



JOURNAL OF SOCIAL AND HUMANITIES SCIENCES RESEARCH



2017

Vol:4 / Issue:12

pp.1069-1080

Economics and Administration, Tourism and Tourism Management, History, Culture, Religion, Psychology, Sociology, Fine Arts, Engineering, Architecture, Language, Literature, Educational Sciences, Pedagogy & Other Disciplines

Article Arrival Date (Makale Geliş Tarihi) 10/10/2017

The Published Rel. Date (Makale Yayın Kabul Tarihi) 21/11/2017

The Published Date (Yayınlanma Tarihi 22.11.2017)

“TİTANİK” FİLMİNİN AKILCI DUYGUSAL DAVRANIŞÇI TERAPİ AÇISINDAN DEĞERLENDİRİLMESİ

AN ANALYSIS OF THE MOVIE “TITANIC” IN TERMS OF RATIONAL EMOTIVE
BEHAVIOR THERAPY

Arş. Gör. Zahide TONGA

Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik
Danışmanlık Anabilim Dalı, Ankara/Türkiye

Prof. Dr. Nilüfer VOLTAN ACAR

TED Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
Anabilim Dalı, Ankara/Türkiye

ÖZ

Albert Ellis tarafından geliştirilen Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi (ADDT), bilişsel davranışçı terapiler arasında en popüler olan terapidir. ADDT, bireylerin hem akılcı ya da “mantıklı” hem de akılcı olmayan “mantık dışı” düşünme potansiyeliyle doğdukları varsayımına dayanır. ADDT’ye göre, bireylerin olayları ve yaşadıklarını yorumlama biçimleri yaşadıkları psikolojik güçlüklerin oluşumunu belirler. ADDT’ye göre, bireyin sahip olduğu duygular, düşünceler ve davranışlar önemli ölçüde birbirini etkiler. Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi isminden de anlaşılacağı üzere, bu üç alanı ve aralarındaki ilişkiyi vurgulayan bir yaklaşımdır. Ayrıca bunları bütünleştirdiği için de bütünleştirici bir yaklaşım olarak anılan bir terapi yaklaşımıdır.

Bu çalışmada, “Titanik” filmi Akılcı Duygusal Davranışçı Terapinin temel kavramları açısından incelenmiştir. Bu amaçla çalışmada öncelikle ADDT’nin temel kavramları açıklanmış ve ardından filmde seçilen çeşitli sahneler ve film müziği ABC Modeli, akılcı olmayan inançlar ve akılcı inançlar gibi temel kavramlara göre incelenmiştir. Değerlendirme sonucunda, filmin sahnelerinin ve müziğinin çoğunlukla akılcı olmayan bir inanç sistemini yansıttığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi (ADDT), Akılcı İnançlar, Akılcı Olmayan İnançlar, Titanik, Film.

ABSTRACT

Rational Emotional Behavioral Therapy (REBT), developed by Albert Ellis, is the most popular therapy among other cognitive behavioral therapies. REBT assumes that people are born with the potential of to be “rational” or logical and “irrational” or illogical. According to the REBT, the ways in which people interpret their experiences and events determine psychological difficulties that they feel. Another assumption of the REBT is that emotions, cognitions, and behaviors that the individual has a significant influence on each other. Rational Emotive Behavioral Therapy, as it can be inferred from its name, highlights these three psychological domains and the interaction between them. Since these three domains are integrated within the REBT, this theory is called as an integrative therapeutic approach.

In this study, the movie “Titanic” was examined in terms of the basic concepts of Rational Emotive Behaviour Therapy. For this purpose, firstly the basic concepts of REBT were explained in this study and then various scenes selected from the movie and movie soundtrack were examined according to basic concepts such as ABC Model, irrational beliefs and rational beliefs. As a result of the evaluation, it seemed that the scenes and movie soundtrack mostly reflected an irrational belief system.

Keywords: Rational Emotive Behavior Therapy (REBT), Rational Beliefs, Irrational Beliefs, Titanic, Movie.

1. GİRİŞ

Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi (ADDT), klinik psikolog olarak çalışan Albert Ellis tarafından psikanaliz uygulamaları ve kişi merkezli terapi ile ilgili memnuniyetsizliğin sonucunda 1956 yılında Akılcı Terapi adıyla ilk kez ortaya konulmuştur (Ellis, 1999, 2004a). Ellis, Akılcı Terapi teriminin kullanılmasının, kuramın bazı psikologlar tarafından yanlış yorumlanmasına neden olduğu için kuramın adını Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi (ADDT) olarak değiştirmiştir (Sharf, 2014).

ADDT'nin temel varsayımı, insanların olayları ve yaşadıklarını yorumlama biçimlerinin yaşadıkları psikolojik güçlüklerin oluşumunu belirlediğidir. ADDT; düşüncelerin, duyguların ve davranışların önemli ölçüde birbirini etkilediği ve karşılıklı bir neden-sonuç ilişkisine sahip olduğu varsayımına dayanır (Ellis ve Dryden, 1997). ADDT isminde de olduğu gibi bu üç alanı ve aralarındaki ilişkiyi vurgulayan ve bunları bütünleştirdiği için de dolayısıyla bütünleştirici bir yaklaşım olarak anılan bir terapi yaklaşımıdır.

Ellis (2004b), ADDT'nin dünyada en çok kullanılan bütünleştirilmiş terapi olduğunu ifade etmiştir. Özellikle, felsefenin bu yaklaşımın ortaya çıkmasında önemli bir yeri vardır. Epiktetus'un "İnsanları rahatsız eden dışlarındaki şeyler değil, o şeylere ilişkin görüşleridir" sözü, ADDT'nin temel felsefesini oluşturmaktadır. ADDT'nin felsefi temelleri, sorumluluk taşıyan hedonizm, insancılık ve akılcılık bakış açılarına dayanır. Bunlar aşağıda açıklanmıştır (Sharf, 2014):

Sorumluluk taşıyan hedonizm: Ellis, sorumluluk taşıyan hedonizm ile kısa süreli hazlar yerine uzun süreli hazzın kalıcılığını ve önemini vurgulamıştır. ADDT, insanlara nelerden zevk almaları gerektiğini söylememesine rağmen, uygulayıcıları zevkin hayattaki temel amaç olduğuna inanırlar. Bu bakış açısı, bireyleri sorumlu olmayan davranışlara itmez, çünkü bireyler hedonizme yönelik sorumlu bir tutumla davranışlarının başkaları ve kendileri üzerindeki etkilerini düşünürler.

İnsancılık: ADDT, insanları bütüncül, amaç yönelimli canlılar oldukları için önemli görür. Bu görüş hümanizm ile tutarlılık gösterir. Ellis, insanların tercihen koşulsuz kendilerini kabul etmeleri gerektiğine inanmıştır. İnsanlar yanlış yapabileceklerini ve değerli olduklarını kabul etmelidirler, kendi nitelik ve özellikleri başkalarının ya da kendilerinin hükmünde olanlardan daha güçlüdür. Bireyler koşulsuz kendilerini kabul etmeyi başarmak için bununla ilgili çalışmalıdırlar; yoksa kişiler kendilerini 'değersiz' ya da 'kötü' oldukları için suçlar. Dolayısıyla, Ellis hem psikolojik danışmanın hem de danışanın eylemleri ya da performansları için kendilerini derecelendirebilmeleri ya da eleştirebilmeleri gerektiğine inanır, fakat özlerini ya da kendilerini değerlendirmemelidirler.

Akılcılık: Akılcılık, insanların duygularını dışlamadan etkili, esnek, mantıklı ve bilimsel yollarla değerlerini ve amaçlarını başarma çabasıdır. ADDT, insanlara akılcı olarak hayattan istediklerini nasıl elde edebileceklerini gösterir. Böylece, bireyler daha önce kabul ettikleri öğretileri ve inançları tekrar inceleyip ve uzun süreli mutluluk (sorumluluk taşıyan hedonizm) sağlayacak olan yeni bir yaşam felsefesi geliştirebilirler.

Akılcı duygusal davranışçı terapiye göre, bireylerin duygu, düşünce ve davranışları sürekli etkileşim halindedir ve birbirlerini etkilerler. Duygusal rahatsızlıklar karmaşık bir biçimde çevresel ve biyolojik faktörlerin etkisiyle ortaya çıkar. İnsanlar talihsiz olaylar yaşadıklarında, bu olaylara ilişkin akılcı olmayan inançlar oluşturma eğilimindedirler. Dolayısıyla da duygusal çöküşe neden olan şey, talihsiz olayların kendisi değil, bireyin bu olaylara ilişkin akılcı olmayan inançlarıdır. Bu nedenle, insanlar kendi bilişsel, duygusal ve davranışsal rahatsızlıklarından sorumludurlar. İnsanlar çoğunlukla kendisini duygusal çöküşe götürecek bir eğilime sahiptirler. Bununla birlikte insanlar, inançlarının onları nasıl olumsuz bir biçimde etkilediğini fark edebilecek yeteneğe de sahiptirler. Bunu fark ettiklerinde akılcı olmayan inançlarını tartışacak ve bunları akılcı inançlarla değiştirecek güce de sahip olurlar. ADDT'de akılcı olmayan inançlar bilişsel, duygusal ve davranışsal metotların birleşimiyle ortadan kaldırılır ve yerlerine yeni ve akılcı olan inançlar kazandırılır.

ADDT'ye göre, bireyler akılcı ve akılcı olmayan inançlar olmak üzere iki tür inanç biçimine sahiptir. Akılcı inançlar bireylerin tercihler ve istekleridir (Murdock, 2014). Dryden ve Nean (2006), "tercihlerde esneklik", "felaketleştirme karşıtı olma", "engellenmeye karşı yüksek tolerans gösterme" ve "kabul edici inançlar." olmak üzere dört tür akılcı inançtan söz etmişlerdir. Akılcı olmayan inançlar ise, katıdır, kesinlikle olması gerekenleri içerir ve çoğunlukla gerçekçi değildir.

Ellis (2006), bireylerde 12 akılcı olmayan inanç olduğundan söz etmiştir:

1. Aşırı genelleme: "Ben harika ve mükemmel bir insanım", "hayatım tamamıyla mükemmel olmalı", "ben yetersiz bir insanım" şeklinde bireyin kendisine ilişkin olumlu ve olumsuz durumları genellemesidir.

2. Kesinlik: İnsanların kendilerine ya da başkalarına ilişkin kullandıkları kesinlik belirten ifadelerdir. Bir başka deyişle, insanlarla veya olaylarla ilgili gerçekçi olmayan ve mutlakiyetçi beklentiler olarak ve "meli-malı"lı sözcüklerle ifade edilirler.

3. Değerlilik ve yüceltme: İnsanların, "ben, başıma hep iyi ve mükemmel şeylerin gelmesini hak ediyorum.", "cennete gitmeyi ve ödüllendirilmeyi hak ediyorum." şeklinde oldukça değerli olduğuna ve bundan dolayı ödüllendirilmesi gerektiğine ilişkin ifadelerini içerir.

4. Değerlilik ve lanet: İnsanların, “başıma kötü şeylerin gelmesini hak ediyorum.”, “sonsuz kadar cehennemde yanmayı hak ediyorum.” şeklinde kötü bir şekilde cezalandırılmasına ilişkin inançlarını içerir.

5. Facialaştırma, felâketleştirme: Bir durumun olumsuz sonuçlarını aşırı derecede abartıp, “korkunç” olarak değerlendirmeyi içerir.

6. Rahatsızlık verici kaygı, engellenme toleransının düşüklüğü: Kolaya ve rahata ilişkin dayatmalardan kaynaklanır ve dert kaygısına neden olur. Sıklıkla “... olursa, buna dayanmam” şeklindeki ifadeleri içerir.

7. Yetersizlik duygusu: “Ben tamamıyla yetersiz ve değersiz bir insanım.” şeklindeki insanların yetersizliklerine vurgulayan ifadeleri içerir.

8. Umutsuzluk: “Ben yeterli ve güvenilir biri olamam ve değişemem.” şeklindeki insanların umutsuzluklarına yönelik inançlarıdır.

9. Büyütme: “Bana sürekli gülmeleri işimi ve bütün arkadaşlarımı kaybetmeme neden olacak” şeklinde durumun olduğundan daha çok abartılmasını içeren inançlardır.

10. Küçültme: “Onların bana gülmelerini sorun etmediğim zaman, yalnızca bu konuda iyi olduğumu gösterir. Ancak bu diğer aptallıklarım ve hatalarımla kıyaslandığında hiçbir şeydir.” şeklindeki insanların elde ettikleri başarıları olduğundan daha küçük göstermelerini ifade eden inançlardır.

11. Etiketleme: “Ben başarısız bir insanım.” şeklinde ve bireylerin kendisini etiketlemeye dönük akıl dışı inançlardır.

12. Kişiselleştirme: “İnsanlar gülse gülse sadece bana gülerler, başka bir şeye gülme ihtimalleri yok.” şeklinde, insanların çevrelerindeki birçok olayı kişisel olarak algılamalarını içeren inançlardır.

Ellis (1994), bu akılcı olmayan inançları iç bölüme ayırmıştır. Bunlar;

1. Kişinin kendisiyle ilgili talepler: Ben, kendim kesinlikle her tür koşulda ve her zaman, en iyisini yapmalıyım ve benim için önemli olan insanların takdirini ya da tüm sevgisini kazanmalıyım. Eğer bu önemli -ve kutsal- konularda başarısız olursam, bu çok fena bir şeydir; ben kötü, yetersiz, değersiz bir insanım demektir; her zaman da başarısız olacağım ve acı çekmeyi hak ediyorum demektir.

2. Başkaları hakkındaki talepler: İletişimde ya da ilişki içinde olduğum siz önemli insanlar, her koşulda ve her zaman bana karşı kesinlikle kibar, düşünceli ve adil davranmak zorundasınız. Aksi takdirde, bu çok kötü bir şeydir ve siz de bana her zaman için kötü davranan kötü, değersiz insanlarsınız demektir ve iyi bir yaşamı hak etmeyen, bana bu yaptıklarınız için de cezalandırılmayı hak eden insanlarsınız demektir.

3. Dünya ve/veya yaşam şartları hakkındaki talepler: Yaşadığım bu hayat koşulları çevre, ekonomik ve politik şartlar; kesinlikle her zaman ve her koşulda makul, güvenli, kolay ve eğlenceli olmak zorundadır. Eğer öyle olmazsa, bu çok kötü ve berbat bir şeydir ve ben buna katlanamam. Yaşamımdan hiç keyif alamam. Yaşamım çekilmez ve yaşamaya değmez bir hale gelir!

ADDT'ye göre bireyler kendilerine zarar veren birçok akılcı olmayan inanca sahip olma potansiyeline sahiptirler. Ellis, terapide bireylerin bu akılcı olmayan inançların çürütülmesi ve yerine akılcı inançların kazandırılmasının önemini vurgulamıştır. Akılcı olmayan inançlarla baş etmek için Ellis, ABC Kişilik Kuramını geliştirmiştir. Bu kuram, ADDT'nin temelini oluşturmuştur.

ABC Kişilik Kuramı, bireylerin olaylara duygusal ve davranışsal sonuçlarla tepki verdiklerini savunur. Bu kuramda, A; bir olgu veya olayın varlığı veya bir kişinin davranışıdır. C; bireyin duygusal ve davranışsal tepkisi ya da izleyen sonuçlardır; tepki sağlıklı veya sağlıklı olmayabilir. A (başlatıcı olay) C'ye (duygusal ve davranışsal sonuç) yol açmaz. C'nin oluşumuna bireyin A hakkındaki inancı olan B neden olur (Corey, 2008).

Bu bileşenlerin arasındaki ilişki aşağıdaki gibi gösterilebilir (Corey, 2008):

A (başlatıcı olay) → B (inanç) → C (duygusal ve davranışsal sonuçlar)

Buradan da anlaşılacağı üzere, ADDT'ye göre bireylerin yaşadıkları olaylar değil o olaylar hakkındaki inançları duygusal ve davranışsal sonuçlara neden olur. Bireylerin yaşadıkları olay hakkındaki inançları akılcı ya da akılcı olmayan inançlar olabilir. ADDT bireylerin biyolojik olarak akılcı olmayan inançlar için bir yatkınlığa sahip oldukları belirtilmekle birlikte, inançların oluşumunda çevresel ve sosyal faktörlerin de oldukça önemli olduğu ifade edilmiştir. Bu açıdan bakıldığında, bireylerin akılcı ve akılcı olmayan inançlarının içinde buldukları aile ve toplumun, sosyal ve çevresel faktörlerine göre şekillendiği görülür.

Sanat, ahlak, toplumsal cinsiyet rolleri, töre gibi kültürel öğeler, bireyde doğuştan getirilen akılcı olmayan inanç eğilimini destekler ve geliştirir. Özellikle de çalışmalar, kültürel öğeler içerisinde yer alan sanatın bireyler üzerinde oldukça önemli bir etkisinin olduğunu göstermiştir (Kocadaş, 2005). Sanat eserlerinden sinema, içinde bulunduğu toplumu bir yandan yansıtır, diğer yandan belirli şartlarda toplumu etkileme gücünü elinde bulundurur. Bu bakımdan sinema, toplumla ilişkisi çift yönlü olan bir araçtır (Yiğit, 2009; Akt., Ülker-Tümlü ve Voltan-Acar, 2014). Bu açıdan bakıldığında hem toplumu yansıtmaya hem de toplumu etkileme gücü bulunan sinemanın toplumun akılcı ve akılcı olmayan inançlarının oluşumunda oldukça önemli bir etkisi olduğu söylenebilir.

Bütün bunlar göz önünde bulundurularak, ulusal ve uluslararası alanda geniş izleyici kitlesine ulaşan ve milyonların hafızalarında yer etmiş olan filmlerin toplumların inançları üzerinde oldukça etkili olacağı düşünülmüştür. Bu açıdan bu çalışmada, dünya çapında yarattığı etkinin yanı sıra Türk toplumu üzerinde de oldukça önemli bir etki yarattığı ve yaratmaya devam ettiği düşünülen “Titanik” filmi akılcı duygusal davranışçı terapinin temel kavramları açısından analiz edilmiştir.

2. “TİTANİK” FİLMİNİN AKILCI DUYGUSAL DAVRANIŞÇI TERAPİNİN TEMEL KAVRAMLARI AÇISINDAN İNCELENMESİ

Bu bölümde, “Titanik” filmi ADDT’nin temel kavramları açısından ele alınmıştır. Bu incelemenin daha iyi anlaşılması için öncelikle film hakkındaki bilgilere ve filmin konusuna yer verilmiş, ardından akılcı duygusal davranışçı terapi kavramlarına ve bu kavramların “Titanik” filmindeki yansımalarına değinilmiştir.

James Cameron’un, seyirciye bir zaman makinesiyle yolculuk ettiği hissini uyandırıcısına gerçeğe yakın filmi ‘Titanic’ 19 Aralık 1997 tarihinde sinemalara girmesinin ardından ticari ve eleştirel alanda birçok başarı elde etmiştir. On dört dalda Akademi Ödülü (Oscar)’ne aday gösterilmiş ve En İyi Film ile En İyi Yönetmen dalları da dâhil olmak üzere on bir dalda kazanmıştır. Dünya çapında iki milyar doların üzerinde gişe hasılatı yapan film, bir milyar doları geçen ilk film olmuştur. 4 Nisan 2012 tarihinde filmin üç boyutlu bir versiyonu da trajedinin yüzüncü yılını anmak amacıyla vizyona girmiştir (1).

Titanik ödül toplayışına Altın Küre Ödülleri ile başlamış; film En İyi Sinema Filmi - Drama, En İyi Yönetmen, En İyi Müzik ve En İyi Şarkı dallarında olmak üzere toplamda dört ödül almıştır. Film ACE "Eddie Ödülü, ASC Ödülü, Art Directors Guild Ödülü, Cinema Audio Society Ödülleri, Screen Actors Guild Ödülleri'in Gloria Stuart'a verdiği En İyi Yardımcı Kadın Oyuncu Ödülü, Directors Guild of America Ödülü, Producers Guild of America Ödülü ve Broadcast Film Critics Association'ın James Cameron'a verdiği En İyi Yönetmen Ödülü'nü kazanmıştır (1).

Film Joseph L. Mankiewicz'in 1950 yılındaki Perde Açılıyor filminin rekorunu egale ederek on dört Akademi Ödülü'ne aday gösterilmiş ve En İyi Film ile En İyi Yönetmen de dahil olmak üzere on birini kazanmıştır. Filmin bunların yanı sıra En İyi Sinematografi, En İyi Kostüm Tasarımı, En İyi Görsel Efekt, En İyi Ses Miksajı (Gary Rydstrom, Tom Johnson, Gary Summers, Mark Ulano), En İyi Ses Kurgusu, En İyi Film Müziği, En İyi Film Kurgusu, En İyi Özgün Şarkı ve En İyi Sanat Yönetmeni dallarında da Akademi Ödülü kazanmıştır. Titanik 1959 yılındaki Ben-Hur'dan sonra on bir Akademi Ödülü kazanan ikinci film olmuştur (1).

En İyi Özgün Şarkı dalında Akademi Ödülü kazanan Titanik'in "My Heart Will Go On" şarkısı, Yılın Kaydı, Yılın Şarkısı ve Film veya Televizyon için Yazılan En İyi Şarkı dallarında Grammy Ödülü de almıştır. Filmin müziği dünya çapında başarılı olmuş ve gelmiş geçmiş en fazla satan orkestra soundtrack'ı haline gelmiştir. Soundtrack ABD'de on altı hafta boyunca bir numarada kalmış ve sadece ABD'de on bir milyon kopya satıldığı için elmas sertifika almıştır. Soundtrack albümü 1998 yılında ABD'de en fazla satılan albüm olmuştur. Film bunların yanı sıra MTV Film Ödülleri'nde Leonardo DiCaprio'ya verilen En İyi Erkek Oyuncu ve En İyi Film ödülleri, People's Choice Ödülleri'nde En İyi Film ödülünü ve 1998 Kids' Choice Ödülleri'nde En Sevilen Film ödülünü kazanmıştır. ABD dışında da çeşitli ödüller kazanan film, Japon Akademi Ödülü'nün En İyi Yabancı Film Ödülü'ne layık görülmüştür. Titanik toplamda doksanı yakın ödül almış ve bunlara ek olarak kırk yedi kez de başarısız biçimde aday gösterilmiştir. Bunlara ek olarak filmin yapımına ilişkin kitap haftalarca The New York Times'in çok satanlar listesinin birinci sırasında kalmış ve "bu başarıya ulaşan ve başka bir eserle böylesine bağlantılı ilk kitap" olmuştur (1).

Tüm dünyada birçok ülkede çok büyük izleyici kitlesine ulaşan ve 11 dalda oscar ödülü alan film, 13 Şubat 1998 tarihinde Türkiye'deki sinemalarda gösterime girmiş ve Türkiye'deki izleyiciler tarafından da oldukça büyük ilgi görmüştür. “Titanik” filminin bazı demografik özelliklerine ve konusuna aşağıda yer verilmiştir.

Filmin konusu şöyledir: Dünyanın hatırlamak istemediği türden felaketlerden olan “Titanik faciası”, dev prodüksiyonların yönetmeni James Cameron tarafından çekilen görkemli bir film. Teknolojinin son sürat ilerlediği bir dönemde, insanlar üstesinden gelemeyecekleri hiçbir sorun olamayacağına inanmaya başlamışlardır. “Titanic” adlı dev transatlantik ise, insanlığın doğaya karşı gövde gösterisi gibidir. Bu ‘Düşler Gemisi’ nin yolcuları arasında Avrupa’da birkaç yıl geçirdikten sonra Amerika’ya dönmekte olan, Jack adlı genç bir ressam ile nişanlısı ve annesiyle Philadelphia’ya giden Rose adlı genç bir kız da vardır. İki genç, şans eseri tanışır, aralarındaki sınıf farkına aldırmaksızın birbirlerine yakınlaşır. Bu arada doğa insanoğlunun gündün güne artan kibrine bir nokta koymayı planlar. Yola çıkılmasından dört buçuk gün sonra, 10 Nisan 1912’de, Titanic iki saat kırk dakika süren ve sulara gömülmesiyle son bulan, hazin olayların başlamasına neden olacak buz dağına çarpar (2).

Tablo 1: Titanik Filminin Künyesi

Filmin Orjinal Adı :	Titanic
Yönetmen :	James Cameron
Yapımcı :	James Cameron, Jon Landau
Senarist :	James Cameron
Vizyon Tarihi :	1 Kasım 1997 (Tokyo); 19 Aralık 1997 (ABD);
Oyuncular :	Leonardo DiCaprio (Jack Dawson) Kate Winslet (Rose DeWitt Bukater) Billy Zane (Caledon 'Cal' Hockley) Kathy Bates (Molly Brown) Frances Fisher (Ruth Dewitt Bukater) Gloria Stuart (Old Rose) Victor Garber (Thomas Andrews) Bernard Hill (Captain Edward James Smith) Jonathan Hyde (Bruce Ismay) David Warner (Spicer Lovejoy) Bill Paxton (Brock Lovett)
Tür :	Dram/Romantik
Film Müziği:	My Heart Will Go On
Film Müziğinin Bestecisi:	James Horner
Ülke :	ABD
Imdb:	7,7
Süre :	195 dk.

Yukarıda konusu ve demografik bilgileri verilen “Titanik” filmi Akılcı Duygusal Davranışçı Terapinin kavramları açısından incelenmiştir. Aşağıda Akılcı Duygusal Davranışçı Terapinin kavramları açısından ele alınan sahnelere ve bu sahnelerin içeriklerine yer verilmiştir.

2.1. Rose, Annesi ve Nişanlısının Gemiye Bindikleri Sahne (Filmin 21. Dakikasından İtibaren Yer Alır)

Filmin bu sahnesinde, dönemin en büyük gemisi olarak tarihe geçen Titanik’in inşaatı tamamlanmıştır ve ilk seferine çıkmak üzeredir. Bütün herkes Titanik’i görmenin ve bu gemide yolculuk etmenin heyecanı içindedir. Ayrıca, Titanik dünyanın en büyük gemisi olduğu için bu geminin ilk seferi tüm Dünyada yankı uyandırmaktadır. Yolcular ilk seyahat için gemiye binmeye başlamıştır. Rose, annesi Ruth ve nişanlısı Cal gemiye binmek üzere arabalarıyla gelirler. Arabadan inerler ve gemiyi görürler. Aralarında şu diyalog geçer:

Rose: Ne diye abartıyorlar anlamıyorum. Mauretania’dan daha büyük değil bence.

Cal: Bazı şeylerden zevk almıyor olabilirsin Rose ama “Titanic” için bunu yapamazsın bu farklı, daha büyük. Mauretania’dan 30 metre daha uzun ve daha lüks. Kızınızı memnun etmek mümkün değil Ruth.

Ruth: (Gülüyor) Bu geminin batmasının mümkün olmadığı söyleniyor.

Cal: Evet. Batması mümkün değil. Tanrı bile bu gemiyi batıramaz.

“Rose, annesi ve nişanlısının gemiye bindikleri sahne” ADDT açısından incelendiğinde, buradaki diyaloglarda akılcı olmayan inançların yer aldığı görülür. Rose birçok şeyden memnun olmayan bir genç kızdır. Titanik’i görünce de onun herkesin söylediği kadar büyük olmadığını ve diğer insanların abarttığını söyler. Bunun üzerine nişanlısı Cal, Rose’un annesine “Kızınızı memnun etmek mümkün değil Ruth.” der. Bu cümle, kişinin yaşadığı başkalarına ilişkin akılcı olmayan inançlarını ortaya koyar. Daha önce de ifade edildiği gibi, ADDT’ye göre, kişilerde kendine, başkalarına ve yaşadığı dünya ve yaşam şartları hakkındaki taleplerine

ilişkin olmak üzere üç temel akılcı olmayan inanç vardır. Burada birey, başkalarına ilişkin akılcı olmayan inançlarını dile getirmiştir.

Filmin bu sahnesinde Ruth ile Cal arasında geçen diyalogda ise bir diğer akılcı olmayan inanç göze çarpar. Titanik dünyanın en büyük gemisi olarak inşa edilmiş ve herkes onun asla batmayacağını söyler. Bu sahnede de Ruth arabadan iner ve Titanik'i görünce onun büyüklüğü karşısında hayrete düşer. *"Bu geminin batmasının mümkün olmadığı söyleniyor."* der. *Ardından Cal de ona: "Evet. Batması mümkün değil. Tanrı bile bu gemiyi batıramaz."* der. Burada geminin batmasının mümkün olmaması akılcı olmayan bir inançtır. Her geminin batabilme ihtimali söz konusudur. Böyle bir kesinlik söz konusu değildir. Burada kişinin yaşadığı dünya ve yaşam şartları hakkındaki taleplerine ilişkin akılcı olmayan inanç söz konusudur.

2.2. Rose'un İntihar Etmek İsteddiği Sahne (Filmin 37. Dakikasından İtibaren Yer Alır)

Rose, nişanlısını sevmez ve onunla evlenmek istemez. Ayrıca içinde bulunduğu zengin ve gösterişli hayattan da memnun değildir. Rose akşam yemeğinde, kalabalık bir masada otururken bunalır. Rose'un iç konuşmaları şöyledir:

"Geleceğimi kafamda canlandırabiliyordum. Hiç bitmeyen davetler, kotilyon dansları... yatlar ve polo maçları. Aynı dar kafalı insanlar, aynı anlamsız gevezelikler. Sanki büyük bir uçurumun kıyısında duruyordum... ve beni tutacak hiç kimse yoktu. Benimle ilgilenen hiç kimse yoktu. Beni fark eden bir kişi bile yoktu."

Rose, bu iç konuşmaların ardından masadan kalkar ve koşarak dışarı çıkar. Ağlayarak geminin kenarına yaklaşır ve atlamak ister. O sırada Jack onu görür. Atlamasına engel olmaya çalışır. Aralarında şu diyalog geçer:

Jack: Hadi. Bana elini ver. Seni oradan çıkaracağım.

Rose: Hayır! Olduğun yerde kal. Ciddiyim. Atarım kendimi.

Jack: Hayır, atamazsın.

Rose: Nasıl yani? Atlarım tabii. Bana ne yapıp ne yapmayacağımı söyleyemezsin. Beni tanımıyorsun.

Jack: Yapsan şimdiye kadar çoktan yapardın.

Rose: Dikkatimi dağıtıyorsun. Çek git.

Jack: Gidemem. Bu işe karıştım artık. Sen atlarsan, ben de arkandan atlamak zorundayım.

Rose: Saçmalama. Ölürsün.

Jack: Ben iyi yüzerim.

Rose: Düştüğün anda ölürsün.

....(Bir süre onu ikna etmek için konuşmaya devam eder.)

Jack: Arkandan atlamak için can atmıyorum ama dediğim gibi başka şansım yok. Umarım küpeşteden bu tarafa geçip beni büyük bir dertten kurtarırısın.

"Rose'un intihar etmek istediği sahne" ADDT'nin ABC Modeli açısından incelendiğinde, A (başlatan olay), sevmediği biriyle evlenmek zorunda kalma; C (sonuç), duygusal olarak yalnızlık, umutsuzluk, çaresizlik ve davranışsal olarak da ve intihara teşebbüs eder. Bu duygusal ve davranışsal tepkilerin kökeninde, kişinin bu olaya ilişkin B'leri (inanç sistemi) yer alır. Bu inanç sisteminde yer alan düşünceler: *"Sanki büyük bir uçurumun kıyısında duruyordum... ve beni tutacak hiç kimse yoktu. Benimle ilgilenen hiç kimse yoktu. Beni fark eden bir kişi bile yoktu."* cümlelerinde ifade edilmiştir. Buradaki temel inanç, "istemediğim biriyle evlenmekten ve istemediğim bir hayatı yaşamaktan beni kurtaracak hiç kimse yok" düşüncesidir. Rose, bu düşünceler içinde de yalnızlık, umutsuzluk ve çaresizlik duygularıyla birlikte intihara teşebbüs eder. Burada bireyin yaşadığı olay hakkındaki sahip olduğu akılcı olmayan inançlarının onu duygusal ve davranışsal olarak olumsuz ve istenmeyen sonuçlara götürdüğü görülür.

Rose'un intihara teşebbüs ettiği ve Jack'in onu suya atlamamak için ikna etmeye çalıştığı sahnede Rose ile Jack arasında geçen diyaloglar ADDT açısından ele alındığında, akılcı olmayan inançların yer aldığı söylenebilir. Rose geminin demirlerinin dışına geçmiştir ve suya atlamak üzeredir. Jack ona yaklaşır ve atlamaması için ikna etmeye çalışır. *Rose, Jack'e: "Dikkatimi dağıtıyorsun. Çek git."* der. *Jack ise: "Gidemem. Bu işe karıştım artık. Sen atlarsan, ben de arkandan atlamak zorundayım."* der. Yine diyalogun devamında

Jack: “Arkandan atlamak için can atmıyorum ama dediğim gibi başka şansım yok.” der. Jack’in “Sen atlarsan, ben de arkandan atlamak zorundayım” ve “...başka şansım yok.” Cümlelerinde akılcı olmayan inançlar olduğu ifade edilebilir. Burada bir zorunluluk vardır. Jack kendisinin de Rose ile birlikte atlamak zorunda olduğunu ve başka şansının olmadığını söyler. Bu durum bireyin kendi kendine dayattığı bir zorunluluktur ve bireyin düşünce sisteminin ürünüdür. Gerçekte böyle bir zorunluluk ve dayatma söz konusu değildir. Bu nedenle de bu düşüncenin, akılcı olmayan bir inancı gösterdiği söylenebilir.

2.3. Rose’un Jack’e Kendisini Kurtardığı İçin Teşekkür Etmek İçin Yanına Gittiği Sahne (Filmin 47. Dakikasından İtibaren Yer Alır)

Rose, bir önceki akşam Jack kendisini kurtardığı için ertesi gün ona teşekkür etmek ister ve yanına gider. İkisi gemide dolaşırlar ve uzun uzun sohbet ederler. Rose Jack’e hayatından memnun olmadığından ve yakında Cal ile evleneceğinden söz eder. Aralarında şu diyalog geçer:

Jack: *Onu seviyor musun?*

Rose: *Çok kaba davranıyorsunuz. Bunu sormamanız gerekirdi.*

Jack: *Basit bir şey sordum. Bu adamı seviyor musun, sevmiyor musun?*

Rose: *Uygun bir sohbet değil bu.*

Jack: *Soruya neden cevap veremiyorsun?*

Rose: *Çok saçma. Birbirimizi tanımıyoruz. Bu şekilde konuşamayız. Çok kaba ve düşüncesizsiniz, küstahsınız. Ben gidiyorum.*

Rose’un Jack’e kendisini kurtardığı için teşekkür etmek için yanına gittiği sahne, ADDT’nin ABC Modeli açısından incelendiğinde, A (başlatan olay), Jack’in Rose’a “Onu seviyor musun?” sorusunu sorması; C (sonuç), duygusal olarak öfke, ve davranışsal olarak da bağırarak ve ortamdaki uzaklaşmaktır. Bu duygusal ve davranışsal tepkilerin kökeninde, kişinin bu olaya ilişkin B’leri (inanç sistemi) yer alır. Bu inanç sisteminde yer alan düşünceler: “Çok kaba davranıyorsunuz. Bunu sormamanız gerekirdi. Birbirimizi tanımıyoruz. Bu şekilde konuşamayız.” cümlelerinde ifade edilmiştir. Buradaki temel inanç, “çok fazla tanımadığım biri bana özel bir soru sormamalı” düşüncesidir. Bu düşünce ile birlikte de öfkelenir, bağırarak ve hakaret etmeye başlar. Burada bireyin yaşadığı olay hakkındaki sahip olduğu akılcı olmayan inançlarının onu duygusal ve davranışsal olarak olumsuz ve istenmeyen sonuçlara götürdüğü söylenebilir.

Rose’un Jack’e kendisini kurtardığı için teşekkür etmek için yanına gittiği sahnede Rose ile Jack arasında geçen diyaloglar ADDT açısından incelendiğinde, akılcı olmayan inançların yer aldığı görülmektedir. Jack, Rose’a: “Onu seviyor musun?” sorusunu sormasının ardından Rose: “...Bunu sormamanız gerekirdi.” şeklinde cevap verir. Rose’un bu cümlesi akılcı olmayan bir inancın göstergesidir. Burada bir zorunluluk vardır. Bu da bireyin başkalarından taleplerine ilişkin akılcı olmayan inanca sahip olduğu anlamına gelir.

2.4. Geminin Kaptanı ve Gemiye Yapan Ismay’ın Konuşmalarının Yer Aldığı Sahne (Filmin 52. Dakikasından İtibaren Yer Alır)

Gemiye yapan kişi olan Ismay her fırsatta geminin büyüklüğünden söz eder. Geminin dünyada insan eliyle yapılmış hareket eden tek araç olduğunu vurgular ve eseriyle öğünür. Geminin büyüklüğü ile haberlere konu olmasıyla yetinmez ve aynı zamanda hızlı olduğunu da herkese göstermek ister. Geminin daha hızlı gitmesini sağlamak için kaptanı ikna etmeye çalışır. Ismay ve Kaptan arasında şu diyalog geçer:

Ismay: *Son dört kazanı henüz yakmadınız mı?*

Kaptan: *Hayır, gerek duymadım. Şu an çok iyi gidiyoruz.*

Ismay: *Basın Titanic’in boyutlarını biliyor. Şimdi onları hızıyla şaşırtmak istiyorum. Yazmaları için onlara yeni haberler vermeliyiz. Titanic’in bu ilk yolculuğu manşetlere geçmeli.*

Kaptan: *Bay Ismay... Motorlar alışana kadar fazla zorlamamayı tercih ederim.*

Ismay: *Elbette, ben sadece bir yolcuym. En iyinin ne olduğuna siz karar verin ama New York’a salı gecesi varıp hepsini şaşırtırsak... okyanustaki bu son yolculuğunuz muhteşem bir şekilde sona erer. Bütün sabah gazeteleri bunu yazar. Emekli olmadan önce ses getirmek istemez misiniz? Akıllı birisiniz.*

Geminin kaptanı ve gemiyi yapan Ismay’ın konuşmalarının yer aldığı sahne, ADDT açısından incelendiğinde, bu sahnede Ismay ve Kaptan arasında geçen diyaloglarda akılcı olmayan inançların yer aldığı söylenebilir.

Ismay, Titanik'in vaktinden önce gideceği yere varmasını ve böylece basında manşetlere geçmeyi ister. Ancak bu isteğini zorunluluk ifade eden cümlelerle ifade etmektedir. Ismay'ın "*Basın Titanic'in boyutlarını biliyor. Şimdi onları hızıyla şaşırtmak istiyorum. Yazmaları için onlara yeni haberler vermeliyiz. Titanic'in bu ilk yolculuğu manşetlere geçmeli.*" sözlerinde akılcı olmayan inançların yer aldığı göze çarpar. Burada bir zorunluluk vardır. Bu cümleler bireyin kendisi ve başkaları hakkındaki taleplerine ilişkin akılcı olmayan inançlara sahip olduğunu göstermiştir.

2.5. Yemek Sahnesi (Filmin 60. Dakikasından İtibaren Yer Alır)

Rose'un nişanlısı Cal, Rose'un hayatını kurtardığı için Jack'i ertesi gün akşam yemeğine davet eder. Jack geminin 3. sınıfında seyahat eden bir yolcudur. 1. sınıf zenginlerden olan Rose ve ailesi ile birlikte yemeğe katılır. Rose'un annesi Jack'i başından beri sevmemiştir. Yemekte de onun 3. sınıf olduğunu konuşmalarıyla sürekli hatırlatır ve Jack'i küçük düşürmeye çalışır. Jack ise kendi hayatından memnundur. Yemekte şöyle bir diyalog geçer:

Ruth: Böyle yersiz yurtsuz dolaşmak hoşunuza gidiyor, öyle mi?

Jack: Evet, hanımefendi, hoşuma gidiyor. İhtiyacım olan her şeye sahibim. Ciğerlerim havayla dolu ve birkaç boş resim kâğıdım var. Sabah uyandığında o gün neler olacağını, kiminle tanışacağımı ya da nereye gideceğimi bilmemek hoşuma gidiyor. Geçen gece bir köprü altında uyuyordum. Şimdi ise dünyanın en büyük gemisinde, sizin gibi kibar insanlarla şampanya içiyorum. Bence hayat bize verilen bir armağan ve ben onu ziyan etmek istemiyorum. Bir saniye sonra karşınıza ne çıkacağını bilemezsiniz. Hayatı olduğu gibi kabul etmeyi öğrenmeliyiz. Her günün değerini bilerek doyusya yaşayacaksınız.

Molly: Doğru söyledin Jack.

Akşam yemeğinde Rose'un annesi Ruth ve Jack arasında geçen konuşmalar ADDT açısından incelendiğinde, bu konuşmalarda akılcı inançların bulunduğu görülür. Rose'un annesi Ruth, Jack'e: "*Böyle yersiz yurtsuz dolaşmak hoşunuza gidiyor, öyle mi?*" diye sorar. Jack'in yanıtı ise şöyledir: "*... Bence hayat bize verilen bir armağan ve ben onu ziyan etmek istemiyorum. Bir saniye sonra karşınıza ne çıkacağını bilemezsiniz. Hayatı olduğu gibi kabul etmeyi öğrenmeliyiz. Her günün değerini bilerek doyusya yaşayacaksınız.*" Bu cümlelere bakıldığında, kişinin hayata dair akılcı bir inanca sahip olduğu söylenebilir.

2.6. Rose ve Cal Arasında Kahvaltıda Geçen Tartışma Sahnesi (Filmin 67. Dakikasından İtibaren Yer Alır)

Jack'in Rose ve ailesi ile 1. sınıf yolcuların arasında katıldığı akşam yemeğinden sonra Rose, Jack ile birlikte 3. sınıf yolcuların olduğu bölüme gider. Orada yolcular arasında eğlence düzenlenmiştir. Rose ve Jack birlikte bu eğlenceye katılırlar. Rose orada hiç olmadığı kadar çok eğlenir. Cal ise, Rose'u takip etmesi için uşaklarından birini görevlendirir. Uşak Cal'e Rose'un Jack ile birlikte 3. sınıf yolcularla eğlenceye katıldığını anlatır. Ertesi sabah, Cal ile Rose birlikte kahvaltı yaparlar. Kahvaltıda aralarında bir tartışma geçer. Bu tartışmanın bir bölümü şöyledir:

Cal: Dün gece odama geleceğini sanmıştım.

Rose: Yorgundum.

Cal: Alt güvertede atlayıp sıçramanın yorucu olduğundan şüphem yok.

Rose: Cenaze suratlı uşağını peşime takmışsın. Tam sana göre bir davranış.

Cal: Bir daha asla bu şekilde davranmayacaksın Rose, anladın mı?

Rose: Fabrikalarında çalışan, emir verebileceğin bir ustabaşı değilim. Senin nişanlım.

Cal: Nişanlım! Evet, nişanlımsın, karımsın! Henüz yasal olmasa da karımsın. O zaman bana saygı göstereceksin. Bir kadının kocasına saygı göstermesi gerekir. Sen de bana gereken saygıyı göstereceksin. Beni aptal yerine koyamayacaksın Rose. Anlaşılmayan bir şey var mı? (Bu sözleri söylerken bağırıyor ayağa kalkıp kahvaltı masasını deviriyor.)

Rose: Hayır.

Cal: Güzel. İzninle.

"Rose ve Cal arasında kahvaltıda geçen tartışma sahnesi" ADDT'nin ABC Modeli açısından incelendiğinde, A (başlatan olay), Rose'un 3. sınıf yolcuların eğlencesine katılması; C (sonuç), duygusal olarak öfke ve

davranışsal olarak da nişanlısı Rose'a bağırma vekahvaltı masasını devirmektir. Bu duygusal ve davranışsal tepkilerin kökeninde, kişinin bu olaya ilişkin B'leri (inanç sistemi) yer alır. Bu inanç sisteminde yer alan düşünceler: Rose'un kendisine haber vermeden eğlenceye katıldığı için oluşan olumsuz düşüncelerdir. Bu düşünceler şu cümlelerde açıkça görülür: "*Nişanlımsın, karımsın! Henüz yasal olmasa da karımsın. O zaman bana saygı göstereceksin. Bir kadının kocasına saygı göstermesi gerekir. Sen de bana gereken saygıyı göstereceksin. Beni aptal yerine koyamayacaksın*" Buradaki temel inanç, "benim nişanlım benim haberim olmadan hiçbir şey yapamaz. Bu bana saygısızlık yaptığı anlamına gelir." düşüncesidir. Bu düşünceler içinde de yoğun öfke duygusuyla birlikte Rose'a bağırır ve kahvaltı masasını devirir. Burada bireyin yaşadığı olay hakkındaki sahip olduğu akılcı olmayan inançlarının onu duygusal ve davranışsal olarak olumsuz ve istenmeyen sonuçlara götürdüğü söylenebilir.

Rose ve Cal arasında kahvaltıda geçen tartışma sahnesindeki Rose ile Cal arasında geçen diyaloglar ADDT açısından ele alındığında, akılcı olmayan inançların yer aldığı görülür. Rose Cal'e haber vermeden 3. Sınıf yolcuların eğlencesine katıldığı için Cal sinirlenir ve Rose'a söylediği cümlelerin bir kısmı şöyledir: "... *O zaman bana saygı göstereceksin. Bir kadının kocasına saygı göstermesi gerekir. Sen de bana gereken saygıyı göstereceksin...*". Cal'ün bu cümlelerinde akılcı olmayan inançlar yer alır. Bu cümlelerde zorunluluklar vardır. Bana saygı göstereceksin, bir kadının kocasına saygı göstermesi gerekir cümleleri bireyin başkalarına ve yaşadığı dünya ve yaşam şartları hakkındaki taleplerine ilişkin akılcı olmayan inanç ilişkin akılcı olmayan inançlara sahip olduğunun göstergesidir.

2.7. Titanik Buz Dağına Çarptıktan Sonra Thomas, Kaptan ve Ismay Arasındaki Konuşmanın Yer Aldığı Sahne (Filmin 102. Dakikasından İtibaren Yer Alır)

Titanik buz dağına çarptıktan sonra, gemideki mühendislerden Thomas, Kaptan ve Ismay gemide oluşan hasarı konuşmak üzere bir araya gelirler. Thomas, Kaptan'a ve Ismay'e geminin mutlaka batacağını ve bunu durdurmanın matematiksel olarak mümkün olmadığını anlatır. Aralarında geçen diyalogun bir kısmı şöyledir:

Thomas: Durdurmanın yolu yok.

Kaptan: Pompalar. Pompaları açarsak...

Thomas: Pompalar size sadece birkaç dakika kazandırır. Şu andan itibaren ne yaparsak yapalım Titanic suyla dolup batacak.

Ismay: Ama bu gemi asla batamaz.

Thomas: Gemi demirden yapıldı efendim. Sizi temin ederim bataabilir ve batacak. Matematiksel kesinlik söz konusu.

Titanik buz dağına çarptıktan sonra Thomas, Kaptan ve Ismay arasında geçen diyaloglar ADDT açısından ele alındığında, akılcı olmayan inançların yer aldığı söylenebilir. Thomas geminin buz dağına çarptıktan sonra çok büyük hasar gördüğünü ve batacağını Kaptan ve Ismay'e ifade eder. Ismay geminin batacağına inanmaz. Bunun üzerine "*Ama bu gemi asla batamaz.*" diyerek buna inanmadığını belirtir. Geminin asla batmayacağı akılcı olmayan bir inançtır. Burada kişinin yaşadığı dünya ve yaşam şartları hakkındaki taleplerine ilişkin akılcı olmayan inanç söz konusudur.

2.8. Cal ile Jack'in Rose'u Sandala Binmesi İçin İkna Etmeye Çalıştıkları Sahne (Filmin 132. Dakikasından İtibaren Yer Alır)

Titanik buz dağına çarptıktan sonra kadınlar ve çocuklar sandallara bindirilerek gemiden indirilir. O sırada Cal Rose'u sandala bindirmek ister. Ancak Rose, Jack olmadan sandala binmek istemez. Cal ise Rose'u sandala binmeye ikna etmek için geminin diğer tarafındaki bir görevliyle anlaşma yaptığını söyler. Bu anlaşmaya Jack'i de dâhil edeceğini ve ikisinin birlikte başka bir sandala bineceklerini söyler. Rose bunu duyunca Cal'e inanır ve sandala biner. Ardından Jack ile Cal arasında şu diyalog geçer:

Jack: Anlaşma falan yok, değil mi?

Cal: Evet, var ama senin işine pek yaramayacak. Ben hep kazanırım Jack. Mutlaka her zaman kazanırım.

Cal ile Jack'in Rose'u sandala binmesi için ikna etmeye çalıştıkları sahnedeki Cal ile Jack arasında geçen diyaloglar ADDT açısından incelendiğinde, bu diyalogda akılcı olmayan inanç görülmektedir. Cal ile Jack, Rose'u sandala binmesi için ikna ederler ve Rose sandala biner. Daha sonra Jack ile Cal arasında geçen diyalogun bir kısmında Cal: "... *Ben hep kazanırım Jack. Mutlaka her zaman kazanırım.*" der. Cal'ün bu

cümlesinde akılcı olmayan inanç söz konusudur. Buradan hareketle bireyin kendisi hakkındaki taleplerine ilişkin akılcı olmayan inançlara sahip olduğu söylenebilir.

2.9. Rose ile Jack'in Gemi Battıktan Sonra Okyanusun İçindeki Konuşmalarının Yer Aldığı Sahne (Filmin 165. Dakikasından İtibaren Yer Alır)

Bu sahnede Titanik tamamen sulara gömülür. Rose ve Jack soğuk okyanus suyunun içinde bir yerlere tutunma ve donmadan hayatta kalma mücadelesi verirken bir tahta parçası bulurlar. Ancak bu tahta her ikisini de taşıyabilecek büyüklükte değildir. Jack Rose'un tahta parçasına tutunmasını sağlar. Onun hayatta kalması için kendini feda eder. Jack suyun içinde ve donmak üzereyken Rose ile aralarında geçen diyalogun bir kısmı şöyledir:

Jack: O bileti kazanmak, hayatımda başıma gelen en güzel şeydi. Beni sana getirdi. Bunun için Tanrı'ya şükrediyorum Rose. Şükrediyorum. Bana bir iyilik yapmalısın. Hayatta kalacağına söz vermelisin. Ne olursa olsun. Hayattan vazgeçmeyeceğine söz ver. Ne kadar ümitsiz olursa olsun. Bana söz ver şimdi Rose. Verdiğin sözden asla dönme.

Rose: Söz veriyorum.

Jack: Sözümden asla dönme.

Rose: Asla dönmem Jack.

Rose ile Jack'in gemi battıktan sonra okyanusun içindeki konuşmalarının yer aldığı sahnede Rose ile Jack arasında geçen diyaloglar ADDT açısından incelendiğinde, bu diyaloglarda da akılcı olmayan inançların varlığından söz edilebilir. Titanik tamamen battıktan sonra Rose ve Jack okyanus sularında hayatta kalma mücadelesi verir. Bu sırada Jack'in şu cümlelerinde "... Bana bir iyilik yapmalısın. Hayatta kalacağına söz vermelisin. Ne olursa olsun. Hayattan vazgeçmeyeceğine söz ver. Ne kadar ümitsiz olursa olsun. Bana söz ver şimdi Rose. Verdiğin sözden asla dönme." ve Rose'un "Asla dönmem Jack." cümlesinde akılcı olmayan inançların var olduğu görülür. Jack'in cümlelerindeki akılcı olmayan inançlar, bireyin başkaları hakkındaki taleplerine ilişkin akılcı olmayan inançlardır. Rose'un cümlesindeki akılcı olmayan inanç ise, bireyin kendisi hakkındaki taleplerine ilişkin akılcı olmayan inançtır.

2.10. Film Şarkısı

Sanatçı: Celine Dion

Şarkı Adı: My Heart Will Go On

Albüm Adı: Let's Talk About Love

Titanik filminin film müziği olan şarkının sözleri şu şekildedir:

Every night in my dreams (Her gece rüyamda)

I see you, I feel you (Seni görüyorum, seni hissediyorum)

That is how I know you go on (Bu şekilde devam ettiğini biliyorum)

Far across the distance and spaces between us (aramızdaki uzak mesafe ve boşluklardan)

You have come to show you go on (Devam ettiğini göstermek için geldin)

Near, far, wherever you are (Yakın, uzak, nerede olursan ol)

I believe that the heart does go on (İnanıyorum ki sevgi devam eder)

Once more you open the door (Bir kez daha, kapıyı açıyorsun)

And you're here in my heart (Ve kalbimdesin)

And my heart will go on and on (Ve sevgim devam edecek ve edecek)

Love can touch us one time (Aşk bize bir kez dokunabilir)

And last for a lifetime (Ve bir ömür sürer)

And never let go till we're one (Ve bir olduğumuz sürece gitmesine izin vermeyiz)

Love was when I loved you (Aşk seni sevdiğim zamandı)

One true time I hold to (Seni bir kere gerçekten sardığım zaman)
In my life we'll always go on (Hayatımda hep devam edeceğiz)
Near, far, wherever you are (Yakın, uzak, nerede olursan ol)
I believe that the heart does go on (İnanıyorum ki sevgi devam eder)
Once more you open the door (Bir kez daha, kapıyı açıyorsun)
And you're here in my heart (Ve kalbimdesin)
And my heart will go on and on (Ve sevgim devam edecek ve edecek)
There is some love that will not go away (Asla terk etmeyecek bir sevgi var)
You're here, there's nothing I fear (Sen buradasın, korktuğum hiçbir şey yok)
And I know that my heart will go on (Ve biliyorum ki sevgim devam edecek)
We'll stay forever this way (Sonsuza dek bu şekilde kalacağız)
You are safe in my heart (Kalbimde güvendesin)
And my heart will go on and on (Ve sevgim devam edecek ve edecek)

Film müziği olan “My Heart Will Go On” şarkısı ADDT açısından incelendiğinde, bu şarkıda da bazı akılcı olmayan inançların bulunduğu söylenebilir.

Love can touch us one time (Aşk bize bir kez dokunabilir)
And last for a lifetime (Ve bir ömür sürer)
And never let go till we're one (Ve bir olduğumuz sürece gitmesine izin vermeyiz)

Şarkının yukarıdaki bölümünde “Aşk bize bir kez dokunabilir ve bir ömür sürer ve bir olduğumuz sürece gitmesine izin vermeyiz” cümlelerinde aşka dair akılcı olmayan bir inancın varlığından söz edilebilir. Şöyle ki, aşkın sadece bir kez olabileceğine ve bir ömür süreceğine dair bir kesinlik bulunur. Ancak böyle bir kesinlik söz konusu olamaz. Bu düşüncenin altında bir akılcı olmayan inanç yer alır.

There is some love that will not go away (Asla terk etmeyecek bir sevgi var)
You're here, there's nothing I fear (Sen buradasın, korktuğum hiçbir şey yok)
And I know that my heart will go on (Ve biliyorum ki sevgim devam edecek)
We'll stay forever this way (Sonsuza dek bu şekilde kalacağız)

Şarkının yukarıdaki bölümünde “Asla terk etmeyecek bir sevgi var, Sen buradasın, korktuğum hiçbir şey yok ve biliyorum ki sevgim devam edecek, Sonsuza dek bu şekilde kalacağız” cümlelerinde de aşka dair ve sevginin asla bitmeyeceğine ve sonsuza dek devam edeceğine dair akılcı olmayan bir inanç söz konusudur. Sevginin asla bitmeyeceği ve sonsuza dek devam edeceğine dair bir kesinlikten söz edilmektedir. Ancak böyle bir kesinlik söz konusu değildir. Bu düşüncenin altında da bir akılcı olmayan inanç yer alır.

3. SONUÇ

Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi (ADDT), bireylerin yaşamdaki karşılaştıkları başlatıcı olayların (A), duygulara (C) neden olmadığı; olaylara ilişkin inançlarının (B) (akılcı ya da akılcı olmayan inançlar) duygulara neden olduğu görüşüne dayanır. ADDT'ye göre, insanlarda doğuştan gelen, akılcı ya da akılcı olmayan bir şekilde düşünme eğilimi vardır. ADDT kuramında, terapide ABC modeli izlenir. ADDT'de uygulayıcılar danışanların ABC'lerini belirledikten sonra akılcı olmayan inançları tartışma yoluyla çürüterek akılcı bir şekilde düşünmeyi öğretirler. Bireyler, biyolojik, sosyal ve çevresel koşulların etkisi ile akılcı ya da akılcı olmayan bir inanç sistemi geliştirirler. Bireylerin inanç sistemlerinin oluşmasında toplumun, ailenin, kültürün rolü büyüktür. Nitekim filmlerin de toplumu etkileme gücü açısından bireylerin inanç sistemleri üzerindeki etkisi göz önünde bulundurularak bu çalışmada Titanik filmi Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi açısından incelenmiştir.

Filmin şarkısında ve ele alınan sahnelerde akılcı olmayan bir inanç sistemi söz konusudur. Ele alınan sahnelerden sadece birinde akılcı bir inanç sistemi görülür. Titanik dünya çapında izlenen ve çok geniş bir kitleye hitap eden bir filmidir. Filmlerin belli değerler ve inançların öğrenilmesindeki etkileri düşünüldüğünde,

bu kadar büyük bir izleyici kitlesine ulaşan bir filmde akılcı olmayan inanç sisteminin hâkim olduğu diyalogların çoğunlukta olması endişe verici bir durumdur.

Sonuç olarak, gerçek bir olaydan yola çıkarak beyaz perdeye uyarlanan Titanik filminde yer alan akılcı olmayan inançlar birçok insanın inanç sisteminin oluşmasına etki etmiştir ve etmeye de devam eder. Bu açıdan psikolojik danışmanlar, psikologlar ve psikiyatristlerin bireylerin inanç sistemlerinin oluşumunda filmlerin etkisini dikkate almaları önem kazanır. Bu nedenle yapılan bu çalışmanın, eğitimcilere ve ruh sağlığı alanında çalışan psikolojik danışman, psikolog ve psikiyatristlere yol göstereceği düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

Corey, G. (2008). Psikolojik danışma, psikoterapi kuram ve uygulamaları (Çev. T. Ergene). Ankara: Mentis Yayıncılık.

Dryden, W. & Neenan, M. (2006). Rational emotive behaviour therapy. 100 key points and techniques. New York: Routledge.

Ellis, A. (1994). Reason and emotion in psychotherapy. (Rev. Ed.). New York: Birch Lane Press.

Ellis, A. (1999). Why rational emotive therapy to rational emotive behavior therapy? *Psychotherapy*, 36(2), 154-159.

Ellis, A. (2004a). Why rational emotive behavior therapy is the most comprehensive and effective form of behavior therapy. *Journal of Rational Emotive & Cognitive Behavior Therapy*, 22(2), 85-92.

Ellis, A. (2004b). Why I (really) became a therapist. *Journal of Rational Emotive & Cognitive Behavior Therapy*, 22, 73-77.

Ellis, A. (2006). Expanding the ABCs ret. *Journal of Rational Emotive & Cognitive Behavior Therapy*, 2, 20-24.

Ellis, A. & Dryden, W. (1997). The practice of rational emotive therapy. (Rev. Ed.). New York: Springer.

Kocadaş, B. (2005). Kültür ve medya. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 34, 1-8.

Murdock, N. L. (2014). Psikolojik danışma ve psikoterapi kuramları. Olgu sunumu yaklaşımıyla. (2. Basımdan Çeviri). (F Akkoyun, Çev. Ed.). Ankara: Nobel Yayınevi.

Sharf, R. S. (2014). Psikoterapi ve psikolojik danışma kuramları. Kavramlar ve örnek olaylar. (5. Basımdan Çeviri). (N Voltan-Acar, Çev. Ed.). Ankara: Nobel Yayınevi.

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

(1) [https://tr.wikipedia.org/wiki/Titanik_\(film\)](https://tr.wikipedia.org/wiki/Titanik_(film))

(2) <http://www.beyazperde.com/filmler/film-5818/>