

Makale Geliş Tarihi

20.09.2024

Makale Yayın Tarihi

20.12.2024

Yer Altından Notlar**Kitap Analizi**

Notes from Underground

Analysis of the Book

Melih Burak ÖZDEMİR**Özet**

Bu çalışmada, yazarlığını Fyodor Mihayloviç Dostoyevski'in yaptığı Yeraltından Notlar kitabının kuramsal analizinin yapılması hedeflenmektedir. İnsanın iç dünyasına ait karmaşayı, çatışmayı ve insanın duygu durumuna ait betimlemeleri eserlerinde oldukça başarılı bir şekilde ortaya koyabilen bir yazar olarak Dostoyevski'nin; özellikle psikoloji, sosyoloji, felsefe gibi disiplinlerce kullanılabilir oldukça başarılı eserlere imza attığı, Yeraltından Notlar kitabının da bunlardan biri olduğu söylenebilir. Romanın temel sorunsalını, modern yaşam içerisinde kendisini yalnız hisseden bir bireyin toplumla olan kopuk ilişkisi, toplumdan kendini izole edişi ve karmaşık duygu durumu oluşturmaktadır. Roman kahramanının (öznesinin) gerek kendi iç dünyasında yaşadıkları gerekse de toplumla olan ilişkisi bağlamında romanın kuramsal analiz yapabilmeye uygun olduğu düşünülmektedir. Bu anlamda elde edilen çıktılardan da kuramsal analiz yapabilmeye elverişli olduğu söylenebilir. Kitap analizlerinin farklı disiplinlerce kullanılması ve kuramlar üzerinden kitap analizlerinin yapılmasının, lisans eğitimleri sırasında ruh sağlığı alanında eğitim gören öğrenciler için faydalı olabileceği yorumunda bulunulabilir. Kuramların içselleştirilmesi ve terapötik bir öge olarak kitaplardan yararlanılmasının bu anlamda alana katkı koyacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Kuramsal analiz, modern yaşam, yalnızlık**Abstract**

In this study, a theoretical analysis of the book "Notes from Underground" by Fyodor Mikhailovich Dostoevsky is aimed to be conducted. Dostoevsky, who successfully portrays the complexity, conflict, and emotional state of the human inner world in his works, can be said to have authored extremely successful works that can be utilized by disciplines such as psychology, sociology, and philosophy; "Notes from Underground" is certainly one of these works. The primary problem of the novel involves an individual who feels isolated in modern

life, his broken relationship with society, his self-isolation, and his complex emotional state. It is considered that the novel is suitable for theoretical analysis both in terms of the protagonist's experiences within his own inner world and his relationship with society. In this sense, it can be said that the outputs obtained are suitable for conducting theoretical analysis. The use of book analyses across different disciplines and conducting book analyses through theories can be said to be beneficial for students studying in mental health fields such as psychology, psychological counseling, and guidance during undergraduate education. The internalization of theories and the utilization of books as a therapeutic element are thought to contribute to the field in this regard.

Keywords: Theoretical analysis, modern life, loneliness

Kitabın Künyesi

Yazar: Fyodor Mihayloviç Dostoyevski

Kategori: Roman

Yıl: 2008

ISBN: 9789944884013

Sayfa Sayısı: 144

Yayınevi: İş Bankası Kültür Yayınları

Çevirmen: Nihal Yalaza Taluy

GİRİŞ

İnsan ruhunun derinliklerini ortaya koyuş biçimiyle önemli bir yazar olarak ün kazanan Dostoyevski, ilk romanı *İnsancıklar* ile dikkatleri üzerine çekmeyi başarmıştır. 1849'da baskıcı rejime muhalefetten tutuklanarak sürgün edilen yazar, 1864'te yayımladığı *Yeraltından Notlar* kitabında gerçek dünyadan izole olmuş bir bireyin iç çatışmalarını ve hezeyanlarını konu almaktadır. Kitabın çevirmeni Nihal Yalaza Taluy ise Cumhuriyet dönemi Rusça çevirmenlerinden olup; Dostoyevski, Tolstoy, Puşkin, Gogol ve Turgenyev gibi yazarların eserlerinin çevirilerini yapmıştır (Yer Altından Notlar, t.y.). Dostoyevski'nin en önemli eserlerinden kabul edilen ve 1864'te yayımlanan *Yer Altından Notlar* kitabıyla ilgili Türkiye literatüründe üzerine inceleme yapılan birkaç çalışma mevcuttur (Bal, 2015; Esenyel, 2020; Fildişi & Öner, 2023). Kitap, 'Yeraltı' ve 'Notlar' olmak üzere iki bölümden oluşmaktadır. Roman, öznenin modern toplumdan izole oluşunu, içsel çatışmalarını ve içinde bulunduğu karmaşık duygu durumunu konu almaktadır.

Kitabın daha öncesinde yapılan incelemelerinde ya farklı eserlele mukayesine gidilmiş ya da felsefi açıdan değerlendirilmesi yapılmıştır. Yapılan analiz ile lisans eğitimleri sırasında psikolojik danışma ve rehberlik ve psikoloji gibi ruh sağlığı alanlarında eğitim gören öğrencilere kuramların öğretilmesi ve içselleştirilmesinde rehberlik etmek ve alana katkı koymak hedeflenmektedir.

YERALTI (I. Bölüm)

Anlatıcı, belirli bir düzene göre yazmak istemediğini, aklına geldiği gibi yazacağını söyleyerek hikayeye spontan bir giriş yapmıştır. I. Bölüm öznenin kendi iç dünyasını, düşüncelerini ve

duygularını ifade ettiği bir monolog bölümü olarak yorumlanabilir. Kendi düşüncelerini, toplumun normlarını ve değerlerini eleştirdiği bu bölüm; anlaşılmadığını, dışlandığını ve kendisini aşağılayan bir toplumda yaşamak zorunda kaldığını hisseden öznenin iç konuşmalarıyla doludur.

Özne I. bölümde memurluk hayatından örnekler vererek;

‘Kabaydım, kaba olmaktan zevk alırdım. Rüşvet almadığıma göre hiç olmazsa kendimi böyle tatmin etmeliydim. Masama gelen iş sahipleriyle dışlerimi gıcırdatarak konuşur, içlerinden birinin canını sıktım mı, dehşetli zevk duyardım...gerçekte hiçbir zaman zararım dokunmadı onlara. İçimde her an bunların tam tersi bir sürü duygunun kaynaştığını hissedirdim.Bu duyguların ömrüm boyunca kaynaştığını, dışa taşmak için fırsat kolladıklarını biliyordum fakat bırakmıyordum...beni hırstan patlayacak hale getiriyorlardı ki sonunda bıktım usandım artık’ (I. Bölüm;1. kısım) sözleriyle duygu ve düşüncelerinden söz ederek hikayeye giriş yapmaktadır.

Öznenin yaptığı ya da düşündüğü şeyler aslında kendisinde olmayan ya da öyle görünerek güçlü olduğunu düşündüğü ya da karşıya böyle zarar vereceğine inandığı şeyler olarak yorumlanabilir. Özne, insanları küçümseyen ve aynı zamanda onları samimiyetsiz bulan da biridir. Topluma duyduğu genel bir nefretten de söz edilebilir. Duygu durumu karışık, düşündükleri ve hissettikleriyle, yaptıkları örtüşmeyen davranışlar sergilemektedir.

‘Bizim gibi yeraltı takımının dizginini sıkı tutmak gerektiği kanısındayım. Çünkü kırk yıl ses çıkarmadan yeraltında otururuz ama bir fırsatını bulup yeryüzüne çıkarsak çenemizden kurtulamazsınız...’ (I. Bölüm;10. kısım) sözüyle aslında yeraltı olarak tarifi ettiği yerin ne kadar zorlayıcı olduğunu da vurgulamaya çalıştığı söylenebilir.

Öznenin yaşadıkları modern yaşamda herkese tanıdık gelebilir. Kitap, modern yaşamın karmaşasını anlatırken, kişisel özgürlüklerin ve kimliklerin kaybedildiği bir dünyanın da yansıması olarak da yorumlanabilir. Modern yaşamla ilgili öznenin birkaç monoloğu şöyledir:

‘Şahsi çıkarlara dayanan bir sistemle insanlığın ıslah olacağını iddia etmek bence Buckle’ın medeniyetin insanları yumuşattığını, bu sebeple onları daha az vahşi, daha barışçıl hale getirdiğini iddia etmesine benzer...Bugünün insanı pek çok bakımdan barbarlık çağı insanından daha üstün görüşlü olduğu halde; aklın ve bilginin gösterdiği yoldan gitmeye bir türlü alışamamıştır’ (I. Bölüm;7.kısım) ve *‘Hür iradesi ve arzusu olmayan, istemeyi bilmeyen insanın org silindiri üzerindeki civatadan ne farkı vardır ki?’* diye de modern insanla ilgili olumsuz görüşünü ortaya koyar (I. Bölüm;8. kısım).

Yazar, öznenin monologları aracılığıyla okuyuculara modern dünya ve insan doğası hakkında felsefi ve toplumsal düşünceler sunarken, diğer yandan modern dünyanın insan üzerindeki etkisine ve insanın iç dünyasındaki karmaşıklığına da odaklanmaktadır. Özgür olmadığını düşündüğü modern insanı, insani özelliklerden yoksun görür. Özgür olmayan birini ise basit bir civataya benzetmektedir.

Özne, bir kimlik ya da karakterden bütünüyle uzak olduğunu düşünmektedir. Kötü dahi olsa, bir kişilik özelliğine sahip olup olmadığından emin değildir ve bu onu rahatsız etmektedir. *‘Benim için kim bu adam? diye sorulunca; tembelin biri cevabını verirlerdi ki bunu duymaktan da son derece hoşlanırdım. Benim de kendime göre bir niteliğim, hakkımda söylenecek söz olurdu: Tembel!’* (I. Bölüm;6. kısım). Özne, tembel oluşun iyi bir vasıf olmadığını farkındadır ancak herhangi bir kimliğe de gereksinim duyduğu ve tembel bile olsa bundan memnuniyet duyduğu söylenebilir.

‘...İyi olanın yeraltı değil, hasretini çekip bir türlü elde edemediğim şey olduğunu iki kere ikinin dört ettiği gibi biliyorum! Cehenneme kadar yolu var yeraltının!.. Yemin ederim baylar, şu karaladıklarımın tek kelimesine inandığım yok...’ (I. Bölüm;11. kısım) sözleriyle özne için

kendi içerisinde çatışmalar yaşayan, tutarsız biri yorumunda bulunulabilir. Bu karmaşık duygu ve düşüncelerse çevresindeki insanlara karşı yoğun bir kin beslemesinin nedeni olarak gösterilebilir. Bu içsel çatışmalarına özneyi zamanla toplumsal yaşamdan uzaklaştırdığı söylenebilir.

Özetle I. bölüm için, öznenin toplumla olan bağlarını koparmış olduğu ve bu durumun onda bir tür acı kaynağı olarak kendini gösterdiği ifade edilebilir.

II. BÖLÜM

II. Bölümün kuramsal açıdan daha zengin veriler ortaya koyduğu söylenebilir.

Peplau ve Perlman'a (1982) göre yalnızlık, kişinin istediği ilişki ile yaşadığı arasındaki uyumsuzluk sonucu meydana gelen istenmeyen öznel psikolojik bir durumdur. Perlman ve Peplau'a göre bireyler doyum verici sosyal ilişkilerden ya yoksundur veya kendilerini yoksun algılamaktadır. Sosyal bilimciler *yalnızlık* ve *tek başınalık* olgularını birbirinden ayırmışlardır. Yalnızlık, psikolojik ve fiziksel sağlık üzerinde olumsuz sonuçları olan, bireylerin istemediği bir durumken; tek başınalık gönüllülük esasına dayanan, bireyin davranışlarını gözden geçirme, düşünme, yazma, Tanrıyla konuşma gibi psikolojik anlamda olgunlaşmasının önünü açan bir durumdur (Kasari & Sterling, 2013; McGraw, 2010).

Öznenin II. bölümdeki monologlarına göz attığımızda;

'...Tek başımayım, ama onlar hep birlik. Düşünmekten kendimi alamıyordum...Arkadaşlarımla dostluğum uzun sürmüyor, çabucak aramız soğuyordu...Evde en çok okumakla vakit geçiriyordum. Böylece içimde kabaran duyguları dış etkilerle bastırmak istiyordum' (II. Bölüm;1.kısım). 'Yalnızlığıma dayanamadığım bir perşembe günü...Simonov'u hatırladım...Simonov'la en son aşağı yukarı bir yıl önce görüşmüştüm.' (II. Bölüm;2. kısım).

Öznenin tek başına olmayı tercih etmediği, yaşadığı şeyin yalnızlık olduğu söylenebilir. Bu duygunun onu rahatsız ettiği ve bu duygunun üstesinden gelmek için okuma yaptığı ve böylece onu rahatsız eden duygularla bu şekilde başettiği, topluma karışma gereksinimi hissettiği ancak bunu yapabileceği sosyal bir çevresinin olmadığı, yalnızlığa dayanamadığı bir günde ise bir yıldır görüşmediği arkadaşının evine gitme cesaretini bile gösterdiği görülmektedir. Öznenin doyurucu sosyal ilişkilerden yoksun olduğu ve sağlıklı bir ruh hali içerisinde bulunduğu yorumunda bulunulabilir.

Sosyal psikoloji, yalnızlığı çoğunlukla aidiyet gereksinimi üzerinden ele alır ve bir gruba ait olmanın bireyin temel gereksinimi olduğunu söyler. Bu ihtiyaç karşılanmadığında ise fiziksel sağlığın bozulması, depresyon, anksiyete vb. problemlerin ortaya çıkması mümkündür (Baumeister & Leary, 1995). Maslow'un kendini gerçekleştirme kuramı açısından öznenin kendini gerçekleştirme düzeyine ulaşmadan sevgi ve ait olma gibi temel ihtiyaçlarda sıkışıp kaldığı görülür. Bu ihtiyaçların karşılanamaması ise öznenin psikolojik sorunlarını tetiklemektedir. Öznenin sosyal bir çevresinin olmayışı, onun aidiyet gereksinimini karşılamasına engel bir durum olarak yorumlanabilir.

Akılcı Duygusal Danranışçı yaklaşım (ADDT), akılcı olmayan inançların bireylerde sağlıklı olmayan davranış ve duygulara sebep olduğunu söyler (Dryden, David & Ellis, 2010). Örneğin, bireylerin başkalarının mutlaka sevlilmeleri ya da başarılı olmaları gerektiğini düşünmeleri, büyük olasılıkla psikolojik problemler yaşamalarına sebep olmaktadır (Dryden, 2019:30). Öznenin;

'Gülünç görünmekten marazi bir korku duyduğum için tüm kurallara körü körüne bağlıydım...' (II. Bölüm;1. kısım) sözleri akılcı olmayan inançlarla açıklanabilir. Çünkü özne gülünç görünmekten korkmaktadır yani aslında gerçekte böyle bir durum söz konusu olmayıp,

bu düşünce yalnızca kendisine aittir. Yani, felaketleştirme yaparak durumu kendisi adına içinden çıkılmaz bir hale soktuğu söylenebilir.

Ellis'e göre insanlar koşulsuz kendilerini kabul etmelidir, aksi takdirde bireyler kendilerini 'değersiz' veya 'kötü' oldukları için suçlar (Sharf, 2014).

Öznenin; *'Mesela, yüzümden nefret ediyor, çirkin buluyor, hatta alçakça bir ifadesi olduğundan şüpheleniyordum...En kötüsü, yüzümü son derece aptal buluyordum...'* (II. Bölüm;1. kısım) sözleri öznenin kendi görüntüsüyle ilgili memnuniyetsizliğini, kendisini değersiz ve kötü algıladığı şeklinde yorumlanabilir. ADDT yaklaşımına göre birey kendisini koşulsuz kabul etmelidir ki mutlu olabilsin ancak öznenin bu noktada kendisini koşulsuz kabul etmediği söylenebilir. ADDT'ye göre bireylerin duygu, düşünce ve davranışları sürekli etkileşim halindedir ve birbirlerini etkiler.

'Ö sıralar yirmi dört yaşındaydım...Kimseyle arkadaşlık etmiyor, konuşmaktan kaçıyor, gitgide daha çok kabuğuma çekiliyordum. Kimsenin yüzüne bakmamaya gayret ediyordum. Meslektaşlarımın bana yalnız acayip bir adam olarak değil aynı zamanda tiksintiyle baktığını da gayet iyi görüyordum'. (II. Bölüm;1. kısım).

Bu monolog üzerinden devam ettiğimizde öznenin duygusunun (derbeder, sönük), düşüncesinin (meslektaşlarının kendisine tiksintiyle baktıklarını düşünmesi) ve davranışının (kimseyle arkadaşlık etmemesi, giderek kabuğuna çekilmesi) olduğu görülür. Bu durum öznenin duygu, düşünce ve davranışlarının etkileşim halinde olduğu şeklinde yorumlanabilir.

Bowlby'nin kuramına göre bağlanma, yaşamımızdaki özel insanlarla kurduğumuz, onlarla etkileşimde bulunduğumuzda mutlu olduğumuz ve stresli zamanlarda onların yakınlığıyla gevşememize yardımcı olan güçlü, şefkatli bir bağıdır (Berk, 2013:428; Harlow, 2021:79). Bowlby bağlanmayı, çocuğun gereksinimlerini karşılayan bireylere dönük geliştirdiği güçlü duygusal bağ olarak ifade ederken, bağlanma şeklinin ve kalitesinin insan yaşamının tüm aşamalarında insan ilişkilerini etkilediğini de söylemektedir (Çetin & diğ., 2017:81). Özetle, çocuklukta geliştirilen bağlanma şekillerinin, yetişkinlikte de sürdüğü ve gelecekteki duygusal yaşama yön verici etkisinin olduğu ifade edilmektedir (Bennett & Saks, 2006:669).

Yetişkinlerdeki bağlanma stilleri *'güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu'* şeklindedir. Güvenli bağlanan yetişkinler kendileri ve diğerleri hakkında olumlu değerlendirmelere sahip olup, diğerlerini de ulaşılabilir olarak görmekte ve onlarla yakın ilişkiler içerisinde olmaktan rahatsızlık duymamaktadır. Saplantılı bağlanma, bireylerin kendilerine dönük olumsuz algıları bulunurken, diğerleri hakkında olumlu algıları olduğu ve onlardan onay ve kabul görmek için çabaladıkları, bunu yaparken diğerlerine karşı yapışkan davranışlar sergileyerek kendilerinden uzaklaştırdıkları ifade edilir. Kayıtsız bağlanan bireyler kendilerini değerli görürken; diğerlerini güvenilmez, reddedici ve isteksiz olarak görmekte, yakın ilişkiler kurmaktan kaçınmaktadır. Korkulu bağlanmaya sahip olan bireyler kendilerine ve diğerlerini karşı olumsuz algıları mevcuttur. Kendilerinin sevgiye layık olmadığını düşündükleri, başkalarıyla da yakın ilişkiden kaçındıkları belirtilmektedir (Bartholomew & Horowitz, 1991:228).

'İşyerindeki herkesten nefret ediyor, onları küçümsüyordum ama aynı zamanda onlardan korkar gibiydim. Bazen birdenbire kendimi hepsinden üstün gördüğüm olurdu...Onları ya küçümsüyor ya da kendimden çok üstün görüyordum' (II. Bölüm;1. kısım). Öznenin, güvenli bağlanma stiline sahip olmadığı yorumunda bulunulabilir. Bağlanma şeklinin zaman zaman kayıtsız zaman zamansa korkulu bağlanma stiline daha yakın olduğu söylenebilir.

Bireysel psikoloji bağlamında öznenin davranışları aşağılık kompleksi ve üstünlük elde etme çabasıyla açıklanabilir. Öznenin başkalarını küçümsemesi ve kendi üstünlüğünü göstermeye çalışması, temelde kendini değersiz hissetmesiyle ilişkili olabilir. Bu aşağılık kompleksi ise sosyal izolasyonunu ve toplumdan nefret etmesini açıklamada bir etken olarak yorumlanabilir.

Öznenin, çocukluk döneminden kalma duygusal yaralanmaları olduğu ima edilebilir. Freud'un psikanalitik kuramına göre karakterin içsel çatışmaları ve toplumdan izole olma arzusu, bastırılmış bilinçdışı arzuların ve travmaların sonucu olabilir. Özellikle süperego ve id arasında yaşanan çatışmalar, öznenin kendisi ve toplumla olan sorunlarını yansıtır olabilir.

Psikanalizde öfkenin fonksiyonu, boşalım (katarsis) bağlamında vurgulanır. Organizmada ihtiyaç hissedildiğinde gerilim ortaya çıkar ve gerilimin ortadan kaldırılması için organizma gerginlik öncesi duruma dönmek ister. Organizmanın önceki durumuna dönebilmesi içinse biriken enerjinin boşaltılması gerekir. Kurama göre öfkenin ifadesi, kişide biriken enerjinin yarattığı gerilimin azalmasına yol açacaktır. Yani öfke, biriken enerjinin boşaltılmasının bir yoludur. Biriken enerjinin ifadesi kişide rahatlama sağlayacaktır. Öfke, psikanalitik yaklaşımda içgüdüsel bir güçtür. Öfkenin ortaya konulması, rahatlama aracı olarak yorumlanmaktadır (Dykeman, 1995; Mayne & Ambrose, 1999; Lulofs & Chan, 2000). Öfkenin bastırılması ise sağlıklı bir durum ortaya çıkarır. Psikanalize göre öfkenin devamlı bastırılması, psikolojik ve fizyolojik sağlığın bozulmasına neden olur. Bu anlamda psikanaliz, öfkeyi ifade edilmesi gereken bir duygu olarak görür.

'Bir gece bir meyhanenin önünden geçerken bilardo masası etrafında istekalarla dövüşen oyuncular gördüm. Arkasından birini pencereden dışarı attılar. Başka zaman bunu çirkin bulurdum ancak o anda nedense dışarı atılan adamı kıskandım. O derece kıskandım ki belki ben de birisiyle kavga ederim, beni de dışarı atarlar ümidiyle meyhaneye girip bilardo odasına sokuldum...' (II. Bölüm;1. kısım) sözleriyle öznenin biriken enerjisini (öfke) herhangi biri ile kavga ederek dışarı vurmaya istediği ve öfkesinin kendisini rahatsız ettiği söylenebilir. Topluma karşı olan olumsuz yaklaşımının ve içinde bulunduğu yalnızlığın, biriken enerjisi ile bağlantılı olduğu yorumunda bulunulabilir.

Öznenin, varoluşçu terapinin sıklıkla üzerinde durduğu anlam arayışını sembolize ettiği söylenebilir. Kendi varoluşunun anlamını sorguladığı ve yaşamda bir amaç bulamamış olmanın özneyi hiçlik duygusuna sürüklediği yorumunda bulunulabilir. Rutin ve renksiz geçen günler özne için zorlu bir süreç olup, bu durum varoluşsal bir boşluk olarak da tanımlanabilir.

SONUÇ

Romanda insanlara karşı güven duygusunun yitirilmesinden ve tüm sosyal ilişkilerin dağılmasından söz edildiği söylenebilir. Bu sosyal izolasyonun bir *kimliksizlik* sürecini de beraberinde getirdiği yorumunda bulunulabilir. Modernliğin getirmiş olduğu yaşam biçimi bir kısım insanı yeraltına (kendi iç dünyalarına) itmiştir. Bu durumsa zaman içerisinde yalnızca güvensizliğe ya da sosyal izolasyona neden olmakla kalmamakta, aynı zamanda bireyin kendini algılayış şekli üzerinde de büyük etkiye sahip olmaktadır. Kitap, insan doğasındaki çelişkilerin ve bireyin kendi içsel hesaplaşmalarının derinlemesine analizi olarak yorumlanabilir. Kitabın kuramsal analize oldukça uygun olduğu, kuramsal bilginin somutlaştırılmasında ve farklı disiplinlerce kullanılmasında kitap analizlerinden yararlanılabileceği söylenebilir.

KAYNAKÇA

Bal, M. (2015). Varoluşçuluğun ilk romanı 'Yeraltından Notlar'a felsefi bir bakış. *Mavi Atlas*, 5:53-68.

Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2):226-244.

Baumeister R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3):497-529.

Bennett, S., & Saks, L. V. (2006). Field notes: A conceptual application of attachment theory and research to the social work student-field instructor supervisory relationship. *Journal of Social Work Education*, 42(3), 669-682.

Berk, L. E. (2013). *Child development*. Pearson Higher Education AU

Çetin, N., Aytar, A. G., Pak, M. D., & Artık, A. (2017). Ergenlerde anne-baba ve arkadaşlara bağlanma biçimleri ile romantik ilişkilerde sorun çözmeleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 27(2):79-95

Dykeman, B. F. (1995). The social cognitive treatment of anger and aggression in four adolescents with conduct disorder. *Journal of Instructional Psychology*, (22):194-203.

Dryden, W. (2019). *The distinctive features of rational emotive behavior therapy*. M. E. Bernard & W. Dryden (Ed.), *Advances in REBT: Theory, practice, research, measurement, prevention and promotion içinde* (s. 23–46). Cham, Switzerland: Springer.

Dryden, W., David, D., & Ellis, A. (2010). *Rational emotive behavior therapy*. K. S. Dobson (Ed.), *Handbook of cognitive behavior therapy* (3. b.) içinde (s. 321–324). Boston, MA: Springer.

Esenyel, A. (2020). Dostoyevski'nin Yeraltından Notlar'ında zorunluluk bilinci. *Tabula Rasa: Felsefe Ve Teoloji* (33):24-33.

Fildiş, B., & Öner, H. (2023). Georg Simmel'in modernlik eleştirisi üzerinden Dostoyevski'nin Yeraltından Notlar'ını okumak. *Folklor/Edebiyat*, 29(113):1-14.

Harlow, E. (2021). Attachment theory: Developments, debates and recent applications in social work, social care and education. *Journal of Social Work Practice*, 35(1):79-91.

Kasari, C., & Sterling, L. (2013). *Loneliness and social isolation in children with autism spectrum disorder*. (içinde) R. J. Coplan ve J. C. Bowker (Ed.), *Handbook of Solitude: Psychological Perspectives on Social Isolation, Social Withdrawal, and Being Alone* (pp. 409-426). Somerset: Wiley-Blackwell.

Lulofs, R. S., & Cahn, D. D. (2000). *Conflict from theory to action*. United States of America: Aperson Education Company.

Mayne, J. T., & Ambrose, K. (1999). Research review on anger psychotherapy. *Journal of Clinical Psychology*, 55(3):353-363.

McGraw, J. G. (2010). *Intimacy and Isolation*. Amsterdam, New York: Value Inquiry Book Series/Philosophy and Psychology.

Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). *Perspectives on loneliness*. (içinde) L. A. Peplau ve D. Perlman (Ed.), *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research And Therapy*. New York: WileyInterscience

Sharf, R. S. (2014). *Diğer Psikoterapiler*. (Çev.: Özlem Haskan Avcı), (içinde) N. Voltan Acar (Ed.). *Psikoterapi ve Psikolojik Danışma Kuramları*. Ankara: Nobel Yayınevi.

Yer Altından Notlar (t.y.). Erişim adresi: Erişim adresi: <https://www.iskulturlar.com.tr/yeraltindan-notlar.aspx>