlı sürücülere göre araçların bakımlı olması sürüş bakımından önem arz etmektedir. Ayrıca, yolun özellikleri ile trafik işaretleri gibi çevresel unsurların da önemi vurgulanmıştır. Söz konusu araç ve çevre etmenlerinin trafiği daha güvenli ve etkili hale getirmede oynayacağı rol konusunda katılımcıların söylediklerinden bazıları şöyledir:

Ama önce aracıma güvenmem lazım, aracıma güvenmek için aracımın bakımını yaptırmam lazım... Yani servisine götürürüm, iğneden ipliğe bakımını yaptırırım, adama derim “kardeş ben bununla yola çıkacağım çıkabilir miyim”, yani güvenceli mi... Önce aracımın bakımını yaptırırım, aracıma güveniyorsam ondan sonra kendime güvenirim (Hayri, Emekli, 63 yaş).

Yollar üzerindeki yön levhalarının daha belirgin hale getirilebilir. Şöyle ki, sağa sola dönecek veya bir yere gidecek, levha konulmuş, levhanın önünde ağaç dikilmiş, ağaç levhayı kapatıyor. Levhaya gelinceye kadar aracı şey göremiyor. Araç sürücünün hızına bağlı olarak da zamanında dönme veya dönememe riski ortaya çıkıyor. Geç kalma durumunda kaza olabiliyor, yani karar vermesi gecikebiliyor, zamanında karar veremiyor... Uzun mesafeli uyarılar olursa o kadar daha iyi olur (Ahmet, Emekli, 61 yaş).

“Trafik ışıkları yapılmalı, bolca üst geçitler yapılmalı... Bisiklet yolu yapılmalı, kaldırımlar da...” (Rıfat, Emekli, 64 yaş).

Şehirlerarası karayollarında çok hatalar görüyorum. Ne görüyorum? Örneğin, otobanlardaki yol eğilimleri açıları bana göre hep yanlış gibi geliyor... Ondan sonra, özellikle şehir içlerinde yer altı yağmur sularının birikmesiyle ilgili hatalar çok oluyor. Bu, şehirlerarası otoban yollarda da olabiliyor, altyapının eksikliğinden olabilir (Ali, Emekli, 64 yaş).

Yolların daha genişletilmesi, daha düzeltilmesi, efendim yaya geçitleri konması, efendime söyleyeyim lambalar konması, mesela bazı kenara doğru şehrin kenarına doğru olan yerlerde çoğu yerlerde mesela araç yoğun ama lamba yok. E sen mesela buradan bu tarafa geçeceksin, yukardan gelen kapatıp geliyor, sana hiç aman vermiyor. Orada saatlerce bekliyorsun (Necmi, Esnaf, 61 yaş).

Tartışma ve Sonuç

Hareketlilik ile yaşlıların yaşam kalitesi arasında, istenilen yere ulaşmanın ötesinde psikolojik, fizyolojik, sosyal menfaatleri de kapsayan yakın bir ilişki bulunmaktadır (Metz, 2000). Hareketliliği sağlayabilecek farklı yol kullanıcı rolleri arasında sürücülük ise, yaşlı bireylerin aktif olarak yaşama katılıp çeşitli ihtiyaçlarını giderebilmeleri bakımından özel bir yere sahiptir (Musselwhite ve Haddad, 2010). Harrison ve Ragland'ın (2003) derleme çalışmasına göre, araç kullanmayı azaltmak ya da tamamen bırakmak, yaşlılar üzerinde bağımsızlığın yitirilmesi, birey kimliğinin sürdürülememesi, artan depresif belirtiler ve azalan yaşam memnuniyeti gibi etkiler oluşturmaktadır. Bu nedenle, yaşlıların güvenli şekilde araç kullanmaya mümkün olduğunca devam etmelerini sağlayacak düzenlemeler, onların yaşama aktif şekilde katılarak doyumunu daha yüksek bir yaşam sürmelerine olanak sağlayacaktır. Sözü edilen düzenlemelerin başlangıç noktası ise yaşlıların güvenli şekilde araç kullanmasına engel oluşturan etmenlerin belirlenmesi ve ortadan kaldırılması olacaktır. Bu konuda alanyazına gerçek tecrübeler üzerinden detaylı bilgiler sunan mevcut çalışma, yaşlı sürücülerin trafikte sorun teşkil ettiğini düşündükleri noktaları belirlemeyi ve bu konulardaki çözüm önerilerini tespit etmeyi amaçlamıştır. Bu amaç doğrultusunda, 12 katılımcı ile görüşmeler yapılmış ve beyanları nitel bir analiz yöntemi olan Yorumlayıcı Fenomenolojik Analize tabi tutulmuştur. Sözü edilen analiz neticesinde katılımcıların trafik güvenliğini tehdit eden etmenlerden bahsettikleri "Trafikğin üç sorunu: İnsan, araç, çevre" ve trafikğin daha iyi hale getirilmesi için yapılabilecek uygulamalardan bahsettikleri "Trafikğin çözümü: Eğitim, denetim, mühendislik" isimli iki üst tema ortaya çıkmıştır. Diğer bir deyişle, ilk üst tema kapsamında yaşlı sürücülerin trafikte gözlemledikleri problemler tanımlanmış; ikinci üst temada ise ilk üst temada tanımladıkları problemlere ilişkin sundukları çözüm önerileri detaylandırılmıştır.

Çalışma kapsamında ulaşılan üst ve alt temalara bakıldığında, daha önceki çalışmalarda farklı şekillerde çalışılmış olan insan-arac-çevre faktörlerinin bu çalışmada da bir tema kapsamında gruplandığı görülmektedir. Bu temel sorunlar, bu çalışmada, alanyazından farklı olarak gerçek hayattan örneklerle ve yaşlı yol kullanıcı grubunun algılaması temelinde incelenmiş, daha sonra ikinci bir üst temada yine aynı grubun bu sorunlarla ilgili çözüm fikirleri ile eşleşmiştir. Çalışmada bulunan trafikğin üç sorunu: insan, araç, çevre üst teması kapsamında yol kullanıcılarının davranışları; yol kullanıcılarının bireysel özellikleri ve araç ve çevre özellikleri şeklinde adlandırılan 3 alt tema bulunmuştur. Yol kullanıcılarının yaş, cinsiyet veya tecrübe gibi temel unsurlarından bağımsız olarak, trafikte meydana gelen her olay, trafikği oluşturan 3 etmen olan insan, çevre ve araç faktörlerinden biri veya bu 3 faktörün birbiriyle olan etkileşimi sonucunda meydana gelmektedir (Oppenheim ve Shinar, 2011; Öz ve

Demirutku, 2018; Özkan ve Lajunen, 2011). Bununla paralel olacak şekilde, mevcut çalışmanın yaşlı yol kullanıcısı olan katılımcıları da, yukarıda sözü edilen 3 alt tema kapsamında hem insan hem de çevre ve araçla ilgili çeşitli problemlere kendi hayat tecrübeleri temelinde değinmişlerdir. Yine alanyazın (Karayolları Genel Müdürlüğü, 2018; Oppenheim ve Shinar, 2011) ile paralel olacak şekilde, katılımcılar trafikte yaşanan problemlerin büyük çoğunluğunun insan kaynaklı olduğunu öne sürmüşler, çevre ve araç faktörlerine nazaran insan faktörlerine daha fazla değinmişlerdir. Katılımcılar arasında, trafikte sorun teşkil ettiği düşünülen insan faktörlerinden en sık söz edileni hız olmuştur. Karayolları Genel Müdürlüğü'nün (2018) hazırladığı rapora göre, 2017 yılında Türkiye'de meydana gelen ölümlü ve yaralanmalı trafik kazalarında rol oynayan sürücü kusurları arasında en büyük payı %40 ile "Araç hızını yol, hava ve trafiğin gerektirdiği şartlara uyduramamak" almıştır. Benzer şekilde çalışmamıza katılan yaşlı sürücüler tarafından sıkça değinilen diğer konular sinyal verme, şerit değiştirme ve dönüşlere ilişkin sorunlar olmuştur. Sözü edilen sürücü kusurları, Karayolları Genel Müdürlüğü (2018) raporunda yine üst sıralarda yer almıştır. Özellikle belirtmek gerekirse, Türkiye'de 2017 yılında meydana gelen ölümlü ve yaralanmalı kazaların %13'ünde "Kavşaklarda geçiş önceliğine uymamak", %9'unda "Manevraları düzenleyen genel şartlara uymamak" ve %6'sında "Doğrultu değiştirme (dönüş) kurallarına uymamak" etken sürücü kusuru olarak kayıtlara geçmiştir. Sözü edilen 4 sürücü kusuru da en yüksek paya sahip ilk 5 kusur arasında yer almaktadır. Katılımcıların beyanları ile istatistiklerin tutarlı olmasının, yaşlı sürücülerin trafikte yaşanan problemleri etkili biçimde gözlemleyebildiklerine işaret ettiği düşünülmektedir.

Yaşlı sürücülerin dikkat çektiği bir diğer konu, araçla yapılan akrobatik hareketlerdir. Sözü edilen davranışların sıklığı veya kazaya karışma ile olan ilişkisine dair Türkiye'ye ait bir istatistik bulunamamıştır. Bununla birlikte, bu davranışların Karayolları Genel Müdürlüğü (2018) raporunda geçen trafik kazalarına etken sürücü kusurlarından bazıları (örneğin; Trafik güvenliği ile ilgili diğer kurallara uymamak; Şerit ihlali yapmak; Eksik, bozuk veya uygun olmayan araç donanımıyla araç kullanmak; Bisiklet, motorlu bisiklet ve motosikletleri kurallara uymadan sürmek; Diğer) kapsamında rapora dahil edilmiş olabileceği düşünülmektedir. Bu davranışlar, kaza ile sonuçlanmadığı durumlarda kazaya etken kusur olarak kayıtlara geçmemiş, bu nedenle Karayolları Genel Müdürlüğü raporuna dahil edilmemiş olabilir. Öyle olsa dahi, sözü edilen davranışların, trafik güvenliğini tehlikeye atarak ramak kala gibi başka olumsuz sonuçlara yol açması muhtemeldir. Yaşlı sürücüler, alanyazında özel birer grup olarak incelenen motosiklet/bisiklet kullanıcıları, profesyonel sürücüler ve yayalara ilişkin de birtakım söylemlerde bulunmuşlardır. Katılımcıların bu konuda verdikleri beyanlar, sözü edilen grupların yaşlı sürücülerini kurallara uymamakla beraber ani, önceden

kestirilemeyen hamleler yaparak trafik güvenliğini tehlikeye atmaları bakımından rahatsız ettiğini göstermektedir. Yaşlı sürücülerin beyanları incelendiğinde, yukarıda sözü edilen davranışların sergilenmesinde rol oynayan 2 temel mekanizma olduğu düşünülmektedir. Bunlardan biri kişilerin sabit özellikleri gereği yaptıkları (örneğin; kanları cıvık, kanı kaynıyor, delikanlı ve benzeri), diğeri ise öğrenilen (örneğin; kendini ispatlama gayreti, şımarık, eğitimsiz ve benzeri) davranışlardır. Her iki durumda da yaşlı sürücülere göre insan faktörü kapsamında incelenen sorunlar diğer sürücülere yapılan içsel atıflar ile açıklanmış ve kendilerine kıyasla “genç” olan sürücülere atfedilmiştir. Alanyazında genç veya orta yaşlı sürücülerin gözünden trafik sorunlarını ve olası çözümlerini irdeleyen bir çalışmaya rastlanmadığından, sözü edilen “gençlerin” bu davranışlara ve mekanizmalara bakış açısına dair bir karşılaştırma yapmak mümkün görünmemektedir. Benzer nitel yöntemler kullanılarak, genç sürücülerin trafikte gözlemledikleri sorunların ve çözüm önerilerinin saptanması farklı perspektiflerin entegre edilmesi bakımından önem arz etmektedir. Buna ek olarak, sözü edilen davranışların yaşlı sürücülerde en başta öfke olmak üzere çeşitli duygular uyandırdığı düşünülmektedir. Yaşlı sürücüler, trafiğin üç sorunu kapsamında insan faktörlerinin yanı sıra birtakım çevre ve araç faktörlerinden de söz etmişlerdir. Burada dikkat çeken nokta katılımcılardan birinin “bu araba değişikliği insanlarda değişiklik yok” ve “yollarımız da güzel her şey güzel arabalar güzel sürücüler kötü” ifadeleridir. Yukarıda da bahsedildiği üzere, trafik güvenliğini tehlikeye atan durumların yaşanmasında en büyük pay insan faktörüne aittir (Karayolları Genel Müdürlüğü, 2018; Oppenheim ve Shinar, 2011). Hudson’a (2007) göre, kazaların önlenmesinde ilk olarak mühendislik ve donanımın geliştirilmeye çalışıldığı teknoloji çağı egemen olmuş; sözü edilen yöntemler yetersiz kaldığında sağlık, güvenlik ve çevre yönetimi sistemlerinin entegrasyonunu içeren sistem çağına girilmiş ve bu yöntemler de kazaların azalmasında istenilen etkiyi sağlayamayınca tutum, liderlik, davranış konularının dikkate alındığı kültür çağı başlamıştır. Bütün bunlar birlikte ele alındığında görülmektedir ki, Türkiye trafiğinde güvenlik konusu teknoloji çağını atlamıştır ve trafik güvenliği sorununun çözülmesi için kültür çağına girilmesi gerekmektedir.

Yaşlı sürücülerce dile getirilen sorunlara bakıldığında, bu sürücülerin önceki araştırmaların bulgularıyla, trafik güvenliğini tehlikeye atan sorunlar olmasının yanı sıra, trafikteki hoşgörü ortamını zedeleyen sorunlar oldukları belirtilmiştir. Türkiye’de yapılan önceki çalışmalara göre, trafikte algılanan saygı ve nezaket istenilen düzeyde değildir ve yapılacak çalışmaların bu konuya özellikle eğilmesi gerekmektedir (Özen, Genç ve Kaya, 2014). Öyle ki, trafikte daha çok ihlal yapan sürücülerin, diğerlerinin bakış açılarını görememe, diğerleriyle tartışmaya meyilli olma, diğerlerinin ihtiyaçlarını göz ardı etme ve benzeri düşmanca kişiler arası problemlere sahip olan kimseler olduğu tespit edilmiştir (Özer ve Öz,

2018). Trafikle ilgili medyaya yansıyan haberlerde de en çok vurgulanan sorunlar trafikte şiddet, kurallara uyulmamasının altında yatan değerler, sevgi ve saygı eksikliği gibi konular olmuştur (Yüksel, Tosun ve Durna, 2013). Keza yaşlı sürücüler de mevcut çalışma kapsamında aktardıkları ifadelerde açığa çıkan öfke, sitem, tedirginlik, zorlanma gibi duygular aracılığıyla bu durumu örneklendirmektedir. Trafik, farklı özelliklerdeki birçok yol kullanıcısının etkileşim halinde olduğu açık bir sistemdir. Dolayısıyla bireylerin davranışları yalnızca kendilerini değil, diğer yol kullanıcılarını da etkileyebilmektedir. Bu etkiler yalnızca can ve mal kaybı olarak değil, psikolojik etkiler olarak da kendini gösterebilmektedir. Katılımcılar, bu etkileri “seni takmıyormuş gibi”, “onlardan çekiyoruz”, “saygısızlık oluyor”, “beni tedirgin ediyor” gibi sözlerle ifade ederek trafikte saygı, nezaket ve hoşgörü gibi kavramların önemine değinmişlerdir.

Yaşlı sürücülerin trafiğin üç sorunu olarak gördükleri problemlere getirdikleri çözüm önerileri trafiğin çözümü üst teması kapsamındaki 4 alt temada (eğitim ve bilinçlenme; kurallara riayet etme, denetim ve yaptırım ve araç-yol bakım onarımı) öbekleşmiştir. Dolayısıyla, iki üst tema kapsamında birbiriyle bağlantılı konulardan söz edilmiştir. Kabaca bakıldığında, trafiğin üç sorunu üst temasında sözü edilen insan faktörleri için eğitim ve bilinçlenme ile kurallara riayet etme; çevre ve araç faktörleri için ise denetim ve yaptırım ile araç-yol bakım onarımı trafiğin çözümü üst temasında öneri olarak sunulmuştur. İlk üst temada olduğu gibi, bu üst temada da çevre ve araç faktörlerinden ziyade insan faktörlerine ilişkin çözüm önerileri (eğitim ve bilinçlenme ile kurallara riayet etme) öne çıkmıştır. Özkan ve Lajunen’e (2011) göre, trafik ortamı bireysel, kurumsal/grup ile ilgili, ulusal ve sosyopolitik faktörlerin etkili olduğu çok katmanlı bir yapıdır. Yaşlı sürücüler, bununla bağlantılı olarak hem bireysel hem de ulusal seviyede uygulanabilecek birtakım çözüm yollarından söz etmişlerdir. Örneğin, kurallara riayet etme bireysel seviyede uygulanabilecek bir öneriyken, trafik eğitimi ile kişisel gelişimin vurgulandığı eğitim ve bilinçlenme ile ihlaller karşısında devlete düşen sorumluluğun vurgulandığı denetim ve yaptırım ulusal seviyede uygulanabilecek birer öneridir. Katılımcılar, trafik eğitiminin küçük yaşlarda başlatılarak yalnızca çocuklukta değil yetişkinlikte de konuya geniş yer verilmesinin; caydırıcı cezalar ile etkili denetimin önemini vurgulamışlardır. Alanyazında yol güvenliği kapsamında 3 temel müdahale alanı (eğitim, denetim ve mühendislik) olduğu öne sürülmüş, daha sonra bu 3 temel alana maruz kalma, yeterlik ve uygunluk ölçümü, acil durum müdahalesi ve değerlendirme eklenmiştir (Groeger, 2011). Çalışmamıza katılan yaşlı sürücüler, sundukları önerilerde her 3 temel alandan da söz etmişlerdir. Yapılan bir meta-analiz çalışmasına göre, orta ve düşük gelir düzeyindeki ülkelerde en sık uygulanan müdahaleler kanuni uygulamalarda yapılan değişiklikler, toplumsal farkındalık ve denetim olup en etkili sonuçları veren kanuni

uygulamalarda yapılan değişiklikler ve denetimdir (Staton ve ark., 2016). Sürücülerin, devlet eliyle uygulanacak dışsal yaptırımların hızlı ve tutarlı şekilde uygulanmasıyla güvenli sürüşü benimsemesi, sonraki aşamalarda ise bunu yaptırımdan bağımsız olarak yaşam biçimine ve kültüre entegre ederek içselleştirmesi beklenmektedir.

Mevcut çalışma, alanyazına çeşitli katkılar sunmaktadır. Bunların başında, toplumun hızla artan bir kesimini oluşturan yaşlı kimselerin trafikteki bireysel deneyimlerini kapsamlı biçimde ele alarak birçok yaşlı sürücü için geçerli olabilecek birtakım temaların oluşturulması gelmektedir. Sahip oldukları ortak/benzer özellikler gereği, yaşlı sürücüler özel bir grup oluşturmaktadırlar. Mevcut çalışmada bu özel gruptan alınan bir örneklemin deneyimleri ilk elden ve ilk ağızdan, olabildiğince detaylı biçimde ele alınmıştır. Böylece, yaşlı sürücülerin gözlemledikleri sorunlardan bazıları tespit edilmiş, bu sorunların kendilerini ne şekilde etkilediğine değinilmiş ve nasıl çözülebileceğine ilişkin görüşleri alınmıştır. Trafikte yaşadıkları aksaklıkların, yaşlı bireylerin sürücü rolünü tehlikeye atmanın yanında birtakım olumsuz psikolojik etkilere de yol açtığı düşünülmektedir. Çalışmamızda, toplumun hızla artan bir kesimini oluşturan yaşlıların sürücülük aracılığıyla sosyal yaşama aktif olarak katılarak daha kaliteli bir yaşam sürmesinin önündeki engellerden bazıları tespit edilip bu engellerin nasıl ortadan kaldırılabilmesine dair çözüm önerileri sunulmuştur. Böylece, yaşlı bireylerin sürücülük statülerini mümkün olduğunca devam ettirmeleri ve bu sayede daha kaliteli bir yaşam sürmeleri için yapılabilecek uygulamalar ortaya koyulmuştur. Sözü edilen çözümlerin yaşlı sürücülerin kendileri tarafından dile getirilmiş olması, ileride uygulanacak olası müdahalelerin hem kendilerince kabul edilmesi hem de mevcut ihtiyaçları etkili biçimde giderebilmesi bakımından önem arz etmektedir. Bunların yanı sıra, mevcut çalışma, gelecekte yapılacak nitel ve nicel akademik çalışmalara zemin sağlayabilecek bir niteliğe de sahiptir. Özellikle trafik ortamlarında yaşlı yol kullanıcıları ile yürütülen çalışmaların azlığı göz önüne alındığında, bu çalışma söz edilen yol kullanıcısı grubunun trafikteki tecrübelerine ışık tutmak yönünde anlamlı katkılar sunmaktadır. Ülkemiz, demografi, coğrafi yapı ve iklim koşulları bakımından oldukça fazla çeşitlilik gösteren bir yapıya sahiptir. Bu nedenle farklı il veya bölgelerde yapılacak çalışmalar, yaşlı sürücülerin deneyimlerindeki yörenin kendine has özellikleri dolayısıyla meydana gelebilecek farklılıkları saptamak bakımından oldukça kıymetli olacaktır. Bu sayede ihtiyaçlar veya sorunlar daha doğru belirlenerek daha etkili şekilde çözümlenebilecektir.

Kaynakça

- Angus, L. ve Hardtke, K. (1994). Narrative processes in psychotherapy. *Canadian Psychology*, 35(2), 190-203.
- Al-Hassani, S. B. ve Alotaibi, N. M. (2014). The impact of driving cessation on older Kuwaiti adults: Implications to occupational therapy. *Occupational Therapy in Health Care*, 28(3), 264-276. doi: 10.3109/07380577.2014.917779
- Aran, O. T., Torpil, B., Altuntaş, O., Eşme, M., Balcı, C., Balam Yavuz, B. ve Uyanık, M. (2019). Yaşlı sürücülerin araba kullanma becerilerinin değerlendirilmesi. *Ergoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi*, 7(1), 65-70.
- Arun, Ö. (2014). “‘Que vadis’ Türkiye? 2050’ye doğru yaşlanan Türkiye’yi bekleyen riskler”. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 32, 1-12.
- Arun, Ö. (2018). Türkiye’de yaşlanma çalışmaları dün, bugün, yarın. *Mediterranean Journal of Humanities*, 8(2), 41-61.
- Azık D. (2015). Self-Regulatory Driving Practices of Old and Young Drivers. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Bartolacci, C., Scarpelli, S., D’Atri, A., Gorgoni, M., Annarumma, L., Cloos, C., ... De Gennaro, L. (2020). The influence of sleep quality, vigilance, and sleepiness on driving-related cognitive abilities: A comparison between young and older adults. *Brain Sciences*, 10, 327. doi: 10.3390/brainsci10060327
- Bravo, G., Duarte, G., Cerda, J. ve Castellucci, H. (2020). Road traffic accidents of the elderly in Chile between the years 2008-2017: A register-based descriptive study. *Medwave*, 20(5), e7923. doi: 10.5867/medwave.2020.05.7923
- Feng, Y. R., Meuleners, L., Stevenson, M., Heyworth, J., Murray, K. ve Maher, S. (2020). Driver self-regulation practices in older drivers with and without mild cognitive impairment. *Clinical Interventions in Aging*, 15, 217-224.
- Fındık, G. ve Öz, B. (2018). Yaşlı sürücülerin trafik deneyimleri. *Mediterranean Journal of Humanities*, 8(1), 147-164.
- Freund, B. ve Smith, P. (2011). Older drivers. B. E. Porter (Ed.), *Handbook of Traffic Psychology* (s. 339-351) içinde. London: Academic Press.
- Groeger, J. A. (2011). How many E’s in road safety?. B. E. Porter (Ed.), *Handbook of Traffic Psychology* (s. 3-12) içinde. London: Academic Press.
- Harrison, A. ve Ragland, D. R. (2003). Consequences of driving reduction or cessation for older adults. *Transportation Research Record*, 1843(1), 96-104.
- Howitt, D. (2016). *Introduction to qualitative research methods in psychology* (3. basım). United Kingdom: Pearson.
- Hudson, P. (2007). Implementing a safety culture in a major multi-national. *Safety Science*, 45(6), 697-722.
- Karayolları Genel Müdürlüğü. (2018). Trafik kazaları özeti 2017. http://www.kgm.gov.tr/SiteCollectionDocuments/KGMdocuments/Trafik/TrafikKazalariOzet_i2017.pdf

- Koçman, A. (2006). Sosyal gerontoloji ve görevleri. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 17(1), 133-138.
- Metz, D. H. (2000). Mobility of older people and their quality of life. *Transport Policy*, 7(2), 149-152.
- Musselwhite, C. ve Haddad, H. (2010). Mobility, accessibility and quality of later life. *Quality in Ageing and Older Adults*, 11(1), 25-37.
- Nazlıer Keser, E. N. (2019). Türkiye’de yaşlı yoksulluğu sorununa yönelik bir değerlendirme. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 30(2), 739-764.
- Oppenheim, I. ve Shinar, D. (2011). Human factors and ergonomics. B. E. Porter (Ed.), *Handbook of Traffic Psychology* (s. 193-211) içinde. London: Academic Press.
- Organisation for Economic Co-Operation and Development. (2001). Ageing and transport – Mobility needs and safety issues. <http://www.impacts.org/projects/documents/Vulnerable%20travellers/OCDE%20AGING%20AND%20TRANSPORT.pdf>
- Öz, B. ve Demirutku, K. (2018). *Trafikte çocuk güvenliği: Temel unsurlar, tespitler ve öneriler*. Ankara: NOBEL Akademik Yayıncılık.
- Özen, E., Genç, E. ve Kaya, Z. (2014). Trafik kazalarının nedenlerine ilişkin düşünceler ve trafikte farkındalık: Uşak ili örneği. *Optimum Ekonomi ve Yönetim Bilimleri Dergisi*, 1(1), 1-19.
- Özer, Ö. ve Öz, B. (2018). Sürücü davranışlarının kişiler arası döngüsel model üzerindeki temsilleri. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 5(1), 32-49.
- Özkan, T. ve Lajunen, T. (2011). Person and environment: Traffic culture. B. E. Porter (Ed.), *Handbook of Traffic Psychology* (s. 179-192) içinde. London: Academic Press.
- Simons-Morton, B. G., Gershon, P., O’Brien, F., Gensler, G., Klauer, S. G., Ehsani, J. P., ... Dingus, T. A. (2020). Crash rates over time among younger and older drivers in the SHRP 2 naturalistic driving study. *Journal of Safety Research*, 73, 245-251. doi: 10.1016/j.jsr.2020.03.001
- Smith, J. A. (2004). Reflecting on the development of Interpretative Phenomenological Analysis and its contribution to qualitative research in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 1(1), 39-54.
- Smith, J. A. ve Shinebourne, P. (2012). Interpretative Phenomenological Analysis. H. Cooper (Ed.), *APA Handbook of Research Methods in Psychology* (s. 73-82) içinde. Washington, DC: American Psychological Association.
- Staton, C., Vissoci, J., Gong, E., Toomey, N., Wafula, R., Abdelgadir, J., ... Hocker, M. (2016). Road traffic injury prevention initiatives: A systematic review and metasummary of effectiveness in low and middle income countries. *PloS ONE*, 11(1), e0144971.
- United Nations. (2015). *World population ageing 2015*. New York: United Nations.
- Yazıcı, S. ve Vural, R. (2015). İleri yaşta güvenli taşıt kullanımı. *Akdeniz Tıp Dergisi*, 1(1), 5-11.
- Yüksel, Y., Tosun, H. ve Durna, T. (2013). Köşe yazarları gözüyle Türkiye’de trafik. *International Journal of Human Sciences*, 10(2), 718-750.

Yazar Notu

Yazarlar olarak, mevcut çalışmaya katkılarından ötürü Özge Kıran ve Mevlüt Fındık'a teşekkürlerimizi sunarız.

Experiences of Older Drivers in Traffic Context: A Qualitative Study Based on Problems, Solutions, and Reflections on Quality of Life

Summary

Traffic is one of the contexts in which the number of older individuals increases and new necessities emerge in accordance with that. Older individuals take part in traffic environments in different roles such as driver, pedestrian, or passenger and fulfill their practical, social, and aesthetic needs by means of the mobility provided by these roles (Musselwhite & Haddad, 2010). On the other hand, it is argued that being a driver has an exclusive role in terms of the quality of life of this group of individuals. It seems possible that the discrimination that older people are exposed in various aspects of life (Nazher Keser, 2019) is also present in the traffic context. To summarize, older drivers form a unique group based on their physiological conditions, behaviors, and affective experiences. Previous studies highlight that driving cessation has several negative consequences for older people; for this reason, driver status should be maintained as long as possible instead of preventing driving (Yazıcı & Vural, 2015). For this reason, this study aims to identify the problems in traffic and generate solutions to them from the older driver perspective.

Method

In the current study, data was collected from 12 male participants living in Ankara. The ages of the participants varied between 61 and 76. Participants were first informed about the study, then their verbal consent was taken regarding voice recording, and finally, their written consent was obtained regarding voluntary participation. After that, voice recording was started and the participants were asked the interview questions. Interpretative Phenomenological Analysis (IPA), a type of qualitative analysis, was chosen as the analytical method.

Results

Results of the analysis yielded two superordinate themes named “Three problems of traffic: Human, vehicle, environment” and “Solutions of traffic: Education, enforcement, engineering” in which older drivers mentioned the factors that threaten traffic safety and the practices that can improve the traffic environment, respectively. Three subordinate themes named “Road user behaviors”, “Road user characteristics”, and “Vehicle and environment characteristics”; and four subordinate themes named “Education and awareness”, “Obeying the rules”, “Control and enforcement”, and “Maintenance of vehicle-road” were found under the first and second superordinate themes, respectively.

Discussion

According to the review by Harrison and Ragland (2003), decreasing or ceasing driving has effects on older people such as lost independence, disrupted individual identity, depressive symptoms, and decrease in life satisfaction. For this reason, arrangements that would provide sustained driver status as long as possible safely can provide an opportunity to join life actively and live a more satisfying life for older people. Every instance in traffic is a consequence of either one of the 3 components of it, namely human, environment, and vehicle, or the interaction of these (Oppenheim & Shinar, 2011; Özkan & Lajunen, 2011). In line with this, participants mentioned all three components of traffic under the first superordinate theme. Again, in line with previous literature (Karayolları Genel Müdürlüğü, 2018; Oppenheim & Shinar, 2011), participants claimed that the majority of the problems in traffic is related to the human factor, they mentioned the environment and vehicle factors less. They mentioned interrelated topics under the two superordinate themes. In a nutshell, they suggested the “Education and awareness” and “Obeying the rules” subthemes for the human factors; “Control and enforcement” and “Maintenance of vehicle-road” subthemes for the environment and vehicle factors mentioned in the first superordinate theme. In our study, some of the problems against active participation of older people, an increasing proportion of the society, into social life and increased quality of life are identified; and possible solutions were offered in relation to these problems. In doing so, arrangements that can be done in order to maintain the driver status of older people and have a better quality of life were put forward.

Vaka Çalışması

Öfke Kontrol Sorununun Bilişsel ve Davranışçı Psikoterapisi: Bir Olgu SunumuŞule AYDIN^{1*}, Kuntay ARCAN²¹ Nişantaşı Üniversitesi Meslek Yüksek Okulu, İstanbul, Türkiye² Maltepe Üniversitesi İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye**Makale Bilgisi****Anahtar kelimeler:**

bilişsel ve davranışçı terapi, öfke kontrolü, saldırgan davranışlar

Öz

Öfke bilişsel, duygusal ve fizyolojik bileşenlerden oluşan yaşantısal bir durumdur. Öfkenin işlevsel olmayan yollarla ifade edilmesi mesleki, sosyal, fiziksel ve yasal sorunların yaşanmasına neden olabilir. Öfkeyle ilgili zorlukların yaygınlığı ve yıkıcı sonuçları, bu zorlukların tedavisini önemli hale getirmektedir. Bilişsel ve Davranışçı Terapi (BDT), öfke kontrolünde yaygın olarak kullanılan etkili bir yaklaşımdır. Bu olgu sunumunda, öfke kontrol sorunu yaşayan 37 yaşında bir kadın danışanın, BDT yaklaşımıyla yürütülen 12 seanslık psikoterapi süreci aktarılmıştır. Öfke hakkında psiko-eğitim verilen danışandan öfkelenildiği durumlar için kayıt tutması istenmiştir. Bu sayede danışan öfke duygusuyla ilişkili belirtileri ve durumları fark etmiş, öfkelenebileceği durumlar için proaktif düzenlemeler yapmıştır. Öfkesi şiddetlendiğinde “dur-düşün-davran” sıralamasını izlemesi ve saldırgan davranışlarını kendisine “dur” komutu vererek ertelemesi sağlanmıştır. Öfkelenildiği zamanlardaki bilişsel çarpıtmaları tanımış ve düşüncelerini değiştirmeye başlamıştır. Değersiz olma inancını, hakkındaki olumsuzlukların bilinmemesi halinde yargılanmayacağı varsayımını, saygı görmesi gerektiği kuralını fark etmiş, bunların güncel sorunları ve baş etme stratejileriyle ilişkilerini kavramıştır. Ayrıca kişiler arası ilişkilerde hassasiyetinin yüksek olduğu konulardaki toleransı artmış, saldırgan davranışlar yerine kendini ben diliyle ortaya koymaya başlamıştır. Müdahalelerin sonucunda Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçekleri'ne göre danışanın sürekli öfkesinde, öfkesini uygun olmayan biçimde ortaya koymasında ve bastırmasında azalma, öfkesini kontrol etmesinde artış gözlemlenmiştir. Literatürde öfke tedavisinde BDT'nin etkisine işaret eden çalışmalarla tutarlı şekilde, bu vakada kullanılan BDT tekniklerinin etkili olduğu gözlemlenmiştir.

Abstract**Keywords:**

cognitive and behavioral therapy, anger control, aggressive behaviors

Anger is an experiential state and consists of cognitive, emotional, and physiological components. Maladaptive ways of anger expression may cause professional, social, physical, and legal problems. Prevalence and destructive consequences of anger-related problems increase the treatment importance of these problems. Cognitive and Behavioral Therapy (CBT) is an effective treatment option for anger control. In this case study, a 12-session CBT process of a 37-year-old female who suffered from anger management problems was presented. Psychoeducation about anger was provided and a record for anger-related situations was requested. The record helped the client to realize anger-related antecedents and situations, and to adjust herself proactively predicting her anger. She learned to follow “stop-think-act” order in angry times and to postpone aggressive behaviors by the self-given command of “stop”. She began to realize the cognitive distortions and to restructure her thoughts in the following sessions. Moreover, her awareness about the core belief of being worthless, the assumption about not self-disclosing to others in order to protect herself, or the rule of being respected increased and she realized the connection of these beliefs with her current problems and coping strategies. Besides, she began to be more tolerant in inter-personal relationships and to disclose her thoughts and feelings instead of aggressive behaviors. These interventions resulted in a decrease of trait anger, inappropriate anger expression, anger suppression, and in an increase of anger control as assessed by Trait Anger and Anger Expression Scales. In the present case CBT techniques were effective and consistent with the related CBT literature on anger management.

* Sorumlu Yazar, Nişantaşı Üniversitesi Meslek Yüksek Okulu, Maslak Mahallesi, Taşyoncası Sokak, No: 1V ve No:1Y Sarıyer-İSTANBUL -Bina Kodu: 34481742.

e-posta: uzmpskusuleaydin@gmail.com

DOI: 10.31682/ayna.785789

Gönderim Tarihi (Received): 26.08.2020; Kabul Tarihi (Accepted): 21.10.2020

2148-4376

Giriş

Öfke bilişsel, duygusal ve fizyolojik bileşenlerden oluşan yaşantısal bir durumdur. Koşullar (örn. kuyrukta beklemek), nesnelere (örn. çalışmayan bir bilgisayar), başkalarının davranışları (örn. eleştirilmek), kişinin kendi özellikleri ya da davranışları (örn. bir toplantıyı kaçırmak) gibi birtakım uyaranlar tarafından tetiklenebilir ve aç, stresli, hasta ya da yorgun olmak gibi çeşitli fiziksel veya duygusal faktörlerin etkisiyle şiddetlenebilir (Deffenbacher, 1999). Ayrıca öfke bir durumun aşağılanma, saldırı, engellenme, değer veya kural ihlali olarak algılanması gibi bilişsel değerlendirmelerle de ilgili olabilmektedir (Edmondson ve Conger, 1996). Öfkenin saldırganlık ile beraber bilişlerle ilişki olduğu ilgili araştırmaların sonucunda ortaya konulmuştur (Fives ve ark., 2011; Ford, 1991; Martin ve Dahlen, 2004).

Öfke, düşmanlık ve saldırganlık benzer çağrışımları olan ancak eş anlamlı olmayan terimlerdir. Öfke bir duygu, düşmanlık bir tutum, saldırganlık da bir davranış olarak ele alınmakta, öfkenin saldırganlık ve düşmanlığın altında yatan bir duygu, düşmanlığın bireyi saldırgan davranışlara yönlendiren bir tutum, saldırganlığın ise zarar verme niyetiyle gerçekleştirilen bir davranış olduğu ifade edilmektedir (Spielberger ve ark., 1995). Yapılan çalışmalar bu yapıların birbirleriyle ilişkili olduğunu göstermektedir (Ramirez ve Andreu, 2006; Spielberger ve ark., 1983). Öfke kontrolü için yapılan çoğu müdahalede öfke ve saldırganlık arasında bir ilişki olduğu varsayılır ve öfkeyi hedeflemenin saldırganlığı azaltacağı veya ortadan kaldıracağı öngörülür (Lee ve DiGiuseppe, 2018). Öfke ve saldırganlık arasındaki bağlantı, saldırgan davranışlardaki azalmanın öfkenin yatışmasıyla ilişkili olduğunun ortaya konulması ile desteklenmiştir (Novaco ve Taylor, 2015).

Doğası gereği sorunlu bir duygu olmayan öfkenin işlevselliğini kontrol edilebilirliği, yoğunluğu, sıklığı ve davranışsal sonuçları (kişi veya çevresi için sıkıntı teşkil edip etmediği) belirler (Howells ve Day, 2003). Kişi öfkesini işlevsel olduğu kadar (problem çözme, kendini ifade etme, atılganlık gibi), işlevsel olmayan (fiziksel, sözel, pasif saldırganlık gibi) yollarla da ifade edebilir (Deffenbacher ve ark., 1996). Öfkenin işlevsel olmayan yollarla ifade edilmesi mesleki, sosyal, fiziksel ve yasal sorunların yaşamasına neden olabilir (Del Vecchio ve O'Leary, 2004). Bilişsel ve Davranışçı Terapi (BDT), farklı psikolojik zorlukların tedavisinde etkili olduğu ortaya konmuş bir psikoterapi yaklaşımıdır (Hofmann ve ark., 2012). Bu yaklaşım öfkenin işlevsel olmayan yollarla ifade edilmesi sonucunda ortaya çıkan sorunların çözümünde de yaygın olarak kullanılmakta ve etkili olmaktadır (Lee ve DiGiuseppe, 2018). İlgili meta-analiz çalışmaları, öfke kontrolü kapsamında BDT'nin çocuklar (Beck ve Fernandez, 1998; Candelaria ve ark., 2012; Sukhodolsky ve ark., 2004), ergenler (Sukhodolsky ve ark., 2004), yetişkinler (Beck ve Fernandez, 1998; Del Vecchio ve O'Leary, 2004; Saini, 2009), adli vakalar

(Henwood ve ark., 2015), zihinsel yetersizliği olanlar (Nicoll ve ark., 2013), özel gereksinimli çocuklar (Ho ve ark., 2010) gibi çeşitli gruplar üzerinde etkili olduğunu göstermektedir.

BDT öfke kontrolü kapsamında bilişsel, duygusal ve davranışsal unsurlara önem verir ve bunları içeren çeşitli müdahaleleri içerir. Bu kapsamda öfkelenilen durumlar ile ilgili farkındalığın artırılması, öfke ile ilgili olan duruma ya da öfke tepkisine müdahale edilmesi, öfkeyi şiddetlendiren işlevsiz ve çarpıtılmış biliş ve değerlendirmelerin stratejik ve alternatif olanlarla yeniden yapılandırılması, problem çözme ve iletişim becerilerinin geliştirilmesi gibi farklı yöntemler kullanılabilir (Deffenbacher, 1999). Reilly ve Shopshire'a (2014) göre öfkenin saldırganlıkla ifade edilmesi kişinin çeşitli durumlarda sorunu çözmek adına başvurduğu, kendisine tanıdık olan ve düşünmeden, tekrar tekrar gerçekleştirdiği bir alışkanlık haline gelmiş olabilmektedir. Bu sebeple kişinin öfke anındaki durum (trafiğin yoğun olması), fiziksel değişim (kalp atışının hızlanması, vücut ısısında artış gibi), düşünce (yavaşlatılıyorum, bekletiliyorum gibi) ve davranışlara (bağırarak, yumruk sıkarak gibi) ilişkin kayıt tutması yoluyla öfkelenildiği anlar ile ilgili farkındalığının artırılmasının önemli olduğunu ve bunun kişinin öfke anında saldırganlık dışındaki diğer başa çıkma stratejilerinden faydalanmasını sağlayacağını belirtmektedirler. Deffenbacher'a (1999) göre kontrolünü kaybetmeden ve olumsuz sonuçlarla karşılaşmadan önce kullanabileceği stratejiler geliştirilerek, kişinin öfke uyandıran durum ve tetikleyicilerden uzaklaşması sağlanabilir. Böylesi tetikleyicilerle karşılaşıldığında çözümünün ertelenmesi kullanılacak stratejiler arasında ifade edilebilir (Reilly ve Shopshire, 2014). Ayrıca kişinin öfke anındaki düşüncelerini fark etmesi, bu düşüncelerin gerçekçiliğini ve işlevselliğini sorgulaması da uzun vadede öfke kontrolünü sağlamasına yardımcı olacaktır (Deffenbacher ve Dahlen, 2000). Bunların yanı sıra saldırgan yöntemlerin yerine problem çözme, iletişim ve atılganlık becerilerinin geliştirilmesi ile çatışmanın daha iyi yönetilebilmesi amaçlanır (Fehrenbach ve Thelen, 1981).

Amerikan Psikiyatri Birliği'nin (APB, 2014) Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı'nda (DSM-5) aralıklı patlayıcı bozukluk, karşıt olma-karşıt gelme bozukluğu, davranım bozukluğu, antisosyal kişilik bozukluğu, borderline kişilik bozukluğu, yıkıcı duygular durumu düzenleyememe bozukluğu gibi birçok tanının kriterleri arasında öfke, kolay kızma, sinirlilik, saldırganlık gibi belirtiler yer almaktadır. İlgili zorlukların gerek yaygın olması gerekse bu zorlukların yıkıcı sonuçlarının ortaya çıkması öfke ile ilişkili zorlukların tedavisini önemli hale getirmektedir. Literatür incelendiğinde, ortaya konan etkisine (Hofmann ve ark., 2012) rağmen öfke sorununa yönelik BDT müdahalelerini içeren olgu sunumlarının kısıtlı olduğu gözlenmiştir. İlgili kaynaklar arasında bilişsel terapi (Dahlen, 2007), akılcı duygusal terapi (Hamberger ve Lohr, 1980), yetişkinle (Bistline ve Frieden, 1989; Novaco, 1977) ve çocukla uygulanan stres aşılama tedavisi (Spirito ve ark., 1981), BDT tekniklerini kullanılarak

öfke sorunu yaşayan çocukların başa etme becerilerini güçlendirme programı (Boxmeyer ve ark., 2007) örneklerini içeren sınırlı sayıda çalışmaya rastlanmıştır. Bu çalışmalardan bazılarının (Bistline ve Frieden, 1989; Hamberger ve Lohr, 1980) öfkelenilen durumlar ile ilişkili farkındalığın artırılması, öfke ile ilişkili duruma ve öfke tepkisine müdahale edilmesi, işlevsel olmayan çarpıtılmış bilişlerin yeniden yapılandırılması, problem çözme ve iletişim becerilerinin geliştirilmesi gibi BDT müdahalelerini bir arada içermedikleri, bazılarının ise (Novaco, 1977; Spirito ve ark., 1981) hem vaka formülasyonunun hem de tedavi sürecinin detaylarından ziyade kısa anlatımlara yer verdikleri göze çarpmıştır. Bu belirlemelerle birlikte bu çalışmada öfke sorunu yaşayan bir danışanın BDT kapsamında yürütülen psikoterapi sürecini faydalanılan müdahaleler ile birlikte literatürde yer alanlara kıyasla daha geniş kapsamda ve Türkçe dilinde bir olgu sunumu olarak aktarmanın, uygulamaya yönelik klinisyenler için faydalı bir örnek teşkil edebileceği düşünülmüştür. Bu kapsamda bilişsel çarpıtmaların tanıtılması, otomatik düşüncelerin belirlenmesi, değerlendirilmesi ve yeniden yapılandırılması, davranışsal egzersizlerin planlanması ve yürütülmesi, vaka formülasyonunun oluşturulması ve paylaşılması gibi BDT yaklaşımına ait pek çok temel uygulamaya (Beck, 2018) detaylı biçimde değinilmeye çalışılmıştır.

Olgu

Danışan 37 yaşında, kadın ve bekarıdır. Bir lisede öğretmenlik yapmakta, aynı zamanda doktora öğrenimini sürdürmektedir. Danışanın önceden aldığı psikiyatrik bir tanı ve psikoterapi geçmişi bulunmamaktadır. Fibromiyalji rahatsızlığı olan danışan, tedavisi için Duxalta ilacı kullanmaktadır.

Anne, babası hayatta olan danışanın iki kız kardeşi vardır. Ailesi başka bir şehirde ikamet eden danışan yalnız yaşamaktadır. Sabırlı bir kadın olarak tanımladığı annesiyle iyi bir ilişkisinin olduğunu belirtmiştir. Babasını ise tam tersi sabırsız, öfkeli biri olarak tanıtmış ve babasının uzun yıllar yurtdışında yaşadığını, bu sebeple de ilişkilerinin kopuk olduğunu belirtmiştir. Danışanın aktardıklarından, çocukluğunda babasının fiziksel ve duygusal istismarına (danışana ve eşyalara yönelik zarar verme, bağırma, hakaret etme) ve ihmaline (gelişimi ve eğitimi ile ilgilenmeme) maruz kaldığı anlaşılmıştır. Babasının annesine yönelik fiziksel istismarı olmadığı ancak duygusal istismarın olduğu öğrenilen danışan, babasının istismarcı davranışları karşısında annesinin pasif kaldığını ifade etmiştir. Kardeşleriyle ilişkisini iyi olarak tanımlayan danışan, babasının kardeşlerine de şiddet uyguladığını ve kardeşlerinin de bu durum karşısında pasif kaldığını anlatmıştır.

Çocukluğunda sosyoekonomik açıdan dezavantajlı bir ailede büyüdüğü anlaşılan danışan, ailesinin maddi durumu yeterli olmadığı için ilkokulda sınıf arkadaşları gibi

giyinemediğini, akranlarından daha kısa ve zayıf olduğunu, bu nedenlerle de kendisi ile diğerleri arasında büyük bir fark olduğunu düşündüğünü ifade etmiştir. Bu farklılıkların o dönemler kendisinde öfke ve üzüntü yarattığını, bunun bir haksızlık olduğunu düşündüğünü, ağlayarak tepki verdiği zamanların olduğunu belirtmiştir. Lise yıllarında ailesi tarafından terk edildiği düşüncelerini ortaya çıkaran ve kendisini öfkeliendiren ve üzen iki deneyimden bahseden danışan, bu deneyimlerinden ilkinin lise eğitimi sırasında ailesinden uzakta teyzesinde kalmasının, ikincisinin ise kendisi ile ilgili okul seçimi gibi önemli konularda kararların ailesi tarafından dayısına bırakılmasının olduğunu dile getirmiştir.

Danışan yakın arkadaşlık ilişkilerinin olduğunu, birinden hoşlandığını ama romantik ilişkisinin olmadığını anlatmıştır. Fotoğraf çekme hobisinden söz eden danışan, eğitim ve mesleki yaşamından dolayı yoğun bir şekilde çalıştığını söylemiştir.

Danışan değerlendirme görüşmesinde öfke kontrol sorunu, saldırganlık davranışı ve kendini ifade edememe şikayetleri dile getirmiştir. Öfkesini “aniden parlayan bir ateş” olarak betimlemiş ve öfkesinin çok kısa ama çok güçlü olduğunu belirtmiştir. Öfkeliendiğinde fiziksel, sözel saldırganlık davranışlarının olduğunu (bağırma, kırıcı sözler söyleme, eşyaları itme gibi) aktarmıştır.

Şikayetlerini ve şikayetlerindeki değişimi değerlendirmeye yardımcı olması amacıyla 2. ve 12. seanslarda Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği uygulanmıştır. Sürekli Öfke Ölçeği tek boyutludur ve ölçek üzerinden alınabilecek minimum puan 10, maksimum puan ise 40’tır. Öfke İfade Tarzı Ölçeği öfke-içte (bastırılan öfke), öfke-dışa (işlevsel olmayan biçimde dışa vurulan öfke), öfke-kontrol (kontrol edilebilen öfke) alt boyutlarından oluşmaktadır. Her alt boyuttan alınacak minimum puan 8, maksimum puan ise 32’dir. Sürekli Öfke Ölçeğinden alınan yüksek puanlar öfke düzeyinin yüksek olduğunu, öfke-içte alt boyutundan alınan yüksek puanlar öfkenin bastırıldığını, öfke-dışa alt boyutundan alınan yüksek puanlar öfkenin kolay ifade edildiğini ve öfke-kontrol alt boyutundan alınan yüksek puanlar ise öfkenin kontrol edilebildiğini göstermektedir (Özer, 1994). Danışanın ölçekler üzerinde aldığı ilk puanlar Sürekli Öfke Ölçeği için 29, öfke- içte alt boyutu için 14, öfke- dışa alt boyutu için 25, öfke-kontrol alt boyutu için ise 16 olarak belirlenmiştir.

Yakınmaları ve talebi göz önüne alınarak, tedavi hedefi danışan ile beraber “öfke kontrolünü arttırmak” olarak belirlenmiştir. Terapi süreci, bir üniversitenin klinik psikoloji doktora programının süpervizyon eğitimi kapsamında, 23 Şubat 2019 ile 18 Mayıs 2019 tarihleri arasında, BDT yaklaşımıyla yürütülmüştür. Danışan ile görüşmeler özel bir ofiste yapılmış olup, haftada bir sıklıkta 50 dakikalık seanslar şeklinde planlanmıştır. Danışanla toplam 12 seans gerçekleştirilmiştir. Süpervizyon süreci ve çalışmanın bilimsel yayın amaçlı kullanılabileceğine ilişkin danışanın yazılı onamı alınmıştır.

Terapötik Sürec

Öfke Duygusunu Düzenlemesi ve Uygun Biçimde İfade Etmesi Çerçevesinde Yapılan Çalışmalar

Danışan ile yürütülen terapi sürecinin içeriğinin tanıtıldığı seans akışı Tablo 1’de sunulmuştur. Sürecin başlangıcında limbik sistem ve prefrontal korteksin işlevlerine değinerek öfkenin nasıl oluştuğu ve ne gibi durumlarda olumsuz etkilerinin olabileceği hakkında (Davies, 2017) psiko-eğitim verilen danışana 2. seansta BDT yaklaşımı (Beck, 1979) tanıtılmış, Durum- Düşünce- Duygu- Davranış ilişkisi ve otomatik düşünceler hakkında bilgi verilmiş, 3. seansta özellikle öfkелendiği durumlar için ilgili düşünce ve davranışlarının kaydını tutması istenmiştir. Bu kayıt çalışması ile beraber başlangıçta danışanın öfkелendiği durumların tanınması, öfkелendiği zamanlarda ortaya çıkan fiziksel değişimlerin ve davranışların belirlenmesi, öfke duygusu ile ilişkili düşüncelerin ve bilişsel çarpıtmaların ortaya koyulması amaçlanmıştır. Bu çalışmadan ilerleyen zamanlarda, otomatik düşüncelerin sorgulanması ve alternatif düşüncelerin geliştirilmesi ile beraber danışanın başa çıkma stratejilerini ve inançlarını da kapsayan formülasyonun oluşturulmasında yararlanılması planlanmıştır.

Öz-izleme formunda kaydettiği notlar sonucunda danışanın öfke anında ellerinde titreme, mide ve baş ağrısı gibi fiziksel belirtilerinin ortaya çıktığı ve genellikle beklentilerinin karşılanmadığını, birileri tarafından eleştirildiğini veya espri konusu olduğunu düşündüğü durumlarda öfkesinin şiddetlendiği anlaşılmıştır. Öfke duygusu ile ilişkili belirtileri ve durumları tanımaya başlayan danışan ile 3. seansta “hisset-davran-düşün” sıralaması yerine “dur-düşün-davran” sıralamasını izleyebileceği konuşulmuştur. Öfkesinin şiddetlendiği zamanlarda ortaya çıkabilen saldırganlık davranışlarını kontrol edebilmesi için ise özellikle yukarıda ifade edilen fiziksel belirtilerinin ortaya çıkmaya başladığı zamanlarda “dur” komutu ile tepkisini ertelemesi üzerine anlaşılmıştır. Danışan süreç içerisinde üzerinde anlaşılan komutu beklentileri karşılanmadığı zamanlarda öğrencilerine bağırmadan önce, espri konusu olduğunu ya da eleştirildiğini düşündüğü sosyal ortamlarda surat asmak ya da ortamı terk etmek gibi terapi öncesi sıklıkla tekrarladığı bilinen davranışlardan önce uygulayabilmiş ve saldırganlık kapsamındaki tepkilerini çoğunlukla erteleyebilmiştir. Öz-izleme formu aracılığıyla fiziksel belirtiler ya da kişiler-arası ilişkilerde hassas olduğu konular gibi öfke duygusunun öncüllerini tanımaya başlaması, böylece terapi öncesinden farklı olarak öfkesinin daha az şiddetli olduğu zamanlarda kendisini kontrol etmeye çalışması, danışanın “dur” komutundan fayda görmesinde yardımcı olmuştur.

Tablo 1.

Terapi Sürecinin Seans Akışı

Seans Sayısı	Seans İçeriği
1. Seans	Değerlendirme: tanışma, şikayetlerini öğrenme
2. Seans	Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçekleri'nin uygulanması, Tedavi hedefinin belirlenmesi, Durum- Düşünce- Duygu- Davranış ilişkisi ve otomatik düşüncelerin tanıtılması, Öfke hakkında psikoeğitim verilmesi.
3. Seans	Öfke hakkında verilen psikoeğitime devam edilmesi, Öfke duygusu bağlamında "Dur" komutunun oluşturulması ve "dur-düşün-davran" sıralamasının önerilmesi, Kayıt formunun tanıtılması, ödev olarak belirlenmesi.
4. Seans	Otomatik düşüncelerin sorgulanması ve alternatifleriyle yeniden yapılandırılması.
5. Seans	Otomatik düşüncelerin sorgulanması ve alternatifleriyle yeniden yapılandırılmasına devam edilmesi, Davranışsal deneyin değerlendirilmesi (<i>Yargılanmak, küçümsenmek ya da beğenilmemek gibi düşüncelerini minibüsteki yaşlı biri için yer isteyerek sınaması</i>).
6. Seans	Otomatik düşüncelerin sorgulanması ve alternatifleriyle yeniden yapılandırılmasına devam edilmesi, Davranışsal deneyin değerlendirilmesi (<i>Bir yakın arkadaşı ile romantik duygularını paylaşarak "beni yargırlar" düşüncesini sınaması</i>).
7. Seans	Otomatik düşüncelerin sorgulanması ve alternatifleriyle yeniden yapılandırılmasına devam edilmesi, Öfkelenebileceği durumlar için yapabileceği proaktif düzenlemelerin belirlenmesi.
8. Seans	Otomatik düşüncelerin sorgulanması ve alternatifleriyle yeniden yapılandırılması, Öfkelenebileceği durumlar için yapabileceği proaktif düzenlemelerin belirlenmesine devam edilmesi, Etkili iletişim becerilerinin tanıtılması.
9. Seans	Otomatik düşüncelerin sorgulanması ve alternatifleriyle yeniden yapılandırılmasına devam edilmesi, İletişim becerilerine yönelik modelleme, canlandırma egzersizi uygulanması ve davranışsal deneyin planlanması (<i>Kızgın olduğu arkadaşına duygu ve düşüncelerini ifade etmesi</i>), Ara inançların değerlendirilmesi (<i>Eleştirilmemeliyim, saygı görmeliyim, otorite kurmalıyım</i>) ve değersizlik temel inancıyla ilişkilerinin ele alınması.
10. Seans	Otomatik ve alternatif düşüncelerin gözden geçirilmesi, Ara inançların ele alınmaya devam edilmesi (<i>Hakkımdaki olumsuzluklar bilinmezse yargılanmam, değer verilmeyen insanlar hakkında olumsuz şeyler düşünülür</i>).
11. Seans	Otomatik ve alternatif düşüncelerin gözden geçirilmesi, İletişim becerilerine yönelik modelleme, canlandırma egzersizi ve davranışsal deneyin planlanması (<i>Çatışma yaşadığı bir arkadaşına duygu ve düşüncelerini ifade etmesi</i>), Ara inançların ele alınmaya devam edilmesi (<i>Hakkımdaki olumsuzluklar bilinmezse yargılanmam, değer verilmeyen insanlar hakkında olumsuz şeyler düşünülür</i>).
12. Seans	Ölçeklerin tekrar uygulanması, Sonlandırma.

Saldırganlık tepkilerini ertelemesinin yanı sıra danışanın öfkelenebileceği durumları öngörmesi ve bunlar için proaktif olarak önceden gerekli düzenlemeleri yapabilmesi de 7. ve 8. seanslarda gündeme alınmıştır. Bu kapsamda öğrencilerinin derslerde gürültü yapmaları, sınav notlarına veya sorularına itiraz etmeleri, ders materyallerini getirmemeleri gibi mesleki yaşamında beklentilerinin karşılanamayabileceği durumlar için önceden yapılabilecekler danışan ile birlikte ayrıntılandırılmıştır. Dönem başlarında öğrencilere ders akış planının yazılı olarak sunulması ya da sınavlara dahil olan konuların tanıtılması, ders materyallerinin uygun biçimde derslere getirilmesinin ders değerlendirilmesine dahil edilmesi gibi önlemler bu kapsamda tartışılmış ve not edilmiştir.

Terapi süreci içerisinde danışanın öfkesini ve saldırganlık davranışlarını kontrol etmesinde özellikle otomatik düşünceleri üzerindeki çalışmalardan faydalandığı gözlenmiştir. Bahsedilen otomatik düşünce çalışmaları 4. seanstan itibaren uygulanmıştır. Danışan otomatik düşüncelerinin öfkesini arttırmadaki etkisini fark etmiş ve bu tür düşüncelerinin geçerliğini ve işlevselliğini sorgulamayı öğrenmiş, bu sorgulamalar ile birlikte alternatif düşünceler üretmeye başlayabilmiştir. Tuttuğu kayıtlardan danışanın zorunluluk ifadeleri (*insanlar hakkımda olumsuz bir şey düşünmemeli, bana saygısızlık yapılmamalı*), zihin okuma / kişiselleştirme (*benden hoşlanmadığı için böyle davranıyor, beni sevmediği için çalışmamla ilgilenmiyor*) ve falcılık (*bunu önemsemeyecek, beni yargılayacak*) bilişsel çarpıtmalarının öne çıktığı belirlenmiştir. Ayrıca yine bu kayıtlardan beklentilerinin karşılanmadığını, eleştirildiğini veya espri konusu olduğunu düşündüğü durumlarda öfkesinin şiddetlendiği anlaşılan danışanın bu durumlarla baş etmede küsmeye, ortamı terk etme, surat asma, iletişimden kaçınma gibi pasif saldırgan olarak değerlendirilen davranışlarının belirgin olduğu izlenmiştir. Danışanın tuttuğu ve üzerinde çalışılan düşünce kayıtlarının bazı örnekleri Tablo 2’de sunulmuştur.

Sürecin ilerleyen aşamalarında (8., 9. ve 11. seanslarda) danışanın öfkelenmediği zamanlarda yukarıda tanımlanan pasif saldırgan davranışları yerine daha etkili olabilecek iletişim becerilerini geliştirerek kendini ifade etmesi ve yaşadığı çatışmaları çözebilmesi hedeflenmiştir. Bu kapsamda ben dili kullanarak duygu ve düşüncelerini ifade edebilmesine yönelik seans içerisinde modelleme ve canlandırma egzersizleri yapılmıştır. Bir arkadaşı ile yaptıkları seyahatte beklediği ilgiyi göremediğini düşündüğü için öfkelenmediği, alındığı ve arkadaşıyla çatışma yaşadığı gündeme gelen danışan ile yapılan canlandırma çalışması ifade edilen egzersizlerden birinin örneğini oluşturmuştur. Arkadaşıyla yaşadığı çatışmada “*Senin yüzünden seyahatimiz kötü geçti, neden bana kötü davranıyorsun?*” gibi suçlayıcı ifadeler

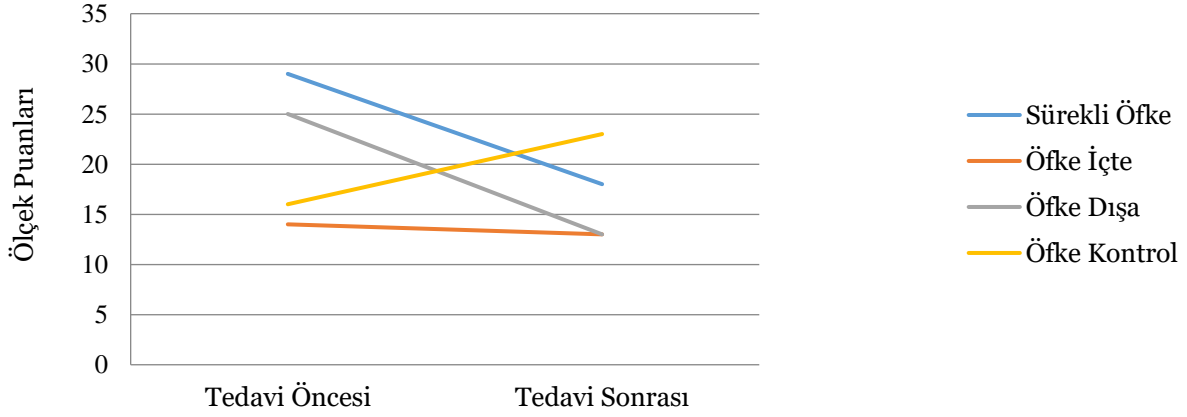
Tablo 2.

Danışanın Öfkelenildiği Durumlar İçin Öz-İzleme Kaydı

Durum	Otomatik Düşünce	Duygu	Davranış	Alternatif Düşünce
Uyarılarına rağmen öğrencilerinin sınıfta konuşmaya devam etmeleri	Bana saygısızlık yapılmamalı.	Öfke	Bağırarak, azarlamak	Kendi aralarında konuşmaları bana saygısızlık yapıldığı anlamına gelmeyebilir. Aralarında çözmeye çalıştıkları bir meseleleri olabilir.
Öğrencilerinin derse eksik malzemeyle gelmeleri	Dersi ve beni önemseselerdi derse hazır gelirdi.	Öfke	Bağırarak, azarlamak	Beni tamamen önemsemediklerini düşünmek için bu örnek yeterli değil, önemsediklerini gösteren davranışlarının olduğunu biliyorum.
Hazırladığı bildiri üzerinde çalışmalarını için hocasının kendisini araştırma görevlisine yönlendirmesi	Bu resmen emeğime saygısızlık! Beni önemsemiyor.	Öfke	Araştırma görevlisinden yardım istememek	Yaptığım işi geliştirmem gerektiğine yönelik görüşler, emeğime saygısızlık yapıldığı anlamına gelmez. Araştırma görevlisinin kendisine kıyasla bana daha fazla yardımcı olabileceğini düşünmüş olabilir.
Hoşlandığı kişinin kendisine "elitist" demesi	Beni küçümsüyor. Benden hoşlanmadığı için böyle davranıyor.	Öfke	Küsmek, surat asmak, kaş çatmak, ortamdan ayrılmak	Esprili yapmak ya da eğlenmek ve benimle böylece iletişim kurmak için bunu demiş olabilir.
Doktora öğrencisi kısaltmasını yanlışlıkla doktor öğretim üyesi olarak kısaltması üzerine hocasının "ne zaman doktorayı bitirdin?" demesi	Beni aşağılıyor.	Öfke	Surat asmak, iletişimini sınırlandırmak	Düzeltilmem için hatamı söylüyor, alınganlık yapıyorum.

kullandığı, kendi duygu ve düşüncelerini açmadığı anlaşılmıştır. Seans-İçi yapılan çalışmada gündeme alınan bu durumla ilgili danışanın ihtiyaç, duygu ve düşüncelerine ulaşması sağlanmış, surat asmak ya da suçlamak yerine çatışmayı çözebilmesi için arkadaşı ile böylesi bir durumda yapabileceği alternatif konuşma canlandırılmıştır. “*Gittiğimiz yerde seninle daha iyi vakit geçirmek istiyordum, bunu yaşayamamak beni hayal kırıklığına uğrattı ve üzüldüm*” şeklinde kendini ifade etmesinin gerçek ihtiyaç, düşünce ve duygularını iletmesi ve kendisini daha yapıcı bir biçimde ortaya koyması açısından işlevsel olacağı konusunda uzlaşılmıştır. Danışan ifade edilen seansın ardından arkadaşına gerildikleri için hayal kırıklığı ve üzüntü yaşadığını aktaran bir konuşma yapmış ve aralarındaki çatışma çözülmüştür. Bu bağlamda gündeme alınan bir başka çalışmada ise danışan kendisine mesafe aldığını düşündüğü için kızgın olduğu bir arkadaşına duygu ve düşüncelerini ifade etmeye karar vermiştir. Konuşmanın akışı ve içeriği seansta canlandırılmış, danışanın tercihi gözetilerek arkadaşı yalnızken ya da tanıdığı kişilerle birlikte onunla konuşması, eğer tanımadığı kişiler ile birlikte ise konuşma talebinde bulunmaması yönünde davranışsal bir egzersiz yapılandırılmıştır. Konuşma beklentisi reddedilir ya da ertelenirse arkadaşına ne zaman müsait olacağını soracağı ve o sırada oluşması muhtemel herhangi bir otomatik düşünceyi gözden geçireceği detaylı bir biçimde planlanmıştır. Egzersizi uygulayan danışan arkadaşına mesafeli oldukları için üzgün olduğunu aktarmış, arkadaşı tarafından olumlu karşılandığını ve kendini ifade ettiği için rahatladığını belirtmiştir. Bu egzersizle birlikte danışan saldırganlık baş etme stratejisi yerine duygu ve düşüncelerini ifade etme fırsatı bulmuştur. Ayrıca uygulanan bu egzersizlerin danışanın kendini açarak iletişim kurduğunda, yargılanacağı ya da küçümseneceği yönündeki düşüncelerini test etmesi açısından önemli olduğu düşünülmüştür.

Öfke duygusunu düzenlemesi ve uygun biçimde ifade etmesi çerçevesinde yapılan tüm bu çalışmaların etkisini değerlendirmek amacıyla şikayetleri doğrultusunda 2. seansta ve 12. seansta uygulanan Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı ölçeklerinden danışanın aldığı puanlar Şekil 1’de sunulmuştur. Uygulanan ölçeklerin sonuçları incelendiğinde danışanın ölçekler üzerinde aldığı son puanlar Sürekli Öfke ölçeği için 18, öfke- dışı alt ölçeği için 13, öfke- içte alt ölçeği için 13, öfke- kontrol alt ölçeği için ise 23 olarak belirlenmiştir. Bu sonuçlar danışanın sürekli öfkesinde 11, öfkesini uygun olmayan biçimde ortaya koymasında (öfke-dışa) 12 ve öfkesini bastırmasında (öfke-içte) 1 puan azalma, öfkesini kontrol etmesinde ise 7 puan artış olduğunu göstermiştir. Bu bulgular, danışanın öfke kontrolünün gelişmeye ve öfkesini daha az yıkıcı biçimde ortaya koymaya başladığı doğrultusunda oluşan klinik gözlemi desteklemesi bakımından önemli bulunmuştur.



Şekil 1. *Tedavi Öncesi ve Sonrasında Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeklerindeki Değişim*

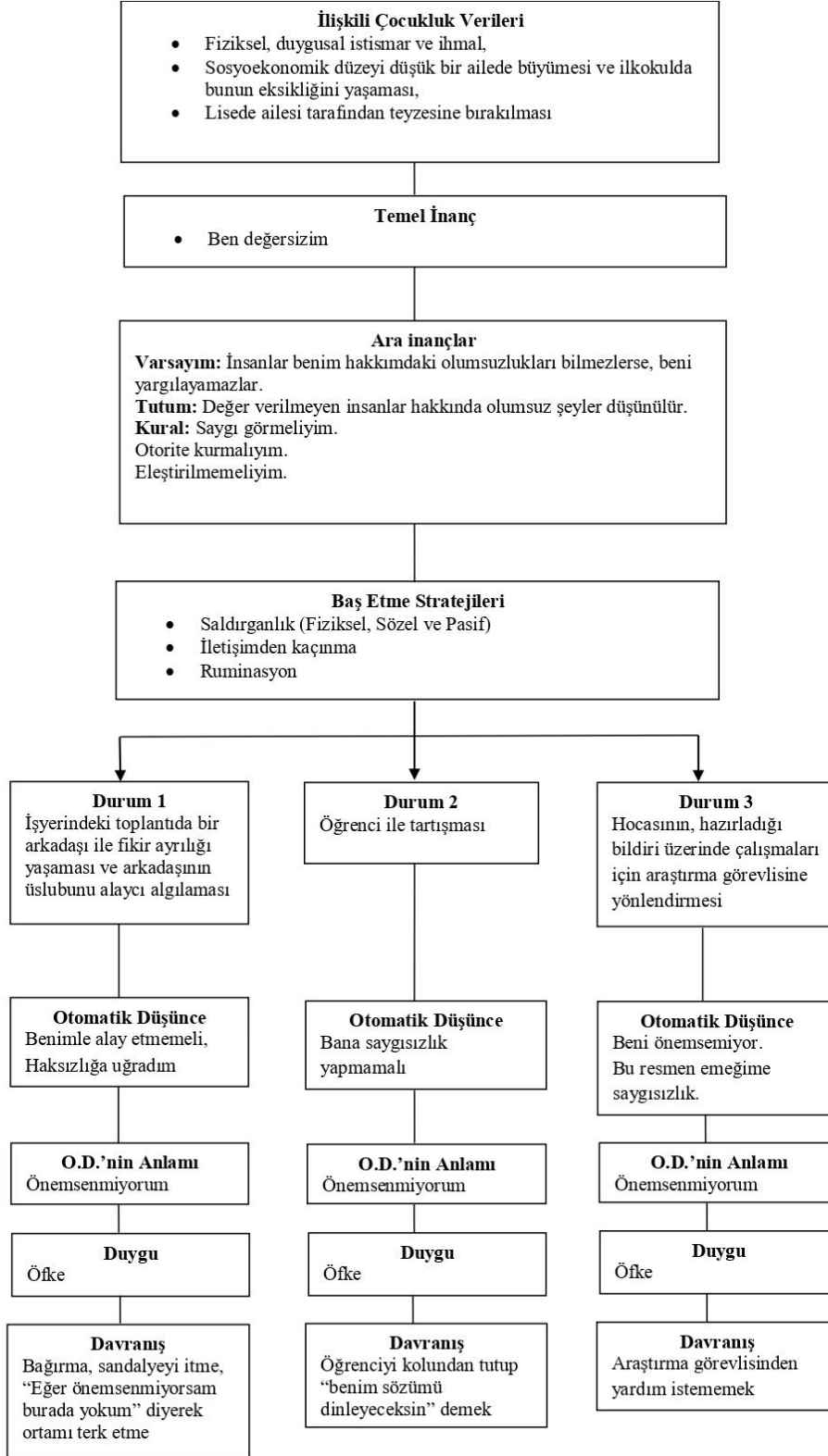
Vaka Formülasyonu Kapsamında Belirlenen İnançlar ve Bu Çerçeve Yapılan Çalışmalar

Olgu, formülasyonu açısından değerlendirildiğinde gerek öz-izleme kaydı gerekse seans gündemi içeriği göz önünde bulundurularak danışanın “Saygı görmeliyim”, “Diğerleri üzerinde otoritem olmalı”, “Eleştirilmemeliyim” kurallarının, “Değer verilmeyen insanlar hakkında olumsuz şeyler düşünülür” tutumunun ve “Hakkımdaki olumsuzluklar bilinmezse yargılanmam” varsayımının olduğu ve bu ara inançlarının değersizlik temel inancına işaret edebileceği hipotez edilmiştir. Babasının fiziksel, duygusal istismarına ve ihmeline maruz kalmasının, akranlarına kıyasla sosyoekonomik açıdan dezavantajlı bir ailede büyümesinin, ergenlik döneminde teyzesine bırakılmasının ve bu dönemde kendisi ile ilgili önemli kararlarda danışanın fikrinin sorulmamasının ve ebeveynlerinin inisiyatif kullanmamasının bu formülasyonda önemli yaşam deneyimleri olarak not edilebileceği düşünülmüştür. Saygısızlık yapıldığı, aşağılandığı gibi otomatik düşünceleri kapsamında önemsenmediğini aklına getiriyor olabileceği üzerine uzlaşılın danışanın böylesi zamanlarda değersizlik inancının tetiklenebildiği ve fiziksel, sözel ya da pasif saldırganlık (küsmek, surat asmak, ortamı terk etmek, iletişimden kaçınmak gibi) ve ruminasyon yoluyla bu inancı ile baş etmeye (kendisini korumaya) çalışıyor olabileceği konuşulmuştur. Paylaşıldığında danışan tarafından da makul bulunduğu ifade edilen vaka formülasyonunun ayrıntıları Şekil 2’de sunulmuştur.

Vaka formülasyonunun paylaşılmasıyla birlikte danışan eleştirilmeye, espri konusuna olmaya ve hakkında olumsuz bir şey düşünülmesine yönelik toleransının düşük olduğunu ve

bu tip durumlarda değersiz olduğunu düşündüğünü fark etmiştir. Böylece başlangıçta temel şikâyet konusu olan öfke duygusunun arka planında değersizlik inancıyla ilişkili üzüntü ve hayal kırıklığı duygularının olabileceği seanslarda gündeme gelmiştir. Belirtilen kapsamda yürütülen bilişsel yeniden yapılandırma çalışmaları neticesinde “*Herkes gibi ben de eleştirilebilirim.*”, “*Hakkımda yapılan eleştirilerden kendimi geliştirmek için faydalanabilirim.*”, “*Hakkımda espri yapılması, benimle iletişim kurulmak istendiğine işaret ediyor olabilir.*”, “*Kimsenin benim hakkımda olumsuz bir şey düşünmemesi gerçekçi bir beklenti değil.*”, “*Hakkımda olumsuz şeyler düşünülmesine fazla önem veriyor olabilirim.*”, “*Eleştirilmem ya da hakkımda espri yapılması zorunlu olarak bana değer verilmediği anlamına gelmeyebilir.*” gibi alternatif ara-inançlar gündeme gelmiş, danışan bunları benimseme konusunda esneklik göstermeye başlamıştır. İfade edilen esnekliğin, danışanın temel şikâyeti olan öfke kontrolü ile ilgili zorlukların, süreç içerisinde kontrol edilmesinde yardımcı olduğu gözlenmiştir.

Ara-inançlarını esnetmesine yönelik olarak yapılan seans-İçi çalışmaların yanı sıra bu inançlarını test etmesi ve kendisini daha sık ve açık biçimde ortaya koyması amacıyla danışanın seans-dışında gerçekleştirmesi üzerine 5. ve 6. seanslarda çeşitli davranışsal egzersizler de planlanmıştır. Bu kapsamda romantik olarak ilgilendiği bir arkadaşına kendi ifadesi ile “yan gözle baktığı” için suçluluk hissedenden (İlgili otomatik düşünce: “*Arkadaşımın yakınlığımı farklı yorumluyorum, bu yaptığım ayıp.*”) ve bunu diğer arkadaşları öğrenirlerse yargılanacağını düşünen danışan (İlgili ara inanç: “*Hakkımdaki olumsuzluklar bilinmezse yargılanmam.*”), başka bir yakın arkadaşı ile romantik duygularını paylaşmış ve böylece “*beni yargırlarlar*” düşüncesini sınamıştır. Duygularını anlattığı yakın arkadaşının, kendisini yargılamadığını ve “zaten onları yakıştırdığını” belirterek bu duruma sevindiğini gözlediğinde falcılık bilişsel çarpıtması yaptığını fark etmiştir. Bu egzersiz danışanı “Anlattıklarım anlaşılabilir.” düşüncesini benimseye daha fazla yaklaştırmış ve kendisini ortaya koymakla ilgili kaygısının azalmasına yardımcı olmuştur. Ayrıca bu çalışma ayıp etme ve yargılanma içerikli ruminasyon baş etme stratejisi yerine duygu ve düşüncelerini ifade etme davranışını teşvik etmesi açısından da faydalı olmuştur. Benzer bir başka çalışmada toplu taşımadaki gibi kalabalık ortamlarda yargılanmak, küçümsemek ya da beğenilmemek gibi düşüncelerinden dolayı çekingen davranan danışan, sesli bir şekilde minibüsteki yaşlı biri için yer istemiştir. Bu davranışının sonucunda insanların onu küçümseyeceği veya yargılayacağı düşüncesine inancı ve ilişkili kaygısı azalmıştır. Kaçınma baş etme stratejisi yerine, yaşlı biri için yer isteyerek kendisini ifade etmek ve sonuçlarını gözlemek için bir olanak daha bulmuştur. Bu tür davranışsal çalışmalar danışanın kendisini ortaya koymak konusundaki cesaretini arttırmış ve kaçınmalarını azaltmıştır.



Şekil 2. Vaka Formülasyonu

Sonuç

Tedavi sonrasında danışan, öfkesini ve kendisinde öfke yaratan durumları fark etmeye, saldırganlık tepkisini kontrol edebilmeye başlamıştır. Otomatik düşüncelerini tanıdıkça bunların yerine daha geçerli ve işlevsel alternatif düşünceler geliştirebilme ve bu stratejik değerlendirmeyi öfkelenildiği zamanlarda yapabilme konularında dikkat çekici bir gelişim göstermiştir. Özellikle önemsenmeme, aşağılanma, küçük düşürülme, yargılanma içerikli düşüncelerindeki zorunluluk ifadeleri, kişiselleştirme, zihin okuma, falcılık gibi bilişsel çarpıtmaları tanıması, bu düşüncelerini yeniden düzenlemesini kolaylaştırmıştır. Böylece kişiler arası ilişkilerde hassasiyetinin yüksek olduğu hakkında olumsuz bir şey düşünülmesi, eleştirilmesi, kendisine yönelik espri yapılması gibi konulardaki toleransı artmıştır. Bu değişimlere yaşadığı durumlar karşısında küsmek, surat asmak, alınmak, ortamı terk etmek, iletişimden kaçınmak gibi pasif saldırgan davranışlar yerine ben dili ile duygu ve düşüncelerini daha fazla ortaya koyma davranışları eşlik etmeye başlamıştır. Tüm bunlarla birlikte fibromiyalji rahatsızlığından dolayı ağrıları olan danışan, ağrılarının stres ile tetiklendiğini ve öfkesini daha iyi yönetebildiği için ağrılarında da azalma olduğunu ifade etmiştir. Bu sonuç literatürdeki, öfke ve ağrı arasındaki ilişkiye dikkat çeken araştırma bulgularıyla tutarlıdır (Gelkopf, 1997; Kerns ve ark., 1994; Suinn, 2001).

Literatürde öfke tedavisinde BDT'nin etkisinden bahseden çalışmalarla (Lee ve DiGiuseppe, 2018) tutarlı bir şekilde, BDT yaklaşımı ile tedavisi yürütülen bu vakada kullanılan tekniklerin etkili olduğu gözlemlenmiştir. İlgili ölçeklerle değerlendirildiğinde de danışanın öfkesinin, öfkesini uygun olmayan biçimde ortaya koymasının ve bastırmasının azaldığı, öte yandan öfkesinin şiddetlendiği zamanlardaki davranış kontrolünün ise arttığı ortaya koyulmuştur. Otomatik düşüncelerini tanıma, bu düşüncelerdeki çarpıtmaları fark etme ve bunların yerlerine daha geçerli ve işlevsel olanları koyabilmenin danışanın fayda gördüğü tekniklerin başında geldiği gözlenmiştir. Öfke duygusu ile ilişkili belirtileri, durumları ve davranışları tanıdıkça, “hisset-davran-düşün” sıralamasının yerini “dur-düşün-davran” sıralaması almış, bu değişim danışanın öfkelenildiği zamanlardaki davranışlarının kontrolünü arttırmıştır. Kişiler arası ilişkilerde ortaya çıkan çatışmalı konulardaki duygu, düşünce ve ihtiyaçlarını fark etmesinin sağlanması, bunları ortaya koymasından kaçınmasına neden olan yargılanma eksenindeki endişelerine odaklanılması ve bu endişelerini test edebileceği egzersizler planlanması danışanın fayda gördüğü diğer BDT müdahaleleri kapsamında öne çıkmıştır. Başlangıçta şikayetçi olduğu öfke duygusu ve beraberindeki saldırgan davranışları, danışanın kişiler-arası ilişkilerde beklentilerini ve ihtiyaçlarını tanımaya başlaması için bir fırsat oluşturmuştur. Bu beklenti ve ihtiyaçlarını ifade etmeye başlamasıyla birlikte kendisini

ortaya koymak konusundaki özgüveninin arttığı ve daha tatmin edici ilişkiler yaşamaya başladığı gözlenmiştir.

Terapi sürecinde danışan ile tedavi hedefi ve uygulanacak yöntemler konusunda terapötik ittifak sağlanmıştır. Danışanın tedavi süresince kendini açabildiği, uyumlu davrandığı ve değişim motivasyonunun yüksek olduğu gözlenmiştir. Yapılan görüşmeler süresince çalışma çerçevesine yönelik bir ihlali söz konusu olmamış, planlanan seans zamanlarına sadık davranmıştır. İş birliğine açık tutumunun terapötik sürece olumlu etkisinin olduğu ve danışanın değişimini kolaylaştırıp hızlandığı düşünülmüştür. Bu sonuç literatürde öfke tedavisinde terapötik ittifakın önemini vurgulayan görüşlerle tutarlılık göstermektedir (Deffenbacher, 1999).

Bu olgu sunumunda, öfke kontrol sorunu yaşayan bir danışanın BDT kapsamında yürütülen psikoterapi süreci, faydalanılan müdahaleler ile birlikte aktarılmaya çalışılmıştır. Bilişsel çarpıtmaların tanıtılması, otomatik düşüncelerin belirlenmesi, değerlendirilmesi ve değiştirilmesi, davranışsal egzersizlerin planlanması, vaka formülasyonunun oluşturulması gibi BDT yaklaşımına ait pek çok temel uygulamadan (Beck, 2018) kısa sayılabilecek bir sürede nasıl faydalanılabileceğinin ortaya koyulması bakımından, çalışmanın aktarılmasının yararlı olacağı düşünülmüştür. Burada anlatılanları çeşitlendirmek için farklı tetikleyicilere, bilişlere, davranışlara sahip öfke kontrol güçlüğü yaşayan kimselerin BDT kapsamındaki süreçleri gelecek çalışmalarda sunulabilir. Bunlarla beraber daha yıkıcı nitelikte saldırganlık davranışları olan, iş birliğine kapalı veya öfke kontrolü güçlüklerine farklı sorunların eşlik ettiği olguların sunumları, klinisyenlere çalışmalarında yol gösterecektir.

Kaynakça

- Amerikan Psikiyatri Birliği (2014). *Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı: Beşinci Baskı (DSM-5)*. (E. Köroğlu, Çev.) Ankara: Hekimler Yayın Birliği (2013).
- Beck, A., T. (1979). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. Boston: International University Press.
- Beck, J. S. (2018). *Bilişsel davranışçı terapi: Temelleri ve ötesi*. (M. Şahin, Çev. Ed.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık (1995).
- Beck, R. ve Fernandez, E. (1998). Cognitive-behavioral therapy in the treatment of anger: A meta-analysis. *Cognitive Therapy and Research*, 22(1), 63-74.
- Bistline, J. L. ve Frieden, F. P. (1984). Anger control: A case study of a stress inoculation treatment for a chronic aggressive patient. *Cognitive Therapy and Research*, 8(5), 551-555.
- Boxmeyer, C. L., Lochman, J. E., Powell, N., Yaros, A. ve Wojnaroski, M. (2007). A case study of the Coping Power program for angry and aggressive youth. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 37(3), 165-174.
- Candelaria, A. M., Fedewa, A. L. ve Ahn, S. (2012). The effects of anger management on children's social and emotional outcomes: A meta-analysis. *School Psychology International*, 33(6), 596-614.
- Dahlen, E. R. (2007). Cognitive therapy for clinically dysfunctional anger: A case study. *Clinical Case Studies*, 6(6), 493-507.
- Davies, W. (2017). *Öfke ve tahammülsüzlük*. (D. Günküt, Çev.) İstanbul: Kuraldışı Yayınları (2000).
- Deffenbacher, J. L., Dahlen, E. R., Lynch, R. S., Morris, C. D. ve Gowensmith, W. N. (2000). An application of Beck's cognitive therapy to general anger reduction. *Cognitive therapy and Research*, 24(6), 689-697.
- Deffenbacher, J. L., Oetting, E. R., Lynch, R. S. ve Morris, C. D. (1996). The expression of anger and its consequences. *Behaviour Research and Therapy*, 34(7), 575-590.
- Deffenbacher, J. L. (1999). Cognitive-behavioral conceptualization and treatment of anger. *Journal of Clinical Psychology*, 55(3), 295-309.
- Del Vecchio, T. ve O'Leary, K. D. (2004). Effectiveness of anger treatments for specific anger problems: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 24(1), 15-34.
- Edmondson, C. B. ve Conger, J. C. (1996). A review of treatment efficacy for individuals with anger problems: Conceptual, assessment, and methodological issues. *Clinical Psychology Review*, 16(3), 251-275.
- Fehrenbach, P. A. ve Thelen, M. H. (1981). Assertive-skills training for inappropriately aggressive college males: Effects on assertive and aggressive behaviors. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 12(3), 213-217.
- Ford, B. D. (1991). Anger and irrational beliefs in violent inmates. *Personality and Individual Differences*, 12(3), 211-215.
- Fives, C. J., Kong, G., Fuller, J. R. ve DiGiuseppe, R. (2011). Anger, aggression, and irrational beliefs in adolescents. *Cognitive Therapy and Research*, 35(3), 199-208.
- Gelkopf, M. (1997). Laboratory pain and styles of coping with anger. *The Journal of Psychology*, 131(1), 121-123.

- Hamberger, K. ve Lohr, J. M. (1980). Rational restructuring for anger control: A quasi-experimental case study. *Cognitive Therapy and Research*, 4(1), 99-102.
- Henwood, K. S., Chou, S. ve Browne, K. D. (2015). A systematic review and meta-analysis on the effectiveness of CBT informed anger management. *Aggression and Violent Behavior*, 25(2), 280-292.
- Ho, B. P., Carter, M. ve Stephenson, J. (2010). Anger management using a cognitive-behavioural approach for children with special education needs: A literature review and meta-analysis. *International Journal of Disability, Development and Education*, 57(3), 245-265.
- Hofmann, S. G., Asnaani, A., Vonk, I. J., Sawyer, A. T. ve Fang, A. (2012). The efficacy of cognitive behavioral therapy: A review of meta-analyses. *Cognitive Therapy and Research*, 36(5), 427-440.
- Howells, K. ve Day, A. (2003). Readiness for anger management: Clinical and theoretical issues. *Clinical Psychology Review*, 23(2), 319-337.
- Kerns, R. D., Rosenberg, R. ve Jacob, M. C. (1994). Anger expression and chronic pain. *Journal of Behavioral Medicine*, 17(1), 57-67.
- Lee, A. H. ve DiGiuseppe, R. (2018). Anger and aggression treatments: a review of meta-analyses. *Current Opinion in Psychology*, 19(1), 65-74.
- Martin, R. C. ve Dahlen, E. R. (2004). Irrational beliefs and the experience and expression of anger. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 22(1), 3-20.
- Nicoll, M., Beail, N. ve Saxon, D. (2013). Cognitive behavioural treatment for anger in adults with intellectual disabilities: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 26(1), 47-62.
- Novaco, R. W. (1977). Stress inoculation: A cognitive therapy for anger and its application to a case of depression. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 45(4), 600.
- Novaco, R. W. ve Taylor, J. L. (2015). Reduction of assaultive behavior following anger treatment of forensic hospital patients with intellectual disabilities. *Behaviour Research and Therapy*, 65(1), 52-59.
- Özer, A. K. (1994). Sürekli öfke (SL-ÖFKE) ve öfke ifade tarzı (ÖFKE-TARZ) ölçekleri ön çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31), 26-35.
- Ramirez, J. M. ve Andreu, J. M. (2006). Aggression, and some related psychological constructs (anger, hostility, and impulsivity) Some comments from a research project. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 30(3), 276-291.
- Reilly, P. M., ve Shopshire, M. S. (2014). Anger management for substance abuse and mental health clients: A cognitive behavioral therapy manual. *Journal of Drug Addiction, Education, and Eradication*, 10(1/2), 199.
- Saini, M. (2009). A meta-analysis of the psychological treatment of anger: Developing guidelines for evidence-based practice. *Journal of the American Academy of Psychiatry and the Law Online*, 37(4), 473-488.
- Spielberger, C. D., Jacobs, G., Russell, S. ve Crane, R. S. (1983). Assessment of anger: The state-trait anger scale. *Advances in Personality Assessment*, 2(1), 159-187.
- Spielberger, C. D., Reheiser, E. C. ve Sydeman, S. J. (1995). Measuring the experience, expression, and control of anger. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing*, 18(3), 207-232.

- Spirito, A., Finch Jr, A. J., Smith, T. L. ve Cooley, W. H. (1981). Stress inoculation for anger and anxiety control: A case study with an emotionally disturbed boy. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 10(1), 67-70.
- Suinn, R. M. (2001). The terrible twos- anger and anxiety: Hazardous to your health. *American Psychologist*, 56(1), 27.
- Sukhodolsky, D. G., Kassinove, H. ve Gorman, B. S. (2004). Cognitive-behavioral therapy for anger in children and adolescents: A meta-analysis. *Aggression and Violent Behavior*, 9(3), 247-269.

Cognitive Behavioral Psychotherapy of Anger Management Problem: A Case Study

Summary

Introduction

Anger consists of cognitive, emotional, and physiological components (Deffenbacher, 1999). Since both anger-related difficulties are common and they have destructive consequences (Del Vecchio & O'Leary, 2004), treatment of anger-related difficulties is of vital importance. Cognitive Behavioral Therapy (CBT) is reported to be the most commonly disseminated intervention for anger and aggression (Lee & DiGiuseppe, 2018). However, in the relevant literature, case studies that present CBT interventions for anger problems (Bistline & Frieden, 1989; Boxmeyer et al., 2007; Dahlen, 2007; Hamberger & Lohr, 1980; Novaco, 1977; Spirito and et al., 1981) are very limited. Thus, this study aimed to exemplify the CBT process for a client who suffered from an anger control problem.

Case and CBT Treatment

The client was a 37-year-old single female. She did not have any prior psychiatric diagnosis and psychotherapy history. The client primarily complained about aggressive behaviors such as scolding and yelling at others instead of appropriately expressing herself.

Totally 12 sessions were carried out and the primary aim was specified as “enhancing the ability of anger control” in cooperation with the client taking into consideration her complaints and expectations. At the beginning of the process, psycho-education was provided about the nature, arousal, and negative consequences of anger, and a record of thoughts and behaviors for anger were requested. Through this self-monitoring study, it was expected to identify anger-related situations, physical changes, behaviors, thoughts, and cognitive distortions. The client began to realize that her automatic thoughts especially about being neglected, humiliated, or underrated included cognitive distortions such as should statements, personalization, mind reading, catastrophizing and she understood that these thoughts had negative impact on her aggression. She started to question the validity and functionality of those automatic thoughts and to develop alternative ones. For instance, “My friend humiliates me.” automatic thought triggered by an innocent joke or “My students don’t take me seriously.” automatic thought triggered by a noise in the class were replaced by the alternative thoughts of “My friend is trying to communicate with me.” and “The students must be trying to solve a problem which is not related with their respect to me.” respectively. She also started to

recognize the antecedents of her anger and at those times replaced the order of “feel-act-think” with “stop-think-act”. The client utilized the self-given command of “stop” in order to postpone aggressive reactions such as yelling, getting cross, pouting or screaming.

The comprehensive case formulation was generated in cooperation with the client. “I’m worthless” (core belief), “If I don’t disclose my weak sides, others can’t criticize me.” (assumption), “I must be respected.” (rule) were her prominent beliefs. In addition to examining the evidence which supported and didn’t support those beliefs, the client discovered the connections of those beliefs with her childhood experiences and coping strategies such as avoidance or behaving aggressively.

Behavioral experiments to be carried out as homework were also planned in addition to the modeling and role-play interventions which were conducted during the sessions. The aim was to support the client to express her primary feelings and related thoughts, and needs in appropriate ways and thus to establish more effective communication skills. The practices helped the client to realize her feelings other than anger such as disappointment, sadness, in relation to relevant thoughts and needs, to communicate these newly acquainted content and to experience increased inter-personal intimacy. For instance, she told about her sadness because of the conflict with a friend and she experienced the improvement in their relationship following this conversation.

Conclusion

These interventions decreased trait anger (38%), inappropriate anger expression (48%), anger suppression (7%), and increased anger control (44%). Trait Anger and Anger Expression Scales (Özer, 1994) were utilized to assess the change of these scores following the second and twelfth sessions. Identifying her thoughts and assessing their validity and functionality, learning to develop alternative thoughts, adopting the order of “stop-think-act” in angry times, recognizing feelings other than anger, and beginning to communicate them with related thoughts were interpreted as the primary change mechanisms. Presentation of CBT interventions for clients who have more destructive aggressive behaviors, are uncooperative with the therapist or suffer from additional problems may help for guiding the clinicians in their practice.

Eser İnceleme

“Prozac Toplum” Filminin Helikopter Ebeveynlik, Erikson’un Psikososyal Gelişim Dönemleri ve Beck’in Depresyon Modeli Çerçevesinde İncelenmesiOğuz TARHAN¹, Ece BEKAROĞLU^{2*}¹ Ufuk Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü, Ankara, Türkiye² Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü, Ankara, Türkiye**Makale Bilgisi****Anahtar kelimeler:**prozac toplumu
filmi,
depresyon,
helikopter
ebeveynlik,
psikososyal gelişim**Öz**

Prozac Toplum filmi gazetecilik bölümü öğrencisi olan Elizabeth Wurtzel’in depresyon sürecini, bu süreçte aşk, aile, okul, arkadaşlık gibi farklı bağlamlarda deneyimlediği olayları ve tedavi sürecini ele alır. Henüz iki yaşına gelmeden anne ve babası boşanan Elizabeth, uzun yıllardır psikoterapi süreci içerisinde. Harvard Üniversitesi’nde yaşadığı olaylar depresyonunun yeniden tetiklenmesine yol açar. Elizabeth, geçmişte fayda görmediği psikoterapi deneyimleri nedeniyle destek almak istemez. Öte yandan içinde bulunduğu duygu durumu nedeniyle yaşadığı olaylar karşısında ortaya koyduğu bilişsel ve davranışsal süreçler sonucunda destek almaya karar verir ve psikoterapiye başlar. Film, Elizabeth’in depresyonun ortaya çıkmasına neden olan yaşantıları, kişiliği ve annesinin ebeveynlik tutumları, tedavisi devam ederken deneyimlediği olaylara karşı verdiği bilişsel ve davranışsal tepkiler üzerinden ele alınır. Bu süreçte Elizabeth’in aile, arkadaşlık ve yakın ilişkilerde depresyonla farklı şekillerde baş etmeye çalıştığı görülür. Elizabeth’in kişiliği, depresyonuna neden olan geçmiş deneyimleri, annesinin ebeveyn tutumları ve depresyon nedeniyle tedavi sırasında karşılaştığı olaylara bilişsel ve davranışsal tepkileri helikopter ebeveynlik, Erikson’un psikososyal gelişim dönemleri ve Beck’in depresyon modeli çerçevesinde tartışılmaktadır.

Abstract**Keywords:**prozac nation
movie,
depression,
helicopter
parenting,
psychosocial
development

The movie “Prozac Nation” discusses Elizabeth Wurtzel’s, a freshman student of the department of journalism, experience of depression, and how its process continued in different circumstances such as love, family, school, and friendship. Her parents divorced before she was 2 years old; therefore, she has already been in the psychotherapy process for long years. What she has experienced at Harvard University triggers her depression again. Elizabeth does not want to get support because of her psychotherapy experiences that she has not benefited from in the past. On the other hand, she decides to get support and starts psychotherapy due to the cognitive and behavioral processes that she presents in the face of the events she experiences due to her emotional state. Throughout this process, it is seen that Elizabeth tries to cope with depression in different ways in family, friendship, and close relationships. Elizabeth’s personality and past experiences that caused her depression, her mother’s parental attitudes, and cognitive and behavioral responses to the events she experienced while on treatment because of depression are discussed within the scope of the helicopter parenting, Erikson’s psychosocial development stages, and Beck’s depression model.

*Sorumlu Yazar, Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Psikoloji Bölümü, Doktor Öğretim Üyesi. Adres: Emniyet Mah. Abant 1. Cad. No:10/2D D Blok Kat:2 No:217 Yenimahalle/ANKARA. E-posta: ecetathan@gmail.com

DOI: 10.31682/ayna.782194

Gönderim Tarihi (Received): 18.08.2020; Kabul Tarihi (Accepted): 18.11.2020

2148-4376

Giriş

Filmin Künyesi

Filmin Adı: Prozac Nation (Prozac Toplumu)

Filmin Yönetmeni: Erik Skjoldbjærg

Oyuncular: Christina Ricci, Jonathan Rhys Meyers, Jessica Lang, Nicholas Campbell

Yapım Yılı: 2001

Filmin Konusu

Prozac Toplumu filmi, Harvard Üniversitesi'nde gazetecilik okuyan ve yazar olmaya çalışan Elizabeth Wurtzel'in (Christina Ricci) üniversite yaşamında deneyimlediği olaylarla ortaya çıkan depresyon sürecini ve farklı bağlamlardaki kişilerle etkileşimini ele almaktadır.

Ebeveynleri iki yaşındayken boşanan Elizabeth, annesi Bayan Wurtzel (Jessica Lange) tarafından büyütülür. Annesinden aşırı ilgi gören Elizabeth, babasından ise hiç ilgi görmez. Öte yandan 12 yaşına geldiğinde babası Donald (Nicholas Campbell) ortadan kaybolur. Üniversiteye başlamasının ardından oda arkadaşı Ruby (Michelle Williams) ile samimi bir arkadaşlık kurar. Elizabeth'in, Lou Reed'in (Lou Reed) şarkıları hakkında Crimson dergisine gönderdiği yazısı Harvard Üniversitesi tarafından 1985 yılının en iyi yazısı seçilerek ödül kazanır. Yeni bir yazı üzerinde çalışan Elizabeth, günlerce çabalasa da istediği nitelikte bir yazı ortaya koyamaz. Bu sırada Ruby, sevgilisi Sam'in Elizabeth ile kendisini aldattığını öğrenir ve iki arkadaşın arası bozulur.

Bir sabah yaşamaktan korkarak uyanan Elizabeth, kendini karamsar düşünceler içinde bulur ve her olayın kötü yanını gördüğünü düşünerek, psikiyatriste başvurmaya karar verir. Geçmişteki olumsuz psikoterapi deneyimleri nedeniyle tekrar bir psikoterapi sürecine başvurma konusunda endişeliyken, bir yandan da doktorunun ilgisini çekemeyeceğinden korkar.

Doğum günü için eve dönen Elizabeth, annesinin, büyükanne ve büyükbabasını partiye çağırmasından hoşnut kalmaz. Odasında konserde tanıştığı Rafe'nin (Jason Biggs) telefon numarasını bulur ve onunla konuşmaya başlar. Bayan Wurtzel, yemekte büyükanne ve büyükbabasına Elizabeth hakkında mükemmel çocuk tablosu çizer. Elizabeth ise Bayan Wurtzel'in annesinden sakladığı sigarayı ortaya çıkarırken alkol ve uyuşturucu madde kullandığını, annesinin sözlerinin aksine bir aydır yazı yazamadığını söyler. Annesi ve babasının birbirlerine yönelik olumsuz tutumları depresyon sürecindeki Elizabeth'i olumsuz etkiler. Babasının doğum günü için araması ile Elizabeth ve annesi arasında başlayan

tartışmada Elizabeth babasıyla olan ktu ilişkisinde kendisini suçlar. Öte yandan okula döndüğünde babasının kızı için üstlenmesi gereken sorumluluklara karşı Elizabeth'i suçlaması, Elizabeth'in kendisine karşı olan tutumunda önemli değişikliklere yol açar.

Bu sırada Rafe ile yakınlaşan Elizabeth, birlikte oldukları zamanlarda kıskançlık gibi engel olamadığı duygular hisseder, ikircikli davranışlarda bulunur. Kıskanlıkları nedeniyle Rafe'nin kendisinden ayrılacağına yönelik kaygılanır. Elizabeth zaman geçtikçe olayları değerlendirmede sorunlar yaşamaya başlar. Sevgilisinin onu sevmediğini, kardeşinin hastalığı nedeniyle bakım görmesinin onu mutlu ettiği gibi düşünceleri ve çelişkili davranışları Rafe'nin kendisini terk etmesine neden olur. Psikoterapisti ile iyi bir ilişki kurmuş olan Elizabeth, onun tavsiyesi üzerine hastaneye yatarak ilaç tedavisi almaya başlar. Bayan Wurtzel kızını ziyarete giderken bir saldırıya uğrar. Eve döndüğünde yaptıkları konuşmada Bayan Wurtzel, Elizabeth'in kendisinin her şeyi olduğunu ve ona aşırı bağlandığını söylerken kızının hayatında hiçbir olumsuzluk olmasını istemediğini, kızına dair aşırı beklentiler geliştirdiğinin yeni farkına varmuş olduğunu söyler. Elizabeth ise annesinin kendisinden başarmasını arzuladığı beklentileri karşılayamayacağını ifade eder. Annesinin Elizabeth'e kendisi için bir şey yapmasına ve rol yapmasına gerek olmadığını söylemesi zerine Elizabeth, depresyonu yenebileceğine yönelik daha pozitif bir duygudurum içine girer. İlerleyen süreçte gücün, mücadelenin, öfkenin, utancın, intihar düşüncelerinin tedavinin bir parçası olduğuna yönelik i gr kazanan Elizabeth, tedavisini başarıyla tamamlar.

Prozac Toplumu Filminin Psikolojik İncelemesi

Filmin psikolojik analizinde Elizabeth'in annesi Bayan Wurtzel'in helikopter ebeveynlik ile ilişkilendirilen davranışlarının Elizabeth zerindeki etkisi, Elizabeth'in içinde bulunduğu psikososyal gelişim döneminin semptomları ile ilişkisi ve depresyon tanısının Beck'in Depresyon Modeli çerçevesinde ele alınması yer almaktadır.

Helikopter Ebeveynlik ve Elizabeth'e Etkisi

Bayan Wurtzel'in travmatik boşanma sürecinden sonra kızı Elizabeth'i hayatının merkezi olarak görmesi hatta kendi hayatını ona adayışı, helikopter ebeveynlik davranış stili ile ilişkilendirilebilir. Helikopter ebeveynlik; anne ve babaların, çocuklarının akademik başarısı, sağlığı, sosyal ilişkileri gibi yaşamının tüm yönlerinde yüksek düzeyde koruyucu, yönlendirici ve mükemmeliyetçi davranışlarını tanımlar (Lee ve Kang, 2018). Helikopter anne ve babaların ayırıcı özelliği, çocuklarının hayatlarını kendilerinin temel amacı olarak görmeleri ve çocuklarına yönelik yüksek standartlarda başarı beklentisi ile hareket etmeleridir

(Odenweller, Booth-Butterfield ve Weber, 2014). Ebeveynlerin egoları; çocukları hakkında karar alma sürecinde onların arzu, istek, ihtiyaç ve geleceğe yönelik planlarını göz ardı etmelerine yol açar (Odenweller ve ark., 2014; Hesse, Mikkelson ve Saracco, 2017). Ebeveynlerin, çocuklarının akademik hayatına veya güvenliklerine yönelik katı tutumlar sergilemesinin nedeni, eğitimdeki yarışmacı anlayış, yükselen suç düzeyi ve mevcut iktisadi sistemle bağdaştırılır (Bristow, 2014). Helikopter anne ve babaların korumacı tutumları, çocuklarını olası tehlikelerden anlık olarak korurken gelişimsel süreçte fiziksel, ruhsal ve sosyal yönden onların olumsuz etkilenmelerine neden olur (Odenweller ve ark., 2014). Bu olumsuz etkiler, çocukların yetişkinlik dönemlerinde düşük yaşam doyumuna ve yüksek depresif duygu durumuna sahip olmalarına neden olabilir (Schiffrin, Liss, Miles-Mclean, Geary, Erchull ve Tashner, 2014). Helikopter ebeveynliğin gelişimsel süreçte bireyleri duygusal açıdan nasıl etkilediği, üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmalarda ortaya konulmuştur. Ebeveynlerinin aşırı kontrolcü ve müdahaleci tutumlarına maruz kalan bireylerin düşük bir iyi oluşa sahip olduğu depresyon ve kaygıya bağlı ilaç tedavisi görme olasılıklarının yüksek olduğu bulunurken bireylerin aileleri ile olan ilişkilerinde memnuniyetlerinin ise düşük olduğu bulunmuştur (Lemoyne ve Buchanan, 2011; Givertz ve Segrin, 2012). Bayan Wurtzel kendi hayatını kızına adama davranışı gösterirken, kızından yüksek düzeyde mükemmeliyetçi beklentilere sahiptir. Öte yandan kendi hayatında ve kızının hayatında olan çeşitli olaylara karşı gösterdiği kaygılı ve kendini suçlayıcı tepkiler helikopter ebeveynlik stili ile ilişkilendirilebilir. Bayan Wurtzel'in helikopter ebeveynlik stiline sahip olmasında eski eşi Donald'ın etkisinden söz edilebilir. Elizabeth'in babası Donald, kızı hakkında sorumluluk almayan, ona karşı mesafeli, soğuk ve ihmalkâr bir tutuma sahiptir. Düşündüğünden erken yaşta bebek sahibi olan ve boşanma sürecinin ardından Elizabeth'in tüm sorumluluğunu üstlenen Bayan Wurtzel, arzuladığı yaşamdan oldukça uzaktadır. Bayan Wurtzel'in kaybettiği geleceğe karşı kızına kendisini adama davranışı ve kızının başarılı olmasına yönelik yüksek beklentisi helikopter ebeveynliğin belirmesine neden olduğu söylenebilir. Helikopter ebeveynliğin Elizabeth açısından etkileri değerlendirildiğinde, Elizabeth'in stresli durumlar karşısında aşırı huzursuzluk yaşadığı ve stresle başa çıkmada güçlük yaşarken kontrolünü çok kolay kaybettiği görülür. Kendinden beklentisinin hep yüksek olması, sorumluluk almaktan kaçınması, yalnızlık ve öfke gibi zorlu duygularla baş etmekte zorlanıp depresif bir ruh hali sergilemesi, helikopter ebeveynliğin onun üzerindeki olumsuz etkileri olarak değerlendirilebilir.

Erikson'un Psikososyal Gelişim Kuramına Göre Elizabeth ve Bayan Wurtzel

Erikson (1963), bireyin bütün yaşam döngüsünü sekiz farklı evreye bölmektedir. Birey, gelişimsel süreçte yaşam boyu süren ego kaygılarının doruğa ulaştığı sekiz farklı kriz döneminden geçer. Her krizin çözümü kişiyi, ego gelişimini etkileyen olumlu veya olumsuz bir sonuca ulaştırır. Elizabeth bu bağlamda değerlendirildiğinde kuramın yakınlığa karşı yalıtılmışlık dönemindedir. Yakınlığa karşı yalıtılmışlık psikososyal evresi, kimlik arayışı çabasından çıkan genç yetişkinin kendi kimliğini, başkalarının kimliği ile birleştirmeye başka bir deyişle yakın ilişki kurmaya hazır olduğu evredir (Erikson, 1993). Genç yetişkinin yakınlık kurması için kimlik arayışını başarılı bir biçimde tamamlamış olması, kim olduğu konusunda gerçek bir fikre sahip olması gerekir. Kendi kimliklerinden emin olmayan kişiler ya utangaç bir biçimde ilişkiler arası yakınlıktan uzaklaşacak ya da rastgele anlamsız cinsel ilişkiler yoluyla yakınlık arayışına girecektir (Feist ve Feist, 2006). Yakınlığa karşı yalıtılmışlık evresinde olan bireyler çeşitli gruplara katılarak aidiyet duygusunu hissetmek isteyebilirler (Erikson, 1959).

Açılış sahnesinde Elizabeth'in ilk kez âdet görmesinin ardından, Bayan Wurtzel'in her sorunun başlangıcını bu olay olarak görmesi aslında ergenliğin bireyin hayatındaki kırılma noktalarından biri olduğunu vurgular. Üniversite öncesinde ve üniversite yaşamında bir kimlik arayışı içinde olan Elizabeth'in, psikiyatrist ile olan görüşmesinde de bu durumu vurgularken hayatı sorgulaması dikkati çekmiştir. Üniversite günlerinde, önceki yaşamından ve aktivitelerinden çok daha farklı eylemlerde bulunması, alkol kullanımı, cinsel ilişkiye olan bakış açısı ve açıklığının değişmesi, uyuşturucu madde kullanması, onun bir kimlik arayışı içinde olduğunu gösteren belirgin işaretlerdir. Elizabeth'in üniversite günlerinin başındaki partide rastgele cinsel ilişkiye girerek yakın ilişki arayışında olması, onun yakınlığa karşı yalıtılmışlık evresine kimlik oluşumunu başarılı bir şekilde tamamlamadan geçtiğini gösterebilir. Elizabeth'in dışa dönük olmayan kişilik yapısı, onun geniş bir gruba karşı aidiyet hissetme arzusu yerine, yakın ilişki içerisinde olduğu Rafe'ye karşı aidiyet hissetmek istediğini düşündürebilir. Öte yandan Elizabeth, psikoterapisti ile olan görüşmesinde; geçmiş yaşantısında babası ile yaşadığı sıkıntılardan kaynaklanan bir reddedilme korkusuna sahip olduğundan söz eder. Bu reddedilme korkusu Rafe ile olan ilişkisinde birçok noktada kendini gösterir. Tanışma sürecinde Elizabeth'in Rafe'ye onu beğenip beğenmediğine yönelik soruları, tartışmalarında yaşadığı terk edilme korkusu, kimlik edinimi sürecinde başarısız olmuş bir bireyin yakın ilişkide romantik onay arama ihtiyacını ve aidiyet duygusuna da işaret edebilir.

Elizabeth'in annesi Bayan Wurtzel'in genç yetişkinlik döneminde eşiyile yaşadığı mutsuz bir evlilik sonrası yaşadığı travmatik deneyimler, yakınlığa karşı yalıtılmışlık psikososyal döneminin yalıtılmışlık ile sonuçlanmasına neden olmuş olabilir. Partner

arayışındaki onaylanma ihtiyacı, işi ve evi arasında gidip gelen yaşamında izole ve içe dönük örüntüler göstermesi bu duruma örnek olarak verilebilir. Beklentilerinin aksine başarısız şekilde biten evliliği Bayan Wurtzel'in duygu ve davranışlarını derinden etkiler. Kızının doğumu ile başlayan süreçte arzuladığı geleceği kaybetmesi, aşk, aile, iş ve sosyal hayat hakkındaki tutumlarının değişmesine neden olur.

Bayan Wurtzel'in üretkenliğe karşı durgunluk döneminde olması Elizabeth ile arasındaki ilişkiyi etkilemektedir. Üretkenliğe karşı durgunluk evresinde olan bireyler gelecek kuşaklara rehberlik etmek, üretken ve yaratıcı olabilmek isterler (Erikson, 1993). Üretkenlik kavramı sadece nesil yetiştirmeyi içinde barındırmaz, bu nedenle çocuk veya torun sahibi olmak üretkenlik duygusunun tatmini için yeterli değildir. İş hayatında, bilim ve sanat alanlarında ortaya konulacak yaratıcı ürünler bu dönemdeki karmaşanın başarılı bir şekilde çözülmesini sağlar. Aksi durumda ise birey durgun, verimsiz ve sıkıntılı hissedecektir (Feist ve Feist, 2006). Boşandıktan sonra kızını tek başına büyüten Bayan Wurtzel, kendi sorumluluklarının yanında Elizabeth'in babasının alması gereken sorumlulukları da almaktadır. Kızı odaklı bir yaşam süren Bayan Wurtzel, Elizabeth'in depresyon süreci ile kendisini suçlamaya başlar. Üretkenliğe karşı durgunluk döneminde yaşanan bu karmaşa Elizabeth'le arasında fikir ayrılıklarına ve sert tartışmalara yol açar.

Beck'in Depresyon Modeli'ne Göre Elizabeth

Elizabeth, travmatik çocukluk yaşantısından üniversitedeki gençlik yıllarına kadar pek çok depresyon döneminden ve psikoterapi sürecinden geçer. Babası ile boşandıktan sonra annesinin onu tek başına büyütmesi ve bu travmanın kişiliğine olan etkileri ile babasının aniden hiçbir iz bırakmadan ortadan kaybolması Elizabeth'in depresyonunun ortaya çıkmasına neden olan başlıca travmatik durumlar olabilir. Günümüzde depresyonu açıklamaya çalışan çok sayıda yaklaşım vardır. Bu amaçla Aaron Beck tarafından ortaya konan Beck'in depresyon modelinde bireylerin duygu durumları, eylemleri, deneyimlediği yaşantıları algılama ve yorumlama süreçleri irdelenir (Arkar, 1992). Modele göre depresyonun başlangıcı ve ardından gelen süreçlerini ortaya koymada bilişsel üçlü, şemalar ve bilişsel hatalar kavramları önemli rol oynar.

Modelin ilk kavramı olan bilişsel üçlü, bireyin benliğine, içinde bulunduğu dünyaya ve gelecekte kendisini bekleyen olaylara karşı olumlu veya olumsuz değerlendirmelerde bulunması olarak ortaya konulurken öne sürülen boyutlar depresyonla ilişkilidir (Beck ve ark., 1987; Dyck ve Ernst, 1991). Bilişsel üçlünün ortaya çıkmasında üç adım vardır. Birey ilk olarak kendisi hakkında olumsuz değerlendirmelerde bulunur. İkinci basamakta çevresiyle olan yaşantılarını olumsuz yönde değerlendirir. Son adımda ise geleceğe yönelik olumsuz

düşünceleri yer alır (Beck, 2001). Buna göre birey kendisinin değersiz olduğu, herkesin kendisinden nefret ettiği veya hiçbir şeyin kendisi için yolunda gitmeyeceği yönünde olumsuz inançlara sahip olabilir (Beck, 1970). Elizabeth'in kendisini kusurlu, yetersiz, hastalıklı ve yoksun bir kişi olarak tanımlaması, bu üçlünün ilk parçasını oluşturan kendisi hakkındaki olumsuz düşüncelerini yansıtır. Öte yandan kendisinin çevresindeki kişilerle yaşadığı deneyimleri olumsuz bir şekilde yordama eğiliminde olması, dünyayı üstesinden gelemeyeceği engelleyici olaylardan oluşan bir yer olarak görmesi, bilişsel üçlünün ikinci olumsuz parçasını oluşturur. Elizabeth'in yaşadığı sorunlardan asla kurtulamayacağı ve hastalıklı olduğu düşüncesi, bu durumun değışmeyeceğine yönelik tutumu, Harvard'da okumasına rağmen geleceğinin parlak olmadığı düşüncesi, psikoterapi sürecinde ilaçların bireyleri iyileştirmediğini, depresyondan kurtulmanın ve kalıcı tek çözümün intihar olduğunu söylemesi ise geleceğe yönelik karamsarlığını göstermektedir.

Modelin ikinci bileşeninin merkezinde yer alan şemalar, bireyin erken yaşam deneyimlerindeki öznel değerlendirmelerle şekillenen temel bir benlik kavramıdır (Beck, 1967, 1970). Beck'in bilişsel psikopatoloji modeline göre, bir kişinin ruh hali ve davranışı, kişinin önceki deneyimlerine dayanarak gelişen ve dünyayı algılamasına rehberlik eden bilişsel şemalarla belirlenir (Beck, Rush ve Emery, 1979). Erken dönemde gelişen uyumsuz inançlar veya şemaların, bireyin daha sonraki zorluklara karşı bilişsel olarak hassas olmasına yol açtığı, bireyin çocukluk döneminde birincil bakıcı veya ebeveynleri ile kurduğu iletişimden kaynaklı oluşan uyumsuz şemaların, ilerleyen dönemlerde bireyi psikolojik sorunlara karşı daha açık veya hassas hale getirdiği belirtilir (Beck, 1967; Beck, 1976; Riskind ve Alloy, 2006). Bilişsel modeldeki uyumsuz şemaları Şema Terapisi kapsamında yeniden değerlendiren Young'a göre ise (1999) erken dönem uyumsuz şema; çocukluk ve ergenlik döneminde ortaya çıkarak yaşamı süresince bireyin sosyal ilişkileri ile benlik algısını olumsuz etkileyen, işlevsel olmayan ve sık görülen düşünce kalıplarıdır. Elizabeth'in travma sürecine bağlı erken dönemde oluşan uyumsuz şemalarının depresyon sürecinde aktif olduğu, nesnel gerçeklik ile onun yorumlaması arasında uyumsuz bir bağ kurduğu görülür.

Şema terapide yer alan yüksek standartlar şemasına göre birey, ulaşılamaz bir başarıyı ya da mükemmelliği elde etmek için çaba göstermesi gerektiğine yönelik inanç taşır (Young, Klosko ve Weishaar, 2003). Bayan Wurtzel'in kızına karşı yüksek beklenti içeren tutumu Elizabeth'in, hayatı ve yazıları hakkında yüksek standartları sağlamaya yönelik inancının oluşmasına yol açmış olabilir. Terk edilme şemasına göre ise birey, yakın ilişki içerisinde partneri tarafından terk edileceğine ya da kendisini koruma davranışı göstermeyeceğine yönelik inanç taşır. (Young, Klosko ve Weishaar, 2003). Elizabeth'in babası Donald, boşandıktan sonra kızı üzerindeki hiçbir sorumluluğu yerine getirmez ve uzun bir süre ortadan

kaybolur. Elizabeth'in kurduğu yakın ilişkilerdeki partnerine karşı güvensizliği, babası nedeniyle yaşadığı güven kaybı ve terk edilmeye yönelik inancı Rafe ile olan ilişkisinde terk edilmeye yönelik inanç geliştirmesiyle ilişkili olabilir.

Modelin çnc ve son önemli bileşeni ise bilişsel hatalardır. Bilişsel hata kavramı, bilginin zihinde hatalara yol açabilecek şekilde işlenmesi olarak tanımlanırken sayıları altı olmak üzere belirlenen hata türleri genişletilerek ona yükseltilmiştir (Beck, 1967; Burns, 1980). Film süresince Elizabeth, yaşadığı depresyona bağlı olarak belirtilen on bilişsel hatanın tamamını sergilemiştir. Bu bilişsel hatalar; zihin okuma, felaketleştirme, seçici soyutlama, aşırı genelleme, siyah beyaz düşünme, duygudan sonuç çıkartma, etiketleme, kişiselleştirme, meli-malı- şeklinde düşünme ve küçültmedir.

Zihin okuma olarak adlandırılan düşünce hatası, bireyin kesin kanıtı sahip olmasa bile bir olgu ya da durum karşısında birisinin kendisine karşı olumsuz tepki verdiği veya olumsuz düşüncelere sahip olduğuna yönelik ıkarsamalarıdır (Burns, 1980, 1989, 1999). Elizabeth, Rafe'nin Austin'e dönmesinin ardından onu defalarca arar ve Rafe'nin zihnini okuyarak kendisini can sıkıcı biri olarak gördüğünü düşünür. Annesinin babası hakkında söylediği gerçek bilgilere rağmen, babasının zihnini okuyarak annesine karşı gelmesi bu bilişsel hata ile ilişkilendirilebilir.

Bir diğer bilişsel hatası olan felaketleştirme, diğer olası sonuçları göz önünde bulundurmadan yaşanacak tüm olaylar hakkında olumsuz yönde tahminlerde bulunma olarak tanımlanır (Beck, 2001). Elizabeth film süresince olması muhtemel diğer sonuçları hesaba katmaksızın geleceği hep olumsuz olarak öngörür. Hayatının asla düzelmeyeceğini söylemesi, psikoterapiye ve ilaç kullanmaya olan yaklaşımı, yazı yazamama probleminin hayatının tümünü olumsuz etkileyeceği hatta Harvard niversitesi'nde okumasının bile onu kurtarmaya yetmeyeceğine yönelik düşünceleri felaketleştirme bilişsel hatası ile ilişkilendirilebilir.

Elizabeth'in yaptığı bilişsel hatalardan seçici soyutlama, yaşanan bir olay hakkında birey tarafından önemli bilgilerin göz ardı edilmesi ve seçilen bir detaya odaklanılarak tüm sürecin bu detayla açıklanmasıdır (Beck ve ark., 1987). Elizabeth'in içerik üretme problemi ile başlayan depresyon sürecinden sonra, annesinin kızı için düzenlediği doğum günü partisinin amacını Bayan Wurtzel'in kendi annesine ne kadar mkemmел bir ocuk olduğunu göstermek olduğunu düşünmesi, babasının Elizabeth'i ziyaret etmek için okula geldiğinde onun ne kadar başarısız olduğunu görmeye geldiğine yönelik inancı ve Rafe'nin kardeşinin hastalığı üzerinden sevgilisinin bu durumdan haz duyduğuna yönelik getirdiği açıklamaları seçici soyutlama olarak düşünülebilir.

Hata türlerinden bir diğeri olan aşırı genelleme, bireyin birbiriyle bağlantısı olan veya olmayan iki durum hakkındaki yaptığı değerlendirmelerdeki sonuçların diğerine

genellenmesidir (Beck ve ark., 1987). Geçmiş yaşantısında birçok psikoterapi sürecinden geçen Elizabeth'in, bu deneyimlerinde sürecin sonuçlarının tedavi için olumlu olmadığına yönelik düşüncesi ve içerik ortaya koyamamasının bir sonucu olarak kendisini iyi bir gelecek beklemediği yönündeki düşüncesi, ařırđ genelleme ile ilişkilendirilebilir.

Alan yazında ya hep ya da hiç tarzđ düşünme veya siyah beyaz düşünme şeklinde geçen bu hata türüne göre birey, olası bir olayda kendini, başkalarını ve deneyimlerini olumlu veya olumsuz, iyi veya kötü gibi u yorumlamalarda bulunurken, birey bu iki uçtan birine kendisini konumlandırır (Beck ve ark., 1979; Burns, 1980, 1989, 1999; Beck, 2001). Elizabeth'in, depresyona bağlı olarak hiçbir zaman hayatının düzelmeyeceği, olumsuzlukların asla bitmeyeceği gibi olumsuz u düşüncelere kapılması, depresyondan kurtuluşunun tek çaresini intihar olarak görmesi bu düşünce yapısına örnek gösterilebilir.

Bireyin bir yaşantı veya durumun geçerliği hakkında güçlü inanca sahip olduğunda, görüşüne zıt veya ilgisiz olan diğer tüm savları duygu temelinde kurduğu neden sonuç ilişkisiyle dikkate almaması, duygudan sonuç çıkartma olarak tanımlanmıştır (Beck ve ark., 1978; Beck, 2001). Elizabeth'in hayata karşı karamsar tutumu, olayları değerlendirirken sağlıklı bir bakış açısı ile bakmasına engel olur. Elizabeth'in, sağlık faturalarını babasının ödediğine yönelik inancı karşısında annesinin bu faturaların sorumluluğunu üstlenmesine yönelik sözlerine inanmayarak kendi düşüncesini sürdürmesi, Rafe ile gittikleri partide sevgilisinin başka bir kızla konuştuğunu görmesi üzerine onu aldattığına yönelik düşüncesi ve babasının Elizabeth'i ziyaret etmek için okula gelmesine nasıl başarısız olduğuna şahit olmak için geldiğini düşünmesi duygudan sonuç çıkarmaya verilebilecek örneklerdendir.

Bireyin kendisini "Ben bir kaybedenim" şeklinde aşağılayıcı isimler ve sıfatlar kullanarak betimlemesine etiketleme denir (Burns, 1989; Beck, 2001). Rafe ile arasındaki romantik ilişkinin sonuçlanmasından sonra ve oda arkadaşı Ruby ile kavga ettikten sonra Elizabeth'in, kendisini hastalıklı bir birey olarak görmesi etiketleme bilişsel hatası ile ilişkilendirilebilir.

Bireyin yaşanan bir olayın ardından ortaya çıkan sonucun kendisi ile ilgisi olmamasına rağmen kişisel bir nedensellik kurması süreci olarak tanımlanan kişiselleştirme Elizabeth'in sık yaptđı bilişsel hatalardandır (Beck ve ark., 1979; Burns, 1980, 1989, 1999). Elizabeth'in, annesinin mükemmeliyetçi ve başarı odaklı tutumunun onun yerine tamamen kendisi ile ilgili olduğunu düşünmesinin ve Rafe ile Ruby'nin her davranışını kendisiyle ilişkili görmesinin kişiselleştirme bilişsel hatası ile ilgili olduğu düşünülebilir.

Meli- malı- ifadeleri, bireyin kendi hayatını yeteneklerini ve diğer kişisel özelliklerini göz ardđ ederek kendisi için yüksek içsel beklentiler veya talepler içine girerek bu taleplerin karşılanmamasının kötü sonuçlar doğuracağına yönelik kalıp düşünceleri olarak tanımlanır

(Burns, 1989; Beck, 2001). Ödül almasından sonraki süreçte daha iyi bir yazı ortaya koymak için hazırladığı taslakları yeterli bulmaması ile başlayan daha iyisini yazma düşüncesinin getirdiği kaygılar ve Bayan Wurtzel'in kızına yönelik yüksek beklentileri, irdelenen kalıp ifadelerin ortaya çıkmasına neden olarak gösterebilir.

Olumlu olayların, durumların veya koşulların öneminin bireyin kendisi tarafından azımsanması küçültme bilişsel hatası olarak tanımlanır (Burns, 1980, 1989, 1999; Beck, 2001). Psikoterapi sürecindeki kaydettiği ilerlemeyi Rafe ile romantik ilişkisinin sonuçlanmasının ardından yok sayması, ilaçların ona içgörü ve zaman kazandırmadığına yönelik olumsuz inancı ile akademik olarak elde ettiği başarıları görmezden gelerek ileriye dönük olumsuz çıkarımlar yapması küçültme bilişsel hatası ile ilişkilendirilebilir.

Elizabeth'in Beck Depresyon Modeli bağlamında irdelenen zihinsel ve davranışsal süreçleri, modelin ana bileşenleri olan bilişsel üçlü, şemalar ve bilişsel hata kavramları ile açıklanabilir. Çocukluk ve ergenlik döneminde gelişen erken dönem uyumsuz şemaların, Elizabeth'in olayları yorumlama sürecinde etkin rol oynadığı söylenebilir. Kendisi, geleceği ve deneyimlediği olaylar hakkında suçlayıcı ve karamsar düşünceleri, depresyon süreci ile ilişkilendirilebilir. Öte yandan bu düşüncelerin Elizabeth'in depresyon sürecinde sürdürücü etki yaratan bilişsel hataların ortaya çıkmasında etkili olduğu söylenebilir.

Sonuç

Prozac Toplumu filmi Harvard Üniversitesinde gazetecilik bölümü öğrencisi olan Elizabeth Wurtzel'in, annesi ve babasının evliliklerine son vermesinin ardından yaşadığı travmatik süreçler ile depresif duygu durumunu anlatır. Olumsuz duygulanımları, depresif süreçleri ve sağlıksız baş etme yolları Elizabeth'in aşk, aile, okul ve arkadaşlık gibi farklı bağlamlarda hayatını olumsuz yönde etkiler. Elizabeth'in deneyimleri, Erikson'un psikososyal süreçlerine göre kimlik oluşturma çağında problem yaşayan bir gencin bir sonraki evrede karmaşa içine sürüklenme deneyimi ile ilişkilendirilebilir iken, annesinin deneyimleri ise yine Erikson'un psikososyal süreçlerinden olan yatkınlığa karşı yalıtılmışlık döneminde yaşadığı travmatik olaylar ile ilişkilendirilebilir. Elizabeth'in boşanma sürecinden sonra babası tarafından tekrar terk edilmesi ve dört yıl gibi uzun bir zaman onu görmemesine rağmen gerekli yas dönemini yaşamamıştır. Anne ve babasının ayrılığından itibaren geçmiş yaşantılarının tamamına yakını annesiyle birlikte deneyimleyen Elizabeth, yeni yaşantılar karşısında değerlendirmelerde bulunurken annesi ile benzer davranışsal ve zihinsel süreçleri yaşamaktadır. Bu durum Elizabeth'in söz konusu süreçleri model alma yöntemiyle öğrendiğini ortaya koyar. Bayan Wurtzel'in geçmiş yaşantıları ve kızına odaklı hayatı ebeveynlik stili olarak helikopter ebeveynlik yapmasına yatkınlık sağlar. Aşırı mükemmeliyetçi, koruyucu, teşvik

edici yapısı ve kızına yönelik beklentileri Elizabeth'in depresyonu ile ilişkilendirilir. Zihinsel ve davranışsal süreçleri Beck'in Depresyon Modeli çerçevesinde incelenen Elizabeth, söz konusu modelde yer alan bilişsel hataları pek çok noktada ortaya koymaktadır. Elizabeth, ergenlik döneminde depresyon süreci içerisinde. Üniversitede mükemmeliyetçi tutumları nedeniyle yaşadığı yazı yazamama probleminin üzerine arkadaşı Ruby ile kriz yaşaması, depresyonunu yeniden tetikler. Helikopter ebeveynlik ve erken dönem uyumsuz şemalar, tetiklenen depresyona bir yatkınlık oluştururken, bilişsel hatalar, içinde bulunduğu veya tamamladığı psikososyal dönemler ise depresyon için sürdürücü etki oluşturur. Belirtilen olgular hem birbirlerini etkilerken hem de aile, okul, arkadaşlık ve yakın ilişki gibi bağlamlarda Elizabeth'in yaşamını derinden etkiler. Bu nedenle Erikson'un psikososyal gelişim dönemlerinin, helikopter ebeveynlik kavramının ve Beck'in depresyon modelinin, Elizabeth'in depresyon sürecini açıklama noktasında birbirleri ile ilişkili oldukları söylenebilir. Prozac Toplumu filmi depresyon veya sınır kişilik bozukluğu tanılı bireylerin psikoterapi süreçlerinde kişilerin özdeşim kurabilecekleri Elizabeth karakterinin ele alınması ile danışanın iç görü kazanması amacıyla kullanılabilir. Filmden ayrıca psikoterapistlerin eğitim süreçlerinde helikopter ebeveynliğin tanımı, gelişimi ve çocuklar üzerindeki etkileri, Erikson'un psikososyal gelişim dönemleri ve Beck'in depresyon modelinin bir örnek üzerinden incelenmesi amacıyla da faydalanılabilir.

Kaynakça

- Arkar, H. (1992). Beck'in Depresyon Modeli ve Bilişsel Terapisi. *Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 5(1-3), 37-40.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: Clinical, experimental and theoretical aspects*. New York: Harper and Row.
- Beck, A. (1970). Cognitive therapy nature and relation to behavior therapy. *Behavior Therapy*, 1(2), 184-200.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York, NY: International Universities Press.
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. E. ve Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford Press.
- Beck, A. T., Epstein, N., Brown, G. ve Steer, R. A. (1988). An inventory for measuring clinical anxiety: Psychometric properties. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56(6), 893-897. doi:10.1037/0022-006X.56.6.893
- Bristow, J. (2014). The double bind of parenting culture: Helicopter parents and cotton wool kids. Lee, E., Bristow, J., Faircloth, C. ve Macvanish, J. (Ed.) içinde *Parenting Culture Studies* (ss. 200-215). London: Palgrave Macmillan.
- Burns, D. D. (1980). *Feeling good: The new mood therapy*. New York: William Morrow and Co.
- Burns, D. D. (1989). *The feeling good handbook*. New York: William Morrow and Co.
- Burns, D. D. (1999). *The feeling good handbook*. Plume/Penguin Books.
- Erikson, E. H. (1959). *Identity and the life cycle: Selected papers*. International Universities Press.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society* (2nd Ed.). New York: Norton.
- Feist, J. ve Feist, G. J. (2006) *Theories of personality*. (6th Edition). New York: McGraw Hill.
- Givertz, M. ve Segrin, C. (2012). The association between overinvolved parenting and young adults' self-efficacy, psychological entitlement, and family communication. *Communication Research*, 41(8), 1111-1136. doi:10.1177/0093650212456392
- Haaga, D. A., Dyck, M. J. ve Ernst, D. (1991). Empirical status of cognitive theory of depression. *Psychological Bulletin*, 110(2), 215-236. doi:10.1037/0033-2909.110.2.215
- Hesse, C., Mikkelson, A. C. ve Saracco, S. (2017). Parent-child affection and helicopter parenting: Exploring the concept of excessive affection. *Western Journal of Communication*, 82(4), 457-474. doi:10.1080/10570314.2017.1362705
- Lee, J. ve Kang, S. (2018). Perceived helicopter parenting and Korean emerging adults' psychological adjustment: The mediational role of parent-child affection and pressure from parental career expectations. *Journal of Child and Family Studies*. 27, 3672-3686. doi:10.1007/s10826-018-1193-2
- LeMoyné, T. ve Buchanan, T. (2011). Does "hovering" matter? Helicopter parenting and its effect on well-being. *Sociological Spectrum*, 31(4), 399-418. doi:10.1080/02732173.2011.574038
- Odenweller, K. G., Booth-Butterfield, M. ve Weber, K. (2014). Investigating helicopter parenting, family environments, and relational outcomes for millennials. *Communication Studies*, 65(4), 407-425. doi:10.1080/10510974.2013.811434

- Riskind, J. H. ve Alloy, L. B. (2006). Cognitive vulnerability to psychological disorders: overview of theory, design, and methods. *Journal of Social and Clinical Psychology, 25*(7), 705–725. doi:10.1521/jscp.2006.25.7.705
- Schiffrin, H. H., Liss, M., Miles-McLean, H., Geary, K. A., Erchull, M. J. ve Tashner, T. (2013). Helping or hovering? The effects of helicopter parenting on college students' well-being. *Journal of Child and Family Studies, 23*(3), 548–557. doi:10.1007/s10826-013-9716-3
- Young, J. E. (1999). *Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach*. Sarasota, FL. Professional Resource Press.
- Young, J. E., Klosko, J. S. ve Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York. The Guilford Press.

The Analysis of the Movie “Prozac Nation” within the Helicopter Parenting, Erikson’s Stages of Psychosocial Development and Beck’s Depression Model

Summary

The movie Prozac Nation has been examined within the framework of helicopter parenting, Erikson's psychosocial development periods, and Beck's Depression Model. Helicopter parenting; defines the high level of protective, directing, and perfectionist behaviors of parents in all aspects of their children’s lives such as academic success, health, and social relations (Lee & Kang, 2018). After her parents' divorce, the responsibility for raising Elizabeth was left to her mother, Ms. Wurtzel. Ms. Wurtzel's devotion to the development of her daughter after the traumatic divorce causes controlling attitudes and high expectations for Elizabeth. While the protective attitudes of helicopter parents to protect their children from potential dangers instantly, these attitudes cause children to be negatively affected physically, mentally, and socially in the developmental processes (Odenweller et al., 2014). Elizabeth's inability to produce a more qualified article after the Rolling Stones Journalism Award negatively affects her mentally and physically in the context of not meeting expectations. On the other hand, the behavior of Ms. Wurtzel's daughter and herself to hide cigarette and alcohol use from their parents is another phenomenon that reveals the perfectionist attitude and high expectation.

Erikson (1963) divides the entire life cycle of the individual into eight different phases. In the developmental process, the individual goes through eight different crisis periods in which lifelong ego concerns reach their peak. When Elizabeth is evaluated in this context, she is in the period of intimacy versus isolation. The psychosocial phase of isolation against intimacy is the phase when the young adult searches for identity is ready to unite his or her self-identity with other identities, in other words, to establish a close relationship (Erikson, 1993). Individuals at this stage may want to experience a sense of belonging by joining various groups (Erikson, 1959). Elizabeth's need for approval in her relationship with Rafe and her anxiety about rejection and abandonment may also point to the need for an individual who has failed in the process of identity acquisition to seek romantic approval in a close relationship and a sense of belongingness.

In Aaron Beck's depression model, individuals' emotional states, actions, perception, and interpretation processes of their experiences are examined (Arkar, 1992). According to the model, the concepts of cognitive triads, schemas, and cognitive errors play an important role in revealing the onset of depression and its subsequent processes. While the cognitive triad is presented as the individual's positive or negative evaluations towards the self, the world he/she lives in, and the future events, the proposed dimensions are related to depression (Beck et al.,

1987; Dyck & Ernst, 1991). Elizabeth, who defines herself as a flawed, inadequate, sick, and deprived person, negatively predicts her experiences and her pessimistic outlook on the future matches the first component of the model. Schemas are a basic self-concept shaped by subjective evaluations in an individual's early life experiences (Beck, 1967, 1970). According to Beck's Cognitive Model, a person's mood and behavior are determined by cognitive schemas based on the person's previous experiences and they guide their perception of the world (Beck, Rush & Emery, 1979). Elizabeth's schemas formed by her traumatic past experiences cause a difference in her perception and interpretation processes towards herself and the world around her during the depression process. Her fear of rejection, her overreaction to her psychotherapist after breaking up with Rafe can be associated with maladaptive schemas. The third and last important component of the model is cognitive errors which were defined as the processing of information in a way that could cause errors in the mind (Beck, 1967; Burns, 1980).

When Elizabeth's mental and behavioral processes are examined in the context of cognitive errors, it is observed that she exhibits most of the cognitive errors during the film. On the other hand, some cognitive errors exhibited during depression caused by traumatic experiences are more common. Cognitive error called personalization is defined as an individual's association of the outcome of an event with herself, even if it is not related to herself (Beck et al., 1979; Burns, 1980, 1989, 1999). Attributing high expectations and perfectionism as her characteristic, not seeing it as the influence of her mother, and perceiving Rafe's and Ruby's behaviors with her can be associated with personalization. The "must" expressions are the thoughts that ignoring the individual's own life, talents, and other personal characteristics by creating high internal expectations for herself. Elizabeth's thoughts on writing a better article after her award can be related to Ms. Wurtzel's high expectations for her daughter. Inference from emotion, another common cognitive mistake Elizabeth often makes. It is defined as an individual's strong belief about the validity of an experience or situation based on her emotion (Beck et al., 1978; Beck, 2001). Elizabeth's pessimistic attitude causes her to have problems in evaluating events. Due to this cognitive error, when she saw Rafe talking with another girl at the party, she thought that he was cheating on her. She was drawing conclusions from her emotions.

In this article, Prozac Nation movie was analyzed according to helicopter parenting, Erikson's Psychosocial Stages, and Beck's Depression Model. This movie can be used in the psychotherapy processes of individuals diagnosed with depression or borderline personality disorder and in the education processes of the psychotherapists.

Eser İnceleme

“Behzat Ç.: Seni Kalbime Gömdüm” Filminin Psikopatoloji ve Nesne İlişkileri Temelinde İncelenmesiKamuran Nur GÜL¹, Ahmet Tayfun ŞEN¹, Fazilet CANBOLAT^{1*}¹Uluslararası Final Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Girne, KKTC**Makale Bilgisi***Anahtar kelimeler:*psikopatik kişilik tipi,
nesne ilişkileri,
yansıtılmalı özdeşim,
sahte benlik*Keywords:*psychopathic personality type,
object relations,
projective identification,
false self**Öz**

Bu eser incelemesinin amacı, 2011 yılında Serdar Akar tarafından yönetilen “Behzat Ç.: Seni Kalbime Gömdüm” filminde yer alan Emin Altinkaya karakterini psikopatolojik bağlamda ve nesne ilişkileri açısından ele almaktır. Kendisine “Red Kit” ismini veren bu karakter, erken dönem aile kaybına bağlı olarak ortaya çıktığı düşünülen psikopatik kişilik tipi üzerinden ve nesne ilişkileri kapsamında değerlendirilmiştir. Psikopatik kişilik tipi McWilliams’ın psikanalitik tanı kriterleri bağlamında açıklanırken, nesne ilişkileri ise Klein ve Winnicott’ın görüşleri bağlamında ele alınmıştır. Red Kit’in ailesi, devletin düzenlediği gizli bir operasyonla “Daltonlar” isimli bir ekip tarafından öldürülmüştür. Köpeğini, babasını, annesini ve kız kardeşini öldürenlerden alacağı intikam için mezar kazmayı öğrenen Red Kit, kaybettiği her bir fert için katillerin ailelerinden birer kişi öldürmüştür. Kurbanlarını canlı bir şekilde Ankara’daki farklı parklara gömen ana karakter, kendini ihbar edip polislerin kurbanları arayabilmesi için yer bilgisi paylaşmıştır. Filmin esas odağı çocuk yaşta ailesi öldürülen bir bireyin yetişkin olduğunda kendi adaletini sağlama eylemleri (tümgüçlü kontrol) üzerinden ilerlemektedir. Psikopatik kişilik gelişiminin açıklanabilmesi ve nesne ilişkilerinin gözlemlenebilmesi açısından bu filmin kaynak teşkil edebileceği düşünülmüştür.

Abstract

This article aimed to examine Emin Altinkaya, one of the characters in the movie Behzat Ç.: Seni Kalbime Gömdüm, directed by Serdar Akar in 2011, within the scope of psychopathology and object relation theories. This character, who calls himself “Red Kit”, was evaluated in terms of psychopathic personality type, which was thought to result from his experiences of early family loss. Psychopathic personality type was explained in accordance with McWilliams’s psychoanalytical diagnosis view. Besides, this character type was evaluated within the framework of object relation theories of Klein and Winnicott. Red Kit’s family was killed by a team named “Daltons” with a secret mission organized by the state. Red Kit learns to dig graves to take revenge on the people who killed his dog, father, mother, and sister. For each individual he had lost, he buries alive one individual from the murderers’ families, and he calls the police to share the location information of the graves. The main focus of the movie is on the actions of an individual, whose family was killed and on his endeavors to ensure his justice by using omnipotent control. This movie was thought to be a good source in terms of understanding the development of psychopathic personality type with its association to the object relations.

*Sorumlu Yazar: Uluslararası Final Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü, İFU Eğitim Kurumları Limited, Toroslar Cad. No: 6, Çatalköy, Girne/KKTC, Tel: 0 (392) 650 66 66
e-posta: fazilet.canbolat@final.edu.tr

DOI: 10.31682/ayna.701127

Gönderim Tarihi (Received): 09.03.2020; Kabul Tarihi (Accepted): 31.10.2020

2148-4376

Giriş

“Kendini ne zamandan beri Red Kit sanıyorsun?”

Adı Selma olan birine hitaben: “Sen kendini ne zamandan beri Selma sanıyorsun?”

(Serbes, 2008)

Behzat Ç. Seni Kalbime Gömdüm, 2011 yapımı bir Türk polisiye filmidir. Film, Emrah Serbes’in ikinci kitabı olan Son Hafriyat (2008) romanı temel alınarak, Serdar Akar ve Emrah Serbes tarafından senaryolaştırılarak sinemaya uyarlanmıştır. Tardu Flordun’un hayat verdiği Emin Altinkaya (Red Kit) karakteri, 90’lı yıllarda devlet içerisindeki gizli bir yapılanmanın suikasti sonucunda ailesini kaybetmiştir. Saldırıyı gerçekleştirenler “Daltonlar” isimli dört kişilik bir ekiptir. Annesi onu çamaşır makinesine sakladığı için Red Kit bu saldırıdan sağ çıkmıştır; zira suikastçılar onun varlığını fark etmemiştir.

Bu olay neticesinde ebeveynlerini, kız kardeşini ve köpeğini kaybeden Red Kit, çocuk esirgeme kurumuna gönderilmiş, eğitimini tamamladıktan sonra mühendis olarak çamaşır makinesi fabrikasında işe girmiştir. Çocuk esirgeme kurumunda kaldığı dönemde kendisine ve yurttaki diğer çocuklara şiddet uygulayan kurum müdürünün balıklarını saklayarak balıkların ölümüne neden olmuştur. Askerliğini yaptığı yıllarda komutanının köpeği için de aynı senaryoyu kurgulamıştır. Ailesini öldürenlerden intikam almaya başlamadan önce ailesinin gömüldüğü mezarlığa giderek, mezarlığın görevlisinden mezar kazma konusunda teknik bilgileri öğrenen Red Kit, daha sonra ailesini öldüren kişilerin peşine düşmüştür. İlk olarak Rin Tin Tin isimli polis köpeğini canlı bir şekilde gömüp işlediği suçu Ankara Cinayet Büro polislerine ihbar etmiştir. Sonraki cinayeti, ailesini öldüren ekipteki kişilerden birinin annesini “Düldül Nakliyat” yazılı kamyonetle evinden çıkartarak canlı canlı gömmesi neticesinde gerçekleşmiştir. Red Kit bu cinayet ile ilgili olarak, “Gençlik parkına bir anne gömdüm.” diyerek kendisini polislere ihbar etmiştir. Daha sonra aynı ekipte görev alan polislerden birinin babasını da canlı bir şekilde gömüp “Kurtuluş parkına bir baba gömdüm.” diyerek polislere haber vermiştir. Olaylardan habersiz olan son polis memuru, bir operasyon sırasında kafasına aldığı kurşun yarası nedeniyle sakatlandığı için yedi yaşında bir çocuk gibi davranmaktadır. Bu memurun bir kız kardeşi vardır. Red Kit son cinayeti için bu polisin evine gelir ve polisin kız kardeşini kaçırap onu Güvenpark’a gömer. Daha sonra emniyet güçlerine teslim olur, ancak kadını gömüldüğü yerin tam olarak konumunu söylemez. Güvenpark’ta bulunan süs havuzunun fiskiyeleri kapatıldığında kadının gömüldüğü yer bulunur. Bu olay üzerine, Behzat Ç. Red Kit’e silah doğrultur ancak Red Kit silahtan çekinmez. Son sahnede ekran kararır, bir el silah sesi duyulur ancak ne olduğu izleyiciye gösterilmez. Red Kit’in işlediği cinayetler ve yaşam öyküsü

psikopatoloji bağlamında psikopatik kişilik tipi çerçevesinde ve nesne ilişkileri kapsamında incelenecektir.

Psikopatolojik Bağlamda Red Kit

Psikanalitik perspektif üzerine çalışmalar yapan McWilliams'a (2018) göre psikopatoloji iki farklı süreç analiz edilmeden anlaşılabilir. Bu süreçlerden ilki bireyin patoloji düzeyi iken ikincisi ise karakter tipidir. Patoloji düzeyleri gelişimsel süreklilik hattının üç farklı noktasında görülmektedir. Bunlar nispeten daha sağlıklı kısımda olan nevrotik düzey, daha ağır kısımda olan psikotik düzey ve bu iki düzeyin arasında bulunan sınır durum düzeyidir. Emin'in patoloji düzeyi incelendiğinde psikotik çözülme yaşamaması, halüsinasyon ve iç içe geçmişlik durumu bulunmamasından dolayı bu karakterin psikotik düzeyde olmadığı düşünülmüştür. Diğer taraftan, Emin var olduğunun farkındadır ancak kendini Red Kit olarak tanımlaması hezeyan biçiminde değerlendirilirse, bu karakterin gelişimsel süreklilik hattının sınır durum düzeyine daha yakın olan kısmında yer aldığı söylenebilir. Ayrıca Emin küçük yaşta ailesini kaybetmiştir. Sınır durum kişilerin temel meselelerinin bağlanma, ilişki, ayrılma konuları ile ilintili olduğu göz önünde bulundurulduğunda (McWilliams, 2018), filmde ele alınan travmatik kayıp yaşantısı ana karakterin sınır durum olarak değerlendirilmesi hususunda olanak tanır. Özetle, etiyolojik bağlamda, ana karakterin ailesini kaybetmesiyle birlikte deneyimlediği travmatik yaşantı ve deneyimlediği kimlik karmaşası neticesinde kendini Red Kit olarak nitelendirmesi, bu kişinin sınır durum düzeyde kişilik örgütlenmesi gösteriyor olabileceğini düşündürmüştür.

McWilliams'a (2018) göre karakter tipleri psikopatik (antisosyal) kişilik, narsisistik kişilik, mazoşistik kişilik, histerik kişilik ve benzerleri olarak sıralanabilir. Literatürde bazı teorisyenlerin psikopatik kişilik tipini sosyopatik veya antisosyal kişilik tipi olarak da isimlendirdiği görülmektedir ancak bu noktada fikir ayrılıkları bulunmaktadır. Örneğin, Hare (2006) psikopatik kişiliği sosyopatik kişilikten ayrı tutmuş; psikopatinin genetik ve biyolojik özelliklere bağlı oluştuğunu söylerken; sosyopatinin toplumsal etkilere ve erken dönem olumsuz yaşantılara bağlı olarak ortaya çıktığını savunmuştur (aktaran, Gürbüzöğlü, 2017). Aynı doğrultuda Gürbüzöğlü (2017), psikopatik kişilerin eylemlerinin farkında olduğunu ve bu eylemlerin tümünün özgür irade sonucu ortaya çıktığını, dolayısıyla bireysel bir sorumluluk taşıdığını ifade ederken; sosyopatik kişilerin eylemlerinin içinde buldukları toplumun bir yansıması olabileceğini dile getirmiştir. Diğer yandan, McWilliams'ın (2018), psikanalitik tanı çerçevesinde bu konuya dair görüşü incelendiğinde, psikopatik ve sosyopatik kişilik tipini diğer kuramcılardan farklı olarak eş anlamda kullandığı görülmektedir. Filmde yer alan Emin karakterinin travmatik geçmişi ve erken dönem olumsuz yaşantıları göz önünde

bulundurulduğunda, kimi kuramcılara göre bu karakterin sosyopatik özellikler gösteriyor olabileceği söylenebilir ancak bu makalede McWilliams'ın görüşü temel alınmış ve psikopati-sosyopati ayrımı yapılmaksızın ana karakter psikanalitik tanı bağlamında incelenmiştir.

Psikopatik bireylerin genel özellikleri; yüzeysel duygulanım, empati yoksunluğu ve diğer bireylere kıyasla yüksek düzeyde uyarılma eşiğidir (McWilliams, 2018; Öznur, 2017). Hatta McWilliams (2018), bu kişilerin duygularını tam olarak deneyimleyememeleri sebebiyle “ağır bir duygulanım tıkanıklığı” yaşadıklarını ifade etmiştir. Bir duygu hissettiklerinde ise tecrübe ettikleri temel iki duygunun hınç veya manik bir coşku biçiminde olduğunu söylemiştir. Emin çocuk esirgeme kurumunda kaldığı dönemde, yurt müdüründen gördüğü kötü muamele ve şiddet sonucu oluşan duygularını hiçbir şekilde dile getirmemiş ya da göstermemiştir. Bu bağlamda Emin'in deneyimlediği duygulanım tıkanıklığının kendisini Red Kit isimli karakterin eylemleriyle gösterdiği söylenilebilir. Red Kit'in müdürün balıklarını öldürmeye teşebbüs ettiği sahne de dahil olmak üzere filmdeki tüm öldürme eylemlerinde gizli bir hınç duygusunu davranışsal bağlamda yinlendiği düşünülmüştür. Teslim olduğunda Behzat Ç.'den gördüğü şiddette ise belli bir noktaya kadar donuk yüz ifadesi ile hiç hareket etmeden durmasının yüksek uyarılma eşiğine bağlı olduğu varsayılmıştır.

Psikopatinin temel özelliklerine bakıldığında yüzeysel ilişki kurma, başkalarına bağlılık ve sadakat göstermeme, agresif davranışlar sergileme, insan ve hayvanlara zalimce davranma gibi suç işlemeye yönelik davranışlardan bahsedildiği görülmektedir (Geçtan, 1993; Özsoy ve Ardıç, 2017). Red Kit'in yurt müdürünün balıklarını öldürmesi, askerde komutanının köpeğini öldürmesi ve insanları canlı bir şekilde gömerek bir tür işkence yöntemi ile öldürmesi bu zalimce ve suç işlemeye yönelik davranışlara örnek olarak gösterilebilir. Başkalarının haklarını gözetmemek, insanlarla yüzeysel, gerçeklikten uzak ve kendi çıkarları doğrultusunda yönlendirici ilişkiler kurmak, yapılan hata ve işlenen suçların sonuçlarından ders almamak ve suçları tekrarlamak, pişmanlık duygusundan yoksunluk ve dürtüsellik psikopatinin karakteristik özellikleri olarak sıralanabilir (Yıldırım ve Türel, 2015). Emin hayatı boyunca ailesinin mezarını aramış, onları kimsesizler mezarlığında bulmuştur. Ailesinin defnedildiği kimsesizler mezarlığındaki mezarlık çalışanından yardım alarak, ailesini öldürenlerden alacağı intikam için mezar kazmayı öğrenmiştir. Kendisini mezarlık çalışanına işini kuralına göre yapan, karşısındakini dikkatlice dinleyen biri gibi tanıtmıştır. Bu bağlamda, mezarlık çalışanının kendisine duyduğu saygıyı kullanarak asıl hedefi olan cinayet amacıyla mezar kazmayı öğrenmek temasını gizlediği düşünülmüştür. Aynı zamanda, kendisini mezarcıya tanıtırken detaylardan uzak durması, mezar çalışanına kısa ve net cevaplar vermesi, psikopatik kişilerin kurduğu yüzeysel ilişkilere örnek teşkil edebilir. Ayrıca filmde, Red Kit'in yetiştirme yurdundan arkadaşları Pembo ve Gorbaçov ile aralarında yurttan ayrıldıktan sonraki

hayatlarına dair herhangi bir ilişkiden bahsedilmemesi, arkadaşlarının kendisine para karşılığında suç ortaklığı yapmalarını sağlaması ve uzun süreli etkileşim içerisinde bulunduğu hiç kimseden bahsedilmemesi durumları da yüzeysel ilişki düşüncesini destekler niteliktedir. Bununla birlikte, Red Kit'in gerçek arkadaşlıklar kurmaktan ziyade, diğerlerini kendi çıkarları doğrultusunda yönlendirdiği ilişkiler kurduğu söylenebilir; zira Red Kit arkadaşlarına maddi çıkar sağlayarak onları işlediği cinayetlerde suç ortağı olarak kullanmış; onlarla çıkara dayalı bir ilişki kurmuştur. Bu bağlamda, psikopatik kişiliklerde gözlemlenen karşı tarafı yenme isteği ve diğer insanlara verilen değer yalnızca onlardan sağlanabilen yarar düzeyine indirgenmiş olması gibi etkenler, psikopatideki manipülasyonun her ilişkide görülebilecek yönlendirme ve karşılıklılık ilkesinden ayrımının yapılabilmesine olanak tanır (McWilliams, 2018).

Freud'un (1955) yapısal modelinde haz ilkesine göre çalışan *id*, ilkel arzuları barındırır ve bu arzuların yarattığı ihtiyaçların doyumunu amaçlar; gerçeklik ilkesine göre çalışan *ego*, *idden* sonra gelişir ve *id*'in haz ihtiyacını gerçekçi isteklere dönüştürür; son olarak oluşan yapı olan *süperego* ise toplumsal normları ve davranış standartlarını içerisinde barındırır, mükemmellik için çalışır (aktaran, Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2017). Psikopatik kişilik özellikleri gösteren bireyler çok fazla itkisel hareket ettikleri için baskın bir ide sahiptirler. Bu durum, utanç ve suçluluk duyulmamasından kaynaklı vicdan eksikliğine ve gelişmemiş bir süperegoya yol açabilir (McWilliams, 2018). Emin'in işlediği cinayetlerden hiçbir şekilde suçluluk duymaması ve ahlaki değerleri yok sayarak kendi isteklerine göre hareket etmesi bu duruma örnek olarak gösterilebilir. Psikopatik kişiliklerde kendi güçlerini dayatma arzularının diğer tüm arzuların önüne geçtiği ve bu kişilerin tümgüçlü (omnipotent) bir tavır sergiledikleri söylenmektedir. Hatta McWilliams'a (2018) göre, psikopatide kendilik temsilleri "arzulanan kişisel tümgüçlü tavır" ve "korkulan aşırı zayıflık durumları" olmak üzere ikiye ayrılır. Bu kişilerin yetişkinlikteki temel amaçları, kendi tümgüçlü duygularına sahip çıkıp küçük kendiliklerine zarar vermemektir (2018). Emin'in ailesini öldüren katillerin ailelerinden kendi kayıplarına denk olacak şekilde birer bireyi öldürerek (köpek, anne, baba ve kız kardeş) katillerin de kayıp yaşaması yoluyla adaleti tesis etmeyi amaçladığı düşünülmüştür. Bu adaleti sağlayabilecek güce sahip olduğu düşüncesi, tümgüçlü kontrolün bir göstergesi olarak değerlendirilebilir. Ailesinin öldürüldüğü gece annesi tarafından bir çamaşır makinesine saklanarak kurtulan Emin, filmde yer verilmeyen ancak kitapta bulunan bir olay yaşar. Emin saklandığı süreçte çamaşır makinesinin içerisindeki deterjan kokusundan rahatsız olur ve büyüdüğünde deterjansız bir çamaşır makinesi yapmaya karar verir (Serbes, 2008). Bu yaşantı doğrultusunda geçmişte duyulan rahatsızlığı gidermek amacıyla Emin'in çamaşır makinesi fabrikasında mühendis olarak çalışmaya başlaması ve çamaşır makinelerinin işleyişi üzerinde hakimiyet kurma isteği de tümgüçlü kontrol davranışına örnek teşkil edebilir. Ayrıca deterjan

kokusundan rahatsız olan Emin'in deterjansız çamaşır makinesini yapma isteği küçük kendiliğin korunması için sergilenen bir davranış olarak görülebilir. Benzer biçimde, yurt müdürünün balıklarını öldürmesi küçük kendiliğine zarar vermemek için yaptığı bir güç gösterisi olarak nitelendirilebilir.

Psikopatide, saldırgan eylemlerdeki temel amaç rahatsızlık duyulan uyarıcıların etkisini azaltmak ve özsaygının geri kazanılmasını sağlamaktır (2018). Filmde cinayet işleme davranışı, kaybedilmiş aile fertlerinin eksikliğinin yarattığı rahatsızlık duygusundan kurtulmak amacıyla ortaya çıkan bir davranış olarak ele alınabilir. Ayrıca, bu rahatsızlık duygusunun cinayetler yoluyla giderilmesi sonucunda Emin'in öz saygısını geri kazanmaya çalıştığı yorumu da yapılabilir. Ek olarak, psikopatik kişiliklerin kendilik deneyimlerine bakıldığında ilkel haset duygusunun sözel ifadesine nadiren rastlansa da, bu duygu kişilerin davranışlarında sıklıkla görülebilir (McWilliams, 2018). Klein (2011, s. 23) haset kavramını "arzulanan bir şeyin başka birine ait olduğu ve bize değil de ona haz verdiği inancının yol açtığı kızgın bir duygudur; hasetli itki, o istenen şeyi sahibinden çekip almaya ya da bozmaya, kirletmeye yönelir" şeklinde açıklar. Filmde haset duygusunun direkt ifadesine rastlanmasa da son sahnede Red Kit'in teslim olduktan sonra "cinayetlerle neyi amaçlıyorsun" sorusuna cevaben "kız kardeşimi istiyorum" demesi ve saldırganlığın yöneltildiği kişilerin özellikleri göz önünde bulundurulduğunda, burada gizli bir haset okuması mümkün olabilir. Ayrıca, psikopatide kişinin içsel olarak rahatsızlık duyduğu duyguları ve ihtiyaçlarından kaynaklı kaygılarını giderebilmek amacıyla bilinçdışı tarafından güdülenen davranışların görüldüğü eyleme koyma savunma mekanizmasının da filmde gözlemlenebileceği düşünülmüştür (McWilliams, 2018). Zira Emin'in haset duygusunu dile getirmek yerine davranışlarıyla bu duyguyu ifade etmeye çalıştığı düşünülebilir. Dolayısıyla, Red Kit'in kaybettiği her bir aile ferdine karşılık gelecek şekilde bir cinayet işlemiş olması, onun esas arzusunun kaybettiği aile fertlerini geri kazanmak olabileceğini düşündürmüştür. Son olarak, psikopatik bireyler kişisel sorumluluktan ayrışma (disosiyasyon) yaşarlar ve böylelikle yaptıkları olumsuz davranışların kendilerine göre önemsizliğini vurgulamış olurlar. Ayrışma, normal işleyen bir ruhsal sürecin diğerlerinden kopmasıyla oluşur; kişinin duygu, düşünce veya davranışlarına dair farkındalık seviyesinde değişme görülür (Morrison, 2019). McWilliams'a (2018) göre ayrışma, travma yaşantısında verilebilecek normal bir tepkidir ve kişinin travmayı deneyimlediği gelişim düzeyinden bağımsız olarak her yaş grubunda görülebilir. Psikopatik kişilerin etiyojilerinde görülen travmaya yol açan kayıplar ya da istismarlar bağlamında, psikopati ve ayrışma arasındaki ortak noktalar göz önüne alındığında psikopatik kişilerde ayrışmanın sıklıkla yaşanan bir durum olduğu söylenebilir (McWilliams, 2018). Emin'in kendi benliğinden koparak oluşturduğu Red Kit karakterinin ayrışmaya bir örnek teşkil edeceği; hatta

oluşturduğu bu karakter ile cinayetlerinden doğacak hukuki sorumluluktan da ayrışma yoluyla kaçınmaya çalışıyor olabileceği düşünülmüştür. Ayrışmaya neden olan travmaların yarattığı başka bir sonuç da yineleme zorlantısıdır (repetition compulsion). Klein'ın (1976) görüşüne göre yineleme zorlantısı, deneyimlenmiş bir yaşantının tekrarlanarak ortaya çıkarılmasıyla o yaşantı üzerinde hakimiyet kurma isteği olarak açıklanabilir (aktaran, Gezgin, 2019). Bu bağlamda Emin'in küçük yaşta ailesini kaybetmesinin yarattığı travma sonucunda deneyimlenen duyguların her cinayette tekrarlayarak ortaya çıkarılması ve bu yolla travmanın yarattığı kaygı üzerinde kontrolün sağlanacağı inancının yineleme zorlantısına sebep olmuş olabileceği düşünülmüştür. Ek olarak, karakterin cinayetlerdeki asıl hedefinin, bir sonraki bölümde detaylandırılacak olan “hissettiklerini karşı tarafa aktarma” durumu ile ilişkili olabileceği düşünülmüş ve bu durum ileriki sayfalarda yansıtılmalı özdeşim kavramıyla ele alınmıştır.

Özetle, filmde yer alan Emin karakteri sınır durum düzeyde psikopatik kişilik olarak değerlendirilmiştir. Nitekim, McWilliams (2018), psikopatik kişilikleri genel olarak sınır durum-psikotik düzeye yerleştirir ve temel meselelerinin bağlanmaya ilişkin sorunlar ve ilkel savunmalar olduğunu ileri sürer. Emin'in deneyimlediği duygulanım tıkanıklığı, ilişkisel problemler, manipülatif tavırlar, saldırgan, suç işlemeye ve zarar vermeye yönelik itkisel davranışlar, özsayıya ilişkin meseleler, tümgüçlü kontrol ya da ayrışma (dissosiyasyon) gibi ilkel savunmalar sınır durum düzeyde psikopatik kişilik tanısını destekler niteliktedir.

Nesne İlişkileri Kapsamında Psikopati ve Red Kit

Emin'in travmatik yaşantılarına bağlı olarak Red Kit karakteriyle özdeşim kurmasının, Klein ve Winnicott'ın bakış açıları ile nesne ilişkileri kuramı perspektifinde ele alınabileceği düşünülmüştür. Nesne ilişkileri teorisine göre nesne, kişinin dürtüsel tatmin sağlamak için gereksinim duyduğu ve ona karşı istek ve eylem geliştirdiği şey anlamında kullanılır (Gençtanırım-Kurt ve Çetinkaya-Yıldız, 2018). Aynı zamanda Holmes'e (2011) göre nesne, “bireyin kendisi ile ilişkilendirdiği bir kişi, kişinin bir kısmı veya zihinsel tasviri” olarak da tanımlanmaktadır (aktaran, Gençtanırım-Kurt ve Çetinkaya-Yıldız, 2018). Nesne ilişkileri, bireyin dış dünyasında diğer kişilerle kurduğu ilişkiden doğan duygu, düşünce, davranış ve kişiliğin içselleştirilmiş kısımlarıdır (Özakkaş, 2008). Bu teoriye göre ilk nesne ilişkisi, bireyin anne memesi ile kurduğu ilişkidir ve bu ilişki, bireyin içsel ve dışsal dünyasını anlamlandırmasında etkin rol oynar (Gençtanırım-Kurt ve Çetinkaya-Yıldız, 2018). Bu durumu “içselleştirilmiş nesne” kavramı ile açıklayan Klein (1946); aynı zamanda anne memesi ile ilişkinin kurulma sürecinde bebeğin bölme ve yansıtılmalı özdeşim gibi savunma mekanizmalarını kullandığını ve bu mekanizmaların işleyişinin bebeğin kişilik gelişiminde

etkin rol oynayacağını savunur (aktaran, Gençtanırım-Kurt ve Çetinkaya-Yıldız, 2018). Klein'a (2011) göre bölme sıkıntı veren nesneye karşı kaygıyı azaltabilmek için kullanılır ve ben kendini korumak adına nesneyi ve beni iyi-kötü olarak böler. Kernberg (1999), sınır durum (borderline) patolojisinin temellerini, bölme mekanizmasının dışa vurumu olduğundan bahseder (aktaran, Taşkent, 2010). Yansıtımlı özdeşimde ise bebek, içindeki parçayı anneye yansıtıp daha sonra onunla özdeşleşir, fakat buradaki asıl amaç kötü kısımlarından kurtulmak değil, karşısındaki kişiye hükmetmek ve onu kontrol etmektir (Göka, Yüksel ve Göral, 2006). Ayrıca Klein (2011), yaşamın ilk yıllarında bebeğin sırasıyla içinde bulunduğu "paranoid-şizoid konum" ve "depresif konum"dan bahsetmektedir. Alford'un (1989) görüşüne göre, buradaki konum kavramı bir gelişim evresi olarak değerlendirilmemeli, aksine kendine özgü kaygıları, savunma mekanizmaları ve nesne ilişkileri olan bir benlik örgütlenme durumu olarak görülmelidir (aktaran, Göka, Yüksel ve Göral, 2006). Paranoid-şizoid konum, doğuştan gelen saldırgan dürtülerin dışarıdaki nesneye yansıtıldığı, kötü nesnelere kaçınabilmek için şizoid savunma mekanizmalarının kullanıldığı evredir (Klein, 2011). Bu evrede bölme mekanizması kullanılarak, nesnelere ve ben iyi-kötü parçalara ayrılır. Klein'a (1957, 2011) göre, bu aşamada yaşanan saplanım, kişinin diğer ilişkilerinde de iyi ve kötü ayırımına yol açar. Winnicott'a (1960) göre ise anne, bebeğin kişilik bütünleşmesi tamamlanmadan ihtiyaçların yeterli düzeyde karşılanmasını sağlayamazsa bebek dış dünyaya karşı sağlam bir benlik algısına sahip olamaz ve tamamlanmamış bir benlik algısı geliştirir (aktaran, Sarısoy, 2016). Buna rağmen yaşamda var olmaya çalışan çocuk kendisine sahte bir benlik geliştirir. Ayrıca Winnicott (1960) sahte benliğin, gerçek benliği örten ve ona karşı oluşan bir çeşit savunma olduğundan da bahseder (aktaran, Sarısoy, 2016).

Psikopatinin etiolojisi incelendiğinde, bu kişilik tipinin gelişiminde hem genetik hem de çevresel faktörlerin etkisi görülmektedir (Sardoğan ve Kaygusuz, 2006). Süer'in (1998) Türkiye'de yaptığı bir çalışmada, şiddete yönelik suç işleyen psikopatik bireylerde aile bağlarının ve anne-baba-çocuk ilişkisinin zayıf olduğu saptanmıştır (aktaran, Sardoğan ve Kaygusuz, 2006). Aynı çalışmada, bu bireylerin aile içinde şiddete tanık oldukları, çocukluk dönemlerinde şiddetle karşılaştıkları, ebeveynleri tarafından ihmal edildikleri ve askerlik görevlerinde disiplin problemleri yaşadıkları görülmüştür (aktaran, Sardoğan ve Kaygusuz, 2006). Psikopatik kişilik örgütlenmesi gösteren bireylerin, dağılmış aile, sık taşınma, sevgi nesnesinin kaybı, fiziksel, duygusal veya cinsel istismar, güvensizlik ve kaos durumlarını içeren bir çocukluk dönemi geçirmiş olmaları muhtemeldir (McWilliams, 2018; Öznur, 2017). Bu deneyimler bağlamında ve Grotstein (1982), Kernberg (1984) ve Meloy' un (1988) görüşleri doğrultusunda sevgi, ilgi ve şefkatten yoksun kalan çocuk, bakım verenle özdeşim (*identification*) kuramaz ve nesneyi içselleştiremez (*introjection*) (aktaran, McWilliams, 1994,

çev. 2018). Özdeşim üst düzey bir savunma mekanizması olup “başka bir kişi gibi olma” olarak tanımlanırken, içselleştirme ya da içe atma çocuğun önemli ötekini yutarcasına ona ait özellikleri kendisine aitmiş gibi tümüyle içine aldığı ilkel bir savunmadır (McWilliams, 2018). Menninger’a (1938) göre, bu iki savunma birbiriyle oldukça ilişkilidir; hatta özdeşim kurulan bir nesnenin bir bölümü aynı zamanda içe atılmış sayılabilir. McWilliams’a göre, içselleştirme konusunda sorun yaşayan çocuklarda özdeşim yabancı kendilik nesnesi ile gerçekleşebilir (2018). Hatta içe atmanın patolojik olarak değerlendirilebileceği durumlardan bir tanesi de ileriki bölümlerde ele alınacak olan saldırganla özdeşim durumudur.

Söz konusu film merkeze alındığında, Emin’in yaşamındaki kırılma noktasının küçük yaşta ailesini kaybetmesi olduğu düşünülmüştür. 6-7 yaş civarında içselleştirdiği sevgi nesnelere kaybına uğrayan Emin, ilgi, sevgi ve şefkatten yoksun bir çocukluk geçirmiştir. Klein (2012) çocuğun nesne kaybı sonucu içsel ve dışsal kötü nesnelere hakimiyeti altına gireceği korkusuna kapıldığında bahseder. Bu bağlamda, ilgiden yoksun kalan Emin’in kaybedilen sevgi nesnelere ilişkin yaşadığı kaygıdan dolayı başka bir nesne ile özdeşim kuramayıp içselleştirme konusunda sorun yaşadığı düşünülebilir. Ancak diğer taraftan, ailesini kaybetmesinin ardından yetiştirme yurduna gönderilmesi ve orada yurt müdürü tarafından fiziksel ve duygusal istismara maruz kalması göz önünde bulundurulduğunda, bu durum yurt müdürünü kaygı ve korku yaratan dışsal kötü nesne olarak kabul etmiş olabileceğini de gösterebilir. Bu bağlamda, Emin’in kendisini Red Kit olarak isimlendirmesi, özdeşimini yabancı bir kendilik nesnesi ile yapmış olabileceğini düşündürmüştür. Kovboy bir kanun adamı olarak adaletin tesisinde aktif rol alması ve ailesini öldüren ekibin kendilerine Daltonlar demesi göz önünde bulundurulduğunda, Emin’in kendisini bir çizgi film karakteri olan Red Kit’le özdeşleştirmesinin anlamlı olabileceği düşünülmüştür.

Emin’in ailesini kaybetmesi sevgi nesnelere kaybı olarak ele alınabilir. Bu durum nesne ilişkileri kuramına göre yorumlandığında, Emin içselleştirdiği iyi nesnelere kaybı sonucu paranoid-şizoid konuma tekrar dönmüş ve kötü nesnelere onun iyi benliğine zulmetmesini önlemek amacıyla bölme savunma mekanizmasını kullanmış olabilir. Bu geri dönüş, patolojik bir gerileme (*regresyon*) olarak da yorumlanabilir. Patolojik gerileme yaşanan büyük bir stres sonucu kişinin gelişimsel kırılma yaşayıp erken dönem ilkel savunmalara geri dönmesi olarak tanımlanabilir (Lewis, 1987). Bu bağlamda, ana karakterin iyi ben ve kötü ben ilkel bölme yoluyla ayırarak, sahte kendiliği olan Red Kit’i oluşturmuş olabileceği ve kötü ya da saldırgan davranışları bu kendilik üzerinden deneyimlemiş olabileceği düşünülmüştür. Emin, kendi benliğiyle yaşadığı süre zarfında ailesinin kaybına engel olamamış, kendisine kötü davranan yurt müdürü ve komutanına karşı gelememiştir. Dolayısıyla, benliğinin zayıf olan

Emin kısmını koruyabilmek amacıyla kendisine zulmedenlere karşı koyabilecek Red Kit benliğini oluşturduğu düşünülebilir. Bu benlik aracılığıyla yurt müdürünün balıklarını, komutanının köpeğini ve son olarak da ailesini öldürmüş olan kişilerin aile fertlerini öldürmüş olabileceği düşünülmüştür. Böylece Emin'in, kötü nesnelere zulme karşılık Red Kit benliğini kullandığı ve bu yolla benliğinin iyi kısımlarını kaygıdan korumayı amaçladığı söylenebilir.

Psikanalitik literatürde saldırganlık, ölüm içgüdü ile birlikte ele alınmaktadır. Freud'a (1955) göre insanların hayatını yönlendiren temel iki içgüdüden birisi olan Thanatos, ya da bilinen adıyla ölüm içgüdü, insanların yaşamdan önceki döneme, yani var olmama durumuna dönmeyi amaçlamasıyla ilişkilidir (aktaran, Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2017). Klein (2011) ise doğuştan gelen bir ölüm içgüdüünün varlığından bahsetmektedir ve bu içgüdü sonucu oluşan kaygının saldırganlığa dönüştüğünü söylemektedir. Bu bağlamda, Red Kit'in ölüm içgüdüünü kendini kötü nesnelere korumak amacıyla saldırganlığa dönüştürmüş olabileceği düşünülmüştür.

Psikopatik kişilikler duygularını dile getiremediklerinden dolayı ne yaşadıklarını başkalarına göstermek için yansıtıcı özdeşim savunma mekanizmasını kullanarak bu duyguları diğer insanlarda ortaya çıkarmaya çalışırlar (McWilliams, 2018). Red Kit'in emniyet güçlerine ait bir köpek ve kendi aile fertlerini öldüren kişilerin her birinden bir anne, bir baba, bir kız kardeş seçerek işlediği cinayetler izleyici tarafından bir intikam isteği olarak algılansa da bu duruma psikopatoloji çerçevesinde bakıldığında, psikopatik kişilerin kullandığı yansıtıcı özdeşim savunma mekanizmasından söz edilebilir. Red Kit cinayetlerini ihbar ederken kurbanları hakkında "bir köpek gömdüm, bir anne gömdüm, bir baba gömdüm, bir kız kardeş gömdüm" ifadelerini kullanmıştır. İhbarlarında kurbanlarından "köpek", "anne", "baba" ve "kız kardeş" olarak bahsetmesinin, cinayetlerinin arkasında yatan güdünün bir temsili olabileceği düşünülmüştür. Ailesini kaybettiğinde 6-7 yaşlarında olan Emin'e, o yaştaki bir çocuğun ölüm gibi soyut bir kavramı anlayamayacağından dolayı ölümün toprağın altına "gömülmek" olduğu şeklinde aktarıldığı varsayılabilir. Bu bağlamda, ailesinin toprağın altında "gömülmüş" olması, Emin'in kendisine bu acıyı yaşatanlara da aynı acıyı yaşatmak amacıyla kurbanlarını öldürmeden önce gömmüş olabileceğini düşündürmüştür. İşlediği cinayetin onun kız kardeşini tekrar getirmeyeceği söylendiğinde Emin, "Kız kardeşim gelmeyecekse onun yerine bir ölü daha istiyorum." ifadesiyle karşılık vermiştir. Burada, Red Kit'in asıl amacının sözel olarak ifade edemediği kayıp duygusunu katillerin de deneyimlemesini sağlayarak, aile fertlerinin kaybı durumunda hissettiği duyguları karşı tarafa göstermek istemesi olduğu düşünülmüştür. Diğer taraftan, burada ele alınan konu saldırganla özdeşim kavramıyla da açıklanabilir. Daha önce de belirtildiği üzere, patolojik içe atma mekanizmasının

en mühim örneklerinden biri saldırganla özdeşimdir. Her ne kadar bu kavram ‘saldırganla özdeşim’ biçiminde kullanılsa da otomatik ve bilinçdışı doğası göz önünde bulundurulduğunda bu mekanizmada gerçekleşen asıl olayın bir çeşit içe atma (*introjection*) olduğu söylenir (McWilliams, 2018). Emin’in aile bireylerini cinayet sebebiyle kaybetmesi ve bunu küçük bir çocuk olarak deneyimlemiş olması onun çaresiz ve yalnız hissetmesine yol açmış olabilir. Dolayısıyla, Emin bu güçsüz ve çaresiz çocuk pozisyonundan daha güçlü ve zarar görmeyeceği hatta zarar vereceği bir pozisyona, yani zulmedenin pozisyonuna geçmek istemiş olabilir. Nitekim McWilliams (2018) saldırganla özdeşim mekanizmasını anlatırken “Ben çaresiz kurban değilim; istediğimi yaptıran güçlü kişiyim” düşüncesinin önemini vurgular (s. 134). Bu bağlamda, saldırı esnasında çamaşır makinasına saklanan küçük Emin, büyüdüğünde gömerek saklayan kişi pozisyonuna geçmiştir. Ayrıca, yakınları öldürülen çocuk tarafından ailesinin katillerinin yakınlarını öldüren kişi tarafına geçmiş olması da aynı kapsamda değerlendirilebilir. Diğer yandan, Emin’in kendisini ihbar etmiş olması, onun içe attığı katilin cezalandırılmasını ve kötü etmenlerden korumaya çalıştığı masum çocuğun bulunmasını arzuluyor olabileceğini düşündürmüştür.

McWilliams’a (2018) göre psikopatik kişilerle terapi sürecine bakıldığında, terapistin dürüst ve gerçekçi olması ve söyleyeceğini doğrudan söylemesinin terapötik konum bağlamında faydalı olabileceği söylenmektedir. Greenwald (1974) psikopatik bireylerin sadece güce saygı duymalarından dolayı, terapistin terapi sürecinde gücünü göstermesini gerektiğini savunur (aktaran, McWilliams, 2018). Filmin son kısmında, Red Kit teslim olur ancak son gömdüğü kişi olan, polisin kız kardeşinin yerini söylemez. Red Kit’i konuşturmak için hiçbir polis memuru yanına yaklaştırılmaz, yalnızca psikolojik danışmanın onunla görüşmesine izin verilir. Engellemelere aldırış etmeden zor kullanarak diğer polislerden ve psikolojik danışmandan kurtulan Behzat Ç., Red Kit’i konuşturmak için ilk olarak şiddete başvurursa da Red Kit’in bu duruma tepkisi donuk bir yüz ifadesi ve alaycı bir tavırdan öteye geçmez. Behzat Ç. şiddetle çözüm sağlayamayacağını fark edince pozisyon değiştirip Red Kit’in ailesine olanlardan, olayların tüm gerçekliğiyle ve doğrudan bahsetmeye başlar. Duydukları karşısında Red Kit’in donuk yüz ifadesinin yerine gözyaşlarının ve kızaran gözlerinin gösterilmesi ve bu sahneden itibaren karakterin istekleri ve düşünceleri hakkında Behzat Ç. ile konuşmaya başlaması, McWilliams’ın (2018) psikopatik bireylerle psikoterapiye dair empatik bir duruştan ziyade ödünsüz dürüstlikle ilerleyen seansların daha işe yarar olduğuna ilişkin görüşlerini destekler niteliktedir. Burada ödünsüz dürüstlükten kasıt salt gerçekliğin baz alınması ve söyleneceklerin doğrudan söylenerek yüzleştirme yapılması olarak açıklanabilir. Terapide yüzleştirme kişinin farkındalığını sağlama, yanlış inançları teşhis etme ve ortadan kaldırma gibi amaçlarla da kullanılır (Tuzcuoğlu, 1992). Ancak, filmde Behzat Ç.’nin Emin’e yaptığı

yüzleştirme, onu gerçekte olan şeylerle doğrudan karşı karşıya getirme biçiminde gerçekleşmiştir. Bu bakımdan, Behzat Ç.'nin ödünsüz dürüstlüğü'nün Emin'in kırılma tarafına ulaşma konusunda işe yaradığı yorumu yapılabilir.

Sonuç

Bu makalede, 'Behzat Ç.: Seni Kalbime Gömdüm' filmindeki Emin, diğer adıyla Red Kit karakteri, psikopatik kişilik örüntüsü ve nesne ilişkileri kuramı bağlamında ele alınmıştır. Yapılan literatür taramalarına göre, kimi kuramcıların sosyopati ve psikopatoloji etiyojisi, dürtü, duygulanım ve mizaç gibi alanlarda ayrıştırarak gösterdiği görülmüştür. Fakat bu makalede McWilliams'ın (2018) psikanalitik tanı bağlamındaki görüşleri esas alınarak iki kişilik tipi aynı anlamda kullanılmıştır. Etiyojisi köken bilgisine ek olarak, psikopatide duygulanım stilleri, savunma mekanizmaları, yineleme zorlantısı ve kendilik temelleri konularında temel bilgilerden söz edilmiş ve bu örüntüler filmdeki bölümlerle örneklendirilerek aktarılmaya çalışılmıştır. Aynı zamanda Emin karakterinin oluşturduğu Red Kit kimliği sahte kendilik olarak yorumlanmış ve bu sürecin kayıp nesnelere olan ilişkisi filmde örneklerle açıklanmıştır. Film ele alınırken nesne ilişkileri kuramı temel alınmış, Klein ve Winnicott'ın bakış açıları bütünlendirilerek sunulmaya çalışılmıştır çünkü bu bakış açısıyla filmin zengin bir görsel materyal sunduğu düşünülmüştür.

Kaynakça

- Geçtan, E. (1993). *Psikodinamik psikiyatri ve normal dışı davranışlar*. İstanbul: Remzi Kitabevi Yayınları.
- Gençtanırım-Kurt, D. ve Çetinkaya Yıldız, E. (2018). *Kişilik kuramları: Gerçek yaşamdan kişilik analizi örnekleriyle*. Ankara: Pegem Akademi.
- Gezgin, S. (2019). *Cezaevinde çocukları ile birlikte bulunan annelerin çocukluk çağı ruhsal travmaları, kapsayıcılık işlevleri ve çocukların psikososyal gelişim durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). T.C. Maltepe Üniversitesi veri tabanından erişildi.
- Göka, E., Yüksel, F. V. ve Göral, S. F. (2006). İnsan ilişkilerinde yansıtma özdeşim. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 17(1), 46-54.
- Gürbüzöğlü, D. P. (2017). Romandan sinemaya kötülüğün ideolojik olarak kurgulanması: Hannibal Lecter. *Sosyolojik Düşün*, 2(1), 64-74.
- Karlıdağ, T. (Yapımcı). Akar, S. (Yönetmen). (2011). *Behzat Ç. seni kalbime gömdüm*. [Sinema filmi]. Türkiye: Adam Film.
- Klein, M. (1946). Notes on some schizoid mechanisms. *The International Journal of Psychoanalysis*, 18(1), 99-110.
- Klein, M. (2011). *Haset ve şükran*. (O. Koçak ve Y. Erten, Çev.). İstanbul: Metis Yayınevi. (1957).
- Klein, M. (2012). Manik depresif durumların psikogenezeine bir katkı. (Ş. S. Postacı, Çev.). B. Habip (Ed.) *Sevgi, suçluluk ve onarım* (2. basım) içinde. İstanbul: Kanat Kitap (1935), 199-218.
- Lewis, O. (1987). The paranoid-schizoid position and pathologic regression in early adolescence. *Journal of the American Academy of Psychoanalysis*, 15(4), 503-519.
- McWilliams, N. (2018). *Psikanalitik tanı: Klinik süreç içinde kişilik yapısını anlamak*. (E. Kalem, Çev.) İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları. (1994).
- Menninger, K. A. (1938). *Man against himself*. New York, NY: Harcourt, Brace & World, Inc.
- Morrison, J. (2019). *DSM-5'i kolaylaştıran "Klinisyenler için tanı rehberi"* (Türkçe Çeviri 2. Baskı.). (M. Şahin, Ed. & H. Uğur Kural, Çev.) Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Özakkaş, T. (2008). *Nesne ilişkileri 7. BPT Kasım 2008 ders notları*. İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- Öznur, H. (2017). *Antisosyal kişilik bozukluğunda psikopatoloji düzeyleriyle aile işlevselliği ve çocukluk çağı travma düzeyleri arasındaki ilişki*. T.C. Sağlık Bilimleri Üniversitesi. Ankara: Ankara Sağlık Uygulama ve Araştırma Merkezi Aile Hekimliği Kliniği.
- Özsoy, E. ve Ardic, K. (2017). Karanlık üçlünün (narsisizm, makyevalizm ve psikopati) iş tatminine etkisinin incelenmesi. *Yönetim ve Ekonomi Dergisi*, 24(2), 390-406.
- Sardoğan, M. E. ve Kaygusuz, C. (2006). Antisosyal kişilik bozukluğu tanısı almış ve almamış bireylerin duygusal zekâ düzeyleri açısından incelenmesi. *Ege Eğitim Dergisi*, 7(1), 85-102.
- Sarısoy, G. (2016). Winnicott'ın gerçek benlik ve sahte benlik kavramlarının bir vaka ve terapi ilişkisi bağlamında incelenmesi. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 3(1), 1-15.
- Serbes, E. (2008). *Son hafriyat*. Ankara: İletişim Yayınları.

- Taşkent, A. (2010). *Alkol ve/veya madde bağımlıları ile bağımlılığı olmayan bireylerin savunma mekanizmaları açısından karşılaştırılması, çocukluk çağı travmaları, disosiyatif yaşantılar ve bağımlılık şiddetinin savunma mekanizmaları üzerindeki etkisinin incelenmesi*. İstanbul: T.C. Maltepe Üniversitesi. Yüksek Lisans Tezi.
- Tuzcuoğlu, S. (1992). Psikolojik danışmada kullanılan teknikler. *Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 4(4), 199-213.
- Yazgan-İnanç, B. ve Yerlikaya, E. E., (2017). *Kişilik kuramları*. Ankara: Pegem Akademi.
- Yıldırım, A. ve Türeli, D. (2015). Antisosyal kişilik bozukluğunda nörogörüntüleme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 7(1), 98-108.

Investigation of the Movie “Behzat Ç.: Seni Kalbime Gömdüm” on the Basis of Psychopathology and Object Relations

Summary

This article provides an analysis of the movie named “Behzat Ç.: Seni Kalbime Gömdüm (2011)” which is a Turkish detective movie. This movie was evaluated both in terms of psychopathology and object relation theories.

The film was based on the second novel of Emrah Serbes named “Son Hafriyat (2008)” which was adapted to cinema by the screening of Serdar Akar and Emrah Serbes. The main character who is Emin Altinkaya (Red Kit) lost his family members in the '90s as a result of the assassination conducted by a secret group within the government. The assailants were a team of four people calling themselves Daltons. Red Kit lost his parents, younger sister, and his dog as a result of this incident. Afterward, he was sent to the society for the protection of children. In this institution, he, like other children, was exposed to the violence of the director of the institution. These early childhood experiences were thought to be contributing to Emin’s current character profile as it is depicted in the movie. In fact, Emin as an adult was shown as in the need of taking revenge. In order to do it, he learned how to dig graves from a man who works in the graveyard in which his family members were buried. After learning the main techniques of digging a grave, Emin started to trace the assailants to take “a dog”, “a mother”, “a father” and “a sister” from them. Firstly, he buried the dog of one of the officers who was a member of Daltons. He buried the dog alive and called the police to report his crime. After that, he continued his murders with “a mother”, “a father” and “a sister” from the families of Daltons in the same manner. Every time he buried one of those people, he reported himself to the police. Even though he reported the crimes by giving a park name as the crime area, he was not giving the exact coordinates of the victims to the police. Thus, the victims died every time until the policemen found them in those parks. After his last murder, Emin surrendered himself to the police. This character was analyzed in this paper, in terms of his psychopathic personality type within the scope of object relations theory.

According to McWilliams (2018), psychopathology should be evaluated in two different steps; namely, the analysis of the developmental level and the analysis of the personality type. In terms of the developmental level, Emin was thought to be in the borderline level due to his early loss experiences (the death of the family) and his identity crises (which shows itself in his fabricated identity named Red Kit). In terms of the personality level, on the other hand, he was evaluated as a psychopathic character because of his criminal acts. He started his murders by killing the fishes of the director of the dormitory institution. He continued those acts by killing

the dog of the general. Finally, he started to kill the relatives of the assailants by the method of burying which may be evaluated as a cruel torture procedure. Those criminal acts may indicate an exemplar for the features of psychopathic personality type which is known as being cruel to human beings and animals. Moreover, psychopathy is known for the features such as aggressivity, superficial relationships, and lack of attachment and intimacy. Those features were sampled by Emin's connections with the other characters in the movie. In addition, aggressive acts in psychopathy aim to decrease the effect of the destructive stimulants as well as to regain self-esteem (McWilliams, 2018). In the movie, the murders of Emin can be evaluated as an endeavor to get rid of the feeling of the lack of a family. According to Klein (2011), psychopathic personalities can be in an envious state. Indeed, this state takes place as acting out for the psychopathic people. It was thought that Emin showed this envious state by killing the relatives of his enemies with a desire to get his relatives back. Thus, murders can be evaluated as the manners of acting out based on that envious state. This explanation was thought to be supported by the character's usage of the language; in fact, he reported himself to the police by saying that he buried "a dog", "a sister", "a mother" and "a father". Furthermore, the psychopathic personality is also characterized by projective identification because they cannot express their emotions by using words; instead, they use projective identification to be understood (McWilliams, 2018). Those murders mentioned above can also be evaluated as a way of projective identification. Indeed, Emin creates his emotions of 'lack' and 'helplessness' in his enemies.

When a child is deprived of love, care and compassion, she/he cannot identify with the caregiver, and cannot internalize the love objects, which leads to an internalization failure (McWilliams, 2018). In such cases, identification is said to occur with a foreign object (Grotstein, 1982; Kernberg, 1984; Meloy, 1988). Emin, who lost his family when he was 6 or 7 years old can be evaluated as a child who was deprived of love, care, and compassion at an early age. In addition, his experiences in the dormitory were not providing a caring environment. Thus, it was thought that Emin may have experienced an internalization failure. On the other hand, Emin called himself Red Kit which was a fake identity that he made up. This name was meaningful for Emin because his enemies were calling themselves Daltons. In fact, Red Kit is known as a cartoon character who is the main enemy of Daltons. This cartoon character may be evaluated as Emin's foreign self-object.

This article provided an analysis of the movie from the perspectives of object relations theory as well as the main features of psychopathic personality. Specifically, the movie character was handled in terms of his emotions, defense mechanisms, and self-representations. Red Kit, which was an identity fabricated by Emin, was evaluated in terms of

his false self. Moreover, this false self was explained in terms of its roots based on lost objects and foreign self-object. The movie was thought to provide a rich visual material to indicate the roots of psychopathy and its relationship with object relations theory.

Eser İnceleme

Mazoşizm, Melankoli ve Aşk: Masumiyet ve Kader Filmleri Üzerine Psikanalitik Bir İncelemeBengi DÜŞGÖR¹, Aylin ERBAHAR², Ayşe Sena SARI^{2*}¹İstanbul Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye²İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye**Makale Bilgisi****Öz****Anahtar kelimeler:**melankoli,
mazoşizm,
aşk,
psikanaliz,
psikanalitik
film incelemesi

Zeki Demirkubuz sineması karakter örüntüleri ve seyircide uyandırdığı duygulanımlar bakımından psikanalitik yorumlamaya oldukça olanak tanıyan bir sinema biçimini yansıtır. Demirkubuz'un filmlerinde özellikle belirgin biçimde karşımıza çıkan kadın ve erkek ilişkilerindeki yaşantıların ele alınışı, toplumsal gerçeklik adına değerlendirilebileceği gibi psikanalize de konu olabilecek bir zenginlik içermektedir. Karakterlerin endişeleri, içsel huzursuzlukları, güvensizlik ve ihanet eğilimleri gibi çeşitli zorlukları bu sinemaya rengini veren faktörler olarak görülmektedir. Bütün bunlar göz önüne alındığında, bu yazıda Demirkubuz'un "Masumiyet" (2006) ve "Kader" (1997) adlı filmlerinin psikanalitik kuram dahilinde incelenmesi amaçlanmıştır. İncelemede Uğur, Bekir ve Yusuf adlarında üç karakterin, "Masumiyet" ve "Kader" filmleri içindeki konumları ve birbirleriyle olan ilişkileri ağırlıklı olarak Freudyen bakış açısıyla mazoşizm ve melankoli ekseninde değerlendirilmiştir. Bu filmlerdeki tekinsizlik ve uğursuzluk (belki de Uğur'suzluk) temaları ve bu karakterlerin yaşadığı saplantılı aşk ilişkileri çalışmanın odak noktasını oluşturmuştur. Her iki filme de hâkim olan tekinsizlik teması karakterlerin birbirlerini dayanak alma çabasıyla birlikte kişisel dinamiklerinden gelen bir tanıdıklık duygusunu düşündürmüştür. Filmlerde, karakterlerin mazoşistik aşk örgütlenmelerinin büyük yıkımlara yol açtığı, hayatlarını adeta felç ettiği görülmüştür. Erkek karakterlerin erksiz ve çaresiz konumuna karşın, kurtarma fantazileri içinde oldukları kadınla olan ilişkilenmeleri ve ruhsal örgütlenmeleri, S. Freud'un kuramında anlattığı "bir aşk için gerekli koşulları" yerine getiriyor gibi görünmektedir. Karakterlerin zincirleme devam eden özdeşleşimleri, arzuları peşindeki sonsuz uğraşları içinde, neyin kader neyin seçim, kimin suçlu kimin masum olduğu da birbirine karışmaktadır. Bu bağlamda bu çalışmada psikanalizin temel ve önemli kavramlarından olan mazoşizm ve melankoli ile nesne ilişkilerindeki zorluklar filmlerdeki karakterler üzerinden anlaşılmaya çalışılmaktadır.

Abstract**Keywords:**melancholy,
masochism,
love,
psychoanalysis,
psychoanalytic film
review

The cinema of Zeki Demirkubuz is quite open to the interpretation of psychoanalysis in terms of its character patterns and the emotions it arouses in the audience. The handling of experiences in relationships between men and women, which we come across particularly prominently in Demirkubuz films, can be evaluated in the name of social reality and it contains such richness that it can be subject to psychoanalysis. Various difficulties such as the characters' anxiety, inner uneasiness, insecurity, and the tendency for betrayal are seen as the factors that give color to this cinema. Taking into account all of these, this article aims to examine Demirkubuz's films "Masumiyet" (2006) (Innocence) and "Kader" (1997) (Destiny) within the psychoanalytic theory. In this study, the relations of three characters named Uğur, Bekir, and Yusuf are evaluated mainly in the axis of masochism and melancholy from a Freudian perspective. The themes of uncanny and bad luck in these films and the obsessive love affairs experienced by the characters are the focus of our study. The theme of uncanny that dominates both films, along with the characters' struggle to rely on each other, arouses a sense of familiarity that comes from their personal dynamics. In the movies, the masochistic love organizations of the characters cause great destruction and almost paralyze lives. Despite the impotent and desperate male characters in the movies, their relationship with the women with whom they are in rescue fantasies and their psychological organization seems to fulfill the conditions required for love described in S. Freud's theory. The chained identifications of the characters and the endless pursuit of their desires confuse what is destiny and choice, who is guilty and who is innocent. In this context, in this study, masochism and melancholy, two of the most essential and important concepts of psychoanalysis, and the difficulties in object relations are tried to be examined through the characters in these films.

*Sorumlu Yazar: İstanbul Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye

e-posta: aysesenasari@outlook.com

DOI: 10.31682/ayna.790889

Gönderim Tarihi (Received): 14.04.2020; Kabul Tarihi (Accepted): 24.10.2020 2148-4376

Giriş

“Ne zaman bir darbe yeme fırsatı olsa gerçek mazoşist her zaman çenesini uzatır.”

(Freud, 1924)

Bekir: "...O gece düşündüm...Oğlum Bekir dedim kendi kendime... Yolu yok çekeceksin. İsyan etmenin faydası yok. Kaderin böyle. Yol belli. Eğ başını usul usul yürü şimdi. O gün bugün usul usul yürüyorum işte..."

(Demirkubuz, 1997)

Yeni Türk Sinemasının başlıca yönetmenlerinden olan Zeki Demirkubuz'un filmlerinde, gerçekçi bir çerçevede ele alınan toplumsal sorunların şekillendirdiği son derece derinlikli bireysel dünyalar dikkat çekmektedir. Bu bağlamda toplumsal sıkıntıların yanı sıra, bireyin içsel çatışmalarını da yansıtan filmler olarak tanımlanabilecek bir sinema ile karşı karşıya olduğumuzu düşünmek gerekmektedir. Yönetmenin “C Blok” (1994), “Masumiyet” (1997), “Üçüncü Sayfa” (1999), “Yazgı” (2001), “İtiraf” (2001), “Bekleme Odası” (2003), “Kader” (2006), “Kıskanmak” (2009), “Yeraltı” (2012) ve Bulantı (2015) gibi filmleri incelenmeye değer çalışmalar olarak görünmektedir ve yüksek lisans tez konusu olarak da ele alınmışlardır (Yılmaz ve Adıgüzel, 2017).

Bu incelemede Zeki Demirkubuz' un birbirinin devamı niteliğindeki “Masumiyet” ve “Kader” filmlerindeki aşk temaları ve karakterlerin birbirleriyle olan ilişkileri psikanalitik kuram bağlamında ele alınacaktır. 1997 yılı yapımı ““Masumiyet”” filmi serinin ilk filmidir. “Kader” ise ondan dokuz sene sonra çekilmiştir. ““Masumiyet”” te yer alan hikâyenin bir kesitini, daha çok Bekir'in ““Kader”” olarak gördüğü yolu orada izleriz. Bu türden bir anlatım insanın hikâyesinin yordanabilir değil, geriye bakılarak anlaşılabilir oluşunun sinemada yer alan muazzam bir örneği olarak da düşünülebilir. Psikanalitik açıdan söylemek gerekirse ““Kader””, ““Masumiyet””in bilinçdışı çalışmasıdır ve psikanalizde çok önemli bir kavram olan “après-coup” olarak ortaya çıkmaktadır.

“Après-coup” terimi, Freud tarafından ortaya konan “Nachträglichkeit” kavramının Fransızca kullanımı olarak kabul edilmektedir ve Lacan tarafından da 1953 yılında yeniden kavramsal olarak ele alınmıştır (Faimberg, 2005). Bu kavramı Freud (1915) bastırma ile ilgili iki aşamalı bir süreci tanımlarken “Bilinçdışı” metninde ele almıştır. Buna bağlı olarak Freud'a göre ilk aşamada cinsel ayartılma gerçekleşiyordu ancak bu ayartılma çocuklukta yeterli cinsel gelişim olmadığı için bir heyecan yaratmıyordu. İkinci aşamada ergenlikle birlikte cinsel

heyecan ortaya çıktığında ikinci bir olay ilkini anımsatıyor ve ilk olay bir “sonradan etki” ile çok daha travmatik bir etki yaratabiliyordu. Özel olarak “après-coup” kavramını açıklayan bir metin yazmadığını gördüğümüz Freud, bu kavrama çocuk cinselliğini, ilkel sahnenin çocuksu yorumunu anlamakta başvurmaktadır. Bastırma ve bilinçdışı metinlerinde kavramı ele alırken ondan çok sonra Jacques Lacan 1953’te Freud’un önemli vakalarından Kurt Adam vakası üzerinden bu kavrama tekrar değinmektedir. Laplanche (2006) ise bu kavramın genel önemine değinerek şöyle bir tanımlama yapmıştır: “Après-coup meselesi psikanalitik bir kavram olan zamansallık (temporalite) açısından önemlidir. Belirli bir olay ve onun sonradan ortaya çıkan işaretlenişi arasında oldukça karmaşık ve dönüşümlü ilişkisi sayesinde bu olay, yeni bir ruhsal kullanım edinir.” (s. 33) demektedir. Lacan (1953) “Roma Konuşması”nda, Freud’un “Kurt Adam” vakasını tartışırken “Nachträglichkeit” kavramını ele alır ve onu “après-coup” yani “sonradan etki” olarak adlandırmayı önerir. Lacan (1953) önemli metni “Ecrits”de ise şöyle demektedir: “Freud, ilkel sahnenin zamanını belirleyebilmek için tam bir somutlaştırmaya başvururken, olayın kişi üzerindeki etkilerini anlayabilmek için kişi tarafından düşlemselleştirilmesine başvurmaktadır ve olayın kişi için yeniden yapılanmasına etkisini ele almaktadır- yani olaya dair ne kadar çok yeniden yapılanma olursa, sonradan etki de o kadar çok olur” (s. 256).

Bu kavramsal bağlantılar ışığında Zeki Demirkubuz’un “Masumiyet” filminin ardından 2006 yapımı “Kader” filmine gelindiğinde aradaki bağlantının kurulmasıyla, ilk filmdeki travmatik yaşantının daha anlamlı hale geldiği görünmektedir. Bir bakıma izleyici, “Masumiyet” teki trajediyi, Bekir’in intiharını, aslında daha önceki tutkulu bağlanma biçimini, umutsuz aşkını ve onun travmatik etkisini “Kader” filmiyle anlamlandırabilmektedir.

“Masumiyet” filminde üç ana karakter ve onların birbirleriyle ilişkilerini görürüz: Uğur, Bekir ve Yusuf. Bekir umutsuz bir aşkla Uğur’a bağlıdır. Ancak Uğur, hapisteki bir adamın, Zagor’un peşinde gezerek, onu umutsuzca takip ederek yaşamını geçirmektedir. Yusuf ise Zagor’un hapisanede yatmıştır, ancak “Masumiyet” filminde resmedildiği şekliyle istemeyerek hapse düşmüş ve katil olmuş bir “Kader” kurbanı”dır. Ancak bu “Masumiyet”in arkasında da bir şiddet yatmaktadır. Bekir’in beklenmedik intiharı sonrasında, Uğur’un yanındaki yerini alacaktır.

“Kader” ise kısaca hatırlamak gerekirse Bekir ve Uğur’un yirmili yaşlarını ele alır ve ikisini birbirine bağlayan koşulları ve Bekir’in kendisini yıkıma götüren aşkını konu alır. Bekir, Yusuf ve Uğur, “Masumiyet” ve “Kader”deki üç ana karakterdir. Hayat hikayeleri çerçevesinde birbirlerini dayanak alma çabasında gibi görünseler de her biri kendi içinde tekinsizliği (uncanny) (Freud, 1919) taşımaktadır. Bir araya gelişleri ve ilişkilene biçimleri ise mazoşizm ve melankoli ekseninde salınır.

Freud'un Tekinsizlik Kavramı ve Filmlerdeki Tekinsiz Kapılar

Sinema dilini oluşturan psikanalitik öğelere baktığımızda, “tekensizlik”, “zıtların çarpışması” ve “sonradan etki” kavramlarıyla karşılaşırız (akt., Terbaş, 2012). Zeki Demirkubuz'un sinemasında tekensizlik her an oradadır. “Masumiyet” ve “Kader” filmlerinde karşımıza çıkan bir türlü kapanamayan kapılar bu duruma bir örnek olabilir. Kapanamayan veya bir anda gıcırtyla açılan kapılar, atmosfere tekensiz bir his katarak izleyicide bir tedirginlik oluştururlar. Aniden kapının açılıp, hızla içeriye birisinin girmesi o sırada süregelen ilişkiyi de kesintiye uğratan ve tedirginlik yaratan bir an olarak özellikle ““Masumiyet”” te sık sık karşımıza çıkar. Aynı zamanda filmdeki kapıların bu şekilde sunulması sınırların geçirgenliğine ve ilişkilerin mahremiyetten yoksun bir biçimde yaşanmasına dair bir sembolizasyon gibidir.

Freud (1919), *Imago* dergisinde yayımlanan “Tekensizlik” (The Uncanny)” başlıklı makalesinde, E.T.A. Hofmann'ın “Kum Adam” adlı hikâyesinden hareketle tekensizliği şöyle tarif eder: “Almanca bir kelime olan *unheimlich*, tanıdık, bildik, yerli anlamlarına gelen *heimlich*, *heimisch* kelimelerinin bariz bir şekilde zıddıdır ve bilinmediği, tanıdık gelmediği için ‘tekensiz’in kesinlikle korkutucu olduğu sonucuna varmak bizi cezbeder. Elbette, yeni ve tanıdık olmayan her şey korkutucu olmak zorunda değildir, ancak bu ilişki tersine çevrilemez. Sadece diyebiliriz ki alışılmışın dışında olan şeyler kolayca korkutucu ve tekensiz olabilir; bazı yeni şeyler korkutucu olabilir ama bu her anlamda değildir. Alışılmışın dışında ve tanıdık olmayan şeylerin tekensiz olması için bunlara bir şeylerin eklenmesi gerekmektedir.” (s. 219). Freud (1919), böyle bir genel tanımdan sonra yazısına, meseleyi ilk defa 1906 yılında yayımladığı “Tekensizin Psikolojisi” adlı makalesinde açıklamaya çalışan Ernst Jentsch'in görüşlerini eleştirerek devam eder. Jentsch'in tanımını eksik ve yetersiz bulduğunu ifade ederek şöyle der: “O tekensizlik hissinin oluşumundaki en temel faktörü zihinsel belirsizliğe bağlar; böylece tekensiz, daima olması gerektiği yerde olup olmadığı bilinmeyen bir şeydir. Çevresi ile daha iyi özdeşleşmiş kimseler, bu ortamdaki nesnelere ya da olaylarla ilgili tekensizlik hissini daha az duyumsayacaklardır.” (s. 221). Tekensizliğin oluşumunu sadece zihinsel belirsizliğe bağlayarak açıklayan Jentsch'i eleştiren Freud (1919), makalesi boyunca tekensizlik kavramının içinde barındırdığı birçok pozitif ve negatif anlam bağları arasında gidip gelmeyi tercih eder. Ona göre, bilinçdışında bastırılan kimi çoklukların geri dönmesiyle yüzeye çıkan korku ve kaygı, tekensiz metinlerin çok katmanlı kurgusunun nedeni olarak karşımıza çıkar. Yani tekensizliğe yol açan aslında bir zamanlar tanıdık ve bildik olanın yabancılaşmasıdır. Başka bir deyişle, bastırılmış olanın geri dönüşüdür. Sanki ““Masumiyet”” ve ““Kader”” filmlerinde arzu bir türlü doyurulamadığı gibi bir türlü bastırmaya da uğratılmamaktadır ve

açık kalan kapılar ya da geçirgen kapılar bu bastırmanın imkansızlığına ve bu bağlamda bir tekinsizliğe işaret etmektedir. Karakterler küfür eden, aniden öfkelenen, yollara düşüp kaybolan ve arzunun bastırılmasına olanak tanımayan biçimlerde eyleme geçmektedirler. Bu eyleme geçişler, aynı zamanda yıkıcılığın da açığa çıktığı bir biçime dönüşebilmektedirler. “Kader” filminde Bekir’in eşini ve ailesini terk edip yola düşmesi, nihayetinde “Masumiyet” te intihar etmesi gibi yıkıcı bir sonu hazırlayabilmektedir.

Aynı zamanda bu filmlerde kapılara vurgu yapılması, Winnicott’ın (1965) “tutma” (holding) kavramını ve Bion’un (1962) “kapsayıcı işlevleri”yle ilgili söylediklerini düşündürmektedir. Bu kapı metaforu, güvenli bir kapsayıcılığın olmayışını ve iç-dış sınırların geçirgenliğini de akla getirir. Kapılardaki bu geçirgenlik, karakterlerdeki özdeşleşimler arasındaki geçirgenliklerin de bir simgesi gibidir. Karakterler yeterince güvenilir değildir ve ilişkileri de bundan etkilenmektedir. Dürtüselliği ön planda olan Uğur karakteri ve Bekir’in ona eşlik eden yolculuğu, izleyenlere sağlam olamayan bir “çevre” sunmaktadır ve kapılar da bu ortamın sembolüne dönüşmektedir. İlişkiler geçirgen ve birbirine bağımlı olduğu gibi, bir o kadar da güvenilir olmayan, Winnicottcu bir deyişle “geliştirici olmayan” bir çevre sunmaktadır. Filmlerdeki diğer yan karakterler de oldukça güçsüz ve annesel bakım vermekten uzak, kendi arzusu ya da dayatması ile meşgul karakterlerdir: “Kader”deki pozisyonuyla Uğur’un annesi gibi sadece kendi arzusuyla meşgul ve ötekini görmezden gelen, sadece bakım veren ancak ruhsallığı ihmal eden bir annesel imge gibi. Farklı bir anne olan Bekir’in annesi de ev yaşamı içine hapsolmuş ve dış dünyayla bağ kurmadığı gözlenen geleneksel bir yapıdadır. Kendi arzusu yokmuşçasına sadece oğlunun ve eşinin arzusuna odaklanmakta ama yine ruhsal dinamikleri anlamaktan uzak bir annesel imge ortaya koymaktadır. Dolayısıyla her iki anne imgesi de annelik işlevinden uzak pozisyonlarda ortaya çıkmakta ve geliştirici olmayan bir çevrenin izlerini taşımaktadır. Bekir’in tutkuyla bağlı olduğu Uğur ise bu kadınlara benzememeye çalışmakla beraber, karşısındakine duygusal olarak mesafeli bir görünümde. Âşık olduğu adamın peşinde hapishaneler arasında gezinmekte, bu yolla kendi yaşamından uzaklaşmakta ve duygusal olarak donuk bir görünüme bürünmektedir. Bu haliyle Bekir için oldukça tekinsiz bir figüre dönüşecektir.

Tekinsizlik ve Uğur Karakteri

"Benim güzelliğim Belladonna' ya benzer... Ondan zevk almak delilik ve ölüm getirir."

Hebbel, Judith ve Holofernes, (akt., Freud, 1917, s. 268-9)

Bekir: “Bi gün bu orospu çıkageldi. Hiç unutmam, görür görmez cız etti içim. Böyle basma bi etek dizine kadar, çorap yok, üstünde açık bi bluz, saçlar maçlar... Pırlanta anlayacağıın. Şunun bunun fiyatını sordu, dalga geçti benimle. Kanıma girdi o gün. Tabii taktım ben bunu kafaya...”

(Demirkubuz, 1997, 43:22.)

Zeki Demirkubuz’ un filmlerinde sıra dışı gibi görünen ancak toplumsal gerçekliği çıplak olarak yansıtan kadın ve erkek figürleri yer alır. Yönetmenin oluşturduğu kadın karakterler, arzularının peşinde cesurca koşarlar ancak bu arzu hep bir erkeğe dairdir. Kadınlar kişisel bir gelişime yatırım yapmazlar (Yılmaz ve Adıgüzel, 2017) 2017). “Masumiyet” teki Uğur karakteri de böyle bir kadındır.

Tekinsizlik aynı zamanda uğursuzluk kavramı ile de ilişkisi üzerinden düşünüldüğünde filmdeki Uğur karakterinin ve “Uğur’suz” bir yaşamı reddeden Bekir’in tekinsiz sonu arasında bir bağlantı kurmak mümkündür. “Kader” filminde Uğur karakterinin travmatik aile yaşantısına yakından tanık oluyoruz. Uğur’un ona bakım verecek ve dayanak olacak bir erkeğin arayışında olduğunu izlediğimiz bu filmin ardından, ikinci filmde yatalak babasını görürüz: hasta ve yatalak olan pasif bir baba, öte yandan son derece aktif bir cinsel yaşama sahip olmaya çalıştığı gözlenen bir anne ve bu babayı, başka erkeklerle beraber olarak çocukların gözünde de diskalifiye eden bir kadın. Yaş farkının çok az olduğu bu anne-kız ilişkisinde, kuşaklararası farkın göz ardı edilmesinin, anne ile kızın arasındaki çatışmalı ilişkiye yol açtığı görülmektedir. Annenin sevgilisiyle olan sevişmesine, duyduğu sesler üzerinden tanıklık eden Uğur, “yan odadan gelen sesler” aracılığıyla Freudyen bir “ilkel sahne düşlemi”yle karşı karşıya gelir. Freud (1918) ilkel sahne kavramını, küçük çocuğun anne-babanın cinsel eylemine şahit olduğu yönündeki bir düşlemi üzerinden açıklar. Çocuk, anne babanın cinsel eylemini görebilir, duyabilir ya da bu eyleme şahit olduğu yolunda bir düşlem geliştirebilir ve bu sahnenin bir şiddet sahnesi olduğu hissine kapılır.

Filmde bu sahnede, baba yerine annenin sevgilisinin yer alması işleri Uğur açısından daha da karmaşık hale getirmektedir. Baba sahnedeki yerini bir başkasına bırakmıştır ve annenin düşleminde de bu başkasına yer vardır, ancak babaya değil. Lacancı (1949) anlamda annenin bakışındaki üçüncü, farklı bir üçüncüdür. Filmde annenin düşlemi, gerçek babayı işaret etmekten uzak bir düşlem olarak ortaya konmaktadır. Bu nedenle de ödipal üçgenleşmedeki sorunsal, nesillerin birbirine karışması ve diskalifiye edilen babasal imge, Uğur’un erkeklerle olan ilişkisinde bir zorluğa yol açabilecek gibi görünmektedir. Bir kadın ve iki erkeğin yer aldığı bu düşlemsel sahne, Uğur için anneden kıza kadınlığın iletiminde farklı bir biçime dönüşmüş gibidir. Uğur’un arzusunun nesnesi Zagor gibi ulaşamadığı ve peşinde

sürüklendiği, hapishanelerde hayatı geçen bir erkekken, kendisinin peşinde kastre edilmiş ve umutsuzca ona saplantılı olan diğer erkek, Bekir vardır. Babasal işlev oldukça çatışmalı bir ruhsallık içinde işlevini yitirirken, ötekiyle arzuya dayalı bir ilişki kurmak olası görünmemektedir. Lacan'a (1949) göre babasal işlev annenin düşlemi ile tanımlanabilir. Yani babaya işlev kazandıran onun, annenin arzusunun nesnesi olmasıdır. Yoksa babanın kuralı tanınmayacak ve gerçek bir aile romansından da söz etmek olası görünmeyecektir. Uğur'un babasının var ama yok oluşu, onun nesne seçimlerini de etkilemektedir Uğur var ama yok olan bir sevgilinin, Zagor'un peşinden gitmektedir. Zagor, diğer adıyla "Baltalı İlah", bilindiği üzere 60'lı yılların ünlü çizgi roman karakteridir. İntikam peşinde olan bu çizgi karakterin bir de zehirli baltası vardır. Zagor'un "Masumiyet" in bir diğer ana karakteri olan Yusuf'un hapishane arkadaşı Orhan olduğu gerçeği kısa ama şok edici bir anda karşımıza çıkar. Yani aslında Yusuf, daha Uğur'la karşılaşmadan, Zagor vasıtasıyla onun hikayesiyle karşılaşmıştır. Yusuf filmin devamında Bekir'in beklenmedik intiharının ardından Uğur'un yanından ayrılmayan ve her anlamda Bekir'e dönüşen ve Uğur'la beraber sürüklenmeye devam eden diğer erkek olacaktır. Sonradan etki kavramı bu ilişkide Yusuf'un aldığı pozisyonu anlamamıza yardımcı olmaktadır. Her iki filmde de Zagor'un yok ediciliğinin sonucu olarak Uğur'un da yer değişikliklerine tanık oluruz. Özellikle "Masumiyet" filminde Zagor, Uğur'un hayatında bir türlü ulaşılamayan baba imgesini de düşündürmektedir. Bir yandan ikinci filmde Zagor'un işlediği cinayetin Uğur'un annesinin aşığını öldürmek olduğunu öğreniriz. Böylece Zagor bir bakıma bu annenin aşırı cinselliğine de bir balta vurmuş olmaktadır. Annenin zihninde bir ötekinin olma ihtimali, ölümcül ve yıkıcı bir dürtüselliğe yol açmaktadır.

Uğur için bir başka karmaşık ilişki daha önceden belirtildiği üzere yakın yaşlarda olduğu annesiyledir. Aralarındaki ilişkide roller karmaşık, sınırlar geçirgendir. Anne kız arasında roller belirgin olmadığı gibi, annenin kızına yönelik şefkatli bir tutum yerine daha çok yıkıcı ve saldırgan türde değersizleştirici bir tutumda olduğu gözlenmektedir. "Kader" filminin bir sahnesinde anneye, babayı işaret eden Uğur olmaktadır: "Bizleri düşünmüyorsan içerdekini düşün. Kocan o senin kocan!" (Demirkubuz, 2006, 15:43). Anne ile kızın paylaştığı cinsiyet, aynılık duygusu getirir ve bu aynılık, kızın kimliğine ve özdeşleşmelerine damgasını vurur (Abraveya, 2013). Anne ve kız ilişkisinin güçlükleri elbette onu diğer doyum veren ilişkilerden bir miktar uzak tutacaktır. Bu ilişki hem rekabet, hem de birbiriyle kaynaşma arzusu içermesi bakımından, baba-kız ya da anne-oğul ilişkisinin içerdiği doyumu içermemektedir.

"Kader" filminde, Uğur'un annesiyle olan benzerliği ve özdeşleşimi dikkat çeker, zorluklarla baş etmede tıpkı annesi gibi kadınsılığını ön plana çıkararak Coen'in (1981) dediği gibi cinselleştirmeye (sexualization) başvurduğu söylenebilir. Her iki filmde de, Uğur ve

annesinin cinsel yaşamına bakıldığında, geleneksel kadın rollerinden uzak oldukları hayatlarında cinselliğin önemli bir yer tuttuğu ve karmaşık ilişkilere yol açabildiği görülür (Güler, 2012). Bu ilişkilerin yarattığı kaosun kendisi tekrar tekrar tekinsizliği düşündürmektedir. Tekinsizlik, erkeklere tehlikeli gelse de, canlandırıcı/harekete geçirici etkisiyle bir yandan da cezbedicidir. Freud (1918), “Bekaret Tabusu” makalesinde, Hebbel'in tragedyası Judith ve Holofernes'deki Judith'ten bekaret tabusu ve onun güdülenmesinden söz etmektedir: "Benim güzelliğim Belladonna' ya benzer... Ondan zevk almak delilik ve ölüm getirir." (s.268-9) sözü Uğur karakteri için uygun bir ifadedir. Uğur karakteri, Bekir, Zagor ve Yusuf karakterleri için deliliği ve ölümü beraberinde getirecektir.

““Kader”” filminin başında Uğur, Bekir'in çalıştığı halıcı dükkanına geldiğinde Bekir bir uyuklama halindedir. Uğur'un onun uyusukluğunu ortadan kaldırdığı ve onu harekete geçirdiği, Bekir'de bir merak uyandırdığı görülür. Bekir'in Uğur'dan önceki hali can sıkıntısından ve miskinlikten ibarettir. Sahneyi hatırlamak gerekirse, Uğur dükkâna girer, etrafa bakınır ve o sırada uyulamakta olan Bekir'i görür. Ona yönelir ve bir yandan da dükkânda gezinmektedir. Uğur'un ne istediğini çok da anlatmayan ve merak uyandıran tutumu, sahneye hâkim görünmektedir. Sonrasında ise Bekir ondan etkilenecek ve yaşamının merkezini, bu hiç de tanımadığı kadının yaşamına bağlayacaktır. Bu bağlamda, İsviçreli Yazar, Madame de Stael'in ünlü sözü akla gelir, "İnsan hayatta sıkılma ya da acı çekmekten birini seçmek zorundadır." ““Kader” de Bekir, ““Masumiyet”” te de Yusuf, Uğur'un uğursuzluğuna çekilerek acı çekmeyi seçerler. Tüm çabalarına rağmen tatmin edilmeyen bir arzu ve arzu nesnesine yaklaşamamanın verdiği bir acı içindedirler. Bu acı hem melankoli hem de mazoşizmin bir yansıması olarak ele alınabilir. Melankolinin nesne üzerindeki savaşımının yerine geçtiği benliğin içindeki çatışma o kadar büyüktür ki “acı verici bir yara” (s. 259) olarak karşımıza çıkar (Freud, 1917).

Freud (1917), “Yas ve Melankoli” metninde melankoliyi açıklamaya çalışırken onun en temel yanının aslında kişinin kendilik değerindeki düşüş ve kendi arzusundan, ihtiyaçlarından uzaklaşmaya yol açan bir geri çekilme biçiminde ortaya çıktığını belirtir. Bu yanılla melankolinin normal yas tutma sürecinden farklılaştığını ve benliğin ıssızlaştığını anlatır. Kişi, kayıp nesnenin peşinde kendini yitirme tehlikesiyle karşı karşıya kalır ve kayıp nesneyle özdeşleşim süreci de benlikte bir güçsüzlüğe yol açar. Filmlerde bu bağlamda hem Uğur hem de Bekir bu türden bir nesne yatırımının içinde görünmektedir. Uğur, yaşamı boyunca Zagor'un peşinde kendi değerini yok edecektir. Bekir de onu hiç arzu etmeyecek olan Uğur'un peşine takılıp, tüm yaşamını bu uğurda harcamayı seçecektir.

Her iki filmde de karakterlerin ilişkisel dinamiklerinde melankolik bir tablo ile karşılaşırız. Freud'a (1917) göre melankolide nesneyle ilişki basit bir ilişki değildir,

ambivalansa (çiftedeğerliliğe) bağlı çatışma ile karmaşık bir ilişkidir. Melankolide ztlık vardır, sevgi ve nefretin birbiriyle çelişkisine vurgu yapılır ve bunların kökeni bilinçdışıdır

Bekir: "O gece düşündüm... Oğlum Bekir dedim kendi kendime... yolu yok çekeceksin. İsyân etmenin faydası yok. "Kader"ın böyle. Yol belli. Eğ başını usul usul yürü şimdi."

(Demirkubuz, 1997, 48:26.)

Bir başka replik:

Bekir: "Başkalarına var da bana yok mu... Bana da vereceksin ulan!.."

Uğur: "Öldürücem ulan seni!"

Yusuf: "Abla yapma..."

(Demirkubuz, 1997, 55:08-55:38.)

Bu ilişki dinamiklerindeki ve yitik nesneye aşırı bağıllıkla sergilenen ısrarcı tutum her anlamda yıkıcı bir sonu hazırlamaktadır ve yoğun bir mazoşizm içermektedir. Melankolinin "acı verici bir yara" (Freud, 1917, s. 259) hali karakterlerin ilişkilenebildiklerindeki mazoşistik dinamikleri ortaya koyar. İlişkiler ya bir yıkıcılıkla başlamakta ya da yıkıcılığa sürüklenmektedir.

Mazoşizmin Aşk Halleri

Mazoşizm kavramı psikolojide ve günlük hayatta "acı çekmeyi sevme", "acıdan haz alma" gibi anlamlarla sıklıkla yer alan bir kavramdır. Bu yazıda ele alınan mazoşizm kelimesi daha çok "acıya katlanma hali" anlamıyla düşünülmüştür. Psikanalizin incelemesine açık olagelmış bir kavram olan mazoşizm ilk olarak Kraft-Ebbing'in 1886'da yayınladığı "Cinselliğin Psikopatolojisi" kitabında tanımlanmıştır. Kavrama isim veren ise "Kürekli Venüs" romanın yazarı Leopold Von Sacher-Masoch olmuştur. Mazoşizm, karşıtı bir kavram olan sadizm ile birlikte ele alınmaktadır. Sadizm terimi ise Marquius de Sade'dan gelmektedir (akt., Saraç, 2018).

Freud 1924'te kaleme aldığı "Mazoşizmin Ekonomik Sorunu" adlı makalesinde mazoşizmin üç şekilde gözlemlendiğinden bahseder: Erotojenik mazoşizm, dişil mazoşizm ve ahlaki mazoşizm. Bunlar arasında en kolay rastlanır olanın dişil mazoşizm olduğunu söyler ve erkekler için bu tür bir mazoşizmden "...düşlemleri ya bir mastürbasyon eyleminde son bulan ya da kendi içlerinde bir cinsel doyumunu temsil eden..." (s. 397) şeklinde bahseder ve erkek

öznelerin mazoşistliğini “erksiz” olarak tanımlar. Filmlerdeki erkek karakterler kadınlar karşısında “erksiz” ve çaresiz konumdadır. Uğur’un babası, Yusuf’un eniştesi gibi yan erkek karakterler de kadınlar ve cinsellikleri altında yıkıma uğrarlar. Uğur’un yatalak babası “Kader” filminde izleyicide çaresizlik hisleri uyandırır. “Masumiyet” filminde de Yusuf’un eniştesi ve ablasını ziyarete gittiği sahnede, eniştenin yaşananlardan sonra yaşadığı ıstırap ve değersizlik hissi eşine ve çocuğuna uyguladığı şiddette kendini gösterir. Enişte karakteri istenmemeyi kabul edemez, bunu eksiklik olarak yaşar. Sanki şiddetle kontrolü ele geçirmeye çalışır gibidir. Dilinden vurulup sözsüz kılınmış abla, bir de bu şiddete mahkûm kılınmıştır.

Yusufun eniştesi: “... Senelerce harabelerin içinde süründük. Hadi diyelim bu Allah’ın takdiri, ya şu? Depremden beter etti beni. Ne godoşluğum kaldı, ne pezoluğum. Adımız çıkmış ya bir kere...”

(Demirkubuz, 1997, 14:02)

Bir başka replik:

Yusufun eniştesi: “Lan Allahsız, lan kitapsız! Naptım ulan ben sana ne yaptım ulan ne yaptım? Mezara gömdün lan beni! Dilsiz orospu. Kahpe... Mahvettin beni lan, beni yok ettin lan sen beni, öldürdün lan beni, mezara gömdün lan beni, mezara...”

(Demirkubuz, 1997, 15:52)

Freud (1924), makalenin devamında dişil mazoşizmin erotojenik mazoşizme yani acıdan alınan hazza dayalı olduğunu ve acı ile hoşnutsuzluğun yarattığı gerilimin libidinal bir uyarıya yol açtığını söyler. Ancak bununla da yetinmeyerek insanlarda işlediğini ortaya koyduğu iki tür dürtüden söz eder, yaşam ve ölüm dürtüleri. Libidinal olan, bir noktada yıkımla karşılaşır ve libidonun bu noktada görevi yıkıcı dürtüleri zararsız hale getirmektir. Bunu da dürtüyü dış dünyadaki nesnelere döndürmekle yapacaktır. Freud (1924), dürtünün bu halini “yıkıcı dürtü, egemenlik dürtüsü, güç arzusu” şeklinde kavramsallaştırır (s. 399) ve bunu sadizm olarak kabul eder. Bekir’in umarsız aşkı ve mazoşizmi, Uğur’un sadizmine hemen eklemlenmiş gibidir. Uğur, Bekir’e karşı davetkardır ve elbette “Ne zaman bir darbe yeme fırsatı olsa gerçek mazoşist her zaman çenesini uzatır.” (Freud, 1924, s. 401).

Eğer dürtü dışı yönlendirilemezse kendisine eşlik eden cinsel uyarılmayla eşleşerek libidonun bir parçası olarak devam edecektir. Bununla beraber acı, uyaran olmaktan çıkıp

amaca dönerse haz ilkesi, yani “yaşamın gardiyanı” felç olur. Rosenberg (1982), erotojenik mazoşizmin, mazoşizm türlerinden biri olmakla birlikte diğer formların konuşlandırıldığı bir tür olduğunun altını çizer. Bekir için acı, bir noktadan sonra uyaran olmaktan çıkar ve hayatı felç eder.

“Bir bireyin mazoşizminin yanı sıra etik duygusunun tümünü ya da bir bölümünü koruyabileceği doğrudur; ama bunun tersine vicdanının büyük bir bölümü mazoşizmde tükenmiş de olabilir. Yine, mazoşizm sadistik vicdanın suçlamaları ya da büyük ana babasal Yazgı gücünün cezalandırmasıyla ödenmesi gereken “günahkâr” eylemler gerçekleştirmeye yönelik bir kışkırtma yaratır. Ana babanın bu son temsilcisi tarafından cezalandırılmak için mazoşistin uygunsuz olanı yapması, kendi çıkarının tersine davranması, gerçek dünyada kendisine açık olan beklentileri yıkması ve belki de kendi gerçek varlığını yok etmesi gerekir.” (Freud, 1924, s.405). Bekir, bulunduğu koşullarda kendisine sunulan yaşamı Uğur’la adeta tekmelemektedir. Önce kendisine sunulan tüm rolleri, evlatlığı, kocalığı, babalığı yani kendisinden beklenen ne varsa hepsini aşkı uğruna yıkar ancak bu, sonunda onun kendisini yıkmasıdır.

Ahlaki mazoşizm, dürtülerin kaynaşmasının kanıtıdır ve tehlikesi, onun ölüm dürtüsünden kaynaklanmasıdır. Bu türden bir mazoşizm dürtülerin dışa döndürülemeyen kısmına karşılık gelir. Ancak öznenin kendini yıkması da libidinal bir doyuma yol açmaktadır. Bekir’in mazoşizmi hangisidir? Ahlaki mi, dişil mi? Aslında her ikisinin kaynaşma noktası, tam da Freud’un dediği gibi. Onu, aşkın peşine düşüren dişil mazoşizmi, ancak onu öz yıkıma götüren ahlaki mazoşizmi olacaktır.

“Aşk”ın Özel Koşulları

Freud (1910), “Aşkın Ruhsbilimine Katkıları: Erkeklerde Özel Bir Nesne Seçimi” makalesinde “aşk için gerekli bazı koşullar” (s. 220) olduğundan bahseder. Bu koşullardan ilki “incinmiş bir üçüncü yan” (Freud, 1910, s. 220) olmasıdır. Freud (1910) ’a göre bu metinde, bir erkeğin bir kadını aşk nesnesi olarak seçebilmesi için kocası, nişanlısı ya da arkadaşı olarak üstünde hak iddia eden başka bir erkek olmalıdır, yani bir erkek, başka bir erkekle ilişkide olamayan bir kadını sevemez. Hatta Freud (1910) şöyle der, kadın herhangi bir erkeğe ait olmadığı sürece ihmal edilebilir ancak başka bir erkekle bir ilişkiye girer girmez birçok tutkulu duygunun nesnesi olacaktır. Yani aslında kadının zihninde başka bir erkeğin düşlemleniyor olması, erkeğin o kadına âşık olma koşullarından biri gibi görünmektedir. Bekir’in, Uğur’a aşkı da böyle bir aşk gibidir. Bekir, en başta Uğur’u soruşturduğunda onun bir sevgilisi olduğunu öğrenmiştir, hem de belalı bir sevgili... Bekir Uğur’un peşinde gibi görünse de aslında Zagor’un peşinde ömrünü harcayacaktır.

Freud (1910) şöyle devam eder, “İkinci ön koşul, namuslu ve adına leke sürülemeyecek bir kadının onu bir aşk nesnesi konumuna yükseltebilecek hiçbir çekim yaratmaması, yalnızca cinsel olarak şu ya da bu şekilde kötü ünü olan, sadakati ve güvenilirliği kuşku götüren bir kadının bunu başarmasıyla ilgilidir” (s. 220). Bekir’in arkadaşları, mahalleden “başka adamların da Uğur’u yediğinden” bahseder ve Uğur hiçbir zaman vaatte bulunmuyor gibi görünse de, Bekir’in arzusunu uyandıracak tüm şartları oluşturmaktadır. Bu anlamda filmde Uğur bir "cocotte" 'tur (hafifmeşrep kadın) (Freud,1910, s.221). Benzer ve başka bir deyişle Demirkubuz filmlerindeki kadınlar “femme fatale”, “ölümcül kadın” yani cinselliğini kullanarak erkeği kendi tuzağına düşüren kadın tipine yakın biçimde yansıtılırlar. Erkekleri baştan çıkarıp aşık ederek ağlarına düşürürler (Güler, 2012). Kadınların böyle resmedildiği filmlerde erkekler de bu aşık ediciliğin peşinden gider görünümündedirler. Freud (1910), bu türden kadınlara âşık olan erkeklerin diğer erkek üzerinden rekabet ve düşmanlık dürtüsünü doyurduğundan, tutkularının ancak kıskançlık söz konusu olduğunda doyuma ulaştığından bahseder. Freud’a (1910) göre kıskançlık, âşık olunan kişinin yasal birlikteliğine karşı değil, kadının âşık olduğu kişiye karşıdır. Yani aslında söz konusu olan koca ya da nişanlı değildir, kadının düşleminde yer verdiği erkeğe karşı bir rekabete girilir. Filmde Uğur’un kocası da vardır ancak Bekir için kıskançlık nesnesi Zagor olacaktır.

Bu türden bir nesne seçiminde aşığın kurtarma arzusu yoğun olarak kendini gösterir. Erkek, kadının kendisine ihtiyacı olduğuna ve kendisi olmadığı takdirde acınacak duruma düşeceğine, ahlaki bir bozulmaya gideceğine inanmaktadır. Kadını, “erdem” (s.223) yolunda tutma arzusuyla çabalayacak, kadının cinsel “güvenilmezliği” de bu durumu doğrulayacaktır (Freud, 1910). Bekir’in, sonrasında da Yusuf’un Uğur’u “doğru yola” çekme çabaları filmlerde yer yer seyircinin karşısına çıkar. Bekir, Uğur’a evlenmeyi ve başka bir hayat kurmayı teklif eder; Yusuf ise başka bir şehre taşınıp pavyon dışında işlerde çalışmayı önerir. Ancak Uğur bunları duymazdan gelecektir. Bu tür bir aşk Freud (1910) için patolojik bir aşktır, ancak kökenini normal aşkla aynı yerden alır ki bu yer, sevecen duyguların anneye olan çocuksu fiksasyonudur. Yetişkinler için bilinçte anne ahlaksal bir saflık içindeymiş gibi görünse de “cinsel ilişki ayrıcalığını kendisine değil babasına sunduğu için annesini bağışlamaz ve bunu bir sadakatsizlik eylemi” (s. 226) olarak değerlendirir (Freud, 1910). Aşk nesnesinin kurtarılması fantezisi ise yalnızca anneye değil, anne ve babayla olan bir karmaşaya da işaret eder. Freud (1910), çocuğun yaşamını anne babasına borçlu olduğunu, ya da “annenin ona bir yaşam verdiğini” (s. 227) duyduğunda sevecenlikle, güç elde etme dürtülerinin birleşeceğini ve anne babaya bu borcu ödemek zorunda olduğunu düşüneceğinden bahseder: “Babamdan hiçbir şey istemiyorum. Ona neye mal olduysam geri vereceğim.” (s.227). Bu noktada babaya yönelik tehlikeden kurtarma ve onu yaşatma düşlemi oluşacak, bu yolla oğlan babayla

özdeşleşecektir. Âşık olunan kadının aşk nesnesi de burada bir baba figürü yerini alır. Bekir için Zagor böyle bir babanın simgesidir. Bekir aynı zamanda Uğur'a olan aşkıyla birlikte Zagor'un da kurtarıcısı olarak sahnede yer alır. “Kader” filminde Zagor'un avukatı için gerekli parayı Bekir bulacaktır, gittikleri her şehirde Zagor'a hapisane şartlarında da olsa bir konfor sağlamanın aracı olacaktır. “Masumiyet” filminde bu durum bir zincirleme görünüme bürünür. Bu filmde Bekir'in ölümünden sonra onun yerini onunla özdeşleşen Yusuf alacaktır. Bu bağlamda Yusuf, Bekir'in “koruyuculuk” rolünü üstlendiği gibi, Bekir ile olan ilişkisinde onun arzu ettiği kadının peşine düşerek, bir nevi ensest yaşasını çiğneyerek, babasal konuma talip olacaktır. Ancak bu durum giderek tekensiz bir sona dönüşecektir.

“Masumiyet”in “Kader”i

Sonuç olarak bu çalışmada mazoşizm, melankoli ve aşk örgütlenmeleri bağlamında ele alınan “Masumiyet” ve “Kader” filmleri psikanalitik anlamda bir üçgenleşme, ödipal sorunsal ve fallus kavramlarının değerlendirmesini hak eder görünmektedir. Kadın ruhsallığının anlaşılmasındaki güçlüklerden neredeyse tüm metinlerinde söz eden Freud (1910) bir yandan da “Erkeklerin Yaptığı Özel Bir Nesne Seçimi (Aşkın Ruhbilimine Katkıları I)” çalışmasında kadın erkek ilişkisinin kökenlerini kıskançlık ve bir üçüncünün varlığında ortaya çıkan aşk ilişkisi bakımından anlamaya çalışmaktadır. Mazoşizm ise bu ilişkinin yaşanma biçiminde her iki filmde de kendisini göstermektedir. Acı veren bir ilişkinin sürdürülmesindeki ısrar filmlere hâkim durumdadır. Bu bağlamda karakterlerin aşklarının mazoşistik yanı vurgulanmıştır. Benliğe yatırımın azalması ve ötekine yatırımın artması, aynı zamanda da bu ötekinin bir kayıp duygusunu yaratan biri olması, melankolik duygulanımın da karakterler üzerindeki yoğunluğunu göz önüne sermektedir.

““Masumiyet”” filmi, yani hikâyenin öncesi Yusuf'un gözünden anlatılır. Yusuf, bir namus cinayeti sonucu hapse girmiştir ve cezası bitmesine rağmen özgür kalmak istememektedir. İçeride o kadar uzun kalmıştır ki dışarıda ne yapacağını bilmez bir haldedir. Karakter, bir katil olmasına rağmen aynı zamanda seyirciye “Masumiyet”i ve saflığıyla da sunulmaktadır. Yusuf'un “Masumiyet”i, içindeki şiddetin perdesi gibidir. “Masumiyet”in arkasındaki korkunç gerçekte aşığın öldürülmüş, dilinden vurulup sözsüz ve sessiz kılınmış, kocası tarafından işkence gören bir abla yatmaktadır. Kadınların cinselliği bu erkeklere hep fazla gelmiş gibidir. Baltalar, bu cinsellik karşısında tüm keskinliğiyle oradadır. Uğur cinselliği, dirayeti ve kararlılığıyla her iki filmde de gücü elinde bulunduran yani fallik olan karakterdir. Ablasının yasak aşkını öldürerek cinselliğini de bir biçimde yok eden Yusuf, cinsel ve fallik Uğur'u neredeyse sahiplenmiş, Bekir öldükten sonra yeni Bekir olarak sahnede yerini almıştır: “Âşık oldum abla, görmüyor musun?” (Demirkubuz, 1997, 1:12:45). O da aynı Bekir gibi Uğur'a

âşık olmaktadır. Öyleyse söylemindeki “abla” kimdir, gerçek olmayan bir kardeşlik söylemi, ödipal arzuyu mu gizlemektedir? Âşık olunan kadınlar “ahlaksız”, başkalarına aşık kadınlardır ve onların “yasal sahip” (Freud, 1910, s. 221) kocaları erkekliklerine gelen zevali ancak şiddetleriyle dindirmeye çalışmaktadırlar. Aslında fallik olan kadınlarken, erkekler pasif bir biçimde onların hülyaları peşinde yaşamlarını mı yitirmektedirler? Bir diğer ifadeyle fallik gücü ve otoriteyi elinde bulunduran, kural koyan kadınlar mı olmaktadır? Uğur’unda ölünenler de bu kadınlar mıdır?

Bekir: "Herkesin inandığı bir şey vardır bu amına koduğumun hayatında. Benimkisi de sensin ne yapayım?"

(Demirkubuz, 2006, 1:35:07)

*O sözler ki acıdır
mapushane avlularında
demirli kırbaçlar gibi şaklar
o sözler ki sırasında
çiçek açmış bir nar ağacıdır
dağ ufkuna vuran deniz aydınlığı
sırasında gizemli bıçaklar
o sözler ki
imgelem sonsuzluğunun
ateşten gülüdürler
kelebek çarpıntılarıyla doğarlar ölürler
o sözler ki kalbimizin üstünde
dolu bir tabanca gibi
ölüp ölesiye taşırız
o sözler ki bir kere çıkmıştır ağızımızdan
Uğur’unda asılırız.*

(Atilla İlhan, 2003, s.32)

Kaynakça

- Abrevaya, E. (2013). Kadınlığın uzun ve dolambaçlı yolu. İstanbul: Bağlam Yayınları.
- Bion, W. R. (1962). A theory of thinking. In *Second Thoughts*. (p. 110-119) New York: Aronson, (1967).
- Coen, S. J. (1981). Sexualization as predominant mode of defense. *Journal of The American Psychoanalytical Association*, 29(4), 893-920.
- Demirkubuz, Z. (Yönetmen/Senarist). (1997). Masumiyet [Film]. Türkiye: Mavi Film.
- Demirkubuz, Z. (Yönetmen/Senarist). (2006). Kader [Film]. Türkiye: Mavi Film/Inkas Film.
- Faimberg, H. (2005). Après-coup, *International Journal of Psychoanalysis*, 86, 1-6.
- Freud, S. (1910). Erkeklerin yaptığı özel bir nesne seçimi (Aşkın ruhbilimine katkıları I). (E. Kapkın, Çev.), *Cinsellik üzerine içinde* (s.231-248). İstanbul: Payel Yayınevi (2006).
- Freud, S. (1915). The Unconscious. (J. Strachey, Trans.). In *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XIV (1914-1916): On the History of the Psycho-Analytic Movement, Papers on Metapsychology and Other Works*, (p. 159-215), Hogarth Press: London. (1975).
- Freud, S. (1917). Yas ve melankoli. (E. Kapkın & A. Tekşen Kapkın, Çev.), *Metapsikoloji içinde* (s.237-260). İstanbul: Payel Yayınevi (2013).
- Freud, S. (1918). Bekaret tabusu. (E. Kapkın, Çev.), *Cinsellik üzerine içinde* (s.249-270). İstanbul: Payel Yayınevi (2006).
- Freud, S. (1918). From the History of an Infantile Neurosis. (J. Strachey, Trans.). In *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XVII (1917-1919): An Infantile Neurosis and Other Works*, (p.1-124) , Hogarth Press:London. (1955).
- Freud, S. (1919). The uncanny. (J. Strachey, Trans.). In *The Standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud, Volume XVII (1917-1919, An Infantile Neurosis and Other Works* (p. 217-256). Hogarth Press:London. (1955).
- Freud, S. (1924). Mazoşizmin ekonomik sorunu. (E. Kapkın & A. Tekşen Kapkın Çev.), *Metapsikoloji içinde* (s. 391-406). İstanbul: Payel Yayınevi (2013).
- Güler, N. (2012). Zeki Demirkubuz sinemasında toplumsal cinsiyet. *Sinecine: Sinema Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 29-54.
- İlhan, A. (2003). Ki. *Bir Avuç Kıvılcım* içinde (s.32) , İş Bankası Kültür Yayınları Baskı Ekim 2019, İstanbul.
- Lacan, J. (1949). The Mirror Stage as Formative of the I Function as Revealed in Psychoanalytic Experience, In *Écrits: The First Complete Edition in English* [trans. Bruce Fink], New York: W.W. Norton and Company, 2006.
- Lacan, J. (1953), Fonction et champ de la parole et du langage en psychanalyse, dans *Écrits*, (p.256) Paris, Seuil.
- Laplanche, J. (2006). *Problématiques VI: L'après-coup- La Nachträglichkeit dans l'après-coup (1990-1991)*, (p. 33-35) Paris, PUF.

Rosenberg B. (1982). (Erotogenic) Masochism and the Pleasure Principle, (Birksted-Breen D., Flanders S., Gibeault A. Ed.), In *Reading French Psychoanalysis* (p. 516-527). London: Routledge.

Terbaş. Ö. (2012) Giriş: Sine-masal dil ve psikanalitik eleştiri, Ö. Terbaş (Ed.), *Sinema ve Psikanaliz*, içinde (s. 1-9). İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.

Saraç, I. G. (2018), *Tekrarlayan şiddet öyküsü bulunan kadınlarda kendine zarar verme eğiliminin projektif testlerle değerlendirilmesi*, (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi), İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.

Winnicott, D. W. (1965). *The maturational processes and the facilitating environment: Studies in the theory of emotional development*. London: Hogarth Press.

Yılmaz, M.; Adıgüzel E. (2017). Toplumsal sorunlardan bireyin dünyasına Zeki Demirkubuz Sineması, *Akdeniz Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, 28, 241-272.

Masochism, Melancholy, and Love: A Psychoanalytic Study of the Movies of Innocence and Destiny

Summary

In the cinema of Zeki Demirkubuz, various difficulties such as the characters' anxiety, inner uneasiness, insecurity and tendency for betrayal are seen as the factors that give profundity to his movies. In this study, the theme of love and the relationships of the characters in Zeki Demirkubuz's movies "Innocence" (1997) and "Destiny" (2006), which were filmed subsequently, will be discussed psychoanalytically. The relations of the three characters Uğur, Bekir and Yusuf and their oscillation on the axis of masochism and melancholy are evaluated jointly.

The uncanny is ever-present in Demirkubuz's cinema. This is exemplified by the doors that are never closed in the two movies. Doors that cannot be closed or ones that are opened unexpectedly with a creaking sound create an uncanny atmosphere and incite anxiety in the audience. In Freud's work in 1919, the uncanny (*unheimlich*) refers to the unfamiliar, ominous, outside of the home, and this uncanny feeling does not contain only negative elements. It is not only the absence of familiarity that causes anxiety and fear- but the emergence of a hidden and forgotten familiarity. In other words, it is the alienation of what was once familiar and known; it is the return of the repressed. At the same time, the emphasis on doors in these films suggests Winnicott's (1965) concept of holding and Bion's (1962) containment functions. This door metaphor emphasizes the lack of secure containment and permeability of boundaries.

Female characters in Demirkubuz's movies bravely pursue their desires, but their desires are always about a man (Yılmaz ve Adıgüzel, 2017)2017. Uğur is also a woman whose traumatic life draws attention. In *Innocence*, Uğur is searching for a man to lean on, and in *Destiny* audience meets her bedridden father. There is a passive father who is sick, and on the other hand, there is an active mother who says "I am here" with her sexualized body. In this mother-daughter relationship, it seems that the intergenerational difference is almost non-existent. Complex object relationships prevail for Uğur; her roles are complex and boundaries are permeable. Uğur's resemblance and identification with her mother draw attention. It can be said that she uses sexualization by emphasizing her femininity, just like her mother. Also, the paternal function loses its function in a highly conflicting psychic since Uğur has a castrated father. Her father seems to be ineffectual in Uğur's life and this affects Uğur's object choices as she pursues a lover Zagor just like her father.

At the beginning of the movie "Destiny" before meeting Uğur, Bekir seems like he is bored. Bekir in "Destiny", Yusuf in "Innocence", sink into Uğur's bad luck, as if they choose

suffering rather than boredom. They are in pain of not being able to get close to their object of desire. The conflict within the ego, in which melancholia replaces the struggle over the object, is so major that it appears as a "painful wound" (Freud, 1917, p. 259). This also reveals the masochistic dynamics in the relationships of the characters. Relationships either start with destructiveness or lead to destructiveness.

Freud (1924) mentions that masochism is observed in three ways: erotogenic, feminine, and moral masochism. It is possible to talk about feminine masochism for Bekir. Bekir sacrifices his life for the sake of his obsessive love for Uğur. The male characters in the movies are in an "impotent" and helpless position in the face of women. In the movie Innocence, Yusuf, who somehow destroyed his sister's sexuality by killing her forbidden love, almost owned the sexual and phallic Uğur, and after Bekir died he took his place on the stage as the new Bekir. The chained identifications of the characters and the endless pursuit of their desires confuse what is destiny or choice, who is guilty or innocent. Consequently, these two films deserve an evaluation of the concepts of triangulation, oedipal complex, and phallus in psychoanalytic terms. Freud, who mentions the difficulties in understanding female sexuality and psyche in almost all his studies, also tries to understand the origins of female-male relationships in his contributions to the theory of love in terms of jealousy and the love relationship that occurs in the presence of a third.