

Makale Bilgisi: Candır, Z., Çelik, Y. (2019). Gestalt Bakış Açısıyla Edebiyat Eleştirisi - Bir Uygulama: <i>Servi</i> , Sabahattin Ali. DEÜ Edebiyat Fakültesi Dergisi, Cilt: 6, Sayı: 2, ss. 426-447.	Article Info: Candır, Z., Çelik, Y. (2019). Gestalt Approach to Literary Criticism - A Study on <i>Servi</i> by Sabahattin Ali. DEU Journal of Humanities, Volume: 6, Number: 2, pp. 426-447.
Kategori: Araştırma Makalesi	Category: Research Article
Gönderildiği Tarih: 07.08.2019	Date Submitted: 07.08.2019
Kabul Edildiği Tarih: 19.09.2019	Date Accepted: 19.09.2019

GESTALT BAKIŞ AÇISIYLA EDEBİYAT ELEŞTİRİSİ - BİR UYGULAMA: SERVİ, SABAHATTİN ALİ¹

Zeynep CANDIR *, Yakup ÇELİK **

ÖZ

Psikoloji, insanı; edebiyat bilimi ise onun kaleminden veya dilinden dökülenleri ele alır. İnsanı anlamak amacıyla birleşen ve birbirini kaçınılmaz olarak besleyen bu iki alanın kesiştiği ilk nokta psikanalitik edebiyat eleştirisi olmuştur. Gestalt terapisi ise bir başka psikoterapi kuramı olup prensipleri edebî eser incelemelerinde araç olarak kullanıldığında okura şimdiye kadar denenmemiş, yepyeni bir perspektif sunabilecektir.

Bu çalışmada, Gestalt Terapisi Kuramı'nın temelinde yatan tarihi arka plan ve kuramın temel kavramları irdelendikten sonra edebiyat eleştirisinin bu bakış açısıyla nasıl yapılabileceği tartışılacaktır. Bir uygulama olarak Sabahattin Ali'nin *Servi* adlı şiiri, Gestalt bakış açısıyla değerlendirilecektir.

Anahtar Kelimeler: Edebiyat Eleştirisi, Gestalt, Edebiyat Kuramları, Sabahattin Ali

GESTALT APPROACH TO LITERARY CRITICISM - A STUDY ON *SERVİ* BY SABAHATTİN ALİ

ABSTRACT

Psychology studies man, science of literature deals with literary works of him. These two fields inevitably feed each other and have the same aim of understanding

¹ Bu makale, Zeynep CANDIR'ın Yıldız Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Türk Dili ve Edebiyatı Bölümü'nde, Prof. Dr. Yakup ÇELİK'in danışmanlığında yürütülen "Sabahattin Ali'nin Tüm Eserlerinin Gestalt Kavramlarıyla İncelenmesi" başlıklı doktora tezinden üretilmiştir.

* Doktora Öğrencisi, Yıldız Teknik Üniversitesi, zeynecandir@gmail.com, ORCID: 0000-0001-8956-4387

** Prof. Dr., İstanbul Kültür Üniversitesi, yacelik@yildiz.edu.tr, ORCID: 0000-0001-9252-8221

human. Psychology and science of literature first encountered by means of psychoanalytical literary approach. Gestalt therapy is another theory of psychotherapy which can provide new perspectives to reader when it is used as a tool for analyzing literary pieces.

In this study the history lies behind Gestalt Therapy Theory and its basic concepts will be presented and then Gestalt approach will be introduced as a tool for literary criticism. *Servi* which is one of the poems of Sabahattin Ali will be analyzed through Gestalt approach as an application.

Keywords: Literary Criticism, Gestalt, Literary Theories, Sabahattin Ali

GİRİŞ

Psikoloji tarihine bakıldığında insanın nasıl düşündüğü, ne hissettiği, hangi uyaranlar karşısında ne tür davranışlar sergilediği üzerine çok çeşitli görüşler ortaya atıldığı; bu görüşlerin psikoloji bilimine yön veren akımlara temel oluşturduğu ve genellikle her yeni doğan akımın bir önceki ya da eş zamanlı bir şekilde gelişmekte olan akımın çıkmazlarını çözümlmek için yeni yollar önerdiği görülür.

İnsan ilk çağlardan beri bedeni, bu dünyadaki varlığı ve ötesi üzerinde düşünmüştür. Bu doğrultuda, İlk Çağ filozoflarının gerçeğin doğasına ve ruha dair düşünceler geliştirdikleri bilinmektedir.

Hem Platon hem Aristoteles ruh ve bedeni anlamlandırmaya çalışmışlardır. Gerçekliğin idealar dünyasında olduğunu dile getiren Platon, ölümsüz olduğunu öne sürdüğü ruhu, insanı idealar dünyasına ulaştıracak bir araç olarak görürken (Bruno, 1996, s. 10); bedeni duyularına güvenilmez bir kopya olarak niteler. Ona göre; “ruh, bedeni canlı tutar; ancak beden ruhun üzerinde bir etkisi yoktur.” (Platon, 2013, ss. 57-58).

Platon; ruhun bedene girmeden önce var olduğunu ve beden yok olduktan sonra da varlığını sürdürdüğünü düşünür. Aristoteles’e göre de ruh ölümsüzdür; ancak beden yok olduğunda ruh varlığını önceki gibi sürdürememektedir; zira her ruh, içinde bulunduğu bedene özgüdür (Aristoteles, 2018, s. 99).

Arsitoteles, Platon’un aksine, daha çok duyularımızla deneyimleyebildiğimiz somut dünyaya yönelik fikirler üretmiştir (Hilav, 2013, s. 74). Yani, ruhun ne olduğundan ziyade nasıl işlediğini merak etmiş (Bruno, 1996, s. 11) ve algılama, anımsama, düşünme gibi işlevleri inceleyerek bunları ruhun parçaları olarak değerlendirmiştir.

Helenistik dönemde Zenon, “bedene baştan aşağı ve bütün görevlerinde ruhun egemen olduğunu” öne sürer ve akıl, beş duyu, konuşma, üreme gibi pek çok yetiyi ruhun bölümleri olarak gösterir. Zenon’a göre ruh bedeni kapsar; ikisi birdir. “Tanrı ile evren arasındaki ilgi ne ise ruh ile beden arasındaki ilgi de odur.” (Gökberk, 2017, s. 94).

O halde denilebilir ki ruh-beden terazisinde, Platon için ruh, diğer kefedeki bedene göre daha ağırdır. Aristoteles için yine ağır basan ruhtur; ancak ruh, Platon'daki gibi aşkın değil; içkin bir yapıdadır ve olduğu haliyle var olabilmesi beden varlığını sürdürmesine bağlıdır, diğer bir deyişle “temel gerçek bedendir” (Bruno, 1996, s. 24); Zenon ise bir yandan ruhu; bedeni kapsayan, ona hâkim olan bir konumda tutarken bir yandan da ikisinin birliğini vurgulamış; bu anlamda ruhu bedene (maddeye) yaklaştıracak düşünceler geliştirmiştir.

Ruh, beden ve bu ikisi arasındaki bağ üzerine varsayımlar ortaya atılmaya devam ederken; tek tanrılı dinlerin yaygınlaşmasıyla beraber, gerek Hristiyan gerek İslam felsefesinde, Tanrı'nın bu kavramların neresinde konumlandırılacağı meselesi önem kazanır ve Tanrı'nın insan davranışıyla ilişkisi Orta Çağ'ın ana meselesi haline gelir. Thomas Aquinas; ruh ile beden birbirlerinden farklı oldukları, bölünmez bir bütün oluşturdukları; beden yok olsa bile ruhun varlığını devam ettireceği görüşündedir (Aquinas, 2007, s. 147). Ayrıca, Aristoteles'ten etkilenmiş olan Thomas Aquinas, özgür iradenin varlığı ile ilgili fikirleriyle Orta Çağ'a damgasını vurmuş; kendisinden yüzyıllar sonra, “bedeni harekete geçiren hayati öz”ün (Bruno, 1996, s. 30) peşine düşen Descartes'ı dahi etkilemiş; onun da kendisi gibi özgür iradeye yönelik çıkarımlarda bulunmasına öncülük etmiştir.

Descartes, kaynağı Tanrı olan ve insanın doğuştan getirdiği bir özgür iradenin mevcut olduğuna inanmıştır (Descartes, 2014, ss. 56-62). Öte yandan Descartes'ın vardığı sonuç, ruh ile bedenin ayrı varlıklar oldukları; etkileşimde bulunabilecekleri düşüncesidir ki Schultz bu çıkarımı bir devrim olarak niteler (Schultz ve Schultz, 2007, s. 76).

Descartes'a kadar, ruh ile beden arasındaki ilişki tek yönlü düşünülmüş ve ruhun bedenin üzerindeki etkisi vurgulanmışken; Descartes, “bedenin ruha daha önce zannedilenden çok daha fazla tesir ettiği” (Schultz ve Schultz, 2007, s. 75) görüşünü ortaya koyar. Bu karşılıklı etkileşim fikrinin yanında, Descartes'in devrim niteliği taşıyan bir diğer fikrinin ise “ruhun tek işlevini düşünme olarak görmesi; düşünme dışındaki tüm süreçleri ise bedenin işlevleri” (Schultz ve Schultz, 2007, s. 76) olarak kabul etmesi olduğu söylenebilir. Öyleyse Descartes hem bedene hem ruha yüklediği anlamla kendisinden öncekilerden ayrılır. Ona göre beden edilgen değil; etkindir. Ruh kavramı ise düşünme işlevinden dolayı zihinle özdeşir.

Descartes'ın zihnin düşünme işlevini vurgulaması; asırlar boyunca süregelen önce ruh-beden, sonra zihin-beden tartışmaları için bir kırılma noktası olur. Bu tartışmalar 17. yy sonu, 18. yy başlarında artık yeni bir yöne doğru evrilir; zira Aydınlanma çağı ile birlikte insan aklının nesneye hâkim olabileceği fikri gelişmiştir. Bu doğrultuda psikoloji tarihi açısından dikkatler bedenden uzaklaşarak zihin üzerine yoğunlaşmıştır.

Locke, Berkeley, Hume gibi İngiliz deneyimcileri; zihnin insan doğduğunda boş bir levha gibi olduğunu savunarak, deneyimi ön plana çıkarırlar. Onlara göre bilgi doğuştan gelmez; duyu organları aracılığıyla elde edilir. Ancak bu bilgilerin zihin tarafından algılanması gerekir. Bu yönde düşüncelerinin doğal bir sonucu olarak, zihin dışında herhangi bir şeyin var olup olmadığı üzerine tartışırlar.

Zihnin durağan, boş bir levha olduğu ve bu levhanın üzerine yazılan deneyimler konusunda ikna olmayan Kant, Leibniz gibi Alman filozofları deneyimcilere şiddetle karşı çıkarlar; zira onlar zihnin doğuştan getirdiği “aktif olma, tepkide bulunma” (Bruno, 1996, s. 57) gücü olduğuna inanmaktadırlar.

Duyu organlarının fizyolojisini inceleyen fizyoloji biliminin saygıdeğer bir bilim olarak yükselmesi, duyumların araştırılmasını da gündeme getirir ve psikoloji deneysel bir nitelik kazanır (Bruno, 1996, s. 79). Bu gelişmeler doğrultusunda; Alman fizyolog Wundt, 1879’da Leipzig’de ilk psikoloji laboratuvarını kurar. Psikoloji bu tarihten sonra; kuramsal çalışmalardan ziyade; elde edilen bilgileri farklı alanlarda, faydaya yönelik kullanma taraftarı olan Galton, Binet, James, Dewey, Angell gibi işlevselcilerin çalışmalarıyla ve ölçülebilir tek veri olarak davranışı gören; bu yüzden davranışı incelemeye odaklanan Pavlov, Thorndike, Watson gibi davranışçıların katkılarıyla ölçme ve değerlendirmeyi metot olarak kullanan bir bilim niteliği kazanır. Denilebilir ki psikoloji önceleri zihnin yapısını, elemanlarını inceleyen bir bilimken; 19. yy sonu 20. yy başlarında, zihnin işlevlerine ve davranışa odaklanmıştır.

1912 yılına gelindiğinde, bir yanda zihnin yapısıyla ilgilenen yapısalcılar; zihnin işleyişinin günlük hayattaki pratik sonuçları üzerinde çalışan işlevselciler; ölçülebilir davranışları merkeze alan davranışçıların araştırmalarını sürdürürken; öte yanda nevroitik hastaların tedavisine yoğunlaşan ve psikanaliz adını verdiği yeni bir terapi yöntemi geliştiren Sigmund Freud, araştırmalarını oldukça ilerletmiş haldedir. Bu sırada algı üzerinde çalışan Gestalt psikologları da fikirleriyle literatürde kendilerine yer edinmeye başlarlar.

Frankfurt Üniversitesi’nde bir araya gelen Wertheimer, Koffka ve Köhler algı üzerine çalışırken “tüm algısal perspektiflerin şekil ve zemini birbirinden ayırdığını; bununla birlikte şeklin algılanışının nesnel olamayacağını, herkese göre değiştiğini fark ederler.” (Sinay, 2005, s. 7). 1912’de, bu konuda yayımladıkları ortak çalışma Gestalt Psikolojisi’nin kuruluşu kabul edilir.

Gestalt psikologları, analitik bakış açısına sahip deneysel psikologlardan farklı düşünmektedirler. Onlara göre algı, duysal öğelerine ayrılarak anlaşılabilir. Çalışmalarını; Wertheimer’in hocası olan Avusturyalı profesör Christian von Ehrenfels’in “Bütün parçaların toplamından daha

farklı ve öte bir şeydir.” (Sinay, 2005, s. 5) ve Husserl’in “Fenomen ancak tarif edilebilir; açıklanamaz.” (Sinay, 2005, s. 6) fikirleriyle temellendiren Gestalt psikologları psikolojiye yepyeni bir bakış açısı getirmişlerdir.

“Gestalt, Almanca bir kelime olup bütünlük anlamında kullanılmaktadır. Birçok açıdan, doğulu bir kavram olan Tao’ya benzer.” (Shepard, 2014, s. 15). Sinay, *gestalt* kelimesine ilk olarak 1523’te bir İncil çevirisinde rastlandığına dikkat çeker ve bu kelimenin ilk defa Wertheimer, Koffka ve Köhler tarafından bir teorinin adı olarak kullanıldığını dile getirir (Sinay, 2005, s. 4). Daha sonra Fritz Perls de geliştirdiği terapi kuramı için aynı kelimeyi ad olarak seçmiştir.

1. Gestalt Terapisi Kuramı

1.1. Fritz Perls

Friedrich Salomón Perls, psikanalizle başladığı meslek hayatında danışanları veya kendi deneyimleri vasıtasıyla psikanalizin sınırlılıklarını keşfeden, bunun üzerine benimsediği felsefe akımları ve hayatına giren önemli bilim insanlarının etki ve katkılarıyla yeni bir psikoterapi yöntemi geliştiren, bu yönüne Gestalt terapisi adını veren Alman psikiyatristtir.

Tıp eğitimi alan Perls; 1927’de Frankfurt’ta, çalışmalarında Gestalt psikolojisinden yararlanan Kurt Goldstein’in asistanı olmuş; daha sonra Viyana ve Berlin’de terapist olarak çalışmış; psikanalizle başladığı terapistlik yolculuğu sırasında, bir yandan da Karen Horney, Clara Happel, Eugen Harnick, Wilhelm Reich gibi terapistlerle kendi üzerinde çalışmıştır.

1930’lu yılların başında önce Hollanda’ya, sonra Güney Afrika’ya gider. 1935 yılında bir enstitü kurarak, yaşamını ve analitik çalışmalarını Güney Afrika’da sürdürür. Bu yıllarda tanıştığı Jan Smuts’un holizme dair fikirleri Perls’ü oldukça etkilemiş (Sharf, 2016, s. 249) ve analitik bilgilerini sorgulamasına sebep olmuştur.

Psikanalizden ayrılan düşüncelerini ilk olarak 1936’da, Prag’da, davet edildiği Uluslararası Psikanaliz Kongresi’nde bilim dünyasıyla paylaşan ve yoğun tepkiyle karşılanan Perls; bu düşüncelerden çok daha fazlasını 1940 yılında, eşi Laura Perls’ün katkılarıyla yazdığı *Ego, Hunger and Aggression* adlı kitapta dile getirir (Sinay, 2005, ss. 38-41).

1946’da New York’a giderek burada Erich Fromm, Karen Horney ve Clara Thompson’ın desteğiyle çalışmalarına devam eder. 1951 yılında, Ralph Hefferline ve Paul Goodman ile birlikte yayınladıkları *Gestalt Therapy: Excitement and Growth in the Human Personality* adlı kitap tümüyle Gestalt terapisini anlatan ilk eser olarak tarihe geçer. Bu tarihten sonra Gestalt terapisini uygulamak üzere 1952’de New York, 1954’te ise Cleveland Enstitüsü açılır ve bu enstitülerin öncülüğünde temelleri Avrupa ve Güney Afrika’da atılan Gestalt terapisi Amerika’da yayılmaya başlar.

50'li yıllara kadar entelektüel açıdan oldukça üretken olan Perls, sonraki yıllarda kişisel olarak bir içe kapanma dönemi yaşarken (O'Leary, 2013, s. 12); Gestalt terapisi, kurucusunun hayal ettiği sınırları aşarak hızlı bir yükselişe geçer ve tüm dünyaya yayılır.

1.2. Gestalt Terapisi Nedir?

Literatürde Gestalt bakış açısı veya Gestalt yaklaşımı olarak da anılan Gestalt terapisi, Fritz Perls'ün geliştirip olgunlaştırdığı; başta birlikte çalıştığı Laura Perls, Ralph Hefferline, Paul Goodman, Isadore From, Paul Weisz, Sylvester Eastman'ın fikirleri olmak üzere insanı anlamaya yönelik çalışmalar yürütmüş pek çok psikiyatrist, psikolog ve filozofun görüşlerinden 20. yy'ın düşünsel dünyasına yön veren çok sayıda akımdan etkilenmiş; insanı bir bütün olarak ele alıp onu varoluşunun tüm boyutlarıyla değerlendiren bir psikoterapi yöntemidir.

Gestalt terapisi eklektik bir yaklaşımdır; zira Perls yıllar içinde hümanizm, varoluşçu felsefe, fenomenoloji, Alan teorisi, Gestalt psikolojisi, psikanaliz, psikodrama, doğu felsefelerinden (Taoizm, Zen-Budizm) fikirler almış; kuramını bu alanlardan faydalanarak geliştirmiştir. Öte yandan hayatının kilit noktalarında âdeta bir anahtar gibi karşısına çıkan Kurt Goldstein, Karen Horney, Wilhelm Reich, Jan Smuts'un düşünceleri onun için yol gösterici olmuş ve Gestalt terapisine katkıda bulunmuştur.

Perls, meslek hayatının ilk yıllarında Frankfurt'ta savaşta beyni hasar görmüş askerler üzerinde çalışan Kurt Goldstein'in asistanlığını yapmıştır. Gestalt psikolojisinden yararlanan Goldstein (Sharf, 2016, s. 249) beyne alınan hasarın sadece beyni değil, aynı zamanda insanın tüm davranışlarını etkilediği (O'Leary, 2013, s. 5) görüşündedir. Goldstein'dan ilham alan Perls, parçada meydana gelen değişikliğin bütünü etkileyeceği prensibini benimser.

Öte yandan Gestalt psikolojisi kişinin somut dünyadaki boşlukları önceki bilgi ve deneyimlerine dayanarak doldurduğunu varsayar. Perls ise bu durumu soyut kavramlara uyarlamıştır (Scherler, kişisel iletişim, 17.07.2018). Perls'e göre kişi, duygusal bir uyarıyı, kendi geçmişinde yaşadığı duygusal deneyimler doğrultusunda algılar; diğer bir deyişle karşılaşılan duygusal uyarıyı şekil olarak kabul edildiğinde, herkes bu şekli kendi zeminine göre yorumlayacaktır. Buradan hareketle Perls'ün Gestalt psikolojisinden aldığı fikirlerin parça-bütün, şekil-zemin kavramları etrafında toplandığı söylenebilir.

Perls'ün yararlandığı alanlardan bir diğeri hümanistik felsefedir. Hümanistik felsefe, insanın kendini gerçekleştirmekle yükümlü olduğunu ve hiçbir şey yapmasa dahi kendini gerçekleştirmeye doğru hareket ettiğini savunur (Scherler, kişisel iletişim, 17.07.2018). Perls, hümanistik felsefenin bu varsayımını benimser; kendini gerçekleştirmenin yolunu ise insanın

kişiliğinin görünür olan ve olmayan tüm yönleriyle tanışması ve onları kapsayabilmesi olarak gösterir.

Varoluşçu felsefe çatısı altında, Perls'ün en çok Paul Tillich ve Martin Buber'den etkilendiği söylenebilir. Perls, Tillich'in; "insanın kendi hayatında seçimler yapacak, bu seçimlerin sorumluluğunu alacak ve sonuçlarına katlanacak" (Scherler, kişisel iletişim, 17.07.2018) biçimde yaşaması, bu sorumluluğu başka bir güce teslim etmemesi gerektiği fikrini almış ve kuramına katmıştır.

Martin Buber'in ben-sen ilişkisi kavramı, bir ilişkide her iki tarafın aynı anda varlığını koruyabildiği, birinin diğerini bastırmaya teşebbüs etmediği bir varoluş hali olarak özetlenebilir. "Perls, Buber'in ben-sen ilişkisi kavramını önemser ve gerek iki insan arasında gerekse bir insanın barındırdığı iki farklı yönü arasında ben-sen ilişkisi olması gerektiğini savunur." (Scherler, kişisel iletişim, 17.07.2018).

Perls'ün yararlandığı bir başka alan da fenomenolojidir. Perls; fenomenolojiden aldığı "bireyin davranışının, yalnızca onun gerçeği nasıl algıladığı üzerinde çalışılarak anlaşılacağı" (Sharf, 2016, s. 251) görüşünü benimsemiş, terapi sırasında danışanın paylaşım yaptığı an'a odaklanmıştır.

Scherler; asırlar boyunca literatürde süregelen zihin-beden ikilemi ve hangisinin daha önemli olduğu tartışmalarına Perls'ün farklı yaklaştığına dikkat çeker. Zihinle edindiğimiz bilgi ve deneyimlerin öğrenilmiş, dolayısıyla güvenilmez olduğunu düşünen Perls; kişinin esas deneyiminin, zihinle öğrenilmiş olanların bedendeki izdüşümleri olduğu görüşündedir. Dolayısıyla ona göre şifalanmanın bir parçası, bedensel deneyime bir zamanlar atfedilmiş olan zihinsel çerçevenin bir kenara bırakılması ve fenomenolojik metodolojiyle şimdi ve buradaki bedensel deneyimin kişinin kendisi tarafından yeniden yeni bir çerçeveye oturtulmasıyla mümkündür (Scherler, kişisel iletişim, 17.07.2018).

Perls, Alan teorisinden de etkilenmiştir. "Lewin ve diğer pek çok Gestalt psikoloğu tarafından geliştirilen Alan teorisi, tıpkı Gestalt psikolojisi gibi, bir olayı, içinde vuku bulduğu bütün alana bakarak değerlendirir (Sharf, 2016, s. 251). Scherler, Alan teorisinin özünü: "Bütün ve parça birbirleriyle karşılıklı ilişki halindedir. Sistemde bir değişiklik yapılmak istenirse, bireyde değişiklik yapılabilir." (Scherler, kişisel iletişim, 17.07.2018) diyerek açıklar. Bu teoriden yola çıkarak Perls, danışanın temas ettiği yönleri üzerinde çalışmanın farkında olmadığı ve henüz temas etmediği yönlerine etki edeceği fikrine ulaşmıştır, denilebilir.

Psikanalitik bakışa göre insan, id'in haz ilkesine dayalı istekleri ile toplumun kabulleri arasında kalır ve bu gerginlikle baş etmeye çalışır. Perls psikanalizden de çokça etkilenmiştir. "Psikanalizden id ve superego arasındaki gerginliği almış fakat gerginliğin iki ucunu da insanın kendi içine

yerleştirmiştir” (Scherler, kişisel iletişim, 17.07.2018). Bu durumda, psikanalitik bakışa göre gerginliğe sebep olan çatışma kişinin kendisiyle toplum arasındayken, Gestalt bakış açısına göre bu çatışma kişi ile kişinin kendi toplum algısı arasında yaşanır.

Perls’ün etkilendiği önemli psikanalistlerden biri Jung’dur. “Jung’a göre her şey zıddıyla birlikte tezahür eder. Perls, psikanalitik yaklaşımdan bu polarite kavramını almıştır.” (Scherler, kişisel iletişim, 17.07.2018). Örneğin kişi için adaletli olmak çok önemliyse bu kişinin kendini adaletli ve adaletsiz kutupları arasında adaletli uça konumlandığı anlamına gelir, Perls’e göre bu kişi aynı sebeple kutbun diğer ucuyla savaş halinde yaşar. Çözüm ise kişinin diğer uça yer almayı seçmemesine rağmen her iki kutbu da barındırdığı fikrini kabul etmesiyle mümkündür. Perls, bir kez bu farkındalık ve kabul noktasına ulaşıldığında rahatsızlığın ortadan kalktığı sonucuna varmıştır.

Perls, *danışan* konumunda psikanalizin sınırlılıklarını keşfettiği yıllarda, Karen Horney’nin yönlendirmesiyle Wilhelm Reich ile tanışır ve onun kendine özgü analitik yaklaşımından çok etkilenir. Reich’in klasik psikanalistlerin aksine, “terapi sırasında aktif olması, dikkatinin geçmişten çok ‘şimdi’ üzerinde yoğunlaşması ve danışanın bedensel tepkilerini gözlemlemesi” (Sinay, 2005, s. 33) Perls’ün içsel olarak tespit ettiği sınırlılıklara çözüm niteliği taşımaktadır. Buradan hareketle, Perls Reich’tan terapi sırasında an’a odaklanma ve “bütün savunma veya gerginliklerin bedendeki kaslarda bir izdüşümü olduğu, danışanla çalışırken mutlaka ona bedeninde ne yaşadığını sormak gerektiği, bedensel verilerin onu soyut farkındalıklara götüreceği” (Scherler, kişisel iletişim, 17.07.2018) fikirlerini almıştır. Gestalt terapisinin şekillenmesinde Reich’in katkısı büyüktür, denilebilir.

Perls, Güney Afrika’da bulunduğu yıllarda holizmle ilgili çalışmaları olan Jan Smuts’un düşüncelerinden yararlanmıştı. “Doğanın; parçalarının toplamından daha öte olan bütünler oluşturma eğilimi” bulunduğunu vurgulamış olan Smuts’a göre o bütünler de sürekli gelişmektedir (O’Leary, 2013, s. 16). Perls, bu fikirden hareketle, danışanın farklı yönlerinin tek tek ele alınmasının terapiyi doğru yönlendirmediği sonucuna varmış; psikanalitik yaklaşımdan tam da bu noktada ayrılmaya başlamıştır.

Gestalt terapisi kuramında Doğulu felsefe akımlarının da izleri görülür. Perls kuramını geliştirirken Taoizm ve Zen-Budizm’den önemli ölçüde yararlanmıştı ancak şunu belirtmek gerekir ki Perls ve kuramına katkıda bulunanlar Doğu felsefeleri üzerinde derinlemesine çalışmalar yapmamışlar, etkilendikleri bu fikirleri kendi görüşleri için âdeta metafor olarak kullanmışlardır (Brownell, 2010, s. 24).

Taoizm; MÖ 6. ve 4. yüzyıllar arasında bir zaman diliminde yaşamış olan Lao Tzu’nun yazmalarına dayanan bir Çin felsefesidir (Brownell, 2010,

s. 23). Taoizm'e göre yaşam, döngüler halinde devam eder. Bu bakış açısı Gestalt terapisine *yaşam döngüsü* kavramı olarak girmiştir. Öte yandan Gestalt terapisi Taoizm'deki Yin-Yang inancından beslenmiş, danışanın kutuplarını bütünleştirerek kapsamasını sağlamayı amaç edinmiştir.

Ayrıca “Taoizm, bir uyararla karşılaşıldığı zaman; ondan kaçmamayı, ona had bildirmeye çalışmamayı, onunla beraber hareket etmeyi öğütler ancak uyarıyı hissettikten sonra onun hedefinden çekilmek ya da ona yön verebilmek mümkündür.” (Scherler, kişisel iletişim, 17.07.2018). Perls bu düşünceden hareketle, terapi sırasında an'da kalarak danışanla birlikte hareket etmenin ve onu hissetmenin ona yön verebilmek açısından ne kadar önemli olduğunu fark etmiştir.

Gestalt terapisinin Zen-Budizm'den aldığı ve üstüne temellerini inşa ettiği kavram, *şimdi ve burada* ilkesidir. Crocker ve Phillipson: “Zen, patates soyarken Tanrı'yı düşünmek değildir; o, patates soyarken her yönüyle patates soymakla meşgul olmaktır.” diyerek bu ilkeye somut bir açıklama getirirler (2005, ss. 75-76). Gestalt terapisinde de esas olan terapist ve danışanın *şimdi ve buradaki* paylaşımıdır. Danışanın dikkati geçmişe veya geleceğe kaydıığında, terapist onu *şimdi ve buradaya* davet ederek kendisiyle ilgili farkındalık geliştirmesine olanak sağlar.

Sonuç olarak; tohumları Perls tarafından atılan, 1950'li yıllarda filizlenen Gestalt terapisi, yararlandığı tüm kaynakların ve iki dünya savaşı geçiren insanlığın dönüşümü ışığında 1970'li yıllarda popüleritesinin zirvesini yaşamıştır. Bu yıllarda savaşıardan bunalmış, ölüm gerçeğiyle yüzleşmiş olan nesil; Platon'un iddia ettiğinin tam tersi bir noktaya savrulmuş zihne güvenilmeyeceği, esas olanın haz odaklı bedensel deneyimler olduğu fikirleriyle yaşamaya başladılar. Terapi sırasında bedene yoğunlaşan; bedenden yola çıkarak duygusal, zihinsel ve tinsel boyutlara etki etmeyi yöntem edinmiş Gestalt yaklaşımının tam da bu yıllarda çok ilgi görmesi tesadüf değildir. Bununla beraber, Perls, beden merkezli yaşamın “anlık haz” odaklı olmak demek olmadığını açıklama gereği duymuştur (Perls, 1980, s. 2). Ona göre beden odaklılık; beden sağlığını esas alarak tam bir farkındalık hâlinde yaşamaktır.

Platon'dan yüzyıllar sonra Perls, onun tam aksine, bedeninin duyumsamalarını güvenilir bulmuştur. “Terapi sırasında kişinin hatırladığı düşüncelere, çağrışımlara ya da duygulara odaklanmak yerine bedene odaklanarak bilgi edinir zira Perls'ün fark ettiği en önemli şeylerden bir tanesi hatıranın bedendeki izdüşümünün değiştirilemeyeceği ancak o bedensel duyumsama her ne ise onunla eşleştirilen zihinsel açıklamalar ve dolayısıyla ona eşlik eden duyguların değişebileceğidir.” (Scherler, kişisel iletişim, 11.10.2018). Dolayısıyla Gestalt terapisi bedeninin duyumsamalarını önemseyen, bedenden yola çıkan ve zihnin bedeninin hizmetinde olması gerektiğini savunan, tam tersi durumların ise psikolojik açıdan sağlıksızlık

habercisi olduğunu öne süren, kişinin sahiplenmediği yanlarını sahiplenerek kapsayıp aşmasını sağlamayı amaç edinmiş bir psikoterapi yaklaşımıdır.

1.3. Gestalt Terapisi Kavramları

Gestalt terapisinin yola çıkış noktasının, özünün ve tekniklerinin anlaşılabilmesi için bu yaklaşımın çekirdeğini oluşturan kavramlara değinmek gerekir.

1.3.1. Zemin – Şekil - İhtiyaç İlişkisi

Gestalt yaklaşımına göre insan; fiziksel, duygusal, zihinsel veya tinsel ihtiyaçları olan bir varlıktır. Bu ihtiyaçları karşılamak için devamlı güdülenir ve ihtiyaçlar içinde en kuvvetli olanı, davranışı belirler.

İnsanın doğumdan itibaren beraberinde getirdiği somut ve soyut yaşantılarının tümü (içine doğduğu aile, toplum, kültür; bedeni, duyguları, düşünceleri, ihtiyaçları, deneyimleri vs.) onun zeminini oluşturur. “İhtiyaçlar doğrultusunda zeminden beliren davranışlara [ise] şekil denir” (Scherler, kişisel iletişim, 11.10.2018). Örneğin; bir kişinin aynı anda sevilme, değer görme, yaşadıklarına tinsel bir anlam bulma, susuzluğunu giderme, entelektüel bir aktivitede bulunma gibi ihtiyaçları olabilir. Bunların içinde en çok enerji yüklü olanı, en kuvvetli hissedileni susuzluğunu giderme ihtiyacı ise davranış su içme biçiminde olacaktır. Diğer bir deyişle su içme davranışı; kişinin zemininden, ihtiyacı doğrultusunda beliren bir şekildir. Şekil olarak zeminden beliren ihtiyaç, karşılandıktan sonra, yeniden kuvvetlenene kadar zemine geri döner.

Scherler, insanın sahip olduğu ve olabileceği her türlü ihtiyacın farklılaşma ve bütünleşme olmak üzere iki temel ihtiyaca indirgenebileceğini dile getirir (Scherler, kişisel iletişim, 08.11.2018). Örneğin su içmek isteyen kişinin suyla bütünleşmeye ihtiyacı vardır, denilebilir ya da günlük yazmaya ihtiyaç duyan bir kişinin aslen çevresindeki uyarılardan farklılaşp kendisiyle bütünleşmeye ihtiyacı olduğu söylenebilir. “Hayat bir farklılaşma ve bütünleşme dengesidir.” diyen Scherler, nefes alış verişin bile bir farklılaşma - bütünleşme döngüsü olarak değerlendirilebileceğinin altını çizer (Scherler, kişisel iletişim, 08.11.2018). Bu durumda, nasıl ki sadece nefes almak veya sadece nefes vermek mümkün değilse sadece farklılaşmada ya da bütünleşmede konumlanmak da doğal değildir ve birtakım sorunları beraberinde getirir.

1.3.2. Bitmemiş Mesele

Literatürde Zeigarnik etkisi olarak da anılan bu kavram, adını Gestalt psikoloğu Bluma Zeigarnik’ten alır. Zeigarnik, tamamlanmamış işlerin insanlar üzerindeki etkisini incelemiş; bu işlerin tamamlananlara oranla insan zihnini daha çok meşgul ettiği sonucuna varmıştır (Mann, 2010, s. 58).

Perls’ün geliştirdiği Gestalt terapi yaklaşımına göre şekil olarak beliren ihtiyaçlar, karşılanmak ve böylece başlattıkları döngüyü kapatmak

eğilimindedirler ancak her ihtiyaç karşılanamaz dolayısıyla her döngü tamamlanamaz, bu tamamlanmayan döngüler organizmayı güdülemeye devam eder. Tamamlanmamış, bir sebeple engellenmiş şekillere, diğer bir deyişle giderilmemiş ihtiyaçlara bitmemiş mesele denir. Bitmemiş meseleler, yarım kaldıkları için hâlâ enerji yükledürler ve kişiyi meşgul ederler.

Örneğin bir kişi kalabalık ve gürültülü bir çarşıda bir çocuğun ağladığına, annesinin de agresif bir şekilde onu susturmaya çalıştığına şahit olsa ve bu durumu: “Çocuk bu, elbette ağlayacak. Ne kadar anlayışsız bir anne.” diyerek yorumlamaktan “Zavallı kadın, ne kadar bunalmış olmalı ki çocuğunu bu derece azarlayacak noktaya gelmiş.” diyecek şekilde yorumlamaya kadar geniş bir yelpazede değerlendirebilir. Gestalt bakış açısına göre, değerlendirmesi tamamen kendi zeminine, bu zeminden beliren ihtiyacının yapılandığı bitmemiş meselesine göre biçimlenecektir. Hatta, kalabalık ve gürültülü çarşıda, kişinin çevresindeki pek çok uyarının içinden bu anne ile çocuğu fark etmiş olmasının bile bir sebebi vardır zira “Neyi algılayacağımız bitmemiş meselenin yapılandığı ihtiyaç ile belirlenir.” (Scherler, kişisel iletişim, 08.11.2018).

Öyleyse kişinin neyi algılayacağı ve algıladığını nasıl yorumlayacağı kendi zemininden ihtiyacı doğrultusunda beliren şekildir ve bitmemiş meselesiyle ilgilidir.

1.3.3. Farkındalık

Scherler, farkındalık kavramını “deneyime şahitlik edebilmek” şeklinde tanımlar ve bu kavramın varoluşun dört boyutunu kapsadığını dile getirir (Scherler, kişisel iletişim, 06.12.2018). Bu boyutlar fiziksel, duygusal, zihinsel ve tinsel boyutlardır. Fiziksel boyut beden duyumlarını, duygusal boyut duyguları ve zihinsel boyut algılama, yorumlama, düşünme gibi zihinsel faaliyetleri kapsar. Tinsel boyut ise gestalt terminolojisinde, şekilde kalmayarak o şekli kapsayan zemini algılama; parçanın dâhil olduğu bütünü görebilme boyutudur (Scherler, kişisel iletişim, 06.12.2018).

İşten eve dönerken yarım saat boyunca otobüs beklemiş ancak beklediği otobüs yoğun trafik sebebiyle gelmeyince yoğunluk geçene kadar deniz kenarında kısa bir yürüyüş yapmaya karar vermiş bir kişi örnek olarak alınır; bu kişi yürürken, fiziksel boyutta denizin, denizden gelen yosun kokusunun, dalgaların, yüzüne çarpan rüzgârın, o sırada çiğnemekte olduğu sakızın tadının, yanından geçen insanların seslerinin; duygusal boyutta, kendisini endişeli ve umutsuz hissettiğinin; zihinsel boyutta, eve dönmesi gerektiğinin farkında olabilir. Tinsel boyut farkındalığı ise kişinin otobüs bekleyen ya da deniz kenarında yürüyen kendisini; duyularını, duygularını, zihninden geçenleri bir bütünlük içinde izleyebildiği boyuttur, denilebilir.

Reich'tan etkilenen Perls “insanların zihinlerini ve bedenlerini kullanma biçimlerinin bağlantılı olduğu fikrini benimsemiştir.” (O’Leary, 2013, s. 8). Dolayısıyla şimdi ve buradaki farkındalık *anının*, hem

danışmana hem de danışana, danışanın kendisiyle ilgili pek çok veri sunduğu ve terapiye yön verdiği söylenebilir. Bu bakımdan farkındalık, terapide yöntem olarak kullanılır. Öte yandan terapinin amacı; danışana varoluşun dört boyutunda farkındalık kazandırmaktır çünkü bu sayede danışan olaylar karşısındaki düşünce, tutum ve davranışlarının kendi kurgusu olduğunu ve dolayısıyla yeniden kurgulanabileceğini görür. Öyleyse “Farkındalık, Gestalt terapisinin hem amacı hem de yöntemidir.” (O’Leary, 2013, s. 21).

Kısacası farkındalık; kişinin, içinde bulunduğu *anda* fiziksel, duygusal, zihinsel ve tinsel olarak adlandırılan varoluş boyutlarındaki hallerine dikkat etmesi durumu olarak tanımlanabilir. Bu dikkat ancak içinde bulunulan *anda*; yani şimdi ve burada mümkündür.

1.3.4. Şimdi ve Burada

Gestalt terapisinde geçmiş ve gelecek de dikkate alınmakla beraber asıl önemli olan *şimdi ve burada* kavramıdır, zira terapi sürecini önemli ölçüde etkileyecek olan farkındalık *şimdi ve burada* gerçekleşir.

Reich, kişinin içinde bulunduğu andaki durumunun, geçmişte ona neler olduğundan daha önemli olduğuna inanmış (O’Leary, 2013, s. 8); bu fikirden etkilenen Perls ise psikanalizin en büyük yanılgısının hatırayı hakikat saymak olduğunu dile getirmiştir. Perls, nevrozun kökeni olduğu düşünülen travmaların hiçbirinin yaşanmışlığının hiçbir zaman kanıtlanmamış olduğunu vurgular (Perls, 1980, s. 46); hatta şimdi ve burada dışında hiçbir şeyin var olmadığını söyler (Perls, 1980, s. 44). Dolayısıyla Gestalt terapisti geçmişten yola çıkmayı doğru bulmaz; şimdiki zamanda yaşanana odaklanır ve *neden* sorusunun değil; *nasıl* sorusunun cevabı üzerinde çalışır.

1.3.5. Temas

Scherler, Gestalt terapi yaklaşımını bir temas sanatı olarak tanımlar. Perls’ün, insanın varoluşunda barındırdığı halde temas etmediği taraflarıyla temas yoluyla bütünleşebileceği görüşünü vurgulayan Scherler, insanın kendisiyle temasının ise diğer insanlarla teması sırasında olgunlaşacak bir beceri olduğunu dile getirir (Scherler, kişisel iletişim, 06.12.2018). Dolayısıyla Gestalt terapisti; kişinin sahip olduğu halde farkında olmadığı yönleriyle temasına ve bunun gerçekleşmesine hizmet eden çevresel yaşantılara uzanan bir farkındalık yolculuğudur.

İnsan beş duyusuyla doğar, her duyguyu ve her türlü davranışı deneyimleyebilme potansiyeli vardır ancak sosyalizasyon sürecinde, ailesinde ne kabul görüyorsa o yönde deneyimler yaşamayı seçer, yani potansiyelinin bir tarafıyla temas eder. Örneğin bir ailede şiddet, güçlü olmanın bir göstergesi olarak kabul ediliyor ve yüceltiliyorsa o ailede doğan çocuk şiddeti benimseyecek, agresif yanıyla temasta olacak; fakat sakin, müşfik yanıyla temas etmeden yaşayacaktır. Gestalt bakış açısına göre, organizma kendini tamamlamaya ihtiyaç duyduğundan; bu kişinin sakin,

müşfik yanı hayat boyunca temas etmesi gereken yönü, diğer bir deyişle bitmemiş meselesi olarak karşısına çıkacaktır.

1.3.6. Sınırlar

Temas, insanın içindeki farklı yönleriyle ya da çevresiyle arasındaki sınırlarda gerçekleşir. Dolayısıyla sınırlar, insanın *kendisi* ile *kendisi olmayan* şeklinde tanımladıkları arasındaki farklılaşma ve bütünleşme dengesinin sağlandığı alan olması açısından önemlidir.

İnsanın kendisiyle veya çevresiyle temas ettiği sınır geçirgen, yarı geçirgen ve katı olarak nitelendirilebilir. “Bu sınırlar, kişinin işine yarayacak olanı yaşam alanına katacak kadar geçirgen; farklılığını, bireyselliğini koruyacak kadar katı olmalıdır. Aksi durumda, psikolojik sağlık tehlikeye girer.” (Scherler, kişisel iletişim, 06.12.2018).

1.3.7. İlişki (Temas) Tarzları

Gestalt terapisi kişinin kendisiyle temasını, diğer bir deyişle kapsayamadığı yönlerini kapsayıp aşmasını sağlamaya çalışır. Kişinin çevresiyle nasıl temas kurduğunu gözlemlemek, kendisiyle temas etmesi için ulaşması gereken farkındalık boyutuna doğru önemli bir adımdır. “Gestalt yaklaşımı, altı ilişki tarzı tanımlamıştır. Bunlar: yansıtma (projection), duyarsızlaşma (desensitization), psikolojik dışları olmama (introjection), enerjiyi kendine yöneltme (retroflexion), amaçtan sapma (deflection) ve kendi sınırlarını korumayacak şekilde başkasının sınırlarının içinde konumlanmadır (confluence / ayrışmamışlık).” (Scherler, kişisel iletişim, 06.12.2018).

İş çıkışı, sosyal bir aktivite için buluşan fakat aktivite türüne henüz karar vermemiş bir arkadaş grubu örnek olarak alındığında; bu gruptakilerin üzerinden, ilişki tarzları şöyle açıklanabilir:

Yansıtma, kişinin kendisinde olan fakat kabul etmediği bazı özellikleri bir başkasına atfetmesidir. Örnekteki grupta arkadaşlarına, kendisi yorgun olduğu halde: “Siz yorgunsunuz. İsterseniz başka bir akşam buluşalım.” diyen kişi yansıtma yapmaktadır. Öte yandan, kişinin kendisinde olan veya olmasını istediği özellikleri başkasına atfetmesine de yansıtma denir. Bu örnekte, birisinin diğerine: “Senin sezgilerin çok kuvvetlidir. Sence nereye gidersek herkes çok eğlenir?” diye sorması, yansıtma yaptığını düşündürebilir.

“Duyarsızlaşma, kişinin kendisinde veya çevresinde olanlara dikkat etmemesi, onları görmemesi, duymaması, hissetmemesidir.” (Scherler, kişisel iletişim, 06.12.2018). Arkadaş grubunda, o gün çok uzun saatler boyunca çalışmış ve hastalanmak üzere olduğunu hissetmesine rağmen arkadaşlarına katılma gayreti içinde olan kişi duyarsızlaşmaya örnek olarak gösterilebilir.

Sinema eleştirmeni olan ve bir film için: “O film mutlaka görülmeli.” diyen arkadaşına: “Sen beğendiysen film mutlaka güzeldir, o

filme gidelim.” diye cevap veren kişi ise psikolojik dışı olmamaya örnektir; zira Scherler’in “psikolojik dışı olmadan yutma” (Scherler, kişisel iletişim, 06.12.2018) şeklinde de tanımladığı bu ilişki tarzı kişinin dış uyarıyı sorgulamadan kabul etmesi, içselleştirmesi demektir.

Enerjiyi kendine yönlendirme kişinin başkasına yapmak istediği bir şeyi kendine yapması olarak tanımlanabilir. Örneğin, söz konusu grupta karar süreci uzadığı için sinirlenen ve dışlarını sıkıya başlayan kişi, enerjiyi kendine yöneltmektedir.²

Grupta kendi tercihini ortaya koymayıp “Çoğunluğa uyarım, benim için fark etmez” diyen kişi ise ayrışmamışlığa, yani kendi sınırlarını koruyamayacak şekilde başkasının sınırları içinde olmaya örnektir.

Amaçtan sapmak, odak noktasında kalamamaktır, denilebilir. Örnek de herkes bir öneride bulunurken bir çağrışım üzerine, önceki akşam başına gelenleri anlatmaya başlayan kişi amaçtan sapmaktadır.

Kişi bu ilişki tarzlarını seçimli olarak kullanırsa bu durumun onun ihtiyacına hizmet ettiği dolayısıyla işlevsel olduğu söylenebilir. Öte yandan, bu ilişki tarzlarını seçimsiz, farkında olmadan kullanırsa bu durum onun kendisiyle temasını engeller.

1.3.8. Kutuplar

Gestalt yaklaşımı; Jung’un Taoizm’e dayanan, her şeyin zıddıyla birlikte tezahür ettiği fikrinden hareketle kutuplar üzerinde çalışır. Bir insan eğer kendini tutarlı birisi olarak tanımlıyorsa kutbu tutarsızlıktır dolayısıyla tutarsız yanını ya da tutarsız davranabilme ihtimalini de kapsayıp aşmadığı sürece tamamlanamaz. Gestalt terapisinin amacı, “kişinin kendini iki kutup arasında herhangi bir yerde konumlandırabilme esnekliğini gösterebilecek hale gelmesi”ni (Scherler, kişisel iletişim, 06.12.2018) sağlamaktır.

1.3.9. Yaşam Döngüsü

Yaşam döngüsü; insanın zeminden bir şekil olarak beliren ihtiyacını sezmesi, fark etmesi, bu ihtiyaç doğrultusunda motive olması, eyleme geçmesi, yaptığıyla temas etmesi, sonra geri çekilmesi ve yaptığını özümsemesini anlatan bir döngüdür.

“Hayatımızda birçok döngü vardır. Aldığımız ilk nefesten verdiğimiz son nefese kadar yaşadığımız hayata bir döngü diyebileceğimiz gibi, gün içerisinde her nefes alış veriş de bir döngü olarak görebiliriz.” (Scherler, kişisel iletişim, 06.12.2018). Doktora tezi yazmak bir döngü olabileceği gibi markete gidip ekmek alıp geri dönmek, hatta su içmek bile bir döngü oluşturur.

² Öte yandan bir kişinin, başkasının ona yapmasını istediği bir şeyi kendi kendisine yapması da enerjiyi kendisine yönlendirmektir.

“Yaşam döngüsünün Gestalt terapisindeki işlevi, bir değerlendirme aracı olmasıdır.” (Scherler, kişisel iletişim, 06.12.2018). Kişinin yaşam döngüsünün hangi basamağında tıkanığının değerlendirilmesi, terapi sürecini yönlendirmek açısından önemlidir.

1.3.10. Direnç

Kişinin farkında olmadığı her yönünü fark edip kapsamı genellikle kolay olmayan ve uzun bir süreçtir. Bu süreçteki yolculuk, aynı zamanda güvenli alandan çıkmak demektir. “Güvenli alanda kalmak, güvensiz alana geçmemek için gösterilen çabaya ise direnç denir.” (Scherler, kişisel iletişim, 06.12.2018). Direnç, Gestalt yaklaşımında kırılması ve ortadan kaldırılması gereken bir mekanizma olarak görülmez. Dirence saygı gösterilir, ona karşı değil; onunla birlikte hareket edilir. Bu sayede danışanın kendi direncini tanıması, bu direncin hangi ihtiyacına hizmet ettiğini tespit etmesi sağlanır. Danışan bir kez direncinin işlevini fark ettikten ve esas ihtiyacını gidermeye odaklandıktan sonra işlevini yitiren direnç kendiliğinden kaybolur.

2. Gestalt Bakış Açısı ile Edebiyat Eleştirisi

Terry Eagleton, *Edebiyat Kuramı* adlı eserinde sözlerine *edebiyat kuramı* kavramının ve bu kurama konu olan edebiyatın varlığını kabul ederek başlar; edebiyatı, çeşitli eleştiri kuramlarının edebiyata bakışlarını ve edebiliğin ne demek olduğunu tartışır (Eagleton, 2004). Günümüze kadar yapılan edebiyat tanımlarını sorunlu bulan Eagleton; bugünkü anlamıyla edebiyatın bir “fenomen” olduğunu dile getirir (Eagleton, 2004, s. 35).

Edebiyat bilimi ise edebiyata sistemli bir bakış geliştirmeye çalışan; ancak nesnesinin tanımının muğlaklığı sebebiyle kendi tanımı ve yöntemleri de sıklıkla sorgulanan bir alandır. Yine de edebiyat tarihi, eleştiri kuramları, retorik, poetika, stilistik gibi alt alanlar üzerinden ve diğer disiplinlerden de faydalanarak edebiyat fenomenine ışık tutar.

Edebiyat biliminin edebiyat fenomenini anlamak için başvurduğu disiplinlerden biri psikolojidir. Öznesi insan olan edebiyatı incelerken nesnesi insan olan bir bilimin yöntemlerinden faydalanmak şaşırtıcı değildir. Günümüze kadar edebiyat ve psikoloji, psikanalitik edebiyat eleştirisi alanında kesişmişlerdir. Freud’un sanat-edebiyat eserleri üzerindeki denemeleriyle başlayan bu kesişme edebiyata bir psikoterapi ekolünün yöntemleriyle bakmanın yolunu açmıştır.

Denilebilir ki Oğuz Cebeci’nin *Psikanalitik Edebiyat Kuramı* (Cebeci, 2004) adlı eserinde tüm açılımlarıyla sunmuş olduğu psikanalitik edebiyat eleştirisi psikolojiyle edebiyatın ilk temas alanı olmuş; yazarın yaratıcılığının kaynağı, onu yaratmaya iten fantezi dünyası, bu dünyanın eserdeki izdüşümü ve okurdaki karşılığı üzerinde çalışmıştır. Öte yandan psikanalitik yaklaşım bazı açılardan eleştirilmiştir. Peter Brooks edebiyat ile psikolojiyi uyumsuz oyun arkadaşları olarak niteler ve Lacan’ın gelenekseli

aşan bakış açısının bile psikanalitik edebiyat eleştirisinin doğurduğu huzursuzluğu gidermediğini sözlerine ekler (Brooks, 2014, s. 31).

Eagleton, Fransız filozof Paul Ricoeur'ün psikanaliz için kullandığı “kuşkunun yorumbilgisi” ifadesini hatırlatır ve “yazarı psikanalize tâbi tutmanın spekülâtif bir iş” (Eagleton, 2004, s. 218-222) olduğunu belirtir. Aynı şekilde eserin bileşenlerinin (karakterler, kurgu, üslup vs.) ya da okurun psikanalitik merceğe altına alınması da spekülâtif bir iştir; zira yorum gerektirir. Jung da sanat eserinden yola çıkarak sanatçı ile ilgili veya sanatçıdan yola çıkarak sanat eseri hakkında çıkarımlarda bulunmanın araştırmacıyı kesin sonuçlara götürmeyeceğini ifade etmiş, bu çıkarımların “en iyimser olasılıkla ya kanaat ya da şanslı tahminlerden ibaret” olacağını dile getirmiştir (Jung, 2017, s. 116).

“Gestalt bakış açısına göre yorum, yorumu yapana aittir.” (Scherler, kişisel iletişim, 27.12.2018). Dolayısıyla bir yazarla veya eseriyle ilgili yapılan yorum okurun bunlara kendi zemini üzerinden atfettiği anlamdan başka bir şey olamaz. Bu sebeple Gestalt bakış açısı; psikanalitik eleştiriden farklı olarak, *tespit etmekle* ve tanımlamakla yetinir; bu tespitleri yorumlamaz. Örneğin, bir eserde tekrar eden temayı Gestalt bakış açısına göre *bitmemiş mesele* olarak tespit edebilir ancak tekrar eden temanın sebebini yazarın geçmişinde yaşadıklarına ya da herhangi başka bir sebebe bağlamaktan ve bu doğrultuda hüküm vermekten kaçınır.

Okuma anında, şimdi ve burada, yazarın zemini ile okurun zemini iç içe geçer. Yazar, kendi zemininden beliren şekilleri iletirken, okur da iletilenlerin kendi zemininde karşılık bulanlarını algılar. Böyle bakıldığında, yazarın iletildiği ile okurun algıladığının aynı olup olmaması meselesi önemini yitirmektedir. Bir eseri okuyan kaç okuyucu varsa, o kadar eser yorumu olacak; hatta aynı okuyucu, aynı eseri farklı zamanlarda değerlendirdiğinde başka yorumlara ulaşacaktır. Bu doğrultuda, Gestalt bakış açısıyla edebî eser incelemesinin okur odaklı bir yaklaşım olacağı, bu yaklaşımın anlamı okurda bulacağı düşünülebilir; oysa bu bakış aynı zamanda bir eserdeki tüm bileşenleri yazarın farklı yönlerinin birer yansıması olarak görecektir; bu bakımdan da yazara yönelecektir.

Denilebilir ki Gestalt bakış açısıyla edebiyat eleştirisi yazar, okur ve eseri; hatta bunların içine doğduğu toplumu birbirinden ayırmayan, yalnızca bir tanesine odaklanmayan, bütünlükçü bir yaklaşım önerisidir çünkü bu bileşenlerin hepsinin kesişim noktasında *insan* vardır. Yazarı toplumdan, toplumu eserden, eseri okurdan; diğer bir deyişle bunların hiçbirini birbirinden ayırmak mümkün değildir.

Gestalt terapisi, *şimdi ve buradaya* odaklanır; dolayısıyla edebiyata bu gözle bakarken yazar, eser ve okurun *andaki* buluşması değerlendirilir. Bu değerlendirme sırasında yazarın hayatındaki iniş çıkışlara, eserin içine doğduğu topluma, içerikteki karakterlere, olaylara, okurun beklenti

dünyasına veya herhangi başka bir bileşene yoğunlaşılırken bu bileşen bir şekil olarak kabul edilir ve esasın yani zeminin anlaşılması için bir fırsat olarak görülür. Değerlendirme sırasında bu bileşenlerden hepsine odaklanılmasa dahi hiçbirinin zemindeki yeri, rolü yadsınmaz; hiçbiri yok sayılmaz.

Gestalt terapisinde danışanın rüyası önemsenir. Rüyada görülen (kişiler, eşyalar, olaylar...vs.) her unsurun danışanın bir yönünü yansıttığı kabul edilir. Danışan terapi sırasında, bu unsurları birinci tekil kişi olarak konuşturduğunda; bilinç düzeyinde hiç farkında olmadığı, daha önce hiç temas etmediği yönleriyle temas eder ve bu şekilde kendisine, bu yönlerini de kapsayıp aşma fırsatı doğar.

Gestalt bakış açısıyla edebiyat eleştirisi de psikanalitik edebiyat eleştirisi gibi, edebî eseri yazarın rüyası veya sözleri olarak değerlendirebilir. Bu durumda; bir yazarın eserinde konu ettiği olaylar, çizdiği karakterler, bu karakterler için yarattığı ilişkiler, karakterlerine ve olaylara biçtiği sonlar onun zemininden beliren şekiller olacaktır. Eserde geçen her ayrıntı yazarın bir yönüne ışık tutacak; onun kutupları, sınırları, ihtiyaçları hakkında bilgi verecektir. Öte yandan eserde hangi ayrıntılara dikkat edildiği ve hangileri üzerinde inceleme yapıldığı da okur (eleştirmen) hakkında veri sunacaktır.

Gestalt bakış açısına göre yaratıcılık *doğal ve sosyal yazılım* kavramlarıyla doğrudan ilintilidir.

Her çocuk görme, işitme, koku alma, tat alma ve dokunma duyularıyla doğar. Bunlar, onun doğal yazılımıdır. Oysa sosyalizasyon sürecinde ona ailesi tarafından; baktığında ne göreceği, neyi duyup neyi duymayacağı, neye inanacağı, neye dokunmaması gerektiği; toplum tarafından kabul görececek ya da asla kabul edilmeyecek tutum ve davranışların neler olduğu öğretilir. Bunlar da onun sosyal yazılımını oluşturur (Scherler, kişisel iletişim, 27.12.2018).

Gestalt bakış açısına göre yaratıcılık sosyal yazılımın kalıplarından sıyrılarak doğal yazılımın ön plana geçmesine izin verildiğinde ortaya çıkabilir; bu da ancak *anda*, şimdi ve burada kalındığında mümkündür. Nasıl, yazarın yazabilmek için *anın* içinde kalması gerekiyorsa okurun da eserle buluşabilmesi için – diğer bir deyişle okuduğuna odaklanabilmesi için – günlük düşüncelerinden, geçmiş veya gelecekte uzaklaşıp *anda* kalabilmesi gerekir. Dolayısıyla yazar, eser, okur buluşması *anda* gerçekleşir.

Gestalt bakış açısı ile bakıldığında; sanatçı, eser, okur, toplum; hatta araştırmacı, eserdeki anlatıcı, anlatılan hepsi aynı zeminden beliren şekiller olarak görülür. Bunlar şekil olarak ayrı ayrı görünseler de aslen bir gestalt oluştururlar, birbirlerine bağlıdırlar. Dolayısıyla odaklanılan hangisi olursa olsun; *anda* gerçekleşen buluşmanın peşine düşülmeli; yazarı işaret eden,

eser olarak belirginleşen, okuru ön plana çıkaran ya da toplumdaki izler taşıyan *buluşmaya*; diğer bir deyişle *anda* oluşan gestalta bakılmalıdır.

Eleştiri tarihinde yazar, okur, eser odaklı veya topluma dönük eleştiri kuramları ortaya çıkmıştır. Berna Moran, eleştiri kuramlarını sınıflarken “Bir sanat olayında rol oynayan dört unsur vardır: Sanatçı, eser, okur ve bunların içinde bulunduğu dış dünya (toplum).” (Moran, 2008, ss. 9-10) der.

Gestalt bakış açısıyla edebiyat eleştirisi; toplum, okur, yazar ve eseri birbirleriyle *an* içinde, iç içe ve tüm yönleri ile etkileşim halinde görür.

Sonuç olarak, Gestalt yaklaşımıyla edebiyat eleştirisi önerisi; yazar, okur ve eserin birbirinden, toplumdan ve kendi bileşenlerinden ayrılamayacağı düşüncesiyle bunların *anda*, şimdi ve burada bulunduğu varsayımıyla hareket ederek; o buluşma *anına* ait tespitlerde bulunma; dolayısıyla edebiyata şimdiye kadar kullanılmamış, yeni bir gözlükle bakma çabasıdır.

2.1. Bir Uygulama: *Servi*, Sabahattin Ali

Sabahattin Ali'nin şiirlerini inceleyen araştırmacıların bu şiirleri ya yazdıkları yıllara, yayımlanma tarih ve biçimlerine göre ya da içeriklerine bakarak sınıflandırdıkları görülür.

Asım Bezirci bu şiirleri *Dağlar ve Rüzgâr*, *Kurbağanın Serenadı* ve *Öteki Şiirler* olmak üzere üç gruba ayırmıştır. *Dağlar ve Rüzgâr*, Sabahattin Ali'nin 1931-1934 yılları arasında yazdığı şiirlerinden oluşmuş, sağlığında yayımlanmış kendi seçkisidir. *Kurbağanın Serenadı*, 1926 – 1929 yılları arasında yazmış olduğu, Almanya'dayken bir defterde toplayarak Nahit Hanım'a gönderdiği ve ölümünden sonra yayımlanmış şiirlerden oluşur. *Öteki Şiirler* ise Sabahattin Ali'nin çeşitli dergilerde farklı tarihlerde yayımlanmış ancak önceki iki kitaba dâhil edilmemiş şiirleridir (Ali, 2016, ss. 13-17).

Ramazan Korkmaz, Sabahattin Ali şiirlerini yapısal olarak incelerken Asım Bezirci'nin sınıflandırmasını esas almış ancak bu şiirleri içeriklerine göre değerlendirirken tematik bir sınıflama yapmıştır (Korkmaz, 1997, ss. 318-328).

Yaklaşık yirmi senelik bir süreçte yazılan söz konusu şiirleri daha önce ele alınanlardan farklı temalar üzerinden okumak, bestelenenler bestelenmeyenler olarak ayırmak veya şiirleri yazdıkları mekânlara göre (Almanya'da yazılan şiirler, hapishanede yazılan şiirler vs.) sınıflandırmak, öne çıkan şiirleri tek tek incelemek mümkündür. Aynı zamanda, tüm şiirleri bir bütün olarak görmek, hepsindeki ortak özellikleri keşfetmek de mümkündür. Tüm sınıflandırma çalışmalarının bütünü görebilmek açısından önemi yadsınamaz; zira *çoktaki birin* idrâki için öncelikle çokluğun tanımlanması gerekir. Sabahattin Ali şiirleri pek çok açıdan ayrıştırılarak irdelenmiştir; bu şiirlerin ortak yönlerine odaklanmanın; farklı formlarda,

başka temalara bürünseler bile hep bir ağızdan ne söylediklerini duymanın bir yolu onlara Gestalt bakış açısı ile bakmaktır.

Sabahattin Ali'nin şiirlerine Gestalt bakış açısıyla yaklaşırken bu şiirler şairin zemininden beliren şekiller olarak görülür. Şiirlerin tümünde öne çıkan temalara, duygulara, muhataplara; hepsinde gözlemlenen kutuplara, ilişki tarzlarına, sınırlara veya direnç gibi noktalara dikkat edildiğinde zemine yatan temel ihtiyaca ulaşılır. Bununla beraber; parçanın, bütünün tüm özelliklerini taşıdığı fikrinden hareketle tek bir şiiri Gestalt bakış açısıyla yorumlamak da araştırmacıya bütün hakkında ipucu verebilir.

Servi adlı şiir, Sabahattin Ali tarafından 1933 yılında yazılmıştır.

Bir servi dedi ki bana:

‘Rahat benim altımdadır.

Başını vurma dört yana,

Rahat benim altımdadır.

Çok koşup çok yorulmuşsun,

Yollarda yalnız kalmışsın,

Güvenip bana gelmişsin,

Rahat benim altımdadır.

Sana kökümde yer versem

Gölgemi üstüne gersem...

Hey rahat isteyen sersem!

Rahat benim altımdadır.

Serin serin uzanırsın,

Çiçeklerle bezenirsin,

Yat burada, kazanırsın,

Rahat benim altımdadır.

Yârin de gezer dolaşır,

Bir gün buraya ulaşır;

Hasretler burada buluşur,

Rahat benim altımdadır.’ (Ali, 2016, s. 32)

Şiirde; seslenen kişi, kendisiyle konuşan bir servinin sözlerini aktarmaktadır. Servi rahata kavuşmak isteyen muhatabını, köklerinin bulunduğu yere, toprağın altına, diğer bir deyişle ölüme davet eder; ona ölümü cazip gösterir. Şiirde şekil olarak belirmiş durum budur. Oysa şiir, servinin ağzından “Ö!”, yani “Ayrış!” derken; aslında “Ölerek maddedeki varlığından ayrış, manadaki varlığıyla buluş.” demektir (Scherler, kişisel iletişim, 26.03.2019).

Nasıl ki Gestalt yaklaşımına göre bir rüyanın, içerdiği unsurlarla rüyayı görenin farklı yönlerini yansıttığı kabul edilirse; bir edebî esere bu açıdan bakarken de eserdeki her bileşenin onu vücuda getiren kişinin farklı özelliklerini yansıttığı düşünülebilir. Öyleyse servi, şiirdeki ifadelerden hareketle; şairin güven veren, rahatlık vaat eden, kapsayıcı özelliklerini yansıtmaktadır. Çiçeklerle bezeli, rahat bir yaşam vaat ederek kapsama, bütünleşme ihtiyacını anlatan, dahası bu ihtiyacını karşılamaya muktedir olan bir birey profili çizmektedir. Seslenen de şairin yine şiirde dile getirildiği üzere; başını dört yana vuran, çok koşup çok yorulmuş, yalnız kalmış, rahatlık arayan tarafının yansımasıdır, denilebilir.

Gestalt yaklaşımına göre en temel iki ihtiyaç olan farklılaşma ve bütünleşme ihtiyaçları ekseninden bakıldığında şairin bu şiirde uzun bir servi çizerek kendini etrafından yüksek ve ayrı bir noktada, yani farklılaşmada konumlandığı ve bu konumlanmanın doğal sonucu olarak ihtiyacının zıt kutup, yani bütünleşmek olduğu söylenebilir. Bu durumda, “sersem” sözcüğüyle somutlaşan sert söylemi, bütünleşme ihtiyacında olmasına rağmen kendini ne kadar ayırttığına bir göstergesi olarak okunabilir.

Sabahattin Ali'nin bu şiirinden çıkan “kendini ayırmada konumlandırma” ve “bütünleşme ihtiyacı” gibi tespitlerin diğer şiirleri, tüm eserleri ve hatta hayatı için de geçerli olup olmadığı bu çalışmanın kapsamını aşmaktadır; lakin Gestalt yaklaşımının parça-bütün ilişkisi ilkesinden hareketle böyle bir araştırma yapmak araştırmacılar için ufuk açıcı olacaktır.

SONUÇ

Gestalt bakış açısı, edebî eser incelemesi için oldukça kapsayıcı bir eleştiri yöntemi olabilir. Diğer eleştiri kuramlarının bir yönüne ulaştıkları ancak kendi pencerelerinin ötesinde kalan, temas etmedikleri anlam boyutlarına ışık tutmak için bir girişim sayılabilir. Bu yaklaşımla edebî eser incelemesi; önceki eleştiri kuramlarını kapsayıp aşan, yeni ve bütünleştirici bir bakış açısidir. Bir eseri hem şekil hem zemin kabul ederek farklı boyutlarda değerlendirme gayretidir. Ne derece kapsayıcı olabileceğini ise uygulamalar gösterecektir.

Servi şiirine bakıldığında Gestalt penceresinden görünen şairin bir kısım özelliklerini serviye bir kısım özelliklerini ise seslenene yansıttığı, kendini farklılaşmada konumlandığı; ancak çevresiyle veya kapsamadığı

özellikleriyle bütünleşme ihtiyacında olduğudur. Şiirin bu yönde değerlendirilmesinde araştırmacının zemininin rolü de yadsınamaz. Aynı şiir, başka bir araştırmacının zeminindeki farklı şekilleri harekete geçirecek ve başka türlü okumaları mümkün kılacaktır. Her okurun, eserle buluştuğu *an* kendine has ve biriciktir. Gestalt yaklaşımının farkı, bu *an*ları tanımlamanın ötesine geçerek bunlara genelgeçer anlamlar yüklemekten kaçınmasıdır.

KAYNAKÇA

- Ali, S. (2016). *Bütün şiirleri*. A. Özkırmı (Yay. Haz.). İstanbul: YKY.
- Aristoteles (2018). *Ruh üzerine*. Ö. Aygün ve Y. G. Sev (Çev.). İstanbul: Pinhan Yay.
- Brooks, P. (2014). *Psikanaliz ve hikâye anlatıcılığı*. H. Demir-Atay ve H. Atay (Çev.). İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yay.
- Brownell, P. (2010). *Gestalt therapy: a guide to contemporary practice*. New York: Springer Publishing Company.
- Bruno, F. J. (1996). *Psikoloji tarihi*. G. Sevdiren (Çev.). İstanbul: Kibele Yay.
- Cebeci, O. (2004). *Psikanalitik edebiyat kuramı*. İstanbul: İthaki Yay.
- Crocker, S. F., Philippon, P. (2005). Phenomenology, existentialism, and eastern thought in gestalt therapy. A. L. Woldt, S. M. Toman (Ed.). *Gestalt Therapy: History Theory and Practice*. (ss. 75-76) içinde. London: Sage Publications.
- Descartes (2014). *Meditasyonlar*. İ. Birkan (Çev.). Ankara: BilgeSu Yay.
- Eagleton, T. (2004). *Edebiyat kuramı: giriş*. T. Birkan (Çev.). İstanbul: Ayrıntı Yay.
- O'Leary, E. (Ed.). (2013). *Gestalt therapy around the world*. UK: Wiley-Blackwell Publications.
- Gökberk, M. (2017). *Felsefe tarihi*. İstanbul: Remzi Yay.
- Hilav, S. (2013). *Felsefe el kitabı*. İstanbul: YKY.
- Jung, C. G. (2017). *Ruh: insan, sanat, edebiyat*. İ. H. Yılmaz (Çev.). İstanbul: Pinhan Yay.
- Korkmaz, R. (1997). *Sabahattin Ali, insan ve eser*. İstanbul: YKY.
- Mann, D. (2010). *Gestalt therapy 100 key points & techniques*. New York: Routledge.
- Moran, B. (2008). *Edebiyat kuramları ve eleştirisi*. İstanbul: İletişim Yay.
- Perls, F. S. (1980). *Gestalt therapy verbatim*. J. O. Stevens (Ed.). New York: Bantam Books.
- Platon (2013). *Minos-epinomis*. F. Akderin (Çev.). İstanbul: Say Yay.
- Schultz, D. P., Schultz, S. E. (2007). *Modern psikoloji tarihi*. Y. Aslay (Çev.). İstanbul: Kaknüs Yay.
- Sharf, R. S. (2016). *Theories of psychotherapy and counselling: concepts and cases*, Boston: Cengage Learning.
- Shepard, M. (2014). *Fritz*. New York: Open Road Integrated Media.
- Sinay, S. (2005). *Gestalt for beginners*. Hyderabad: Orient Longman.
- Thomas Aquinas (2007). *Varlık ve öz*. İstanbul: Say Yay.