

Tolstoy'un Şeytan Romanının Doküman Analizi Yöntemi ile Bilişsel Çarpıtmalar Bağlamında İncelenmesi

Fadim Büşra Keleş, Mehmet Ak, Şahin Kesici

Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, Konya, Türkiye



Cite this article as:

Keleş FB, Ak M, Kesici Ş.
Tolstoy'un Şeytan Romanının
Doküman Analizi Yöntemi ile
Bilişsel Çarpıtmalar Bağlamında
İncelenmesi. J Cogn Behav
Psychother Res 2024; 13(1):
77-86.

Address for correspondence:

Fadim Büşra Keleş,
Necmettin Erbakan Üniversitesi,
Eğitim Bilimleri Anabilim
Dalı, Rehberlik ve Psikolojik
Danışmanlık Bilim Dalı, Konya,
Türkiye
Phone: +90 542 366 96 06
E-mail:
fbusrak93@gmail.com

Submitted: 18.05.2023

Revised: 24.07.2023

Accepted: 24.09.2023

Available Online: 25.09.2023

JCBPR, Available online at
<http://www.jcbpr.org/>



This work is licensed under
a Creative Commons
Attribution-NonCommercial
4.0 International License.

ÖZ

Bireyler günlük hayatlarında farkında olmadan pek çok faktörden kaynaklı olarak bilişsel çarpıtmalara başvurabilmektedir. Farklı kaynaklara göre sayılarında değişiklik olan bilişsel çarpıtmalara başvurmada önemli olan kısım ne sıklıkta kullanıldığıdır. Çünkü sorunlar karşısında bilişsel çarpıtmayı aşırı kullanan bireylerin işlevsiz inançları pekişebilmektedir. Yapılan bu çalışmada Tolstoy tarafından yazılan "Şeytan" isimli romanın kahramanı olan Yevgeni'nin kullandığı bilişsel çarpıtmaların incelenmesi amaçlandı. Çalışma nitel araştırma tekniklerinden biri olan doküman analizi yöntemi ile gerçekleştirildi. Bilişsel çarpıtmaların bir eserde incelendiği çalışmaya literatürde rastlanmadı. Üniversite eğitimi tamamladıktan sonra babasının vefatı ile kalan borçları ödeyip mirası kurtarmaya çalışan ve kendi isteklerini yerine getirmek isteyen Yevgeni ilk önce dengeyi sağladığını düşünse de zamanla sağlayamadığını anlayarak daha fazla bilişsel çarpıtma (kişiselleştirme, aşırı genelleme, zihin okuma, felaketleştirme, suçlama vb.) kullanmaya başlayacaktır. Şeytan romanından hareketle edebiyatın eğitim ve ruh sağlığı alanlarında kullanılması ile literatüre katkı sağlayabileceği gözlemlendi.

Anahtar Kelimeler: Bilişsel çarpıtma, Şeytan, Tolstoy.

ABSTRACT

Review of Tolstoy's The Devil in the Context of Cognitive Distortions with Document Analysis Method

Individuals may turn to cognitive distortions in their daily lives due to several factors without being aware of it. The important part in applying cognitive distortions, which vary in number according to different sources, is how often it is used. In that, the dysfunctional beliefs of individuals who use cognitive distortion excessively in the face of problems can be reinforced. This study aims to examine the cognitive distortions used by Yevgeni, the hero of the novel The Devil written by Tolstoy. The study was conducted with the document analysis method, which is one of the qualitative research techniques. The study wherein cognitive distortions were examined over a work could not be observed in the literature. After completing his university education, Yevgeni, who is trying to pay off the debts left by his father's death, trying to save the inheritance, and wanting to fulfill his own wishes, thinks that he achieved to balance everything in his life at first, but over time he realizes that he failed to do it and he will start to use cognitive distortions (personalization, overgeneralization, mind reading, catastrophizing, accusation, etc.) more. Based on the novel The Devil, it has been observed that literary works can contribute to the literature by using it in the fields of education and mental health.

Keywords: Cognitive distortion, The Devil, Tolstoy.

GİRİŞ

Klasik davranışçı yaklaşımın sadece davranışa ilişkin çalışmaları ile birçok psikolojik sorunun açıklanmasında ve çözülmesinde yetersiz kalması eleştiri almasına sebep olmuştur (Breger ve McGaugh, 1965). Eleştiriler sonucunda Bandura'nın (1965) sosyal öğrenme, Seligman ve Mainer'in (1967) öğrenilmiş çaresizlik ile ilgili yaptıkları çalışmalarla, bilişsel boyut ön plana çıkmaya başlamıştır. Süreç boyunca D'Zurilla ve Goldfried (1971) problem çözme terapisini, Rehm (1977) benlik kontrol terapisini, Ellis (1962) akılcı duygusal davranışsal terapiyi, Meichenbaum (1977) bilişsel davranış değiştirme terapisini ve Beck (1964) bilişsel terapiyi ortaya koymuştur (Dozois, 2019).

Psikanaliz eğitimi alan Beck, depresyon hastaları ile yaptığı görüşmeler sonucunda, depresyonun bilinçaltından kaynaklı bir rahatsızlık olmadığını, bireyin bilişsel yapılarından ve düşüncelerindeki mantık hatalarından kaynaklandığını ortaya koymuştur (Corey, 2013; Yurica ve DiTomasso, 2005). İlk çalışmalarda, çarpıtmaların tanımı Aristoteles ile tümdengelim tümevarım kavramları ile kendisini göstermiş olsa da zamanla çocukluktan kaynaklanan bilinç dışı motivasyon ve çatışmalardan kaynaklı olduğu da düşünülmüştür (Dawes, 1964; Greenberg ve Mitchell, 1983). Buradan sonuçla bilişsel çarpıtmalar şemaya dayalı akıl yürütme hataları olarak tanımlanabilmektedir (Gilbert, 1988). Böylece bireyler dünya, başkaları ve kendisi hakkında gerçekçi yorum yapma yeteneğini kullanamamakta, tasarladıkları eylemleri başlatma ve sonuçlandırma konusunda yetersiz kalmaktadır (Freeman ve ark, 1990; Ak ve ark, 2022). Bireylerin bu durumu, bilgi işleme sürecinde yer alan yanlılık ya da hataya eğilimi göstermektedir (Türkçapar, 2020). Özgün durumlarda tehdide duyarlı hızlı savunma algoritmalarından kaynaklandığı için inançlar doğru kabul edilmektedir (Gilbert, 1988). Bu durumun giderilmesi ve bireyin normal bir yaşam sürmesinin yolu olarak da işlevsel olmayan temel inançların değiştirilmesi gerektiği düşünülmektedir (Beck, 2014). Bilişsel kuramda, bir olayın bireye rahatsızlık vermesinden ziyade kişinin olayı nasıl algılayıp yorumladığı önemli görülmektedir (Türkçapar, 2020). Bu yorumlamanın ön yargı, herhangi bir olay karşısında işlevsel olmayan düşüncelerden hareketle otomatik düşünceler olarak ortaya çıkarak olumsuz duygulara sebebiyet verebileceği kabul edilmektedir (Beck, 2014). İşlevsel olmayan düşünceler (bilişsel çarpıtmalar) üç düşünce düzeyinde tanımlanmaktadır (Leahy ve Holland, 2009). Bu üç grup bilişi üçlü halkalar şeklinde ele alınırsa en yüzye otomatik düşünceler, ortada ara inançlar ve en dipte temel inançların olduğu kabul edilmektedir (Türkçapar, 2020). Bu üç alan hiyerarşik şekilde birbiri ile ilişkilidir (Leahy ve Holland, 2009). Bilişsel yapının en üst kısmında yer alan sözel ya da imgesel parçacıklardan oluşan otomatik düşünceler temel inançlar ve ara inançlardan hareketle ortaya çıkmaktadır (Türkçapar, 2020; Beck, 2014). Otomatik düşünceler kişiye özeldir, süreklilikleri

yoktur, aniden ortaya çıkarlar ve onlara eşlik eden duygularla birlikte fark edilirler (Ak ve ark, 2020; Türkçapar, 2020). Bilişsel yaklaşımda genelleştirilmiş, katı ve sık tekrar eden otomatik düşüncelerin psikolojik sorunların gelişmesini etkilediği kabul edilmektedir (Freeman ve ark, 1990). Nitekim psikolojik sorun yaşayan bireylerin işlevsel olmayan düşünceleri mantık süzgecinden geçirmedikleri, doğrudan kabul ettikleri görülmektedir (Neenan ve Dryden, 2004).

Herkes bilişsel çarpıtmaları yaşamı içerisinde kullanmaktadır. Beck (1979) sağlıklı bireylerin daha az, duygusal sorunlar yaşayan insanların daha fazla düşünce hataları yapmaya eğilimli olduklarını belirtmiştir. Burada önemli olan kullanılan bilişsel çarpıtmanın miktarıdır. Örneğin, iyileştirici ilaçlar gereğinden fazla alınması durumunda insana zarar verebilmektedir. Benzer şekilde bireylerin çarpıtmaları gereğinden fazla tutarsız şekilde kullanması da bireylerin işlevsiz inançlarının pekişmesine yol açabilmektedir (Ak ve ark, 2022; Knapp ve Beck, 2008).

Düşünme hataları olarak da anılan bilişsel çarpıtmalar Beck (1976) tarafından önce altı başlıkta toplanmış, sonra bu başlıklar yapılan çalışmalar çerçevesinde genişletilmiştir. Buna göre:

- 1) Kişiselleştirme (Personalization): Bireyin yaşanılan istenmedik olayla herhangi bir ilişkisi bulunmamasına rağmen, durumu kendi benliği ile ilişkilendirmesidir. Depresyon zamanlarında bu çarpıtmanın arttığı gözlenmiştir (Beck ve ark, 1979). Çocuğu hastalanan bir annenin kendisinin kötü bir anne olduğu sonucuna ulaşması buna örnek olarak verilebilir (Ak ve ark, 2020).
- 2) Aşırı genelleme (Over generalization): Bireyin sadece bir olaydan veya nedenden yola çıkarak elde ettiği sonuçları tüm durumlara genellemesidir. Burada bir şeylerin değişmeyeceği ve negatif sonucun sürekli tekrarlanacağı ve artacağı inancı mevcuttur (Burns, 2017; Gilbert, 2001). Matematikten düşük not alan öğrencinin her derste başarısız ve zayıf olduğunu düşünmesi buna örnek verilebilir.
- 3) Keyfi çıkarsama (Arbitrary inference): Ortada durum hakkında kesin bir delil olmamasına rağmen bireyin olumsuz hisleri uyandıran sonuca varmasıdır. Nötr bir iyilik davranışının "zorunda olduğu için bana iyi davranıyor" olarak yorumlanması buna örnek olarak verilebilir.
- 4) Seçici soyutlama-zihinsel filtreleme (Selective abstraction): Yaşanılan bir olay ile alakalı tüm durumları görmek yerine bir duruma odaklanarak değerlendirme yapılması durumudur. Yeni aldığı elektronik eşyanın sorunlu çıkması üzerine bireyin teknolojinin hep sorunlu olduğu sonucuna ulaşması buna örnek olarak verilebilir (Ak ve ark, 2020).

- 5) Büyütme ve küçültme (Magnificion and minimazing/ catastrophizing): Bireylerin yaşamlarında karşılaştıkları olumlu durumları küçülterek olumsuz durumları büyütme eğiliminde olmalarıdır. Bireyin derslerinden yüksek notlar almasına rağmen bunun başarılı olduğu anlamına gelmediğini düşünmesi buna örnek olarak gösterilebilir (Beck, 2014).
- 6) Siyah beyaz-iki kutuplu-polarize düşünce (Absolutistic dichotomous thinking): Bireyin deneyimlerini ve yaşantılarını mükemmel ya da berbat olarak iki karşıt statüden biri olarak değerlendirmesidir (Ak ve ark, 2020). İsteddiği başarıyı elde edemeyen bireyin iş hakkında “tamamen zaman kaybıydı” şeklinde yorum yapması buna örnek olarak verilebilir (Leahy ve Holland, 2009).
- 7) Olumluyu geçersiz kılma: Bazı kaynaklarda büyütme ve küçültmenin alt başlığı olarak da anılmaktadır. Birey kendisinde ya da başkalarında var olan olumlu şeyleri önemsememektedir (Leahy, 2004). Çocuğu derste yüksek not getiren öğrencinin annesinin zaten sorumluluğu olduğunu düşünerek tebrik etmemesi buna örnek olarak verilebilir.
- 8) Zorunluluk ifadeleri (-meli/-malı): Bireyin bazı katı kuralların olduğuna ve bu katı kurallara her koşulda uyulması gerektiğine inanma ile ilgili inançlarını temsil etmektedir. Burada olayın ya da durumun ne olduğundan ziyade nasıl olması gerektiğine odaklanılmaktadır (Leahy, 2004). Kişi kendisi için zorunluluk ifadelerini sağlayamadığında suçluluk ve hayal kırıklığı; başkalarında karşılayamadığında ise onlara karşı öfke, hayal kırıklığı ve kızgınlık duyguları oluşmaktadır (Beck, 2014). Sınıfındaki tüm öğrencilerin üniversiteye yerleştiğini görmeyen öğretmenin kendini başarılı kabul etmemesi buna örnek olarak verilebilir (Ak ve ark, 2022).
- 9) Duygudan sonuca ulaşma: Bireyin tersine kanıtlar olmasına rağmen yalnızca öyle hissettiği ya da inandığı için hislerinin doğruluğuna güvenerek sonuca ulaşmasıdır (Ak ve ark, 2020). Geçmişte eyleme rehberlik etmek için duygulara güvenmek uyarlanabilir olsa da günümüzde bu durum büyük sorunlara sebep olabilmektedir (MacLean, 1985). “Korktuğuma göre tehlikeli bir durum var” düşüncesi de buna örnek olarak verilebilir (Türkçapar, 2020).
- 10) Zihin okuma: Bireyin başkalarının kendisine ait ve kendisinin başkalarına ait olan fikirleri hakkında emin durumda olmasıdır. “Beni sevseydi o tektaşı alırdı” düşüncesi buna örnek olarak verilebilir (Ak ve ark, 2022). İlk başta gerçek olmayan bir gerginliğin, daha sonra meydana gelmesinden kaynaklı kendini doğrulayan kehanet olarak da anılmaktadır (Ak ve ark, 2020). “Onlara göre daha kısa olduğum için beni küçük görüyorlar” çarpıtması buna örnek olarak verilebilir.
- 11) Etiketleme: Bireyin kendisini ya da diğer bireyleri belli bir özellikten yola çıkarak tanımlaması ve diğer özellikleri göz ardı etmesidir. Yapılan etiketlemeler sıklıkla olumsuz ve yargılayıcıdır. Ders çalışmayan çocuğa tembel diyerek başarısızlıkla nitelendirmek duruma örnek olarak verilebilir (Türkçapar, 2020).
- 12) Felaketleştirme: Bireyin bir durumu ölüm kalım meselesi şeklinde olumsuz olarak yorumlamasıdır. Bu çarpıtma dürbün hilesi olarak da adlandırılabilir, çünkü abartılı ve olumsuz büyütme yapılmaktadır (Burns, 2017). “İş yerinde arkadaşım hışırdı, kesin COVID ve bana bulaştıracak” bu çarpıtmaya örnek olarak verilebilir (Ak ve ark, 2022).
- 13) Ya olursa: Sürekli ya olursa sorusuna yanıt arayıp, hiçbir yanıttan tatmin olamama durumudur (Leahy, 2004). Yanıtlardan sonra “evet ama ya olursa” diye sorular devam eder (Leahy ve Holland, 2009). “Ya dersi geçemezsem, ya ödevimi hoca beğenmezse” bu çarpıtmaya örnek olarak verilebilir.
- 14) Yargılama odağı: Olayları tanımlayıp kabul etmek yerine iyi-kötü, güzel-çirkin şeklinde gruplandırarak öznel ölçütlerle değerlendirme yapma durumudur (Leahy ve Holland, 2009). Birey hem kendisini hem de başkalarını yargılamaya odaklanmaktadır (Leahy, 2004). “Herkes çok mutlu ben ise hep böyle üzgünüm” çarpıtması örnek olarak verilebilir.
- 15) Yanlışlamayı başaramama (Kurtulma yetersizliği): Birey, olumsuz düşüncesine karşı çıkan her türlü kanıtı reddeder ve düşüncesinin çürütülmesine müsaade etmez (Leahy, 2004). Birey “sevilmiyorum” düşüncesine sahip olduğu için kendisini seven birey olsa da bunu kabul etmez, kendine göre sebepler bulan bireyin seviyormuş gibi göründüklerine ama sevmediklerine inanıyor olması buna örnek olarak verilebilir (Leahy ve Holland, 2009).
- 16) Pişmanlık eğilimi: Birey, şu an daha iyi ne yapabilirimden ziyade geçmişte neyi daha iyi yapabileceğine odaklanmaktadır (Leahy, 2004). “O konuşmada her şeyi söylemeseydim bugün bana küsmezdi” bu çarpıtmaya örnek olarak verilebilir.
- 17) Adaletsiz karşılaştırma (Haksız karşılaştırma): Bireyin kendinden daha iyilere odaklanarak gerçekçi olmayan standartlar hedeflemesidir (Leahy ve Holland, 2009). “Ben yüksek notlar alsam da o benden daha iyi çalışıyor” ya da “asla onu gibi bir yüzücü olamam” cümleleri bu çarpıtmaya örnek olarak verilebilir.
- Bireyler için oturumlarda bilişsel çarpıtmalar tespit edilerek ele alınır (Ak ve ark, 2020). Aksine kanıtlar var olsa da bireyler sıklıkla kendileri, dünyaları ve gelecekleri hakkında temel inançları ile bu çarpıtmalarını sürdürme eğilimindedir (Corey, 2013).

Bulunan alternatif açıklama ve karşı kanıtların fark ettirilmesi ile problemin çözülmesi amaçlanmaktadır (Beck, 2014). Lev Tolstoy tarafından yazılmış “Şeytan” romanının başkarakteri olan Yevgeni’nin bilişsel çarpıtmalar bağlamında değerlendirilmeye çalışıldığı bu araştırmamızın, edebiyat eserlerinin yeni bir bakış açısı ile de ele alınmasını sağlayacağı düşünülmüştür. Literatürde bir romanın bu şekilde analiz edildiği başka bir çalışmaya rastlanmamıştır.

YÖNTEM

Çalışmada incelenen eser 1889 yılında yazılmış, 1909 yılında ikinci farklı bir son ile bitirilmiş, Lev Tolstoy tarafından kaleme alınan Şeytan romanıdır. Bu çalışma, Şeytan romanının bilişsel çarpıtmalar çerçevesinde incelendiği betimsel bir çalışmadır. Kitap, Tolstoy’un ölümünden sonra yayımlanması ile de ilgi çekmektedir. Roman, nitel araştırma yöntemlerinden olan doküman analizi yöntemi ile incelendi (Sönmez ve Alacapınar, 2019). Doküman analizi yöntemi yazılı ve görsel materyallerin analizini içermektedir (Yıldırım ve Şimşek, 2006). Yazılı kaynaklar kitaplar, makaleler, fermanlar ve yazıtlardan; görsel kaynaklar ise resimler, slaytlar, flamalar ve pullardan oluşabilmektedir (Sönmez ve Alacapınar, 2019). Doküman analizi yöntemi, olgu ve olaylarla ilgili bilgiler içeren yazılı metinlerin ayrıntılı taranması ve bu bilgilerden bir bütünlük oluşturulmasına olanak sağlayan yöntem olarak adlandırılmaktadır (Creswell, 2002). Doküman analizi; analiz edilecek uygun dokümanın seçilmesi, kategorilerin oluşturulması ve analiz biriminin saptanması aşamalarından oluşmaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2006). Tekniğin kullanılmasında önemli olan nokta, neyin neden niçin nerede kullanılacağına bilinmesidir (Sönmez ve Alacapınar, 2019).

Şeytan isimli roman, Yevgeni karakterinin babasının ölümünden sonra işleri devralmasından intihar/Stepanida’yı öldürmesine kadar geçen sürede yaşadıkları çerçevesinde ele alındı. Çalışmada bilişsel çarpıtmalar kavramı değerlendirildi. İncelenen eserde bireyin kullandığı tüm bilişsel çarpıtmalar aktarılmaya çalışıldı.

Veri Toplama ve Verilerin Analizi

Veri toplama aracı olarak Lev Tolstoy tarafından kaleme alınan Şeytan romanı kullanıldı. Babasının ölümü ile farklı bir yaşam sürmeye başlayan Yevgeni isimli karakterin hayatının belli bir kısmı aktarılıyor. Romanda; Yevgeni karakterinin yapması gereken işler, cinsel hayatı, evlilik hayatı, aldığı sorumluluklar ile ilgili kendi düşünceleri ve gerçekte olanlar arasındaki farklılıklar ve bu durumun Yevgeni’yi nasıl etkilediği incelendi.

Verilerin analizi; Yevgeni’nin yaşadıklarını anlamlandırılmaları yola çıkılarak araştırmacılar tarafından bilişsel çarpıtmalar bağlamında çerçeveselendirildi. Çalışmada Yevgeni’nin yaşamındaki duygusal çarpıtmalar; kişiselleştirme, seçici soyutlama, keyfi çıkarsama, aşırı genelleme, büyütme ve küçültme, siyah

beyaz düşünme, olumluyu geçersiz kılma, zorunluluk ifadeleri, duygudan sonuca ulaşma, zihin okuma, etiketleme, felaketeleştirme, ya olursa, suçlama, yargılama odağı, yanlışlamayı başaramama, pişmanlık eğilimi ve adaletsiz karşılama başlıkları altında incelendi. Belirlenen bu konu başlıklarına göre kitapta elde edilen veriler gruplandırıldı ve romandan örneklerle birlikte bulgular kısmında yer verildi.

BULGULAR

Çalışmanın bu kısmında araştırmadan elde edilen bulgulara yer verildi. Bulgular belirtilen bilişsel çarpıtma başlıkları çerçevesinde değerlendirildi. Kitapta başkahraman olan Yevgeni Irtenyev, iyi bir üniversitenin hukuk fakültesinden yeni mezun olmuş, bakanlık bünyesinde memur olarak çalışmakta ve babasından kalacak olan iyi bir mirasın varlığı ile yaşamaktayken babasının ani ölümü üzerine görevinden istifa ederek kalan işlerin başına geçmiştir. Mevcut işinden vazgeçerek bilmediği bir işin başına geçmesinin, Yevgeni’nin genç olmasından kaynaklı öz güveninin yüksek ve risk alma eğiliminin fazla olmasından (Şendoğdu ve ark, 2021) kaynaklanması varsayılabilir. İşlerin başına geçen Yevgeni; borçlarla, babasının ölümü ile annesinin üzerine düşmesiyle, kendi istek ve ihtiyaçlarını karşılama şekli, evleneceği kişiyi seçmesi, evlilikten sonra annesi ve kayınvalidesi arasındaki uyumsuzluklar, karısının sağlık sorunları gibi sebeplerden dolayı zorlanarak bilişsel çarpıtmaları daha sık kullanmaya başlamıştır. Yevgeni’nin kullandığı bilişsel çarpıtmalar literatürde belirtilen başlıklar çerçevesinde ele alındı.

Kişiselleştirme

Yevgeni, evine temizliğe gelen kadınlardan biri olan Stepanida ile karşılaşınca rahatsız olup arkasını dönüp gitse de tam köşeden dönerken kadına bakmak için kafasını çevirmiştir. Bu esnada kadınında ona baktığını görünce kendisine “şimdi o da benim onu düşündüğümü zannedecek hatta kesin böyle düşünüyor” diyerek hem olayı kişiselleştirmiş hem de zihin okuma bilişsel çarpıtmalarını yapmıştır. Benzer şekilde Yevgeni, kendisi ile alakalı olmayan pek çok durumu Stepanida’nın onu etkilemek için yaptığını inanmaktadır. Köylülerin hareketlerinden, Stepanida ile arasındakileri bildiklerini ve karısına söyleyeceklerini düşünmektedir. Yevgeni, zaman zaman kişiselleştirme yapsa da daha sıklıkla olaylardan Stepanida’yı sorumlu tutarak suçlama bilişsel çarpıtmalarını kullanmıştır.

Aşırı Genelleme

Şenlik zamanı köylüler dans ederken Yevgeni, Stepanida’yı dansda görmüş ve uzun süre sonra yalnızca bir kere görmüş olmasına rağmen ondan kurtulamayacağı hakkında genelleme yapmıştır. Stepanida hakkında köşeye sıkıştığından evlenirken de daha sonrasında da sadece kendisini kandırıldığını, bu kadının onu mahvedeceğini belirtmiştir. “Stepanida’yı dü-

şünmediğim için özgür olduğumu düşündüm ama özgür değilim, şimdi de gelecekte de asla özgür olmayacağım” şeklinde genellemelerde bulunmuştur. Bu kadar genelleme yapmasına rağmen Yevgeni, evliliğini daha iyi niyetlerle gerçekleştirmiştir. Borçlardan kurtulamayacağı, eninde sonunda batacağı ile ilgili aşırı genellemeleri de bulunmaktadır.

Keyfi Çıkarsama

Yevgeni, köye ilk geldiği zamanlarda farklı kadınlarla birlikte olduğunu ancak bu durumda bir ahlaksızlık görmediğini belirtmiş ve durumu sağlık için gerekli şekilde açıklamıştır. Ancak bunu Stepanida’ya yakıştıramamış, kocasının fakirliğinden ya da ilgisizliğinden kaynaklı kadının kendisine geldiğini düşünmüştür. Halbuki Stepanida, köylü kadınların desteklemesi ile Yevgeni’nin yanına gelme cesaretini bulmuştur. Farklı bir örnekte köye döndükten sonra kucağında bebek ile Stepanida’yı gören Yevgeni bebeğin ondan olup olmayacağı olasılığını düşünmüş, ortada yeterli delil yokken olumsuz hisleri ile çıkarsama da bulunmuştur. Stepanida, evi temizliğe geldiği esnada Yevgeni onu görmüş ve yürümesinin kendisini baştan çıkartmak için cilveli bir şekilde olduğuna kanaat getirmiştir. Kadının ona olan bakışlarından kaynaklı kendisini görmek istediği ve kendisine hayranlık duyduğu çıkarsamasında bulunmuştur. Ayrıca Yevgeni’nin annesi gelinine çiftlik işlerini bilemeyeceği ve birçok farklı sebepten dolayı olumsuz hisler beslemektedir.

Yevgeni, Stepanida ile ilişkilerinin başladığı ilk zamanlarda farklı olasılıkları göz ardı ederek kadının paraya ihtiyacı olduğu için yanına geldiğini düşünmüştür. Ancak durum zaten tüm köy tarafından bilinmektedir. Kadınlar, Yevgeni’nin yanına gitmesi konusunda Stepanida’yı hem desteklemektedirler hem de kıskanmaktadır. Kadınların kıskanması sebebiyle durumun normal olduğunu düşünen Stepanida, Yevgeni ile buluşmaya devam etmektedir.

Seçici Soyutlama-Zihinsel Filtreleme

Evde ve köyde sık sık Stepanida ile karşılaşan Yevgeni, bu karşılaşmaların onun kendisi ile yeniden ilişkiye başlamak istediği anlamına geldiğine inanmıştır. Yine onun bakışlarından kendisini özlediğini, koşulsuz bir şekilde onunla buluşmak istediğini hatta “samanlığa gel” dediğini anladığını düşünmüştür. Sürekli çiftlik işleri ile uğraşan Yevgeni bir şeyler yapmaya çalışsa da durmadan çıkan yeni borçlardan kaynaklı artık kesin batacağı ve bu borç yükünün altından kalkamayacağı sonucuna ulaşmıştır.

Büyütme ve Küçültme

Yevgeni, Stepanida’yı unutmak için kendisini işe verdiği zamanlarda ya da köyde olmadığı zamanlarda oldukça başarıyla bunu sıklıkla göz ardı etmiş ve sürekli bu kadının onun sonu olacağını, onu düşünmeden yapamadığı için rezil olacağını düşünmüştür. Kadını düşünmeye engel olabilmesi için

mum ile elini yakmıştır. Bu çabalarına rağmen hep en kötü senaryoları aklına getirmiştir. Benzer şekilde çiftlik işlerinden sonunda kar elde etmeye başlasa da Yevgeni bunu göz ardı ederek hep çiftliği kurtaramayacağını, eninde sonunda batırıp satmak zorunda kalacağını düşünmüştür.

Siyah Beyaz/İki Kutuplu Düşünce

Yevgeni, çiftliği çalıştırması gibi birçok işte dedesini örnek olarak aldığı için ailenin kutsallığı ve kişiye işinden dolayı saygı duymak, toplulukçu kurallara uymak gibi konular açısından da üzerinde dedesinin etkileri var gibi görünmektedir. Bu etki çerçevesinde yaptığı her işte en mükemmelere ulaşmaya çalışmaktadır. Bu sebeple ya karısı Lisa, çocuğu ve çevrenin saygısı ile yaşayacağı bir yaşam ya da Lisa’dan ayrılıp evli bir kadının da kocasından boşanmasına sebep olup köylü bir kadını alarak onursuzca ve rezilce bir yaşamı yaşamak diye ikiye ayırıp uç noktalar olarak betimleme yapmaktadır. Ayrıca karısı Lisa’nın da bu konuda bilişsel çarpıtması vardır. Lisa, kıskanç yapısından ötürü hiçbir kadının kocasını hak edemeyeceğini düşünmektedir. Hatta kendisi hakkında da “yüzde yüz iyi olmasam da diğer tüm kadınlardan daha iyiyim” şeklinde bir inancı mevcuttur.

Olumluyu Geçersiz Kılma

Başlangıçta Stepanida’yı görmek kendisi için sorun olmasa da evlendikten sonra kadını görmemek için kendisine hedefler koymuştur. Önceleri koyduğu hedeflere ulaşsa da kendisini bu konudaki başarısı konusunda tebrik edilecek kadar yeterli ya da iyi olarak nitelendirmemiştir. Hatta işi daha da ileri götürerek Stepanida’yı düşünmemesi gerektiğini kendisine söylemiştir ancak bu noktadan sonra kendisine engel olması daha da zorlaşmıştır. Çünkü düşünmemesi gerektiğini söylediği andan itibaren daha fazla Stepanida’yı düşünmeye başlamıştır. Bu otomatik düşünce Yevgeni’den başka annesinde de gözlenmektedir. Çiftliğin işletilmesinde anne oğluna destek olma amaçlı çalışanları kontrol edip yanında kalarak kendisini feda ettiğini düşünmekte ve oğlunun bu kadar tutumlu olması ona mantıklı gelmemektedir. Halbuki çiftlik Yevgeni’nin tutumlu olması ve çabaları sayesinde kurtulmuştur. Annesinin bu tutumu onun olumlu çabalarını değersizleştirmiştir. Bir diğer örnek, bir bireyin evlenmek istememe ihtimali gibi durumu göz ardı ederek; çiftliği kurtarmak ve ileride daha rahat yaşayabilmek amaçlı oğlunun zengin bir ailenin kızı ile evlilik yapması gerektiği şeklindeki düşüncesidir. Hatta birçok ailenin kızlarını seve seve oğluna vereceklerini düşünmüştür. Bu seçeneklere rağmen anne oğlunun yaptığı eş seçimini başarısızlık olarak değerlendirmiştir.

Zorunluluk İfadeleri (-meli/-malı)

Yevgeni, babasının ölümünden sonra köye geldiği andan itibaren kendisine sık sık “burası taşra kendimi kısıtlamak zorundayım” diyerek telkinde bulunmuştur. Evlenmeden önce zaman zaman Stepanida ile buluşmak zorunda olduğunu çünkü bu

durumun sağlığı için gerekli olduğunu söylemiştir. Yevgeni'nin annesi, oğlu Lisa ile tanıştığında bu evliliği desteklememiş ve oğlunun seçimi hakkında kızın saf ve acınacak halde olmasından kaynaklı olarak onunla evlenmek zorunda hissederek onu seçtiğini düşünmüştür. Evlilik gerçekleşmeden önce annesi ile arasında geçen konuşmada Yevgeni, aile kavramının kutsallığının bilincinde olduğundan bahsederek hiçbir şekilde onu bozmaya çağını dile getirmiştir. Yevgeni, kendisi soylu ve eğitilmiş bir yetişkin olduğu için köylü bir kadını istemesinin olasılıksız olduğunu varsaymış ve eninde sonunda bu duygusunun yok olacağına inanmıştır. En son kendisini seçim yapmak zorunda olarak tasvir eden Yevgeni, sorunların çözülebilmesi için ya karısı Lisa'nın ya da Stepanida'nın bu dünyadan gitmesi gerektiğini düşünmüştür.

Duygudan Sonuca Ulaşma

Yevgeni, evleneceği kadın olan Lisa'yı seçerken ona aşık olduğunu ve bu yüzden evlenmesi gerektiğini belirtmiştir. Evlenme düşüncesi oluşmadan önce az hoşlandığını belirttiği bu kadından, evleneceği kadın olduğu için daha fazla bağlanması ile evlilik kararını vermiştir. Evlendikten sonra Stepanida ile karşılaşmalarında onunla konuşmak için peşinden giden Yevgeni ya köylü ile ya da çalışan ile karşılaşarak onunla buluşmaktan uzak durmuş ama kendisine sürekli "biri çıkmasaydı onunla buluşacaktım çünkü buluşmak istiyordum, böylece her şey felaket olacaktı" şeklinde duygusundan sonuca ulaşma örnekleri vermiştir. Stepanida'yı gördüğü zaman onun peşinden gitmek istediği için Yevgeni kontrolü kaybetmiş gibi hissetmiş ve bu kontrolsüzlük hissi sonucunda çıldıracağına inanmıştır. Amcasından Stepanida konusunda yetersiz kaldığını düşünerek yardım istediğinde kendisinin aşağılanması gereken biri olduğunu söylemiştir.

Zihin Okuma

Yevgeni, Stepanida ile buluşmaya geç kaldığı zaman etraftaki ayak izleri ve kırılmış dal parçalarından Stepanida'nın beklemiş, kırılmış, kızmış ve ondan sonra gitmiş olduğu ile ilgili çıkarımlarda bulunmuştur. Yevgeni, Stepanida ile göz göze geldiğinde kadının parlak bakışının altında ona olan hayranlığının var olduğunu düşünmüş ve yine karşı tarafın düşüncelerini okumuştur. Yevgeni, Stepanida'nın ilişkilerini başkalarına anlattığı konusunda da emindir. Hatta bu sebeple bir şekilde diğer insanların ve en son karısının neler olduğu konusunda bilgileneceği ile ilgili benzer endişeleri vardı. Stepanida ile buluştuğu zaman ilk önceleri onun fakir bir aileden olduğu için yanına geldiğine kendisini inandırmıştır. Eve çalışanların gelişini ayarlayan adamla konuşan Yevgeni, Stepanida'nın bu eve gelmesini istemediğini belirtmiş ve bu durumu kadının öğrenmesi ile onu istemediğini anlayacağına inanmıştır. Yevgeni, karısının ayağını burkmasından sonra yatağının baş ucunda onunla konuşmaya çalışırken kayınvalidesinin bakışından onunla hiçbir barış imkanının kalmadığını yüzüne bakarak anladığını düşünmüştür. Lisa, kocasının suratının asık olduğu

zamanlarda annelerin sık tartışmalarından kocasının bunaldığı sonucuna ulaşarak her iki anneye karşı tavır alarak kocasını bu durum hakkında rahatlatmaya çalışmıştır.

Etiketleme

Yevgeni, Stepanida hakkında düşünürken kendisini ele geçirip gitmesine müsaade etmediğini, özgür olduğunu sandığını ve hatta evlenirken bile kendisini kandırdığını düşünerek kendisini bir sahtekâr olarak damgalamıştır. Kitabın giriş kısmında karakterler hakkında bilgi verilirken Yevgeni hakkında dürüst olduğu ve bu sebeple herkesin ona inandığı şeklinde betimlemeler bulunmaktadır. Yine Yevgeni "karanlıkta bir yer olsa da Stepanida ile buluşsam" diye düşündüğü için kendisine "tam bir alçağım", ayrıca aklından geçenleri karısının öğrenmesi olasılığını düşünerek kendisine "tam bir öğrencim" şeklinde etiketlemelerde bulunmuştur. Yevgeni yalnızca kendisini etiketlememiş, aynı zamanda kendi iradeli duruşuna rağmen ona sahip olduğuna inandığı için Stepanida'yı şeytan olarak etiketlemiştir. Benzer şekilde Tolstoy tarafından yapılan bir bilişsel çarpıtmanın olmasıdır. Çünkü yazar kitaba şeytan ismini vererek kendisinin de Stepanida'ya yaptığı etiketlemeyi göstermektedir.

Felaketleştirme

Yevgeni çiftliğe geldiği ilk zamanlar çok zor bir işin altına girdiğini, ne yaparsa yapsın bir pürüz çıktığı için çiftliği eninde sonunda satmak zorunda kalacağını, yaptığı bu kadar şeyin boşa gideceğini ve başarısızlıkla yüz yüze kalacağını düşünmüştür. Kendisine bu borç yükünden kurtulamayacağını söylemiştir. Kızının doğumundan sonra karısı Lisa ile köye dönen Yevgeni, Stepanida'yı görünce durumun onun için değişmediğini anlamış ve kendisini "bugün değilse yarın, yarın değilse ondan sonra mahvolacağım, benim için başka son yok" diye huzursuzlandırmıştır. Yevgeni, hep çöküşünün başladığını ve bundan dönüşünün olmadığını inanmıştır. Herkesin olup biteni öğrenecek olması ve rezil olması ona ölüm sonucundan bile daha kötü gelmiştir. Bu endişelerine rağmen kitabın sonunda, kendisi ya da bir başkası ölse de durum hakkında kimse korktuğu bilgileri öğrenmemiştir. Kurtuluşun ya karısı Lisa'nın ya da Stepanida'nın ölmesi ile son bulacağına inanmıştır. Farklı bir fikirle çözüm olarak kendisinin de ölebileceğini düşünen Yevgeni düşüncesini gerçekleştirmiştir. Alternatif sonda ise durum Stepanida için ölümle noktalanmıştır.

Ya Olursa

Stepanida'ya gitmek istemediğini düşünen ve kendisine onu düşünmemek için kurallar koyan Yevgeni sık sık kendisini ona yönelirken bulmuştur. Bu yönelmeler sonucunda Stepanida'ya gitmesine ya uşak ya da bir köylü denk gelerek rastlantısal şekilde engeller oluşmuştur. Fakat Yevgeni bu konu hakkında kendine o kadar güvenmemektedir ki "bu sefer şans eseri Stepanida'nın yanına gitmedim, ya bir dahaki sefere gidersem

ya gittiğimi karım duyarsa ya rezil olursam” diye düşünmekten kendisini alamamıştır. Ya olursa diye şüphe ve endişeden kaynaklı korku içerisinde yaşamını sürdürmüştür.

Suçlama

Yevgeni, Stepanida’yı unutmak, ondan uzak durmak için çabalamakla birlikte onun cilveli ve kendisini savura savura yürütmesini cezbedici olarak kendi iradesine rağmen ona sahip olmak için olduğunu düşünerek suçlamıştır. Lisa ile Yevgeni yürüyüş yaparken Lisa’nın ayağının burkularak düşmesi üzerine Lisa’nın annesi Varvara damadının kızının iyiliğini istemediğini, onu mahvetmek için uğraştığını aksi halde akli başlında olan bir adamın hamile kadını tarlada bahçede yürütmeyeceğini söyleyerek damadını kızının ayağının burkulmasından dolayı suçlamıştır. Ayrıca Yevgeni de zaman zaman Stepanida’yı görmek istediği için kendisini olumsuz sıfatlarla nitelendirerek suçlamıştır. Yine Stepanida’ya aşık olmamasına rağmen ona bağlanmasının suçlusunu olarak da kendinden ziyade kadını görmüştür.

Yargılama Odağı

Yevgeni, Lisa’yı salt iyi olarak bir kenara ayırırken Stepanida’yı salt kötü olarak hatta şeytan olarak nitelendirerek farklı bir gruba ayırmıştır. Yevgeni, karısı Lisa ile ilgili olumlu ayrımları roman içerisinde birkaç kere daha yapmıştır. Mesela ev temizlenirken Lisa’nın ayrıntılı olarak evi temizlediğini görünce Yevgeni evin bu kadar güzel temizlenmesinin ancak gerçek bir kadın tarafından yapılabileceğini dile getirmiştir. Ayrıca karısının kendisine karşı içten, bağlı olmasının yanı sıra onu arzu edilebilir, kültürlü olarak tanımlarken Stepanida’yı “köylü ve yeterince hanımefendi değil” şeklinde sınıflandırmıştır. Yevgeni’nin annesi ise oğlunun Lisa ile evlenmesini istememiş, onun yeterince edepli ve terbiyeli olmadığı sonucuna ulaşarak oğlu ile evlenebilecek kadınlar grubuna dahil etmek istememiştir. Evli, eşine ve çocuklarına bağlı olan kadına karşı bu kadar olumlu ayırımın yapılması ve kocasını aldatan kadına karşı yapılan etiketlemeler Tolstoy’un Anna Karenina isimli kitabında da Anna karakterini tanımlarken karşımıza çıkmaktadır. Burada karakter eşini aldattığı için kötü, tehlikeli olarak etiketlenmiş, aynı aldatma davranışını sergileyen abisi için ise durum kadının kocasını affetmesi gerektiği şeklinde gösterilmiştir (Keleş ve ark, 2022). Yevgeni benzer bir gruplamayı kendisi için de yapmıştır. Buna göre Stepanida ile şu an buluşmasa bile fırsat bulursa onunla buluşabileceği olasılığından dolayı kendisinin utanç duyulması gereken biri olduğunu düşünmüştür.

Yanlışlamayı Başaramama (Kurtulma Yetersizliği)

Yevgeni romanın sonunda Stepanida’dan kurtulamayacağına o kadar emin olmuştur ki bu durumun sonlanması için ya karısının ya da Stepanida’nın ölmesi gerektiği sonucuna ulaşmıştır. Köy dışında yaşarken ya da normal düzeninde çalışırken aklına Stepanida gelmezken kadınla karşılaştığı zamanlarda aklına gelmesine rağmen bu durumdan kesinlikle kurtulamayacağı

hakkında durumdan emin olarak farklı olasılıklara ve seçeneklere kendisini kapatmıştır. Oysa Stepanida’dan kurtulmak için kendisi başka bir çiftliğe yerleşebilirdi ya da belli zamanlarda çiftliğe gelip kontrolleri sağlayarak şehirde yaşamını sürdürmeye devam edebilirdi. Ancak Yevgeni, Stepanida’nın köyden gönderilmesi olasılığını değerlendirmeye alsa da kendisi için bu olasılığı göz önüne getirmemiştir.

Pişmanlık Eğilimi

Yevgeni, Stepanida’yı düşündüğü ve onunla buluşmak için attığı her adımdan sonra pişman olmuştur. Bir sonraki kadını görmek isteme davranışına kadar kendisine onu tekrar görmeyeceğine dair yeminler ederek, pişmanlığını dile getirmiş hatta kendisine davranışsal engeller oluşturmaya çalışmıştır. Kendisine bu konuda sık sık hakaret ederek de caydırıcı olmayı hedeflemiştir. Bu süreçte karısını ve kendisini tüm köyün diline düşürüp rezil edeceği için de ayrıca korkup endişelenmiştir. Buna rağmen yeni attığı adımlar konusunda kararlı duruş sergileyememesi de yine pişman olmasına sebep olmuştur.

Adaletsiz Karşılama

Yevgeni köye gelip işlerin başına geçmeyi kabul ettiği ilk andan itibaren büyük bir borç ve sorumluluğun altına girmiştir. Tüm süreç boyunca ne kadar başarılı olsa da kendisini asla bu konuda başarılı kabul etmemiştir. İlk yıllar çiftlik zarar etse bile ilerleyen zamanlarda çiftlik kara geçmiş ama Yevgeni bu konuda kendisini olumlu düşüncelerle pekiştirmemiştir. Benzer şekilde Stepanida ile olan ilişkisinde onunla görüşme isteğini bastırmak için farklı yollar ve yöntemler denese de Stepanida ile sık sık rastlaşmıştır. Yevgeni’nin evinde yapılacak temizlik için Stepanida şansını zorlayarak kendisini işe aldirmiştir. Bunlara rağmen Yevgeni kadından uzak durmayı denemiş ama kendisini hiç başarılı bulmamış, süreç boyunca ettiği dikkati ve çabaları hep göz ardı etmiştir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Ruhsal yönden dengesiz olan kişilerin büyük bir kısmının başkalarında gördükleri normal dışılığın emarelerini kendilerinde fark etmediklerini belirten Tolstoy’un kaleme aldığı romanı, bilişsel çarpıtmalar çerçevesinde incelenmeye çalışılmıştır. Sonuçlar genel olarak incelendiğinde başkarakterin ve yan karakterlerin yaşadıkları çevreden bağımsız olmadıkları ve yaptıkları bilişsel çarpıtmaların bireysel faktörlerin yanı sıra çevresel faktörlerden de etkilendiği gözlemlenmiştir. Yevgeni karakterinde literatürde yer alan bilişsel çarpıtmaların neredeyse tamamı az ya da çok olarak görülmektedir. Yevgeni kendi bilişsel çarpıtmalarına eserin hiçbir yerinde karşı kanıt getirememiş ve sağlıklı yetişkin olma kısmına kendisini çekememiştir. Ayrıca karakterin romanın başlarında kullandığı bilişsel çarpıtmalar daha azken romanın sonuna doğru kullandığı bilişsel çarpıtma sayısında ve çeşidinde de artış gözlemlenmiştir.

Romanda verilen ilk sona göre Yevgeni karakteri kendi yaşamına son vermiştir. Yapılan çalışmalara göre; esnek düşünme ve bilişsel çarpıtmaların kullanımı ile ilgili yürütülen çalışmalarda depresyonun etkili bir faktör olarak intiharı anlamlı şekilde yordadığı gözlenmiştir (Lee ve ark, 2019). Jager-Hyman ve ark. (2014) intihar girişimini artıran faktörlerden birisi olarak bilişsel çarpıtmaların rol oynadığını belirtmiştir. Aynı çalışmada intihar girişiminde bulunan bireylerin bulunmayanlara göre daha fazla bilişsel çarpıtmaya başvurdukları tespit edilmiştir. Bu bireylerin diğerlerine göre daha az esnek düşünebildikleri belirtilerek ya hep ya hiç prensibi ile çevreye baktıkları için katı sınırları olduğu kabul edilmektedir (Neuringer, 1964; Ak ve ark, 2013). Bireyler ya hep ya hiç ile birlikte felaketleştirme, olumluyu geçersiz kılma gibi farklı bilişsel çarpıtmaları da diğer bireylere göre daha fazla tercih etmektedirler (Neuringer ve Lettorei, 1971). Yani bireyler karşılaştıkları sorunlara işlevsel açıdan bakamadıkları için farklı seçenek üretmemektedir (Eskin ve Köskün, 2019). İncelenen eserde de benzer bir süreç ve sonuç karşımıza çıkmıştır.

Edebiyat ve insan ruh sağlığı alanı birbirlerinden ayrı gibi görünse de ortak olarak insan davranışlarına odaklandıkları için ortak noktaları bulunmaktadır (Atlı, 2012). Belirtilen bulgulardan da yola çıkarak edebiyatın eğitim ve ruh sağlığı alanlarında kullanılması bireylerin konuları daha net anlamalarına olanak sağlayabilir (Keleş, Avcı, et al, 2022). Üniversite eğitiminde bu gibi romanlardan faydalanılması yol gösterici görünmektedir (Sargin, 2017). Şeytan isimli bu roman ile yürütülen çalışma önemli sonuçlar ortaya koymasına karşın incelenen kitabı tek bir konu açısından ele almaktadır. Bu sebeple farklı konularla bu kitap tekrar incelenebilir. Ya da aynı konu ile farklı edebiyat eserleri ya da sinema yapımları ile araştırmalar genişletilebilir.

Yazarlık Katkıları: Fikir – FBK, MA, ŞK; Tasarım – FBK, MA, ŞK; Denetleme – FBK, MA, ŞK; Kaynaklar – FBK, MA, ŞK; Malzemeler – FBK, MA, ŞK; Veri Toplanması ve/veya İşlemesi – FBK, MA, ŞK; Analiz ve/veya Yorum – FBK, MA, ŞK; Literatür Taraması – FBK, MA, ŞK; Yazıyı Yazan – FBK, MA, ŞK; Eleştirel İnceleme – FBK, MA, ŞK.

Çıkar Çatışması: Yazarların bu araştırma bağlamında açıklaması gereken herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Yazma Yardımı için Yapay Zeka Kullanımı: Beyan edilmedi.

Finansal Destek: Yazarlar bu çalışmanın herhangi bir finansal destek almadığını beyan etmişlerdir.

Hakem Değerlendirmesi: Dış bağımsız.

Author Contributions: Concept – FBK, MA, ŞK; Design – FBK, MA, ŞK; Supervision – FBK, MA, ŞK; Resource – FBK, MA, ŞK; Materials – FBK, MA, ŞK; Data Collection and/or Processing – FBK, MA, ŞK; Analysis and/or Interpretation – FBK, MA, ŞK; Literature Search – FBK, MA, ŞK; Writing – FBK, MA, ŞK; Critical Reviews – FBK, MA, ŞK.

Conflict of Interest: The authors have no conflict of interest to declare.

Use of AI for Writing Assistance: Not declared.

Financial Disclosure: The authors declared that this study has received no financial support.

Peer-review: Externally peer-reviewed.

KAYNAKLAR

- Ak, M., Kırpınar, İ., Atmaca, M., Erkan Yüce, A., Güler, Ö., Kesici, Ş. & Kumsar Akkişi, N. (2020). *Klinik uygulamada bilişsel davranışçı terapi-1*. Nobel Akademik Yayıncılık.
- Ak, M., Kırpınar, İ., Atmaca, M., Erkan Yüce, A., Güler, Ö., Kesici, Ş. & Kumsar Akkişi, N. (2022). *Klinik uygulamada bilişsel davranışçı terapi-2*. Nobel Akademik Yayıncılık.
- Ak, M., Yazıhan, N. T., Sütçügil, L., & Hacıomeroglu, B. (2013). İntihar girişimi olan majör depresyon hastalarında üstbiliş süreçleri. *Noro-Psikiyatrs Ars*, 50(2), 95. doi: 10.4274/npa.y6133
- Ardanış, P. (2017). *Bilişsel çarpıtmalar ölçeğinin Türkçeye uyarlanması geçerlik ve güvenirlik çalışması* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Atlı, F. (2012). Edebi metnin ve yaratıcılığın kaynağına ulaşan yol: Psikanalitik edebiyat eleştirisi. *Türk Stud*, 7(3), 257–273. doi: http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.3450
- Bandura, A. (1965). Influence of models' reinforcement contingencies on the acquisition of imitative responses. *J Pers Soc Psychol*, 1(6), 589–595. doi: https://doi.org/10.1037/h0022070
- Beck, A. T. (1964). Thinking and depression: II. Theory and therapy. *Arch Gen Psychiatry*, 10(6), 561–571. doi: https://doi.org/10.1001/archpsyc.1964.01720240015003
- Beck, A. T. (1979). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. Plume.
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F. & Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. The Guilford Press.
- Beck, J. S. (2014). *Bilişsel davranışçı terapi: Temelleri ve ötesi*. (M. Şahin, Çev. Ed.). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Breger, L. & McGaugh, J. L. (1965). Critique and reformulation of "learning-theory" approaches to psychotherapy and neurosis. *Psychol Bull*, 63(5), 338–358. doi: https://doi.org/10.1037/h0021788
- Burns, D. (2017). *Birlikte iyi hissetmek*. (H. A. Karaosmanoğlu, Çev. Ed.). Psikonet Yayınları.
- Creswell, J. W. (2002). *Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative*. Pearson.
- Corey, G. (2013). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. Brooks Cole.

- Dawes, R. M. (1964). Cognitive distortion. *Psychol Rep*, 14, 443–459. doi: <https://doi.org/10.2466/pr0.1964.14.2.443>
- Dozois, D. J. A., Dobson, K. S., & Rnic, K. (2019). Historical and philosophical bases of the cognitive-behavioral therapies. In K. S. Dobson & D. J. A. Dozois (Eds.). *Handbook of cognitive-behavioral therapies*. The Guilford Press.
- D’Zurilla, T. J. & Goldfried, M. R. (1971). Problem solving and behavior modification. *J Abnorm Psychol*, 78(1), 107–126. doi: <https://doi.org/10.1037/h0031360>
- Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy*. Lyle Stuart.
- Eskin, M. & Köskün, T. (2019). İntiharda bilişsel davranışçı terapiler. In G. Bahadır & E. Ertekin (Eds.). *Farklı tanı gruplarında bilişsel davranışçı terapiler*. Türkiye Klinikleri.
- Freeman, A., Pretzer, J., Fleming, B., & Simon, K. M. (1990). The practice of cognitive therapy. In *Clinical Applications of Cognitive Therapy*. Springer.
- Gilbert, P. (1988). The evolved basis and adaptive functions of cognitive distortions. *Br J Med Psychol*, 71, 447–463. doi: <https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.1998.tb01002.x>
- Gilbert, P. (2001). *Overcoming depression: A step-by-step approach to gaining control over depression*. Oxford University Press.
- Greenberg, J. R. & Mitchell, S. A. (1983). *Object relations in psychoanalytic theory*. Harvard University Press.
- Jager-Hyman, S., Cunningham, A., Wenzel, A., Mattei, S., Brown, G. K. & Beck, A. T. (2014). Cognitive distortions and suicide attempts. *Cognit Ther Res*, 38(4), 369–374. doi: <https://doi.org/10.1007/s10608-014-9613-0>
- Knapp, P., & Beck, A. T. (2008). Cognitive therapy: Foundations, conceptual models, applications and research. *Braz J Psychiatry*, 30(2), 54–64. doi: <https://doi.org/10.1590/S1516-44462008000600002>
- Keleş, F. B., Avcı, M. A., Ak, M. & Kesici, Ş. (2022). Genogram: Examination of three generations of Cevdet Bey Ve Oğulları. *J Teach Educ Lifelong Learn*, 4(2), 352–361. doi: <https://doi.org/10.51535/tell.1213780>
- Keleş, F. B., Kesici, Ş. & Ak, M. (2022). A psychological perspective on infidelity in the context of a literary work: Anna Karenina-Lev Tolstoy. *Res Educ Psychol*, 6(2), 254–267. doi: <https://doi.org/10.54535/rep.1213058>
- Leahy, R. L. (2004). *Bilişsel terapi ve uygulamaları: Tedavi ve müdahaleleri için bir kılavuz*. (T. Özakkaş, Çev. Ed.). Litera Yayıncılık.
- Leahy, R. L. & Holland, S. J. (2009). *Depresyon ve anksiyete bozukluklarında tedavi planları ve girişimleri*. (S. Aslan, H. M. Türkçapar, E. Köroğlu, Çev. Ed.). HYB Basım Yayın.
- Lee, D., Lee, S. J., Park, C. S., Kim, B. J., Lee, C. S., Cha, B., Seo J. Y., & Choi, J. W. (2019). The mediating effect of impulsivity on resilience and depressive symptoms in Korean conscripts. *Psychiatry Investig*, 16(10), 773–776. doi: <https://doi.org/10.30773/pi.2019.04.02.3>
- MacLean, P.D. (1985). Brain evolution relating to family, play and the separation cali. *Arch Gen Psychiatry*, 42, 405–417. doi: <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1985.01790270095011>
- Meichenbaum, D. (1977). *Cognitive-behavior modification: An integrative approach*. Plenum Press.
- Neenan, M. & Dryden, W. (2004). *Cognitive therapy: 100 key points and techniques*. Routledge.
- Neuringer, C. (1964). Rigid thinking in suicidal individuals. *J Consult Psychol*, 28(1), 54–58. doi: <https://doi.org/10.1037/h0045809>
- Neuringer, C., & Lettieri, D. J. (1971). Cognition, attitude, and affect in suicidal individuals. *Life Threat Behav*, 1(2), 106–124.
- Rehm, L. P. (1977). A self-control model of depression. *Behav Ther*, 8(5), 787–804. doi: [https://doi.org/10.1016/S0005-7894\(77\)80150-0](https://doi.org/10.1016/S0005-7894(77)80150-0)
- Sargın, N. (2017). Yaşlılık psikolojisine örnek: Abbas Sayar’ın can şenliği romanı. *Eğitim Öğretim Araşt Derg*, 6(3), 243–251.
- Seligman, M. E., & Maier, S. F. (1967). Failure to escape traumatic shock. *J Exp Psychol*, 74(1), 1–9. doi: <https://doi.org/10.1037/h0024514>
- Şendoğdu, A. A., Yazgan, A. E., Karadağ Ak, Ö. (2021). İş stresi ve pozitif psikolojik sermayenin işten ayrılma niyeti üzerine etkisi: Bankacılık sektöründe bir araştırma. *Süleyman Demirel Üniv Sosyal Bilimler Enstitüsü Derg*, 39(1), 263–290.
- Sönmez, V. & Alacapınar, F. G. (2019). *Örneklendirilmiş bilimsel araştırma yöntemleri*. Anı Yayıncılık.
- Tolstoy, F. L. (2003). *Şeytan*. (V. Atayman, Çev. Ed.). Bordo Siyah Yayınları.
- Tolstoy, F. L. (2020). *Şeytan*. (G. Çetao Kızılırmak, Çev. Ed.). İş Bankası Yayınları.
- Türkçapar, H. M. (2020). *Bilişsel davranışçı terapi: Temel ilkeler ve uygulama*. Epsilon Yayınevi.
- Yıldırım, A. & Şimşek, H. (2006). *Nitel araştırma yöntemleri*. Seçkin Yayıncılık.
- Yurica, C. L., & DiTomasso, R. A. (2005). Cognitive distortions. In A. F. Freeman, S. H. Felgoise, A. M. Nezu, C. M. Nezu, & M. A. Reinecke (Eds.). *Encyclopedia of cognitive behavior therapy*, Springer.

EXTENDED ENGLISH ABSTRACT

INTRODUCTION

Cognitive distortions are accepted as distortions that can cause negative emotions by starting from dysfunctional thoughts in the face of any event (Beck, 2014). Everyone uses automatic and personal cognitive distortions (Ak et al., 2020) in their lives, and this is considered as a healthy behavior. Here, it is the intensity of cognitive distortions that individuals should pay attention to. For instance, if curative drugs are taken more than necessary, they can harm people, and cognitive distortions can also harm the individual. Cognitive distortions have been brought together by different researchers as a result of their studies. These distortions are summarized below.

- 1) Personalization: It is the individual's perception of situations and events that are not related to himself.
- 2) Overgeneralization: It is when an individual generalizes all situations based on only one event or situation.
- 3) Arbitrary inference: It is the individual's coming up with a conclusion that evokes negative feelings despite the lack of evidence about the situation.
- 4) Selective abstraction–mental filtering: It is the case of evaluating only based on that event or situation instead of all the options related to a situation or event.
- 5) Enlarging and minimizing: The individual tends to minimize the positive situations and exaggerate the negative situations.
- 6) Black and white bipolar: It is the rating of the events or situations people encounter in their lives as either the worst or the best.
- 7) Invalidation of the positive: It is the state of ignoring positive events and feelings.
- 8) Statements of obligation: It refers to living within the framework of the rules that the individual believes should be.
- 9) Reaching conclusion from emotion: It is the individual's concluding of his own feelings, even though there is evidence to the contrary.
- 10) Mind reading: It is the state of being sure of the thoughts of others about him and himself about others.
- 11) Labeling: It is when the individual attempts to identify himself or the people around him based on a single or a certain feature.
- 12) Catastrophizing: It is an individual's negative interpretation of a situation by making it a matter of life and death.
- 13) What if: It is the individual's asking new questions after each response he receives, again and again with "what if" sentences.
- 14) Judgment focus: It is the individual's grouping of good and bad instead of accepting the situation or event.
- 15) Failure to falsify: It is the rejection of all the evidence against the negative thought of the individual.
- 16) Regret tendency: It is the individual's regret by focusing on the mistakes he made in the past rather than what he will do now and thus missing the present.

17) Unfair comparison: It is the individual's ignoring the possibilities in himself by focusing on those who are better than himself.

Individuals tend to maintain the cognitive distortions they frequently use, even though there is evidence to the contrary (Corey, 2013). In this study, cognitive distortions applied by the character of Yevgeni, who maintains his life with different problems, will be examined. Such a study is believed to provide a new perspective on literary works. Searching the literature shows that no similar study was found on this subject.

METHOD

This study discussed the cognitive distortions used by Yevgeni, the protagonist of *The Devil*, which ended with two different finals by Lev Tolstoy. Studying this context is assumed to bring a new perspective on literary works. No other study has been found in the literature in which a novel is analyzed within the framework of cognitive distortions. The book was examined using the document analysis method, one of the qualitative research methods. In the novel, the differences between the things Yevgeni's character has to do, his sexual life, his married life, his own thoughts about the responsibilities he takes and what happens in reality, and how this situation affects him and leads him to cognitive distortions were revealed.

RESULTS

Cognitive distortions employed by Yevgeni, who has difficulties in adapting to a new life and facing different responsibilities, are discussed within the framework of the titles specified in the literature. Among the cognitive distortions examined, Yevgeni was found to mostly resort to arbitrary inference, mind reading, labeling, catastrophizing, and invalidation of the positive. In terms of the number of uses, it was concluded that "what if" and the tendency to regret were the most rarely used cognitive distortions. The findings obtained from the novel showed that there are cognitive distortions used not only by Yevgeni but also by all the characters of the novel. Investigation of the cognitive distortions used by the heroes showed that these distortions are strikingly affected by individual experiences and environmental factors.

CONCLUSION AND DISCUSSION

Examining the results in general, the character of Yevgeni, his wife Lisa, and his mother cannot be evaluated independently of the environment they live in. Considering that cognitive distortions used are affected by environmental factors as well as individual factors. All of the cognitive distortions investigated in the literature were more or less observed in the protagonist. The protagonist could not present evidence against these cognitive distortions he utilized throughout the novel and the number and variety of cognitive distortions he employed increased in the end. The book provides us with exemplary information on the subject of cognitive distortions and plays a role in guiding new studies. In terms of clarifying the issues in the field of education and mental health, exploring the books and movies in this way and bringing them into the literature is considered beneficial.

Keywords: Cognitive Distortion, *The Devil*, Tolstoy.