

Psikolojik Danışma Sürecindeki Terapötik Beceri ve Koşulların Metin Analizi Yöntemiyle İncelenmesi: “In Treatment” Dizisi

Oğuzhan YILDIRIM* 
Yücel ÖKSÜZ** 

ÖZ

Film ve dizilerde canlandırılan psikoterapi sahneleri aracılığıyla terapötik süreçleri ve müdahaleleri incelemek, kuramları farklı perspektiften analiz etmek ve bunları psikolojik danışman eğitiminde kullanmak mümkündür. Bu çalışmada terapi sahneleri bakımından zengin veriler sunan “In Treatment” dizisinde kullanılan terapötik becerilerin ve sağlanan terapötik koşulların metin analizi yöntemi ile incelenmesi amaçlanmıştır. Nitel araştırma yönteminin kullanıldığı bu çalışmada elde edilen veriler betimsel analize tabi tutulmuştur. Veriler analiz edildiğinde terapistin en sık başvurduğu becerinin kişiselleştirme becerisi en çok sağlanan terapötik koşulun ise ilişkinin şimdi ve buradahlığı olduğu görülmektedir. Bunun yanında terapistin konuşmaya açık davet, kendini açma, bağlama, koşulsuz kabul, yüzleştirme, yansıtma, somutlaştırma, saydamlık, yapılama, empati, özetleme, amaç belirleme, bilgilendirme ve sessizlik beceri ve koşullara da başvurduğu saptanmıştır. Danışanın ise terapistte yoğun bir direnç gösterdiği, eşi, çocuğu, babası ve yakın arkadaşı ile yaşadığı ilişki ve sorunlarından bahsettiği, yer yer kendi hakkında içgörü kazandığı ancak çoğunlukla farkındalık kazanmaktan kaçındığı, kimi zaman terapist ile sorunlar yaşadığı ve son olarak terapiyi yarıda bıraktığı görülmektedir. Filmlerde yer alan terapi sahnelerinin analiz edildiği bu araştırmalar eğitim sürecinde, yaşanan problemleri somutlaştırmada ve profesyonellere çeşitli bakış açıları kazandırmada alanyazına çok büyük katkılar sunmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Terapötik Beceriler, Terapötik Koşullar, Metin Analizi, Dizi Film.

Investigation of Therapeutic Skills and Conditions in Psychological Counseling Process with the Method of Textual Analysis: “In Treatment” Tv Series

ABSTRACT

Through the psychotherapy scenes in movies and TV series, it is possible to examine therapeutic processes and techniques, to analyze theories from different perspectives and to use them in psychological counseling training. In this research, the “In Treatment” series, which presents rich data in terms of therapy scenes, was examined. Qualitative research method was used in the study. Descriptive analysis was performed on the data obtained in the research. It is seen that he sometimes gains insight about himself, but mostly avoids gaining awareness, sometimes he has problems with the therapist and finally drop out. According to the findings of the study, it was seen that the personalization skill and the relational immediacy condition were mostly used. Other skills and conditions are: invitation to talk, self-disclosure, the here and now in the relationship, binding, unconditional acceptance, confrontation, reflection, concretization, transparency, informing, empathy, summarizing, goal setting, informing, and silence. The client has generally had intense resistance to the therapist. The client, who talked about his relationship and problems with his wife, child, father, close friend, gained insight about himself, but mostly avoided gaining awareness. In the following process, the client experienced problems with the therapist and left the therapy. The series was analyzed by textual analysis method in terms of the therapeutic skills and therapeutic conditions used by the therapist.

Keywords: Therapeutic Skills, Therapeutic Conditions, Textual Analysis, Tv Series.

1. Giriş

Psikolojik danışma; bireylerin kültür, cinsiyet, yaşam tarzı gibi özelliklerini göz önünde bulundurarak genel bir uygulama ve sağlık hizmeti sunmayı, güçlü yönlerini ortaya çıkarmayı ve kişilerarası ilişkilerine

* **Corresponding Author/Sorumlu Yazar**, Dr./Ph.D., Milli Eğitim Bakanlığı/Ministry of Education, oguzhanyildirim.pdr@gmail.com

** Prof. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi/Ondokuz Mayıs University, yoksuz@omu.edu.tr

Makale Gönderim ve Kabul Tarihleri/Article Submission and Acceptance Dates: 01.08.2023-03.11.2023

Citation/Atf: Yıldırım, O., Öksüz, Y. (2023). Psikolojik danışma sürecindeki terapötik beceri ve koşulların metin analizi yöntemiyle incelenmesi: “in treatment” dizisi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 52, 19-32. <https://doi.org/10.52642/susbed.1335920>



odaklanmayı amaçlayan profesyonel bir psikolojik yardım alanıdır (APA, 2008). Psikolojik danışmada danışan herhangi bir probleme sahip kişi olarak tanımlanırken psikolojik danışman bu problemi çözüme danışana yardımcı olan uzman olarak ifade edilmektedir. Psikolojik danışma süreci ise danışanın sorununu çözmeyi amaçlayan etkileşime dayalı bir ruhsal yardım oluşumu olarak kavramsallaştırılmaktadır (Baloğlu & Tan, 2006).

Ruh sağlığı alanında yaşanan yeni gelişmeler sayesinde insan psikolojisine iki yönlü bir bakış açısı hâkim olmaya başlamıştır. Kişilerin rahatsızlıkları ile gelişimlerini dikkate alan bu düşünceye göre ruh sağlığının patoloji ve pozitif olmak üzere iki odağı bulunmaktadır (Hefferon & Boniwell, 2011). Psikolojik danışma sürecinin her iki odak açısından da etkili ve faydalı olması için bazı ilkelerin göz önünde bulundurulması gerekmektedir. Bu ilkeler; psikolojik danışmanlık hizmetinde bireyin özel ve biricik olduğu ve yaşamı hakkında karar verme hakkına sahip olduğu anlayışını benimsemek, bireyi merkeze alarak kendini gerçekleştirmesini desteklemek, tüm bireylere yönelik olmak, işbirliğinin önemini bilmek ve bunu uygulamak, bireylerin ihtiyaçlarını ve amacını göz önünde bulundurmak, bireye saygı duymak ve bireysel farklılıkları dikkate almak, planlı, sistematik ve programlı bir biçimde profesyonel kişiler tarafından sunmak, gönüllülük ve gizlilik ilkesiyle hareket etmek, bilimselliği esas almak, psikolojik danışma sürecinde danışanın sorunlarını çözüme yardımcı olmak ve bireyin çevresindeki önemli kişileri de sürece dâhil etmektir (Ercan & Şahin, 2019);(Eryılmaz & Mutlu, 2019).

Psikolojik danışma sürecinin en önemli amaçlarından biri danışanın yaşantıları, duyguları, düşünceleri ve kendisi hakkında farkındalık kazanmasını sağlamaktır. Bu farkındalık düzeyi ne kadar arttırılırsa danışma süreci o kadar faydalı ve etkili olur (Akdoğan & Türküm, 2014). Psikolojik danışma sürecinde terapötik uyumu, işbirliğini, iletişimi bozan birçok engel de söz konusudur. Bu engellerden biri danışandan gelen direnç tutumudur. Çözüme direnen danışanlar sorun ve çözüm noktasında farkındalık kazanmaktan kaçınma özelliği gösterirler (Özer, 2017; Tuna, 2019). Direncin panzehiri ise terapötik ittifak olarak düşünülebilir. Terapötik ittifak ve iş birliği terapi sürecinin nasıl ilerleyeceği ve sürecin başarılı olup olmayacağı konusunda en büyük etkenlerden biridir (Yıldırım, 2020). Son dönemlerde ise terapötik ittifakın farklı yönlerini inceleyen araştırmaların sayısı gittikçe artmaktadır (Martin vd., 2000). Psikolojik yardım sürecinde danışanların sorunlarıyla baş etmelerini ve potansiyellerini ortaya koymalarını sağlamak amacıyla psikolojik danışmanlar belli terapötik becerileri kullanmakla ve terapötik koşulları sağlamakla sorumludurlar. Bu terapötik beceriler ve terapötik koşullar aşağıda sunulmuştur.

1.1. Terapötik Beceriler

- *Konuşmaya açık davet.* Danışanların kaygı, yaşantı, duygu ve düşüncelerini daha iyi anlayabilmek için 5N 1K (ne, nerede, nasıl, neden, ne zaman ve kim) sorularını yöneltmektir. Danışanın kendisini daha iyi ifade edebilmesi hem açık hem de kapalı uçlu sorular kullanılsa da, daha fazla bilgi almayı teşvik etmek için açık uçlu sorular çoğu zaman daha etkili olmaktadır.

- *Yansıtma.* Duygu ve içerik yansıtması olarak ikiye ayrılan yansıtma becerisinde danışanın duyguları, düşünceleri ve ifadeleri tanımlanarak danışana tekrar göstermek amaçlanır.

- *Asgari düzeyde teşvik.* Psikolojik danışmanlar danışanların kendilerini ve sorunlarını daha fazla anlatmalarını teşvik etmek amacıyla "hı-hı", "evet", "seni dinliyorum" gibi ifadeler kullanırlar. Bunun yanında danışmanlar baş sallamalarla, tek kelimeden oluşan sorular ve özü veren anahtar sözcüklerle danışanı konuşmaya sevk ederler.

- *Kişiselleştirme.* Psikolojik danışmanın yansıtma becerisinden bir adım daha öteye giderek danışanın anlattıklarından çıkarımda bulunmasıdır. Danışanın amacının, sorunlarının ve anlamlarının kişiselleştirilmesi danışanların sorunlarını sahiplenmelerine ve sorunlarının çözümündeki rolleri için sorumluluk almalarına katkı sağlayacaktır.

- *Kendini açma.* Psikolojik danışmanın kendi yaşantı ve duygularını danışan ile paylaşmasıdır.

- *Özetleme.* Psikolojik danışma sürecinin tamamının veya belli bir kısmının duygu ve içerik yansıtmalarıyla danışana özetlenmesidir.

- *Yüzleştirme.* Psikolojik danışmanın danışanda gözlemediği tutarsızlıkları danışana göstermesidir. Bu beceriyi kullanmadan önce danışan ile güvene dayalı bir ilişkinin kurulduğundan emin olunmalıdır.

- *Bağlama*. Psikolojik danışmanın danışanın önceki paylaştıkları ve yaşantıları ile o anda paylaştıkları ve yaşantıları arasında bağlantı kurması ve bağlantıyı danışana göstermesidir.
- *Yapılama*. Genellikle danışma sürecinin başında kullanılan bu beceri psikolojik danışma süreci ve kuralları hakkında danışana bilgi vermeyi içerir (Cormier, 2018);(Eryılmaz & Mutlu, 2019);(Voltan-Acar, 2015).

1.2. Terapötik Koşullar

- *Saygı*. Psikolojik danışmanların danışanların özgür birey olduklarını ifade ederek duygularını, düşüncelerini rahatlıkla ifade etmelerine yardımcı olmalarıdır.
- *Empati*. Psikolojik danışmanların dünyayı danışanlarının gözünden algılayıp onlara geri iletmeleri ancak bunu yaparken kendi bakış açılarını kaybetmemeleridir.
- *Saydamlık*. Psikolojik danışmanların danışanlarına karşı samimi ve dürüst olmalarıdır.
- *Somutluk*. Psikolojik danışmanların danışanların problemlerini gerçekçi ve somut bir biçimde ifade etmelerini sağlamalarıdır.
- *İlişkinin şimdi ve buradadır*. Psikolojik danışmanların danışanların duygu ve düşünceleriyle danışma oturumunda yer almalarına ve içinde bulunulan anda yaşamalarına yardımcı olmaktır.
- *Koşulsuz Kabul*. Psikolojik danışmanların danışanlarına getirdikleri sorunlardan bağımsız olarak saygı duymaları ve bireysel farklılıklarını kabul etmeleridir (Eryılmaz, 2019, s.161; Hackney ve Cormier, 2008, s.47; Voltan-Acar, 2015).

Yukarıda yer alan terapötik koşul ve beceriler neredeyse her psikolojik danışma kuramı için önemli bileşenlerdir. Günümüzde ise 400'den fazla psikolojik danışma kuramı bulunduğu kabul edilmektedir (Işık, 2019). Bu kuramlara ait terapötik süreç ve kavramların farklı perspektiflerden incelendiği çeşitli araştırmalar mevcuttur. Boyacı ve İlhan (2016) tarafından yapılan araştırmada *Good Will Hunting /Can Dostum* filmi bilişsel davranışçı terapi yaklaşımı bağlamında incelenmiş ve süreç ile diyaloglar BDT'nin temel kavramları üzerinden aktarılmaya çalışılmıştır. Benzer şekilde *What's Eating Gilbert Grape/Gilbert'in Hayalleri* isimli film Bozdağ (2018) tarafından aile terapileri ışığında analiz edilmiştir. Derin ve Voltan-Acar (2016) da analitik terapi bağlamında *The Dangerous Method/Tehlikeli İlişki* filmi incelemiş ve bu araştırmanın psikolojik danışman eğitiminde öğrencilere ve öğreticilere materyal görevi göreceğini ifade etmişlerdir. Bu araştırmalar psikolojik danışman eğitimi ve mesleki kimlik gelişiminde film ve dizilerin önemli bir rol oynadığını kanıtlar niteliktedir. Kağnıcı (2015) psikolojik danışman eğitiminde film analizinin psikolojik danışman adaylarında sorgulama, farkındalık, empati, hak savunuculuğu ve cinsel yönelim gibi konularda duyarlılık kazandırdığını dile getirmektedir.

Bu araştırmada da *InTreatment* dizisi terapötik beceriler ve terapötik koşullar açısından incelenmiştir. Home Box Office (HBO) yapımı olan ve 2008 yılında yayımlanmaya başlayan dizi üç sezon sürmüştür. Yarım saatlik bölümler halinde çekilen dizi Dr. Paul Watson'un farklı danışanlar ile yürüttüğü psikoterapi seanslarını içermektedir. Drama türünde olan dizinin IMDB puanı 8.3'tür. Bu araştırmada dizinin birinci sezonunda yer alan Alex isimli danışan ile yürütülen yedi oturumluk terapötik süreç incelenmiştir. Araştırmada bu danışanın ele alınma nedeni terapötik süreç açısından zengin veriler sunması olarak açıklanabilir. Dizi boyunca birden fazla danışanın hikâyesi konu edinilmiştir. Dolayısıyla her bölümde farklı bir danışanın seansı yer almaktadır. Bu araştırma incelenen Alex isimli danışanın seanslarının yer aldığı bölümler sırasıyla 2, 7, 12, 17, 22, 26 ve 31. bölümler olduğundan araştırmaya bu bölümler dâhil edilmiştir.

2. Yöntem

2.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma psikolojik danışma sürecinde başvuru alan terapötik beceri ve koşulların metin analizi yöntemiyle incelendiği nitel bir çalışmadır. Metin analizinde kullanılan veriler film, belge, web sitesi ve gazetelerden toplanabilir. Disiplinler arası bir yöntem olan metin analizi psikoloji alanında da kullanılmaktadır (Smith, 2017). Terapötik süreçlerin incelendiği bilimsel araştırmalarda video ve filmlerin kullanılması oldukça etkili ve yararlı olmaktadır. Filmlerde danışanların çeşitli sorunlarının üstesinden gelmelerine yardımcı olmada ve profesyonellere yol göstermede büyük katkılar sunmaktadır (Dermer & Hutchings, 2000). İncelenen "In Treatment" dizisi amaçlı örnekleme yöntemiyle seçilmiştir. Bu dizinin

seçilme nedeni terapötik beceri ve koşullara ilişkin zengin içerik barındırmasıdır. Bu çalışmada, görsel ve işitsel veri sağlayan dizi sahneleri ayrıntılı olarak analiz edilmiştir. Elde edilen veriler, araştırmacılar tarafından betimsel analize tabi tutulmuştur. Nitel araştırmalarda etkili veriler sunan film, video, fotoğraf gibi dokümanlar çeşitli duyulara hitap ettiği için araştırmanın güvenilirliğini de arttırmaktadır (Yıldırım & Şimşek, 2013).

2.2. Veri Analizi

Araştırmada dizi sahneleri, psikolojik danışman bakış açısı ve yetkinliği ile izlenmiştir. Dizide yer alan terapi sahnelerinde terapistin başvurduğu beceri ve koşullar tespit edilmiş ve sahne dakikaları ile not defterine aktarılmıştır. Not olarak aktarılan veriler arasındaki benzerlikler ortaya çıkarılmış ve benzer beceri ve koşullar bir başlık altında toplanmıştır. Bu şekilde işlenen tüm veriler analiz edilerek araştırmanın bulgular kısmında sunulmuştur. Tespit edilen tüm psikolojik danışma beceri ve koşulları alıntılama ile ve diyaloglarla desteklenerek ilgili bölüm ve dakikalarıyla birlikte bulgular kısmında sunulmuştur.

2.3. Geçerlik ve Güvenirlik

Nitel araştırmalarda veri toplama ve analiz etme sürecinde alınan bazı tedbirler ve kullanılan stratejiler çalışmanın geçerlik ve güvenilirliğini arttırmaktadır. Mevcut çalışmanın geçerlik ve güvenilirliğini arttırmak amacıyla araştırmacılar belli başlı stratejilere başvurmuşlardır. Araştırmacılar veri toplama esnasında esnek davranmaya çalışmış ve verileri not ederken sorgulayıcı bir tutum sergilemişlerdir. Verilerin analizi kısmında ise verilerin nasıl raporlandığına ve doğrudan alıntılara ayrıntılı biçimde yer vermişlerdir. Alınan bu tedbirlerin nitel araştırmalarda geçerlik ve güvenilirliği arttırmada etkili olduğu kabul edilmektedir (Johnson & Christensen, 2014).

2.4. Etik Onay

Araştırmanın başlangıcından sonuna ve verilerin toplanmasından analizine kadar olan tüm süreçte *Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi* kapsamında uyulması gereken tüm kurallara uyulmuştur. Bu yönergenin devamında yer alan *Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiğine Ayrıntılı Eylemler* kısmında belirtilen eylemlerden ise kaçınılmıştır. Çalışmanın her evresinde bilimsel, etik ve alıntı kurallarına uyulmuş; toplanan veriler üzerinde herhangi bir tahrifat yapılmamıştır. Bu araştırma etik kurul onayı gerektirecek şekilde veri toplama süreci içermediğinden etik kurul onayı alınmamıştır.

3. Bulgular

Araştırma kapsamında incelenen dizide psikoterapistin kullandığı beceriler ve sağladığı terapötik koşullar birey merkezli psikolojik danışma perspektifinden incelenmiş ve görülen beceri ve koşullar Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1. In Treatment Dizisinde Tespit Edilen Terapötik Beceriler ve Terapötik Koşullar

	f	%		f	%
Kişiselleştirme	14	18.6	Yansıtma	4	5.3
Konuşmaya açık davet	9	12	Saydamlık	3	4
Şimdi ve burada	7	9.3	Yapılama	3	4
Kendini açma	6	8	Empati	2	2.7
Bağlama	6	8	Özetleme	2	2.7
Somutlaştırma	5	6.7	Amaç belirleme	2	2.7
Koşulsuz kabul	4	5.3	Bilgilendirme	2	2.7
Yüzleştirme	4	5.3	Sessizlik	2	2.7

Tablo 1'de yer alan veriler incelendiğinde terapistin en sık başvurduğu becerinin *Kişiselleştirme* becerisi (n=14) olduğu görülmektedir. Bunun yanında terapistin *Konuşmaya açık davet* (n=9), *İlişkinin şimdi ve buradığı* (n=7), *Kendini açma*, *Bağlama* (n=6), *Somutlaştırma* (n=5), *Koşulsuz kabul*, *Yüzleştirme*, *Yansıtma* (n=4), *Saydamlık*, *Yapılama* (n=3), *Empati*, *Özetleme*, *Amaç belirleme*, *Bilgilendirme* ve *Sessizlik* (n=2) beceri ve koşullara da başvurduğu saptanmıştır.

3.1. Oturum 1 (2. Bölüm)

Amerika Birleşik Devletleri donanmasında savaş pilotu olarak görev yapan Alex evli ve iki çocuk babasıdır. Kendisini *Medrese Katili* olarak tanımlayan Alex Bağdat'ta 16 masum çocuğu bir hava saldırısında öldürdüğünü söylemektedir. Görev sırasında kendisine bombalandığı yerin bir sığınak olduğu bilgisi verilse de oranın bir sığınak olmadığını, Irak'ta kimliğinin açığa çıktığını ve herkesin kendisini öldürmek istediğini ifade etmektedir. Yaşadığı bu olayın ardından psikoterapi hizmeti almaya karar verdiğini belirtmektedir. Terapist ile danışan yapılan ön görüşmenin ardından Salı günleri saat 10:00'da seansları sürdürme konusunda anlaşmışlardır. Sürecin başından sonuna kadar geçen sürede danışan ile terapist arasındaki diyaloglar ve psikoterapistin kullandığı terapötik beceri ve koşullar aşağıda sunulmuştur.

2:12.dk - Danışanın en iyi terapisti aradım ve sizi seçtim cümlesinin ardından terapist danışana "En iyi terapist olmak ne demek?" diye bir soru yöneliyor (*Somutlaştırma*)

4:20.dk - Terapist "Bana neden geldiniz?" diyerek terapinin amacını belirlemeye yönelik soru soruyor. (*Amaç Belirleme*). Danışan "Tamam yavaşlayalım oraya geleceğiz" diye yanıt veriyor (Direnc).

5:00.dk - Danışan 16 çocuğun öldüğü saldırıda hiç pişman olmadığını ve görevini yaptığı için huzurlu olduğunu söylüyor.

Çocukların ölümünü nasıl duyduğu ve neler hissettiği üzerine konuşuluyor ve terapist bu saldırı nedeniyle danışanı yargılamıyor (*Koşulsuz Kabul*). Ardından danışan bunu düşünecek vaktinin olmadığını ve çok meşgul olduğunu söylüyor. Terapist ise "Ne tür işler bunlar" diyerek anlatmasını istiyor? (*Konuşmaya Açık Davet, Somutlaştırma*)

6:55.dk - Danışan işlerin yoğunluğunu düşününce annesinin ölümünü hatırlıyor. Babasının bu ölümün ardından kalan yoğun işlerle uğraştığını söylüyor. Ancak çok geçmeden evlendiğini de ifade ediyor.

7:40.dk - Terapist bu evliliğin danışanı nasıl etkilediğini soruyor (*Konuşmaya Açık Davet*) Danışan şaşkınlık yaşadığını söylüyor.

Terapist danışanın uçuş görevini konuşurken annesinin ölümünü hatırlamasına odaklanıyor. Danışan önemsemiyor ve konuyu değiştirmeye çalışıyor (Direnc).

Danışan görevden hava değişimi için geldiğini ve eşcinsel olan arkadaşı Daniel ile sıklıkla koşu yaptığını söylüyor.

8:55.dk - Danışan yakın zamanda çok koştuğu için kalp krizi geçirdiğini ve kalbinin durduğunu anlatıyor. Yüzde 2.7'lik bir yaşama şansının olduğunu ve iyileştiğini ifade ediyor. Karısının ve babasının kendisinin ölmesini beklediğini söylüyor.

10:55.dk - Terapist: "Hayata dönerek insanları hayal kırıklığına uğrattığınızı düşünüyorsunuzuz?" (*İçerik yansıtması*)

11:12.dk - Terapist kalp krizi anında aklından neler geçtiğini sorarak anlatmasını istiyor. (*Konuşmaya Açık Davet*)

Danışan dedesinin 92 yaşında öldüğünden ve onu anneannesi banyoda ereksiyon halinde bulduğundan bahsediyor. Buna ölüm ereksiyonu adı verildiğini söyleyen danışan Tanrıya "Ereksiyon olmak istemiyorum lütfen" diye yalvardığını hatırlıyor.

12:30.dk - Terapist kalbi durduğunda kendisine kalp masajı yapan eşcinsel arkadaşı Daniel ile ereksiyon olma korkusu arasında bir ilişki kuruyor. (*Kişiselleştirme*). Alex bunu fazla önemsemiyor ve gülüp geçiyor

Danışan bilincini kaybettiğini ve bunun çok komik bir tabir olduğunu söyleyince terapist araya giriyor. Bunun komik olma sebebini anlatmasını istiyor (*Konuşmaya Açık Davet*).

Danışan babasından bahsetmeye başlıyor.

13:57.dk - Terapist babası ile ilişkisini öğrenmeye yönelik sorular sormaya (*Konuşmaya Açık Davet*) başlayınca danışan sert bir şekilde terapiyi sorgulamaya başlıyor. (Direnc).

Terapist direnc gösteren danışanın konuyu farklı yerlere çektiğini ve kendisini denediğini fark ediyor. Terapist direnci ele alıyor ve bunu açık bir şekilde konuşuyor (*Saydamlık*). Kendisinin iyi bir terapist olup olmadığını nasıl anlayacağını soruyor. Danışan da şimdi anlatacağım konuya vereceğin yanıtla diyor. (*İlişkinin şimdi ve buradlığı*)

Danışan 8 saat dondurucuda kaldığını söyleyince terapist neler hatırladığını soruyor (*Konuşmaya Açık Davet*)

17:42.dk - Terapist danışana kendine öfkeli olduğunu ve vücudunun ona nasıl ihanet ettiğini düşündüğünü söylüyor. (*Kişiselleştirme*)

Danışan insanların başarılı olmasını tamamen Tanrı vergisi olarak tanımlıyor. Kendisini de mükemmel olarak tanımlayan danışan bunu da kadere bağlıyor.

20:00.dk - Danışan terapiye gelme amacının önemli bir konuda tavsiye almak olduğunu söylüyor. "Çocukları öldürdüğüm yere Bağdat'a gidip bakmak istiyorum. Ne düşünüyorsun?" diye soruyor.

Terapist "Bunun sorumluluğunu bana vermek istiyorsun" diyor. (*Kişiselleştirme*)

21:40.dk - Terapist danışana hayatında sahip olduğu sorumlulukları üstünden attığını fark ettiriyor. Mükemmel olmasını yaşama ve kadere bağlaması, Irak'a dönme kararını terapistle sorması ve böyle rahat ettiğini ve kendisini iyi hissettiğini gösteriyor. (*Bağlama, Kişiselleştirme*). "(Hayatında) kararları komutanın veriyor ve sen uyguluyorsun. Kendi hayatının komutanı olmaya ne dersin?" diye bir soru yöneliyor. (*Yüzleştirme*)

"Danışan direnç gösteriyor ve buradan çıkınca hiçbir şeyin değişmeyeceğini biliyorum" diyor. (*Direnç*)

23:51.dk - Terapist o uçuş görevinden sonra bilinçsizce koştuğunu hatırlatarak sanki bir daha göreve dönmek istemiyormuşsun veya yaşananlara dönük bir kefaret ödemek istiyormuşsun gibi geldi bana diyerek danışana soru yöneliyor. (*Kişiselleştirme*).

3.2. Oturum 2 (7. Bölüm)

00:53.dk - Terapist danışana "Geleceğini düşünmemiştim" diyor. (*Saydımlık*)

1:53.dk - "Gelmene çok memnun oldum. Senin adına endişelenmiştim" diyerek samimi davranıyor. (*Koşulsuz kabul*)

Danışan terapiye tekrar gelme nedenini başka bir konuda tavsiye almak olarak söylüyor. (*Amaç*). Bağdat'a gidip geldiğini ve orada yaşadıklarını anlatıyor.

4:44.dk - Terapist danışana "Kurbanlarla yüz yüze gelmek ne hissettirdi?" diye soruyor. (*Konuşmaya Açık Davet*)

4:58.dk - Terapist aynı durumda kendisi olsa korku, suçluluk hissedeceğini diyor (*Kendini Açma*)

6:17.dk - Terapist özetleme yaparak danışanın geçen hafta ve bu haftaki hislerini ve hep huzurlu olduğunu hatırlatıyor. (*Özetleme, Bağlama*)

7:18.dk - Çocuklara yönelik gerçekleştirdiği saldırının ardından herhangi bir duygu yaşamadığını söyleyen danışana terapist kendisinin ölen bir arkadaşının arkasından üzülemediğini anlatarak kendi yaşamından benzer bir örnek veriyor (*Kendini Açma*)

Terapist danışanın duygularını ortaya çıkarmaya çalışıyor. Ölen insanlara yönelik hiçbir duygusunun olmadığını söyleyen danışana, derin hislere sahip olabileceği yönünde duygularını fark ettirmeye yönelik konuşma yapıyor. (*İlişkinin şimdi ve buradalığı*). Danışan ise içinde bulunduğu sistemin duygu mekanizmasını ondan aldığını ifade ediyor.

Terapist danışanın tekrar Irak'a gitme nedenini öğrenmeye çalışıyor.

8:36.dk - Danışan terapistle "Benden zeki olman lazım" diyerek konudan sapmaya çalışıyor. (*Direnç*). Terapist ise şuanda yarışıyor muyuz diye yanıt veriyor (*İlişkinin Şimdi ve Buradalığı*)

8:48.dk - Terapist danışana "Hep mükemmel olmak istiyorsun bu senin için zor olmalı" diyor (*Empati*).

10:40.dk - Terapist hiçbir duygu yaşamadığını söyleyen danışana "Kendi kendine bir şeyler hissetmeliyim dediğin zamanlar oldu mu?" diyor. (*Konuşmaya Açık Davet*)

12:30.dk - Danışan Irak'ta manastırda yaşlı bir adamın kendisine ısrarla baktığını anlatıyor. "Sanki yanlış bir şey yaptığında babamın bana bakması gibi" cümlesini kuruyor.

12:55.dk - Terapist "Hala babandan bahsetmek için erken mi?" diyor (*İlişkinin şimdi ve buradalığı, Bağlama*)

Danışan direnç gösteriyor ve babasının dedesini öldürdüğü anı anlatıyor.

16:20.dk - Danışan bu oturuma eşyle yaşadığı sorunlar için geldiğini ifade ediyor.

20:05.dk - Terapist "Konuşma biçiminden karına çok sinirleniyormuşsun gibi geldi" diyerek danışanın ses tonuna ve hareketlerine vurgu yapıyor. (*İlişkinin Şimdi ve Buradalığı*)

21:59.dk - Terapist danışana "Seni uçmaya ikna etmeye çalışmasından dolayı eşinde seni rahatsız eden bir şeyler var" diyerek eşine yönelik duygularını ortaya çıkarmaya çalışıyor. (*Kişiselleştirme*)

Danışan karısından bahsetmeye başlıyor ve kendisiyle benzer özelliklerinden söz ediyor. Ona âşık olmadığı için evden ayrıldığını dile getiriyor.

24:00.dk - Terapist danışana eşinin kendisinin bir yansıması olarak görüp belki de kendini terk ettiği yorumunu yapıyor. (*Kişiselleştirme*).

Danışan eşine ne söyleyeceği konusunda terapistle konuşuyor.

24:33.dk - Terapist danışana "Kendimi senin daha önceden almış olduğun kararları onaylayan bir kaşe gibi hissettim" diyor (*Kendini Açma*)

24:50.dk - Terapist danışana "Senin burada aradığın kendi büyük kararlarının sorumluluğunu alacak birisi" diyor. (*Kişiselleştirilme*)

3.3. Oturum 3 (12. Bölüm)

00:55.dk - Danışan terapiye bir kahve makinesi ile geliyor ve bunu terapistle hediye ettiğini söylüyor. Terapist bunu kabul edemeyeceğini belirtiyor.

Danışan terapistle başka bir danışanı ile (Laura) tanıştığını söylüyor ve bunun etik bir problem olup olmadığını soruyor. Terapist danışma sürecine yönelik bilgi vererek bunun bir sorun olmayacağını söylüyor (*Yapılama*).

5:58.dk - Terapist terapiye gelme konusunda hala şüpheleri olan danışana "Artık terapiye başladık buraya kahve makinesi getirdin. Çünkü buraya daha çok gelmek ve kendini evinde hissetmek istiyorsun" diyor. (*Kişiselleştirme*)

Danışan evi terk ettiğini ve eşinin bunu hiç umursamadığını söylüyor. Ayrıca eşinin müthiş olduğu yönünde oldukça olumlu şeyler anlatıyor.

9:07.dk - Terapist danışana eşinin mükemmel olduğundan bahsettiğini ancak kendisinin evi terk ettiğinde kendisini hiç umursamadığını hatırlatıyor. (*Yüzleştirme*)

11:40.dk - Terapist çocuk-ebeveyn ilişkileri konusunda danışana bilgi veriyor. (*Bilgilendirme*)

Danışan çocuğunun kendisine değil eşine ve annesine benzediğini söylüyor ve eşi ile annesini anlatıyor.

14:09.dk - Terapist danışanın anlattıklarını kendi cümleleriyle ifade ediyor. "Ailenizdeki kadınların saf, haysiyetli ve kusursuz; erkeklerin ise tam tersi pis ve kendisiyle çelişen kişiler olduğunu söylüyorsun." (*İçerik Yansıtması*)

Danışan terapistle katıldığını ve babasının sevmediği özelliklere sahip olduğunu anlatıyor. Babasının annesini aldattığından ve onu perişan ettiğinden söz ediyor. Terapist ise danışanın anlattıklarının ötesine geçerek evi terk eden danışana "Sen onun aksine doğru olanı mı yapıyorsun?" diyor. (*Kişiselleştirme*)

18:07.dk - Terapist çocukluk döneminde tanık olunan örüntülerin yetişkinlik döneminde bilinçsizce tekrar edilebildiğinden söz ediyor (*Bilgilendirme*). Evliliğe bakış açısının babası ile benzer olduğuna dikkat çekiyor. İkinin de hayran olduğu ama sevmediği kadınlarla evlendiğini ifade ediyor.

3.4. Oturum 4 (17. Bölüm)

1:28.dk - Danışan terapistle bir miktar fazla görüştüğünü söyleyerek terapistin sehпасına ekstra para fırlatıyor.

1:55.dk - Terapist danışana bu tavrından ötürü kendisini küçümsemeye çalıştığını ve böyle davranarak daha iyi hissedip hissetmediğini soruyor (*İlişkinin Şimdi ve Buradalığı*).

3:18.dk - Terapist danışanın kontrolü ele almaya ve kendisini küçümsemeye çalıştığına dikkat çekiyor ve her oturumun başında benzer davranışlarını hatırlatıyor. (*Bağlama*)

5:30.dk - Terapist orduya tekrar giremediğini söyleyen ve buna çok üzülen danışana bunun kolay bir tecrübe olmadığını ifade ederek duygusunu anlamaya çalışıyor. (*Empati*)

6:20.dk - Danışan flört ettiği diğer danışan ile ilgili terapistine yönelik sorular soruyor. Terapist ise terapi süreci hakkında danışana bilgi veriyor (*Yapılama*)

Danışan flört ilişkisinden bahsediyor. Onunla yattıklarını ancak bunu kendi isteğiyle değil Laura'nın oluşturduğu ortamdan ötürü yaptığını dile getiriyor.

15:18.dk - Terapist danışana çaresizlik ve zayıflık duyguları yaşadığını ve küçük düşmüş hissettiğini söylüyor (*Duygu Yansıtması*). Danışanın davranışları ile terapistin başındaki tutumu arasındaki ilişkiyi gösteriyor. (*Bağlama*)

16:20.dk - Danışan görüşmenin ortasında kalkarak konuşmayı yarıda bırakıyor. (Direnc)

17:30.dk - Danışan terapiyi ve terapisti sorgulamaya başlıyor. (Direnc)

18:00.dk - Danışanın terapistte kendisini iyileştirip iyileştiremeyeceğini soruyor ve terapist bu soruya verecek kesin bir yanıtının olmadığını söylüyor (*Saydımlık*)

18:35.dk - Terapist ip üstünde düşmeden geçen adamın hikayesini anlatıyor. Bu metaforu terapi sürecini tanımlamak ve danışanın motivasyonunu vurgulamak amacıyla kullanıyor. (*Yapılama*)

21:56.dk - Terapist danışanı sorunlarının çözümü için kendi kaynaklarına yönlendiriyor ve onu cesaretlendiriyor. Bunu yaparken de danışanı destekleyici bir tutum sergiliyor.

3.5. Oturum 5 (22. Bölüm)

Danışan sevgilisinden (Laura) ayrıldığını söylüyor. Terapistte onunla bir ilişkisinin olup olmadığını soruyor. Terapist ise danışanın bu sorusunu kendi cümleleriyle tekrar ediyor. (*İçerik yansıtması*). Danışan Laura'nın sürekli terapist hakkında konuştuğunu söylüyor.

5:30.dk - Danışan terapistinin kendisine neden farklı baktığını soruyor, terapist ise bunun normal bakışı olduğunu söylüyor (*Kendini Açma*). Ardından terapist bu bakışı ile Irak'taki yaşlı adamın bakışını ilişkilendiriyor (*Bağlama, Kişiselleştirme*)

6:08.dk - Danışan babasının müthiş biri olduğundan bahsetmeye başlıyor ve terapist önceki haftalarda babası hakkında farklı şeyler söylediğine dikkat çekiyor (*Yüzleştirme*). Ardından danışanın babası hakkındaki duygularına odaklanıyor.

7:04.dk - Terapist önceki oturumlarda danışanın babası hakkındaki duygu ve düşüncelerini özetliyor (*Özetleme*).

8:38.dk - Danışan babasının demir gibi olduğunu söylüyor. Terapist ise demir benzetmesi ve babası hakkındaki düşüncelerinden yola çıkarak "Demir gibi güçlü ama bir o kadar soğuk" diyor (*İçerik Yansıtması, Kişiselleştirme, Somutlaştırma*).

11:25- 12:30.dk - Danışan babası hakkındaki konuşma odağını manipüle etmeye çalışıyor (Direnc).

Danışan terapistin özel hayatıyla ilgili sorular soruyor. Terapist odağı danışana çevirmeye çalışıyor. Danışan terapistin eşinin kendisini aldattığını, kızının olumsuz arkadaş çevresinin olduğunu ve babasının huzur evinde kaldığını araştırıp öğrendiğini terapistte söylüyor.

Terapist öfkeleniyor. Danışana tepki gösteriyor ve danışan oturumdan ayrılıyor. (*İlişkinin Şimdi ve Buradahlığı*).

3.6. Oturum 6 (26. Bölüm)

5:30.dk - Terapist danışandan özür diliyor ve yaşananlar hakkında duygularını paylaşıyor. (*Kendini Açma*)

7:32-14:20.dk - Danışan Irak'ta iki savaş uçağının birbirini kovaladığı rüyasından bahsediyor. Terapist uçakların pilotlarının kim olduğunu soruyor. (*Somutlaştırma*) Terapist kendisinin veya babasının olabileceğinden söz ediyor (*Kişiselleştirme*). Terapist "Sen sürüyorsan neden öndeki uçağı vurmuyorsun?" diye soruyor danışan ise "Belki o kadar da kötü biri değildir" diye yanıt veriyor. Ardından sessizlik oluyor (*Sessizlik*) ve danışan eşcinsel olabileceğini söylüyor. Vurmadığı uçak pilotunun kendisine ait eşcinsel duygular olabileceğini fark ediyor. Bunun gerçek olması durumunda babasının tüm teorilerinin gerçek olduğunu ifade ediyor. (*Babasının teorisi: Kadınlar ve eşcinseller terapiye gider*). Terapist eşcinsel olduğunu düşünen danışanını yargılamadan yanında olduğunu hissettiriyor (*Koşulsuz Kabul*).

16:50.dk - Danışan Hava Kuvvetlerine girmeyi babasına rağmen istediğini ve bunu başardığını anlatıyor. Terapist bu mesleği kendisinin seçmediğini hayatın onu yönlendirdiğini söylediğini hatırlatıyor (*Yüzleştirme*).

19:00-22:00.dk - Terapist danışana babasıyla olan ilişkisini soruyor (*Konuşmaya Açık Davet*). Danışan ise çocukluğunda yaşadığı bir anı anlatıyor. Babası ile tekin olmayan bir mahalleye gittiklerini, orada dayak yediğini ve babasından bu yüzden tokat yediğini anlatıyor. Ardından babası güçlü olması için onu dövüş salonuna yazdırdığını ekliyor.

Terapist ve danışan uzun bir süre sessiz kalıyorlar (*Sessizlik*)

23:38.dk - Danışan biraz ara vermek istediğini söylüyor.

25:50.dk - Terapist babasıyla olan ilişkisinin, duygularının ve anılarının üzerinde konuşulması gerektiğini söylüyor.

3.7. Oturum 7 (31. Bölüm)

00:48.dk - Danışan bunun son seansının olduğunu söylüyor.

Hava Kuvvetlerinde görev yapan personelin kendisini arayacağını söyleyerek terapistten kendisinin hazır olduğu yönünde olumlu rapor vermesini rica ediyor.

7:14.dk - Terapist danışanın bu görev için hazır olup olmaması üzerine konuşuyor. (*Konuşmaya Açık Davet*) Birkaç ay önce kalp krizi geçirdiğini hatırlatarak tekrar sivillerin ölümüne neden olursa bununla yaşayıp yaşayamayacağını soruyor.

Danışan benzer şekilde hiçbir şey hissetmeyeceğini söylüyor. Ayrıca eşi ve babasının onun göreve dönmesini çok istediğini anlatıyor. Ailesinin kendisi evde olmadığına daha mutlu olduğunu dile getiriyor.

18:43.dk - Oğluna doğum günü partisi düzenlediklerini ve bu partide bazı şeylerin netleştiğini söylüyor. Terapist netleşen şeyin ne olduğunu soruyor (*Somutlaştırma*)

Danışan orduya gitme kararının netleştiğini dile getirerek ve "Kendi kafamın içinden çıkmam lazım" diyor.

Danışan oğlunun doğum günü partisinde oğlu ve babasıyla tartıştığını ve evden çıkarak gay bara gittiğini söylüyor.

19:47.dk - Terapist o bara gitme düşüncesi üzerinde çalışıyor. "O barda seni hiç kimse sorgulamıyor, kendin gibi davranabiliyorsun ve kendin ve yapmak istediklerinle ilgili meselelerden kaçabiliyorsun diye mi o bara gittin?" diye soruyor. (*Kişiselleştirme*)

20:43.dk - Danışan terapistte kendi yerinde olsa ne yapacağını soruyor.

21:00.dk - Terapist ise "Terapiye devam ederdim" diyor. (*Kendini Açma*) Bu konuştukları karmaşık konuları çözmezse ileride gene karşısına çıkacağını söylüyor.

Danışan "Lütfen donanmadan gelen telefona olumlu yanıt ver" diyerek terapistte ısrar ediyor ve daha gelmeyeceğini belirtiyor.

22:40.dk - Terapist danışana burada iyi bir iş çıkardığını söyleyerek terapiye devam etmesini umduğunu dile getiriyor. Kendisini istediği zaman arayabileceğini söyleyerek ona telefon numarasını veriyor. (*Koşulsuz kabul*). Terapötik süreç burada sonlanıyor ve danışan terapötik süreci yarıda bırakıyor.

4. Sonuç ve Tartışma

Bu araştırmada *In Treatment* isimli bir dizi filmde yer alan terapi sahnelerinde terapistin kullandığı terapötik beceriler ve sağladığı terapötik koşullar analiz edilmiştir. Sinema filmlerinde ve TV dizilerindeki psikoterapi sahnelerini, terapötik süreçleri ve müdahaleleri analiz etmek, kuram ve yaklaşımları farklı açılardan değerlendirmek ve bunları psikolojik danışman eğitiminde veri olarak kullanmak mümkündür (Tümlü & Voltan-Acar, 2014).

Dizinin ilk sezonunda yer alan yedi bölümün incelendiği araştırmada terapistin en sık kullandığı psikolojik danışma becerisinin kişiselleştirme becerisi olduğu görülmüştür. Danışanın anlattıklarından ve sözel olmayan davranışlarından hareketle soruna ve amaca dair yorumları sıklıkla kullanan terapist sorular sorarak konuşmaya açık davet becerisine de sıklıkla başvurmuştur. Psikolojik danışmada oldukça işlevsel ve önemli olan kişiselleştirme becerisi ileri düzey psikolojik danışma becerilerindedir (Voltan-Acar, 2015). Gerekli gördüğü yerlerde kendini açma becerisini kullanan terapist kendi duygu ve yaşantılarını da danışan ile paylaşmıştır. Alanyazın incelendiğinde danışma sürecinde kendini açan psikolojik danışmanların danışanlara model oldukları, onlara cesaret verdikleri ve daha içten davrandıkları görülmektedir (Durmuş, 2013). Danışanın önceki oturumlarda ve şu anki oturumda bahsettiği benzer konuları danışana fark ettiren terapist bağlama becerisini, gene bu oturumlardaki çelişkili ifadelerini fark ettirerek de yüzleştirme becerisini kullanmıştır. Yüzleştirme becerisini kullanmak kimi zaman ciddi riskler barındırdığından dikkat edilmesi gereken bir beceri olarak görülmektedir. Bu beceriyi kullanmadan önce danışan için terapötik koşulların sağlandığından emin olunmalıdır. Uygun bir şekilde kullanılan yüzleştirme becerisi birçok sorunun çözümünde oldukça etkili sonuçlar vermektedir (Akkoyunlu ve Türkçapar, 2013; Baykal, 2017). Duygu ve içerik yansıtmasına çok fazla başvurmadığı görülen terapist, danışana ait muğlak ifadeleri

netleştirmek amacıyla somutlaştırma ve soru sormaya başlamış ve bu sayede danışanın farkındalığını arttırmayı amaçlamıştır. Danışma sürecinin başında amaç belirlemeye yönelik bazı diyalogların geçtiği görülürken sessizliğin yalnızca bir yerde kullanıldığı belirlenmiştir. Terapi sürecinde amaç belirlemek en önemli aşamalardan biridir. Amaç belirlemek terapinin faydalı ve etkili olması için tetikleyici bir rol üstlenir. Terapist danışma sürecinin yalnızca başında değil, ihtiyaç duyulan farklı zamanlarda da terapötik sürece ilişkin bilgi vermek amacıyla yapılamama becerisini kullanmıştır. Terapist danışanı önemli gördüğü bazı konularda bilgilendirmiş ve önemli aşamalardan sonra özetleme becerisini kullanarak danışanın içgörüsünü arttırmayı hedeflemiştir. Psikolojik danışma sürecinin en büyük kazanımlarından biri danışanların yaşamlarına, sorunlarına ve kendilerine yönelik farkındalık kazanmalarını sağlamaktır (Akdoğan ve Türküm, 2014; Aslan ve Altınöz, 2010).

Sağlanan terapötik koşullar incelendiği zaman en sık karşılaşılan koşulun ilişkinin şimdi ve buradallığı olduğu görülmektedir. Terapistin; duygularını ve yaşantılarını içinde bulunulan anda paylaşması ve yaşaması için danışanı desteklediği gözlemlenmiştir. İlişkinin şimdi ve burada olması danışanların amaçlarına ulaşmasını kolaylaştırmaktadır. Çünkü geçmişte veya gelecekte takılı kalan danışanlar şu anki varoluşlarının farkına varamamaktadır (Voltan-Acar & Gülderer, 2006, s. 4). Koşulsuz kabul ile danışanı farklı özelliklerinden ve deneyimlerinden ötürü yargılamayan terapist samimi, içten ve saydam davranmaya da özen göstermiştir. Ruh sağlığı profesyonellerinin danışanlarını yargılaması ve eleştirmesi terapötik uyumu bozmakta ve koşulsuz kabul ilkesine ters düşmektedir. Terapötik sürecin başından sonuna kadar empatik bir yaklaşım sergileyen terapist yalnızca bir kısımda danışan ile sorun yaşamış ve tartışmıştır. İki farklı kişinin etkileşimine dayalı bir süreç olan terapötik süreçte terapist tarafından kimi zaman karşıt aktarım yaşanabilir. Bu aktarımın yaşanması durumunda ise terapistin bununla başa çıkması gerekir. Terapötik koşullar; psikolojik danışma sürecinin danışan açısından verimli ve etkili olması ve danışanın terapiye devam etmesi için vazgeçilmez unsurlardır. Danışanı özel ve biricik olarak kabul etmek ve farklılıklarını dikkate alarak saygı duymak terapötik sürecin en büyük gereklilikleridir (Eryılmaz & Mutlu, 2019).

Genel olarak danışanın terapistte yoğun bir direnç gösterdiği, eşi, çocuğu, babası ve yakın arkadaşı ile yaşadığı ilişki ve sorunlarından bahsettiği, yer yer kendi hakkında içgörü kazandığı ancak çoğunlukla farkındalık kazanmaktan kaçındığı, kimi zaman terapist ile sorunlar yaşadığı ve son olarak terapiyi yarıda bıraktığı görülmektedir. Drop-out olarak kavramsallaştırılan danışanın terapiyi yarıda bırakması durumu terapötik süreçlerde yaşanabilmektedir. Nitekim psikolojik danışma sürecinde danışanın terapiyi yarıda bırakması (Genç vd., 2019; Tuna, 2019; Yıkılmaz vd., 2016), transferans yaşamaması (Esen-Danacı, 2009; Pulat, 2019) ve iyileşmeye yönelik direnç göstermesi (Alpaydın vd., 2016; Özer, 2017; Sinici, Aydın ve Öznur, 2018) gibi durumlara rastlanabilir.

Bu araştırma ortaya koyduğu bulgular ve sunduğu örnek danışan-terapist diyalogları ile psikolojik danışman eğitiminde etkin biçimde kullanılabilir. Psikolojik danışman adaylarının terapötik koşul ve becerileri öğrenmesi ve içselleştirmesi için eğitim sürecinde önemli bir kaynak görevi görebilir. Sinemayı psikolojik danışman eğitiminde yenilikçi bir yöntem olarak sunan Kararımak ve Bugay (2014) da danışman adaylarının terapötik süreç ve dinamikler konusunda filmlerden yararlanabileceklerini ifade etmişlerdir. Psikoterapi sürecinde oldukça önemli iki konu olan terapötik beceri ve terapötik koşullar terapi sahnelerine sahip farklı film ve diziler (Good Will Hunting, 50/50, Kırmızı Oda, Toc Toc, What about Bob?) aracılığıyla da incelenebilir. Terapötik süreçte direnç, transferans, müdahale ve stratejiler gibi diğer önemli bileşenler de film ve diziler aracılığıyla incelenerek alanyazına katkıda bulunulabilir. Görsel ve işitsel olarak zengin veri kaynağı sunan bu tür film ve diziler Psikoloji ve Psikolojik Danışmanlık lisans düzeyindeki teori ve uygulama derslerinde etkin şekilde kullanılabilir.

5. Extended Abstract

Therapeutic conditions and skills are important components of any counseling theory. Today, it is accepted that there are more than 400 psychological counseling theories (Işık et al., 2019). There are various studies that examine the therapeutic processes and concepts of these theories from different perspectives. In the research by Boyacı and İlhan (2016), Good Will Hunting was examined in the context of cognitive behavioral therapy approach. The process and dialogues are conveyed through the basic

concepts of cognitive behavioral therapy. Similarly, the movie *What's Eating Gilbert Grape* was analyzed by Bozdağ (2018) in the light of family therapies. Derin and Voltan-Acar (2016) also examined the movie *The Dangerous Method* in the context of analytical therapy and stated that this research would serve as a material for students and teachers in psychological counselor education. These studies prove that films and TV series play an important role in counselor education. Kağnıcı (2015) states that film analysis in counselor training raises awareness in counselor candidates on issues such as questioning, awareness, empathy, advocacy and sexual orientation.

In this research, the TV series *In Treatment* was examined in terms of therapeutic skills and therapeutic conditions. The series, which was produced by Home Box Office (HBO) and started to be broadcast in 2008, lasted for three seasons. This series includes Dr Paul Watson's psychotherapy sessions with different clients. My drama series movie has an IMDB score of 8.3. In this research, the seven-session therapeutic process conducted with the client named Alex in the first season of the series was examined. The reason for considering this client in the study can be explained as providing rich data in terms of the therapeutic process. Throughout the series, the stories of more than one client are discussed. Therefore, each section includes a different client's session. The sections where the sessions of the client named Alex take place are the 2nd, 7th, 12th, 17th, 22nd, 26th and 31st sections, respectively.

This research is a descriptive study in which the therapeutic skills and conditions used in the counseling process are examined by the textual analysis method. The use of videos and films is effective in scientific research examining therapeutic processes. Films make great contributions to helping clients overcome various problems and guiding professionals (Dermer & Hutchings, 2000). In this research, qualitative research method was used and visual and auditory data were analyzed. The data obtained were subjected to descriptive analysis by the researchers. Documents such as films, videos and photographs that provide effective data in qualitative research also increase the reliability of the research (Yıldırım & Şimşek, 2013).

It is seen that he sometimes gains insight about himself, but mostly avoids gaining awareness, sometimes he has problems with the therapist and finally drop out. According the findings of the study, it was seen that the personalization skill and the relational immediacy condition were mostly used. Other skills and conditions are: invitation to talk, self-disclosure, the here and now in the relationship, binding, unconditional acceptance, confrontation, reflection, concretization, transparency, informing, empathy, summarizing, goal setting, informing, and silence. The client has generally had intense resistance to the therapist. The client, who talked about his relationship and problems with his wife, child, father, close friend, gained insight about himself, but mostly avoided gaining awareness. In the following process, the client experienced problems with the therapist and left the therapy. The personalization skill, which is very functional and important in psychological counseling, is one of the advanced psychological counseling skills (Voltan-Acar, 2015). When the therapeutic conditions provided are examined, it is seen that the most common condition is the here and now of the relationship. The therapist supported the client throughout the process to be here and now. The fact that the relationship is here and now makes it easier for clients to reach their goals. Because clients living in the past or in the future cannot realize their current existence (Voltan-Acar & Gülderer, 2006, p.4).

In general, it is noteworthy that the client shows intense resistance to the therapist. The client frequently talked about the relationships and problems he had with his wife, child, father and close friend. It was seen that he sometimes gained insight about himself, but mostly avoided gaining awareness. It is seen that the client has problems with the therapist and leaves the therapy. Drop-out can be experienced in therapeutic processes. As a matter of fact, drop-out (Genç et al., 2019; Tuna, 2019; Yıkılmaz et al., 2016), transference (Esen-Danacı, 2009; Pulat, 2019) and resistance (Alpaydın et al., 2016; Özer, 2017; Sinici, Aydın and Öznur, 2018) may occur.

Keywords: Therapeutic Skills, Therapeutic Conditions, Textual Analysis, Tv Series.

Araştırmacıların Katkı Oran Beyanı / Contribution of Authors

Yazarların çalışmadaki katkı oranları Oğuzhan YILDIRIM %50/ Yücel ÖKSÜZ %50 şeklindedir.
The authors' contribution rates in the study are Oğuzhan YILDIRIM %50/ Yücel ÖKSÜZ %50 form.

Çıkar Çatışması Beyanı / Conflict of Interest

Çalışmada herhangi bir kurum veya kişi ile çıkar çatışması bulunmamaktadır.
There is no conflict of interest with any institution or person in the study.

İntihal Politikası Beyanı / Plagiarism Policy

Bu makale İntihal programlarında taranmış ve İntihal tespit edilmemiştir.
This article was scanned in Plagiarism programs and Plagiarism was not detected.

Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Beyanı / Scientific Research and Publication Ethics Statement

Bu çalışmada Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi kapsamında belirtilen kurallara uyulmuştur.
In this study, the rules specified within the scope of the Higher Education Institutions Scientific Research and Publication Ethics Directive were followed.

Kaynakça

- Akdoğan, R., & Türküm, A. S. (2014). Psikolojik yardım sürecinde terapötik bir hedef olarak içgörü. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 375-388.
- Akkoyunlu, S. & Türkçapar, M. H. (2013). Bir teknik: Yüzleştirme tedavisi. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar*, 2, 121-128.
- Alpaydın, N., Çimen, M., Erol, B. T., & Sevi, O. M. (2016). Bilişsel davranışçı terapide direnç ve motivasyonel görüşme teknikleri. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 8(2), 95-101.
- APA. (2008). *Counselingpsychological*https://www.apa.org/ed/graduate/specialize/counseling adresinden alındı
- Aslan, S., & Altınöz, A. E. (2010). İçgörü kavramı ve şizofreni: Tekrarlayıcı nitelikte bir travma olarak aile içi şiddetin psikoz ile ilişkisi. *RCHP*, 4(2), 23-32.
- Baloğlu, T., & Tan, H. (2006). *Psikolojik danışma ve rehberlik: Teori ve uygulama*. Nobel Yayın.
- Baykal, N. B. (2017). Cognitive behavioral therapy techniques for the treatment of social phobia. *Sosyal Çalışma Dergisi*, 1(2), 25-34.
- Boyacı, M., & İlhan, T. (2016). Bilişsel davranışçı terapi yaklaşımının film analizi yöntemiyle incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(2), 734-746.
- Cormier, S. & Hackney, H. (2018). *Psikolojik danışma: Stratejiler ve müdahaleler*. Pegem Akademi.
- Derin, S., & Voltan-Acar, N. (2016). Analitik terapi bağlamında film analizi: Tehlikeli ilişki. *Journal of International Social Research*, 9(45), 449-461.
- Dermer, S. B., & Hutchings, J. B. (2000). Utilizing movies in family therapy: Applications for individuals, couples, and families. *The American Journal of Family Therapy*, 28(2), 163-180.
- Durmuş, E. (2013). Grupla psikolojik danışmada kendini açan ve açmayan liderin etkileri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 44(44), 149-158.
- Ercan, L., & Şahin, S. (2019). Çağdaş eğitimde öğrenci kişilik hizmetleri psikolojik danışma ve rehberlik. C. Şahin (Ed), *Psikolojik danışma ve rehberlik*. Pegem Akademi.
- Eryılmaz, A. (2019). Kişisel-sosyal psikolojik danışma ve rehberlik. C. Şahin (Ed), *Psikolojik danışma ve rehberlik*. Pegem Akademi.
- Eryılmaz, A., & Mutlu, T. (2019). *Kuramdan uygulamaya bireyle psikolojik danışma*. Anı Yayıncılık.
- Esen-Danacı, A. (2009). Aktarım ve karşı-aktarım. *ADÜ Tıp Fakültesi Dergisi*, 10(3), 55-58.
- Genç, A., Amanvermez, Y., Zeren, S. G., & Erus, S. M. (2019). Early separations: Dropout from online and face-to-face counseling. *Pegem Journal of Education and Instruction*, 9(4), 1001-1030.
- Hackney, H., & Cormier, S. (2008). *Psikolojik danışma ilke ve teknikleri: Psikolojik yardım süreci el kitabı*. Mentis Yayıncılık.
- Hefferon, K., & Boniwell, I. (2011). *Psikolojik danışma ilke ve teknikleri: Psikolojik yardım süreci el kitabı*. Open University Press McGraw-Hill Education.
- Işık, Ş., Ergüner-Tekinalp, B., Üzbe-Atalay, N., & Kaynak, Ü. (2019). *Psikolojik danışmada güncel kuramlar*. Pegem Akademi.
- Johnson, B., & Christensen, L. (2014). *Eğitim araştırmaları: Nicel, nitel ve karma yaklaşımlar*. Eğiten Kitap.
- Kağnıcı, D. Y. (2015). Psikolojik danışman eğitiminde cinsel yönelim olgusunun irdelenmesi: Benim Çocuğum filmi. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(44), 83-95.
- Kararmak, Ö., & Bugay, A. (2014). Psikolojik danışman eğitiminde yenilikçi bir yöntem: Sinema. *V. PDR Uygulamaları Kongresi*.
- Martin, D. J., Garske, J. P., & Davis, M. K. (2000). Relation of the therapeutic alliance with outcome and other variables: A meta-analytic review. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68(3), 438-450.
- Özer, İ. Ö. (2017). Terapötik yolculukta bir tümsek: Direnç. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(3), 217-228.
- Pulat, F. (2009). Aktarım odaklı psikoterapinin borderline patolojilere bakışı. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 2(3), 117-130.
- Sinici, E., Aydın, S., & Öznur, T. (2018). Tedaviye dirençli obsesif kompulsif bozuklukta pozitif psikoterapi etkili olabilir mi? Bir olgu sunumu. *Klinik Psikiyatri*, 21, 407-413.

Smith, J. A. (2017). *Textual analysis*. The International Encyclopedia of Communication Research Methods (Ed. J. Matthes) DOI: 10.1002/9781118901731.iecrm0248

Tuna, B. (2019). *Psikolojik danışmayı erken bırakmanın danışanlar ve psikolojik danışman adayları açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Tümlü, G. Ü., & Voltan-Acar, N. (2014). "İssız Adam" filminin gerçeklik terapisine dayalı incelenmesi. *İnsan ve İnsan*, 1(2), 62-73.

Voltan-Acar, N. (2015). *Yeniden terapötik iletişim-kişiler arası ilişkiler*. Nobel Yayıncılık.

Voltan-Acar, N., & Gülderer, G. (2006). İlişkinin şimdi ve buradlığı, şimdi ve burada olmak ve grupta süreç. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19, 1-4.

Yıkılmaz, M., Şahin, E. E., Özer, Ö., & Altınok, A. (2016). Üniversite öğrencilerinde psikolojik danışma sürecini erken bırakma: Nedenler ve öneriler. *Psikoloji Çalışmaları*, 36(1), 1-20.

Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2013). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Seçkin Yayıncılık.

Yıldırım, T. (2020). *Bir ergenin kişilik yapısının üzerine dinamik yönelimli Kısa-Yoğun- Acil psikoterapi (BEP)*. Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.