

• Psikolojik bir probleminiz olsaydı ve bir psikoterapistle görüşmek isteseydiniz aklınıza gelen ideal bir psikoterapistin özellikleri neler olurdu?

• Çalıştığınız işyerinde yan masaya yeni bir elemanın geleceğini ve yeni elemanın önemli bir psikolojik problemi olduğunu öğrendiniz. Hemen yanınızda, sizinle birlikte günde 8 saat mesai yapacak yeni iş arkadaşınızla ilgili olarak aklınızdan neler geçirdi?

• Kaptığınız hepatit A virüsü nedeniyle 3 ay boyunca yiyecekleriniz ve istirahatinize dikkat etmeniz gerekiyor. Doktorunuz, bu iki konuda dikkatli davranırsanız 3 ay sonra bir şeyinizin kalmayacağını söylüyor. Hepatit A virüsü kapmak yerine, bir psikoterapistin yardımı ile 3 aydan daha kısa bir zamanda üstesinden gelebileceğiniz psikolojik bir probleminizin olmasını tercih eder miydiniz?

• Rahatsızlık verici bedensel şikâyetleriniz nedeniyle bir hastanenin dahiliye bölümündeki doktora durumunuzu anlattınız. Doktor, yaptığı tetkikler sonrasında psikiyatri bölümünden daha uygun bir yardım alabileceğinizi belirtti. Aynı bir binası bulunan psikiyatri bölümünün giriş kapısına doğru ilerlerken nereden geldiği belli olmayan bir çılglık işittiniz. Birazdan içeride göreceklemlerinizle ilgili olarak aklınızdan neler geçirdi?

Bu sorular, psikolojik bozukluk gösteren insanlara, psikolojik problemlerin üstesinden gelmede yardım alınabilecek uzmanlara, psikolojik tedavi hizmeti sunan kurumlara ve psikolojik bozukluk kavramına karşı oluşmuş tutumları incelemek amacı ile hazırlanmıştır. Yazının devamını okumadan önce lütfen sorulara cevap vermeye çalışın.



Bu yazının içeriği yukarıdaki sorulara hangi yönde cevap verdiğinizde ne tür bir değerlendirme yapılması gerektiği ile değil, belli bir yönde cevap vermeyi tercih ettiğinizde ne tür tecrübelerden genellemeler yaptığınızla ilgilidir. Cevap verirken bizzat yaşadığınız tecrübelerden mi, başkalarının yaşadığı gerçek tecrübelerden mi, bilimsel kaynaklardan mı, yoksa gerçekliği şüphe götürür kaynaklardan mı hareket ettiniz? Cevabınızı duymak isterdik doğrusu. Sizlerin cevaplarını şimdilik bilemiyoruz ancak psikolojik destek hizmeti almak üzere ilk defa başvuran kişilerle

yapılan bir araştırma sonucuna göre, alınacak yardımdan beklentileri oluşturan kaynakların % 36'nın televizyon dizileri ve sinemalarda görülen filmlerin teşkil ettiği bildirilmiştir. Birçok alandan kaynağın besleyebileceği bir havuzun önemli bir kısmının filmlerden akan sularla doldurulmuş olması, düşünürken ve karar verirken filmlerin hayatımızda ne derece önemli oldukları konusunda iyi bir fikir verebilmektedir. Bu durumda da elbette akla havuz suyunun toplam kalitesi ile ilgili birçok soru gelmekte ve bunların başını da gerçeklik sorgulaması çekmektedir. Örneğin, filmlerdeki kurgu ve görüntüler bizi gerçekten etkiliyorlarsa, gerçek hayatta, psikolojik sağlık uzmanı veya psikolojik bozukluğu olduğunu bildiğimiz bir kişi ile karşılaştığımızda bu kişilerden beklentilerimizi belirleyecek olan düşünceler gerçekçi midir? Bu soruyu cevaplamak için işin kaynağına gidip popüler olmuş ve psikolojik bozukluk içeren filmleri inceleyip gerçekçi olup olmadıklarını test etmek gerek. Bu konularda yapılan araştırmalar maalesef iç açıcı bir tablo ortaya koymuyorlar.

Bu konuda 400'ün üzerinde Amerikan filminin incelemelerini bir kitapta toplayan Gabbard ve Gabbard kardeşlerin saptamalarından başlayabiliriz. Glen Gabbard ilkönce Hollywood'un psikoterapiden önemli derecede ilham aldığını, bu konuda 400'ün üzerinde film üretilmesi ile kanıtıyor. Daha sonra, bu kadar filme önemli derecede ilham kaynağı olan psikolojik sağlık alanında çalışan uzmanların söz konusu filmlerde tam bir kafa karışıklığı ile yansıtıldıklarını saptıyor. Çağdaş bir kurumda psikolojik sağlık alanında çalışan uzmanların temel olarak psikiyatristler, klinik psikologlar, sosyal hizmet uzmanları ve psikiyatri hemşirelerinden oluştuğunu belirtmek gerek. Bu uzmanlardan olu-

**FİMLERDEKİ KURGU VE GÖRÜNTÜLER  
BİZİ GERÇEKTEN ETKİLİYORLARSA,  
GERÇEK HAYATTA, PSİKOLOJİK SAĞLIK  
UZMANI VEYA PSİKOLOJİK BOZUKLUĞU  
OLDUĞUNU BİLDİĞİMİZ BİR KİŞİ İLE  
KARŞILAŞTIĞIMIZDA BU KİŞİLERDEN  
BEKLENTİLERİMİZİ BELİRLEYECEK OLAN  
DÜŞÜNCELER GERÇEKÇİ MİDİR?**

şan takım, ortaya çıkan psikolojik problemin biyolojik, psikolojik ve sosyal yönlerini bir bütün halinde ve bilimsel olarak etkili bir biçimde ele alabilirler. Bu takım içinde her uzmanın özellikle eğitim görmüş olduğu etkinlik alanının birbirleri ile kesiştiği noktalar olsa da temel olarak diğerlerinden ayrıdır. Her bir uzmanın aldığı eğitim 4-12 yıl arası sürebilir ve birbirlerinden tamamen farklı yaklaşımların temsilcileri olabilirler. Bir uzmanın diğer bir alanda da uzmanlık edinmesi gerçekte ender görülen bir durumdur. Bununla birlikte Glen Gabbard bu gerçekte ta-