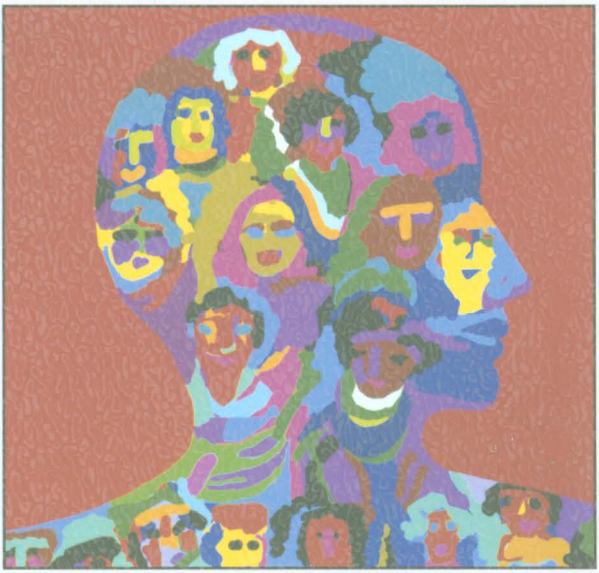
Benlik Yanılsaması

Bruce Hood

SOSYAL BEYİN, KİMLİĞİ NASIL OLUŞTURUR?



İngilizceden Çeviren: Eyüphan Özdemir

AYRINTI

2. BASIM

BRUCE HOOD

Bruce MacFarlane Hood, Kanada doğumludur. Psikoloji lisans eğitimi ardından Dundee Üniversitesi'nde hem Sanat hem de Felsefe yüksek lisansı yaptıktan sonra, 1991'de Cambridge Üniversitesi'nde çocuklarda görsel gelişim alanında doktorasını tamamlamıştır. ABD'ye taşınmasının ardından MIT ve Harvard Üniversitesi'nde dersler vermeye başlamış ve ayrıca Bristol Üniversitesi bünyesindeki Bristol Bilişsel Gelişim Merkezi'ni yönetmiştir.

Sinirbilim alanında Sloan Fellowship ve Robert L. Fantz ödüllerini almıştır ve Amerikalı psikologların çatı örgütü olan American Psychological Association'ın asil üyesidir. Çeşitli dergilerde yayımlanmış makaleleri yanında, *Benlik Yanılsaması* dışında, *SuperSense: Why We Believe in the Unbelievable* (HarperCollins, 2009); *The Domesticated Brain* (Pelikan Books, 2014) kitaplarının da yazarıdır. Ayrıca *Psychology* (Palgrave, 2011) ve *The Origins of Object Knowledge* (OUP, 2009) adlı son derece popüler akademik kitapların yazarları arasındadır.

Halen Bristol Üniversitesi'nde Gelişim Psikolojisi dersleri vermektedir.

Ayrıntı: 794
İnceleme Dizisi: 258

Benlik Yanılsaması:
Sosyal Beyin, Kimliği Nasıl Oluşturur?
Bruce Hood

Kitabın Özgün Adı
The Self Illusion

İngilizce'den Çeviren
Eyüphan Özdemir

Yayıma Hazırlayan
Arlet İncidüzen

© 2012 by Bruce Hood

Bu kitabın Türkçe yayım hakları
Ayrıntı Yayınları'na aittir.

Kapak Fotoğrafı
Diana Ong/SuperStock/ Getty Images Turkey

Kapak Düzeni
Gökçe Alper

Dizgi
Hediye Gümen

Baskı ve Cilt
Ezgi Matbaacılık San. ve Tic. Ltd. Şti.
Sanayi Cad. Altay Sok. No. 14
Çobançeşme / Yenibosna / İstanbul
Tel: (0212) 452 23 02
Sertifika No: 45029

Birinci Basım *2014*
Basım *2019*

Baskı Adedi *2000*

ISBN 978-975-539-842-6
Sertifika No.: 10704

AYRINTI YAYINLARI
Hobyar Mah. Cemal Nadir Sok. No.: 3 Cağaloğlu – İstanbul
Tel.: (0212) 512 15 00 Faks: (0212) 512 15 11
www.ayrintiyayinlari.com.tr & info@ayrintiyayinlari.com.tr

twitter.com/ayrintiyayinevi facebook.com/ayrintiyayinevi instagram.com/ayrintiyayinlari

Bruce Hood

Benlik Yanılsaması:
Sosyal Beyin, Kimliği Nasıl Oluşturur

AYRINTI

İNCELEME DİZİSİ
SON ÇIKAN KİTAPLAR

YAŞAM SANATI
Zygmunt Bauman

LENİN
Farklı Bir Yol
Lars T. Lih

HERMENÖTİK VE SOSYAL BİLİMLER
Anlama'ya Dair Yaklaşımlar
Zygmunt Bauman

LENİN 2017
Hatırlamak, Tekrarlamak ve Kafa Yormak
Vladimir İlyich Lenin , Slavoj Žižek

EKİM
Rus Devriminin Hikâyesi
China Miéville

DÜNYAYA VE KENDİMİZE DAİR
Zygmunt Bauman & Stanislaw Obirek

FAŞIZM VE KAPITALIZM
Faşizmin Sosyal Kökenleri ve
İşlevleri Üstüne Teoriler
Angelo Tasca, Arthur Rosenberg,
Otto Bauer, August Thalheime

TANRI'YA VE İNSANA DAIR
Stanislaw Obirek, Zygmunt Baumane

İSTİSNA HÂLİ
Giorgio Agamben

BENLİK PRATİKLERİ
Zygmunt Bauman & Rein Raud

EŞYA VE İNSAN
Bir Pratik İlişkinin Felfesefesi,
Pedagojisi ve Sosyolojisi
Arnd-Michael Nohl

KUŞATILMIŞ TOPLUM
Zygmunt Bauman

KAPIMIZDAKİ YABANCILAR
Zygmunt Bauman

DEMİR KAFES
Max Weber ve Weberci Marksizm
Michael Löwy

YEMEK VE ULUSAL KİMLİK
Gündelik Yaşamdan Küresel Siyasete
Atsuko Ichijo & Ronald Ranta

KORSANLAR VE İMPARATORLAR:
ESKİLER VE YENİLER
Gerçek Dünyada Uluslararası Terörizm
Noam Chomsky

KÜRESELLEŞMENİN ÇÖKÜŞÜ
Dünyanın Yeniden Keşfi
John Ralston Saul

AVRUPA
Bitmemiş Bir Macera
Zygmunt Bauman

AKIŞKAN HAYAT
Zygmunt Bauman

KİTLE KATLİAMLARI
Cinai Bölmeler
Abram De Swaan

HAVVA'NIN SAKLI YÜZÜ
Arap Dünyasında Kadınlar
Nevâl es-Sâdevî

RADİKAL KURBAN
Terry Eagleton

EDEBİYATA ÖVGÜ
Zygmunt Bauman , Riccardo Mazzeo

PASİF DİRENİŞ
Mitin Ötesinde Bir Tarih
Domenico Losurdo

BORÇLU ZAMANLARDA YAŞAMAK
Citlali Rovirosa-Madrazo ile Söyleşi
Zygmunt Bauman

GREV!
Jeremy Brecher

MARKSİZM, ORYANTALİZM,
KOZMOPOLİTANİZM
Gilbert Achcar

İçindekiler

Teşekkürler 7
Önsöz: Yansıyan Benlik 9
1. En Harika Organ 21
2. Makyavelci Bebek 55
3. Ayna Benlik 95
4. Özgür İradenin Bedeli 143
5. Seçimlerimiz Neden Bize Ait Değil? 183
6. Toplum İnsanı Nasıl Şekillendirir? 214
7. Bizi Yaşatan Öyküler 252
8. Ağa Takılmak 282
9. Benliğinizi Yansımanızda Neden Göremezsiniz? 324

Teşekkürler

Bu, birkaç nedenden dolayı yazması zor bir kitaptı. Elinizdeki kitap insanın kendi üzerine düşünmeye başladığı ana kadar geriye gidebilen, uzun bir tarihi olan çok çeşitli alanları katetmektedir. Bu kitabın, konuyu daha önce ele almış herkese hakkıyla teşekkür edemediği, kritik noktaları dışarıda bıraktığı veya her türden savı göz önünde bulundurmadığı için pek çok kişiyi rahatsız edeceğini tahmin ediyorum. Bu eksikleri içermeyen bir kitabın bırakın yazılmasını okunması bile olanaksız olurdu. Bu büyük hacimli işi, tek bir iddiayla, kolayca anlaşılabilir kılan bir açıklamaya ulaşmaya çalıştım. Bilişsel sinir-bilimiyle ilgili temel konuları damıttığıma inanıyorum.

Kitabı yazmanın en zor yanı, kendi benlik yanılsamam ve yaşam biçimimle yüzleşmek zorunda kalmamdı. Rahatsız edici biçimde

kendi zayıflığımın, değersizliğimin, güvensizliğimin, bütünlük ve tutarlılıktan yoksunluğumun ve pek az insanın kabul edeceği ama benlik yanılsamasının gizleyebildiği diğer olumsuz şeylerin farkına vardırdı. Bu kitabın tezi, benliklerinin gerçek olduğuna inananların kolayca kabulleneceği türden bir tez değildir ve olmayacaktır. Bununla birlikte benliğimizin doğasını düzenli bir biçimde sorgulamanın yaşamdan en iyi şekilde yararlanmak için gerekli olduğuna inanıyorum.

Bunu anlayan ve kitabı şekillendirmede yardımcı olanlara minnettarım. Yalnızca profesyonel katkısı için değil, şüphe duyduğum anlardaki desteği için de temsilcim Robert Kirby'ye özel olarak teşekkür etmek isterim. Ayrıca ABD temsilcim Zoë Pagnamenta'ya zor bir görev üstlendiği için teşekkür etmek isterim. Birleşik Krallık'taki editörüm Andreas Campomar fikri ateşledi ve coşkulu bir destek verdi. Umarım elimizde patlamaz. Joan Bassert (OUP US) geliştirmek üzere bazı harika fikirler paylaştı ve Jim Gifford (Harper Collins Kanada) bazı çocukça eğilimlerimin tehlikelerinin altını çizdi. Arkadaşlarıma, meslektaşlarıma ve ilk taslakları okuyup paha biçilmez geri dönüşler yapan ve destek veren öğrencilere teşekkür ederim. Bunların içinde, alfabetik soyadı sırasıyla, Sara Baker, Sue Blackmore, Paul Bloom, Kay Donnelly, Teobesta Tesfa Endrias, Iain Gilchrist, Nathalia Gjersoe, Shoji Itakura, Monica Jenson, Christine Legare, Kate Longstaffe, George Newman ve Arnauld Van Voost bulunmaktadır.

Beni ve araştırmamı geçen üç yıl içinde destekleyerek bu kitabı yazmama olanak sağlayan çeşitli finansal temsilcilere minnettarım. Bunlardan bazıları Birleşik Krallık Ekonomik ve Sosyal Araştırma Konseyi, Leverhulme Vakfı, Bial Vakfı ve Perrott-Warwick Yatırım'dır.

Bu kitap, bu şahsi, kaotik demete* katlanmak zorunda kalan Kim'e adanmıştır. O olmasaydı yıllar önce dağılmış olurdum.

* Yazar, yine David Hume'un "Demet Kuramı"na gönderme yapıyor ve eşine kendisine katlanmak zorunda kaldığı için teşekkür ediyor. (ç.n.)

Önsöz
Yansıyan Benlik

Dün gece zengin işadamı, pilot, ünlü yapımcı, sosyetenin renkli yüzü, nihayetinde patolojik kir korkusundan dolayı evden çıkamayan münzevi milyarder Howard Hughes'un biyografisini okumayı bitirdim. Hughes öldüğünde serveti iki milyar dolar değerindeydi; ama son günlerini üzerinde paçavralar, uzun, keçeleşmiş saçları, uzamış tırnakları ve kollarında gömülü beş iğne kalıntısıyla kir pas içinde bir münzevi olarak geçirdi. Yaşamı boyunca kalabalıkların ve paradoksların adamı olmuştu. Sosyal iletişimden nefret ediyordu; ama yine de yüzlerce veya söylentiye göre binlerce kadının peşinden koşup yatağa atmıştı. Hayali film projeleri ve genç yıldız adayları için

gözü kara harcamalar yapar, öte yandan gider defterindeki birkaç dolar için kılı kırk yarardı. Birçok kez hız ve mesafe rekoru kırdığı havacılıkta öncüyken kendini sürekli riske atan, atılgan ve korkusuz bir pilottu; yine de obsesif-kompulsif bozukluğu Hughes'u mikroplardan gelecek bir ölümden korkutuyordu. Yakın sırdaşı ve danışmanı Noah Dietrich anılarında durumu şöyle açıklıyor: "Tek bir Howard Hughes yoktu."[1]

Bu beni düşündürdü. Günümüzde böyle insanlar var mı? Son yıllarda Britney, Mel, Winona ve Tiger: Hepsinin de utanılacak sırları ya da en azından bilinen kişiliklerine göre garip, hiç karakteristik olmayan karanlık yüzleri varmış gibi görünüyor. Gazetelerin dedikodu sütunları ünlülerin gizli gerçekleriyle dolup taşıyor; peki biz sıradan ölümlüler farklı mıyız? Çoğumuz, kendi kararlarını veren, özünde dürüst bireyler olduğumuza inanırız ama öyle miyiz acaba? Howard Hughes'un yaptığı gibi bir uçtan diğerine savrulmuyor olabiliriz ama biz daha mı tutarlıyız? Sizden tek bir tane mi var?

Bu sorular çoğu kişiye mantıksız görünür. Kendi benlik deneyimimiz bize öyle tanıdıktır ki, biz onunla öyle rahatızdır ki bunu sorgulamak, zihinsel bir hastalıktan mustarip olduğumuzu akla getirir. Neredeyse gerçekten var olup olmadığımızı sorgulamak gibidir bu. Aslında sorulmak istenen şudur: Kim olduğumuzu bilmek söz konusu olduğunda hepimiz hatalı mıyız?

Her sabah uyanır ve zengin bir bilinç patlaması yaşarız –sabah güneşinin parlak ışığı, sıcak kahve kokusu ve bazılarımız için yanımızda yatan kişinin sıcaklığı. Gece uykusu çekildikçe kendimiz olmak için uyanırız. Rüyalardan kalma sisler ve bilinçsizlik hali dağılır, tanıma ve hatırlama yoluyla anılarımızın içeriği bilincimize dolar. Bir an için nerede olduğumuzdan emin olmayız ama sonra aniden, uyanık olan "Ben", gözlerini açar.[2] Bilinçli "Ben"i, bir geçmişi olan "ben" haline getirmek için düşüncelerimizi bir araya toplarız. Önceki günün anıları

1. N. Dietrich, *The Amazing Howard Hughes,* Hodder Fawcett, Londra, 1972.
2. "*I*" (ben) ve "*Me*" (beni, bana) kavramları William James'in kitabında geçer. *Principles of Psychology,* Henry Holt & Company, 1890.

geri döner. Yakın gelecek planları yeniden kurulur. Yapacak işlerimizin farkına varmak, bize o günün mesai günü olduğunu hatırlatır. Tanıdığımız bir kişi haline geliriz.

Doğanın çağrısı bize banyoya uğrama vakti olduğunu söyler. Bu arada aynaya kısa bir bakış atar ve bir anlığına düşünürüz. Biraz daha yaşlı görünürüz ama hâlâ oraya taşındığından beri her gün aynı aynaya bakan, aynı kişiyizdir. Benliğimizi aynada görürüz. İşte biz buyuz.

Bu gündelik deneyim bize çok tanıdıktır; ancak beyin bilimi bu benlik bilincinin bir yanılsama olduğunu gösterir. Psikolog Susan Blackmore, "yanılsama" sözcüğünün bir şeyin hiç olmadığı değil, göründüğü gibi olmadığı anlamına geldiğinin altını çizer. Bizler, şüphesiz, benliğimizin çeşitli biçimlerini deneyimleriz ama deneyimlediğimiz şey, beynimiz tarafından kendi yararımız için üretilen güçlü bir aldatmacadır.

Ama benlik yanılsamasını tartışma konusunda gerçek bir zorluk söz konusu. Bu kitap boyunca kullanılan "Ben" (*I*), "Bana" (*me*), "Benim" (*my*), "Benimki" (*mine*), "Sen" (*you*), "Seninki" (*yours*), "Bizim" (*our*), "Bize" (*us*), "Biz" (*we*) gibi sözcüklerin tümü, bir ya da birden fazla "benlik"in varlığını ima eder. (Ben ayrıca, vurgulama amacıyla "senin benliğin" (*your self*) ve "bizim benliğimiz" (*our selves*) biçiminde de kullandım). Bu sözcükler, benlik varlığını* içerdiğinden, ilk etapta benliğin bir yanılsama olduğu öncülünün yanlış olması gerektiği sonucunu çıkarabilirsiniz. Sorun şu ki çoğumuzun deneyimlerine gönderme yapan bu sözcükler olmaksızın benliği tartışmanın basit bir yolu yoktur.[3]

---

* Burada bahsedilen, İngilizce'de "ben, şahsım, bizzat" gibi anlamlara gelen "*myself*", "kendin" anlamına gelen "*yourself*" vb kelimelerde geçen ve kendi başına "benlik" anlamına gelen "*self*" kelimesinin yaratabileceği yanılsamadır. Yazar, normalde bu kelimelerde kişi zamirine bitişik yazılan "*self*" kelimesini ayrı yazarak ("*myself*" yerine "*my self*" gibi), orijinal metinde bu algı yanılsamasını gidermeye çalışıyor. Türkçe çeviride de elimizden geldiğince yazarla aynı özeni göstermeye çalıştık. (y.h.n.)

3. P. Ricoeur, *Oneself as Another*, University of Chicago Press, Şikago, 1992. [*Başkası Olarak Kendisi*, Çev. Hakkı Hünler, Doğu Batı Yayınları, Ankara, 2010. (y.h.n.)]

İkincisi, benliğin bir yanılsama olabileceğini kavramak gerçekten zordur. Bu, kabullenmesi zor olan (belki de en zor olan) düşüncelerden biridir. Benliğimiz çok inandırıcı, çok gerçek ve öylesine bizdendir. Ama yinelemek gerekirse, bu deneyimler birçok bakımdan göründükleri gibi değildir. Tam şu anda, bu sözcükleri okurken edindiğiniz en açık deneyimi ele alın. Gözleriniz sayfayı bir uçtan bir uca tararken görsel dünyanız kesintisiz ve zengin görünür ama aslında, belirli bir zamanda metnin yalnızca bir bölümünü algılıyor, harflerin tümünü aynı anda nadiren okuyorsunuz. Çevresel görüşünüz, bulanık ve renksizdir, yine de onun, tıpkı görüş alanınızın merkezi kadar kusursuz netlikte olduğuna yemin edebilirsiniz. Görüş alanınızın merkezinin hemen dışında, farkına bile varmadığınız, bir kol boyu uzaklıkta, limon büyüklüğünde iki kör nokta vardır. Görsel dünyanızdaki her şey kesintisiz ve pürüzsüzdür. Ama görsel dünyanız, göz hareketleri esnasında saniyenin çok küçük bir diliminde kararır. Beyin bunu öylesine örtbas eder ki bu kusurların hiçbirinin farkına varmazsınız. Dolaysız algılamalardan tutun da derin düşüncelere dalmalara dek tüm insan deneyimleri için aynı yanılgı söz konusudur ve buna benlik de dahildir.

Benliği sorgularken, çoğu insan benliğin öncelikle kabul edilmesi gerektiğini düşünür. Sokaktaki ortalama insana benliğini sorsanız, büyük olasılıkla benliği, bedenlerine yerleşmiş bir birey olarak tanımlarlar. Bedenlerinden daha fazlası olduklarına inanırlar. Bedenleri, benliklerinin denetlediği şeylerdir. Aynaya baktığımızda bedenimizi doldurduğumuz bir kap olarak düşünürüz. Filozof Galen Strawson'ın şiirsel olarak benliğin "inci görüşü"[4] dediği, bedenlerimiz içindeki bireyler olduğumuz algısı, "Ego Teorisi" olarak adlandırılır. Bu inci görüşü, benliğin, varlığımızın çekirdeğinde, yaşamımız boyunca bizi sabitleyen bir öz olduğu biçimindeki ortak görüştür. Bu ego, yaşamı, onun ne olduğunu tanımlayan benzersiz tarihsel arka planla birlikte bilinçli ve düşünen bir kişi olarak deneyimler. Bu, aynada "bana" yansıyan "ben"dir.

4. G. Strawson, "The Self", *Journal of Consciousness*, 4, 1997, s. 405-428.

Bu ego görüşüne karşıt olarak, İskoç Aydınlanma filozofu David Hume'un[5] "Demet Kuramı"na (*Bundle Theory*) dayanan alternatif bir benlik teorisi de vardır. Üç yüz yıl önce, sıkıcı, soğuk, çiseleyen, puslu ve perişan Edinburgh'da, Hume oturdu ve kendi aklı üzerinde düşündü. Benliğine baktı. İç benliğini tanımlamaya çalıştı ve tek bir varlık olmadığını, tersine, birbirleri üzerine yığılmış düşünceler, algılar ve duygular demeti olduğunu düşündü. Benliğin, bu deneyimlerin bir araya gelmesinden ortaya çıktığı sonucuna vardı. Hume'un, egzotik Doğu felsefesinden haberdar olup olmadığı belirsiz; ama MÖ 6. yüzyılda, binlerce mil ötede, çok daha sıcak bir iklimde, genç Budhha, bir incir ağacının altında meditasyon yaparken, *anatta* (benliksizlik) ilkesiyle hemen hemen aynı sonuca varmıştı. Buda, entelektüel aydınlanmadan ziyade ruhsal aydınlanma arayışındaydı ve bu aydınlanmanın, yalnızca meditasyon sayesinde *anatta*ya erişerek başarılabileceğini düşündü.

Bugün, çağdaş beyin biliminin bulguları benliğin doğasını aydınlattı. Beyin bilimi ya da yaygın deyişle Sinir-bilimi, ruhun varlığına dair çok az kanıt bulmasına karşın Ego Teorisi'ne karşıt olarak, Demet Kuramı'nı destekleyen çok fazla kanıt bulmuştur.

Benlik eğer düşünce ve eylemlerimizin bir toplamı ise, ilk kaçınılmaz gerçek onun beyne bağlı olmasıdır. Düşünce ve eylemler yalnızca beyinle ilgili değildir çünkü biz, bedenimizle birlikte dünyadaki nesneler üzerine düşünüyor ve onlar üzerinde etkiyoruz lakin bu etkinliklerin koordinasyonundan esasen beyin sorumlu. Biz dediğimiz şey aslında beyinimizdir ya da en azından, kim olduğumuz söz konusu olduğunda beyin bedenimizin en kritik parçasıdır. Bedenimizin birçok parçasını değiştirebilir ya da nakledebiliriz ve buna rağmen çoğu insan ameliyattan sonra hastanın özünde aynı kişi olduğunu düşünür. Bununla birlikte, beyin nakli söz konusu olsay-

5. D. Hume, *A Treatise of Human Nature*, 1. Kitap, Bölüm 4, Kısım 6. [İlk baskı, 1740; son baskısı için bkz. CreateSpace Independent Publishing Platform, 2012. (y.h.n.)]

dı, hasta anesteziden çıktığında tamamen aynı görünse bile, çoğumuz onun farklı biri olduğuna, beynini bağışlayan kişiye daha çok benzediğine inanırdık.

Benliğin beyne bağlı olduğuna dair en güçlü kanıtların bazıları, yaşlılık ya da kaza nedeniyle beyinlerinin bir bölümü zarar görmüş talihsiz kişiler üzerinde yapılan çalışmalara dayanır. Kişilikleri öyle kökten değişebilir ki onları tanıyanlar için tamamen farklı kişiler olurlar. Yelpazenin diğer ucunda ise birçok kişi, çalışmasını etkileyen çeşitli uyuşturucularla beyinlerini geçici olarak kasten kısırlaştırır. Bu çalışmalar, nedeni –kaza, hastalık ya da zevk– fark etmeksizin, beyni zarar gören birinin farklı bir insan olacağını gösterir. Eğer uyuşturucu kullanmak beyninin işleyişini değiştiriyorsa, o kişi farklı davranır ve düşünür. Bu sebeple kim olduğumuz beynimize bağlıdır. Bununla birlikte bizler tek başımıza birer beyin değiliz. Bu eserde iletmek istediğim mesajlardan biri de her beynin, onun çalışmasını etkileyen diğer beyinler okyanusu içinde varolduğudur.

İkinci büyük keşif ise, beyinde benliğin yapılandırıldığı bir merkezin olmadığıdır. Beynin, birçok farklı görevi vardır. Dış dünyadan gelen bilgiyi, ileride başvurmak için yorumlanan ve depolanan anlamlı modellere çevirir. Farklı tip ve derecelerde, insan hisleri, dürtüleri ve duyguları olan motivasyonları üretir. Bazıları otomatikken, bazıları yetenek, pratik ya da tamamen emekle elde edilerek her çeşit davranışı ortaya çıkarır. Ve ayrıca zihinsel bir hayat vardır. Kafatasımızın içindeki bu bir buçuk kilogramlık doku yığını, bir şekilde, yıldızlar arasındaki boşluğun büyüklüğü üzerine düşünebiliyor, Van Gogh'u değerlendirebiliyor ve Beethoven'dan zevk alabiliyor. Bunu bir benlik maskesi sayesinde yapıyor. Fakat çoğumuzun deneyimlediği bu benlik hissi, tek bir alanda bulunmuyor. Doğrusu, bir benlik senfonisi gibi çeşitli beyin işlemlerinin orkestrasından meydana geliyor, tıpkı Buda ve Hume'un dediği gibi.

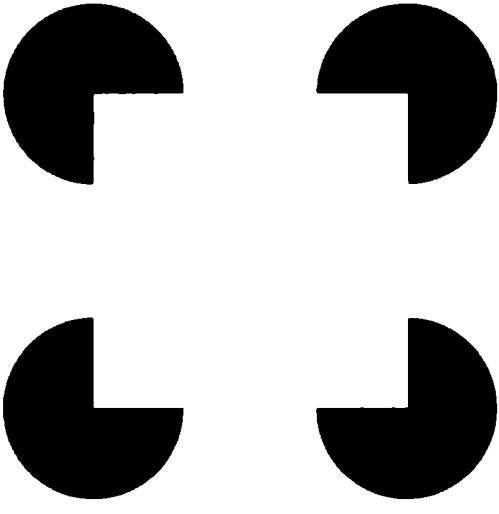
Bazı modern filozoflar,[6] bu beyin gerçeklerinin tek başına hiçbir biçimde benliğin varlığını çürütemeyeceğini öne sürer. Geriye özgün hiçbir şey kalmayana dek bir beynin hücre hücre değiştirilmesini içeren olası tüm senaryoları hayal eden biri, tüm bu fiziksel değişikliklerden bağımsız olarak, bir şekilde benliğin hâlâ var olduğunu düşünüyorsa, beyinden bağımsız bir benlik olabileceğini kabul ediyor demektir. Çoğu sinir-bilimci bunu reddeder. Tersine, beynimiz, yaşamımız boyunca duyularımıza hücum eden ve belleğimizde kalıcı izlenimler bırakan deneyimler çokluğunu anlamlı kılmak için, bütünlüklü bir model olarak benlik deneyimini yaratır.

Beynimiz dış dünyanın modellerini inşa eder. Deneyimleri, sonraki adımda ne yapacağımızı yorumlamamızı ve belirlememizi sağlayan tutarlı bir öykü biçiminde dokuyabilir. Beynimiz, hayatta kalabilmek için dünyayı taklit eder. Bu taklit son derece önemlidir; çünkü verilerin çoğu bozuktur ve işlenmeyi gerektirir. Yine de beynimiz eksik bilgileri tamamlar, parazitli sinyalleri yorumlar ve çevremizde olup biten her şeyin tek bir örneğine itimat etmek zorundadır. Yeterince bilgimiz, zamanımız veya tüm bu bilgiyi doğru biçimde çözümlemek için yeterli kaynağımız yok, bu yüzden gerçeklik modelimizi inşa etmek için bilinçli tahminler yaparız. Bu çözümleme yalnızca dış dünyada neler olduğuna ilişkin değildir, aynı zamanda içeride, çoğunlukla da zihnimizin bilinçdışı işleriyle ilgilidir.

Kim olduğumuz benliğimizin bir öyküsüdür, beynimiz tarafından inşa edilmiş bir anlatıdır. Bu simülasyonun çoğu, sokaktaki ortalama insanın belirttiği benlik yanılsamasına karşılık gelen bilinçli bir farkındalık olarak deneyimlenir. Şu anda, beyin gibi fiziksel bir sistemin, bilinçli benlik gibi fizik-üstü deneyimleri nasıl ürettiğini bilmiyoruz. Aslında bu, çözümü oldukça zor bir problem haline geliyor.[7] Hiçbir yanıt bulamayabiliriz ve bazı filozoflar problemin baştan yanlış olduğuna

6. D. Parfit, "Divided minds and the nature of persons", C. Blakemore ve S. Greenfield (Der.), *Mindwaves*, Blackwell, Oxford, 1987, s. 1a-26.
7. D. Chalmers, "Facing up to the problem of consciousness", *Journal of Consciousness Studies*, 3, 1995, s. 200-219.

inanıyorlar. Dan Dennett[8] da benliğin anlatılar üzerinden inşa edildiğini düşünür: "Öykülerimiz örülmüştür; ama çoğunlukla biz onları örmeyiz, onlar bizi örer." Özümüzde bir benlik yoktur. Aksine, benlik anlatıların çekim merkezi olarak ortaya çıkar. Şekil 1'deki çizimin ortasında bir kare görmemizi sağlayan aynı yanılsama, benlik için de geçerlidir: O da etrafındaki unsurlar tarafından yaratılır. Bağlamı kaldırırsanız kare de kaybolur. Aynı biçimde benlik de beyin tarafından yaratılır.



Şekil 1: Gerçekte varolmayan, algıladığımız hayali bir kare.

Bazen, beyinlerimizin yarattığı yanılsamaların bir işaretiyle karşılaşırız. Bir yorumu yanlış anlar, bir şeylere çarpar ya da yanlışlıkla, yakalanabilir gibi görünen bir gölgeye uzanırız. Bu, fiziksel dünyayı yanlış yorumladığımızda meydana gelir. Aynı yanlışlar benliğimizin işgal ettiği kişisel dünyamızda da olur. Yanlışlarımızı başarılar olarak yeniden yorumlarız. Söz konusu kötü davranmak olduğunda, diğerlerinden farklı olarak

8. D. C. Dennett, *Consciousness Explained*, Little, Brown and Co., Boston, 1991.

ortalamanın üzerinde iyi özelliklerimiz olduğunu düşünürüz. Bazen kendimizi ya da en azından bizi iyi tanıdığını düşünenleri şaşırtan şeyler yaparız. Bu, benlik öykümüzle tutarsız görünen şeyler yaptığımızda yaşanır. "Kendimde değildim" veya "Konuşan şaraptı" deriz ama yine de yaşamımız boyunca, belirli bir yolu izleyen, düşünce ve eylemlerinden sorumlu, bedeni içinde sıkışıp kalmış bir birey olduğumuz inancını sürdürürüz. Bu kitap boyunca, olduğumuzu sandığımız kişinin, düşündüğümüzden çok daha fazla dış etkilere duyarlı olduğunu göstererek, bu varsayımlara itiraz edilecektir.

Bu etkiler en başından beri söz konusudur. İnsanlar, diğer hayvanlara kıyasla, toplam yaşam sürelerinin çok daha uzun bir kısmını çocukluk döneminde geçirir. Bu, yalnızca diğerlerinden öğrenebilmemiz için değil, aynı zamanda diğerleri gibi olabilmeyi öğrenmemiz içindir de. Diğerleri gibi olmak ve onlarla iyi geçinmek, insan türünün katılımcı bir üyesi olarak kim olduğumuza ilişkin bir hissin yaratımına yol açar.

Benliğin gelişimi, çocukluk boyunca, beynin deneyimlerden öyküler inşa ederek biçimlendirmeleri ile diğer insanların etkileri arasındaki etkileşimden ortaya çıkar. Bu, doğduğumuzda boş birer yazı tahtası olduğumuz veya bebeklerin kişilikleri olmadığı anlamına gelmez. Çocuk yetiştiren veya eş yumurta ikizleriyle karşılaşmış olan herkes bilir ki tamamen aynı çevrede yetişmiş çocuklar bile doğuştan farklı düşünür ve davranır. Bireylerin eğilimlerinin çeşitlilik göstermesi şüphesiz genetik kalıtımın bir mirasıdır. Bununla birlikte hepimiz sosyal etkileşim yoluyla insan ırkının bir parçası olma ortak amacını paylaşırız ve bu ancak bir benlik duygusu inşa edildiğinde gerçekleşebilir.

Benlik inşa etme süreci çocuklukla sonlanmaz. Yetişkin olarak bile benlik yanılsamamızı sürekli geliştirir ve ayrıntılandırırız. Değişik durumlara uyum sağlamayı öğreniriz. Bazen benlik yanılsamamızı çok yüzlü olarak bile tanımlarız: ev benliği, bir işimiz varsa iş benliği, ebeveyn benliği, politik benlik, bağnaz benlik, duygusal benlik, cinsel benlik, yaratıcı ben-

lik ve hatta saldırgan benlik. Hepsi de neredeyse farklı bireyler gibi görünür ama açıkça tek bir beden vardır. Bu farklı benlikler arasında zahmetsizce geçiş yapıyor gibi görünsek de ortada geçiş yapan "biri"nin olduğu düşüncesi yanlıştır. Bu, yanılsamanın bir parçasıdır. Öncelikle, tek bir benlik veya birden çok benlik yoktur. Aslında, bizi bir karakterden diğerine geçiren dış dünyadır. Koşulların bir yansıması olduğumuz düşüncesi "ayna benlik"[9] olarak da adlandırılır: Çevremizdekilerin bir yansıması olarak varız.

Çocukken başlangıçta çıkarcı etkinlik yığınlarıyızdır ama evrim, benliği ortaya çıkmaya ve diğerlerine katılmaya programlamıştır. Çocukluk boyunca doğrudan, en büyük etkiyi, gençlerin rekabetçi dünyasının ihtiyaçlarını gideren aileden görürüz. Yorumlamayı, tahmin etmeyi, öngörmeyi ve pazarlık etmeyi oyun alanında öğreniriz. Çocukluk ve ergenlik çağında, yavaş yavaş kimlik anlatımımızı detaylandırır ve en sonunda bizi şekillendiren karakterlerden farklı bir karakter olmak üzere yola koyuluruz. Çoğu yetişkin için gençlik, gerçek benliğimizi keşfettiğimiz dönüm noktasına işaret eder. Toplulukları, özel mülkleri, zevkleri, politikayı ve kişisel tercihleri, bir benlik, farklı bir birey yaratmak için kullanırız. En azından, Batıdaki benlik kurma öyküsü budur; diğer kültürler, benliğin farklı bir biçimini şekillendiren farklı bir yapı sağlar. Keşişler ve toplum tarafından dışlanmış olan kimseler bile, diğerlerinin kabul ettiği ilkeleri reddetmeleriyle tanımlanır. Ama benliğimizi ister sürüden uzak tutalım ister sürünün parçası olarak bütünleştirelim, her durumda, kim olduğumuzu tanımlayan diğerlerinin varlığıdır.

Benlik büyük oranda çevremizdekiler tarafından şekillendiriliyorsa, bu gündelik hayatta ne anlama gelir? Tek bir şeyi, temel bakış açımızı değiştirebilir. Benlikle ilgili bir modern zaman mucizesini düşünün. Liz Murray, on beş yaşlarındayken annesi AIDS'ten öldü ve HIV bulaşmış babası bakıma alındı. Liz, kendisini evsiz ve kız kardeşine bakmakla yükümlü biri

9. C. H. Cooley, *Human Nature and the Social Order*, Scribner's, New York, 1902.

olarak buldu. Tüm bu engellere rağmen, okulda sivrildi ve 2009 yılında mezun olduğu Harvard Üniversitesi için burs kazandı. Liz'in *Homeless to Harvard** [Evsizlikten Harvard'a] öyküsü, benliğin talihsizlik üzerindeki zaferinin ilham verici bir örneğidir. Amerikan rüyasının simgesidir ve bu yüzden çok sayıda insan tarafından sevilir. Peki, kıssadan hisse ne? Çok çalışırsak hayallerimizin tümünü gerçekleştirebileceğimiz mi? Şüphesiz bu doğru değil. Evsizlikten Harvard'a öyküsü daha çok yaşamdaki eşitsizlikler üzerinedir. Liz Murray olağanüstüdür ancak bu onun istisna olduğu anlamına gelir; çünkü çoğu insan kendisini başarıdan uzak tutan zorlukların üstesinden hiçbir zaman gelemez. Birçoğumuz Liz'i yaşamın kazananları arasında görsek bile madalyonun diğer yüzünde başarısızlığa uğramış kişileri kaybedenler olarak kolayca yaftalamaktayız. Bu yaşam oyunu ne zaman bu kadar adaletsiz oldu ki başarılı olmalarını engelleyen koşullar yerine bizzat kişileri suçluyoruz. Bu insan aklının temel yükleme hatasıdır.[10] Başkaları aptallıkları ve kaybeden olmaları nedeniyle başarısız olurlar oysa ben başarısız olursam bunun nedeni kendi koşullarımdır. Benlik yanılsaması, temel yükleme hatasını, kolayca kabul edilen bir safsata haline getirir. Ayrıca tüm suçu bireylere atmak, toplumdaki eşitsizlikleri yaratan politikaları mazur göstermekle eşdeğerdir. Belki de başarı ya da başarısızlığı sadece kişilikle değil de daha çok toplumla ilgili olarak düşünerek bu dengesizliği telafi etme zamanı gelmiştir.

Benliğin bir yanılsama olduğunu bilmek, onun var olduğunu düşünmenizi engelleyemez, Buda ya da Hume gibi bunu başarsanız bile, belki de ilk etapta bunu denememek en iyisidir. Ama bilgi güçtür. Benliğin bir yanılsama olduğunu anlamak, düşünce ve davranışlarınızda deneyimleyebileceğiniz gündelik tutarsızlıklarınızla uzlaşmanıza yardımcı olacaktır. Hepimiz başkalarının nasıl yönlendirilebildiğini fark etmekte

---

* *Homeless to Harvard: The Liz Murray Story*, Yön. Peter Levin, 2003. (y.h.n.)

10. D. T. Gilbert ve P. S. Malone, "The correspondonce bias", *Pshychological Bulletin*, 117, 1995, s. 21-38.

çok hızlıyızdır ama benliğimizin eşit derecede diğerlerinin etki ve denetimi altında olduğunu nadiren anlarız. Bu, öğrenmeye ve kollanmaya değer bir şeydir.

1
En Harika Organ

Bir insan beynini ilk kez ellerinizde tutmak, yaşanabilecek en tuhaf deneyimlerden biridir. Bu, her insanı farklı nedenlerle şaşırtır ama beni, çok uzun olmayan bir süre önce, bir zamanlar birey olan bir şeyi tutuyor olabilmek şaşırtmıştı. Beyin ve onun sağladığı akıl, bizi gerçekte biz yapanlardır.

Hoş görünümlü bir şey olmamakla birlikte beyin, bir bilim insanı olarak beni her zaman büyülemiştir. Bristol Üniversitesi'ne ilk geldiğimde, meslektaşlarım için bir beyin inceleme sınıfı organize etmiştim. Çünkü hepimiz beynin zihnimizi oluşturmada kritik bir rol oynadığını düşünsek de çok azımız daha önce bu şaşılacak derecede gizemli organı

inceleme fırsatı bulmuştu. Bazılarımız, düşünme işiyle ilgili olarak, beynin elektriksel aktivitesini olabildiğince ölçmüştü. Diğerleri, beyinleri zarar gördüğü için zihinsel yeteneklerini kaybeden hastalarla bile çalışmıştı. Fakat çok azı, başka birinin beynini gerçekten elleri arasında tutmuştu.

Bundan dolayı, aralık ayında, Noel tatilinden hemen önce ve tıp öğrencilerinin inceleme dersleri bittikten sonra, psikoloji bölümünden yaklaşık yirmi öğretim üyesinden oluşan bir grup, insan beyninin anatomisiyle ilgili yoğun bir kurs programı için tıp fakültesine başvurmuştu. Diseksiyon odasının girişinde, üstümüze hiç uymayan laboratuvar önlüklerini denerken, bir grup birinci sınıf öğrencisi gibi gergin bir ruh haliyle kıkırdıyorduk. Beyaz laboratuvar önlükleri: Demek ki gerçek bilim bu! Ne var ki bu neşeli ruh hali, geniş ve soğuk diseksiyon odasına girdiğimizde ve gelişmiş kadavra açılım masalarındaki çeşitli aşamalardaki insan bedenlerinin çıplak görüntüleriyle yüz yüze geldiğimizde birdenbire değişti. Bu bir sahte uzaylı otopsisi değildi, gerçek hayatlar yaşamış gerçek insanlarla ilgiliydi. O gergin gülüşmeler odanın içinde boğuldu. Gruptakilerin yüzleri, cenazelerde ölümle yüzleştiklerinde ağırbaşlı ve sakin görünmeye çabalayan insanlarda sık sık görebileceğimiz gibi soluk ve kül rengiydi.

Gruplara ayrıldık ve her birine beyaz plastik bir kova monte edilmiş laboratuvar tezgâhlarına tereddütle yaklaştık. Lastik eldivenleri giydik ve kapakları açtık. Formaldehit duman bulutu gözlerimizi yakıp burun deliklerimize dolduktan sonra her bir bölmedeki insan beyinlerine bakakaldık.

İlk bakışta, insan beyni oldukça nahoştur. İnceleme için kimyasal olarak hazırlandıktan sonraysa lastik kıvamında sert bir mantar ile büyük, yarılmış bir cevize benzer. Tıpkı bir ceviz gibi iki bölümden oluşur ama bunun ötesinde yapısının çoğu oldukça belirsizdir. Yine de bu küçük kas dokusunun evrende yaşanabilecek en hayret verici deneyimlerden sorumlu olduğunu biliyoruz: insan düşünceleri ve davranışları. Bu harika organ bunları nasıl üretmektedir?

MATRİX AKLINIZDIR

Bilim-Kurgu klasiği *Matrix*'te,* Keanu Reeves'in canlandırdığı bilgisayar korsanı Neo, gerçekliğinin gerçek olmadığını keşfeder. 1999 yılında Birleşik Devletler'de yaşadığını düşünürken, gerçekte yüzyıllar sonra, insanların akıllı makinelerle mücadele ettiği, kıyamet sonrası gelecekte yaşıyordu. Olağan, gündelik yaşamı, aslında kozalarda esir tutulan insanların beyinlerine doğrudan yüklenmiş ve ürettikleri biyoelektrik enerjisini akıllı makineler sayesinde toplayan *Matrix* adlı bir bilgisayar programıydı. Ama tüm deneyimler öylesine gerçekçi bir biçimde taklit edilmişti ki insanlar gerçek yazgılarından habersiz mutluydular.

Bu kurgu kulağa inandırıcı olamayacak kadar fantastik geliyor ama insan zihninin doğası söz konusu olduğunda yanlış sayılmaz. Tabi ki makineler tarafından kontrol edilen esir insanlar değiliz, ancak yine de bundan nasıl emin olabiliriz ki? Bunlar eğlendirici faraziyeler ve tüm zihin araştırmacıları bu filmi izlemeli ama bir şey çok açık: Her birimizin beyninde birer matris var. Bu, zihnimizin, gerçeklikle doğrudan teması olmadığı durumlarda deneyimlerimizi anlamlandırmak için öyküler veya benzeşimler yaratmasından dolayı böyle. Bu, dünyanın gerçekte var olmadığı anlamına gelmez. Dünya vardır ama beyin, dış dünyanın yalnızca yararlı yönlerini işlemek için evrimleşmiştir. Biz, yalnızca sinir sistemimizin algılayabileceği şeyleri duyumsarız.

Sinir sistemimiz aracılığıyla, beyinlerimizde gerçekliğin bir modelini yaratarak dış dünyayı işleriz. Ve tıpkı *Matrix*'te olduğu gibi, her şey göründüğü gibi değildir. Hepimiz, görsel yanılsamaların gücünün zihnimizi şeyleri yanlış algılamaya ittiğini biliriz ama en güçlü yanılsama, kafamızın içinde birleşik, tutarlı bir birey ya da benlik olarak varolduğumuz algısıdır. Bir benlik olarak bedenlerimizi işgal ettiğimizi hissederiz. Zihinsel düzeyde çoğumuz beynimize gereksinim duyduğumuzu bilir ama çok azımız bizi biz yapan her şeyin bir kas yığınına

* *The Matrix*, Yön. Andy Wachowski ve Lana Wachowski, 1999. (y.h.n.)

indirgenebileceğini düşünür. Biz dediğimiz şey aslında beyinlerimizdir; ama beyin şaşırtıcı biçimde işlediği dünyaya bağlıdır ve benlik üretimi söz konusu olduğunda diğerlerinin bizi şekillendirme konusundaki rolü olağanüstüdür.

BEYNE İNDİRGEMECİLİK

Bazı insanlar, "Biz dediğimiz şey beyinlerimizdir" türünden ifadelere son derece kızarlar, sanki bunun gibi ifadeler yaşam deneyimini maddeleştirerek eksiltmekte ya da alçaltmaktadır. Bazıları da beynin bedene gereksinimi olduğunu, bundan dolayı bu ikisinin ayrılamayacağını belirtir. Yine bazıları, beynin bedende ve bedenin de çevresel koşullar içinde varolduğunu, bundan dolayı deneyimi beyne indirgemenin mantıksız olduğunu belirtir. Tüm bu itirazlar geçerlidir ama önünde sonunda tüm bunları nasıl bir araya getireceğimiz üzerinde durmamız gerekiyor. Buna başlamak için en uygun yer beyin gibi görünüyor. Çevresel koşulları ve bedenin pek çok parçasını değiştirebiliriz ama beyin kim olduğumuza ilişkin temel önemdedir. Ve kim olduğumuz bir benlik algısı içerir. Bununla birlikte benliğin nereden geldiğini anlamak, nihayetinde benliği şekillendiren çevresel koşulları ve bedenleri göz önünde bulundurmayı gerektirir.

İnceleme sınıfına geri dönersek; tüm dikkatimizi beyne vermiştik. Beyin, vücudun sıradan bir parçası değildi ve bir doku yığınından da fazlasıydı. Her bir beyin, bir şekilde, acı, coşku, şaşkınlık, hüzün, merak ve bizi insan yapan diğer tüm ruhsal durumları üretmişti. Her biri anıları, yaratıcılığı ve belki biraz da deliliği barındırmıştı. Topu yakalayan, golü atan, yabancılarla flört eden veya Polonya'yı işgale karar veren beyindir. O öğleden sonra inceleme sınıfında, ellerimizde tuttuğumuz her beyin, düşünce, duygu ve eylemlerle dolu bir yaşam sürmüştü. Her bir beyin bir zamanlar sevmiş, şaka yapmış, hayranlık uyandırmış, sevişmiş ve sonunda ölümünü tasarlamış, naaşını tıp bilimine bağışlamıştı. Bir beyni ellerimde ilk tutuşum, yaşadığım en ruhani deneyimdi. Ayrıca, tevazu duymanızı sağlayan ve ölümlü olduğunuzu hatırlatan bir deneyim.

Duygusal şoku atlattıktan sonra bu organın mükemmelliğiyle büyüleniyorsunuz, özellikle de insan beyninin ne kadar hayret verici bir şey olduğunun farkındaysanız. Gözle göremeseniz de bu doku yığını içinde yaklaşık 170 milyar hücre bulunmaktadır.[1] Farklı türde hücreler vardır; ama bizim açımızdan sinir hücreleri, diğer deyişle nöronlar, gerçekten zekice işler yapan beyin devrelerinin temel yapı taşlarıdır. Tüm zihinsel yaşamımızı oluşturan mikro devre birimi nöronlardan yaklaşık 86-100 milyar adet vardır. Nöronlar başlıca üç tiptedir. Duyusal nöronlar, duyularımız aracılığıyla çevreden topladığımız bilgiye yanıt verirler. Motor nöronlar, hareketlerimizi denetleyen bilgiyi çıktı olarak iletir. Çoğunluğu oluşturan üçüncü tip nöronlar ise, beynin girdi ve çıktısını tüm zekice işlerin meydana geldiği bir iç ağda bağlayan ara nöronlardır. Bilgiyi kaydeden ve yüksek düşünce süreçleri olarak kabul ettiğimiz tüm işlemleri yerine getiren bu iç ağdır. Nöronlar tek başlarına ele alındığında zeki değildir. Aktif değilken, arka plan radyasyonunu ölçen Geiger sayaçları* gibi, bazen kısa süreli bir elektrik akımını serbest bırakmakla birlikte çoğunlukla boşta dururlar. Diğer nöronlardan gelen muhtelif aktivite uyarılarına maruz kaldıklarında tıpkı bir makineli tüfek gibi diğer nöronlara peş peşe uyarılar göndererek yoğun bir aktivite durumuna geçerler. Bu birbiriyle ilişkili pasiflik ve yoğun aktiflik durumları, nasıl oluyor da beynin işlem gücüne ve insan zihninin karmaşıklığına yol açıyor?

Yanıt: Birbirine bağlı yeterli sayıda nöron bu şaşırtıcı karmaşıklığı üretebilir. Bir karınca kolonisinin askeri birliği ya da şaşırtıcı toprak öbeklerindeki binlerce termit gibi iletişim içindeki yeterli sayıda basit unsur bu karmaşıklığı ortaya çıkara-

1. F. A. C. Azevedo, L. R. B. Carvalho, L. T. Grinberg, J. M. Farfel, E. E. L. Ferretti, R. E. P. Leite, W. Jacob Filho, R. Lent ve S. Herculano-Houzel, "Equal numbers of neuronal and non-neuronal cells make the human brain an isometrically scaled-up primate brain", *Journal of Comperative Neurology*, 513, 2009, s. 532-41. Bu insanın sinirsel mimarisine dair son analizdir. Analize göre seksen beş milyar sinirsel olmayan ve seksen altı milyar sinirsel hücrenin varolduğunu hesapladılar.

* İyonlaştırıcı radyasyonu ölçen bir çeşit parçacık dedektörü. (y.h.n.)

bilir. Bu, 1948 yılında ABD'de Bell Laboratuvarları'nda, büyük miktarlardaki veriyi telefon üzerinden iletme sorunu üzerinde çalışan matematikçi Claude Shannon[2] tarafından keşfedilmiştir. Shannon, karmaşıklık düzeyi ne olursa olsun herhangi bir modelin, bir şebeke üzerinde dağıtılmış açık ve kapalı durumlar dizisine bölünebileceğini kanıtlamıştır. Shannon'ın "bilgi kuramı" artık bilindiği üzere, yaşamdan uzak kuramsal bir düşünce değildi, tersine iletişim endüstrisinde çığır açan ve bilgisayar çağını doğuran pratik bir uygulamaydı. Açık veya kapalı durumda olabilen çok büyük sayılarda basit devrelerin birbirine bağlanmasıyla, bir *iPod*'dan Uluslararası Uzay İstasyonu'na dek her şeyi kontrol eden sayısal sistemlerin iletişim platformu olan ikili bir kod[3] üretilebileceğini göstermiştir. Bu ikili kod modern bilgisayar dillerinin temelidir. Bu ilke, sinir sistemi olan tüm canlı organizmalar için geçerlidir.

Nöronlar bağlantı lifleri üzerinden birbirlerine elektrokimyasal sinyaller göndererek iletişim kurar. Tipik bir nöronun komşu nöronlarla bağlantı kuran çok sayıda lifi ve çok daha uzaktaki nöron gruplarıyla bağlantı kuran akson adlı uzun mesafe lifleri vardır. Bu, düzenli olarak birebir görüştüğünüz bir arkadaş grubunun yanı sıra yurtdışında yaşayan arkadaşlarınızla da iyi ilişkiler içinde olmanıza benzetilebilir. Nöronlar, beynin dış yüzeyinde 3-4 mm kalınlığındaki korteks adlı (Latince kabuk sözcüğünden türetilmiştir) katmanda bulunmaktadır. Korteks oldukça ilginçtir çünkü bizi insan yapan yüksek işlevlerin çoğu bu ince kas dilimi içinde olup bitene dayanıyor gibi görünüyor. Beyne, birçok yarığıyla birlikte dev bir ceviz görünümü veren de kortekstir.[4] İnsan beyni, bir farenin bey-

2. C. E. Shannon, "A mathematical theory of communication", *Bell System Technical Journal*, 27, 1948, s. 379-423 ve s. 623-656.

3. İkili kod ilk olarak 17. yüzyılda Alman matematikçi ve filozof Gottfried Wilhelm Leibniz tarafından uygulamaya konmuştur. İkili kod kullanıma oldukça uygundur çünkü elektriksel sistemlere ideal biçimde uyan, yalnızca iki, "açık" ve "kapalı", durumda çalışır.

4. E. Ruppin, E. L. Schwartz ve Y. Yeshurun, "Examining the volume-efficiency of the cortical architecture in a multi-processor network model", *Biological Cybernetics*, 70:1, 1993, s. 89-94.

ninden üç bin kat daha büyüktür ama katlanmış yapısından dolayı yalnızca üç kat daha kalındır.[5] Bir süngeri daha küçük bir şişeye sığdırmaya çalıştığınızı düşünün. Şişeye sığana dek süngeri ezmek zorunda kalırdınız. İnsan beynine olan da budur. Beynin katlanmış yapısı, insan kafalarının korteksin sığabileceği bir plaj topu kadar büyümesine gerek kalmadan, ortalama boyuttaki bir kafatasına olabildiğince fazla beyin yerleştirmek için doğanın geliştirdiği mühendisçe bir çözümdür. Doğum yapmakta olan bir kadına sorarsanız, bırakın daha büyüğünü, normal büyüklükte başı olan bir bebeği doğurmanın bile yeterince zor olduğunu söyleyecektir.

Her nöron, bazı garip uzaylı tasvirlerindeki dokunaçlar gibi diğer binlerce nörona aynı anda bağlıdır. Bir nöronun aktif olup olmadığını belirleyen şey gelen bilginin toplam aktivitesidir. Bu toplam belirli bir eşik değere ulaştığında, nöron, bağlantıları boyunca zincirleme bir tepkimeyi tetikleyecek küçük bir elektrokimyasal sinyal iletir. Aslında, her nöron bir mikroişlemci gibidir çünkü bağlı olduğu diğer nöronların toplam aktivitesini hesaplar. Bu biraz komşular arasında dedikodu yaymaya benzer. Bazı komşu nöronlarınız uyarıcıdır ve iyi arkadaşlar gibi, dedikodunun yayılmasına yardım etmek ister. Diğerleri kısıtlayıcıdır ve çenenizi kapalı tutmanızı söyler. Nöron kendisine komşu ya da uzaktaki arkadaşlarıyla yaptığı her konuşmada, dedikoduyu yayması ya da sessiz kalması gerektiği bilgisini hatırlar böylece aynı dedikodu gündeme geldiğinde gittikçe daha büyük bir kesinlikle davranır. Nöronlar ne kadar çok birlikte tetiklenirse aralarındaki bağlantılar o kadar güçlenir. Bu mekanizmayı keşfeden nörofizyolojist Donald Hebb'in deyişiyle eşzamanlı nöronlar "birlikte tetiklenir, birlikte bağlanır".

Elektriksel aktivitenin yayılan desenleri zihinsel yaşamın dilidir. Onlar düşüncelerimizdir. Dış çevreden tetiklenmeleri veya zihinsel dünyamızın derinliklerinden yüzeye çıkmaları

5. M. Abeles, *Corticonics: Neural Circuits of the Cerebral Cortex*, Cambridge University Press, Cambridge, 1991.

fark etmeksizin, tüm düşünceler zihnimiz olan matristeki aktivasyon desenleridir. Müzik dinlemek gibi dış dünyadaki bazı olaylar duyularımızı uyarır. Bu uyarım, bir sinirsel uyarı desenine iletilir. Bu desenler ise beynin ilgili işleme alanına yollanır ve sırayla beynin tümünde kademeli aktivasyon deseni üretir. Bir müziği hatırlama örneğindeki gibi içsel bir zihinsel etkinlik söz konusu olduğunda ise sinirsel aktivite desenleri, anıları ve belirli bir deneyimle ilişkili düşünce süreçlerini yeniden canlandırarak benzer biçimde beynin ilgili merkezlerini adımlar.

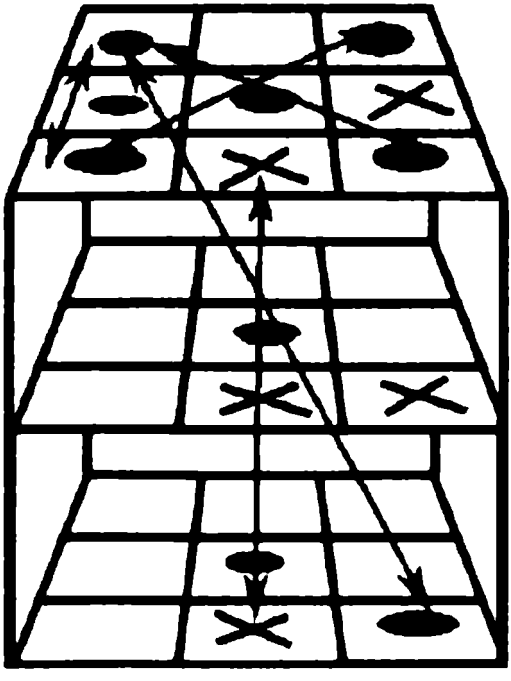
Bunun nedeni beynin dağıtılmış desenlerle çalışmasıdır. Sinirsel desenleri, o harika gösterilerde biri devrildiğinde zincirleme bir tepkimeyi tetikleyen domino desenleri olarak hayal edin. Tek fark bu dominolar bir sonraki gösteriyi beklemek üzere yeniden doğrulabilirler. Bazı dominolar kolaylıkla devrilirken, bazılarının aktive olması ve yayılmayı başlatması için değişik kaynaklar tarafından sürekli uyarılmaları gerekir.

Şimdi de tek bir domino deseni yerine aynı onaylayıcı ve engelleyici nöronları paylaşan iç içe geçmiş trilyonlarca desen hayal edin. Bir sinirsel aktivasyonun izlediği yolu etkileyen belirli nöron kümeleri arasındaki bağlantısızlıktan dolayı tüm dominolar devrilmez. Her nöronun birden fazla aktivite desenine katılabilmesi beynin mimarisinin paralel olduğu anlamına gelir. Bu gerçekten önemli bir noktadır çünkü beynin nasıl bu kadar güçlü olduğuna dair çok kritik bir ipucu verir. Beyin aynı anda aynı nöronları kullanarak birçok görevi yerine getirebilir. Sanki üç boyutlu bir üç taş oyunu*. Daireyi ve çarpı işaretini bir nöronun aktif ya da pasif durumu gibi düşünün. Bunlar sinirsel aktivasyon zinciri için eğretileme olarak kullanacağımız bir çizgiyi başlatabilir ya da sonlandırabilir.

Bu zincirler birçok yönde yayılabilir. En aşağı katmanın alt köşesine bir çarpı koyarsanız aynı anda orta ve üst katmandaki desenler de aktive olur. Şekli tek bir katman olarak düşünürseniz büyük ihtimalle oyunu kaybedersiniz. Oyunu iyi

* İki kişiyle oynanan, 9 hanelik bir alanda "X" ve "O" sembollerinden yatay, dikey ya da çapraz sırada üçlüler oluşturma amacı güdülen bir oyundur. (ç.n.)

oynamak için aynı anda tüm düzeylerdeki paralel aktivasyonu göz önünde bulundurmalısınız. Aynı şekilde, nöronların aktivasyonu bağlantılı olduğu desen gruplarında da paralel bir aktivasyona yol açar. Neyse ki böyle, aksi halde yan yana iki nöron arasındaki gerçek zamanlı ileti hızı, çok sayıda işi aynı anda yapabilen beynimizin bilinen hızı için çok yavaş kalacaktı. Beynin görevleri tamamlamadaki yüksek verim ve hızının en iyi açıklaması, sinirsel ağların bu paralel organizasyonudur.[6] Beyinimiz gerçekten de tek bir donanımla çok iş çıkartmaktadır.



Şekil 2: Paralel işleme, üç boyutlu üç taş oyunu gibi çalışır.

6. M. A. Arbib, *The Handbook of Brain Theory and Neural Networks*, MIT Press, Cambridge, 2002.

Deneyimlerin, böylesi bir yapılanmayla, hayat boyu farklı dominoları devirerek farklı aktivasyon desenleri yaratan çok sayıda parmak gibi işlediğini düşünebiliriz. Bu yolla, yaşamımız boyunca başımıza gelen her türden şey, karmaşık sinirsel devrelerimizde dağıtılmış paralel desenler olarak saklanabilir. Her biri komşusuyla on bin bağlantı kurabilen milyarlarca nörondan oluşan bu yapı, neredeyse sonsuz sayıda bağlantı deseni yaratma potansiyeline sahiptir. Matematiksel olarak beynin bağ kurabilme yeteneği akıl almazdır. Örneğin, birbirine bağlı yalnızca beş yüz nöron ele alalım: Her biri açık ya da kapalı durumda olabileceği için farklı desenlerin sayısı 2^{500}'dür. Bu sayı, gözlemlenebilir evrendeki yaklaşık atom sayısını aşmaktadır.[7] Milyarlarca nöron olduğunu göz önüne alırsak, beynin neden insanoğlu için bilinen, daha doğrusu *bilinmeyen*, en karmaşık yapı olarak görüldüğü anlaşılabilir.

İşte, beyin temelde böyle çalışır. Tıpkı Keanu Reeves'in canlandırdığı Neo gibi gerçeklikle doğrudan bir bağlantınız yoktur. Deneyimlediğiniz her şey, zihinsel yaşamınızı şekillendiren sinirsel aktivite desenleri olarak işlenir. Kendi *Matrix*'lerinizde yaşıyorsunuz. Ameliyat sırasında bilinci açık hastalarının kortekslerini doğrudan uyardığında, nasıl rüya benzeri geriye dönüşlere neden olduğunu anlatan ünlü Kanadalı beyin cerrahı Wilder Penfield bunu en çarpıcı biçimde kanıtlamıştır. Penfield şöyle yazmıştır: "Bunlar bilincin ardışık kayıtlarına ait elektriksel aktivasyonlardı, hastanın geçmişteki deneyimi esnasında kaydedilmiş olan kayıtlardı."[8] Bunu, kız kardeşini ameliyat ettiğinde bile denedi ve korteksin doğrudan uyarımının motor hareketleri, duygu ve düşünceleri tetiklediğini gösterdi. İşlediğimiz tüm bilgiyi kodlayan bu bağlantı desenleri, kaydettiğimiz anılar ve işe yaramasını umduğumuz planlardan başka bir şey değil. Sevgi, nefret, Fransa'nın başkenti, son Dünya Kupası'nı kazanan futbol takımı, bir çadırın nasıl

7. Gözlemlenebilir evrendeki atom sayısı 10^{81} olarak hesaplanır. Bu çarpıcı matematiksel karşılaştırmayı sunduğu için Dan Wolpert'e minnettarım.
8. W. Penfield, *The Mystery of the Mind*, Princeton University Press, Princeton, 1975.

kurulacağı, ona bölünme kuralı, çikolatanın tadı ve portakalın kokusu –sahip olduğunuz veya planladığınız her his, bilgi parçası– nöronların ard arda aktivasyonu sayesinde mümkündür. Olduğumuz, yapabileceğimiz veya yapacağımız her şey bundan ibarettir. Aksi halde beyinde hayaletlerin olması gerekirdi ki şimdiye dek böyle bir şey bulunamadı.

GELİŞEN BEYİN NASIL ORGANİZE OLUR?

Şüphesiz, insan beyni iç içe devrelerin kaotik karışımından daha organizedir. Birçok alan beynin üstlendiği işlevler veya değişik görevlerle eşleşmiştir. Duyulardan gelen bilgiyi işleyen beyin bölgeleri vardır. Hareketleri planlayan, başlatan ve denetleyen beyin bölgeleri vardır. Kişisel anıların saklandığı beyin bölgeleri vardır. Hesaplamalar yapan beyin bölgeleri vardır. Heyecan, saldırganlık, zevk ve bizi sabahları yataktan kaldırıp harekete geçiren mekanizmanın tetikleme ünitesi olan uyarılma merkezleri vardır.

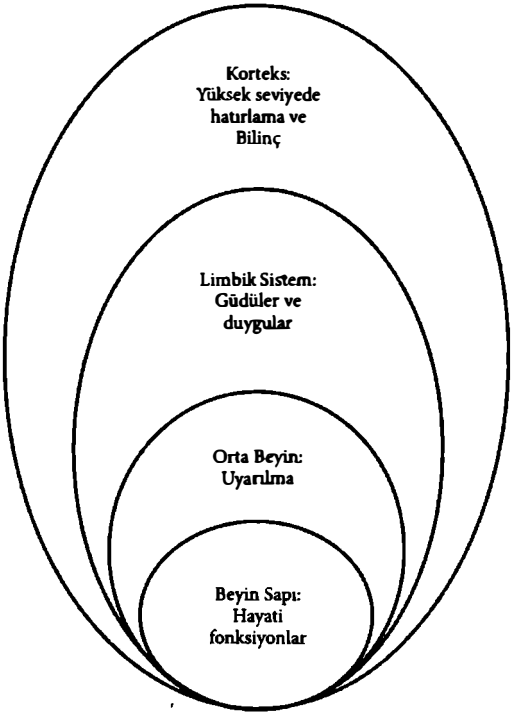
Beynin yapısal ve işlevsel olarak nasıl organize olduğunu kavramanın yollarından biri onu bir soğan gibi düşünmektir. Soğanın çekirdeği, bizi hayatta tutan nefes alma ve kan dolaşımı gibi temel bedensel işlevleri düzenleyen beyin sapıdır. Beyin sapının üstü, uyanıklık ve iştah gibi aktivite düzeylerini denetleyen orta beyin bölgesidir. Orta beyin ayrıca temel motor ve duyusal işlemleri denetler. Orta beynin üstü ise saldırganlık ve cinsellik gibi duygu ve güdüleri denetleyen bir ağ olan limbik sistemdir. Bu bölge "sürüngen beyin" diye de adlandırılır çünkü kertenkele ve yılanlarla paylaştığımız türden işlevleri denetler.[9] Bu işlevler, diz kapağı refleksi* gibi bir rakip ya da potansiyel bir eş görür görmez tetiklenir. Türümüzün tarihinin derinlerinde, böyle otomatik biçimde davrandık ama sonunda bu sürüngen güdüleri denetlememizi sağlayan yüksek beyin mekanizması düzeylerine evrildik. Her şeyin tepesinde

9. P. MacLean, *The Triune Brain in Evolution: Role of Paleocerebral Functions*, Plenum, New York, 1990.

* Diz kapağı kirişine vurulduğunda, alt bacağın tekme atar gibi istemdışı hızla öne doğru fırlaması. (ç.n.)

ise, beyin yüzeyindeki o ince katman, dünyayı yorumlama, bilgi üretme ve eylemler planlama gibi yüksek düzey işlemleri destekleyen nöronlarla dolu korteks vardır. Son yılların en şaşırtıcı keşiflerinden biri, nöronların çoğunlukla bulundukları yerin korteks olmadığıdır. Çoğu nöron, hareketleri denetleyen ve beyincik diye bilinen, beynin alt arka kısmındaki özel bir bölgede yoğun olarak bulunur.[10] Nöronların yalnızca beşte biri, genellikle üst düzey düşünmeyle ilişkilendirdiğimiz korteksin diğer alanlarında bulunur. Bu, düşünce ile karmaşık zihinsel işlemlerin daha fazla işlemciden yararlanması gerektiğini varsayanlar için şaşırtıcıdır. Bununla birlikte güç, nöron sayısıyla değil bağlantı sayısıyla ilgilidir. Yaşamda başarıyla ilgili pek çok konuda olduğu gibi, bir şeyin ne kadarına sahip olduğunuz önemli değildir, o şeyle ne yaptığınız ve kimleri tanıdığınız önemlidir. Korteks daha az nörona sahip olsa da daha uzun ve yaygın lifleriyle çeşitli ve alabildiğine yayılmış bir topluluk meydana getiren çok daha fazla bağlantıya sahiptir. İnsan korteksinin gücünün sırrı budur: iletişim. Beyin, çeşitli alanlardan gelen bilgiyi bütünleştirerek zengin ve çok boyutlu deneyimler üretebilir. Bir şekilde bu zenginlik bilinçli benliğimizi oluşturmaktadır. Korteksin etkinliği olmadan, bilincimizi ve benliğimizi kaybederiz.

10. Azevedo vd, 2009.



Şekil 3: Beyin sistemlerinin yapısal ve işlevsel hiyerarşisini gösteren bir çizim.

Bu çok katmanlı model, beynin başlıca organizasyonel tasarımlarından birini açıklamakla kalmaz, aynı zamanda alt sistemlerin, erişkinlikte de gelişmeye devam eden üst sistemlere göre daha çok olgunlaşması ve daha işlevsel hale gelmesiyle, evrim yoluyla beyinde gerçekleşen göreceli gelişimi de gözler önüne serer. Bebekler alt merkezlerle iş görerek doğarlar. Zamanla ve deneyimle, bu alt bölgeler, beynin eşgüdümlü çalışabilmesi için, yetki ve denetim sahibi üst bölgelerle gitgide daha fazla bağlantı kurar.

Ortaya çıkan bu eşgüdümü çocukluk boyunca görebilirsiniz. Aslında benim gibi pek çok bilim insanı, gelişimin ilk

evresindeki değişimi, yalnızca daha yüksek beyin merkezlerinin ortaya çıkması olarak değil aynı zamanda bu sistemler arasındaki bütünleşme ve bunların daha alt mekanizmalar üzerindeki denetimleri olarak yorumlar. Örneğin, göz hareketi kadar basit bir şey başlangıçta, korteksin altında yer alan ve doğumdan itibaren çalışan daha alt beyin sistemleri tarafından denetlenir.[11] Sorun şu ki bu alt sistemler oldukça aptaldır. Göz hareketlerini denetleyen bu sistemler, temelde doğrudan en karanlık ve en parlak nesnelere gözümüzü dikmek üzere gelişmiştir. Bu yüzden, yeni doğmuş bebekler parlak nesneleri hemen fark ederler ama uzağa bakmakta zorlanırlar. Örneğin 2 aylıktan daha küçük bebekler, görsel olarak çekici bir hedefe kilitlendiklerinde "göz takılması" (*sticky fixation*) denilen olguyu deneyimler.[12] Sorun, gözünüz etraftaki en belirgin şeye takılırsa, diğer her şeyi gözden kaçıracak olmanızda. Hatta çocuklardaki görme bozuklukları konusunda uzmanlaşmış bir birimde çalışırken, gözleri uzunca bir süre hareket etmediği için sağlıklı bebeklerinin kör olduğunu sanan genç annelerle sıkça karşılaşırdık. Bebekler, sabit gözlerle pencereye baktıklarından transta gibi görünürler. Anneleri ise, yeni doğmuş bebeklerinin neden doğrudan gözlerine bakmadığını bilmek isterdi.

Bu bebeklerin davranışları, yeni doğanlarda görülen pek çok sınırlama gibi beyinlerinin gelişmemişliğini yansıtır. İlk haftalarında bebekler çok az korteks denetimine sahiptir. Zamanla korteks mekanizmaları, yürütmeyi durduran bir veto sistemi gibi çalışan ve baskılama adı verilen bir işlem aracılığıyla, alt sistemler üzerinde gittikçe artan bir denetim uygulamaya başlar. Baskılama, alt sistemlere hükmedilmesine yardım eder ve daha fazla esneklik sağlar. Göz takılması olgusunda, korteks mekanizmaları bebeğin pencereden süzülen parlak

11. J. Atkinson, *The Developing Visual Brain*, Oxford University Press, Oxford, 2000.

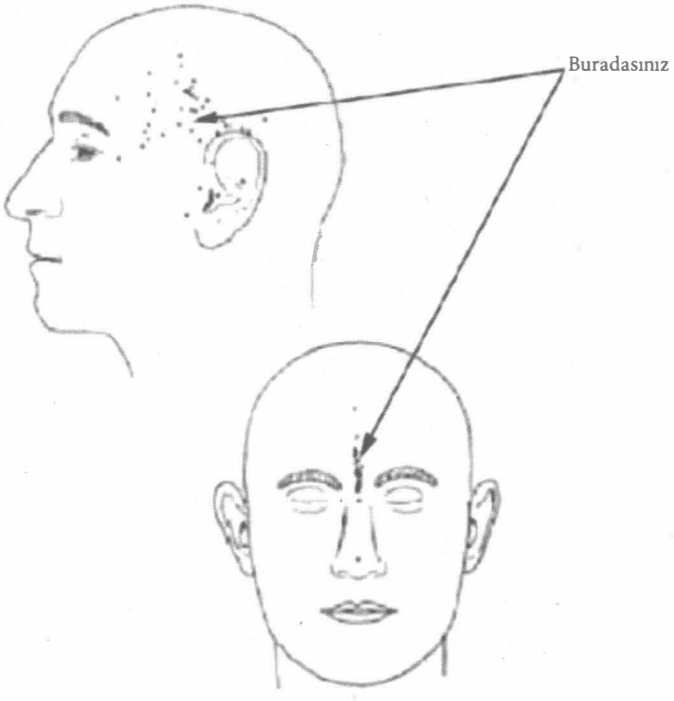
12. B. M. Hood, "Shifts of visual attention in the human infant: A neuroscientific approach", L. Lipsitt ve C. Rovee-Collier (Der.), *Advances in Infancy Research*, Cilt 9, Ablex, Norwood, 1995, s. 163-216.

ışık gibi kolayca görülebilir hedeflerden daha uzağa bakabilmesini ve gözlerini dünyadaki daha az belirgin şeylere dikebilmesini sağlar.

Görünüşe göre çoğu insani işlev baskılayıcı bir denetime gereksinim duymaktadır. İşte size oyuncaklara uzanabilecek kadar gelişmiş sekiz aylık bir bebekle oynamak için zalimce bir hile: Ona çekici, renkli, hoş bir oyuncak gösterin ama onu büyük, saydam bir plastik kutuya koyun. Başlarda oyuncağa erişmek için o küçük elleriyle kutunun saydam yüzeyine vuracaktır. Saydam plastiğe vurmakla kalacak ama yine de oyuncağa doğrudan erişmeye çalışmaktan vazgeçmeyecektir.[13] Oyuncağı görüyor olmak öyle zorlayıcıdır ki ona uzanma isteğini baskılayamaz. Aslında düşünce ve davranışlarımızı baskılamak, hayat boyu benliğimizin gelişimine katkıda bulunan başlıca değişikliklerden biridir. Bu düzenleyici sistemler başarısız olursa benliğimizin bütünleşmesi sekteye uğrar.

Beynimiz bedenin denetimi için yarışan, pek çok alt bölümden oluşan karmaşık bir makineye benzer –tıpkı üretimi denetleyen bir yöneticinin kontrolündeki karmaşık bir fabrika gibi. Benlik olarak deneyimlediğimiz her şey, genel merkezimizdeki bu yöneticidir. Biraz iç gözlem yapıp zihinsel durumunuza odaklanırsanız kendi yöneticinizi bulabilirsiniz. Bunu bir deneyin. Sakin bir yer bulun ve gözlerinizi kapatın. Tüm dikkatinizi benliğinize verin. Benliğinizin bulunduğu yeri saptamaya çalışın. İki işaret parmağınızla başınızın her iki tarafında, benliğinizin bulunduğunu düşündüğünüz noktaya denk gelen yerleri işaretleyin. Parmaklarınızdan birini kafanızın içinde tam şu anı deneyimlediğiniz noktaya, diğerini bilincinizin olduğu yeri gösteren bir üçgen oluşturabilmek için, başınızın ön tarafında, aynı noktaya denk gelen yere götürün. Şimdi kafanızın içinde benliğinizin bulunduğu noktayı tam olarak işaretlemek için bu üç dış nokta arasında hayali çizgiler çizin.

13. A. Diamond, "Neuropsychological insights into the meaning of object concept development", S. Carey ve R. Gelman (Der.), *The Epigenesis of Mind: Essays on Biology and Cognition*, MIT Press, Cambridge, 1991, s. 433-472.



Şekil 4: İnsanların genel olarak benliklerinin bulunduklarını hissettiği yerlerin gösterimi. (Ferrari'nin 2008 yılındaki çalışmasına dayanır. Kullanma izni alınmıştır.)

"Sıfır nokta"nızı, kafanızın içindeki "siz"i tam olarak konumlandırmış oldunuz. Şekil 4, insanların sıfır noktalarını konumlandırdıkları yerleri haritalandırmak için yapılmış bir çalışmadan alınmıştır.[14] Bu şekil içsel durumumuza odaklandığımızda, çoğumuz için benliğin kafamızın içinde, gözlerimizin arkasında bir yerde olduğunu ortaya koyuyor. Bu yerin, bir düşüncenin canlı anlatımını dinlediğimiz, dünyanın bize sunduğu duyguları deneyimlediğimiz, iş yapan kollarımızı ve bedenimizin devinimlerini denetlediğimiz yer olduğuna inanırız.

14. E. Bertossa, M. Besa, R. Ferrari ve F. Ferri, "Point zero: A phenomenological inquiry into the seat of consciousness", *Perceptual and Motor Skills*, 107, 2008, s. 323-335.

Bu sakin halinizde bedeninizi deneyimlemek için bir dakika daha ayırın. Yoğunlaşabilirseniz bedeninizin içsel çalışmasını hissedebilirsiniz. Bu satırları okurken aşağı ve yukarıya doğru salınan dilinizin ince hareketlerini hissedebiliyor musunuz? Mademki dikkatinizi çekti, oturduğunuz koltuğun belinize uyguladığı basıncı hissedebiliyor musunuz? Bedenlerimizle iletişim halinde olabiliriz ama bedenlerimizden daha fazlasıyız. Tıpkı karmaşık makineleri kullanan yetenekli operatörler gibi bedenimizi idare ederiz.

İçsel benlik, "homunkulüs"* olarak da adlandırılır ve bu küçük arkadaş tam bir baş belasıdır. Homunkulüs bir sorundur çünkü benliğin konumu hakkında hiçbir fikriniz yoktur. Aslında homunkulüsün üzerinde düşünmek benliğin varlığının neden bir sorun olduğunu gözler önüne serer. Kafanızın içinde tek bir bireyin olamamasının nedeni çok basittir: Böyle olsaydı homunkulüs de kendi içinde bir başka içsel benliğe gereksinim duyardı. Kafanızın içindeki benliğinizin kafasının içinde başka bir "küçük ben"in varlığı gerekirdi. Ama kafanızın içindeki "küçük ben" bir homunkulüs ise, bu "küçük ben"in kafasının içindeki kim ve onun da kafasının içindeki kim... Bu bir kısır döngü olurdu. Biri diğerinin içinden çıkan Rus matruşka bebeklerinin sonsuz serisi gibi homunkulüs, benliğin zihnin neresinde olduğu sorusunu yeniden gündeme getirir. Bu, filozof Dan Dennett'in, her bireyin bedenine yerleşmiş bir zihne sahip olduğunu düşünen ünlü Fransız filozof Rene Descartes'a gönderme yaparak "Kartezyen Tiyatro"nun yanılsaması dediği şeydir. Dennet, bunu, sahnelenen bir oyun gibi deneyimler dünyasını izleyen kafamızın içindeki bir seyirci gibi tanımlamıştır. Peki, Kartezyen Tiyatro'da sahnelenen bu oyunu izleyen seyircinin kafasındaki kişi kimdir? İçsel bir benliği öne sürmek benliğimizin nerede olduğuna dair soruyu çözmemize yardımcı olmaz.

Kafalarımızın içinde insanların başarabildiği her türden görev ve işlevi yerine getiren bir sürü küçük otonom işçi barındıran bir fabrikaya mı benziyoruz? Pek çok alt bölümümüz ba-

* Minyatür insan. (ç.n.)

ğımsız olarak iş gördüğü için bir dereceye kadar öyleyiz. Ancak tıpkı bir baş yöneticinin olmadığı gibi homunkulüse ait bir işçi ordusu yoktur. Tersine zihinlerimiz, sıklıkla birbiriyle çelişen ve çoğunlukla bilinçaltımızda ortaya çıkan çeşitli işlem ve kararlar yığınıdır. İşte bu yüzden beyinlerimizin karmaşıklığını açıklamakta yetersiz kalan içsel bireyler fikrini terk etmeli ve en sonunda içsel benlik kavramından tamamen kurtulmalıyız.

ZİHİN MAKİNESİNİ HARİTALANDIRMAK

Beyin çeşitli işlemleri yerine getiren alt bölümler şeklinde organize olmuşsa bu organizasyon nereden gelmektedir? Domino desenlerinin kurucusu kimdir? Bu soru sinir-bilimdeki önemli tartışma konularından biridir. Genlerimiz sayesinde ne dereceye kadar önceden yapılandırılmışız ya da bu yapılandırma ne dereceye kadar dünyayla olan etkileşimimize dayanır? Şu eski "genetik mi çevresel faktörler mi" sorusudur bu ama yalnızca biyolojik düzeyde. İnsan varoluşunun hangi yönünü ele aldığınıza bağlı olarak değişir ama en basit özellikler bile biyoloji ile deneyimin birleşimi gibi görünmektedir.

Uygun temel sinir desenleriyle birlikte doğduğumuz yeterince açıktır. Tam, yetişkin potansiyellerine henüz ulaşmış olmasalar da pek çok duyu ve motor alanı doğuştan itibaren oldukça belirgindir.[15] Ama bebekler çevrelerindeki duyumları emen birer süngerdeğildir yalnızca, onlar aynı zamanda dünya üzerinde etkide bulunurlar. Örneğin her yeni doğan insan gelişimde yaşamsal rol oynayan ve refleksler olarak bilinen davranışlar repertuvarıyla donatılmıştır. Yeni doğmuş bir bebeğin yanağının hafifçe okşanmasıyla bebeğin başını çevirmesi ve lezzetli bir meme ucu beklentisi içinde dudaklarını buruşturması örneğindeki aranma refleksini düşünün. Meme ya da benzeri bir şey bebeğin dudaklarına değerse emme refleksi tetiklenir. Bu durumda bebeğin yemek istediğini düşünebilir-

15. P. Rakic, "Intrinsic and extrinsic determinants of neo-cortical parcellation: A radial unit model", M. H. Johnson, Y. Munakata ve R. Gilmore (Der.), *Brain Development and Cognition: A Reader*, Blackwell, Oxford, 2002, 2. baskı, s. 57-82.

siniz ama gerçek şu ki bunlar herhangi bir şey belirtmeyen, tamamen istemsiz ve otomatik davranışlardır. Aslında bu davranışları yerine getirmek için çok gelişmiş bir beyne ihtiyacınız yoktur. Anensefalik* bebekler kortekssiz doğmalarına rağmen emme refleksi gösterirler çünkü bu türden davranışlar korteksin altında yer alan ilkel sinir devreleri tarafından denetlenir. Ama anensefalik bebekler insan olmayı asla deneyimleyemezler. Öğrenemezler, sıkılamazlar.[16] Yalnızca etkilenirler. Asla bir benlik duygusu geliştiremezler. Çoğu birkaç gün içinde ölür.

Hasarlı beyinlerle doğan bebeklerin aksine, sağlıklı bir bebek çevresi hakkında bilgi edinmek için tasarlanmış bir beyinle donatılmıştır. Bu öğrenme süreci çok erken başlar. Artık biliyoruz ki anne karnındaki bebek annesinin ses tonunu öğrenebiliyor, onun yedikleriyle ilgili tercih geliştirebiliyor hatta beklenen o büyük güne kadar annesinin izlediği pembe dizilerin tema müziklerini bile hatırlayabiliyor.[17] Tüm bunlar beynin doğumdan önce işlediğini ve dış dünyayı temsil eden bağlantı desenlerini kaydettiğini kanıtlamaktadır. Doğanın ve çevrenin etki oranlarını belirlemenin her zaman zor ve tartışmalı olmasının nedenlerinden biri budur. Ölçmeye nereden başlamalı? Gebelikten mi, doğumdan mı?

Sinir-bilimciler, yetişkin beyin yapısının ne kadarının bebeklikte halihazırda belirgin olduğunu tartışırlar lakin beynin mimari şablonunun çoğu miras aldığımız genetik kodlara aktarılmış olsa bile orijinal plan üzerinde düzeltme ve ekleme yapmak için yine de hatırı sayılır derecede bir alan mevcuttur. Çevre, zihinlerimizi üreten sinirsel bağlantı matrisini bu alanda şekillendirir.

---

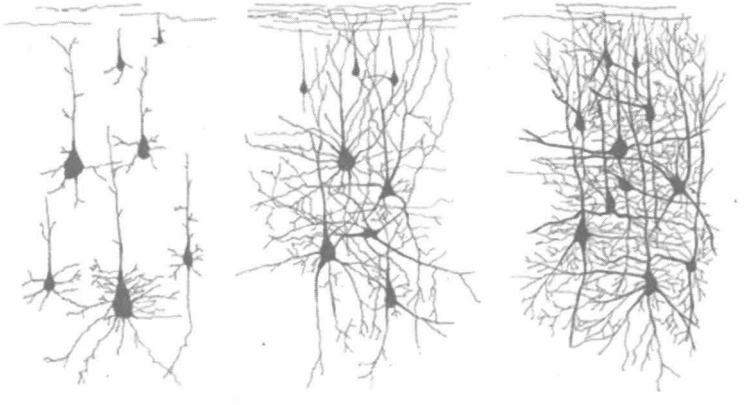
* Orta beyin, ön beyin ve korteksin gebelik sırasında gelişmeme durumu. (y.h.n.)

16. Y. Brackbill, "The role of the cortex in orienting: Orienting reflex in an anencephalic human infant", *Developmental Psychology*, 5, 1971, s. 195-201.

17. A. J. DeCasper ve M. J. Spence, "Prenatal maternal speech influences newborns perception of speech sounds", *Infant Behavior and Development*, 9, 1986, s. 133-150; J. A. Mennella, C. P. Jagnow ve G. K. Beauchamp, "Prenatal and postnatal flavor learning by human infants", *Pediatrics*, 107:6, 2001, E88; P. G. Hepper, "An examination of fetal learning before and after birth", *Irish Journal of Psychology*, 12:2, 1991, s. 95-107.

PLASTİK BEYİNLER

Bir keresinde "Kendi Beynini Büyüt" tanıtım yazılı bir oyuncak almıştım. Suya konduğunda genişleyen, sıkıştırılmış ince plastikten yapılma sünger bir beyindi. Eğlenceliydi ama pek öğretici bir alet değildi. Bebekler büyüdükçe beyinlerinin de geliştiği doğru ama bu kadar basit bir biçimde şişmezler. Yeni doğmuş bir bebeğin beyni yaklaşık olarak yetişkin beyninin dörtte biri ağırlığındadır ancak bir yıl içinde bu farkın yarısı kapanır. Bu artışın nöron sayısındaki artıştan kaynaklanmaması sizi şaşırtabilir. Aslında yeni doğmuş bebekler yaşamları boyunca onlarla kalacak nöronların neredeyse tamamına sahiptir. Ağırlık büyük oranda nöronlar arasındaki bağlantıların hızlı biçimde çoğalmasıyla artar.[18]



Şekil 5: Gelişme döneminde nöronların gittikçe artan bağlantılarını gösteren çizim.

Yeni doğmuş bir bebeğin korteksinin on beş aylık gelişimini gösteren Şekil 5'ten anlayacağınız üzere bebeklik çağında insan beyninin bağlantı sayısında büyük bir patlama olur.[19]

18. M. H. Johnson, *Developmental Cognitive Neuroscience*, Wiley-Blackwell, Oxford, 2011.

19. J. L. Conel, *The Postnatal Development of the Human Cerebral Cortex*, Harvard University Press, Cambridge, Cilt I-VIII, 1939-1967.

Örneğin yavru bir farenin beyni, gelişiminin zirvesinde saniyede iki yüz elli bin sinirsel bağlantı üretir. Dakikada on beş milyon bağlantı demektir bu. İnsanlarda bu sürecin hangi hızda işlediğini bilmesek de en azından çok daha hızlı olduğunu biliyoruz.

Bu yapısal değişimler, biyolojik süreçlerin çevreyle uyum sağlama amacıyla beyni şekillendirmek için dünyayla etkileşim içinde olduğunu gösterir. Bu şekillendirme işlemini iki tamamlayıcı süreç gerçekleştirir.[20] Birinci olarak genetik komutlar nöronlara gittikçe daha fazla bağlantı oluşturmasını emreder. Bu, başlarda nöronlar arasındaki bağlantıların aşırı üretimine neden olur. Şekil 5'in bahçenizdeki otların toprak altındaki kök yapısına benzemesinin nedeni budur. İkinci süreç ise aşırı üretim krizini takip eden, nöronlar arasındaki bağlantıların kaybolduğu sadeleşme sürecidir.[21] Yaklaşık olarak her on bağlantıdan dördü koparılır. İşlemin en hızlı anlarında saniyede yaklaşık yüz bin bağlantı kaybolur. Bağlantıların yok edilmesi oldukça ilginç ve başlangıçta şaşırtıcıdır. Doğa neden tüm gayretini daha sonra neredeyse aynı hızla yıkacağı nöronlar arası köprüler oluşturmak için harcar ki?

Görünüşe bakılırsa bağlantıların aşırı üretimi ve ardından koparılması, beyni çevresine göre şekillendirmek için uygulanan şeytani bir plan olabilir. Çok sayıda bağlantı, beynin olası her deneyime karşılık gelecek potansiyel aktivasyon desenleriyle boydan boya döşenmesi anlamına gelir. Fakat unutmayın nöronlar birlikte tetiklenir birlikte bağlanır. Nöronlar birlikte aktive olmadığında, doğa pasif durumdaki nöronlar arasındaki bağlantıyı budar. Yayılan komşuluk metaforumuza geri dönersek, "Aramalarıma yanıt vermezsen, ben de seni bir daha

20. W. T. Greenough ve J. E. Black, "Induction of brain structures by experience: Substrates for cognitive development", M. Gunnar ve C. Nelson (Der.), *Minnesota Symposium on Child Psychology: Developmental Behavioral Neuroscience*, Erlbaum, Hillsdale, 1992, Cilt 24, s. 155-200.

21. P. R. Huttenlocher, C. de Courten, L. G. Garey ve H. Van der Loos, "Synaptogenesis in human visual cortex. Evidence for synapse elimination during normal development", *Neuroscience Letters*, 33, 1982, s. 247-252.

arayarak rahatsız etmeyeceğim." Tıpkı *Facebook* ya da *Twitter* gibi sosyal ağlarda takip etmediğiniz tanıdıklarınızın da sizi takip etmemesi gibi.

Karşılıklı iletişim, deneyimin beynin kendi mimarisini değiştirmesine olanak sağlar. Bunu, erken dönem çevresel koşulların beynin bağlantılarını etkilediğinin görüldüğü hayvan araştırmaları sayesinde biliyoruz. Örneğin, görecek ya da yapacak hiçbir şeyinin olmadığı bir ortamda, izole bir biçimde büyütülen bir farenin beyni, oynayabileceği diğer farelerin bulunduğu zengin bir ortamda büyütülen bir fareye oranla daha hafiftir ve daha az kortikal bağlantıya sahiptir. Nobel ödüllü David Hubel ve Torsten Wiesel, erken gelişim çağında görsel bir çevreden yoksun olarak büyüyen kedi ve maymunlarda görsel alandaki kortikal nöron aktivitesinin azaldığını bulmuşlardır. Dahası görsel yoksunluğun çeşidine göre değişen azalmalar gözlemlenmiştir. Örneğin, yanıp sönen ışıklı bir ortamda büyüyen hayvanlar nesneleri kısmen normal bir biçimde görebilir ama tıpkı 70'lerin kötü diskolarında ışıklar yanıp sönerken kesintisiz bir hareketi göremeyişiniz gibi, hareketleri düzgün göremezler. Beyninin görsel alanı hasara uğramış bir kadın, yaşlandıkça yaklaşan araçların hızlarını kestiremediği için caddede karşıdan karşıya geçmekte ne kadar zorlandığını belirtmişti. Bir bardak çay doldururken kesintisiz bir görüntü yerine bardağın boş, yarı dolu ve taşan anlık görüntülerinin bir dizisini görmekteydi.[22]

Bazen belirli desenleri görme yeteneği kaybolur. Düz çizgilerin olmadığı bir ortamda yetişen hayvanlar düz göremez hale gelir. Kısacası erken yoksunluk çalışmaları cezanın suça uygun olduğunu gösterir.[23] Erken gelişim döneminde bazı deneyimlerden yoksun kalırsanız, yaşamınızda daha sonra bunun uzun vadeli etkilerini görürsünüz. Bozuk görüş deneyimleriyle yetişen bir çocuk ambliyopi denilen kalıcı görme kaybını da ge-

22. J. Zihl, D. von Cramon ve N. Mai, "Selective disturbance of movement vision after bilateral brain damage", *Brain*, 106, 1963, s. 313-340.

23. D. H. Hubel, *Eye, Brain and Vision*, Scientific American Library Series, W. H. Freeman, New York, 1995.

liştirir. Ambliyopi gözlerle ilgili bir sorun değildir, görüntüleri üreten beyin alanlarıyla ilgilidir. Bu yüzden ambliyopilisi olan birinin ileride gözlük takmasının hiçbir yararı yoktur. Yine bu sebeple üç boyutlu bir filmi de tam olarak algılayamaz çünkü erken dönemde ihtiyaç duyduğu iyi girdilerden yoksun kaldığı için üç boyutlu görüş yeteneği körelmiştir. Beyindeki gelişen bağlantıların kalıcı olarak yok edilmemesi için sorunu ortaya çıktığı dönemde çözmek zorundasınız.[24] Bu da beyin gelişimiyle ilgili başka bir temel ilke üzerinde tartışmalara yol açar: hassas dönemler.

FIRSAT KAPILARI

Zamanlama her şeydir, golfte, sekste veya komedide. Bu, çevresel girdiler gerektiğinde, beyin gelişiminin pek çok temel yönü için de doğru görünüyor. Beyin deneyim aracılığıyla işlenebilmek için evrimleşmiştir ama bazı deneyimlerin belirli dönemlerde yaşanması gerekir. Yukarıda belirtildiği gibi yoksunluk yaşamın ilerleyen dönemlerinde kalıcı sorunlara yol açmaktadır; öyle görünüyor ki bu sonuçlar belirli zamanlarda kendini göstermektedir. Bağlantılar pasiflikten dolayı bir kez koptuğunda beynin ilgili bölümleri arasında iletişimi yeniden sağlamak gittikçe zorlaşır. Fırsat kapıları kapanmış olur.

Sürece kısıtlı beyin gelişiminin bu dönemleri "kritik evreler" olarak da adlandırılır çünkü fırsat kapısı kapandıktan sonra hiçbir tedavi kayıp işlevi geri kazandıramaz. Beynin kayda değer bir geri kazanma kapasitesi olduğu için aslında "hassas dönem" ifadesi daha doğru olabilir, bununla birlikte hassas dönemlerin insan yeteneklerinin yalnızca bazılarına uygulanabilir olduğunu belirtmekte yarar var. Doğal seçilim, beyni, belirli zamanlarda belirli deneyimleri beklemek üzere evrimleştirmiştir.[25] Doğa neden risk almamak için bu şekilde

24. J. Atkinson, *The Developing Visual Brain*, Oxford University Press, Oxford, 2002.

25. W. T. Greenough, J. E. Black ve C. S. Wallace, "Experience and brain development", *Child Development*, 58:3, 1987, s. 539-559.

seçeneklerini kısıtlamaktadır? Şüphesiz belirsizlik için en iyi çözüm boş levhalardır.*

Nedeni gayet basit: Başarılı her üretici gibi doğa da üretim maliyetini düşürmeye ayarlanmış gibidir. Doğa standart işlere uygun makineler üretmeyi tercih eder. Örneğin, olanaksız veya gereksiz amaçları da destekleyen çok amaçlı bir makine üretmek hem çok pahalı hem de çok anlamsız olurdu. En olası dünyayı tahmin etmek, her şeyiyle önceden belirlenmiş bir makine elde etmekten çok daha verimli ve iyidir. Bu, evrimin en iyi olanı seçmesidir. Çevreleri için en uygun hale getirilmemiş sisteme sahip olanlar verimsizdir ve çoğalma yarışını önünde sonunda kaybedeceklerdir. Bu, bebeklerin beyinlerinin neden henüz karşılaşmadıkları dünyayı beklemek üzere gevşek döşendiğini ve sonrasında deneyim aracılığıyla kendi dünyalarına uyum sağlayıp ona göre biçimlendiklerini açıklar.

Modern dünya karmaşık ve kafa karıştırıcı görünmesine rağmen ona bakışımızın temel yapıtaşları oldukça belirlidir ve bir kuşaktan diğerine değişmez. Deneyim basitçe sisteme ince ayar çeker. Bununla birlikte kritik dönemde beklenen deneyimden yoksun kalmak kalıcı sorunlara yol açar. Kritik dönem kaybıyla ilgili ilk kanıtlardan birini, yeni doğmuş kazların gördükleri hareket eden ilk şeyin peşinden gittiklerini -bu Avusturyalı yaşlı bir kuş uzmanı olsa bile- gösteren Konrad Lorenz'in Nobel ödüllü çalışması sunmuştur.[26] Lorenz'in ilk kayıtları, piposunu içen ve etrafta gezinen bu sakallı beyefendiyi sıra halinde sadakatle izleyen kazları gösterir. Kazların kuş beyinleri, gördükleri hareket eden ilk büyük şey ne olursa olsun zihinlerine kazımalarını ve onun peşinden gitmelerini sağlayan bir mekanizmayla donatılmıştır. Doğa pek çok hayvan için ayağa kalkmaları, olabildiğince hızlı koşma-

* Özgün metinde kullanılan *"blank slate"* tabiri, Latince *"tabula rasa"*dan gelir. *Tabula rasa*, insan beyninin başlangıçta "boş bir levha" olduğunu öneren felsefi görüştür. (ç.n.)

26. Konrad Lorenz, *King Solomon's Ring*, Çev. Marjorie Kerr Wilson, Methuen, Londra, 1961. [*Hz. Süleyman'ın Yüzüğü*, Çev. Evrim Tevfik Güney, Cumhuriyet Yayınları, İstanbul, 2006. (y.h.n.)]

ları ve gruplarındaki önemli üyeleri takip etmeleri için benzer bir strateji üretmiştir. Kazların (ve diğer pek çok kuş türünün) durumunda, doğa ilk hareket eden şeyin genellikle Yaşlı Anne Kaz olacağını varsayarak çok da ince düşünmeye gerek görmemiş ve kumar oynamıştır. Avusturyalı kuş bilimciler de bu işi görebilirdi. Bununla birlikte kaz yavruları yaşamlarının ilk on gününde hareket eden büyük bir şey görmezlerse, sonrasında bu biçimde hiçbir şeyi zihinlerine kazıyıp peşine takılmaz çünkü fırsat kapısı kapanmıştır. Doğal durumlarında izleyecek hiç kimseleri olmasaydı, anneleri yaşamına devam ederken bu kaz yavruları ölürdü.

İnsanlar kuşlardan daha karmaşıktır ve bizim büyüme ve yetişme süremiz hayvanlar aleminde en uzun olanıdır; bu nedenle insanlar üzerinde çabucak uyum sağlama baskısı daha azdır. Yine de bizim için de fırsat kapılarının olduğuna ve çevreden gelen belirli bilgilere hazır bulunmak için ayarlandığımıza dair kanıtlar var gibi görünüyor. Örneğin insanın dilsel gelişimi, yalnızca insana özgü ve biyolojik bakımdan yerleşik olan beyin kökenli yeteneklerin en harika örneklerinden biri sayılır. *Language Instinct*[27] [Dil İçgüdüsü] adlı çalışmasında Steven Pinker, nerede yetişirse yetişsin hemen her çocuğun neredeyse zahmetsizce ve aşağı yukarı aynı zamanda konuşmayı öğrendiğine, halbuki aynı evde yetişen evcil cırlak sıçanının (*hamster*) bunu yapamadığına dikkat çeker. Evcil hayvanınızla ne kadar konuşursanız konuşun size yanıt vermesini sağlayamazsınız. Bunun tek mantıklı açıklaması, insan beyni dil öğrenmeye programlanmışken cırlak sıçanı için bunun söz konusu olmadığıdır. Herhangi bir çevrede yetişen bir çocuk, çevresinde konuşulan dili öğrenebilir. Bu insana özgü, genetik olarak kodlanmış bir dil öğrenme kapasitesinin var olduğunu ve edinilen dilin çevre tarafından belirlendiğini kanıtlamaktadır.

İnsan bebeklerinin zahmetsizce dil edinmedeki olağanüstü yeteneği, sadece bir dilin biyolojik temeli için kanıt sunar. Yaşlandıkça ikinci bir dili öğrenmenin ne kadar zor olduğunu fark

27. S. Pinker, *The Language Instinct*, Penguin, Harmondsworth, 1994.

ettiniz mi? Örneğin bana yabancı bir dili kolayca öğrenebilirmişim gibi gelmiyor ve bunun tembellikle bir ilgisi yok. *Linguaphone** öğrenme kasetleriyle saatlerce çalışmama rağmen yalnızca İngilizce konuşabilen Britanyalı tipine ait olmaktan kurtulamadım. Bunun nedeni beynimde dil öğrenmeden sorumlu sinirsel ağların zamanla esnekliğini kaybetmiş olmasıdır. Bazılarımızın böyle bir sorunu yok ama bu, yeterince genç yaşlarda diğer dillerle ilişkide olmakla ilgili olabilir. Yedi yaşından küçükler için yabancı dil öğrenmenin çok daha kolay olmasının nedenlerinden biri budur. Örneğin, ABD'ye göç etmiş Korelilere İngilizce öğrenme yeteneğiyle ilgili yapılan testlerde yedi yaşından küçüklerin hiçbir zorluk yaşamadığı görüldü. Daha yaşlı göçmenler çok daha istekli olmalarına ve akşam sınıflarına katılmalarına rağmen yaşla orantılı olarak zorluklar yaşadılar.[28] Bu, dil öğrenme konusunda biyolojik sınırların varlığını göstermektedir.

Pek çoğumuz için diller arasındaki farkı işitmek zordur. Klasik bir çalışmada Kanadalı çocuk araştırmacısı Janet Werker, on aylıktan küçük tüm bebeklerin ses yapıları bakımından Inuit* ile İngilizce arasındaki farkları ayırt edebildiğini gösterdi. Bununla birlikte anadillerinin konuşulduğu ortamlarda bulundukça diğer diller ile kendi dilleri arasındaki yapısal farkları işitmeleri zorlaşıyordu.[29] Yaşlandıkça konuşulan diller arasındaki ince ayrımları fark etme yeteneğimizi kaybederiz. Bunun en iyi açıklaması, beynin çevremizden gelen deneyimlere odaklanması ve karşılaşılmayan deneyimleri işleme yeteneğini kaybetmesidir. Beyinimiz dil öğrenme konusunda daha az işlenebilir hale geliyor. Japonların "L" ve "R" harflerini içeren İngilizce sözcükleri sıklıkla karıştırması ve böyle-

* 15 dil için CD ve kaset gibi alıştırma materyalleri geliştiren uluslararası bir eğitim şirketi. (ç.n.)

28. J. S. Johnson ve E. L. Newport, "Critical period effects in second language learning: The influence of maturational state on the acquisition of English as a second language", *Cognitive Psychology*, 21, 1989, s. 60-99.

* Eskimo dili.(ç.n.)

29. J. Werker, "Becoming a native listener", *American Scientist*, 77, 1989, s. 54-69.

ce komik yanlış anlaşılmalara yol açmalarının nedeni budur. Pinker, Japonya ziyaretinde dilbilimci Masaaki Yamanashi'nin gözleri parıldayarak kendisini şu şekilde kutladığını anlatır: "Japonya'da Clinton'un ereksiyonunu* yakından takip ettik." Bu olay, Clinton'un Monica Lewinsky skandalı nedeniyle resmi olarak suçlandığı 1998'den birkaç yıl önce yaşanmıştı.

Fırsat kapıları dil için olduğu kadar ileride göreceğimiz üzere başka yeteneklerimiz için de geçerlidir. Ama bundan önce beynin işlenebilirliği ve daha önce tanımladığımız kritik dönemlerle ilgili araştırmaları abartmamaya dikkat etmeliyiz. Çünkü pek çok hayvanda kritik dönemin keşfedilmesi, insanın işlenebilirliğiyle ilgili, özellikle çocukları nasıl yetiştirmemiz gerektiği ve en iyi ebeveynlik yöntemi konusunda abartılı inanç ve uygulamalara yol açmıştır. 1990'larda çocuklarımızı yoksunluk koşullarında yetiştirdiğimiz şeklinde yaygın bir panik vardı. Çocuklar, özellikle üç yaşına kadar, beyinlerini uyaran bir çevrede yetiştirilmezlerse beyin hasarına uğrayacaklar diye korkuluyordu. Birdenbire çocukların beyin idmanı konusu popüler oldu. Her anne-baba ve büyük anne-büyük baba, çocuklarının *Ivy League* ya da *Oxbridge* üniversitelerine** giriş şanslarını artırmak için göz alıcı yürüteçlerden tutun da beyni uyaran video ve DVD'lere, hamile kadınların dinlemesi için Mozart kasetlerine[30] kadar "bilimsel olarak kanıtlanmış" tuhaf

---

* Bahsedilen örnekte İngilizce "*election*" [seçim] sözcüğünde "L" harfinin "R" şeklinde telafuz edilmesiyle "*erection*" (ereksiyon) sözcüğünün kullanılması vurgulanıyor. (ç.n.)

** *Ivy League* [Sarmaşık Ligi] ABD'de Yale, Princeton ve Harvard gibi bazı seçkin üniversitelerin kurduğu birlik. *Oxbridge* ise Birleşik Krallık'taki iki seçkin üniversite olan Oxford ve Cambridge'ten türetilmiştir. (ç.n.)

30. Don Campbell'ın 1997 tarihli kitabı (*The Mozart Effect: Tapping the Power of Music to Heal the Body, Strengthen the Mind and Unlock the Creative Spirit*) ile popülerleşen "Mozart Etkisi" görüşüne göre klasik müzik dinlemek IQ'yu yükseltir. Bu tartışmalı iddia öyle etkili oldu ki Georgia Valisi Zell Miller, Georgia'da doğan her çocuk için bir klasik müzik CD'si ya da kaseti sağlanması gerektiğini önerdi. Bunun maliyeti yılda 105.000 dolardı. Fikrini savunmak ve açıklamak için meclis üyelerini toplayıp onlara Beethoven'ın "*Ode to Joy*" [Neşeye Övgü, 9. senfoni] parçasını dinletti ve ardından onlara şöyle sordu: "Şimdiden daha zeki hissetmiyor musunuz?"

beyin geliştiricileri satın almak zorunda hissetti kendini. Pazarlamacılar çeşit çeşit ürünlerine *Bebek Einstein*, *Bebek Bach* gibi isimler verme cüretini bile gösterdi. Hayvanlar üzerindeki sinir-bilimi çalışmaların pek çoğuna destek veren James S. McDonnell Vakfı'nın yöneticisi John Bruer, yoksunluk çalışmalarına ait sonuçların histerik biçimde ve gözlemlere dayanmaksızın insan gelişimine aktarılmasına karşı çıkmak için *The Myth of the First Three Years* [İlk Üç Yıl Efsanesi] adında bir kitap bile yazdı.[31]

Gerçek şu ki kalıcı bir kayba neden olması için oldukça belirgin bir yoksunluğun söz konusu olması gerekir. Çünkü gündelik koşullar çoğunlukla, deneyime aç genç beyinlerin işlemesi için yeterince karmaşıktır. Ebeveynler evrimin milyonlarca yıl içinde ulaştığı süreci geliştirebilecekleri düşüncesine prim vermemelidir. Aslında dili geliştirmeye yönelik eğitim DVD'leri gibi bazı ürünlerin, ebeveynleri normal sosyal etkileşimden ziyade televizyona bağlı hale getirmelerinden dolayı, dil gelişimini olumsuz etkilediği tespit edilmiştir.[32]

Endişeli eğitmenler ve açıkgöz şirketler, safça veya kasten beynin hassas dönemlerdeki işlenebilirlik derecesini yanlış yorumlamıştır. Daha önemlisi daha iyi zihinsel sonuçlar elde etmek için tabiat ananın erken öğrenme koşullarını geliştirebileceğimize dair çok az kanıt vardır. Ama bazı mesajlar duymazdan gelinir. Çocukları için en iyi olanı yapmak söz konusu olduğunda çoğu aile hiçbir şeyi riske atmaz, bu yüzden bebek beyinlerini geliştirme sektörünün sürekli büyüyeceğini tahmin ediyorum. Keşke insan beyninin teknoloji kökenli bilgiyi değil de insanlar arası iletişimden kaynaklanan çok daha karmaşık ama bir o kadar da tanıdık bilgiyi özümsemek üzere evrimleştiğini anlasalardı.

31. J. T. Bruer, *The Myth of the First Three Years: A New Understanding of Early Brain Development and Lifelong Learning*, Free Press, NewYork, 1999.

32. F. J. Zimmerman, D. A. Christakis ve A. N. Meltzoff, "Associations between media viewing and language development in children under age two years", *Journal of Pediatrics*, 51, 2007, s. 364-68.

DEDİKODUCU BEYİN

Bir buçuk kilogramlık insan beyni, kendi boyutundaki bir memeliden beklenenden 5-7 kat daha iridir ve özellikle daha büyük bir serebral korteksi vardır.[33] Beynimiz bir kemirgeninkinin yapısında olsaydı yalnızca 145 gr ağırlığında ve kıt sayıda, 12 milyon nöronu olurdu.[34] Öncelikle insanların neden bu kadar büyük ve karmaşık bir beyni var? Öte yandan beynin çalışması çok maliyetli; ortalama bir bedenin %2'si ağırlığında olmasına rağmen metabolik enerjinin %20'sini tüketmektedir.[35] Bir satranç ustasının yalnızca düşünerek ve masadaki küçük tahta parçalarını hareket ettirerek 6000-7000 kalori yakabileceği tahmin edilmektedir.[36] Biyolojik olarak böylesine maliyetli bir organı ne haklı çıkarabilir? En açık yanıtlardan biri şudur: Düşünmek için büyük bir beyne ihtiyacımız var. Satranç oynayabilmemizin nedeni budur. Her şey bir yana büyük bir beyin daha fazla zekâ anlamına gelir. Bu bir ölçüde doğru ama evrim psikoloğu Robin Dunbar daha az belirgin, sosyallikle ilgili bir yanıtı zorlamaktadır. Dunbar beynin yalnızca satranç gibi problemler için yararlı olmadığının, daha ziyade bireylerin, diğer üyeleriyle etkileşim ihtiyacı duyduğu büyük topluluklarda çıkan problemlerin üstesinden gelmek üzere uzmanlaşmış gibi göründüğünün altını çizer.[37]

Bu pek çok tür için doğrudur. Örneğin, sürü halinde hareket eden kuş türleri daha bağımsız olan türlere oranla daha büyük beyinlidir. Beynin boyutları çekirge gibi bireysel bir hayvanın yaşam süresi içinde bile değişebilir. Çekirgeler normalde tek başlarınadır ve birbirlerinden uzak dururlar. Ama

33. Azevedo ve diğerleri, 2009.
34. S. Herculano-Houzel, B. Mota ve R. Lent, "Cellular scaling rules for rodent brains", *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 103, 2006, s. 12138-12143.
35. R. I. M. Dunbar, "The social brain hypothesis", *Evolutionary Anthropology*, 6, 1998, s. 178.
36. R. Sapolsky, "*The uniqueness of humans.*", TED konuşması, 2009. http://www.ted.com/talks/robert_ sapolsky_the_uniqueness_of_humans.html
37. R. I. M. Dunbar ve S. Shultz, "Evolution in the social brain", *Science*, 317, 2007, s. 1344-1347.

yaşam döngülerinin sürü evresine girdiklerinde sosyal hale gelirler. Çekirgelerin sürü evresi, sayılarının besin kaynaklarını tehdit eder hale gelmesiyle tetiklenir ve zaten bu yüzden hep birlikte yeni bir yere akın ederler. Birbirlerine sürtündüklerinde bu dokunma uyarısı beyinlerinde birbirleriyle ilgilenmeye başlamalarını sağlayan bir tetikleyiciyi ateşler. Şaşırtıcı bir şekilde yıkıcı kolektif bir yığın olmak için sürü haline gelmeye başladıklarında ve çevrelerindeki türdeşleriyle daha uyumlu hale geldiklerinde, öğrenme ve hafızayla ilgili alanlar hızlı bir biçimde, üçte bir oranında büyür.[38]

Daha büyük beyinler sosyal davranışı kolaylaştırır. Beynin büyüklüğü ile sosyallik arasındaki bağlantı, beden ağırlıkları hesaba katılsa bile kortekslerinin büyüklüğünün sosyal gruplarının büyüklüğü hakkında bir fikir verdiği primatlar için özellikle belirgindir. Örneğin goriller iri hayvanlar oldukları halde küçük, kenetlenmiş aile birimleri oldukça bireyseldir ve bu yüzden korteksleri, çok daha sosyal ve eğlence seven şempanzelere oranla daha küçüktür.[39]

Gruplar halinde bir arada yaşayacak biçimde evrimleşmiş bir türün üyesiyseniz, genlerinizi nasıl saçacağınıza dair bazı zorlu kararlarla yüzleşmek zorunda kalırsınız. Kendiniz ve yavrularınız için yeterli kaynağın var olduğundan emin olmak için sinsice davranma ihtiyacı duyarsınız. Bu özellikle kandırma ve güç birliği sayesinde, bunlar yetersiz kaldığında ise kurnazlık ve strateji yoluyla yönetme konusunda kurallar kitabı yazan Ortaçağ İtalyan bilgini Machiavelli* mantığını kullanan primatlar için geçerlidir.[40] Oldukça sosyal gruplarda yaşayan primatlar, hem potansiyel eşler hem de kaynakların bölüşümü

38. S. R. Ott ve S. M. Rogers, "Gregarious desert locusts have substantially larger brains with altered proportions compared with the solitarious phase", *Proceedings of the Royal Society*, B, 277, 2010, s. 3087-3096.

39. Dunbar ile kişisel görüşme.

* Niccolò Machiavelli'nin "Prens" adlı ünlü kitabı kastediliyor. Kitapta geçen ahlaki olarak tartışmalı düşünceler genel olarak "Makyavelcilik" diye adlandırılır. *Prens*, Çev. Buğra Poyraz, Kabalcı Yayınevi, İstanbul, 2013. (y.h.n.)

40. A. Whiten ve R. W. Byrne, *Machiavellian Intelligence: Social Expertise and the Evolution of Intellect in Monkeys, Apes and Humans*, OUP, Oxford, 1988.

konusuna dikkat kesildikleri için rakiplerini akıllarıyla alt etmeye ve üstünlük sağlamaya çalışırlar. Diğerlerini takip edebilmek ve niyetlerini kestirebilmek için zihinsel bir mekanizmaya gereksinim duyarlar. Bu nedenle büyük grupların ürettiği bilgi ve olası karmaşık davranışların tümünü takip edebilmek için geniş korteksli büyük bir beyne ihtiyaçları vardır. Örneğin bir düzine arkadaş arasındaki etkileşim sayısını düşünün. Her bir eşleşme arasındaki ilişkiyi takip etmek zorunda olmakla kalmaz, aynı zamanda alt gruplar arasındaki potansiyel kombinasyonları da hesaplamak zorunda kalırsınız.

Belli başlı tüm primat gruplarına dayanan analizini kullanarak Dunbar, korteks ile grup büyüklüğü arasındaki oranın, insanlar için optimum grup büyüklüğünü hesap etmekte kullanılabileceğini gösterdi. Dunbar'ın hesaplamalarına göre insanlar ideal olarak yüz elli ya da daha az üyeli gruplarda bir arada yaşayabilir. Daha büyük gruplar kapasitemizi aşan sosyal beceriler gerektirir. Bu radikal ve hâlâ çok tartışmalı bir sav ama özellikle endüstri öncesi toplumlar düşünüldüğünde bu savı destekleyen kanıtlar var gibi görünüyor. Teknoloji ve endüstrileşme insan uygarlığı boyunca grup kurma tarzlarımızı değiştirdi. Ama tarım-sonrası çağın yaklaşık on bin yıl önce başladığını unutmamalıyız. Türümüz göçebe avcı-toplayıcılardan tarımla uğraşan yerleşik çiftçilere dönüştüğü için insan davranışı değişmiştir. Yalnızca geriye kalan tarıma uyum sağlayamamış avcı-toplayıcı topluluklar düşünüldüğünde, analiz, Dunbar'ın oranının geleneksel toplumlarda doğru olduğunu gösteriyor. Hatta Birleşik Devletler'de kurulan Hutteritler* gibi ilk dini topluluklar bile, en başarılı sonuca toplulukları yüz elliden fazla üye içermediğinde ulaşmış oluyorlar. Bir Hutterit topluluğu yüz elliden fazla üyeye ulaşırsa yeni bir topluluk kurulur. Son olarak, modern şirketlerin analizi, çalışanlardan

---

* Günümüzde halen varlığı sürmekte olan, Anabaptist Hıristiyanların (16. yüzyılda ortaya çıkan reform yanlısı Hıristiyanlar) en önemli ve en eski üç kolundan biri. 1528 yılında, Avrupa'da Moravya Bölgesinde yaşayan 200 kadar Anabaptist tarafından, Jacob Hutter önderliğinde oluşturulmuştur. (y.h.n.)

yaklaşık bu sihirli sayıda (150) insan içeren alt bölümler kurulduğunda, büyük iş gücünden en iyi verimin ve yönetim kolaylığının sağlandığını göstermiştir. Malcolm Gladwell, Dunbar'ın oranını araştırdığı *The Tipping Point* adlı çalışmasında, spor kıyafetlerinin çoğunda bulunan ileri teknoloji materyallerini üreten *Gore-Tex* firmasının, üretimini gerektiğinde yüz elli çalışandan oluşan yeni bölümler açarak genişlettiğini belirtmiştir.[41] Dunbar'ın savı, özellikle teknoloji insanların etkileşim ve birbirini izleyiş biçimini değiştiriyorken, ilgi çekicidir. Bununla birlikte ilk topluluklar için geçerli olan yasalar, sosyal ağlarla bağlanmış bugünün modern dünyası için hâlâ işliyor olabilir.

Dunbar'ın, gittikçe gelişen sosyal bilişsel sinir-bilimiyle uyumlu olarak, insan beyninin özel bir kapasite ve sosyal işlevlere adanmış bir işlem yeteneği geliştirdiği düşüncesi doğrudur. Bunu biliyoruz; yoksa neden insanlar yaşamlarının en uzun bölümünü yetişkinlere bağımlı çocuklar olarak geçiren bir tür şeklinde evrimleşsin ki? Yanıt basitçe, tür olarak bir kuşaktan diğerine öykü anlatma ve öğretim aracılığıyla olabildiğince fazla bilgi aktarma stratejisi geliştirmemiz olabilir. İletişim yeteneğimiz, çocuklarımızın atılacakları hayat hakkında her şeyi kendi başlarına keşfetmelerine gerek kalmaksızın diğerlerinden öğrenerek ve onları dinleyerek daha fazla bilgi edinebilmesi demektir. Kısacası uzun çocukluk dönemimiz, her yeni kuşakla birlikte tekerleği yeniden icat etmek zorunda olmadığımız anlamına gelir.

BEBEK YARASA BEYİNLER

Gelişmekte olan beynin temel mimarisinin diğerlerinden öğrenmek üzere tasarlanmış olduğunu artık bildiğinize göre, bir bebek gibi düşünmenin nasıl bir şey olduğunu merak ettiğinizi umuyorum. Bunu yanıtlamak için sorunu bir hayvan olmanın nasıl bir şeye benzediği üzerinden ele alalım.

41. M. Gladwell, *The Tipping Point. How Little Things Can Make a Big Difference*, Little, Brown and Co., Londra, 2000. [*Kıvılcım Anı*, Çev. K. Uğur Kızılaslan, Salyangoz Yayınları, İstanbul, 2006. (y.h.n.)]

Filozof Thomas Nagel[42] çok iyi bir soru sormuştur: Bir yarasa olmak neye benzer? Pek çoğumuz canlı hayal güçleriyle çok daha küçük olmayı, tüylerle kaplı olmayı ve hatta kanatlı olmayı (hangimiz uçtuğunu hayal etmemiştir ki?) hayal edebilir. Ama bir yarasa olmanın nasıl bir şey olduğunu gerçekten bilemeyiz. Bir yarasa insan beynine sahip değildir çünkü onun beyni farklıdır ve bu yüzden sahip olduğumuz insan beynini bir yarasa olmayı deneyimlemek için kullanamayız. Bir yarasa olarak insan gibi göremezdik çünkü yarasaların görme güçleri çok zayıftır. Bu yüzden önlerindeki hava boşluğunun haritasını çıkarmak ve yiyecek lezzetli böcekler tespit etmek için uçarken tiz seslerle bağırırlar; biz de bu biçimde sesle görmek zorunda kalırdık. Bir yarasanın muhtemelen bir yunusla bir kuştan daha fazla benzer özelliği vardır. Bir yarasayla olan farklarımızın listesi uzatılabilir ama önemli olan, çok basit bir nedenle, insan beyni ve zihnine sahip olduğumuzdan, bir yarasa olmanın nasıl bir şey olduğunu asla bilemeyeceğimizdir. Aynısı insan bebekleri için de geçerlidir.

Gelişim psikoloğu John Flavell bir keresinde, tüm unvanlarını ve ödüllerini, sırf bebek olmanın nasıl bir şey olduğunu deneyimlemek için beş dakikasını bir bebeğin zihninde geçirmek uğruna takas edebileceğini belirtmişti.[43] Bu muhtemelen akademik ödüllerinin boşa gitmesi olurdu. Bir anlığına düşünün. Bırakın bebeği, başka bir insanın zihninin içini nasıl görebilirsiniz? Bebeklerin sahip oldukları insan zihni, yetişkin sayılan birininkinden çok farklıdır. Bebek bedeninde yetişkin bir zihne sahip olsaydınız, bu bir bebek gibi düşünmek ve deneyimlemekle aynı şey olmazdı. Bir yetişkin olarak biriktirdiğiniz tüm bilgi ve akıl yürütmeleri bir kenara koymak zorunda kalırdınız. Bir bebek gibi düşünmek zorunda kalırdınız. Bu

42. T. Nagel, "What is it like to be a bat? ", *Philosophical Review*, 83, 1974, s. 433-450.

43. Bu anekdot A. Gopnik tarafından aktarıldı: *The Philosophical Baby: What Children's Minds Tell Us About Truth, Love and the Meaning of Life*, Farrar, Strauss and Giroux, New York, 2009. [*Filozof Bebek*, Çev. Orhan Tuncay, Gün Yayıncılık, İstanbul, 2012. (y.h.n.)]

yüzden bir bebek gibi düşünen yetişkin zihnine sahip olamazdınız. Bir bebek olurdunuz. Ne kadar denersek deneyelim bir bebek zihnine sahip olmanın nasıl bir şey olduğunu gerçek anlamda anlayamayız. Her ebeveyn bu tuzağa düşer. Gözümüzü beşiğindeki bebeğimize diktiğimizde, ne düşündüğünü kestirmeye çalışırız. Onlar gibi olmanın nasıl bir şey olduğunu hayal etmeye çalışırız. Ama tüm hüsnükuruntumuza rağmen zihinleri bir yarasanınki gibi bile olabilir.

Bir bebeğin zihni bize çok yabancı gelebilir ama sonuçta bir yetişkin zihni haline gelecektir. Doğa, insanlara öğrenme, özellikle diğer insanların deneyimlerinden çok çabuk öğrenme yeteneği vermiştir. Yalnızca çocukları üzerine titreyen ve ilgilerini onlar üzerinde toplayan yetişkinlere değil, bebekler başkalarına da dikkat kesilirler. Bizim türümüz işte bu şekilde bilgiyi bir kuşaktan diğerine aktarmayı sağlayan olağanüstü bir yetenek geliştirmiştir ve gezegende başka hiçbir hayvan türü bunu insanlar kadar iyi yapamaz. Peki, bebekler kim olduklarını bilirler mi? Bebekler bilinçli bir farkındalığa sahiptir ama benlik hissine sahip midirler? Tam olarak bilmiyoruz ama ben sahip olduklarını düşünmüyorum. Benlik yanılsaması yaratım sürecinin başlaması için erken sosyal etkileşime gereksinim vardır.

2
Makyavelci Bebek

> Çocukların gelişimi diğerlerinin telkini yoluyla kendisini algılayışının sürekli değişimi olmaksızın süremez. Bu yüzden bizzat kendisi, her aşamada bir başkasıdır, kendi düşüncesinde bile.
>
> James Mark Baldwin (1902)[1]

Hitler bir bireydi, Azize Teresa da öyle. Her canavar ya da Mesih bir birey olmuştur. Hepimiz bir zamanlar bebektik. Hepimiz bir zamanlar nur yüzlü meleklerdik, suçsuz ve

1. J. M. Baldwin, *Development and Evolution*, Adamant Media Corporation, Boston, 1902/2002.

masumduk, çoğumuz birilerinin göz bebeğiydi. Ama bazılarımız yaşam yolunun bir yerlerinde, bir şekilde masumiyetini yitirdi. Bazılarımız kötü, bazılarımız iyi, bazılarımız banker oldu. Sonuçta hepimiz bir süreç içinde ortaya çıktık, benliğimizi keşfettik. Peki, bu keşif nasıl oldu?

İnsanlar, bebeklerin zihinlerinin doğuştan boş olduğunu, dış dünyadan gelen bilgiyle sonradan dolduğunu düşünürdü. 18. yüzyıl Britanyalı filozof John Locke, yeni doğan bir bebeğin zihnini deneyimle dolacak boş bir kâğıt parçası olarak tanımladı.[2] 19. yüzyıl filozofu Amerikalı William James ise yeni doğan birinin dünyasının kaotik bir curcuna olduğunu düşündü.[3] Bir bebeğin doğuştan gelen hiçbir yeteneği olmadığını ya da tüm deneyimlerin toplamının bir kaos olduğunu düşünmenin her ikisi de yanlıştır. Doğal seçilim insan beynini belirli bilgiler için hazır etmekle uğraşmıştır. Tıpkı postayla teslim aldığınız dizüstü bilgisayarınız gibi bebekler de dünya hakkında belirli bilgileri öğrenmek, kendisi için yararsız olanları ise görmezden gelmek üzere geliştirilmiş bir beyin işletim sistemiyle dünyaya gelir. Bir bebek için en önemli şey diğer insanlardır. İnsan bebekleri tamamen diğerlerine bağımlıdır ve daha önce belirtildiği gibi diğer türler arasında bu bağımlılık durumunu en uzun geçirendir. Peki neden?

İki yüz elli bin yıl önce yeni ortamlara uyum sağlayabilecek kadar gelişmiş, aynı zamanda bilgiyi bir kuşaktan diğerine aktarma yeteneğine sahip beyinleri yardımıyla birkaç bin *Homo Sapiens* Afrika'dan göç etti. Bizler öğrenmek için doğduk. Yazının ve internetin keşfinden çok önce insanlar başka hiçbir hayvan türünün yapamadığı şekillerde birbirleriyle iletişim kurma yeteneğine sahipti. İletişimle birlikte teknoloji ve beceri düzeyinde bir patlama meydana geldi. Bu genlerimizden gelen değil, başkalarından öğrenilen bilgiydi. Ebeveynlerimiz, onların ebeveynleri ve onların da ebeveynleri kuşaktan kuşağa aktarılan

2. J. Locke, *An Essay Concerning Human Understanding*, Londra, 1690. [*İnsan Anlığı Üzerine Bir Deneme*, Çev. Vehbi Hacıkadiroğlu, Kabalcı Yayınevi, İstanbul, 2000. (y.h.n.)]

3. W. James, *Principles of Psychology*, Henry Holt, New York, 1890.

binlerce yıllık bilgiye sahipti. Yeni doğmuş bir bebeğin sıfırdan başlamak zorunda olmaması bundandır. Bu, insan uygarlığıyla ilgili çok bariz bir bilgidir; oysa dünya üzerinde yavrularına aktardığı bilgi ve yetenekleri elinde tutan tek hayvan türü olduğumuzu sıklıkla unuturuz. Diğer hayvan türleri çevreden gelen bilgileri öğrenebilir ama başka hiçbir tür bir yaşam süresinde binlerce yıllık bilgiyi edinme yeteneğine sahip değildir.

Bu bilgiden yararlanmanın en iyi yolu diğerlerine kulak vermektir, zaten bundan dolayı insanların çocuklukları çok uzun sürer. Yavruluk dönemleri daha uzun süren diğer türler de çabuk olgunlaşan türlere kıyasla daha zeki olurlar. Örneğin kargalar, kuş davranışı uzmanları tarafından düzenlenen, diğer kuş türlerine –mesela tavuğa– oranla daha zor problemleri çözmede ayırt edici bir zekâ göstermektedirler. Tavuklar yumurtadan çıktıktan sonra kendi yemeklerini yemeye, annelerinin yuvaya yemek getirmesine muhtaç kargalardan çok daha erken başlar. Ama yetişkinliklerinde kargalar yemek bulma konusunda oldukça esnekken tavuklar bu konuda çok kısıtlı bir yeteneğe sahiptir. Nihayetinde kargalar daha büyük ve karmaşık beyinlere de sahip olurlar, şempanzeler kadar zeki olduklarından onlara "kuş tüylü maymunlar" da denir. Uzun tüylenme süreleri zekâ gelişimine olanak sağlar. Yaşam döngüsünün araştırma ve geliştirme aşaması olarak görülen çocukluk süreleri çeşitli hayvanlar arasında karşılaştırılmıştır.[4] Araştırma geliştirme aşamasında daha uzun süre geçirenler, daha geniş bir yetenek repertuvarı edinir ve beklendiği üzere daha sosyal olurlar.

İnsanlara gelince, biz diğer insanlardan yalnızca etrafımızı saran dünyayı değil, aynı zamanda bir benlik haline gelmeyi de öğreniriz. Diğerlerini izleme ve anlama sürecinde kim olduğumuzu keşfederiz. Bu biçimlendirici yıllarda deneyimlediğimiz yansıyan benlik yanılsaması, sosyal etkileşim yoluyla çevremizdekiler tarafından inşa edilir.

4. A. Gopnik, "*What are babies really thinking?*", TED konuşması, 2011. http://blog.ted.com/2011/10/10/what-are-babies-really-thinking-alison-gopnik-on-ted-com/

GÖRÜNÜŞE BAKILIRSA

Beyin, gittikçe artan yığınlar halinde talep edilen işlemlerle başa çıkabilmenin bir yolu olarak büyüdü. Sosyal arazideki en iyi patikayı bulabilmek amacıyla başkaları üzerinde düşünmek için büyük beyinlere gereksinim duyarız. Kurnaz olmak zorundasınız ve bu başkalarının ne düşündüğünü tahmin etme yeteneği gerektirir. Başarılı bir Makyavelci primat[5] olmak için, başka bir ünlü İtalyan olan Don Corleone'a* göre, "Dostlarınızı yakında tutmalısınız, düşmanlarınızı ise daha yakında." Diğer deyişle sizden faydalanmak isteyenlere karşı uyanık olmalısınız.

Gereksinim duyduğunuz öncelikli şeylerden biri gruptaki önemli kişileri belirlemektir. Seçici olmalısınız. Herkesle aynı iletişimi kurmak hiç faydalı değildir. Cinsellik söz konusu olduğunda annesini, kız kardeşini ve kız arkadaşını ayıramayan cinsel olarak aktif bir erkeğin yaratacağı sorunları hayal edin. Bireyler arasında ayrım yapabilmek, sosyal uyum bir yana evrimsel açıdan da önemlidir ve insanların başkalarını tanıması konusunda en önemli yollardan biri yüzlerin eşsizliğine güvenmektir.

Yüzler, sıra dışı desenler sınıfıdır çünkü iki göz, bir burun ve bir ağızdan oluşan aynı temel yapıyı paylaşırlar. Fakat bu benzerliğe rağmen ortalama bir insan binlerce yüzü ayırt edebilir. Yüz tanıma uzmanlığı *fusiform gyrus* olarak bilinen bölgedeki sinirsel devre tarafından sağlanır.[6] Bu bölge birinin yüzüne baktığınızda aktiftir. Talihsizlik sonucu beyninizin bu

5. R. Byrne ve A. Whiten, *Machiavellian Intelligence*, Oxford University Press, Oxford, 1988.

* Yönetmenliğini Francis Ford Coppola'nın üstlendiği, 1972 ABD yapımı *Baba* (İngilizce özgün adıyla *The Godfather*) filmindeki Vito Corleone karakterinden bahsediliyor. (y.h.n.)

6. N. Kanwisher, J. McDermott ve M. Chun, "The fusiform face area: A module in human extrastriate cortex specialized for the perception of faces", *Journal of Neuroscience*, 17, 1997, s. 4302-4311. Aslında şu sıralar bu bölgenin yüze ya da iyi bilinen nesnelerin özel kategorisine özgü olup olmadığı konusunda bir tartışma var. Yüzlerin karşılaştığımız en yaygın benzersiz nesneler olduğunu düşünürsek bu bölge ağırlıklı olarak yüzler için evrilmiştir.

alanı, özellikle sol tarafı, zarar görürse prosopagnozi denilinen bir tür yüz körlüğü mustarip olabilirsiniz. Yüz körleri, çok iyi bildikleri yüzleri artık tanıyamaz ve ayırt edemez.

Yüz sevgimiz çok erken yaşlarda başlar. Lorenz'in gördükleri hareket eden ilk büyük şeyin peşinden giden kazları gibi insanlar da yüzlerin takibini sağlayan bir beyin devresiyle doğarlar.[7] Bebekler yasal olarak kör sayılabilecek kadar kötü görmelerine rağmen yüzler onları mıknatıs gibi çeker. Gözler için iki nokta ve ağız için de bir üçüncü noktadan oluşan basit bir şekil bile olsa bebekler gözlerini insan yüzünden alamaz. Yüze benzeyen şekillere olan bu ilgi, belirli yüzleri tanımayı öğrenen bir sisteme kolayca dönüşür. Bebekler, altıncı aylarından itibaren ilk defa gördükleri bir yüzü sonrasında kolaylıkla hatırlarlar. Kimin kim olduğunu öğrenmektedirler. Ama yalnızca insan yüzlerini değil. Altıncı aylarından itibaren bebekler hem insan hem de maymun yüzlerini tanır. Bununla birlikte dokuzuncu aya dek maymun yüzlerini ayırt etme yetenekleri biz yetişkinlerin seviyesine düşer.[8] Hassas dönemde gittikçe deneyime duyarlı hale gelen beynin işlenebilirliğinin bir başka örneğidir bu. Kayda değer olan şey (tabi bizlerin de primat olduğumuzu bir kenara koyarsak), yavru maymunların da ister maymuna ister insana ait olsun herhangi bir yüz aramaları, ancak ikisinden hangisine maruz kalırlarsa ona daha çok bağlanmalarıdır. Bunu laboratuvarlarda maskeyle çalışan eğitmenler yüzlerini kapattıkları için hiç yüz görmeyen maymunlar üzerinde yapılan çalışmalar sayesinde biliyoruz.[9] Maymunlar hiç yüz görmediklerinde herhangi bir yüzü ayırt etme yeteneğini kaybediyor. Yalnızca insan yüzü gördüklerinde ise insanları ayırt etmede gelişiyorlar. Yüzler için söz konusu olan

7. M. H. Johnson, S. Dziurawiec, H. Ellis ve J. Morton, "Newborns' preferential tracking for face-like stimuli and its subsequent decline", *Cognition*, 40, 1991, s. 1-19.

8. O. Pascalis, M. de Haan ve C. A. Nelson, "Is face processing species-specific during the first year of life? ", *Science*, 296, 2002, s. 1321-1323.

9. Y. Sugita, "Face perception in monkeys reared with no exposure to faces", *Proceedings of the National Academy of Science, USA*, 105, 2008, s. 394-398.

bu seçici tepki, sinir ağlarının kalıcı bir kayıt oluşturmak için erken deneyimlere olan bağımlılığını anlatan "kullan ya da at" ilkesinin bir başka örneğidir.

Erken yüz deneyimi insanların da beynini şekillendirir. Örneğin kataraktla doğan çocuklar, bebekliklerinde yüzleri net olarak göremez. Göz ameliyatıyla görme sorunları giderilip net olarak görmeye başladıktan sonra bile yüzleri tanımakta sorun yaşamaya devam ederler.[10] Hayatınızın sonraki bölümlerinde ne kadar alıştırma ve pratik yapsanız nafile, beyin gelişiminin şekillenmesi açısından bazı erken deneyimler önemlidir. Bundan dolayı Tarzan* ormandan çıkıp Lord Greystoke olarak eski konumuna dönseydi, daha önce hiç insan yüzü görmediği için aşçı ile bulaşıkçı kadını ayırt etmekte zorlanırdı. Öte yandan hayvanat bahçesindeki maymunların yüzlerini gayet iyi tanırdı.

Aynı şey diğer ırklara ait bireyler arasındaki farkları ayırt etmek için de geçerlidir. Diğer etnik gruplara ait kişilerin birbirlerine çok benzediğini düşünen çoğu yetişkinden farklı olarak bebekler, başlangıçta hiçbir sorun yaşamaz. Herkesi ayırt edebilirler. Ne var ki aynı ırka ait bir sürü yüz gördükten sonra ayırt etme yetisi kaybolur. Yine de bebekleri, diğer ırklara ait yüzleri görmelerini sağlayarak tek bir ırka bağımlı olmamaları için eğitebilirsiniz.[11] Bundan dolayı, diğer ırklara ait kişilerin birbirlerine benzer olduğunu düşündüğünüzde endişelenmeyin, bu ırkçılık değil beynin işlenebilirlik eksikliğidir.

---

10. R. Le Grand, C. Mondloch, D. Maurer ve H. P. Brent, "Early visual experience and face processing", *Nature*, 410, 2001, s. 890.

* Tarzan, Edgar Rice Burroughs tarafından yaratılmış bir öykü karakteridir. İlk olarak 1912'de *Maymunların Tarzanı* adlı romanla ortaya çıkmış ve daha sonra 23 devam kitabı yazılmıştır. Hikâyeye göre Tarzan bindikleri gemideki isyancılar tarafından Afrika sahillerinde ıssız bir bölgeye bırakılmış Britanyalı bir Lord ve Lady'nin oğludur. Kendisi daha bebekken anne ve babası ölmüş, onu bilimsel olarak tanımlanmamış bir maymun türünün üyeleri yetiştirmiştir. (y.h.n.)

11. M. Heron-Delaney, G. Anzures, J. S. Herbert, P. C. Quinn ve A. M. Slater, "Perceptual training prevents the emergence of the other race effect during Infancy", *PLoS ONE*, 6:5, 2011, e19858, doi:10.1371/journal.pbio.0019858.

GÜLÜMSEYİN VE DÜNYA DA SİZİNLE BİRLİKTE GÜLÜMSESİN

Beyin gelişimi tek bir etkilenmeden fazlasını gerektirir. Yeni doğmuş biri olarak bir yüzle karşılaştığınızda ne yapardınız? İnsanlar çok az gelişmiş doğdukları için kuşlar gibi annelerine doğru paytak paytak yürüyemezler, en azından ilk on aylarında. Bununla birlikte bebeklerin yetişkinleri taklit ederek onları alaya almak konusunda doğal bir eğilimleri varmış gibi görünüyor ya da en azından yetişkinlerin düşündüğü tarzda tepki vermeleri bir taklit girişimidir. Bir bebeğe dil çıkarırsanız bazen onun da size dil çıkardığı doğrudur.[12] Bunu maymun yavruları bile yapar.[13] Otobüsün arka camındaki yaramaz çocuğun size parmağını uzatması ya da yüzünü buruşturmasıyla aynı şey değil ama yeterince sabredip beklerseniz yeni doğmuş bir bebek hareketlerinizi taklit edebilir. Bunun nedeni insanların kayda değer biçimde sosyal etkileşime hazır olarak dünyaya gelmeleridir.

Dilden sonra gülümseme gelir. İki aylıktan itibaren çoğu bebek kolayca ve kendiliğinden yetişkinlere gülümseyecektir. Bu her ebeveyn için sihirli bir andır. Beyin görüntüleme çalışmaları, annelerin diğer bebeklerin değil de kendi bebeklerinin gülümsediği resimlere baktığında, beyinlerinin derinliklerindeki *nucleus accumbens* olarak bilinen ödül merkezine ait devrelerin ışıdığını gösterir.[14] Bu devreler, çiçeklerin, çikolataların, orgazmların ve kazanılan piyangonun ışımasını sağladığı aynı devrelerdir. Sosyal gülümsemenin son derece zevkli kabul edilmesi boşuna değildir.

En büyük kızımın bana ilk gülümseyişinde yaşadığım şaşkınlık ve mutluluğu çok net hatırlıyorum. Gülümsemeden çok kahkaha patlaması ve kıkırdamaydı. (Kızım o andan beri

12. A. N. Meltzoff ve M. K. Moore, "Imitation of facial and manual gestures by human neonates", *Science*, 198, 1977, s. 75-78.
13. P. F. Ferrari, E. Visalberghi, A. Paukner, L. Fogassi, A. Ruggiero ve S. J. Suomi, "Neonatal imitation in rhesus macaques", *PLoS Biology*, 4:9, Eylül 2006, e302, doi: 10.1371 /journal.pbio.0040302.
14. J. Panksepp, *Affective Neuroscience: The Foundations of Human and Animal Emotions*, Duygusal Bilim serisi, Oxford University Press, New York, 1998.

bana gülümsemekte.) Çocuk davranışları üzerine uzman olsa bile insan sosyal gülümsemenin ne zaman gerçekleşeceğini nasıl bilebilir ki? Hiçbir şey, beni, kızımın bu heyecan verici ve dinlemeye gönüllü birine anlatmak için telaşa tutuştuğum ilk gülümseyişine duygusal olarak hazırlayamazdı. Kuzey Amerika'nın Navajo kültürü gibi kimi kültürlerde ilk sosyal gülümseyiş bir kutlama konusudur. O anı gören kişi zenginleşmiş sayılır ve ailenin tüm üyelerine hediye vermesi beklenir. O ilk gülümseyişle bebek kabileye katılmış olur.[15]

On iki yüz kasını basitçe hareket ettirerek, Makyavelci bebeğimiz bir gülümseyişiyle yetişkinleri etrafında pervane eder. Bebekler bize gülümsediğinde biz de onlara gülümseriz ve bu harika hissettirir![16] Gülümseme, genellikle bu yüz ifadesiyle ilişkili olan beynin duygusal merkezlerindeki mutluluk hislerini tetikler. Birine bir kalemi yatay olarak ısırtarak bir gülümseme yaratmak bile onları mutlu ederken, kalemi emmek yüzlerinin düşmesine neden olur.[17] İfadelerimizi taklit etmek bize farklı hissettirir, insanlar arasında duyguların neredeyse bulaşıcı hale gelebilmesinin nedenlerinden biri budur. Aslında etrafta birileri varken gülmeye meyilliyizdir. Bir çalışmada, bir bowling pistindeki oyuncuların iyi bir atıştan sonra arkadaşlarına sırtları dönükse %4, arkadaşlarıyla yüz yüzelerse %42 oranında gülümsedikleri tespit edilmiştir. Bu çalışmanın da gösterdiği gibi bu ifade esasen diğerlerine yönelik bir işarettir.[18]

Gülümseme, beynin ön tarafında bulunan, göz çukurunun yörüngesine oturmuş olduğu için "orbital korteks" diye bili-

15. D. Leighton ve C. Kluckhohn, *Children of the People; the Navaho Individual and His Development*, Harvard University Press, Cambridge, 1947, s. 69.

16. A. B. Fries, T. E. Ziegler, J. R. Kurian, S. Jacoris ve S. D. Pollack, "Early experience in humans is associated with changes in neuropeptides critical for regulating social interaction", *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 102, 2005, s. 17237-17240.

17. F. Strack, L. L. Martin ve S. Stepper, "Inhibiting and facilitating conditions of the human smile: A non-obtrusive test of the facial feedback hypothesis", *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1988, s. 768-777.

18. R. E. Kraut ve R. E. Johnston, "Social and emotional messages of smiling: An ethological account", *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1979, s. 1539-1553.

nen sosyal davranıştan sorumlu beyin bölgelerinin gelişimiyle ilişkilidir. Bir bebeğin gülümsemesinin fiziksel bağlantılı olduğu ultrason kullanılarak anne karnındayken gözlemlenebildiği halde, bebek yaklaşık iki aylık olduktan sonra gülümseme, sosyal etkileşim için kullanılan beynin yüksek dereceli merkezleriyle eşgüdümlü çalışır.[19] İki aylık bir bebek, gülümseyişini kullanarak diğerlerini kontrol ediyordur artık.

Hem kör hem de sağır olan, hiç insan yüzü görmemiş bebeklerin bile iki aylıkken gülümsemeye başlaması, gülümsemenin yerleşik bir beceri olduğunu kanıtlar. Bununla birlikte kör bebeklerdeki gülümseme, onu yeniden kazandıracak bir şey yapılmazsa sonunda yok olur. Doğru geri besleme olmazsa gülümseme ölür, tıpkı kazlardaki takip etme içgüdüsü gibi. Ama burada etkileyici bir gerçek söz konusu: Kör bebekler, yetişkinler tarafından kucaklanır, sallanır, dürtülür, gıdıklanır kısacası yalnız olmadıklarını ve birilerinin onlarla ilgilendiğini hissettirecek herhangi bir şey yapılırsa gülümsemeye devam edecektirler.[20] Sosyal geri besleme bebekleri gülümseme konusunda cesaretlendirir. Erken deneyim bu yolla sosyal davranışlarımızı pekiştirmek üzere biyolojimizle ortak çalışır. Aslında bu konuya dikkat çekmek için talihsiz kör bebek vakalarına gerek yok. Görebilen bebekler onlara baktığınızda hatta onlara gülümsediğinizde size daha fazla gülümsemeyle karşılık verirler. Normal ya da daha kötüsü kayıtsız bir yüz ifadesi takınırsanız gülümsemeyi keserler ve endişe duyarlar. Altıncı aydan sonra kızgın yüzlere ağlayarak, üzgün yüzlere ise surat asarak tepki verirler. Bebekler yetişkinlerin gülümsemesini umar ve tercih eder. Kim etmez ki? Gülümseme, sosyal etkileşimin temel bileşenlerinden biri olarak ilk kez Charles Darwin tarafından farkına varılan evrensel bir ifadedir.[21]

19. O. Epstein, G. D. Perkin ve J. Cookson, *Clinical Examination*, Elsevier Health Sciences, Edinburgh, 2008, s. 408.
20. S. H. Fraiberg, "Blind infants and their mothers: An examination of the sign system", M. Lewis ve L. Rosenblum (Der.), *The effect of the Infant on Its Caregiver*, Wiley, New York, 1974, s. 215-232.
21. C. Darwin, *The Expression of the Emotions in Man and Animals*, John Murray, Londra, 1872. [*İnsan ve Hayvanlarda Beden Dili*, Çev. Orhan Tuncay, Gün Yayıncılık, İstanbul, 2001. (y.h.n.)]

GÜLEN FARELER

Gülmek ve gülümsemek sadece hoşlandığımız insanlar için yaydığımız sinyaller değil, aynı zamanda sosyal bir tür olarak bizi bir arada tutan güçlü duygusal dürtülerdir. Bunlar bireyi grupla bütünleştiren mekanizmalardan yalnızca ikisidir. Kızım bebekken kahkahaya boğulduğunda en güçlü temel ihtiyaçlardan biri olan iletişim kurma isteğini açığa çıkarıyordu. Gülme ve gülümseme yeteneğimiz olmasaydı izole bireyler olurduk. Uyumlu, saldırgan olmayan, zaman harcamaya ve çaba sarf etmeye değebilcek biri olduğumuz mesajını verebilmek için, gülmeyi katı sosyal ilişkileri gevşetmekte kullanırız. Kısacası, benlik bilincimiz diğerlerinin hakkımızda ne düşündüğüne bağlı olduğu ve eğlenceli olmak kültürümüzdeki pek çok insan tarafından kim olduğumuzun önemli bir ölçütü sayıldığı için gülmeyi, yansıyan benliğimizin üretimi için kullanırız. İstatistiksel açıdan imkânsız olsa da çoğu insanın ortalamanın üstünde bir espri anlayışına sahip olduğunu düşünmesinin bir nedeni de budur. Çok az insan espri anlayışından yoksun olduğunu kabul eder. Bekârların kişisel tanıtımlarında tarif ettiği özelliklerin en çekicilerinden biri budur. Kendilerini çok ciddiye alan insanlar soğuk ve mesafeli olarak kabul edilirken, bizi güldüren insanların büyük olasılıkla daha samimi ve cana yakın oldukları düşünülür.

Gülme yeteneği olmadan hayatın zorluklarına nasıl katlanabileceğimizi hayal etmek bile zor. Nazi toplama kamplarının tahayyül edilebilecek en zalim ortamlarında bile kahkaha eksik olmamıştı. Soykırımdan kurtulmuş psikiyatrist Viktor Frankl, gülmenin pek çok insanın hayatta kalmasına yardım eden tek şey olduğunu yazmıştır.[22] 1980'lerde 2455 gün boyunca Lübnan'da rehine olarak tutulan Terry Anderson anılarında, mahkûm arkadaşlarının mizah sayesinde ayakta kaldıklarını anlatır.[23] Bir mahkûm gülünç bir hikâye anlatıyor,

22. V. Frankl, *Man's Search for Meaning*, Simon and Schuster, New York, 1959, s. 54-56. [*İnsanın Anlam Arayışı*, Çev. Selçuk Budak, Okuyan Us Yayınevi, İstanbul, 2009. (y.h.n.)]
23. T. Anderson, *Den of Lions*, Ballantine Books, New York, 1994.

bir diğeri gardiyanların taklidini yapıyor ve bu sayede gülme dayanılmaz koşulları dayanılır hale getiriyormuş. Dünya çapında yaşamların kaybedildiği her şok edici olayın ardından birinin çıkıp beklenen eşek şakasını yapmasının nedeni budur belki. Gülmeye, bastırdığımız kaygıyı serbest bırakan bir mekanizma olarak ihtiyaç duyuyor gibiyiz. Freud "kara mizah" terimini üretti ve ölüm olasılığıyla karşılaşıldığında bunun bir savunma mekanizması olarak nasıl işlediğini tanımladı. Böyle zamanlarda gülme engellenemeyen bir hapşırık gibi bizi sıkıntıya sokabilir. Bunu, ergenliğimde babamın cenazesinde durduramadığım bir gülme krizi deneyimi yaşadığımdan biliyorum. Bundan dolayı yıllarca vicdan azabı duydum ta ki bunun strese karşı verilen yaygın bir tepki olduğunu kavrayana dek.

Bilimsel olarak gülme[24] üzerine çalışan psikolog Rovert Provine, gülmemizi sağlayan mekanizmaların genellikle istemsiz çalıştığını ve konuşup konuşmamayı seçebilirken gülmemeyi seçemeyeceğimizi hatırlatır. Gülme daha çok etrafımızca tetiklenen bir tepkidir. Grubumuzdaki kişiler güldüğü zaman biz de güleriz. Gülme, beynin derinlerinde bilinçdışı çalışan ve duygusal uyarımı tetikleyen sistemlerin ürettiği bir his, duygusal bir durumdur. Ama neyi eğlenceli bulduğumuz, içeriği işleyen kortikal sistemlerin çıktısı olarak bu duyguların nasıl tetiklendiğine bağlıdır. Gülme bir şakayla ya da gıdıklama gibi daha az zihinsel daha çok bedensel bir şeyle tetiklenebilir. Bebekken bile gülüşümüzü diğerleriyle paylaşabiliriz, bu donanmış olduğumuz başlıca sosyal mekanizmalardan biri sanırım. Bebeği gıdıkladığınızda güler, böylece diğer hayvanlarla paylaştığımız evrimsel kadim bir mekanizmayı sergilemiş olur.

Hayvanların gülüşü tartışmalı bir konudur, çok yakın zamana dek gülmenin insana özgü olduğu düşünülüyordu. Bununla birlikte çoğu insan davranışı evrimleşmiştir, bu yüzden diğer hayvanlarda bu davranışların ilkel versiyonlarını bulmak bizi şaşırtmamalı. Pek çok evcil hayvan sahibinin bildiği üzere hay-

24. R. R. Provine, *Laughter: A Scientific Investigation*, Penguin, New York, 2001.

vanlar itiş-kakış oyunları esnasında eğleniyor gibi görünürler. Köpek ve kedi yavruları, oyundan alınan haz dışında herhangi bir amacı olmayan davranışlar gösteriyor gibidir. Başlarda bu davranışların, yetişkinlikteki saldırganlığın öncülleri, avlanma ve hayatta kalma yeteneklerini geliştirmenin aracı olduğu öne sürüldü. Hayvan davranışlarının yorumu bile yanlıştı. Örneğin dişlerini çıkararak gülen şempanzelerin bu davranışı genellikle tehdit ya da korku tepkisi olarak kabul edildi.

Bununla birlikte Jaak Panksepp'in farelerle ilgili şaşırtıcı bir keşfi, oyun esnasındaki hayvan davranışlarını yeniden düşünme zorunluluğu doğurdu.[25] İlk olarak, işitme deneyleri için sağırlaştırılmış farelerin normal fareler kadar itiş-kakışla meşgul olmadıklarını fark etti. Bu sağır farelerde bir eksiklik vardı. Görünüşe göre bu eksiklik zevk çığlıklarıydı. Panksepp kafese insanların duyabileceği yüksek frekanslı bir ses üreten hassas bir mikrofon koyduğunda, oyunlar esnasında farelerde gülüşün dengi olan 50 kHz'lik cıvıldamaların kakofonisini duydular. Çok geçmeden Panksepp farelerin gıdıklamaya duyarlı olduğunu ve gıdıklanana dek deneycinin elini takip ettiğini keşfetti. Görünüşe göre fareler en çok enselerinden gıdıklanıyorlardı. Eli takip etme ve agucuk-gugucuk gibi tüm o tanıdık bebek gıdıklama oyunlarını oynuyorlardı. En çok yavru fareler gülüyordu. Yaş arttıkça oyunda ve dolayısıyla gülmede azalma oluyordu.

Gıdıklamayı bu denli eğlenceli kılan nedir? Dokunma unsuru söz konusu ama davranışı açıklamak için yeterli değil çünkü kendimizi gıdıklayamadığımız ortada.[26] Bir başkası tarafından gıdıklanmakta tetiklenme durumu vardır. Öyle görünüyor ki gıdıklanmayı zevkli kılan özdenetimin yokluğudur. Kendimize her dokunduğumuzda beynimiz hareketlerimizi takip eder. Hareketlerimize rehberlik etmek ve hislerimizdeki değişikliklerin kendi hareketlerimizden mi yoksa dış dünya-

25. J. Panksepp ve J. Burgdorf, "'Laughing' rats and the evolutionary antecedents of human joy? ", *Physiology and Behavior*, 79, 2003, s. 533-547.
26. L. Weiskrantz, J. Elliott ve C. Darlington, "Preliminary observations on tickling oneself", *Nature*, 230, 1971, s. 598-599.

dan mı kaynaklandığını bilmek için bu öz takibe ihtiyaç duyarız. Kendimizi gıdıklarken uyarılmayız çünkü hareket tamamen kendi kontrolümüzde ve tahmin edilebilirdir. Bununla birlikte Londra Nöroloji Enstitüsü, kol hareketi ile gıdıklama işlemi arasına bir zaman aralığı konulduğunda, bir gıdıklama makinesiyle kendimizi gıdıklayabileceğimizi bulmuştur.[27] Benlik artık denetlemediğinde başka bir etkenin yanılsamasına teslim oluruz. Bu, kendi beyinleri ve bedenleri tarafından üretilen deneyim ve duyumları başka bir yerden geliyormuş gibi yorumladıkları için özdenetimleri tahrip olmuş şizofrenlerin kendilerini gıdıklayabilmesini de açıklar.[28] Şüphesiz dokunsal uyarım esnasındaki benlik hissinin kaybı, gıdıklanmanın ötesine, duyusal zevkin diğer alanlarına da uzanır. Masaj yaptırmanın bu kadar zevkli olmasının nedenlerinden biri de budur.

Gülme, her kültürde onaylanan, ilkel, evrensel duygulardan biri olarak kabul edilir. Gülme, doğuştan kör ve sağır olan yetişkinlerin üretebileceği az sayıdaki duygusal ifadelerden biridir ki bu da gülmenin, gelişimimizde diğer duygulardan önce geldiğini gösterir. Bu kadar eski olması ve diğer türlerde de görülmesi, gülmenin gerçekten de önemli bir işlevi olabileceğini akla getiriyor. Kişisel neşe ve gülümseten şakalarla geçen anlarımız olsa da gülme, kökleri hem türümüzün evriminde hem de bir insanın gelişiminde eskiye dayanan sosyal bir olgudur.

Gülmeyi ve güldürmeyi severiz. Gülme, yalnızca stres ve hastalıkla başa çıkma açısından çok sayıda yararı olmakla kalmaz, aynı zamanda bireyleri sosyal koalisyonlarda bir arada tutmaya da yarar. Gülme, amigdala ve onunla ilişkili beyin ağlarının duygusal bölgeleri tarafından aktive edilen derin, duygusal bir tepkidir, ama sosyal biliş (diğerlerini düşünme) ile ilgili yüksek dereceli süreçlerle birlikte çalışır. Gülmeyi, grubun üyesi olma isteğimizi bildirmek ve aynı zamanda bazılarını

27. S. J. Blakemore, D. M. Wolpert ve C. D. Frith, "Central cancellation of self-produced tickle sensation", *Nature Neuroscience*, 1, 1990, s. 635-640.
28. S. J. Blakemore, D. M. Wolpert ve C. D. Frith, "Why can't you tickle yourself?", *NeuroReport*, 11, 2000, R11-16.

dışlamak için kullanırız. Bu bakımdan gülme, grup koalisyonu ve kimliğinin güçlü bir silahıdır. Yine de bu silah bazen kendi kendine ateşlenir. Bunu biliyoruz çünkü gülmeyle ilgili değişik beyin bölgeleri arasındaki bağlantıyı tahrip eden çeşitli hastalıklar güdüsel ve sosyal bakımdan uygunsuz patlamalara neden olabilir.[29] Multipl Skleroz (MS), inmeler, Alzheimer, Parkinson benzeri nörolojik hastalıklar beynin sosyal davranışı denetleyen diğer bölgeleri arasındaki bağlantılara zarar verebilir. Sağlıklı yetişkinlerde bile cenaze gibi ağır duygusal ortamların stresi, gülmeyi bastırma yeteneğinde geçici bir kayba neden olabilir. Alkol ve komedinin ele ele gitmesinin nedenlerinden biri budur. İçince kısmen engelsizsinizdir çünkü alkol kortikal engellemeyi hafifletir. Toplum içinde daha rahat ve daha az kaygılı oluruz. Daha gürültülü, daha çok saçmalayan biri oluruz, esprileri daha komik buluruz ya da en azından onlara gülmek daha cazip hale gelir. Sosyal bakımdan uygun bir gülüş yalnızca karmaşık sosyal durumların yorumlanmasını değil aynı zamanda istemsiz olarak tetiklenen dürtülerin de düzenlenmesini gerektirir. Bu yüzden çocukların gülmeyi denetlemeyi öğrenmesi gerekir. Gülümsemek ve gülmek için doğmuş olabiliriz ama sonuçta gülmenin uygun olacağı zamanları kültürlerimiz belirler. Bu, mizahçıların sosyal bakımdan kabul edilebilir mizahın sınırlarını neden sürekli zorladıklarını ve neden gizlice onları cesaretlendirdiğimizi açıklayabilir. Özdenetimlerimizin sınırlarını denemekten zevk alırız.

ÖNLÜK BAĞLARINA GÜVENLİ BAĞLILIK

Bebekler başlangıçta tüm gece uyanık kalan ve herkesle sıkı fıkı olmak isteyen parti düşkünleridir. Tüm yetişkinleri büyüleyici bulurlar. Genç bebeklerin diğer kadınlardan ziyade annelerinin yüzüne bakmayı, onu dinlemeyi, onun kokusunu duymayı[30], onun sütünü içmeyi tercih ettiği doğru olabilir

29. J. M. S. Pearce, "Some neurological aspects of laughter", *European Neurology*, 52, 2004, s. 169-171.

30. Yeni doğanların anne tercihlerine dair geniş bir literatür var. Kokuyla ilgili: J. M. Cernack ve R. H. Porter, "Recognition of maternal axillary odors by in-

ama iş sosyalleşmeye geldiğinde, başlangıçta onlarla anlamlı bir iletişim kurduğu sürece yetişkinin kimliğini önemsemez. Genç bebek için anlamlı demek dikkatli demektir. Bebeklerle etkileşimde onların etkinliklerine odaklandıkça dikkatlerini çekeriz.[31] Daha önce belirtildiği gibi bebekler yetişkin yüz ifadelerini kopyalarlar ama gerçekte kopyalamanın çoğu diğer yönde işler. Kayıtsız yüz ifadesi takınan yetişkinlerden hoşlanmamaları bu nedenledir.[32] Öte yandan aşırı canlı, göze çarpan tavırlar sergileyen yetişkinler de eşit derece tedirgin edicidirler.[33] Çocuk-yetişkin etkileşiminin en uyumlu kombinasyonu, davranışların senkronize balede olduğu gibi eşgüdümlü biçimde karşılıklı değişimidir.[34] Bebek için ilk altı ay tümüyle insan olmanın keşfedilmesi ve diğer insanlara dikkat kesilmekle ilgili gibidir. Sonraki görev ise özgün benlik hislerinin inşa edilmesidir.

Bu dönemde ilk ilişkilerimiz benliğimizi biçimlendirmede kritik bir rol oyar. Bebekler başlangıçta herkes gibidir ama yaşamın ilk yarım yılının bir yerlerinde bu durum değişir. Artık bebeklerin sezgileri gittikçe güçlenir. Seçimlerini anneleriyle kısıtlamaya başlamakla kalmaz aynı zamanda yabancılardan korkar hale gelirler. Bu korku sonraki yıl boyunca anaokulu çağına dek artacaktır. Hatta çocuğun dönemini, ona yaklaştı-

---

fants", *Child Development*, 56, 1985, s. 1593-1598. Yüzle ilgili: I. M. Bushnell, F. Sai ve J. T. Mullen, "Neonatal recognition of the mother's face", *British Journal of Developmental Psychology*, 7, 1989, s. 3-15. Sesle ilgili: A. J. DeCasper ve M. J. Spence, "Prenatal maternal speech influences newborns' perception of speech sounds", *Infant Behavior and Development*, 9, 1986, s. 133-150.

31. W. C. Roedell ve R. G. Slaby, "The role of distal and proximal interaction in infant social preference formation", *Developmental Psychology*, 13, 1977, s. 266-273.

32. C. Ellsworth, D. Muir ve S. Han, "Social-competence and person-object differentiation: An analysis of the still-face effect", *Developmental Psychology*, 29, 1993, s. 63-73.

33. L. Murray, A. Fiori-Cowley, R. Hooper ve P. Cooper, "The impact of postnatal depression and associated adversity on early mother-infant interactions and later infant outcome", *Child Development*, 67, 1996, s. 2512-2526.

34. H. R. Schaffer, *The Child's Entry into a Social World*, Academic Press, Londra, 1984.

ğınızda gözyaşlarına boğulup boğulmadığına göre ölçebilirsiniz. Sosyal gelişimin bu aşaması, anne-çocuk bağlanmasının başlangıcı ve akabinde yabancı korkusunun ortaya çıkmasıyla belirlenir.[35] Elbette çoğu ebeveyn, özellikle anne, doğumundan itibaren çocuğuna karşı zaten güçlü duygusal bağlar kurmuş durumdadır. Başlangıçta bebekler "bebeklik"leri (kuş uzmanı Lorenz'in, büyük kafa ve iri gözlerin tüm hayvanlar dünyası için geçerli olan göreceli çekiciliğini tanımlamak için kullandığı terim[36]) nedeniyle sevimlidirler. Büyük başlı, ceylan gözlü bebekler yetişkinler için tapılasıdırlar. Bu, yavru köpekleri, gözlerinin boyutlarıyla oynayan pop yıldızı Lady Gaga'yı ve hatta Betty Boop veya Bambi gibi çizgi film karakterlerini neden sevimli bulduğumuzu açıklar. Tümünün benzer büyük başları ve büyük gözleri vardır. Tüm kültürlerde kadınların (ve bazı erkeklerin) güzel görünmek amacıyla gözleri vurgulayıcı makyaj yapmasının tek nedeni budur. "Bebeklik" ayrıca kızların ergenlik öncesinde yetişkinlerin resimlerine, sonrasında ise bebeklere bakmayı tercih etmesinin nedenini de açıklar.[37] Doğa, bebek sahibi olmaya hazır olanları bebek sevgisiyle donatmıştır.

Bebeklerle olan sosyal bağlanma hem anne hem de çocuğun beyinlerinin ödül merkezlerini meşgul eden eşgüdümlü kimyasal bir olaydır.[38] Ödül merkezlerine sel gibi akın eden etkili hormon karışımları düşüncelerimize paralel hisler uyandırır. Hormonlar sosyal bağlanmayı düzenlerken sosyal stres zamanlarında da salgılanırlar. Çoğu anne ve yavrusunun kolayca ayrılamama nedeni budur. Bir makak maymununu yavrusundan ayırmaya çalışırsanız kortizol uyarımı ve salgılanması sonucu, aşırı saldırganlık biçiminde şiddetli bir tepki, bir

35. M. Lewis, "Social development", A. M. Slater ve M. Lewis (Der.), Oxford University Press, Oxford, 2007. Burada erken sosyal gelişmenin güzel bir özeti sunulmuştur: s. 233-252.

36. K. Lorenz, "Die Angebornen Formen mogicher Erfahrung", *Zeitschrift fur Tierpsychologie*, 5, 1943, s. 233-409.

37. W. Fullard ve A. M. Reiling, "An investigation of Lorenz's babyness", *Child Development*, 50, 1976, s. 915-922.

38. S. E. Taylor, *The Tending Instinct*, Henry Holt, New York, 2001.

anne öfkesiyle karşılaşırsınız.[39] Kortizol, harekete hazırlamak ve motive etmek için vücuda akın eden hormondur. Diğer sistemleri geçici olarak bloke ederken, fazladan enerji üretmek için yağ ve proteinleri tüketir. Adrenalin gibi diğer hormonlarla birlikte uyarılma sistemimiz bizi yaşamın üç büyük S'sine, Savaş-Sıvış-Sevişe hazırlar.

Söz konusu kavga olunca insanlar nadiren çocuğundan ayrı düşmüş bir anne kadar saldırgan olabilir. Karım Kim, ilk kızımız ve bakıcısıyla seyahat ederken, bir havalimanında rutin bir güvenlik kontrolü sırasında bir ara gerekli belgeleri almak için bebeği bakıcısına vermiş. Bu arada bakıcı ve bebek işlemin sonraki aşaması için güvenlik tarafından çağrılmış ve cam bir bariyer anneyle bebeğin arasına girmiş. Durumu fark eden Kim, bariyeri aşmayı denemiş, bunun üzerine güvenlik görevlisi eliyle beklemesi gerektiğini bildirmiş. Kortizol saldırganlığının etkisindeki Kim, kapı hemen açılmazsa yeni doğmuş bebeğini geri almak için gerekirse bariyeri parçalayacağı ve silahlı görevlinin icabına bakacağı tehdidinde bulunmuş. Erkek güvenlik görevlisi bunun bir anne öfkesi ve çılgınlığı olduğunu anlamış ve genç annenin girmesine izin vermiş. Hayvan uzmanlarının anne yakındayken yavrulara yaklaşmama konusunda uyarmalarının nedeni budur.

Yaklaşık altı aylıkken bebekler de annelerinden ayrılma konusunda aynı güçlü duygusal tepkiyi gösterirler. Artık başkaları tarafından kucaklanmak istemez, annelerinden ayırmaya çalıştığınızda ağlar ve çığlığı basarlar. Kortizol seviyeleri zirveye ulaştığından[40], avutulana ve annelerinin rahat kollarına dönene dek dayanılmaz, keskin bir bağırtıyla ortalığı inletirler. Bu, şakaya gelmez. Bir anne için çocuğunun ağlayan sesini duymaktan daha üzücü çok az şey vardır. "Biyolojik

39. S. Levine, D. F. Johnson ve C. A. Gonzalez, "Behavioral and hormonal responses to separation in infant rhesus monkeys and mothers", *Behavioral Neuroscience*, 99, 1985, s. 399-410.

40. M. C. Larson, M. R. Gunnar ve L. Hertsgaard, "The effects of morning naps, car trips and maternal separation on adrenocortical activity in human infants", *Child Development*, 62, 1991, s. 362-372.

siren"[41], henüz hareket edememelerine rağmen Makyavelci bebeklerin oyun sahasının sınırları içinde annelerini kontrol edebilmelerini sağlar. İlk yılın sonunda emeklemeye ve tıpış tıpış yürümeye başladıklarında, kelimenin tam anlamıyla günlük işlerini yaparken annelerinin önlük bağlarına tutunurlar. Meslektaşım, Annette Karmiloff-Smith, TV için, yürümeye yani başlamış bir çocuk ile gündelik işleri için evde dolaşan bir annenin belgeselini[42] çekti. Film hızlandırıldığında, çocuk ve annesi birbirlerinden fazla uzaklaşmalarına izin vermeyen elastik bir bantla tutturulmuş gibi görünüyordu.

Britanyalı psikiyatrist John Bowlby, erken sosyal bağlanma davranışını ilk tanımlayanlardan biridir.[43] Bowlby, Lorenz'in kuşlarda sözünü ettiği içgüdüden etkilenip bağlanmanın da benzer biçimde anne ile çocuk arasındaki yakınlığı sağlama alan evrimsel bir mekanizma olduğu sonucunu çıkardı. Bowlby'ye göre çocuklar beysbol ya da kriket oyunlarında topa vuran oyuncular gibidir. Kaleye dokunduklarında ya da çizgi gerisinde oldukları sürece güvende hissederler ama uzaklaştıkça giderek daha huzursuz ve endişeli hale gelirler. Anne, bulundukları yerden dünyayı keşfedecekleri bir kale görevini görür.

Bowlby güvenli bağlanma geliştirecek fırsatı olmayan çocukların ileride uyumsuz yetişkinler olacağını öngördü. Bu düşüncesi çoğunlukla, İkinci Dünya Savaşı'nda ebeveynlerinden ayrılmış ve bağlanma geliştirmek için gereken büyüme koşullarını sağlamayan kurumlara yerleştirilmiş çocuklar üzerine yaptığı gözlemlere dayanıyordu. Yaşamlarının ilk dönemlerinde ebeveynlerinden ayrılmış çocukların normal bir gelişme gösteremediğini ve ergenliklerinde pek çok anti-sosyal davranış sergilediklerini buldu. Savaşın harabeye çevirdi-

41. P. S. Zeskind ve B. M. Lester, "Analysis of infant crying", L. T. Singer ve P. S. Zeskind (Der.), *Biobehavioral Assessment of the Infant*, Guilford, New York, 2001, s. 149-166.

42. *Baby It's You: The First Three Years*, Britanya kanalı *Channel 4* için *Wall to Wall* tarafından üretilen Emmy ödüllü belgesel dizisi (1994).

43. J. Bowlby, *Attachment and Loss*, Hogarth Press, Londra, Cilt 1 Eki, 1969.

ği Fransa'da, ailelerinden ayrılmış çocuklar için de benzer bir manzara ortaya çıkmıştı.[44] Çocukların erken gelişim döneminde edindikleri deneyim, yetişkinliklerini şekkillendirmişti. Kaotik, denetlenemeyen bir sosyal dünyada ortaya çıkan yansıyan benlikleri, sosyal kaynaşma ve uyumdan uzak yetişkinler olmalarına yol açmıştı.

1960'larda, Bowlby'nin meslektaşlarından biri, Mary Ainsworth, yabancı bir ortamda geçici olarak annesinden ayrı bırakılan küçük çocukların bağlanma doğasını açığa çıkarmak için bir deney düzenledi.[45] Deney bir bekleme odasındaki anne ve çocukla başlıyordu. Yabancı bir kadın içeri giriyor ve anneyle konuşuyor. Bu arada çocuk olağan ve mutlu bir şekilde odadaki oyuncaklarla oynuyor. Birkaç dakika sonra anne odadan üç dakikalığına ayrılarak çocuğunu yabancı kadınla baş başa bırakıyor. Yabancı, anne dönene dek çocukla iletişim kurmaya çalışıyor. Bu bölüm daha sonra yineleniyor. Ainsworth çocukların annelerinin yokluğuna farklı tepkiler verdiğini keşfetti.[46] Çoğu, anne ayrıldığında ağlamaya başlıyor, döndüğünde ise yatışıyordu. Güvenli bağlanmış olarak tanımlanan bu çocuklar, anneleri uzaklaştığında alarma geçme, döndüğünde ise yatışma stratejisi sergiliyorlardı. Güvenli sayılmayan "sakınımlı" bağlanmış olarak tanımlanan diğer çocuklar ise anneleri dönüp onları yatıştırmaya çalışsa bile avutulamıyor, buna direnç gösteriyorlardı.

Benlik gelişimi bakımından bağlanmanın iki önemli sınırlaması vardır. İlki, anneye duygusal bağlanma, tüm dünyada görülür ama çocuk ve yetişme şekillerine bağlı olarak çeşitlilik gösterir.[47] İkincisi, bunu tüm ebeveynler özellikle ikiz yetiştirenler bilir, çocuklar diğerleriyle nasıl iletişim kuracaklarını

44. R. A. Spitz, "Motherless infants", *Child Development*, 20, 1949, s. 145-155.
45. M. D. S. Ainsworth, *Infancy in Uganda: Infant care and the growth of love*, John Hopkins University Press, Baltimore, 1967.
46. M. D. S. Ainsworth, M. C. Blehar, E. Waters ve S. Wall, *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*, Erlbuam, Hillsdale, s. 1978.
47. M. H. van Ijzendoorn ve P. M. Kroonenberg, "Cross-cultural patterns of attachment: A meta-analysis of the strange situation", *Child Development*, 59, 1988, s. 147-156.

şekillendiren bir dizi eğilim ve huyla dünyaya gelirler. Bazı çocuklar diğerlerinden biraz daha yapışkandır, bu huy stres ve belirsizliğe nasıl tepki vereceklerini yansıtır. Beyinlerinin duygusal merkezleri belirsizliğe aşırı tepki göstermelerini tetikler; kişiliklerinin bu yönünü muhtemelen ebeveynlerinden miras almışlardır. Harvard'dan eski meslektaşım Jerry Kagan, bu doğal eğilimi, amigdalanın tepkimesini yansıtan "ket vurma" olarak adlandırdı. Kagan, araştırmasında, yaklaşık sekiz çocuktan birinin ket vurulmuş ya da çekingen olmaya ve yeni durumlara ürkekçe tepki vermeye yazgılı olarak doğduğunu bulmuştur.[48] Diğer uçta ise, yaklaşık on çocuktan biri "engelsiz" olarak doğar ve bu durum onları daha korkusuz yapar, belirsizlik ve yeni durumların üstesinden gelebilmelerini sağlar. Diğer bebekler ise bu ikisinin arasında bir yerlerdedir. Kagan, çocukların hangi eğilime sahip olduğunu daha ilk dört aylık dönemlerinde belirleyebileceğini buldu. Bu onların yedi yaşındaki kişiliklerini öngörmek demekti.

Çocuğun ortaya çıkan sosyal davranışı, mizacı ile çevre arasındaki etkileşimi yansıtıyor olmalıydı. Ebeveynler içgüdüsel olarak çocuğun mizacına uyum sağlar ama bu kültürel normlar tarafından şekillendirilebilir. Örneğin, bazı kültürlerde Almanya'da olduğu gibi, bağımsızlık cesaretlendirilir. Japonya'da ise çocuklar geleneksel olarak anneleriyle daha çok zaman geçirirler ve Ainsworth'un deneyindeki gibi yabancı koşulların üstesinden çok da iyi gelemezler. Bu da çocuğun mizacı ile çevrenin, onun duygusal ve sosyal davranışını şekillendirmede birlikte çalıştığını gösterir.

İlginçtir ki çocukları yetişkinliklerinde de takip eden çalışmalar, çocukken sosyal ayrılmaya verdiğimiz tepki biçiminin bir dereceye kadar yetişkinliğe aktarıldığını ortaya çıkarmıştır. Çocukluktaki bağlanma biçimleri, yaşamımızın sonraki dönemlerinde eşlerimize olan duygusal bağlılığımızı etkili-

48. J. Kagan, "Temperament and the reactions to unfamiliarity", *Child Development*, 68, 1997, s. 139-143.

yor görünmektedir.[49] Çocukluğunda anne isteme konusunda normal bir tepki geliştiren ve anneleri döndüğünde kolaylıkla yatışan kişilerin, yetişkinlikte görece dengeli ilişkiler kurmaya devam etmesi daha olasıdır. Başkalarıyla daha kolay yakınlaşırlar, onlara bağlanma ve onları kendilerine bağlama konusunda daha rahattırlar. Terk edilme endişesi yaşamazlar ve samimi ilişkiler kurmaya yatkındırlar. Çocukken güvenli bağlanma geliştirememiş kişiler ya terk edilme korkusundan dolayı muhtaç ve yapışkandırlar ya da çocukluklarında çekingen iseler genellikle başkalarıyla yakınlaşmak istemezler ve başkalarının da onlarla yakınlaşmasına izin vermezler.[50] Şüphesiz bu yetişkinlerin çocukları olduğunda, yetişkin bağlanmasının sonraki kuşağın koşullarını nasıl biçimlendireceği kolaylıkla tahmin edilebilir.

İlk aşkın yetişkinlikteki ilişkilerimizin nasıl olacağı konusunda en derin ve uzun vadeli etkileri olacağı kimin aklına gelirdi? Arka planda Freud'un sitemkâr sesini duyar gibiyiz: "Ben demiştim." Yine de her şey alnımıza yazılı değildir. İlişkiler gelir gider ve yaşamımızın seyrini değiştirebilir ve bazılarının daha fazla etkisi olabilir. Koşullar ve ortamlar sürekli değiştiğinden öngörülemezler. Erken bağlanma etkileri, diğer bireysel farklılıklar gibi muhtemelen kişiliğimizi yaşam boyunca şekillendiren pek çok faktörle etkileşim içindeki eğilimlerdir. Bu erken bağlanma etkileri, huyları, kültürel farkları, ebeveynlik biçimlerini, bunların tümünü yansıtır ama kim olacağımızı kesin olarak belirlemeleri olanaksız görünmektedir. Kesin olan şey şudur ki erken faktörlerin rolü ne olursa olsun bazı sosyal çevre biçimlerinde etkili olmaları kritik önemdedir. Gelişmek için başka bireylere gereksinim duyarız, yalnızca beslenme ve bakım için değil aynı zamanda sosyalleşebilmek için.

---

49. C. Hazan ve P. Shaver, "Romantic love conceptualized as an attachment process", *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 1987, s. 511-524.
50. J. A. Simpson, "Influence of attachment style on romantic relationships", *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 1990, s. 971-980.

ORMANDAKİ BEBEKLER

1798'de, Fransa'nın Aveyron bölgesinde, ormanlık alanın dışında yaklaşık on yaşlarında çıplak bir çocuk dolaşıyordu.[51] Köylüler çocuğu ara sıra görüyor ama kimse onun kim olduğunu bilmiyordu. Büyük ihtimalle Fransız Devrimi esnasında, kıtlığın neden olduğu zor zamanlarda, ormanda ölüme terk edilmiş çocuklardan biriydi. Ama bir şekilde "Victor" (daha sonra ona bu ad verildi) hayatta kalabilmişti. Köylüler en sonunda onu yakaladığında, haber Victor'un popüler bir konuya dönüştüğü Paris'e ulaştı. Jean-Jacques Rousseau devrimin aydınlanma ruhu içinde, insanın doğuştan iyi olduğunu ama toplumun hepimizin içindeki bu "soylu vahşi"yi bozduğunu öne sürmüştü. Victor bu savın denenebileceği ilk örnekti, bu yüzden Paris'in aydın takımı onunla tanışmaya can atıyordu. Toplum tarafından bozulmamış bir çocuk olarak Victor, Rousseau'nun vahşi soylusunun yaşayan örneği olabilirdi.

Ne var ki Victor asil olmaktan çok uzaktı. Hayvan sesleri çıkarıyor ve gelişigüzel dışkılıyordu. Başlangıçta sağır ve dilsiz olabileceği düşünüldü, bu yüzden ilk zamanlarını Ulusal Sağır ve Dilsizler Kurumu'nda geçirdi. Ama kısa süre içinde Victor'un sorununun iletişim kuramamaktan çok daha fazlası olduğu görüldü. Sözü geçen kurumda çocukları tedavi eden Parisli genç doktor Jean Itard, Victor'u anılarında şöyle tanımlar:

"iğrenç, pasaklı, kasılmalardan dolayı zarar görmüş, sıklıkla çırpınan, hayvanat bahçesindeki bazı hayvanlar gibi sürekli oraya buraya salınan, kendisine karşı çıkanları ısıran ve tırmalayan, kendisiyle ilgilenenlere karşı hiçbir kibarlık göstermeyen, kısacası herkesten farklı ve kimseye saygı göstermeyen biri."[52]

---

51. H. Lane, *The Wild Boy of Aveyron*, Harvard University Press, Cambridge, 1979.

52. J. M. G. Itard, *An Historical Account of the Discovery and Education of a Savage Man or of the First Developments, Physical and Moral of the Young Savage Caught in the Woods Near Aveyron in the Year 1798*, Richard Phillips, Londra, 1802, s. 17.

Itard sabırlı bir eğitimle Victor'un topluma kazandırılabileceğine inanıyordu. Başlangıçta süreç umut vericiydi çünkü Victor sözlü komutları anlamaya başlamıştı. Hatta giysilerini giyebiliyordu. Ne var ki iletişim yeteneği daha fazla gelişemedi ve beş yıllık yoğun eğitimin sonunda Itard, Victor'u topluma kazandırma girişiminden vazgeçti. Victor, 1828'de ölene dek Itard'ın evdeki hizmetçisinin bakımında kaldı.

Victor gibi vahşi ya da yabani çocuklar belirli zamanlarda halkın ilgisini uyandırmıştır. Ebeveynsiz ya da diğer insanlarla deneyimi olmayan bir çocuk neye benzerdi? Bir dilleri olur muydu? 1493 yılında, İskoçya Kralı 4. James'in, hiç insanla konuşmamış bir çocuğun hangi dili konuşacağını merak ettiği için iki çocuğun Forth Körfezi'ndeki Inchkeith adasında dilsiz bir kadın tarafından yetiştirilmesini emrettiği söylenir. Birkaç yıl sonra Pitscottieli Robert Lindsay günlüğünde konu hakkında şunu belirtmiştir: "Bazıları iyi İbranice konuştuklarını söylüyor."[53]

Belli ki yabani çocuklar yüzyıllardır doğa-çevre tartışmasıyla ilgilenen entelektüellerin hayal gücünü canlandırmıştır. Edebiyat için iyi bir konudur. Rudyard Kipling'in *The Jungle Book** adlı kitabında kurtlar tarafından büyütülen genç erkek çocuğu Mowgli'yi veya Edgar Rice Burroughs'un *Tarzan of the Apes* [Maymunların Tarzan'ı] kitabını hatırlayın. Bu konuyla ilgiliyiz çünkü insanların doğal eğilimlerini ve çevreden neler öğrendiklerini bilmek istiyoruz. Ebeveyn etkisinin yokluğunda insanların benliği neye benzer?

Bu soruların yanıtlanmasındaki sorunlardan biri şu: Bu tür vakaların pek çoğu yoksul, izole ve kırsal topluluklardan çıkmaktadır, bu yüzden yeterli bilgi birikimi ve ayrıntıya ulaşmak zordur. Daha iyi belgelenmiş vakalardan biri, 1970'lerde psikologlarca incelenen, psikotik büyükbabasının Los Angeles'taki evinde gizli bir odada çocukluğundan beri sosyal olarak

53. G. Bremner, *Infancy*, Wiley-Blackwell, Oxford, 2004, 2. baskı, s. 2.

* *Cengel Kitabı*, Çev. Kamer Mengütürk, Yapı Kredi Yayınları, İstanbul, 2009. (y.h.n.)

izole edilmiş 14 yaşındaki Genie vakasıdır. Rehabilitasyonu için konuşma terapistlerinin ve çocuk psikologlarının ortaklaşa çalışmalarına rağmen o da Victor gibi sınırlı bir iletişim ve anlama yeteneğine kavuşmuştu.

Genie vakası sosyal gelişimde hassas dönemi desteklemek için kullanılan bir kanıt olmuştur ama bu çocukların başlangıçtaki durumlarını bilmeksizin kesin sonuçlara varmak zordur.[54] Belki beyinleri zaten hasarlı olduğu için terk edilmişlerdi. Çocuk gelişim uzmanı Uta Frith, Victor vakası incelemesinde, Victor'un şiddetli otizmin pek çok karakteristiğini sergilediğini gözlemlemiştir.[55] Ayrıca muhtemel beyin hastalığında payı olabilecek erken beslenme yetersizliğinin olup olmadığını, varsa ne derecede olduğunu da bilmiyoruz. Belki de sosyal etkileşim eksikliği, normal gelişim için gerekli besini sağlayacak bakımı görmeyişinin zararlı sonuçları kadar etkili değildi. Bununla birlikte 1989'da Romanya diktatörünün düşüşü, uzun vadeli sosyal gelişim için hem fiziksel hem de psikolojik bakımın zorunlu olduğunu gösterecekti.

SEVGİNİN BUNUNLA NE İLGİSİ VAR?*

1990 yılında Romanya yetimhanelerinin acımasızlığı gün yüzüne çıktığında, beşiklerinin parmaklıklarından bakan minik yüzler Batı dünyasını bir kez daha şoke etti. Romanya'nın Marksist lideri Nikolay Çavuşesku, ülkenin nüfusunu artırmak için doğum kontrolünü yasakladı ve kadınlara daha fazla çocuk doğurma emri verdi. Zaten zayıf olan ekonomik koşullarda anne babaları bakımlarını sağlayamadığı için çocukların pek çoğu yetimhanelere adeta yığıldı. Bu çocuklar yetersiz beslenmekle kalmadı, sözde bakıcılarıyla hiçbir etkileşimleri

54. P. E. Jones, "Contradictions and unanswered questions in the Genie case: A fresh look at the linguistic evidence", *Language and Communication*, 15, 1995, s. 261-280.

55. U. Firth, *Autism: Explaining the Enigma*, Wiley-Blackwell, Oxford, 2003, 2. baskı.

* Yazar, bu başlıkla, *What's Love Got to Do With It*, ünlü şarkıcı Tina Turner'ın yaşamını anlatan 1993 yapımı filme gönderme yapıyor olabilir. (ç.n.)

olmadığı için sosyal olarak da terk edildiler. Ortalama olarak otuz bebeğe bir bakıcı düşüyordu. Bebekler kendi dışkıları içinde yatıyor, beşiklerine bağlanmış şişelerden besleniyor ve kokuları dayanılmaz hale geldiğinde hortumla ve soğuk suyla yıkanıyorlardı. Bazı bebekler o kadar uzun süre sırt üstü yatmışlardı ki kafaları anormal biçimde düzleşmişti. Romanyalı çocukları inceleyen Amerikalı ekibin başkanı Harvard Üniversitesi psikoloğu Chuck Nelson durumu "nefes kesici korkunçluk" olarak tanımlamıştı.[56] Bu çocuklarla çalışmak için oraya giden uzmanlara çocukların önünde ağlamamaları talimatı verilmişti. Nelson, "Bu yetimhanelerle ilgili en tüyler ürpertici şeylerden biri son derece sessiz olmalarıydı. Hiç kimse ağlamıyordu." Normal sosyal bağlar kopmuştu.

Yetimlerin durumu gün yüzüne çıktığında dünya bu çocukları kurtarmak için Romanya'ya hücum etti. Çocuklara daha iyi bir başlangıç sunmaya kararlı aileler yaklaşık 300 yetimi Britanya'ya götürdü. Birleşik Devletler'de Nelson ve meslektaşları 136 tanesi üzerinde çalışma yaptı.[57] Nasıl üstesinden geleceklerdi? Britanyalı psikiyatrist Sör Michael Rutter, Britanya'ya geldiklerinde iki yaşını doldurmamış olan 111 çocuk üzerinde çalışacak bir ekibe liderlik etti.[58] Bu yetimlerle ilgili hiçbir tıbbi kayıt yoktu ve içlerinde doğuştan rahatsızlığı olanların var olup olmadığını bilmek her zaman bir sorun ama araştırma bazı şaşırtıcı ve tutarlı sonuçlar açığa çıkarmıştır.

Yetimler geldiklerinde zihinsel olarak geri ve normal bebeklere kıyasla önemli ölçüde küçük kafalarıyla fiziksel olarak

56. Alvin Powell, Chuck Nelson ile söyleşi, "Breathtakingly awful", *Harvard Gazette*, 5 Ekim 2010.

57. D. E. Johnson, D. Guthrie, A. T. Smyke, S. F. Koga, N. A. Fox, C. H. Zeanah ve C. A. Nelson, "Growth and associations between auxology, caregiving environment and cognition in socially deprived Romanian children randomized to foster vs ongoing institutional care", *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, 164, 2010, s. 507-516.

58. M. Rutter, T. G. O'Connor ve Britanyalı ve Romanyalı Evlatlıklar Çalışma Takımı, "Are there biological programming effects for psychological development? Findings from a study of Romanian adoptees", *Developmental Psychology*, 40, 2004, s. 81-94.

gelişmemişlerdi. Bununla birlikte dört yaşına dek bu bozukluklar giderildi. IQ dereceleri dört yaşındaki normal çocuklara göre ortalamanın altındaydı ancak mevcut sınırlar içinde bu beklenebilirdi. Çocuklar büyük oranda rehabilite olmuş görünüyordu. Bazıları diğerlerinden daha iyi hale gelmişti. Geldiklerinde altı aydan küçük olan yetimler, Britanyalı yaşıtlarına denk gelişmişti. Tam olarak geri kazanılmışlardı. Britanya'ya geldiklerinde fırsat kapıları henüz kapanmamıştı. Altı aydan büyük olan çocukların geri kazanılmaları, onları evlat edinen ailelerin tüm çabalarına rağmen düşük düzeyde kalmıştı.

Yetimler altı, on bir ve on beş yaşlarında yine izlendiler. Grup olarak, yaşama nasıl başladıkları göz önüne alındığında, yine beklenenin üstünde çıktılar. Ama tümü iyi değildi. Yetimhanede en çok vakti geçirmiş olanlar, ilişki kurma sorunları ve hiperaktiviteyle birlikte dengesiz davranışlar göstermeye başlamışlardı. Tıpkı Bowlby ve diğerlerinin öngördüğü gibi çocukluğunda normal sosyal bağlanma geliştirememişlik, yetişkinliğe zayıf sosyal bağlanma olarak aktarılmıştı. Rutter altı aydan küçük çocukların, sosyal yoksunluğun izlerinden tamamen arındığı sonucunu çıkardı. Ama daha büyük çocuklar yaşla orantılı olarak yaşamlarının sonraki bölümlerinde sorun yaşama riski taşıyorlardı. Yetersiz beslenme, gelişme bozukluklarında bir miktar rol oynamış olsa da tek neden olamazdı. Britanya'ya geldiklerinde ağırlıklarına bakılarak gelişim durumları tahmin edilemezdi. Sosyal açıdan izole geçirdikleri zamanın uzunluğu daha önemli bir role sahipti. Çocukluktaki izolasyonları sosyal uyum yeteneklerini geri dönüşsüz biçimde harap etmişti.

Diğerleri olmadan hayatta kalabilir misiniz? Muhtemelen. Bazı insanlar izole biçimde yıllarca hayatta kaldı. Ama bunu ister miydiniz? Peki, çocukken diğerlerine olan ihtiyacımıza ne demeli? Romanya yetimhaneleriyle ilgili çalışmalar, başkalarıyla etkileşim ihtiyacımız hakkında, esenliğimiz için sosyal psikolojik gelişimi zorunlu kılan son derece temel bir şeyi gözler önüne sermiştir. Zamanında kurtarılacak kadar şanslı olan

bu yetimler, yeterli besin sağlayan evler ve bakım sayesinde izolasyonun yarattığı acıları yok edebileceğimizi kanıtlamıştır. Bununla birlikte izolasyonun sosyal gelişimimize bu kadar süratle kalıcı zararlar verebilmesi şok edicidir. Öyle görünüyor ki yaşamımızın geri kalanında mutlu olabilmek için doğumdan sonraki ilk yılda başkalarına ihtiyacımız var. Bu şunu gösterir: Bu hassas dönem boyunca bireyi inşa eden süreçler bozulduğu için, gelişimimiz boyunca ortaya çıkan benlik hissimiz erken sosyal deneyimlerin izini taşır. Diğer bir deyişle gelişen insan beyni başkalarından bilgi aktarımı bekler ki bu son derece önemlidir, bu girdilerin yokluğu normal sosyal davranışın epigenetiğinde* kalıcı etkilere neden olur.

MAYMUN SEVGİSİ

Romanyalı yetimler, Harry Harlow'un 1960'lı yıllardaki kötü ünlü izolasyon deneylerindeki makak maymunlarıyla benzer tepkiler verdi.[59] Harlow, Bowlby'nin yetimhanelerde yetişen çocukların neden anti-sosyal davranışlar geliştirdiğine dair teorisinden esinlenmişti ama o çocukların sefil geçmişlerinin ya da yetimhanelerdeki kötü beslenmenin bu etkenlere neden olduğunu öne süren alternatifleri boşa çıkarmak istedi. Bunu test etmek için makak maymunlarını değişen sürelerde bütünüyle sosyal izolasyona tabi tutarak (bu çalışmalar, artık maymunların insanlara ne kadar çok benzediğini bildiğimize göre bugün kesinlikle onaylanmazdı) yetiştirdi. Onları beslemesine ve sıcak tutmasına rağmen en azından ilk altı ayı tamamen sosyal izolasyon içinde geçiren bu maymunlar anormal bir gelişim gösterdi. Kendilerini ısırıp takıntılı biçimde ileri geri sallandılar ve diğer maymunlarla iletişim kurmakta zorlandılar. Anne olduklarında bebeklerini dışladılar ya da bazen onlara saldırdılar. Çocukluklarında yaşadıkları sosyal

* Epigenetik, gelişime katkıda bulunan gelişimsel etkenleri, özellikle de gençevre etkileşimlerini ifade eder. (ç.n.)

59. H. E. Harlow ve M. L. Harlow, "The affectional systems", A. M. Schrier, H. E. Harlow ve F. Stollnitz (Der.), *Behavior of Nonhuman Primates*, Academic Press, New York, 1965, Cilt 2.

yoksunluk, yetişkinliklerinde sosyal olarak geri kalmalarına neden olmuştu. İlk altı ayları bitmeden diğer maymunlarla tanışmış olsalardı daha fazla sosyal davranışı geri kazanırlardı. İlk altı aydan sonra izole edilen maymunlar etkilenmedi. Belli ki maymunlar ve insanlar doğumdan itibaren beslenmeden fazlasına ihtiyaç duyuyor. Yemek ve ısıya değil sevgiye ihtiyaç duyuyorlardı. Başkalarının sevgisi olmaksızın kayıp bireyleriz, sosyal normal bir hayvan olmak için son derece gerekli olan sosyal davranışları geliştirmekten aciziz.

Peki, sosyal izolasyonu primat gelişimi için son derece yıkıcı yapan şey nedir? Bunun basit bir yanıtı yok ve değişik mekanizmalar kurgulanabilir. Örneğin çok erken doğan bebekler, olgunlaşmamış akciğerleriyle rahat nefes alabilmeleri ve steril bir ortamda olmaları için birkaç hafta kuvözde kalabilirler. Erken doğmuş olmanın yanı sıra çok küçük ve hafiftirler. Yine de onlar hâlâ kuvözdeyken okşayarak ve ovarak onlarla iletişime geçerseniz bu küçük temas fiziksel gelişimlerini önemli ölçüde ilerletecektir. Erken doğmuş yalnız bebeklerden daha hızlı büyür ve kilo alırlar. En mantıklı açıklama, hayvanlar üzerinde yapılan, temizlik bakımı ve dokunma esnasındaki temasın beyinde büyüme hormonlarının salgılanmasını tetiklediğini gösteren çalışmalardır. Büyüme hormonları, metabolizmayı ve ufaklıkların yiyeceklerden daha fazla besin çekebilmesi için kalori alımını etkiler. Psikolog Tiffany Field[60], Britanya'da, erken doğan bebeklerin on gün boyunca, günde yalnızca on beş dakikalığına okşanmasının önemli derecede kilo artışına, böylece hastaneden erken taburcu olmaya ve çocuk başına yaklaşık on bin dolarlık bir tasarrufa olanak sağladığını göstermiştir. Altı üstü küçük bir sevgi gösterisi gibi görünse de bebekleri okşamanın sağlığa yararları bir yana finansal bir katkısı da vardır.

Sosyal etkileşim yalnızca kilo artışına neden olmaz, beynin serpilip gelişmesini de sağlar. Daha önce de belirtildiği gibi fare

60. T. Field, M. Hernandez-Reif ve J. Freedman, "Stimulation programs for preterm infants", *Social Policy Report*, 18, 2004, s. 1-19.

yavruları bir parça itiş-kakış oyunundan hoşlanır. 1940'larda Donald Hebb[61], birbirleriyle etkileşim içinde çok sayıda fare içeren sosyal kafeslerdeki farelere kıyasla tam bir izolasyon içinde yetişen fare yavrularının bazı değerlerini karşılaştırdı. İzole edilmiş farelerin labirentte yön bulma gibi problemleri çözmede önemli ölçüde daha yavaş olduklarının yanı sıra beyinlerinin, daha ağır bir beyne ve daha kalın kortikal alana sahip sosyal fareler kadar gelişmemiş olduğunu da tespit etti. Bölüm 1, Şekil 5'ten hatırlarsanız, bu kalın kortekslerin nedeni nöronlar arasındaki bağlantı sayısının artmasıdır. Bundan dolayı izolasyon içinde yetişmek sosyal bir hayvan için sağlıklı değildir.[62] Artık yalnızlığın, büyümeyi engellediğini ve insanlar, maymunlar, tavşanlar, fareler, domuzlar ve hatta bırakınız beyni, bir parça korteksi bile olmayan mütevazı meyve sineğinin [*Drosophile*][63] bile sağlığını bozduğunu biliyoruz.

Fiziksel büyümeye ek olarak, insanlar için sosyal izolasyonun yol açtığı asıl sorunlarından biri de dünya hakkında daha çok şey bilen insanlara ulaşamıyor olmaktır. Yetişkinler genelde çocukla ilgilenir ve ona göz kulak olur. Bir çocuk hayatta kalmayı başarsa bile etrafta daha yaşlı ve olgun bireylerin olmayışı belirsizlik anlamına gelir. Anlama, denetleme, iletişim, düzenleme, dünyayı kavrama veya algılama yeteneği olmayan biri çaresizdir. Ve yardım edecek kimse yoksa bu belirsizlikler stres ve kaygı yaratarak uzun vadede bedensel ve zihinsel sağlığı aşındırır.

Çocukların ihtiyaç duyduğu yalnızca sevgi ve ilgi değildir. Onlar aynı zamanda düzen ve yapıya da ihtiyaç duyarlar. Öngörülü davranan yetişkinler ararlar. Paradoksal olarak güvenilir oldukları sürece tacizci ebeveynlerle bile güçlü bir bağlılık

61. D. O. Hebb, "The effects of early experience on problem solving at maturity", *American Psychologist*, 2, 1947, s. 306-307.

62. J. T. Cacioppo, J. H. Fowler ve N. A. Christakis, "Alone in the crowd: The structure and spread of loneliness in a large social network", *Journal of Personality and Social Psychology*, 97, 2009, s. 977-991.

63. H. Ruan ve C. F. Wu, "Social interaction-mediated lifespan extension of Drosophila Cu/Zn superoxide dismutase mutants", *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 105:21, 2008, s. 7506-7510.

kurabilirler.[64] Bunun nedeni tacizin çocukta kaygı yaratması ve bunun da bağlanma ihtiyacını artırmasıdır. Bu durum, sevgi ve nefretin korkunç kısır döngüsü haline gelir ve sahneyi yetişkinlikteki tacizci ilişkilere hazırlar.[65] Çocuklar onlara güvenilir tepkiler veren yetişkinlere ihtiyaç duyarlar çünkü onlar özenli ve öngörülebilirdir. Çoğu bebeğin ce-ee ya da "gördüm seni" oyununu* (ki bu bir oyundan fazlasıdır) sevmesinin nedeni budur. Ce-ee oyunu, çocuk için zamanını ve emeğini ona harcamaya hazır yetişkinleri tanıma yollarından biridir.[66]

Şüphesiz gıda ve beslenme yaşamsaldır ama çocuklar kim olduklarını keşfedebilmeleri için başka insanlara ihtiyaç duyarlar. Çoğumuz, sahip olduğumuz benlik -büyük sosyal gruba dahil, bütünleşmiş, tutarlı, bağımsız, bireysel bir varoluş- hissini diğerleri olmadan geliştiremeyiz. Tamamen izole biçimde yetişmiş çocukta kim bilir nasıl bir benlik ortaya çıkacaktır? Böyle insanlık dışı koşulların insani olmayan bir benlik üreteceği su götürmez bir gerçek.

KOPYALA BENİ

Taklidin, yaltaklanmanın en içten biçimi olduğu söylenir. Çocuklar bir yaşını doldurana dek sürekli taklit etme olanakları ararlar. Sosyal beyin, bağlantı patlamasını süzerek başkalarından gelecek yararlı bilginin peşine düşer. Diğerlerini izleyerek, gözlem yaparak hızlıca öğrenmeleri için kendilerini donatmış olan binlerce yıllık evrimi kullanırlar ki bu her şeyi kendi başlarına çözmeyi denemelerinden daha kolay ve iyidir.

---

64. R. S. Kempe ve C. H. Kempe, *Child Abuse*, Harvard University Press, Cambridge, 1978.

65. D. G. Dutton ve S. Painter, "Emotional attachments in abusive relationships. A test of traumatic bonding", *Violence and Victims*, 8, 1993, s. 105-120.

* İngilizce'de "peek-a-boo" olarak bilinen oyun, yetişkinin çocuğu bir örtüyle ya da başka bir şeyle saklaması ya da çocuğun yetişkinden saklanması ve sonrasında yetişkinin bularak ya da görerek "ce-ee" (İngilizce'de peek-a-boo) ya da "buldum seni" diye seslenmesi oyunudur. (ç.n.)

66. G. A. Morgan ve H. N. Ricciuti, " 'Infants' responses to strangers during the first year", B. M. Foss (Der.), *Determinants of Infant Behaviour*, Methuen, Londra, 1967, Cilt 4.

Görünüşe göre çoğumuz taklit edilmekten, en azından davranışlarımızı kopyalayan insanlardan hoşlanırız. Âşıkların bunu nasıl yaptıklarını fark ettiniz mi hiç? Bir dahaki sefer parkta gecelemiş bir çiftin veya mum ışığında romantik akşam yemekleriyle ünlü popüler bir restorandaki âşıkların hareketlerine bir göz gezdirin. Aralarında geçen sevgi dolu sözleri duyamasanız bile yalnızca bedensel duruşlarına ve sözel olmayan iletişimlerine bakarak iki insanın birbirlerinden hoşlandıklarını anında anlayabilirsiniz.

Başkalarını kopyalama, insanın doğuştan gelen en güçlü yeteneklerinden biridir.[67] Bebekler en başından itibaren olağanüstü birer insan izleyicisidirler. Yetişkinleri takip eder ve davranışlarını kopyalarlar. Hiçbir hayvan türü bizim doğallıkla ve kolayca yaptığımız bu işlem için aynı kapasiteye sahip değildir. Bu yetenek aletlerle ilgili bilgiyi aktarmak için kullanışlı bir yol olacağından muhtemelen dili geliştirmemizden önce de vardı. Fındıkkıran ya da sopa yardımıyla termit avlayan şempanzeler gibi bebeklerin başkalarını izlemeyi kendiliğinden öğrenmelerine kıyasla sönük kalan tek tük örnekler olsa da hiçbir hayvan bizim kadar çarpıcı bir biçimde alet yapamaz veya kullanamaz.

Bunun nedeni insanların taklit etmeye programlanmış olmasıdır. Bir yaşındaki çocuk, bir yetişkini daha önce hiç görmediği bir nesne üzerinde yeni bir şeyler yaparken izlerse bunu hatırlayacak ve bir hafta sonra taklit edecektir.[68] Yetişkin bazı sorunlardan dolayı amacına ulaşamasa da çocuk bu amacın ne olduğunu bilir. Bir deneyde[69], bir kadın on dört aylık çocuklara bakıp gülümsüyor ve öne eğilip alnıyla dokunarak bir elektrik düğmesine basıyor. Üzerinde elektrik düğmesi olan kutu çocuğa uzatıldığında bebekler aynı garip hareketi tekrarlıyor. Fakat kadın kollarını bir örtüyle sarıp aynı hareketi tekrarladı-

67. A. N. Meltzoff, P. K. Kuhl, J. Movellan ve T. J. Sejnowski, "Foundations for a new science of learning", *Science*, 325, 2009, s. 284-288.
68. A. N. Meltzoff, "Infant imitation and memory: Nine-month-olds in immediate and deferred tests", *Child Development*, 59, 1988, s. 217-225.
69. G.Gergely, H.Bekkering ve I. Kiraly, "Rational imitation of goal directed actions in preverbal infants", *Nature*, 415, 2002, s. 755.

ğında bebekler bu hareketi kopyalamıyor. Kutudaki düğmeyi elleriyle aktive ediyorlar. Bebekler, elleri bağlı olduğuna göre kadının amacını yalnızca düğmeye basmak diye yorumlamıştır. Ne var ki elleri serbestken düğmeye basmak için alnını kullanılmasında önemli bir şey olduğu kanısında olmalılar.

Pek çok hayvan da kopyalayabilir ama hiçbiri bunu sırf eğlence ve sosyalleşmek için yapmaz. Kopyalama otomatik bir refleks değildir. Bebekler gördükleri her yetişkin hareketini körü körüne kopyalamazlar.[70] Yetişkin gülümsemez ve çocukların dikkatini daha baştan çekmezse bebekler kopyalamaz. Ayrıca ne yaptığını biliyor gibi görünen yetişkinleri kopyalarlar. Bebek gözbağı takmış bir yetişkinin hareketlerini başlangıçta kopyalayacaktır. Yetişkinin göremediğini bilmez. Bununla birlikte bebeğe oynaması için bir gözbağı verirseniz gözü bağlı yetişkini kopyalama hatasına bir daha düşmez. Bebekler önemsemeye değer bir şeye bakıyor olmadıklarını bilirler. Diğer bir deyişle uygulamaya değer gördüklerinde yetişkinin hareketlerini kopyalarlar. Bebekler sosyal davranışlar gösteren bir robotu bile kopyalar. Meslektaşım Shoji Itakura, Kyoto'da, başlangıçta çocuğa bakan bir robotun hareketlerinin çocuk tarafından kopyalanacağını göstermiştir. Robot, çocuğa sosyal tepkiler vermezse çocuk tarafından görmezden gelinir. Robot çocuğa bakarak basitçe dikkate değer bir zihin olduğu algısı yaratır.[71]

MAYMUN NE GÖRÜRSE ONU YAPAR

Yumruklanan birini gördüğünüzde neden ürktüğünüzü hiç merak ettiniz mi? Dayak yiyen siz değilsiniz sonuçta ama tepkiyi kopya edersiniz. Sinir-bilimciler diğer insanların hareketlerini izlerken sempati duymamızı sağlar görünen ve ayna

70. A. N. Meltzoff ve R. Brooks, "Self-experience as a mechanism for learning about others: A training study in social cognition", *Developmental Psychology*, 44, 2008, s. 1257-1265.

71. S. Itakura, H. Ishida, T. Kanda, Y. Shimada, H. Ishiguro ve K. Lee, "How to build an intentional android: Infants' imitation of a robot's goal-directed actions", *Infancy*, 13, 2008, s. 519-532.

nöronlar olarak adlandırılan beyin hücrelerinin keşfinden sonra bu sosyal kopyalama olgusunun sinirsel temeli üzerinde çalışmaktadır. Ayna nöronları beynin ve başın üst tarafında bulunan, planlama ve hareketlerin uygulanması esnasında aktif olan ve yardımcı motor alanı olarak bilinen kortikal alanda bulunurlar.

Ayna nöron sistemi 1990'larda sinir-bilimci Giocomo Rizzolatti'nin laboratuvarında aslında kazara keşfedildi.[72] Rizzolatti tarafından verilen ilk derslerden birine katılmıştım. Konferansta yerfıstığı toplamak için eğilen bir maymunun nöronlarının tetiklenmesini incelemek için, iş arkadaşlarıyla birlikte, maymunun hareketlerini denetleyen beyin bölgesine bir elektrot yerleştirdiklerini anlatmıştı. Öngörüldüğü gibi nöronlar maymun ödülü almak için uzandığında tetiklenmişti. Ama deneycinin yerfıstığı almasını izlerken de maymunda aynı nöronun tetiklenmesini beklememişlerdi. Bu nasıl olabilirdi? Bu, insanın beyninde değil, maymunun beyninin motor alanındaki bir hücreyle ilgiliydi. Bu hücre bir başkasının davranışını kopyalıyor gibiydi. Maymunun ayna nöronları insanın her hareketiyle tetiklenmiyordu, yalnızca fıstığı edinmesini sağlayan hareketlerle tetikleniyordu. Nöron, deneycinin amacını biliyor gibiydi. Ayna nöronların özelleşmiş nöronların ayrı bir sınıfı olup olmadığı hâlâ ateşli biçimde tartışılmaktadır[73] ama görünüşe göre bu nöronlar diğer insanların hareketleriyle aktive oluyor ve bu sayede diğerlerinin zihninde ne olduğunu ortaya çıkarabiliyor.

Ayna nöronların keşfi tüm akademik camiada ateş topu gibi yayıldı. Bazıları keşiflerin sinir-bilimindeki etkisini DNA yapısının ortaya çıkarılmasının biyolojideki etkisine benzetti.[74] Çünkü ayna nöronlar diğer insanların amaçlarını ve niyetleri-

72. V. Gallese, L. Fadiga, L. Fogassi ve G. Rizzolatti, "Action recognition in the premotor cortex", *Brain*, 119, 1996, s. 593-609.

73. V. Gallese, M. A. Gernsbacher, C. Heyes, G. Hickok ve M. Iacoboni, "Mirror Neuron Forum", *Perspectives on Psychological Science*, 6, 2011, s. 369-407.

74. Bu görüş seçkin sinir-bilimci Vilayanur Ramachandran tarafından ortaya atıldı ve C. Keysers'in, *The Empathic Brain* (Smashwords e-book, Los Gatos, 2011) adlı kitabında içerildi.

ni bilmenin bir yolunu sağlayabilir görünüyordu. Ayna nöronlar, örneğin bilgisayarımda bir cümle yazdığımda bir başkasının ekranında görünmesini sağlayan bilgisayarlar arasındaki iletişim ağları gibi zihinler arasındaki doğrudan bağlantılara benzer çalışır. Bu olanak başkalarının zihinlerini kendimizinkilere nasıl benzer kıldığımız üzerine çalışan sinir-bilimciler için büyük bir sıçrayıştı.

Hareketlerim kendi zihnime zaten doğrudan bağlı olduğundan, ayna nöronlarım birinin hareketlerini izlerken tetikleniyorsa, ne düşündüğünüzü bilmek için sadece kendi aklımdakini bilmem yeterli. Daha önce belirttiğim gibi, gülümserseniz karşılığında otomatik olarak gülerim, iyi hisler kadar mutlu düşüncelerim de tetiklenir. Davranışlarınızı kopyalayarak bulunduğunuz duygusal durumu ben de doğrudan deneyimlerim. Bir başkasının ifadesini kendi kaslarımızla taklit ettiğimizde, genellikle aynı ifadeyi üretmekten sorumlu aynı duyguya kolaylıkla erişiriz. Yüzlerindeki kırışıklıklardan kurtulmak için botoks iğnesi vurdurarak yüz kaslarını geçici olarak kötürümleştiren insanların, başkalarının duygusal ifadelerini iyi okuyamamalarının nedeni belki de başkalarını kopyalayamamalarıdır.[75]

Filmleri ve oyunları izlemekten biraz da ayna nöronlar sayesinde zevk alırız. Başkalarını izlediğimizde onların duygularını doğrudan deneyimleyebiliriz. Başkalarının duygularıyla empati kurduğumuzda onların acı ve neşesini hissederiz. Ayna dokunuşu sinestezisi olarak bilinen durumda bireyler birbirlerinin acısını tam olarak hisseder. Örneğin *Raging Bull* [Kızgın Boğa] gibi boks filmlerini izleyemezler. Beyin görüntüleme, bu kişiler başkalarını izlerken dokunmayla ilgili ayna sistemlerinin aşırı tepkime verdiğini gösterir.[76] Ayrıca anterior insula

75. D. T. Neal ve T. L. Chartrand, "Embodied emotion perception: Amplifying and dampening facial feedback modulates emotion perception accuracy", *Social Psychological and Personality Science*, 2011, doi: 10.1177/ 1948550611406138.
76. S.-J. Blakemore, D. Bristow, G. Bird, C. Frith ve J. Ward, "Somatosensory activations during the observation of touch and a case of vision-touch synaesthesia", *Brain*, 128, 2005, s. 1571-1583.

olarak bilinen ve kendimiz-başkaları ayrımını yaparken aktif olan başka bir bölge de ışıldar. Bu yüzden bu kişiler kendilerine olan ile başkalarına olanı ayırt etmekte zorlanırlar.

Sinestezi uzmanı Jamie Ward'a göre yüzde birin biraz üstündeki bir kesimimiz ayna dokunuşu sinestezisine sahip, oysa birçoğumuz acı çeken birini izlerken ürktüğümüzde daha hafif hisler duyar.[77] Diğer insanların duygusal görüntüleri benzer biçimde travmatik deneyimlerimiz esnasında aktif olan aynı duygusal devreleri tetikler. Acıklı film ya da romanların yaptığı da budur. Bunlar doğrudan üzgün olduğumuzda aktif olan aynı beyin bölgelerine çalışırlar. TV yapımcıları bunu on yıllardır bilmektedir, örneğin kayıtlı gülme efektlerini seyircide aynı tepkiyi uyandırsın diye kullanırlar. Çünkü gülmek duygusal olarak bulaşıcıdır. Diğerleri güldüğünde gülmekten başka çareniz kalmaz. Bu etki, ara sıra isterik biçimde kahkahalara boğulan stüdyo seyircileri gösterildiğinde artar.

Ayna nöronları, başkalarının eylem ve hareketlerini bilinçsizce kopyalamakta kullanılan istemsiz insan davranışı taklit de dahil olmak üzere sosyal davranışın diğer yönlerini de açıklar. İnsanlar kuyruğa girdiğinde aralarına eşit mesafe koyar ve çoğunlukla aynı tavrı takınırlar. Birbirlerini izleyen sallanan sandalyedeki insanlar farkında olmaksızın sallanmayı aynı anda keserler.[78] Sohbet esnasında insanlar eşzamanlı olarak kol ve bacaklarını bağlar veya çözer, başlarını sallar, tüm hareket biçimlerini kopyalarlar. Yine de bunun ilk başta insanların birbirinden hoşlanmalarına veya anlaşmalarına bağlı olduğunu belirtmekte fayda var. Bu konu 6. Bölüm'de daha derinlemesine tartışılmıştır çünkü görünüşe göre taklidin, bize benzediğini veya bizden farklı olduğunu düşündüğümüz kişilere verilen tepkiler konusunda önemli sonuçları var.

77. J. Ward, *The Frog Who Croaked Blue: Synesthesia and the Mixing of the Senses*, Routledge, Londra, 2008.

78. M. J. Richardson, K. L. Marsh, R. W. Isenhower, J. R. L. Goodman ve R. C. Schmidt, "Rocking together: Dynamics of intentional and unintentional interpersonal coordination", *Human Movement Science*, 26, 2007, s. 867-891.

Peki ya esneme? Ağzını açıp uyku için inleyen birini izledikten sonra gayri ihtiyari esnediğiniz oldu mu? Yarımızdan fazlası esneyen birini gördüğünde esner. Kimse tür olarak bunu neden yaptığımızdan tam olarak emin değil. Bir teoriye göre bunu biyolojik saatlerimizi senkronize etmemize yardımcı olduğu için yapıyoruz. Daha ilginç bir olasılık esnemenin duygusal bulaşmanın bir biçimi olması –hızlıca yayılan bir hastalık gibi görsel bağlanmanın bir yolu olarak başkasını kopyalama dürtüsüne kapılmaktayız. Bu, belki bulaşıcı esnemenin bebeklikte görülmeyip neden üç-dört yaş arası dönemde çocukların başkalarıyla ilgili farkındalıkları keskinleştiğinde geliştiğini açıklayabilir.[79]

Peki ya kusma? Yalnızca kusan birini bile görmek istemsiz kusmaya neden olabilir. *Stand By Me* [Benimle Kal] filminde, Gordie'nin kamp ateşi etrafında anlattığı, baş kahraman Lardass'ın kalabalık bir turta yeme yarışmasında toplu kusmaya neden olduğu "barf o rama"* ile ilgili hikâyesinde gerçeklik payı vardır. Yalnızca görmek şart değil. İnsanların en çok hangi sesten iğrendiğini bulmak için yapılan bir ankette kusma sesinin en iğrenç ses olarak düşünüldüğü ortaya çıktı.[80] Bu türden bir duygusal bulaşma, neyin yemek için güvenli olduğuna ilişkin başkalarından gelecek bilgiyi öğrenmenin çok yararlı bir yolu olabilir. Sonuçta neyi iğrenç bulduğumuz etrafımızdakiler tarafından şekillendirilmiş olabilir. Sanki tüm sistemlerimiz diğerlerine dikkat etmek üzere tasarlanmış ve diğerlerinin deneyimleriyle birlikte aktive olmak için ayarlanmış.

Eğer aslında her zaman başkalarını taklit ederek gülümsüyor, ağlıyor, esniyor, ürküyor, berbat hissediyor, sallanıyor ve başımızı sallıyorsak, bu hareketler ne derece özerk ve bağımsız bir benliğe aittir? Şüphesiz bu kopyalama davranışlarını fark ettiğimiz anda onları üretme dürtümüze direnebiliriz

79. M. S. Helt, I. M. Eigsti, P. J. Snyder ve D. A. Fein, "Contagious yawning in autistic and typical development", *Child Development*, 81, 2010, s. 1620-1631.

* Pat Pollari'nin yazdığı çocuk kitapları serisi. (ç.n.)

80. T. J. Cox, "Scraping sounds and disgusting noises", *Applied Acoustics*, 69, 2008, s. 1195-1204.

ama konumuz bu değil. Normalde, başkaları tarafından aktive edilmek doğamızda var, bu örneklerin başkalarına olan bağımlılığımızı ortaya çıkarması bu nedenle ve bu, benlik yanılsamamızın bir parçası. Bu bulgular denetimimiz için rekabet eden birçok dış faktörü gözler önüne serer. Çaba göstererek ve alternatif eylemlerle direnebiliriz. Bazıları bu direnci bir özdenetim, gruptakilerin istediğini yapmak istemeyen içsel bir özne olarak kabul edebilir. Ben, çoğu zaman başkalarının etkisini reddedebileceğimizi ama bunun doğal bir eğilim olmadığını düşünüyorum. Ayrıca çoğumuz farklı sonuçlar elde etmek için hareketlerimizi yeniden düzenleyebiliriz ama bu içsel durum ve güdülerin yeniden ayarlanmasından başka bir şey değildir. Bunu sıklıkla yapabiliriz ama her zaman değil.

Taklit bizi diğerleriyle içten bir ilişkiyle bağlar. Ama karşılaştığınız herkesi taklit ettiğinizde olacakları bir düşünün. Hareketlerinizi yeniden düzenleyemediğinizi ve diğerlerini taklit etmekten kendinizi alamadığınızı hayal edin. Farklı şeyler yapan pek çok insan kısa zamanda sizi mahvederdi. Benliğinizi kaybederdiniz çünkü onun yerini başkalarının kimlikleri alırdı. Nörolog Oliver Sacks, New York sokaklarında kendini kalabalıkta rastladığı herkesi taklit etmekten alı koyamayan bir kadınla karşılaşmasından söz etmişti. Altmışlı yaşlarındaki kadın, seri hareketlerle, bir ya da iki saniye içinde gelen geçen herkesin hareket ve ifadelerini taklit ediyordu. Geçen herkes açıkça bundan rahatsız olmuş birinin tepkisini veriyor ve karşılığında tepkileri onlara aynen taklit edilmiş ve dolayısıyla daha gülünçleşmiş biçimde dönüyordu. Sacks onu sokak arasına saparken takip etmiş:

> Ve orada ağır hasta görünümüyle taklidini yaptığı 40-50 kişinin tüm davranış repertuvarını, tüm jest, hal, ifade ve tavırları harika biçimde hızlıca canlandırdı ve def etti. Muazzam bir pantomim gösterisiyle taklitlerini yaparak kendisini teslim ettiği son 40-50 kişiyi kusmuş oldu.[81]

81. O. Sacks, *The Man Who Mistook His Wife for a Hat*, Harper Perennial, New York, 1987, s. 123. [*Karısını Şapka Sanan Adam*, Çev. Çiğdem Çalkılıç, Yapı Kredi Yayınları, İstanbul, 2003. (y.h.n.)]

Talihsiz kadın, istemsiz hareket, düşünce ve davranışlarla karakterize edilen ve Tourette Sendromu olarak bilinen duruma uç bir örnektir. Çoğu zaman farkında olmasak bile insanları kendi irademizle kopyalayabiliriz ama onun için diğerlerini kopyalamak bir zorunluluk haline gelmişti. Neyse ki Tourette çok nadir rastlanan bir durum ama sosyal açıdan kabul edilebilir olmak için davranışlarımızı düzenlemek zorunda olduğumuzu gözler önüne seriyor. Genelde bir dürtü söz konusu olduğunda onu denetleyebiliriz. Farkına varmayabiliriz ama kontrol edilmezlerse bizi sosyal olarak kabul edilemez hale getirecek olan içgüdü ve dürtülerimizle sürekli savaş halindeyiz. Çoğumuz diğerleriyle ilgili sosyal açıdan kabul edilemez düşüncelere sahiptir ama biz bunları kendimize saklayabiliyoruz. Düşünsenize, her düşündüğünüzü yaptığınız veya herkese gerçekten aklından geçeni söylediğiniz bir hayat ne kadar zor olurdu?

Zorlama bir görüş olabilir ancak sosyal gelenekler çöktüğünde kızılca kıyamet kopardı. Toplum içinde kendimizi denetleme ihtiyacı duymamızın nedeni budur. Bu denetim beynin ön bölümünde engelleme yoluyla davranışları düzenleyen ve koordine eden mekanizmalar tarafından sağlanır. Bu ön belgeler beyin gelişiminde en son olgunlaşan yerler arasındadır. Bu nedenle küçük çocuklar çok dürtüsel olabilirler. Dürtülerini nasıl kontrol edeceklerini henüz öğrenememişlerdir.

Touerette hastalarının gelişim sürecinde dürtü denetimleriyle ilgili bir şey yanlış gitmiştir. Tik semptomları otomatik tetiklenen kasılmalar gibidir. Bazı tikler yalnızca basit seğirmeler gibi ama diğerleri daha karmaşık ve rahatsız edicidir, küfretme dürtüsü olan koprolali gibi. Çoğumuzun içinden muhtelif durumlarda yüksek sesle küfretmek gelmiştir ama bazı Tourette hastaları kendilerini durduramazlar. Engelleyici nörotransmiterleri etkileyen ilaçlar pek çok tiki yatıştırabilir ama şu ana dek Touerette hastalığının tedavisi bulunamamıştır. Tourette hastaları tiklerini kontrol etmek için sürekli savaşmak zorundalar ve etrafta birileri varken bu savaş en kötü ha-

lini alır. Sosyal bir ortamda normal davranma baskısı arttıkça tik dürtüsü hiç kaşıyamadığınız bir kaşıntı halini alabilir ve siz tiki durdurmaya çalıştıkça dürtü kuvvetlenir tıpkı aksırık gibi. Sosyal karşılaşmaların, kalabalıkta kendisini kontrol etmeye çalıştıkça daha kötü hale gelen Tourette hastası için son derece stresli olabilmesi şaşırtıcı değil. Sosyal ortamlarda pek çoğumuzun bu dürtüyü hissettiğini tahmin ediyorum. Ama neden?

Yanıtın Tourette hastalarının yüzleştikleri sorunla ilgili olduğunu düşünüyorum. Diğerlerinin varlığı toplum içinde özbilinçli olduğumuz için bizi kaygıya sürükler. İzlendiğimizi ve değerlendirildiğimizi hissederiz, normal görünme ihtiyacı daha kritik hale gelir. Bu korku da kaygı seviyesini yükseltir. Kaygımız arttıkça arzu ve dürtülerimiz üzerindeki kontrolü kaybederiz.

Özbilinç başkalarından kaynaklanmıyorsa nereden gelmekte? Bebekler başlangıçta özbilinçli değildir. Zaten bağırsak hareketleri üzerinde bile çok az kontrolü olan biri nasıl özbilinçli olabilir ki? Çocukluk dönemimizin bir evresinde öz kimliğimizi ve gurur duygusunu geliştirmeye başlarız. Kim olduğumuzu keşfederken başkalarının ne düşündüğüne dayanarak benliğimizi değerlendirmeye başlarız. Diğerlerinin saygısını ve onayını kazanmak belki de en büyük endişelerimizden biridir. Fakat bu anti sosyal düşünce ve davranışlardan benlik sorumlu değilse kim sorumlu? Yanıt hem bu tepkileri tetikleyen hem de bunların dışavurum ihtiyacını bastıran diğerleridir. Tek başınayken uyumlu olmaya gerek yok ama tek başımıza yaşamak üzere evrilmedik.

Erken sosyal gelişim diğerlerini kopyalayarak başlar ve koyalama yaşamımız boyunca devam eder. Benlik yanılsaması ya diğerlerini ne dereceye kadar kopyaladığımızdan habersiz olmamızı ya da onları bilerek kopyalamamızı garantiye alır. Sosyal davranışlarda bulunduğumuzda kararları kendimizin verdiğini ya da ipleri elimizde tuttuğumuzu düşünürüz ama bu özerklik inancı yanılsamanın bir parçasıdır. Diğerlerine sandığımızdan daha fazla bağımlıyız. Grubun bir parçası ol-

mak isteriz dolayısıyla bu, davranışlarımızı kontrol etmemiz gerektiği anlamına gelir. Ne istersek onu yapamayız ya da öyle kabul edilemeyiz. Diğerlerinin bize değer vermesini isteriz ama bu endişemizi özsaygıyla giderebilmek için önce başkalarının hakkımızda ne düşündüğünü ölçebilmek zorundayız. Bu diğerlerinin ne düşündüğünü değerlendirmeyi ve farkındalığı gerektirir ki biraz deneyim ve yöntem bilgisi şarttır.

3
Ayna Benlik

2001 yapımı *Zoolander* [Zırtapoz] filminin başkahramanı erkek top model Derek Zoolander, kariyeri düşüşe geçtikten sonra kaldırımın yanındaki su birikintisindeki yansımasına bakarak sorar: "Kimim ben?" Yanıt için eve dönmesi gerektiğine karar verir. Kim olduğumuzu bulmak için çocukluğumuzdaki kanıtların izini sürdüğümüz o tanıdık kendini keşfetme hikâyesidir bu. Çoğumuz, süper star erkek modeller bile bu köken duygusuna sahiptir. Benliğimizi, çocukluktan yetişkinliğe uzanan, yaşamdaki olayların ve yol boyunca bizi etkileyen ve kim olduğumuzu şekillendiren kişilerin damgasını taşıyan bir zamanda yolculuk olarak düşünürüz.

Benliğimiz dünyanın bize tuttuğu bir yansıma içinde var olur. Ayna benlik terimi, 1902 yılında Amerikalı sosyolog Charles Horton Cooley tarafından, benliğin etrafımızdaki kişilerin düşünceleri tarafından şekillendirildiğini ifade etmek için kullanıldı.[1] İnsanlar diğer insanların kavrayışına uydurmak için kendilerini şekillendirir; bunlar kişiden kişiye ve bağlama göre değişir. Eş, aile, patron, iş arkadaşları, sevgili, sevgi dolu hayranlar ve sokaktaki dilenci... Her biri onlarla etkileştiğimiz her an bize bir ayna tutar ve biz farklı bir benlik sunarız. Herkes ya da her grup bizi tanıdığını düşünür ama tanıyamazlar çünkü içinde var olduğumuz tüm bağlamların sırrına vakıf değildirler. Halka sundukları kişiliklerinin özel tuttukları gerçek kişilikleri olmadığından dem vuran ünlülerin bildik yakınmasıdır bu. Cooley bundan ayrı olarak diğerleri tarafından yaratılmış olandan farklı, gerçek bir kimlik olmadığını iddia etti. Etrafımızdaki kişilerin ya da en azından onların bizden beklediklerine inandığımız şeylerin bir ürünüyüz. Cooley benlik yanılsaması kavramını şu tekerleme gibi sözcük oyunuyla özetler: "Ben düşündüğüm kişi değilim, ben düşündüğünüz kişi değilim, ben düşündüğünüzü düşündüğüm kişiyim."

Cooley'in ayna benliğinin neden olduğu farklı soru ve çıkarımları düşünün. En başta bir benlik hissini nasıl geliştiririz? Çocuklar başkalarının ne düşündüğünü anlama yeteneğini nasıl geliştirir ve daha önemlisi onlar başkaları hakkında ne düşünür? Bu, çocukların gerçek benliğini bulmaya çalıştığı ergenliğin en zor zamanlarında özellikle önemli olmalı. Kimliğimiz kültürel sterotipler ve biyolojimiz tarafından nasıl şekillendirilir. Tüm bu sorular benliğimizin etrafımızdaki kişiler tarafından tanımlandığı düşüncesini akla getirir.

1. C. H. Cooley, *Human Nature and the Social Order*, Scribner's, New York, 1902.

AYNADAKİ ADAM

Derek Zoolander su birikintisine bakıp inanılmaz güzel bir yüz gördüğünde, yansımada ona aynı bakışla bakanın kim olduğunu hemen anladı. Bununla birlikte bu önemsiz gibi görünen benlik tanıma yeteneği herkesin yapabileceği bir şey değildir. Yaşlandıkça artan beyin ölümü kanıksadığımız gündelik işlevleri köreltir, buna kimlik duygusunu üretenler de dahildir. Örneğin aynada kendisine bakanı, kendisinin "tıpatıp benzeri" olmasına rağmen kesinlikle başka biri olarak niteleyen 77 yaşındaki Avustralyalı Bay TH'yi ele alalım.[2] TH normal bir zekâya sahipti ve deli değildi ama aynadaki yansımasının kendisine ait olduğunu kavrayamıyordu. Aynadaki adamın kim olduğu sorulduğunda TH, yan dairedeki komşusu olabileceğini söyledi. Aynadaki yabancıyla olan deneyimine uygun bir öykü anlatmıştı ama gerçek şu ki TH, hastaların yansımalarının kendilerine ait olmadıklarına inandığı, "ayna yanlış tanımlaması" olarak adlandırılan ve çok nadir görülen nörolojik bir sendromu gösteriyordu. Bu hastalar aynadaki görüntüyle benzerliklerini kabul ederler ama bu kendini tanımak değildir. Beyinlerinin yüz işleme devresindeki bir şey kimlik görüntülerini kaydetmede başarısız olmuştur. Bundan dolayı kendini tanımadan eser yoktur.

Ayna yanlış tanımlaması kişilerin gerçeklikle bağlarının koptuğu çözülme bozukluklarından biridir. Dünyadaki kimlik ve benlik duyguları çarpıktır. Hatta bazı örneklerde hastalar ölü olduklarına, dünyanın ve tüm deneyimlerinin birer yanılsama olduğuna inanırlar. Cotard Sendromu[3] olarak bilinen bu ölüm yanılsaması çok ender görülür ama bir iş arkadaşımın babasında vardı. Arkadaşımın babası içinde bulunduğu durumu hiçbir şeyin gerçek olmadığı sanal bir dünyada yaşamaya benzetiyordu, bu sayede konuya aşina olmuştum. Bulunduğumuz yerin ve şimdinin gerçekliğini deneyimlemek var olan

2. N. Breen, D. Caine ve M. Coltheart, "Mirrored-self misidentification: Two cases of focal onset dementia", *Neurocase*, 7, 2001, s. 239-354.
3. J. Cotard, *Etudes* sur *les Maladies Cerebrales et Mentales*, Bailliere, Paris, 1891.

çevrenin bilinçli farkındalığının bir parçasıdır ama Cotard Sendromu gibi bağlantısızlık bozuklukları bize gerçeklikle bağlantı içinde olmak için sağlıklı bir beyne ihtiyacımız olduğunu hatırlatır. Bazen herkes bir bağlantısızlık veya benliğin dışına çıkıp gerçek dışılık hissi duyumsadığı bir benlik yitimi deneyimler. Semptomlar arasında gündüz düşleri, empati yitimi ve bedenle bağlı olmama hissi bulunur.[4] Sahnede rol yapmak veya dünyayı bir camın arkasından izlemek gibi. Aslında şaşırtıcı biçimde yaygın bir durumdur. Oranlar farklılık gösterebilir ama yaklaşık dörtte üçümüz bazen böyle hisseder, özellikle gergin bir olaydan sonra. Görevden dönen savaş birliklerinin yarısından fazlasının benlik yitimi yaşadığı düşünülmektedir. Şüphesiz, beyin bozuklukları ve gergin olaylar, benliğin kişisel deneyimini kişinin artık gerçekten kendisi olduğunu hissetmesini engelleyecek kadar bozabiliyorsa, bu en başta benliğin kırılganlığını gözler önüne serer.

Hatta ayna yanlış tanımlaması bile o kadar nadir olmayabilir. Pek çoğumuz aynada gözlemlediğimiz yüzün kendimizinkine benzemediği anlık deneyimler yaşamıştır, özellikle de keyif için alınan ve gerçeklik hissini bozan uyuşturucuların etkisi altındayken. Hatta hipnozla bile bu tetiklenebilir.[5] Ama benlik hissi ve yansıma arasında geçici bir bağlantısızlığı deneyimlemek için yitip gitmek ya da değişmiş bir bilinç durumuna geçmek şart değildir. Bunu deneyin: Odanın ışıklarını kısın ya da daha iyisi bir mum yakın. Şimdi aynadaki benliğinize güzel bir bakış atın. Aynadan yansıyan gözlerinize odaklanın. Yüz hatlarınıza dikkatle bakın. Bir iki dakika sonra tuhaf bir his duyacaksınız. Benlik yitimini deneyimlemeye başlayacaksınız. Gözlerini bir dakika boyunca yansımasına diken çoğu insan,

4. E. C. M. Hunter, M. Sierra ve A. S. David, "The epidemiology of depersonalisation and derealisation: A systematic review", *Social Psychiatry Psychiatric Epidemiology,* 39, 2004, s. 9-18.

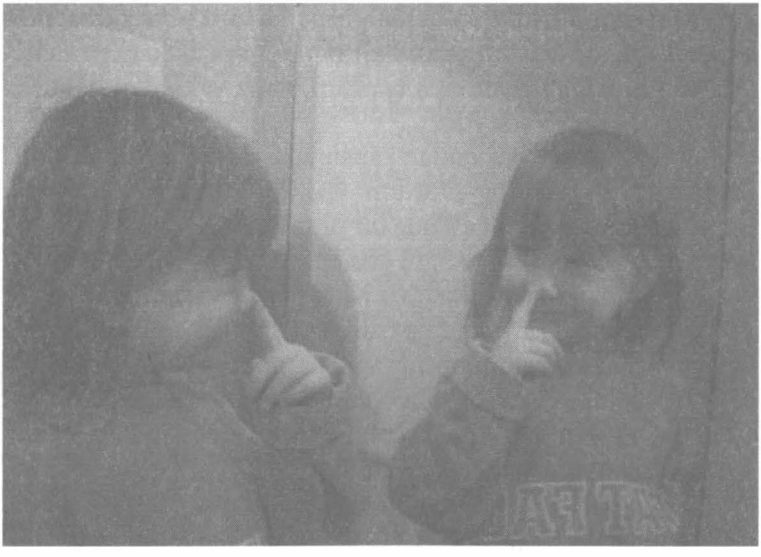
5. A. J. Barnier, R. E. Cox, M. Connors, R. Langdon ve M. Coltheart, "A stranger in the looking glass: Developing and challenging a hypnotic mirrored-self misidentification delusion", *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis,* 59, 2011, s. 1-26.

yüzlerini öyle bozulmuş halde görür ki sanki bu yüz kendilerine değil de bir başkasına aittir.[6] Aynaya bakarken deneyimlediğimiz benlik ne olursa olsun, daha yakından baktıkça kolayca bozulan bir şeydir.

Bebekler hatta hayvanlar yansımalarını ilk gördüklerinde ne yaparlar? Psikolog Gordon Gallup[7], Charles Darwin'in Londra Hayvanat Bahçesi'nde bir orangutanın aynada kendini tanımıyor görünmesiyle ilgili gözlemini takip ederek, uyurlarken alınlarına kokusuz kırmızı rujla parmak izi bırakıp uyandıklarında ayna karşısında verdikleri tepkiler doğrultusunda hayvanlardaki kendini tanıma seviyesini ölçen bir yöntem geliştirdi. Gallup, görünüşünde yanlış bir şeyler olduğunu fark eden bir hayvanda kim olduğuna dair bir düşünce, bir benlik düşüncesi olduğunu ileri sürdü.

Gallup, bazı yetişkin maymunlar dahil olmak üzere birçok hayvanın makyajı silmeye çalışmasından kendisini tanıyabildiğini ama diğerlerinin başarısız olduğunu gözlemledi. Çok sayıda çalışma sosyal gruplarda yaşayan hayvanların ayna testini geçtiğini göstermiştir. Durum buyken çocukların yaklaşık iki yaşına kadar genellikle kendilerini tanıyamamaları şaşırtıcıdır.[8] Aynadaki bebeğe bir başka bebek gibi davranırlar. Aslında çocuklar aynadaki diğer bebeği gördüklerinde "ayna yanlış tanımlaması"nı deneyimler. Bazıları bebeklerin ayna karşısında kendilerini tanımamalarını benlik duygularının henüz inşa edilmemiş olmasına bağlar.[9]

6. G. B. Caputo, "Strange-face-in-the-mirror illusion", *Perception*, 39, 2010, s. 1007-1008.
7. G. G. Gallup, "Chimpanzees: Self-recognition", *Science*, 167, 1970, s. 86-87.
8. B. I. Bertenthal ve K. W. Fischer, "Development of self-recognition in the infant", *Developmental Psychology*, 14, 1978, s. 44-50.
9. P. Rochat, *Others in Mind: Social Origins of Self-Consciousness*, Cambridge University Press, Cambridge, 2009.



Şekil 6: Çocuklar yaklaşık on sekiz aylıkken ruj testini geçerler.

YANSIMADA BENLİĞİMİZİ NEDEN KAYBEDERİZ?

Bir bebek olmanın nasıl bir şey olduğunu neden hatırlayamayız? Çocuk benliğimizi neden hatırlayamayız? Sahip olduğunuz en eski anı nedir? En eski anı, çoğu insan için üçüncü ve dördüncü doğum günleri arasında yaşanan bir anıdır ve o da zorlukla hatırlanır. Ana rahminden çıktıklarını ve ebe tarafından popolarına atılan şaplağı hatırlayan çok az sayıda tuhaf (gerçekten çok tuhaf) kişi vardır. Çoğunluk iki yaşından önce hiçbir anıya sahip değildir ve bundan sonrasına ait olanlar da bölük pörçük ve bağlantısızdır.[10] Bebek olmanın nasıl bir şey olduğunu unutmuş değilsiniz, o dönemde inşa edilmiş bir benliğiniz olmadığı için siz, "siz" bile değildiniz ve bundan dolayı bu anıları yaşayan kişi bağlamındaki ilk deneyimler sizin için anlamsızdır. Fotoğraflara bakıp kendinizi tanıyabilirsiniz

10. D. Bruce, A. Dolan ve K. Phillips-Grant, "On the transition from childhood amnesia to the recall of personal memories", *Psychological Science*, 11, 2000, s. 360-364.

ama o yürümeye yeni başlayan bebeğin zihnine geri dönemezsiniz. Neden böyle?

Geçen zaman anılarınızın izlerini solan bir fotoğraf gibi eskitmiş midir? Bu imkânsız görünüyor. On iki yaşında ifade gücü yüksek biri bebeklik anılarını, on iki yaşındayken yaşadığı olayları hatırlayabilen kırk yaşındaki biri kadar unutmuştur. Neredeyse 30 yıllık bir fark var.[11] Çok fazla zaman geçti diye anı kaybı olamaz. Sorun bebeklerin başlangıçta anı oluşturmaması olabilir mi? Anı oluşturma yeteneği olmasaydı benlik bilinci tamamen parçalanırdı. Bu 1985 yılında, Herpes Simpleks Ensefalitin virüsü kapan Cambridge Üniversitesi'nden seçkin müzik bilimci Clive Wearing'in başına geldi. Herpes Simpleks virüsü ile uçuk çıkaran virüs aynıdır. Ama Clive'ın durumunda virüs beyni koruyan koruyucu kasa bulaşmış ve sinir devrelerinin anıları kodladığı bir bölge olan hipokampüsün hassas yapılarının kabarmasına ve ezilmesine neden olmuştur. Ensefalitini atlatmasına rağmen Clive'da ciddi bir bellek kaybı kaldı. Şu an bir önceki anı hatırlayamaz durumda. 2005'te yazdığı *Forever Today* [Sonsuza Dek Bugün] adlı anı kitabında Deborah Wearing kocası Clive'ın acılı hayatını şöyle tanımlar:

> "Uyandığı her an ilk kez uyanır gibiydi. Aklında daha önce de uyanmış olduğuna dair hiçbir şey olmadığı için Clive her seferinde komadan yeni çıktığını düşünürdü. 'Daha önce hiçbir şey duymadım, görmedim, koklamadım, hiçbir şeye dokunmadım' derdi. 'Ölü olmak gibi bir şey.' "[12]

Clive'ın durumunun en üzücü yanı belki de geçmişinden bazı parçalar hatırlaması ve Deborah'ın kim olduğunu tam olarak bilmesiydi. Karısını her gördüğünde uzun zamandır ayrı kalmış âşıkların yeniden bir araya gelmesi gibi gözyaşları içinde onun kollarına atılıyordu. Halbuki karısı odadan bir-

11. M. J. Eacott, "Memory for the events of early childhood", *Current Directions in Psychological Sciences*, 8, 1999, s. 46-49.
12. D. Wearing, *Forever Today: A Memoir of Love and Amnesia*, Doubleday, Londra, 2005.

kaç dakika önce ayrılmıştı. Anıları kaydetme yeteneği olmadığı için Clive sonsuza dek buraya ve şimdiye hapsolmuştu. Varlığının izlerini kaydetmek için günlük tutma girişiminde bulundu. Ama bu günlük okunduğunda durumun vehameti anlaşılıyor: "2:00, öğleden sonra, ilk kez uyanığım. 2:14, şu an bilinçliyim. 2:19, ilk kez, daha yeni uyandım." Her uyandığında, daha yeni bilinçli hale geldiğinden emin olduğu için önceki kayıtların üstünü çiziyordu. Deborah, bir gün, Clive'ı durmaksızın sanki sihir denemesi yapar gibi, bir çikolatayı bir eliyle kapatıp diğeriyle açarken bulduğunu anlatır.[13] Elini çikolatadan her çektiğinde çikolatanın ortaya çıkmasına çok şaşırıyormuş. Yeni anıları oluşturma yeteneği olmadığından Clive için görüş alanı dışındaki her şey aklının da dışında kalıyordu.

Çocuk psikoloğu Jean Piaget bebeklerin de Clive gibi doğrudan algılayamadığı hiçbir şeyi hatırlayamaz durumda hayata başladığını, çevrelerine ait kalıcı anılar oluşturma yeteneğinden yoksun olduklarını düşündü.[14] Bununla birlikte artık Piaget'nin görüşünün tamamen doğru olmadığını çünkü bebeklerin anı oluşturabildiğini biliyoruz. Bebekler ana rahminde öğrenir ve bu beynimizin sinir ağlarında anı geliştirebilmeyi gerektirir. Son otuz yıl içinde bebekler üzerinde yapılan yüzlerce deney şaşırtıcı biçimde kalıcı olabilen anıların varlığına dayanıyor. Örneğin, ayaklarına bantla bağlanmış bir yürüteci çalıştırabilmek için bacaklarına vurması gerektiğini öğrenen üç aylık çocuklar, bir ay sonra bunu hatırlayacaklardır.[15] Onları laboratuvara geri getirirseniz dana önce deneye katılmamış çocuklara oranla daha sert tekmeler atmaya başlayacaklardır. Bu yüzden bebeklerin hiçbir anıya sahip olmaması mümkün değildir. Yine de bu anılar, ne olursa olsun, çoğu insanın yaşlanıp eski günleri anmak istediğinde hatırlayıp aklında yeniden canlandırdığı benlik öykülerinin parçaları olamazlar.

13. Wearing, 2005, s. 158.
14. J. Piaget, *The Child's Construction of Reality*, Roudedge and Kegan Paul, Londra, 1955.
15. C. Rovee ve D. T. Rovee, "Conjugate reinforcement of infant exploratory behavior", *Journal of Experimental Child Psychology*, 8, 1969, s. 33-39.

Esas soru bebeklerin ne türden anılar oluşturduğudur. Belki, önceden karşılaştıkları şeyleri hatırlamalarının ve öğrenmelerinin nedeni, yalnızca tekrarlanan olaylarda anılarının oluşmasıdır. Örneğin 1999'da bellek araştırmacıları, daha önce, bir ile üç saniye arasındaki sürelerle bazı resimlerin gösterildiği bellek testine katılmış çocuklarla bağlantıya geçti. Amaçları çocukların daha önceki testte gösterilmiş olan resimleri hatırlayıp hatırlayamadıklarını test etmekti. Çok kısa sürelerle görmüş olmalarına rağmen çocuklar resimleri hatırlayabildi. "Ne var ki bunda?" deyip küçümseyebilirsiniz, en azından 1999'da yapılan bu deneyin ilkinden tam on yedi yıl sonra yapıldığını öğrenene dek. Öğrenciler, 1999'da yoğun hayatları olan birer yetişkinlerdi ve bazıları 1982'de Minnesota Üniversitesi'nde yapılan ilk deneye katıldığını bile hatırlamıyordu. Buna rağmen anı bağlantıları bir yerlerde depolanmış olan ilk deneyin bilgilerini buluyor ve bu sayede gördüklerini bile hatırlamadıkları resimleri ayırt edebiliyorlardı.[16]

Clive Wearing öğrenme yetisine sahip görünmekle birlikte öğrendiğini hatırlayamıyordu. Bilinçsiz bir bilgi gibi. Hem Clive hem de küçük bebekler bilinçli hatırlama ya da önceki deneyimler üzerinde düşünme yetisinden yoksun olabilirler. Çoğu insan ise tersine olayları aklında aktif bir biçimde yeniden canlandırarak önceki gün kahvaltıda ne yediğini hatırlayabilir. Bu psikologların episodik (yaşamımızda iz bırakan bölümlerin hatırlanması anlamında) dedikleri değişik bir anı türünü gerektirir.[17] Bu bölümlerin anıları, benlik öykümüzün inşa edilmesi için çok önemlidir ve bunlardan özellikle kişisel olanları, başrolünde şahsen oynadığımız anılar, otobiyografik anılar olarak bilinir.[18] Otobiyografik anıların gerçek varsayılması cezp edici olabilir, ne var ki bunlar diğerleri gibi fotoğraf ya da video benzeri kayıtlar değildir. Psikolojideki en büyük

16. D. B. Mitchell, "Nonconscious priming after 17 years: Invulnerable implicit memory?", *Psychological Science*, 17, 2006, s. 925-929.
17. E. Tulving, *Elements of Episodic Memory*, Clarendon Press, Oxford, 1983.
18. M. A. Conwayve C. W. Pleydell-Pearce, "The construction of autobiographical memories in the self-memory system", *Psychological Review*, 107, 2000, s. 261-288.

keşiflerden biri, anılarımızın yeniden inşa edildiği ve değiştirilebilir, işlenebilir olduğudur. Aklımızda video arşivleri gibi kişisel deneyimleri içeren kayıtlar yoktur. Benliğimizin bölmelerinde mikro filmler yoktur.

Anılar yeniden ve yeniden anlatılan öyküler gibi aktiftir. Dahası, yeni deneyimlerimizi eskilerine göre yorumlarız ve eski anılarımız da yeni olanlar tarafından yeniden biçimlendirilir. Sürekli olarak burasını ve şimdiyi geçmişimizle bütünleştirmekteyiz. Aşağıdaki etkileyici örnek üzerinde düşünün. Listelenen on beş sözcüğü okuyun ve elinizden geldiğince hatırlamaya çalışın. Daha iyi hatırlamak için her sözcük üzerinde birkaç saniye bekleyin.

İplik
Mil
Göz
Dikiş
Sivri
Uç
Delik
Yüksük
Otluk
Diken
Zarar
Enjeksiyon
Şırınga
Kumaş
Örgü

Şimdi bölümün sonuna gidin ve belleğinizi ne kadar iyi olduğunu görmek için soruları yanıtlayın. Çoğu insan bu testi geçemez[19] ve daha da vahimi yine de doğru yanıtı verdiklerinden emindirler. Nasıl olur da çoğumuz son derece eminken sonuç tamamen yanlış olabilir?

19. H. L. Roediger III ve K. B. McDermott, "Tricks of memory", *Current Directions in Psychological Science*, 9, 2000, s. 123-127.

Daha önce tüm bilgimizin sinir ağları boyunca aktivasyon desenleri olarak saklandığını görmüştük. Listede olmayan bir sözcüğü listedeymiş gibi hatırladınız çünkü listedeki başka bir sözcüğün anlamıyla ilişkiliydi. Listede olduğuna inandığınız sözcük, dil ve anlamı işleyen sinir ağlarında işlenmiş ve kodlanmış diğer tüm sözcüklerin paralel aktivitesinin bir parçası olarak tetiklenmiştir. Belleğin sürekli bir sinirsel güncelleme olduğu düşünülürse, herhangi bir şeyi net bir şekilde hatırlamamız dikkate değerdir.

1932'de, Britanyalı, şövalye ilan edilen az sayıdaki psikologtan biri olan Sör Frederic Bartlett, anıların geçmiş olayların birebir kopyası olmadığını, daha çok öyküler gibi yeniden oluşturulduğunu göstermiştir.[20] Kulaktan kulağa oyununda olduğu gibi öykü her anlatıldığında değişir. Hatta yalnızca yönlendirici sorular sorularak tamamen yanlış anılar bile üretilebilir. İnsan psikolojisiyle ilgili en etkileyici deneylerden birinde, Elizabeth Loftus, yetişkinlere bir araba kazası videosu izletip, "Beyaz araba kırmızı ışıkta geçti mi? " diye yönlendirici bir soru sorarsanız, videoda beyaz bir araba olmadığı doğru cevabının alınacağını gösterdi.[21] Bununla birlikte birkaç hafta sonra videoyu hatırlamaları istendiğinde, videoda hiç olmamasına rağmen büyük bir ihtimalle beyaz bir arabanın kırmızı ışıkta geçtiğini gördüklerini söyleyeceklerdir. Daha önce beyaz bir araba sözünün geçmesi şimdi belleklerine yerleşmiştir. Anıyı kodlayan sinirsel ağlar, beyaz arabalar ve kırmızı ışıkların varlığı için belleği mercek altına almak üzere tasarlanmış ağların sinirsel aktivasyonlarıyla bozulmuştur. Benzer şekilde çocuklara daha önce süper markette kaybolmuş oldukları söylendiğinde, bu olay hiç yaşanmamış olmasına rağmen olayla ilgili net ayrıntılar vereceklerdir.[22]

---

20. F. C. Bartlett, *Remembering*, Cambridge University Press, Cambridge, 1932.
21. E. F. Loftus, "Leading questions and eyewitness report", *Cognitive Psychology*, 7, 1975, s. 560-572.
22. E. F. Loftus, "Lost in the mall: Misrepresentations and misunderstandings", *Ethics and Behaviour*, 9, 1999, s. 51-60.

Anı uydurma genç ve saf insanlarla sınırlı değil. Piaget küçük bir çocukken kaçırılma girişimine maruz kaldığını anlatırdı.[23] Yıllar sonra dadısının kendisini kaçırmaya çalışanları nasıl def ettiğine dair canlı anıları vardı. Bununla birlikte sonunda dadısı suçluluk duygusuna dayanamayıp anne babası ona minnettar olsun diye bu kaçırılma öyküsünü uydurduğunu itiraf etti. Çocukken sıcak hava balonuyla seyahat etmişler izlenimi vermek üzere üzerinde oynanmış fotoğraflar gösterilen yetişkinlerin yarısı, bu kurmaca olayı hatırlayıp ayrıntılı bir şekilde anlatabilir.[24] Sahte anılarla ilgili dünyanın en büyük otoritesi Elizabeth Loftus'un bile buna bağışıklığı yoktur.[25] Henüz on dört yaşındayken Loftus'un annesi bir yüzme havuzunda boğulmuştu. Otuz yıl sonra bir doğum günü partisinde Loftus'un dayısı ona, annesinin bedenini onun bulduğunu hatırlattı. Sonraki birkaç gün boyunca Loftus o korkunç ana dair net anıların baskınına uğradı, ne var ki bu anılar gerçek değildi. Dayısı karıştırmıştı. Annesinin bedenini bulan Loftus değil, teyzesiydi. Loftus daha sonra şöyle diyecekti: "En korkuncu tüm kalbimizle inandığımız şeyin doğru olmak zorunda olmamasıdır."

OT YIĞINI OLARAK BELLEK

Bazı şeyleri unuturuz, bunu herkes bilir ama bir anının tamamen uydurma olduğunu keşfetmek bambaşka bir şeydir. Şok edicidir çünkü zihnimizi sorgulamamıza yol açar. Hiç olmamış olayları net bir şekilde hatırlayabilmek belleğimizin güvenilirliğini ve sonuç olarak da benliğimizin gerçekliğini zedeler. Çünkü zihnimizi bildiğimiz ve belleğimizi tanıdığımız

23. Piaget'nin sahte anı öyküsü C. Tavris'in, "Hysteria and the incest-survivor machine" eserinde bulunabilir. *Sacramento Bee,* Forum section, 17 Ocak 1993.
24. K. A. Wade, M. Garry, J. D. Read ve D. S. Lindsay, "A picture is worth a thousand lies: Using false photographs to create false childhood memories", *Psychonomic Bulletin and Review,* 9, 2002, s. 597-603.
25. Loftus'un bu olayla ilgili anısı J. Neimark'ın makalesinde bulunabilir: "The diva of disclosure, memory researcher Elizabeth Loftus", *Psychology Today,* 29, 1996, s. 48.

düşüncesi benlik yanılsamamızın bir parçasıdır. Lakin çoğunlukla yanılırız. Sahte anıların şok edici bulunmasının nedeni belleğin nasıl çalıştığının genelde anlaşılmamasındandır. Psikolog Dan Simons ve Chris Chabris, yakınlarda bin beş yüz Amerikalıya bir anket uyguladı ve halkın başlıca yanlış inançlarını bulguladı.[26] Her üç yetişkinden ikisi (%63) belleği, deneyimleri kaydeden ve yeniden oynatabilen bir video kamera gibi düşünüyordu. Ankete katılanların yarısı belleğin güvenilir ve bir kez oluştuktan sonra değişmez olduğuna inanıyordu. Bu yanlış kanılar bazı kalıcı bellek anlayışlarına ön ayak olan bilgi depolama yollarının karşılaştırılmasına neden olmuştur. Yaygın bir metafora göre bellek ciltlerce bilgiyi depolayan çok büyük bir kütüphaneye benzer ki bu yanlıştır. İnsan belleği ne bilgisayarın sabit diskine benzer ne de deneyimlerin üzerine yazılacağı endüstri öncesi boş bir levhadır.

Belleği illa bir şeye benzeteceksek bu daha çok sürekli yeniden yapılanma halindeki bir ot yığınıdır.[27] Ot yığınına kattığınız bahçe atıkları gibi, son deneyimler ayrıntılı ve sağlam bir biçimde saklanır ama zamanla bozulurlar ve sonunda geri kalan anılarla karışır ve bütünleşirler. Bazı olaylar canlı kalır ve çürümeleri zaman alır ama bunlar çok nadir örneklerdir. Ama geri kalanlar lapa haline gelir. Anılar söz konusu olduğunda, Dan Simons şöyle der: "İnsanlar anılarının doğruluğu, tamlığı ve netliğine olması gerekenden daha fazla güven duyar."[28]

Benlik yanılgımız kişisel anılarımızla öyle iç içedir ki bir olayı hatırladığımızda, bir fotoğraf albümünü açıp bir enstantaneyi inceler gibi geçmişimize ait güvenilir bir olaya dönmüş olduğumuza inanırız. Olayın aslında hiç yaşanmadığını keş-

26. D. J. Simons ve C. F. Chabris, "What people believe about how memory works: A representative survey of the US population", *PLoS ONE*, 6:8, 2011, e22757, doi:10.1371/journal.pone.0022757

27. W. L. Randall, "From compost to computer: Rethinking our metaphors for memory", *Theory Psychology*, 17, 2007, s. 611-633.

28. Simons, K. Harmon'dan alıntı: "4 things most people get wrong about memory", *Scientific American*, 4 Ağustos 2011. http://blogs.scientificamerican.com/observations/2011/08/04/4-things-most-people-get-wrong-about-memory

fettiğimizde tüm benliğimizin doğruluğu sorgulanır. Ama bunun tek nedeni, en başından itibaren benliğimizin güvenilir bir öykü olduğu yanılsamasına bağlanmış olmamızdır.

GERÇEK OLMAYAN ANILAR

Philip K. Dick'in *We Can Remember it for You* [Sizin İçin Tümünü Hatırlayabiliriz] adlı parlak öyküsünün Hollywood uyarlamasında[29], Arnold Schwarzenegger, beynine dünyada bir inşaat işçisi olduğuna dair sahte anılar yerleştirilmiş, Mars sömürgesindeki bir özgürlük savaşçısı olan Douglas Quaid'i canlandırır. Öykünün sinema uyarlaması "Gerçeğe Çağrı"[30] şaşırtmaca ve dönüşleriyle bir lunapark treni gibidir. Benlik incelememizle ilgisi ise şu: Belleğinin içeriği değiştikçe Quaid'in kimliği de değişir. Sahte anılara sahip olduğunu anladığında Loftus'un irkilmesinin nedeni budur. Bu, düşündüğümüz kişi olmayabileceğimiz anlamına gelir. Kimliğimiz anılarımızın bir toplamıdır ama görünüşe göre anılarımız değişkendir, bağlam tarafından değiştirilir ve bazen tam anlamıyla kurmacadır. Bu onlara güvenemeyeceğimiz ve benlik duygumuzun tehlikede olduğu anlamına gelir. Bunun bizi nasıl bir paradoksa sürüklediğine dikkat edin: Benlik duygusu olmadan anıların hiçbir anlamı yok ama yine de benlik, anılarımızın bir ürünü.

Bebek benliğimizin hiçbir anısına sahip olmayışımız bu yüzdendir belki. Bebekken deneyimlerimizi anlamlı bir öyküde bütünleştirme yeteneğinden yoksunduk. Dünya hakkında bilgimiz yoktu. Daha da önemlisi kim olduğumuza dair bir fikrimiz yoktu. Böyle bir fikir sahip olabilmek, dünya deneyimi ve özellikle bizimle çok zaman harcayan kişilerden öğrenmeyi gerektirir. Çocuklar yaklaşık iki yaşından itibaren aileleriyle geçmiş olaylar hakkında konuşmaya başlarlar. İkinci ve dördüncü doğum günleri arasında ailelerinin konuşmak ve geçmiş olayları ele almak için zaman ayırdığı çocuklar, on

29. P. K. Dick, "We can remember it for you wholesale", *Magazine of Fantasy and Science Fiction*, Nisan 1966.
30. *Total Recall*, 1990, yönetmen Paul Verhoeven.

iki ve on üç yaşlarında yaşamlarıyla ilgili çok daha iyi anılara sahip oldular. Burada yalnızca dil değil, anne babaların çocuklarıyla olayları değerlendirme yöntemi de söz konusudur. Erken gelişimlerine çaba harcanması çocukların deneyimlerini anlamlı bir öykü içinde düzenleyebilmelerini sağlar. Bu nedenle başrolünde oynadığımız hikâyeleri daha kolay hatırlarız. Yetişkinler olayları çocuk için anlamlı bir bütünlük içinde düzenleyecek deneyim ve bağlama sahiptir ve bu çocukların beyinlerinde daha iyi kodlamalarını ve saklamalarını sağlar.[31] Onlarca psikolojik çalışmadan biliyoruz ki anlam ve bağlam belleği geliştirir.

Bellek araştırmacısı Mark Howe'un, Gallup ayna testinden başarısız olan bebeklerin benlik duygusunda yoksun olduklarını ve bu yüzden anılarının bağlantısız olaylar ve herhangi bir biçimde anlamlı görünmeyen izlenimler olduğunu ileri sürmesinin nedeni budur.[32] Anıların bir şey ifade etmesi için benlik içinde gömülü olması gerekir. Bununla birlikte yaşamı boyunca benlik gelişimi üzerinde çalışan Philip Rochat, insanlar için ayna testinin aslında başkasına nasıl göründüğümüzle ilgili özbilinçlilik ölçümü olduğunu ileri sürer.[33] Rochat şu sonuca varır: "Sekiz aylık bebekler başkalarına nasıl göründükleriyle ilgilenmezler ve bu yüzden burunlarındaki kırmızı lekeden dolayı kaygılanmazlar. Yaklaşık iki yaşlarındayken görünüşleriyle ve başkalarına nasıl göründükleriyle daha fazla ilgilenirler."

Bu özbilinçlilik açıklaması, ayna bellek tanıması ve ruj testinin evrensel olmadığına dair şaşırtıcı buluşa açıklık getirecekti. Rochat iki ve yedi yaşları arasındaki Kenyalı çocuklarla yaptığı bir çalışmada, ayna karşısında yüz dört çocuktan yalnızca ikisinin, alınlarına gizlice yapıştırılmış etiketi çıkardığını bulguladı. Neden? Bunun nedeni ayna karşısında benliklerini

31. K.Tustin ve H. Hayne, "Defining the boundary: Age-related changes in childhood amnesia", *Developmental Psychology,* 46, 2010, s. 1049-1061.
32. M. L. Howe ve M. L. Courage, "On resolving the enigma of infantile amnesia", *Psychological Bulletin,* 113, 1993, s. 305-326.
33. Rochat, 2009.

tanıyamamaları olamaz. Daha önce ayna karşısında kendilerine defalarca bakmışlardı. Bunun yerine Rochat şunu öne sürdü: "Kenyalı çocuklar Amerikalı akranlarından farklı olarak, bu sıra dışı durumda ne yapacaklarından emin değillerdi. Köylerini ziyarete gelen acayip görünümlü Batılı bilim insanı tarafından konulmuş olması gereken etiketi alınlarından çıkarmalarının doğru olup olmayacağını bilmiyorlardı."

Bu Gallup'un benlik tanıma yorumu üzerinde büyüleyici bir sapmaydı. Ayna testini geçmek, benliği tanımanın değil de diğerlerinden utanmanın bir ölçütü olabilir. Ayna testi, başkalarının hakkınızda ne düşündüğüyle daha fazla ilgilenme noktasını gelip gelmediğiniz konusunda aydınlatıcıdır. Bununla birlikte özbilinçli olabilmeniz için diğerlerinin sizi düşündüğünü göz önüne almalısınız. Benliğiniz ile başkalarının beklentisini karşılaştırabilmek için ne olduğunuza dair bir fikrinizin olması gerekir. Ve diğerlerinin ne beklediğini bilebilmek için onların akıllarında ne olduğunu anlamanız gerekir.

ZİHİN KURAMI

Başkalarının hakkımızda ne düşündüğüyle ilgili kaygılanıyorsak, onların akıllarında olup biteni anlamamız gerektiği kesindir. Bizim hakkımızda ne düşündüklerini çözmemiz ve bunun için de bir "zihin kuramı" geliştirmemiz gerekir. Bu terim ilk kez, şempanzelerin diğerlerinin düşüncelerini anlayıp anlamadığını ve bu düşüncelerin ne olabileceğini bilmek isteyen David Premack tarafından kullanıldı.[34]

Çoğumuz insanların yaptıklarını, istedikleri için yaptığını varsayarız. Diğer bir deyişle insanlar, eylemlerini motive eden amaç ve niyetlerle ilgili düşüncelere sahiptir. İnsanlar söz konusu olduğunda bu yine öylesine bildik bir şeydir ki sorgusuz sualsiz kabul edilir. Ama bu yeteneğin gelişmesinin zaman aldığına ve hayvanlar âleminin tüm üyeleri için geçerli olmadığına dair güçlü bir kanıt var.

34. D. Premack ve G. Woodruff, "Does the chimphanzee have a theory of mind?", *Behavioral and Brain Sciences*, 1, 1978, s. 515-526.

Hayvanlar, insanlara ve onların eylemlerine dikkat edebilir ama diğerlerinin eylemlerini destekleyen zihinlere sahip olduğunu anladıkları açık değildir. Hayvanlar, insan bakıcılarıyla olan ilişkilerinde taklit ve kopyalama gibi sosyal davranışlar göstermezler. Ama yine de hayvanlara sofistike zihinsel özellikler yüklemeye eğilimliyizdir. Dişi goril Binti'nin 1996 yılı başında, Şikago yakınlarındaki hayvanat bahçesindeki barınağına düşen küçük çocuğun hayatını kurtardığını hatırlıyor musunuz? Bu vahşi hayvanın üç yaşındaki çocuğun narin bedenini usulca kaldırıp sağlık görevlilerinin onunla ilgilenebileceği kapıya taşımasını şaşkınlıkla izlemiştik. Dünya basını Binti'ye hemen empati ve himaye özellikleri yüklemişti ama bilmedikleri bir şey vardı: Binti bakıcıları tarafından olası hamilelik durumu gözetilerek oyuncak bebekleri onlara getirmesi için eğitilmişti.[35]

En yakın akrabamız şempanze bile vahşi doğada gözlemlendiğinde uzak bir akraba olabilir. Ünlü primat bilimci Jane Goodall, Passion adlı bir şempanzenin sürekli olarak kendi çocukları yardımıyla diğer annelerin bebeklerini kaçırdığını ve onları yediğini gözlemlemişti. Antropomorfizm (insan olmayanlara insani özellikler yükleme) eğilimimize karşın, gündelik sosyal etkileşimlerimizde bize olmazsa olmaz araçlar sağlayan başkalarının karmaşık zihinsel durumlarını hesaplama yeteneği bakımından benzersiziz.

Bu yetenek erken başlar. Türümüz çocuklarının diğer insanları arama ve onlarla sıkı bağlar kurma konusunda önceden uyarlanmış olduğuna dair bolca kanıt vardır.[36] Örneğin bebekler başkalarının baktığı şeylere dikkat kesilirler, böylece bakmak ile eylem arasındaki bağlantıyı anlarlar. Çünkü insanlar baktıkları şeyleri istemeye eğilimlidir. Bir yetişkin iki

35. Binti'nin öyküsü S. Budiansky'nin yazısında anlatılır. "Still red tooth and claw", *Wall Street Journal*, 12 Mart 1978.

36. Bakış takip etmeyle ilgili çalışmalar bunun oldukça erken geliştiğini hatta doğuştan bile olabileceğini gösterir. Örnek için bkz. B. M. Hood, J. D. Willen ve J. Driver, "An eye direction detector triggers shifts of visual attention in human infants", *Psychological Science*, 9, 1998, s. 53-56.

oyuncaktan birine uzun süre bakıp sonra bakmadığını alırsa bebekler şaşırır.[37] Baktığımız yer, ilgi ve arzularımızın merkezini açığa çıkarır ve bu bebeklerin sezgisel olarak anladığı bir şeydir.

Yüz ifadeleri de başkalarının ne düşündüğünün iyi birer göstergesidir. On sekiz aylık bir çocuğa brokoli ya da bisküvi teklif edildiğinde genellikle tuzlu bisküviyi seçer. Bisküvi bir çocuk için daha lezzetlidir. Bununla birlikte bisküviye bakarken yüzünü buruşturan ama bir sebzeye iştahlı iştahlı gülümseyen bir yetişkini izleyen bir bebek, yetişkin ileride ondan yiyecek bir şey istediğinde, yetişkine brokoli sunmayı bilir.[38] Bebekler yetişkinlerin neyden hoşlandığını anlayabilir.

Fakat bu insan izleyicilerinin hiçbiri gerçekten bir zihin kuramına gerek duymaz. İnsanların bir şeyden hoşlanıp hoşlanmadıkları, gülümsemelerine ya da kaş çatmalarına bakılarak kolaylıkla anlaşılabilir. Bunu hep yaparız. Tercihleri açık eden davranışların dışsal işaretlerini ararız. Bunu hayvanlar bile yapabilir.[39] Pek çok evcil hayvan sahibinin doğrulayacağı üzere, hayvanlar sahiplerinin memnun ya da kızgın olduğunu bilebilirler ama bu sahiplerinin zihininde ne olduğunu anlamalarını gerektirmez. Bir başkasının zihninde gerçekte ne olduğunu anlayabildiğimizi kanıtlamak için yanlış ya da hatalı bir şeye inandıklarında bunun nedenini anlamak zorundayız.[40] Bir inanç yalnızca doğru olduğunu düşündüğümüz bir fikirdir ama bazen yanılırız. Birinin yanlış bir şeye inandığını anlayabiliyorsanız, gerçekle taban tabana zıt bir biçimde düşündükleri zaman bile ne düşündüklerini hayal edebiliyorsunuz demektir. Bu, başka birinin dünya görüşünün güçlü bir şekilde

37. A. Phillips, H. M. Wellman ve E. S. Spelke, " 'Infants' ability to connect gaze and emotional expression to intentional action", *Cognition*, 85, 2002, s. 53-78.
38. B. M. Repacholi ve A. Gopnik, "Early reasoning about desires: Evidence from 14- and 18-month-olds", *Developmental Psychology*, 33, 1997, s. 12-21.
39. D. J. Povinelli ve J. Eddy, "What Chimpanzees Know about Seeing", *Monographs of the Society of Research in Child Development*, Blackwell, Boston, 1996, 61:2, s. 247.
40. D. Dennett, "Beliefs about beliefs", *Behavioral and Brain Sciences*, 1, 1978, s. 568-570.

kavranmasıdır. Örneğin bana bir çikolata kutusu gösterir ve içinde ne olduğunu sorarsanız büyük ihtimalle hangi kıtada olduğuma bağlı olarak çikolata ya da tatlı yanıtını veririm. Ama kutuyu açar ve içinde kalemlerin bulunduğunu gösterirseniz anlaşılır bir hata yaptığımı fark ederim. İnancım yanlıştı. Üç yaşındaki çocuklar da aynı hatayı yapacaktır.[41] Sonuçta röntgen görüşleri yoktur. Ama bana kutunun içinde ne olduğu sorusuna komşumun ne yanıt vereceğini sorarsanız, onun da benim başta yaptığım gibi aynı yanlış yanıtı vereceğini bilirim. Kutuda gerçekte ne olduğunu bilemeyeceğini anlayabilirim. Üç yaşındaki bir çocuk ise bunun tersine başka birinin kutuda kalem olduğunu bileceğini varsayacak ve "kalemler" yanıtını verecektir. Başkalarının da kutunun içinde ne olduğuyla ilgili yanlış sonuca varacağını ve aynı yanlış inanca sahip olacağını değerlendiremez. Dört yaşındaki çoğu çocuk ise kutunun içinde ne olduğu sorulduğunda insanların "şeker" yanıtını vereceğini anlar.

Psikologlar hatalı inançlar konusunda küçük çocukların zihin kuramından yoksun olduklarını düşünürler.[42] Kendilerini başkalarının yerine koyamıyor gibidirler. Klasik bir deneyde çocuklar Sally adlı oyuncak bebeğin odadan çıkmadan önce misketini dolapta sakladığını görür. Çıktığında ise başka bir oyuncak bebek Anne içeri girer ve Sally'nin misketini alıp mutfak çekmecesine saklar. Kritik soru şudur: Sally misketin nerede olduğunu düşünür? Bu senaryoyu izleyen üç yaşındaki çocuklar Sally'nin dönüşte misket için mutfak çekmecesine, dört yaşındakiler dolaba bakacağını söylerler. Şüphesiz insanların yanlış inançlara sahip olabileceğini anladığınızda, yanlış bir şey düşünmelerini sağlamak için onlara yalan söyleyebilirsiniz. Sosyal yönlendirmenin insanları kandırmada ne kadar

41. A. Gopnik ve J. W. Astington, "Children's understanding of representational change and its relation to the understanding of false belief and the appearance reality distinction", *Child Development*, 59, 1988, s. 26-37.

42. H. Wimmer ve J. Perner, "Beliefs about beliefs: Representations and constraining function of wrong beliefs in young children's understanding of deception", *Cognition*, 13, 1983, s. 103-128.

etkili olduğunu düşünürseniz, bir zihin kuramına sahip olmanın neden değerli bir araç olduğunu anlayabilirsiniz. Yanlış varsayımlarda bulunmalarını sağlayarak başkalarını kandırabilirsiniz.

Çocuklardaki az gelişmiş zihin kuramı ayrıca nasıl bu kadar kötü yalan söyleyebildiklerini de açıklar. Başlangıçta eli kulağında tehdidin farkında olan çocuk, yüzüne çikolata sosu bulaşmış olmasına rağmen, "Keki yedin mi? " sorusuna hemen "hayır" yanıtı verir. Çocuklar, gerçeği açık eden çikolatanın neden yüzlerinde olabileceği konusunda makul hikâyeler üretmeyi daha sonra akıl ederler: Her zaman bir başkasını suçlarlar.

Zihin kuramı gerçekten de zihinsel açı değiştirmenin biçimidir. Bu, şeyleri bir başkasının bakış açısından, "o onun böyle düşündüğünü düşünüyor" tarzında kavramaktır. Bunu yapabilmek için gelişim psikoloğu Alison Gopnik'in[43] "alternatif olgusal" dediği "olması gerekir, olabilir, olmalıdır"ların izini sürebilmek zorundayız. Alternatif olgular, bilinenlere dayanarak farklı senaryolar tasarlayabilmemizi sağlarlar, buna insanların gelecekte yapabilecekleri de dahildir. Diğerlerinin ne yapacağını bu yolla kestirebiliriz ve bunun için olası farklı sonuçları üretecek mekanizmalara sahip olmamız ve onları zihnimizde çalıştırmamız gerekir. Bu çoğunlukla diğerlerinin sonraki adımını tahmin etmek zorunda olduğumuz sosyal rekabet koşullarında meydana gelir. Bu koşullar zihin kuramının kardeş sahibi çocuklarda daha erken ortaya çıkmasını açıklayabilir.[44] Egemenlik hiyerarşisinde yerini sağlama almak için sürekli savaşmak, çocukların kardeşlerini atlatmayı öğrenmek zorunda oldukları anlamına gelir.

43. A. Gopnik, *The Philosophical Baby; What Children's Minds Tell us About Truth, Love and the Meaning of Life*, Farrar, Straw & Gironx, New York, 2009.
44. A. McAlister ve C. Peterson, "A longitudinal study of child siblings and theory of mind development", *Cognitive Development*, 22, 2007, s. 258-270.

ZİHİNSEL KÖRLÜK

Herkes bir zihin kuramı geliştiremez. *Emphatic Brain* [Empatik Beyin] adlı kitabında sinir-bilimci Christian Keysers[45], teorik fizik alanında doktorasını bitirmekte olan genç lisansüstü öğrencisi Jerome'la karşılaşmasını anlatır. Meslektaşı Bruno Wicker odaya girmekte olan Jerome'u ona tanıtır ve düz bir ses tonuyla, Christian'ın gözlerine hiç bakmadan konuşur:

> Bruno: Sana bir şey sormak istiyoruz. (Bruno Jerome'a içinde Danimarka kurabiyelerinin olduğu bir kutuyu gösterir.) Kutunun içinde sence ne var?
> Jerome: Kurabiye.
> Bruno içinde kurabiye yerine bir grup renkli kalem olduğunu göstermek için kutuyu açtı.
> (Bayan araştırma asistanı odaya girer.)
> Bruno: Sence bu kadın kutunun içinde ne olduğunu düşünürdü?
> Jerome: Renkli kalem.

İşte size çoğumuzu şaşkına çeviren evrenin soyut özellikleri hakkında düşünebilecek zihinsel kapasiteye sahip bir adam; yine de bir başkasının kurabiye kutusu içinde ne olduğuna dair düşüncesini kafasında canlandıramıyor. Jerome, her ne kadar bu sayı artış gösteriyor gibi görünse ve büyük oranda nasıl tanımlandığına bağlı olsa da her beş yüz kişiden birinde görülen ve bir tür gelişim bozukluğu olan otizmden mustarip.[46] Otizm başlıca üç kısıtlayıcı içeren bir bozukluk olarak düşünülür: ciddi bir sosyal beceri yoksunluğu, zayıf iletişim ve tekrarlayan davranışlar. Kişiler ondan değişik oranlarda etkilendiğinden otizm bir spektrum bozukluk kabul edilir. Otistiklerin çoğu zihinsel engelli, bazıları normal zekâ seviyesinde, çok az bir kısmı ise herhangi bir tarihin, haftanın hangi gününe denk geldiğini söyleyebilmek gibi ender yeteneklere sahiptir. Ama otizm spektrum bozukluğundan mustarip herkes sosyal etkileşim problemleri yaşar.

45. C. Keysers, *The Empathic Brain*, Smashwords e-book, Los Gatos, 2011.
46. C. J. Newschaffer, L. A. Croen ve J. Daniels ve diğerleri, "The epidemiology of autism spectrum disorders", *Annual Review of Public Health*, 28, 2007, s. 235-258.

Bu kişiler sosyal etkileşim problemi yaşar çünkü insanları uzman zihin-okuyucular haline getiren gelişimsel sosyal beceri repertuvarından yoksundurlar. Erken çocukluk döneminde tipik bir çocuk, gelişen zihin kuramlarından dolayı insanları anlama konusunda gittikçe daha tecrübeli hale gelir. Sıradan bir çocuk yaklaşık olarak dört yaşından önce diğer insanları amaca yönelik, tutarlı, tercihleri, istekleri, inançları hatta yanlış fikirleri olan kişiler olarak görmeye başlar.

Sıradan çocuklar içgüdüsel zihin okuyucuları olmakla kalmaz, fikir sahibi de olurlar. Başkalarının üzüntüsünü, sevincini, hayal kırıklığını, kıskançlığını, her ne yapıyorlarsa bunu yaptıran davranışların duygusal kökenlerini anlamaya başlarlar. Yine dört yaşından önce toplumsal alan çalışması konusunda uzman hale gelirler. Başkalarını kopyalar, taklit eder, onlara benzer ve genel olarak onlarla empati kurarlar, bu sayede topluluğun üyesi olabilmek için hepimizin katılması gereken sosyal çevrenin bir parçası oldukları mesajını verirler. Ağlama, esneme, gülümseme, gülme ve iğrenme gibi sosyal bakımdan bulaşıcı davranışları paylaşırlar.

Bununla birlikte otistik kişiler bu sosyal beceri repertuvarından yoksundur.[47] Onlar etkileyici zihinsel körlerdir.[48] Alison Gopnik, bu zihinsel körlük kavramını, otistikler açısından bir yemek davetinde bulunmanın neye benzeyeceğine dair ürkütücü anlatımında betimlemiştir:

> "Etrafta, bez parçalarına tıkıştırılmış, koltuklara yayılmış deri torbaları tıkınıyor ve şaşırtıcı biçimlerde şişiyorlar... Üst kısımlarında iki karanlık benek ileri geri kıpırdıyor. Beneklerin altındaki delik yiyecekle doluyor ve bir ses dalgası yayıyor. Bu gürültülü deri torbalarının birdenbire size doğru hareket ettiğini ve seslerinin gittikçe yükseldiğini düşünün, açıklamak ve sonraki adımda ne yapacaklarını kestirmek olanaksız."[49]

47. U. Frith, *Autism: Explaining the Enigma*, Wiley-Blackwell, Oxford, 2003, 2. baskı.
48. S. Baron-Cohen, *Mindblindness: An Essay on Autism and Theory of Mind*, MIT Press, Cambridge, 1995.
49. A. Gopnik, "Mindblindness" (yayınlanmamış makale), University of California, Berkeley, 1993.

Hiç şüphesiz otistikler doğrudan sosyal etkileşimi korkutucu bulurlar. Diğer insanları çözemeyince sosyal karşılaşmalar son derece zor olmalı. Diğerlerinin ne düşündüğünü kolaylıkla yorumlayamaz ve genel olarak başkalarının katılımını gerektiren etkinliklerden kaçınırlar. Pek çok otistik bireyin sıklıkla doğrudan göz temasından hoşlanmaması, kopyalamaması, benzememesi, esnememesi, kusacak gibi görünmesi, gülmemesi veya tür olarak paylaştığımız sosyal sinyallerin geniş yelpazesine katılmamasının nedeni budur.[50]

Temple Grandin otizmden mustarip olmanın iç yüzünün kayda değer biçimde anlaşılmasını sağlamıştır.[51] Bayan Grandin, hayvancılık alanında doktora derecesine sahip uluslararası otoritelerden biri, aynı zamanda yüksek zekâlı ya da yüksek işlevli bir otistik. Brandin zihinsel körlüğün nasıl bir şey olduğuna dair bir pencere sunabilir. Brandin için erken çocukluk döneminde otizm teşhisi kondu. Progresif okullara* ve sonunda üniversiteye gitti ama diğer insanlarla etkileşimde her zaman zorluk yaşadı. Başkalarını anlamıyor veya onların davranışlarını öngöremiyordu, bu yüzden ilgisi daha az karmaşık görünen hayvanlara yöneldi. Hayvanların zihnine insanlarınkine göre daha iyi girebiliyordu, sonuçta hayvanların esenliği üzerine çalışmaya devam etti ve kesimden önce sığırların avutulması ve sakinleştirilmesi için teknikler geliştirdi. Öte yandan insanların ne yapacağı belli olmuyordu. Temple insanları incelemek, onların alışkanlık ve davranışlarına daha yakından eğilmek için kendi kendini eğitti. Bu yolla bildik durumlarda insanların ne yapabileceğini tahmin edebilecek ve uygun davranışlar sergileyebilecekti. Diğer insanların davranışlarını öngörme deneyimini Oliver Sacks'a, daha sonra Sacks'ın çok satan kitaplarından birinin başlığı haline gelecek bir deyimle ifade etti: "Mars'ta antropolog olmak."[52]

---

50. M. S. Helt, I. Eigsti, P. J. Snyder ve D. A. Fein, "Contagious yawning in autistic and typical development", *Child Development*, 81, 2010, s. 1620-1631.

51. T. Grandin, *The Way I See It*, Future Horizons, Arlington, 2011, 2. baskı.

* Alternatif bir eğitim modeli uygulayan okullar için kullanılan ifade. (ç.n.)

52. O. Sacks, *An Anthropologist on Mars: Seven Paradoxical Tales*, Vintage, New York, 1996. [*Mars'ta Bir Antropolog*, Çev. Osman Yener, Yapı Kredi Yayınları, İstanbul, 2011. (y.h.n.)]

Temple'ın durumunu tanımlayan nörolojik bir test yoksa da otizm bir tür beyin bozukluğu olsa gerek. Otizm çift yumurta ikizlerinde diğer ikizlere kıyasla daha çok rastlanıyor, bu da otizm bozukluğunun genetik bir bileşeninin olduğunu gösteriyor.[53] Otizm ayrıca erkeklerde kızlara göre dört kat fazla görülüyor. Bu da yine biyolojik kökeni akla getiriyor. Bugüne kadar yapılan beyin görüntüleme çalışmalarına dayanan kışkırtıcı bir kanıt söz konusu: Beynin ön kısmındaki bölgeler, en dikkat çekenleri *fronto-insular* (FIK) ve normal bireylerde sosyal etkileşim tarafından aktive edilen *anterior cingulate* korteks (ACK), otistik spektrum bozukluğu olan bireylerde farklı çalışmaktadır.[54] ACK sosyal etkileşimler dahil olmak üzere amaçları ve çatışmaları denetleyen bir "alarm merkezi" gibi çalışır. Bu etkileşimler plana uygun gitmez ve insanlar hakkımızda yanlış bir fikre kapılırsa endişeleniriz. Bu bölgeler isteyerek ya da gözleyerek edindiğimiz deneyimlerle başkalarını taklit ettiğimizde aktive olan ayna nöron sisteminin parçalarıdır.

Otistik bireylerin ayna sistemleriyle ilgili şimdiye dek yapılan beyin görüntüleme çalışmaları ikna edici değil ve Christian Keysers'e göre sonuçlar sistemin hasarlı olmadığını ama belki, böyle bireyler normal sosyal karşılaşmalar süresince konuyla ilgili bilgiyle ilgilenmediği için, gelişimlerinin çok geç kalmış olduğunu gösterir.[55]

Diğer bilim insanları belirli nöron tipleri üzerinde çalıştı. Kaliforniya Teknoloji Enstitüsü'nden sinir-bilimci John Allman,

53. A. Bailey, A. Le Couteur, I. Gottesman, P. Bolton, E. Simonoff, E. Yuzda ve M. Rutter, "Autism as a strongly genetic disorder: Evidence from a British twin study", *Psychological Medicine*, 25, 1995, s. 63-77.

54. J. H. Pfeifer, M. Iacoboni, J. C. Mazziotta ve M. Dapretto, " 'Mirroring others' emotions relates to empathy and interpersonal competence in children", *Neuroimage*, 15, 2008, s. 2076-2085; M. Dapretto, M. S. Davies, J. H. Pfeifer, M. Sigman, M. Iacoboni, S. Y. Bookheimer ve diğerleri, "Understanding emotions in others: Mirror neuron dysfunction in children with autism spectrum disorders", *Nature Neuroscience*, 9, 2006, s. 28-30.

55. J. A. Bastiaansen, M. Thioux, L. Nanetti, C. van der Gaag, C. Ketelaars, R. Minderaa ve C. Keysers, "Age-related increase in inferior frontal gyrus activity and social functioning in autism spectrum disorder", *Biological Psychiatry*, 69, 2011, s. 832-838.

otizmdeki sosyal eksikliğin spendler nöronlarının belirli bir tipi olan ve ismini 1925'te yerlerini tespit eden kâşifinden alan Von Economo nöronlarının (VEN) eksikliğinden kaynaklanabileceğini öne sürdü.[56] VEN'ler çok sayıdaki bağlantı lifleri sayesinde, sosyal öğrenmeyle aktive olan farklı beyin bölgelerine dallandığı düşünülen kortikal nöronlardır. Bu belki VEN'lerin neden yalnızca büyük insansı maymunlar, filler, balinalar ve yunuslar gibi bilhassa sosyal türlerde bulunduğunu açıklar.

Sadece insan türünün FIK ve ACK bölgelerinde VEN'ler çok yoğun ve bu bölgeler otizm etkisiyle bozulmuş olabilir. Bu nöronların gelecekteki benzer sosyal durumların hızlı bir değerlendirmesini kolaylaştırmaya yönelik bir stratejiyle, sosyal deneyimlerin izini sürerek çalıştığı düşünülmektedir. Başkalarını izlediğimiz ve kopyaladığımızda sosyal öğrenmenin temelini teşkil eden sinir ağlarını biçimlendirirler. VEN'ler başkalarını kopyalayarak ve okuyarak, benliğin oluşturulması ve şekillendirilmesine yardımcı oluyor olabilir.

İlgi çekici keşiflerden biri de sosyal bölgelerdeki VEN yoğunluğunun normal bir çocukta bebeklikten, yaklaşık dört yaşından itibaren ki çoğu çocuk gelişimi uzmanınca bu dönemde sosyal etkileşimde fark edilir bir değişim yaşandığı ve kimlik duygusunun ortaya çıktığı kabul edilir, yetişkin seviyesine erişene dek artıyor olmasıdır. Bu, VEN bölgeleri bozulmuş olan otistik bireylerin, otistik olmayan bireylerin fazla düşünmek zorunda olmadan kolayca kavradığı şeyleri anlamakta zorlanmalarını açıklayabilir. Bu konuyu geçenlerde yüksek işlevli otistik bir kızı olan yakın bir arkadaşımla ele aldık. Kızı onları anlamanın bir yöntemi olarak etrafındaki kişilerden kim olduklarını ve yaşam hikâyelerini kâğıda dökmelerini isteyerek durumunu telafi etmiş. Bunu istemesinin nedeni diğerlerini tanımlamaya yarayan öykülerin üretilmesi için özgeçmişlerin ve diğer bilgilerin bütünleştirilmesi işini kendiliğinden yapamıyor

56. J. M. Allman, K. K. Watson, N. A. Tetreault ve A. Y. Hakeem, "Intuition and autism: A possible role for Von Economo neurons", *Trends in Cognitive Sciences*, 9, 2005, s. 367-373.

olması. Kişileri okuma ve onlarla sosyal olarak bütünleşme yeteneğinden yoksun, ciddi derecede otizm bozukluğu olan bir birey, etrafındaki kişileri içermeyen çok farklı bir benliğe sahip olacaktır. Otizm bozukluğu olmayan biri olarak yalnızca tahminde bulunabilirim, böyle birinin diğerlerinden tamamen izole bir biçimde, ıssız bir dünyada yaşadığını düşünüyorum.

ERGENLİK SANCISI

On beş yaşındayken gittiğiniz bir partide siz odaya girerken herkesin sustuğunu ve gözlerini dikip size baktığını belki hatırlarsınız. Ya da belki öğretmeninizin sınıfta sizi ayağa kaldırdığı ve herkesin size baktığı bir an olmuştur. Yüzünüzün kızardığını ve avuçlarınızın terlediğini hatırlıyor musunuz? Çok can sıkıcı bir durumdur. Çok mahcup hissetmişsinizdir.

Çoğumuz zamanında hayal edebileceğimiz en kötü şey olan utandırıcı bir olayla karşılaşmıştır. O anı yaşamaktansa ölmüş olmayı dileyip, "Yer yarılsa da içine girseydim" demişizdir. Utanç duymak ve utangaç biri haline gelmek ayna benliğin anahtar bileşenleridir. Diğerlerinin ne düşündüğünü önemsemeseydik utanmazdık. Başlangıçta küçük çocuklar son derece benmerkezci ve anne babalarının göz bebeğidirler. Diğerlerini umursayıp umursamadıkları pek anlaşılmaz. Bununla birlikte gelişen benlik duygusuyla ve kendilerini başkalarının yerine koymalarını sağlayan bir zihin kuramının ortaya çıkışının desteğiyle, çocuk, diğerlerinin ne düşündüğünü gittikçe daha fazla önemsemeye başlar. Utangaç farkındalık ahlaki bir temel teşkil eder. Kendi yansımamız bile potansiyel olarak diğer insanların ilgi odağı olduğumuzu güçlü bir şekilde fark ettirebilir. Örneğin sosyal sınırları aşmayla[57] ilgili klasik bir Kanada araştırmasında, Cadılar Bayramı akşamında ev sahibi başka bir odaya gittiğinde kâseden yalnızca bir tane şeker alması söylenen çocuklar gizlice gözlendi. Çocuklar, kâseye yaklaşırken

57. A. L. Beaman, E. Diener ve B. Klentz, "Self-awareness and transgression in children: Two field studies", *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1979, s. 1835-1846.

kendi yansımalarını görebilsinler diye ortama bir ayna konulduğunda çekingenleştiler ve söylendiği gibi davrandılar. Ama aynanın olmadığı durumlarda kâseden birden fazla şeker aldılar. Çünkü onlara görülebileceklerini hatırlatan bir ayna yoktu.

Çocuklar ergenlik çağına girdiklerinde başkalarının yargılarına karşı aşırı hassas olurlar. Aslında sık sık onları değerlendiren hayali bir izleyici olduğunu düşünürler.[58] Çocukları (daha çok da gözlenmediklerini düşünen yetişkinleri) hayret verici bir iş çıkardıktan ya da hüner gösterdikten sonra, hayali bir izleyici tarafından pohpohlanırken ne kadar sık görürüz? Oysa bu hayali izleyici aynı zamanda ergenlik sancısıdır. Ergenlik çağındaki gençler, öyle olmasa bile, diğerlerinin kendilerini sürekli yargıladıklarını düşünürler. Kendilerini ilgi odağı görürler ve eleştiriye karşı aşırı hassastırlar.

Sinir-bilimci Sarah-Jane Blakemore, ergenlerin kafasında neler olup bittiğini araştırmak için beyin görüntüleme tekniklerini kullandı.[59] Normalde kişinin kendisiyle ilgili düşünceleri tarafından tetiklenen bölgelerin, genç yetişkinlerle kıyaslandığında ergenlik yılları boyunca daha aktif olduğunu bulguladı. Gençlerden mevzuyu kendi açılarından değerlendirmeye zorlayan bir iş üzerinde düşünmeleri istendiğinde, özellikle prefrontal korteks (PK) aktive oldu. Okumak[60], bilinçli planlar yapmak[61] ya da sadece sosyal bakımdan acı verici bir anı üzerinde düşünmek[62] gibi kendine dönük hangi eylemi düşünmekte olursa olsun ergenin PK bölgesi hiperaktiftir.

58. D. Elkind, "Egocentrism in adolescence", *Child Development*, 38, 1967, s. 1025-1034.

59. S.-J. Blakemore, "The social brain in adolescence", *Nature Reviews Neuroscience*, 9, 2008, s. 267-277.

60. J. Pfeifer, M. Lieberman ve M. Dapretto, "I know you are but what am I?: Neural bases of self and social knowledge retrieval in children and adults", *Journal of Cognitive Neuroscience*, 19:8, 2007, s. 1323-1337.

61. S.-J. Blakemore, H. den Ouden, S. Choudhury ve C. Frith, "Adolescent development of the neural circuitry for thinking about intentions", *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 2:2, 2007, s.130-139.

62. S. Burnett, G. Bird, J. Moll, C. Frith ve S. J. Blakemore, "Development duringadolescence of the neural processing of social emotion", *Journal of Cognitive Neuroscience*, 21:9, 2009, s. 1736-1750.

Çocuklar tıpkı ergen kızımın söylediği gibi hisseder: "Herkes benimle uğraşıyor." Hiperaktif PK'in gerçekten ne anlama geldiği net değil ama bu bölgenin diğerlerini "zihinleştirmek" üzere özelleşmiş olduğu düşüncesini söylemle destekleniyor. Ergenlik süresince zihinsel çabanın çoğu diğerlerinin özellikle de yaşıt grubunun ne düşündüğüyle alakadar. Şüphesiz gençler akran baskısına duyarlıdır ve bu, başlarını belaya sokmaya meyilli, kendi kimliklerini oluşturmak ve egemenlik hiyerarşisinde yerlerini almak için riskli davranışlar sergilemelerini açıklar.[63] Peki, riskli davranışların en beter failleri kimler? Erkek çocuklar tabi ki. Ama küçük erkek çocukların yapısını ne oluşturur? Tamamen biyoloji mi, yoksa toplum onların davranışlarını düşündüğümüzden daha fazla mı şekillendirir?

ERKEK HEP ERKEKTİR

Doğum haberi duyulduğunda ilk soru hep şudur: "Erkek mi kız mı?" Bu yüzden, Torontolu bir çift, 38 yaşındaki Kathy Witterick ve 39 yaşındaki David Stocker, 2011'de Storm'un doğuşunu duyurduktan sonra arkadaşlarına ve ailelerine üçüncü çocuklarının cinsiyetini açıklamayacaklarını söylediklerinde ortamda buz gibi bir hava esti. Çocuklarının etiketlenmesini istemiyorlardı, dahası Storm'u kendi kimliğini geliştirmekte serbest bırakmak niyetindeydiler. Sorun şuydu ki kimse yılbaşı çocuğuna nasıl davranacağını bilmiyordu. Dört ay sonra "cinsiyetsiz" Storm'un haberleri ortalığa saçıldı, alay ve eleştiri tufanıyla birlikte bir medya fırtınası yarattı.[64] Ama Kathy ve David haklıydı. Erkek mi kız mı olduğumuza dayanan kimliğimiz büyük oranda etrafımızdakilerden etkilenir.

Zihnimiz cinsiyet konusuyla çok fazla meşgul olur çünkü cinsiyet insanların kendilerini nasıl tanımladıkları, başkalarına nasıl davranmaları ve diğerlerinin onlara karşı nasıl dav-

63. L. Steinberg, "A neurobehavioral perspective on adolescent risk taking", *Developmental Review*, 28, 2008, s. 78-106.

64. Storm'un öyküsü J. Poisson'ın yazısında bulunabilir: "Parents keep child's gender secret", *Star*, 21 Mayıs 2011. www.thestar.com/article/995112

ranması gerektiği konusunda anahtar bileşenlerden biridir. Büyürken yaptığımız en önemli ayrımlardan biridir ve cinsiyetini bilmediğimiz biriyle nasıl etkileşeceğimizi bilemeyiz. Erkek ya da kız olmak anne babamızdan miras aldığımız kromozomlarca belirlenen cinsel bir farklılıktır. Normalde 23 çift kromozom anne ve babadan miras alınır; bir çifti cinsiyet kromozomları (X ve Y) olarak bilinir ve geri kalan 22 çifte otozomlar denir. Dişiler iki X kromozomuna, erkekler ise birer X ve Y kromozomuna sahiptir. Y kromozomunun aktarılmadığı durumlarda iki X kromozomlu küçük kızlar olarak gelişiriz.

Öte yandan cinsiyet tamamen biyolojiyle değil kişinin psikolojik profiliyle de ilgilidir. Cinsiyet genetik değildir ama grup mutabakatıyla biçimlendirilir. Erkeksi mi yoksa kadınsı mı düşüneceğimiz ve davranacağımız buna bağlıdır. Üç yaşına kadar erkekler erkeklerle, kızlar da kızlarla arkadaşlık eder[65] ve çocuklar beş yaşına geldiklerinde erkekler ve kızların ne yapmasının uygun olacağına dair zengin bir kural setine sahip birer "cinsiyet detektörü" olmuşlardır çoktan.[66] Annelerin çocuk bakımından, yemek yapımından sorumlu olması gerektiği gibi bazı sterotipler evrenseldir.[67] Bununla birlikte bazı sterotipler, insanların geleneksel olarak karşı cinsle ilişkilendirilmiş olan etkinliklerde gittikçe daha fazla rol oynayabilmesinden dolayı son zamanlarda değişmiştir. Boy George ve Marlene Dietrich gibi "karşı cinse özenen"lerin arzu uyandırmalarının nedeni budur: Sterotiplere meydan okumuşlardır.

Mutlak olmamakla birlikte, cinsiyet sterotipleri nesiller boyunca kalıcılaşma eğilimi gösterir. Storm'un anne babasının kaçınmaya çalıştıkları şey buydu. Pek çok anne baba doğumdan önce çocuklarının cinsiyetini öğrenmeye isteklidir ve bu, çocuk odasını pembeye veya maviye boyamak gibi cinsiyete göre ayar-

65. E. E. Maccoby, *The Two Sexes: Growing Up Apart, Coming Together*, Belknap Press, Cambridge, 1998.

66. C. L. Martin ve D. Ruble, "Children's search for gender cues: Cognitive perspectives on gender development", *Currentt Directions in Psychological Science*, 13, 2004, s. 67-70.

67. A. S. Rossi, "A biosocial perspective on parenting", *Daedalus*, 106, 1977, s. 1-31.

lamalar yapmalarını sağlar.[68] Sonunda dünyaya geldiklerinde çoğunlukla kız bebekler için güzellikle, erkekler için ise güçle ilgili benzetmeler yapılır. Bir çalışmada yetişkinler, sürpriz kutusuna tepki gösteren çocuklardan erkek olanına daha fazla kızgınlık atfettiler, oysa ikisinde de aynı çocuğu izlemişlerdi.[69] Anne babalar da cinsiyete uygun oyuncaklar almaya meyillidir: kızlara oyuncak bebek, erkeklere silah.[70] Başka bir çalışmada ise farklı yetişkinler, mavi ya da pembe renkli giysiler giydirilmiş ve ismi Nathan ya da Sarah'dan biri olarak belirtilmiş aynı çocukla tanıştırıldılar. Yetişkinler çocuğun kız olduğunu düşündüklerinde güzelliğini övdüler, erkek olarak düşündüklerinde ise güzelliğinden hiç söz etmediler, bunun yerine ileride hangi mesleğe sahip olacağı hakkında konuştular. Oyuna gelince, erkek olarak düşündükleri çocukla şamatacıydılar, çocuğu havalara atıp durdular. Kız olarak düşündükleri çocuğu ise sarıp sarmaladılar. Aslında yetişkinler, uygun oyunlar oynayabilmek için çocuğun cinsiyetini bilme ihtiyacı duyuyor gibi görünüyorlardı.[71] Tabi ki çocuk aynı çocuktu, tek fark kıyafetinin mavi mi pembe mi olduğuydu. Göz önünde bulundurmaya değer bir bilgi: Bu renklerin bu biçimde ilişkilendirmesi yenidir, yüz yıl önce pembeyi erkekler maviyi kızlar giyerdi.[72]

Yetişkinlerin daha ilk aylardan başlayan bu özendirmeleri sonucunda, iki yaşında bir çocuğun cinsiyetini ve buna uygun bulduğu görünüş ve rolleri kolaylıkla tanımlayabilmesi hiç şaşırtıcı değildir. Yine de bu kavrayış hâlâ yüzeyseldir. Örneğin dört yaşına dek çocuklar uzun saç ve kadın elbiselerinin cinsi-

68. J. Condry ve S. Condry, "Sex differences: A study of the eye of the beholder", *Child Development*, 47, 1976, s. 812-819.

69. C. Smith ve B. Lloyd, "Maternal behavior and perceived sex of infant: Revisited", *Child Development*, 49, 1978, s. 1263-1265.

70. D. Fisher-Thompson, "Adult toy purchase for children: Factors affecting sex-typed toy selection", *Journal of Applied Developmental Psychology*, 14, 1993, s. 385-406.

71. J. L. R. Delk, R. B. Madden, M. Livingston ve T. T. Ryan, "Adult perceptions of the infant as a function of gender labeling and observer gender", *Sex Roles*, 15, 1986, s. 527-534.

72. A. Pomerleau, D. Bolduc, G. Malcuit ve L. Cossette, "Pink or blue: Environmental gender stereotypes in the first two years of life", *Sex Roles*, 22, 1990, s. 359-367.

yeti belirlediğini düşünürler. Bunu, dört yaşındaki bir çocuğun, kadın elbisesi giydirilmiş erkek barbi bebek Ken'i gördükten sonra bebeğin artık kadın olduğunu düşünmesinden biliyoruz. Altı yaşlarında çocukların cinsiyet anlayışları daha gelişkin, ayrıntılı ve dış görünüşün ötesine geçmiştir. Artık giysilerinin değişmesiyle bir erkeğin kıza ve bir kızın da erkeğe dönüşmeyeceğini bilirler. Temelde erkek ve kız olmanın ne demek olduğunu zaten gösteriyor ve kavrıyorlardır. Cinsiyeti benliğin temel bileşenlerinden biri olarak görmeye başladıklarında, bunu kendilerinin ve diğerlerinin ne olduğuna dair değişmez ve kurucu bir öğe olarak görme eğilimi göstereceklerdir.[73]

Çocuklar değişirken, hangi özelliklerin doğuştan hangi özelliklerin sonradan edinildiğine dair gittikçe daha sabit görüşlere sahip olurlar. Örneğin altı yaşındayken erkeklerin daha iyi tamirci, kadınların ise daha iyi sekreter olacağını düşünürler. Anne babaların çocuklarıyla konuşma biçimi bile cinsiyetle ilgili genellemelerini pekiştirir.[74] Örneğin anne babalar, "Bazı erkekler futbol oynar" ya da "Bazı kızlar bale yapar" gibi niteleyici cümleler yerine, "Erkekler futbol oynar" ya da "Kızlar bale yapar" gibi cümleler kurma eğilimindedir. Cinsiyet tuzağına düşmekten kendimizi alamayız. Çocuklarla etkileşimimiz bu cinsiyet ayrımlarını pekiştirir. Anneler duygusal sorunları oğullarından çok kızlarıyla konuşmayı tercih ederler.[75] Buna karşın, bir bilim müzesi ziyaretinde anne babaların sergilenen şeyleri erkek çocuklarına anlatma ihtimali kızlara anlatma ihtimallerinden üç kat fazladır.[76]

---

73. S. K. Thompson, "Gender labels and earljy sex-role development", *Child Development*, 46, 1975, s. 339-347.

74. S. A. Gelman, M. G. Taylor ve S. P. Nguyen, "Mother-child Conversations about Gender, Monographs of the Society for Research", *Child Development*, Blackwell, Boston, 2004, 69:1, s. 275.

75. J. Dunn, I. Bretherton ve P. Munn, "Conversations about feeling states between mothers and their young children", *Developmental Psychology*, 23, 1987, s. 132-139.

76. K. Crowley, M. A. Callanan, H. R. Tenenbaum ve E. Allen, "Parents explain more often to boys than to girls during shared scientific thinking", *Psychological Science*, 12, 2001, s. 258-261.

Yalnızca anne babalar değil, öğretmenler de cinsiyet sterotiplerini kalıcılaştırır. Karma sınıflarda, erkekler öğretmenin sorusuna yanıt verme konusunda daha gönüllüdür, öğretmenlerinden daha çok ilgi görür ve daha çok övülürler. Sekiz-on yaşları arasında kızlar erkeklerden daha az özgüvenlidir ama bunun sebebi kesinlikle daha az yetenekli olmaları değildir.[77] Britanya Ulusal İstatistik Kurumu'nun 2007 verilerine göre, kızlar okul öncesinden üniversiteye kadar, eğitimin her aşamasında erkeklerden daha başarılı. Matematik söz konusu olduğunda erkeklerin daha başarılı olduğu belirtilmekle birlikte bu fark gençlik çağına kadar ortaya çıkmıyor; bu döneme kadar geçen süre de sterotipleri güçlendirmeye yetecek kadar uzun.[78] Erkek beyni dişininkinden henüz anlayamadığımız birçok bakımdan farklıdır (örneğin "Korpus Kallozum" olarak bilinen ve iki yarımküreyi birbirine bağlayan lif demetlerinin şekli) ama toplum tarafından sürdürülen, düşünme ve davranma biçimini belirleyen bazı cinsiyet sterotipleri söz konusu olduğunda, bazı yorumcular biyolojinin rolünü abartmış olabilir.[79]

Sterotipler benlik yanılsamasını hem destekler hem de onun altını oyar. Bir yandan, çoğumuz sterotiplere uyarız çünkü sterotipler ait olduğumuz kategoride bizden beklenenleri belirler ve pek azımız izole biçimde yaşamak ister. Sterotiplerin varlığını kabul etmekle birlikte herkesten farklı bireyler olduğumuzu da iddia ederiz. Benlik yanılsamamız istersek farklı davranabileceğimizi varsayar. Bundan dolayı herhangi bir kalıba uymadıkları için özel bireyler olduklarını iddia edenler vardır. Ama benzer ya da farklı olduğu konusunda göreceli bir yargıya varabilmek için diğerlerine gereksinim duyan bir türe dahil olan biri gerçekten özel bir birey olabilir mi? Tanım

77. M. Sadker ve D. Sadker, *Failing at Fairness: How America's Schools Cheat Girls*, Scribner's, New York, 1994.
78. K. C. Kling, J. S. Hyde, C. J. Showers ve B. N. Buswell, "Gender differences in self-esteem: A meta-analysis", *Psychological Bulletin*, 125, 1999, s. 470-500.
79. D. F. Halpern, "A cognitive-process taxonomy for sex differences in cognitive abilities", *Current Directions in Psychological Science*, 13, 2004, s. 135-139.

gereği uyum sağlamak ve karşı çıkmak için başkalarına gereksinim duyarız. Örneğin bireyselliğin işaretlerinden biri olan dövmeyi düşünün: Dövme yaptırmak, kişinin popülaritesini artırdığı kanıtlandıktan sonra giderek yaygınlaşmıştır. Kendine zarar vermede aşırıya kaçan kişiler bile farkında olmayarak bireyselliklerinin kapsamını genişletmek için başkalarını kullanmaktadır. Benlik yanılsaması, kaçınmak için zorlu ve hileli bir bakış açısıdır.

SÜPER ERKEĞİN SALDIRGANLIĞI EFSANESİ

Başka bir benlik sterotipi olan erkek saldırganlığını düşünün. Erkekler neden bu kadar çok kavga eder? Basitçe doğalarından mı kaynaklanır? Bu, üzerine sayısız açıklamanın yapıldığı psikolojik bir alandır. Genel kanı şu yöndedir: Erkekler eşleşecekleri en iyi dişiyi etkilemek için fiziksel egemenlik yarışına ihtiyaç duyarlar ya da erkekler kadınların müzakare yeteneklerinden yoksundur ve çatışmaları eylem yoluyla çözmek zorundadırlar. Bu düşünceler "kadınlar Venüs'ten, erkekler Mars'tan" anlayışı sayesinde yaygınlaşmıştır. Erkeklerde insanı daha güçlü yapan testosteron hormonunun daha çok olduğu ve bunun saldırgan davranışlar göstermeyi kolaylaştırabileceği doğrudur. Ama bunlar kültürün şekillendirdiği eğilimler de olabilir. Cinsiyet perspektifinden baktığımızda, toplumun şekillendirdiği bir gözlükle, benliğimizin doğasını, erkek ve kadının ne olması gerektiğini hep aynı şekilde görürüz.

Erkekler yolun sonunda saldırgan olup çıkabilir ama şaşırtıcı biçimde yola böyle çıkmamış olabilirler. Araştırmalar bir yaşındaki erkek ve kız bebeklerdeki fiziksel saldırganlık seviyelerinin eşit olduğunu göstermiştir; iki yaşına geldiklerinde erkekler kızlara göre fiziksel olarak daha saldırgandır ve bu fark tüm gelişimleri boyunca sürer.[80] Kızlar ise tersine anlaş-

80. R. L. Munro, R. Hulefeld, J. M. Rodgers, D. L. Tomeo ve S. K. Yamazaki, "Aggression among children in four cultures", *Cross-Cultural Research*, 34, 2000, s. 3-25.

mazlık durumunda fiziksel şiddete gittikçe daha az bel bağlar ancak saldırıya geçtiklerinde güç göstergesi olarak alay etmeye ve bireyleri dışlamaya daha eğilimlidirler.[81] Erkekler ve kızlar saldırganlıklarını dışa vurma biçimleri bakımından farklı olabilirler.

Erkeğin biyolojisi yüzünden fiziken süper erkek efsanesine yol açacak saldırganlıkta olduğu neredeyse kesin. Bazı erkekler diğerlerine göre onları daha uzun, zayıf ve akne hastalığına yatkın yapan fazladan bir Y kromozomu (XYY) miras alırlar. Yaklaşık elli yıl önce, 1960'larda, İskoç hapishanelerinde daha çok XYY erkeklerinin bulunduğunun bildirilmesinin ardından bu süper erkeklerin daha saldırgan olduğu iddia edildi.[82] Bu inanç, 14 Temmuz 1966'da, vahşet dolu o gecede, Güney Şikago Yerel Hastanesi'nde, dokuz hemşirelik öğrencisine işkence ve tecavüz edip öldüren Amerikalı seri katil Richard Speck'in kötü ünlü davası sayesinde halkın zihninde iyice yer etmiştir. Şiddet dolu bir geçmişi olan Speck, hemşirelerin kaldığı yurda zorla girdi ve onları rehin aldı. Her birini teker teker odaya alıp boğazlayarak ya da bıçaklayarak öldürdü. Speck'in isteği üzerine savunma avukatları onun bu suçtan sorumlu tutulamayacağını çünkü Speck'in XYY süper erkek genotipine sahip olduğunu iddia etti. Daha sonra Speck'in avukatının, müvekkillinin XYY genotipine sahip olmadığını bildiği ama onu korumak için süper erkek efsanesini kötüye kullandığı ortaya çıktı.

Speck XYY genotipine sahip olsaydı bile, bu genotipin şiddetle bağlantılı olduğu yönündeki pek çok iddia detaylı incelemeler karşısında direnemedi. İlk çalışmalar çok az örnek üzerinden kötü bir şekilde yürütüldü ve hayret veri-

81. T. R. Nansel, M. Overpeck, R. S. Pilla, W. J. Ruan, B. Simons-Morton ve P. Scheidt, "Bullying behaviors among US youth: Prevalence and association with psychosocial adjustment", *Journal of the American Medical Association*, 285, 2001, s. 2094-2100.

82. P. A. Jacobs, M. Brunton, M. M. Melville, R. P. Brittain ve W. F. McClemont, "Aggressive behaviour, mental sub-normality and the XYY male", *Nature*, 208, 1965, s. 1351-1352.

ci bir biçimde, bazı durumlarda, akne hastalığına sahip olmak, herhangi bir genetik analize gerek görülmeden, XYY genotipi için yeterli kanıt sayıldı.[83] Speck uzun boyluydu ve akne hastalığı vardı. Bugün XYY efsanesi, genotip ve şiddet arasındaki olası bir bağlantı konusunda anlaşmazlığa düşen uzmanlar nezdinde hâlâ sürmektedir. Danimarka kaynaklı geniş çaplı bir çalışma[84], XYY'nin bin erkekten birinde görüldüğü ve bu genotipe sahip insanlardaki güvenilir tek ortak özelliğin uzun boy olduğu sonucuna vardı. Bu fiziksel fark onların daha saldırgan davranışlar sergilemelerine katkıda bulunmuş olabilir. Bu, XYY erkeklerinde neredeyse yarı yarıya olan tutuklanma oranının XY erkeklerinde onda bir olmasını da açıklayabilir. Sonuç olarak sıra dışı boylarının da etkisiyle özellikle ergenlik dönemlerinde XYY erkekleri davranışsal sorunlar yaşamaktadırlar. Ayrıca daha düşük IQ seviyesine ve daha yüksek suç oranına neden olan güdüsel davranışlara yatkındırlar ama bu suçlar genel olarak başkasına karşı şiddet içeren suçlar değil, daha ziyade mağaza hırsızlığı gibi mülkiyet suçlarıdır.

Cinsiyet sterotipleri bağlamında süper erkek efsanesini önemli kılan şey, bazı biyolojik inançların talihsiz sonuçlarının olabilmesidir. 1970'ler ve 1980'lerde pek çok anne baba, süper erkek efsanesinden ötürü, doğum öncesi testlerde fazladan Y kromozomuna sahip olduğu tespit edilen çocuklarını aldırmaya karar vermiştir. Gerçek şu ki XYY erkeklerinin çoğu fazladan bir Y kromozomuna sahip olduğunu bilmez çünkü genel olarak XY erkeklerinden ayırt edilemezler.

XYY genotipi şiddetle ilişkili olsa bile çevrenin yine de önemli, tetikleyici bir rol üsteleneceği neredeyse kesindir. Diğer bir deyişle, belirli çevresel koşullar gerektiren bir eğilim söz konusudur. Örneğin saldırganlıkla ilgili başka bir

83. M. C. Brown, "Males with an XYY sex chromosome complement", *Journal of Medical Genetics*, 5, 1968, s. 341-359.

84. H. A. Witkin ve diğerleri,"Criminality in XYY and XXY men", *Science*, 193, 1976, s. 547-555.

gen anormalliği, serotonin ve dopamin nörotransmiter aktivitesini etkileyen bir enzimin (MAOA) üretimini etkiler. Bu gene "savaşçı" lakabı takılmıştır çünkü PK'deki sinyalizasyonu bozar; bu, dürtülerin kontrol edilememesi ve şiddet artışıyla bağlantılandırılmıştır. 2009 yılında, Tennessee'de, Bradley Waldroup, ölüm saçan saldırısı nedeniyle yargılandığı davada, savaşçı gene sahip olduğu gerekçesiyle idam cezasından kurtulmuştur. Bu suçu genleri yüzünden işlediğini savunmuştur. İşin tuhaf yanı Avrupalıların üçte biri bu geni taşır ama cinayet oranı Avrupa'da yüzde birden daha az. Bu gene sahip olan diğerleri neden ölümcül bir saldırı yapacak kadar ileri gitmiyor?

Antisosyal davranışların biyolojik temelini incelemek için bu gen anormalliğine sahip 440 Yeni Zelandalı erkek üzerinde, doğumdan yetişkinliğe dek süren bir araştırma yapıldı.[85] MAOA gen anormalliğine sahip ve kötü muamele görerek yetişmiş on kişiden sekizinin antisosyal davranışlar geliştirdiğini keşfettiler. Buna karşın, bu anormalliğe sahip olup daha az kötü muamele gördükleri ortamlarda yetişenlerin onda ikisi antisosyal davranışlar geliştirdi. Bu neden tüm kurbanların başkalarını kurban etmediğini açıklar. Görünüşe göre bu kişilerin antisosyal olup olmayacaklarını belirlemede çevre kritik rol oynamaktadır.[86] Bu nedenle bireylerin gelişimini ele alırken doğa ve çevreyi ayrı değerlendirmek anlamsızdır.

85. A. Caspi, J. McClay, T. E. Moffitt, J. Mill, J. Martin, I. W. Craig, A. Taylor ve R. Poulton, "Role of genotype in the cycle of violence in maltreated children", *Science*, 297, 2002, s. 851-854.

86. E. Yong, "Dangerous DNA: The truth about the 'warrior gene' ", *New Scientist*, 7 Nisan 2010.

KATİL DOĞANLAR*

Erken yaşlarda görülen kötü muamele savaşçı genlerin etkilerini devreye sokabiliyorsa, bu olumsuz özellikler devreden çıkarılabilir mi? Sinir-bilimci Jim Fallon, beyin aktivitelerine ve genlerine bakarak psikopatların kafalarında neler olup bittiğini anlamaya çalışmaktadır. Bir gün psikopat katillere ait beyin taramalarını ayıklarken taramaların tümünde, PK'de bir bölge olan orbital kortekste bir eksiklik, hareketsizlik fark etti. Orbital korteks gülümseme gibi sosyal davranışlarla ve aynı zamanda ahlaki karar verme ve güdüsel antisosyal davranışları kontrol etmeyle ilişkili bir bölge. Bu bölgesi düşük aktivite gösteren kişiler pervasız ya da psikopat olma eğilimi gösterirler. Belki de psikopatlar kötü beyinlere sahip.

O zamanlar Jim, Alzheimer hastalığı üzerinde de çalışıyordu ve hastalarla karşılaştırmak üzere kontrol verisine ihtiyaç duydu. Klinik örneklerle karşılaştırmak için, kendi ailesini kan örneği vermeleri ve beyin taraması yaptırmaları konusunda ikna etti. Aile bireylerinden hepsinin beyin taraması normaldi, biri hariç: Kendisininki. Jim, orbital korteksinde psikopat katillerde bulduğu aynı aktivite eksikliğini gözlemledi. Sinir-bilimcinin keşfindeki ironi şu: Katillerle aynı olan anormal beyin deseni kendisinde etkili olmuyordu.[87]

Yaklaşık bir ay sonra bir mangal partisinde bu ironiyi ailesiyle paylaştı. 88 yaşındaki annesi Jenny ona, belki de aile tarihiyle ilgili küçük bir araştırma yapması gerektiğini ve şaşırtıcı bilgiler bulabileceğini söyledi. Jim'in keşfi gerçekten de şok ediciydi. Görünüşe göre atası, Thomas Cornell, 1667'de kayda geçmiş ilk anne katili vakasının faili olarak Amerikan tarihinin kötü ünlülerinden biriydi. Ama iş bununla da sınırlı kalmıyordu. Jim'in doğrudan miras aldığı atalarının içinde

---

* *Natural Born Killers* [Katil Doğanlar] (1994) isimli filme gönderme yapılıyor. Filmin başkahramanları Mallory ve Mickey Knox çifti, şiddet ve taciz dolu bir geçmişin ardından cinayet işlemekten zevk alan katillere dönüşmüş bireylerdir. (ç.n.)

87. G. Naik, "What's on Jim Fallon's mind? A family secret that has been murder to figure out", *Wall Street Journal*, 30 Kasım 2009.

yedi katil bulunmaktaydı! Bu endişe vericiydi. Jim başka bir kanıt aradı. Saldırganlık ve şiddetle ilişkili genlere sahip olabilir miydi? Alzheimer çalışması için topladığı kanı analiz ettirdi. Jim'in kanı savaşçı geni için pozitifti ve onu bir katil olmaya meyledebilecek tüm genetik risk faktörlerini taşıyordu. O dönem genetikçiler Jim'in bu gen kümesine sahip olma olasılığını üst üste on beş düşeş atmaya benzetmişti.

Biyolojiye göre Jim katil doğanlardandı ve toplum için bir tehdit olmalıydı ama olmadı. Neden olmadı? Dr. Jim Fallon, genlerin ne olacağımızı büyük oranda belirlediğini düşünen, tamamen genetik belirlenimci çizgide duran bir bilimciydi. Ama beyin görüntüleme ve genetikteki keşifleri, onu insan doğasıyla ilgili katı görüşlerini gözden geçirmeye zorladı. Kişisel durumunda, çevre faktörünün onu korumuş olduğunu ve özellikle anne babasının kendisini yetiştirme biçiminin en büyük rolü oynadığını kabul etmek zorunda kaldı. Çünkü Jim, anne babası için, daha en başından, doğumdan itibaren özeldi. Annesi, Jim doğana dek üst üste dört düşük yapmıştı. Annesi başka bir çocuk sahibi olana kadar çok uzun süre geçecekti, bundan dolayı Jim, çok büyük özen gösterilen özel bir çocuk muamelesi gördü ve ilgi doğrudan ona yönlendirildi. Jim bu yetiştirme koşullarının onu yıkıma sürükleyebilecek olan savaşçı geni dengelediğine inanmıştır.

Jim suç ve şiddet dolu bir hayattan kaçındı ama hâlâ düşük orbital korteks aktivitesinden kaynaklı pek çok kişisel özelliğe sahip olduğunun bilincinde. Bununla birlikte kusurlarının, genetik eğiliminin tortuları olabileceğinin farkında. Başkalarına zarar vermemek için onlarla güçlü duygusal bağlantılar kurmuyor. Genel olarak diğer insanlarla ilgilenmiyor, özellikle de yakınlarıyla. Bir psikopat olmanın kıyısında durduğunu kabul ediyor.[88] Hepimizin böyle birini tanıdığını tahmin ediyorum.

88. Claudia Hammond'ın Jim Fallon'la *All in the Mind* için yaptığı röportaj, BBC Radio 4, 26 Nisan 2011.

DEHŞETİN KUCAĞINDA

Bir insan nasıl psikopat olur? Psikiyatrist Bruce Perry insan şiddetinin izinin çocuklarımızı yetiştirdiğimiz çevrede sürülebileceğine inanıyor. Bu çevre insanlara nasıl davranacağımıza dair uygun örnekler ve rol modellerden yoksunsa, çocuklar benlik duygularına uygun ahlaki bir boyut sağlayamaz. Buna yoksulluk stresini ve bir insanın bu koşulları aşması için gereken eğitimden yoksun olmasını eklerseniz felaket için bir reçete elde edersiniz. Perry, Columbine Lisesi katliamı, Oklahoma City bombalaması ve Waco kuşatması gibi birçok sansasyonel olayda uzman tanık olarak çağrıldı. Kendisi, insan şiddetinin, gelişimin ilk dönemlerinde başlayan bir kısır döngü olduğunu öne süren, son derece beğenilen ve saygı duyulan bir bilim adamıdır. Perry, görüşünü açıklamak için anlamsız bir gençlik cinayeti örneğine başvurur:

> On beş yaşındaki bir oğlan, istediği ayakkabıyı başka bir çocuğun ayağında görür. Silahını çıkarır ve ayakkabılarını ister. Silahın hedefindeki daha küçük çocuk ayakkabısını verir. On beş yaşındaki çocuk, silahı diğerinin kafasına dayar, gülümser ve tetiği çeker. Tutuklandığında polisler çocuğun zerre kadar vicdan azabı çekmediğini görür ve ürperirler. Zamanı geriye alabilse yaptıklarında bir değişiklik olup olmayacağı sorulan çocuk bir süre düşündükten sonra, "Ayakkabılarımı temizlerdim" yanıtını verir. Çünkü tutuklanmasına kanlı ayakkabılar neden olmuştur.[89]

Perry, başkalarının durumuna yönelik bu körlüğün, çocukken uygun duygusal ve sosyal etkileşim yetersizliğinden kaynaklanan bir gerilik biçimi olduğunu düşünüyor. Çocuğun benlik bilincine ahlaki bir boyut katmada başarısız olduğu Bowlby'nin sosyal izolasyonunun uç bir biçimidir bu. Bowlby gibi Perry de bu geriliğin, çocukta tetiklenen negatif duyguları daha sonra ortadan kaldıracak uygun deneyimlerin yaşanma-

89. B. D. Perry, "Incubated in terror: Neurodevelopmental factors in the 'Cycle of Violence' ", J. Osofsky (Der.), *Children, Youth and Violence: The Search for Solutions*, Guilford Press, New York, 1997, s. 124-148.

yışının bir sonucu olduğunu ileri sürüyor. Savunmasız çocuklar, deneyim yokluğunda sosyal gelişimin hassas dönemleri boyunca uygun davranış modelleri oluşturmakta başarısız olurlar.

Perry'ye göre bu başarısızlığın nedeni davranışları düzenleyen sinirsel devrenin gelişimindeki aksamadır. Beynin işlevsel yapılarının düzenlenişini hatırlarsanız, daha düşük beyin sistemleri güdüsel davranışın kökenleridir, buna saldırganlık da dahildir. Perry, düzenlenmiş davranışın, beynin daha düşük ve ilkel bölümlerinden kaynaklanan aktivasyonun bağıl gücüne ve daha yüksek kortikal alanların hafifletici, engelleyici etkisine bağlı olduğunu öne sürmektedir. Kronik stres ve taciz gibi beyin sapının etkinliğini ya da tepkinirliğini artıran veya izolasyon ve ihmal gibi limbik ve kortikal alanların yatıştırıcı kapasitesini azaltan faktörler, bireyin saldırganlık, güdüsellik ve şiddet eğilimini artıracaktır. Çocukları yalnızca besleyici, anaç ortamlarda yetiştirerek, onların güdü ve dürtülerini düzenlemelerine olanak tanıyan doğru deneyimleri sağlayabiliriz.

Erken yaşta gösterilen şiddet örnekleri ender değildir. Örneğin Britanya'da, son birkaç yıldır gençler arasında ölümcül bıçaklama salgını sürüyor. Bununla birlikte yoksul ortamlarda büyümüş çocukların büyük çoğunluğu vicdansız katiller olmaya yazgılı değildir. Perry'ye göre çocuklar yine de duygusal yara izleri taşır. Yaşamları boyunca, çoğu kez derin bağlantısızlık hissi ve duygusal boşluğun eşlik ettiği bir dizi yıkıcı ilişki içine girmeye eğilimlidirler. Bu, bağımlılık, suç, sosyal yoksunluk gibi sorunlara yol açar, böylece bu ortamda yetişecek olan gelecek kuşak için yıkıcı döngü yeniden kurulmuş olur. Yaşam, değerini yitirir ve kayda değer biçimde ucuzlar, böylece diğerlerine olan kayıtsızlığı besleyen verimli bir toprak elde edilmiş olur. Yalnızca ABD'de beş milyonun üstünde aile içi şiddet mağduru ve dünya çapında savaş ve kıtlıktan dolayı açlık çeken çok sayıdaki çocuk düşünüldüğünde Perry'nin görüşü ikna edicidir. Uygarlığımızdaki ilerlemelere rağmen çocukları hâlâ dehşetin kucağında büyütüyoruz.

YAŞAMIMIZI KONTROL ETMEYİ ÖĞRENMEK

Her anne baba bilir: Küçük yaştaki çocuklar güdüseldir. Onları durdurmak olanaksız gibidir. Kendilerini kontrol etmekten acizdirler. İşlek yollara fırlar, şişmanlara güler, kalabalık içinde bağırıp dururlar.

İleride akıllı ve başarılı yetişkinler olabilmeleri için çocukların özdenetimlerini geliştirmek zorunda olmalarından dolayı, düşünce ve davranışları kontrol etmedeki acizlik, onlarca yıldır şu an olduğu gibi ilgi alanıma girmektedir. Özdenetimin yokluğunda, daima bizi etkilemek ve dikkatimizi çekmek için birbiriyle yarışan arzu ve güdülerimizin insafına kalırız. Küçük çocuklar dürtülerini dizginlemenin uygun bir yolunu bulmaktan acizdir.

Tüm çocuklar gelişimlerinin başında dürtüsellik aşamasından geçer ama anaokulu çağına geldiklerinde davranışlarını düzenleme yeteneği göstermeye başlarlar. Daha büyük hedeflere ulaşmak için bazı şeyleri yapmaktan kendilerini alıkoyabilirler. Ortaçağ Almanya'sında, elma ile bozuk para arasında seçim yapma şansı verilen ve meyve arzusuna direnebilip parayı alan çocuklar okul yaşına gelmiş sayılırdı. Çünkü çocukça arzu ve dürtülerini kontrol edebilir hale gelmişlerdi.

Laboratuvarımda çocuklara elma değil ama bazen lokum ikram ediyoruz. Stanford Üniversitesi'nden Walter Mischel, 1960'ların sonlarında gerçekleştirdiği artık birer klasik sayılan bir dizi çalışmasında, dört yaşındaki çocuklara içinde iki lokum olan bir tabak sunuyor ve lokumlardan birini hemen alabileceklerini ama odadan çıktıktan sonra onun dönüşünü beklerlerse her ikisini birden alabileceklerini söylüyor.[90] Laboratuvarımda, lokum kullanmanın yaratabileceği çeşitli etik sorunlardan kaçınmak için benzer bir test yapıyoruz. Çocuklara yeterince beklerlerse alabilecekleri bir hediyeyi paketlediğimizi söylüyoruz. Biz paketi yaparken arkalarını dönmelerini ve paketlemeyi bitirmek için gereken bandı getirmek üzere dışarıya çıktığımızda arkalarını dönüp hediyeye bakmamala-

90. W. Mischel, *Personality and Assessment*, Wiley, New York, 1968.

rını istiyoruz. Bitişik odadan, arkasını gösteren ayna sayesinde çocukların davranışını ve ne kadar bekleyebildiklerini kaydediyoruz.

Arzulanan şey ister lokum ister gizli bir hediye olsun, her iki durumda da "haz gecikmesi" olarak bilinen şey ölçülüyor. Bu, çocuğun arzusuna yenik düşmeden önceki bekleme süresidir ve görünüşe göre özdenetim gerektiren diğer görevleri nasıl yerine getireceklerine dair bir ipucu teşkil etmektedir. Mischel'in özgün çalışmalarındaki en dikkat çekici şey, dört yaşındaki çocuklarda ölçülen haz gecikmesinin, bir çocuğun akademik performansı ve on beş yaşında ne kadar soysal olacağına dair gösterge olabilmesidir.[91] Bu çocuklar yirmi yedi yaşına gelmiş yetişkinler olarak izlendiğinde, çocukken daha iyi özdenetim sergileyenlerin daha başarılı, daha sosyal ve uyuşturucu kullanımına daha az meyilli oldukları görülür.[92]

Nedeni basit. Güdülerinizi düzenler ve kontrol ederseniz sorunları çözmede daha sabırlı olur, kolayca sıkılmaz ve arzularınıza direnebilirsiniz. Diğer insanlar açısından ise daha az bencil olduğunuzdan daha çok sevilirsiniz. Sosyal etkileşimler sıklıkla bireyler arasında bir şekilde çözülmesi gereken çıkar çatışmalarıyla sonuçlanır. Bu koordinasyon sağlayıcı yetenekler özdenetime bağlıdır ve bu olmasaydı antisosyal kişiler haline gelirdik.

Benliğimizi düzenlemek PK'in başlıca görevlerinden biridir. Bu beyin bölgeleri, farklı bölgelerden gelen uyarıcı komutları dizginleyerek rekabet halindeki düşünce ve davranışları koordine eder. Ön loblarımızın idari denetimi olmasaydı, toplum tarafından kabul edilme şansımızı veya benliğimiz için

91. W. Mischel, Y. Shoda ve M. L. Rodriguez, "Delay of gratification in children", *Science*, 244, 1989, s. 933-938.

92. Y. Shoda, W. Mischel ve P. K. Peake, "Predicting adolescent cognitive and social competence from preschool delay of gratification: Identifying diagnostic conditions", *Developmental Psychology*, 26, 1990, s. 978-986; W. Mischel ve O. Ayduk, "Willpower in a cognitive-affective processing system: The dynamics of delay of gratification", R. F. Baumeister ve K. D. Vohs (Der.), *Handbook of Self-Regulation: Research, Theory and Applications*, Guilford, New York, 2004, s. 99-129.

gelecekte belirlediğimiz amaçlara ulaşmamızı tehdit edebilecek her türlü heves, arzu, tik ve dürtünün insafına kalırdık.

Dikkat eksikliği hiper aktivite bozukluğu olan çocukların düşük özdenetime sahip olduklarının düşünülmesi bu yüzdendir.[93] Kıpırdamadan oturmakta zorlanırlar. Yıkıcı olabilirler. Herhangi bir işe odaklanamazlar. Dikkatleri kolayca dağılır. Diğer çocukların onlardan uzak durmaları kuvvetle muhtemeldir ve arkadaş bulmakta zorlanırlar. Hiper aktiviteleri ve güdüsellikleri öyle bir hal alır ki artık kontrol edilemez hale gelirler. Onlarca yıldır böyle çocuklar yaramaz ve disiplinsiz olarak etiketlendiler. Beklendiği üzere belirli bir eğitim gerektiren pek çok akademik sınavda sınıf arkadaşlarından düşük performans gösterirler. Bu tanıya sahip çocukların yaklaşık olarak yarısı yetişkinliklerinde kabına sığmaz ama geri kalanlar da sorunlar yaşamaya devam eder. Bu bozukluk anaokulu yıllarında yaklaşık yirmi çocuktan birinde çıkar ve erkeklerde kızlara göre üç kat fazla görülür.[94] 1970'lerde tanımlandığından beri tartışmalıdır. Bununla birlikte ikizler üzerine yapılan çalışmalar güçlü biyolojik bir eğilimi destekler niteliktedir. İkizlerden biri bu bozukluğa sahipse, her dört ikizden üçünde, diğeri de sahiptir.

Böyle çocukların uçuşa geçmiş gibi davrandıklarını anlatmak için bazen "kafası iyi" deyimi kullanılır. Bu ironiktir çünkü uygulanan tedavilerden biri de onlara, amfetamin ilaçlar gibi uyarıcı nitelikte olan Ritalin vermektir. Bu ilaçların ön lobda iş gören nörotransmiterlerin etkinliğini artırarak dizginleme ve yoğunlaşma kapasitesini artırdığı düşünülmektedir. Pek çok üniversite öğrencisi, Ritalin almalarını gerektiren hiçbir tıbbi sorunları olmadığı halde akademik başarılarını artırmak için bu ilacı kullanmaktadır. İlaç yoğunlaşmalarına yardımcı olur. Bir yatıştırıcı olan alkol ise, tersine, ön lobun

93. P. H. Wender, *ADHD: Attention-Deficit Hyperactivity Disorder in Children and Adults*, Oxford University Press, Oxford, 2002.

94. M. Strock, *Attention Deficit Hyperactivity Disorder*, National Institute of Mental Health, Londra, 1996. http://web.archive.org/web/20080916130703/http://www.nimh.nih.gov/health/publications/adhd/nimhadhdpub.pdf

etkinliğini ve dürtülerin dizginlenme kapasitesini azaltır. İnsanların sarhoşken aç, azgın ve zararlı olabilmesinin nedeni budur zaten.

Bununla birlikte, benliğinizi kontrol etmenin ilaçlara kıyasla daha iyi bir yolu olabilir. Haz geciktirme görevleri, bu geciktirmeyi başarabilen çocukların öylece oturup, pür dikkat lokuma bakarken dürtülerini kontrol etmek için irade güçlerini kullanmadıklarını göstermiştir. Zaten bunu yapmaları yanlış olurdu. Çocuklar isteklerini akıllarından çıkarmak için farklı stratejiler güder. Genelde şarkı söyleyerek veya elleriyle bir şeyler yaparak dikkatlerini dağıtırlar. Aslında alternatiflerin ortaya çıkması arzulara direnmenin sırrı olabilir. Hatta çocukları dikkatlerini dağıtma konusunda eğitebilir veya onlara lokumun yalnızca bir resim olduğunu, gerçek olmadığını hayal etmelerini söyleyebilirsiniz. Tüm bu stratejiler hedefin dikkat çekici niteliklerini azaltır, böylece dizginlemeyi daha olanaklı kılar. Bu aynı zamanda özdenetimin tatbik edilebilecek bir şey olduğu anlamına da gelir ve katı kuralları olan evlerde yetişmiş çocukların beklenmedik biçimde haz gecikme testlerinde daha kötü performans göstermelerini açıklar. Çok fazla kontrolcü aileler, çocuklarının kendi içsel özdenetimlerini geliştirmelerine olanak bırakmamaktadır.[95] Bu, korunaklı bir yaşam sürerken onları kontrol edecek birileri kalmadığında cinnet geçiren kişilere ait pek çok durumu açıklayabilir.

Ama bu kontrol dışı kişi, çocuk benliği değilse nedir? Kim kimin dikkatini dağıtmaktadır? Bazı meslektaşlarım özdenetim kavramının, kontrolü kaybedecek bir benliğin varlığını daha baştan kabul etmeyi gerektirdiğini öne sürüyor. Peki burada benlik yanılsaması nerede?

Bunu düşünmenin bir yolu örümceksiz bir örümcek ağı gibi yapılanmış bir benlik tasarlamaktır. Ağdaki her iplik bütün yapı üzerinde birlikte etkir. Benlik hep birlikte etkiyen,

95. G. Kochanska, K. C. Coy ve K. T. Murray, "The development of self-regulation in the first four years of life", *Child Development*, 72, 2001, s. 1091-1111.

ortak bir zemin bulmaya çalışan etkilerin ortaya çıkardığı bir desendir. Bunlar etkinliğimiz için yarışan düşünce ve davranışlardır. Bazı iplikler diğerlerinden daha güçlüdür ve bunlar bozulursa ağın şekli bozulabilir. Aynı biçimde yaşamlarımız da benliğimizi bir arada tutan farklı ipliklerden oluşmuştur. Özdenetimden yoksun küçük yaştaki çocuk hâlâ etki ağlarını inşa etmektedir ve henüz egemen olmak isteyen güçlü güdülerini dengelemenin yollarını bulamamıştır. İpliklerin düzenlenişleri, birbiriyle yarıştıkları için öz örgütlüdür. Ağın merkezinde onu bir arada tutan bir benliğe gerek yoktur.

ÖZSEL BENLİK

Benlik, birinin varlığının çekirdeğindeki bir şey olarak düşünülebilir. Bazen birisinin kimliğinin özü olarak da ifade edilir. İnsanlar sıklıkla bir kişinin temel özellikleri olarak onun gerçekten hoşlandıkları şeylere başvururlar. Benlik yanılsaması birçok bakımdan özsel benliğin gerçekten var olup olmadığıyla ilgili bir argüman haline gelebilir. Öz kavramı üzerinde daha çok durmaya değer.

Nikah yüzüğünüzü veya size ait duygusal değeri olan bir nesneyi aldığımı ve bir tür çağlar ötesine ait bir makineyle, özgün biçimini aynen koruyarak, her bir atomunu teker teker özgün materyalden hiçbir şey kalmayana dek yenileriyle değiştirdiğimi düşünün. İşlemin farklı evrelerinde yüzük hâlâ aynı yüzük olur muydu? Çoğu kişi birkaç atomu değiştirilen yüzüğün özde aynı, her şeyi değiştirilmiş yüzüğünse temelden farklı olduğunu kabul ederdi. Ama hangi aşamada yüzük başka bir kimliğe bürünür ve neden tek bir atom fark yaratırdı? Ayrıca bu işlem adım adım yapıldığına göre, pek çok insan özgün yüzükten hiçbir şey içermese dahi süreç içerisinde yüzüğün aynı kimliği koruyacağını söylemeye meyilli olurdu. Peki, özgün yüzüğe ait tüm atomları yeniden birleştirdiğimizi hayal edin, öyle ki artık iki yüzüğümüz var. Hangisi özgündür? Birisi yeniden yapılandırılırken diğerinin kimliği birdenbire yok mu olur?

Açıkça bu şartlar altında maddi nesnelerin kimliği sorgulanır hale geliyor, peki ya kişilerin kimlikleri? Aynı değiştirme işlemini bir insanın üstünde yerine getirdiğimizi düşünün. Filozof Derek Parfit, benliğin gerçekliğine meydan okumak için bu türden senaryoları kullanıyor.[96] Derek, bizden bir insanın, işlem başlamadan önceki özgün insandan hiçbir fiziksel materyal içermeyene dek hücre hücre değiştirildiğini hayal etmemizi ister. Bir örnekte, hücrelerimizin, Greta Garbo'nunkilerle teker teker değiştirildiğini hayal etmemizi ister. Hangi noktada İsveçli ünlü aktris haline geliriz? Benliğimiz ne zaman onun benliği haline gelir? Bu mantığı kullanarak Derek ilk önce bir özsel benlik olduğu düşüncesini reddeder.

Bunlar gerçeklik ve kimliğin doğasıyla ilgili sezgilerime meydan okuyan zorlayıcı düşünce deneyimleridir. Bu soruların doğru ya da yanlış yanıtlarının olmaması sinir bozucu ve filozoflar arasındaki akademik tartışmalar, yıllardır profesyonel olarak bu senaryolar hakkında kafa yoran kişiler arasındaki anlaşmazlıkların altını çizer. Bununla birlikte sokaktaki adam için fiziksel bedenden bağımsız, bir miktar ebedi bir benliğin olması gerektiğine dair ortak psikolojik sezgiyi gözler önüne serer: kim olduğumuzu tanımlayan özsel bir benlik.

Özsel olarak düşündüğümüzde, şeylerin gerçek doğasını arılaştıran içsel bir niteliğin olduğuna inanırız ve bu tarz bir akıl yürütme 3. ve 4. doğum günleri arasında bir yerde ortaya çıkar. Susan Gelman[97] *Essential Child* [Özsel Çocuk] adlı kitabında ikna edici bir sav ileri sürer. Buna göre özcülük, çocuğun canlılar dünyasını farklı türlere bölmek için kullandığı, doğallıkla gelişen bir düşünme biçimidir. Çocuklar tüm köpeklerin aynı grubun üyesi olduklarını öğrendiklerinde tüm köpeklerin içlerinde köpek özü taşıdıklarını varsayarlar, öyle ki bu öz onları kedi özü taşıyan kedilerden farklı kılmaktadır. Bir köpeğin dış görünüşünü kediye benzeyecek şekilde değiştirseniz bile

96. D. Parfit, *Reason and Persons*, Oxford University Press, Oxford, 1986.
97. S. Gelman, *The Essential Child: Origins of Essentialism in Everyday Thought*, Oxford University Press, Oxford, 2003.

onun hâlâ özünde bir köpek olacağını ve bir köpek gibi davranacağını anlarlar.

Gerçekte bu ayrım her iki türün DNA dizileri bakımından biyolojik düzeyde yapılabilir ama çok az çocuk genetik hakkında bir şeyler duymuştur, buna rağmen hayvanları birbirinden ayıran gizli bir niteliğin olması gerektiğini varsayarlar. Özcülük küçük yaştaki çocukların biyolojik dünyayla ilgili akıl yürütmeleri esnasında işler ve sonunda genel olarak dünyalarındaki önemli şeyleri kategorize etmenin bir parçası olur. Bu, özellikle başkalarını benzersiz zihinlere sahip bireyler olarak görmek söz konusu olduğunda böyledir.

Meslektaşım Paul Bloom belirli nesne ve deneyimlere değer vermemizin temelinde de özcülüğün olduğunu öne sürer: Onların belirli özsel gerçeklere sahip olduğuna inanırız.[98] Örneğin sahte olduklarını keşfedene dek özgün sanat eserlerini tercih eder ve onlara hayranlık duyarız. Sahteler asla özgünleri kadar değerli değildir, onları kesinlikle ayırt edemesek bile. Çoğu heteroseksüel karşı cinsin güzel görünümlü üyesiyle seks yapmaktan hoşlanırdı, ta ki o kişinin transseksüel olduğunu öğrenene kadar. Pek çok heteroseksüel için hemcinslerinden birinin içine girme düşüncesi iğrençtir, partnerinin biyolojik kökenini hiçbir zaman fark edemeyecek olsa bile. Fiziksel olarak alınan zevk aynı olsa dahi şeylerin inandığınız şeyler olmadığının keşfi, zevkimizin özgünlük varsayımına dayandığını ortaya çıkarır. Bunun nedeni bir kimlik aldatmacasının söz konusu olduğunu düşünmemizdir. Aynısı benlikle ilgili sağduyulu düşüncelerimiz için de söylenebilir. Bir kişinin gerçek doğası onun özsel kimliğidir ve bu benliklerini yansıtmıyorlarsa onları sahtekâr, hilebaz, ikiyüzlü ve güçlü temel değerlerden yoksun görürüz. Bu tarz bir dil, ihlal edilmiş içsel bir gerçeklik veya benlik düşüncesini ele verir.

98. P. Bloom, *How Pleasure Works: The New Science of Why We Like What We Like*, W. W. Norton and Company, New York, 2010. [*Hazzın Bilimi: Sevdiğimiz Şeyleri Neden Severiz*, Çev. Ahmet Birsen, Alfa Yayınları, İstanbul, 2012. (y.h.n.)]

Bununla birlikte, gelişim yolumuzu baştan sona kateden ve yaşamın dayattığı her şeye göğüs geren özsel benlik düşüncesi bir yanılsamadır. Benliğin ortaya çıkışı insan gelişiminin diğer tüm yönleri gibi epigenetiktir, çevredeki genlerin bir etkileşimidir. Benlik, sosyal gelişimimiz üzerinde derin ve kalıcı etkiler bırakmak üzere, çevrenin etkisiyle genetik mirasımızı birleştiren epigenetik sahanın arşınlanması sonucu ortaya çıkar. Dolayısıyla bu etkiler diğerleriyle etkileşme ve kendi çocuklarımızı yetiştirme biçimimizi belirler. Davranışlarımız ve düşüncelerimizin kökeni kendimizmişiz gibi görünebilir ama çoğunlukla sosyal bir bağlamda ortaya çıkarlar. Bir bakıma, gerçekte olduğumuz kişi, etrafımızdaki kişilere dayanmaktadır. Hepimiz farklı özellik ve eğilimlerle doğmuş olabiliriz ama bunlar bile başkalarının etkisi altında ortaya çıkar ve bazı durumlarda çevresel faktörler tarafından tetiklenebilir ya da devre dışı bırakılabilir. Bilim insanlarının keşfetmeye çalıştığı şey, bu tepkilerin boyutu ve nasıl meydana geldiğidir. Yaşam yolunu adımlayan, çeşitli karar anları ve kritik dönemeçlerde kendi kararlarını veren benlikler olduğumuz düşüncesi iyi hissettirebilir ama bu aynı zamanda kendi seçimlerimizi yapmakta özgür olduğumuzu varsaymaktır. Seçim yapmakta özgür olmak benlik yanılsamasının bir başka yönüdür.

BELLEK TESTİ

Aşağıdaki sözcükler okuduğunuz sözcük listesinde var mıydı?

a) iğne

b) nehir

4
Özgür İradenin Bedeli

Özgür iradeye inanmalıyız, başka şansımız yok.
Isaac Bashevis Singer

1966'nın sıcak bir yaz gününün öğle saatlerinde, emekli Deniz Kuvvetleri askeri Charles Whitman 96 dakika boyunca Austin'de, Teksas Üniversitesi'nin kulesinde konumlandı ve polis tarafından vurularak öldürülünceye kadar 14 kişiyi öldüren, 32 kişiyi yaralayan 150 silah atışı yaptı.[1] Teksas Üniversitesi Katliamı, modern zaman olgularından, kitleye ateş açma

1. G. M. Lavergne, *A Sniper in the Tower: The Charles Whitman Murders*, University of North Texas Press, Denton, 1997.

örneklerinden biriydi. Dunblane, Columbine ve Virginia Tech uzayıp giden anlamsız ve inanılmaz cinayetler listesindeki son vahşetlerden yalnızca bir kaçıdır. Bu vahşetlerden biri ne zaman yaşansa aynı soruyu sorup duruyoruz: Neden? Charles Whitman örneğinde, buna bir yanıtımız var: O, olağan benliğinden farklı biriydi.

İleriye yönelik intihar notunda Whitman, hissetmekte olduğu şiddet dürtüsü ve zihinsel çalkantıyı yazmıştı. Saldırgan patlamalar ve sıkıntılı bir aile hayatı içeren bir geçmişe sahipti ama Austin'deki cinnetine yakın aylarda Whitman gittikçe daha kötüleşen şeyler düşünmeye başlamıştı. "Ölümümden sonra görünür bir fiziksel bozukluk olup olmadığına bakılması için cesedime otopsi yapılmasını dilerim" diye yazmıştı. Kendisinden kalan paradan, borçları ödendikten sonra geriye kalanının yaptıklarının bir açıklamasına ulaşmak amacıyla yürütülecek araştırmalara gitmesini istemişti. Bir şeylerin yanlış olduğunu biliyordu ve ne yazık ki haklıydı. Beyninin derinlerinde amigdala bölgesinde oldukça büyük bir tümör vardı.

Amigdala duygusal davranışlardan sorumlu beyin devresinin bir parçasıdır. Bu bölgenin zarar görmesi aşırı öfke ve hırsa neden olur. Amigdalanın aşırı uyarılması hem insan hem de hayvanlarda şiddetli saldırganlığa yol açar. Whitman'ın tümörü dürtüsel saldırganlığından sorumlu olmuş olabilir. Aile yaşamının sıkıntılı oluşu, amfetamini yanlış kullanması ve 1966 yazında yaşadığı yoğun stresle birlikte amigdalasındaki tümör sakin kalma yeteneğini harap etmiş olsa gerek. Mademki onun tümörlü bir beyni olduğunu biliyoruz, Whitman'ı eylemlerinden sorumlu tutabilir miyiz? O masum insanları öldüren Whitman mıydı yoksa tümör müydü?

Bir de çocuk pornografisine ilgi duyan kırk yaşındaki bir adamın tuhaf vakası var.[2] Pedofilinin yanlış bir şey olduğunun bilincindeydi ve bu yüzden yaptıklarını gizlemek için her

2. J. M. Burns ve R. H. Swerdlow, "Right orbitofrontal tumor with pedophilia symptom and constructional apraxia sign", *Archives of Neurology*, 60, 2003, s. 437-440.

çareye başvurmuştu ama sonunda üvey kızı tarafından ifşa edildi ve hapis yerine tedavi için bir rehabilitasyon merkezine gönderildi. Ama merkezdeki çalışanlar ve diğer hastalara cinsel isteklerinin yerine getirilmesi için yalvarmaktan kendisini alamadığı için sonunda oradan atıldı. Hapise gireceği günün eveli akşamı ciddi baş ağrısı şikâyetiyle hastaneye kaldırıldı, PK'de cinsel arzu ve dürtüleri bastıran bölgede tümör olduğu keşfedildi. Bir çocuk lokumları yeme güdüsünün üstesinden gelebilmek, bir yetişkin ise savaşmak, sevişmek ve sıvışmak gibi arzuları bastırmak için PK'ye ihtiyaç duyar.

Pedofili davranışından tümör mü sorumluydu? Bir bakıma öyleydi. Tümörü alındığında cinsel dürtüleri geriledi ve yedi ay sonra üvey kızının yaşadığı evine dönmesine izin verildi. Bununla birlikte bir yıl sonra yeniden pornografik materyal toplaması üzerine yapılan yeni bir beyin taraması tümörünün yeniden büyüdüğünü ve yine alınması gerektiğini ortaya çıkardı. Ama bir yığın kanserli hücre nasıl olur da küçük yaştaki çocuklara yönelik cinsel dürtülere sahip olabilir? Beyin, davranış ve akıl arasındaki bağlantıyla ilgili düşüncemizde çok yanlış bir şey var.

BUNU BANA BEYNİM YAPTIRDI

Sinir-bilimci David Eagleman, beynin nasıl çalıştığını kavrayışımızla beraber insanların kendi eylemlerinden ne zaman sorumlu olduğunu saptamanın zorluğuyla yüzleşmek zorunda kalacağımız bir çağa girmekte olduğumuza inanır.[3] Bu yeni bir alanın ortaya çıkışı demektir: Nasıl davranacağımıza ve ahlaka dair beyin merkezli sinir-bilimsel etik. Eagleman, kanserli tümör gibi açık bir beyin anormalliği söz konusu olduğunda pek azımızın Whitman'ı ya da bir pedofili hastasını suçlayacağının altını çizer. Eagleman'in belirttiği üzere sorun şudur: Beynin nasıl çalıştığına dair anlayışımız geliştikçe, suç işleyen-

3. D. M. Eagleman, *Incognito: The Secret Lives of the Brain*, Canongate, Edinburgh, 2011. [*Incognito: Beynin Gizli Hayatı*, Çev. Zeynep Arık Tozar, Domingo Yayınevi, İstanbul, 2013. (y.h.n.)]

lerin bazı biyolojik anormalliklerinden dolayı eylemlerinden sorumlu tutulamayacakları gibi argümanlarla gittikçe daha fazla karşılaşacağız. Beynin mikro devre şemasını ne kadar iyi anlarsak, suç teşkil eden eylemlerle bağlantılı daha fazla dengesizlik ve eğilim keşfedeceğiz. Toplum suçluluğun eşik çizgisini en son nereye çekecek?

Aslında biyolojik anormalliğe dair herhangi bir kanıta gereksinim olmadığı bir noktaya varmış durumdayız: Olağan kişiliğiniz olarak kabul edilemeyecek bir karakteri dışa vurmanız yeterli. Bu, Kanada'daki jürinin, 1988 yılında eşinin ailesinin Ontario'daki evine varmak için 23 kilometre araba süren ve orada kaynanasını bıçaklayarak öldüren Ken Parks'ın davasında verdiği karardır. Daha sonra karakola gidip, "Sanırım birilerini öldürdüm" diyerek teslim olmuştu.

Saldırıdan önce Parks'ın, kendisini "Kibar Dev" diye tanımlayan eşinin ailesini sevdiği söyleniyordu. Avukatları onun saldırıyı hatırlamadığını çünkü uyurgezer olduğunu ileri sürdü ve "uykuda gezdiği esnada anlaşılır bir otomatiklikle cinayet işlediği" itirazında bulundular. Geçmişinde bu davranışa benzer hiçbir şey olmadığı ve saldırganlık karakterine aykırı olduğu için jüri savunmayı haklı buldu ve onu beraat ettirdi.[4]

İyi de karakterini dışa vurmak ne demektir? Bu ifade, dış güçler tarafından gasp edilmiş bir benlik egemenliğini varsayıyor. Bu dış güçler içimizde değilse nerede etkisini gösteriyor? Eylemlerimden geçmişim ya da içinde yetiştiğim çevre sorumludur demek, bana bunu beynim yaptırdı demekten daha mı anlamlı? Bir keresinde, bir akşam yemeğinde, sağ ve sol politik eğilimleri olan iki yetişkinle bu suçluluk konusunu tartışmıştım. Tahmin edebileceğiniz gibi muhafazakâr olan suçu bireyde, liberal olanı ise suçu toplumda bulma eğilimindeydi. Şüphesiz ki bunlar net bir yanıtı olmayan ve kişisel inanç sisteminizi yansıtan sorulardır.

4. N. Levy, *Neuroethics: Challenges for the 21st Century*, Cambridge University Press, Cambridge, 2007.

Pek çok hukuk sistemi bu konuda, 1843'te Daniel M'Naghten tarafından Britanya Başbakanı Robert Peel'e yapılan suikast girişimiyle ilgili davada verilen örnek kararla ilgili, M'Naghten kurallarını temel alır. Bu "Akıl Sağlığı Savunması" olarak bilinir ve aşağıdaki kritere dayanır:

> Suç işlendiği sırada sanık zihinsel bozukluktan dolayı bir tür akıl yürütme eksikliğiyle davranıyordu, gerçekleştirdiği eylemin niteliği ve doğası hakkında bir şey bilmiyordu, bilse bile yaptığının yanlış olduğunu bilmiyordu.

Sorun şu ki pek çoğumuz yanlış olduğunu düşünmediğimiz şeyler yaparız. Geçmiş düşünüldüğünde, her zaman anlamsız eylemlerimizi akılcılaştırmak için haklı gerekçeler üretecek pek çok yol bulabilir, karar aşamasında önemli olan bazı noktalar bulup çıkarabiliriz. Ayrıca hepimiz sonuçlarını tam olarak hesaba katmadığımız pek çok şey yaptık. Bunlar istisna mıdır? Eğer öyleyse neyi karaktere aykırı olarak sayacağımıza nasıl karar vereceğiz? Bir kerelik bir eylem tekrar eden suçlardan daha mı kötüdür? Ne de olsa, sürekli suç işleyen biri belki de eylemlerini denetleme yetisinden yoksun veya yaptıklarının yanlış olduğunu bilmiyordur. Öte yandan suç bir kereye mahsus işlendiğinde bu, failin ne yaptığını daha iyi biliyor olduğu ve daha ağır bir ceza alması gerektiği anlamına gelmez mi?

Bunlar tam olarak, Coventryli banka çalışanı Mary Bale'in tüm dünyayı öfkeye boğan zalimce fevri hareketi sonrası ortaya çıkan görüşlerdir. Bir ağustos akşamı, Lola adında dört yaşındaki tatlı kediyi bahçe duvarında gördüğünde evine doğru yürümekteydi. Her gün, hasta babasını hastanede ziyarete giderken kediyi okşamak için dururdu. Yine kediyi okşamak için durdu, ama bu kez, yakındaki büyük çöp kutusunun kapağını açmadan önce iki kez etrafı süzdü, kediyi ensesinden tutup çöp kutusunun içine bir güzel attı ve ardından hızlıca üç sokak ilerideki evine doğru yol aldı.

Mary'nin talihsizliğine bakın ki onun bu alçakça eylemi kedinin sahiplerinin ev gözetleme sistemi tarafından kaydedilmiş-

ti ve kedinin sahipleri videoyu *Facebook* sayfalarında paylaştılar. Video yayınlandıktan hemen sonra dünyanın dört bir yanından binlerce insan onu "Hitler'den daha kötü" diye andı. Sonuçta görüntüden kimliği tespit edilen Mary zalimlikten tutuklandı ve aldığı ölüm tehditlerinden dolayı polis korumasına alındı.

Sıradan, normal bir banka memuruna bu anlamsız zulmü yaptıran şey neydi? Bale başta, "birdenbire kediyi çöpe atmanın eğlenceli olabileceğini düşündüğünü" söyledi. Sonra yaptıklarının "karakterine tamamen aykırı" olduğunu ve olayla ilgili hiçbir şey hatırlamadığını iddia etti. Tabi ki bu bir kereye mahsus ahlaki bir alçalmaydı. 2010 Ekim'indeki yargılanmasında mahkeme stres altında olduğunu kabul etti. Bankadaki işinden ayrılmak zorunda kaldı. Babası yeni ölmüştü ama mahkeme, Ken Parks'ı yargılayanlardan daha az anlayışlıydı. Bale, hayvan zulmünden suçlu bulundu ve büyük bir para cezasına çarptırıldı ve beş yıl için hayvan edinmesi yasaklandı. Belki bu, Britanyalıların bir anlık cinneti affetme isteklerinden çok evcil hayvanlarıyla ilgili hisleri hakkında bir şeyler anlatmaktadır.

ÖZGÜR İRADE SORUNU

Çoğu insan, fiziksel bir hastalıktan mustarip ya da baskı altında değilse özgürce karar verebilme ve seçim yapabilme yeteneğine sahip olduğunu düşünür. Kararların önceden belirlenmediği ve alternatifler arasından seçim yapabileceğimize dair yaygın bir inanç vardır. Pek çok insanın özgür iradeden kastı budur. İnsan davranışının kişisel seçimin bir ifadesi olduğu ve fiziksel güçler, kader veya Tanrı tarafından belirlenmediği inancıdır bu. Diğer deyişle yönetimde bir benlik vardır.

Bununla birlikte sinir-bilim bize yanıldığımızı ve özgür iradenin benlik yanılsamasının bir parçası olduğunu, göründüğü gibi olmadığını söyler. Özgür olduğumuzu düşünürüz ama aslında değiliz. Aslında özgür irade kavramını nasıl kullanacağımızı hatta onun yokluğunun bir kusur olduğunu yeniden düşünmeye başlamamız gerekiyor. Örneğin biraz önce yazdığım cümlenin benim seçimim olduğuna inanıyorum. Ne yazmak

istediğimi ve nasıl yazacağımı düşündüm. Bu noktada yalnızca bu satıra başlama niyetimi değil, gerçekten yazma işlemini de deneyimledim. Bunu yapanın ben olduğumu biliyordum. Eylemlerimin faili olduğumu hissettim.

Özgür irademi sorgulamak saçma görünebilir ama kabul etmekten nefret etsem de bu deneyimler göründükleri gibi değildir. Birinin yapabileceği herhangi bir seçim, genetik miras, yaşam deneyimleri, verili koşullar ve planlanmış hedefler arasında dağılım gösteren bir yığın gizli faktörün zirve yapmış etkileşimi olmalıdır. Bu etkilerin bazıları dış kaynaklardan geliyor olmalı ama tümü, beyindeki sinirsel aktivite desenleri olarak sonlanır. Bu, sinirsel mimarim boyunca tetiklenen sinir hücrelerinin yayılmış ağlar matrisidir. Önyargılarım, anılarım, algılarım ve düşüncelerim beynimin içindeki uyarım ve engellemelerin etkileşen desenleridir ve en son, kontrol ve dengeleme işleri de bitirildiğinde, tüm bu karmaşık etkileşimlerin sonucunda ortaya çıkan toplam kararlarımız ve yaptığımız seçimlerdir. Farkında değiliz çünkü etkiler bilinçdışıdır, bu yüzden verdiğimiz karara özgürce vardığımızı sanırız. Bu, Spinoza'nın, "İnsanlar kendilerini özgür olarak düşünmekle yanılırlar; bu düşünceleri kendi davranışlarının bilincinde olmalarına ama onları belirleyen nedenlere ilişkin bilgisiz olmalarına dayanır" derken kavradığı bir sorundu.[5]

Ayrıca, mantıksal olarak da özgür irade olamaz. Kafamızın içinde düşünüp, seçenekleri değerlendiren bir Kral Süleyman yok. Kafamızın içinde kararlar veren küçük insan homunkulüsün de olmayacağını çünkü bunun yalnızca, "peki onun içinde kim var ve onun da içinde kim var..." şeklinde sonsuza kısır döngüye yol açtığını görmüştük. Açıklamamızda bilim insanlarının açıklayamadığı ruhani etkilere, bir "makine içindeki hayalet"e* yer verecek de değiliz.

5. B. de Spinoza, *A Spinoza Reader: The Ethics and Other Works,* Derleyen ve Çeviren E. Curley, Princeton University Press, Princeton, 1994.

* "*Ghost in the machine*" [makinedeki hayalet], Descartes'ın beden ve ruhu iki ayrık töz olarak gören ikici düşüncesi için Gilbert Ryle'ın taktığı eleştirel isimdir. (ç.n.)

Denklemden özgür iradeyi çıkardığımızda bazıları bunun alternatifinin, her şeyin baştan belirli ve yaşamın özgürlük üzerinde egemen olan karmaşık bir oyunun hamlelerini oynamaktan ibaret, bir tür kadercilik olmasından endişe ediyor. Pek çok insana göre korkunç bir düşüncedir bu çünkü geleceği şekillendirmekte hiçbir söz hakkımız olmadığı anlamına gelir. Gelecek gerçekten önceden belirlenmemiş midir?

Böyle bir varoluşsal krizle karşılaşan bazıları denkleme rastlantıyı dahil etmenin bir yolunu aradı. Ruhlar ya da tanrılar yoksa, fizik bizi ve içinde bulunduğumuz dünyayı yönetiyorsa, belki de fizik düşünülenden daha az kesindir. Görünüşe göre kaderci görüşten kaçmanın en çekici yollarından biri beynin en küçük düzeyinde belirlenimden kurtulmaktır. İşte burası, fiziksel dünyayı yöneten bildiğimiz fiziksel yasaların artık geçerli olmadığı kuantum fiziğinin gizemli ve ayrıcalıklı dünyasına girdiğimiz yerdir. Bu kurallar artık yoksa demek ki beyinde de belirlenim yoktur. Böylece kapı bir miktar özgürlük ve seçime açık tutulur.

BÜYÜLEYİCİ ZERRELER

Kuantum fiziğinin dünyası tuhaftır. Normal dünyanın yasalarına boyun eğmez. Parçacıklar varlığın bir yerinden girer ve çıkar, aynı anda iki farklı yerde olabilir ve aslında Newtoncu dünyada işleyen maddi yasalara uymazlar. Basitçe söylemek gerekirse kuantum fiziği maddenin basit yapıtaşlarını, kesin olmayan biçimde davranan temel parçacıkları ortaya çıkarmıştır. Belirlinin karşıtı, belirsiz olarak bilinirler. Newtoncu dünyadaki nesneler gibi davranmazlar. Maddenin bu temel parçaları zerreler olarak bilinir. Belirlenimsizlik kaderciliğin altını oyar çünkü kadercilik, nedensellik ve etkime yasalarına işaret eder ve kuantum düzeyinde uygulanamaz. Bu konumun savunucuları, evrenin yapısı başından beri belirlenemiyorsa demek ki seçimler de belirlenmiş değildir ve pek çok potansiyel gelecek olanak dahilindedir şeklinde bir sav ileri sürerler. Kuantum belirlenmezciliği bu nedenle kaderimizi çizmede

özgür olma olanağını saklı tutmak isteyen kişilerin güvenini tazelemiştir.

Kuantum belirlenmezciliğini özgür iradeyi açıklamak için kullanmadaki sorunlardan biri şudur: Beyindeki sinirsel ağlar arasındaki iletişim, belirlenimsiz olduğu gözlemlenen atom altı parçacıkların düzeyinden çok daha büyük bir ölçekte meydana gelir. Bu, bir tuğlayı meydana getiren kum tanelerinin, milyonlarca tuğladan inşa edilmiş bir katedralin, bunun yanı sıra böyle kurumları içeren toplumların yapısı üzerinde etkili olabileceğini düşünmekle aynı şeydir. Daha önemlisi kuantum düzeyindeki rastlantı, beyin aktivasyonunun moleküler düzeyine ve toplumların makro düzeyine dek aktarılmış olsaydı bile bu, çoğumuzun özgür irade olarak deneyimlediği şeyin tatmin edici bir açıklaması olmazdı. Kararlar, seçimler olmaktan ziyade rastgele olayların bir sonucu olurdu ki bu durumda da özgür irade var olmazdı. Son kitabım *SuperSense*'te* [Süper Duyu] de şakayla karışık belirttiğim gibi, özgür iradeyi çalıştıran makinedeki hayalet var olsaydı bile karar vermesi gerektiğinde yazı tura atan birini istemezdik.

Özgür iradeye olan inancımız gündelik eylemlerimiz üzerindeki kontrole ilişkin kişisel, öznel deneyimimizi yansıtmakla kalmaz aynı zamanda kararlarımızı belirleyen hem bilinçli hem de bilinçsiz mekanizmalara ilişkin bilgimizi de yansıtır. Pek çok insan, sanki yaşamları çok kestirilebilirmiş gibi, böyle bir çıkarımı son derece rahatsız edici bulabilir. Dan Dennett bunu şöyle ifade etmiştir: "Özgür iradenin bir yanılsama mı gerçeklik mi olduğunu düşündüğümüzde, bir uçuruma bakıyoruzdur. Yüz yüze geldiğimiz şey nihilizme ve çaresizliğe saplanmak gibi görünüyor."[6]

---

* Bruce M. Hood, *SuperSence: Why We Belive in the Unbelievable*, Harper and Collins, New York, 2009. (y.h.n.)

6. Dennett, alıntılayan E. Taylor, *Mind Programming: From Persuasion and Brainwashing, to Self-Help and Practical Metaphysics*, Hay House, San Diego, 2009. [*Zihin Programlama*, Çev. Merve Duygun, Butik Yayınları, İstanbul, 2009. (y.h.n.)]

Ama bu neden üzücü olsun ki? Yaşamdaki pek çok şey göründüğü gibi değil. Muhtemelen tüm algılarımız birer yanılsama çünkü gerçekliğe ayrıcalıklı bir erişimimiz yok. Zihinlerimiz gerçeği modelleyen birer matristir. Fiziksel dünya bile göründüğü gibi değil. Kuantum fiziği katı bir tuğlada maddeden çok boşluk olduğunu ortaya çıkarmıştır. Tuğlanın doğasına ilişkin daha derin bir kavrayış, birisi kafamıza bir şey fırlattığında nasıl davranmamız gerektiğiyle ilgili kararımızı önemsizleştirir mi? Kesinlikle hayır.

Kaderciliğin kötümser yorumu aynı zamanda dayanaksızdır çünkü basitçe nedensellik modellerini anlamlı bir biçimde kavrayamayız. Sonrasında düşündüğümüz çok basit eylemler bir yana, zihinsel hayatlarımızı oluşturan alt süreçlerin karmaşıklığı herhangi bir kesinlik taşıyan kestirimlerde bulunmanın olanaksız olduğunu, böyle bir tahminin ancak rastgele ve belirsiz olabileceğini kanıtlar. Bu bir futbol maçını izlemek gibidir. Oyuncuların ve topun hareketlerini yöneten fizik yasalarını anlarız ama bu, oyundaki hareketlerin ne olacağını kesin bir biçimde tahmin edebileceğimiz anlamına gelmez. En iyi ihtimalle ne olacağını bilmeye yaklaşabiliriz ama mühendislik diliyle ifade edersek, özgürlüğün o kadar çok boyutu vardır ki sistemin ne yapacağını doğru tahmin edemeyiz. Özgürlüğün çok katmanlı olması şu demektir: Karar vermenizi etkileyebilecek yeni bir faktörü her eklediğinizde sistemin öngörülebilirliğini değiştirirsiniz.

Gelin sayılar üzerinde biraz daha duralım. Yalnızca beş yüz nöronla elde edebileceğiniz farklı bağlantı desenlerinin sayısı, gözlenebilir evrende tahmin edilen toplam atom sayısını aşmaktadır. Her biri yaklaşık on bin bağlantıya sahip milyarlarca nöronuyla beynin olası durum sayısı neredeyse sonsuzdur. Bu yüzden her bir elektriksel aktivitenin ne yaptığını hesaplamak tek kelimeyle olanaksızdır. Bir diğer problem de şudur ki hiçbir beyin bir başkasıyla özdeş değildir. Tamamen aynı ortamda tutulan su piresi gibi çok basit organizmaların klonları bile farklı

sinirsel bağlantı desenlerine sahiptir.[7] Bu yüzden herhangi bir beynin haritası bir diğerine aynen uygulanamaz.

Önceden kestirilebilir kaderciliğin tabutuna çakılan son çivi ise binlerce farklı beyin durumunun aynı sonucu üretebilmesidir. Bu, felsefede "çoklu gerçeklenebilirlik"[8] olarak bilinir. Buna karşın ben daha yaygın bir ifade olan "bir şeyi yapmanın birden fazla yolu vardır" deyimini tercih ediyorum. Bunun anlamı basitçe şudur: Pek çok farklı beyin aktivite deseni aynı düşünce ve davranışı üretebilir. Beyin aktiviteleri ile bireysel eylemler arasında benzersiz birebir bir eşleme yoktur. Örneğin bilimciler insan beyninden çok daha basit bir sinir sistemini, ıstakoz midesini incelediler ve hassas bir biçimde sindirim hareketlerini kontrol eden sinirlerin çok sayıda farklı aktivite desenlerini kaydettiler. Binlerce farklı desenin aynı davranışı ürettiğini buldular.[9] Herhangi bir hücre için, diğer bağlantı hücreleriyle birlikte aynı sonucu üreten pek çok aktivite deseni vardı.

Çoklu gerçeklenebilirlik muhtemelen insan beyni için de geçerli. Diğer deyişle düşünce ve davranışlarımız birçok aktivite yoluyla gerçekleşir ki bu iyi bir şeydir. Sinir ağlarının çok büyük ölçüde paralel olduğunu hatırlayın. Bu aynı nöronların çeşitli yayılan aktivasyonlar tarafından tetiklenebildiği anlamına gelir. Bu paralel desen zihinsel yaşamın hızını, karmaşıklığını ve sonuç olarak zenginliğini açıklamakla birlikte bu deseni aynı beyin içinde bile hiçbir zaman tam olarak oluşturamayacağınız anlamına da gelir.

7. E. R. Macagno, V. Lopresti ve C. Levinthal, "Structure and development of neuronal connections in isogenic organism: Variations and similarities in the optic system of Daphnia magna", *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 70, 1973, s. 57-61.

8. H. Putnam, "Psychological predicates", W. H. Capitan ve D. D. Merrill (Der.), *Art, Mind and Religion*, University of Pittsburgh Press, Pittsburgh, 1967, s. 37-48.

9. Bu örnek Gazzaniga'nın Putnam'ın çoklu gerçeklenebilirlik ilkesini sunma amacıyla nörofizyolojist Eve Mardei'nin çalışmasıyla tanıştığı Gifford'daki konferastan alınmıştır. J. M. Goaillird, A. L. Taylor, D. J. Schulz ve E. Marder, "Functional consequences of animal-to-animal variation in circuit parameters", *Nature Neuroscience*, 12, 2009, s. 1424-1430.

Beyin aktivitesinin karmaşıklığına rağmen pek çok kişi hâlâ zihnin materyalist açıklamasından derin bir hoşnutsuzluk duyar, bu açıklama kestirilebilirliği dışlasa bile. Kopyalamak üzere evrimleşmiş etten yapılma hesap cihazlarından daha fazlası olduğumuza inanmak istiyoruz. Biz yalnızca etten makineler değiliz. Hâlâ keşfedilmemiş bazı güçler işbaşında olamaz mı? Her şeye rağmen, sürekli olarak evrenin büyük kısmının, orada olduğunu bilmemize rağmen ölçemediğimiz şeylerden oluştuğunu aklımıza getiriyoruz. Bilim insanları eğer her şeyi bilmediklerini kabul ediyorlarsa, zihin ve özgür irade konularında maddi açıklamaları nasıl oluyor da göz ardı edebiliyorlar?

Yanıtı şu: Yapamazlar! Bilim yalnızca dünyanın farklı modellerini araştırabilir ve değerlendirebilir. Bu modeller de yalnızca evrenin dürüst olmak gerekirse tam olarak hiçbir zaman bilemeyeceğimiz gerçek durumuna ilişkin yaklaşık tahminler olacaktır. Ama bilim sürekli ilerliyor ve bulgularla daha fazla uyumluluk için modeller arasından seçim yaparak gelişiyor. Bulgular gözlemlerden gelir. Bununla birlikte bazen gözlemler de yanlış olabilir. Özgür iradeyle ilgili büyük sorun çok gerçekmiş gibi hissettirmesidir. Hepimiz düşüncenin eylemden önce geldiğini düşünürüz. Zaman ilerler ve düşüncenin neden olduğu hareketi deneyimleriz. Bunun yanlış olduğunu basit bir düğmeye basma deneyinden biliyoruz.

GEÇMİŞTE YAŞAMAK

Sizden bir düğmeye basmanızı istediğimi düşünün. İyi hissedene ve hazır olana dek yalnızca bekleyin. Diğer deyişle düğmeye ne zaman basacağınıza dair seçim tamamen size bağlı. Bir süre sonra düğmeye basmaya karar verir ve basarsınız. Özgür iradenin bundan daha açık örneği olabilir mi? Olamaz, tabi insan zihninin en zorlayıcı ve tuhaf yanılsamalarından birini deneyimlediğinizi saymazsak.

1980'lerde Kaliforniyalı psikolog Benjamin Libet, hareketleri ve motor eylemleri üreten sinirsel dürtüler üzerinde

çalışıyordu. Parmakla düğmeye basmak gibi en istemli motor eylemlerden önce, parmağın nihai hareketini üretmekten sorumlu beynin motor korteks alanındaki sinirsel aktivitede ani bir yükseliş söz konusu olur. Buna "hazırlık gerilimi" (*readiness potential*) denir ve parmağı gerçekten hareket ettiren aktivasyonun habercisidir. Şüphesiz, karar verirken, düğmeye gerçekten basmaya başlama anından saniyenin beşte biri kadar önce, düğmeye basma eylemimizi başlatacak bilinçli bir istem veya özgür iradeyi de deneyimleriz. Ama gariptir ki Libet hazırlık geriliminin ortaya çıktığı zaman ile düğmeye basma niyetinin deneyimlendiği an arasında bir uyumsuzluk olduğunu gösterdi.[10]

Yetişkinlere 2.65 saniyede bir tam dönüş yapan hareketli bir noktaya sahip bir saati izletirken Libet, hazırlık gerilimi tetiklendikten yarım saniye sonra yetişkinlerin düğmeye basma dürtüsünü hissettiklerini saptadı. Diğer deyişle kişi bilinçli kararının farkında varmadan önce beyin aktivitesi zaten düğmeye basmaya hazırlanıyordu. Bu zaman aralığı, parmağın gerçek hareketi ile bilinçli düğmeye basma kararı arasındaki zamanın en az iki katı. Bu şu demektir: Bilinçli bir karar verdiğimizi düşündüğümüzde bu karar bilinçsiz olarak zaten alınmıştır. Aslına bakılırsa bilincimiz geçmişte yaşamaktadır.

Yarım saniyenin hiç de uzun bir süre olmadığı iddia edilebilir ama son zamanlarda beyin görüntüleme tekniğini kullanan araştırmacılar bu sınırı yedi saniyeye kadar geri çekebiliyorlar.[11] Kişinin iki düğmeden hangisine basacağını önceden tahmin edebiliyorlar. Bu şok edicidir. Tahmin edeceğiniz üzere bu tip bulgular çoğu insan için kafa karıştırıcıdır. Nasıl olur da bedenlerimizden bu kadar habersiz olabiliriz? Hiç mi bilinçli bir kontrolümüz yok? İstemli eylemlerle ilgili bütün mesele,

10. B. Libet, C. Gleason, E. Wright ve D. Peanal, "Time of unconscious intention to act in relation to onset of cerebral activity (readiness-potential)", *Brain*, 106, 1983, s. 623-642.

11. C. S. Soon, M. Brass, H.-J. Heinze ve J.-D. Haynes, "Unconscious determinants of free decisions in the human brain", *Nature Neuroscience*, 11, 2008, s. 543-545.

eyleme geçme niyetimizin ve eyleme çabamızın her ikisini de hissetmemizdir. Bir şeyi yapmaya karar verdiğimizde, ardından eylemin gerçekleşeceği bir anın varlığını hissederiz. Beyin bilimi bize bu deneyimlerde, niyetin olayın başlamasından sonra hissedildiğini söyler.

Bununla birlikte Libet'in bulguları niyetin eylemleri önceleyemeyeceği anlamına gelmez. Hepimiz geleceğe dönük planlar yapabiliriz, bunun tersini düşünmek gülünç olurdu. Örneğin sabah posta kutusunu kontrol etme kararı aldım ve sonuçta öğlende dediğimi aynen yaptım. Bir hareketi planlayıp yerine getirmiş oldum. Beynimde posta kutusuna bakmak için bir hazırlık gerilimi yoktu. Benzer şekilde pek çok başka eylem bilinçli niyet olmaksızın gerçekleşir ve iyi ki öyledir. Zincirleme bir araba kazası esnasında frene basmak için düşünmek zorunda kaldığınızı hayal edin: Hapı yutmuştunuz. İster uzun vadeli planlar olsun ister dış olaylar tarafından tetiklenen otomatik davranışlar olsun her iki örnekte de niyetin deneyimlenmesi çok önce ya da hiç olmaz. Eylemlerimiz her zaman Libet'in deneylerindeki gibi niyetlerimizi izlemez.

Libet'in bulgularının gerçekte gösterdiğine göre, hem istemli bir eylemin başlatılması hem de başlattığımız bu eyleme ne zaman karar verdiğimizi takip etmemiz istendiğinde, hareketimizin hazırlanışı bu niyeti fark etmemizden önce gerçekleşir. Çoğu insan bunu şaşırtıcı bulur. Bununla birlikte sinir-bilimciler daha az etkilenirler çünkü beynin hem hareketi hem de bilinçli farkındalığı ürettiğini bilirler. Aksi takdirde bu, tarafsızlığı ve nesnel değerlendirmeyi olanaksızlaştırırdı. Olayların sürecini yorumlamadaki başka bir sorun da beyin aktivasyonunun bilinçli farkındalığı zamanda tek bir nokta olarak değil de dağınık noktalar olarak üretmesidir. Diğer deyişle bir karar verdiğimizde bunu aniden fark edebilsek bile bu işlem biraz zaman almış olmalı. Parmağımızı hareket ettirmeden hemen önce kendiliğinden olmuş gibi hissedebiliriz ama öyle olmadı. Sadece biz öyle sandık. Spinoza bunu 350 yıl önce anlamıştı.

Libet'in bulgularına ve genel olarak benliğin gerçek doğasına ilişkin önemli yanlış yorumlardan biri de dürtünün ortaya çıkış zamanını takip ederken pasif olarak bu dürtünün beklenyemeyeceği düşüncesidir. Zihnimizin dışına çıkıp, "Evet, bu harekete geçme dürtüsünü hissettiğim an ve bu da gerçekten harekete başladığım zaman" diyemeyiz. Kendi zihinsel kekinizi yapıp yiyemezsiniz. Filozof Gilbert Ryle'nin altını çizdiği gibi[12] benlik arayışındayken aynı zamanda hem avcı hem av olamayız. Bu tip bir akıl yürütme zihnimizin bedenimizden ayrı olduğuna ilişkin temel ikicil inancı yansıtmaktadır.

Zihnin bedeni kontrol ettiğini düşünüyor olabiliriz ama bu özgür irade ve kontrol yanılsamasıdır. Bu yanılsama, öznel bilinçli niyet, hareketin gerçekten gerçekleşmesini kısa bir süreyle önceleđiğinde ortaya çıkar. Bu zamanlamanın kritik olduğunu biliyoruz çünkü harekete geçme niyetinin deneyimlendiği an ile hareketin gerçekleşmesi arasındaki bağlantı kesilirse istenmiş olan eylemin kaybolduğunu hissederiz. Bu, bedenin kontrolüne sahip olmadığımızı hissettiğimiz andır.

İKİ ZİHİNDE OLMAK

Çoğu zaman eylemlerimiz üzerinde kontrol sahibi olduğumuzu hissederiz. Bilinçli kontrolle ilgisi olmayan refleks gibi istisnalar mevcuttur. Daha önce belirtildiği gibi kalabalık içindeyken gülme ve esneme gibi şaşırtıcı biçimde bulaşıcı bazı davranışlar vardır ama normal günlük eylemlerimiz bizim kontrolümüz altındaymış gibi görünür. Bununla birlikte beyin hasarı bu durumu tamamen değiştirebilir. Beynimizi zarara uğrattığımızda bedenimizin kontrolünü yitirebiliriz. Felç bunun en yaygın örneğidir. Bacaklarımız ya da kollarımız son derece iyi durumda olabilir ama beynin hareket merkezleri zarar görmüşse, en güçlü isteğimize karşın bu felçli organlar hareket etmez. Oysaki bazen bedenimizin parçaları kendiliğinden hareket edebilir. Örneğin "yabancı el sendromu"nda

12. G. Ryle, *The Concept of Mind*, Peregrine, Londra, 1949, s. 186-189. [*Zihin Kavramı*, Çev. Sara Çelik, Doruk Yayınları, İstanbul, 2011. (y.h.n.)]

hastalar ellerinden birini kontrol edemez ve o elin bir başkasının kontrolünde olduğunu veya kendi iradesine sahip olduğunu deneyimlerler.[13] Bu sendrom aynı zamanda, Peter Sellers'ın tekerlekli sandalyeye mahkûm, kontrol edemediği eli Nazi selamı veren ve kendisini boğma girişimlerinde bulunan nükleer savaş uzmanı eski bir Nazi'yi canlandırdığı, Stanley Kubrick imzalı 1964 yapımı filme atıfla "Dr. Strangelove sendromu" olarak da bilinir. Dr. Strangelove sendromu garip görünebilir ancak her elin beynin ters tarafının görece bağımsız kontrolü altında olmasının keşfine dayanan tamamen mantıklı bir açıklaması var.

Tabiat ananın çok iyi bildiği nedenlerden ötürü beyinde işlem ve sonuçların pek çoğu ters yarım kürelerde olur. İnsan bedenini sol ve sağ olarak ikiye ayıran hayali bir çizgi çizersek, bedenin sol tarafından gelen tüm bilgiler beynin sağ yarım küresine gider, benzer şekilde sağ taraftan gelen tüm bilgiler ise sol yarım küreye gider. Hareketler için de aynısı geçerlidir. Sol yarım küre bedenin sağ tarafını ve sol yarım küre de sağını kontrol eder. Beynin sol yarım küresi ciddi bir hasara uğrarsa bedeninizin sağ tarafı felçli kalır ve aynen tam tersi de geçerlidir.

Bazı yetenekler de taraflaşmaya meyleder. Örneğin sağ yarım küre çevremizi görsel işlemlere tabi tutmakta daha iyiyken, sol yarım küre dili kontrol eder. İşte bu yüzden sol yarım küredeki hasar dil yeteneğini bozup hastaların afazi (konuşma bozukluğu) yaşamalarına neden olurken, sağ yarım küredeki hasar dil yeteneğine dokunmayıp çoğunlukla, hastaların nesnelerin, özellikle bedenin sol tarafındaki nesnelerin farkında olmasını engeller.

Her iki yarım küre aynı davranış ve düşünceleri üretmek için birlikte çalıştığı için bu iş bölümünün farkında değiliz. Bunun nedeni beynin iki yarım küresinin, bilgi alışverişini olanaklı kılan korpus kallasuma ait büyük sinir ağı sayesinde

13. F. Assal, S. Schwartz ve P. Vuilleumier, "Moving with or without will: Functional neural correlates of alien hand syndrome", *Annals of Neurology*, 62, 2007, s. 301-306.

birbirine bağlı olmasıdır. Bu alışveriş aynı zamanda beynin bir tarafından başlayıp her iki tarafına yayılan ve ağır nöbetlere neden olan epilepsinin anormal elektriksel aktivitesine de yol açabilir. Epilepsi son derece yıkıcı olabilir ama iki yarım küreyi birbirine bağlayan korpus kallasum sinirleri kesilerek elektriksel beyin fırtınası bulunduğu konumda tutulabilir ve oradan beynin geri kalanına yol alması önlenebilir. Bu sınırlama semptomların en kötüsünü hafifletir.

Bu ameliyatın ardından kişi bir "ayrık beyin" hastasıdır. Beynin iki yarısı birbirinden bağımsız olarak çalışmaya devam eder ama herhangi bir değişikliği fark etmek zor olur. Ayrık beyin hastaları tamamen normal görünür ve davranırlar. Bu, normalde beynin iki yarısının neden birbirine bağlı olduğu sorusunu akla getirir. Doğrusunu isterseniz ayrık beyin hastaları normal değildir. Onlar yalnızca, normalde sağlam bir beynin iki yarım küresi arasında gidip gelen beyin aktivitesi alışverişinin yoksunluğu çok iyi telafi ederler.

Sinir-bilimci Michael Gazzaniga, ayrık beyin hastalarının etkin biçimde farklı düşünen ve hareket eden iki beden yarısına sahip olabildiğini gösterdi. Onun en etkileyici gözlemlerinden biri Dr. Strangelove sendromuna çok benzer görünüyor.[14] Bir ayrık beyin hastasına, yalnızca sağ eliyle (dili de kontrol eden sol yarım küreye bağlı) çözmesi için bir yap-boz verdi. Aslında bu üç boyutlu bir yap-bozdu ve içerdiği parçalar doğru konuma getirilmeliydi. Yani sağ yarım kürenin çalışmasını gerektiriyordu. Sağ el parçaları çaresizce çevirip dururken, hastanın üzerine oturmuş olduğu sol el sanki olan bitenden bıkmış gibi hastanın sağ eline atladı ve blokları ondan almaya çalıştı. Sanki elin farklı bir kişiliği vardı.

Bazen bu kontrol kaybı tüm bedeni ele geçirir. Fransız nörolog Fronçois Lhermitte, hastaların doktorun hareketini körü körüne kopyaladıkları ve kendisinin "çevresel bağımlılık

14. Gazzaniga'nın ayrık beyin çalışmasıyla ilgili düşünceleri için bkz. M. S. Gazzaniga, 'Forty-five years of split-brain research and still going strong", *Nature Review Neuroscience*, 6:8, Ağustos 2005, s. 653-659.

sendromu" olarak adlandırdığı tuhaf bir durumu rapor etti.[15] Tourette'in herkesi taklit eden hastası gibi Lhermitte'in hastaları da benzer biçimde doktorun yaptığı her hareketi kopyalama zorunluluğunu hissediyordu. Bir keresinde Fransız nörolog ofisinde dua eder gibi dizleri üzerine çöktü bunun üzerine hasta onu kopyaladı ve başını eğip ellerini dua edecek biçimde birleştirdi. Diğer hastalar da görüş alanındaki bir nesnenin kendisiyle bağlantılı istemsiz bir tepkiyi tetiklediği ve "yararlanma" denilen benzer bir davranışı sergiledi.[16] Bu tip hastalar çevrelerindeki bardakları boş ya da başkasının bile olsa alıp onlardan içmeye çalışacaklardır. Elektrik düğmelerine basmak ve kapı kollarını çekmek için saplantılı istek duyacaklardır. Tüm bu örneklerde, her ne kadar bazıları davranışlarını özgür iradelerinden kaynaklanıyormuş gibi yorumlasa da hastaların hareketleri istemli eylemler değildir, dışsal olaylar tarafından tetiklenir. Onlar kendileri istemiş gibi eylemlerini savunacaklardır ama aslında çevredeki bir şey eylemleri üzerindeki kontrolü ele geçirmiştir.

YÜCE SELFİNİ

Tuhaf nörolojik bozukluklar tarafından mağdur olunmadığında, gündelik deneyimde sergilenen eylemler ile bilincin zihinsel durumu arasındaki birliktelik, eylemlerimize özgür iradeyle ve onlar gerçekleşmeden önce karar verdiğimiz inancını onayladığı için, pek çoğumuz kontrolün bizde olduğunu hisseder. Özgür iradenin gerçekliği bir yanılsamaysa onu neden çok güçlü biçimde deneyimliyoruz? Özgür irade deneyimine neden ihtiyaç duyuyoruz? Özgür irade neden gelişti?

Harvard Üniversitesi'nden psikolog Dan Wegner, özgür iradenin canlı deneyimini neden geliştirdiğimize dair en iyi açıklamalardan birini yaptı.[17] Wegner, eylemleri, karar ve eylemlerin

15. P. Lhermitte, "Human autonomy and the frontal lobes. Part II: Patient behavior in complex and social situations: The 'environmental dependency syndrome' ", *Annals of Neurology,* 19, 1986, s. 335-343.

16. F. Lhermitte, " 'Utilization behaviour' and its relation to lesions of the frontal lobes", *Brain,* 106, 1983, s. 237-255.

17. D. Wegner, *The Illusion of Conscious Will*, MIT, Cambridge, 2002.

izini sürmenin çok yararlı bir yolu olarak "yaptığımızı düşünüyoruz" deneyimi çerçevesinde yorumlayan bir beynimiz olduğunu öne sürer. Bunun nedeni seçimlerimizi ortaya çıkaran bilinçli veya bilinçdışı pek çok etki ve sürecin izlenebilmek için çok karmaşık ve örtük olmasıdır ne var ki tüm bunların sonucunu verdiğimiz bir karar olarak takip edebiliriz. Örneğin bir partide konukların bazılarını etkilemek istiyor olabiliriz. Bunu yapmaya ihtiyaç duymamızın tüm nedenlerini düşünün: sosyal kaygı, reddedilme korkusu, ilginin merkezinde olma ihtiyacı ve benzeri. Bu durumda ne yaparız? Bir strateji geliştirmek için deneyimlerimize güveniriz ve bir fıkra anlatmaya karar veririz. Sonucu izler ve gelecek partilerde başvurabilmek için kaydederiz. Fıkra anlattık ama başka türlü davranmakta özgür müydük? Şüphesiz karar verdiğimizi hissettik ama seçimimizi etkileyen geçerli sosyal normlar ve kuralların yanı sıra bir geçmiş deneyimler yığını söz konusuydu. Davranışlarımız ters giderse veya bir gaf yaparsak utanır, mahcup hissederiz ve kendi kendimize, "Ne olacağını sanıyordun ki?" diye sorarız.

Düşünce ve eylemler üzerinde özgür irade deneyimine sahip olmak, azmettirici olarak bizi kararlara bağlar, gerçekte öyle olmasa bile. Böylece özgür irade hissi, yaptıklarımızın veya ileride yapabileceklerimizin ya da yapmayabileceklerimizin izini sürmekte bize yardımcı olabilir. Bilinçli niyetler eylemleri önceliyor göründüğü müddetçe onları özgür iradeyle yapılmış varsaymak doğaldır.

Eylemlerin bu biçimde faili olmak bütünlüklü bir benlik hissi yanılsaması gerektirir. Her şey bir yana kimin sorumlu olduğunu bilmek yararlıdır. Wegner[18] bu usta illüzyoniste "Yüce Selfini"* adını verdi. Dünyaya etkide bulunurken, eylemlerimizin sonucunu tekil benliğimizin ayrıcalıklı bakış

18. D. Wegner, "Self is magic", J. C. Kaufman ve R. F. Baumeister (Der.), *Are We Free? Psychology and Free Will*, Oxford University Press, New York, 2008.

* *Great Selfini* [Yüce Selfini], "Great Houdini" da denilen ve tüm zamanların en ünlü illüzyonistlerinden biri olan Harry Houdini ile ses benzeşmesi kurmak amacıyla uydurulmuş gibi görünüyor. "*Selfini*" sözcüğünün "*self*" [benlik] köküne "-ini" eki getirilerek oluşturulduğu ise açık. (ç.n.)

açısından yorumlarız. Bu bazı ilginç sonuçlara yol açar. Örneğin kendi eylemlerimizi başkalarınınkinden çok daha iyi hatırlarız. Yürümek, dart oynamak veya el çırpmak... İnsanlar gerçekleştirilen eylem ne olursa olsun kendi hareketlerini diğerlerininkilere kıyasla daha iyi kavrar. Hatta dünyada etkinleşerek bize ait eylemleri hatırlamaya eğilimli gibi görünüyoruz. Bir deneyde[19], denekler bir kâseden kâğıt parçası seçtiler ya da bunları deneyi yapan araştırmacıdan aldılar. Araştırmacı daha sonra her parçadaki kodla ilişkili sözcükleri yüksek sesle okudu. Deneyin amacını kesinlikle fark etmedikleri halde, kendi parçalarını seçen kişiler, bunları araştırmacıdan alan kişilere göre daha fazla sözcük hatırladı. Bu anlamsız eylemin bir sonucuydu ama çoğumuz kendi benliğimize dikkat göstermeye programlanmış olduğumuzdan yaptığımız şeylerde özel bir gayret gösteririz.

Bununla birlikte tıpkı sahte anılar gibi bazen eylemlerimizin faili olduğumuz doğru olmayabilir. Örneğin bir şeyi yapmak için bir planladığımızda o şeyi yapıp yapmadığımızı unutabiliriz. Deneklerden, birkaç kez bir kürdanı kırdığını hayal etmelerini ve bir hafta sonra da eylemlerini hatırlamalarını istediniz kürdanı gerçekten kırıp kırmadıkları konusunda zorlukla karar verirler.[20] Bir mektubu gönderdiğinizi mi yoksa sadece bunu yapmayı hayal ettiğinizi mi hatırlamaya çalışmak gibidir bu. Ve işin tuhafı şu ki eylemin zihinsel resmini oluşturmak yalnızca kafamızı daha çok karıştırır. Bir eylemde bulunan, örneğin bir şişeyi sallayan birini izlemek bunu sanki kendimiz yapmışız gibi sahte bir anıya neden olabilir.[21] İster bir eylemi hayal edelim ister bu eylemi yapan birini gözlemleyelim, her iki durumda da kendimizi yanlışlıkla eylemin aktörü olarak

19. J. Cloutier ve C. N. Macrae, "The feeling of choosing: Self-involvement and the cognitive status of things past", *Consciousness and Cognition*, 17, 2008, s. 125-135.

20. L. M. Goff ve H. L. Roediger III, "Imagination inflation for action events: Repeated imaginings lead to illusory recollections", *Memory and Cognition*, 26, 1998, s. 20-33.

21. L. Lindner, G. Echerhoff, P. S. R. Davidson ve M. Brand, "Observation inflation: Your actions become mine", *Psychological Science*, 21, 2010, s. 1291-1299.

niteleyebiliriz. Bunun nedeni, gerçek ve hayali hareketler ile başkalarının hareketlerine tepki gösteren beynimizin yerleşik ayna sistemine kadar geri gider. Eylemlerimizin bir faili varsa bu fail bazen öyküler uydurabilir veya başkalarının eylemlerini kendisine mal edebilir.

Wegner eylemlerin faili olma durumunu, günlük yaşamın karmaşıklığında yön bulmamıza yardım eden zihinsel bir pusula gibi düşünüyor. Otomatik bir pilot gibi, rotaya, koşullara ve manyetik kuzeyin yönüne bağlı olarak gemiyi kullanıyor. Dümende pusulayı okuyan bir kaptan yok çünkü bu bizi doğrudan kontrol eden bir hayali benliğe götürürdü.

ÇOK UYKULU HİSSEDİYORSUNUZ

"Saatime odaklanırsan uykulu hissedeceksin. Göz bebeklerin gittikçe ağırlaşacak. Gözlerini açık tutmaya çalışacaksın ama yapamayacaksın. Ne kadar açık tutmaya çalışırsan o kadar çok uyumak isteyeceksin." Bu klişe insanların eylemleri üzerindeki kontrolünü kırmak için hipnotizmacının verdiği komutlar olarak kulağınıza tanıdık gelmiştir. Hipnotizma belki de insanların kişisel özgür irade hislerini kaybetmiş göründüğü en iyi örneklerden biridir.

Neden böyle? Hipnotizma başkalarının bizi kontrol etmek için kullandığı sihirli bir güç, delici bakışlı, keçisakallı hipnotizmacının gözlerinden veya işaret eden parmaklarından çıkan dışsal bir enerji gibidir. Popüler kültürde genellikle hipnotizmacının paranormal bir güçle diğerlerinin iradelerinin üstesinden gelmesi olarak resmedilir. Gelin görün ki bu bir hipnotizma mitidir. Hipnotizma yalnızca içgüdüsel olarak başkalarını taklit ettiğimiz için değil aynı zamanda uygun şartlarda başkalarının istediklerini yapmaya eğilimli olduğumuz için çalışır. Bunu, bedenimizin kontrolüne sahip olmadığımız hissi uyandırarak bizi sakin bir duruma sokan tetikleme teknikleriyle birleştirirseniz, birini hipnotize etmek oldukça kolaylaşır. Manipüle edildiğimizi bilsek bile buna razı oluruz. Hipnotizmada paranormal hiçbir şey yoktur.

Tipik bir akşam yemeği davetinde çok yediğinizi ama ev sahibinin, "Devam et, biraz kek seni öldürmez" diyerek sizi biraz daha kek yemeye zorladığını düşünün. Çoğumuz bu türden sosyal baskılara maruz kalmıştır ve uyumlu olma baskısının ağırlığı karşısında çoğumuz pes etmiştir. Aynı baskı bir restoranda işe yaramazdı ve daha fazla yememiz için ısrar eden garsondan muhtemelen şüphelenirdik. Çoğu restoranda (pek çoğumuzun gözünü korkutan ve şef garsonun otoritesine boyun eğdiren çok pahalı olanların dışında) kontrol bizdedir ve diğerlerine teslim olmayız. Akşam yemeği senaryosu ise farklıdır çünkü kontrol sahibi kişi ya da grubun iradesine teslim olduğumuz başlıca sosyal olaylardan biridir. Memnun etmek istediğimiz kişilerin etkisine açık hale geliriz. Bunun nedeni diğerlerine karşı yumuşak başlı olmaya doğal olarak eğilim göstermemizdir.

Hipnozda benzer biçimde, özgürce yaptığımızı düşünmek zorunda olmadığımız davranışlar göstermek üzere başkalarının otoritesine teslim olmamız istenir. Ayrıca gönüllü kurbanlarızdır. Pek çok kişi tedavi olmak, sigarayı bırakmak veya kilo vermek için bir hipnotizmacı arar. Bazıları da sahnede hipnotizmacıların kontrolünde aptalca şeyler yapan normal insanlar görmek umuduyla iyi paralar öder. Her iki durumda da hipnozun işe yarayacağı beklentisi vardır, bu da teslim olmaya hevesli olduğumuzu gösterir.

Teknikler çeşitlilik gösterebilir ama hipnotik durumların çoğu gittikçe artan bir dizi teslimiyet örneği tarafından tetiklenir. Sahne şovlarında hipnotizmacı, seyirciler arasından en kolay etkilenen üyeleri seçebilmek için oldukça hızlı biçimde işe koyulur ve seyircileri, elleri sıkıca birbirine kenetlemek gibi motor eylemler gerçekleştirmeleri konusunda ikna eder. Sonra onlara ellerinin zamkla birbirlerine sıkıca yapıştırıldığını, ne kadar denerlerse denesinler ellerini açamayacaklarını söyler. Bu basit teknik hipnotizmacının iddiasını kabul etmeye en hevesli kişilerin tespit edilmesini sağlar. Diğer tetikleme teknikleri, kollar yanlara doğru açık, avuç içleri karşıya bakacak şekilde durulması gibi motor illüzyonlara dayanmaktadır. Bu koşullarda kasların yorulmasından dolayı kollar birlikte hare-

ket edecektir. Ama kişiye bedenini kontrol edemediğini söyledikten ve bedeninin istemsiz hareketlerine tanık olmasına izin verdikten sonra, pek çok kişi için bir sonraki basit adım kişisel kontrol hislerinden vazgeçmeye başlamaktır. O andan itibaren hipnotizmacı bu kişilere odaklanabilir ve onları manipüle edebilir. On kişiden biri oldukça kolay etkilenir durumdadır[22], bu da azımsanmayacak sayıda seyircinin, köpek gibi havlatılması ve soğanı elmaymış gibi tatması için fazlasıyla uygundur.

Yaygın inanışın tersine hipnotize kişiler bilinçsiz değildir. Pek çoğu eylemlerinin farkında olduğunu ama artık onlar üzerinde kontrollerinin olmadığını belirtirler. Bazıları bir rüya durumundan söz eder. Pek çok kişi hipnotize olmuş gibi hissettiğini söyler ki bu ne söylemeleri gerektiği konusundaki beklentileri hakkında daha çok şey anlatır. Kolaylıkla hipnotize edilebileceklerini söyleyenlerin gerçekten öyle olmaya eğilimli olduklarını belirtmeye gerek yok.[23]

Hipnotizmanın nasıl işlediğine dair çok sayıda açıklama mevcut. Beyin aktivitesiyle ilgili çeşitli ölçümler hipnotize olmuş kişilerin değişmiş bir bilinç durumunda bulunduklarını gösterir.[24] Buna rağmen başka bir düşünce ekolüne göre hipnoz yalnızca abartılı bir oyunculuktur.[25] İnsanlar çok lütufkâr oldukları için bazıları grup tarafından belirlenen rolleri benimsemeye eğilimlidir. Hipnoz esnasında gerçekten neler olduğu konusundaki akademik tartışmalar hâlâ çok ateşli ama artık hipnotizmanın, insanların düşünce ve davranışlarını kontrol etmediğine dair gerçek bir fenomen olduğunu belirterek noktayı koymak yeterince adil olacaktır. Özgür irade hissi, hipnotizmacı ve içinde bulundukları sosyal durum tarafından geçici olarak alıkonulmuştur.

22. E. R. Hilgard, *Hypnotic Suggestibility*, Harcout Brace and World, New York, 1965.
23. Hilgard, 1965.
24. P. Rainville, R. K. Hofbauer, T. Paus, G. H. Duncan, M. C. Bushnell ve D. D. Price, "Cerebral mechanisms of hypnotic induction and suggestion", *Journal of Cognitive Neuroscience*, 11, 1999, s. 110-122.
25. T. R. Sarbin, "Contributions to role-taking. I. Hypnotic behavior", *Psychological Review*, 57, 1950, s. 255-270.

BATIL İNANÇLAR

Batıl inançlar kimimizi kontrol dışı şeyler yapmaya zorlar.[26] Kaldırımdaki çatlaklara basmaktan kaçınır mısınız? Peki ya yanlışlıkla birazını dökmüşseniz omzunuzun üzerinden tuz döker misiniz?* Bir nazarlığınız var mı? Bunlar sahip olduğumuz batıl inançlardan bazıları. Hiçbir etkiye sahip olmadığının farkında olsa bile pek çok kişi bunları yapmaya devam eder. Batıl inançların bazıları kültüreldir ve uzun bir zaman diliminde, ilk ortaya çıktıklarındaki özgün içeriklerini yitirmiş halde kuşaktan kuşağa aktarılmışlardır. Gelenek haline gelmiş batıl inançlar, doğum gibi yaşamımızda iz bırakan önemli olaylar, dini bayramlar, evlilikler ve önemli değişikliklerin olduğu zamanlara serpiştirilmiş durumdadır. Böyle durumlarda batıl davranışlarda bulunuruz çünkü böyle yapılması beklenir.

Ayrıca bizi güldüren çok sayıda kişisel batıl davranış da vardır. Onları dizginleme yeteneğimizin altını oyan bir tutku haline gelebilirler. Bunun nedeni beynimizde iki mekanizma işliyor olmasıdır. İlkin, beyinlerimiz dünyada desenler arayıp bulmak ve şeylerin neden gerçekleştiğine dair açıklamalar üretmeyi denemek üzere evrimleşmiştir. İkinci olarak, sonuçların önemli olduğu durumlarda belirsizlikten bunalır ve bir şeyler yapma ihtiyacı duyarız, işte bu yüzden olayları kontrol ettiğimiz yanılsamasına kapılırız.

Dünyayı doğal olarak nedenlerin ve sonuçların ışığında görürüz. Bu yüzden bir şey gerçekleştiğinde, daha öncesinde ona neden olan başka bir şey olduğunu varsayarız ve uygun adaylar için etrafımıza bakmaya başlarız. Sorun şu ki olayla ilgisiz nedenler de buluruz. Bu Latince'den "bundan sonra, o halde bunun yüzünden" olarak çevrilen "*post hoc, ergo propter hoc*" yanılsamasını üretir. Bu, batıl inançlar söz konusu olduğunda

26. S. Vyse, *Believing in Magic: The Psychology of Superstition*, Oxford University Press, Oxford, 1997.

* Tuzla ilgili bu batıl inanç Hıristiyan Batı ülkelerinde bulunur. Bir düşünceye göre Son Akşam Yemeği'nde havarilerden Yahuda tuz dökmüştür. Bu yüzden uğursuz sayılan bu eylemden sonra tuz döken kişinin şeytanın ilgisini çektiğine inanılır. Omuzdan geriye tuz dökülerek şeytan kovulur. (ç.n.)

gün gibi açıktır. Bir deneyde katılımcılara hareketli kolları ve ışıkları olan bir makine sunuldu.[27] Makineyle ilgili en önemli şey rastgele aralıklarla ödül dağıtıyor olmasıydı. Deneye katılan insanlar, doğru hareket bulunduğu takdirde makinenin ödül vermesinin sağlanabileceğini düşündü. Hemen sonra, eylemlerinin makinenin ödül verip vermeyeceğini belirleyeceğine inanarak, özenle hazırlanmış hareketler gerçekleştirmeye başladılar. Bir kadın yerde hoplayıp zıplamanın hediyeyi tetikleyeceğini düşündü. Aslında eylemler ve sonuçlar arasında hiçbir nedensel bağlantı yoktu.

Gerçek hayatta pek çok batıl davranış, fazlasıyla rastlantı ve talihle ilişkili iki alanla, spor ve kumarla ilgilidir. 21 oyununda bir zaman başarılı olmuşsunuzdur. Bu sizi, kazanan formülü tekrarlayabilmek amacıyla oyunu kazandıran sıra dışı şeyi çözmeye iter. Bu şey belki de belirli bir gömlek ya da yediğiniz bir şeydi. Aynı davranışı tekrarladığınız sonraki seferde yine kazanırsanız batıl inançlarınızın başlangıç aşamasına erişmişsinizdir. David Beckham AC Milan'da oynarken takım arkadaşları golden sonra onun poposuna dokunma batıl alışkanlığını edinmişlerdi, iyi şans getirsin diye.[28] Yani, en azından neden olarak bunu gösteriyorlardı.

Batıl inancın ikinci nedeni belirsizlikle baş edebilmenin aracı olmasıdır. Batıl inançlar genellikle risk unsuru içeren durumlarda ortaya çıkar.[29] Alışkanlıklar yapılan şeyi kontrol ettikleri yanılsamasıyla birlikte kişilere sonuçları etkileme olanağı sunar, gerçekte ise sonuç üzerinde hiçbir kontrolleri yoktur. Kişilerin kontrol algılarını ortadan kaldırırsanız belirsizlikten dolayı gerginleşirler ki bu da bağışıklık sistemi ve sağlıklı düşünme yeteneklerini bozan anksiyeteye yol açar.[30] Batıl

27. K. Ono, "Superstitious behavior in humans", *Journal of the Experimental Analysis of Behavior*, 47, 1987, s. 261-271.
28. *Daily Mail*, 27 Ocak 2009.
29. B. Malinowski, "Fishing in the Trobriand Islands", *Man*, 18, 1918, s. 87-92.
30. S. S. Dickerson ve M. E. Kemeny, "Acute stressors and cordsol responses: A theoretical integration and synthesis of laboratory research", *Psychological Bulletin*, 130, 2004, s. 355-391.

davranışlar sergilemek bizi aşırı stres kaynaklı olumsuzluklara karşı korur. Batıl davranışlara tehlikeli işlerde sıklıkla rastlanmasının nedeni budur.[31]

İtfaiyecilik, pilotluk, denizcilik ve askerlik, riskli ve batıl inançlarla dolu mesleklerden yalnızca birkaçıdır. Benim favorim Rus kozmonotlar ve onların fırlatma öncesi ritüelleri. *Microsoft Office*'in yaratım sürecini yöneten milyarder Charles Simonyi, kendisini yörüngedeki uluslararası uzay istasyonuna götürecek Sovyet roketine binmeden önce yoldaşlarının onları fırlatma rampasına taşıyan otobüsün arka tekerleklerine işeme ritüeline katılmıştı.[32] Bu batıl gelenek Yuri Gagarin'in ilk insanlı uzay uçuşundaki hazırlıksız yakalanışıyla başlamış ve artık Rus roketlerinde yolculuk yapan herkes için bir ritüel haline gelmişti.

Sorun şu ki sonuçları, yaptığınız ya da yapmadığınız şeyler nedeniyle olan ya da olmayan şeyler olarak düşünürseniz hemen hemen her şey bir ritüel haline gelebilir. Bu ritüeller eylemlerinizi kontrol edecek kadar yaşamınızı yönetmeye başladığında seçme özgürlüğünüzün olmadığı bir alana giriyorsunuz demektir çünkü duygularınız özgür iradenizi alt etmiştir.

TEMİZLİK YAPAN KADIN

Obsesif Kompulsif Bozukluk (OKB), zararsız batıl inançlardan daha rahatsız edici ve zayıflatıcı bir özdenetim ve özgür irade kaybıdır. Kırsaldaki evimden Bristol'daki ofisime arabayla giderken yol üstünde yaşlıca bir kadın görürdüm. Ara sıra komşularıyla konuşuyor olurdu ama çoğu zaman telaşlı bir yüzle mümkün olduğunca yere eğilmiş vaziyette dururdu. Başta değerli bir şey düşürdüğünü ya da sıra dışı bir böceği fark ettiğini düşünmüştüm. Ne arıyor olabilirdi ki? Bir gün onu iş üstündeyken görecek kadar yavaş sürdüm arabayı. Çok özenli bir şekilde kaldırımdaki çöpleri topluyor ve boştaki diğer elin-

31. G. Keinan, "The effects of stress and desire for control on superstitious behavior", *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28, 2002, s. 102-108.
32. *Independent*, 9 Nisan 2007.

de biriktiriyordu. Evinin önündeki sokağı temizliyordu. Bazen el süpürgesi ve faraş kullanıyor ama çoğunlukla titiz ve çalışkan el tekniğini tercih ediyordu.

Bu yaşlı hanımda temizlik takıntısı vardı. Onu ziyaret etmedim ya da onunla konuşmadım ama son kuruşuma kadar bahse girerim ki evi tertemizdir. Evindeki hiçbir şey yanlış yerde değildir. Her şey temiz ve olması gereken yerdedir. Mendiller titizlikle katlanmıştır ve sabun pırıl pırıl lavabonun yanı başındadır. Tuvalet kâğıdı sonuna kadar katlanmıştır ve her şey mis gibi kokuyordur. Evinde olağanüstü bir temizlik derecesine ulaştıktan sonra, rüzgârın ve gelip geçenin saçtığı çöplerden dolayı dikkatini çeken evinin sokağında dolaştığını tahmin ediyorum.

Temizlik yapan bu kadın toplumda elli kişiden birini etkileyen OKB belirtileri gösteriyordu. Pek çok örnekte OKB bir şeyleri yapamamanın sonuçlarıyla ilgili endişeleri yansıtır. Kapıları kilitleme ve elektrik düğmelerini kapatma örneklerinde olduğu gibi. En yaygın örneklerden biri yolculuğa çıkarken hepimizin deneyimlediği pasaportumuzu alıp aldığımızı defalarca kontrol etmemizdir. Yanımıza aldığımızı defalarca onaylamış olsak da içimiz rahat etsin diye bir kez daha kontrol etme zorunluluğu duyarız.[33] Pek çoğumuzun günlük yaşamını etkileyen alışkanlıkları vardır ve onlardan vazgeçmek istemeyiz. Bu, sabah gazetesini belirli bir sıraya göre okumak ya da mesaiye başlama şekli olabilir. Bazen bu alışkanlıklar yaşamımızı kontrol eden, ona egemen olan ritüeller haline gelebilirler. Kayda değer bir vakada Tourette sendromundan mustarip Britanyalı bir çocuk, onu beyaz yol şeritleri üzerinden yürümek zorunda bırakan OKB'ye sahipti. 11 Eylül 2001 sabahında bu takıntılı davranışını gerçekleştirmeyi ihmal etti ve bunun sonucunda saldırılardan kendisinin sorumlu olduğunu düşündüğü için travma geçirdi.[34]

33. Primatolog Josep Call yazara bu konudan söz etti.
34. M. M. Robertson ve A. E. Cavanna, "The disaster was my fault", *Neurocase*, 13, 2007, 446-451.

OKB DEVRESİ

OKB semptomları, saplantılar (genellikle kötü bir şey olacağına dair amansız ve davetsiz düşünceler) ve dürtülerdir (çoğunlukla saplantıların yatıştırılmasında rol oynayan tekrarlı ayinsel davranışlar).[35] Otuz dört yaşında, dört çocuk annesi Karen'da, belirli sayma ritüellerini yerine getirmezse çocuklarının başına bir şey geleceği saplantısı vardı. Sözgelimi sigara ve kahve içtiğinde, art arda dört sigara ve dört fincan kahve içmek zorundaydı, yoksa çocuklarının başına kötü bir şey gelirdi. Saçma olduğunu bilmesine rağmen bu ritüeli yerine getirmediğinde ciddi bir anksiyete yaşıyordu.[36] Gerçekleştirilen ritüel, zihinsel acıyı hafiflettikçe OKB'nin kurbanına geçirdiği pençeyi güçlendirip bir geri besleme döngüsüne neden oluyordu.

Bu döngüyü ilk olarak harekete geçiren nedir? Kurbanlarına dadanan bu saplantılar genellikle kirlenme korkusu gibi gerçek bir tehdide işaret eden kaygılardan kaynaklanır. Algılanan tehdidin değerlendirilmesinde ve bu kaygılara işaret eden davranışların orantısında bir sorun var gibi görünüyor. Bu, henüz tam olarak anlaşılamamış bir beyin bozukluğundan kaynaklanmalı ama belki de Tourette sendromuyla bağlantılıdır. Şüphesiz geçmişinde OKB olan ailelerde ve çift yumurta ikizlerine göre tek yumurta ikizlerinde daha yaygın olan genetik bir faktör var.

Güncel teorilerden birine[37] göre OKB devresi olarak bilinen bazal gangliyanın kaudat çekirdeği (KÇ) ve ACK ile PK aktivitesinde bir dengesizlik var. İşlevsel görüntüleme, OKB mağdurlarının kortiko-bazal gangliya ağının içindeki aktivitelerinin normal bireylerdekinden daha yüksek olduğunu ve semptomların tetiklenmesi esnasında arttığını ama başarılı bir tedaviyle de düştüğünü ortaya koyuyor.

---

35. I. Osborn, *Tormenting Thoughts and Secret Rituals: The Hidden Epidemic of Obsessive-Compulsive Disorder*, Dell, New York, 1998.
36. T. F. Oltmanns, J. M. Neale ve G. C. Davison, *Case Studies in Abnormal Psychology*, Wiley, New York, 1991, 3. baskı.
37. A. M. Graybiel ve S. L. Rauch, "Toward a neurobiology of obsessive-compulsive disorder", *Neuron*, 28, 2000, s. 343-347.

ACK ön loblarla orta beynin limbik sistemini bağlarken, PK planlama ve düşünceleri bastırma gibi yönetsel işlevleri üstlenir ve motivasyonla ilgilidir. PK ve ACK ayinsel davranışları tetikleyen uyarıcıların algılanan önemini iletiyor olabilir. KÇ ise istemli davranışları başlatmakla ilgilidir. Örneğin bu bölgenin zarara uğraması hareketlerin başlatılamaması (Parkinson'da olduğu gibi) veya hareketlerin sonlandırılamaması (Huntington'da olduğu gibi) sorununa yol açabilir. KÇ aktivitesini düşüren, serotonin nörotransmiterinin aktivitesini artıran ilaçların OKB semptomlarını yatıştırdığı bulunmuştur. Ama bu, hastalığa KÇ'nin aşırı aktivitesinin neden olduğu anlamına gelmez. Doğrusu bu sadece davranışın bir sonucu olabilir, takıntıları sınırlandırmaya çalışan terapilerin KÇ aktivitesini düşürür görünmesinin nedeni de budur.

Takıntılar ve ayinsel davranışlarla ilgili beyin devreleri üzerine yapılan çalışma da çoğumuzun deneyimlediği benliğin bir yanılsama olduğu savını destekleyen başka bir belirgin kanıt dizisidir. Bu çalışma, rekabet eden amaçlar ve güdülerle çatışma halinde olduğumuzu ve bu yarışmanın dengesi bozulduğunda bazı talihsiz kişilerde hastalıklı davranışların ortaya çıktığını gözler önüne sermektedir. Bu yine ağ metaforunu akla getirir. Bu mağdurların kontrol sahibi olmayan birer benlikleri olduğunu ve tıpkı, mümkün olsa bağımlıların bağımlı olmamayı tercih edecekleri gibi bu kişilerin de ritüellerini yapmak zorunda olmamayı tercih edeceklerini ileri sürebilirsiniz. Bununla birlikte ne isteyebileceğimize dair idealize edilmiş bir düşünceyi harekete geçirmek, bu bireyin, Yüce Selfini'nin var olması gerektiği anlamına gelmez.

EGONUN TÜKENİŞİ

Genç Japon aktrist yumuşak sesli, yirmi dört yaşında, eski balerin, kusursuz derecede simetrik, sivri yüzlü ve uzun siyah saçlı, Asyalı güzellerin çok tipik bir örneği. Aoyama, büyük bademgözlü ve büyüleyici gülümsemesi olan biri. Yönetmenin, savunmasızlık ve masumiyete dair ekran yüzü. Ama Takashi

Miike'nin 1999 yapımlı *Audition* (Ölüm Provası) adlı filminin ünlü işkence sahnesindeki performansı o kadar şok edici ve unutulmazdı ki film birdenbire sinema tarihinin kötü ünlü filmleri arasına girdi. Tüm erkeklerin yalancı olduğuna inanan psikotik güzel Aoyama, sevgilisinin gözlerine iğne batırırken ve tatlı tatlı, "Daha derine... daha derine... daha derine..." diye cıvıldarken, "Acı asla yalan söylemez" der. Ardından, neşeli masum bir çocuk edasıyla sevgilisinin sol bacağını bir tel testereyle keser; izleyici kanlı et dilimini izler ve telin bacak boyunca gidip gelerek kestiği kemikten çıkan sesi dinler. Sinematografik olarak o kadar canlı bir sahnedir ki seyircilerin çoğu koltuklarında kıvranır, gözlerini kapatır ya da sinemadan çıkıp gider.

Psikolog Matt Field'in Liverpool Üniversitesi'ndeki deneyine katılanlar hariç çoğu insan bu tepkileri verir. Field deneklere irade üzerine yaptığı bir çalışma için bahsedilen işkence sahnesini izletiyordu. Gönüllü öğrencilerin yarısına dışarı çıkmamaları ve herhangi bir duygu belirtisi göstermemeleri söylendi. Bulantı ve karşı konulmaz iğrenme hislerine direnmek zorundaydılar. Gıcırdayan dişlerle vahşeti izlemek zorundaydılar. Kendilerini kontrol etmek zorundaydılar. Grubun diğer yarısına ise sadece filmi izlemeleri söylenmiş ve doğal davranmalarına izin verilmişti. Kusacak gibi olmuşlardı. Mideleri bulanmıştı. Pek çoğu gözlerini kapattı. Bir öğrenci bayıldı. Ayna sistemleri empati patlaması yaşamıştı.

Matt Field nasıl bir sadistti böyle? Bu çalışmayı etik kurulundan nasıl geçirebilmişti? Aslında alkolizm ve ilaç bağımlılığı gibi modern toplumun en kötü dertlerinden bazılarını anlamaya çalışan sevimli bir arkadaştır. Görünüşe göre ekstrem bir Japon korku filmini sonuna kadar izlemeye zorlandıktan sonra duygularını kontrol etme talimatı verilen katılımcılar sert bir içkiye ihtiyaç duydular.[38] Her iki gruba da sahte bir anket doldurduktan sonra araştırmaya katıldıkları için ödül

38. M. Field, "Impulsivity, restraint and ego depletion in heavy drinkers", Bristol Psikofarmakoloji Araştırma Ağında'ki Sunum: 3. Çalıştay, Bristol İleri Araştırmalar Enstitüsü, 1 Aralık 2010.

olarak diledikleri kadar bira içebilecekleri söylendi. Duygularını bastırmak zorunda kalan grup, duygularını açıkça sergileyebilmelerine izin verilen gruptan bir buçuk kat fazla içti. Sonuç muazzamdı. Ve bunun nedeni ekstrem bir korku olmak zorunda da değildi. *Sevgi Sözcükleri** gibi acıklı bir öykü de bizi duygusal tepki vermeye itebilir ama duygularımızı bastırmaya zorlanırsak ayartmalara karşı savunmasız kalırız.

Field giderek artan sayıda bağımlılık uzmanıyla birlikte, strese karşı dayandıktan sonra madde bağımlılığına karşı koyamayışın nedenlerini anlamada özdenetim veya irade gücünün temel bileşenlerden biri olduğunu düşünüyor. Ne zaman bir özdenetim örneği sergilesek bunun bir bedeli oluyor: Bir sonraki ayartmaya karşı daha hassas, daha korunaksız hale getiren bir bedel. Pek çoğumuzun potansiyel savunma tipinde davranışlar göstermesinin nedenlerinden biri bu olabilir. Pek çoğumuz çok içer, çok yer veya kaçınmayı, makul bir sınırda tutmayı tercih edeceğimiz aktiviteler sergiler.[39] Yine de çoğumuz davranışlarını kontrol etmeyi çok istemesine rağmen başarısız olur.

Ray Baumeister irade gücü kavramına ve benliğin gerçekliğine inanan bir psikolog.[40] Benliğin bir yanılsama olduğuna katılmıyor. Dahası benliğin üç bileşeni olduğunu düşünüyor. Öznel farkındalık olarak benlik (Ben), diğerleriyle ilişkimiz tarafından tanımlanan benlik (Bana, Beni), karar vermek ve karşı koymak için zihinsel kas gücü olarak benlik (yönetsel işlevler). Baumeister, kaçınmayı tercih edeceğimiz arzulara yenik düşmemizi "benlik tükenmesi" olarak adlandırır, sanki benlik bitkin hale gelebilen bir tür zihinsel kasa sahipmiş gibi.[41] İrade

---

* *Terms Of Endearment*, Yön. James L. Brooks, 1983. (y.h.n.)

39. N. L. Mead, J. L. Alquist ve R. F. Baumeister, "Ego depletion and the limited resource model of self-control", R. R. Hassin, K. N. Ochsner ve Y. Trope (Der.), *Self Control in Society, Mind and Brain*, Oxford University Press, Oxford, 2010, s. 375-388.

40. R. F. Baumeister, *The Self in Social Psychology*, Psychology Press, Philadelphia, 1999.

41. M. Muraven ve R. F. Baumeister, "Self-regulation and depletion of limited resources: Does self-control resemble a muscle?", *Psychological Bulletin*, 126, 2000, s. 247-259.

kullanarak sarf edebileceğiniz güç sınırlıdır ve bu güç tükenirse üstesinden gelmek istediğiniz düşünce ve davranışlara karşı savunmasız hale gelebilirsiniz.

Ego tükenmesi birkaç yolla gerçekleşebilir. Gerçekleşmesi için aşırı duygusal ve şiddet içeren filmler izlenmesi zorunlu değildir. Her çeşit deneyim ego gücünüzü tüketebilir. Bunlar kötü kokulara katlanmak, zor bulmacalarla uğraşmak, kalabalık ortamlarda diğerlerine tahammül etmek hatta hafif elektrik çarpması olabilir.[42] Kontrol ihtiyacı ve irade gücünün sınırlı olma olasılığı, daha sonrasında dürtülere direnmekte zorlanacağımız anlamına gelir. Daha fazla abur cubur yer, daha çok alkol alır ve karşı cinsin yarı çıplak üyelerine bakmaya[43] (özellikle de sürekli bir ilişkimiz zaten varsa ve çoğunlukla bu ayartmalara karşı direnmek zorundaysak) daha çok zaman harcarız, ne kadar inansak veya istesek de benliğimizi kontrol etmekte o kadar başarısız oluruz.

Grubun diğer üyeleri için kendimizi daha çok kabul edilebilir kılacağını düşündüğümüz şeyleri yaparken bile örneğin düşmanca bir çevrede kendimizi sevimli ve yeterli olarak sunarken, yine irade gücümüzü veya egomuzu kurutuyoruzdur.[44]

---

42. J. Rotton, "Affective and cognitive consequences of malodorous pollution", *Basic Applied Social Psychology*, 4 1983, s. 1711-1791; B. J. Schmeichel, K. D. Vohs ve R. F. Baumeister, "Intellectual performance and ego depletion: Role of the self in logical reasoning and other information processing", *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 2003, s. 33-46; G. W. Evans, "Behavioral and physiological consequences of crowding in humans", *Journal of Applied Social Psychology*, 9, 1969, s. 27-49; D. C. Glass ve J. E. Singer, *Urban Stress: Experiments on Noise and Sodal Stressors*, Academic Press, New York, 1972.

43. D. Kahan, J. Polivy ve C. P. Herman, "Conformity and dietary disinhibition: Atest of the ego-strength model of self control", *International Journal of Eating Disorders*, 32, 2003, s. 165-171; M. Muraven, R. L. Collins ve K. Neinhaus, "Self-control and alcohol restraint: An initial application of the self-control strength model", *Psychology of Addictive Behaviors*, 16, 2002, s. 113-120; K. D. Vohs, R. F. Baumeister, B. J. Schmeichel, J. M. Twinge, N. M. Nelson ve D. Tice, "Mating choices impairs subsequent self-control: A limited resource account of decision making, self-regulation and active initiative", *Journal of Personality and Social Psychology*, 94, 2008, s. 883-898.

44. K. D. Vohs, R. F. Baumeister ve N. J. Ciarocco, "Self-regulation and self-presentatiton: Regulatory resource depletion impairs impression management and effortful self-presentation depletes regulatory resources", *Journal of Personality and Social Psychology*, 88, 2005, s. 632-657.

Bir iş görüşmesinden sonra her zaman sert bir içki istememizin nedeni budur. Yalnızca kendimiz olduğumuzda bu deneyimler bizi daha az gerer. Patronlar bile bunu hisseder. Böyle davranmak doğanızda yoksa başkalarını azarlamak ya da kovmak zorunda kalmak da ego zayıflatıcıdır.[45] Başkalarının beklentilerine uymak için gereksiz yere kendimizi her farklı sunuşumuzda, ayartılma anlarında bize dadanmak için geri gelecek kontrol bozuklukları yaratıyoruz. Gerçek profillerimizle uyuşmayan popüler figürler olmanın bir bedeli olabilir. Kişiler itibarlarıyla tam bir zıtlık içinde davranışlar sergiler çünkü bu davranışlar toplum içinde korumak istedikleri yüksek konumlarına karşı birer tepkidir. Politikacıların ve hâkimlerin sıklıkla fahişelerle basılmalarının nedeni bu olabilir mi?

Bunların çoğu öyle açık görünür ki bir tür zihinsel özel kas ileri sürmenin gerekip gerekmediği sorgulanmak zorunda kalınır. Bu da yalnızca bir başka metafor mu? Aslında Baumeister öyle olmadığını düşünüyor. Beynimizin irade gücü sergilemek için çalışmak zorunda olduğunu ve bunun da enerji gerektirdiğini kanıtladı. Glikoz beynin yaşamsal gıdalarından biri ve Baumeister ve meslektaşları ego-tüketici görevler esnasında glikoz seviyesinin düştüğünü gösterdi.[46] Bir deneyde yetişkinler, Hispanik* bir görüşmeciyle eşit haklar konusunda herhangi bir önyargıya başvurmaktan kaçınmak zorunda oldukları bir tartışmaya girdiler. Anket tabanlı ölçümlerde ırkçılık seviyesi yüksek çıkmış olanların şeker seviyeleri, ırklararası etkileşimle sorunu olmayanlarınkinden daha düşük çıktı. İyi haber şu ki

45. N. J. Ciarocco, K. Sommer ve R. F. Baumeister, "Ostracism and ego depletion: The strains of silence", *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 2001, s. 1156-1163.

46. M. T. Gailiiot, R. F. Baumeister, C. N. DeWall, J. K. Maner, E. A. Plant, D. M. Tice, L. E. Brewer ve B. J. Schmeichel, "Self-control relies on glucose as a limited energy source: Willpower is more than a metaphor", *Journal of Personality and Social Psychology*, 92, 2007, s. 325-336.

* Hispanik, İspanik veya İspano, genel olarak İspanya'dan, İspanyollardan ve İspanyol kültüründen türemiş ya da bu kültürle ilgili anlamında kullanılan bir sözcüktür. Dile dayalı bir tanımlamadır ve ırksal bir aidiyet belirtmez ancak "zenci" kelimesi gibi ayırımcılığın getirdiği bir kategorizasyondur. (y.h.n.)

ego-tükenmesini geriletebilirsiniz. Şekerli enerji içecekleri içtikten sonra glikoz dakikada 30 kalori hızla kan akışına karışır ve yaklaşık on dakika sonra da beyni beslemek için hazır hale gelir. Şekerli içecekler içenler suni tatlandırıcılı içecekler içenlere oranla stresle daha iyi başa çıkarlar. Deneylerinden birinde yetişkinlerden ölümle ilgili sözcükler okumaları istendi. Bu normalde yetişkinin bir sonraki bulmaca çözme görevindeki becerisini olumsuz etkileyeceği için ego-tüketicidir. Ama bu, şekerli sıvılarla canlanmış kişilerde geçerli olmadı. Ölümle ilgili sözcükler okumak onların performansını hiç de etkilemedi. Belki de bu yüzden sinemada *Ölüm Provası* gibi korku filmleri izleyeceksek büyük boy şekerli kola sipariş etmemiz gerekir.

Tüm bunların anlamı özdenetim çabalarımızın çoğunun yanlış olabileceğidir. Pek çoğumuz diyet yapmak ister ama gerçekte yaptığımız nedir? Sırf arzunun daha büyük olduğunu anlamak için o ilk çikolatanın ayartmasına karşı direniyoruz. Başlangıçta çikolatanın vereceği kaloriden kaçınmak kan şekerimizi düşürüyor ve bizi daha sonraki bir ego-tükenişi için daha hassas ve korunmasız hale getiriyor. Bu bir kısır döngüdür. Bir öğünü atlayabilseniz bile kendinizi alkol, sigara ya da başka bir zararlı şeyle tıkınırken bulabilirsiniz. Ölçülülükte bile ölçülü olmak gerekir.

MESANE KONTROLÜ

Baumeister kas metaforunun devamında, özdenetiminizi geliştirmek için irade gücünüzü alıştırabileceğinize inanıyor. Örneğin özdenetimin ölçüldüğü testlerde, iki hafta boyunca tavırlarını takip etmek ve denetlemek konusunda ikna edilen öğrencilerin, serbest bırakılan öğrencilere göre daha iyi sonuçlar aldığını buldu. Ya da güçlü duruşu düşünebilirsiniz. Göğsünüzü kabartmak ve yumruklarınızı sıkmak size daha fazla irade gücü verecektir[47] ve bu hem erkeklerde hem de kadınlar-

47. I. W. Hung ve A. A. Labroo, "From firm muscles to firm willpower: Understanding the role of embodied cognition in self-regulation", *Journal of Consumer Research*, 37, 2011, s. 1046-1064.

da testosteron seviyesini artıracaktır.[48] Kendini gülümsemeye zorlamanın etkileri gibi, yalnızca bedensel duruş ve hareketleri taklit etmek, bunları tetikleyen biyolojik değişimler ve zihinsel durumların ortaya çıkmasını sağlar.[49]

Başarılı olmanın anahtarlarından biri de alışkanlıkları değiştirmeye bağlı görünüyor. Ayartılma sorunu büyük oranda alışkanlıklarımızdan kaynaklanıyor. Bir dizi davranışa razı olmak, yeni davranış dizileri oluşturmaktan çok daha kolaydır. Kelimenin tam anlamıyla alışkanlık kurbanıyız, bu yüzden kolaylıkla içinden çıkılması zor davranış döngüleri içine gireriz. Davranışınızı gerçekten değiştirmek istiyorsanız kendinizi durdurmaya çalışmayın. Bu strateji sadece geri tepecek ve sizi daha savunmasız kılacaktır. Bunun yerine eyleminizi değiştirmek için bir alternatif bulun. Bu yalnızca eyleminizi zapt etmek için farklı bir senaryo sağlamayacak aynı zamanda benlik tükenişi lanetinin önüne geçecek.

Bunun dışında mesanenizi kontrol etme ve tuvalete gitmeme alıştırması da yapabilirsiniz. Mirjam Tuk, verdiği uzun bir konferansta ayakta kalabilmek için çokça kahve içtikten sonra patlama noktasına gelmiş ama beklemek zorunda kalmıştı. Daha sonra utanç verici bir kazayı engellemek için geliştirdiği tüm o zihinsel çabayı diğer dürtülerin bastırılması için de kullanıp kullanamayacağını merak etti. Araştırmalarından birinde[50] katılımcılar beş bardak (yaklaşık 750 ml) su içtiler ve kırk dakika sonra, içtikleri su mesanelerine ulaştığında, onlara yetişkin işi bir haz geciktirme görevi verdi. Katılımcılar ertesi gün verilmek üzere 16 dolarlık ya da 35 gün içinde verilmek üzere 30 dolarlık nakit ödüllerden birini seçebilirlerdi. Su içmemiş katılımcılarla kıyaslandığında mesaneleri patlama

48. D. R. Carney, A. J. C. Cuddy ve A. J. Yap, "Power posing: Brief nonverbal displays affect neuroendocrine levels and risk tolerance", *Psychological Science*, 21, 2010, s. 1363-1368.

49. L. W. Barsalou, "Grounded cognition", *Annual Review of Psychology*, 59:1, 2008, s. 617-645.

50. M. Tuk, D. Trampe ve L. Warlop, "Inhibitory spillover: Increased urination urgency facilitates impulse control in unrelated domains", *Psychological Science*, 22, 2011, s. 627-633.

noktasına gelmiş katılımcıların çoğunluğu daha büyük para ödülünde direndi. Tuk, gelişmiş mesane kontrolünün herhangi bir finansal kararda bile faydalı olacağını ileri sürer. Bu bilgiler ego tükenişi açıklamasına aykırı görünebilir. Tuk bu çelişkinin, ego tükenişinin daha çok bilişsel ve mesane kontrolünün büyük oranda otomatik, bilinçdışı süreçlerin etkisinde olmasından hareketle açıklanabileceğini düşünüyor. Bu senaryonun çocuklar tarafından nasıl oynanacağı belirsizliğini koruyor; ne var ki bu tip deneyleri laboratuvarımızda çocuklara uygulayabileceğimizi hiç sanmıyorum, yani temizlenmesi gereken onca pisliği düşünebiliyor musunuz?

ŞEKERCİ DÜKKÂNINDA BİR ÇOCUK

Ego tükenişi çalışmasının takdire şayan oluşuna rağmen, karar verme süreçlerimiz ve davranışlarımızın dümenini tutan merkezdeki bir benliğe başvurmaya gerek yok. Deneylerin ve bulguların her biri, yalnızca baskı altındaki ego olarak değil, eyleme geçmek için yarışan tüm dışsal şeyler arasındaki dengenin bozulması olarak ifade edilebilir. Bu tip durumlarda benlik yanılsamasına başvurmak kesinlikle yararlıdır; çünkü bu bize beklenti ve ideallerine kavuşamayan bir başkahraman sağlar. Şekerci dükkânındaki çocuk gibi her tarafta ayartmalar görürüz ama yine de benliğin kararlar veren ve seçimler yapan tek şey olduğunda ısrar ederiz. Ya durum bunun tam tersiyse? Ya farklı tip şekerlerden hoşlanan bir çocuk varsa ve farklı şekerler onun dikkatini çekmek için yarışıyorsa? Çocuğu kendine çeken her şeker, görüş açısına giren daha lezzetli bir başkası tarafından dengelenmiş durumdadır. Bu durumda kararlar ve seçimler çocuğun içinde değildir. Kararlar ve seçimler dikkat çekmek için itişip kakışan her şeyin bağıl gücünü yansıtır. Şüphesiz bu şeker dükkânı metaforunda ayartılan bir çocuk vardır; ama kararları çocuğun içinde konumlandırmakta hatalıyız. Aynısı özgür irade için de geçerlidir.

Ego tükenişi, işin içine bir tür benliği sokuyor, öyle değil mi? Lokumları yemekten kaçınırken sergilenen özdenetim

için de aynısı geçerli. Benlik değilse, kararları veren ve ayartılmalara karşı koyan kim? Filozof Julian Baggini *The Ego Trick* [Ego Hilesi] kitabında, ego yaklaşımına başvurmaksızın insanın davranışları ve zihinsel süreçleriyle ilgili konuşmanın olanaksız olduğunun altını çizer.[51] Düşünce ve davranışların benlik olmadan aynı biçimde nasıl ortaya çıkacağını düşünmekte zorlanırız. Sözgelimi bağımlıların kendilerini kontrol edemediklerini sıklıkla duyarız ama bu gerçekten doğru mu? Onlar, gerçekten de uyuşturucunun ve hayatlarını mahveden davranışların insafına mı kalmışlar? Hiç kimse bağımlılığın gerçekten üstesinden gelinmesi zor bir sorun olduğunu inkâr etmiyor; ama bir bağımlı bile bazı bariz sonuçlar daha fazla görünür olduğunda uyuşturuculardan kaçınabilir. Çok az bağımlı alnına silah dayalıyken uyuşturucu içer ya da enjekte ederdi. Açıktır ki bu durumlarda eli kulağında olan tehdit sözde kontrol edilemeyen dürtülere baskın çıkar. Onlar sadece uyuşmanın çekiciliğiyle baş edemeyen etkilerin birbiriyle yarıştığı koşullarda kontrol edilemez. Öyleyse bağımlıların sorunu, davranışlarının olumsuz sonuçlarının, bağımlılıklarının anında verdiği hazla baş edememesidir.[52] Bağımlı olmamayı isterler ama bu sürekli bir kaçınma gerektirir ki daha zordur. Bireylerin yaptığı seçimlerden konuştuğumuzda, bu kararlar için çekişen çok fazla etki ve güdü vardır. Bunların pek çoğu dış koşullardan kaynaklanır.

Benlik ve özgür irade sergiliyor oluşumuz birer yanılsama olsa bile her şey kaybedilmiş değildir. Aslında inançlar davranışlarımızda bazı sonuçlara yol açmaktadır. Tanımladığımız ego tükenişi yalnızca irade gücünün sınırlı bir kaynak olduğuna inanan kişilerde iş görür gibi duruyor.[53] Diğer bir deyişle

51. J. Baggini, *The Ego Trick*, Granta, Londra, 2011.

52. H. Rachlin, "Teleological behaviorism and the problem of self-control", R. R. Hassin, K. N. Ochsner ve Y. Trope (Der.), *Self Control in Society, Mind and Brain*, Oxford University Press, Oxford, 2010, s. 506-521.

53. V. Job, C. S. Dweck ve G. M. Walton, "Ego depletion-is it all in your head? Implicit theories about willpower affect self-regulation", *Psychological Science*, 21, 2010, s. 1686-1693.

özdenetimimizin sınırlı olduğunu düşünüyorsak benlik tükenişi sergileriz. Sınırlı özdenetime inanmıyorsak benlik tükenişi sergilemeyiz.

Nereden türemiş olursa olsun özdenetimle ilgili tüm inançlar insan davranışı için güçlü tetikleyicilerdir. Söz gelimi bir test uygulaması sırasında on iki yaşında çocuklardan oluşan iki gruptan birine sınavdaki performanslarını doğal zekâlarının, diğerine çalışma kapasitelerinin belirleyeceğinin söylendiğini düşünün.[54] Her iki gruba da, içlerinden hiçbirinin tamamlayamayacağı, yeteneklerinin çok üstünde ikinci bir görev verildi. Bununla birlikte üçüncü testte, ilk testteki başarılarının doğal zekâlarından kaynaklandığını düşünen çocuklar kolayca vazgeçti; çünkü ikinci testteki başarısızlıklarını sınırlı doğal yeteneklerine bağlamışlar, bu da onların son testte azmetmelerini daha az olası hale getirmişti. Performanslarının tamamen sıkı çalışmalarına bağlı olduğuna inanan çocuklar ise tersine üçüncü görevde yalnızca daha fazla uğraş vermediler aynı zamanda daha fazla eğlendiler. Bundan dolayı çocuklarınıza çalışkan olduklarını söylemek, sadece zeki olduklarını söylemekten daha iyidir.

Aynı şey özgür irade için de söylenebilir. Kaderimizin mimarı olduğuna inandığımızda özgür iradenin varlığına inanmayan ve her şeyin baştan belirlenmiş olduğuna inanan kişilerden farklı davranırız. Bu "hazırlama"* kullanılarak deneysel olarak araştırılmıştır. Hazırlama, odaklandığımız bilgi tiplerini yönlendirerek zihniyetimizi değiştirmenin bir yolu. (Dikkat ederseniz bu da yine benliğimizin maruz kaldığı şeyler tarafından etkilendiğini gösteren güçlü bir kanıt.) Bir grup yetişkinin yarısı, "Bizler eni sonu biyolojik bilgisayarlarız, evrim tarafından tasarlandık, genetik aracılığıyla inşa edilip çevre ta-

54. C. M. Mueller ve C. S. Dweck, "Intelligence praise can undermine motivation and performance", *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 1998, s. 33-52.

* Özgün metinde "*priming*" olarak geçen "hazırlama" terimi, öğrenmede bir uyarıcı sunumunun, ilişkili başka bir uyarıcıya tepkiyi kolaylaştırması demektir. (ç.n.)

rafından programlandık" türünden yazılar okutularak kaderci tarzda düşünmeye hazırlandı. Geri kalanlar ise "Genetiğin ve bazen davranışlarımı etkileyen çevresel faktörlerin etkilerini geçersiz kılabilirim" türünden özgür iradeyi kabul eden cümleler okudular. Özgür iradeyi reddetmeye hazırlanmış kişiler bir aritmetik sınavında hile yapmaya daha yatkındı ve kendilerini, özgür iradeyi onaylayan cümleler okuyan kişilerden daha fazla ödüllendirdiler.[55]

Özgür iradenin yokluğunun ve nihayetinde hiçbir şeyi değiştiremeyeceğimizden ne yaptığımızın da önemli olmadığını savunan kaderciliğe oldukça benzer görünen tevekkül pek çoğumuz için aynı şeydir. Bu, yaşama oldukça moral bozucu bir bakıştır ve insanda herhangi bir şey yapma motivasyonu bırakmaz. Belki de bu yüzden özgür iradeye olan inanç yalnızca daha iyi bir iş performansını değil, aynı zamanda umulan kariyer başarısını da önceden haber verir.[56] Özgür iradeye inanan çalışanlar diğer meslektaşlarından daha iyi iş çıkarır ve bu da şefleri tarafından fark edilip ödüllendirilir. Demek ki özgür iradeye inandığımızda yaşamdan daha fazla keyif alırız.

Kısaca hisse: Özgür irade diye bir şey olmasa bile belki en iyisi sinir-bilimciler ve filozofların söylediğini görmezden gelmektir. Bazen cehalet mutluluktur. İnanmak, davranış tarzınızı size yararlı olacak biçimde değiştirmeniz demektir. Ve bunun doğru olmasının başlıca nedeni, yalnızca kendi motivasonunuzun değil aynı zamanda başkalarının sizi nasıl gördüğünün de önemli olmasıdır. Kararlı insanları severiz çünkü onların yapıcı ve azimli olduklarına inanırız. Böyle insanlar pek çoğumuzu kararsız görünen kişilerden daha rahat hissettirir.

55. K. D. Vohs ve J. W. Schooler, "The value of believing in free will: Encouraging a belief in determinism increases cheating", *Psychological Science*, 19, 2008, s. 49-54.

56. T. P. Stillman, R. F. Baumeister, K. D. Vohs, N. M. Lambert, E. D. Fincham ve L. E. Brewer, "Personal philosophy and personnel achievement: Belief in free will predicts better job performance", *Social Psychological and Personality Science*, 1, 2010, s. 43-50.

Sonuç olarak bir şeyin gerçekte var olmaması, ona inanmamızın saçma olduğu anlamına gelmez. Fantezi gerçekte yoktur; ama öykücülük olmasaydı dünya çok daha yoksul olurdu. Ayrıca inanmayı kolaylıkla bırakamazsınız. Yüce Selfini'yi en iyi şekilde tanımlayan biri olarak Wegner şöyle yazmıştır: "Yanılsama açıklama yoluyla def edilebilseydi şu ana dek bir tür robot olmam gerekirdi." Benlik yanılsamasından kaçamazsınız.

5
Seçimlerimiz Neden Bize Ait Değil?

Karar vermekte olduğumuzu çoğunlukla olaydan sonra hissederiz ama yine de karar vermeden önce sorumluymuş gibi görünürüz. Nasıl karar verdiğimiz düşündüğümüzden daha fazla etrafımızdakilere bağlıdır ve sorumlu kişi olmak zorunda olmayabiliriz. Kendi kişisel seçimlerimizi yapıyor gibi hissedebiliriz ama pek çok örnekte bunlar, aslında farkına bile varamayabileceğimiz dışsal etkiler tarafından kontrol edilir.

Bu, reklamcıların uzun süredir bildiği bir şey. Antik Babil'deki ilk reklamlardan beri satıcılar, insanların satılan şeyin ismini bilmelerinin faydasının farkındadır.[1] Seçimlerimiz,

1. F. Presbrey, "1855-1936. The history and development of advertising", *Advertising and Society Review*, 1:1, 2000.

bize söylenenlerden fazlasıyla etkilenir, bunun hiç farkında olmasak bile. 20. yüzyılda, insanların seçimlerini yönlendirmekte ilerlemenin yolunun, çaktırmadan pazarlamaktan geçtiği düşünüldü. Örneğin 1950'lerde sinema sahipleri ürünlerin resimlerini (fark edilmeyecek kadar kısa süreli) filme iliştirerek izleyicilerin daha fazla içecek ve patlamış mısır satın almalarını sağlayabileceklerini akıl etti. Bu tip bilinçaltı görüntülerin zihinde kaydedileceği ve seyircide salona gidip hafif bir içecek sipariş etme isteği uyanmasına neden olacağı düşünülüyordu. Reklamlar bilincimizin alt katmanlarındaki düşüncelerimizi aktive edebilir ki bu onları daha etkili kılar. Bununla birlikte bilinçaltı pazarlamaya ilişkin bilimsel kanıtlar en iyi ihtimalle belirsizdir.[2] Farkına varılması güç, incelikli mesajlar gerçekten de düşünce ve davranışlarımızı şekillendirebilir ama söz konusu soda satmak olduğunda büyük, doğrudan pazarlama en iyisidir. Reklam sponsorluğunun kazançlı olmasının nedeni budur. Şirketler markaları gözünüzün önünde olsun diye bu işe büyük miktarda para ayırır; çünkü insanların ismi duyulmamış ürünlerden ziyade tanıdık ürünleri tercih edeceğini bilirler. İki farklı marka sunulduğunda insanlar yanlışa mahal vermeyecek şekilde tanıdığı ya da tanıdık gelen ürünü seçer.[3]

Şüphesiz her karar kişisel müşteri seçimine indirgenemez, özellikle de hakkında hiçbir şey bilmediğiniz ürünlerle ilgili bir şeyler istendiğinde. Bazen karar o kadar önemlidir ki başkalarının bilhassa da tıp doktorları gibi uzman saydığımız kişilerin onayını ve desteğini ararız. Tedavi yolları arasında seçim yapmamız istenebilir ama çoğumuz ne yapılması gerektiğini doktorun söylemesini tercih ederiz; çünkü en iyisini onun bileceğini düşünürüz. Ama gündelik hayattaki pek çok örnekte,

2. "Bilinçaltı reklamcılık" terimi ilk kez, ekranda fark edilemeyecek kadar kısa sürelerde gösterilecek mesajlarla sinema izleyicilerinin *Coca-Cola* içmesini ve patlamış mısır yemesini sağladığını söyleyen pazar araştırmacısı James Vicary tarafından 1957'de ortaya atıldı. Vicary daha sonra vardığı sonuçları uydurduğunu kabul etmiştir.

3. J. N. Axelrod, "Advertising measures that predict purchase", *Journal of Advertising Research*, 8, 1968, s. 3-17.

bilgili olduğumuz bir konuda basit bir seçim söz konusu olduğunda, genellikle bazı içsel değerlendirme işlemleri uygulayıp, tıpkı bir yargıç gibi kararımızı bildirdiğimizi varsayarız.

Bu yanlıştır; çünkü kararlarımızı ölçüp tartan süreçler bilincimizin dışında olur. Zihninizdeki mahkeme salonunda karar vermiş gibi hissedebilirsiniz ama önemli işlerin çoğu kapalı kapılar ardında yapılmıştır. Bilinçli bir biçimde seçenekleri potansiyel senaryolar olarak düşünebiliyor, sonra da seçeneğin ne anlama geldiğini hayal etmeye çalışıyor olabilirsiniz ama siz düşünmeye zaman bulmadan çok önce bilgi zaten işlenmiş, değerlendirilmiş, ölçülüp biçilmiştir. "Aklıma harika bir fikir geldi!" dememize benzer, birdenbire olmuş gibi görünür ama kafamızda aniden yanan bir lamba yoktur. Ani bir aydınlanma gibi görünebilir ama perde arkasındakiler fikri en başından beri geliştirmekteydi, size sadece analizlerini sundular. Libet'in deneyinde olduğu gibi siz harekete geçmek üzereyken bilmek ve bilmemek arasındaki farka işaret eden tek bir nokta yoktur. Bir konu üzerinde dursanız ve onu bilinçli zihninizde evirip çevirseniz bile, nereden bakılırsa bakılsın, siz sadece zaten verilmiş olan kararı geciktirmektesinizdir.

Bunların hiçbiri yeni değil. Düşünce ve davranışlarımızı kontrol eden bilinçdışı süreçlerin var olduğunu, psikolojinin ilk öncülerinin –von Helmholtz ve daha ünlü Freud– zamanından beri biliyoruz.[4] Yeni olan, bu süreçlerin benlik yanılsamasını –karar verenin biz olduğumuz anlatısını– korumak için ne ölçüde orada olduğudur. Bu, öyle olmasa bile kontrolün bizde olduğu görüntüsünü sürdürmek ihtiyacından kaynaklanır. Benlik egemenliği yanılsamasını sürdürmek konusunda o kadar ısrarcıyız ki sırf haklı olduğumuzu kanıtlamak için siyaha beyaz demeye hazırızdır.

4. Hem von Helmholtz hem de Freud, davranışlarımızı şekillendiren bilinçaltı süreçlerle ilgili yazmıştır. H. von Helmholtz, "Concerning the perceptions in general", *Treatise on Physiological Optics*, Çev. J. P. C. Southall, Dover, New York, 1925/1962, Cilt III; S. Freud, *The Interpretation of Dreams*, Çev. A. Brill, Macmillan, New York, 1913. [*Rüyaların Yorumu*, Çev. Dilman Muradoğlu, Say Yayınları, İstanbul, 2014. (y.h.n.)]

Davranışlarımızın başından beri bilinçli biçimde seçilmiş gibi görünmesi için çaba harcamadan ve bazen istemeyerek yeniden yorumlamamızın nedeni budur. Benliklerimiz akla uygun gelsin diye sürekli olarak hikâyeler uyduruyoruz. Bir araştırmada yetişkinlere bir çift kadın yüzü gösterildi ve bunlardan hangisinin daha çekici olduğu soruldu.[5] Bazı denemelerde seçim yapıldıktan hemen sonra seçilen kadının resminin bulunduğu kart ayrılıp katılımcılara neden diğerini değil de o kadını seçtiği soruldu. Nedeni saç şekli miydi yoksa göz rengi mi? Araştırmadaki hinlik şuradaydı: Bazı denemelerde deneyi yapan kişi el çabukluğuyla kartları değiştiriyordu. Amaç katılımcıyı aslında seçmediği kadınla ilgili seçim nedenini ve aslında seçtiği kadını neden reddettiğini açıklamaya itmekti. Yapılan değişikliklerin çoğu fark edilmediği gibi katılımcılar kadınlardan birinin diğerinden neden daha çekici olduğuna dair son derece net açıklamalar yaptılar. Seçimlerinin aslında kendi seçimleri olmadığının farkında bile değillerdi. Aynı şey tat alma için de geçerlidir. İsveç'te bir süpermarkette alışveriş yapanlara farklı reçel ve çay örnekleri tattırıldı ve yine araştırmacılar seçilen ve seçilmeyen ürünleri değiştirdiler; katılımcılara seçme ve reddetme nedenleri soruldu. Tarçınlı elmanın koruk reçeliyle, tatlı mangonun sert Fransız rakısı çeşnili çayla değiştirilmesine varana dek katılımcılar değişikliklerin üçte birinden azını fark etti.[6] Öyle görünüyor ki bir kez tercihimizi yapınca kendimizi kararımızı gerekçelendirmeye adıyoruz.

Bu tam olarak kontrolün benliğimizde olduğu konusunda kendimizi ne kadar kolay kandırabildiğimizi gösteriyor. Steven Pinker'in[7] dediği gibi, "Bilinçli zihin, benlik ya da ruh

5. P. Johansson, L. Hall, S. Sikström ve A. Olsson, "Failure to detect mismatches between intention and outcome in a simple decision task", *Science*, 310:5745, 2005, s. 116-119.

6. L. Hall, P. Johansson, B. Taming, S. Sikström ve T. Deutgen, "Magic at the marketplace: Choice blindness for the taste of jam and the smell of tea", *Cognition*, 117, 2010, s. 54-61.

7. S. Pinker, *The Blank Slate: The Modern Denial of Human Nature*, Viking, New York, 2002. [*Boş Sayfa: İnsan Doğasının Modern İnkârı*, Çev. Mehmet Doğan, Boğaziçi Üniversitesi Yayını, İstanbul, 2010. (y.h.n.)]

bir yandaş basındır, başkomutan değil." Bildirildikten sonra herhangi bir kararı sanki bize aitmiş gibi akla yatkın hale getiriyoruz. Aksi takdirde, ne yaptığımızı bilmiyor olduğumuz ortaya çıkardı ki bu çoğumuzun kolaylıkla kabul edeceği bir şey değildir.

TİLKİ UZANAMADIĞI ÜZÜME EKŞİ DER

Seçimlerimizi kolaylıkla gerekçelendirebilmemiz, hikâye uydurma gereksinimimizle ilgili antik öykülerden birinin tam kalbinde yer alır. Birgün, aç bir tilki tepelerinden salkımlar sarkan bir dizi üzüm bağına rastlar. Tilki tüm sıçrama denemelerine karşın üzümlere ulaşamaz, onları yerinden bile oynatamaz. Mağlup bir şekilde, "Neyse, zaten ekşi oldukları için onları istemiyordum" der. Fikrini değiştirmiştir. Başlangıçta isteyip de ulaşamadığımız şeyleri küçümserken yaptığımız, tilkinin uzanamadığı üzüme ekşi demesidir. Bu oldukça yaygındır. Yenilgi olasılığıyla yüzleştiğimizde hepimiz bunu sıklıkla yapmaz mıyız? Başarısız geçen tüm o iş görüşmelerini düşünün. Felaket geçen randevuları ya da girip de kaybettiğiniz yarışmaları hatırlayın. Kendimizi birer bahaneyle teselli ederiz: İşi zaten istemiyorduk, buluştuğum kişi zaten aşağılığın biriydi ya da zaten yarışı kazanmak istememiştik. Hatta teklif edilen işin ya da o ilk öpücüğün ya da yarışı kazanmanın olumsuz yanlarına odaklanabiliriz. Ama aslında kendimizi kandırırız. Peki, bunu niye yaparız?

En az iki bin beş yüz yıl önce doğmuş bir Yunan kölenin, öyküleriyle insanlık haliyle ilgili en kalıcı ve son bilişsel teorileri önceleyen yorumlardan bazılarını üreteceği kimin aklına gelirdi? Dikkat çekecek biçimde, Ezop'un insan gibi davranan hayvanlarla ilgili fabları, yalnızca insanın aşırılıklarıyla ilgili metaforları kolaylıkla anlaşılabilir olduğu için değil aynı zamanda temel gerçekleri ifade ettiği için de zamana direnebilmiştir. Tilki ve ekşi üzümler öyküsünde Ezop, elli yılı aşkın süredir üzerinde en az üç bin çalışma yapılan başlıca psikolojik mekanizmalardan birini, bilişsel uyumsuzluğu tanımlamaktadır.

Terim olarak ilk kez 1957'de Leon Festinger tarafından ortaya konan bilişsel uyumsuzluk, eylemler ve düşünceler, başarısız veya ekşi üzümler örneğindeki gibi etkisiz olduklarında savunma amacıyla kendini haklı çıkarma işlemidir.[8] Bir amaca erişmedeki başarısızlığı aslında iyi bir şey olarak görürüz çünkü geriye dönüp baktığımızda o amaç artık arzu edilmeyendir. Yoksa boşu boşuna çok fazla zaman ve emek harcamış olma olasılığıyla yüz yüze geliriz. İşte bu çelişki bilişsel uyumsuzluğu ortaya çıkarır. Bu bir uyuşmazlıktır; çünkü bir yandan genel olarak amaçlarımıza ulaşmakta çok başarılı olduğumuzu düşünürken, diğer yandan o belirli amaca ulaşmakta başarısız olmuşuzdur. Bu akıl yürütmedeki uyuşmazlık, nahoş bir zihinsel sıkıntı deneyimidir. Bu uyuşmazlığın yarattığı çelişkiden kurtulmak için başarısızlığımızı başarı olarak yorumlarız. Kendimize o amacın zaten çıkarımıza olmadığını söyleriz. Görev tamamlanmıştır, takma kafana!

Freud benzer şekilde benlik yanılsamasını korumak için kullandığımız savunma mekanizmalarından söz etti. Bununla birlikte benlik yanılsaması bazen uyuşmayan düşünce ve davranışları uzlaştırmak zorundadır. Örneğin kendimizi iyi bir insan olarak değerlendirebiliriz ama daha sonra birisi hakkında kötü düşünceler besleyebiliriz. Bu benim iyi olan benlik hikâyemle tutarsızdır, bu yüzden savunma mekanizmalarına başvururum. O kişinin gerçekte kötü biri olduğunu, ona karşı olumsuz yaklaşımımın adil olduğunu söyleyerek düşüncelerimi aklileştirebilirim. Sapkın bir biçimde tersini yapabilir ve Freud'un tepki geliştirme dediği bilinçdışı olumsuzluğun telafisi olarak o kişi hakkında olumlu düşünmekten vazgeçebilirim. Ya da birisi hakkındaki olumsuz düşüncelerimi onun evcil köpeğine yansıtabilir ve aslında sahibini küçümsemekteyken, neden olarak zavallı köpeği suçlarım. Tüm bunlar başkaları için verdiği yargılarda haksız ya da insafsız olmayan değerli benlik hissini sürdürmek için, birisine karşı beslediğimiz

8. L. Festinger, *A Theory of Cognitive Dissonance*, Stanford University Press, Stanford, 1957.

hoş olmayan hisleri neden yeniden kurmaya çalıştığımıza dair örneklerdir.

Haklı çıkarmanın yalnızca benlik düzeyinde değil aynı zamanda gruplar düzeyinde de olduğunu belirtmekte fayda var. Son örneklerden en belirgini belki de sözde kitle imha silahlarından kaynaklanan tehdit üzerine temellendirilen Irak Savaşı'dır. Britanya halkına, o ünlü 45 dakika uyarısında,* Saddam Hüseyin'in anakarayı vurabilecek füzeleri olduğu söylendi. Tüm ulus şoka girdi. BM'nin soruşturma ekiplerinin kitle imha silahlarına dair hiçbir kanıt bulamadıklarını ısrarla belirtmelerine rağmen, silahların orada olduğu ve Irak'ı işgal etmenin şart olduğu söylendi. İşgalden sonra kitle imha silahlarının olmadığı artık kesinleşince kışkırtıcılar eylemlerini haklı çıkarmak zorundaydı. Bu şekilde bir rejim değişikliği uluslararası yasalarla uyuşmasa da Saddam Hüseyin'in kötü ve iktidardan düşürülmesi gereken bir diktatör olduğu söylendi. Saddam Hüseyin'in kitle imha silahları olmamış olsa bile onları elde etmeye çalıştığı söylendi. İşgal haklı çıkarıldı. Öyle görünüyor ki modern politikacıların kalın bir deriden çok, özenle üretilmiş kitle bilişsel uyuşmazlık kapasitesine ihtiyaçları var.

Benliği çatışan öykülerden koruyan bilişsel uyuşmazlık, benliğin neden çok önemli oluşunun temelinde yatar, ama aynı zamanda güçlü bir benlik duygusunun yaratabileceği tehlikeleri de göz önüne serer. Kusurlu yargılarımızı gerekçelendirmek için bilişsel uyuşmazlığı kullanırız. Farkında olmasak bile, karar verme, aslında ilgi çekmek için birbiriyle yarışan ve sürekli çatışma halinde olan pek çok sürecin bir bileşimidir. Karar vermenin gerçekten de kendi kontrolümüzde olmaktan ne kadar uzak olduğunu değerlendiremiyoruz.

---

* Britanya eski başbakanı Tony Blair, 2002 yılında, tartışmalı Irak soruşturmasına dayanarak Saddam Hüseyin'in 45 dakika içinde ateşleyebileceği kimyasal ve biyolojik kitle imha silahlarına sahip olduğunu iddia etmişti. (ç.n.)

MONTY HALL PROBLEMİ

Karar vermeyle ilgili temelde iki problem var. Ya dışsal bilgiyi görmezden geliyor ve kendi perspektifimize odaklanıyoruz ya da kendi perspektifimizin dışsal etkiler tarafından ne derece etkilendiğinin tam olarak farkında değiliz. Her iki durumda da benliğin dış koşullardan bağımsız karar verdiğine inanan budalalarız. Bu, insan aklının bazı şaşırtıcı bozulmalarına neden olabilir.

Karar vermek söz konusu olduğunda dünyadaki önemli değişikliklere gözü kapalı olan benmerkezci bir önyargıyı düşünün. Daha önce zaten duymamışsanız sizi Monty Hall problemiyle tanıştırmama izin verin. Problem ismini "Hadi Bir Anlaşma Yapalım" adlı yarışma programının sunucusundan alıyor. Yarışmanın finaline kalan kişi, üç kapıdan birini seçip, seçtiği kapının arkasındaki hediyeyi kazanıyor. Kendinizi bu durumda hayal edin. Programın finaline gelene kadar gereken her şeyi yaptınız ve büyük hediyeyi kazanma şansına eriştiniz. İki kapının arkasında gereksiz, saçma birer ödül, diğerinin arkasında ise şahane bir ödül var. Diyelim ki 250.000 dolar değerinde bir Ferrari. Başlangıçta tereddüte düşüp sonra A kapısını seçiyorsunuz. Şovun ev sahibi Monty şöyle diyor: "A kapısını seçtin, ama izin ver sana C kapısının arkasındakini göstereyim." Sonra C kapısını açar ve kapının arkasında saçma ödüllerden biri görünür. Monty şöyle devam eder: "Başta A kapısını seçtin ama seçtiğin kapıyı B olarak değiştirmek ister misin?" Ne yapmalısınız? Bu problemle ilk kez karşılaşan çoğu insan hiçbir şeyin fark etmeyeceğini çünkü Ferrari'yi kazanmak için geri kalan her iki kapının da aynı oranda, yüzde elli şansa sahip olduğunu düşünür. Gerçekten de insanlar bir kez karar verince fikirlerini değiştirmekte isteksizdir. Bazıları inanma cesaretleri olduğunu için inatçı biçimde kararlarına bağlı kaldıklarını söyler. Her şey bir kenara kararlı olmak önemli bir şeydir.

Ne diyorsunuz, kararınızı değiştirmeli misiniz, yoksa ona bağlı mı kalmalısınız? Hâlâ bilmiyorsanız, doğru yanıt değiştirmenizdir. Nedenini bilmiyorsanız, nedenini anlamak

inanılmaz derecede zordur. Monty Hall problemi, çok satan kitaplarda ve hatta matematiğe kafası çalışan Massachusetts Teknoloji Enstitü'sünden bir grup öğrencinin, 21 oyunu oynanan masalarda kartları sayarak Las Vegas'taki kumarhaneleri alt etmeye çalışmasıyla ilgili 2008 yapımı, *21* adlı Hollywood filminde geçerek az biraz ünlü bir bilişsel yanılsama haline geldi. Monty Hall probleminin doğru çözümü seçimi değiştirmektir; çünkü bu durumda ödülü kazanma olasılığınız seçiminize bağlı kaldığınızdakine göre daha fazladır. Başlangıçta bunu görmek zordur ve 1990'da *Parade* adlı popüler bir dergide ilk kez açıklandığında halk ve uzmanlar arasında tartışma ve anlaşmazlık fırtınası yarattı. Bini doktora mezunu olmak üzere on bin kişi seçimi değiştirme kararının yanlış olduğuna dair itirazlarını iletti.

Seçimi şu nedenle değiştirmelisiniz: En başta üç kapıdan birini seçtiğinizde şansınız üçte birdir. Monty boş kapılardan birini açtıktan sonra geriye iki kapı kaldı. Kalan iki kapıdan seçmediğimiz kapının şansı ikide bir ki bu seçtiğimiz kapının üçte birlik olasılığından daha yüksek. Monty'nin size her zaman boş kapılardan birini açtığını unutmayın. Basit ama yine de çoğu insan için o kadar basit değil.

Monty Hall problemini çözmenin kolay bir yolu üç kapı yerine yüz kapı olduğunu düşünmektir.[9] Yine bir kapıyı seçiyorsunuz. Monty kalan doksan dokuz kapıdan hepsi de boş olan doksan sekizini açıyor. Geriye yine açılmamış iki kapı kalıyor. Peki, seçiminizi şimdi değiştirir misiniz? Artık anlayabiliyoruz, ilk başta seçtiğimiz kapı muhtemel doğru olan kapı değil. İlk başta doğru olan kapıyı seçme olasılığım nedir? Tam olarak yüzde birdir. Monty'nin bir şeyler çevirdiğini aniden anlamamızın nedeni budur. Monty Hall problemiyle ilgili at gözlüğünü çıkararak, daha doğrusu kendimizi dışarıda tutarak düşünme kapasitemizin sınırlarını gösteren sağduyuya aykırı derin bir şeyler var.

9. V. V. Bapeswara Rao ve M. Bhaskara Rao, "A three-door game show and some of its variants", *Mathematical Scientist*, 17, 1992, s. 89-94.

İnsanların Monty Hall problemini çözmede başarısız olmasının bir başka nedeni de risk almama konusundaki genel eğilimdir. Karar vermek söz konusu olduğunda kaybetme korkumuz kazanma beklentimize ağır basıyor. Modern çağın sözde akılcılığına rağmen insanlar hâlâ kararlarını değiştirerek pişman olma olasılıklarını artırdıklarını düşünüyorlar. Bu, inatçılık ya da batıl inançtan ziyade kaybetme korkusunun kazanma olanağına ağır basmasıdır. Örneğin sosyal psikolog Ellen Langer elli üç ofis çalışanına tanesi bir dolardan çekiliş bileti sattı. Bilet koçanları, kazananın içinden 53 dolar değerindeki ikramiyeyi seçeceği bir kutuya atıldı. Birkaç gün sonra çekilişten hemen önce Ellen her bir çalışana uğradı ve onlara biletlerini ne kadara satabileceklerini sordu. Biletini kendisi seçmemiş, deney yapan kişinin verdiğini almış kişilerin ortalama satış fiyatı 2 dolarken, biletini kendisi seçenler için bu değer 8 dolardı! Dahası bileti kendileri seçenlerin on ve kendisi seçmemişlerin beş tanesi satmayı reddetti.[10] Öyle görünüyor ki zihinlerimizde pişman olma korkusu daha ağır basmaktadır. Kaç kez sırf satıcının, "Hadi, pişman olmayacaksın" demesinden sonra pahalı bir şeyi satın almayı düşündünüz?

RİSKLİ ANALİZ

Monty Hall problemi çok açık bir biçimde insan mantığının sınırlarını göstermektedir, özellikle olasılık söz konusu olduğunda. Olasılık tamamen dışsal bilgiyle ilgilidir. Olası sonuçların ışığında akıl yürütmek çok zordur çünkü çoğumuz oldukça benmerkezci düşünür. Kararları kendi açımızdan bakarak veririz ve çoğunlukla konuyla yakından ilgili dışsal bilgiyi hesaba katamayız.

Aslında en karmaşık bilim evrenle ilgili kesin gerçeklere değil olasılıklara dayanır. Newton ve 17. yüzyılın bilimsel devriminden sonra evrenin büyük bir saat mekanizması olduğu, ölçüm ve kestirim yoluyla anlaşılabileceği varsayıldı. Ölçüm-

10. E. Langer, "The illusion of control", *Journal of Personality and Social Psychology*, 32, 1975, s. 311-328.

lerimizin doğruluğunu geliştirirsek evrenin nasıl çalıştığını daha iyi anlayacağımız düşünüldü. Ama tersi gerçekleşti. Evren daha karmaşık hale geldi. Giderek daha etkin bir biçimde evrenin hayal ettiğimizden çok daha karmaşık olduğunu keşfettik. Sistemde daha fazla bilinmeyen daha az kesinlik vardı. Bu bilinmezlik, bu dalda çalışan matematikçilerin gözlemlenmiş tüm farklılıkları mümkün olduğunca hesaba katan metotlar kullanarak evrenin mekanizmasını çözmeye çalıştıkları istatistiksel modellemenin doğumuna yol açtı. Bilimin dilinin matematik olmasının ve gerçeklerin olasılıklara dayanmasının nedeni budur.[11]

Ne yazık ki istatistiksel analiz sokaktaki sıradan insanlar için doğal değildir. Bedenimize ve beynimize gelince, bunlar da istatistiksel olarak öngörülebilir biçimlerde işliyor olabilir ama çok azımız bu istatistiksel ilkeleri açıkça anlar. Medyaya çıkan bilim insanları onları ilgilendiren sorulara kesin bir "evet" ya da "hayır" yanıtı vermeyi reddettiklerinde genel izleyici kitlesinin hayal kırıklığına uğramasının nedeni budur. İzleyiciler küresel ısınma, çocuk aşılarının zararları ve bulaşıcı virüsleri önleme konularında ne yapacaklarını bilmek isterler. Bilim insanları mutlak kesinlik diliyle değil olasılık diliyle konuşurlar çünkü bazı farklılıkların var olacağını bildikleri büyük resme bakarlar. Bu, halkın duymak istediği şey değildir. Onlar çocuklarını aşılamanın zararlı olup olmadığını bilmek ister. Büyük resimle daha az ilgilenirler çünkü bireylerin düşünme yöntemi budur.

Olasılıkla ilgili başka bir problem de insanların büyük veri yığınına dayanan olasılıklar üzerinde düşünmek için evrimleşmiş olmamasıdır. Biz daha ziyade kestirme yollarla iş görürüz, hızlı ve kesin olmayan parmak hesabı, göz kararına dayanan ve genellikle bize iyi hizmet eden yöntemlerle. Alman psikolog Gerd Gigerenzer, Monty Hall probleminde olduğu gibi, olası-

11. D. Salsburg, *The Lady Tasting Tea: How Statistics Revolutionized Science in the Twentieth Century*, Holt, New York, 2002.

lıkları çözmek için evrimleşmiş olmadığımızı ileri sürer.[12] İşlere bizimle ilişkili olarak ve insan toplulukları temelinde değil de bireysel temelde nasıl uygulanacakları açısından odaklanırız. Topluluk için en iyi olanı değil yalnızca kendi seçimlerimizi değerlendirmeye eğilimliyizdir. İki kapıyla karşılaştığımda şanslar eşit görünür. Bu iki kapıyla yüz kez karşılaşırsam ya da Monty Hall yarışmasına katılmış yüz kişiyle karşılaşırsam desenler görünür hale gelir.

Çoğu zaman bir olayın gerçekte ne olduğunu bilmez, bunun yerine topladığımız bulgulara dayanarak bir tahminde bulunuruz. Akıl yürütmede her türlü bozukluğun ortaya çıkmaya başladığı yer tam da burasıdır. Bulguları değerlendirirken dışsal bilgiye dayanan riskleri kolaylıkla abartır ya da küçümseriz. Örneğin insanların uçak kazalarında ölmeyle ilgili safça tahminleri abartılıdır; çünkü bu tip olayların gerçektekinden daha yaygın olduğuna inanma eğilimindeyizdir. Bunlara "korkunç riskler" denir ve daha fazla göze çarpar çünkü çok nadir gerçekleşir. Bu tip trajedilerin yarattığı infial düşünülürse bu şaşırtıcı değildir. Kazaya odaklanır ve böyle çaresiz bir şekilde ölmenin nasıl bir şey olduğunu hayal ederiz. Bu düşüncelere olması gerekenden fazla ağırlık veririz; çünkü onlar çarpıcıdır ve dikkatimizi çeker.

Bu yanlış risk değerlendirmesi potansiyel olarak tehlikelidir; çünkü yanlış akıl yürütmeye dayanarak davranış biçimlerimizi değiştirmeye eğilim gösteririz. Örneğin 11 Eylül'ü takip eden üç ayda New York yönündeki araba yolculuklarındaki trafik kazalarının analizi, Noel izdihamında yılın o zamanı için beklenen sayıların çok üstünde kaza olduğunu ortaya koydu.[13] Hatta kaza sayısı o uğursuz günde ölen uçak yolcularının sayısından daha çoktu. New York'a uçmaktan korkanlar riski abartıp arabalarına atlamış, bu da normalden daha yoğun bir trafiğe ve dolayısıyla da kazalarda artışa neden olmuştu.

12. G. Gigerenzer, *Reckoning with Risk*, Penguin, Harmandsworth, 2003.
13. G. Gigerenzer, "Dread risk, September 11 and fatal traffic accidents", *Psychological Science*, 15, 2004, s. 286-287.

İnsanların arabayla gitmeyi daha güvenli sanmasının en olası nedenlerinden biri benliğin bir başka yanılsamasına dayanıyordu: kontrol yanılsaması. Tıpkı araba kullanırken olduğu gibi kaderimizi kontrol ettiğimizi düşündüğümüz zamanlarda daha güvende olduğumuza inanırız; ama kontrolün bizde olmadığı durumlarda, bir başkasının sürdüğü arabada, daha kötüsü yere çakılabilecek bir metal silindirde uçuş halindeysek kendimizi mutsuz hissederiz.

ANALİZ FELCİ

Çoğu zaman risk analizimiz seçim algımıza dayanır: Bu kötü durumdan kurtulabilir miyiz? Çoğunlukla seçim yapmanın iyi olduğu ve biraz özdenetim uygulamamıza izin verilmişse karar vermenin bizi daha mutlu ettiği varsayılır. Pek çoğumuz araba kullanırken kendini güvende hisseder. Kendimizi bir durumdan çıkamaz bulduğumuzda umutsuz, çökmüş ve çaresiz hale geliriz. Kontrol kaybına gösterilen tepkiyle ilgili bilgi 1960'larda hayvanların stresli durumlara sokulduğu deneylere dayanmaktadır.[14] Bir çalışmada iki köpek grubuna elektrik şoku uygulandı. Gruplardan biri bir kola basmayı öğrenerek acıyı sonlandırabildi. Diğer köpek grubu ise ilk gruba bağımlı kılınmıştı ve kola basma seçeneği sunulmamıştı, bu yüzden ilk grupla aynı miktarda şoka maruz kaldılar. Onlar için acıyı durdurmak adına yapacak bir şey yoktu çünkü onlara seçim şansı verilmemişti.

Bu ilk deneyden sonra iki köpek grubu da kısa bir bariyerle iki bölüme ayrılmış bir mekik kutusuna konuldu. Kafesin zeminine yine elektrik verildi ama bu kez her iki köpek grubunun da bariyerden atlayarak kutunun güvenli bölgesine geçme şansı vardı. Keşfedilen şey çok rahatsız ediciydi. İlk deneyde kolu kontrol etmiş olan köpekler acıdan kaçınmayı kolayca öğrendi ama ilk deneyde elektrik şokundan kaçınamamış olan köpekler cezadan kurtulmak için bariyerden atlayamadı. Ken-

14. M. E. P. Seligman ve S. E. Maier, "Failure to escape traumatic shock", *Journal of Experimental Psychology*, 74, 1967, s. 1-9.

dilerini kafesin zeminine bırakıp inleyerek işkenceye teslim oldular. Araştırmayı yöneten psikolog Martin Seligman'a göre hayvanlar "çaresizliği öğrenmişlerdi".

Bu tip hayvan deneylerini yansız bir biçimde okumak zordur. Hayvanlara bayılmıyorum ama bu tip bir deneyi gerçekleştirmekte zorlanırdım. Yine de öğrenilmiş çaresizliği tetikleme konusunda yapılan bu çalışmalar, insanın çektiği mutsuzluk ve depresyonlarda payı olan faktörleri anlamada paha biçilmez olduklarını kanıtladı.[15] Depresyon belki de insanı zayıf düşüren en yaygın zihinsel bozukluklardan biridir. Hepimiz kendimizi mutsuz hissetmişizdir ama klinik depresyon insanların normal bir yaşam sürmesini engelleyen kalıcı bir hastalıktır. Yoğunluğuna göre değişkenlik gösterebilir ama davranışsal ve psikolojik semptomlar genellikle değersizlik ve umutsuzluk hissiyle ilişkilidir. Depresyon çoğunlukla başka sorunlarla ilişkilidir, bireylere göre çokça değişiklik gösterse de bunlardan en dikkat çekeni ölüm nedeniyle kayıp, işsizlik ve bağımlılıktır. Bazılarımız depresyona daha yatkındır lakin depresyon, genetik, biyolojik, psikolojik ve sosyal bileşenleri olan karmaşık bir hastalıktır.

Kökenleri bakımından tüm depresyonlar bir değildir; ama istatistiksel olarak toplumumuzda yoksul ve muhtaçlar arasında daha yaygındır.[16] Bir teoriye göre yoksulluk depresyonun çok da temel bir nedeni değildir ama varsıl olmayan koşullar bireylerin yaşamlarıyla ilgili bir şeyler yapabilmesinin önüne geçer. Köpekler için kaçınılmaz olan şok gibi insanlar da çaresizliği öğrenir ki bu da hiçbir şeyin hiçbir zaman iyiye gidemeyeceği şeklindeki olumsuz kaderciliğe neden olur. Bunun kesin ve açık çözümü insanları seçimlerle zenginleştirmektir. Bazıları zenginliğin sağladığı şeyin tam da bu olduğunu ileri sürebilir: Seçim yapma fırsatı ve kaçılamayacak bir hayata zincirlenmemiş olmak. Ne yaparsanız yapın hiçbir şey değiş-

15. M. E. P. Seligman, *Helplessness: On Depression, Development and Death*, W. H. Freeman, San Francisco, 1975.

16. G. W. Brown ve T. Harris, *Social Origins of Depression*, Free Press, New York, 1978.

miyorsa umutsuzluğun temellerine sahipsinizdir. Kontrol ihtiyacı hem fiziksel hem de zihinsel sağlık için son derece önemli görünüyor.

Sırf yaşamınızı değiştirecek güce sahip olduğunuza inanmak bile onu daha katlanılır hale getirir.[17] Liz Murray'in *Homeless to Harvard* öyküsünün böyle bir umudu sunmasının nedenlerinden biri budur. Bunu özgür irade konusunda, insanların ritüeller ve alışkanlıklar geliştirdiklerini çünkü bu davranışların gerçekte varolmayan kontrolün varolduğu yanılsamasını ürettiğini öğrenirken de görmüştük. İnsanlara seçenek sunmak ya da en azından kontrolün onlarda olduğu algısını yaratmak, onları zorluklar karşısında daha dirençli yaparak güçlendirir. Örneğin insanlar, uyaran üzerinde hiçbir kontrole sahip olmadıkları zaman bile, acıyı herhangi bir anda yok edebileceklerini düşünürlerse daha fazla acıya katlanacaklardır. Kontrol algısı beynin acı merkezlerini yatıştırır.[18] Hatta mönüde seçenek varsa yemeğimizden daha çok tat alırız.[19] Bu tip bulgular, genel kabul gören seçenek olması iyidir, ne kadar seçenek o kadar iyi düşüncelerini destekler niteliktedir. Modern toplumların baştan aşağı belirgin bir tüketim toplumu yapısı sergilediği kesin. Yine de bu bir yere kadar doğru. Bazen benliği boğacak kadar fazla seçeneğe sahip olabilirsiniz.

Yine Ezop, tilki ve kedi fablında bunu zaten belirtmişti. Kendilerine doğru yaklaşan av köpeği sürüsüyle karşı karşıya kalan tilki ve kedi kaçmak zorundaydı. Kedi için ağaca atlayıp sıvışma kararı almak çok kolaydı. Ama tilki pek çok kurnazca kaçma yolu bilmesine rağmen ve tam da bu yüzden kararsızlıktan donakaldı ve av köpeklerine yem oldu. Pek çok seçenekle karşı karşıya kalan tilki analiz felcine uğramıştı.

17. S. E. Maier ve L. R. Watkins, "Stressor controllability, anxiety and serotonin", *Cognitive Therapy Research*, 22, 1998, s. 595-613.

18. T. V. Salomons, T. Johnstone, M.-M. Backonja ve R. J. Davidson, "Perceived controllability modulates the neural response to pain", *Journal of Neuroscience*, 24, 2004, s. 7199-7203.

19. S. Botti ve A. L. McGill, "The locus of choice: Personal causality and satisfaction with hedonic and utilitarian decisions", *Journal of Consumer Research*, 37, 2011, s. 1065-1078.

Aynı problemle her gün karşılaşırız. Barry Schwartz'ın deyişiyle seçenek paradoksu şudur: Ne kadar çok seçeneğimiz olursa o kadar az özgürleşiriz; çünkü en iyi kararı vermeye çalışırken sürüncemede kalırız.[20] Modern dünyanın tamamı seçenek çılgınlığına kapılmıştır! Örneğin Schwartz alışveriş yaptığı süpermarkette 285 çeşit kurabiye, 75 çeşit buzlu çay, 230 çeşit çorba ve 175 çeşit salata sosu, 40 çeşit diş macunu saydı. Herhangi bir elektronik eşya malzemesi o kadar değişik özellik ve işleve sahip o kadar çok modelle dolup taşmıştır ki kararsızlığa saplanıp kalırız. Kaç kez büyük bir markete bir şeyler almaya gidip de karar veremediğiniz için eli boş döndünüz? Yanlış seçim yapmaktan o kadar çok korkarız ki mağazaya girerken aklımızın ucundan bile geçmeyen ürünleri boyutlarıyla birlikte karşılaştırırken buluruz kendimizi. Bluetooth özelliğine ihtiyacım olmuş muydu hiç? Peki ya RAM'e ne demeli? Ya kablosuz ağ? Budala olmayan çoğumuz bunu aşırı seçenek bolluğu olarak görür. Çok fazla seçenekle karşılaştığımızda verimli bir karar veremeyiz. Bu durum, bizi o an gerçekten yapmamız gereken şeyleri yapmaktan alıkoyan bir tür geciktirmeye neden olur.

Her bahar son sınıf projelerinde ne konuda sorumlu olacaklarına karar vermemi istemek üzere yanıma gelen öğrencilerim olur; hep yazın projeye başlayacaklarını ve işin büyük kısmını bitireceklerini söylerler. Teslim süresi mart olan projeyi Noel'den önce hazır edeceklerine kesin olarak inanırlar. Buna rağmen tek bir öğrenci bile bunu henüz başaramadı. Tüm iyi niyetlerine rağmen projeyi yapmayla neden son ana bıraktıklarına dair bir sürü nedenleri vardır. Britanyalı şair Edward Young'ın (1683-1765) dediği gibi, "Erteleme zaman hırsızıdır." Var olan tüm uygun seçenekler ve kendini sunan tüm cezp edici şeyler, bizi o an yapmamız gereken şeyden çok geç olana dek alıkoyar.

20. B. Schwartz, *The Paradox of Choice: Why More is Less*, Harper Collins, Londra, 2005.

Karar verme üzerine yapılan tüm araştırmalar, açıkça benliğin kendisine sunulan seçeneklerin insafına kaldığını söyler. Karar verme kapasitemiz çevreye bağlıdır. Ortada çok fazla seçenek varsa alternatifler birbirini eler ve biz kararsızlıkla baş başa kalırız. Bir karar verdiğimiz durumda ise daha az mutlu oluruz; çünkü bu kez de doğru karar verip vermediğimizi kafamıza takarız. Hiç seçeneğimiz olmasaydı sorun yoktu, bu durumda dünyayı suçlardık. Ama öte yandan da bunalıma girerdik. Ama ideal olmadığı ortaya çıkan bir seçim yaparsak akıllıca bir seçim yapmadığımız için bunun suçlusu yine biz oluruz. Kazanma ihtimali olmayan bir durumdur bu.

BEYİNDEKİ GÖRECELİLİK

Duke Üniversitesi'nden Dain Ariely, insanların yalnızca risk analizinde zayıf olmadığını aslında öngörülebilir biçimde irrasyonel de olduklarını iddia eden davranışçı bir ekonomist.[21] Bu fikir, internette gezinirken *Economist*'in dergi aboneliği reklamlarıyla karşılaştığında aklına geldi. Reklamlarda üç tip abonelik seçeneğinden söz ediliyordu: 1) 59 dolara yalnızca çevrimiçi, 2) 125 dolara yalnızca basılı ve 3) yine 125 dolara hem çevrimiçi hem de basılı abonelik.

Tabi ki en iyi seçenek yalnızca basılı abonelik seçeneğiyle aynı fiyattaki 125 dolarlık hem çevrimiçi hem de basılı olandı. Bu teklifi öğrencilerinde denediğinde öğrencilerin % 84'ü 3. seçeneği ve % 16'sı da 1. seçeneği seçmişti. 2. seçeneği seçen tabi ki yoktu. Aynı fiyata fazladan çevrimiçi aboneliğe de sahip olabilecekken bu seçeneği seçmek aptallık olurdu zaten. Ama bu *Economist*'in bir stratejisiydi: 2. seçenek sadece, onunla karşılaştırıldığında 3. seçeneği daha çekici kılmak için kullandıkları bir yemdi. Nitekim Dan Ariely bu 2. seçeneği kaldırdığında öğrencilerin bu kez % 32'si 3. seçeneği , %68'i de 1. seçeneği seçti. Yem olarak kullanılan seçenek öğrencilerin değer

21. D. Ariely, *Predictably Irrational*, Harper, New York, 2008. [*Akıldışı ama Öngörülebilir*, Filiz Şah ve Asiye Hekimoğlu Gül (Çev.), Optimist Yayınları, İstanbul, 2010. (y.h.n.)]

algısını bozmuştu. Kararın içerik tarafından ne kadar kolay bir şekilde yönlendirilebildiğine dikkatinizi çekerim.

Ariely bunun görecelilik problemi olduğunun altını çiziyor. Buna göre, insanlar mutlak değil göreceli değerlerle yargıda bulunuyor. Her zaman değişik seçeneklerin getiri ve götürülerini tartıyor ve buna göre değerler biçiyoruz. Bu ayrıca insanların neden en ucuz olanı ya da en pahalı olanı değil de ortalama fiyattakini seçtiğini açıklamaktadır. En yüksek fiyatlı seçenek gerçekten de bir yemdir. Bu strateji çok sıcak ya da çok soğuk olmayan lapayı tercih eden küçük kızın masalına atfen Altın Saçlı* Etkisi olarak da bilinir. Satıcılar, müşterinin daha düşük fiyatlı (ama en ucuz olanı da değil) ürünü seçme olasılığını artırmak için çoğu zaman pahalı bir seçeneği bu nedenle bulundurur; müşteriler ortalama seçeneğe meyleder. Karar vermedeki görecelilik, şeylerin ne değerini belirten içsel ölçerlere sahip olmadığımızı gösterir. Doğrusu kararlarımız dış koşullar tarafından şekillendirilir.

Görecelilik yalnızca ekonomik seçimler için geçerli değildir aynı zamanda beynimizin nasıl çalıştığına dair temel bir prensiptir de. Deneyimlediğimiz her şey görecelidir. Bir şeyi sıcak, gürültülü, parlak, pis ya da hoş kokulu olarak algıladığımızda bu göreceli bir kararın sonucudur. Çevredeki her değişim sinirsel aktivitede bir değişiklik olarak kaydedilir. Sinirsel bağlantıların en temel düzeyinde bu, tetiklenen uyarımların oranında göreceli bir değişim olarak kaydedilir. Bilim insanları tek bir nörona ait elektriksel aktiviteyi kaydettikleri ilk deneylerde, hücrenin elektriksel uyarımlarını ölçmek için bir elektrot yerleştirdiler ve onu hoparlörle dinlediler. Hücre pasifken uyarım tetiklendiğinde nadiren nöronun arka plan aktivitesinin tık sesi duyulabiliyordu. Bununla birlikte nörona onu canlandıran bir dürtü sunulur sunulmaz tık sesleri mitralyöz atışları gibi hızlı bir biçimde kaydediliyordu.

---

* *Goldilocks* (Altın Saçlı Kız ve Üç Ayı) masalında, altın saçlı bir kız ayı ailesinin evine girer. Baba ayı ve anne ayının tercihleri en az ve en çok olmak üzere iki ucu temsil ederken, yavru ayının tercihi bunların ortasıdır, tıpkı altın saçlı kızın tercihleri gibi. (ç.n.)

Beynimiz dünyayı işte böyle yorumlar. Çevremizdeki herhangi bir değişimde, hangi nöronların tetiklendiği ve ne yoğunlukta kodlandığına bağlı olarak göreceli bir atış veya azalış meydana gelir. Ayrıca görecelilik duygularımızı düzenlemek için de çalışır. Örneğin, iki elinizi de ılık suya daldırmadan önce bir süreliğine bir elinizi sıcak suya diğerini buzlu suya sokarsanız, sıcak ve soğuğu kaydeden algılayıcı sinirlerinizdeki değişimden dolayı çelişkili sıcaklık duyguları hissedersiniz. Daha sonra iki eliniz de aynı suda olmasına rağmen önceki deneyimin göreceli değişiminden dolayı bir eliniz daha soğuk diğeri ise daha sıcak hisseder. "Adaptasyon" olarak adlandırılan bu süreç, tüm sinir sistemi üzerinde işleyen düzenleyici ilkelerden biridir. Bu, aydınlık bir ortamdan karanlık bir odaya girdiğinizde neden iyi göremediğinizi açıklar. Gözleriniz yeni ışık düzeyine alışmak zorundadır. Adaptasyon tatlı çikolata yedikten sonra elmanın neden ekşi geldiğini ve normalde kırsalda yaşıyorsanız kentteki trafiğin neden gürültülü geleceğini açıklar. Kısacası deneyimlediğimiz her şey görecelidir.

Hatta mutluluk ve başarı hissi bile kendinizi diğerleriyle nasıl kıyasladığınıza bağlıdır. Ariely, Amerikalı hicivci H. L. Mencken'in kayınbiraderinden daha fazla kazandığı müddetçe hoşnut olan bir adama dair gözleminden söz eder. Öyle sanıyorum ki bu, görümce ve baldızlar için de geçerlidir çünkü akrabalarımız servetimizi kıyaslayabileceğimiz en yakın kişilerdir. Görecelilik aynı zamanda meslektaşlarının kendilerinden daha fazla maaş aldığını öğrendiğinde insanların neden hoşnutsuz olduğunu da açıklar. İş ortamındaki sürtüşmeler alınan maaştan ziyade şirketteki başkalarının kazançlarının bu maaşla kıyaslanmasıyla ilgilidir. Son finansal krizde banka yöneticilerinin kazançlarını öğrendiğinde halk çileden çıktı. Banka yöneticileri maaş ve ikramiyelerinde hiçbir sorun görmüyordu çünkü kendilerini başarılı olan banka yöneticileriyle kıyaslıyorlardı.

HATIRLANAN BENLİKLER

Bilebileceğimiz her şey göreceli ise benlik karşılaştığı değerler tarafından belirlenmektedir. Hatırlanan benliğimiz yani geçmişte nasıl biri olduğumuz bile göreceli bir karardır. Nobel ödüllü Daniel Kahneman da benzer biçimde benliği ikiye ayırır: deneyimleyen ve hatırlanan benlik.[22] Deneyimleyen benlik şu anda yaşayan bilinçli farkındalığın öznel deneyimidir. Kahneman hepimizin ortalama üç saniyelik deneyimleyen benlik anlarına sahip olduğumuzu düşünmektedir. Bu tip anları, ayda yaklaşık altı yüz bin ve tüm yaşamımız süresince altı yüz milyon kez deneyimlediğimizi tahmin etmekte. Bununla birlikte bu anlar bir kez geçince sonsuza dek kaybolurlar.

Hatırlanan benliğimiz ise bunun tersine, geçmişteki deneyimleyen benliğin hafızasıdır. Bu anlar hafızamızda sakladığımız bir öykü biçiminde bütünleşmiştir. Bununla birlikte belleğimiz daha önce de belirtildiği gibi değiştirilemez değildir, tersine tekrar tekrar anlatılan bir öykü olarak aktif biçimde sürekli yeniden inşa edilir. Bu öykü göreceli bir şeydir. Örneğin, kolonoskopiyle ilişkili acı üzerinde yaptıkları bir dizi çalışmada Kahneman ve meslektaşları, hastalarından her altmış saniyede bir hissettiklerini bildirmelerini istedi. Bu gündelik deneyime ait bilinçli, öz-farkındalık anları olan deneyimleyen benlikti. Kahneman hastaların hoş olmayan deneyimleri nasıl hatırladıklarıyla, hastalara göre bu deneyimlerin sert ve ani olarak mı yoksa hafif bir sıkıntı olarak mı sonlandıklarıyla ilgileniyordu. Grubun yarısı için işlem süresi uzatılarak kolonoskopun ucu rektumda üç dakika kadar bırakılmış ancak işlemin sonlandırılması daha az acı verecek biçimde tasarlanmıştı. Kolonoskopiden sonra hastalardan deneyimlerini puanlamaları istendi. Uzatılmış ama sonu hafif acıyla biten işleme maruz kalan hastalar, daha kısa süren işleme maruz kalan hastalara göre

22. D. Kahneman, "The riddle of experience vs money", TED konuşması, Şubat 2010, *TED* web sitesi. www.ted.com/talks/tianiel_kahneman_the_riddle_of_experience_vs_memory.html

acılarını daha olumlu olarak puanladı. Görece acısız bir son, tüm deneyime ait kalıcı bir izlenim bırakmıştı.[23]

Görünüşe göre deneyimin başlangıç ve bitişine daha duyarlıyız; başlangıçta ve bitişte olanları bu ikisi arasında olanlara oranla daha iyi hatırlamaktayız. Bu, kişilerden listeler dolusu maddeyi hatırlamaları istenen yüzlerce deneyle kanıtlanmıştır. Öyle görünüyor ki listenin başındaki (öncelik etkisi olarak adlandırılmıştır) ve sonundaki (sonralık etkisi) maddeleri daha iyi hatırlamaktayız. Ortadakilerden sıkıldığımız için değil, listenin başındaki maddeler göreceli ilginçlik avantajına sahip olduğu için böyledir. Sondaki maddelerin unutulması ise daha az olasıdır; çünkü bellekte sonradan gelip üzerine yazılacak madde yoktur. Kısacası başlangıç ve sonlar deneyim süresinde dikkatimizi çeken sınır çizgileridir. Bir iş görüşmesinde görüşülen ilk veya son kişi olmak bu yüzden her zaman daha iyidir; çünkü ilk ve son aday öncelik ve sonralık etkilerinden yararlanır. Bir deneyimin başı ve sonuna ait bu etkiler, yaşamlarımızda göreceli değişimlere karşı daha duyarlı olduğumuzu gösterir. Kahneman bu etkilerin yaşamlarımızın durağan dönemlerinde kendimizi değerlendirmekte neden bu kadar zayıf olduğumuzu açıkladığını ileri sürer. Örneğin tatillerde daha mutlu olduğumuzu düşünürüz ama gerçekte çoğumuz işte daha mutluyuzdur. Çünkü her şey görecelidir. Yaşamdaki dönüşümlere, çok az bir değişimin olduğu sürekliliklere oranla daha iyi odaklanırız.

ATEŞLİ KAFALAR

Dışsal olaylar bizim kontrolümüzde değilmiş gibi görünen yollarla seçimlerimizi etkiliyor. Peki ya kafalarımızdaki içsel çatışmalara ne demeli? Benlik, kontrol yarışına girmiş interaktif etkilerden yapılandırılmış bir ağdır. Toplum içinde yaşayabilmek için yıkıcı güdü, düşünce ve dürtüleri engellemeli ya da baskılamalıyız. Kaçma, kavga etme, beslenme ve seks dürtüleri

23. D. A. Redelmeier, J. Katz ve D. Kahneman, "Memories of colonoscopy: A randomized trial", *Pain*, 104, 2003, s. 187-194.

uygunsuz oldukları durumlarda dikkatimizi çekmek için sürekli olarak çekişir. Peki, bu dürtülere teslim olduğumuz zaman mantığımıza ve kontrolümüze ne oluyor? Görünüşe göre kendimize anlattığımız benlik öyküleri kökten bozuk.

Dan Ariely son zamanların en tartışmalı çalışmalarından birinde cinsel olarak uyarıldığımızda davranışlarımızın nasıl değiştiğini araştırmak istedi.[24] Önce erkek öğrencilerinden cinsellikle ilgili çeşitli konulardaki tutumlarını puanlamalarını istedi. Örneğin korunmadan seks yaparlar mıydı, kıça şaplak atarlar mıydı, grup seks ve hayvanlarla seks yaparlar mıydı? Hoşlanmadıkları biriyle ya da altmış yaşının üzerinde bir kadınla birlikte olurlar mıydı? Sevişebilmek için kadınların içeceklerine ilaç katıp katmayacaklarını bile sordu.

Deneye katılanlar sakin kafayla bu ahlaksız eylemlere girişmelerinin kesinlikle olanaksız olduğunu belirttiler. Bu kişiler kadınlara değer veren ve davranış ilkeleri olan dürüst erkeklerdi. Ariely yurttaki özel odalarında bir elleriyle mastürbasyon yaparken, diğer elleriyle de aynı soruları yeniden yanıtlamaları için onlara 10 dolar, bir *Playboy* dergisi ve korunaklı biçimde paketlenmiş bir diz üstü bilgisayar verdi. Cinsel olarak uyarıldıklarında garip, iğrenç şeyler oldu. Aynı kişiler cinsel arzularından dolayı hayvana dönüştüler. Ariely bu öğrencilerin kendilerini tatmin etmek üzere yalnız kaldıklarında Dr. Jekyll'dan Mr. Hyde'a* dönüştüklerini keşfetti. Uyarılmışken tuhaf cinsel aktivitelere girişmeye iki katı meyilli olmuşlardı. Daha vahimi, kadınların içeceklerine ilaç katabileceklerin oranı tam

24. D. Ariely ve G. Loewenstein, "The heat of moment: The effect of sexual arousal on sexual decision making", *Journal of Behavioral Decision Making*, 19, 2006, s. 87-98.

* Orijinal adı *Strange Case of Dr. Jekyll and Mr.* Hyde olan romanda, Viktorya devri Britanyasında, Londralı avukat Mr. Utterson'ın eski dostu, nazik bir insan olan saygın hekim Dr. Henry Jekyll'ın zaman zaman şehvet düşkünü bir canavara yani Mr. Edward Hyde'a dönüşmesi olayını gözlemlemesi anlatılmaktadır. Roman insanın doğasında bulunan kişilik farklılıklarının bir alegorisidir. İnsan ruhundaki iki farklı kişiliğin, iyinin ve kötünün çatışmasını anlatmaktadır. Robert Louis Stevenson, *Dr. Jekyll ve Mr. Hyde*, Çev. Duygu Akın, Can Yayınları, İstanbul, 2012. (y.h.n.)

dört kat artmıştı! "Küçük beyni"yle düşündüğünde, erkeğin uyarılmamışken durduğu yüksek ahlaki konumdan tepetaklak yuvarlandığı çok açıktı. Ariely'nin dediği gibi, "Engelleme, korunma, tutuculuk ve ahlak radar ekranlarından tamamen kaybolmuştu". Farklı kişiler olmuşlardı sanki.

NEYE SAHİPSEK OYUZ

Güdüselliğe elverişli olanlar yalnızca doğal arzular değildir. Bu listeye modern alışveriş tutkumuzu da eklemeliyiz. Alışveriş evrimsel bir buyruk olmadığı halde Batı'da çoğunlukla bağımlılık yaratan davranışlar arasında görülür. Hatta insanların psikolojik olarak bir şeyleri satın alma ihtiyacından kurtulmalarına yardım edebilmek için, daha yerleşik olan İsimsiz Alkolikler grubu benzeri İsimsiz Alışveriş Hastaları grupları bile vardır. Kişisel olarak ben bir alışveriş hastası değilim ama nadiren de olsa çoğunlukla başkaları tarafından cesaretlendirilerek normalde yapmayacağım güdüsel alışverişler yaptım. Benim durumumda bunlar sahip olmam gerektiğini düşündüğüm nadir nesneler ya da sanat eserleri olmuştur. Ama neden? Bir şeyleri satın almak nasıl oluyor da bizi psikolojik olarak heyecanlandırıyor?

Nesnelerin benliğimizin birer yansıması, en azından başkaları tarafından nasıl görünmekten hoşlandığımıza ilişkin birer tasarım olduğunu düşünüyorum. William James, "Bir kişinin benliği sahip olduğu her şeyin genel toplamıdır. Yalnızca bedeni ya da psişik gücü değil; giysileri, evi, karısı, çocukları, soyu, arkadaşları, ünü, çalışmaları, toprakları, atları, yatları ve banka hesabı" diye yazmış ve insanların benlik düşüncelerini yansıtan şeyler olarak nesnelerin önemini anlayan ilk psikologlardan biri olmuştur.[25]

Nesneler öz kimlik için belirgin işaretler olarak önemli bir görev üstlenir. Nesnelere sahip olduğumuzda onlar "benim" haline gelir: benim kahve bardağım, benim *Nike*'ım, benim telefonum. Bu sahip olma tutkusu çocukluğun ilk dönemle-

25. W. James, *Principles of Psychology*, Henry Holt, New York, 1890.

rine kadar gider.[26] Laboratuvarlarımızda pek çok anaokulu öğrencisinin battaniye ya da oyuncak ayı gibi nesnelere duygusal bir bağlılık oluşturduğunu ve nesnenin tıpatıp aynısıyla bile değiştirilmesini kolayca kabul etmediğini bulguladık.[27] Bu çocukların pek çoğu, değer verdikleri ufak tefek şeyler zarar gördüğünde duygusal olarak yıpranan kişiler haline geleceklerdir. Bunu biliyoruz çünkü yetişkinlerin, uyarılmaları ölçen bir cihaza bağlıyken, çocukken bağlandıkları bir nesnenin fotoğrafını kesmek zorunda kaldıklarında endişelendiklerini gözlemledik. Ben ve meslektaşlarım yakın zamanda, yetişkinlere bazı nesnelerinin havaya uçtuğu, üstünden arabayla geçildiği, baltayla vurulduğu, testereyle kesildiği ve üstünde zıplandığı videoların yer aldığı bir dizi beyin görüntüleme çalışması yaptık. Bir beyin tarayıcısı bu rahatsız edici görüntüler boyunca aktive olan beynin çeşitli bölgelerini görüntülüyor. Sonuçlar şimdilik cesaret verici. Bazen araştırmamı gerçekten seviyorum![28]

Sinir-bilimci Neil Macrae ve Dave Turk, nesne kişiye ait olunca beyinde neyin yaşandığını araştırıyorlar.[29] Bir şeyin sahibi olununca, beyinde artmış bir aktivite kaydoluyor. Özellikle önemli bir şeyi kaydettikten 300 milisaniye sonra P300 diye adlandırılan beyindeki bir uyarı sinyali tepe noktasına çıkıyor. Bir şey benim olduğunda, onu, benim olmayan bir başkasıyla karşılaştırmaya odaklanırım. Bu işlem oldukça otomatik işliyor. Bir çalışmada katılımcılar iki alışveriş sepetine konulmuş ürünleri gözlediler. Bu ürünlerden biri onlar, diğeri ise araş-

26. P. Kanngiesser, N. L. Gjersoe ve B. M. Hood, "The effect of creative labor on property-ownership transfer by preschool children and adults", *Psychological Science*, 21, 2010, s. 1236-1241.

27. B. M. Hood ve P. Bloom, "Children prefer certain individuals to perfect duplicates", *Cognition*, 106, 2008, s. 455-462.

28. B. M. Hood, K. Donnelly, U. Leonards ve P. Bloom, "Implicit voodoo: Electrodermal activity reveals a susceptibility to sympathetic magic", *Journal of Culture and Cognition*, 10, 2010, s. 391-399.

29. D. J. Turk, K. van Bussel, G. D. Waiter, C. N. Macrae, "Mine and me: Exploring the neural basis of object ownership", *Journal of Cognitive Neuroscience*, 23, 2011, s. 3657-3668.

tırmacılar içindi. P300 sinyalleri kendilerinin olan nesnelere daha fazla odaklandıklarını gösterdi. Sıralamadan sonra katılımcılar bir bellek testine gireceklerini bilmemelerine rağmen deneycinin sepetindekilere kıyasla kendi sepetindeki nesneleri daha iyi hatırladı.[30]

Bunun nedeni James'in de dediği gibi kim olduğumuzun kısmen maddi varlıklarımız tarafından belirleniyor olmasıdır. Zaten bu yüzden geçmişte bazı kurumlar benlik duygusunu kökünden kurutmak için bunları ortadan kaldırmıştır. Giyside ve kişisel mülklerde tek tiplilik, kişileri bireysel kimliklerini sürdürmekten alıkoymak amacıyla düzenlenmiştir. Nazi toplama kamplarındaki en yürek burkucu görüntülerin bazıları, kişiliklerini yok etmek üzere kurbanların ellerinden alınmış kişisel eşya ve valizlerden oluşmuş tepeciklerdir. Bu nesneler şimdi kutsal sayılıyor. Altmış altı yaşındaki emekli mühendis Michael Levi-Leleu, 2005'te kızını Auschwitz-Birkenau Anıt Müzesi'nden ödünç alınmış nesnelerin sergilendiği Paris'te bir sergiye götürdü. Orada uzun süredir kayıp olan babasının, üzerinde adının baş harfleri ve adresinin yazılı olduğu bavulunu gördü. Michael Paris'teki sergiyle birlikte Auschwitz müzesinden bavulun geri verilmesini istedi ve bu, ölüm kamplarındaki eşyaların gelecek kuşaklar için kutsal objeler olarak sergilenmesi gerektiğini belirten Auschwitz Müzesi'yle aralarında bir hukuk savaşına neden oldu. Dört yıl sonra bavulun çok uzun vadeli olarak Paris'teki sergiye kiralanması şeklinde anlaşmaya varıldı.[31] Kimlik ihtiyacı öylesine güçlüdür ki bir mahkûm ya da ıslahevine yerleştirilmiş birinin elinden normalde değersiz kabul edebileceği kişisel eşyası alındığında bu nesneler kıymete biner.[32]

30. S. J. Cunningham, D. J. Turk ve C. N. Macrae, "Yours or mine?Ownership and memory", *Consciousness and Cognition*, 17, 2008, s. 312-318.
31. "Settlement reached over Auschwitz suitcase", *Auschwitz-Birkenau Memorial and Museum* web sitesi, Haziran 2009. http://en.auschwitz.org.pl/m/index.php?option=com_contentandtask=viewandid=630andItemid=8
32. M. Carroll, " 'Junk' collections among mentally retarded patients", *American Journal of Mental Deficiency*, 73, 1968, s. 308-314.

OKB'li kişilerin bazılarında, nesnelere sahip olma arzusu yaşadıkları evi atılmayan değersiz şeylerle dolup taşırabilen ve istifçilik olarak bilinen hastalıklı bir duruma dönüşür. Üzücü bir vakada bir istifçi yıllardır biriktirdiği ıvır zıvır yığınının çökmesi sonucunda ölmüştür.[33] Çoğumuz daha ölçülüdür ve özdeşleştiğimiz birkaç özel nesneye ya da ev eşyasına sahiptir. Yeni bir eve taşınırken insanların ilk yaptığı şeylerden biri, kişisel nesneleri getirmek ve böylece yeni eve kendi kimliklerinin damgasını vurmaktır. Bazen de tersine insanlar geçmişle bağlarını koparmak için bazı kişisel eşyalarını yok ederler, özellikle de terk edilmiş sevgililer veya aldatılmış eşler.

KAYIPLAR ÇOK ÖNEMLİ OLDUĞUNDA

Şüphesiz, pek çok insan için sahip olunan şeyler kişisel tercihin bir ifadesidir. İnsanlar kendileriyle ilişkili nitelikleri yansıttığına inandıkları özel ürünleri almayı tercih eder. Bunlar olmaya can attığımız kimlikle uyumlu nesnelerdir. Benlik ile sahip olunan şeyler arasındaki bu ilişkiden modern reklamcılar yıllardır faydalanmaktalar. İnsanların markalarla özdeşleştiklerini ve bir marka ne kadar başarılı gösterilirse o kadar çok kişi tarafından isteneceğini iyi bilirler. *Rolex* saatleri, *iPod*lar ve *Nike* spor ayakkabıları insanların hırsızlara kaptırmamak için canlarını verdikleri markalı nesnelerdir.

Kanada York Üniversitesi'nden pazarlama profesörü Russell Belk, bu materyalci perspektifi "uzatılmış benlik" olarak adlandırır.[34] Bizler sahip olduğumuz şeylerizdir ve onlar çalınır, kaybedilir veya hasar görürse bunu kişisel bir trajedi olarak deneyimleriz. Çok yakın bir geçmişte benim de başıma geldi. Arabasına hayranlık duyanlardan sayılmam ama iki ay kadar önce birisi bilerek arabamı çizdiğinde çok üzüldüm, bana karşı kasten işlenmiş bir suç gibi algıladım bunu. Gelişigüzel bir

33. P. Sherwell, "Hoarder killed by collapsing clutter", *Daily Telegraph*, 22 Ocak 2006.

34. R. W. Belk, "Possession and the extended self", *Journal of Consumer Research*, 15, 1988, s. 139-168.

hareketti ama çileden çıkmıştım. Düşünüyorum da arabamı çizen kişiyle karşılaşsam ona saldırabilirdim.

Acımasız katiller ve uyuşturucu tacirleri bile sahip olunan şeylerin önemini bilirler. Modern klasik filmlerden *Ucuz Roman*'da kiralık katil, uyuşturucu satıcısı Lance'e çizilen Chevy Malibu arabasıyla ilgili yakınır:

> Vince: Üç yıldır onu garajda tutuyorum, yalnızca beş gündür dışarıda ve bak şerefsizler onu ne hale getirdiler.
> Lance: Bu şerefsizler öldürülmeli. Mahkeme yok, jüri yok, doğruca infaz edilmeliler.

Tabi ki ben o kadar ileri gitmezdim ama kişisel mülkünüzü ihlal eden biri söz konusu olduğunda duygusal bir etkilenme yaşandığı kesin.

EDERİNDEN FAZLA DEĞER BİÇME ETKİSİ

Nesnelere olan bağlılığımız kişisel seçimlerimizle düşündüğümüzden daha az ilgili olabilir. Artık davranışçı ekonominin klasiklerinden biri olarak görülen bir çalışmada Richard Thaler, Cornell Üniversitesi öğrencilerinden oluşan sınıfın yarısına 6 dolarlık kahve bardağı dağıttı ve onları satın almak için para teklif eden arkadaşlarına satabilmelerine izin verdi.[35] Thaler çok az alış-satış yapıldığını bulguladı; çünkü sahipleri bardaklara, satın almak isteyenlerden daha fazla değer veriyordu. Bir şey bize ait hale gelir gelmez ona, aynısından olan diğer nesneler göre aşırı bir değer vermeye yatkınız. Ederinden fazla değer biçme etkisi olarak bilinen bu eğilim[36] şarap şişelerinden çikolataya kadar pek çok maddeyle adam akıllı tekrarlanmıştır.[37] Nesne fiziksel olarak kimseye ait olmasa bile,

35. R. Thaler, "Toward a positive theory of consumer choice", *Journal of Economic Behavior and Organization*, 1, 1980, s. 39-60.

36. D. Kahneman, J. L. Knetsch, R. H. Thaler, "Anomalies: The endowment effect, loss aversion and status quo bias", *Journal of Economic Perspectives*, 5, 1991, s. 193-206.

37. E. van Dijk ve D. van Knippenberg, "Trading wine: On the endowment effect, loss aversion and the comparability of consumer goods", *Journal of Econo-*

örneğin bir açık artırmada fiyat verirken sonunda ona sahip olma ihtimali o şeye daha çok değer vermemizi sağlar.[38] Bir açık artırmada bir eşyayı otuz saniye inceleme fırsatı verilenler on saniyelik izin verilmiş kişilere göre %50 daha yüksek fiyat teklif etmeye can attı. Her halükârda temas etmek kritik faktör gibi görünüyor. Bir şeye sahip olduğumuzun söylenmesi tek başına ederinden fazla değer biçme etkisini tetiklemiyor. Bir şeyle özel olarak ne kadar temas edersek o kadar değer veriyor ve ondan ayrılmak istemiyoruz. Satıcıların sürekli olarak sattıkları malla dolaşmalarında veya onu denemek için davet edilmemizde şaşılacak bir şey yok. Sattıkları şeyle temasta bulunursanız daha kolay satabileceklerini bilirler.

Ederinden fazla değer biçme etkisinin kabul gören bir açıklamasına göre kaybetme korkumuz sahip olabileceğimiz şeylere verdiğimiz değere baskın çıkar. Bu eğilime kaybetme hoşnutsuzluğu denir ve şu kolonoskopiyi hastalarının rektumunda fazladan üç dakika tutan bilimci, Daniel Kohneman tarafından öne sürülen beklenti teorisinin temel taşlarından biridir. Bu teoriye göre kayıplar olası kazançlara göre daha ağır basar. Tıpkı Monty Hall probleminde seçilen kapıyı değiştirmek veya çekiliş biletini satmakta olduğu gibi kaybetme korkumuz kazanma beklentimize baskın gelir. Pişman olma korkusu bizim için daha ağır basıyordur.

TÜCCAR BEYİN

Brian Knutson, fonksiyonel manyetik rezonans görüntüleme teknolojisini kullanarak ürünlerin alım ve satımı esnasındaki beyin aktivasyonunu inceliyor.[39] Alıyor ya da satıyor

mic Psychology, 19, 1998, s. 485-495; J. L. Knetsch, "The endowment effect and evidence of non-reversible indifference curves", *American Economic Review*, 79, 1989, s. 1277-1284.

38. J. R. Wolf, H. R. Arkes ve W. A. Muhanna, "The power of touch: An examination of the effect of duration of physical contact on the valuation of objects", *Judgment and Decision Making*, 3, 2008, s. 476-482.

39. B. Knutson, G. E. Wimmer, S. Rick, N. G. Hollon, D. Prelec ve G. Loewenstein, "Neural antecedents of the endowment effect", *Neuron*, 58, 2008, s. 814-822.

olmak fark etmeksizin hoşlandığımız ürünlere bakarken beynin ödül devresindeki bir alan olan *nucleus accumbens*deki aktivasyonun arttığını bulguladı. Ürünü ucuza alabileceğimizi düşünüyorsak ödül sisteminin bir başka bölgesi, orta alın korteksi de aktive oluyor ama fiyat çok yüksek olduğunda bu bölge pasif. Ne de olsa hepimiz ucuz ürünlerden hoşlanırız. Bununla birlikte kişilere, ürünleri için beklediklerinin altında bir fiyat önerilirse sağ yarım kürede insular aktive oluyor. Bu bölge istenen hedefler ile sonuçlar arasındaki uyumsuzluğun sinyalini verir ve hayal kırıklığının sinirsel karşılığı olarak görülür. Ayrıca insular aktivite her katılımcı için sahip olma etkisinin büyüklüğünü gösterir niteliktedir. Bu görsel bulgular, beklenen değer ile sunulan satış fiyatı arasındaki uyumsuzluğun olumsuz duygusal tepkilere yol açması bakımından kaybetme sıkıntısıyla tutarlıdır. Bu basit bir eğilimden fazlasıdır, bir eşyamızın gerçek değerinden düşük fiyata satılması bize kötü hissettirir.

Bu kaybetme sıkıntısı dikkat çekici biçimde, bireylerin sevdiklerinden ayrılmaya katlanamadığı güvensiz bağlanmaya benziyor. Kişisel ilişkilerindeki bağlanma biçimlerinde kaygılı oldukları gözlenen kişiler, özel eşyaları için daha fazla fiyat istemek konusunda çok daha güçlü bir sahip olma etkisi gösterdi.[40] Yalnızca insanlar için değil nesneler içinde de yapışkanlardı! Dahası onları kaygılı ve güvensiz hissettiren geçmiş ilişkilerini düşünmekten bitap düşmek sahip olma etkisini daha da artırır. Şüphesiz geçmiş sosyal ilişkilerle bağlantılı duygular beynimizde kayıtlıdır ve sahip olduklarımıza değer vermek söz konusu olduğunda düşünce sistemlerimize bulaşabilirler.

40. A. Kogut ve E. Kogut, "Possession attachment: Individual differences in the endowment effect", *Journal of Behavioral Decision Making*, 20 Nisan 2010, doi: 10.1002/bdm.698.

UZATILMIŞ BENLİK

Sahip olma etkisiyle ilgili otuz yıllık çalışmalara rağmen sadece son dönemdeki araştırmacılar bu olguyu Kuzey Amerikalı olmayan topluluklarda araştırmaya başladılar. Bu önemli bir sınırlama olmuştur çünkü nesnelere sahip olmak konusunda diğer kültürlerin farklı tutumları vardır. Örneğin Batılılarla karşılaştırıldığında Nijeryalıların başkalarından aldıkları hediyelere daha çok değer verdikleri ve sahip olduklarına ilişkin daha az ederinden fazla değer biçme etkisi sergiledikleri belirtilmiştir.[41] Kuzey Tanzanya'daki Hadza avcı-toplayıcılarıyla ilgili son çalışmalardan birinde de sahip olunan şeylerle ilgili ederinden fazla değer biçme etkisine ilişkin hiçbir kanıt bulunamadı.[42] Bu farkın, benliğin esas olarak bağımsızlıkla birlikte düşünüldüğü Batılı toplumlarla, benliğin diğerleriyle ilişki bakımından veya karşılıklı bağımlılık bakımından ele alındığı, özellikle Doğu Asya'daki Batılı olmayan toplumlar arasındaki kültürel farklılıkları yansıttığına inanılmaktadır. Örneğin katılımcıların sayfanın üstündeki, "Ben Kimim?" sorusuna yanıt olarak yirmi cümle yazmak zorunda kaldıkları 20 Cümle testi denilen bir öz nitelendirme testi[43] vardır. Bu, "Ben uzunum" gibi fiziksel, "Ben babayım" gibi sosyal rollere ya da "Ben atılganım" gibi kişisel özelliklere ilişkin çeşitli nitelendirmeleri yansıtan, benlik düşüncesinin oldukça basit bir değerlendirmesidir. Yirmi cümle tamamlandıktan sonra bunlar içsel (karakter ve özgün nitelikler) ile dışsal (başkalarıyla ilişkilerdeki sosyal roller) olarak kategorize ediliyor. Karşılıklı bağımlı toplumlardaki bireylerle kıyaslandığında Batılılar genel olarak daha fazla içsel tanımlara başvuruyorlar.

41. M. Wallendorf ve E. J. Arnould, " 'My favorite things' : A cross-cultural inquiry into object attachment, possessiveness and social linkage", *Journal of Consumer Research*, 14, 1988, s. 531-547.

42. C. L. Apicella, E. M. Azevedo, N. Christakis ve J. H. Fowler, "Isolated hunter-gatherers do not exhibit the endowment effect bias", Invited talk: New York University for Neuroeconomics, New York.

43. M. H. Kuhn ve T. S. McPartland, "An empirical investigation of self-attitude", *American Sociological Review*, 19, 1954, s. 68-76.

Bu farklı benlik anlayışları mülkiyet konusunda kendini nasıl gösterir? Belk'in "uzatılmış bellek" düşüncesinden yola çıkarsak ederinden fazla değer biçme etkisi benliğin değerlendirilmesinde en azından kısmi bir rol oynar. Ama her kişisel nitelik sabit değildir. Psikolog William Maddux ve meslektaşları[44] öncelikle Doğu Asyalılarda ederinden fazla değer biçme etkisinin Northwestern Üniversitesi'ne giden Batılı öğrenciler kadar güçlü olmadığını saptadı. Bununla birlikte zekice bir hamleyle Maddux öğrencilerin bazılarından kendileri hakkında, diğerlerinden ise başkalarıyla olan ilişkileri hakkında yazmalarını istedi. Bu görev benlik perspektifini kendisine odaklı olmaktan başkalarıyla olan ilişkilerine yöneltebilir. Kendilerine odaklanan Doğu Asyalılar, sahip oldukları şeyleri daha büyük değerlerlerle donatırken başkaları hakkında yazmaları istenen Batılılar bunun tersine daha az ederinden fazla değer biçme etkisi sergilediler.

Sahip olduğumuz şeylere aşırı değer vermekle kalmaz başkalarının ilgilenir göründüğü şeylere de gözümüzü dikeriz. Öyle görünüyor ki başkalarını bir şeye bakarken veya o şeye gülümserken izlediğimizde, otomatik olarak o şeyi görünürde olmayan nesnelere tercih ediyoruz.[45] Bu tip çalışmalar gösteriyor ki şeylere değer verirken, seçim yaparken ya da tercihlerde bulunurken yalnızca ortamı ve diğerleri arasındaki rolümüzü dikkate alarak kolayca yönlendirilebiliriz. Grubun bir üyesi olmak, toplumun bireysel benliklerin bir toplamı olduğu düşüncesine dayanan bir benlik anlayışını üretir. Aslında benliğimiz yalnızca sahip olduğumuz şeylere değil, aynı zamanda etrafımızdaki herkese uzanan yansımamızdır.

---

44. W. M. Maddux, H. Yang, C. Falk, H. Adam, W. Adair, Y. Endo, Z. Carmon ve S. J. Heine, "For whom is parting with possessions more painful? Cultural differences in the endowment effect", *Psychological Science*, 21, 2010, s. 1910-1917.

45. A. P. Bayliss, A. Firschen, M. J. Fenske ve S. P. Tipper, "Affective evaluations of objects are influenced by observed gaze direction and emotional expression", *Cognition*, 104, 2007, s. 644-653.

6
Toplum İnsanı Nasıl Şekillendirir?

İnsanların düşünebildiği en korkutucu deneyimlerden birinin başkaları önünde konuşmak olduğunu biliyor muydunuz? Bu korkunun insanın yaşam biçimini etkileyecek kadar aşırı hale gelmesine sosyal kaygı bozukluğu denir. Amerikan Psikiyatri Birliği'ne göre rastlanan en yaygın kaygı problemi ve en yaygın üçüncü zihinsel bozukluktur. İnsanların onda birinden fazlası sosyal kaygı bozukluğu yaşıyor. Bizim gibi sosyal bir tür için şaşırtıcı bir oran.[1] Peki neden böyle?

1. R. C. Kessler, P. Berglund, O. Demler, R. Jin ve E. E. Walters, "Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication", *Archives of General Psychiatry*, 62, 2005, s. 593-602.

Benlik algımızı üreten zihin, sosyalleşmek için evrimleşmiş bir beynin ürünüdür. Ama sosyal beyin, başkalarının varlığı ve onlarla uyumlu olma ihtiyacı nedeniyle kökten bir biçimde değişir. Bu bir tür zorunluluktur. Bir gruba dahil olmak, en olumlu deneyimlerden biri olabilir; ama aynı zamanda en kaygı verici zorluklardan biridir.

Bir teoriye göre diğer insanlar duygularımızı refleksif olarak tetikler.[2] Kalabalığa karışır karışmaz canlanırız. Davranışları kontrol eden limbik sistem başkalarının varlığına otomatik olarak tepki verir. Muhtemelen duyguların temel işlevi, başkalarına katılmak ya da onlardan kaçınmak için sosyal davranışı güdülemektir. İnsanlar bize baktığında onların dikkatini çekmiş olmaktan dolayı hareketleniriz. Çalışmalarımızın birinde[3] doğrudan göz temasının limbik sistem tarafından kontrol edilen göz bebeklerinde büyümeyi tetiklediğini gösterdik. Bu sistem diğerleriyle olan etkileşimimizi, onlarla kavga mı edeceğimizi, onlardan uzak mı duracağımızı, onlarla sevişip sevişmeyeceğimizi kontrol ediyor.

Canlanma bazen performansı artırabilir. Diğerleri etrafımızdayken daha hızlı koşar, bisiklet sürer, kısacası daha iyi bir oyun çıkarırız. Ama yetenekli değilsek bu enerji performansımızı ilk etapta düşürür. Diğerleri bize baktığında ağzımız kurur, sesimiz ve ellerimiz titrer. Bunların hepsi limbik uyarılmanın işaretleridir. Bunlar midemize giren kramplardır ve rolleri için yeterince hazır hissetmeyen aktörlerin ortak deneyimi olan açılış gecesi gerginliğini açıklar. Yalnızca uzmanlaştığımızda işin üstesinden gelebiliriz.[4]

Bununla birlikte tüm grubun davranışı performansı artırmaz. Bir halat çekme oyununda kişiler sosyal kaytarma olarak

2. R. B. Zajonc, "Social facilitation", *Science*, 149, 1965, s. 269-274.

3. G. Porter, B. M. Hood, T. Troscianko ve C. N. Macrae, "Females, but not males, show greater pupillary response to direct than deviated gaze faces", *Perception*, 35, 2006, s. 1129-1136.

4. J. W. Michaels, J. M. Blommel, R. M. Brocafo, R. A. Linkous ve J. S. Rowe, "Social facilitation and inhibition in a natural setting", *Replications in Social Psychology*, 2, 1982, s. 21-24.

bilinen olgudan dolayı güçlerinin yarısını sarf ederler.[5] Kalabalığa karışır karışmaz fark edilmiyorsak fazla çaba sarf etme ihtiyacı duymayız. Grup çabamızı takdir ederse ancak o zaman sıkı çalışırız. Bu ihtiyaç, normalde ılımlı görüşler savunacakları konularda grupların neden daha fazla kutuplaştıklarını da açıklar.[6] Bireyler grubun onayını almaya çalışırlarken gitgide grubun temsilcisiymiş gibi aşırı pozisyonları benimserler ve bu da dolayısıyla grubu o pozisyona doğru daha fazla sürükler. Topluluğu bir araya getirme ve canlandırma amacı güden karar vericilerden biriyken, eleştirel düşünceyi askıya alma eğilimli "grup düşünce"sine sahip bu dinamik kuvvetle bir olmuşsanız, grup içindeki ile bireysel davranışınız arasındaki açık fark kolaylıkla görülebilir.[7] Bu, politik aşırılıkçığın neden yalnızca azınlığın kararlılığına değil çoğunluğun da kayıtsızlığına ihtiyaç duyduğunu açıklar. İnandığımız benlik, ne olursa olsun kalabalık gruplarda diğerleri tarafından çiğnenir. Kendinizi gerçekte olduğunuzdan daha özerk saymanız bir yanılsamadır.

İNTİHARA KIŞKIRTMA

2010 yılının Ocak ayında, Birleşik Krallık'taki M60 otoyolu üzerindeki köprüde dertli bir kadın, polis onu ikna etmeye çalışırken dört saat boyunca trafiği kilitledi. Radyo sunucusu Steve Penk, Van Halen'in *Jump* [Atla] adlı hit parçasını çalmanın, dramaya istemeyerek katılmış olan bıkkın sürücüler için eğlenceli bir muziplik olacağını düşündü.[8] Kadın, iddiaya göre sürücülerden birinin dinlediği radyodaki şarkıyı duyduktan sonra atladı. Neyse ki kadın intihar girişiminden sonra hayatta kaldı ne var ki Penk pişman değildi.

---

5. S. J. Karau ve K .D. Williams, "Social loafing: A meta-analytic review and theoretical integration", *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 1993, s. 681-706.
6. S. Moscovici ve M. Zavalloni, "The group as a polarizer of attitudes", *Journal of Personality and Social Psychology*, 12, 1969, s. 125-135.
7. I. Janis, *Groupthink*, Houghton Mifflin Company, New York, 1982.
8. "DJ condemned for playing Van Halen's Jump as woman leaps from bridge", *Daily Mail*, 18 Ocak 2010.

Başına buyruk davranan radyocu, yaptığı soytarılığın dinleyicileri eğlendireceğini düşünmeseydi olası intihar kurbanıyla dalga geçmezdi. Otoyolda mahsur kalan sürücüler de muhtemelen ve doğal olarak kadının zarar görmesini istemezdi. Olaydan yeterince uzaktılar ve eylemlerinin herhangi bir önemi olduğunu düşünmediler. Bu tip toplu davranışlar, intihara kışkırtma olarak bilinir. Neyse ki muhtemelen intiharların çoğu halk önünde gerçekleşmediği için nadir görülür. Bununla birlikte kalabalığın kişileri intihara sevk ettiği kayıtlara geçmiş vakalar vardır. Böyle bir davranışa ne anlam verebiliriz? Muhtemelen kalabalığı oluşturan bireylerin kendi başlarına yapacakları türden bir davranış değil bu.

Bir açıklamaya göre gruplar bireysellikten uzaklaşmaya, bireysel benliğin yitimine neden olmaktadırlar. 1966 ile 1979 arasında, tüm ABD'de yapılmış başarılı ya da başarısız 166 intihar girişiminin analizinde, kalabalık içinde gerçekleştirilen yaklaşık yirmi girişimin yarısında kalabalığın kurbanı kışkırttığı ya da onunla alay ettiği bulgulandı.[9] Kışkırtmayla ilgili görünen faktörleri, daha kalabalık gruplar, kalabalık ile kurban arasındaki uzaklık ve gecenin karanlığı, yani kimliğin belli olmama durumunu artıran tüm faktörler olarak sayabiliriz.

Diğerleri tarafından tanınmama görünüşe göre bireylerin kendisini sorumlu hissetmemesinde çok önemlidir ki bu sorumsuzluk hissi antisosyal davranışları artırmaktadır. Kargaşa, linç ve holiganizmin bireysellikten uzaklaşma süreci sayesinde serpilip gelişen sürü zihniyetinin örnekleri olduğuna inanılıyor.[10] Kimliğimiz belirdikçe tersine uyumlu ve uygun davranışlar sergileriz. Basit bir deneyde, araştırmacılar çalışanların içtikleri kahve için kendi başlarına ödeme yaptıkları bir odadaki para kutusunun ve kahve kavanozunun arkasındaki duvara bir çift göz resmi yerleştirdiler.[11] Sonraki on hafta boyunca çiçek ve

9. L. Mann, "The baiting crowd in episodes of threatened suicide", *Journal of Personality and Social Psychology*, 41, 1981, s. 703-709.
10. T. Postmes ve R. Spears, "Deindividuation and antinormative behavior: A meta-analysis", *Psychological Bulletin*, 123, 1998, s. 238-259.
11. M. Bateson, D. Nettle ve G. Roberts, "Cues of being watched enhance cooperation in a real-world setting", *Biology Letters*, 2:3, 2006, s. 412-414.

dikkatle izleyen göz resimlerini dönüşümlü olarak astılar. İnsanlar gözler asılıyken daha dürüst ödemeler yapıyorlardı. Tıpkı Cadılar Bayramı'ndaki özbilinçli çocuklar gibi etrafta davranışlarımızı yansıtan bir ayna olduğunda daha dürüst oluyoruz. Özbilinçli oldukça da daha çok sorumluluk hissediyoruz. Örneğin öğrenciler bir hile olarak sınav süresi bittiğinde bile soru çözmeye devam ederler, öğrencilerin %71'i yalnız kaldıklarında da buna devam eder. Ama sınav salonunda onları özbilinçli kılan aynalar varsa sadece %7'si bunu yapar.[12] Benliği başkalarının sıkı denetimiyle karşı karşıya bırakan herhangi bir şey, daha örnek vatandaşlar olmamızı sağlar. Gruplar benliğimizin hem iyi hem de kötü yanlarını ortaya çıkarır.

Bir insan, kalabalıkta bireysellikten uzaklaşmanın etkisiyle bireysel benliğini gerçekten de yitirir mi? Psikolog Vaughan Bell'in[13] de belirttiği gibi kendisini aniden gruba yönelik bir tehdit karşısında bulan kişi kimliğini yitirmek zorunda değildir, kendisini sadece farklı, daha büyük bir ortak girişimin parçası olarak görür. Örneğin gece geç saatlerde kalabalık bir otobüse bindiğinizi ve otobüste sarhoş bir öğrenci grubu, yaşlı bir çift ve müzik çalarıyla yüksek sesle müzik dinleyen bir genç olduğunu düşünün. Onlarla kendinizi bağlayan ortak bir şey bulmazsınız, hatta belki yolcu arkadaşlarınıza içerlersiniz. Ama yağmacılar, uzaylılar ya da zombiler birdenbire otobüse saldırsa kendinizi doğal bir şekilde bu grubun parçası olarak hisseder ve tehdidi bertaraf edecek planlar kurarsınız. Kimliğinizi yitirmezsiniz ama artık üyesi olduğunuz gruba hitap eden yeni bir kimlik oluşturursunuz. Bu, tehlikeli bir durumda kişilerin kendilerini keşfettikleri ve tabi ki kahramanların ve kötü adamların ortaya çıktığı pek çok film senaryosunun ana temasıdır. Bu yüzden gruplar bireysellikten uzaklaşmaya neden olmak yerine şartlara bağlı olarak bireyselliği gölgede bırakırlar.[14]

12. E. Diener ve M. Wallbom, "Effects of self-awareness on antinormative behavior", *Journal of Research in Personality*, 10, 1976, s. 107-111.
13. V. Bell, "Riot psychology", *Mind Hacks* web sitesindeki blog, 2011. www.mindhacks.com
14. T. Postmes ve R. Spears, 1998.

ORTADA SIÇAN

Çocuk oyunu Ortada Sıçan'ı hatırlar mısınız? Hınzırca ve alaycı bir oyundur. İki kişi bir topu kendi aralarında paslaşır ve ortadaki sıçan bu pas trafiğini engellemek zorundadır. Zararsız görünüyor değil mi? Sıçan değilsek tabi. Sıçan olduğum zamanlar kendimi dışlanmış hissedip üzülürdüm.

Başkalarının ne düşündüğünü önemsemek belki de hayvan olarak sahip olduğumuz en güçlü endişe kaynağıdır. Gerçekten de Philippe Rochat'ın[15] altını çizdiği gibi, "insan olmak aslında itibara önem vermektir." Gruptan dışlanmak en kötü talihtir ve Rochat bunu "psikolojik ölüm" olarak adlandırır. Yaşıtlarımız tarafından görmezden gelinmek ve reddedilmek acı verir. Pek çoğumuz çocukken bizimle dalga geçildiğinde ya da oyundaki takımların hiçbirine alınmadığımızda yaşadığımız üzüntüyü hatırlayabilir. Zamanında bu olaylar kişisel trajedilerimiz olmuştur.

Bu yüzden birine sataşmak yalnızca fiziksel taciz değildir aynı zamanda travmatiktir. ABD Ulusal Çocuk Sağlığı Kurumu'nun 2001'deki anketine göre her üç gençten biri sataşmalara karışmıştır.[16] Erkeklerde kızlara oranla daha yaygındır ve tacizin biçimleri farklıdır.[17] Erkeklerde hem fiziksel hem sözlü taciz, kızlarda alay etme ve adını çıkarma daha yaygındır. Bununla birlikte her ne kadar kızlar fiziksel şiddeti daha az kullansa da sinir-bilimi daha kötü olan sosyal reddedilme acısını yaşatmak yerine kurbanlarına yumruk atmalarının daha iyi olacağını belirtir.

Purdue Üniversitesi'nden Kip Williams deneyim yoluyla bunu ortaya koydu. Bir gün parkta köpeğiyle dolaşırken bir frizbi üstüne gelir. Frizbiyi onunla oynayan iki çocuktan birine geri yollar ve o da Kip'e yeniden fırlatır. Bu eğlence bir daki-

15. P. Rochat, *Others in Mind*, Cambridge University Press, Cambridge, 2010.
16. Ulusal Sağlık Enstitüsü, "Bullying widespread in US schools, survey finds", National Institutes of Health basın bülteni, 24 Nisan 2001. www.nichd.nih.gov/news/releases/bullying.cfin
17. N. R. Crick ve J. K. Grotpeter, "Relational aggression, gender and social-psychological adjustment", *Child Development*, 66, 1995, s. 710-722.

ka kadar sürer ama sonra çocuklar frizbiyi Kip'e fırlatmaktan vazgeçer ve birbirleriyle oynamaya devam ederler. Başlangıçta Kip bunu komik bulur ama sonra çocukların onu oyunlarına yeniden dahil etmeyecekleri kesinleşir. Psikoloji profesörü bir dakika boyunca oyuna dahil olup sonrasında çocuklarla tamamen yabancılaşmanın verdiği üzüntüye şaşırır ve insanın dışlanmaya karşı ne kadar duyarlı olduğunu fark eder.

Kip parktaki deneyimlerini, "Siber Top" olarak bilinen ve üç yetişkin katılımcın bir topu birbirlerine doğru ileri geri fırlatmak zorunda oldukları bir oyun oynarken, katılımcılardan sadece birini beyin taramasından geçirip olayı bir bilgisayar simülasyonuna dönüştürdü.[18] Tıpkı frizbi olayında olduğu gibi Siber Top oyununda da diğer iki oyuncu beyin taramasından geçen kişiyi dışlayıp kendi aralarında oynamaya başlayana dek her şey eğlenceli gidiyordu. Bu dışlama kesinleştiğinde sosyal kavramayla aktive olan beynin ACK bölgeleri ışıldamaya başladı. Çünkü reddedilme acısı da ACK'yi tetikler, bu da çatışma çözümü için gereken bir mekanizma olarak ACK'nin önemini gösterir. Oyundan dışlanma, başlangıçta hayrete ve sonra da üzüntüye neden olmuştu çünkü duygusal acıyla ilişkili bölgeleri aktive etmişti. Tıpkı ego tükenişinde olduğu gibi meslektaşları tarafından reddedilen kişiler şişmanlatıcı çörekler yemeye daha yatkındır ki büyük ihtimalle teselli yiyeceklerinin güç vermesi de bununla ilgilidir.[19] Duygularımızın incindiğini söylediğimizde yalnızca metafor kullanmış olmayız, gerçekten de karnımıza bir yumruk yemiş kadar acı duyarız.

Dikkat edilmesi gereken reddedilmeye karşı ne kadar duyarlı olduğumuzdur. Yalnızca birkaç dakikalığına Siber Top oynamalarına ve bunun bir simülasyon olduğu söylenmesine

18. N. I. Eisenberger, M. D. Lieberman ve K. D. Williams, "Does rejection hurt? An FMRI study of social exclusion", *Science*, 302, 2003, s. 290-292.

19. R. F. Baumeister, C. N. Dewall, N. J. Ciarocco ve J. M. Twenge, "Social exclusion impairs self-regulation", *Journal of Personality and Social Psychology*, 88, 2005, s. 589-604.

rağmen katılımcılar yine de reddedilme acısı hissettiler.[20] Ve bu acının onların kişilikleriyle de ilgisi yoktu. Aşırı duyarlı kişiler değildiler. Dışlanmayla ilgili daha temel ve otomatik bir şey söz konusudur.[21] Williams bu tepkinin istemdışı olduğunu ileri sürüyor ve diğer pek çok sosyal tür için dışlanmanın ölüme sebebiyet vereceğinin altını çiziyor. Bu nedenle insanlar dışlanmaya karşı bu denli duyarlıdır. Dışlanma tehlikesi baş gösterir göstermez etrafımızdakilere karşı aşırı uyanık hale geliriz ve insanlarla etkileşime geçip grupla yeniden yakın ilişki kurma fırsatını ararız.[22] Dışlanmış bireyler grupla yeniden uzlaşma olasılıklarını artıracak davranışlara girişirler. Daha çok benzemeye, istekleri yerine getirmeye, emirlere boyun eğmeye ve hak etmeyen kişilerle bile işbirliği yapmaya yatkın olurlar. Bizi diğerleriyle uzlaştırdığı ölçüde, açıkça haksız olanlara bile yaltaklanırız.

Bu yanaşma stratejisi başarısız olursa dışlanmış bireyler yöntem değiştirir ve sevimli olmaktan kızgın ve saldırgan olmaya dümen kırarlar. "Bana bakın, ben ilgiye değer biriyim ve görünmez değilim, lanet olsun size!" Artık sevilmek yerine, dikkate alınmak için güçlerini başkaları üzerinde kullanmakla ilgilenirler. Dışlanmış kişiler, dışlanmalarıyla ilgileri olsun ya da olmasın insanlara karşı daha az yardımsever, daha çok saldırgandır. Örneğin bir deneyde, dışlanmış bireyler intikam almak için konuyla ilgisiz, masum birine, onun acıdan nefret ettiğini bilmelerine rağmen, normalden beş kat daha fazla acılı sos verdiler.[23] Okullardaki silahlı saldırıların ya da ölümle sonuçlanan cinnetlerin pek çoğu sosyal olarak dışlanmış

20. K. D. Williams ve S. A. Nida, "Ostracism: consequences and coping", *Current Directions in Psychology*, 20, 2011, s. 71-75.

21. M. Gruter ve R. D. Masters (Der.), "Ostracism: A social and biological phenomenon", *Ethology and Sociobiology*, 7, 1986, 149-395.

22. K. D. Williams, "Ostracism: A temporal need-threat model", M. Zanna (Der.), *Advances in Experimental Social Psychology*, Academic Press, New York, 2009, s. 279-314.

23. W. A. Warburton, K. D. Williams ve D. R. Cairns, "When ostracism leads to aggression: The moderating effects of control deprivation", *Journal of Experimental Social Psychology*, 42, 2006, s. 213-220.

hisseden bireylerle ilgilidir. Okullardaki silahlı saldırganların günlüklerine dayanan çözümlemeler, incelenen on beş olaydan on üçünde faillerin dışlanmanın kurbanı olduğunu göstermiştir.[24] Tabii ki her dışlanan silahlı saldırı yapacak kadar ileri gitmez ama dışlanma kalıcı olursa dışlanmış bireyler en sonunda yabancılaşma ve değersizleşme yaşayacaklardır. Sıklıkla kendilerini toplumdan ayrı tutacak, derin bir bunalıma girecek ve intiharı düşüneceklerdir. İnsan olarak hepimiz ait olma ihtiyacı duyarız.

ÇETEME KATILMAK İSTER MİSİN?

Seçkin bir Beverly Hills sosyal kulübüne gönderdiği istifa telgrafında Groucho Marx şöyle yazar: "Lütfen istifamı kabul edin, benim gibi insanları üye kabul eden hiçbir kulübe ait olmak istemiyorum."[25]

Hoşumuza gitsin ya da gitmesin hepimiz kulüplerin üyeleriyiz. Sosyal hayvanlar olarak başkalarıyla birlikte olmaktan kendimizi alamayız. Bir ailesi olmayanların bile yaşamlarında önemli kişiler vardır. Arkadaşlar, dindaşlar ve hatta hemşeriler. Sonuçta hepimiz büyük bir kulübün üyesiyiz: insan türünün. Hiçbir erkek ya da kadın tamamıyla kendi kendine yetemez. Şüphesiz aramızda başkalarıyla olmayı reddeden ve bir münzevinin izole yaşamını arayanlar da var. Ama bu bir norm değildir. Tuhaf olanlar mevcut ama çoğumuz ait olmak isteriz. Derinlerde bizi başkaları tarafından onaylanmaya iten bir dürtü vardır.

Bazı grupların yaş, cinsiyet, ırk, boy ve milliyet gibi ne istediğimizden bağımsız, sabit koşulları vardır. Bazen bunları değiştirmeye çalışır, yaşımız hakkında yalan söyler, karşı cinsin kıyafetlerini giyer, estetik ameliyat olur, yüksek topuklu ayakkabılar giyer veya başka bir ülkenin vatandaşlığına geçeriz. Yaşamımız boyunca başka gruplara, özel arkadaşlık toplulukları-

24. M. R. Leary, R. M. Kowalski ve L. Smith, "Case studies of the school shootings", *Aggressive Behavior*, 29, 2003, s. 202-214.

25. G. Marx'ın aktardığı biçimiyle Beverly Hills Friar's Club'a gönderilen telgraf, *Groucho and Me*, B. Geis, New York, 1959, s. 321.

na, jet sosyeteye, yetenekliler takımına, aydın takımına, önemli kişiler sınıfına girmeye can atarız. Bazılarımız ise istemedikleri gruplarda, fakirler, eğitimsizler, suçlu ya da uyuşturucu bağımlıları içinde yer alırlar. İnsanlar doğal olarak bunların içinde yer almayı seçmez ama hepimiz hoşumuza giden veya gitmeyen grupların üyeleriyizdir. Dahası insanları kategorize etmek doğamızda var. Bu biçimde sınıflandırılmak istemeyenler bile bir grup oluştururlar: toplum dışı ve aykırı tipler grubu.

İnsanları kategorize ederiz çünkü bu sayede geldikleri yeri öğreniriz ve yabancılarla çok daha iyi başa çıkarız. Kategorize ettiğimizde, nasıl tepki verileceğini çözmeye çalışarak çok fazla zihinsel çaba sarf etmekten kurtulur ve çok daha hızlı davranırız. Bu, beynin genel ilkelerinden biridir: gelecek karşılaşmalara hazırlıklı olmak için deneyimleri özetleme eğilimli. Bu büyük ihtimalle yaşamın yükünü ve sürekli gelen talepleri daha iyi karşılamak için geliştirdiğimiz evrimsel bir adaptasyondur. Birini bir gruba ait olarak tanımladığımızda o grup için sahip olduğumuz tüm sterotiplerimiz tetiklenir ki bu da dolayısıyla o insana nasıl davranacağımızı belirler. Sorun şu ki bu sterotipler o kişinin karakteristik özellikleri söz konusu olduğunda doğruluktan ve bütünlükten gayet uzak olabilir.

Bu sterotipler önyargılar tarafından olduğu gibi başkaları tarafından da manipüle edilebilir. Bu da hepimizin önyargılı olmaya meyledebileceği anlamına gelir. Bir öğrenme deneyinde katılımcılar, öğrencileri acı veren bir cezaya çarptırmak zorundaydılar ve kendilerine acının düzeyini ayarlama izni verilmişti.[26] Deneyden önce araştırmacılardan birinin öğrencileri "hayvan" olarak nitelediğini duyan katılımcılar daha ciddi cezalar vermeyi seçtiler. Başkalarının düşüncelerinden etkilenmişlerdi. Pek çoğumuz sınıflandırılmaktan nefret ettiğimizi söyleriz ama gerçek şu ki insanları yaftalamak ve yaftalanmak bizim doğamızda var ve bu süreç başkalarının ne

26. A. Bandura, B. Underwood ve M. E. Fromson, "Disinhibition of aggression through diffusion of responsibility and dehumanization of victims", *Journal of Research in Personality*, 9, 1975, s. 253-269.

düşündüğüyle çok yakından ilgilidir. Karar verirken düşündüğümüzden daha az kendimizden eminiz. Pek çoğumuzun diğer insanları değerlendirişi bireysel görüşüne değil grup mutabakatına dayanır.

Ait olduğumuz gruplar bizi tanımlar lakin sürekli olarak gruplara girer çıkar, onları çoğaltır ya da değiştiririz. İnsanlar şüphesiz ki grupların kolektif gücünden, kaynaklarından ve dayanışmasından yararlanır ancak üyelik aynı zamanda bir öz kimlik duygusu geliştirmek için de zorunludur. Bir gruba ait olmak benliğimizi şekillendirir çünkü biz otomatik olarak diğer grup üyeleriyle özdeşleşiriz. Bunu bir zamanlar bölüm başkanımız olan Henri Tajfel gibi sosyal psikologlar sayesinde biliyoruz. 1960'larda Bristol'e gelmeden önce, İkinci Dünya Savaşı sırasında Almanlar tarafından esir alınıp savaş mahkûmu olduğunda grupların gücüne tanıklık etmişti. Aslında bir Polonya Yahudisiydi ama kişiliğinin bu yanını Alman gardiyanlardan gizledi. Savaştan sonra Tajfel yaşamını grup psikolojisini anlamaya adadı. Şu an klasik sayılan çalışmasında yazı tura atılarak keyfi biçimde iki gruba ayrılan erkek öğrencilerin birbirlerine olan davranışlarında değişme olduğunu gösterdi.[27] Aynı grupta olan üyeler veya "grup içindekiler" birbirlerine karşı olumluydular ve kaynakları paylaştılar ama diğer grubun üyelerine yani "grup dışındakilere" karşı düşmanca davrandılar, bunlar sınıf arkadaşları olsa dahi.

GÖZÜNDEKİ NEDİR, KARDEŞ?

Aslında Tajfel'in çalışması ondan birkaç yıl önce ABD, Iowa'da Orta Amerikalı bir üçüncü sınıf öğretmeni olan Jane Elliot tarafından öncelenmişti.[28] Sınıf, 4 Nisan 1968'de suikasta uğrayıp öldürüldüğü haberinin üzerine ayın Amerikalısı konusunda yurttaş hakları hareketi lideri Martin Luther King Jr.'ı

27. H. Tajfel, M. G. Billig, R. P. Bundy ve C. Flament, "Social categorization and intergroup behaviour", *European Journal of Social Psychology*, 1, 1971, s. 149-178.

28. W. Peters, *A Class Divided, Then and Now*, Yale University Press, New Haven, 1987, genişletilmiş baskı.

işliyordu. Çocukların ayrımcılıkla ilgili çok az deneyimi vardı ve birinin o ayın adamını, Martin Luther'i neden öldürmek isteyebileceğini anlayamıyorlardı. Ertesi gün Elliot ayrımcılık hakkında bilgi vermek için cesur bir sınıf projesi tasarladı. Öğrencilere mavi gözlülerin kahverengi gözlülerden daha üstün olduklarına dair güçlü kanıtlar olduğunu söyledi.

Bunu bildirdikten sonra Elliot mavi gözlü öğrencilere daha uzun teneffüsler ve yemek kuyruğunda önde olmaları gibi ayrıcalıklar tanıdı. Ama ertesi gün yanıldığını ve aslında kanıtların kahverengi gözlülerin daha üstün olduğunu gösterdiğini söyledi. Bu rollerin tersine dönüşü de aynı sonuçları üretti. Her iki durumda da daha üstün oldukları kabul edilen öğrenciler diğer öğrencilerin daha az değerli olduklarını düşünüp onlara düşmanca davranırken, daha aşağı kabul edilen öğrenciler görünüşte ve davranışta gerçekten de daha aşağı öğrenciler haline geldiler, sınavlarda da daha düşük notlar aldılar. Sırf bir gruba ait olmak kendinizi ve grubunuzda olmayanları nasıl gördüğünüzü etkiler. Aslında grubumuzda olmayanlarla yaptığımız karşılaştırmalar kim olduğumuzu tanımlamak açısından yararlıdır. Kimliğimizi bu biçimde formüle ederiz: bizim gibi olmayanlara odaklanarak. Sorun şu ki diğerlerine odaklanarak kendi kusurlarımızı gözden kaçırırız. İncil'de Matta (7:3) küçük kusurlardan söz ederken bizi uyarır: "Peki neden kardeşinin gözündeki çöpü görürsün de kendi gözündeki merteği dikkate almazsın?"

Sosyal kimlik teorisi, insanların kendilerini dönem dönem değişebilen farklı grupların hiyerarşisi içinde gördüklerini kanıtlayan, on yıllar boyunca sürdürülen araştırmalar sonucunda ince elenip sık dokunmuş ve arındırılmıştır. Şüphesiz koşullardaki değişiklikler gruplarla olan ilişkilerimizi de değiştirir. Evlenirsek, çocuk sahibi olursak ya da sakatlanırsak doğal olarak ait olduğumuz grup da değişir. Çünkü yaşamlarımız boyunca farklı konumlar –çocuk, genç, çalışan, ebeveyn– ediriz, çoğumuz kendisini birden fazla konumda sayar. Çoğu kez grup üyeliğini özsaygımızı destekleyen bir şey olarak gö-

rür, birey olarak kimliğimizi daha geniş bir ortaklığın parçası olduğumuzda algılarız. Bu, her ne kadar tüm kültürlerde ihtiyaç duyulmasa da birey olma arzusu ile başkalarıyla yan yana olma ihtiyacı arasında kurmaya çalıştığımız hassas bir dengedir[29]. Çoğu insan zihnini tanıdığına ve bir grupla özdeşleşmeye karar verip vermeyeceğinin gerçekten de kendisine kalmış olduğuna inanır. Ama sosyal psikoloji alanında bu düşüncenin safça olduğu, beğensek de beğenmesek de grubun gücüne karşı çok duyarlı olduğumuz ortaya konmuştur.

UYUM

Görme yetiniz nasıldır? Şekil 7'ye iyice bir bakın ve A, B, C çizgilerinden hangisinin soldakiyle aynı olduğuna karar verin. Bu ciddi görme sorunu olmayan biri için çok kolay bir soru ve herkesin B yanıtını vereceğini tahmin edersiniz. Ama bu etrafınızdakilerin yanıtına da bağlıdır.

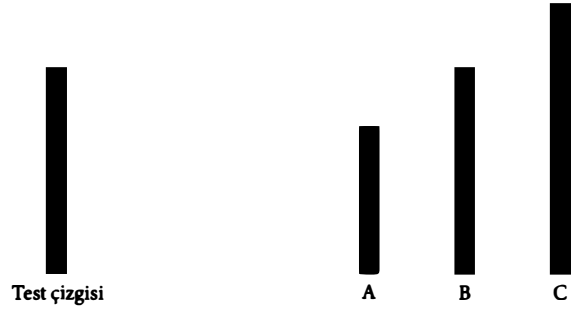
Grupların gücüyle ilgili kabul edilen en önemli çalışmalardan birinde[30], Solomon Asch sekiz katılımcıyı bu çizgi testine soktu. Kartları gösterdi ve her birine hangi çizginin test çizgisiyle eşleştiğini sordu. Aslında tek bir denek vardı çünkü diğer yedisi deney için işbirliği yapıyordu. İlk iki denemede her şey hilesizdi ve herkes test çizgisiyle uyuşan çizgi konusunda hemfikirdi. Ama üçüncü denemede işbirlikçiler C yanlış yanıtını verdiler. Gerçek denek deney arkadaşlarına hayretle baktı. Kör müydü bunlar? Sıra ona geldiğinde ne yanıt verecekti? Ortalama olarak her dört denekten üçü deney arkadaşlarıyla aynı yanıtı yani yanlış yanıtı verdi. Hiçbiri birdenbire kör olmamıştı sadece dışarıda kalmamak için gruba uyum sağlamışlardı. Tüm katılımcılar doğru yanıtı biliyordu ama yanlış yanıtı verenlerin hiçbiri farklı görünmek istemedi. Dışlanmak istemediler ve bundan dolayı grubun ortak kararına uydular.

29. M. B. Brewer, "The social self: On being the same and different at the same time", *Personality and Social Psychology Bulletin*, 17, 1991, s. 475-482.
30. S. E. Asch, "Studies of independence and conformity: 1.A minority of one against a unanimous majority", *Psychological Monographs: General and Applied*, 70, 1956, s. 1-70.

Peki ya kanıtları değerlendiren bir jürininki gibi, bu kadar açık olmayan durumlara ne demeli? Sidney Lumet'in grup psikolojisinin gücünü tasvir eden, 1957 yapımlı *Twelve Angry Men* (12 Kızgın Adam) adlı filminde Henry Fonda jürinin farklı görüşteki tek üyesi olarak yalnız kalır. Hispanik bir genç babasını öldürmekle suçlanır ama Fonda diğer jüri üyelerini adım adım, görgü tanıklarının tanıklıklarının yalnızca güvenilmez olmadığına, aynı zamanda yanlış da olduğuna ikna eder. Bu film sahte anılarla ilgili deneyler yürütülmeden önce yapıldı. Film ilerledikçe bağlılıkların değiştiğini görürüz çünkü Fonda jüriyi her bir üye üzerinden kazanmaya çalışır. Film uyum sağlama ve grup kararının gücünün dramatik bir tasviridir. Uyum sağladığınızda, davranışınızı şekillendiren grubun gücü ya da grup üyelerinin baskısından ziyade kabul edilme arzunuzdur. Uyum sağlama ihtiyacı öyle güçlüdür ki sizi şekillendirir ve kelimenin tam manasıyla düşünme biçiminizi değiştirir. Diğer deyişle, gruba uyum sağladığınızda yalnızca kamusal boyun eğme söz konusu değildir; grup normlarının gerçek kişisel onayı da söz konusudur. Örneğin müzik ya da yüzlerin çekiciliğiyle ilgili oylama yapılması istendiğinde[31], kişinin ve grubun beğenileri arasındaki uyuşmazlık, sosyal kavrama ve ödül değerlendirmeyle ilişkili beyin bölgelerindeki aktivasyonu tetiklenir. Ama fikir birliğine kavuşur kavuşmaz sabit fikirli oluveririz. Asch'in çizgi testindeki etkiyi kayda değer biçimde azaltmak için gereken tek şey doğru yanıtı verecek başka bir muhaliftir. Bizim gibi farklı düşünen biri bize eşlik ettiğinde artık tek başımıza değilizdir, yeni bir grubun parçasıyızdır. Aynı şey *12 Kızgın Adam* filminde de ortaya çıkmıştır. Düşüncelerimizi paylaşan başkalarını ararız çünkü sayılarda güç vardır. Bu aynı zamanda baskıcı rejimlerin herhangi bir direnişi ortaya çıkar çıkmaz bastırmasının nedenlerinden biri-

31. D. K. Campbell-Meiklejohn, D. R. Bach, A. Roepstorff, R. J. Dolan ve C. D. Frith, "How the opinion of others affects our valuation of objects", *Current Biology*, 20, 2010, s.1165-1170; J. Zaki, J. Schirmer ve J. P. Mitchell, "Social influence modulates the neural computation of value", *Psychological Science*, 22, 2011, s. 894-900.

dir. Eğer izole ve güçsüzsek otoriteye daha kolay boyun eğeriz ve direnmeye daha az yatkın oluruz. Tarih, otoriter rejimlerin acımasız ve vahşi eylemlerle insanları boyunduruk altında tutabildiğini ama muhalefeti bastırmak için emirleri kayıtsız şartsız yerine getirecek kişilere ihtiyaç duyduğunu gösterir. Grubun gücünün, doğasını değiştirmek için bireyi manipüle edebildiği yer burasıdır. Burası iyi huylu insanların canavara dönüştüğü yerdir.



Şekil 7: Asch'in uyum sağlama testi. A, B, C çizgilerinden hangisi test çizgisiyle aynıdır?

LUCİFER[32] ETKİSİ

Kendinizi, kötü biri olarak görür müsünüz? Başka bir insana veya savunmasız bir hayvana acı çektirip, eziyet edebilir misiniz? Aşağıdakilerden birini yapabilme ihtimalinizi düşünün:

- Öldürene dek bir insana elektrik vermek
- Bir köpek yavrusuna işkence etmek
- Ölümcül dozda ilaç vermek
- Bir iş arkadaşınızı çırılçıplak soyup bir başka iş arkadaşınızla cinsel ilişkiye zorlamak

Çoğu okur bu ifadelerden dolayı dehşete düşer. Bununla birlikte Stanford Üniversite'sinden Phil Zimbardo *The Lucifer*

32. Hristiyanlıkta şeytanı betimlemek için kullanılan adlardan biri. (ç.n.)

Effect [Lucifer etkisi][33] adlı son kitabında, zehirli bir ortamda tutularak iyi insanların nasıl kötü insanlara dönüştürülebileceğini konu edinir ve bizi yeniden düşünmeye zorlar. Zimbardo, istediğimiz kadar bunları asla yapamayacağımızı söylesek de ikna edici bir şekilde hepimizde listedeki aşağılık eylemleri yapma potansiyeli olduğunu söyler. Böyle düşünmemizin nedeni özünde iyi olduğumuza ve yalnızca kötü insanların bunları yapabileceğine inanmamızdır. Tüm hukuk sistemi insanların ahlaki seçimlerinden sorumlu olduğu varsayımına dayanır. Ama Zimbardo içinde bulunduğumuz koşulların ve çevremizdeki kişilerin nasıl davranacağımızı belirlediğini öne sürer. Benlik yanılgımızın çekirdek bir ahlaka sahip olduğunu düşünsek bile bu çevremizdeki kişilerin insafına kalmıştır.

Popüler keçi sakallı şeytan imgesini az çok andıran Zimbardo, 1971'de, gardiyan ve mahkûmları canlandıran sıradan öğrencilerle gerçekleştirdiği bir hapishane simülasyonunun sonuçlarını araştırdığı ünlü Stanford Hapishane Deneyi'yle bilinir. Deney, Stanford Psikoloji bölümünün geçici olarak hapishaneye dönüştürülmüş bodrum katındaki canlandırmanın etkileri üzerine yapılan iki haftalık çalışmaydı. Tajfels'in Bristol'daki erkek öğrencilerle yaptığı çalışmada olduğu gibi gönüllüler yazı turayla bölündüler. Gönüllü öğrencilerin yarısı gardiyan yarısı da onların mahkûmları olacaktı ve 14 gün boyunca, her gün için 15 dolar kazanacaklardı. Çoğu iki hafta boyunca aylaklık ederek kolay para kazanacaklarını düşündü. Ama deneyde olanlar katılan herkesi şoke etti ve kötülüğün psikolojisine ilişkin literatürde, şu an insan zalimliğinin pek çok inanılmaz örneğini açıklayan önemli bir iz bıraktı.

Gerçeğe uygun olsun diye mahkûmlar bir pazar günü gerçek polisler tarafından kelepçelenip tutuklandılar, gözleri bağlı biçimde hapishaneye götürüldüler ve orada çırılçıplak soyunup külotsuz önlükler giydiler. Bu aşağılanmanın sadece başıydı. Daha sonra aynalı gözlük takan üniformalı arkadaşları

33. P. Zimbardo, *The Lucifer Effect: How Good People Turn Evil*, Random House, Londra, 2007.

yani "gardiyanlar" onları karşıladı. Koridorun aşağısındaki tuvalete gitmek istediklerinde başlarına poşet geçirilerek dışarı çıkarıldılar. Gardiyanlar onlara hatırlamak zorunda olduklarını ve yerine getirmezlerse cezalandırılacakları uzun bir kural listesi verdi. Kısa bir süre sonra kötü şeyler olmaya başladı. Tutuklulara kesinlikle zarar vermemeleri bildirilmiş olmasına rağmen gardiyanlar tutuklulara eziyet etmeye, bu baskıcı atmosferde gittikçe kontrolden çıkmaya ve tutuklular ise psikolojik olarak yıpranmaya başladı.

Bu durum, bilimsel açıdan heyecan vericiydi. Herkes projenin gerçek olmadığını bilse de durum gerçek bir zulüm ve eziyete dönüştü. Ahlakın bu kadar hızlı ve kolay biçimde bozulmasından heyecanlanan Zimbardo, öncelikle projeyi gözlemeyen bilim insanı olarak ve aynı zamanda hapishaneden sorumlu denetçi olarak ileri gitti. Kendi hayali hikâyesine dalmış bir oyuncu haline geldi.

Zimbardo'nun kız arkadaşı ve başka bir psikoloji profesörü olan Christina Maslach deneyin nasıl gittiğini görmek için hapishaneyi ziyaret ettiğinde gördüklerinden dolayı şoke oldu. Zimbardo'ya, "Bu çocuklara yaptığın korkunç bir şey" dedi. Bunun sonucunda aralarında hararetli bir tartışma başladı. Maslach daha sonra durumu şöyle anacaktı: "Phil, olduğunu sandığım kişiden çok farklı görünüyordu. Sevdiğim adamdan farklı biriydi." Zimbardo şirazeden çıkmıştı. Yarattığı zulmü göremiyor gibiydi. Altı gün sonra büyük oranda Christina'nın sayesinde deneyi sonlandırdı. Ertesi yıl Christina'yla evlendi.

Stanford Hapishane Deneyi, sonraki kırk yıl boyunca hem insanları o duruma sokmanın etik olup olmaması hem de yorumlanması bakımından tartışmalı bir deney olarak kaldı.[34] Zimbardo göre şeytan, kimliğin belirsizliğindeyken, diğerleri tüm yaşananların role kendini aşırı kaptırmak olduğunu iddia ediyor. Bu bir dereceye kadar doğru olabilir. Belki öğrencilerin bazıları aynı aynalı güneş gözlüklerini takan ve sadistçe davra-

34. S. Reicher ve S. A. Haslam, "Rethinking the psychology of tyranny: The BBC prison study", *British Journal of Social Psychology*, 45, 2006, s. 1-40.

nan gardiyanlar *Cool Hand Luke* (Parmaklıklar Arkasında) filmi gibi çok fazla hapishane filmi izlemişlerdi.[35] Hatta gardiyan rolündeki öğrencilerden biri hapishane memuru tipine uygun olarak Güneyli aksanını benimsemişti. Hapishane görevlilerinin ve mahkûmların ne yapması gerektiğini düşünüyorlarsa öyle davranmışlardı. Tümü canlandırma olmuş olsa bile canlandırma ve gerçeklik arasındaki farkın ne olduğu yanıt beklemektedir. "Korkunç birini canlandırıyorum ama gerçekte bu ben değilim" demek ne anlama gelir? Gerçek ben ya da benlik nedir?

BEYAZ ÖNLÜKLÜ ADAM

Bazıları Stanford Hapishane Deneyi'nin gerçekliğini sorguladı. Gerçek otoritenin varlığı durumunda ne olurdu? Stanley Milgram'ın çalışmasının odaklandığı kısım burasıydı. Milgram, Solomon Asch'in araştırma asistanlarından biriydi ve 1960'ların başında hocasının çalışmasını daha da ileriye taşımak istedi. En kötü üne sahip psikoloji çalışmalarından biri haline gelmiş olan çalışmasında Milgram, uyum sağlama mutlak itaate dönüştüğü zaman otoritenin ne denli güçlü olacağını gösterdi.[36]

Her şey prestijli Yale Üniversitesi'nde öğrenme ve cezalandırmayla ilgili yapılacak bir deney için gönüllülerin arandığını ve deneyde yer alınan her gün için 4 dolar ödeneceğini belirten basit bir duyuruyla başladı. Gönüllülerin her biri laboratuvara gittiğinde, beyaz bir laboratuvar ceketi giyen bir araştırmacı ve başka bir katılımcı gibi tanıtılmakta olan otuz yaşlarındaki eğitimli bir aktörle tanıştı. Sözde rastgele bir kararın ardından araştırmacı katılımcının öğretmen, aktörün de öğrenci görevini yerine getireceğini açıkladı. Aktör başka bir odaya geçti ve öğretmenin öğrenciye sözcükleri dahili bir telefonla okuyacağı açıklandı. Öğrenci daha sonra duyduğu sözcükleri tekrarlaya-

35. *Cool Hand Luke*, 1967, Yön. Stuart Rosenberg, Warner Brothers.
36. S. Milgram, "Behavioral study of obedience", *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 67, 1963, s. 371-378.

caktı. Öğrenci bir hata yaparsa öğretmen bir düğmeye basarak öteki odadaki öğrenciye bir elektrik şoku uygulayacaktı. Elektrik şokunun 15 volt ile 450 volt arasında 15 voltluk artımlarla değişen dereceleri vardı. Her derecenin bir de açıklaması vardı: Başlangıç düzeyi "hafif", 150 voltluk 10. derece "güçlü", 195 voltluk 13. derece "çok güçlü", 255 voltluk 17. seviye "şiddetli", 315 voltluk 21. seviye "aşırı şiddetli", 375 voltluk 25. seviye "tehlikeli, aşırı şok" olarak belirtilmişti. 435 ve 450 voltluk son iki seviye ise yalnızca pek hayra alamet olmayan, ürkütücü "XXX" ifadesiyle belirtilmişti. Elektrik şokuyla ilgili fikir edinebilsin diye öğretmene 45 voltluk, 3. seviyeden, karıncalanma hissi uyandıran gerçek bir elektrik şoku verildi.

Deney çok iyi başladı çünkü öğrenci sözcükleri doğru biçimde tekrarlıyordu. Ama öğrenci hata yapmaya başladığında beyaz önlüklü adam öğretmene cezalandırıcı şoklar uygulaması talimatını verdi. Yan odadaki aktör tabii ki gerçek elektrik şokuna maruz kalmıyordu ama ondan beklenildiği üzere cezanın artan şiddetine uygun olarak son derece üzücü ve gerçekçi bir performans sergiliyordu. Başta şokların canını acıttığından şikâyet etti. Ama şoklar gittikçe daha acı verici hale geldi. Cezanın voltajı yükseldikçe çığlıklar da yükseliyordu. Hemen sonra öğrenci öğretmene kalp hastalığı olduğunu söyleyerek yalvarıyordu. Öğretmen katılımcılardan pek çoğu devam etmeye karşı çıktı ama beyaz ceketli adam duygusuz bir biçimde, "Lütfen, devam edin" diye yanıtladı. Bu noktada öğretmenler bariz biçimde rahatsız ve üzgündü, titriyor ve terliyorlardı ama yine de devam ettiler. Yan odadan gelen ses kesildiğinde ve ceza seviyesi 300 volta ulaştığında bile öğretmenlere öğrencinin yanıtının yanlış olduğu ve cezayı artırmaları gerektiği söylendi.

Böyle bir durumda ne yapardınız? Milgram deneye başlamadan önce kırk psikiyatristle bir panel düzenledi ve onlara halktan kişilerin bu durumda ne yapacaklarını tahmin ettiklerini sordu. İnsan psikolojisi üzerine uzmanlar olarak %1'den daha azının böyle bir deneyi sonuna kadar götürebileceğini

kabul ettiler. Ne kadar yanılabilirlerdi ki? Oysaki her üç kişiden ikisi deneyi sonuna kadar götürdü. Beyaz önlüklü bir adamın isteği üzerine bir insanı öldürmeye hazırdılar.

Belki de katılımcılar tüm bunların bir hile olduğunu ve kimsenin incinmediğini biliyordu. Ama bundan şüpheliyim. Deneyin ilk kayıtlarını izledim. Öğretmenlerin bariz huzursuzlukları kadar ölümcül şokları yönetmeye razı olmaları da izleyen için rahatsız ediciydi. Günümüzde, etik bakımdan kesinlikle onaylanmayacak olan daha sonraki bir çalışmada araştırmacılar, köpek yavrularına gerçek elektrik şoku vererek neredeyse aynı deneyi tekrarladılar.[37] Bu kez rol yapan yoktu. Ölümcül şoklar uygulanmamasına ve uygulanan voltajların öğretmenin uyguladığını düşündüğü voltajlardan daha düşük olmasına karşın, hayvanlar gerçekten ve görünür biçimde açı çekiyordu. Erkek öğretmenlerin yarısı maksimum cezaya kadar devam etti ve şaşırtıcı biçimde kadın öğretmenlerin tümü maksimum şokları verme emrine itaat etti.

Otoriter figürün aynı odada olması bile zorunlu değildir. Bir hastanede gerçek hemşirelerle yapılan başka bir deneyde[38] katılımcılara bilinmeyen bir doktordan telefon gelir. Doktor vizite listesindeki bir hastaya Astrogen ilacından 20 ml vermelerini söyler. İlacın üstündeki etikette normal dozun 5 ml olduğu ve 10 ml'den fazla kullanılmaması gerektiği yazmaktadır. Biri hariç yirmi iki hemşeriden hepsi maksimum dozun iki katını verir. Bu çok eski bir deneydir ve yıllar içinde talimatnameler bu tip bir mutlak itaati kesin olarak önlemek amacıyla değişmiştir. Ama Zimbardo deneyine ait kanıtlar, hiyerarşik bir kurumda çalışan insanların, yanlış olduklarını bilseler dahi üstlerinden gelen emirlere boyun eğişlerini gösteren daha yeni örneklerdir.

37. C. L. Sheridan ve R. G. King, "Obedience to authority with an authentic victim", *Proceedings of the Annual Convention of the American Psychological Association*, 7:1, 1972, s. 165-166.

38. C. K. Hofling, E. Brotzman, S. Dalrymple, N. Graves ve C. M. Pierce, "An experimental study in nurse-physician relationships", *Journal of Nervous and Mental Disorder*, 143, 1966, s. 171-180.

İşyeri dışında otorite gücünün en belirgin kanıtı güvenlik güçleridir. Çoğunluğumuz, üniformalı adamlar arabamızı sağa çektiğinde uysallaşırız. Kendimden biliyorum. Mutlak itaate ilişkin inanılmaz bir hikâyede, Zimbardo 1990'ların sonu ve 2000'lerin başı tüm ABD'deki *fast-food*larda gerçekleşen altmış cinsel istismar vakasından birindeki uzman tanıklığını anlatır. Tipik bir dolandırıcılık olayında, telefonla arayan biri müdür yardımcısıyla görüşmek ister, sonra ona bir polis olduğunu, yeni çalışanlardan birinin para çalmakta ve uyuşturucu saklamakta olduğunu söyler. Müdür yardımcısından polis restorana gelirken çalışanı tutup vücut araması için işbirliği yapmasını ister. Tabii ki arayan polis değil yöneticiden yaptığı mahrem aramayı telefonda ayrıntısıyla anlatmasını isteyen bir sapıktır. Zimbardo'nun dahil olduğu vakada sırf "kanun" sandıkları ama tanımadıkları biri telefonda öyle yapmalarını söyledi diye dehşete düşmüş on sekiz yaşındaki görevli kız çırılçıplak soyunmuş ve başka bir iş arkadaşıyla oral seks yapmaya zorlanmıştı.[39]

KÖTÜLÜĞÜN SIRADANLIĞI

Uyum sağlama ve boyun eğmeyle ilgili araştırmaların pek çoğu Nazi Toplama Kampları zulmünün yaralarının hâlâ sarıldığı bir dönemde yürütülmüştür. Asch, Milgram ve Zimbardo, Holokost'un nasıl mümkün olabildiğini anlamaya çalışan Yahudi kökenli Amerikalılardı. Tüm dünyanın yanıtını bilmek istediği soruydu bu. Bugün bile hâlâ aynı soruları soruyoruz. Sıradan insanlar başkalarına nasıl böyle bir zulüm uygulayabilir?

Belki de Milgram'ın deneyleri otoriterliğin dünyayı yönettiği bir dönemin ürünüydü. Biz bugün çok daha özgür ve Watergate sonrasında kokuşmuş otorite gücüne karşı daha uyanığız. Ama ABD'de, 2007'de, *ABC News* kanalındaki *Primetime* TV şovu, kırk erkek ve kadının en yüksek şok seviyesini uygulayıp

39. Üst arama dalaveresi ve Zimbardo'nun müdahilliği kendi kitabı olan *Zimbardo*'da (2007) belgelenmiştir.

uygulamayacağını görmek için Milgram deneyini tekrarlamaya karar verdi.[40] Yine her üç katılımcıdan ikisi, beyaz önlüklü adama deneyin sonuna kadar itaat etti. Diğerlerinin etkisine direnebileceğimize inanırsak kendimizi kandırırız. Hepimiz işkence aletleri olabiliriz.

İnsanların diğer insanlara eziyet ettikleri örneklerden birini her duyduğumuzda hâlâ insanların nasıl olur da bu kadar kötü olabileceğini sorarız. Örneğin ABD özel askerleri tarafından Irak'taki mahkûmlara Ebu Garib'de gösterilen davranış şoke ediciydi. 2004'te Iraklı çıplak erkek mahkûmlardan oluşan insan piramidi resimleri tüm dünya basınında yer aldı. ABD'li gardiyanlar kurbanlarının yanında sırıtıyor, başparmaklarıyla "tamam, oldu bu iş" işareti yapıp zafer anlarının fotoğraflarını çektiriyorlardı. Fotoğraflar ayrıca bir kutu üstüne çıkarılmış, kolları uzatılmış, kukuleta giydirilmiş ve düşerse parmaklarına bağlı sahte kablolarla elektrik verileceği söylenen mahkûmlara uygulanan psikolojik işkenceyi de gözler önüne serdi. Fotoğraflar Zimbardo'nun hapishane deneyindeki kukuletalı mahkûmlarla şaşırtıcı bir benzerlik gösteriyordu. Bazı mahkûmlar kadın kıyafeti giymeye ya da diğer erkek mahkûmlarla oral seks taklidi yapmaya zorlandı. Tüm bu görüntüler, zamanında Saddam Hüseyin'in muhaliflerine işkence yapmak için kullandığı Ebu Garib Hapishanesi'nde, koalisyonun özgürlük götüren ordusunun işgali altında, insanlığın sadistçe davranış geleneğinin sürdüğünü gösterdi.

ABD'li generaller başta, saygıdeğer orduya sızmayı başarmış birkaç dengesizin, sadistin, çürük elmanın işi olduğunu söyleyip skandalı başlarından savmaya çalıştı. En rahatsız edici görüntüler genç bir kadın gardiyana, çıplak bir mahkûmu köpek tasmasıyla yerde sürüklerken sırıtan er Lynndie England'a aitti. Lynndie England'ın yetiştirilme koşullarında onun sadist olduğunu akla getirecek sıra dışı hiçbir şey yoktu. Eski hocalarından biri onu "görünmez" diye tarif etmişti. Tersine, görü-

40. C. Borge, "The science of evil", *Primetime*, ABC News, 3 Ocak 2007. http: // abcnews.go.com/Primetime/story? id=2765416andpage=1

nüşe göre Lynndie England diğerlerini takip etmiş, işkenceyi başlatan ve fotoğrafların birçoğunu çeken sevgilisi Charles Garner'ın etkisi altında kalmış basit bir kadındı. Ama yirmi yaşındaki England'ın gülümseyen meleksi yüzü sonsuza dek zulümlerle ilişkilendirilecek, Garner'ınki değil.[41]

Kötülükle ilgili en rahatsız edici şey belki de budur. 1960'ların başında *New Yorker* dergisi tarafından Adolf Eichmann'ın savaş suçları davasını yazmakla görevlendirilmiş olan filozof Hannah Arendt, Eichmann'ın ne sapkın ne de sadist sadece "son derece ve korkunç bir şekilde normal" olduğunu belirtmişti. Öyle görünüyor ki sıradan insanlar sıra dışı suçlar işlemişlerdi. Benliğin, savaşın ve çatışmaların ortaya çıkardığı gaddarlığa teslim oluşu ve insanların genelde başkalarının istemlerine direnme yetisinden yoksun oluşu onun deyimiyle, "kötülüğün sıradanlığı"nın kanıtları gibiydi.[42]

BUKALEMUN İNSAN

Bu çalışmalarda grupların gücü dikkate alındığında, 1960'ların ve 70'lerin uyum ve itaat deneylerine katılan birinin davranışlarından tamamen habersiz olması imkânsızmış gibi görünüyor. İnsanlar gerçek hayatta Zimbardo'nun tanımladığı mutlak itaat örneklerindeki davranışlarının da farkındadır. Sadece davranışlarından dolayı sorumluluk hissetmezler. Benlik yanılsamalarına hâlâ inanıyor olabilirler, isteseler aksini yapabilirler ama bunun yerine diğerlerine uymak veya otorite figürüne boyun eğmek için karar verme yetilerini askıya almayı tercih ederler. Olanların farkında olmak hoş değildir ama uzun vadede bizim için en iyi olanı teraziye vurma yoluyla kendimizi her zaman aklayabiliriz. İşte, eski dostumuz bilişsel uyumsuzluk yine karşımızda.

41. E. Brockes, Lynndie England ile röportaj, "What happens in war happens", *Guardian*, 3 Ocak 2009. www.guardian.co.uk/world/2009/jan/03/abu- ghraib-lynndie-england-interview

42. H. Arendt, *Eichmann in Jerusalem: A Report on the Banality of Evil*, Faber and Faber, Londra, 1963. [*Kötülüğün Sıradanlığı: Eichmann Kudüs'te*, Çev. Özge Çelik, Metis Yayınları, İstanbul, 2009. (y.h.n.)]

Bazen davranışlarımız farkında olmadan etrafımızdakilerin kontrolüne geçer. Bu, benliğin gizlice manipüle edildiğinde olur. Bu durumlarda sosyal etkilerin kontrolü altında şekillendirildiğimizin farkında bile olmayız. Örneğin Hollandalı psikolog Ap Dijksterhuis, Nijmegen Psikoloji Bölümü'nün birkaç üyesiyle birlikte bir futbol maçını izlemeye gittiklerini anımsar.[43] Sakin ve derli toplu biçimde stadyuma giderlerken birden kendilerini bağırıp çağıran yüzlerce fanatiğin ortasında bulurlar. O anda garip bir şey olur. Akademisyenlerden biri boş bir bira kutusu görür ve güdüsel gibi görünen bir hareketle tüm gücüyle kutuya vurur. Bir an için orada donakalmış ve az önce yaptığından dolayı şaşkın biçimde dikilir. Kendisi olmaktan çıkıp kalabalıktan biri haline gelmiştir.

Davranışlarımızın çevremizdekilere uygun olarak değişimine, deri rengini çevresiyle uyumlu olarak değiştirebilen egzotik sürüngene atfen, "bukalemun etkisi"[44] denir ve bu deyim değişmek için yapılan bilinçli bir çabayı değil etrafımızdakileri otomatik olarak taklit etmemizi anlatır. Taklit edilen, basit bir duruş, el kol hareketi ya da ifadeden tutun da konuşma biçimi ya da ruh haline kadar herhangi bir şey olabilir. Farkında olmasak bile, hareket biçimimiz diğerlerinden etkilenebilir. Kendi eylemlerimiz süresinde aktive olan beynin ayna sistemi, bizimle aynı amaç için uğraşırken gözlemlediğimizde bir başkasının eylemleri tarafından da tetiklenebilir. Bu ayna nöronlar başkalarının davranışlarını rezonansa* çok benzer bir süreç sayesinde beynimize doğrudan kopyalama için uygun bir yol sağlar. Bu tıpkı müzik dükkânında, bir gitarın G telini yeterince ses verecek biçimde titrettiğinizde diğer gitarların G tellerinin de eşzamanlı olarak titremesine benzer.

43. A. Dijksterhuis ve A. van Knippenberg, "The relation between perception and behavior, or how to win a game of 'Trivial Pursuit'", *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1998, s. 865-877.

44. T. L. Chartrand ve J. A. Bargh, "The chameleon effect: The perception-behavior link and social interaction", *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 1999, s. 893-910.

* Rezonans, fizikte bir sistemin bazı frekanslarda diğerlerine nazaran daha büyük genliklerde salınması eğilimidir. (ç.n.)

İnsanın kopyalama sistemi de aynı biçimde çalışır. Çoğumuz bir başkasının hareketlerini kopyaladığımızın farkında olmaksızın başkaları tarafından tetiklenen davranış repertuvarına sahibiz. Farkında olmadan başkasını kopyalayarak bacak bacak üstüne atabilir, esneyebilir, burnumuzu kaşıyabilir, saçımızla oynayabilir, konuşma biçimimizi değiştirebilir ya da oturabiliriz.[45] Bilinçsiz taklit, benliği başkalarına bağlamak için güçlü bir mekanizmadır.[46] Tamamen otomatik değildir çünkü kerameti kendinden menkul verimli bir döngü içinde sadece hoşlandığımız kişileri taklit ederiz, kopyalarız, bu da onların bizden daha çok hoşlanmasını sağlar, böylece bizi kopyalama olasılıkları karşılıklı takdire dayanan eşzamanlı, dalkavukça bir senfoni biçiminde artar.[47]

Bizi kopyalayan insanları daha çok sevmekle kalmaz, bizden iyilik istediklerinde onlara yardım etmek de isteriz.[48] Kopyalandıktan sonra kendimizi daha iyi biri gibi bile hissedebiliriz ve bu uzunca bir süre gidebilir. Bir deneyde, taklit edilmiş denekler deney sonunda bir bağış kutusuna, bağış yapanların kimlikleri belirsiz olmasına rağmen, taklit edilmemişlere göre iki kat daha fazla para bağışlamıştır.[49] Bizi taklit ettiklerinde kadın garsonlara daha fazla bahşiş verdiğimiz bile olur.[50]

45. J. N. Cappella ve S. Panalp, "Talk and silence sequences in informal conversations: III. Inter-speaker influence", *Human Communication Research*, 7, 1981, s. 117-132.

46. R. B. van Baaren, L. Janssen, T. L. Chartrand ve A. Dijksterhuis, "Where is the love? The social aspects of mimicry", *Philosophical Transactions of the Royal Society B*, 364, 2009, s. 2381-2389.

47. R. B. van Baaren, W. W. Maddux, T. L. Chartrand, C. DeBouter ve A. van Knippenberg, "It takes two to mimic: behavioural consequences of self-construals", *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 2003, s. 1093-1102.

48. R. B. van Baaren, R. W. Holland, K. Kawakami ve A. van Knippenberg, "Mimicry and pro-social behavior", *Psychological Science*, 15, 2004, s. 71-74.

49. R. B. van Baaren, R. W. Horgan, T. L. Chartrand ve M. Dijkmans, "The forest, the trees and the chameleon: Context-dependency and mimicry", *Journal of Personality and Social Psychology*, 86, 2004, s. 453-459.

50. R. B. van Baaren, R. W. Holland, B. Steenaert ve A. van Knippenberg, "Mimicry for money: Behavioral consequences of imitation", *Journal of Experimental Social Psychology*, 39, 2003, s. 393-398.

Bununla birlikte bizler sadece, haklarında ne hissedeceğimizi kontrol etmek için tellerimizi titreten başkalarının insafına kalmış kuklalar değiliz. Taklidin farkında olmasak bile sosyal etkileşimin bu ayna sisteminin başında, istenmeyen kişileri elemek için çifte denetim işlevi gören bir kontrol sistemi bulunur. Sosyal çemberimizde olan ve bağlanmak istediğimiz kişileri taklit etme eğilimi gösteririz. Sosyal gurubumuzun dışındakileri taklit etmeyiz. Hatta bizi taklit ederlerse bu kişileri daha da az severiz. Bir çalışmada önyargı ölçümlerinde yüksek puan alan Hollandalı yetişkinler, beyaz bir Avrupalı'dan çok bir Faslı yüzüne sahip görünen ve kendilerini taklit eden bilgisayar üretimi suretten hiç hoşlanmadılar.[51]

YAŞAMIN RİTMİ

Bizi kopyalayanlardan hoşlanmamız gelişimimizin ilk aşamalarında ortaya çıkar. Genç bir çocuğun yüz benzetmesi, beynin motor sisteminin başkalarını izleyerek otomatik tetiklendiği taklidin ilk örneklerinden biri olabilir. Bu başlangıçta davranış repertuvarımızın neden çok kısıtlı olduğunu açıklıyor. Çocukların kendi başlarına yaptığı hareketleri göz önünde bulundurduğumuzda çok da şaşırtıcı değil. Yirmi ay boyunca başkalarını kopyalama olanakları artar ve Makyavelci bebekler kopyalayacakları kişileri gözlerine kestirmeye başlarlar. Ayaklarını yerden kesen bir yürütece konmuş beş aylık bir bebek büyük olasılıkla kendisine tepki vermeyen kişilerden çok, kendisiyle taklitleşerek senkronize hareket eden bir yabancıya yaklaşmayı tercih eder.[52] Bebekleri yalnızca taklit eksikliği uzak tutmaz, bazen de zamanlama ve çaba eksikliği bu sonucu verir. Doğum sonrası depresyonu yaşayan anneler, bebekleriyle ya duygusuz ve düz ya da fazlasıyla canlı ve telaşlı

51. D. Wigboldus, M. van Gaal, R. Dotsch ve R. B. van Baaren, "Virtual mimicry: Implicit prejudice moderates the effects of mimicking", (yakında yayınlanacak).

52. W. C. Roedell ve R. G. Slaby, "The role of distal and proximal interaction in infant social preference formation", *Developmental Psychology*, 13, 1977, s. 266-273.

bir etkileşime girerler. Her iki durumda da iki aylık bebekler daha ölçülü ve eşzamanlı etkileşimi tercih eder.[53]

Eşzamanlılık sosyal etkileşimin en önemli özelliği gibi görünüyor. Radyo dinleyicisi olanlar bilir, sırayla konuşma çok mühimdir, zira herkes aynı anda konuştuğunda hiçbir şey anlaşılmaz. İletişim esnasında sıramızı beklemek zorundayız. Bu davranış deseni de gelişimin erken dönemlerinde ortaya çıkar. Çocuklarını emziren anneler, bebeklerinin ağzını açma ve duraklama gibi emme hareketleriyle uyum sağlamak için kendi hareketlerini içgüdüsel olarak eşzamanlı yapar.[54]

Hareketlerin eşzamanlılığı ve zamanlama, yaşamlarımız boyunca sosyal etkileşimlerimizi etkilemeye davam eder. Çocuklar sırasını beklemeyi ve güdüleri ile dürtülerini denetlemeyi öğrenmelidir. Başkalarıyla eşgüdümün önemini vurgulayan rutinler öğrenilebilir. Başkalarının yanında kendilerini kontrol etmeyi öğrenememiş kişilerin kontrolsüz oldukları söylenir. Yaşamlarımızı şekillendiren tüm kurumlar, okullar, kiliseler ve ordular, üyeleri arasındaki bağları sağlamlaştırmak için eşzamanlılığı sağlarlar. Dans etmek ve şarkı söylemek zevk vermeleri için eşzamanlı olunması gereken etkinliklerdir. Muharip birlik askerlerinin her birinin teknisyen sayılabileceği günümüzün modern ordusunda bile askerlere hâlâ ahenk içinde uygun adımlarla yürümeleri öğretiliyor. Uyumsuz kişiler için "ayak uyduramıyor" ya da "ahengi bozuyor" deyimlerini bu nedenle kullanırız.

Sıkı disiplin sadece çok sayıdaki kişiyi denetleme yolu değildir. Bu aynı zamanda sosyal davranışı teşvik eder. Bir çalışmada bir grup katılımcı, görevdaşlarıyla beraber birbirlerine ayak uydurarak ya da birlikte adım atmayı önemsemeyerek üniversite kampüsünde dolaşan iki gruba ayrıldı.[55] Daha son-

53. L. Murray, A. Fiori-Cowley, R. Hooper ve P. Cooper, "The impact of postnatal depression and associated adversity on early mother-infant interactions and later infant outcome", *Child Development*, 67, 1996, s. 2512-2526.
54. H. R. Schaffer, *Social Development*, Blackwell, Oxford, 1996.
55. S. S. Wiltermuth ve C. Heath, "Synchrony and cooperation", *Psychological Science*, 20, 2009, s. 1-5.

ra her iki grup da aynı mantıkta daha riskli bir görev seçeneğini güvenli olana tercih ettiklerinde daha çok kazanacakları bir değiş tokuş oyunu oynadılar. Katılımcılar gruptaki birliğin az olduğunu düşünmüşlerse daha az riskli seçimi yapmaya meylettiler. Araştırmacılar birlikte yürüme nedenleri hakkında hiçbir fikirleri olmasa bile testten önce uyumlu biçimde yürüyenlerin gruptaki birliği gösterir biçimde daha riskli seçenekleri seçerek daha çok kazandıklarını buldular. Birlikte Kanada Milli Marşı'nı söyleyenler Amerikalılar bile marşı yalnızca dinleyen ya da sözlerini okuyanlara göre karşılıklı güveni ölçen değiş tokuş oyununda daha başarılı oldu.

BU YOLDAN YÜRÜ

Yale Üniversitesi'nden John Bargh, bukalemun etkisinin başkalarının özelliklerini okuyarak bile ortaya çıktığını gösterdi. Bu, ilişkili bilgileri depolayan beyin devrelerinin dışsal olaylardan etkilenebileceğini gösteren bir hazırlamadır. Örneğin, "unutkan, emekli, buruşuk, dik kafalı, geri kafalı, geleneksel, ağrı çeken, yumuşak başlı, itaatkâr, kaşları çatık, bağımlı, eski kafalı, çaresiz, saf" gibi yaşlılıkla ilgili sözcükleri içeren cümleler okuması istenen öğrenciler test odasından yaşlılar gibi yürüyerek çıktılar. Yavaş ve narindiler. "Küstah, baş belası, rahatsız etmek, izinsiz girme, sinir bozucu, utanmaz, terbiyesiz, ihlal etmek, çirkin" gibi kabalıkla ilişkili sözcüklerden oluşan cümle kurması istenenler ise kibarlıkla ilgili sözcükleri okuması istenen kişilere göre konuşmayı bölmeye daha meyilli oldu.[56]

Dışsal olaylar insanı etkiler çünkü sözcükler düşüncelere ve onlar da bir süreliğine davranışlara tesir edebilir. Yalnızca eylemler değil genel kültür bile daha iyi ya da daha kötüye hazırlanabilir. Beş dakikalığına bir profesörün neye benzediğini düşünmeniz istendikten sonra genel kültür oyunu sorularında

56. J. A. Bargh, M. Chen ve L. Burrows, "Automaticity of social behavior: Direct effects of trait construct and stereotype activation on action", *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 1996, s. 230-244.

bir futbol holiganını tahayyül etmekte daha başarılı olursunuz.[57] En seçkin Afro-Amerikalı psikologlar arasında yer alan Claude Steele hangi sterotiplerin davranışlarımızı bozduğu üzerinde çalışıyor.[58] Siyah Afro-Amerikalı olmak üzerine düşünmeleri sağlanarak hazırlanmış beyaz öğrenciler, olumsuz sterotiplerin de aynı şekilde tetikleneceğini gösterir biçimde, daha yeni tamamladıkları bir görevi tekrarlamaları istendiğinde olumsuz tepki gösterdiler. Sadece ırkınız bile bir görevi yerine getirme biçiminizi etkileyebilir. Bir IQ testinden önce ırklarını belirtmeleri istenen Afro-Amerikalılar, ırksal bir bilgi istenmediği durumlara kıyasla belirgin biçimde daha kötü sonuçlar aldılar.

Bu hazırlama etkileri, kopyalanma yoluyla bilinçsiz olarak başkaları tarafından da tetiklenebilir. Örneğin matematik testlerinde Asyalı Amerikalıların Kafkasyalı Amerikalılara göre, onların da Afrikalı Amerikalılara göre daha iyi olduğuna dair ırksal bir sterotip vardır.[59] Bu sterotipin taklit yoluyla tetiklenip tetiklenmeyeceğini görmek için bu üç gruba ait öğrencilerden bir matematik testine girmeleri istendi.[60] Teste girmeden önce her biri, aynı etnik kökene sahip ve aynı sınava girecek bir başkasının olduğu bekleme odasında oturtuldular. Diğer öğrenci aslında araştırma ekibindeydi ve gerçek deneği taklit etmesi veya etmemesi söylenmişti. Taklit söz konusu olmadığında üç grup da eşit düzeyde başarılı oldu ki bu da sterotipin aktive olmadığını gösteriyordu. Ama araştırma ekibinden olan öğrenci tarafından taklit edilmişlerse Asya kökenli Amerikalı öğrenciler Kafkasyalı Amerikalılardan belirgin biçimde daha

57. Dijksterhuis ve van Knippenberg, 1998.

58. C. M. Steele ve J. Aronson, "Stereotype threat and the intellectual test performance of African Americans", *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 1995, s. 797-811.

59. M. Shih, T. L. Pittinsky ve N. Ambady, "Stereotype susceptibility: Identity salience and shifts in quantitative performance", *Psychological Science*, 10, 1999, s. 80-83.

60. N. P. Leander, T. L. Chartrand ve W. Wood, "Mind your mannerisms: Behavioral mimicry elicits stereotype conformity", *Journal of Experimental Social Psychology*, 47, 2011, s. 195-201.

iyi sonuç aldılar, Afro-Amerikalılar ise daha düşük performans gösterme eğilimindeydi. Aynı taklit etkisi kadınların matematikte erkekler kadar iyi olmadığına dair cinsiyet sterotipi için de görüldü.

Olabildiğince başarılı performans göstermek çıkarımıza olsa da çevremizde bizi bilinçsizce tetikleyenlerin ve sterotiplerin insafına kalmış durumdayız.

DOĞU VE BATI KARŞI KARŞIYA GELDİĞİNDE

Belki de son yıllarda yapılan en şaşırtıcı araştırmalardan biri, kültürel sterotiplerin beynin daha önce düşündüğümüzden çok daha temel bir düzeyinde işliyor olduğunu göstermiştir. Bu çevremizi algılama biçimimiz için bile geçerli. Örneğin, genelde tüm dünyadaki insanların farklı tercih ve zevkleri olduğunu varsayarız oysa müzik ve resim söz konusuysa temelde aynı beyne sahibiz. Pekin'deki biri, Mozart'ın müziğini Boston'daki biriyle aynı şekilde duyar. Tokyolu biri Magritte'in bir resmine baktığında Tennessee'deki biriyle aynı görüntüyü görür. Eserleri beğenip beğenmemekte anlaşamayabilirler ama ikisi de aynı duyusal deneyime sahip olmuştur. Ama bu gerçekten de doğru mu? Richard Nisbett doğru olmadığını düşünüyor. Nisbett, kültürlerin dünyayı algılama ve sonuç olarak da benliğimiz hakkında düşünme biçimimizi şekillendirdiğini göstermek için yığınla kanıt topladı.

The Geography of Thought[61] adlı kitabında Nisbett kültürlerin yalnızca dünyayı işleme biçimimizi değil yorumlama biçimimizi de etkilediğini öne sürüyor. Doğu ve Batı kültürlerini keskin bir çizgiyle ayırıyor ve doğulu insanların şeyler arasındaki bağlantı ve desenlere odaklanarak dünyayı holistik ve kolektivist bir çerçevede görüp yorumlama eğiliminde olduklarını öne sürüyor. Batılılar ise daha çok dünyadaki tekil nesnelere odaklanmaya eğilimli. Tabii ki burada Batı derken

61. R. E. Nisbett, *The Geography of Thought*, Nicholas Brealey, Londra, 2003. [*Düşüncenin Coğrafyası*, Çev. Gül Çağalı Güven, Varlık Yayınları, İstanbul, 2005. (y.h.n.)]

ABD'li öğrencilerin, Doğu derken ise Japon ve Çinli öğrencilerin kastedildiğini aklımızda tutmalıyız.

Düşülen bu şerhlere karşın Nisbett, kolektivist-bireyci ayrımının pek çok karmaşık davranışı ve kültürden kültüre değişen gelenekleri açıklayabildiğini düşünüyor. Örneğin Doğu holizminin özelliklerinden biri düzen, rezonans ve armoni kavramlarına eğilimli olmasıdır. Bu eğilimler daha mutlu ev ve iş ortamları için uyumlu olmaya yönelik Feng Shui düşüncesinde özetlenmiştir. Batılılar üzerine yapılan çalışmalar ise tersine bağımsız benliğe ait daha bireyselci bir tutumu gözler önüne serer.[62]

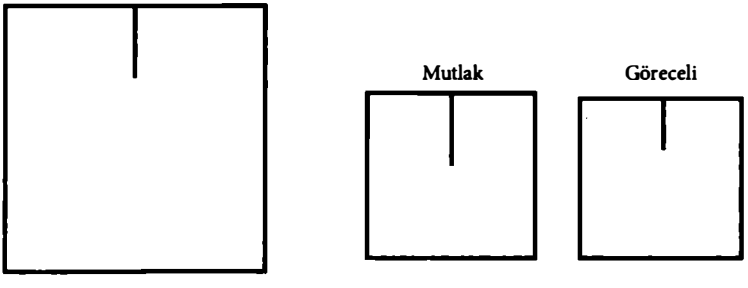
Nisbett bu kültürel bölünmenin kökenlerinin binlerce yıl öncesine, Antik Yunan ve Çin'e kadar uzandığını düşünüyor. Bununla birlikte ABD'nin modern tarihi bir bütün olarak bu ulusun neden bireyselci olduğunu açıklamak için yeterlidir. Kısa sayılabilecek bir zaman dilimi içinde ABD, daha iyi bir yaşam kurmak amacıyla göç etmiş grupların çatışması olmaksızın, hızlı biçimde biçimlendirilmiştir. Diğer uluslar, sürekli olarak bir işgalci ordu diğerini istila ettiği için çok uzun bir zaman dilimi içinde gelişirken, ABD daha baştan itibaren hızlı bir gelişme kaydetmiştir. Başlangıçta bu ilk göçmenlerin bazıları dini özgürlük arayışına girdi ve bu da yine bağımsızlık bilincini güçlendirdi. Yeni çevrelerine uyum sağlamaya çalışan ve yerlilerle mücadele eden ilk yerleşimciler kendilerine yeten topluluklar kurdular. Bu ilk topluluklarda sosyal kaytarmaya veya aylaklığa yer yoktu, bu yüzden hayatta kalmak için ayaklarınızın üstünde durmak zorundaydınız.

Bireyselcilik ve bağımsızlık düşüncesi pek çok biçimde Amerikan ruhuna damgasını vurdu. Örneğin yirmi cümleyle benliklerini tanımlamaları istenen Batılılar genel olarak, "Ben uzunum" gibi kendilerini merkeze koyan özellikler sıraladılar. Kolektivist kültürlerden gelenler ise genel olarak, "Kız kardeşimden uzunum" gibi ilişkisel ifadeler kullandılar. Belki

62. H. C. Triandis, "The self and social behavior in differing cultural contexts", *Psychological Review*, 96 1989, s. 269-289.

de başkalarıyla ilişkilere odaklanma, kendi benliğini ön plana alan sosyal bağlamların olduğu topluluklarda sosyal kaytarmanın neden o kadar güçlü olmadığını açıklayabilir.[63]

Kültürel psikoloji alanında ortaya çıkan en kayda değer şey, Doğulu ve Batılıların kendilerini farklı tanımlamakla kalmayıp aynı zamanda dünyayı da farklı gördükleridir. Örneğin Şekil 8'de en soldaki kareye ve içindeki çizgiye odaklanın. Sizden ikisinden biri isteniyor: Çerçeveyi önemsemeksizin aynı boyda bir çizgi çizmeniz (mutlak) ya da çerçeveye oranla aynı büyüklükte olan bir çizgi çizmeniz (göreceli). Doğru çözümler sağdakilerdir.



Şekil 8: Çerçeve testi: Dikey çizgiyi gerçek boyutunda (mutlak) ya da çerçeveye oranla (göreceli) çizme görevi.

Mutlakçı görev, çizgiye odaklanmanızı ve çerçeveyi görmezden gelmenizi gerektirirken göreceli görev, çizgi ve çerçeve arasındaki büyüklük ilişkisini tahmin etmenizi gerektirir. Japon öğrenciler kayda değer biçimde göreceli görevde iyiyken ABD'li öğrenciler göreceli göreve oranla mutlakçı görevi daha iyi yerine getirerek karşıt bir görünüş sergilediler.[64] Bu bulgu Doğuluların mutlak olandan ziyade göreceli olana odaklandı-

63. S. D. Cousins, "Culture and self-perception in Japan and the United States", *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 1989, s. 124-131.

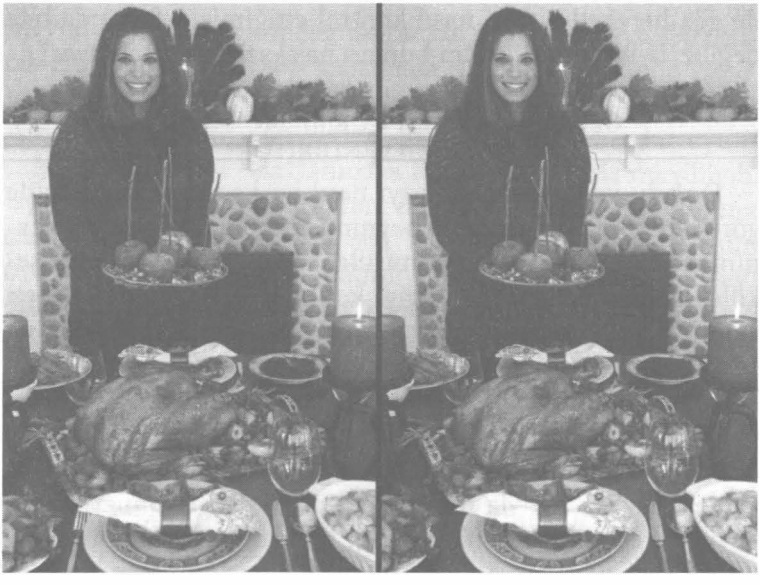
64. S. Kitayama, S. Duffy, T. Kawamura ve J. T. Larsen, "Perceiving an object and its context in different cultures: A cultural look at the New Look", *Psychological Science*, 14, 2003, s. 201-206.

ğı biçiminde yorumlanır. Ama çok genç öğrencilerde bu farka rastlanmadı. Altı yaşından küçük hem Doğulu hem Batılı öğrencilerin göreceli görevi mutlak göreve oranla çok daha iyi yerine getirdikleri gözlendi. Doğu ve Batı arasındaki düşünme biçimleri arasındaki fark yalnızca okul sonrası görülmeye başlıyor.[65]

Kültüre bağlı olarak yetiştirilme tarzımız bir filmi nasıl izleyeceğimizi bile etkiliyor. Bir çalışmada Japon ve Amerikalı öğrenciler çeşitli balık ve bitkilerin yer aldığı bir su altı çekimi izlediler.[66] Amerikalı öğrenciler büyük balığı hatırlarken Japonlar çevreyi ve nesneler arasındaki ilişkiyi daha ayrıntılı biçimde hatırladı. Balığın tek başına ya da ortamı değiştirilmiş olarak gösterildiği tanıma testlerinde Amerikalı öğrenciler balığı ortamı önemsemeksizin tanıdı. Japon öğrenciler ise ortamın değişmiş veya tamamen yok edilmiş olmasından dolayı afalladı. Başka bir çalışmada Çinli ve Amerikalılara bir balık sürüsü izletildi. Balıklardan biri diğerlerinden bariz biçimde önde yüzüyordu.[67] Amerikalı öğrenciler bu balığın muhtemelen sürüye liderlik ettiğini, Çinli öğrenciler ise balığın gruptan dışlandığını düşündü.

Kültür yalnızca neyi göreceğimizi değil neyi göremeyeceğimizi de etkiliyor. Çevremizde yer alanları ve olup bitenleri iyi bir şekilde kavradığımızı düşünebiliriz ama özel bir dikkat göstermedikçe genellikle çok açık şeyleri gözden kaçırırız. Buna "aradaki farkı bulun" tipindeki bulmacalarda sıklıkla rastlanır. Şekil 9'daki resme dikkatlice bakın ve aralarındaki farkı bulmaya çalışın. (Yanıt bölüm sonundadır.)

65. S. Duffy, R. Toriyama, S. Itakura ve S. Kitayama, "Development of cultural strategies of attention in North American and Japanese children", *Journal of Experimental Child Psychology*, 102, 2008, s. 351-359.
66. T. Masuda ve R. E. Nisbett, "Attending holistically vs. analytically: Comparing the context sensitivity of Japanese and Americans", *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 2001, s. 922-934.
67. M. W. Morris ve K. Peng, "Culture and cause: American and Chinese attributions for social physical events", *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 1994, s. 949-971.



Şekil 9: Değişiklik körlüğü: Doğu kültüründen gelen kişiler değişimleri hızlıca fark etme eğilimindedir.

Görüntüler arasındaki farkları algılamadaki yetersizliğe "değişiklik körlüğü" denir; farkı görebilme derecelerimiz değişkenlik gösterir. Tüm resmi hızlı biçimde işleyebilecek biriyseniz farkları görmeniz daha muhtemeldir. Resmin parçalarına tek tek odaklananlar daha uzun süreye ihtiyaç duyacaktır çünkü inceleme esnasında daha az alanı tararlar. Ağaçlara bakmaktan ormanı göremezler. Öyle görünüyor ki değişim körlüğü testlerinde Batılılar, farkı hemen saptayan Doğululardan çok daha yavaşlar. Doğulular parçalardan çok resmin tümünü göz önüne alıyorlar. Göz hareketleri incelendiğinde Doğuluların Batılılara göre daha fazla göz hareketi yaptığı ve parçalar üzerinde daha az zaman harcadığı görülüyor.[68] Genel-

68. H. F. Chua, J. E. Boland ve R. E. Nisbett, "Cultural variation in eye movements during scene perception", *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 102, 2005, s. 12629-12633.

de göz hareketlerimizi nasıl kontrol ettiğimizin farkında bile değiliz, öyleyse kültür tüm bunları nasıl şekillendirebiliyor?

GELİŞİM DÜNYAYI GÖRME BİÇİMİMİZİ NASIL ŞEKİLLENDİRİYOR?

Doğulu ve Batılılar dünyayı nasıl bu kadar farklı biçimde görebilir? Bir olasılığa göre beynin işlenebilirliği, gelişen beynimizin yüzleri seçme ve konuşulanları duyma biçimimizi şekillendirmek üzere ilgili bilgiyi kodlamasını sağlıyor. Nisbett aynı gelişim sürecinin dünyadaki şeylere odaklanmamızı da şekillendirdiğine inanıyor. Dünya karmaşıklık, belirsizlik ve kayıp bilgilerle dolu, William James'in dediği gibi, "Lanet olası, gürültülü bir keşmekeş."[69] Verileri anlamlı desenler biçiminde düzenleyerek dünyayı manalı hale getiriyoruz. Bunların çoğu genlerimiz aracılığıyla miras aldığımız ve algılarımızı üreten beyin süreçlerini düzenleyen alet kutusu sayesinde otomatik olarak gerçekleşiyor. Bu yerleşik ussal süreçlerin tepesinde ise algılarımıza rehberlik eden üst düzey işlemler yani kavrayış bulunuyor.

Kavrayışımız düşüncelerimizi düzenliyor ve dünyadaki düzenlilikleri fark etme ve bunları hatırlama yeteneğimiz geliştikçe bunu daha iyi yapıyor. Bu, olguları tahmin edebilme beklentisine girmemizi sağlıyor. Örneğin geçmiş deneyimlerden dolayı neyin geleceğini biliyorsak benzer desenleri arayabiliriz. İnsanların kurallarına aşina olmadıkları bir sporu oldukça düzensiz bulmalarının nedeni budur.

Dünyayla ilgili bilgi edinmek için yerleşik kurallarımıza ek olarak en önemli bilgi kaynağı diğerleridir. Bebeklerin doğumlarından itibaren başkalarınca şekillendirildiğini daha önce belirtmiştik. Nisbett başkalarıyla olan ilk etkileşimlerimizin de dünya görüşümüzü şekillendirdiğine inanıyor. Örneğin Batılı ve Doğulu anneler çocuklarıyla farklı biçimde etkileşir ve konuşurlar. Amerikalı anneler isim verdikleri bireysel oyuncaklarla oynanan oyunlar aracılığıyla çocuklarıyla ilgilenmeye

69. W. James, *Principles of Psychology*, Henry Holt, New York, 1890.

meyillidirler. Japon anneler ise bunun için sosyal oyunları tercih etmeye yatkındır. Bir çalışmada Amerikalı ve Japon anneler, çocuklarıyla aynı oyuncaklarla etkileşirken gözlendiler.[70] Amerikalı anneler oyuncakları etiketlemeye ve her bir oyuncağın özelliklerine odaklanmaya iki kat daha fazla meyilliydi. Japon anneler ise oyuncakları etiketlemekle birlikte, "Bunu sana veriyorum, şimdi de sen bana ver" şeklinde değişim oyunları oynamaya daha eğilimliydiler. Bu farklı kültürlerdeki diller bile nesnelerin ilişkisel özelliklerinden ayrı olarak bireyi değişik bir biçimde vurgular.[71] Bu, nesneleri gruplamanın tersine her bir nesnesin özelliklerine odaklanmada görece daha yetenekli olan Batılı çocuklara oranla Doğulu çocukların nesneleri farklı kategorilere ayırma konusunda neden daha yavaş oldukları açıklar.

Dünyayı kategorize etmenin farklı biçimleri, çocukların geçerli sosyal normları benimseme yollarını yansıtır. Ama bu öğrenme diğer hassas dönem olguları gibi yaşam boyu belirleyici değildir. Dünyayı yorumlama biçimleri, donanımsal bağlanma gerektiren biyolojik belirlenimlerin yerini tutmaz. Kolektivist ya da bireyci açılardan dünyayı gören insanlar arasında kayda değer ve kalıcı farklar olması ihtimali düşük görünüyor. Daha önemlisi bu farklı perspektiflerin kolayca ters çevrilebilir olması alın yazısı olmadıklarını gösteriyor. Örneğin Avrupalı/Amerikalı öğrencilerden "ben, benim" gibi kişisel zamirleri ya da "biz, bizim" gibi sosyal zamirleri daire içine almaları istendi. Kişisel zamirlerle hazırlanan öğrenciler bireyselci ifadelere, sosyal zamirlerle hazırlananlar ise kolektivist ifadelere daha fazla onay verdiler.[72] Bu tür yönlendirmeler şüphesiz grup ve

70. A. Fernald ve H. Morikawa, "Common themes and cultural variations in Japanese and American mothers 'speech to infants' ", *Child Development*, 64, 1993, s. 637-656.

71. A. Gopnik ve S. Choi, "Do linguistic differences lead to cognitive differences. A cross-linguistic study of semantic and cognitive development", *First Language*, 10, 1990, s. 199-215.

72. W. L. Gardener, S. Gabriel ve A. Y. Lee, " 'I' value freedom but 'we' value relationships: Self-construal priming mirrors cultural differences in judgment", *Psychological Science*, 10, 1999, s. 321-326.

öz kimlikle ilgili kökleşmiş düşüncelere takılıp kalmaktan çok grup normlarına uymaya eğilimli olduğumuzu gösteriyor.

Ayrıca hem Batı hem de Doğu kültürlerine ait bakış açılarının etkisi altında yetişmiş olan Hong Kongluları Çin ejderhasıyla hazırlarsanız kolektivist bakış açısına, ABD bayrağıyla hazırlarsanız bireyselci bakış açısına yönlendirebilirsiniz. Bir çalışmada iki kültürlü Hong Konglu Çinliler, Doğu ya da Batı yaklaşımıyla hazırlandılar. Daha sonra onlara tıka basa yeme arzusuna direnemeyen aşırı kilolu bir çocuktan söz edildi.[73] Son olarak çocuğun kilo sorunun ne kadarının karakterinden ne kadarının sosyal şartlardan kaynaklandığına ilişkin puan vermeleri istendi. Her iki grup da çocuğun obezite sorununun kendini kontrol edememesinden kaynaklandığı konusunda eşit puan; ama çevresel koşullara Çin sembolleriyle hazırlananlar ABD bayrağıyla hazırlananlara göre kayda değer biçimde daha fazla puan verdiler.

BEN KİMİM?

Bu çalışmalar, kanıtların büyük bölümünün derinlerdeki benlik düşüncesini çürütürken benliğin yanılsama olduğu fikrini desteklediğini gösteriyor. Grup baskısına karşı çok duyarlıysak hafif bir hazırlamayla, sterotiplerle ilgili ya da kültürel etkilerle ve ardından da gerçek bir düşünceyle boyun eğmez egomuz ya da benliğimiz yıkılabiliyor. Koşullardaki küçük değişikliklerin sonucunda geri çekilebilen ya da bükülebilen benlik hiç olmasın daha iyi. Pek çok insan benlik yanılsamasının bazı biçimlerini taşıyor ama bağlam tarafından şekillendirilebilen tek bir tanesi var. Batıdaki pek çok insanın benlik yanılsamaları eşitsizliklere karşı savaşan bireyle karakterize edilir, Doğuda ise en yaygın benlik yanılsaması biçimi takım oyunculuğudur. Benliklerin bu farklı tipleri gerçekse o zaman onların bağlam tarafından kolaylıkla değiştirilememesi gere-

73. Y.-Y. Hong, C.-Y. Chiu ve T. M. Kung, "Bringing culture out in front: Effects of cultural meaning system activation on social cognition", K. Leung, Y. Kashima, U. Kim ve S. Yamaguchi (Der.), *Progress in Asian Social Psychology*, Wiley, Singapore, 1997, Cilt 1, s. 135-146.

kir. Dünyayı görmenin ve daha önemlisi benlik yanılsamalarını değerlendirmenin bu iki farklı yolunun da bir biçimde topluluk onayına ihtiyaç duyması dikkate değerdir. Her ikisi de diğerlerinin varlığını gerektirir.

Bundan ders çıkarmakta fayda var. Gezegenimizin sınırlı yaşam alanlarını gittikçe daha fazla paylaşma ihtiyacı duyduğumuz günümüzde, çoğu insan düşünceli, mantıklı ve adil olduğu inancını besliyor. Çok az insan önyargılı, mantıksız ve ırkçı olduğunu kabul eder. Yine de davranış ve düşünme biçimlerimizi şekillendiren bozukluk ve sterotipleri kolayca besleyebiliyoruz. Diğerleri tarafından düşündüğümüzden çok daha fazla yönlendirildiğimiz kesin. Adil ve dürüst bireyler olmak istiyorsak, önyargının bir istisna değil norm olduğunu, Tajfel ve diğerlerinin savunduğu gibi de grup psikolojisine içkin olduğunu kabul etmenin iyi bir başlangıç olacağını düşünüyorum. Bir sorunu çözmenin ilk adımı sorunun varlığını kabul etmektir ve bir benlik yanılsaması taşıdığımız müddetçe dış koşulların geçmişte bizi nasıl şekillendirdiğini ve yaşamlarımız boyunca etkide bulunmaya devam edeceğini kabul etmeyeceğiz. Bunu göremiyoruz; çünkü bilişsel uyumsuzluğumuz, kim olduğumuzun idealize edilmiş öyküsü olan benlik inancımızı bütün halinde tutmak ve korumak için çabalayarak başarısızlıklarımızı sürekli bizden saklıyor.

Şekil 9'un yanıtı: Sağdaki resimde tabağın solundaki çatal eksik.

7
Bizi Yaşatan Öyküler

Etrafa bakındım, korku filmi gibiydi, insan bedenleri birbirinin içine girmişti, yanmış ceset kokusu insanda kusma hissi uyandırıyordu. Nişanlımı ve düğünümü düşünmeye devam ettim. O beyaz kıyafeti giymek, nişanlıma olan aşkım için yemin etmek istiyordum. Bu bana ayağa kalkacak gücü verdi. Bugün ise nişanlımın cennete doğru yol aldığına inanıyorum.

Tania Head[1]

1. A. Gatton, "Twin Towers 'survivor' a lonely imposter", *Herald Sun*, 14 Eylül 2008.

İkiz kulelere yapılan saldırıyı gören biri o günü nasıl unutabilir? Bunun için o gün orada bulunmuş olmak zorunda değilsiniz. Tüm dünya tarafından canlı olarak izlenen ilk terörist vahşetti. O gün Bristol, Britanya'daydım ve araştırma videolarını izlemek için kullandığım televizyon, ofisimin duvarına yeni monte edilmişti. Gelin görün ki o öğlen televizyonu New York'un güneşli ve soğuk sabahında ortaya çıkan vahşeti izlemek için açtım. Gerçek dışı gibiydi, bunların olması olanaksız gibi geliyordu insana. Sıradan bir habermiş gibi izlediklerimle bağımı koparmaya çalıştığımı hatırlıyorum. Gördüklerim hakkında çok derin biçimde düşünmek istememiştim. Yine de o günü unutamayacağım. Artık kısaca 9/11 olarak bilinen bu olaylar, ona şahit olan herkesin belleğine kazınmış durumdadır.

Daha önce belirtildiği gibi, anılar ses ya da video kayıtları değil, uzun süreli belleğimiz olan yığından çekip çıkardığımız öykülerdir. Yaşadığımız olayları anlamlı kılmak için bu öyküleri kurgularız. Anılar zamanla bozulur, alt üst edilir, diğer anılarla karışır, onlar tarafından bastırılır ve en sonunda kaybolup giderler. Ama bazı anılar gerçekleştikleri günkü kadar canlı kalırlar, en azından öyle görünürler. Bunlar çürümeyi reddeden unutamayacağımız olayların anılarıdır. Gerçekten dehşet verici bir şeye şahit olduğumuzda bu anın damgası kızgın bir demirle zihnimize dağlanmış gibi sonsuza dek kalabilir. Bunun nedeni limbik sistemin elektriksel aktivitesinin duygusal bakımdan heyecan dolu anıları özümsemesidir.[2] Amigdalada tetiklenen uyarım, aşırı bir duyarlılık ve odaklanma sağlar. Gözbebeklerimizin büyümesi yüksek seviyeli teyakkuz durumuna geçtiğimiz anlamına gelir. Normalde dikkat etmeyeceğimiz her türlü ayrıntıyı fark ettiğimiz için dünya birdenbire çok net ve zengin bir hal alır. Sahne parlak bir ışıkla aniden aydınlanmış gibidir, sanki magazin gazetecileri dehşetli anlarımız boyunca dünyayı flaş ışıklarıyla aydınlatmaktadır. Bu anılara

2. J. E. LeDoux, "Brain mechanisms of emotion and emotional learning", *Current Opinion in Neurobiology*, 2, 1992, s. 191-197.

"flaş anılar"* denmesinin nedeni budur.[3] Bu anılar sayesinde geçmişi hisseder ve o ana ait duyguları yaşarız. Beyinde yaşam boyu saklanacak bir flaş anı haline gelen, bu yükseltilmiş uyarım ve duygusal yüktür.

Genellikle yaşlandıkça anılarımızı kaybetmekten korkarız ama bazen unutmak en iyisidir. Flaş anıların birçoğu doğum günleri, düğünler gibi neşeli olaylarla ilişkiliyken çoğu ise dehşetli olaylar yüzünden üretilir. Kurbanlar ve hayatta kalanlar genellikle akıllarından silemedikleri travmatik anıları yeniden yaşarlar. Bu Post Travmatik Stres Bozukluğu'nun (PTSB) ortak bir semptomudur. 9/11 sonrasında ikiz kulelerin yakınlarında yaşayan her beş New York'ludan birinde PTSB ortaya çıktı.[4] Bu insanlar o korkunç günle ilgili karabasanlar gördüler ve o günü akıllarından çıkaramadılar. Duygusal sistemlerimiz başımıza gelen en kötü şeyleri unutmamıza kesinlikle izin vermemek üzere kurulmuş gibidir. Gerçekte flaş anılara ait ayrıntılar da diğerleri gibi yanlış olabilir. Sadece çok net ve doğru görünürler. Örneğin George Bush dahil pek çok insan, 9/11'de video görüntüleri henüz ortada yokken bile uçağın ilk kuleye çarptığını gördüğünü hatırlıyor. Belki de flaş anılar, her zaman en kötü durum senaryolarını hatırlamak için bir tür evrimsel değer işlevi görmektedir. Hayatta kalmak söz konusu olduğunda, tabiat ana tehlikeyi nasıl hissettiğimizi hatırlamanın yaşamın zevklerinden daha önemli olduğuna karar vermiş gibi görünüyor.

PTSB'yle yaşamanın bir yolu, olayın hemen sonrasında Propranol gibi bir beta blokör kullanmaktır.[5] Beta blokörler,

---

* Flaş anılar, "17 Ağustos Marmara Depremi" türünden şaşırtıcı, önemli, duygusal açıdan heyecan uyandırıcı olaylara ilişkin canlı, uzun süreli saklanan anılardır ve "olaysal anılar" olarak da bilinirler. Bu tür anıların bellekte özellikle iyi saklandıklarına ve unutulmaya karşı dirençli olduklarına inanılmaktadır.(ç.n.)

3. R. Brown ve J. Kulik, "Flashbulb memories", *Cognition*, 5, 1977, s. 73-99.

4. S. Galea, J. Ahern, H. Resnick, D. Kilpatrick, M. Bucuvalas, J. Gold ve diğerleri, "Psychological sequelae of the September 11 terrorist attacks in New York City", *New England Journal of Medicine*, 346, 2002, s. 982-987.

5. G. Vaiva, F. Ducrocq, K. Jezequel, B. Averland, P. Lestavel, A. Brunet ve C. R. Marmar, "Immediate treatment with propranolol decreases posttraumatic

olaylar duygusal sarsıntıyla aynı derecede kodlanmasın diye limbik sistem uyarımını azaltır. İnsanlar ne olduğunu yine hatırlar ama daha az üzülürler. Şu an Yale Tıp Fakültesi'nde Deane Aikins tarafından muharip birliklerde propranollerin PTSB'yi hafifletip hafifletmediği üzerine bir çalışma yapılıyor ve bazıları ilacın tüm askerlere verilmesi gerektiğini bile önerdi. Bu endişe verici. Gerçekten de bizi daha sonra pişmanlık ve vicdan azabı duyabileceğimiz şeyler yapmaktan alıkoyan bir sistemi bloke eden bir hapımız olsun ister miyiz?[6] Bazıları savaşa girmeden önce askerlere profilaksi* olarak propranol verilmesini bile önerdi. Suçluluk duygunuz olmazsa acı çekmeye karşı bağışıklık kazanırsınız. Ama hiçbir ahlaki pusulaları olmadan askerlerin kör bir bağlılık duymasını gerçekten istiyor muyuz? Ebu Garib ve Milgram derslerini hatırlayınız. İnsanları PTSB'ye karşı aşılamak ile kendi hataları olmayan ve kontrolleri dışındaki olaylarla baş etmelerine yardımcı olmak arasında büyük bir fark vardır. PTSB'ye yönelik psikofarmakolojik tedavinin bu biçimdeki geleceği, ahlaki bir mayın tarlasıdır.

Her durumda, 9/11'in yarattığı duygusal yıkımın sonuçları bir hapla kolayca giderilemez, hele ki çöken binalardan kaçabilmiş insanlar için bu kesinlikle mümkün değildir. 9/11 kazazedeleri flaş anılar yüzünden travma yaşamış ve acı çekmişlerdir. Başlarda herkes 9/11'in dehşetini kavramaya çalıştığı için tüm ulus acılarına ortak oldu ama sonuçta her şey normale dönmeye başladı. Anılar silinmeye ve insanlar normal hayatla-

---

stress disorder two months after trauma", *Biological Psychiatry*, 54, 2003, s. 947-949; R. K. Pitman, K. M. Sanders, R. M. Zusman, A. R. Healy, F. Cheema, N. B. Lasko, L. Cahill ve diğerleri, "Pilot study of secondary prevention of posttraumatic stress disorder with propranolol", *Biological Psychiatry*, 51, 2002, s. 189-192.

6. R. M. Henig, "The quest to forget", *New York Times Magazine*, 4 Nisan 2004, s. 32-37. Ayrıca Leon Kass'ın, Başkanlık Etik Konseyi eski başkanının böyle bir hapı "pişmanlık, vicdan azabı, acı veya suçluluk üreten herhangi bir şey için doğum kontrol hapı" diye nitelediği belirtilir. N. Levy, *Neuroethics: Challenges for the 21st Century*, Cambridge University Press, Cambridge, 2007.

* Hastalık öncesi korunma amaçlı alınan kimyasallar için kullanılan ifade. (ç.n.)

rını sürdürmeye devam etti, tabi olaya bizzat şahit olanlar için değil. Olaydan iki yıl sonra, hayatta kalanlar dışarıda buluşmaya ve birbirlerine yaşadıkları deneyimi, gördükleri kâbusları ve hissettikleri acıyı anlatmaya başladılar. Hayatta kaldıkları için suçluluk duyuyor ve bunu birileriyle paylaşmak istiyorlardı. *Survivors* [Hayatta Kalanlar] ağının kurucularından Gerry Bogacz durumu şöyle açıkladı: "Bir süre sonra bunu ailenizle konuşamaz oldunuz. Çünkü artık bu konudan bıkmışlardı. Konuşma ihtiyacı onların dinleme yetisinden daha güçlüydü." Hayatta Kalanlar ağı, buluşmalarını Manhattan'ın tümünde gerçekleştirmeye başladı. İnsanlar kendileri gibi hayatta kalanların verdiği teselli ve huzuru gittikçe daha fazla aradılar çünkü ancak bu acıyı yaşamış olanlar 9/11'in mirasıyla ilişki kurabilirdi. Bu buluşmalarda anılarını birbirleriyle paylaşarak bastırdıkları duygularını dışa vurup acılarını hafiflettiler.

Anlatılan kişisel öykülerin bir tanesi kısa sürede gruplar arasında yayılmaya başladı. Bu, saldırı esnasında Güney kulesinde bulunan ve hayatta kalmayı başaran Tania Head'in hikâyesiydi. *United Airlines*'ın 175 sefer sayılı uçağı kuleye çarptığında 78. katta asansör bekliyordu. Tania uçağın yakıtı yüzünden çok kötü yanmıştı ama enkaz boyunca emekleyebildi, hatta ölmekte olan bir adamla karşılaştı ve adamın uzattığı alyansı aldı. Bu yüzüğü daha sonra adamın dul eşine verecekti. O gün çarpma noktasında olup da hayatta kalan on dokuz kişiden biri olacaktı. Tania, her zaman kırmızı bir bandana takan yirmi dört yıllık itfaiyeci Welles Crowther tarafından nasıl kurtarıldığını hatırlıyor. Görgü tanıkları, Welles'in enkazda kapana kısılmış daha fazla kurbanı kurtarabilmek için çökmekte olan binaya 40. dönüşünde öldüğünü söylüyor. Ama Tania tamamen kurtarılmış sayılmazdı. Bedenen kurtarıldıktan sonra Kuzey kulesindeki nişanlısı Dave'in öldüğünü anladı. Daha birkaç hafta önce gelinliğini aldığı düğünü artık hiç olmayacaktı.

Tania da diğer kurtulan kazazedeler gibi duygusal yıkımla başa çıkabilmek için bir şeyler yapma gereksinimi duydu. Ka-

zazedeler için bir internet gurubu kurdu ve çabalarına ilişkin haberler sonunda onu Hayatta Kalanlar ağına katılmaya davet eden Gerry Bogacz'a ulaştı. Tania'nın hikâyesi ibretlikti. Diğerlerinin çoğundan daha yaralıydı ama bir şekilde zorluğun üstesinden gelme cesareti ve inancını buldu kendinde. Tania'nın öyküsü zaferin öyküsüydü. Umutsuzluk çukurunda kaybolmuş olanlara umut verdi. Tania acısının üstesinden gelebilmişse bir başkası kendisine acımaya nasıl devam edebilirdi?

Tania daha sonra Hayatta Kalanlar için mücadele edecekti. Grubun, çöken kulelerin olduğu ve hiç kimsenin girmesine izin verilmeyen sıfır noktasını ziyaret etme hakkını savundu. Hayatta Kalanlar ağının sözcüsü ve daha sonra da başkanı oldu. 2005 yılında New York City Belediye Başkanı Bloomberg'e, kentin eski belediye başkanı Giuliani'ye ve eski vali Pataki'ye ve diğer ileri gelenlere tesisle ilgili o lanetli gündeki deneyimlerini aktararak, Dünya Ticaret Merkezi ziyaretçi merkezinin açılışında rehberlik etti.

Tania Head, 9/11 kazazedelerinin sembolü haline gelmişti. Tek bir sorun vardı: Tania orada hiç olmamıştı. Anıları değil çarpıtılmış tamamen sahteydi. Tania da olayları benim gibi televizyondan izlemişti ama memleketi İspanya'da. Güney Kulesi'nde hiç bulunmamıştı. Merrill Lynch için hiç çalışmamıştı. Dünya Ticaret Merkezi'nin 17. katında değildi. Ölmekte olan bir adamın düğün yüzüğünü almak için enkazda emeklememişti. Gerçek bir kahraman olan Welles Crowther tarafından kurtarılmadı. Kuzey Kulesi'ndeki nişanlısını kaybetmedi. Tania aslında Birleşik Devletler'e 9/11'den iki yıl sonra gelen Alicia Esteve Head'di. Her şeyi uydurmuştu.[7] Bununla birlikte yetkililer onu tutuklayamadı çünkü herhangi bir yasayı çiğnememişti. 2007'de ortadan kayboldu. 2008 yılında Hayatta Kalanlar ağına, İspanya'dan Alicia Esteve Head'in intihara giriştiğini belirten bir telgraf geldi. Beklenildiği üzere çok az kişi buna inandı.

Alicia Head varlıklı biriydi ama hayatında paranın bile satın alamayacağı bir şeyler eksik olmalıydı. Diğerlerinin ilgisine

7. *The 9/11 Faker*, Channel 4, Eylül 2008.

ve sempatisine ihtiyacı vardı ve kendisini dünyanın en kötü terörist saldırısının uygun ortamında, trajedinin bir kurbanı olarak gördü. Alicia değilse bile Tania olarak bu yalanı sonuna kadar yaşayacaktı. Bu oyunu neden oynadığını hiç bilemeyeceğiz ama bunun yaşamak istediği hikâye olduğuna inanmak zorundayız. Bütün olanaksızlığına rağmen kendisini bir kazazede olarak yeniden canlandırdığı hayal dünyasında, kendi sahte anılarına gerçekten inanmış bile olabilir.

ANILARDAN İBARETİZ

Bir anı nedir. Bir anıyı tutabilir miyiz? Bir anı yapabilir miyiz? Bir anıyı kopyalayabilir miyiz? Anılardan ibaretsek yeniden oluşturulabilir miyiz? Anı, oluşturulduğu andaki özgün deseni "yeniden ifade eden" ve elektriksel aktivite deseni olarak saklanan bilgidir. Sabit değil dinamik olmasına ve karşılaşılan her yeni bilgiyle sürekli değişmesine rağmen anılarımız bu temsillerdir. Beyinimizle varsak ve beyin elektriksel aktiviteyle yüklü bir desen içinde birbirine bağlı fiziksel hücreler ağıysa, öyleyse bir anıyı, herhangi bir bilgiyi kopyaladığımız biçimde kopyalamak gerçekten de mümkün olmalıdır. Kendimizi kopyalayabiliyor olmalıyız.

Bir anıyı kopyalama olanağı, benzersiz olma konusuyla çok yakından ilgilidir. Fiziksel bir nesneyi en temel atomik yapısına dek kopyalayabilen bir makine düşünün. Öyle ki neyden yapıldığı ya da ne kadar karmaşık olduğu fark etmeksizin maddi herhangi bir şeyi kusursuz biçimde kopyalayabiliyor. İlgi çekici biçimde mühendisler 3B (üç boyutlu) yazıcı olarak bilinen böyle bir makine üzerinde çalışıyor. Bu makineler, genellikle, kopyalanacak nesnenin boyutlarını hesaplamak için lazerle tarama yapar ve bu bilgiyi nesneyi adım adım yeniden üretmek için sıvı plastiğin fışkırtıldığı püskürtmeli kalıp cihazına iletir. Nesnelerin taşınmasının olanaksız olduğu uzak gezegenlerde bir koloni kurulmasını daha olanaklı kılacak teknolojilerden biri olabilir bu. Şu an teknoloji oldukça yavan ve farklı maddelerden oluşan karmaşık nesnelerin içyapılarını

inşa etmekte önemli zorluklar içeriyor. Bununla birlikte Johannes Gutenberg'in ahşap blok basma makinesinin 15. yüzyılda teknolojik bir mucize olarak kabul edilirken günümüz standartlarında ilkel kalması gibi, doğru bir kopyasını oluşturmak için maddenin kusursuz biçimde işlenmesi sadece zaman meselesi olabilir.

Ne şekilde olursa olsun, herhangi bir şeyi kusursuz biçimde kopyalayabilen bir teknolojiye sahip olduğumuzu varsayalım. Şimdi bir makinenin içine girdiğinizi ve özdeş bir fiziksel kopyanızın oluşturulduğunu hayal edin. Bu kopyanız nasıl bir şey olurdu? Ruh gibi maddi olmayan, kopyalanamaz şeylerin var olmadığını kabul ettiğinizi varsayalım. Bu özdeş kopya siz olur muydunuz? Bu konu, gen dizileme* ve üç boyutlu yazıcılar gibi hızlı teknolojik gelişmelerden dolayı yeniden ilgi odağı haline gelmekle beraber yüzyıllardır yazar[8] ve filozofları eğlendiren sorulardan biri olmuştur. Bu değişik senaryoların tümünde kimlikle ilgili aynı temel soru kendini belli ediyor: Bizi benzersiz kılan nedir?

John Locke bu konuyu, 17. yüzyılda ölümsüz ruh tartışmaları gündemdeyken popüler olan reankarnasyon[9] bağlamında ele aldı. Locke, benzersiz kişisel kimlik söz konusu olduğunda kişinin geçmişine dair bilinçli farkındalığının önemli olduğu fikrindeydi. Kısacası, kişinin kendisini tanımlamasında otobiyografik anıların rolü üzerinde düşünüyordu. Ölümsüz ruha inanmayan modern bir yetişkin bile kişisel anıları, kimliğimizi tanımlayan en önemli şey olarak görür. Bir çalışmada yetişkinlere, ciddi bir kaza sonrasında tedavisi mümkün olmayan bir hasardan dolayı organ nakline ihtiyaç duyan talihsiz Jim'den

* Gen veya DNA dizilemesi, bir DNA molekülündeki nükleotit bazların (adenin, guanin, sitozin ve timin) sırasının belirlenmesidir. (ç.n.)

8. D. Parfitt, "Divided minds and the nature of persons", C. Blakemore ve S. Greenfield (Der.), *Mindwaves*, Backwell, Oxford, 1987, s. 19-26; C. Priest, *The Prestige*, Gollancz, Londra, 2005, yeni baskı. [*Prestij*, Çev. Koray Özbudak, Laika Yayıncılık, İstanbul, 2006. (y.h.n.)]

9. J. Locke, *Essay Concerning Human Understanding*, P. H. Nidditch (Der.), Clarendon Press, Oxford, 1690/1975, Cilt 2, Bölüm 27. [*İnsanın Anlama Yetisi Üzerine Bir Deneme*, Çev. Meral Delikara Topçu, Öteki Yayınları, Ankara, 2000.

söz edildi.[10] Ne var ki bu, çok ileri seviye bir organ naklinin söz konusu olduğu bir bilim kurgu öyküsüydü. Öykünün bir versiyonunda Jim tüm hafızasını kaybetmiş ve amnezik beyni bir robota veya genetik mühendisliğiyle geliştirilmiş bir bedene nakledilmiştir. Bir başka versiyonda doktorlar Jim'in beyni ölmeden önce tüm anılarını onun yerini alacak başka bir bedene aktarabilmiştir. Organ naklinden sonra Jim'in bedeni yakılmıştır. Yetişkinlere operasyon başarılı olduğuna göre hastanın hâlâ Jim sayılıp sayılamayacağı soruldu.

Yetişkinlerin bu soruya verdikleri yanıtı belirleyen en önemli etken, mekanik ya da biyolojik beden önemli olmaksızın anıların aktarılmış olup olmadığıydı. Aslında, son durumda, Jim'in anılarına sahip yabancı biyolojik beden, Jim'in beynine sahip robota kıyasla daha çok Jim olarak değerlendirilmiştir. Anıları yoksa Jim ölmüş sayılıyordu.

Hafızayla kimlik arasındaki ilişki çocuklukta, yaklaşık dört-beş yaşlarında ortaya çıkmaya başlayan bir sezgidir. Biz, kopyalama makinesi deneylerini[11], çocukların canlı bir cırlak sıçanının kopyalanıp kopyalanamayacağı ve kopyanın onunla aynı anılara sahip olup olamayacağı konularındaki fikirlerini öğrenmek için kullandık.[12] Kopyalama yanılsaması yaratabilmek adına eğitimsiz gözler için farksız olan iki Rus cırlak sıçanı kullandık. Çocuklar makinenin, herhangi bir oyuncağı kusursuz biçimde kopyalayabilme gücüne ikna olduğunda, onlara cırlak sıçanın sahip olduğu, doğrudan görülemeyen bazı benzersiz fiziksel özelliklerden söz ettik. Cırlak sıçanın bir bilye yuttuğunu, kırık bir dişe ve mavi bir kalbe sahip olduğunu söyledik. Sonrasında cırlak sıçanına özel bazı anılar yarattık. Tabii ki anılar da görülemez ama bilye ya da mavi

10. L. J. Rips, S. Blok ve G. Newman, "Tracing the identity of objects", *Psychological Review*, 113, 2006, s. 1-30.

11. B. Hood ve P. Bloom, "Children prefer unique individuals over perfect duplicates", *Cognition*, 106, 2008, s. 455-462.

12. B. Hood, N. L. Gjersoe ve P. Bloom, "The Development of Mind-Body Dualism through Childhood", Araştırma Derneği'nin (Society for Research)yılsa iki kere düzenlediği Çocuk Gelişimi Konferansı'nda sergilenen afiş, Boston, 2009.

kalp gibi fiziksel değillerdi. Cırlak sıçanına her bir çocuğun yaptığı çizimi gösterdik, kulağına çocuğun ismini söyledik ve çocuğa cırlak sıçanını gıdıklattırdık. Cırlak sıçanının hafızasına kaydedilen tüm anılar bunlardı. Daha sonra cırlak sıçanını kopyalama makinesinin içine koyduk, uyarı sesi duyulduktan sonra artık iki cırlak sıçanının olduğunu gösteren iki kutuyu da açtık. Çocuklar böyle bir durumda ne düşünürdü? Görünmez fiziksel özellikler ve anılar her iki cırlak sıçanında da aynı mı yoksa farklı mı olurdu? Bu yüzden çocuğa her iki sıçanın da mavi bir kalbi, kırık bir dişi ve karnında bir bilyesi olup olmadığını sorduk. Anıları hakkında da sorduk. Cırlak sıçanlarının ikisi de çocuğun adını, çizdiği resmi ve gıdıklandığını hatırlıyor muydu?

Bu konudaki öngörünüz nedir? Makineye girseydiniz kopyanız aynı anılara sahip olur muydu? Kopyalanan cırlak sıçanları ve makinedeki kendileriyle ilgili önsezileri hakkında fikir sahibi olmak için internet üzerinden altmış kişiyle anket yaptık. Makine tarafından oluşturulan kopyanın aynı bedene ve hafızaya sahip olup olmayacağını sorduk. Yaklaşık olarak her beş kişiden dördü, kopyalanan hayvan (%84) ve insanın (%80) aynı bedene sahip olacağını söyledi. Yaklaşık yarısı (%46) kopyalanan hayvanların ve üçte birinden biraz fazlası (%35) kopyalanan insanların da aynı anılara sahip olacağını belirtti. Genel olarak söylersek, bedenlerin kopyalanabilmesinin anılara oranla daha olası olduğu düşünüldü. Ayrıca bu inanç insanlar için hayvanlara kıyasla daha güçlüydü.

Labaratuvara dönersek, cırlak sıçanı deneyini sonuçları kontrol etmek için çeşitli biçimlerde birçok kez yineledik ve aynı temel deseni bulduk. Dört-altı yaşları arasındaki çocukların yaklaşık yarısı kopya cırlak sıçanının hem zihinsel hem de fiziksel özellikler bakımından tamamen farklı olduğunu düşündü. Makinenin canlı bir şeyi kopyalayabileceğine inanmamış olabilirler. Çocukların başka bir üçte birlik kesimi, her iki cırlak sıçanının da her bakımdan aynı olduğunu düşündü. Bununla birlikte, ilginç olan grup, fiziksel özelliklerin kopya-

landığını ama anıların kopyalanmadığını düşünen son üçte birlik gruptu. Diğer deyişle, tıpkı yetişkinler gibi makinenin çalıştığına ama zihni kopyalayamadığına inandılar.

Deneyin bir başka biçiminde, fareye, kimliğiyle ilgili gerçekten bir şeylere sahip olduğunu düşündürtecek şekilde bir isim verdiğimizde, anıların benzersiz olduğuna dair bu inancın daha güçlendiğini bulduk. Bir hayvana isim vermenin kimlikle ilgili yeni bir algı sunması dikkate değerdir ve yemeyi düşündüğümüz besi hayvanlarına neden isim vermediğimizi açıklar. İsimlerin benzersizlik ve kimlik bahş etmesi, küçük çocukların adaşlarının olduğunu öğrendiklerinde hakarete uğramış hissetmelerinin de nedeni olabilir.

Bulgularımızın, çocukların, özellikle zihin ve anıların, bireyin benzersizliğini nasıl oluşturduğunu kavramaya başladıklarını gösterdiğini düşündük. Daha önce "Zihin Kuramı" araştırmasıyla dört yaşından itibaren diğerlerinin zihinsel durumları hakkında gittikçe gelişen bir farkındalık olduğunu görmüştük. Başlangıçta küçük çocuklar diğerlerinin zihin sahibi olduklarını, geliştikçe de diğerlerinin zihinlerinin önemini ve benzersiz zihinsel içeriklerini kavrarlar.

Yetişkinliğimizde, otobiyografik anılarımızın benlik algımız için yaşamsal önemde olduğunu düşünürüz. Bedenlerimiz kopyalanabilir ama anılarımız asla. Anılarımız bizi biz yapan şeylerdir. Şu ana kadar zaten tartışmış olduğumuz bilim kurgu filmlerini bir yana bırakırsak, gerçek hayatta, hızla ilerleyen ve hafızayı boşaltan aşırı bunamadan dolayı sevdiği birinin çöküşüne şahit olan biri, bir kişinin benlik algısı ve kimliğinin nasıl çözüldüğünü bilir. Bu kimlik kaybı, hasta etrafındakileri artık tanımadığı için, bellek bozukluğunun akrabalar açısından travmatik bir semptom olarak görülme nedenlerinden biridir.

Bir kez daha, nörolog Oliver Sacks öz kimlik algımızın yaratılmasında diğerlerinin ne kadar önemli olduğunu anımsatır. Hastalarından biri, eski bir şarküteri işletmecisi olan William Thompson, ciddi bir bellek kaybına yol açan Korsakoff hastalığından mustaripti, bu yüzden tıpkı daha önce sözünü ettiğimiz Clive Wearing gibi bir iki saniye öncesine ait hiçbir

şeyi hatırlayamıyordu. Sonsuz bir şimdiki zamanda yaşıyor ve sabit bir benlik algısı üretemiyordu. Sacks, bir keresinde, kendisini selamlayan William'ı görmek üzere beyaz önlüğüyle koğuşa doğru yürüyordu:

> William ellerini ovuşturarak, "Bugün ne istiyorsun? Yarım kilo Virginia mı yoksa şöyle güzelinden biraz Nova'mı?"
> (Belli ki beni bir müşterisi sandı. Zaten sıklıkla koğuşundaki telefonu "Thompson Şarküteri" diye açar.)
> "Oo, Bay Thompson!" diyerek karşılık verdim. "Siz beni kim sandınız?"
> "Üstüme iyilik sağlık! Işık kötü. Sanki eski dostum Tom Pitkins değilmişsin gibi seni bir müşterim sandım... Ben ve Tom..." (olmayan bir hemşireyle konuşuyordu artık) "maçlara hep birlikte giderdik."
> "Bay Thompson, yine yanılıyorsunuz."
> "Demek öyle", yeniden kavuşuyoruz, bir an için kendinde gibi. "Ama Tom'san neden beyaz bir ceket giyesin ki? Sen yan dükkândaki Yahudi kasap arkadaşım Hymie'sin. Ama ceketinde hiç kan yok. Bugün işler kesat mı? Hafta sonuna kadar mezbahaya benzeyeceksin."[13]

Sanki William çaba sarf etmeksizin, Sacks'ın olduğunu düşündüğü bir kimlikten diğerine geçiş yapıyordu. Durumundan bihaberdi. Psikiyatri hastanesinde bir Korsakoff hastası olduğunun farkında değildi ama Sacks'ın da belirttiği gibi, "Kendisini ve dünyasını her an yeniden kurmak zorundaydı." Başkalarının kimlikleriyle birleşmekten kendini alamayan Tourette hastası kadından farklı olarak, William etrafındaki kişilerin kimliklerini, kendi kimliğini yaratmak için kullanıyordu.

İKİ ZİHİNDE OLMAK*

Akla yatkın bir öykü inşa etmek boşluk doldurma olarak bilinir ve hasta, koşullarını anlamlandırmaya çalışırken kişilik bölünmesinin pek çok tipinde bulunur. Aynada kendisini

13. O. Sacks, *The Man Who Mistook His Wife for a Hat*, Harper Perennial, New York, 1987, s. 108.

* Özgün başlık "*Being in Two Minds*", hem iki zihinli olmak hem de kararsız kalmak, bocalamak anlamına gelmektedir. Yazar kelime oyunu yapıyor olabilir. (ç.n.)

tanıyamayan ve yansımasının eve gizlice girmiş komşusuna ait olduğunu düşünen TH'yi hatırlayın. Bununla birlikte hepimiz, farkında olmasak bile bir dereceye kadar öyküler uydurabiliriz. Bunlar normalden daha az nesnel olmamızı sağlayan önyargıları, seçici yorumlamayı, yeniden çerçevelendirmeyi ve zihinsel tutarsızlığı üretir. Hepimiz doğal olarak dünyayı anlamlı öyküler üzerinden değerlendirmeye eğilimliyiz ve bu muhtemelen beynin sol yarım küresinde olduğu düşünülen ve "yorumlayıcı" olarak bilinen bir sistemin etkinliğini yansıtmaktadır.[14]

Normalde bu sistemin farkında değiliz çünkü farkındalığımızın gerisinde zahmetsizce ve görünmez biçimde işleyen beyin süreçleri bulunur. Biz sadece yorumcunun ürettiği çıktıyı durum, düşünce ve davranışın bilinçli değerlendirmesi olarak deneyimleriz. Sonuçta biz zihinlerimizsek ve zihinlerimiz de büyük oranda bilinçdışı süreçler tarafından inşa ediliyorsa, yorumlayıcı denilen şeyin neden farkında olalım ki? Bununla birlikte yorumlayıcının aktivitesi sinir-bilimci Michael Gazzaniga'nın, ayrık beyinli hastaları üzerindeki çalışmaları sayesinde açığa çıkmıştır.

Normal beyin gerçekten de solda ve sağda iki şehrin hikâyesidir.* Gazzaniga, titizlikle her ikisine de farklı bilgiler göndererek bu iki yarım kürenin özerkliğini meydana çıkarabileceğini gösterdi. Bunu yapmak için, hasta tam ortasına gözünü dikmişken bilgisayar ekranının sol ve sağ taraflarına kelimeler ve resimler koydu. Bu her bir yarım kürenin uyaranı karşı taraflarda işlemesini garantiledi ve yarım küreler artık korpus kollasumla bağlı olmadıkları için aralarında bilgi alışverişi yoktu. Örneğin "anahtar" ve "yüzük" sözcükleri ekranın sol ve sağ taraflarında sırayla ve kısa sürelerle parladığında hasta "yüzük" sözcüğünü gördüğünü bildirdi çünkü bu bilgi

14. M. S. Gazzaniga, J. E. Bogen ve R. W. Sperry, "Some functional effects of sectioning the cerebral commissures in man", *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 48, 1962, s. 1765-1769.

* Yazar, Charles Dickens'ın romanına gönderme yapıyor. (ç.n.) [İki Şehrin Hikâyesi, Çev. Meryam Arvas, Can Yayınları, İstanbul, 2011. (y.h.n.)]

karşı tarafta dili kontrol eden yarım küre tarafından işlenmişti. Ama hastalardan masada sözcüğe karşılık gelen nesneyi alması istendiğinde sağ yarım küre tarafından kontrol edilen sol elleriyle anahtarı aldılar. Üst üste yapılan deneyler her iki yarım kürenin birbirinden bağımsız olarak çalıştığını gösterdi. Bir deneyde, bir kadın çıplak bir adam görüntüsünün beyninin sağ yarım küresinde işlenmesinden dolayı gülmeye başladı ama neyi komik bulduğunu söyleyemedi. Beyninin sol yarım küresi çıplak adamdan habersizdi, bundan dolayı neyi gülünç bulduğunu açıklayamadı.

Bununla birlikte hastalar bazen bilinçdışı aktivitelerini anlamlandırmak için bazı öyküler uydurdular. Gazzaniga tarafından anlatılan klasik bir örnekte, ayrık beyinli hastalarından birine, Paul'un sol yarım küredeki görsel alanı için karlı bir manzara resmi, diğer tarafı için ise bir tavuk pençesi resmi gösterildi ve ardından masadaki uygun resmi seçmesi istendi. Paul, sol eliyle kürek, sağ eliyle de tavuk pençesi resmini seçti. Dikkati seçimindeki farklılığa çekilip neden iki farklı resim seçtiği sorulduğunda Paul şöyle yanıtladı: "Çok basit bir açıklaması var: Tavuk pençesi tavukla uyuşuyor ve tavuk pisliğini temizlemek için de küreğe ihtiyacınız var."

Gazzaniga ayrık beyinli kişilerde iki zihnin ya da iki benliğin olmadığını öne sürdü. Zihin, her iki yarım küre tarafından paylaşılan beyindeki zihinsel süreçlerin ürünüydü. Dilin öyküsel çıktı sağlama gibi bir avantajı var, bu yüzden sol yarım küredeki yorumcu, bilginin farklı kısımlarını birleştirmek üzere tutarlı bir açıklama yapma yetisine sahip. Normalde bu süreçler, işleyen tüm bölgelerden gelen bilgiyle işbirliği içindeki çalışmalardır. Fakat ayrık beyinli hasta için bu bölgelerin iletişimi söz konusu değildir. Yorumcu, sağ yarım küredeki bilgiyle, onunla tutarsız olan sol yarım küredeki seçimi makul bir öyküyle uzlaştırır.

Ayrık beyin çalışmaları, benliğin gerçekten de çok sayıda sürecin bir sonucu olduğunu gösterir. Bunlar genellikle birleşik bir benlik üretmek üzere işbirliği içinde çalışır ama tutar-

sızlıklar ortaya çıktığında dilden fazlasıyla etkilenen sistem, bütünlüğü yeniden sağlamak üzere işe koyulur. Bu sürece ilişkin en ikna edici örneklerden biri belki de Gazzaniga'nın[15] aktardığı, merhum Ohiolu beyin cerrahı Mark Rayport'a ilişkin olan kişisel anıdır. Bir ameliyatı sırasında Rayport, kokuyla ilgili beyin bölgesini uyarırken hasta konuya göre değişen bir koku aldığını belirtmiş. Hastadan hayatındaki mutlu bir anıyı anlatması istendiğinde koku bölgesinin uyarımı güllerle ilgili koku hissi üretmişti. Rayport daha sonra hastasından kötü bir anı hakkında düşünmesini istemiş. Bu kez aynı nöron kümesinin uyarımı çürük yumurta kokusu olmuştu. Bu anekdot beynin sinir ağlarının tutarlı bir öyküde bir araya gelmiş olan ilişkileri kaydedişini anlatıyor. Çevrelerinin gerçek doğasından habersiz hastadaki öykü uydurma veya bozulmuş beyin süreçleri birçok bakımdan, olduğumuza inandığımız şeyden saptığımızda yaşamımızdaki tutarsızlıklara anlam vermek için kullandığımız aynı öyküleme işlemidir.

KENDİNİ BİL*

Psikolog Dan Adams, yaşamlarımıza anlam vermek söz konusu olduğunda nereden geldiğimizi, ne yaptığımızı ve nereye gitmekte olduğumuzu açıklamak için öyküler ya da kişisel efsaneler ürettiğimizi öne sürüyor.[16] Bu, geçmiş, mücadele, zirve ve çözülüş bölümlerinden oluşan ve insanların yaşam öyküleri olarak kabul etmeye hazır oldukları olay örgüsüdür. Örneğin, bazıları kendilerini kontrolleri dışındaki koşulların kurbanı olarak görürler ve olayları bu bakış açısına göre yeniden yorumlarlar. Bazıları ise kendilerine, bugünkü konumlarına gelmek için aynı zor koşullara karşı zafer kazanmış dayanaklı kahraman rolünü uygun bulurlar. Olasılıkla bu mitler, kültürel etkileri ve yaşamımıza anlam katmak bakımından bize yakın

15. M. S. Gazzaniga, kişisel iletişim.

* Özgün başlıkta "*Know Thy Self*", Yunanistan'daki antik kent Delphi'deki Apollon Tapınağı'nda yazılı en ünlü aforizmalardan birine gönderme yapılıyor. (ç.n.)

16. D. P. McAdams, *The Stories We Live By: Personal Myths and the Making of the Self*, Guilford Press, New York, 1997.

olan şeyleri yansıtır. Bu anlatılar birer mittir çünkü gerçeklere dayanmak yerine bir başkahramanın (benliğimizin) basmakalıp çizgisini ve dünyanın karşılarına çıkardıklarını takip eder. Bazı kişiler için ise Tania Head'in durumunda olduğu gibi tamamen bir hayaldir.

Ben merkezli öykü oluşturma biçimi, bizimle ilgili olduğunu düşündüğümüz olaylara dikkat kesildiğimiz anlamına gelir. Bu kişisel efsane, hayat boyu hem bilinçli hem de bilinçsizce sürekli olarak gözden geçirilir ve güncellenir veya birine kim olduğumuzu açıklarken bilinçli tekrar anlatma yoluyla ya da geçmişten bir şey şaşırtıcı biçimde dokunaklı ve bizimle yakından alakalı göründüğünde içe bakış yoluyla yeniden ortaya çıkar. Kültürler bile efsane biçimindeki aynı eski öyküleri yeniden işler.[17] Örneğin *Yıldız Savaşları* gelecekte geçiyor olabilir ama tıpkı Homeros'un *İlyada*'sı* kadar bir Grek efsanesidir. İyilik ve kötülük timsali kahramanların olduğu yolculuk ve çatışmalarla ilgili öyküleri severiz. Kişisel öykülerimiz için de aynısı geçerlidir.

Benlik anlatımlarıyla ilgili sorun şudur ki onları yazan biziz ve bu onların ne düşündüğümüz ve neye benzememiz gerektiği konularındaki her türlü çarpıtmaya açık olduğunu gösterir. Buna "totaliter ego" denir ve yaşamımızın, idealize edilmiş benlik öykümüzle uyuşmayan olumsuz yönlerini baskılar, çarpıtır veya görmezden gelir.[18] Örneğin idealize edilmiş benliğimizle uyuşan bilgileri hatırlamaya, kolayca uyuşmayanları unutmaya eğilimliyizdir. Özel bir kişisel özelliğimiz olduğunu düşünürsek bu inançla uyumlu olan olguları titizlikle değerlendiririz. Hatta kolaylıkla, genel ifadeleri, özel olarak bizimle ilgili görünmelerini sağlayacak biçimde yorumlarız. Örneğin bu tanım sizin kişiliğinizin için ne kadar doğru?

---

17. J. Campbell, *The Hero with a Thousand Faces*, Princeton University Press, Princeton, 1949. [*Kahramanın Sonsuz Yolculuğu*, Çev. Sabri Gürses, Kabalcı Kitabevi, İstanbul, 2010. (y.h.n.)]

* Homeros, *İlyada*, Çev. Azra Erhat, İş Bankası Yayınları, İstanbul, 2014. (y.h.n.)

18. A. Greenwald, "The totalitarian ego: Fabrication and revision of personal history", *American Psychologist*, 35, 1980, s. 603-618.

Diğer insanların sizi sevmelerine ve hayran olmalarına çok ihtiyaç duyarsınız. Kendinizi eleştirmeye meyillisiniz. Henüz avantaja çevirememiş olduğunuz büyük bir potansiyeliniz var. Bazı kişisel zaaflarınız olmakla birlikte, genelde onları telafi edebiliyorsunuz. Dışarıda disiplinli ve iradeli, içinizde ise endişeli ve güvensizsiniz. Bazen doğru kararı verdiğinizden ya da doğru şeyi yaptığınızdan ciddi olarak şüphe duyuyorsunuz? Bir dereceye kadar değişim ve çeşitliliği tercih ediyorsunuz, kısıtlar ve sınırlar tarafından bastırıldığınızda hoşnutsuz oluyorsunuz. Bağımsız düşünen biri olduğunuz ve ikna edici kanıtlar olmadan başkalarının fikirlerini kabul etmediğiniz için kendinizle gurur duyuyorsunuz. Bazen dışa dönük, arkadaş canlısı, sosyalken bazen içe dönük, ağzı sıkı ve ihtiyatlı oluyorsunuz. Bazen istekleriniz son derece gerçek dışı olabiliyor. Güvenlik, yaşamdaki temel amaçlarınızdan biri.

Ürkütücü bir şekilde doğru, değil mi? 1948'de psikolog Bertram Forer öğrencilerine bir kişilik testi verdi ve her birine performanslarına dayalı bir kişilik analizi sundu.[19] Her öğrenci aslında yukarıdaki "benzersiz" analizle tanımlanmıştı. Hemen hemen herkes tanımın doğru olduğunu düşündü ama Forer aslında bu tanımı, çoğu insana uyacak kadar genel olduklarını kanıtlamak için farklı burç özeliklerinden bir araya getirmişti. Daha sonra adına, esprili bir dille "Bizde herkes için bir şeyler var" diye bahseden şovmenden alan "Barnum etkisi", benlik öykülerimizin muhtemelen düşündüğümüzden daha çok birbirine benzediğini göstermektedir. Ayrıca Barnum etkisi, analiz doğuştan sahip olduğumuz yargıları destekleyen olumlu kişisel özellikler içerdiğinde daha da güçlenmektedir.[20] Çoğu insan ortalama birinden daha eğlenceli, akıllı, iyi görünümlü ve kibar olduğunu düşünür ki bunu doğrulamak istatistiksel olarak olanaksızdır. Bazıları, hesap tutsun diye daha az eğlenceli, daha az akıllı, daha az güzel ve daha kaba olmalı.

19. B. R. Forer, "The fallacy of personal validation: A classroom demonstration of gullibility", *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 44, 1949, s. 118-123.
20. D. H. Dickson ve I. W. Kelly, "The 'Barnum Effect' in personality assessment: A review of the literature", *Psychological Reports*, 57, 1985, s. 367-382.

Barnum etkisi, hepimizin, farklı insanlar için ortak ve önemli ölçüde tutarlı görünen benzersiz bir benliğe ait yanılsamalar barındırdığımızı gösterir. Benzersizliğimiz ortalamaya düşündüğümüzden daha yakındır. Ayrıca Forer'in tanımındaki genel ifadelere yakından bakarsak, çoğunun başkalarının hakkımızda düşündüğünü sandığımız şeylerle, sosyal kaygılarla ve diğerlerinin fark ettiğinden daha karmaşık olduğumuz düşüncesiyle ilişkili olduğunu görürüz. Bu, aklımızın başkalarının düşündükleriyle meşgul olduğunu ve diğerlerine sandığımızdan daha bağımlı olduğumuzu gösteren başka bir yıkıcı kanıttır.

OCEAN'DA YÜZMEK*

Barnum etkisi her ne kadar pek çok ortak inanç ve tutuma sahip olduğumuzu gösterse de yaprak bitleri ya da diğer basit organizmalar gibi birbirimizin klonları olmadığımız da açıktır. Farklı insanları tanımlarken bize göre en kayda değer kişisel özelliklerini vurgulayan çeşitli açıklamalarda bulunuruz. Bebekler bile aynı değildir. Farklı özelliklerle doğarız ve çevreyle sürekli etkileşimden dolayı güçlü bir biçimde etki altında olduğu anlaşılan farklı sosyal bağlanma biçimleri geliştiririz. Kısacası bizi bireyler olarak tanımlayan hissetme, düşünme ve davranmaya ilişkin değişmez bir özellikler kümesi olarak kişilik kavramına inanırız.

Kişilik değerlendirmesi, bazı insanların belirli mesleklere daha uygun olduğunu gösteren onlarca araştırmayla desteklenen büyük bir endüstridir. Kişilik biliminin kökleri, Atinalı hemşerilerini belirli sayıdaki karakter tiplerine göre tanımlayan Yunan bilgin Theophrastus'a (MÖ 371-287) dek geri götürülebilir.[21] Yakın zamanda, psikologlar kişiliğin, beş farklı kişisel özelliğin kombinasyonu olduğu "Büyük Beş" adlı modeli öne sürdü. Her bir özelliğin ilk harflerinin birleşimi olarak

* İleride anlatılacak OCEAN kısaltması, İngilizce "ocean" [okyanus] kelimesi gibi kullanılarak, iki değişik anlamlı sözcük oyunu yapılmaktadır. (ç.n.)

21. Theophrastus, *The Characters of Theophrastus*, Çev. J. M. Edmonds, William Heinemann, Londra, 1929.

kısaca OCEAN diye bilinen bu modele ait özellikler şunlar: Açıklık (Openness: yeni olanı denemeye ve hayali deneyimlere olan isteklilik), Bilinçlilik (Conscientiousness: otokontrol), Dışa Dönüklük (Extraversion: sosyal girişkenlik derecesi), İyilikseverlik (Agreeableness: başkalarına yardım etme istekliliği) ve Nevrotiklik (Neuroticism: güvenli olmayan benlik merkezli endişe derecesi).[22] Büyük Beş yaklaşımı, insanların ne kadar mutlu oldukları, sosyal ilişkilerindeki nitelikleri, yaşam süreleri ve hatta işleriyle ilgili başarı ve memnuniyetlerini ölçmek için yapılan kişilik değerlendirmeleri arasında en yaygın olanlardan biri.[23]

Büyük Beş'e düzülen övgülerden sonra, gerçekten de bizleri tanımlayan temel bir kişiliğimiz olduğuna göre, kişilik kuramcılarının benlik yanılgısını çürüttüğü sonucuna varmış olabilirsiniz. Bununla birlikte Büyük Beş modelinin değişmez ölçütlerini bulmaya çalışırken, kişilik kuramcıları, benimsediğimiz farklı rollerin ve farklı durumların meydana getirdiği OCEAN sonuçlarının değişkenliğini göz ardı ettiler.[24] Örneğin, öğrencilerden kendilerini genel olarak yaşamlarının o döneminde yer aldıkları beş konumda düşünmeleri istendi: bir üniversite öğrencisi, üniversiteye devam edebilmek için geçici

22. R. R. McCrae ve O. P. John, "An introduction to the five-factor model and its application", *Journal of Personality*, 60, 1992, s. 329-361.

23. U. Schimmack, P. Radhakrishnan, S. Oishi, V. Dzokoto ve S. Ahadi, "Culture, personality and subjective well-being: Integrating process models of life- satisfaction", *Journal of Personality and Sock I Psychology*, 82, 2002, s. 582-593; L. AJensen-Campbell, R. Adams, D. G. Perry, K. A. Workman, J. Q. Furdella ve S. K. Egan, "Agreeableness, extraversion and peer relations in early adolescence: Winning friends and deflecting aggression", *Journalof Research in Personality*, 36, 2002, s. 224-251; D. D. Danner, D. A. Snowdon ve W. V. Friesen, "Positive emotions in early life and longevity: Findings from the nun study", *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 2001, s. 804-813; M. R. Barrick, M. K. Mount ve R. Gupta, "Meta-analysis of the relationship between the Five Factor model of personality and Holland's occupational types", *Personnel Psychology*, 56, 2003, s. 45-74.

24. K. M. Sheldon, R. M. Ryan, L. J. Rawsthorne ve B. Ilardi, "Trait self and true self: Cross-role variation in the Big-Five personality traits and its relations with psychological authenticity and subjective well-being", *Journal of Personality and* Social *Psychology*, 73, 1997, s. 1380-1393.

işlerde çalışan bir öğrenci, bir evlat, diğer öğrencilerin arkadaşı ve romantik bir partner. Daha sonra kişiliklerindeki tutarlılık ve tutarsızlıkları açık eden OCEAN testlerinde değerlendirildiler. Tutarsızlık, kişilerin kendilerini konumlandırdıkları roller üzerinde yapılan OCEAN ölçümlerindeki bireysel değerlendirmeleriyle ilişkili değişkenlikti. Her bir rolde hangi kişilik faktörlerinin en önemli olduğu konusunda ise grup olarak tutarlıydılar. Büyük Beş ölçümlerinde, katılımcılar genel olarak romantik partner rolündeyken yeni deneyimlere açık, çalışan rolünde bilinçli, arkadaş rolünde dışa dönük, öğrenci rolünde ise en az iyiliksever ve en çok nevrotik oldular.

Bu bulgular, Büyük Beş kişilik faktörlerinin tek bir rolde tutarlı olabildiğini ama bir başka rolde, durumun tıpkı ayna benlik öngörülerinde olduğu gibi tamamen değiştiğini göstermektedir. Diğer deyişle insanlar yaşamlarında her bakımdan tutarlı olmak zorunda değildir. İşte ayrıntılar konusunda kılı kırk yaran ama evde dağınıklık bakımından umutsuz vaka biriyle yaşayabilmenizin nedeni budur. Benlik üzerindeki bağlamın bu etkisi defalarca kanıtlanmıştır. Klasikleşmiş bir çalışmada, Princeton teoloji öğrencilerinden kampüsün karşısındaki bir binada "Merhametli İnsan" konulu bir vaaz vermeleri istendi.[25] Geç kaldıkları söylenen öğrencilerin yalnızca onda biri yollarına çıkan hasta bir adama yardım etmek için durdu, böyle bir şey söylenmeyen, diğer deyişle acelesi olmayan kişilerin ise onda altısı hasta adama yardım etti. Yoldayken ne düşünüyorlardı? Açık ki vaazın konusuyla ilgili hiçbir şey düşünmüyorlardı. Bu tip tutarsızlıkların üstesinden nasıl gelirler?

Bunun yanıtı, eylemlerimizi haklı çıkarmak için olguları yeniden değerlendirmek amacıyla zihinsel uyumsuzluklarımıza kolayca başvurmamızdır. Alicia Esteve Head, 9/11'in gerçek kurbanlarından biri olmayabilir ama Tania'nın yaptıkları

25. J. M. Darley ve C. D. Batson, "From Jerusalem to Jericho: A study of situational and dispositional variables in helping behavior", *Journal of Personality and Social Psychology*, 27, 1973, s. 100-119.

başlangıçta Hayatta Kalanlar'a iyi gelmişti; Alicia bunu Tania olmadan başaramazdı. Teoloji öğrencileri hasta adamın farkındaydılar ama daha fazla insan üzerinde etkide bulunacak vaazlarına yetişmeleri onlar için daha önemliydi. Tutarsızlıkla karşılaşıldığında, benlik anlatısını çözülmeden korumak için bir öyküyü yeniden değerlendirmek çok kolaydır.

Bu saptırmaları neden yapıyoruz? Kendimize karşı dürüst olmamız daha iyi değil mi? Aksi takdirde sadece kendini kandıran kişiler oluruz. Öncelikle, pozitif yanılsamalar (bunda diğer birçok yanılsamadan daha iyiyiz), fiilen zihinsel esenliğimiz için yararlı olabilir.[26] Bu pozitif yanılsamalar, "özel biri" olarak barındırdığımız pozitif özellikleri abartmak için ("Çoğu insanın aksine gerçekten yaratıcı bir zihnim var"), başarısızlıklarımızı küçümsemek yoluyla ("Herkes vergi beyanında hile yapıyor") kendimize olan saygımızı korumamızı sağlıyor. Bu pozitif yanılsamalarla donanarak, koşullar üzerinde gerçekte ya hiç olmayan ya da çok az olan kontrolümüzü daha fazlaymış gibi hissederiz. Kontrol yanılsamasının bizi belirsizliğin stresinden nasıl koruduğunu hatırlayın.[27] Pozitif yanılsamalar, pozitif sonuçları eylemlerimizin doğrudan neticesi, negatif sonuçları ise başkalarının hataları olarak görmeye eğilimli olduğumuzu ifade eder.[28] Bu bizi, yaşamın bize sunduğu onca dert ve sıkıntıyı düşünürsek, gerçekdışı iyimserler haline getirir. Pozitif yanılsamalar sayesinde daha az kırılgan ve devam etmeye daha istekli oluruz.

Bu esneklik evrimsel açıdan bir avantaj sağlamış olabilir. Tarihin derinliklerinde bir yerde bu düşünme tarzı, Serengeti'de* biraz daha çabalamayı isteyip başarılı olan avcı ile takipten erken vazgeçip başarısız olan ve sonuçta sürüdeki çiftleşme

26. S. E. Taylor, *Positive Illusions: Creative Self-deception and the Healthy Mind*, Basic Books, New York, 1989.

27. E. Langer, "The illusion of control", *Journal of Personality and Social Psychology*, 32, 1975, s. 311-328.

28. J. Kruger ve J. Burrus, "Egocentrism and focalism in unrealistic optimism (and pessimism)", *Journal of Experimental Social Psychology*, 40, 2004, 332-340.

* Serengeti Milli Parkı, Tanzanya'da bulunur, 14,763 km²'lik bir savan alanını kapsar. Günümüzde birçok vahşi doğa belgeseli bu parkta çekilmektedir. İnsan ırkının bu coğrafyadan dünyaya dağıldığı düşünülmektedir. (y.h.n.)

fırsatını kaçıran avcı arasındaki farka neden olmuş olabilir. Şüphesiz bu bir kurgu ama başarmaya inanmak bazen başaracağınız anlamına gelirken, başaramayacağınıza inanmak hiçbir zaman başaramayacağınız anlamına gelir.

ANNEYLE DİNLE*

Benliğimizi başkalarına tanıtırken kim olduğumuzu ve bulunduğumuz noktaya nasıl geldiğimizi açıklamak yoluyla geçmiş deneyimlere başvururuz. Bu hareket bize öyle nesnel görünür ki öykümüzün doğruluğundan kesinlikle şüphe etmeyiz. Bununla birlikte kültür çevremizi yorumlamada etkili bir rol oynar. Öyle görünüyor ki Batılı düşünme biçiminin temel özelliği bireyselcilik ve Doğunun kolektivizmi otobiyografik anılarımızı da şekillendiriyor.

Cornell Üniversitesi'nden Gelişim Psikoloğu Qi Wang, geçmiş anıları anlatmak söz konusu olduğunda, çocukluk anılarının Doğu ve Batı kültürleri arasında farklılaştığını ve bunun nedeninin Batı kültüründe bireye daha fazla odaklanılması olduğunu gösterdi.[29] Benlik takıntılı Batı perspektifi ("Sınavı geçtiğim zamanı hatırlıyorum da..."), düşünce süreçlerimizi kişisel olayların anbean ayrıntılı bir biçimde kodlanmasına odaklanmaya sevk ediyor. Batılı çocukların Doğulu yaşıtlarına oranla daha belirgin ayrıntıları hatırlamasının nedeni budur.[30] Kişisel anılarında daha fazla ayrıntı sunan Doğulu çocuklar aynı zamanda, otobiyografik anıları belirleyenin kültür ya da dil değil dünyayı görme biçimi olduğunu kanıtlarcasına bireyselcilik ölçümlerinde de yüksek puanlar aldılar.[31]

---

* Özgün başlık "*Listen with Mother*", BBC radyosunda 1950-1981 yılları arasında yayın yapan aynı adlı bir çocuk programına gönderme yapıyor. (ç.n.)

29. Q. Wang, "Autobiographical memory and culture", *Online Readings in Psychology and Culture*, Konu 5, Mayıs 2011. http://scholarworks.gvsu.edu/orpc/vol5/iss2/2

30. Q. Wang, "Earliest recollections of self and others in European American and Taiwanese young adults", *Psychological Science*, 17, 2006, s. 708-714.

31. Q. Wang, "Relations of maternal style and child self-concept to autobiographical memories in Chinese, Chinese immigrant and European American 3-year-olds", *Child Development*, 77, 2006, s. 1794-1809.

Çocukların hatırlama biçimi kısmen onlarla anılarını paylaşan ebeveynler tarafından belirlenir. Daha önce gördüğümüz gibi ebeveynler küçük çocuklarla olaylar hakkında konuşursa, genelde iki-üç yaş olarak belirtilen bellek kaybı engeli, daha erken bir zamana kadar geriletilebilir. Bu, yetişkinler tarafından sağlanan yorumlama çerçevesinin, çocukların deneyimlerini anlamlandırmalarına ve daha iyi anılar oluşturmalarına yardımcı olduğunu gösteriyor.[32] Bununla birlikte çalışmalar, Doğulu ve Batılı ebeveynlerin yetişkinlerle anılarını paylaşma biçimlerinde de farklılık bulunduğunu ve çocuklarına anılarından söz ederken tipik bireyselci ve kolektivist tarzlar sergilediklerini gösteriyor.[33]

Daha ilginci, anıların tam içeriği her zaman kaybolmuyor da. Doğulu ya da Batılı bireyleri bireyselci ya da kolektivist bakış açılarına hazırlarsanız, buna uygun olarak daha kişisel ya da daha kolektif anıları hatırlayacaklardır. Bu, anılarınızın, onlara ulaşmasınız bile orada kayıtlı olduğunu gösterir. İçinde bulunduğumuz bağlam, içsel benliğimizi tanımlamak için anılara -özenle seçilmiş- nasıl ulaşacağımızı bile belirliyor. Sör Frederick Bartlet'in belirttiği gibi, "Sosyal yapı, detaylı tüm anımsamalarımızın uyması gereken kalıcı bir çerçeve sunar ve bu çerçeve anımsamalarımızın hem biçimini hem de içeriğini çok güçlü bir biçimde etkiler."[34] Benlik öykümüzü tanımlamak için hatırladığımız anılar bile ait olduğumuz gruplar tarafından belirlenir.

32. K. Nelson ve R. Fivush, "The emergence of autobiographical memory: A social cultural developmental theory", *Psychological Review*, 111, 2004, s. 486-511.

33. Q. Wang, M. D. Leichtman ve K. I. Davies, "Sharing memories and telling stories: American and Chinese mothers and their 3-year-olds", *Memory*, 8, 2000, s. 159-177.

34. F. C. Bartlett, *Remembering: A Study in Experimental and Social Psychology*, Cambridge University Press, Cambridge, 1932, s. 296.

GERÇEKLİKTEN KAÇIŞ

Bazı kişiler için bellek öyküleri başa çıkılamayacak kadar kabul edilemezdir, bu yüzden yeni bir tanesini oluşturmaya ya da en azından sahip olduklarından kurtulamaya çalışırlar. Ev hayatında ciddi sorunlar yaşayan ve başarısızlık olarak gördüğü on sekiz yaşındaki oğluyla büyük bir anlaşmazlık içinde olan Gene Saunders'i ele alalım. Gene, bavullarını topladı ve kendini, 200 mil uzaktaki bir kasabada, geçmişiyle ilgili hiçbir anısı olmayan aşçı Burt olarak buldu. Bu tip bellek kayıpları çözülmeyle alakalı "füg" (Latince uçuş sözcüğünden gelen) durumu olarak bilinir.

Füg durumu genellikle erken yetişkinlikte veya nadiren ellili yaşlardan sonra ortaya çıkar. Genellikle birdenbire, birey kendisi olmaya son verince strese karşı bir tepki olarak belirir ve yine aniden sonlanır.

Örneğin, Jeffrey Alan Ingram, 2006'da, Denver'da, televizyondaki bir haber programında kimliğini arar hale geldi. Tek bildiği isminin "Al" olduğuydu. Seyircilere, "Beni tanıyan, kim olduğumu bilen biri varsa lütfen birilerine söylesin," diye seslendi. Anlaşılan o ki kanserden ölmekte olan bir arkadaşını ziyarete gidiyormuş ama varış yeri Denver'da füg durumuna girmiş. Sonunda, haberleri izlemekte olan nişanlısının kardeşi, binlerce mil ötede, Olympia, Washington'da yaşayan Jeffrey'i tanıdı. Annesi Jeffrey'in füg durumuna ilk kez girmediğini, benzer bir bellek kaybını 1995 yılında, markete giderken yaşadığını ve dokuz ay sonra kim olduğunu bilmez halde bulunduğunu anlattı.

Füg durumları alternatif benliklerin veya "öteki benlik"lerin bulunduğu ve daha önce çoklu kişilik bozukluğu olarak bilinen, Çözülmeli Kişilik Bozukluğu (ÇKB) durumlarından yalnızca biridir. ÇKB'ye ilişkin ilk kurgusal anlatım Robert Louis Stevenson'ın 1886 tarihli, *Dr. Jekyll ve Mr. Hyde* adlı eseridir ancak bireyin birden fazla kişiliğe bölünebileceği fikri modern kültürde yinelenen bir temadır. Göze çarpan son örneklerden biri Brad Pitt'in, Ed Norton'un öteki benliği, Tyler Durden'i

canlandırdığı 1999 yapımlı *Fight Club* (Dövüş Klubü) adlı filmdir. Tıpkı Jekyll ve Hyde gibi, Tyler Durden'in anarşist karakterinin Norton'un saygın karakterini gittikçe daha fazla suça yöneltirken izleriz ve filmin sonunda Durden'in aslında onun öteki benliği olduğunu anlarız.

Hepimizin hem iyi hem de kötü tarafları olduğu düşüncesi, genel kabul görmüş bir bilgelik örneği olsa da çok azımız bu karakterizasyonları farklı kişilikler olarak değerlendirir. Bununla birlikte bu tam da ÇKB'nin suç davalarında savunma araçlarından biri olarak kullanıldığı iddiasıyla ilişkilidir. Bu türden bir dava, 1978 yılında, Ohio State kampüsünde bir yıl önce kolejli dört kadına tecavüz edilmesiyle ilgili isimsiz ihbarla yirmi üç yaşındaki Billy Milligan'ın tutuklanmasından sonra başladı. Milligan ilk başta tipik bir ipsizdi: Zorlu bir çocukluk geçirmiş, üvey babası tarafından kötü muamele edilmiş ve başı sürekli dertte olan biri. Ama bu durum, ikisi kadın olmak üzere en az on farklı kişiliği olduğunu gösteren psikolojik değerlendirmeden sonra değişti. Hatta kadın kişiliklerden biri, on dokuz yaşındaki lezbiyen Adelena tecavüz suçlarını üstlendi. Milligan'ın kişiliklerinden bir diğeri de, Billy'i ele verdiği iddia edilen dokuz yaşında, tacize uğramış, korku dolu David'di. *Time*'a göre dedektifler Milligan'ın telefonunun yanında polisin telefon numarası yazılı bir not defteri bulmuştu.[35] Milligan için on yıl boyunca tam güvenlikli psikiyatri hastanesinde yatma hükmü verildi ve 1988 yılında taburcu edildi.

ÇKB'nin savunma tarafından kullanılmasıyla ilgili bir başka ünlü dava, Hillside Canisi Ken Bianchi'nin suçu "ikinci kişiliği" Steven Walker'a attığı davaydı. Ama bu savunma şüpheci bir psikiyatristin çoğu ÇKB vakalarında en az iki öteki-ben olduğunu belirtmesiyle çöküşe geçti. Bundan sonraki ilk hipnoz seansında Bianchi, bu bilgiye uygun olarak başka bir öteki benliğini, Billy'yi ortaya çıkardı. Polis soruşturmayı derinleştirdiğinde, Steven Walker'ın, Bianchi'nin daha önce sahtecilik

35. "The man with ten personalities", *Time*, 23 Ekim 1978. www.astraeasweb.net/plural/milligan-1978.html

amacıyla kimliğini çalmaya çalıştığı gerçek bir psikoloji öğrencisi olduğunu buldu. Bianchi halen ömür boyu hapis cezasını çekiyor.

ÇKB temel psikiyatrik kılavuzlarda kabul edilmesine rağmen, hâlâ son derece tartışmalı bulunuyor. 19. yüzyılda belirtilen ilk vakalar psikanaliz akımla ilişkiliydi. ÇKB'li bir kadınla ilgili, *The Three Faces Of Eve* (Üç Ruhlu Kadın) adlı 1957 yapımı popüler filme kadar ÇKB pek bilinmiyordu. Bunu benzer bir film 1976 yapımı *Sybil* izledi. 1970'lere dek ÇKB'yle ilgili çok az dava söz konusuydu ama bu yıllarda vaka sayısında patlama yaşandı ve bu da ÇKB'nin gerçek bir tıbbi bozukluk mu yoksa modaya uygun bir heves mi olduğu tartışmalarını başlattı. Ayrıca, ÇKB esas olarak bir Kuzey Amerika sorunuydu çünkü diğer ülkelerde çok az vakaya rastlanıyordu. Kuzey Amerika'da rapor edilen vakalar da hep aynı uzmanlara aitti ki bu da hastalığın kaynağına ilişkin şüpheye yol açtı.

Hipnoz ve öğrenci gardiyanların eylemleri gibi ÇKB de toplumun ön ayak olduğu ve birkaç etkili uzman, diğer deyişle alanında uzman psikiyatrist tarafından desteklenen bir inançla örülmüş aşırı derecede incelikli bir rol yapma örneği olarak reddedildi. Bu, ÇKB hastalarının belirtileri uydurduğu ya da taklit ettikleri anlamına gelmez. Birey alternatif kişiliklerinden birine büründüğünde farklı beyin durumlarının ortaya çıkabildiğini gösteren çalışmalar da bunu destekler niteliktedir. Örneğin, beyin görüntüleme çalışmaları ÇKB'li hastaların beyin aktivitelerinin büründüğü kişiliğe göre değiştiğini göstermiştir.[36] Bir hastanın bellek bölgesi, bir kişilikten diğerine geçiş esnasında sanki farklı anı kümelerine erişiliyormuş gibi kapatılıyordu.

Beyin görüntüleme çalışmalarından elde edilen kanıtlar, farklı şeyler hakkında düşünerek bile beyin aktivitemizi değiştirebildiğimiz dikkate alındığında daha ikna edici hale geliyor. Üzgün ya da kızgın olduğum bir zamanı düşünürsem beyin

36. R. Carter, *Multiplicity: The New Science of Personality,* Brown and Co., New York, 2008.

aktivitem değişecektir. Bununla birlikte beyin biliminin ayrık kişiliklere destek verdiği dramatik bir vakada, on beş yıldır körlük teşhisiyle yaşayan ÇKB'li bir Alman, psikoterapiden sonra gittikçe artarak görüş yeteneğini yeniden kazanmıştır.[37] Hasta taklit mi yapıyordu? Beynin erken duyusal işleme alanlarından biri olan görsel kortekslerinden elde edilen elektriksel ölçümlere göre rol yapmıyordu. Gören bir kişiliği için bu bölgedeki elektriksel aktivite normalken kör kişiliklerinden biri için elektriksel aktiviteye rastlanmıyordu. Kişilikleri üreten beyin bölgesi beynin görsel bölgesindeki aktiviteyi de bir şekilde açıp kapatıyordu. Bu kelimenin tam manasıyla inanılmaz bir durumdur. Kör olduğunuza inanmak bir şeydir, beyninizin düşük seviyeli duyusal işleme alanlarının kapamak başka bir şey ve bu hayret vericidir. Bir şekilde, benlik ve kişilik gibi karmaşık kavramları ele almak için yüksek seviyeli akımları işleyen bağlantı desenleri daha öncelikli, temel ve düşük seviyeli girdi akım merkezlerini kontrol edebiliyor.

NE OLDUM DEMEMELİ, NE OLACAĞIM DEMELİ

Beynimiz hasarlı değilse ya da ÇKB'den mustarip değilsek, farklı bir benliği ne dereceye kadar deneyimleyebiliriz? Batılılaşmış modern kültürlerde bazı insanlar, özel ve kamusal kimlikleri arasında geçiş yaparak karmaşık ve çok yönlü bir yaşam sürürken, diğerleri kırsal bölgelerde geçimlik tarım gibi işlerle uğraşarak daha basit bir yaşam biçimi sergiliyor. Dünyaya sunduğumuz benlikler, içinde bulunduğumuz farklı ortamların bir yansıması olmalı. Bazen bu dünyalar çarpışır. Bu çok iyi tanıdığımızı düşündüğümüz bir kişinin farklı bir yüzünü (sadakatsiz eş, pedofil papaz, sadist hemşire veya yozlaşmış politikacı) gördüğümüzde olan şeydir. Bunlar başkalarında çok sık rastladığımız benlik çatışmalarıdır. Halka mal olmuş kişiler sürekli olarak karakterlerine aykırı davranışlarda bulunup iti-

37. B. Waldvogel, A. Ullrich ve H. Strauburger, "Sighted and blind in one person. A case report and conclusions on the psychoneurobiology of vision" (orj. Almanca), *Nervenarzt*, 78, 2007, s. 1303-1309.

barlarını yerle bir ediyor gibi görünür. Benlik yanılsaması bilimi, bu sınırı geçme vakalarına nasıl ışık tutabilir?

Sorulması gereken ilk soru, insanlar neden kamusal benliklerini gereksiz yere riske atar? Örneğin, sözüm ona kusursuz ahlaki değerlere sahip toplumumuzun saygın üyeleri neden sıklıkla uygunsuz vaziyette yakalanır? Neden, Britanya Eski Başsavcısı Sör Allan Green, tutuklanma olasılığının çok yüksek olduğunu bilmesi gereken bir yerde, King's Cross istasyonunda hayat kadınlarının mesai saatinde, malum amaç için arz-ı endam etmiştir? Benzer biçimde çok az kişi, kadınların gözdesi bir Hollywood yıldızının, Hugh Grant'ın, ahlak zabıtalarının düzenli olarak devriye gezdiği adı çıkmış Sunset Bulvarı'nda duran bir arabada Divine Brown'a seks için para ödemesine anlam verebilir. Ne kadar riskli davrandığını biliyor olmalıydı. Belki de bütün mesele budur. Risk almayla ilişkili heyecan verici, uyarıcı bir şey olabilir ve risk ancak kaybedecek bir şeyiniz varsa alınabilir. Hesap verme söz konusu olunca pek çok kişi şaşırmış halde eylemlerini açıklayamaz ve normalde kendilerinin bu olmadığını söylerler.

Bu tip davranışların ilginç örneklerinden biri de insanların gündelik hayatlarından çok farklı bir benliği dışa vurdukları cinsel rol yapmadır. Genelinde, baskılanmış toplumların üyeleri liderlerimizden daha asil ve nazik davranmak zorunda değil. Örneğin, liderler baskın karakterli olmak zorundadırlar, yine de onların sık sık egemenlik altına alınmak ve aşağılanmaya maruz kalmak için para ödedikleri mazoşist cinsel fantezilere bulaştıklarını duyarız. 2010'da üç *Long Island* avukatı, 50 milyon dolarlık ipotek dolandırıcılığı için New Yorklu bir "baskın" kadınla* birlikte ekip kurdu. Kurbanları baskın kadının Manhattan'daki zindanına giden zengin gönüllülerdi. Gücün dehlizlerinde, Teslimiyet, Disiplin, Sadizm ve Mazoşizm, kısaca TDSM oldukça yaygın görünüyor. Ama neden?

---

* Sözü edilen cinsel fantezilerde mazoşist kişiye egemen olan "baskın" (*dominant*) kişi.(ç.n.)

Bildik nedenlerden ötürü, insanların cinsel hayatlarıyla ilgili konuşmasını sağlamak çok zordur. Neyse ki diğerlerinin uzak durduğu cinsel konularda soru soran insanlar var. ABD'li psikolog Katherine Morris düzenli olarak TDSM aktivitelerine katılan dört yüz altmış heteroseksüel erkekle görüşme yaptı. Görüştüğü erkeklerin büyük çoğunluğu, içlerinde şirket yöneticileri hatta çok sayıda genel müdür olan üst düzey profesyonellerdi. Görüşülenler arasında psikiyatristler, avukatlar, mühendisler, bilim insanları gibi günlük hayatlarında zamanlarının büyük çoğunluğunu zorlayıcı entelektüel uğraşlara ayıran diğer profesyoneller de vardı.[38]

Morris, bu insanların özel TDSM oturumlarında yaşadıkları duyguların, günlük kamusal yaşamlarının parçası olarak dışa vurabildikleri duygular olmadığını bulguladı. Yaşamlarında eksiksiz tatmin için gereksinim duydukları bir şeyler eksik gibiydi. Bu adamlar kendilerini eksik bileşenleri cinsel ritüeller olarak hayatlarına katmak zorunda hissettiler. Morris pek çok üst düzey şirket yöneticisinin kendisini sahtekâr nitelediğini ve kendi deyimiyle, "insanların kamusal ve özel hayatlarında denge aradıklarını" belirtti.

İnsanların bu türden rol yapmaya girişmelerinin nedeni yalnızca yetersiz tatmin değildir. TDSM aynı zamanda kişinin kendini kaybetmesine ve başka biri olarak cinsel yönden tatmin bulduğu bir rolü benimsemesine izin veriyor.[39] Pek çoğumuz için cinsel aktiviteler, kamusal davranışlara kıyasla mahremdir. Sanki neredeyse yatak odalarımızda farklı kişiler olmamıza izin verilmiş. Halk içinde utangaç, ağır başlı ve ölçülü ama kapalı kapılar ardında, yatak odasında şeytana dönüşen birini ifade eden bir klişe vardır. Halk içinde çizdiğimiz kişilik sanki özel hayattaki gerçek kişinin görünen yüzüdür. Kuşkusuz hepimizden halk içinde cinsel davranışlarımızı kontrol etmemiz beklenir. Çok küçük yaşlardan itibaren bize öğretilen

38. Katherine Morris, kişisel iletişim.

39. P. Gebhard, "Fetishism and sadomasochism", J. H. Masserman (Der.), *Dynamics of Deviant Sexuality*, Grune and Stratton, New York, 1969.

budur. Bunu yapamayanlar sapık veya zihinsel engelli olarak görülür. Bazı toplumlarda çoğunlukla din temelli çok sıkı davranış kuralları olsa da tüm toplumlarda halk içinde hangi cinsel davranışlara izin verileceğine dair bazı kurallar vardır. Bu toplumların üyeleri bu kurallara uymak zorundadır ama bastırılan düşünce ve davranışlar ortadan kaybolmaz ve önünde sonunda dışa vurulma ihtiyacı duyar, tıpkı Tourette sendromlu kadının küfür savurmayı bastırma yeteneğinden yoksun oluşu gibi. Bu bir kez daha ego tükenişi etkisidir. Arzularımıza teslim olup olmayacağımıza karar veren bir özdenetime sahip olduğumuz düşüncesi bir yanılsamadan ibarettir. Problem şu ki yoksunluk, tam olarak kaçınmaya çalıştığımız şeyleri yapmak için bastırılmış hayal kırıklığına neden olabilir. Güçlü kişiler görkemli bir biçimde düştüğünde kullanılan "ne oldum demeli, ne olacağım demeli" sözü bu duruma uygun düşer.

Teknoloji bize bir çıkış yolu sağlıyor olabilir. İnternet, bu fantezi ve arzularımızı doğrudan etkilenmeksizin yerine getirebileceğimiz bir yerdir. Sonraki bölüm internetin etkileşim ve öyküleri paylaşma biçimimizi nasıl değiştirmekte olduğunu ve sonuç olarak internet sitelerinin inşa ettiğimiz benlik yanılsamasında nasıl ve ne kadar önemli bir rol oynayacağını incelemektedir. Bunun nedeni internetteki öyküleme akışının bilgi alma, oluşturma ve diğerlerine gönderme becerisine sahip herkes için çift yönlü oluşudur. Ayna benliğimiz bizi çevreleyen kişilerin bir yansımasıysa, yeni medyanın bağlantıda olduğumuz kişileri değiştirmek, bu ilişkileri geliştirmek ya da sınırlamak gibi kaçınılmaz sonuçları olacaktır.

8
Ağa Takılmak

Her şey kalabalıkta bağıran bir adamla başladı. Neden bağırıyordu? Birisi "Bomba!" mı demişti? Hiç kimse emin değildi yine de durumu anlamak için yerinde duran olmadı. Saniyeler içinde çılgınca bir kaçışma başladı. Mayıs 2010'da Amsterdam'daki İkinci Dünya Savaşı anmasıydı. Bir görgü tanığı olayı şöyle anlattı:

> Bir anlık sessizlikten sonra, bulunduğum yerden çok da uzakta olmayan bir yerden çok yüksek sesli bir çığlık duyuldu. Bunun hemen üzerine çok sayıda insan sesin geldiği yerden uzaklaşmaya başladı. Bu insan kütlesinin çığlıktan uzaklaşmaya çalışması ürkütücüydü.[1]

1. Peter Moskos'un blog sitesinden, annesinin kişisel görgü tanıklığı, P. Moskos, "Crowd stampede at Netherlands WWII ceremony", *Cop in the* Hood web

Bu olay, gruplar halinde yaşayan hayvanlar arasında yaygın kaçışma olgusunun örneklerinden biriydi. Böyle bir durum, az sayıdaki üyenin ani hareketlenmesinin grubun tümünün topluca tepkide bulunmasını sağladığında olur. Bu sürü psikolojisi veya arı kovanı zihniyetidir. Kalabalıkta biri koşmaya başlarsa içgüdüsel olarak onu takip ederiz. Bu çok mantıklıdır. Aynı şekilde otomatik olarak diğerlerini kopyalama ve taklit etmeye eğilimliyizdir. Biz de mirketler* gibi, bir tehdit baş gösterdiğinde kolektif akıldan ve diğerlerinin uyanıklığından yararlanırız. Diğer insanlara içgüdüsel olarak tepki verdiğimiz için herhangi bir bireyin basit bir hareketi hızla yayılarak karmaşık grup hareketine yol açıyor. Çok sayıdaki bireyin kısıtlı bir alanda bulunuşu bir sorundur ve kaçışılan tehdit, hareket eden kalabalığın tehlikesine kıyasla önemsiz kalır. Amsterdam izdihamında altmış kişi yaralandı ama şanslıydılar. Her yıl çok sayıda insanın kapalı ortamlarda paniklemesinden dolayı yüzlerce kişi ölüyor.

Grup oluşturmak doğamızda var. Pek çoğumuz, derinlerdeki ait olma ihtiyacını tatmin etmek için gruplar ve topluluklar arar. Bu şekilde aynı konularla ilgilenen insanlarla bir araya gelir. Kaçışmaların çoğunun dini bayramlarda ya da spor müsabakalarında olmasının nedeni budur. Bazıları bazen bireyler iç içe geçtiği için bireysel benliklerinin kalabalıkta kaybolduğunu hisseder. Benliğimizi ister kaybetmiş ister bulmuş hissedelim, sonuç olarak benliğimiz katıldığımız grubun kolektif özelliklerinden etkilenir. Gruba katılır katılmaz benliğimiz grupta yansır.

Birey ve topluluk arasındaki ilişki, grupların nasıl oluştuğu, nasıl işlediği, nasıl değiştiği ve bireyi nasıl etkilediği sorularına yanıt arayarak grubun doğasını anlamaya çalışan bilim insanlarının disiplini olan sosyal ağ alanındaki temel konudur. En dramatik örneklerden bazıları, nam-ı diğer uygar toplumlarda

sitesi, 5 Mayıs 2010. www.copinthehood.com/2010/05/crowd-stampede-at-netherlands-wwii.html

* 30 cm boylarında, koloni halinde yaşayan, Afrika'ya özgü etobur bir memeli. (ç.n.)

periyodik olarak patlak veren ayaklanmalardır. 2011'de polisin siyahi bir genci öldürmesi, Londra'nın alt tabaka halkını başkentte önlerine geleni yakıp yıkmaya itti. Cinayet Londra'da işlenmiş olmasına rağmen ayaklanmalar diğer Britanya kentlerine sıçradı. Yorumcular bu kalkışmanın nedenlerini tespit etmekte gecikmediler: sosyal sınıf, eğitim, etnik grup, kötü yetiştirme, işsizlik, sıkıntı ve diğerleri. Ama Londra'daki kargaşalarda tutuklananların profillerine baktıklarında ayaklanmanların tek tipten insanlar olmadığı açıkça görüldü. Farklı geçmişleri, yaşları ve çevreleri paylaşıyorlardı. Pek çoğu yoksul bir geçmişten gelen hoşnutsuz, muhalif gençlerdi ama aralarında Oxford hukuk mezunu, ilkokul öğretmeni, organik aşçı, papaz çocuğu ve "suçlu" olması imkânsız başka kişiler vardı. Genel bir yağmacı kategorisi elde etme uğraşındaki otoriteler, kaynaşmış grupların çok farklı kişilerden oluştuğu gerçeğini kavramakta başarısız oldular.

Ayaklanmalara yol açması için illa haksızlık algısı şart değildir. Bir başka patlama, 2011'de, Vancouver'da, Buz Hokeyi Finali'nde, ev sahibi Canucks takımının Boston Bruins takımına yenilmesi, bir ayaklanmanın ve yağmanın fitilini ateşledi. Kanadalılar buz hokeyini çok ciddiye alırlar.

Harvardlı Nicholas Christakis, insanlara sosyal ağlar prizmasından kuşbakışı baktığınızda hem bireyin hem de grubun görünüşünün değişeceğini belirtir.[2] Christakis grafit ve elmas benzetmesi yapar. Her iki madde de aynı karbon atomundan oluşmuştur. Birinin yumuşak ve siyah, diğerinin ise sert ve saydam olmasını sağlayan şey, karbon atomlarının birbirine bağlanma biçimidir. Grafit karbon atomlarının katmanlı örgü yapısı kolayca kesilebilir oysa elmastaki karbon atomları arasındaki son derece sıkı bağlar meşhur elmas sertliğine neden olur. Bundan dolayı karbon atomları söz konusu olduğunda bütün, onu oluşturan parçalardan daha fazlasıdır. Benzer şekilde bireysel benliği anlamak yalnızca onların bağlı olduğu

2. N. Christakis, "The hidden influence of social networks", TED konuşması, Mayıs 2010. www.youtube.com/watchPv=2U-tOghbl£E

gruplar bakımından anlamlıdır. Karbon metaforundan devam edersek, ne kadar birbirimize bağlıysak o kadar dirençliyiz çünkü sayılarda güvenlik ve dayanıklılık vardır. Yalnızken daha kırılgan ve zayıfız.

Gruplara katılmanın işleyişi tamamen rastlantısal değildir. Bireysel farklılıklarımızdan dolayı bazı gruplara katılırken diğerlerinden uzak dururuz. Güçlü tarihsel, coğrafi ve fiziksel faktörler söz konusudur. Kendi kültürümüzden, bize yakın yaşayan, bize benzeyen ve kolaylıkla bağlanabileceğimiz kişilerle ilişkiye girmeye ve arkadaşlık kurmaya eğilimliyizdir.[3] Ayrıca ilgi alanlarımızın ve dünya görüşlerimizin müşterek olduğu kişilerle arkadaşlık kurmaya yatkınızdır. Bize fiziksel olarak benzeyenlerden hoşlanmaya meyilliyizdir. Örneğin obez insanlar, diğer obezlerle ve onların arkadaşlarıyla arkadaşlık kurmaya daha yatkındır.[4] Bir arkadaşınız aşırı kiloluysa, başka bir arkadaşınızın da aşırı kilolu olma ihtimali %45 artar. Eğer başka bir aşırı kilolu arkadaşı olan bir arkadaşın arkadaşıysanız sizin aşırı kilolu olma ihtimaliniz %25 artar. Bu "homofili" olarak bilinir ve tencerenin yuvarlanıp kapağını bulma eğilimini ifade eder. Yalnızca arkadaşın arkadaşının arkadaşının arkadaşı söz konusu olduğunda obezite bağlantısı kaybolmaktadır.

Homofili, paylaşılan çevre ve ilgi alanları gibi çeşitli nedenlerden kaynaklanıyor olabilir. Ulusal kimlik, dini inançlar, takım bağlılıkları ve hayran grupları dışsal faktörlerden kaynaklanan homofilik grup örnekleridir. Bir Britanyalı, Hıristiyan, Dolly Parton hayranı bir *Manchester United* taraftarı olmanın genetik bir yanı yoktur. Daha da şaşırtıcı olanı, homofilinin sosyal gruplaşmalardaki genetik faktörlerinin yakın zamandaki keşfidir. Güzel görünümlü kişilerin birbirleriyle takıldıkları ve görünümlerin kısmen genetik olduğu uzun zamandır

3. Genel bir açıklama için bkz. T. Gilovich, D. Keltner ve R. E. Nisbett, *Social Psychology*, W. W. Norton, New York, 2006.

4. N. A. Christakis ve J. H. Fowler, "The spread of obesity in a large social network over 32 years", *New England Journal of Medicine*, 357:4, 2007, s. 370-379.

bilinen bir şey ama Christakis ve meslektaşları, son çalışmalarından birinde, davranışsal özelliklerle ilişkili genlerin aynı zamanda arkadaşlık biçimleriyle de ilişkili olduğunu göstermiştir.[5] Örneğin alkolizme yatkınlık geni DRD2'nin arkadaş gruplarındaki homofiliyle de ilişkili olduğu bulunmuştur. Diğer bir örnek ise, açıklıkla* ilişkili CYP2A6 geninin şaşırtıcı biçimde hetorofili (herhangi bir ortak ilgi alanı olmayan kişilerle ilişkiye geçme eğilimi, zıtların birbirini çekmesi) etkisi göstermesidir. Genlerin hangi davranışlar üzerinde, hangi yolla bu etkide bulunduğuna ilişkin nedensel mekanizma açıklanamamıştır ve genetik faktörlerin sosyal gruplaşmalardaki etkisinin incelenmesi henüz emekleme dönemindedir ama genlerin sosyal çevredeki etkinliğine dair keşif, biyolojimizin davranışlarımızı ne dereceye kadar etkilediğini yeniden düşünmek zorunda olduğumuz anlamına gelir.

TEKNOLOJİ SAVANASI

Teknoloji iletişim şeklimizi değiştiriyor ve bundan sosyal davranış biçimimiz etkilenecek. Özellikle, sosyal ağların gelişme biçimimiz için kayda değer sonuçları olacak. Serengeti'de grup etkileşimi için biçimlendirilen ve seçilen zihinden, şimdi uzaktan uzağa, sıklıkla anonim bireylerle hızlı bir iletişimin yabancı çevresinde çalışması bekleniyor. Doğal seçilim tarafından ince ince dokunmuş yüz yüze iletişim büyük oranda kayboluyor çünkü henüz bir asır önce icat edilmiş olan monitörlere bakmaya daha fazla zaman harcıyoruz. Bu yeni iletişim biçiminde ince ses tonlamaları veya yüzdeki mikro ifadelere[6] yer yok. Etkileşimin fizikselliği ortadan kalkıyor ve belki de bu adapte olmamız gereken bir şeydir. Ama önünde sonunda grupların etkisinden dolayı benlik hissimizi kurma biçimimiz

5. J. H. Fowler, J. E. Settle ve N. A. Christakis, "Correlated genotypes in friendship networks", *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 108, 2011, s. 1993-1997.

* Daha önce sözü edilen Büyük Beş modelindeki beş kişisel özellikten biri. (ç.n.)

6. P. Ekman, "Lie catching and micro expressions", C. Martin (Der.), *The Philosophy of Deception*, Oxford University Press, Oxford, 2009.

değişecek. Bu doğru çıkmasa bile, yeni teknolojiler üzerinde bir miktar dikkatlice durmak akıllıca olurdu çünkü bu teknolojiler yaşam biçimimiz üzerinde büyük bir etkiye sahip olma potansiyeli taşıyor.

İnsanlık bir süredir kendi geleceğini şekillendirme yeteneğini ellerinde taşıyor. İletişim ve topluluk oluşturma yeteneğimizle birlikte bilgiyi bir kuşaktan diğerine aktarıyoruz. Bu iletişimi yazma gibi teknolojiler geliştirmek için kullandık. Bilimin ortaya çıkmasıyla birlikte, modern toplumlarda yaşayan pek çoğumuz düşman çevreler ve zor zamanlardan kurtuldu. Uygarlık, insanlara güçsüzleri ezen doğal süreçleri kontrol altına alma olanağı verdi. Uzak geçmişte doğal seçilim yaşlı, hasta ve kısır insanların çiftleşme oyunundan dışlanmasını garantiliyordu. Bu durum teknolojik yeniliklerle değişti. Doğurganlık tedavileri ve sağlık hizmetleriyle modern tıp oyunun kurallarını değiştirdi. Doğal seçilim tabii ki her zaman bizimle olacak ama bilimimizi kullanarak onun acımasız yasasını, en az uyum sağlayanı eleme yasasını atlatabiliriz. İnsanlığın gelişimi gittikçe doğal seçilimden Lamarkçı kalıtıma doğru kayıyor. İsmini Fransız biyolog Jean-Baptiste Lamark'tan alan Lamarkçı kalıtım fikrine göre henüz hayattayken kendimizi değiştirebilir ve bu değişimin faydalarını, çevrelerini uygun hale getirerek çocuklarımıza aktarabiliriz. Hangi şekilde evrimleşeceğimiz net değil ama bilim ve teknoloji doğal yasaları atlatma becerisinde sınır tanımaz görünüyor. Benzer şekilde, internetin sağladığı teknolojik ve iletişimsel gelişimler, insanlığın geleceğini henüz belirgin olmayan biçimlerde sonsuza dek değiştirecek. Kesin olan şu ki biz sanal grupların üyeleri olarak gittikçe daha fazla çevrimiçi hayatlar yaşarken, internet benlik algımızı etkileyecek.

İlk ortaya çıkışını hatırlıyorum. 1994 sonbaharında, konuk bilim insanı olarak Massachusetts Teknik Üniversitesi Beyin ve Bilişsel Bilim bölümüne yeni varmıştım. İki parlak genç bilim insanı Zoubin Ghahramani ve Daniel Wolpert, ilk web tarayıcılardan olan *Netscape*'in, bazı resim dosyalarını

Zoubin'in bilgisayarına henüz iletmiş olmasından heyecan duyarken, ben de onlarla birlikte bilgisayar odasında elektronik postamı kontrol ediyordum. İnternet, akademisyen ve askeri personelin e-mail alışverişini sağlamak üzere yıllardır iş başındaydı zaten ama HTML'nin (Web programlama dili) keşfiyle ilk kez metinden daha fazlasının paylaşılması sağlandı. Bu benim weble ilk karşılaşmamdı. Daha öncesinde dosyalar e-mail yoluyla doğrudan gönderilebiliyordu ama şimdi doğru adresi bilen herhangi biri uzaktaki bir web sitesini ziyaret edebilir ve içindeki materyali görebilirdi. Siz öldükten sonra bile ziyaret edilebilecek kalıcı bir elektronik manzara resmi yapmak, başkaları bulsun diye elektronik duvara bir işaret bırakarak, neredeyse sanal ölümsüzlüğe ulaşmak gibi bir şeydi. Eskide kalmış bilim insanları olarak bu uzaktan bilgi paylaşabilme yeteneğinin önemini kavradık ama herhangi birimizin onun potansiyel gücünü tamamen anlamış olduğundan şüpheliyim.

Webin sonraki yükselişi ve herkesin hayatına girişi öncesini hatırlayanlar için hayret vericiydi ama kızlarım bu histen uzak görünüyor çünkü onlar bugünün hızlı değişimiyle büyüdüler ve onu hep var olduğunu varsayıyorlar. Çocuklarıma insanlığın büyük geçiş aşamalarından birinde yaşadıklarını, insanoğlunun şu an evrimin bir sonraki büyük sıçrayışının orta yerinde bulunduğunu söylerim. Bu tarz bir ifade kulağa fazla duygusal geliyor olabilir. Nostaljik bir ifade gibi düşünülebilir çünkü bazılarımız daha basit zamanlara özlem duyuyor. Hatta kendi zamanında her şey çok farklı olduğundan dem vuran orta yaşlı bir babanın huysuzca homurdanmaları gibi de düşünülebilir. Doğrusu her kuşak muhtemelen böyle söyler ama ben bu geçişi olduğundan fazla abartamam. Çoğumuzun henüz keşfedilmemiş bir bölgede uyurgezerler gibi dolaştığını düşünüyorum. Bundan korkmalıyız. Zamanımızın, insanlık tarihinde yaşanabilecek en heyecan verici dönemlerden biri olduğu kanısındayım.

KİM KENDİNİ *GOOGLE*'LAMADI Kİ?

Hiç *Google* arama motoruna, ne sonuç çıkacağını görmek için isminizi girerek kendinizi internette aradınız mı? Hadi ama dürüst olun. Çok az kişi, en azından, kendisi hakkında ne söylendiğini merak etmez. Ve kendinizi bulmak için internetten daha iyi bir yer var mı? Grupça çekilmiş bir fotoğrafta kendinizi ilk kez bulmaya çalışmanın ya da bir kokteylde isminizin anıldığını duyup ne söylendiğini anlamak için kulak kabartmanın elektronik versiyonu gibi. Webin gelişi başkalarının bizim hakkımızda ne düşündüğüyle ilgili kaygımızı insan doğasının bir parçası yaptı. Öyle ya da böyle, endüstrileşmiş toplumlarda yaşayan çoğumuz, sevsek de sevmesek de artık onun bir parçasıyız.

Pek çoğumuz internette olmaktan zevk alır ve diğerleriyle sosyal iletişim kurmak için onu aktif bir biçimde kullanır. *MySpace*, *Facebook* ve *Bebo* gibi sosyal ağlar milyonlarca insanı kendine çekti ve bu siteler pek çok insan için günlük hayatın bir parçası haline geldi. Şu an için en büyükleri *Facebook*'un 750 milyon aktif kullanıcısı var. Farklı sosyal ağların pek çok temel özelliği var. İlkin, bu sosyal ağ siteleri, kullanıcıların halka açık veya yarı açık profil oluşturmalarına izin verirler. İkinci olarak, web sitesi diğer kullanıcıların birbirini takip etmesini ve en önemlisi mesajlaşma yoluyla iletişime geçmesini sağlar, ayrıca dosya alışverişini kolaylaştırır. Arkadaşlarınızla kaynaşabileceğiniz, yeni birileriyle tanışabileceğiniz, laflayabileceğiniz, fikir alışverişi yapabileceğiniz, esprilerinizi paylaşabileceğiniz, başkalarının aile fotoğraflarına bakabileceğiniz veya flört edebileceğiniz (bazen daha da fazlasını), 7 gün 24 saat servis verilen sanal bir kokteyl gibidir. Veya bir talebi imzalar ya da bir şeylerin değişmesine vesile olursunuz. Yeni medya uzmanı Jenny Sundén'in kısa ama öz bir biçimde belirttiği gibi sosyal ağlar kişilerin "yazıyla vücuda gelmesini" sağlar.[7]

7. J. Sundén, *Material Virtualities*, Peter Lang, New York, 2003, s. 3.

Sosyal ağlarda yer alan kişisel profiller üzerine yapılan bir analiz, önemli ölçüde narsizmi[8] (kişinin kendisiyle ve başkalarının kendisi hakkında düşündükleriyle ilgilenme eğilimi) yansıtıyor. Her şey bir kenara, başkalarının ne kadar başarılı bir hayatımız olduğunu bilmesini neden istemeyelim ki? Bununla birlikte webdeki benliğinizle ilgili bu saplantı, büyük oranda kim olduğunuza bağlı olacaktır. Örneğin, eşim sosyal ağlara katılmayı reddediyor ve zaten halk içinde görünmek de istemiyor. Eşim gibi internet öncesi kuşağa ait pek çok kişi neler olduğunu anlamıyor ve doğrusu çevrimiçi topluluklara katılmak adına önemli miktarda zamanı, çabayı ve özellikle de kişisel bilgiyi teslim etme ihtiyacı duymuyor. Bu kişiler *Youtube* izlemez, *Facebook* kullanmaz ve görünüşe göre insanın kendisiyle ilgili küçük, önemsiz bilgileri yayınlama konusundaki son nokta olan *Twitter*'a kesinlikle bulaşmazlar. Ama yine de sosyal ağların saldırısına karşı ısrarla direnenler bile hiç istememelerine rağmen yeni bir çağa doğru çekiliyor. Son on yılda ortaya çıkan sosyal ağ siteleri, insanlar arasındaki iletişimi değiştiriyor ve öz kimlik üzerinde önemli bir rol oynayacaklar. Benlik yanılsaması doğruysa sosyal ağ siteleri popülerliğini artıracak ve gelecek kuşakların kimlik algılarını gittikçe daha fazla şekillendirecek. Biz sosyal hayvanlar olarak kaldıkça sosyal ağlar şu ya da bu biçimde vazgeçilmez olacak.

Çünkü hepimiz fark edilmek isteriz. Anketler tutarlı biçimde Batının şöhret kültürünü kucakladığını gösteriyor. Britanyalı üç bin ebeveyne sekiz-on iki yaş arası çocuklarının büyüdüklerinde ne olmak istedikleri soruldu. Üçte biri çocuklarının tanınmış bir sporcu, aktör veya aktris ya da pop yıldızı olmak istediğini söyledi. Bunu yirmi beş yıl önce en çok istenen mesleklerle (öğretmenlik, bankacılık ve doktorluk) karşılaştırın.[9]

8. L. E. Buffardi ve W. K. Campbell, "Narcissism and social networking web sites", *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34, 2008, s. 1303-1314.

9. *Watch* kanalında yayınlanan *Tarrant Lets the Kids Loose* adlı programın lansmanı için 3000 Britanyalı ebeveyne yaptırılan anket, Taylor Herring, "On the subject of traditional careers", *Taylor Herring* web sitesi, 6 Ekim 2009. www.taylorherring.com/blog/index.php/tag/traditional-careers

Şimdiki çocuklar sırf ünlü olmak için ünlü olmak istiyorlar; çünkü ün ve başarıyı aynı şey sayıyorlar. Britanya Öğretmenler ve Öğretim Görevlileri Birliği'nin son araştırmalarından biri, öğrencilerin çoğunluğunun ünlü olmayı akademik başarıya tercih ettiğini ortaya çıkardı.[10] Kişilerin ünlülere duydukları ilgiyi canlı tutan ama ayrıca biraysel şöhretleri için de etkili olmalarını sağlayan, kolayca erişilebilen ve güncellenebilen bir ortam sağlamak yoluyla web, bu ün ve popülarite saplantısına katkı sağlıyor. Web, popülerlik oyun sahasını herkes için eşit hale getirdi ve bu sayede hepimiz fark edilebiliriz.

Ayrıca, pek çok insan için internet en önde gelen sosyal ortam. Tüketici davranışlarının analizinde uzman olan Neilson Company'e göre internette geçirilen zamanın büyük çoğunluğu sosyal ağlara ayrılıyor ve bu her geçen yıl artıyor.[11] 2011 Ağustos ayı itibariyle yalnızca *Facebook*'ta geçirilen zaman yedi yüz milyar dakikaydı. Her beş Amerikalı'dan birinin blog sitesi var ve ABD nüfusunun yarısından fazlasının en az bir tane sosyal ağ profili var. İşteyken bile sosyal ağları kullanıyoruz: Amerikalı çalışanların mesai saatleri içindeki aylık ortalama sosyal ağ kullanımı 5.5 saat.[12]

Ergenlerde ve genç yetişkinlerde oranlar daha da fazla. Şu anda, Batıda yetişmişseniz ve yaşınız on altı ile yirmi dört arasındaysa, sizin için çevrimiçi olmak vazgeçilmez bir şeydir. Bu yaş grubundakiler, daha yaşlı olanlara göre, çevrimiçi zamanlarının yarısından fazlasını sosyal ağlarda geçiriyor. Batılı pek çok genç çevrimiçi olmadıklarında, var olmadıklarını hissediyor. Çevrimiçi hayat, okul bahçesinin ve çocuk-

10. Britanya Öğretmen ve Öğretim Görevlileri Birliği, basın bülteni, Mart 2008. www.news.bbc.co.uk/l/hi/7296306.stm

11. Nielsen, "What Americans do online: Social media and games dominate activity", *Nielsenmre* web sitesi, 2 Ağustos 2010. http://blog.nielsen.com/nielsenwire/online_mobile/what-americans-do-online-social-media-and-games-dominate-activity

12. Nielsen, "Nielsen and McKinsey form joint venture to help companies use social media intelligence for superior business performance", basın bülteni, 14 Haziran 2010. www.mediainsight.nl/mftdia/nm_incite_pressrelease.pdf

ların takılmak için kullandıkları alışveriş merkezlerinin yerini aldı.[13] İnternet, her yerde ve her zaman sosyalleşilebilsin diye fırsat kapılarını genişletti. Çocuklarımıza ev telefonunu kapatmalarını söylerdik. Şimdi kendi telefonlarını kullanıyorlar ve istedikleri zaman çevrimiçi sohbet edebiliyorlar. İletişim sektörü düzenleyicisi ve otoritesi *Ofcom*'un son raporuna göre Britanyalı gençlerin yarısı, yetişkinlerin ise beşte biri akıllı telefon sahibi.[14] Telefonun en yaygın kullanım nedeni arama yapmak değil, sosyal ağlara girmek. Gençlerin üçte ikisi sosyalleşmek için, üçte biri yemek sırasında ve yaklaşık yarısı tuvalette ya da banyoda sosyal ağlara girmek için telefonlarını kullanıyor. Gençlerin onda altısının kendilerini akıllı telefon bağımlısı olarak görmelerinde şaşılacak bir şey yok. Okul bittikten, alışveriş merkezi kapandıktan ya da aileleriyle başka şehre taşındıktan sonra da sosyalleşmeye devam ediyorlar.

Peki, bu çevrimiçi aktivite onların gelişimini nasıl etkiliyor, tabi etkiliyorsa? Bir çocuğun sosyal gelişimi, bebekken ve okul öncesi çağında ebeveynlerinin ilgi merkezi olmasından, dışarı çıkıp diğer çocuklarla oyun alanlarında ve sınıfta rekabet etmesine kadar devam eder. Başlangıçta rol modelleri ebeveynleridir ama çocukluktan çıkıp yetişkinliğe doğru geliştikçe yaşıtları arasında bağımsız bir kimlik oluşturmak için aileleriyle aralarına mesafe koymak isterler. Bir ebeveyn olarak, yaşıtlarının düşüncesinin çocuğunuz için sizin istediğiniz şeye kolaylıkla baskın çıktığını kabul etmek durumunda kaldım. Bu o kadar kötü bir şey olmayabilir. Terapist değilim ama baskıcı ebeveynlik çocuğun yaşıtları arasında bağımsız bir kimliğe sahip olmasını engelliyorsa ileride büyük sorunlara yaşanacağını

13. M. Ito ve diğerleri, *Hanging Out, Messing Around and Geeking Out*, The John D. ve Catherine T. MacArthur Vakfı Dijital Medya ve Öğrenme Dizisi, MIT Press, Cambridge, 2011.

14. Ofcom, *The Communications Market Report United Kingdom: A Nation Addicted to Smartphones*, Ofcom, Londra, 4 Ağustos 2011. http://stakeholders.ofcom.org.uk/market-data-research/market-data/communications-market-reports/cmrll/uk

düşünüyorum. Batı kültüründe çoğu genci endişelendiren şey bu popülarite yarışlarıdır. Bir ergenin, dünyayla umutla yüzleşme cesareti olan genç bir yetişkin haline gelmesini sağlayan, bu kaotik benlik inşa dönemidir.

Batılı her ebeveyn bilir: Ergenlik genel olarak bir isyan, cesaret gösterisi, racon kesme, risk alma, sınırları zorlama, tartışma, gözyaşı, stratejik ortaklık ve Makyavelci tartışma dönemidir. Bazıları bu dönemi olgunlaşmamış beyne bağlar. Bu yaklaşım "ergen beyni" hipotezini ölümsüzleştirmiştir. Bu hipoteze göre bu yaş grubunun yıkıcı davranışları, olgunluğun yetişkin seviyelerine en son ulaşan nörolojik yapılardan ön loblardaki engelleyici kontrol mahrumiyetinin kaçınılmaz sonuçlarıdır. Gençler sosyal evrime karşı aşırı duyarlıdır ama bu riskli davranışlardaki artışı açıklar mı? Psikolog Robert Epstein, kurallara uymayışın sorumlusunun ergen beyni olması düşüncesinin bir mit olduğuna ve ergenlikteki karmaşanın daha çok kültürle ve çocuklarımıza davranma biçimimizle ilgili olduğuna inanıyor.[15] Epstein örnek olarak, çoğu endüstrileşmemiş toplumlarda ergenlikteki uygunsuz davranışların söz konusu olmadığının altını çiziyor. Gençlik isyanının, modern toplumların ve medya sterotiplerinin bir icadı olduğunu öne sürüyor, Batı medyasının ve eğitiminin gelişinden önce Kanada Inuitleri'nin ergenlik isyanı gibi bir sorunlarının olmadığını belirtiyor. Ona göre, Batılı gençlerde görülen sorunlar daha çok onları izole etme ve etkili bir biçimde kendi sosyal gruplarını ve hiyerarşilerini oluşturmalarına izin verme biçimimizle ilgili. Bunlar duygusal bağlanma yoluyla popülarite hiyerarşileri, yaşıtlarının gözünde saygı duyulma ve rekabettir. Bu durumda gençler diğerleri arasında saygınlık kazanmak için toplumun geri kalanına aykırı olmak zorunluğu hissederler.

Bazıları gençlerin risk alma davranışları verilerinin inkâr edilemez olduğunu öne sürüyor. Bu tip davranışlarda kültür

15. R. Epstein, "The myth of the teen brain", *Scientific American Mind*, Nisan 2007.

etkili olabilir ama birbirlerinden çok farklılık göstermezler. Risklere ilişkin akıl yürütme konusunda gençler de yetişkinler kadar iyidir. Onlar, kendilerini kanıtlama için sadece bazı riskleri almaya değer görürler. Gelişim psikoloğu Lawrence Steinberg, araba sürüş simülasyonlarında, gençlerin arabayı yalnızken yetişkinler kadar düzgün, arkadaşları izlerken ise riskli sürdüklerini göstermiştir.[16] Arkadaşların şahitliğinde hız yapma ve kırmızı ışıkta geçme gibi risk almalarda gençlerde %50 artış gözlenirken yetişkinlerde bir artış söz konusu olmuyor. Sinir-bilimsel bir açıklama şudur: Yetişkin beynindeki ödül merkezleri gelişimin bu döneminde oldukça aktiftir. Bireyler, başarıyı daha tatlı ve riskleri alınmaya daha değer kılan arkadaşlarının önünde bir şey başardıklarında ödül merkezleri aşırı yüklenir. Ama başarmak yeterli değildir, başarıya şahit de olunmalıdır.

Batıda ergenler hem yaşıtları tarafından kabul görmeyi isteme hem de farklı olma ihtiyacı duymanın paradoksuyla yüzleşirler. Müzik, moda, film ve tabii ki seks ergenlerin en çok ilgilendikleri alanlardır çünkü bunlar tam da peşinde oldukları benzersiz bireyi yaratmaya yardımcı şeylerdir. Bunların çevrimiçi sosyal ağlarda "beğenilen" ya da "beğenilmeyen" başlıca konular olması tesadüf değildir. Sosyal ağlarda içerik paylaştığınızda arkadaşlarınızı tepki göstermeye davet etmiş olursunuz. Kendi özel görüşünüzü değil varlığınızı dünyaya yayınlarsınız. Çevrimiçi etkinliğinizin ürettiği ziyaret ve yorum sayısı, size ve daha önemlisi diğerlerine ne derece önemli olduğunuzu anlatır. Çoğumuz fark edilmek ister ve sosyal ağlar bu arzuyu etkinliğinin merkezi haline getirir. Başkalarının varlığınızı onaylaması bireylerin aradıkları popülaritenin ölçütüdür.

16. M. Gardner ve L. Steinberg, "Peer influence on risk-taking, risk preference and risky decision-making in adolescence and adulthood: An experimental study", *Developmental Psychology*, 41, 2005, s. 625-635.

NE KADAR BUDALA* BİRİYİM?

Geçen yılın başlarında bir gün ünlü Britanyalı oyuncu saygıdeğer hanımefendi Helen Mirren beni takip etmeye başladı. Londra'da veya Oscarlı oyuncunun muhtemelen zamanın büyük kısmını geçirdiği Los Angeles'ta yürüyor değildim. @HelenMirrenDBE'nin beni takip ettiğini gördüğümde Somerset'teki kır evimde mutfak masasında *Twitter* hesabımı kontrol etmek için çalışmaya ara vermiştim. Ya da en azından ben takip edeni o sandım. Kalbim küt küt atmaya başladı.

Yabancısı olanlar için belirtmek gerekir: *Twitter* 140 karakterden az olmak şartıyla herhangi bir mesajı yayınlayabileceğiniz bir web sitesidir. Sizi takip eden birinin mesajlarınızı okuyabileceği ya da paylaştığınız diğer web siteleri ve görüntülerin linklerini görebileceği herkese açık bir mesajlaşma dünyasıdır. Şu an için *Twitter*'da üç binin üstünde takipçim var. Bu insanların çoğunu tanımıyorum, yüz tanesinin bile ismini söyleyemem. Bu sayı kulağa çok gibi gelse de *Twitter* hiyerarşisinde çok altlardayım. İlgi odağı olmalarını asla tahmin edemeyeceğiniz kişilerin bazıları *Twitter*'ın devleri durumunda. Brent Spiner bunlardan biri. Bu Brent Spiner kimdir diye merak ettim. *Uzay Yolu*'nun androidi Data'dan başkası değilmiş. *Twitter*, *Uzay Yolu* hayranlarıyla dolu demek ki!

Twitter'ı bu kadar çekici kılan nedir? Neden başkalarını takip etmek ve takip edilmek istiyoruz? Yanıt benlikle ilgili birkaç konuya indirgenebilir: Öncelikle insan beyni dedikoducudur. Her şeye burnunu sokar ve o gün kahvaltıda ne yediklerine kadar insanlarla ilgili pek çok şeyi bilmek ister. İkinci olarak düşüncelerimizin başkaları tarafından onaylanmasından hoşlanırız. Birileri fikrimizi beğenir ya da onu başkalarıyla paylaşırsa hakkımızın verildiğini hissederiz. Ve tabi fikrimiz reddedilir ya da alaya alınırsa gururumuz kırılır. Başkalarını takip etme veya etmeme seçeneğine sahip olmak, bir sosyal

---

* Özgün başlıktaki "*What a Twit I am*", *twit* sözcüğü "budala", "aptal" sıfatlarına karşılık geliyor. Yazar "twit" sözcüğüyle konunun içeriğinde inceleyeceği *Twitter* sosyal ağına gönderme yapıyor. (ç.n.)

ağdaki kişilerin aynı değer ve tutumları paylaşma eğiliminde oldukları anlamına gelir.

Ayrıca bir şeyi ilk bilen ve haberi yayan olmaktan da hoşlanırız. Bu çocukken yaptığımız bir şeydir. Bir oyun sahasında haberi ilk yayan olmanın ne kadar önemli olduğunu hatırlıyor musunuz? Bir şeyi bilen ya da bulan son kişi olmuşsanız, hiyerarşideki yeriniz bellidir. Bir şeyi bilen ilk kişi olmak başkalarının gözünde öneminizi pekiştirir. Bununla birlikte, *Twitter* gibi sosyal ağ sitelerinin en önemli konularından biri, çok sayıda arkadaş veya takipçiniz varsa kendinizi önemli hissetmenizdir. Böylece kişisel değeriniz onaylanmış olur, ne kadar çok takipçi ve arkadaşınız olursa kendinize o kadar değer verirsiniz.

Twitter'ın yükselişe geçme (en hızlı büyüyen sosyal ağdır) nedenlerinden biri de ünlülerin istekli ve düzenli bir biçimde düşüncelerini paylaşmaları ve güncellemeleridir. Halbuki bunlar daha önce kamuoyu için yasak bölgelerdi. Birdenbire daha önce mümkün olmayan bir biçimde ünlülere erişebilir olduk. Halkın ünlülerle ilgili ıvır zıvır konulara olan iştahı her zaman doyumsuz olmuştur. Kitleleri beslemek için dedikodu sağlamak üzere paparazzi diye koskoca bir endüstri ve ilkel balçıktan evrimleşmiş bir tabloit basın var ama *Twitter* onlardan uzak ara daha üstün çünkü *tweet*ler doğrudan ünlünün kendisinden geliyor. Şüphesiz ünlülerin de takipçilere ihtiyacı var çünkü hayranları olmaksızın göz önünde olamazlar ki bu da genellikle işsiz kalmaları anlamına gelir. Bu yüzden pek çoğunun şu anda *Twitter* profili var. Hatta pek çok ünlü ulaşılabilirlik ve görünürlük yanılsaması sürsün diye kendi adına *tweet* atması için bir yazar tutmuştur.

Özsaygınız için en büyük yükselişi Helen Mirren gibi bir ünlünün sizi takip etmesi sağlar. Yüksek statülü birisi arkadaşımız olduğunda bu ilişkiden dolayı biz de yükseliriz. Bu başarı yansımasıyla güneşlenmek olarak bilinir. Pek çoğumuz başkalarının başarısıyla ilişkili olmaktan zevk alırız. Hayranların, desteklediklerı kişiler veya takımlara ilişkin bu denli tutkulu olmalarının nedeni budur. Sporseverler belki de en

yaygın örnektir. Taraftarların, barlarda tuttukları takımın teknik direktörlerinin kararlarından dolayı, sanki aileiçi bir kavgadalarmış gibi yakınıp durduklarına pek çok kez şahit oldum. Taraftarlar sanki takımın üyesiymiş gibi "biz" sözcüğünü kullanırlar.[17] *Twitter*, ünlülere kolay erişim yanılsaması üreterek bu gerçeklik bozulmasına katkı sağlıyor. Herhangi biri *Twitter* hesabı olan bir ünlüyü takip edebilir. Bu, normal hayat şartlarında tanışılması olanaksız kişilerle ilişkide olma hissi uyandıran ilginç bir sosyal fenomenin oluşmasını sağlar. *Twitter*'ın bu görece açık erişimliliği bazı sorunlar da yaratır. Yabancılar takip ettikleri kişiyle senli benli oldukları hissiyatına kapılırlar ki bu ünlüleri gerçek anlamda takip eden kişilerin onlarla aynı hayatı paylaştıkları düşüncesine kapılmalarından çok farklı değildir.

Avusturyalı gazeteci Karl Quinn, *Twitter*'ın ayaktakımı taşkınlıkları için biçilmiş kaftan olduğunun altını çiziyor. *Twitter* kişilere acımasız ve kaba yorumlar yapma ve onları yayma imkânı tanıyor: "Pek çoğumuz ünlülerin kanlı canlı insanlar mı yoksa yalnızca şöyle sopayla güzel bir vuruşu hak eden insan boyutunda pinyatalar* mı olduğu konusunda kararsızız."[18] Sorun şu ki çoğumuz bir kurban saptanır saptanmaz yapılan linçe katılma konusunda düşündüğümüzden daha istekliyizdir. Oyun sahasında bunun nasıl olduğunu hatırlayın. Kalabalığa karşı koymaktansa ona katılmak daha kolaydır. Aynısı *Twitter* için de geçerli: İnsanlar güruhun idaresine girerler. Ayrıca sosyal ağ sitelerine özgü kutuplaşmayla ilgili sorun şudur:

17. R. B. Cialdini, R. J. Borden, A. Thorns, M. R. Walker, S. Freeman ve L. R. Sloan, "Basking in reflected glory. Three Football Field Studies.", *Journal of Personality and Social Psychology*, 34, 1976, s. 366-375.

* Pinyata, karton veya kil muhafazaların içinin şeker, sakız gibi tatlı yiyeceklerle veya oyuncaklarla doldurulan, kuş ya da başka bir hayvana benzetilebilen Meksika kültürüne ait bir kukla-oyuncaktır. Gözleri bağlanan çocuklar, kendi çevrelerinde üç kez döndükten sonra ellerindeki sopaların da yardımıyla yüksek bir yere asılan Piñata'yı bulmaya çalışırlar. Pinyatayı bulan, sopayla vurarak onu aşağı düşürür. (ç.n.)

18. K. Quinn, "Anonymous online tweets: It's just bullying in 140 letters", *Age*, 21 Şubat 2011.

Bizimle aynı fikirde olanların kışkırtmasıyla veya daha yargılayıcı olma ihtiyacı duyduğumuzda tutumlar ve düşünceler doğal olarak aşırılığa yönelecektir. Çarpık düşüncelerin, derin düşünmeye zaman bırakmayan hızlı iletişimin ve anonimlik örneğindeki gibi uzaklık algısının birleşimiyle sosyal ağlar gerçek hayatta olamayacak biçimde davranmamız için mükemmel platformlardır.

Bu çevrimiçi ve çevrimdışı benlikler arasındaki farka ilişkin bazı önemli noktayı akla getirir: Çevrimiçiyken farklı davranıyorsak ve benlik gerçekten varsa, o zaman gerçek benlik nerede? Düşünce ve eylemler arasında gerçek bir fark olduğunu savunabilir miyiz? Eylemler sanal ve anonimse, onlar gerçek benliği daha az mı temsil eder? Gerçek hayatta boyun eğilecek sosyal kurallar ve baskı öylesine güçlüdür ki pek çok kişi çevrimdışı etkinliklerin gerçek benliği yansıtmadığını iddia edebilir. Sosyal dışlanma ve tepki tehdidinin yokluğunda yalnızca çevrimiçiyken ifade edilebilen bir benlik nasıl bir benliktir? Farklı bağlamlardan ve başkalarının etkilerinden bağımsız olan bir benliğe inanıyorsak, benliğin bir yanılsama olduğunun hatırlatılmasına ihtiyaç duyma nedenlerimizden biri de budur demektir. Birisi koşullara göre davranan bir benlik olduğu karşılığını verebilir ama yanılsamanın temeli de zaten budur. Düşündüğümüzden çok daha fazla koşulların etkisi altındayız. Tıpkı bir alkoliğin içip içmeyeceğini kontrol edebileceğini sanması gibi, benlik yanılsamamız da kontrolümüz dışındaki etkilerin ne denli insafına kalmış olduğumuz gerçeğini görmemizi engeller.

Ama eminim Helen Mirren'le ilgili daha çok şey duymak istiyorsunuz. Peki, neye benziyor? Kahvaltıda ne yiyor? Üzgünüm ama kendi önemim konusunda kendimi kandırmışım. Profiline baktığımda iki yüz on altı takipçisiyle benim Helen Mirren'in bir *troll* olduğu ortaya çıktı. Bunlar bir başkası gibi davranarak veya saldırgan yorumlar göndererek sosyal ağ sitelerini bozmaktan zevk alan kişilerdir. Helen Mirren'in *Twitter* hesabı olup olmadığını bilmiyorum ama olsaydı binlerce

takipçisi olacağından eminim. O sabahki baştan çıkarıcı ama boş heyecandan dolayı kalbim küt küt attı, gerçek aşkımın benimle ilgilendiğini sanmıştım çünkü. Böyle bir şey egom için muazzam bir yükseliş olurdu ama Helen Mirren gibi harika bir aktris neden benim gibi mütevazı bir entelektüelle ilgilensin ki? Buna karşın, bazen sıradan ölümlülerin dünyevi yaşamları da ünlü aktrislerin ilgisini çekebiliyor. O da bir insan neticede.

ROBOTLAŞMAKTA MIYIZ?

Bazı yorumcular sosyal ağların hızlı gelişiminden duydukları kaygıyı dile getirdiler ve insan uygarlığının çöküşünü haber verdiler. Kitaplardan radyoya ve televizyona kadar tüm medya için benzer kehanetler duyduk. Bu, sağlıklı sosyalleşme için elzem olan psikolojik gelişimin kritik bir döneminden geçmeleri ve gerçek hayatta diğer insanlarla etkileşmeleri için gereken yeteneklerini kaybettikleri için çocuklarımızın beyinlerinin sonsuza dek yıkıma uğramasına izin verdiğimize dair korkudur.[19] Bize, beyinlerinin ön sinir devreleri esnekliğini kaybettiği için çocukların normal sosyal gelişim fırsatını sonsuza dek kaybetmiş azgelişmiş yetişkinler olarak büyüyecekleri söyleniyor. Çocukların gerçek hayattaki sosyal etkileşimin sağladığı yeterli uyarımı hiçbir zaman elde edemeyecekleri iddia ediliyor. Sosyal ağ siteleri ve genel olarak çevrimiçi etkinlik onları normal sosyal çevrelerden uzak tutuyor. Daha endişe edici iddia şu ki çocukluk otizmindeki yükseliş de bununla ilgili olabilir.

Bu iddiaları destekleyecek bilimsel kanıtlar en hafif deyimle kıttır ve sosyal iletişimde zorlanan insanlar için internetin yararlı olduğu kanıtlanabilir bir gerçektir.[20] Ayrıca kritik dönemlerdeki yoksun kalma çok küçük yaşla sınırlıdır. Romanyalı öksüzleri ve kritik ilk altı ayı hatırlıyor musunuz? İlk doğum gününden önce internet kullanan çok az çocuk var-

19. F. Swain, "Susan Greenfield: Living online is changing our brains", *New Scientist*, 3 Ağustos 2011.

20. D. Bavelier, C. S. Green ve W. G. Dye, "Children, wired: For better and for worse", *Neuron*, 67, 2010, s. 692-701.

dır herhalde! Ayrıca gelişim psikoloğu Dorothy Bishop'un da altını çizdiği gibi çevrimiçi etkinliğin otizme yol açtığı iddiası gülünçtür çünkü bu bozukluk okul ve bilgisayar kullanımı çağından çok önce ortaya çıkmaktadır.[21] Sosyal gelişime gelince, insan beyni inanılmaz derecede esnek ve yeteneklidir. Bir miktar sosyal etkileşim olduğu sürece sorun yoktur. İnsanlar, tıpkı dil benzeri sosyal etkileşime bağlıdır ama bunu uygulama şekli inanılmaz esnektir. Evet, çocuklar ebeveynlerinin gerçek etkileşimler aracılığıyla öğrendikleri sosyal davranış kalıplarını öğrenmiyor olabilir ama onlar hem çevrimiçi hem de çevrimdışı ortamlarda kendi etkileşim biçimlerini geliştireceklerdir. Çocukların iletilerinde kullandıkları LOL (*laugh out loud*-yüksek sesle gülüyorum), OMG (*oh my god*-aman tanrım), SNM (*say no more*-oldu bil), BNB (*be right back*-hemen dönüyorum), GTG (*got to go*, gitmek zorundayım) veya ROFL (*roll on the floor laughing*-gülmekten yerlere yatıyorum) gibi kısaltmalarla nasıl iletişim kurduklarını düşünün. Cümleleri en uygun biçimde iletmek için hayli verimli bir yol. Bu, bilerek icat edilmiş veya sosyal ağ yöneticileri tarafından aktarılmış değil ama intertetteki görgü kurallarının çoğu gibi tabandan gelen bir moda olarak ortaya çıkmıştır. Kendi araçlarıyla baş başa bırakıldıklarında çocuklar için her şey güzel olacaktır.

Hatta insanın psikolojik gelişiminin geleceğini tehdit etmesi bir yana, yeni sosyal medyanın bizi eski tip basın yayın radyo ve televizyonun gizlice tüm hayatımızı işgal ettiği durumdan öncesine geri döndürdüğüne ilişkin yorumlar bile vardır. Yeni sosyal devrimin yetenekli kâhinlerinden biri, TED organizasyonundan June Cohen bu sezgilere aykırı noktaya dikkat çeker.[22] Cohen insan uygarlığının büyük kısmı için medyanın

21. D. Bishop, "An open letter to Baroness Susan Greenfield", *BishopBlog* web sitesi, 4 Ağustos 2011. http://deevybee.blogspot.com/2011/08/open-letter-tobaroness-susan.html; ayrıca bkz. T. McVeigh, "Research linking autism to internet use is criticised", *Guardian*, 6 Ağustos 2011. www.guardian.co.uk/society/2011/aug/06/research-autism-internet-susan-greenfield

22. J. Cohen, "The rise of social media is really a reprise", J. Brockman (Der.), *Is the Internet Changing the Way You Think? The Net's Impact on Our Minds and Future*, Harper Perennial, New York, 2011.

insanlar arasındaki haber, öykü, efsane, şaka, eğitim ve sanatın değişimi olduğunu iddia ediyor. Çoğunlukla Serengeti kamp ateşleri etrafında birbirimizle iletişim kurduk. Birkaç yüzyıl öncesine dek çok azımız okumayı biliyordu. Daha sonra kitap, radyo ve televizyon olarak eski tip medya ortaya çıktı. Tüm insanlık tarihi yirmi dört saate sıkıştırılsaydı eski tip medyanın tümü gün bitiminden önceki son iki dakikada görülürdü. Ama bu medya zaman ayırdığımız köy dedikodularından farklıydı. Her iki yönde akan normal iletişimden farklı olarak bu medya evlerimize tek yönlü olarak girdi. Haberleri okuduk, radyoyu dinledik ve TV'yi izledik. Birbirimizle iletişimimizi durdurduk. Cohen'in belirttiği gibi, "Televizyon küresel bir izleyici kitlesi yarattı ama süreç içinde köyü yıktı."

Daha sonra Tim Berner Lee sosyal deneyimin farklı bir türü olarak webi icat etti. İnsanlık tarihinin yirmi dört saati analojisine devam edersek son iki saniyede ortaya çıkan yeni medya çok daha demokratik, interaktif ve özerktir. Cohen insan gelişiminde gerçekten birbirimizle iletişim kurduğumuz bir döneme yeniden girdiğimize inanıyor ve bu kez köyümüzün yeri ve fiziksel uzaklıkla sınırlı değiliz.

Bu doğru olabilir ama akılda bulundurmamız gereken bazı önemli noktalar var. Yeniden iletişim kuruyoruz ama web bahçe çiti ya da kamp ateşinden çok farklı. Sosyal özürlü olmamız söz konusu değil ama benlik algımızı inşa etme biçimimiz internetten ağlarından etkilenecektir. Süreç durmayacak, mecburen bu ağlara bulaşacağız. Çünkü internet yaşam biçimlerimizi değiştirmekte. Yalnızca kolay erişeceğimiz bilginin miktarı ya da kapsamı veya iş yapma ya da eğlenme biçimimizden ibaret değil, o, başkalarına davranış biçimimizin ta kendisidir. Her şey bir yana, biriyle bilgisayar üzerinden etkileşmek doğal değildir. Kaldı ki ne telefon ne de telefon konuşmalarının sosyal gelişimimizi yeniden şekillendirdiğini söylemek zordur. Aradaki gerçek fark, bir bütün olarak grupla eşzamanlı iletişim kurmak bakımından her birimizin sahip olduğu güçtür. Bu tarihte bir ilktir.

İnsanlık tarihinde hiçbir zaman neredeyse gezegendeki herhangi biriyle anında ve zengin bir bilgi ileterek iletişim kurma yeteneğimiz olmamıştı. Matbaadan telefona ve nihayet bilgisayara dek her yeni icat insanın teknolojik gelişmesinde yeni bir köşe taşı olarak kabul edilmiştir ama internetin icadı insan ırkı üzerindeki etkisi bakımından bunların tümünü geride bırakmıştır. Şu an herhangi biriyle iletişim kurma potansiyeline sahibiz. Çok sayıda beynin kolektif gücünden yararlanabiliriz. Pek çoğumuz bilgisayar ve yazılımların yapabileceklerinden dolayı şaşkına düşeriz. Örneğin, bugünün programlanabilir mikro dalga fırınında aya insan götürmek için gerekenden daha fazla teknoloji vardır. Moore yasası bize bilgisayarın gücünün yaklaşık olarak iki yılda bir ikiye katlanacağını söyler ki yakında çıkacak olan daha güçlü bir modelin beklentisi içinde bilgisayarımı değiştirmeyi geciktirme nedenlerimden biri de budur. Önünde sonunda Moore yasasının teknik sınırına erişip yeni bir bilgisayar tipine ihtiyaç duyacağız. Ama internet faklıdır. Onun sınırı yok gibi. Çünkü esas olarak beyinlerin ürettiği bilgi ve düşüncelerin paylaşıldığı ortamdır.

Her normal insan beyni şimdiye dek tasarlanmış herhangi bir bilgisayardan daha güçlüdür. Onları internet aracılığıyla bir araya getirerek sürekli olarak ortamdaki materyali kontrol eden milyonlarca beynin kolektif düşünme gücünden yararlanabiliriz. 2005'te önde gelen bilimsel yayınlardan *Nature* dergisi tamamen web kullanıcılarının gönüllü katkılarıyla ortaya çıkmış olan çevrimiçi *Wikipedia* ansiklopedisinin, ilki 18. yüzyılın sonlarında yayınlanan ve profesyonel uzmanlardan oluşan ekipler tarafından üretilen çok ciltli geleneksel bilgi kaynağı Britannica Ansiklopedisi kadar doğru olduğunu açıkladı. Web kullanıcıları sadece bilgilerini ücretsiz olarak dağıtma motivasyonu duydu ve bugüne değin *Wikipedia* neredeyse tamamen halkın bağışlarıyla finanse edildi.

Çok fazla seçenek olması durumunda karar verme anında ortaya çıkan analiz felcini düşünün. Bizim için bu sorunun çoğu webde çözülür. En son ne zaman çevrimiçi alışveriş ya-

parken diğerlerinin yorum ve puanlarını göz ardı ettiniz? Ne zaman seçenekler arasında 3. veya 4. en yüksek puanı almış olan ürünü aldınız? Sanırım hiçbir zaman. Kitap, film ya da mikrodalga fırın seçimimizde uzman değerlendirmesini göz ardı edip kullanıcıların geri dönüşlerine daha fazla önem veririz. Çünkü daha dürüst olduklardan onların deneyim ve ifadelerine güveniriz. Yalan söylemek için nedenleri yoktur. Webdeki her yere, gladyatörler için kaldırılan ya da indirilen parmaklarla (beğen-beğenme) fikrimizi belirtmek üzere davet ediliriz. Daha önce sözü edilen Neilson raporuna göre web kullanıcılarının yaklaşık beşte biri filmler, kitaplar, televizyon, müzik, hizmetler ve tüketici ürünleriyle ilgili düzenli olarak geri bildirimde bulunmaktadır. Çok sayıda kullanıcının kolektif deneyimi kararlarımızı şekillendiren bir görüş birliği üretiyor. Tabii ki karar verecek olan tek bir kişi ama bu karar diğerlerinin düşüncelerine dayanır.

Bu arı kovanı zihniyeti kusursuz değildir çünkü kaçışma olgusuyla kanıtlandığı üzere sürüyü takip etmeye eğilimliyiz ama bu uyum etkisi internette oldukça azdır. Çevrimiçi ve anonim kalabildiğimiz ortamlarda daha fazla dürüstlük ve görüş ayrılığı vardır. Tabii ki her zaman bu süreci sahte öneri ve suçlamalarla bozmak isteyen kişiler olacak ama bunların iç yüzü zamanla anlaşılır. Geçen yıl akademi dünyasında büyük bir patırtı koptu: Seçkin Britanyalı tarihçi Orlando Figes, *Amazon* sitesinde, sadece "Historian" kullanıcı adıyla, anonim biri kılığında diğer tarihçilerin kitaplarını kötülemekle suçlandı. Figes bu iddiayla mahkemede hesaplaştı ve davanın sonunda rakiplerini kötülemek için yorumları yazanın kendi karısı olduğunu öğrendi.[23] Bazıları bunu büyüleyici kadın desteği olarak görebilir.

Tüm yararlarına karşın internetin yayılması acımasız olacaktır. Önümüzdeki birkaç yıl içinde platformlar birbirimizle etkileşim yeteneğimizi artırdıkça internet erişimi şüphesiz

23. "The professor, his wife and the secret, savage book reviews on Amazon", *Guardian*, 20 Nisan 2010.

daha kolay, verimli, hızlı ve yaygın olacaktır. Bir gün biyolojik olarak uyumlu ara yüzler üzerinden weble bütünleşecek olmanın sarsıcı geçişini bile gerçekleştirebiliriz; ama insan uygarlığı açısından temel ve köklü değişiklik şudur ki Batıda, şu an hepimiz birbirimize potansiyel olarak bağlıyız. Kalabalığın bilgeliğinden, milyonlarca beynin kolektif gücünden yararlanabiliriz. *Uzay Yolu* dizisinde eşzamanlı bir biçimde birbirine bağlı olan *Cyborg*ların bilim kurgu ırkı olan *Borg*ların insan dengi haline geldik. Ama biz kumanda edilen monoton bireyler değiliz. Bizler, bağımsız, özerk bireyleriz en azından böyle olduğumuzu düşünüyoruz.

VERİ YIĞINI MADENCİLİĞİ

İnternetin yürüyüşü acımasız olabilir ama onunla ilgili büyük bir sorun var gerçekten de. Doğal seçilim bize bir şey boyutça büyüdüğünde verimsizleşir der. Web ise çok fazla büyüyor ve genişliyor. Ağ sistemlerinin dünya lideri *Cisco Systems*, internette üretilen ve kaydedilen veri miktarını hesaplıyor. *Cisco*'nun önde gelen gelecek bilimcilerinden ve şirketin gelecek stratejilerini yöneten kişilerden biri olan Dave Evans'a göre, "İnsanlar 2009'da önceki beş bin yılın toplamından daha fazla veri üretti."[24] Tüm insanlık tarihi boyunca dense yeridir. İşlenecek çok fazla veri mevcut. Bu verinin çok büyük kısmı önemsiz (yığınla dedikodu ve geçici duygusal veri). Sosyal medya bilimcisi danah boyd'un da (bazı nedenlerden ötürü isminin ilk harflerinin büyük yazılmasından kaçınıyor) yorumladığı gibi, "Dikkatli olmazsak obezitenin psikolojik eşitini geliştireceğiz. Kendimizi, kendimiz veya bir bütün olarak toplum için en az yararlı olanı tüketirken bulacağız".[25] Web içeriğinin büyük kısmı abur cubur gıdanın dengi. Bu yüzden *Google* gibi arama motorları arananla ilişkili bilgiyi akıllı modelleme algo-

24. A. Jeffries, "A sensor in every chicken: Cisco bets on the internet of thing?", *Read Write Web*, web sitesi, 2010. www.readwriteweb.com/archives/cisco_futurist_predicts_internet_of_things_1000_co.php

25. d. m. boyd, "Streams of content, limited attention: The flow of information through social media", Web2.0 Expo sunumu, New York, 17 Kasım 2009.

ritmaları kullanarak elekten geçiriyor. Bir bilgi aradığımızda arama motorları benzer bilgiyi arayan kullanıcıların görüntülediği web sayfalarını analiz ediyor ve sonra değerlendirme açısından en ilişkili sayfalara puan veriyor. Aradığımız bilgiye ulaşmak için kalabalığın gücünden yararlanıyor. Bu harika bir şey. Bizimle ilişkisiz olan veriyi elemek için çok büyük olan veri dağından maden çıkarmak için diğerlerinin kolektif bilgisini kullanabiliyoruz.

Sorun şu ki filtreleme bilgiyi dışlıyor. İnternet başında geçirdiğimiz her dakika, arama motorları ne yaptığımızı ve kendimizle ilgili sağladığımız bilgiyi kaydediyor. Bu kötü bir şey değil. Arama motoru ajanlık yapmıyor ya da davranışlarımızı kontrol etmeye çalışmıyor. Makineler sadece bize en ilişkili bilgiyi sağlamaya çalışıyor. Bununla birlikte Eli Pariser bunda büyük bir sorun olduğunu düşünüyor. *The Filter Bubble: What the Internet is Hiding Drom you?* [Filtreleme Balonu: İnternet Sizden Neyi Saklıyor?] adlı kitabında arama motorlarının neden potansiyel olarak tehlikeli olduğunu açıklıyor.[26] Kendi başınıza deneyin: *Google*'a girin ve arama bölümüne "Mısır" yazın. Daha sonra ülkenin başka bir bölgesinde yaşayan bir akrabanız ya da arkadaşınızdan aynısını yapmasını isteyin. Eli'nin farkına vardığı şey arkadaşlarının toplamda farklı bir bağlantı ya da sonuç listesi elde ettiğiydi.[27] Bu fark önemlidir çünkü çoğu insan bağlantı listesinin ilk sayfasına bakıyor. Diğer bir deyişle kullanıcıların tüm resmi görmelerine izin verilmiyor.

Bu farkın nedeni, *Google*'ın bir filtre uygulayarak kullanıcıya özel kişisel sonuçlar üretmesidir. Pariser'in konuştuğu bir *Google* mühendisine göre arama filtresi, kullanıcıyla ilgili elli yedi bilgiden oluşan profile bağlı çalışıyor. (Mühendisin elli yedi değişkenden oluşan Heinz pazarlama dalaveresiyle Eli'yi tiye alıp almadığı merak konusu.) Eli kişiselleştirmenin kendisi için getirilen sonuçların sırasını nasıl değiştirdiğini buldu.

26. E. Pariser, *The Filter Bubble: What the Internet Is Hiding from You*, Penguin, New York, 2011.

27. E. Pariser, "Beware online 'filter bubbles'", TED konuşması, *TED* web sitesi, Mart 2011. www.ted.com/talks/eli_pariser_beware_online_filter_bubbles.html

Örneğin, konulara daha geniş açıdan bakmak için, çoğunlukla liberal arkadaşları olmasına karşın *Facebook* hesabındaki muhafazakârları takip etti. Bununla birlikte bir süre sonra fark etti ki *Facebook* uygulaması muhafazakârlardan gelen iletileri bilerek filtreliyordu çünkü bunlar liberal arkadaşların çoğuyla ilişkisiz kabul ediliyordu. Filtreleme yazılımı onu karşıt görüşlerden bihaber bir bilgisizlik balonu içinde tutuyordu. Filtreleme balonu işte buydu.

TENCERE YUVARLANIR, KAPAĞINI BULUR

İnternet ağlarında yaşama dair daha geniş bir bakış açısı kazanmak için herkesle iletişimde olmak vizyonu gerçek dışıdır. İnanılmaz boyuttaki bilgi yığınını elemek için gereken yazılım bize yalnızca görmek istediğimizi düşündüğü sonuçları getiriyor. Ama yazılımı suçlayamayız. Gerçek hayatta biz de dikkat kesileceğimiz kişiler için filtreleme yapıyoruz. İnsanlar aynı değer ve düşünceleri paylaşan kafa dengi insanlarla sosyal ağ kurma ve karşılıklı iletişim kurma eğilimindedir. Bize en çok benzeyenlerle arkadaşlık kurma eğilimindeyiz. Aynı gazeteleri okumaya, aynı TV programlarını izlemeye ve aynı eğlencelerden hoşlanmaya meyilliyiz. Bu homofili grup bağlılığını artırıyor olabilir ama aynı zamanda farklı değerleri paylaşan diğer gruplardan bizi ayırıyor. Örneğin, küresel ısınmayla ilgili tutumlar üzerine yapılan bir araştırma aşağıdaki sonucu ortaya çıkardı: 2001'de Cumhuriyetçilerin %49'u gezegenin ısındığına inanırken bu oran 2010'da %29'a düştü. Demokratlarda ise tersine aynı dönemde bunun sorun olduğuna inananların oranı %60'tan 70'e çıktı.[28] Cumhuriyetçiler ve Demokratlar farklı gezegende yaşıyor gibiydiler.

İnternetin bu homofili eğilimine karşı durması ve zihnimizi farklı bakış açılarıyla genişletmesi gerektiği düşünülebilir. Aslında *Twitter* etkinliği zıt düşünen insanların yakınlaşmasını teşvik

28. A. M. McCright ve R. E. Dunlap, "The politicization of climate change and polarization in the American public's views of global warming 2001-2010", *Sociological Quarterly*, 52, 2011, s. 155-194.

ediyor. Takipçileriniz sizden duyduklarından hoşlanır veya hoşlanmazsa bunu yorumlayabilir veya açık bir iletide "fikir belirterek" iletişim kurabilirler. Birisinin yazdıklarınızla ilgilenip ilgilenmediğini anlamanın yolu budur. *Twitter* kullanıcıları iletileri yeniden ileterek yayabilir* ve hoşlandıkları iletilere link verebilir. Bu, "Hey millet, bakın burada birisi ne diyor," demek gibi bir şey. Bu sayede takip ettikleri kişinin etkisini onlarla doğrudan bağlantılı olmayan kişilere yaymış oluyorlar. Eğer bir şeyin etkileyici olduğunu söylüyorsanız bu *Twitter* dünyasında geleneksel medya kanallarından daha hızlı bir biçimde yayılır. Bu, *Twitter* kullanıcılarının 2011 Mayısında Osama Bin Laden'in konağına yapılan çok gizli ABD baskınından nasıl haberdar olduklarını açıklıyor. @ReallyVirtual *Twitter* kullanıcı adlı, Sohaib Athar, Bin Laden'in komşusuydu ve neler olup bittiğini bilmeksizin baskını canlı olarak iletti. Daha sonra, "Aman Tanrım, farkında olmadan Osama baskınını canlı bildirdim," diyecekti. Baskından önce Sohaib'in yedi yüz elli takipçisi varken baskından sonra bu sayı doksan bin oldu. Şüphesiz *Twitter*, bloglarda ve web sitelerinde sörf yapmanın sıkıcı ve aşırı yavaş görünmesine neden oluyor. Bu sosyal ağlar için bir bilgisayara bile ihtiyacınız yok çünkü artık tümüne cep telefonlarından erişilebiliyor. *Twitter* ise sosyal ağların "taş kokaini"dir.**

Erişim kolaylığına rağmen *Twitter* aynı yaş, ırk, din ve eğitim düzeyine sahip kişilerde homofiliye ve hatta birbirilerini takip edip diğerlerini takip etmeme eğilimine neden oluyor. Örneğin altı ayda toplam yüz yirmi dokuz milyon ileti üreten yüz iki bin *Twitter* kullanıcısı üzerinden yapılan bir araştırmada, araştırmacılar negatif ve pozitif içeriklerine göre iletileri analiz etti.[29] İyimser iletiler: "Hiçbir şey iyi bir duş, tıraş ve saç kesimi kadar iyi hissettirmez. Buna bayılıyorum," ya da

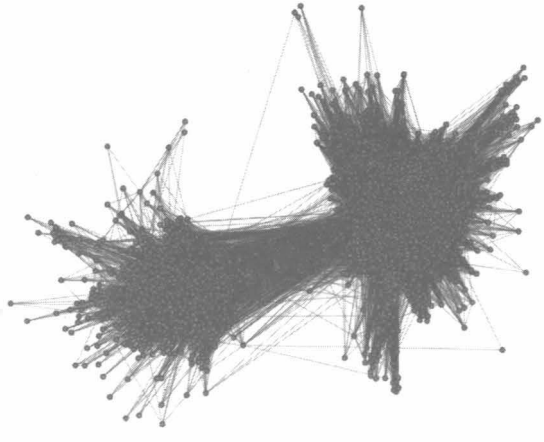
---

* *Twitter* dilinde "*retweet*" eylemi. (ç.n.)

** Taş kokain ya da *crack*, kokainin çok etkili bir formudur. On saniye içinde etkisini gösterir. Bağımlılık etkisi çok yüksek olduğu bir seferden sonra kişi ikincisini almak için şiddetli bir istek duymaktadır. (ç.n.)

29. J. Bollen, B. Gonçalves, G. Ruan ve H. Mao, "Happiness is assortative in online social networks", *Artificial Life*, 17, 2011, s. 237-251.

"Takibiniz için teşekkürler, ben de sizi takip ediyorum harika insanlar grubu." Daha üzgün iletiler: "O bu gözyaşlarımı hak etmiyor ama yine de onları döküyorum," veya "Hastayım ve vücudum yüzüme saldırmaya ve beni patlatmaya karar vermiş sanki!!!" Araştırmacılar grubun sosyal ağını analiz ettiklerinde aynı kümedeki insanların benzer eğilimleri paylaştığını buldular. Bu tip kümelenme Şekil 10'da örneklenmiştir. Mutlu kullanıcılar diğer mutlu kullanıcılarla iletişim halinde ve mutsuzlar da diğer mutsuzlarla. *Twitter* kullanıcıları arasında duygusal bir salgın var sanki, tıpkı daha önce gördüğümüz ayna sisteminin taklidi gibi ama bu kez iletim tamamen sanal. 2010'daki ABD kongresi ara seçimleri esnasında paylaşılan iletiler üzerinde yapılan bir araştırma, belirgin biçimde liberal ve muhafazakârların parti çizgisiyle tutarlı olan partizan mesajları yeniden ileterek yaydığını ama karşı gruba ait iletileri yeniden iletmedikleri ortaya çıktı.[30]



Şekil 10: Bollen ve arkadaşları ile Zolli'nin bir çalışmasına dayanan *Twitter*'daki iletişim üzerine bir analiz kayda değer bir gruplaşmayı açığa çıkardı. İzin alınmıştır.

30. M. D. Conover, J. Ratkiewicz, M. Francisco, B. Gonçalves, A. Flammini ve F. Menczer, "Political polarization on Twitter", Proceedings of International Conference on Weblogs and Social Media, 2011. http: //truthy.indiana.edu/site_media/pdfs/conover_icwsm2oll_polarization.pdf

Dahası binlerce kullanıcıyla iletişim umudu, esaslı bir ayak bağı olan evrimleşmiş insan beyninden dolayı yerine getirilemiyor. Altı ay içinde paylaşılan 1.7 milyon ileti analiz edildiğinde araştırmacılar kayda değer bir keşif yaptılar:[31] Takipçilerin sayısı arttıkça, diğerleriyle etkileşim kapasitesi "ilgide tutumluluk" nedeniyle gittikçe zorlaşıyor. Sınırsız sayıda olan diğerleriyle anlamlı fikir alışverişi yapamıyoruz. Herkese yanıt vermek için yeterince zaman ve enerji yok. Öyle görünüyor ki bu engin sosyal ağ okyanusunda optimum bir sayıda, 100 ile 200 arasında bir sayıda karşılıklı iletişim sürdürebiliriz. Benzer şekilde *Facebook*'ta da ortalama bir kullanıcının 130 arkadaşı var. Sayı tanıdık geliyor mu? Gelmeli. Primat korteksi ile grup boyutu arasındaki ilişkiyi tanımlayan Dunbar'ın sayısına yakın yine. Görünüşe göre sosyal ağ sitelerinin sanal dünyasındaki sosyal aktivite, gerçek dünyadaki kadar doğru öngörülebiliyor.

BENLİĞİMİZ İÇİN ZAMAN AYIRMAK

Teknolojinin bizi gündelik sıkıcı işlerden özgürleştirmesi bekleniyordu. Bizi daha mutlu yapması gerekiyordu. 20. yüzyıl reklamları otomatikliğin ve hızlı tatminin olduğu bir dünyayı vaat etmişti. 1960'larda bilgisayar ilk kez ortaya çıkıp daha sonra 1980 ve 1990'larda pek çok Batılının evine girdiğinde, bize boş vakit ve eğlence için daha fazla vakit bulacağımız söylenmişti. Birbirimiz için daha fazla zamanımız olacaktı. Bilgisayar bazı işleri şüphesiz daha kolay hale getirdi ama paradoksal olarak pek çoğumuz birlikte yaşadığımız ve çalıştığımız kişilerden çok bilgisayarla vakit geçirir olduk. Meslektaşım, otizm uzmanı Simon Baron-Cohen günde elli e-maile yanıt verdiğini ve bunu yapmak için yılda 1000 saat harcadığını tahmin ediyor.[32] Çevrimiçi geçirdiğim zamana bakarsak benim durumum daha kötü sanırım.

31. B. Gonçalves, N. Perra ve A. Alessandro Vespignani, "Modeling user activity on Twitter networks: Validation of Dunbar's number", *PLoS ONE*, 6:8, 2011, e22656, doi:10.1371 /journal.pone.0022656.

32. S. Baron-Cohen, "1000 hours a year", J. Brockman (Der.), *Is the Internet Changing the Way You Think? The Net's Impact on Our Minds and Future*, Harper Perennial, New York, 2011.

Simon kadar e-mail almıyorum ama her gün çevrimiçiyim ve en son ne zaman çevrimdışı bir gün geçirdiğimi hatırlamıyorum. Tatilde veya yolculukta bile çevrimiçiyim.

Makale araştırması yapmıyorsam veya eğitim materyali hazırlamıyorsam sosyal ağ siteleri aracılığıyla insanlarla bağlantı içindeyim. E-mail, blog ve *Tweet* yazıyor, *Skype*'ta konuşuyorum ve ara ara girdiğim bir *Facebook* hesabım var. Sosyal ağdaki son gelişme *Google* +'ya katıldım. Webde durmaksızın geziniyorum. Bunları telefon ofisimdeki bilgisayarım, taşınabilir bilgisayarım, *ipad*im veya akıllı telefonumla yapabiliyorum. İnternete tamamen bağlıyım. TV'de önemli bir olayı izlerken bile sosyal ağımdan besleniyorum, bu yüzden aynı yayınla ilgili başkalarının düşüncelerini takip edebiliyorum. Sabah yediden gece yarısına kadar uyanık olduğum zamanın en az yarısını çevrimiçi geçirdiğimi tahmin ediyorum. Bu, yılda 3000 saatten daha fazla ediyor. Herhangi birinin standartlarını aşacak bir süre bu. Bu denli internet kullanımının doğal ve muhtemelen sağlıklı olmadığını da biliyorum ama kızlarıma bakacak olursak Batı'daki pek çok insan gittikçe daha fazla çevrimiçi bağlılığa batmaktadır. Psikiyatristler tam olarak bir bozukluk teşkil ettikleri konusunda hem fikir olmasa da bazıları web etkinliğine olan aşırı bağlılığın diğer bağımlılıklar gibi kabul edilmesi gerektiğini iddia ediyor.

İnternet bağımlılığım, 2009 yılında ilk kitabımın yayıncısının isteği üzerine çevrimiçinde varoluşum ve sosyal ağa girişimle başladı. Başlangıçta insanların yazılarını yayınladığı ve bunları okunmasını umut ettiği bloglardan yazmam istendi. En başından beri blog yazmayı kendine düşkünlük olarak görüyordum ama kitabımın tanınmasında yardımcı olduğunu da kabul ediyordum. İlk baştaki isteksizliğime rağmen kısa zamanda geri bildirime bağımlı hale geldim. Okuyucular her yazımla ilgili yorum yazabiliyor ve site yöneticisi olarak kimlerin ve kaç kişinin sitemi ziyaret ettiğini görebiliyordum. Görünmeyen bir okuyucu kitlesi için blog yazmak yeterli değildi. Ziyaretçilerin çabalarımı ve düşüncelerimi takdir etmesine ih-

tiyacım vardı. Bunlar insanların bloğumu ziyaret etme sayısı "*hit*"ler olarak kaydediliyordu. Bu geri bildirim süreci internetteki iletişimin hızlı doğası nedeniyle aşırı yüklüdür. Hakemli bilimsel makaleler ya da kitabınızla ilgili asırlar alan ve öngörülemez eleştirmen değerlendirmelerinden farklı olarak sosyal ağ siteleri geri bildirim yoluyla hızlı bir tatmin sağlıyordu. Halk, yazdığımız bir şeye artan trafik veya nazik yorumlarla olumlu tepki verirse bu bize gerçekten iyi hissettirir ve çabalarımızı haklı çıkartır.

Bu zevkin nedenini koşullanma üzerine yapılan deneylerden biliyoruz. Koşullanma, ilk olarak 1890'larda yemek verilmeden önce salya akıttıkları için köpeklerin beslenme zamanını tahmin edebildiğini fark eden Rus fizyolog Ivan Pavlov tarafından keşfedildi.[33] Pavlov daha sonra yemekle birlikte bir düdük sesi (popüler kültürde betimlendiği gibi zil değil) çıkardı, sonuçta yalnızca ses tükürük salgılanmasına yol açtı. Köpek sesle yemek arasında ilişki kurmayı öğrenmişti. Bu önemli bir keşifti. Deneyci köpeğin pek çok farklı uyarıma verdiği tepkiyi şekillendirebilirdi. Köpekler, ödülle eğitilebilir ya da koşullanabilirlerdi. Koşullanma kısa zamanda Davranışçılık adı verilen bir ekol olma yolunda gelişti ve herhangi bir karmaşık davranışın ödüller ve cezalarla şekillenebileceğini iddia eden J. B. Watson ve B. F. Skinner gibi kişiler tarafından ABD'de savunuldu.[34] Aslında şu an davranışları pekiştirenin ödül değil oldukça tatmin edici olan ödül beklentisi olduğunu biliyoruz.

Çünkü beynimizin derinlerinde, beyin sapına yakın bir yerde, beynin diğer bölgelerine uzun liflerle bağlı yaklaşık on beş-yirmi bin dopamin nöronundan oluşan bir küme tarafından uyarılan bir ödül sistemi var. Beyinde milyarlarca nöron olduğunu düşünürsek bu küçük topluluğun davranışlarımızı kontrol etmek bakımından kritik rol oynayan bir zevk merkezi olması kayda değerdir. Bu nöronlar ödül ya da cezayı ön-

33. I. P. Pavlov, *Conditioned Reflexes*, Oxford University Press, Oxford, 1927.
34. J. B. Watson, "Psychology as the behaviorist views it", *Psychological Review*, 20, 1913, s. 158-177; B. F. Skinner, *The Behavior of Organisms: An Experimental Analysis*, Appleton-Century-Crofts, New York, 1938.

görmemizi ve beklememizi sağlıyor.[35] Onlar olmasaydı karar verirken umutsuzca çırpınırdık, davranışlarımız düzensiz ve kararsız olurdu. Bir koşullanma deneyinde, bir hayvan bir kola basmanın veya bir diski gagalamanın ödül getireceğini öğrendiğinde beklenti dopamini salgılanır ki davranışı pekiştiren budur, ödülün kendisi değil. Bunu, o anki istekleriyle bağlantılı zevk merkezlerine elektrot yerleştirilmiş farelerin herhangi bir yiyecek ödülü olmaksızın kendi kendilerini uyarmalarından biliyoruz.[36] Dopamin salgısı tek başına davranışı koşullamak için yeterli. Tedavileri için İntraktabel Epilepsi* hastalarının aynı beyin bölgesine elektrot yerleştirildiğinde hastalar zevk hissi duyumsadıklarını belirtirler. Kumardan sekse kadar pek çok bağımlılık davranışında olduğu gibi bize en iyi düdük sesini sunan beklentinin heyecanıdır.

Dahası davranışı pekiştirmenin en iyi yolu ödülün her zaman değil ara sıra verilmesidir. Buna aralıklı pekiştirme denir. Bunun nedeni beyinlerimizin sürekli olarak çevredeki desenleri arıyor olmasıdır. Bununla birlikte çevreden gelen bilgi ve geri bildirim çoğu zaman parçalı ve eksiktir ama beyinlerimiz bu tür tutarsızlığı idare eder. Bir çeşit pozitif ödüle neden olmuş gibi görünen bir şey yaptığımızda zevki yeniden tatmak için daha sonrasında eylemi tekrarlarız. Bu ödül aralıklı olarak sunuluyorsa girişimlerimiz daha uzun ve sık olur. Bu, kumarın gerisindeki pekiştirme ilkesidir. Gittikçe daha sık oynar ve ara sıra gelen ödülü daha fazla bekler hale geliriz.[37] Kumar makineleri oyuncuların kendilerini sık sık jetonla beslemeleri için aralıklı pekiştirme zamanlamasına uygun olarak nadiren ödeme yapar. Davranışımızı kalıcılaştıran beklenti kaynaklı dopamin salınımıdır.

35. R. Montague, *Why Choose This Book? How We Make Decisions*, Dutton, New York, 2006.

36. J. Olds, "Pleasure center in the brain", *Scientific American*, 195, Ekim 1956, s. 105-116.

* Durmayan veya tedaviye yanıt vermeyen epilepsi nöbetleri. (ç.n.)

37. L. Sharpe, "A reformulated cognitive-behavioral model of problem gambling: A biopsychosocial perspective", *Clinical Psychology Review*, 22, 2002, s. 1-25.

Aynı şekilde, koşullanma çevrimiçi davranışımızı da açıklar. E-maillerimizi kontrol etme ve gerçekten önemli veya ilginç bir şey ortaya çıktığında çevrimiçi topluluğun onayını alma zorunluluğu duyarız. Ne zaman e-mailimi veya blog siteme giriş sayılarını kontrol etsem Skinner'in koşullanma deneyindeki fare gibi olurum. Başlangıçta sayılar bir elin parmakları kadardı ama her hafta arttı. Bir ay içinde sitedeki trafiği her ay kontrol eder oldum, giriş sayıları en yüksek noktaya çıktığında ya da olumlu, nazik bir yorumla karşılaştığımda heyecanlandım ama giriş sayıları en düşük noktaya indiğinde ya da küçük gören yorumlar gördüğümde moralim bozuldu. Pek çok gün hiçbir şey olmadan geçerdi ama bazen ödüllendirilirdim. İlişkili beklenti tarafından tetiklenen dopamin salınımı en iyi iyileştiricim haline geldi ve siteme gittikçe daha fazla giriş isteyen bir sayı bağımlısı haline geldim.

Öyleyse internet bağımlılık yaratabilir ve tehlikeli olabilir, özellikle de bireylerin fantezi dünyalarına saatler harcadığı oyunlarda. 2010'da Güney Kore 41 milyonluk nüfusunun %81'iyle diğer tüm ülkelerde daha büyük bir internet kullanım oranına sahipti. Pek çok Güney Koreli çevrimiçi zamanını yüksek hızlı ama ucuz bağlantı sağlayan internet kafelerde geçiriyor. Bunun yıkıcı sonuçları var. Pek çokları çevrimdışı hareketsizlik pahasına çevrimiçi etkinlikten dolayı ciddi sağlık sorunlarına davetiye çıkarıyor. Eklemleri şişiyor, kas ağrısı çekiyorlar. Bazıları yaralanıyor. İnternette tanışıp evlenen Güney Koreli bir çiftin aynı yıl içinde erken ve hastalıklı doğan bir bebekleri oldu.[38] Bunun üzerine çevrimiçi hayatlarına yolun karşısındaki bir internet kafede sanal bir bebek büyüttükleri bir oyunla devam etmeye karar verdiler. Eve, sadece bir kez, gerçek bebeklerini beslemek için gittiler. Bu bakım eksikliği çocuklarının susuzluk ve kötü beslenme sonucunda ölmesine neden oldu. Şüphesiz bu uç bir örnektir ve yoksulluk içinde büyüyen pek çok çocuk ihmal ediliyor ama bu vaka interne-

38. "South Korean couple starved child while raising virtual baby", *CNN News*, 2010.

tin bağımlılık yapıcı etkisini gözler önüne seriyor. Yakınlarda oldukça eğitimli,"akademik" bir ABD'li aileyi ağırladım ve akşam yemeği boyunca süren ilk sohbet ve anekdot paylaşımından sonra e-mail, *Facebook* ve diğer çevrimiçi yaşamlarımızı kontrol etmek için dağıldık. Grupta sadece yetişkinler değil çocuklar da vardı. Bir an gözlerimi dizüstü bilgisayarımdan kaldırıp etrafa baktım ve herkesi kendi web yaşamlarına sessizlik içinde dalmış olarak buldum. Web bir zamanlar iş ve aileyle geçirilen zaman olarak bölümlere ayırdığımız yaşamlarımızdaki bu sınırları sonsuza dek ortadan kaldırdı. Pek çoğumuz şu an çevrimiçi ve bundan memnunuz. Tıpkı ilaç bağımlılığı gibi, pek çoğumuz internete erişemediğimizde asabiyet ve kaygı belirtileri gösteriyoruz.

Marshall McLuhan'ın "küresel köy" ve "ortam mesajdır" gibi deyimlerle öngördüğü bir biçimde teknoloji tarafından şekillendiriliyor ve kontrol ediliyoruz.[39] 1960'larda, internetin icadından önce McLuhan toplumumuzun iletişim teknolojilerine bağımlı ve onun tarafından şekillendiriliyor olacağını öngörmüştü. Benliklerimizi diğerlerine doğru uzattığımızı, bizim de diğerlerinin uzantılarından etkilendiğimizi anlamıştı. Bu bakımdan, sayesinde iletişim kurduğumuz ortamlar aracılığıyla birbirimizle karmaşık ilişkilerle bağlıyız. Benzer biçimde Massachusetts Teknoloji Enstitüsü sosyoloğu Sherry Turkle, yüzyüze iletişimden bilgisayar-bilgisayara iletişime geçişi *Alone Together* [Hep Beraber Ama Yalnız] adlı kitabında betimledi.[40] Daha fazla çevrimiçi olmak doğal olarak daha az çevrimdışı olmak demektir ki bu da bize çok yakın olanlar tarafından paylaşılan yaşamları daha az yaşadığımız anlamına gelmektedir. Daha doğrusu kim olduğumuz, sayesinde iletişim kurduğumuz ve içinde bulunduğumuz ortamlar tarafından gittikçe daha fazla şekillendirilmektedir. Bazı insanlar bunu korkutucu bulur. Pek çok insan içinse bu özgürleştirici bir şeydir.

39. M. McLuhan, *Understanding Media: The Extensions of Man*, McGraw Hill, New York, 1964.

40. S. Turkle, *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other*, Basic Books, New York, 2011.

HEPİMİZ İKİNCİ BİR HAYAT İSTERİZ

İşsiz, aşırı kilolu ve yoksulluk kapanından kurtulma umudu olmaksızın yardımlar sayesinde yaşayan biri olsaydınız ne yapardınız? 2003'ten beri ikinci bir şans olarak yaşayabileceğiniz başka bir dünya bulunmaktadır. Bu *Second Life* [İkinci Yaşam], benliğin yeniden keşfedildiği ve yaşlanmayan, harika bedenlere sahip, hiç hastalanmayan ve şahane evlerde sıra dışı yaşamlar süren diğer sanal kişiler arasında yaşamayı sağlayan sanal çevrimiçi dünyadır.

David Pollard ve Amy Taylor, birbirlerini tanımayan, dünyevi yaşamlarının kasvetinden kaçmak isteyen iki kişiydi.[41] Her ikisi de yaz boyunca partilere doluşan sarhoş gençlerin Mekke'si haline gelmiş Güney Batı Britanya'daki sahil beldesi Newquay'da yaşıyordu. Kasaba cennet olmaktan çok uzaktı, orada işsiz ve umutsuz bir biçimde yaşamanın ne kadar üzücü olduğunu tahmin edebiliyorum. Bu monotonluktan kaçmak için bir çevrimiçi sohbet odasında tanışan David ve Amy, "Dave Barmy" ve "Laura Skye" (Bkz. Şekil 11) adlarıyla *Second Life* oyununa katıldılar. Dave Barmy yirmili yaşlarda, 1.93 boyunda, ince, uzun siyah saçlı, oldukça büyük bir villada yaşayan bir gece klubü sahibiydi. Şık takım elbiselerine ve pahalı mücevherlere tutkundu. Gerçekte ise David Pollard, 40 yaşında, 160 kg ağırlığında, saçları dökülen, iş göremezlik yardımıyla geçinen ve kiralık bir odada yaşayan biriydi. Tişört ve eşofman giyerdi.

41. S. Morris, "How South West News got its divorce scoop in Second Life", *Guardian*, 14 Kasım 2008.



Şekil 11: Dave Barmy ve Laura Skye.



Şekil 12: Gerçek Dave Barmy ve Laura Skye.

Laura Skye da eşit derecede egzotik bir karakterdi. O da yirmili yaşlarda, uzun siyah saçlı ince biriydi ve geniş bir evde oturuyordu. Taşra tarzı kot gömlek ve çizme giymeyi seviyordu. Ama gerçekte Amy aşırı kilolu, 1.63 boyunda, kızıl saçlıydı ve o da iş göremezlik yardımıyla geçiniyordu. Gerçeklik ve kurgu arasındaki fark daha büyük olamazdı. (Bkz. Şekil 12)

İnternette Dave Barmy ve Laura Skye olarak tanıştıklarında birbirlerine âşık oldular ve *Second Life*'ta evlendiler. Ama gerçek hayatta da Amy'nin David'in Newquay'deki evine taşınmasıyla bir araya geldiler. İki yıl sonra, tıpkı Koreli çift gibi gerçekten de evlendiler. Ama gerçek hayatta işler ters gitmeye başladı. Laura (Amy), Dave'in *Second Life*'ta bir şeyler karıştırdığından şüphelendi ve onu gözetlemesi için bir sanal dedektif tuttu. Sonuçta Dave'in oyunda bir telekızla seks yaptığını öğrendi. Bunun üzerine David, gerçek hayatta özür ve af diledi. Bir gün Amy, gerçek kocasını küçük dairelerinde bilgisayar başında, oyundaki karakterinin bir başka sanal karakter olan Modesty McDonnell'ı kanepede, sevgiyle okşayışını izlerken yakaladı ve bu bardağı taşıran son damla oldu. Modesty, ABD'nin Arkansas şehrinde yaşayan iki kez boşanmış Linda Brinkley'in sanal kimliğiydi. Amy yıkılmıştı ve Dave gerçek hayatta onu aldatmamış olmasına rağmen makul olmayan

davranış gerekçesiyle* boşanma davası açtı. Çok geçmeden Dave, gerçekte hiç tanışmamış olmalarına rağmen Modesty'e internette evlenme teklifi etti.

Dünya bir çiftin hayali bir makul olmayan davranış gerekçesine dayanarak boşandığını öğrendiğinde basın Newquay'e akın etti. Ama yalnızca kurguyu taklit eden gerçek olarak tanımlanacak biçimde Kelt çift başta röportaj vermeyi ve kapılarını basına açmayı reddetti. Sonra çok ilginç bir şey oldu. *South West News* gazetesinden iki açıkgöz gazetecinin aklına *Second Life*'ta bir görüşme yapma parlak fikri geldi. Bristol'de kilometrelerce uzaklıktaki ofislerinde Jo Pickering ve Paul Adcock, Dave Barmy ve Laura Skye'la görüşme yapmak için "Meggy Paulse" ve "Jashly Gothley" adlarında sanal birinci sınıf röportajcılar yarattılar.

Jo hâlâ *South West News*'te çalışıyor, bana çevrimiçi kurslara katılmak için sanal karakterler kullanan bir iş arkadaşıyla konuştuktan sonra bu fikrin aklına geldiğini söyledi. Meggy Paulse olarak Jo, Laura Skye'ı *Second Life*'ta buldu. Jo bana çevrimiçi Laura Skye'ın gerçek hayattaki Amy'den daha cana yakın ve cüretkâr olduğunu söyledi. Sonuç olarak Meggy Paulse, Amy'yi internetin başından kalkıp, merdivenleri inip evinin önünde kamp kuran röportajcılara kapıyı açma konusunda ikna etti. Sonunda istedikleri hikâyeyi elde ettiler.

Jo, Amy'nin çevrimiçi aldatmanın gerçek hayatta aldatmaktan çok daha kötü olduğunu çünkü kendisi ve David'in kusursuz karakterler yarattıklarını ve yine de bunun yeterli olmadığını düşündüğünü anlattı. Gerçek hayatta hepimiz kusurluyuz ve çoğunlukla birbirimizin zayıflıklarına katlanıyoruz ama *Second Life*'ta herhangi bir zayıflığa yer olmaması gerekiyordu. Çevrimiçi aldatmanın incitici olmasının nedeni buydu. Jo'nun söylediği gibi, "Amy kendisinin harika bir versiyonunu yaratmıştı ama bu yine de kocası için yeterli olmamıştı".

---

* *Unreasonable Behaviour*, Britanya Hukuku'nda, eşlerden birinin, diğerinin evliliğe telafisi mümkün olmayacak biçimde zarar veren bir davranışta bulunduğu iddiasıyla açtığı boşanma davasının hukuki dayanağıdır. (ç.n.)

Jo'ya çiftin sonunu sordum. Anlaşılan Dave sonunda Linda Brinkley'le görüşmüş ama her ikisi de yoksul ve farklı kıtalarda yaşayan iki kişinin gerçek evliliği söz konusu olduğunda gerçeklik tüm çıplaklığıyla etkisini göstermiş olmalı. Çevrimiçi Dave Barmy, çevrimiçi Modesy McDonell ile gerçekten buluştuğunda David Pollard ve Linda Brinkley'in ayakları yere basmış. Hikâyenin bize anlattığı şu ki gerçeklik ve fantezi arasındaki sınırlar bazen bulanıklaşır. Paul Bloom, profesörü tarafından bu sanal topluluklarla ilgili araştırma yapması istenmiş bir araştırma görevlisinin, genç bir kadının hikâyesini anlatır.[42] Görünüşe göre genç kadın bir daha dönmemiştir. Bir elektronik tarikata girmiş gibi çevrimiçi hayatı gerçek olanına tercih etmişti. Çevrimiçi yaşama dürtüsü çok zorlayıcıysa sizi, gelecekte ne olacağına dair meraka sevk eder. Şüphesiz bunun bir bedeli olmalı çünkü bir şey aynı anda iki farklı yerde olamaz, bu yerlerden biri sanal diğeri gerçek olsa bile. Her ikisi de sınırlı bir zamana gereksinim duyar ki zaman öyle kolayca bölünebilecek bir şey değildir.

ÇEVRİMİÇİ DAVRANIŞ AÇIĞA ÇIKTIĞINDA

Kimi güç sahibi kişiler cinsel tatmin için bazı riskli durumlara girerler. Saygın davranış sınırlarını aşarlar. Web bu tip sınır ihlallerini çok kolaylaştırdı. Muhtemelen en talihsiz soy isimlerden birine sahip olan Demokrat milletvekili Anthony Weiner, 2011'de *Twitter* takipçilerinden birine penisinin fotoğrafını gönderdiğini itiraf ettikten sonra istifaya zorlandığında kariyerini mahveden bir skandalın ortasında buldu kendini.[43] Artık "Weinergate"* olarak bilinen olay, kamuoyunca tanınan kişilerin internet üzerinden kadınlara kendi çıplak fotoğraflarını gönderme vakalarından yalnızca biridir. Geçmişte bazıları

42. P. Bloom, "First person plural", *Atlantic Magazine*, 8 Kasım 2008.

43. C. Cuomo, C. Vlasto, C. ve D. Dwyer, "Rep.Anthony Weiner: 'The Picture Was of Me and I Sent It' ", *News* web sitesi, 6 Haziran 2011. http://abcnews.go.com/Politics/rep-~anthony-weiner~piature/story?id=13774605

* Skandala, 1974 yılında ABD başkanının istifasıyla sonuçlanan Watergate skandalını çağrıştıran bir isim verilmiş. (ç.n.)

cinsel tatminlerinin peşindeyken halka açık yerlerde görüntülenmişti ama sosyal ağların ortaya çıkışıyla çevrimdışı görüntüleme çevrimiçi ve çok daha yaygın hale geldi.

Gerçekten de bazıları internetin başlıca kullanım amaçlarından birinin seks olduğunu iddia ediyor. 2008 yılında on üç-yirmi yaşları arasındaki gençler ve yirmi-yirmi altı yaşlarındaki yetişkinlerden oluşan bin iki yüz seksen kişilik bir toplulukla yapılan bir anket, her beş gençten birinin ve her üç yetişkinden birinin internet üzerinden kendilerine ait çıplak ya da yarı çıplak fotoğraf gönderdiğini açığa çıkardı.[44] Çevrimiçi arkadaş bulma sitelerinden biri olan *friendfinder.com*, üyelerinin yaklaşık olarak yarısının evli olduğunu tahmin ediyor. Ya yeni partnerler ya da flört olanağı arıyorlar.[45] Muhtemelen, bunun en kayda değer örneklerinden biri, evli olması gerçeğine karşın, internet aracılığıyla aynı anda elliden daha fazla kadını ayartmış ve pek çoğuna evlilik teklif etmiş olan ABD ordusundan Albay Kassem Salleh'tir.

Sexting bireylerin teknoloji yardımıyla uzaktan cinsel içerikli mesajlaşmasını anlatan oldukça yeni bir olgu. New York'un Port Washington bölgesinden psikolog Susan Lipkins, on üç-yetmiş iki yaşları arasındaki kişilere yaptırdığı çevrimiçi ankete göre katılımcıların üçte ikisinin açık cinsel mesaj göndermiş olduğunu belirtir. Oranın en yüksek olduğu dönemler gençlik sonu ve yetişkinlik başıydı. İlginç olan bu davranışın yirmi yedi ve üstü yaşlarda kararlılık, egemenlik ve saldırganlık gibi güce dair kişilik ölçütleriyle ilişkili olmasıydı. Daha genç yaş grubunda güç, belirleyici değildi ama daha yaşlı er-

44. Küçük yaşta ve planlanmamış hamilelikleri önlemek için düzenlenen Ulusal Kampanya, *Sex and Tech: Results from a Survey of Young Teens and Adults*, National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy, Washington, 10 Aralık 2008. www.thenationalcampaign.org/sextech/PDF/SexTech_Summary.pdf

45. J. M. Albright, "How do I love thee and thee and thee: Self presentation, deception and multiple relationships online", M. T. Whitty, A. J. Baker ve J. A. Inman (Der.), *Online Matchmaking*, Palgrave Macmillan, Londra, 2007, s. 81-96.

keklerde güç bariz biçimde *sexting* ile ilişkiliydi.[46] İnternetin hafifliği ve hızı, algılama çözülmesi ve gerçeklikten uzaklaşmanın yanı sıra küstahlık artışına da neden olur. Bu durum kolayca gerçek hayata oranla sosyal normların denetiminden uzak olan ahlaki bir yozlaşmaya kapı aralayabilir. Tıpkı zorbalıkta olduğu gibi çevrimiçi oluşun anonimliği, gözden ıraklığı ve aradaki mesafe, gerçek hayattaki benliğimizden farklı biri olmamıza imkân tanır.

PALYAÇO BAY BUNGLE'IN SİBER TECAVÜZÜ

Gerçeklik ve fantezi ile ahlaki ve ahlaki olmayan eylemler arasındaki sınırlar söz konusu olduğunda aradaki belirsizliği ortaya seren en dokunaklı öykülerden biri belki de Palyaço Bay Bungle'ın hikâyesidir. Bay Bungle, 1990'larda oyuncuların sanal karakterler yaratıp kontrol ettiği çevrimiçi topluluklardan biri olan *LamdaMOO*'nun sanal dünyasında yaşayan bir siber karakterdi. Bay Bungle tam bir baş belasıydı. Kötü ünlü bir olayda, bir akşam, sanal bir konağın sanal bir odasında, diğer karakterlerin sapkın cinsel eylemler gerçekleştirmesini sağlamak için yazılım alt yordamlarını (bilgisayar programlamada özel bir görev için tasarlanan kod parçaları) kullanarak çevrimiçi arkadaş grubunun üyelerine cinsel tacizde bulundu.[47]

Şüphesiz Bay Bungle'ın korkunç imgesi yalnızca kullanıcıların zihnindeydi. Bay Bungle gerçekte yoktu. Sanal toplulukların bu ilk günlerinde *LamdaMOO*'ya giriş yapsaydınız, Xerox Şirketi'nin Silikon Vadisi'ndeki* bir araştırma bilgisayarının

46. S. Lipkins, J. Levy ve B. Jerabkova, "Sexting... Is it all about power? ", *Real Psychology* web sitesi, bilinmeyen tarih. http://realjpsychology.com/content/tools-life/sextingis-it-all-about-power

47. "Evilclown is a scary success", Orange News, 13 Nisan 2010. http://web.orange.co.uk/article/quirkies/Evil_clown_is_a_scary_success; J. Dibbell, "A rape in cyberspace: How an evil clown, a Haitian trickster spirit, two wizards and a cast of dozens turned a database into a society", *Village Voice*, 23 Aralık 1993.

* Silikon Vadisi, Kuzey Kaliforniya'daki San Francisco vadisinin bir parçası olan San Jose vadisine verilen isimdir. Bu ismin sebebi ise bölgede yoğun olarak üretim ve geliştirme faaliyetinde bulunan silikon çip üreticileridir. Sonradan, yüksek teknolojiyle ilgili sektörleri ifade etmek için kullanılan bir isim olmuştur.

kullanıcıya tanım bilgileri sunan veritabanına erişmiş olurdunuz sadece. Ortam, nesneler ve tüm karakterler, bugünün teknolojik bakımdan ileri çevrimiçi topluluklarının zengin görsel ortamlarıyla kıyaslandığında oldukça basit kalan metinsel alt rutinlerden ibaretti. *LamdaMoo*, *Second Life*'ın üç boyutlu görsel dünyası veya *World of Warcraft*'la kıyaslandığında bir hiçti, yine de insanın hayal gücü canlı izlenimler üretmek için çok fazla şey gerektirmez.

Bay Bungle, New York Üniversitesi'nden giriş yaparak, diğer kullanıcılara istenmeyen metni gönderen bir alt yordam üretmek için sistemin yazılımını kırmayı başarabilmiş (*hack*lemiş) genç bir bilgisayar korsanının çılgın bir yaratımıydı. Söz konusu olayda pek çok çevrimiçi kadın kullanıcıya ait karakterler cinsel uzuvlarına türlü aletler sokulurken zevk aldıkları ve bu esnada Bay Bungle'ın sadistik bir biçimde gülerek olanları izlediğini anlattı. Bir kez daha söylemek gerekirse metin dizileri olarak gerçekleşen bu saldırı tamamen zihinlerde gerçekleşmişti.

Olay sonrasında, sanal tecavüze uğramış olan Seattle'dan "Legba" kullanıcı adlı bir kadın *LamdaMOO* topluluğunun sohbet odasında kendisine tecavüz edildiğini açıkça belirtti ve Bay Bungle'ın hadım edilmesini talep etti. Bu kullanıcı aylar sonra olayı basına ilk yansıtan gazeteciye sanal karakteri o metinleri yazarken "post-travmatik gözyaşları döktüğünü" söyledi. Açık ki bu olay zihnindeki sanal bir olay olmaktan çıkmış, bir kurban olarak acıyı kalbinde hissetmiş. Bu sanal tecavüz, hayal dünyasının sınırlarını aşıp ona maruz kalanların gerçek hayattaki duygularını etkilemişti.

Sözcüklerin size asla zarar veremeyeceği söylenir ama benlik yanılsaması için diğerlerinin sözleri her şey anlamına gelebilir. Bay Bungle vakası kimlik, benlik ve bunların çevrimiçi topluluklarda nasıl işlediğiyle ilgili pek çok ilginç konuyu akla getirmektedir. Olan her şey, karakterler, tecavüz, tepki ve intikam sözcüklerden, sanal âlem bağımlılarının klavyeleriyle çılgınca girdikleri metinlerden fazlası değildi. Öyleyse bu

tecavüz nasıl mümkün oldu ve insanlar duygusal olarak nasıl bu denli incindi? Hiçbir fiziksel temas gerçekleşmiş değildi. Şüphesiz oyucular tecavüzün gerçekten gerçekleştiği yanılsamasına kapılmadılar ama psikolojik olarak böyle hissettiler. Kullanıcıların zihninde bu olay sanal rol yapma oyununun ötesine geçti. Öfkeleri gerçekti. Toplumdan uzaklaştırılma ve reddedilmenin acısı, topluluğa ait ve gerçekliğin yeterli alternatifi olan basit bilgisayar simülasyonları tarafından kolaylıkla tetiklenebilir. Derinlerdeki sosyal etkileşim ihtiyacını tahrik etmelerinin nedeni budur.

Öyleyse bu farklı çevrimiçi topluluk ve sanal dünya örneklerinde gerçek benlik nerededir? Çoğumuz ikiyüzlü olmadığımıza, dürüst olduğumuza inanırız. Bütünlüklü olduğumuzu düşünmekten hoşlanırız. Benlik tutarlı ve bütünlüklü bir varlık olsaydı çevrimiçi davranış biçiminin, çevrimdışı davranış biçiminin kusursuz bir aynası olması gerektiği öngörülebilirdi. Ama durumun böyle olmadığı anlaşılıyor. İnsanların nasıl davranacağı içinde bulundukları ortama bağlıdır. Web bunun dışında değildir. Çevrimiçi davranış biçiminiz çevrimdışıyken kabul edilemezdir ve tersi de geçerlidir. Çevrimiçiyken açık, merak uyandıran ve paylaşmaya istekli olmak zorundasınız ama öte taraftan diğerlerine onlar hakkında düşündüklerinizi söylemeye, flört etmeye ve genellikle gerçek hayatta başınıza iş açacak biçimde davranmaya daha yatkınsınızdır.

Çevrimiçiyken, bazen sanki bambaşka bir insanmış gibi davranarak benliğimizi şaşırtırız. Çevrimiçi yaşamın bu kadar popüler olmasının nedeni belki de budur. Farklı bir benliğe, bir başkasına belki de olmak istemeye can attığımız birine dönüşürüz. En azından gündelik hayatımızda olmayan kişilerle etkileşime geçeriz. Çevrimdışı benliğimizden çok farklı görünen bir çevrimiçi kimliğe duyulan bu ihtiyaç internet öncesi yetişkinleri dumura uğratır ama bizler teknolojik gerçekten kaçış ihtiyacının nasıl olup da insanın psikolojik gelişimiyle bütünleştiğini anlamak durumundayız. İnternetin önünde sonunda gezegendeki herkesi içine alacak olmasının nedeni bu-

dur. Bu yüzden gelecek kuşakları nasıl etkileyebileceği ve değiştirebileceği üzerinde düşünmek oldukça önemlidir. *Borg*lar haline gelmemiz mümkün değil ama çevrimiçi ve çevrimdışı benliklerimiz arasında kolayca geçiş yapıyor gibiyiz. Sonuç olarak, internet ortamı çekirdek benlik kavramının ne kadar büyük bir yanılsama olduğunu dramatik bir biçimde gözler önüne seriyor.

9
Benliğinizi Yansımanızda Neden Göremezsiniz?

Yaklaşık yirmi yıl önce çok küçük bebeklerdeki görsel gelişme üzerinde çalışan bir yüksek lisans öğrencisiyken, bebeklerin gözlerinin nasıl hareket ettiğini inceledim. Bebekler konuşmaz ama gözler beyinlerinin pencereleridir. Nereye ve ne kadar süreyle baktıkları, beyinlerinin neye odaklandığını gösterir. Benlik bu seçimin neresindedir? Bu göz gezdirme hareketi çoğunlukla bilinçsizce yapılır. Peki, gözlerimizi hareket ettiren kimdir? Kim karar vermektedir? Yeni doğan bir bebek kontrol eden bir benliğe mi sahiptir? Yeni doğanlarla –bazen daha birkaç dakika önce doğmuşlarla– çalışırken bu

türden soruları gerçekten hiç sormadım. Yeni doğanların neye baktıklarıyla daha çok ilgiliydim. Bebeklerin net görebildikleri şeylere baktıkları ve dolayısıyla neye baktıklarının etrafta bakınacak şeyler tarafından belirlendiği benim açımdan kesin görünüyordu. Gözlerimi benlik yanılsamasına açan, bebeğin zihniyle ilgili bu ilk kavrayıştı.

Bebeklerin beyinlerinde sonraki sefer nereye bakacaklarını öngören önceden kodlanmış dünya modelleri olması bana olanaksız görünüyordu. Başlarda her şey çevrede görülecek şeyler tarafından belirleniyor olmalıydı. Beynin göz hareket sistemlerinin dikkatini çekmek için yarışan şey, dış dünyanın nesneleridir. Kontrol eden bir benliğe gereksinim yoktu. Yeni doğanlar gerçekte nereye bakacaklarına karar vermezler. Onlarla birlikte doğan beyin mekanizmaları dış dünyayla ilgili bilgi toplamak ve bu deneyimlerin kaydını tutmak üzere evrimleşmiştir. Gözlerimi benlik yanılsamasına açan, bebeğin zihniyle ilgili bu ilk kavrayıştı.

Beyin, geliştikçe nerede ne olması gerektiğiyle ilgili daha karmaşık dünya modelleri oluşturur. Anlamak ve tahminlerde bulunmak için bu modelleri kullanmak üzere gittikçe artan bir esneklik geliştiririz. Yirmi yıl önce gelişimin, dış dünyadaki bilgilerle bağlantılı olarak çalışan içsel mekanizmaların bütünleşmesi olduğunu kavradım. Bu temel ilke basit göz hareketlerinden tüm insan düşünce ve davranışlarına kadar sinir sisteminin tamamında, benliğe yol açan aynı etkinlikler için geçerlidir. İşte bu yüzden benlik bir yanılsamadır. Benlik, ikinci ya da üçüncü doğum günümüzde kafamızın içinde birdenbire ortaya çıkmadı. İnsan etkinliği ve etkileşiminin zenginliğinden yavaşça ortaya çıkıyor, bir heykel gibi yontuluyordu. Benliğimiz zihnimizin dolayısıyla diğer beyinlerle birlikte çalışan beynimizin bir ürünüdür. Beyin geliştikçe benliğimiz de gelişir. Beyin bozuldukça onunda da bozulması gerekir.

Benlik yanılsamasını neden geliştirdik? Beynimizin ürettiği diğer tüm yanılsamalar gibi yararlı bir amaca hizmet eder. Genellikle benliğe gönderme yapan "*I*" (Ben) ve "*Me*" (Beni,

bana) sözcükleri üzerinde düşünürseniz bunların deneyimleri, şimdi ve burada bir araya getirmek ve yaşam boyunca birleştirmek için merkezi bir nokta görevi gördüğünü anlarsınız. Deneyimler anlamlı bir anlatı olarak hep birlikte dokunmamışsa parçalı, ayrık öykülerden ibarettir. Benliğin onların tümünü ele almasının nedeni budur. Bir odak olmasaydı ve deneyimlerin her birini ayrı ayrı ele almak zorunda kalsaydık beynimizin yığınsal paralel işleme süreçleri, çok büyük sayıdaki işlemler tarafından alt edilmemiz anlamına gelirdi. Bunun yerine bilinçdışı süreçlerin ürettiği çıktılarla bağlantı kuran özetlenmiş bir ana hat elde ederiz. Bazen eğer içeriği ince eleyip sık dokursak bir öykünün ayrıntılarına bir miktar daha fazla eğiliriz ama öykünün büyük kısmı bizden gizlenmiştir.

Benlik yanılsaması yaşam boyu elde ettiğimiz kayıtlı bilgiye dayanır. Bunlar dünyayı yorumlarken inşa edilmiş olan anılarımızdır. Bu yorumlamaya dünyadaki belirli bir bilgiyi arama gayretindeki mekanizmalar ve dünyayı anlamlandırmamızda bize yardımcı olan etrafımızdaki kişiler rehberlik eder. Bu şekilde sürekli olarak etrafımızdaki kişiler tarafından şekillendiririliz. Yaşamlarının en büyük kısmını başkalarına bağımlı çocuklar olarak geçiren bir tür olarak, insanlar özellikle sosyal etkileşim için evrimleşmiştir ve beynimizin gerçekleştirdiği işlemlerin çoğu sosyallikle ilgili bilgilere adanmış gibi görünüyor. Gelişimin erken devrelerinde sosyal etkileşim yokluğunda, beyni tamamen hasarsız olan biri bile sosyal bakımdan kalıcı sakatlık geliştirebilir. Şu kesin ki bizi şekillendiren yıllar, yaşamımızın geri kalanında diğerleriyle nasıl iletişim kuracağımızı belirleyen bir miras bırakır. Kimlik algımızı ve sonuç olarak benlik algımızı inşa eden tamamen diğerleriyle olan sosyal etkileşimimizdir.

Diğerlerini bir süreçler demeti* olarak düşünmek üzere evrimleşmedik. Tersine onlara ayrı bireyler olarak davranmak üzere evrimleştik. Diğerlerine birer "benlik" gibi davranmak

* David Hume'un "Demet Kuramı"na (bkz. Önsöz) gönderme yapılıyor. (ç.n.)

onlara geçmiş öykülerin, gizli gündemlerin, çözülmemiş çatışmaların, saklı güdülerin açımlanmış koleksiyonları gibi davranmaktan daha hızlı, daha ekonomik ve daha verimlidir. İnsanlara benlikler gibi davranmak etkileşimlerimizi idealize eder. Koleksiyonlara değil bireylere âşık olur ve onlardan nefret ederiz. Ahlakı, sırf bireysel benliği sayısız etkilenimlere ayrıştırdığımız için terk edemeyiz. Ceza ve ödül bireye yüklenir, benliği şekillendiren yığına değil. Kaderini elinde tutan bir benlik kavramını reddedenler daha üzücü, daha az tatmin edici yaşamlar sürerler. Benlik yanılgısını kucaklayanlar daha tatmin olmuş ve anlamlı hissederler.

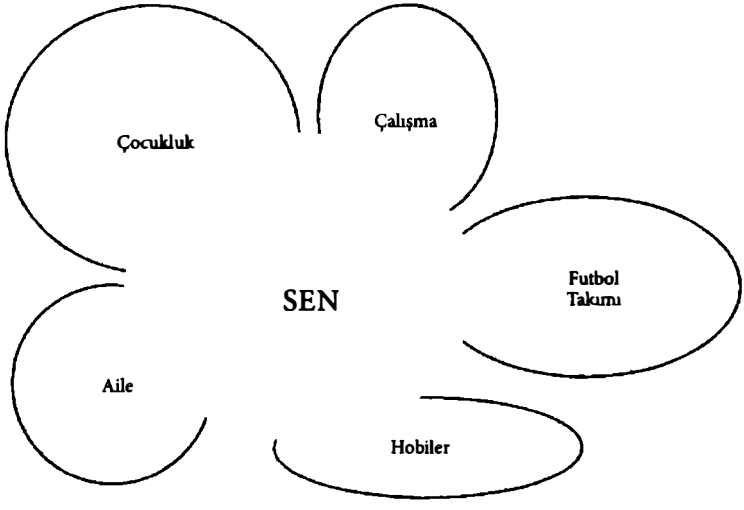
Yanılsamayı tümüyle görmek neden bu kadar zor? Yanıt bu kitap boyunca şu ya da bu biçimde belirtilmiş yansımalarla ilgili olabilir. Aşağıdaki örnekler üzerinde yeniden düşünün:

- Kendilerini aynada fark eden bebekler ve hayvanlar
- Beyin hasarlı yetişkinlerin ayna karşısında kendilerini yanlış tanıması
- Başkalarının davranışlarını kopyalama
- Birisinin diğerinin acısını gerçekten duyduğundaki ayna dokunuşu sinestezisi
- Birisinin zihnini diğerininkine doğrudan eşleyen ayna nöronlar
- Odada bir ayna varken şeker çalmama veya aldatmama
- Mahkûmları insanlıktan çıkarmak için aynalı gözlükler giyen gardiyanlar
- Öz olumlama için aynaya bakma

Aynayı benlik kavramı için bu kadar merkezi kılan nedir? Aynaya baktığımızda benliğimizin dış görünüşünü görürüz ama görüntünün işgal ettiğimiz bedenin yalnızca dış kabuğu olduğuna inanırız. İçerde benliğimize ait çok daha fazlası olduğuna inanırız. Hissettiğimiz ve bildiğimiz budur. Diğerleri bu içsel benliğe erişemez ve bu yüzden bizim gerçek benliğimizle ilişkide değillerdir. Ama ya gerçeğe tersinden bakıyor-

sak? Ya büyük çoğunlukla başkalarının doldurduğu çevremizin yarattığı ayna benliklersek?

Ebeveynlerinizden, okulunuzdan, hobilerinizden, ilk yetişkin ilişkilerinizden, eşinizden, çocuğunuzdan, işinizden ve iş arkadaşlarınızdan, politik görüşlerinizden yaşamınıza dokunan diğer tüm etki alanlarına değin şu ana dek yaşamınızda yer etmiş tüm o farklı etkileri düşünün. Bunların sizin üzerinizde nasıl etkidiklerini hayal edin. Tıpkı önsözde gördüğümüz yanıltıcı kare gibi, benliğimiz de Şekil 13'te açıkça göreceğiniz hayali beyaz çember gibi yapılandırılmıştır.



Şekil 13: Benlik yanılsaması dışsal etki kümesinden kaynaklanan özel bir alandır.

Yaşamda sizi şekillendiren şeylerden oluşan bir desen olarak var olursunuz. Her birini uzaklaştırırsanız sonuç olarak var olmaktan çıkarsınız. Bu sizin hiç var olmadığınız anlamına gelmez ama benlik algınızı tamamlayan diğer herkesin bir birleşimi olarak var olduğunuz anlamına gelir. Sizi şekillendiren anılar ve deneyimlerdir. Bununla birlikte gördüğümüz gibi

sorun bu anıların her zaman güvenilir olmayışıdır. Bu yüzden inşa edilen benliğin doğru ve tutarlı olma zorunluluğu yoktur. Benlik, bağlamlar değiştikçe sürekli olarak değişen ve yeniden şekillenen bir şeydir. Diğerleriyle bağdaşmaya o kadar isteklıyizdir ki sürekli, dinamik ve biçim değiştiren bir balede her rolü benimseriz.

Bu görsel metafor gerçeklik ve yanılsamanın doğası hakkında temel bir konuyu gündeme getirir. "Sizin" biçiminiz bir yanılsama olabilir ama beyinlerimiz bu yanılsamaları dünyayı yeniden kurmak için kullanır. Her şey geçmiş deneyimlere dayanarak organize etme, yorumlama ve eksik bilgiyi tamamlamak için çok büyük çaba sarf eden beynimizce işlenir ve soyutlanır. Örneğin şekildeki beyaz çember gerçekten oradaymış gibi tetiklenen beyin devreleri oluğunu biliyoruz. Görünmez çemberi görme nedenimiz budur. Bu, beyninizin dizgeyi göz önüne aldığını ve her şeklin eksik görünüyor olmasının mantıklı tek açıklamasının ortadaki "siz" çemberinin olduğuna karar verdiği anlamına gelir. Diğer deyişle beyin o izlenimi yaratmak için kendi sinir devrelerini uyarmak yoluyla "siz" deneyimini sanrılar. Bu bir yanılsama olabilir ama beyin bakımından bu gerçeğin ta kendisidir. Bu bir sihir değil, desen arayan beyin yapılarının düzeni tercih edişi ve açıklama getirişini örnekleyen basit sinir fizyolojisidir.

Öyleyse kendinizi yansıyan bir benlik olarak neden göremezsiniz? Her şeyden önce bu bakış beynimizin ürettiği anlatıyla tutarsızdır. Benliğimizi yansıttığını düşündüğümüz düşünce ve eylemlerimizin pek çoğu göründüğü gibi değildir. Seçme özgürlüğümüz olduğuna inanırız ama çoğu durumda seçimlerimiz herhangi bir tasarıdan yoksun olarak ve sıklıkla da başkalarının etkisi altında gerçekleşir. Sosyal olarak onaylanmaya o kadar bağımlıyızdır ki grubun isteğine kolaylıkla uyarız. Çünkü bizler benlik algımızı yaratan beyinlerimiziz, dışarıdaki birinin perspektifinin görünmez sürecine ayrıcalıklı erişimimiz yok.

Beynimizin deneyim yaratma biçimine olan körlüğü, sizi ikna edecek son ayna kanıtı olabilir. Aynadaki benliğinize güzel sert bir bakış atın. Bakışınızı sol gözünüze odaklayın ve ona iyice bakın. Şimdi bakışınızı değiştirin ve sağ gözünüze odaklanın. Tuhaf bir şey fark ettiniz mi? Bakış odağınızı soldan sağa değiştirdiğinizde ve tersini yaptığınızda gözlerinizin soldan sağa ve sağdan sola hareketini göremezsiniz. Gözleriniz hareket eder ama siz onları göremezsiniz. Başka birinden de aynısını yapmasını isteyin. Bu durumda siz o kişinin gözlerini görebilirsiniz ama o, tıpkı biraz önce şahsen deneyimlediğiniz gibi, aynadaki yansımalarda kendi göz hareketlerini göremez. Bunun nedeni beynin gözleri her hareket ettirdiğinde dünyayı görüş görsel deneyimini kasten tahrip etmesidir. Her gün uyanık geçirdiğimiz zamanın ortalama olarak yaklaşık iki saatinde etkin bir biçimde kör olduğumuzu ama bunu hiçbir zaman fark etmediğimizi öğrenmek sizin için şaşırtıcı olabilir.

Bu basit biyolojik gariplik beynimizin gerçek işlemlerini bilincimizden saklama yollarından biridir. Durağan bir dünya gördüğümüzü düşünürüz ama aslında gözlerimizi her hareket ettirdiğimizde bu dünya yeniden kurulur. Hatta dikkat kesilmediğiniz müddetçe dünyadaki nesneleri değiştirebilir ve değişimin farkına varmazdınız. Bunun nedeni dünyayı durağan saymamızdır ama bu bir yanılsamadır. Benlik de aynısıdır. Onu yaratan alt süreçlerin farkına varamayız yine de onun tutarlı olduğunu hissederiz. Benliğin etrafınızdaki kişilerin bir yansıması olduğunu hiçbir zaman göremeyeceksiniz çünkü nasıl değiştiğinizi kolayca göremezsiniz. Ve etrafımızdakiler bizi işaret edene veya bağlamın değiştiğini fark edene dek benliğimizi birinden diğerine kolayca değiştiremeyiz.

Metaforu aşırı zorlamak pahasına şöyle diyebiliriz: Göz hareketlerimiz esnasında dünyayı görebilseydik midemiz bulanırdı çünkü dünya değişken olurdu ve devinim sayrılığı yaşardık. Dünya lekelenirdi çünkü görsel veriler ışığı işleyen nöronları durmaksızın uyarırdı. Çok fazla bilgi kötü bir şey olabilir. Bu yüzden beyinlerimiz bizi durumun gerçek doğa-

sından korur. Benliğimizi yaratan bilişsel yanılsamaları göremeyişimizin nedeni belki de budur. Bilişsel uyumsuzluk bizleri başarısızlıklarımıza takılıp kalmaktan korur, pozitif önyargılar motivasyonumuzu sürdürmemizi sağlar, özgür irade bize övgü ve suç için zemin verir, seçme özgürlüğü ise kontrol yanılsamasını. Bu bilişsel yanılsamalar olmasaydı işlevsiz kalırdık çünkü bizi kontrol eden gizli süreçler ve mekanizmaların gerçek karmaşıklığı tarafından ezilirdik. Sonuç olarak yanılsama iyi bir şeydir.

Peki, bu benlik yanılsamasının geleceği ne olacak? Ortadan kaybolması olanaksız. Sonuçta bu yanılsama evrimleşmiş adaptasyondur ama değişmek zorundadır. Şu an dünya nüfusu 7 milyarın üzerinde. ABD, gelecek kuşakların pek çoğunun kilometrekare başına en az iki bin kişi düşen ve en az on milyon nüfuslu mega kentlerde yaşayacağını tahmin ediyor. İnternetin yayılması dünya nüfusunun çoğunluğunun birbiriyle iletişim kurma potansiyeline sahip olacağı anlamına geliyor. Anında dilsel çeviri bir adım ötemizde ve bu iletişimin önündeki bir başka engeli de ortadan kaldıracak. Bu gelişmeler atalarımızın ilk kez ortaya çıktığı Serengeti savanalarından dağlar kadar farklı. Bu değişimlerin bireyin kimliği üzerinde ne gibi etkilerde bulunacağı konusunda spekülasyonlar yapılabilir ama öyle görünüyor ki her zamankinden daha kalabalık bir gelecekte ayakta kalmak için oldukça güçlü bir benlik algısına ihtiyacımız olacak.

Dizin

A
Adams, Dan 266, 270
adaptasyon 201
Aikins, Deane 255
Ainsworth, Mary 73, 74
alternatif olgusal 114
Altın Saçlı Etkisi 200
Alzheimer 68, 131, 132
analiz felci 195, 197, 302
anatta 13
Arendt, Hannah 236
Ariely, Dan 199, 200, 201, 204, 205
Asch, Solomon 226, 227, 228, 231, 234
Ayna Benlik 95
ayna dokunuşu sinestezisi 88, 89, 327
Ayna nöron 87
ayna testi 99, 109, 110
ayna yanlış tanımlaması 97, 98, 99
ayrık beyin 159

B
Baggini, Julian 179
Baldwin, James Mark 55
Bargh, John 237, 241
Barnum etkisi 268, 269
Bartlet, Frederick 274
Bartlett, Frederic 105, 274
Baumeister, Ray 136, 161, 173, 174, 175, 176, 181, 220
benlik algısı 24, 262, 263
benlik tükenmesi 173
Bilinçaltı reklamcılık 184
Bilinçsiz taklit 238
bilişsel uyumsuzluk 188, 236
Blakemore, Sarah-Jane 15, 67, 88, 121, 122, 259
Bloom, Paul 8, 141, 206, 260, 318
Bowlby, John 72, 73, 80, 81, 133
Budhha 13
bukalemun etkisi 237
Burroughs, Edgar Rice 60, 77

C-Ç
Chabris, Chris 107
Christakis, Nicholas 48, 83, 212, 284, 285, 286
Cooley, Charles Horton 18, 96
Cotard Sendromu 97, 98
çevresel bağımlılık sendromu 159
çoklu gerçeklenebilirlik 153
Çözülmeli Kişilik Bozukluğu 275

D
Dan Wegner 160
Darwin, Charles 63, 99
Davranışçılık 311
değişiklik körlüğü 247
Demet Kuramı 13, 326
Dennett, Dan 16, 37, 112, 151
Descartes, Rene 37, 149
Dr. Strangelove sendromu 158
Dunbar, Robin 49, 50, 51, 52, 309

E
Eagleman, David 145
Ego Teorisi 12, 13
Ellen Langer 192
Empatik Beyin 115
Epstein, Robert 63, 293
ergen beyni hipotezi 293
Ezop 187, 197

F
Fallon, Jim 131, 132
Feng Shui 244
Festinger, Leon 188
Field, Matt 82, 172, 173, 297
Field, Tiffany 82
flaş anılar 254, 255
Flavell, John 53
Frankl, Viktor 64
Freud, Sigmund 65, 75, 185, 188
Frith, Uta 67, 78, 88, 116, 121, 122, 227
füg durumu 275

G
Gallup, Gordon 99, 109, 110
Gelman, Susan 35, 125, 140
gen dizileme 259
Gerd Gigerenzer 193
Gladwell, Malcolm 52
Goodall, Jane 111
Gopnik, Alison 53, 57, 112, 113, 114, 116, 249
göz takılması 34
Grandin, Temple 117

H
Harlow, Harry 81
haz gecikmesi 136
Hazırlama 180
hazırlık gerilimi 155, 156
Hebb, Donald 27, 83
Hiperaktif PK 122
Homofili 285
homunkulüs 37
Howe, Mark 109
Hubel, David 42
Hume, David 13, 14, 19, 326

I-İ
Itakura, Shoji 8, 86, 246
inci görüşü 12
irade gücü 173, 175, 176

J
James, William 10, 48, 55, 56, 77, 173, 184, 205, 207, 248

K
Kagan, Jerry 74
kara mizah 65
Karmiloff-Smith, Annette 72
Kartezyen Tiyatro 37
ket vurma 74
Keysers, Christian 87, 115, 118
kritik evreler 43
Kültürel psikoloji 245

L
Lhermitte, Frençois 159, 160
Libet, Benjamin 154, 155, 156, 157, 185
Locke, John 56, 259
Loftus, Elizabeth 105, 106, 108
Lorenz, Konrad 44, 59, 70, 72
Lucifer etkisi 229

M
Maddux, William 213, 238
makinedeki hayalet 149, 151
Maslach, Christina 230
Milgram, Stanley 231, 232, 234, 235, 255
Mirjam Tuk 177
Mischel, Walter 135, 136
Monty Hall problemi 191, 192
Mozart Etkisi 47

N
Nagel, Thomas 53
Nelson, Chuck 41, 59, 79, 174, 274
Nisbett, Richard 243, 244, 246, 247, 248, 285

O-Ö
Obsesif Kompulsif Bozukluk 168
Otizm 115, 118, 120
Öğrenilmiş çaresizlik 335
Özbilinç 93
Özcülük 141
öz nitelendirme testi 212
Öz olumlama 327

P
Panksepp, Jaak 61, 66
Paralel işleme 29
Parfit, Derek 15, 140
Pariser, Eli 305
Penfield, Wilder 30
Perry, Bruce 133, 134, 270
Piaget, Jean 102, 106
Pinker, Steven 45, 47, 186
post hoc, ergo propter hoc yanılsaması 166
Post Travmatik Stres Bozukluğu 254
pozitif yanılsama 272
Premack, David 110
Provine, Rovert 65
psikolojik ölüm 219

R
Rayport, Mark 266
Rizzolatti, Giocomo 87
Rochat, Philip 99, 109, 110, 219

Rousseau, Jean-Jacques 76
Rutter, Michael 79, 80, 118
Ryle, Gilbert 149, 157

S-Ş
Sacks, Oliver 91, 117, 262, 263
sakınımlı bağlanmış 73
Schwartz, Barry 26, 158, 198
seçenek paradoksu 198
Seligman, Martin 195, 196
sexting 320
Shannon, Claude 26
Simons, Dan 107, 128
Singer, Isaac Bashevis 4, 72, 143, 174
Skinner, B. F. 31 1, 313
Spinoza, B. de 149, 156
Stanford Hapishane Deneyi 229, 230, 231
Steele, Claude 242
Steinberg, Lawrence 122, 242, 294
Strawson, Galen 12
sürüngen beyin 31

T
tabula rasa 44
totaliter ego 267
Tourette Sendromu 92
Turkle, Sherry 314

U
uzatılmış benlik 208

V-W
Von Economo nöronları 119
Wang, Psikoloğu Qi 273, 274
Ward, Jamie 88, 89
Watson, J. B. 119, 311
Wearing, Clive 101, 102, 103, 262
Wiesel, Torsten 42
Williams, Kip 216, 219, 220, 221

Y
yabancı el sendromu 157
Yüce Selfini 160, 161, 171, 182

Z
zihin kuramı 110, 114, 115
Zimbardo, Phil 228, 229, 230, 233, 234, 235, 236


AYANTI

"Hepimiz özgür iradeleri ve bağımsız benlikleri olan bireyleriz." Bu, öylesine yaygın ve derinden bağlı olduğumuz bir düşüncedir ki tersini hayal etmek bile zordur. Ama Bruce Hood bu kitabında, başta sinirbilim ve davranış bilim olmak üzere pek çok disiplinden damıttığı son derece çarpıcı bilimsel bulgularla tersini iddia ediyor: Benliğimiz ve özgür irademiz birer yanılsamadan ibarettir. Benlik dediğimiz şey düşünce, duygu ve anı gibi zihinsel çıktılardan oluşan bir "demet", yazılması hayat boyu süren bir öykü, çok sayıda melodiden oluşan bir senfoni, yaşamak için inşa ettiğimiz bir dış dünya modeli, zihinsel bir Matrix olarak yararlı ve kaçınılmaz bir yanılsamadır.

Yazar yalnızca "Bizler beyinlerimiziz" diyerek basit bir indirgemecilik yapmak yerine; benlik yanılsamasının beyinde nasıl üretildiğini, bireyin gelişimindeki önemli aşamalarla olan ilişkisini, "Ayna Benlik" kuramıyla ifade edilen, bireyin onu kuşatan koşulların ve insanların bir yansıması olduğu düşüncesini, benlik üretimimizde toplumun nasıl başat bir rolü olduğunu ayrıntılı bir şekilde irdeliyor.

Hood böylece ilk tohumlarını Buda'nın attığı benliğin "Demet Kuramı"na, toplumsal etkileşimlerin benlik kurgumuz üzerindeki büyük etkisini son derece sarsıcı örneklerle gözler önüne sererek sosyal bir boyut katıyor: Bizler "diğerleri"nin "sosyal beynimiz" üzerine yazdığı bir oyunun sahte yazarlarıyız.

Hood ayrıca, internetin, özellikle Facebook ve Twitter başta olmak üzere sosyal ağların toplumsal etkileşim biçimlerimizi ve benlik algımızı nasıl değiştirdiğini inceleyerek, insanlığın benlik üretme tarihinin önemli bir kavşağında bulunduğumuzu da vurguluyor.

AYRINTI • İNCELEME
ISBN: 978-975-539-842-6
9 789755 398426

38 ₺