

**Makale Künyesi (Araştırma):** Çıplak, E. (2022). Nâzım Hikmet'in Don Kışot başlıklı şiirinin psikolojik danışmada kullanılabilirliğinin incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Türkoloji Araştırmaları Dergisi*, 7(1), 168-189.

<https://doi.org/10.32321/cutad.1031293>

## NÂZİM HİKMET'İN DON KİŞOT BAŞLIKLİ ŞİİRİNİN PSİKOLOJİK DANIŞMADA KULLANILABİLİRLİĞİNİN İNCELENMESİ

Ersun ÇIPLAK<sup>1</sup>

### ÖZET

Bu araştırmanın amacı Nâzım Hikmet'in "Don Kışot" başlıklı şiirinin psikolojik danışmada kullanılabilirliğini incelemektir. Nitel ve nicel yöntemlerin birlikte kullanıldığı karma desenli araştırmanın ilk aşamasında "Don Kışot" başlıklı şiir döküman analizi yöntemiyle çözümlenmiştir. İkinci aşamada ise nicel veriler araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu ve anketle toplanmıştır. 216 katılımcıdan toplanan veriler frekans, yüzde, Kay-Kare ( $X^2$ ), ilişkisiz ölçümler için Mann Whitney U-Testi ve ilişkisiz ölçümler için Kruskal Wallis H-Testi ile çözümlenmiştir. Sonuç olarak, nicel bulgular, nitel bulguları desteklemiştir. Buna bağlı olarak "Don Kışot"un psikolojik danışmada kullanılabilir bir şiir olduğu söylenebilir. Bu sonuçlar, alanyazınla ilişkili bir şekilde yorumlanmış ve sonraki araştırmalar ve uygulamalar için araştırmacı ve psikolojik yardım uzmanlarına öneriler verilmiştir.

**Anahtar kelimeler:** Duygu, eşleştirme ilkesi, şiir seçimi, şiir terapi, terapötik.

### EXAMINATION OF THE USABILITY OF NÂZİM HİKMET'S POEM DON KİŞOT IN PSYCHOLOGICAL COUNSELING

### ABSTRACT

The aim of this research is to examine the usability of Nâzım Hikmet's poem titled "Don Kışot" in psychological counselling. In the first stage of the mixed-patterned research, in which qualitative and quantitative methods were used together, the poem titled "Don Kışot" was analyzed by document analysis method. In the second stage, quantitative data were collected with a personal information form and

<sup>1</sup> Milli Eğitim Bakanlığı, Psikolojik Danışman, Dr. ersunciplak@gmail.com  
<https://orcid.org/0000-0003-1478-8903>

questionnaire developed by the researcher. Data collected from 216 participants were analyzed with frequency, percentage, Chi-Square (X<sup>2</sup>), Mann Whitney U-Test for unrelated measurements, and Kruskal Wallis H-Test for unrelated measurements. In conclusion, the quantitative findings supported the qualitative findings. Consequently, it can be said that "Don Kişot" is a poem that can be used in psychological counselling. These results were interpreted in relation to the literature and suggestions were given to researchers and psychological help specialists for further research and applications.

**Keywords:** Emotion, isoprinciple, poetry therapy, selecting poem, therapeutic.

## GİRİŞ

Şiir terapi, öz olarak, psikolojik yardım ilişkisinde şiirin kullanılması olarak tanımlanabilir (Leedy, 1969; Mazza, 2014). Ancak yalnızca şiir demek oldukça kısıtlayıcı olacaktır. Çünkü Mazza (2014) ve Rossiter, Brown ve Gladding'e (1990) göre psikolojik yardım sürecinde şiire ek olarak, hikâye, öykü, kısa, şarkı sözü başta olmak üzere tüm edebi türler elverişli bir şekilde kullanılabilir. 19. Yüzyılın ortalarından bu yana psikolojik yardım ilişkisinde şiire, genel olarak 'yaratıcı', 'kuralcı' ve 'törenselleşmiş' olmak üzere üç farklı şekilde yer verilmektedir (Mazza, 2014).

Şiirin psikolojik yardım ilişkisinde yaratıcı şekilde kullanımında, psikolojik yardım uzmanı sıklıkla danışanların bireysel şiir ya da grup şiiri (dyadic poem, collaborative poem) yazmasını teşvik etmektedir (Dubrasky, Sorensen, Donovan ve Corser, 2018; Mazza, 2014). Şiirin törenselleşmiş şekilde kullanılması, örneğin grup ortamında danışanın okuduğu şiiri canlandırmasını ya da sembolleştirmesini gerektirmektedir (Mazza, 2014). Şiir terapinin öyküsel terapi (narrative therapy) ile ortaklaştığı kuralcı kullanımda ise temel ilke, var olan bir şiirin (preexisting poem) ya da şarkı sözünün psikolojik danışma oturumunda danışan ya da psikolojik danışman tarafından okunmasıdır (Chamberlain, 2019; Mazza, 2014; Pettersson, 2018; Reiter, 2017). Buradaki asıl amaç danışanın kendini açmasını ve duygularını ifade etmesini kolaylaştırmaktır (Chavis, 1986; Mazza, 2014; Rossiter, Brown ve Gladding, 1990).

Chavis (1986) şiirin psikolojik yardım ilişkisindeki değerinin, şiirdeki imgeler ve benzetmeler aracılığıyla danışanın, yaşadıklarının başkalarının da yaşadığı bir deneyim olduğunu anlamasını sağlamasını kaynaklandığını ifade etmiştir. Bu aşamada deneyimin benzer olmasının ölçütü, yaşantı farklı olsa bile deneyim sonucunda hissedilen duyguların ortak olmasıdır. Çünkü bir deneyim pek çok açıdan farklılaşırken, o deneyim sonucunda yaşanan duygular birçok

açından birbirine benzemektedir. Ekman'ın (1999) yürüttüğü çalışmalar da bunu destekler niteliktedir. Bilindiği gibi Ekman yaptığı çalışmalar sonucunda evrensel nitelikte altı temel duygu saptamıştır: Tiksinme, şaşkınlık, korku, mutluluk, üzüntü ve öfke. Goleman (1998) ise, bu altı temel duygunun yanına zevk ve utanç duygularını da eklemiştir. Ancak işin sekiz temel duyguyla bittiğini söylemek pek de mümkün değildir. Çünkü Goleman'ın da belirttiği gibi, temel duygular kültürel olarak farklı bileşenler halinde yeni duygular meydana getirmektedir. Ayrıca, duyguların ifade edilmesinde cinsiyet ve eğitim düzeyi gibi sosyal değişkenlerin etkisi bu zenginliği daha da artırmaktadır (Brody, 1999; Goleman, 1998; İşmen Gazioğlu, 2004; Tunay Akan ve Barışkın, 2017).

Geçmişten bugüne psikolojik yardım çalışanları, psikolojik danışma oturumlarında belirli şiirleri belirli psikolojik sorunlara dönük olarak kullanıp kullanamayacaklarına ilişkin bir sınıflama çabası içine girmişlerdir (Gabriel, Lee ve Taylor, 2018; Kubiak, 2020; Mazza, 2014). Bu noktada, kullanılacak şiirlerin seçiminde işin büyük kısmının psikolojik yardım çalışanlarına düştüğü görülmektedir (Johnson, 2017; Lucas, Teixeira, Soares ve Oliveira, 2019; Rajabi, Khosravi ve Khodabakhshi, 2018). Leedy (1969) bu aşamada psikolojik danışmanın ilk görevinin şiir ile danışanın duygularını eşleştirmek olduğunu vurgulamıştır. Mazza (2014) ise, psikolojik yardım çalışanlarının ilk olarak danışmada kullanmayı düşündükleri şiiri okumalarını ve şiirin kendilerinde uyandırdığı duygulara dikkat etmeleri gerektiğini belirtmiştir. Aksi takdirde psikolojik danışman, terapötik açıdan uygun olmayan bir şiiri kullanabilir ve böylece iyi niyetle psikolojik danışma oturumunda kullanılan bir şiir, danışanın psikolojik yardım ilişkisinden faydalanmasını engelleyebilir (Rolf ve Supper, 1988).

Her ne kadar konunun uzmanları arasında, şiir ile danışanın duygularını eşleştirmenin önemine yönelik bir uzlaşım olsa da Luber (1976; 1978) yaptığı iki farklı çalışmada, psikolojik yardım ilişkisinde kullanılan şiirlerin danışanın duygu durumunu etkilemediğini, bu anlamda eşleştirme ilkesi hipotezinin desteklenmediğini ileri sürmüştür. Buna karşılık, Rolf ve Supper (1988) ve Bowman (2020) ise, eşleştirme ilkesinin psikolojik danışmada kullanılacak şiirlerin seçiminde çok önemli olduğunu iddia etmişlerdir. Ancak, Rolf ve Supper'in çalışmasının Luber'in iddiasını çürütecek uygun bir kanıt sunmadığı da belirtmekte yarar vardır.

Rossiter, Brown ve Gladding (1990) ise modern şiirin üç önemli temsilcisi Retros, Rilke ve Ferlinghetti'den birer şiirin psikolojik danışmadaki etkisini incelemek ve bu konuda kanıt elde etmek üzere

bir çalışma yürütmüşlerdir. Üç farklı psikolojik yardım uzmanı tarafından seçilen şiirlerin, psikolojik danışmada kullanılmasının danışan üzerindeki etkisinin incelendiği bu araştırmanın sonucunda, seçilen şiirlerin danışanın niteliğine uygun olmasının, danışma sürecinin uygun bir zamanında sürece katılmasının ve uygun danışmanlık becerileriyle kullanılmasının yararlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu açıdan Rossiter, Brown ve Gladding'in (1990) yürüttüğü çalışmanın eşleştirme ilkesinin işlevselliğine kanıt oluşturduğunu söylemek mümkündür.

Psikolojik danışmada kullanılacak şiirlerin seçimine yönelik araştırmaların kısıtlı olması ve seçim işleminin nesnel ölçütlerinin netlikle belirlenememesi, işin tüm yükünü psikolojik yardım uzmanının omzuna yüklemektedir. Bazı uygulamalarda ise psikolojik yardım ilişkisinde kullanılacak şiirlerin seçimi kısmen ya da tamamıyla danışana bırakılmaktadır (Furman, Downey, Jackson ve Bender, 2002; Haberlin, 2017; Rajaei, Atadokht, Hajloo ve Basharpour, 2016). Oysa şiir seçim işlemini yalnızca psikolojik danışmanın ya da danışanın sorumluluğuna vermek, şiir terapi alanındaki bilgi birikiminin gelişimini büyük oranda rastlantıya bırakmak anlamına gelmektedir (Healey, Hopkins, McClimens ve Peplow, 2017). Mazza (2014) psikolojik yardım ilişkisinde şiir kullanılan psikolojik yardım çalışanlarının önlerindeki en önemli sorumluluklardan birinin yinelenebilir bilgiye ulaşmak olduğunu vurgulamaktadır. Bu açıdan psikolojik danışmada kullanılacak şiirlerin seçiminin nesnel bir ölçüte uygun olarak yapılması ve bu işlem sonucunda belirlenen şiirlerin sınıflanması çok önemlidir.

Alanyazında yer alan kısıtlı sayıdaki araştırmaya rağmen ülkemizde, Ataol Behramoğlu'nun "Yaşadıklarımın Öğrendiğim Bir Şey Var" (Çıplak, 2018a), Edip Cansever'in "Ben Bu Kadar Değilim" (Çıplak, 2018b) ve Gülten Akın'ın "Kestim Kara Saçlarımı" (Çıplak, 2018c), Cemal Süreya'nın "Sizin Hiç Babanız Öldü mü" (Çıplak, 2018d), Ahmet Telli'nin "Aşk Bitti" (Çıplak, 2020) başlıklı şiirleri üzerine son dönemde yapılan incelemeler sayılmazsa bu konu hiç çalışılmamıştır. Oysa psikolojik danışmada kullanılacak şiirlerin seçimi yalnızca psikolojik danışmanın tercihine bırakılmayacak denli hassas bir konudur. Çünkü Luber'in eşleştirme ilkesine yönelik eleştirilerinin çürütülmesi ve Leedy ile Mazza'nın eşleştirme ilkesinin geçerliliğine ilişkin görüşlerinin desteklenmesi ancak ve ancak danışanın duygularına uygun şiirlerin seçilmesi ve psikolojik danışmada başarılı bir şekilde kullanılmasıyla mümkündür.

Bu önem ve gerekçe doğrultusunda bu çalışmanın amacı Nâzım Hikmet'in "Don Kişot" başlıklı şiirinin psikolojik danışmada

kullanılabilirliğini incelemektir. Bu amaca ulaşmak için aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

1. Nâzım Hikmet'in "Don Kişot" başlıklı şiirinin biçimsel özellikleri nelerdir?
2. Nâzım Hikmet'in "Don Kişot" başlıklı şiirinin tematik özellikleri nelerdir?
3. Nâzım Hikmet'in "Don Kişot" başlıklı şiirinin ilettiği duygular nelerdir?
4. Nâzım Hikmet'in "Don Kişot" başlıklı şiirinin okuyan katılımcıların cinsiyetleri ile hissettikleri duygular arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
5. Nâzım Hikmet'in "Don Kişot" başlıklı şiirinin okuyan katılımcıların eğitim düzeyleri ile hissettikleri duygular arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
6. Nâzım Hikmet'in "Don Kişot" başlıklı şiirini okuyan katılımcıların cinsiyetlerine göre hissettikleri duyguların yoğunluğu farklılaşmakta mıdır?
7. "Nâzım Hikmet'in "Don Kişot" başlıklı şiirini okuyan katılımcıların eğitim düzeylerine göre hissettikleri duyguların yoğunluğu farklılaşmakta mıdır?

## **YÖNTEM**

Creswell'e (2016) göre, nitel ve nicel yöntemlerin birlikte kullanıldığı bir çalışma karma desenli araştırma olarak adlandırılabilir. Nâzım Hikmet'in "Don Kişot" başlıklı şiirinin psikolojik danışmada kullanılabilirliğinin incelendiği bu araştırma, nitel ve nicel yöntemlerin birlikte kullanıldığı için karma desenli bir çalışmadır. Bu çalışmanın ilk aşamasında çözümlenen Nâzım Hikmet'in "Don Kişot" başlıklı şiiri, daha öncesinde Grupla Psikolojik Danışmada Şiir Kullanımı: Deneysel Bir Araştırma (2015) başlıklı tezin deney aşamasında kullanıldığında katılımcılardan yoğun ilgi görmüştür. Ancak araştırmacı o aşamada "Don Kişot"u teorik bir planlamayla, yani açıklanabilir gerekçelerle kullanmamıştır. Aradan geçen zamanda araştırmacı, bu şiire katılımcıların yoğun ilgi göstermesini ve uygulama sürecinde etkili bir kolaylaştırıcı görevi görmesinin nedenlerini anlamak istemiştir. Bu nedenle bu araştırmanın ilk aşamasında, Nâzım Hikmet'in "Don Kişot" başlıklı şiiri çözümlenmiştir. İkinci aşamada ise, "Don Kişot"u okuyan katılımcıların hissettikleri duygular incelenmiştir. Tüm bunlar, bu çalışmanın, 'çok aşamalı karma yöntem'in (Creswell, 2016) kullanıldığı bir araştırma olarak nitelenmesini sağlamaktadır.

### Katılımcılar

Katılımcılar belirlenirken kolay ulaşılabılır örnekleme yoluna gidilmiştir. 25 Ocak-10 Şubat 2016 tarihleri arasında e-postayla gönderilen veri toplama aracını gönüllü olarak yanıtlayan, yaşları 16 ila 55 arasında değişen 216 birey bu araştırmanın çalışma grubunu oluşturmuştur (Bknz. Tablo 1).

**Tablo 1.** Katılımcıların cinsiyet ve eğitim düzeyine göre frekans ve yüzdelik değerleri (n= 216)

Kadın f - %	Erkek f - %	Lise f - %	Üniversite öğrencisi f - %	Üniversite mezunu f - %
117 (54.2)	99 (45.8)	74 (34.3)	56 (25.9)	86 (39.8)

### Veri Toplama Aracı

Araştırmacı tarafından hazırlanan veri toplama aracının ilk sayfasında araştırmanın amacını içeren yönerge ve katılımcıların cinsiyet ve eğitim düzeyi gibi özelliklerini işaretleyecekleri kişisel bilgi formu yer almaktadır. İkinci sayfada ise Goleman'ın duygulara ilişkin sınıflandırmasına yer verilmiştir:

*Öfke: Hiddet, hakaret, içерleme, gazap, tükenme, kızma, sinirlenme, huç, kin, rahatsızlık, alınganlık, düşmanlık, patolojik nefret ve şiddet*

*Üzüntü: Acı, keder, neşesizlik, kasvet, melankoli, kendine acıma, yalnızlık, can sıkıntısı, umutsuzluk, patolojik depresyon*

*Korku: Kaygı, kuruntu, sinirlilik, tasa, hayret, şüphe, uyanıklık, vicdan azabı, huzursuzluk, çekinme, ürkme, dehşet, fobi, panik*

*Zevk: Mutluluk, coşku, rahatlama, tatmin, haz, sevinç, eğlenme, gurur, tensel zevk, heyecan, vecd hali, hoşnutluk, kendinden geçme, aşırı zindelik, kapris, mani*

*Sevgi: Kabul görme, dostluk, güven, iyilik, yakın ilgi, sadakat, hayranlık, aşırı tutkumluk, muhabbet*

*Şaşkınlık: Şok, hayret, aşıllama, merak*

*İğrenme: Hor görme, aşığılama, küçümseme, tikslenme, nefret etme, hoşlanmama, itici bulma*

*Utancı: Suçluluk, mahcubiyet, hayal kırıklığı, pişmanlık, küçük düşme, üzülmeye, çile, nedamet (Goleman, 1998, s. 359, 360).*

Veri toplama aracının üçüncü sayfasında ise Nâzım Hikmet'in "Don Kişot" başlıklı şiiri yer almaktadır:

#### Don Kişot

Ölümsüz gençliğin şövalyesi,  
ellisinde uydu yüreğinde çarpan aklına,  
bir Temmuz sabahı fethine çıktı

güzelin, doğrunun ve haklının :  
önünde mağrur, aptal devleriyle dünya,  
altında mahzun, fakat kahraman Rosinant'ı.

Bilirim,  
hele bir düşmeyegör hasretin hâlisine,  
hele bir de tam okka dört yüz dirhemse yürek,  
yolu yok, Don Kışot'um benim, yolu yok,  
yeldeğirmenleriyle dövüşülecek.

Haklısın,  
elbette senin Dölsinya'ndır en güzel kadını yeryüzünün,  
sen, elbette bezirgânların suratına haykıracağsın bunu,  
alaşağı edecekler seni  
bir temiz pataklayacaklar.  
Fakat sen, yenilmez şövalyesi susuzluğumuzun,  
sen, bir alev gibi yanmakta devam edeceksin  
ağır, demir kabuğunun içinde  
ve Dölsinya bir kat daha güzelleşecek... (Nâzım Hikmet, 2017, s.  
163)

Şiirin altında ise, katılımcıların “Don Kışot”u okurken yaşadıkları duyguları işaretleyip, bu duyguların yoğunluğunu 0 ile 10 arasında derecelendirecekleri bir çizelge bulunmaktadır. Bu çizelgede 0 ile 10 arasındaki noktalara ilişkin bir açıklama yapılmamıştır. Bunun nedeni, Cüceloğlu'nun (1974), ölçeklerdeki “hiçbir zaman”, “bazen”, “genellikle”, “her zaman” şeklindeki derecelendirmenin katılımcıları yönlendirdiğini ve bu aralıkların herkes için aynı anlama gelmediğini ileri sürmesidir. Katılımcıların hissettikleri duygularının yoğunluğunu daha özgür bir şekilde ifade etmeleri için derecelendirme işleminin bu şekilde yapılmasına karar verilmiştir.

### **Verilerin Toplanması**

Verilerin toplanması aşamasında ölçme aracı yaklaşık 1000 kişiye e-posta yoluyla ulaştırılmıştır. Katılımcıların isim belirtmemeleri; yalnızca cinsiyet ve eğitim düzeylerini işaretlemelerinin yeterli olduğu açıklaması yapılmıştır. Ardından formdaki açıklamaları dikkatli bir şekilde okumaları istenmiştir. En sonunda da şiiri okumaları ve şiiri okuyunca hissettikleri duyguları forma, bu duyguların yoğunluk derecesini ise çizelgeye işaretlemeleri gerektiği belirtilmiştir. Araştırmaya katılmaya istekli olan bireyler formu doldurduktan sonra e-posta yoluyla araştırmacıya ulaştırmışlardır.

### **Verilerin Analizi**

Çalışmanın ilk aşamasında bir doküman olarak Nâzım Hikmet'in “Don Kışot” başlıklı şiiri çözümlenmiştir. Bilindiği gibi doküman

analizi, araştırılmak istenen olgu ve veya olguları içeren yazılı belgelerin çözümlenmesini gerektirmektedir (Yıldırım ve Şimşek, 2008). Döküman incemesinde amaca uygun olarak farklı teknikler kullanılabilir (Arkonacı, 2012; Bilgin, 2014). Şiirin çözümlenmesi aşamasında ise, Greimasçı göstergebilimden yararlanılmıştır. Greimasçı göstergebilimin odak noktası metnin yüzeysel ve derin yapısını açığa çıkararak olası anlamlara ulaşmaktır (Yücel, 2012). Çalışmanın ikinci aşamasında ise, ölçme aracı ile toplanan veriler, bilgisayar ortamına aktarılmış ve SPSS 22.0 paket programı ile çözümlenmiştir. Büyüköztürk'e (2011) göre normal dağılım sayılsını karşılamayan verilerin analizinde parametrik olmayan istatistik tekniklerin kullanılması gerekmektedir. Bu araştırmanın verileri normal dağılım sayılsını karşılamadığı için verilerin çözümlenmesinde, betimsel istatistik tekniklerinden frekans, yüzde, Kay-Kare ( $X^2$ ), ilişkisiz ölçümler için Mann Whitney U-Testi ve ilişkisiz ölçümler için Kruskal Wallis H-Testi kullanılmıştır.

## BULGULAR

### Nitel Bulgular

Bu bölümde, "Don Kışot" başlıklı şiirin betimsel analizi sonucunda ortaya çıkarılan biçim, ölçü, anlam, söylem biçimi ve duyu temalarına ilişkin nitel bulgular sunulmuştur.

"Don Kışot", toplam doksan dört sözcük ve on dokuz dizeden oluşan bir şiirdir. Nâzım Hikmet, pek çok şiiri gibi bu şiirini de serbest biçimde yazmıştır. Yani şiirde belli bir ölçü kullanmamış; buna koşut olarak uyağa da "çıktı", "Rosinant'ı"; "yürek", "yok", "dövüşülecek" ve "güzelleşecek" dışında yer vermemiştir.

"Don Kışot", Nâzım Hikmet'in anlatımı açık ve anlaşılır şiirlerinden biridir. Şiirin anlaşılabilirliğini artıran en önemli unsur kuşkusuz Cervantes'in (2003) Don Kışot karakteridir. İlk roman örneği sayılan Don Quijote'nin aynı adlı kahramanının tüm maceraları değilse de en azından yel değirmenlerine karşı atıldığı macera, Türkiye'de ilkokul sıralarından itibaren hemen herkes tarafından bilinmektedir. Bu da Nâzım Hikmet'in şiirindeki öznenin toplumun geniş kesimlerince tanınma olasılığını artırmaktadır.

"Don Kışot" öykülemeci, kanıtlayıcı ve retorik tipte bir metindir (Bilgin, 2014). Bunun en önemli kanıtı şiirin üç dizgesinde değişen söylem biçimidir. İlk dizgede şiirin personasının söylem biçimi, öykülemecidir. İkinci dizgede, kanıtlayıcı söylem benimsenir. Son dizgede ise retorik öge baskındır. Bunun yanında, Don Kışot'un hayalciliğine, önemsedığı bir hayale ulaşmak için yılmadan



çalışmasına, kararlılığına ve bir kere karar verdikten sonra çektiği acılara sabırla göğüs germesine gönderme yapılması bu şiirin dikkat çekici özelliklerinden biridir. Şiirin sahip olduğu bu nitelikler birlikte göz önünde bulundurulduğunda Don Kışot'un olumlu mesaj içerdiğini ifade etmek yerinde olacaktır.

Şiirin içerdiği duygulara bakıldığında, rahatsızlık (öfke), huzursuzluk (korku), coşku, rahatlama, gurur, heyecan, kendinden geçme, aşırı zindelik (zevk), kabul görme, dostluk, güven, yakın ilgi, sadakat (sevgi), hor görme, aşağılama, hoşlanmama (iğrenme) duygularının ön plana çıktığı görülmektedir.

### **Nicel Bulgular**

İlk olarak, Nâzım Hikmet'in "Don Kışot" başlıklı şiirini okuyan katılımcıların yaşadıkları duyguları açığa çıkarmayı amaçlayan bu çalışmada öncelikle cinsiyete göre katılımcıların yaşadığı duygulara yönelik incelemeler yapılmıştır.

Elde edilen değerler şiiri okuyan kadın katılımcıların sırasıyla sevgi (%53.8), zevk (%51.3), öfke (%23.9), üzüntü (%17.1), korku (%12.8), şaşkınlık (%11.1), utanç (%7.7) ve iğrenme (%6.8) kategorisindeki duyguları işaretlediklerini göstermektedir.

Erkeklerde ise bu sıralama şöyledir: Zevk (%46.5), sevgi (%38.4), öfke (%27.3), üzüntü (%23.2), korku (%20.2), iğrenme (%13.1), şaşkınlık (%11.1) ve utanç (%9.1).

Uygulanan Kay-Kare testi sonucunda Nâzım Hikmet'in "Don Kışot" şiirini okuyan katılımcıların sevgi duygusu hissetmeleri ile cinsiyetleri arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur ( $\chi^2 = 5.15$ ;  $p < .05$ ). Elde edilen değerler incelendiğinde şiiri okuyunca sevgi duygusu hisseden kadınların oranının diğer grupların oranından daha yüksek olduğu görülmektedir.

Buna karşılık katılımcıların cinsiyetleri ile öfke ( $\chi^2 = .32$ ;  $p > .05$ ), üzüntü ( $\chi^2 = 1.27$ ;  $p > .05$ ), korku ( $\chi^2 = 2.15$ ;  $p > .05$ ), zevk ( $\chi^2 = .50$ ;  $p > .05$ ), şaşkınlık ( $\chi^2 = .00$ ;  $p > .05$ ), iğrenme ( $\chi^2 = 2.42$ ;  $p > .05$ ) ve utanç ( $\chi^2 = .14$ ;  $p > .05$ ) duygusu yaşamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki bulunamamıştır (Bknz. Tablo 2).

**Tablo 2.** Katılımcıların hissettikleri duyguların cinsiyete göre frekans, yüzde ve Kay-Kare ( $\chi^2$ ) değerleri. (N= 216)

		Kadın	Erkek	Toplam	$\chi^2$
		f (%)	f (%)	f (%)	
Öfke	Var	28(23.9)	27(27.3)	55(25.5)	.32
	Yok	89(76.1)	72(72.7)	161(74.5)	
Üzüntü	Var	20(17.1)	23(23.2)	43(19.9)	1.27
	Yok	97(82.9)	76(76.8)	173(80.1)	
Korku	Var	15(12.8)	20(20.2)	35(16.2)	2.15
	Yok	102(87.2)	79(79.8)	181(83.8)	
Zevk	Var	50(51.3)	46(46.5)	106(49.1)	.50
	Yok	57(48.7)	53(53.5)	110(50.9)	
Sevgi	Var	63(53.8)	38(38.4)	101(46.8)	5.15*
	Yok	54(46.2)	61(61.6)	115(53.2)	
Şaşkınlık	Var	13(11.1)	11(11.1)	24(11.1)	.00
	Yok	104(88.9)	88(88.9)	192(88.9)	
İğrenme	Var	8(6.8)	13(13.1)	21(9.7)	2.42
	Yok	109(93.2)	86(86.9)	195(90.3)	
Utanç	Var	9(7.7)	9(9.1)	18(8.3)	.14
	Yok	108(92.3)	90(90.9)	198(91.7)	

\*p<.05

İkinci olarak, Nâzım Hikmet'in "Don Kişot" başlıklı şiirini okuyan katılımcıların eğitim düzeylerine göre yaşadıkları duyguların farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir.

Elde edilen değerlere göre, şiiri okuyan katılımcıların yaşadıkları duyguların oranları büyükten küçüğe şu şekilde sıralanmaktadır. Lise öğrencisi katılımcılar: Zevk (%39.2), sevgi (%33.8), korku (%27.0), öfke (%20.3), şaşkınlık (%17.6), üzüntü (%14.9), utanç (%10.8) ve iğrenme (%10.8). Üniversite öğrencisi katılımcılar: Zevk (%48.2), sevgi (%44.6), öfke (%17.9), korku (%12.5), üzüntü (%10.7), utanç (%7.1), şaşkınlık (%7.1) ve iğrenme (%5.4). Üniversite mezunu katılımcılar: Sevgi (%59.3), zevk (%58.1), öfke (%34.9), üzüntü (%30.2), iğrenme (%11.6), korku (%9.3), şaşkınlık (%8.1) ve utanç (%7.0) şeklindedir.

Uygulanan Kay-Kare testi sonucunda Nâzım Hikmet'in "Don Kişot" şiirini okuyan katılımcıların üzüntü duygusu hissetme durumu ile eğitim düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur ( $\chi^2= 9.90$ ; p<.05). Elde edilen değerler incelendiğinde üzüntü duygusu hisseden üniversite mezunu katılımcıların oranının diğer grupların oranından daha yüksek olduğu görülmektedir.

Ayrıca, katılımcıların korku duygusu hissetme durumunun da eğitim düzeyi ile istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişkili olduğu saptanmıştır ( $\chi^2= 9.97$ ; p<.05). Değerlere bakıldığında, korku duygusu

hisseden lise öğrencisi katılımcıların oranının diğer grupların oranından daha yüksek olduğu gözlenmektedir.

Buna ek olarak, şiiri okuyan katılımcıların sevgi duygusu hissetme durumunun da eğitim düzeyi ile istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişkili olduğu saptanmıştır ( $\chi^2 = 10.54$ ;  $p < .05$ ). Değerlere bakıldığında sevgi duygusu hisseden üniversite mezunu katılımcıların oranının diğer grupların oranından daha yüksek olduğu dikkati çekmektedir.

Buna karşılık katılımcıların eğitim düzeyleri ile öfke ( $\chi^2 = .91$ ;  $p > .05$ ), zevk ( $\chi^2 = 5.74$ ;  $p > .05$ ), şaşkınlık ( $\chi^2 = 4.79$ ;  $p > .05$ ), iğrenme ( $\chi^2 = 1.67$ ;  $p > .05$ ) ve utanç ( $\chi^2 = .91$ ;  $p > .05$ ) duygusu yaşamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki bulunamamıştır (Bknz. Tablo 3).

**Tablo 3.** Katılımcıların hissettikleri duyguların eğitim düzeyine göre frekans, yüzde ve Kay-Kare ( $\chi^2$ ) değerleri. (N= 216)

		Lise Öğrencisi	Üniversite Öğrencisi	Üniversite Mezunu	Toplam	$\chi^2$
		f (%)	f (%)	f (%)	f (%)	
Öfke	Var	15(20.3)	10(17.9)	30(34.9)	55(25.5)	.91
	Yok	59(79.7)	46(82.1)	56(65.1)	161(74.5)	
Üzüntü	Var	11(14.9)	6(10.7)	26(30.2)	43(19.9)	9.90*
	Yok	63(85.1)	50(89.3)	60(69.8)	173(80.1)	
Korku	Var	20(27.0)	7(12.5)	8(9.3)	35(16.2)	9.97*
	Yok	54(73.0)	49(87.5)	78(90.7)	181(83.8)	
Zevk	Var	29(39.2)	27(48.2)	50(58.1)	106(49.1)	5.74
	Yok	45(60.8)	29(51.8)	36(41.9)	110(50.9)	
Sevgi	Var	25(33.8)	25(44.6)	51(59.3)	101(46.8)	10.54*
	Yok	49(66.2)	31(55.4)	35(40.7)	115(53.2)	
Şaşkınlık	Var	13(17.6)	4(7.1)	7(8.1)	24(11.1)	4.79
	Yok	61(82.4)	52(92.9)	71(91.9)	192(88.9)	
İğrenme	Var	8(10.8)	3(5.4)	10(11.6)	21(9.7)	1.67
	Yok	66(89.2)	53(94.6)	76(88.4)	195(90.3)	
Utanç	Var	8(10.8)	4(7.1)	6(7.0)	18(8.3)	.91
	Yok	66(89.2)	52(92.9)	80(93.0)	197(91.7)	

\* $p < .05$

Bu sonuçların ardından, Nâzım Hikmet'in "Don Kişot" başlıklı şiirini okuyan katılımcıların yaşadıkları duyguların yoğunluğunun cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşp farklılaşmadığına ilişkisiz ölçümler için Mann Whitney U-Testi ile bakılmıştır.

Elde edilen değerler, Nâzım Hikmet'in "Don Kişot" başlıklı şiirini okuyan katılımcıların sevgi kategorisindeki duyguları yaşama yoğunluğunun cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığını göstermiştir ( $U = 4627.5$ ;  $p < .05$ ). Kadınların (sıra ort.= 118.45) sevgi kategorisindeki duyguları erkeklerle (sıra ort.= 96.54) göre daha yoğun hissettikleri anlaşılmaktadır.

Buna karşılık, katılımcıların öfke ( $U= 5577.0$ ;  $p>.05$ ), üzüntü ( $U= 5478.5$ ;  $p>.05$ ), korku ( $U= 5405.0$ ;  $p>.05$ ), zevk ( $U= 5331.5$ ;  $p>.05$ ), şaşkınlık ( $U= 5570.0$ ;  $p>.05$ ), iğrenme ( $U= 5436.0$ ;  $p>.05$ ) ve utanç ( $U= 5712.5$ ;  $p>.05$ ) kategorisindeki duyguları yaşama yoğunluğu cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır (Bknz. Tablo 4).

**Tablo 4.** Katılımcıların hissettikleri duyguların yoğunluğunun cinsiyete göre Mann Whitney U-Testi sonuçları. (N= 216)

	Kadın (n= 117)	Erkek (n= 99)	U	P
	S.Ort.(S.Top.)	S.Ort.(S.Top.)		
Öfke	106.67(12480.0)	110.67(10956.0)	5577.0	.54
Üzüntü	105.82(12381.5)	111.66(11054.5)	5478.5	.33
Korku	105.20(12308.0)	112.40(11128.0)	5405.0	.19
Zevk	112.43(13154.5)	103.85(10281.5)	5331.5	.28
Sevgi	118.45(13858.5)	96.54(9577.5)	4627.5	.01*
Şaşkınlık	108.68(12716.0)	108.28(10720.0)	5770.0	.93
İğrenme	105.46(12339.0)	112.09(11097.0)	5436.0	.13
Utanç	107.82(12615.5)	109.30(10820.5)	5712.5	.72

\* $p<.05$

Nâzım Hikmet'in "Don Kişot" başlıklı şiirini okuyan katılımcıların yaşadıkları duyguların yoğunluğunun eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı şekilde farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkisiz ölçümler için Kruskal Wallis H-Testi ile bakılmıştır.

Sonuçlar, Nâzım Hikmet'in "Don Kişot" başlıklı şiirini okuyan katılımcıların öfke ( $X^2= 6.24$ ;  $p<.05$ ), üzüntü ( $X^2= 8.60$ ;  $p<.05$ ), korku ( $X^2= 10.04$ ;  $p<.05$ ) ve sevgi ( $X^2= 9.50$ ;  $p<.05$ ) duygularının yaşama yoğunluğunun eğitim düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığını göstermiştir.

Buna karşılık, katılımcıların zevk ( $X^2= 4.95$ ;  $p>.05$ ), şaşkınlık ( $X^2= 5.23$ ;  $p>.05$ ), iğrenme ( $X^2= 1.86$ ;  $p>.05$ ) ve utanç ( $X^2= .86$ ;  $p>.05$ ) kategorisindeki duygularının yaşama yoğunluklarının eğitim düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı bulunmuştur (Bknz. Tablo 5).

**Tablo 5.** Katılımcıların hissettikleri duyguların yoğunluğunun eğitim düzeyine göre Kruskal Wallis H-Testi sonuçları (N= 216)

	Lise Öğrencisi (n= 74) S.Ort. (sd)	Üniversite Öğrencisi (n= 56) S.Ort. (sd)	Üniversite Mezunu (n= 86) S.Ort. (sd)	X <sup>2</sup>	p
Öfke	103.77(2)	99.69(2)	118.31(2)	6.24	.04*
Üzüntü	103.20(2)	99.33(2)	119.03(2)	8.60	.01*
Korku	120.30(2)	104.63(2)	100.87(2)	10.04	.01*
Zevk	98.61(2)	105.79(2)	118.77(2)	4.95	.08
Sevgi	93.76(2)	107.49(2)	121.84(2)	9.50	.01*
Şaşkınlık	115.84(2)	104.34(2)	104.89(2)	5.23	.07
İğrenme	109.61(2)	103.54(2)	110.77(2)	1.86	.40
Utanc	111.12(2)	107.08(2)	107.17(2)	.86	.65

\*p<.05

Kruskal Wallis H-Testi sonucunda gözlenen anlamlı farkın hangi gruplar arasındaki anlamlı farklıklara bağlı olarak ortaya çıktığını tespit etmek için Mann Whitney U-Testi uygulanmıştır (Bknz. Tablo 6).

Elde edilen değerler, Nâzım Hikmet'in "Don Kişot" başlıklı şiirini okuyan üniversite mezunu katılımcıların öfke kategorisindeki duyguları hissetme yoğunluğunun (sıra ort.= 76.4), üniversite öğrencisi (sıra ort.= 63.98) katılımcıların aynı duyguyu hissetme yoğunluğundan istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğunu göstermektedir (U= 1987.0; p<.05). Buna karşılık lise öğrencisi katılımcıların sıra ortalaması ile üniversite öğrencisi katılımcıların sıra ortalaması arasında anlamlı düzeyde farklılık bulunamamıştır (U= 1999.5; p>.05). Ayrıca, lise öğrencisi katılımcıların sıra ortalaması ile üniversite mezunu katılımcıların sıra ortalaması arasında da anlamlı düzeyde farklılık saptanamamıştır (U= 2759.5; p>.05).

Üzüntü duygusu açısından bakıldığında, üniversite mezunu katılımcıların üzüntü kategorisindeki duyguları hissetme yoğunluğunun (sıra ort.= 76.6), üniversite öğrencisi (sıra ort.= 63.67) katılımcıların aynı duyguyu hissetme yoğunluğundan istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir (U= 1969.5; p<.05). Ayrıca, üniversite mezunu katılımcıların (sıra ort.= 85.93) öfke kategorisindeki duyguları hissetme yoğunluğunun, lise öğrencisi katılımcıların aynı duyguyu hissetme yoğunluğundan (sıra ort.= 74.19) da istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu açığa çıkarılmıştır (U= 2715.0; p<.05). Buna karşılık lise öğrencisi katılımcıların sıra ortalaması ile üniversite öğrencisi katılımcıların sıra ortalaması arasında anlamlı düzeyde farklılık gözlenmemiştir (U= 1997.0; p>.05).

Korku duygusu için ise, lise öğrencisi katılımcıların sıra ortalaması (69.53), üniversite öğrencisi katılımcıların sıra ortalamasından (60.17) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (U= 1773.5; p<.05). Ayrıca, lise öğrencisi katılımcıların sıra ortalaması (88.26), üniversite mezunu katılımcıların sıra ortalamasından da (73.82) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek hesaplanmıştır (U= 2607.5; p<.05). Buna karşılık üniversite öğrencisi katılımcıların sıra ortalaması ile üniversite mezunu katılımcıların sıra ortalaması arasında anlamlı düzeyde farklılık hesaplanamamıştır (U= 2326.5; p>.05).

Son olarak sevgi duygusuna bakıldığında, üniversite mezunu katılımcıların sıra ortalamasının (90.27), lise öğrencisi katılımcıların sıra ortalamasından (69.15) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu gözlenmiştir (U= 2342.0; p<.05). Buna karşılık, lise öğrencisi katılımcıların sıra ortalaması ile üniversite öğrencisi katılımcıların sıra ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık görülmemiştir (U= 1821.5; p>.05). Son olarak, üniversite öğrencisi katılımcıların sıra ortalaması ile üniversite mezunu katılımcıların sıra ortalaması arasında da anlamlı düzeyde farklılık bulunamamıştır (U= 2101.0; p>.05).

**Tablo 6.** Farkın kaynağını tespit etmek amacıyla uygulanan U-Testi sonuçları. (N= 216)

	Lise Öğrencisi (n= 74) S.Ort. (sd)	Üniversite Öğrencisi (n= 56) S.Ort. (sd)	Üniversite Mezunu (n= 86) S.Ort. (sd)	U	P
Öfke	66.48(4919.5)	64.21(3595.5)	-	1999.5	.62
Öfke	-	63.98(3583.0)	76.4(6570.0)	1987.0	.03*
Öfke	74.79(5534.5)	-	85.41(7345.5)	2759.5	.07
Üzüntü	66.51(4922.0)	64.16(3593.0)	-	1997.0	.55
Üzüntü	-	63.67(3565.5)	76.6(6587.5)	1969.5	.01*
Üzüntü	74.19(5490.0)	-	85.93(7390.0)	2715.0	.03*
Korku	69.53(5145.5)	60.17(3369.5)	-	1773.5	.04*
Korku	-	72.96(4085.5)	70.55(6067.5)	2326.5	.52
Korku	88.26(6531.5)	-	73.82(6348.5)	2607.5	.01*
Sevgi	62.11(4596.5)	69.97(3918.5)	-	1821.5	.18
Sevgi	-	66.02(3697.0)	75.07(6456.0)	2101.0	.18
Sevgi	69.15(5117.0)	-	90.27(7763.0)	2342.0	.01*

\*p<.05

## TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Nâzım Hikmet'in "Don Kişot" başlıklı şiirinin psikolojik danışmada kullanılabilirliğinin incelendiği bu çalışmada ilk olarak "Don Kişot"un biçimsel, tematik özellikleri ve iletildiği duygular açığa çıkarılmıştır. Sonuç olarak "Don Kişot"un serbest biçimle yazılmış, Miguel de Cervantes'in (2003) *Don Quijote* başlıklı romanının kahramanını merkeze alan ve rahatsızlık, huzursuzluk, çöşku, rahatlama, gurur, heyecan, kendinden geçme, aşırı zindelik, kabul görme, dostluk, güven, yakın ilgi, sadakat, hor görme, aşağılama, hoşlanmama duygularını aynı anda hissettiren bir şiir olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Sonrasında şiiri okuyan katılımcıların cinsiyetleri ve eğitim düzeyleri ile belli bir duyguyu hissetme durumları arasında ilişki olup olmadığı incelenmiş; katılımcıların cinsiyetleri ile sevgi, eğitim düzeyleri ile de üzüntü, korku ve sevgi duyguları yaşama durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur. Ayrıca şiiri okuyan katılımcıların sevgi duygusu hissetme yoğunluğunun cinsiyete göre; korku, sevgi ve şaşkınlık duygularını hissetme yoğunluğunun da eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur.

Öncelikle "Don Kişot"un biçimsel özelliklerinin ve tematik yapısının psikolojik danışmada kullanılabilirliği fikrini desteklediği söylenebilir. Rossiter, Brown ve Gladding'e (1990) göre şiirin biçimsel özelliklerinin sade olması psikolojik danışmada etkili bir şekilde kullanılabilirdiği fikrini desteklemektedir. Şiirin biçimsel özelliklerinin anlaşılabilirliği desteklemesi ve şiirin öznesinin, toplumun geniş kesimlerinin tanışık olduğu bir roman kahramanı olması şiiri okuyan danışanın hızlı bir şekilde bu özneye özdeşim kurmasına ve kendini açmasına yardımcı olabilir (Czernianin, Czernianin ve Chatzipentidis, 2019; Marks, Seltzer, Beck ve Lerner, 2018). Alanyazında bunu destekleyen başka araştırma bulguları da bulunmaktadır. Örneğin Chavis'e (1986) göre, canlı görüntüler sunan ve duygusal etki bakımından zengin şiirler terapötik olarak daha değerli bir kaynak olabilir.

Chavis'in ifadesinin ışığında şiirin ilk dizgesinin şiir personasının bir karar anında harekete geçmesini odağa alması nedeniyle önem kazandığı söylenebilir. Özellikle de,

"bir Temmuz sabahı fethine çıktı  
güzelin, doğrunun ve haklının:  
önünde mağrur, aptal devleriyle dünya,"

dizeleri bu anlamda ilgi çekicidir. Psikolojik yardım uzmanı “Don Kışot”u psikolojik danışmada kullanırken uygun bir zamanda danışana, onun için temmuz sabahının ne zaman olduğunu ya da olabileceğini sorabilir. Bunun yanında, deneyimlerini daha uygun bir şekilde anlamlandırabilmesi için de iyiyi, doğruyu ve güzeli kendine göre tanımlamasını isteyebilir. Ayrıca, kendisi olmasını engelleyen mağrur ve aptal devler üzerine düşünmesini de teşvik edebilir.

“hele bir düşmeyegör hasretin hâlisine,  
hele bir de tam okka dört yüz dirhemse yürek,  
yolu yok, Don Kışot'um benim, yolu yok,  
yeldeğirmenleriyle dövüşülecek.”

dizeleri ise, psikolojik yardım uzmanının, terapötik ilişkinin ileri aşamalarında, yaşamına farklı bir yön verecek tercihleri yapma noktasında cesarete ihtiyaç duyan danışanı cesaretlendirmesi noktasında yararlı olabilir. Buna ek olarak,

“Haklısın,  
elbette senin Dölsinya'ndir en güzel kadını yeryüzütün,  
sen, elbette bezirgânların suratına haykıracaksın bunu,  
alaşağı edecekler seni  
bir temiz pataklayacaklar.  
Fakat sen, yenilmez şövalyesi susuzluğumuzun,  
sen, bir alev gibi yanmakta devam edeceksin  
ağır, demir kabuğunun içinde  
ve Dölsinya bir kat daha güzelleşecek...”

dizeleri de danışanın benliğini dikkate almasını, bunun kendisi için epey zor olacağını anlatma aşamasında kullanışlı olabilir. En önemlisi de şiirin bu dizeleri, karşısına çıkacak zorluklarla mücadele etmesinin özgüvenini geliştireceğini ve böylece sahip olduklarının değerini artıracaklarını anlaması açısından da danışana fayda sağlayabilir (Bergqvist ve Punzi, 2020).

Bununla birlikte, Rossiter, Brown ve Gladding'in (1990) belli bir şiiri, psikolojik yardım ilişkisinde kullanırken psikolojik yardım uzmanının zorlayıcı olmamaya özen göstermesine ve belli bir şiiri psikolojik danışma sürecinin hangi aşamasında kullanması gerektiğine dikkatli bir şekilde karar vermesi gerektiğine yönelik uyarılarını dikkate almak gerekmektedir. Hepsinden önemlisi de psikolojik yardım talebinde bulunan danışanın özgül durumunun iyi incelenmesinde ve psikolojik yardım ilişkisinden beklentilerinin iyi anlaşılmasında yarar vardır (Bergqvist ve Punzi, 2020; Mazza, 2014). Ayrıca, danışanın yaşadığı sorunun niteliği, danışmada şiir kullanımına uygun olup olmadığı, şiir kullanımını isteyip istemediği de bu noktada önemlidir (Jahanpour, Armoon, Mozafari, Motamed, Poor ve Mirzaee, 2019; Matalon, 2020). Kuşkusuz danışanın şiire



yönelik ilgisinin olması ya da danışmada şiir kullanımına hazırlanması yararlı olabilir (Bruneau, Pehrsson, 2017). Buna ek olarak, psikolojik danışmanın, danışanın öyküsünü iyi bilmesi, olası bir travmasını etkinleştirecek bir şiiri seçmemesi ve şiir kullanma amacını danışana açıklaması dikkat edilmesinde yarar olan diğer bazı konulardır (Glavin ve Montgomery, 2017). Ancak bu şekilde psikolojik danışmada kullanılacak şiirin onun istekleriyle uyumlu ve duygudurumuna uygun olması sağlanabilir (Chavis, 1986; Leedy, 1969; Mazza, 2014).

Dolayısıyla, gerek “Don Kışot”u okuyan katılımcıların bazı duyguları yaşama durumunun cinsiyet ve eğitim düzeyi ile ilişkili olması, gerekse de hissettikleri bazı duyguların yoğunluğunun bu değişkenlere göre farklılık göstermesi önemli bir bulgu niteliğindedir. Sonuçların bu yönde çıkmasının, yani “Don Kışot”u okuyan katılımcıların hissettiği duyguların cinsiyet ve eğitim düzeyiyle ilişkili olmasının, daha en baştan bu şiirin psikolojik danışmada kullanılabilmesini öne sürmenin önünde bir engel olarak durduğu söylenebilir. Özellikle de eğitim düzeyinin burada istatistiksel olarak anlamlı bir değişken olması, Luber'in (1978), psikolojik danışmada şiir kullanımının, entelektüel düzeyi yüksek ve edebiyata ilgili olan bireyler için daha elverişli olabileceğine yönelik uyarısını destekler niteliktedir.

Sonuç olarak, “Don Kışot”un danışan(lar)ın cinsiyet ve eğitim düzeyi başta olmak üzere farklı özellikleri göz önünde bulundurulmak kaydıyla psikolojik danışmada yararlı bir şekilde kullanılabileceği söylenebilir. Elbette son noktada buna karar verecek olan psikolojik yardım uzmanının kendisidir.

Bu araştırmanın sonuçlarını belli sınırlılıklar çerçevesinde değerlendirmek uygun olacaktır. İlk olarak bu araştırmanın çalışma grubu amaca uygun olarak belirlenmiştir. Sonraki çalışmalarda rastlantısal seçilmiş örneklerle çalışılabilir. İkinci olarak, katılımcı grubu, örneğin psikolojik yardım uzmanı, edebiyat akademisyeni, şair/yazar/eleştirmen gibi gruplar şeklinde sınıflandırılmamıştır. Farklı çalışmalarda örneklem bu şekilde sınıflandırılarak aynı ya da farklı şiirlerin psikolojik danışmada kullanılabilirliği incelenebilir. Son olarak, katılımcıların şiire yönelik duygularını, yönlendirici olmamak için bir liste kullanmaksızın ifade etmeleri istenebilir. Ayrıca, sonraki çalışmalarda veri toplama işleminin yüz yüze yapılması ve katılımcıların duygularını ifade etmekte zorlandıkları durumda duygu tepkileriyle ilerlemelerine yardımcı olunması, çok daha çarpıcı sonuçlar ortaya çıkmasını sağlayabilir.

## KAYNAKÇA

- Arkonaç, S. (2012). *Söylem çalışmaları*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Bayraktar, Ö. (2011). Üniversite öğrencilerinin algılanan sosyal destek düzeyleri ile duygusal zekâları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Bergqvist, P. and Punzi, E. (2020). Livings poets society - a qualitative study of how Swedish psychologist incorporate reading and writing in clinical work. *Journal of Poetry Therapy*, 33(3), 152-163.
- Bilgin, N. (2014). *Sosyal bilimlerde içerik analizi: Teknikler ve örnek çalışmalar*. Ankara: Siyasal Kitabevi.
- Bowman, T. (2020). Poetry, playlists and perspectives: Prompts for grieving a grandson's death. *Journal of Poetry Therapy*, 33(2), 61-72.
- Brody, L. R. (1999). *Gender, emotion, and the family*. Cambridge MA: Harvard University Press.
- Bruneau, L. and Pehrsson, D-E. (2017). Read two books and call me next week: Maximizing the book selection process in therapeutic reading. *Journal of Poetry Therapy*, 30(4), 248-261.
- Büyüköztürk, Ş. (2011). *Veri analizi el kitabı: istatistik, araştırma deseni, SPSS uygulamaları ve yorum*. Ankara: Pegem Akademi.
- Chamberlain, D. (2019). The experience of older adults who participate in a bibliotherapy/poetry group in an older adult inpatient mental health assessment and treatment ward. *Journal of Poetry Therapy*, 32(4), 223-239.
- Chavis, G. G. (1986). The use of poetry for clients dealing with family issues. *The Arts in Psychotherapy*, 13, 121-128.
- Creswell, J. W. (2016). *Araştırma deseni: Nitel, nicel ve karma yöntem yaklaşımları*. (Hacıömeroğlu, G., Çev.) Ankara: Eğiten Kitap.
- Cüceloğlu, D. (1974). Duygusal anlam ölçülerinde ölçek basamaklarının eşitliği sorunu. *Psikoloji Çalışmaları*, 11, 89-96.

- Czernianin, W., Czernianin H., and Chatzipentidis, K. (2019). Bibliotherapy: A review and perspective from Poland. *Journal of Poetry Therapy*, 32(2), 78-94.
- Çıplak, E. (2015). Grupla psikolojik danışmada şiir kullanımı: Deneysel bir araştırma. Yayınlanmamış doktora tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Çıplak, E. (2018a). Ataol Behramoğlu'nun "Yaşadıklarımın Öğrendiğim Bir Şey Var" başlıklı şiirinin psikolojik danışmada kullanılabilirliği. 2. Uluslararası Multidisipliner Kongresi Bildiri Tam Metinleri Kitabı: Filoloji ve Edebiyat (Abik, D., Ed.) içinde (s. 256-276). Adana: Çukurova Üniversitesi.
- Çıplak, E. (2018b). Edip Cansever'in "Ben Bu Kadar Değilim" başlıklı şiirinin psikolojik danışmada kullanılabilirliği. 20. Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Tam Metin Kitabı (Şahin, C., Ed.) içinde (s. 478-488). Samsun: Canik Belediyesi.
- Çıplak, E. (2018c). Gülten Akın'ın "Kestim Kara Saçlarımı" başlıklı şiirinin psikolojik danışmada kullanılabilirliği. Bilge Kağan 1. Uluslararası Bilim Kongresi Bildiri Tam Metinler Kitabı (Özbiçer, S. M., Ed.) içinde (s. 224-235). Amsterdam: Schiphol Airport.
- Çıplak, E. (2018d). Cemal Süreya'nın "Sizin Hiç Babanız Öldü mü" şiirinin psikolojik danışmada kullanılabilirliğinin incelenmesi. *Uluslararası Eğitim ve Dil Dergisi*, 2, 1-10.
- Çıplak, E. (2020). Ahmet Telli'nin "Aşk Bitti" şiirinin psikolojik danışmada kullanılabilirliğinin incelenmesi. *Uluslararası Eğitim ve Dil Dergisi*, 1, 1-7.
- Dubrasky, D., Sorensen, S., Donovan, A., and Corser, G. (2018). "Discovering inner strengths": A co-facilitative poetry therapy curriculum for groups. *Journal of Poetry Therapy*, 32(1). 1-10.
- Ekman, P. (1999). "Basic emotions". in *Handbook of cognition and emotion*. (Dalglish, T. and Power, M. J., Ed.). JSan Fransisco, CA, USA.
- Furman, R., Downey, E. P., Jackson, L. R., and Bender K. (2002). Poetry therapy as a tool for strengths-based practice. *Advances in Social Work*, 3(2), 146-157.
- Gabriel, P., Lee, J., and Taylor, R. (2018). Evidence-based poetry: Using poetic representation of phenomenological research to create an educational tool for enhancing empathy in medical

- trainees in the management of depression. *Journal of Poetry Therapy*, 31(2), 75-86.
- Glavin, C. E. Y. and Montgomery, P. (2017). Creative bibliotherapy for post-traumatic stress disorder (PTSD): A systematic review. *Journal of Poetry Therapy*, 30(2), 95-107.
- Goleman, D. (1998). *Duygusal zekâ* (Seçkin Yüksel, B., Çev.). İstanbul: Varlık Yayınları.
- Healey, J., Hopkins, C., McClimens, A., and Peplow, D. (2017). The potential therapeutic benefits of reading poetry to nursing home residents: The road less travelled? *Journal of Poetry Therapy*, 30(3), 153-165.
- Haberlin, S. (2017). The butterfly whisperer: Representing a gifted students' connection with nature through poetic inquiry. *Journal of Poetry Therapy*, 30(4), 209-217.
- İşmen Gazioğlu, A. E. (2004). Duygusal zeka ve aile işlevleri arasındaki ilişki. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7, 55-75.
- Jahanpour, F., Armoon, B., Mozafari, N., Motamed, N., Poor, D. I., and Mirzaee, M. S. (2019). The comparison of the effect of poetry therapy on anxiety and post-traumatic stress disorders in patients with myocardial infarction. *Journal of Poetry Therapy*, 32(4), 214-222.
- Johnson, A. (2017). Brief focused therapy in the medical hospital. *Journal of Poetry Therapy*, 30(1), 53-60.
- Kubiak, J. (2020). Poetry pedagogy and university students with intellectual disabilities. *Journal of Poetry Therapy*, 33(3), 137-151.
- Leedy, J. J. (1969). Principles of poetry therapy. In *Poetry Therapy* (J. J. Leedy, Ed.) (p. 67-74). Philadelphia and Toronto: J. B. Lippincott.
- Luber, R. F. (1976). Evaluation of poetic mood with the semantic differential. *Psychological Report*, 39, 499-502.
- Luber, R. F. (1978). Assessment of mood change as a function of poetry therapy. *Art Psychotherapy*, 5, 211-215.

- Lucas, C. V., Teixeira, D., Soares, L., and Oliveira, F. (2019). Bibliotherapy as a hope-building tool in educational settings. *Journal of Poetry Therapy*, 32(4), 199-213.
- Marks, D. R., Seltzer, J., Beck, J. P., and Lerner, J. B. (2018). Lectio for living: An exploration on mindful listening to poetic texts. *Journal of Poetry Therapy*, 31(2), 87-106.
- Matalon, E. (2020). An analysis of the concept of poetry through a theoretical scheme. *Journal of Poetry Therapy*, 33(2). 73-82.
- Mazza, N. (2014). *Şiir terapi* (Çıplak, E., Çev.). İstanbul: Okuyanlar Yayınları.
- Miguel de Cervantes Saavedra. (2003). *Don Quijote* (Hakmen, R., Çev.). İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.
- Nâzım Hikmet. (2017). *Yatar Bursa Kalesinde*. İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.
- Pettersson, C. (2018). Psychological well-being, improved self-confidence, and social capacity: Bibliotherapy from a user perspective. *Journal of Poetry Therapy*, 31(2), 124-134.
- Rajabi, S., Khosravi, A. R., and Khodabakhshi, M. (2018). Investigating the effect of creative storytelling on enhanced creativity of preschool students in Iran. *Journal of Poetry Therapy*, 31(4), 244-255.
- Rajaei, F., Atadokht, A., Hajloo, N., and Basharpour, S. (2016). Effectiveness of group poetry therapy on emotional expression in patients with schizophrenia. *ASEAN Journal of Psychiatry*, 17(2).
- Reiter, S. (2017). "Abracadabra!" The magic of poetic healing. *Journal of Poetry Therapy*, 30(4), 241-247.
- Rolfs, A. M., and Supper, S. I. (1988). Guiding the unconscious: The process of poem selection for poetry therapy groups. *The Arts in Psychotherapy*, 15, 119-126.
- Rossiter, C., Brown, R. and Gladding, S. T. (1990). A new criterion for selecting poems for use in poetry therapy. *Journal of Poetry Therapy*, 4(1), 5-11.
- Tunay Akan, Ş. ve Barışkın, E. (2017). Kültür ve cinsiyet bağlamında Berkeley Duygu İfadesi Ölçeği'nin geçerlilik ve güvenilirlik ölçütleri. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 28(1), 43-50.

- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2008). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Yücel, T. (2012). *Eleştiri kuramları*. İstanbul: İş Bankası Kültür Yayınları.