Başkent Üniversitesi
Fen Edebiyat Fakültesi | Psikoloji Bölümü
Eleştirel - Yaratıcı Düşünme ve Davranış Araştırmaları Laboratuvarı

# PiVOLKA

Ocak 2018 | Cilt: 8 | Sayı: 26 | ISSN: 2587-022X

Editörden...

Ünlü Amerikan Tasarımcı Lily Pulitzer "Mutlu olmanın modası asla geçmez." demiş. Pulitzer'ın bu sözü ederken tarihi, felsefeyi veya psikolojiyi göz önüne alıp almadığı tartışılır olsa da, kendisi son derece haklıydı. İnsan, varolduğundan bu yana mutluluk arayışını sürdürmüş, bu uğurda mutsuzlukla verdiği çetrefilli savaşta bazen kazanırken bazen kaybetmiştir. Felsefe tarihine kısaca baktığımızda Sokrates (MÖ 469 - 399), erdemli yaşamın bizi mutluluğa götürecek tek yol olduğunu savunurken; Epikür (MÖ 341 - 270) ise para ile satın alınan değerlerin mutluluk getirmeyeceğini belirtmiştir. Düşünür Nietzsche ise, "Olduğumuz ve olmak istediğimiz arasındaki uçurumdan ötürü acı ve zorluk çekiyoruz." diyerek, otantik benliğimiz ile mutlu olmanın gerekliliğini vurgulamıştır. Hümanistik psikolojinin kurucusu Carl Rogers ise iyi yaşamın bir yön olduğundan; olmaktan veya varmaktan çok, bir süreç olduğundan bahsetmektedir. Harvard Üniversitesi profesörlerinden Tal Ben - Shahar ise bir dersinde şöyle der; "Mutluluk, para veya prestij yerine, hayatlarımızı ölçtüğümüz nihai para birimi olmalı."

Mutlu olma çabası herkes için farklı işleyen bir süreç olmuştur, ki mutluluğun tanımı konusunda dahi yüzyıllardır ortak bir noktada buluşulamamıştır. Her bireyin yolculuğu kendine has ve biricik olsa dahi, belki de en merkeze alınabilecek ortak noktalardan biri; kendimize, başkalarına veya hayata dair "beklenti"lerdir. Yersiz veya zamansız her bir beklenti, kaçınılmaz şekilde karşılıklı mutsuzluğa sebep olacaktır.

İletişimin bambaşka bir hal aldığı, kurduğumuz iletişimlerin gerçekliğinin sorgulandığı şu günlerde, her konuda olduğu gibi mutluluğa atfettiğimiz "varsayımlar" da artmıştır. Bu artan varsayımlar, yeni ve karmaşık iletişim modelleri ile bileştiğinde ise bizleri beklentilerin içinde kayboluşa sürüklemektedir. Ancak şu bilinmelidir ki, Filozof Marcus Aurelius'un da dediği gibi, "Bütün evren bir değişimdir ve yaşam, onu nasıl varsayıyorsanız öyledir."

Mutluluğa bilimin ışığı altında uzun bir süredir yaklaşılıyor ve bilimin ışığına olan ihtiyacımız her geçen gün artıyor. Bir ışık huzmesi de olsa PiVOLKA'yla eklemek için bu sayıda sizleri; beynin çalışma prensiplerinden, belleğin işlevselliğine, ihanetten, psikanalitik değerlendirmelere ve varoluşçuluk üzerine fonda caz ve kahve kokusuyla derinlemesine düşünmeye davet ediyoruz.

Keyifli okumalar...

**Başkent Üniversitesi Adına Sahibi**
Prof. Dr. Ali Haberal

**Yayın Yönetmenleri**
Bahar Bahtiyar Saygan
Sezin Aydoğ Gürkan

**Yazı İşleri Müdürü**
Doğan Kökdemir

**Danışma Kurulu**
Sinan Alper
Zeynep Başgöze
Gülce Coşkun Şentürk
Okan Cem Çırakoğlu
Özlem Darcansoy İşeri
Canay Doğulu
Ayşegül Durak Batıgün
Aykut Eken
Dilay Eldoğan
Aslıhan Gevrekci
Nesrin Hisli Şahin
Leman Korkmaz
Nil Korkut
Doğan Kökdemir
Bahar Muratoğlu Pehlivan
Nilay Pekel Uludağlı
Samet Saygan
Didem Sevük
Deniz Tansel İlic
Sait Uluç
Zuhal Yeniçeri
Erkan Yurtcu

26

**İçindekiler...**

| | | |
|---|---|---|
| Editör'den... | B. Bahtiyar Saygan | 1 |
| Caz, Kahve ve Varoluşçuluk | D. Kökdemir | 2 |
| Hastalıkta, Sağlıkta, Birbirimizi Aldatana Dek: Romantik İlişkilerde Sadakatsizlik Üstüne Bir İnceleme | K. Özkul | 6 |
| Psikanalizi Yeniden Düşünmeliyiz | A. Evran | 10 |
| Beynin Bir Çalışma Prensibi Olarak Çaprazlama | S. Akhanlı | 13 |
| Hayatta Kalma Bellek Avantajına İlişkin Nedensel Açıklamalar | F. Sayar | 16 |

# CAZ, KAHVE VE VAROLUŞÇULUK

Doğan Kökdemir
dogan@kokdemir.info
Başkent Üniversitesi, Psikoloji Bölümü

Bu yazının üç anahtar kavramı olan caz, kahve ve varoluşçuluk kelimelerinin ilk ikisi yazarın kendisine çok da yakın olan kavramlar değildir. Cazdan başlayacak olursak, gençlik ve genç yetişkinlik yaşlarının neredeyse tamamını "hard rock" ve "heavy metal" dinleyerek geçirmiş olan birisinin konusu içinde caz geçen bir yazıyı kaleme almaya çalışması gereksiz bir cesaret hatta kendini bilmezlik olarak görülebilir. Aynı cesaret, o kadar güçlü olmasa da kahve için de geçerlidir. Bazı insanların, belki günümüz modern insanının önemli bir çoğunluğunun, gündelik birincil içeceği olan kahve bu satırların yazarı tarafından büyük bir tezahüratla karşılanan bir içecek olmadı hiçbir zaman. Geriye bir tek varoluşçuluk kalıyor. İlk defa 2008 yılında bir lisans dersi olarak yürüttüğüm varoluşçu psikoloji dersi olmasaydı aslına bakarsanız onunla da ilgim olmayacaktı. Bazı dersler - ki varoluşçu psikoloji kesinlikle bu derslerin en iyi örneklerinden birisidir - sadece dersi alan öğrenciler için değil aynı zamanda dersi yürüten öğretim üyesi için de ilham kaynağı olabilir ve kelimenin tam anlamıyla kişi(ler)in hayatını değiştirebilir.

Varoluşçuluğa, varoluşçu felsefeye merak saranların ilk okuduğu kitaplardan birisi olan, Jean-Paul Sartre tarafından kaleme alınan ve varoluşçu felsefenin mihenk taşlarından kabul edilen Bulantı'nın kahramanı Antoine Roquentin, kendi varoluşsal bulantısından kurtulmak için bir caz parçasından, "Some of These Days"den faydalanır (Sartre, 1938/2007). Parçanın müzikal anlamda öneminden ziyade Roquentin'ini kendisine çeken nokta nakarat kısmıdır:

... Some of these days
You'll miss your honey
Some of these days
You'll feel so lonely...
(Tamamı için bkz. https://youtu.be/SK7DtRAWJGk)

Düzensiz notalar ve müzikten sonra başlayan nakarat kısmı için Roquentin şöyle der:

"*... Birkaç saniye kaldı, zenci kadın şarkıya başlayacak. Kaçınılmaz bir şey bu.* ***Müziğin zorunluluğu öylesine güçlü ki, kimse durduramaz onu.*** *Dünyanın içine atılmış olduğu şu zamandan gelen hiçbir şey bu işi yapamaz.* ***Düzeni gereğince, kendi kendine sona erecek.*** *Bu güzel sesi sevişimin asıl nedeni bu. Yoksa tok ve içli oluşu değil.* ***Bir yığın notanın önceden ölerek onun ortaya çıkışını hazırlaması hoşuma gidiyor...***" (Sartre, 1938/2007a, s. 37, vurgular bana aittir.)

Kitap boyunca Roquentin'in yolculuğuna eşlik ettiğimizde onun varoluşsal kaygısının yarattığı bulantı ile mücadele etmeye çalışırken (ya da bulantıyı anlamaya çalışırken) neden caz müziğine takıldığını hissedebiliyoruz. Belki de caz gibi varoluşun kendisi de bir serüvendir ve bu serüvende gerçek dışı olayların değil tam tersine gerçek ama yine de olağanın dışına çıkan olayların önemi vardır. Feige'nin caz müzikle ilgili yaptığı çıkarımlara dayanarak cazın esaslı özelliğinin doğaçlama olduğunu kabul edecek olursak (Feige, 2014), hayatın kendisini temsil ettiğini de rahatlıkla söyleyebiliriz. Burada önemli olan sadece doğaçlama özelliği değildir, buna ek olarak her bir performansın birbirinden farklı olması, aynı melodinin, şarkının, parçanın farklı sanatçılar tarafından icra edilirken her bir birim zamanda farklı şekilde seslendiriliyor olduğu gerçeği bireysel varoluşun temel prensipleri ile örtüşür. Bu bireysel yolculuğun (serüvenin) yarattığı belirsizlik düzlemi içinde ortaya çıkan bulantıdan kaçmak için tanıdık bir nakarata tutunmaktan başka bir çare yok gibidir. Diğer bir ifadeyle, zaman-mekan ilişkisi bağlamında caz (ve tabii ki diğer çok sesli müzikler de buna eklenebilir) varoluşu kuvvetli bir şekilde temsil eder. Çok seslilik, kaotik gibi görünen bir ses dünyasının harmonik bir ezgiye dönüşmesi ve üstelik bu yapılırken enstrümanların ve vokallerin kendi bireysel-liklerinden hiçbir şey kaybetmemeleri oldukça önemlidir. Ancak bu bireysellikle birlikte belki de asıl önemli olanın doğaçlama becerisi olduğunu unutmamamız lazım. Çünkü o doğaçlama, şarkıyı her seferinde biricik (unique) yapmaya yetecektir. Dinleyici olarak rock müzik deneyimi olan bir kişinin caz dinlediğinde dikkatini ilk çeken özelliğin bu bireysellik/doğaçlama olması boşuna değildir. Üstelik bu bireysellik/doğaçlama, orkestradaki bütün enstrümanlar ve solistin kendisi için de geçerlidir. Herkes kendi varoluşunu kendine ayrılan zaman-mekan düzleminde icra ederken, çok basit olarak **o anda *varolurlar***. Hem zamansal olarak bir şimdilik söz konusudur hem de şimdiliği yaşayan bireyin mutlak özgürlüğü şimdinin nasıl yaratılacağına eşlik eder. Bu açıdan caz bizim varoluşumuzun müzikal yansımasından başka bir şey değildir. **Aynı doğaçlamadan iki tane olamayacağı gibi aynı varoluştan da iki tane olamaz.** Bu bilginin yarattığı dehşetle baş etmenin tek yolu bize tanıdık gelen nakaratı tekrar etmektir, çünkü bize herkes aynı nakaratı aynı şekilde tekrar ediyormuş gibi gelir - ki bu belki de yaşadığımız en önemli yanılsamalardan birisidir. Varoluşun seni çok mu kaygılandırıyor? Çözüm basit; diğerleri ile aynı ritimde yaşadığını varsay; diğerlerine (kalabalığa) katıl. Caz çok mu karışık geldi? Çözüm basit; pop müzik!

Tabii ki yukarıda savunduğum argümanı sadece caz müzik üzerinden aktarmanın haksızlık olduğunun farkındayım. Feige'nin de (2014) gayet isabetli olarak örneklendirdiği Pink Floyd, King Crimson, Genesis gibi progresif rock müzik grupları ile Michael Jackson gibi bir pop müzik ilahını ya da örneklendirmeyi unuttuğu Freddie Mercury gibi bir müzik dehasını yukarıdaki varoluş tanımının dışında bırakamayız. Freddie Mercury'nin çok klasik olan Queen bestesi "Who Wants to Live Forever"ı her seslendirişinde parçayı yeniden var ettiğini gözden kaçırmamamız gerekir. Ancak başta Sartre'ın ama genel olarak Avrupalı varoluşçuların caz müziğini daha çok öne almalarının başlıca nedenlerinden birisinin o dönemki müzik arayışının da bir sonucu olduğunu unutmamalıyız. "Siyahi Amerikalıların müziği" olarak tanımlanan cazın, Nazi Alman ordularına direnen Fransız varoluşçular için sembolik bir önemi ol-

duğu da açıktır. Bu müzik türünün varoluşçu akımın temel tercihi olmasının politik nedenleri olsa da caz müziğinin, her şeyden bağımsız sadece müzik olarak, doğaçlama özelliğinin önemi diğer müzik türlerinin önüne geçti. Özellikle serbest caz müziği (bkz. John Coltrane, Don Cherry, Albert Ayler, Cecil Taylor gibi caz sanatçıları) bu konuda çok iyi bir örnek olabilir.

Sartre, caz müziğin içerisinde kuşkusuz kendi özlediği özgürlük tanımını da buldu. Özgür olmaya mahkum olduğumuzu söyleyen Sartre (1938/2007b), İkinci Dünya Savaşı'ndan sonra Fransa'nın yeniden inşası sırasında bu özgürlüğün yeni ülkenin yönetimine yaklaşarak kaybedilebileceği riskinden de bahseder. Diğer bir deyişle, savaş dönemindeki direnişin doğası gereği yarattığı doğaçlama özgürlük, yeni kurulacak olan ülke ne kadar demokratik ve özgürlükçü olursa olsun başladığı yerden kavramsal olarak ayrılacaktır. Doğaçlama, ister istemez düzenli ve sürekli aynı şekilde tekrarlanması gereken bir beste olacaktır. Bu varoluşun en önemli kavramlarından birisi olan ve caz müzik içinde de kendisini bulan **otantikliğin** kaybıdır. Savaş ve direniş dönemi kuşkusuz kaotiktir ve içinde pek çok travma barındırır, yaşanan ya da yaşanabilecek olumsuzlukları herhangi bir varoluşçunun da yadsımasını beklememeliyiz, ancak yaşamın zaten kendisinin kaotik olduğunu düşünen varoluşçu felsefe açısından kurtuluş sonrası ortaya çıkan yapılanmanın getirdiği yapay düzenlilik en az travmatik kaotiklik kadar olumsuzdur. Kaos içinde travma riski elbette vardır ama önceden belirlenmiş ve değiştirilemeyecek düzen içinde bireysel varoluşun kendisi ne kadar mümkün olacaktır?

Bakışımızı cazdan biraz uzaklaştırıp resme yöneltelim. Aynı soru ve sorunlar resim sanatı için de geçerlidir. Belirli bir kompozisyonda yapılmış resimler de tabii ki çok önemli ve değerlidir ancak Jackson Pollock gibi ressamların *aksiyon resimleri* müzikteki cazın resimdeki karşılığı olarak görülebilir: Kaotik, bireysel ve yine de harmonik.

Aşağıdaki resimle ilgili tartışmamız resim sanatı ile ilgili değil, resmin varoluşçuluk açısından değerlendirilmesiyle ilgili olacaktır. Caz müziği için söylediklerimiz burada da geçerli, gerçekten kaotik ve bireysel bir eserle karşı karşıyayız ve her ne kadar ressamın çizim öncesinde ya da çizim sırasında zihninde bir desen belirlenmiş olsa da, esere başladığı andan itibaren tuvalin üzerinde varolmaya da başlar. Doğaçlama, zaman ve mekan düzleminde görsel bir melodi yaratan doğaçlama, bize bu resimden bir tane daha üretilemeyeceğini yüksek sesle söyler. Her ne kadar bu yazıdaki tartışmamız açısından birincil derecede önemli olmasa da, hem caz parçalarının hem de yukarıdaki gibi aksiyon resimlerinin sanatçının iç dünyasını ve kişiliğini temsil eden ürünler olarak görebiliriz. Bir açıdan bireyin varoluşunun sanatsal kopyasından bahsediyoruz.

Varoluşun sanatsal bir kopyası tanımı bağlamında caza yeniden döndüğümüzde Sartre'ın Fransa'daki ve ABD'deki caz müziğini karşılaştırırken, beklenmedik bir şekilde ABD'deki cazı daha çok benimsediğine tanık oluyoruz. 1947 yılında *The Saturday Review* isimli haftalık dergide Sartre (1947), Nick isimli bir barda yaşadığı deneyimi aktarırken Amerikalıların aksine, Fransızların caz müziği eşliğinde dans etmelerini eleştirir. Tahminen eleştirdiği nokta **o an için "gerçek" olan caz** yerine başka bir eylemle müziğin varoluşunun kaybediliyor oluşudur. Enstrümanların teker teker o varoluşun içinde yer almasından ve diğer her şeyin (enstrümanları çalanlar dahil) geri planda kalmasının ne kadar etkileyici olduğundan bahseder. Sartre, müzisyenlerin sanki bir şey arıyormuş gibi olduğunu, dinleyicilerin de yavaş yavaş bu arayışa katıldıklarını söyler. Aslında bahsettiği deneyim Roquentin'in bulantısı-

Convergence (Jackson Pollock, 1952)
Kaynak: jakson-pollock.org

nı geçirmek için aradığı deneyimdir: **Özden önce varolduğunu duyumsamak.**

Sartre ve onun yol arkadaşlarından Simone de Beauvoir, caz kulüplerinden önce sıcak kahvelerini yudumlayabilecekleri yerleri keşfettiler. Bu keşfin nedeni çok basitti; soğuk olan otel odalarında okumak ve yazmak mümkün olmadığı için kendilerine çalışabilecekleri yerler lazımdı. The Flore ve Deux Magots gibi kafeler 1940lardaki Fransız varoluşçuları açısından bir toplanma mekanı oldu; belki bir sıraya sokmak çok anlamlı değil ama herhalde sıcak bir kahve caz dinlemekten önce gelmiş olsa gerek. Sarte, Beauvoir, Camus, Merleau-Ponty ve diğer dostların bütün bir günlerini kafelerde geçirdikten sonra akşam Club Tabou'ya giderek trompet çalan Boris Vian'ı dinlediklerini hayal ettiğimizde dönemin entelektüel zenginliği konusunda zihnimizde bir şeyler canlanabilir. Caz dinlenen bir kulüp olan Tabou'ya girebilmek için Michelle Vian'ın "ilginç biri olma" onayından geçmeniz gerekiyor, koltuğunuzun altında bir kitap olması şansınızı oldukça artırıyordu (Bakewell, 2016). Bütün bu hikayede en ilginç nokta bireysel varoluşa ve doğaçlama fikrine bu kadar yakın olan bir felsefik yaklaşımın neferlerinin kıyafet seçiminde grup gibi davranmaları olmuştur. Kafelerde ya da caz kulüplerinde varoluşçu felsefeye yakın duran entelektüelleri siyah ağırlıklı kıyafetlerinden, balıkçı yaka kazaklarından, uzun yağmurluklarından tanımak mümkündü. Onların kendilerine bir "üniforma" seçtiklerini düşünmek çok iddialı olacaktır ama o üniformanın en azından kendiliğinden ortaya çıktığını rahatlıkla söyleyebiliriz.

Kafelerin ve caz kulüplerinin o dönem için çok önemli olduklarını anlamak zor değil. Nazi işgali sırasındaki direniş zamanlarından, savaş sonrasının yeniden yapılanma dönemine kadar bütün bu süreçte hem kafelerdeki hem de caz kulüplerindeki buluşmalar genel olarak felsefenin ama özel olarak da varoluşçu felsefenin büyümesine neden oluyordu. Sartre, Camus, Merleau-Ponty arasındaki ateşli tartışmalar Avrupa'yı yeniden bilimin ve felsefenin merkezi yapacak kadar kuvvetliydi. Kahve ve müzik eşliğinde Paris'i düşündüğünüzde her şeyin entelektüel üretim için hazır olduğunu hayal edebilirsiniz.

Boris Vian (1980ler)
Kaynak: Getty Images

Müziği varoluşçu felsefenin içine taşımaya gayret eden Sartre, bildiğimiz kadarı ile müzikle profesyonel olarak hiç ilgilenmedi ya da o dönemin sahnelerinde Boris Vian'ın gösterdiği gibi bir performans göstermedi; ama yine de Sartre'ın Juliette Greco için sözlerini yazdığı *Dans la rue des Blancs-Manteaux* isimli şarkıdan bahsedebiliriz. *Dans la rue des Blancs-Manteaux*, hâlâ o dönemde de uygulanan idam cezası hakkındaydı. *Dans la rue des Blancs-Manteaux*'ın orijinal sözlerini ve benim tarafımdan İngilizce çevirisini kullanarak yapılan Türkçeye çevrilmiş halini aşağıda görmektesiniz.

Dans la rue des Blancs-Manteaux
Ils ont élevé des tréteaux
Et mis du son dans un seau
Et c'était un échafaud
Dans la rue des Blancs-Manteaux

Dans la rue des Blancs-Manteaux
Le bourreau s'est levé tôt
C'est qu'il avait du boulot
Faut qu'il coupe des généraux
Des évêques, des amiraux,
Dans la rue des Blancs-Manteaux

Dans la rue des Blancs-Manteaux
Sont v'nues des dames comme il faut
Avec de beaux affûtiaux
Mais la tête leur f'sait défaut
Elle avait roulé d'son haut
La tête avec le chapeau

Dans l'ruisseau des Blancs-Manteaux
---
Rue des Blancs-Manteaux'da
Ahşap bir sahne düzenlediler
Sepete biraz talaş attılar
Ve iskele vardı
Rue des Blancs-Manteaux'da

Rue des Blancs-Manteaux'da
Cellat şafak vakti kalktı
Yapması gereken bir işi vardı
Generalleri, piskoposları ve amirallerin de
Kafalarını uçurmuş olmalıydı
Rue des Blancs-Manteaux'da

Rue des Blancs-Manteaux'ya
Soylu kadınlar geldi
Kıymetli mücevherleri ile
Fakat onları döndüren kafalar
Yüksekten düşen
Şapkalarına sıkışmış kafalardı

Blancs-Manteaux'nun oluklarında

İdam cezasının korkunç doğallığına vurgu yapan Sartre, daha sonraları Camus ile bu konuda ters düşecekti. İnsan doğası konusunda Camus'ye kıyasla biraz daha kötümser ve sert olan Sartre bazı durumlarda idam cezasının olabileceğini savunurken, Camus buna felsefi

açıdan şiddetle karşı çıkacaktı. Bu, iki önemli varoluşçu ismin arkadaşlıklarını bitirme noktasına götüren en önemli olaylardan birisi olarak not edilebilir (Camus, 1959/1966).

Varoluşçu tartışmaların ayrıntısını bir kenara bırakıp, 1940lardaki Paris'e bir bütün olarak baktığımızda bugüne ait çok fazla ipucu ve tavsiye görebiliriz. Dönemin varoluşçuları, okudukları romana, dinledikleri müziğe, yedikleri yemeğe sadece bir ayrıntı ya da araç olarak bakmadılar. Onlar, dünyadaki her bir varoluşun hakkını vererek kendi varoluşlarına bakmaya çalıştılar. Bunun için bazen bir trompet sesinden etkilenirken, bazen Roquentin'in gözümüzde canlandırdığı yürüyen yaşlı kadının görüntüsü onlara varoluşu yeniden ve yeniden sorgulattı. Aslında her şey Roquentin'in söylediği gibi; o kadın hiçbir zaman yaşlanmaz, yaşlandığını görmeyiz, sadece bir gün yaşlı oluverir.

**Kaynaklar**

Bakewell, S. (2016). *At the existential café: Freedom, being, and apricort cocktails*. London: Chatto & Windus.

Camus, A. (1966). *Resistance, rebellion, and death*. (J. O' Brian, Çev.). New York: Knopf. (Orijinal çalışma basım tarihi 1959).

Feige, D. M. (2014). *Caz felsefesi*. (N. Açа, Çev.). Ankara: Dost Kitabevi.

Sartre, J. P. (2007a). *Bulantı*. (S. Hilâv, Çev.). İstanbul: Can Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1938).

Sartre, J. P. (2007b). *Existentialism is humanism*. (C. Macomber, Çev.). London: Yale University Press. (Orijinal çalışma basım tarihi 1938).

Sartre, J. P. (1947, 29 Kasım). I discovered jazz in America. *The Saturday Review*. (http://blog.dinosaurdiscs.com/post/57092600757/sartre-on-bebop adresinden alınmıştır).

Simone de Beauvoir ve Jean-Paul Sartre (1970)
Kaynak: Getty Images

# HASTALIKTA, SAĞLIKTA, BİRBİRİMİZİ ALDATANA DEK: ROMANTİK İLİŞKİLERDE SADAKATSİZLİK ÜZERİNE BİR İNCELEME

Kemal Özkul
kemal.ozkul@metu.edu.tr
Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Psikoloji Bölümü

Eski bir arkadaşım, dört yıllık ilişkisi boyunca defalarca aldatıldığını öğrendikten sonra, aklında sorular ile gecenin bir yarısı beni aramıştı. Soruları yanıtlamak, elbette kolay değildi. Kendisinin belirttiği ve arkadaş çevresi olarak bizim de gözlemlediğimiz kadarıyla mutlu ve doyumlu bir ilişkileri vardı, hatta imrenilecek bir ilişki. Olabilecek en şık ve keyifli evde birlikte yaşıyorlar, en iyi ve en pahalı yurt dışı tatillerine beraber gidiyorlar ve en romantik akşam yemeklerine hep onlar çıkıyorlardı. Demek ki erkek arkadaşı, pahalı yurt dışı seyahatleri ve lezzetli akşam yemeklerinin arasında bir yerde, farklı deneyimler edinmekten hoşlanıyordu. Toplumsal normlara uygun olarak başarılı, eli yüzü düzgün, kibar ve ahlaklı olarak tanımlanabilecek olan erkek arkadaşın, dört yıl boyunca birlikte ilişki yürüttüğü kadınlardan hiç kimsenin haberinin olmaması ise takdir edilesiydi. Fakat çekirge en son sıçrayışında ele geçmiş ve basit bir mesajla yakalanmıştı. Kendisi için aldatmanın verdiği heyecan, yüke dönüşmüş olacak ki, taşıdığı yükü hafifletmek adına küçük bir zorlama ile tüm gerçekleri itiraf etmişti. Arkadaşım ise ağlayarak beni aramış ve o iki soruyu sormuştu: "Nasıl fark edemedim?" ve "Neden?"

Boris Schmitz 2014
Kaynak: borisschmitz.tumblr.com

Romantik ilişkilerde aldatma konusunu anlamak, incelemek ve kesin bir sonuca varmak oldukça zor. Psikoloji literatürü başta olmak üzere, farklı alanlardan farklı çalışmalar aldatmanın nedenlerini analiz edebilmek için konuya değişik yönlerden yaklaşsa da, şimdilik kesin bir çözüm sunulamıyor. Örneğin, uluslararası seyahatlere daha çok çıkan kişilerin, daha yaratıcı ve farklı gruplara dahil olan insanlara karşı daha az önyargılı olduğunu (Tadmor, Galinsky ve Maddux, 2012) gözlemleyen araştırmacılar, bu durumu ahlaki görecelik bağlamında inceliyorlar. Yapılan çalışmada, Lu ve arkadaşları (2017), uluslararası seyahatlere çıkan katılımcıların, hile yapmak ya da para kazanmak için yalan söylemek gibi durumlarda ahlaki olarak daha esnek olduğunu belirtiyorlar. Yurtdışına çıkmanın karanlık tarafını sunan bu çalışmanın çıkarımlarından biri ise, bu ahlaki esnekliğin ilişkiler bağlamında incelendiğinde aldatma sebeplerinden biri olması. Sıkıcı sıradanlıktan uzak, bilinmeyenin ve alışılmadık olanın çekiciliğinin ortaya çıktığı, yeni insanlar ile tanışılan bir deneyimdir yurt dışına çıkmak. Bu doğrultuda, uluslararası seyahatlerin ahlaki esneklik sağladığını da varsayarsak, yurt dışında aldatma eğilimlerinin ortaya çıkacağı kuvvetle muhtemel. Diğer yandan, önlem olarak partnerinizin yanında siz olmadan yurt dışına çıkmasına izin vermemek bir kenarda dursun, aldatma ile ilişkisinin olduğu, bu bağlamda anlaşılması gereken, binlerce farklı değişkenin varlığı bir gerçek. Aslında, en başta konu ile ilgili kafa karıştıran gözlem şu: "Mutlu ilişkiler yaşayan, mutlu insanlar da aldatır."

Konu ile ilgili farklı bir bakış açısı sunan Perel (2017), modern aldatmaların geleneksel aldatmalardan farklı olduğunu belirtiyor. Perel'e (2017) göre günümüz ilişkileri romantik bir ideal kapsamında "o özel kişi" ile birlikte olmaya dayanmaktadır. Bu ideal, eşlere her türlü ihtiyaçlarını -duygusal ve fiziksel- evde karşılayabileceklerini, dışarı açılmak için hiçbir nedenlerinin olmadığını empoze etmektedir. Güncel tüm görüşlerin "eksiklik modeli"ne dayandığını belirten Perel (2017), partnerlerden biri aldatıyorsa, ilişkide ya da aldatan kişide bir sorun olduğuna inanıldığını belirtiyor. Aldatan partner, bencil, olgunlaşmamış, narsisistik ya da güvensiz bağlanmış; diğer yandan sadık partner ise bağlılık içinde ve ilişkisine adanmış biri olarak tanımlanıyor. Her ne kadar Perel (2017) bu durumu yanlış bir kanı olarak sunsa da, literatür tüm bu model üzerinden oldukça farklı ve faydalı bilgiler sunmakta.

Yapılan çalışmalar, çoğu kültürde kabul edilen normun tek eşlilik olduğunu ve aldatmanın ahlaki açıdan uygunsuz ve affedilemez olarak tanımlandığını belirtiyor. Gelgelelim kültürel normlar ile deneyimlenenler arasında epey bir fark var. Herhangi bir yıl içinde, evli çiftlerin birbirlerini aldatma oranı %2-%4 olarak belirtilirken (Treas ve Giesen, 2000); konu ile ilgili yapılan ilk yaygınlık çalışmalarından birinde, erkeklerin %50'sinin, kadınların ise %26'sının evlilik dışı cinsel deneyim yaşadıkları belirtiliyor (Kinsey, Pomeron ve Martin, 1953). Evli olmayan çiftlerde ise erkeklerin aldatma oranı %70.9 iken aldatan kadınların

oranı %57.4 olarak belirtiliyor (Hansen, 1987). Evli olmayan çiftlerin aldatma oranlarının yüksek olmasına sebep olarak, bağlılık düzeyinin daha az olduğu öne sürülüyor. Kültürlerarası karşılaştırma yapan başka bir çalışmaya göre ise, en çok Rus erkekler aldatırken, en az Çinli kadınlar aldatıyor. Aynı çalışmada, Türkiye'de yaşayan erkek katılımcıların %1.8'i, kadın katılımcıların ise %0.9'u, "Evliliğiniz süresince, eşinizden başka biri ile cinsel bir deneyim yaşadınız mı?" sorusuna "Evet" yanıtını veriyor (Nowak ve ark., 2014). Ayrıca, Yeniçeri ve Kökdemir'in (2006) üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdiği çalışma, katılımcıların %19.6'sının partnerini aldattığını belirtiyor. Harris Interactive (2001) tarafından Türkiye'de 1004 katılımcı ile gerçekleştirilen başka bir çalışmada ise, erkeklerin %25'nin, kadınların ise %11'inin ilişkilerine sadık olmadıkları öne sürülüyor.

Aldatma oranlarının farklılaşmasının nedenlerinden biri de, aldatmayı tanımlamanın oldukça zor ve aldatma algısının da -hangi davranışlar aldatma sayılır?- karmaşık olmasıdır. Aldatma, "partnerin onayı olmadan, birincil ilişki dışında biri ile duygusal ve cinsel bir yakınlık paylaşmak" olarak tanımlanabilir (Fife, Weeks ve Gambescia, 2008). Durumu daha anlaşılabilir kılmak amacıyla, aldatma davranışı, fiziksel aldatma, duygusal aldatma ve sanal aldatma olarak üçe ayrılabilir. Fiziksel aldatma, birincil partner harici biri ile cinsel ilişkiye girme, öpüşme, dokunma veya sarılma gibi fiziksel temasları içerirken; duygusal aldatma ise partnerinden başka birine aşık olma, hoşlanma veya duygusal yakınlık hissetme gibi durumları içermektedir. Nispeten daha net olan fiziksel ve duygusal aldatmanın yanında, sanal aldatma biraz daha karmaşık olarak görülmektedir. İnternet öncesi dönemde, kadınlar ve erkekler, partnerlerini hangi durumlarda aldatmış sayılabilecekleri konusunda hemen hemen aynı fikirdeydiler. Kişi, eşinden başka biri ile cinsel veya romantik bir birliktelik içerisinde ise, eşini aldatmış sayılırdı. Gece kulübe gitmek gibi netleştirilmesi gereken bazı durumlar olsa da, her şey oldukça açıktı. İlişkiler konusundaki tüm bu berraklık, dünyamızın dijitalleşmesi ile birlikte bir anda bulanıklaştı. Kadınlar ve erkeklerin, aldatmaya karşı oldukça farklı algıları oluşmaya başladı. Örneğin; "Haftada birkaç kez, 15-20 dakika porno izlersem, aldatmış sayılır mıyım?", "Porno izlediğim sırada mastürbasyon yapmazsam, bu aldatma sayılır mı?", "Çocukluk aşkıyla Facebook'ta 'flörtleşmek' aldatma sayılır mı?", "Kilometrelerce uzakta ve asla buluşamayacağın biri ile internet üzerinden sohbet etmek aldatma mıdır?", "Tinder gibi buluşma uygulamalarını telefonumda tutmam aldatma mıdır?" gibi sorulara kadın ve erkekler farklı yanıtlar vermektedir. Hatta bazen, eşlerden bir tarafın affedilemez bir aldatma olarak tanımladığı bu tarz durumlar, diğer taraf için zararsız bir davranış olarak değerlendirilebiliyor.

Aldatma konusunda farklı algılara sahip kadın ve erkekler, gösterilen tolerans açısından da farklılık gösteriyor. Erkekler için, genellikle, partnerinin fiziksel aldatma davranışları daha olumsuz bir algı oluştururken, partnerinin duygusal bir ilişki içerisine girmesi ise o kadar da önemli bir tehdit oluşturmayabilmektedir. Tam tersi olarak, duygusal aldatma kadınlar için daha büyük bir tehdit olarak algılanabilmektedir (Fincham ve May, 2017). Temelde evrimsel olarak açıklanabilecek olan bu durum, soyun devamının sağlanmasına bağlıdır. Kendi soyunun devam ettiğini bilmek isteyen erkek, bu konuda biyolojik olarak kadın kadar şanslı değildir. Bu nedenle, eşini başka fiziksel temaslardan uzak tutmak ister ki, çocuğun babasının kendisi olduğuna emin olabilsin. Diğer yandan, kadın eşini ailede tutmak ister. Bu sayede çocuklarının yemek ve barınma ihtiyaçlarının karşılanmasının devamlılığını sağlamış olacaktır. Kadın için duygusal bir aldatma demek, eşinin aileyi terk etmesi anlamına geldiğinden, kadın bu durumu daha büyük bir tehdit olarak görmektedir. Evrimsel açıklamaların ötesinde sosyokültürel açıklamalara bakıldığında da birtakım farklılıklar görülmektedir. Aldatan kadının, aldatan erkeğe göre daha fazla aşağılanması ve kadınlar baskıcı bir şekilde yetiştirilirken, erkeklerin rahat bir şekilde yetiştirilmesi bu farklılıkların temelini oluşturmaktadır. Kısacası, hem kültürel olarak hem de soyun devamı için -genetik başarı bakış açısından- erkekler aldatmayı kendilerinde hak görmektedirler. Ne var ki yakın zamanda yapılan bir çalışma, kadınlarda aldatma oranlarının, erkeklerden daha az olmadığını göstermektedir (Fincham ve May, 2017).

Boris Schmitz 2016
Kaynak: borisschmitz.tumblr.com

Aldatma konusunda kadın ve erkeklerin algılarının farklılaşmasına rağmen, her iki cinsiyet de birincil ilişkilerinden alamadıkları duygusal ve cinsel doyumun kendilerini, aldattıkları partnere yakınlaştırdığını belirtmektedir (Allen ve Rhoades, 2008). Diğer bir ifadeyle, aldatmanın bir şekilde duygusal ve/ya cinsel tatmin sağladığını söylemektedirler. Bu noktada aldatma ile ilgili en büyük yanılgılardan birinin, aldatmanın yalnızca seks ile ilgili olduğunun düşünülmesidir. Aldatma, çoğu zaman "arzu" ile ilgilidir (Perel, 2017). Özel hissetme, görülme, onaylanma arzusu; ya da kısaca, arzulanma arzusu. Kurulan ilişkilerin temelinde, cinsel birliktelik yerine aslında canlılık yatıyordur (Perel, 2017). Tüm bunların yanı sıra aldatmanın getir-

diği gizlilik mecburiyeti özerklik hissi yaratır; herkesten uzak ve tamamen kişiye ait bir duygu yaşanmaktadır. Tüm bunlar, ilişkideki eksikliği telafi için aldatmanın gerçekleştiğini söylemekten çok, her şeye sahip eşlerin de aldattığının bir göstergesi olarak görülebilir.

Bunların yanı sıra psikoloji literatürü, ilişki doyumu, ilişkide yakınlık derecesi, partnerlerin bağlanma örüntüleri gibi değişkenlerin aldatma üzerine etkisi ile ilgili farklı çalışmalar sunmaktadır. Örneğin Blow ve Hartnett (2005), güvenli bağlanmaya sahip bireylerin partnerlerini aldatma eğilimlerinin daha az olduğu sonucuna dayanarak, dünyaya geldiğimiz ortamın yetişkinlik dönemi ilişkilerini etkilediğini ve aldatma konusunda belirleyici etmenlerden biri olabileceğini öne sürmüştür. Bu doğrultuda, ailesinde aldatma hikayesi olan bireylerin, yakın ilişkilerinde aldatmaya daha yatkın olacağı da belirtilmektedir. Aldatmanın bir davranış örüntüsü haline gelip gelmediği de (dolayısıyla sürekli hale gelip gelmeyeceği) ayrı bir tartışma konusudur. “Bir kere aldatan her zaman aldatır” mı?; yoksa “Aldatma tek seferlik bir hata olarak mı kalır?”. Knopp ve arkadaşları (2017), önceki ilişkisinde aldatan bireylerin, daha sonra yaşadıkları ilişkilerde aldatma olasılıklarının üç kat daha fazla olduğu saptanmıştır.

Bu bağlamda, ilişkide riskleri anlamak, sorunları var olmadan yok etmek ya da tekrar gerçekleşmelerini önlemek çok önemlidir. Fisher’ın da (2011) belirttiği gibi, çift bağlanması insanın “alamet-i farikası”dır. O özel kişiyi bulmak, onunla birlikte bir hayat kurmak ve “sonsuza kadar mutlu olmak” insanın en önemli hedeflerinden biri haline gelmiş durumda. Yine de insan doğasının tek eşli değil de, çok eşli olabileceği ihtimali üzerine düşünmek, riskleri azaltma konusunda güçlü bir rol oynayabilmektedir.

Son birkaç yıldır popüler televizyon dizilerden biri olan “House of Cards”da açık bir ilişki yaşayan, Başkan Frank Underwood ve eşi First Lady Claire, birbirlerinin izni ile başkaları ile ilişki yaşamaktadırlar. Bir sahnede, Frank, Claire ve onun yeni sevgilisi Thomas, Beyaz Saray’ın mutfağında kahvaltı etmektedirler. Frank ve Claire için gayet normal olan bu durum, Thomas için pek de normal değildir. Çok eşlilik, “House of Cards” bağlamında kurgusal olarak tanımlansa da, gerçek hayat için pek de kurgusal değil. Genel kanının aksine açık ilişki yaşayan çiftler hiç de az değil. Yapılan bir çalışmada, katılımcıların %5’i evliliklerinde açık ilişki yaşadıklarını belirtiyorlar (Conley, Ziegler, Moors, Matsick ve Valentine, 2012). Başka bir çalışmada ise, çiftlerin %20’sinin zaman zaman, eşlerinden başka biri ile, birbirlerinden haberdar bir şekilde, ilişki kurdukları belirtiliyor (Matsick, Conley, Ziegler, Moors ve Rubin, 2014).

Conley ve arkadaşlarının (2017) çalışması çok eşlilik tanımı üzerinde duruyor ve bu doğrultuda çok eşliliği, çok “aşklılık” olarak da tanımlanabilecek “polyamory”, açık ilişki ve eş değiştirme olarak üçe ayırıyor. Çok aşklılık, isminden de anlaşılabileceği üzere, eşler romantik olarak bir ilişki yaşadığı ikincil partnerlerini var olan ilişkilerine dahil ediyorlar. Çalışma, bu çiftlerin, birbirilerinin duygusal veya cinsel ihtiyaçlarını tam anlamıyla karşılayamayacaklarını bildikleri için, birbirlerine tam özgürlük verdiklerini belirtiyor (Conley, 2017). Açık ilişkide ise eşler birincil partnerlerinden ayrı olarak fiziksel tatmin arayışı içindeler ve bu tarz ilişkilerde ikincil partnere duygusal olarak bağlanmanın “yasak” olduğu, bu durumun ilişki için bir tehdit olarak görüldüğü belirtilmektedir. Çok aşklılığın aksine, açık ilişkide eşler birbirilerinin kiminle ne yaşadıklarını bilmiyor, bilmek de istemiyorlar. Genellikle, uzak mesafe ilişkilerinde tercih edilen bu ilişki türü, eşlerin libidolarının birbirlerine uymadığında da uygulanabilecek bir yöntem olarak görülmektedir. Eş değiştirme ise, cinsel çeşitlilik yaratmak adına belli etkinlikler çerçevesinde edinilen bir deneyim olarak tanımlanmaktadır. Bu ilişki türünde etkinlik sonunda, herkes yaşadıklarını kendine saklayıp evlerine dönerek hayatlarına devam etmektedirler.

Yaygın inanış, açık ilişki yaşayan çiftlerin ilişkilerinde daha doyumsuz, birbirlerine karşı güven sorunları olan ve kıskançlık oluşturmaya daha yatkın kişiler olduğu yönündedir. Ancak bu inanışın aksine Conley ve arkadaşlarının (2017) kapsamlı çalışması, -beklenmedik bir şekilde- çok eşli ilişki deneyimleyen çiftlerin birincil partnerlerinden doyum aldıklarını, birbirlerine karşı sergiledikleri daha az kıskançlık ve daha çok açık tutum sayesinde güven duygularının da, tek eşliliği benimseyen çiftlere nazaran, daha fazla olduğunu gösteriyor.

Öte yandan Perel (2017), “o özel kişi” inanışının aslında bir tür tüketim ekonomisine dayandığını ileri sürüyor. Narsisistik eğilimlerin tatmin edildiği bu “özel” ilişkide, partnerler birbirlerine “Senin için tüm hayatımdan vazgeçtim.”, “Bundan sonra sadece sen ve ben varız.” imajlarını çiziyorlar. Bu doğrultuda da evlilik, “Ben senin için özel olmalı-

Boris Schmitz 2015
Kaynak: borisschmitz.tumblr.com

yım. Benden daha özeli yok." noktasına geliyor. Romantik tüketicilik, eşleri kendilerinin daha iyisi, yenisi veya farklısı olmadığına inandırıyor. Aldatma, tam bu noktada devreye giriyor. İlişkideki eksiklikleri tamamlama eğilimden çok, sisteme karşı bir baş kaldırışa dönüşüyor (Perel, 2017). Biraz provokatif bir düşünce de olsa, çok eşliliğin norm dışı olduğu ve bu başkaldırışı ortadan kaldırabilecek bir yapı olduğu bariz olarak görülebilmektedir.

Anlaşılacağı üzere, ilişkilerin dinamiği beklenilenden daha karmaşıktır. İki kişi bir araya geldiğinde, sözler verildiğinde ve imzalar atıldığında, birbirinden farklı geçmişler, gelecekler, umutlar, kişilik yapıları, bağlanma örüntüleri bir araya gelir. "Ölüm bizi ayırana dek" dendiğinde, "Evet" diye çığlıklar atıldığında, her şeyin sonsuza dek yolunda gideceği öngörülür. Şanslıysanız, beklentileriniz ile kazanımlarınız birbirini tamamlar, yolunuza "o özel kişi" ile el ele devam edersiniz. Eğer şansınız yaver gitmezse, gün gelir tüm inançlarınız başka bir kadın veya erkek tarafından çöpe atılır.

Bu bağlamda psikoloji biliminin işi, karmaşık insan doğasını anlamaktır ve bu noktada epey yol katedilmekle birlikte daha epey de uzun bir yol olduğu bilinmektedir. Tutumları, davranışları, motivasyonları analiz etmek yeterince zorlu iken, iki karmaşık bireyin birbiri ile kurduklarını derin ve karmaşık ilişkiyi anlamak daha zordur. Diğer yandan, iyi ilişkiler yaşayan iyi insanların neden aldattığını anlamak çok daha zordur. Çözüm uzun yıllar alabilecek çalışmalar zinciri kapsamında yüzlerce değişkenin incelemesinde saklı olsa da, şimdilik çiftlerin kendileri ve ilişkileri hakkında belli bir farkındalık seviyesine ulaşmaları ve kendi dinamiklerini analiz etmeleri riskleri kontrol altına alacaktır. Riskler engellenemediğinde, yapılacak en doğru, anlamlı ve saygılı davranış aldatılan eş ile yüzleşmektir. İyi bir yüzleşmenin sırrı ise göz teması, nefes kontrolü ve her olasılığa karşı bagajda bir kürek bulundurmaktır.

## Kaynaklar


Allen, E. S., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., Markman, H. J., Williams, T., Melton, J. ve Clements, M. L. (2008). Premarital precursors of marital infidelity. *Family Process, 47*(2), 243-259.

Blow, A. J. ve Hartnett, K. (2005). Infidelity in committed relationships II: A substantive review. *Journal of Marital and Family Therapy*, *31*(2), 217-233.

Conley, T. D., Matsick, J. L., Moors, A. C. ve Ziegler, A. (2017). Investigation of consensually nonmonogamous relationships: Theories, methods, and new directions. *Perspectives on Psychological Science, 12*, 205-232.

Conley, T. D., Moors, A. C., Matsick, J. L. ve Ziegler, A. (2013). The fewer the merrier?: Assessing stigma surrounding consensually non-monogamous romantic relationships. *Analyses of Social Issues and Public Policy, 13*(1), 1-30.

Fife, S. T., Weeks, G. R. ve Gambescia, N. (2008). Treating infidelity: An integrative approach. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families, 16,* 316-323.

Fincham, F. D. ve May, R. W. (2017). Infidelity in romantic relationships. *Current Opinion in Psychology, 13,* 70-74.

Hansen, G. L. (1987). Extradyadic relations during courtship. *Journal of Sex Research, 23,* 382-390.

Kinsey, A., Pomeroy, W. B. ve Martin, C. E. (1953). Sexual behavior in the human female. *British Medical Journal.*

Knopp, K., Scott, S. B., Ritchie, L. L., Rhoades, G. K., Markman, H. J. ve Stanley, S. M. (2017). Once a cheater, always a cheater? Serial infidelity across subsequent relationships. *Archives of Sexual Behavior, 46*(8), 2301-2311.

Lu, J. G., Quoidbach, J., Gino, F., Chakroff, A., Maddux, W. W. ve Galinsky, A. D. (2017). The dark side of going abroad: How broad foreign experiences increase immoral behavior. *Journal of Personality and Social Psychology, 112*(1), 1.

Matsick, J. L., Conley, T. D., Ziegler, A., Moors, A. C. ve Rubin, J. D. (2014). Love and sex: Polyamorous relationships are perceived more favourably than swinging and open relationships. *Psychology & Sexuality, 5*(4), 339-348.

Nowak, N. T., Weisfeld, G. E., Imamoğlu, O., Weisfeld, C. C., Butovskaya, M. ve Shen, J. (2014). Attractiveness and spousal infidelity as predictors of sexual fulfillment without the marriage partner in couples from five cultures. *Human Ethology Bulletin, 29,* 18-38.

Perel, E. (2017). *The state of affairs: Rethinking infidelity - A book for anyone who has ever loved.* Hachette: UK.

Tadmor, C. T., Galinsky, A. D. ve Maddux, W. W. (2012). Getting the most out of living abroad: biculturalism and integrative complexity as key drivers of creative and professional success. *Journal of Personality and Social Psychology, 103*(3), 520-542.

Treas, J. ve Giesen, D. (2000). Sexual infidelity among married and cohabiting Americans. *Journal of Marriage and Family, 62*(1), 48-60.

Yeniceri, Z. ve Kökdemir, D. (2006). University students' perceptions of, and explanations for infidelity: The development of the infidelity questionnaire. *Social Behavior and Personality: An International Journal, 34*(6), 639-650.

# PSİKANALİZİ YENİDEN DÜŞÜNMELİYİZ

Ahmet Evran
ahmetevran@yahoo.com
Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Psikoloji Bölümü

Çağdaş psikolojinin temellerini atan Sigmund Freud, psikanalizi daha çok iyileştirici bir çalışma olarak gördüyse de psikanalizin verdiği imkanlar o kadar çeşitliydi ki psikanalizin toplumbilimden kültür çalışmalarına ve felsefeye, tıbbi alanlardan sinirbilime kadar birçok çalışma alanına dahil olduğunu görebiliyoruz. Freud'un temel tezi bir bilinçdışının varlığı ve bunun insanın gerçekliğini sandığımızdan çok daha fazla etkilediği yönündeydi. Her şeyi bütünlüklü ve lineer algılasak ve "ben" diye bir şeyin bütünlüğünü varsaysak bile aslında durumun böyle olmadığını histeri üzerinde yaptığı çalışmalarla ve saplantılı nevrozları histeriden ayırarak göstermişti. Freud, psikanalizin "ego" olarak adlandıracağı bu bütünlüklü yapı algısının, tarihte üç büyük değişimle sarsıntıya uğradığını söylemişti. Bunlardan ilki Kopernikus'un dünyanın aslında evrenin merkezinde yer almadığını göstermesi ve dünyanın birçok gezegen arasından aslında sadece minik bir tanesi olduğunu kanıtlamasıydı. İnsanın egosuna vurulan ikinci darbe, Darwin'in ve onu destekleyenlerin insanın canlılar alemi içerisinde çok da özel bir yeri olmadığını, hayvanlardan evrilerek geldiğini ve insanın içindeki hayvansı bu parçanın (id) asla yok edilemeyeceğini göstermesiydi. Üçüncü darbe olarak da kendi çalışmalarını de içine kattığı, bilinçdışının varlığına ve insan üzerindeki etkisine dayanan düşünceleri ve kanıtları koymuştu: "Ama insanların büyüklük kuruntusuna bir üçüncü ve en yaralayıcı darbe de ben'lerinin kendi evinin efendisi bile sayılamayacağını, tersine bilinçdışında olup bitenlerden kendisine ulaşan cılız bilgilerle yetinmesi gerektiğini kanıtlayan günümüz psikolojisindeki araştırmalardan gelmiştir." (Freud, 2013, s. 179-180).

Figures in a Landscape (Francis Bacon, 1956)
Kaynak: www.serpentinegalleries.org

Bilmek kökünden gelen bilimin, her fırsatta kendini bilinçdışına kapatması, psikanalitik alanı revizyona götürme çabası, saplantılı bir biçimde her şeyin bilinebileceğine ve temel bir hakikat olduğuna inancı psikanaliz tarafından yine bir direnç olarak nitelendirilmiştir. Bu girişimlere, canlının sadece repertuvarında olan belli davranışların kontrol edilebileceği tezi üzerinden davranışçı teknikleri pedagojik biçimde insana uygulamaya çalışan davranışçılığı örnek verebiliriz. İnsani eylem ile hayvan davranışı arasındaki farkı görmeyi reddeden bu akıma, bilişsel indirgemeciliği de ekleyebiliriz. İnsanın yaratıcılığı, üretim kapasitesi ve yüceltme yeteneklerini reddeden birçok düşünce de sadece psikolojiden değil birçok alandan gelmeye devam etmektedir. Ancak psikanaliz, hakikat arayışında mücadele etmeyi bırakmamış ve defalarca bu revizyon girişimlerinden kurtulup sağlam ve hatta daha da iyileşmiş bir şekilde yoluna devam etmiştir. Jacques Lacan, Freud'un düşüncelerini bu revizyon girişimlerinden kurtaran yegane isimlerden biri olarak döneminde ortaya çıkan paradigmalarla psikanalizi destekleyip geliştirmiştir. Hatta Lacan'a göre bireyin yaşadığı sorunlar ve belirtiler psikanalitik sürecin bir yan etkisi olarak ortadan kaybolurlar (Lacan, 2008).

İnsan bireyselliğini ve bu bireyselliğin her zaman sosyal bağlara ilişkin olduğunu bir an bile aklından çıkarmayan psikanaliz, bir bireyin kendine haslığını diğer yaklaşımlar gibi "normal"e doğrudan yaklaştırmaya çalışmak yerine gücünü bu kendine haslığı anlamlandırma yönteminden alır. Başka bir deyişle, psikanalizin idealleri, standartlaştırıcı terapötik ideallerden farklı olarak insanın toplumsal alandaki bireyselliğini hesaba katar ve hastaya sorunlar yaşatan şeyin aslında onu biricik yapan şey olduğunu söyler. Başta paradoksal gibi gelse de psikanalizin yöntemi, bu temel belirtiyi alıp analizdeki kişinin konuşması üzerinden geçmişini, yaşantılarını, anılarını ve alışkanlıklarını bir tarihe dönüştürerek anlamlandırma girişimidir, bir "köprüleme" çalışmasıdır (Erşen, 2006).

Günümüz sosyal ve beşeri bilimler, araştırmaları ve gözlemleriyle ürettikleri, doğruladıkları bilgileri temel bir hakikat gibi görmekte; kendilerini kadiri mutlak araştırmacılar, gücü her şeye yeten, bilgiyi oluşturma gibi ulvi bir amaçla hareket eden bireyler olarak görmekten kendilerini alamamaktadırlar. Ancak psikanalitik söylemin altını defalarca çizdiği şey de tam buna karşı çıkar: Mutlak bir hakikat yoktur (Lacan, 2015). Herkesin kendi hakikati vardır, her hakikat de bir üretim sürecidir, asla sonlanamaz (Lacan, 2008). Psikanalizin asıl derdi popüler psikolojinin yaptığı gibi cevapları doğrudan vermek değil, soru sormaya devam etmek ve bu yolla anlam ve deneyim üretimini arttırmaktır. Bunun için insanda mümkün olan en uygun araç da dildir (Somay, 2007).

Freud dili en etkin etkileme aracı olarak alır ve "sözlerde saklı büyü" diyerek konuşma eylemindeki gizemli unsura gönderme yapar (Freud, 2015, s. 127). Konuşmanın gizemi nereden gelmektedir? Diğer türlerde belirli bir iletişimin olduğunu varsaysak da insanı düşündüğümüzde bu iletişim yöntemlerinin yaratıcılıktan yoksun olduğunu görürüz. Bu bağlamda insanı ayıran şey daha karmaşık bir dil kullanımıyla kendi hakikati ve bilgisini üretebilme koşulunu da sağlıyor oluşudur. Hala tam olarak anlaşılamayan kendinin bilincinde olma durumu ile en bağlantılı görünen şey düşüncenin dille bağlantısıdır. Düşünme eylemi, ilkel eylemin yerini aldığından beri, insan temel bir eksikliğin peşindedir (Freud, 2012). Bedensel, bütünlüklü ve tam yaşama ihtimalini düşünmeye geçerek reddeden insan, bu ihtimali korumak için "ego"yu oluşturmuş ve "mış gibi" yaşamaya başlamıştır (Freud, 2009). Tabii ki düşünceyi olumlu ya da olumsuz görme gibi bir derdin de ötesinde burada altı çizilmesi gereken şey dilin, konuşmanın, düşünmenin etkisinin ilk bakışta görülenden çok daha fazla olduğudur. Dil, doğa bilimlerinin bir zamanlar görmüş olduğu gibi basit bir iletişim aracı değil, aksine bireyselliğin ve toplumsallığın ve doğrudan insan olma koşulunun kendisidir.

Freud "Uygarlığın Huzursuzluğu"na (2011) okyanusvari bir hissin analiziyle başlar. Anlamadığını dile getirerek bu her şey ile bir olma hissinin nereden kaynaklanabileceğini sorgular. Bozulmamış, bütünlüklü, otonomi ve özgürlük kaynağı olan ve her şeyden ayrı olarak algılanan egonun (ben'in) bilinçdışı id ile karşılaşması durumunda bu hissin ortaya çıktığı sonucuna varır. Kendinden büyük bir şeyin parçası olma hissi, aslında yanlış yorumlanmış bir deneyimdir; çünkü bu his, bir parçamız olan bilinçdışından yarı veya tam kopmuş olduğumuz zaman hissettiğimiz şeydir. Hayali egomuzda her şeyi barındırıyormuş gibi hissederiz. Bu da aslında acıyan bir hazdan, yani zevkten, kaçmaktır; bir regresyondur, kaderin endişesine karşın üretilen bir deneyimdir.

İnsan olma koşulu olarak dilin ve bunun üretimi olarak kültürün aynı zamanda kişiyi kendine yabancılaştırması, bilinçdışından uzaklaştırması ve okyanusvari bir deneyimle (ulvi bir amaç uğruna) bu zevkten kaçmaya itmesi insanın en büyük paradoksudur. Kendi tamlığını söylem üretme becerisiyle bozan ama buna da katlanamayıp ego gibi hayali bir bütünlük oluşturan, katman katman bir zihinsel sürece sahip olan insan, o halde, kendini kendi yapan bir acıdan tabii ki kurtulamaz (Lacan, 1997). Her şeyin temelinde dil ve dilin söyleminin müdahalesi varsa bu acıdan kaçmak için de en uygun araç, içinde bir "büyü" saklı olan dildir. Ancak bu anlamda psikoterapötik yöntemlerin doğru yoldan ayrılmadığını söyleyebiliriz. İyileşebilmek, insanın kendini kendine tanıtması; ancak konuşarak, dilin söylemi içerisinde, kendi hakikatimizi üretmekle mümkündür. Psikanalizin hesaba katıp çağdaş yöntemlerin göz ardı ettiği şey, konuşmanın da ego gibi bütünlüklü algılanmasıdır. Tamamen yapay kurallarla çalışan konuşma -tıpkı her dilin kendi kurallarının oluşu ve bunların ancak herkes her zaman konuştuğu gibi konuşmaya devam ettiği sürece kalıcı oluşu gibi- aslında bilinçdışından bağımsız düşünülemez. Kendini, eylemi bastırarak düşünce ve konuşma üzerinden deneyimleyen insan her zaman bilinçsiz süreçlerin etkisindedir. Yapay olana bağlı kalarak asıl olan düşünceymiş gibi yaşayan insan, dildeki ve düşüncedeki bozulmaları kendisini tanımlayan şeyler olarak alır ve kendi semptomuyla kendini biricikleştirmiş olur (Lacan, 2014).

Psikanaliz ortaya çıktığı günden bu yana duygulara pek dikkat etmemesiyle eleştirilmiştir. Başka bir deyişle, psikanaliz, duyguların çalışmasını ve tanımlamasını yapmamakla suçlanmış ve bu nedenle iyileştirici etkisinin olmayacağı söylenmiştir (Lacan, 2014). Duygulanım bu resimde günümüzde algılandığı biçimlerin dışında bir yere oturtulur. Psikanalitik uygulamanın gösterdiği şey duygulanımın zihinsel bir sürecin ötesinde bedeni harekete geçirmesidir. Somatizasyon örneğinde olduğu gibi, bilinçdışı kalan ve söze dökülemeyen başka bir yerden geri dönerek çıkar: hissizlik, kalp sıkışmaları, baş ağrıları, mide sorunları vs. Somatik/bedensel göstergeler ve duygulanım Freud'a göre aslında haz ilkesinin bozulmasıyla ortaya çıkan heyecanlardır. Haz ilkesine göre organizma en az seviyede heyecan ve aktivasyonla yaşamaya çalışır ve bundaki bozukluklar duygu olarak adlandırdığımız etkileri ortaya çıkarır (Freud, 2009). Ancak bu duygular hala dilin esareti altındadır. Örneğin, ağlamak daha çok kayıpla, üzülmüş olmakla veya olumsuz diğer duygularla aklımızda yer etmiş olsa da birkaç yüzyıl öncesinde çok güzel bir sanat eserine bakmak da aynı ağlamayı getirmekteydi. Duygulanıma Freud'un haz ilkesi dediği yerden bakarak ve bedeni etkileme, harekete geçirme veya durdurma işlevlerini düşünerek duygu elementinin sözden, dilden ve düşünceden daha öncelikli olmadığını da fark etmiş oluruz (Lacan, 2008). Halihazırda dilin söylemi içerisindeki kültürel ve sosyal alanda deneyimlediğimiz duygular, bu söylemin kendisi tarafından belirlenegelmiştir.

Psikanalitik kurama göre sadece tek bir duygu vardır: Kaygı. Diğer tüm duygular kaygıyı yaşayabilme ya da yaşayamama üzerine kuruludur (Lacan, 2014). Bir durumda kaygılanan insan, yani haz ilkesi ihlal edildiğinde, içinde bulunduğu yerin, zamanın, toplumun, ailesinin, arkadaşlarının, kısacası kendi Öteki'sinin söylemine göre bu kaygıyı belirli biçimlerde kanallar. Bir insan hayal kırıklığına uğradığında kaygıyı yaşayamazsa bu öfke ya da utanç şeklinde çıkabilir. Bunun tersi bir senaryoyu düşündüğümüzde, birine aşık olduğumuzda yaşadığımız kaygı, heyecanlanma olarak algılanır ve pek de bir sorun gibi görülmez. Kimin nerede, ne zaman, ne hissedeceği, Freud'un bahsettiği okyanusvari tamlık hissi de dahil olmak üzere, söylem tarafından belirlenmiştir.

Düşünceden ve duygudan bahsedildiğinde psikopatolojiden bahsetmemek uygun düşmez. Patoloji kelimesi köken gereği Antik Yunan düşünürlerinden bildiğimiz Pathos kelimesinden gelir. Yaygın kullanımda duygulanım olarak geçse de Pathos aslında bir şeye maruz kalmaktan bahseder (Shorey, 1922). Bedene ya da "bana" bir şeyler yapılmaktadır; yani özne patolojide -pathos bilgisindevarsayımsal olarak edilgendir. Edilgen olmayansa kişiye bunları yapandır, kişiyi bir şeye maruz bırakandır ki kişi popüler psikolojinin anladığı biçimde "hasta" olarak nitelendirilebilsin. Sadece normal sağlıklı popülasyondan uzaklaşmanın da ötesinde, buradaki varsayım çok daha temelli görünür. Freud'un ölüm dürtüsü dediği şey de burada düşünülmelidir. İnsanın kendi içinde kendinden büyük bir şey kurup saltanatını sürdüğü yaşamında, bilinçdışı/bilinçsiz biçimlerde -iç ve dış önemi olmaksızın- bir şeyler ona müdahale eder, acı çektirir, kaygılandırır. Kişi farkında olmasa bile, belirtilerinin verdiği acıdan tatmin olmaya

devam eder. Aksi takdirde bu kendinden ve biricikliğinden de bir vazgeçiş anlamına gelecektir (Žižek, 2015).

Ancak bu değişkenleri de hatırlayıp tekrar hesaba katarak, kendi kuruntularımızın farkına vararak, yeniden yaratıcı biçimlerde üretmeye yönlenerek psikanalizin vadettiği yere ulaşabiliriz. Ancak kendimizi eleştiriye açarsak psikanalizi tekrar düşünebilir, kişiler arası alanda toplumsal olan hakikate de ulaşabilir, kendi gerçeğimizi keşfedebiliriz. Daha dolu, değişime ve yeniliğe açık, deneyimi önemseyen, kendimizi tanıyan, tanımaya devam eden biçimlerde yaşayabilmek için psikanalizi yeniden düşünmeliyiz.

**Kaynaklar**


Freud, S. (2009). *Haz ilkesinin ötesinde ben ve id*. (A. Babaoğlu, Çev.). İstanbul: Metis Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1920 ve 1923).

Freud, S. (2011). *Uygarlığın huzursuzluğu*. (H. Barışcan, Çev.). İstanbul: Metis yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1930).

Freud, S. (2012). *Totem ve tabu*. (K. Şipal, Çev.).İstanbul: Say Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1913).

Freud, S. (2013). *Psikanalize giriş: 2 Nevrozlar*. (K. Şipal, Çev.). İstanbul: Say Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1940).

Freud, S. (2015). *Psikanaliz üzerine beş konferans ve psikanalize toplu bakış*. (K. Şipal, Çev.). İstanbul: Say Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1909).

Lacan, J. (1997). *The seminar of Jacques Lacan: Psychoses* (J. Miller, Ed.; R. Grigg, Çev.). New York: W. W. Norton.

Lacan, J. (2008). *The ethics of psychoanalysis: 1959-1960*. London: Routledge.

Lacan, J. (2014). *Anxiety*. (J. Miller, Ed.). Cambridge UK: Polity.

Lacan, J. (2016). *The Sinthome - The seminar of Jacques Lacan, Book XXIII*. (J. Miller, Ed.). Cambridge UK: Polity.

Erşen, Ö. (2006). Günümüz psikopatolojilerine günümüz söylemi bağlaminda Lacancı bir bakış. *Psikanaliz Yazıları, 12*, 87-96.

Shorey, P. (1922). Aristotle on “coming-to-be” and “passing away”. *Classical Philology, 17*(4), 334-352.

Somay, B. (2007). *Bir şeyler eksik: Aşk, cinsellik ve hayat hakkında bilmek istemediğimiz şeyler*. İstanbul: Metis.

Žižek, S. (2015). *Hiçten az: Hegel ve diyalektik materyalizmin gölgesi*. (E. Ünal, Çev.). İstanbul: Encore. (Orijinal çalışma basım tarihi 2012).

Sad Young Man on a Train (Marcel Duchamp, 1911)
Kaynak: www.wikiart.org

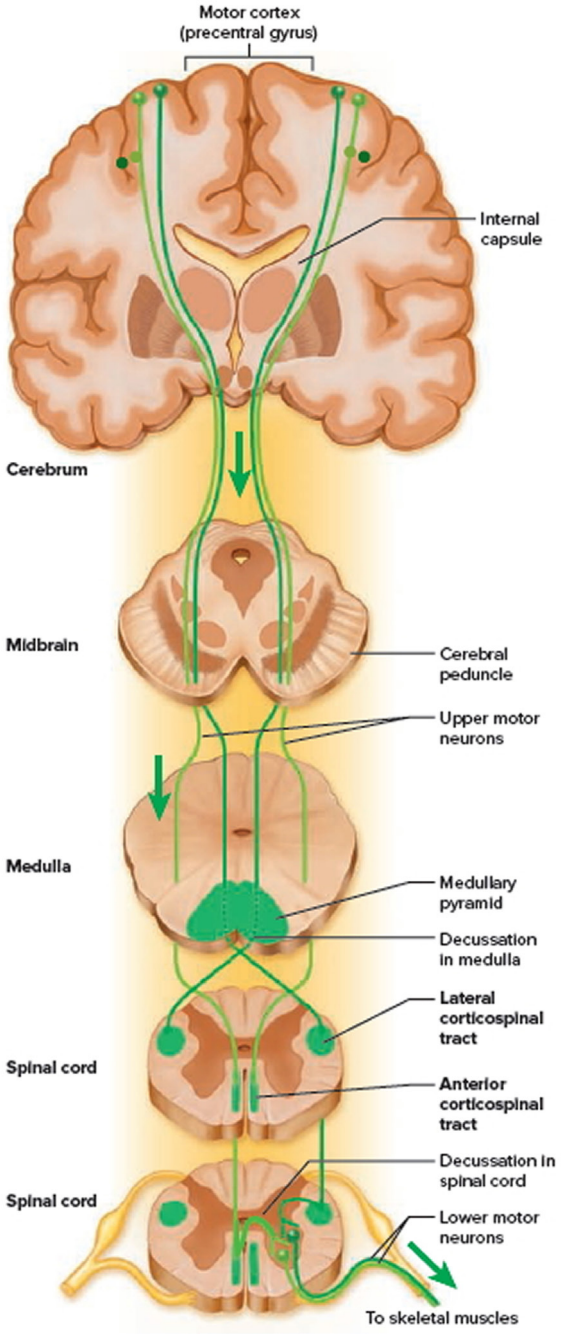
# BEYNİN BİR ÇALIŞMA PRENSİBİ OLARAK ÇAPRAZLAMA

Sercan Akhanlı
sercan_akhanli@hotmail.com
Başkent Üniversitesi, Psikoloji Bölümü

Beyin nasıl çalışır? İnsanlığın, bu sorunun temelinde birçok argümanı bir araya getirerek bir yapı oluşturduğu bilinmektedir. Bu yapı evrim sürecini içerisinde barındıran ve gelişimini sürdürmekte olan bir temeli oluşturmuştur. Beyin bilindiği gibi karmaşık bir organdır ve bu organın nasıl çalıştığına dair sorulan bazı soruların hala gizemini koruduğu bilinmektedir. Belki de bunların içinde en önemlisi, sağ eliyle yazı yazan birinin neden sağ beyninde değil de sol beyninde bir aktivasyon görüldüğüdür. Bu çaprazlama mekanizmasının insanlığa ne gibi yararları olabilir? Neden sağ ayakla yapılan bir eylem beynin sol yarım küresinde bir aktivasyon oluşturuyor da sağ yarım kürede aynı derecede aktivasyon görülmüyor? Neden bireyler, yarı ihmal sendromuna (hemi neglect syndrome) sahip olmaları sonucunda tabağın sol tarafında yer alan yemekleri yiyemiyor ya da çizilmesi istenen bir figürün sol tarafını çizemiyor? Bunun gibi birçok soru insanlığın zihnini meşgul etmiştir. Bilim insanları bu soruların yanıtlarını evrimsel süreç içerisinde değerlendirerek insanlığa ne gibi faydaları olabileceği üzerinde durmuştur. Bir diğer açıdan gözlem yapan bilim insanları ise, çaprazlamanın ol(a)madığı durumlardaki vakaları inceleyerek yeni yaklaşımlar ya da hipotezler geliştirmek için çaba harcamıştır.

Bilindiği gibi, omurgalı canlıların nörolojik olarak bir çaprazlama düzeni üzerine kurulduğu belirlenmiştir. Bununla ilgili olarak ilk fikirlerden birini ortaya atan kişi Hipokrat'tır. Beyindeki motor yolakların çapraz bir biçimde hareket ettiğini ve herhangi bir şekilde dışarıdan beynin sol tarafına alınacak bir darbenin bedenin sağ tarafında belirli aksamalara neden olacağını iddia etmiştir (Vulliemoz, Raineteau ve Jabaudon, 2005). Hipokrat'ın bu öngörüsü birçok kesimi etkilemiştir ve bunun incelenmesi gereken bir duruma dönüştüğü kendisinden sonra gelen bilim insanlarının yaklaşımlarından anlaşılmaktadır. Ancak Hipokrat'ın yapmış olduğu bu çıkarımın tekrar tanımlanma süreci, yaklaşık 500 yılı bulmaktadır.

Aretaeus ise bu oluşumun nedenlerini daha çok sinir yapısına bağlamış ve sinirsel yapı geçişlerinin çapraz bir şekilde hareket ettiğini ileri sürmüştür. Frenoloji biliminin kurucuları olarak bilinen Gall ve Spürzheim, serebral korteks alanında belirli çaprazlamaların olduğu bilgisine ulaşmışlardır (Vulliemoz, Raineteau ve Jabaudon, 2005). Var olan bu bakış açıları evrilerek günümüze kadar belirli yolları katetmiş ve bir aşamaya kadar gelmiştir. Özellikle 19. ve 20. yüzyılda fizyoloji, anatomi ve histoloji gibi alanların gelişmesiyle birlikte canlıların derinlemesine incelemeleri yapılarak veriler elde edilmiştir. Buna ek olarak moleküler biyoloji alanının da önemli adımlar atmasından dolayı omurilik primidal demeti (corticospinal tract) ve diğer motor yolaklar hakkında daha fazla bilgi edinilmesi kolaylaşmıştır (Vulliemoz, Raineteau ve Jabaudon, 2005). Omurilik primidal demeti mekanizmanın devamlılığı ve işlevi için oldukça önemli bir yapıdır (Şekil 1). Bu yapının oluşumu ve gelişimi anne karnındayken başlar ve çocukluk döneminde devam eder. Özellikle doğumdan sonraki birinci yılda nöron bağlantılarının oluşumu ve miyelinleşmenin de üst seviyeye gelmesiyle birlikte süreç devam etmektedir. Bu gelişim süreçleri çocukluk dönemlerine gelindiğinde ise birincil reflekslerden kurtulmayı ve hareket etme konusundaki becerilerin artmasını sağlamaktadır (Vulliemoz, Raineteau ve Jabaudon, 2005).




Şekil 1. Omirilik Primidal Demeti

Öte yandan beynin yapısında bulunan nöronlar arası etkileşimlerin de belirli bir düzene sahip olduğu bilinmektedir. Herhangi bir dış uyaran canlının tek bir bölgesine girdiğinde elektriksel uyarım çaprazlama nedeniyle beynin diğer tarafında görülmüştür. Bu durumun anatomik olarak gerçekleştiği yer ise beyin ya da omurilik olarak ifade edilmiştir. Beyinde bu durumun belirli alanlara yayılmasını sağlayan ve önemli görevlere sahip alan ise corpus callosum olarak adlandırılmıştır. Bilindiği gibi, corpus callosum'un beynin sağ ve sol loblarının bağlantısını sağlamakla ilgili bir görevi bulunmaktadır (Wiener ve Schade, 1965). Bunun yanı sıra, beynin bir diğer çaprazlama bölgesi ise optik kiazma'dır. Işığın göze gelmesinden sonraki süreçte bir kırılma yaşanması beklenmektedir, bu durum gerçekleştikten sonra görüntünün beyinde ters bir biçimde oluştuğu belirtilmektedir. Bu nedenden dolayı adaptasyon sürecinde görüntünün düz bir hale gelebilmesi sağlanmıştır. Bu sayede göze gelen uyaran beyinde çapraz bir yol oluşturduktan sonra son hale gelmektedir (Wiener ve Schade, 1965).

Ek olarak, çaprazlamanın yapılamadığı veya bir nedenden dolayı işlevini kaybettiği durumlarda birçok problem ortaya çıkmaktadır. Kallmann sendromu ve Klippel-Feil sendromu buna verilebilecek iyi örneklerden bazılarıdır (Vulliemoz, Raineteau ve Jabaudon, 2005). Bu sendrom, doğuştan meydana gelen iki ya da daha fazla omurun birleşmesi (kaynaması) nedeniyle ortaya çıkmaktadır. Ayrıca gebelik döneminin 3 ile 8. haftaları arasında hücre bölünmesinin istenen doğrultuda gerçekleşmemesi sonucunda oluşabilmektedir. Bu sendroma maruz kalan bireylerin fiziksel özelliklerinde, kısa boyunlu olma ve aynı zamanda kısıtlı boyun hareketleri yer almaktadır. Bu sendroma sahip bireylerin daha çok çocukluk döneminde tanı aldığı belirtilmektedir (Vaidyanathan, Hughes, Soni, Singh ve Sett, 2002). Bu durumda omurilik primidal demetin, insanların ya da diğer primatların istemli hareket etme konusunda önemli bir araç olduğu gözlemlenmektedir (Vulliemoz, Raineteau ve Jabaudon, 2005).

*X-linked Kallmann* sendromu meydana gelen problemlere dair bir diğer örnek olarak gösterilebilir. Bu bozukluk ise daha çok anormal bir biçimde ateşlenen nöronlar üzerinden açıklanmaktadır. Bu ateşlemeler, motor korteksin hem aynı tarafa ait (*ipsilateral*) hem de karşılıklı lateral (*contralatera*l) alanlarını kapsamaktadır. Bu nöronlar çoğunlukla premotor korteks ve destekleyici motor alanlardan oluşmaktadır. Ayrıca bu sendromun aynı tarafa ait olan lateral alanlarda ortaya çıkma ihtimali söz konusu olduğu zaman kalıcı olarak kasların kontrol edilmesinde problemler meydana gelmektedir. Ek olarak, sağlıklı bireylerin sağ elini oynatmaları durumunda ise -olması gerektiği gibi- sol beyin bölgesinde aktivasyon görülürken, bu bireylerin sağ elini oynatmaları durumunda sağ beyin bölgesinde aktivasyon görülmektedir (Vulliemoz, Raineteau ve Jabaudon, 2005).

Özellikle herhangi bir biçimde omurgalı canlıların çaprazlama yollarının bozulması nedeniyle belirli sorulara yönelik yanıtlar tespit edilmektedir. Ancak buradaki esas soru: "Bu tür vakaların incelenmesinin ardından elde edilen sonuçlardan, çaprazlamanın neden gerçekleştiğine dair bir çıkarım yapılabilir mi?" olmaktadır. Özellikle buna benzer araştırmalar esas sorunun yanıtını bulmak için oluşturulmuş olsa dahi, şimdiye kadar destekleyici bir yanıtın bulunamadığını da belirtmekte fayda var. Bu yaklaşımların yetersiz kaldığı ya da tam olarak sorunun derinine inilemediği durumlarda da farklı bakış açılarına ihtiyaç duyulmaktadır. Onlardan biri de elbette evrim kuramıdır.

Bu alanda belirli incelemeler yapan bilim insanları, birçok fikir ortaya atarak çaprazlamanın nedenlerini bulmak için çaba harcamıştır. Araştırmalar sonucunda oluşturulan açıklamalardan biri de herhangi bir tehdide maruz kalan omurgalı canlıların, daha çabuk harekete geçmelerini sağlayan ana unsurun nöronların çaprazlanmasıyla gerçekleşebileceği üzerinde durulmasıdır. Ancak buna benzer özellik taşıyan birçok açıklamanın ya da hipotezlerin geçerliliğini destekleyebilecek bir argüman henüz bulunamamıştır (Capozzoli, 1995). Evrim ile ilgili üzerinde durulması gereken temel konulardan biri de evrimsel sürecin günümüze yansımasını sağlayan temelin adaptasyon süreci olmasından çok, bir hatayla orta çıktığı düşüncesidir. Bununla ilgili olarak Somatic Twist Theory adı altında bir yaklaşım ortaya çıkarılmıştır. Bu kuram, çaprazlamanın nedenlerine getirdiği farklı açıklamalar sayesinde önemli bir yer edinmiştir.

Yaklaşık 200 yıl kadar önceki süreçte St. Hilaire adlı bir doğa bilimci eklembacaklıları inceleme fırsatı bulduktan sonra belirli çıkarımlarda bulunmuştur. Bu çıkarımlara göre eklembacaklıların karın bölgeleriyle omurgalı canlıların sırt bölgeleri arasında bir benzerlik olduğu saptanmıştır. Yapmış olduğu gözlemler sonucunda bir ıstakozun sinir sistemini ele aldıktan sonra, bir evrim sürecinin gerçekleştiği fikrine kapılmıştır. Bu fikir ise karın bölgesinde bulunan sinir sisteminin (omurgasız canlılar) belirli bir evrim sürecinden sonra sırt bölgesine kaydığı izlenimiyle ilgilidir (Kinsbourne, 2013). Her ne kadar bu yaklaşım ilk aşamada birçok kesim tarafından etkili olarak görülmese de sonraki süreçte birçok bilim insanı çaprazlamanın nedenlerini araştırırken bu fikre referans vermiştir.

Öte yandan, oluşturulan bu kuramın temelinde, vücut yapısının büyük oranda değiştiği ve bu değişime bağlı olarak merkezi sinir sisteminin de bu yapıyla birlikte hareket ederek zaman içerisinde evrildiği fikri ön planda tutulmuştur. Dolayısıyla karında bulunan merkezi sistemin omurgalı canlılar için sırt bölgesine kaydığı düşüncesi vücudun 180 derece değiştiği anlamına gelmektedir. Haliyle böyle bir değişime ayak uydurmak için organizma da bu duruma göre hareket etmek durumunda kalmış ve süreç belirli bir noktaya kadar gelmiştir (Kinsbourne, 2013).

Bilindiği gibi evrimsel işleyişin sona erdiğini söylemek yanlış olacaktır, kısa süre içerisinde gözle görülür bir değişim beklemek pek mümkün gözükmüyor. Ancak araştırmaların boyutları ve fikirlerin de kendi içinde evrildiğini düşünecek olursak muhtemelen yanıtlanamayan birçok soru yanıt bulacaktır. Şimdiye kadar ortaya atılan birçok fikir ve kuramın açıklayamadığı bu gizeme en çok yaklaşan teorilerden biri "Somatic Twist Theory" olmakla birlikte nedenlerin bulunmasına katkı sağlayabilecek, yeni soruları beraberinde getirecek gibi duruyor. Yüzyıllardır nedeni araştırılan bu yaklaşım, labirentin çıkışını bulmak için ipucu gerektiren bir gizeme bürünmüştür. Gelecekte yapılacak araştırmalar ve üretilecek fikirler, bu sırrı açığa kavuşturacaktır.

**Kaynaklar**

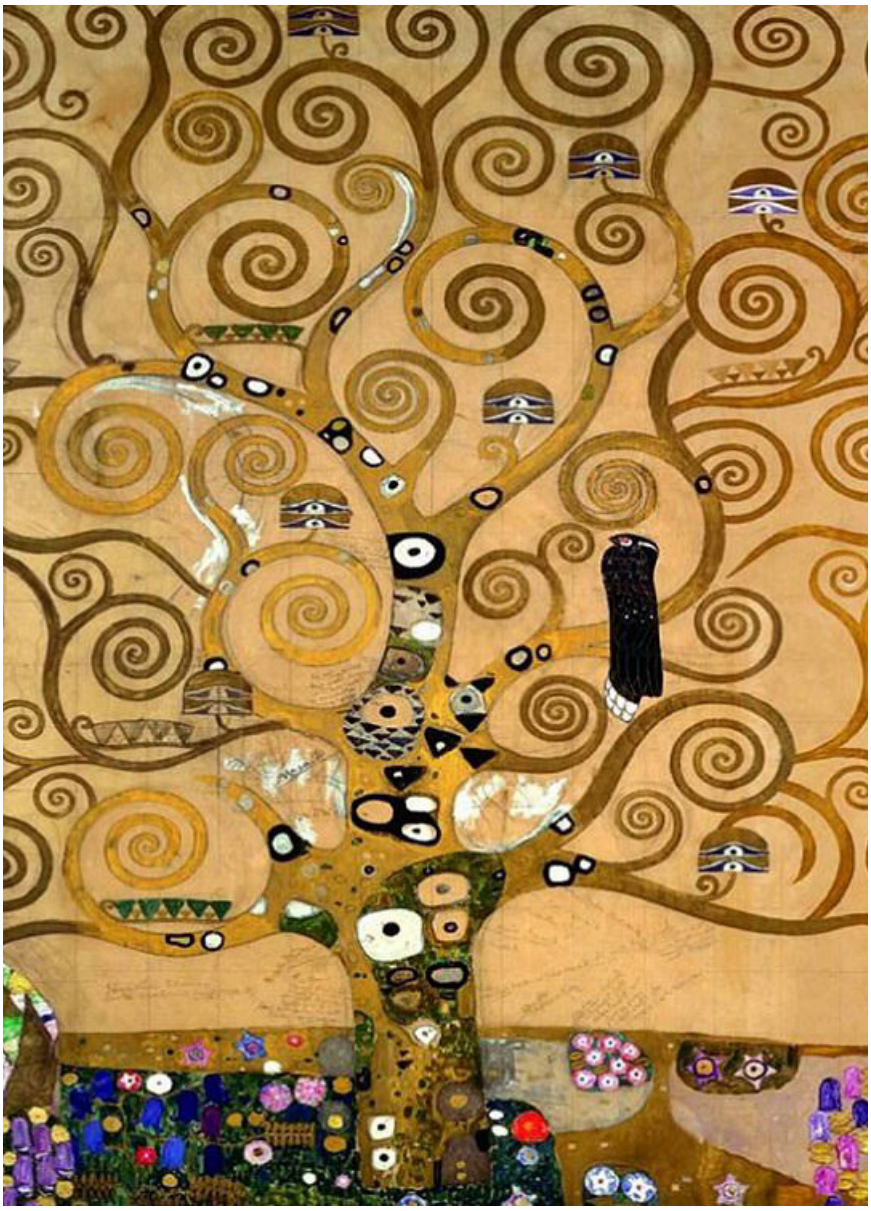
Capozzoli, N. J. (1995). Why are vertebrate nervous systems crossed? *Medical Hypotheses, 45*, 471-475.

Kinsbourne, M. (2013). Somatic twist: A model for the evolution of decussation. *Neuropsychology, 27*(5), 511-515.

Vaidyanathan, S., Hughes, P. L., Soni, B. M., Singh, G. ve Sett, P. (2002). Klippel-Feil syndrome-the risk of cervical spinal cord injury: A case report. *BMC Family Practice, 3*(1).

Vulliemoz, S., Raineteau, O. ve Denis, J. (2005). Reaching beyond the midline: Why are human brains cross wired? *Lancet Neural, 4,* 87-99.

Wiener, N. ve Schade, J. P. (1965). *Cybernetics of the nervous system*. Amsterdam: Elsevier Publishing C.



The Tree of Life (Gustav Klimt, 1905)
Kaynak: gustav-klimt.com

# HAYATTA KALMA BELLEK AVANTAJINA İLİŞKİN NEDENSEL AÇIKLAMALAR

Filiz Sayar
sayar.flz@gmail.com
Cumhuriyet Üniversitesi, Psikoloji Bölümü

Bu yazıda, Nairne ve arkadaşlarının belleğin işlevsel yönü ile hayatta kalma bellek avantajına yönelik nedensel açıklamalarını ele almak ve literatürde bu konuyla ilgili ileri sürülen farklı görüşlere yer vermek amaçlanmaktadır. Böylece, bilişsel psikoloji'de son yılların popüler konusu olan belleğin adaptif yönüyle ilgili çok genel bir bakış sağlanacaktır.

Nairne, Thompson ve Pandeirada (2007), son yıllara insan belleğinin işlevsel ve evrimsel yönüne dikkat çekerek bu konudaki tartışmaların fitilini ateşlemiştir. Bu araştırmacılar insan belleğini evrimsel bakış açısıyla ele almışlardır. Evrimsel bakış açısına göre, hatırlama ya da unutma süreçleri adaptasyon (yani hayatta kalma ve üreme) amacıyla doğaya uyarlanarak evrim geçirmiştir (Klein, Cosmides, Tooby ve Chance, 2002; Sherry ve Schacter, 1987). Nairne ve Pandeirada'ya (2016) göre, evrimsel psikologlar olarak en azından doğanın bizim temel bilişsel donanımımızı şekillendirdiğini kabul etmekteyiz.

Nairne ve arkadaşları (2007), çeşitli senaryolar sunarak yarattıkları hayatta kalma bağlamı ile diğer "derin kodlama" bağlamlarında (kelimelerin olumluluk derecesi, kendini referans alma, taşınma gibi) sunulan test kelimelerini bellek performansı açısından karşılaştırmıştır. Derin kodlama, bilgilerin belleğe kaydedilme sırasında daha fazla çağrışım bağı yaratmasını sağlayan işlemlerdir. Örneğin, kodlama sırasında sunulan kelimelerin olumluluk derecesini değerlendirmek ya da kendini referans alarak bilgileri belleğe kodlamak daha fazla çağrışım yaratarak bilginin daha derin kodlamasına neden olmaktadır.

Nairne ve arkadaşları (2007), araştırmalarının ilk aşamasında, sunulan kelimelerin sunulan senaryolara (hayatta kalma, taşınma ve kelimelerin olumluluk derecesi) ne derece uygun olduklarını değerlendirmelerini istemiştir. Değerlendirme, her bir katılımcının, bilgisayar ekranından gösterilen her bir kelimeyi, deneyin başında araştırmacı tarafından okunan senaryoya ne derece uygun olduğuna dair 1 ile 5 arası bir puan vermesiyle gerçekleştirilmiştir. Değerlendirme aşamasından sonra bu kelimeler için katılımcılara sürpriz bir bellek testi verilmiştir. Sonuçta, hayatta kalma bağlamında kelimeleri değerlendiren katılımcıların, diğer bağlamlarda (taşınma, kelimelerin olumluluk derecesi gibi) bulunan katılımcılardan daha başarılı olduğu görülmüştür. Nairne ve arkadaşlarına (2007; 2008) göre, hayatta kalma, adaptasyona yönelik bilgiyi işlediği ve bellek performansını daha fazla etkilediği için belleğin bilinen en iyi kodlama yöntemlerinden biridir. Hayatta kalmanın sahip olduğu bu bellek avantajı hayatta kalma süreci etkisi olarak tanımlanmıştır.

Evrimsel açıklamalar adaptasyon ile eksaptasyon (exaptation) arasındaki farka işaret etmektedirler. Adaptasyonlar doğal seçilim ile yapılanırken, eksaptasyonlar evrime katkısı olsa da belli bir amaç için doğal seçilimle yapılanmaz. Örneğin, okuma ve yazma diğer evrimleşmiş özellikleri bünyesinde toplayan eksaptasyon örnekleridir. Nairne ve Pandeirada'ya (2016) göre, hayatta kalma bellek avantajı doğal seçilimle şekillenmiş bir adaptasyondur.

Howe ve Otgaar'a (2013) göre ise, hayatta kalma bellek avantajı Nairne ve arkadaşlarının iddia ettiklerinin aksine bu avantajın uyumsal özelliğinden kaynaklanmamaktadır. Hayatta kalma süreci etkisi, güçlü bir bellek süreçleri setine (kodlamada detaylandırıcı zenginlik, ayırt edici süreç, uyarana özgü ve ilişkisel süreç, kendini referans alma süreci gibi) sahip olduğundan dolayı ortaya çıkmaktadır. Howe ve Otgaar'a (2013) göre, adaptasyonla ilgili birçok özellik doğumdan sonra ortaya çıkmaktadır. Örneğin, hayatta kalma etkisinin mekanizmasını açıklayan ayırt edicilik veya detaylandırma etkisi gibi geleneksel belleği güçlendirici süreçler yaşamın ilk yıllarında görülmektedir ve bu gelişimsel örüntü değişmez özelliklere sahiptir.

Benzer şekilde, Kroneisen ve Erdfelder'e (2011) göre, hayatta kalma etkisinin, detaylandırıcı ve ayırt edici bellek süreçlerini davet ettiği için bellek üstünlüğü yaratmaktadır. Bu anlamda, hayatta kalma etkisinin bir eksaptasyon olarak değerlendirilmesi gerektiğini düşünmekle beraber, bu araştırmacılara göre, hayatta kalma etkisinin evrimsel anlamı, onun belleğe olan katkısını açıklayamaz.

Nairne'ye (2014) göre, belleğin evrimsel süreciyle bağlantılı olarak nedensel ve yapısal olmak üzere iki ayrı açıklama sistemi bulunmaktadır. Nedensel açıklamalar, "Bellek niçin evrim geçirmiştir?", "Belleğin evrim geçirmesinin uyumsal sonuçları nelerdir?" gibi sorulara yanıt arayan açıklamaları içermektedir. Yapısal açıklama sistemi ise "nasıl" sorusuna odaklanan, "Bellek nasıl evrim geçirmiştir?", "Hangi bellek süreçleri belleğin evrimsel işlevini yerine getirmektedir?" gibi sorulara yönelik açıklamaları içermektedir. Evrim kuramcıları kafa karışıklığı yaratmamak şartıyla, evrimleşen özelliklerin açıklanmasında her iki açıklama sisteminin de gerekli olduğunu düşünmektedirler. İnsan belleğinin neden seçici olarak adaptasyona yönelik bilgiyle evrimleştiğine (evrimleşiyor olduğuna) dair nedensel açıklamalar yapılmış olsa da, hayatta kalma etkisinin yapısal mekanizmasına ait açıklamaların tartışmalı olduğu görülmektedir (örn., Burns, Burns ve Hwang, 2011; Howe ve Otgaar, 2013). Bu farklı açıklamaların hayatta kalma bellek avantajının bir adaptasyon mu yoksa bir eksaptasyon mu olduğu konusunda farklı görüşlerin varlığından kaynaklandığı düşünülmektedir. Böylece, bu bellek avantajıyla ilgili yapısal açıklamalar da farklılaşmaktadır.

Nairne ve arkadaşları, araştırmacıların belleğin zihinsel bir süreç olarak işlevsel yönünden daha çok, yapısal mekanizmasına odaklanmasını birçok makalede eleştirmektedir (Nairne ve Pandeirada, 2008b; 2010; Nairne, Pandeirada ve Thompson, 2008; Nairne, Thompson ve Pandeirada, 2007). Nairne'ye (2015) göre, Ebbinghaus'tan beri bellek, parçalarına ayrılarak analiz edilmekte ve belleğin nasıl çalıştığına ilişkin bilgiler bu şekilde elde edilmeye çalışılmaktadır. Bu yöntem, tersine tasarım (reverse engineering) olarak adlandırılmaktadır. Oysa, ileriye dönük tasarım

(forward engineering) ile belleğin işlevlerini çevrenin talepleri bağlamında incelemek mümkün olabilir. Diğer bir ifadeyle, işlev ve tasarım arasındaki ilişkiler, bilişsel süreçleri anlamak açısından önemlidir. Nairne'ye (2015) göre, hem tersine hem de ileriye dönük tasarım bilişsel sistemlerin yapısını ve tasarımını anlamak amacıyla gereklidir.

Nairne ve arkadaşlarına göre, belleğin işlevsel olarak nasıl çalıştığına dair yeterli bilgiye sahip değiliz (Nairne ve Pandeirada, 2008b). Bu nedenle, Nairne ve arkadaşları bellek bağlamındaki çalışmalarını hayatta kalma etkisi ile sınırlayarak, nasıl sorusundan çok, neden sorusuna yönelmişlerdir. Başka bir ifadeyle, "Bellek neden evrim geçirmiştir?" ve "Hayatta kalma süreci diğer bellek güçlendirici stratejilere kıyasla neden daha iyi bir bellek performansı yaratmaktadır?" gibi sorular yanıtını bulmak istedikleri sorular arasındadır.

Nairne ve arkadaşlarına göre, eğer bir olay ya da bilgi (örn., yırtıcının görüntüsü, gıdanın yeri gibi bir bilgi) adaptasyon değeri açısından işleniyorsa, hayatta kalma bağlamı açısından bakıldığında o bilgi daha iyi hatırlanmalıdır (Nairne ve Pandeirada, 2008b). Diğer bir deyişle, insan belleği öncelikli olarak problemi çözen ve dolayısıyla adaptasyonu sağlayan bilgiyi işleyen süreçlerin evrimiyle şekillenmiştir. Diğer bir konu, eğer bellek sistemleri seçilim baskılarıyla doğaya uyarlanmışsa, insan belleğinin evrimsel ataların mirasını taşıması gerekmesidir (Nairne ve Pandeirada, 2008b; Nairne, Thompson ve Pandeirada, 2007). Bu, insan belleğinin, doğal seçilim sayesinde adaptasyonu en işlevsel yoldan sağlayan bellek yetilerini kazandığı ve bu yetileri öteki kuşaklara genetik olarak aktardığı anlamına gelmektedir. Diğer bir deyişle, araç gereç yapımı, yırtıcı hayvanlardan korunma, çocuk bakımı, barınma gibi sorunları çözmek için devreye giren bilişsel süreçler, kuşaklar boyunca belleğin evrim sürecinde etkili olmuştur (Kazanas ve Altarriba, 2015). Nairne ve arkadaşlarına göre, evrimsel ataların adaptasyonunu sağlayan bu süreçler bugün modern insanın adaptasyonu için de geçerlidir (Nairne, 2014; 2015; Nairne ve Pandeirada, 2008b; Nairne, Pandeirada ve Thompson, 2008).

Nairne, Vasconcelos ve Pandeirada (2011), araştırmacıların bellek süreçlerini çoğunlukla yaygın etki alanı mekanizmalarıyla açıklamalarını eleştirmektedir. Yaygın etki alanı hipotezi (domain-general hypothesis) bellek süreçlerinin bilginin içeriğinden bağımsız olarak, her durum ve materyal karşısında aynı şekilde işlediğini öne süren açıklamalardır. Buna en güzel örnek, hatırlama başarısının kodlama ve geri çağırma zamanındaki koşulların eşleşmesi sonucu arttığını açıklayan transfere uygun bilgi işleme yaklaşımıdır (Morris, Bransford ve Franks, 1977). Bu yaklaşıma göre, genel olarak durumdan ve materyalin ne olduğundan bağımsız olarak aynı bellek prensibi (eşleşme) tüm koşullarda gerçekleşmekte ve bellek başarısını arttırmaktadır.

Diğer yandan, Nairne ve arkadaşları bellek sistemlerinin adaptasyona yönelik bilgiyi işlemeye ve geri çağırmaya uyarlanarak evrim geçirmesini etki alanı belirliliği (domain-specificity) hipoteziyle açıklamaktadır (Nairne ve Pandeirada, 2008a; Nairne ve Pandeirada, 2008b; Nairne, Thompson ve Pandeirada, 2007). Etki alanı belirliliği hipotezine göre, evrim geçirmiş mekanizmalar seçici olarak belli türdeki bilgiyi işlemeye duyarlıyken, diğerlerine duyarlı değildir. Örneğin, çevredeki işitsel uyarıcıları beynin elektrokimyasal diline çevirmek için özelleşmiş işitme sistemi ya da oksijenin kana geçmesini sağlayan akciğerlerden bahsedebiliriz. Aynen, işitsel sistemin ya da solunum sisteminin belli türdeki girdiyi işlemden geçirmesi gibi, bellek sistemlerimiz de adaptasyona yönelik bilgiyi işlemden geçirmeye daha fazla eğilimlidir. Örneğin, hayatta kalmayla ilgili nesneler (yemek, su, yırtıcılar, tıbbi bitkiler gibi), yön bulma, üreme, sosyal ilişkiler (hiyerarşi, sosyal yükümlülüklerin ihlali, yardımseverlik gibi) ve akrabalık sınıflamaları etki alanı belirli süreçler içinde sayılabilir.

Bu bağlamda, Nairne (2014) bellek süreçlerinin etki alanı belirli özelliklere sahip olmakla birlikte, vurgunun özgül içerikten çok, sürece yönelik olduğunu ifade etmektedir. Böylece, adaptasyona yönelik sürecin genelde bağlama özgü (context-specific) olduğunu belirtmekle birlikte, birçok uyarıcının adaptasyona yönelik oluşunun kendinden olmadığı, bağlam temelli olduğu vurgulanmaktadır (Nairne ve Pandeirada, 2010). Örneğin, kürklü bir paltonun kuzey kutbunda hayatta kalma değeri yüksekken, ekvator bölgesinde bu değeri düşecektir. Nairne'ye (2014) göre, hayatta kalma bağlamı, ilgili olsun olmasın, tüm kelimelerin adaptasyona yönelik özelliklerini düşündürdüğünden, içerikten çok sürece odaklanmak, hayatta kalma senaryosuna uygunluğu düşük bulunan sözcüklerin neden daha fazla hatırlandıklarını da açıklamaktadır. Örneğin, "balta" hayatta kalma senaryosuna daha uygun bir kelime iken, "keman" uygunluğu daha düşük bir kelimedir. Nairne ve Pandeirada (2011), uygunluğu yüksek kelime listeleri için de düşük kelime listeleri için de hayatta kalma bellek avantajının görüldüğünü ifade etmiştir. Başka bir ifadeyle, hayatta kalma koşulundaki uygunluğu düşük kelimeler bile diğer koşullardaki (örn., kelimelerin olumluluk derecesi, taşınma gibi) kelimelerden daha çok hatırlanmaktadır.

Bununla birlikte, Nairne ve Pandeirada'ya (2008b) göre, etki alanı belirli bellek mekanizmaları spesifik girdi kriterlerine sahipken, aynı zamanda sadece spesifik ipuçlarıyla aktive olmaktadır. Bu durumda, dürüst olmayanı tespit mekanizması sosyal ilişkilerle, yırtıcıdan kaçınma mekanizması ise yaşamı devam ettirmeyle ilgili süreçleri devreye sokmaktadır. Sonuç olarak, hayatta kalma, çok sayıda etki alanı belirli süreci aktive edebilmektedir.

Aynı zamanda, Nairne ve Pandeirada (2010), bellek sistemlerimizin doğanın seçilim baskılarına uygun olarak uyarlandığından dolayı hayatta kalma bellek avantajının evrimsel ataların önceliklerine (ancestral priorities) duyarlı olabileceğini de düşünmektedir. Burada öncelik kavramını "hazır bulunuşluk" olarak ele alabiliriz. Bu araştırmacılar, evrimsel ataların öncelikleri konusunu insanın bazı uyarıcılara karşı doğuştan bir dikkat yanlılığı ve bilişsel bir hazır bulunuşluk üzerine temellendirmektedir. Literatürde hazır bulunuşluğu açıklayan başka araştırmalar da bulunmaktadır. Örneğin, Öhman ve Mineka (2003) insanlarda ve insan olmayan primatlarda özellikle evrimsel kaynağı olan ve tehlike yaratan uyarıcılara karşı (örümcek, yılan gibi) bilinç kontrolüne gerek olmadan, otomatik korku tepkilerinin verildiğini belirtmektedirler.

Bu konudaki başka bir örnek de, Sell, Cosmides ve Tobby (2014) öfkeli yüz ifadelerinin karşıdakinin gücüne dair bilgi verdiğinden dolayı evrim geçirdiğini ileri sürmektedir.

Öfkeli yüz bize tehdit yaratan güç hakkında bilgi verdiği gibi, bu tehdit yaratan güçle yapacağımız uzlaşmayı da belirlemektedir. Böylece, öfkeli yüz özellikleri evrimsel süreç içinde tehdit edici şeyin gücü (dolayısıyla savaşma yetisi) hakkında ipuçları vererek adaptasyona yönelik sorunların çözümünü sağlamaktadır. Bu anlamda, bellek sistemlerinin adaptasyona yönelik bilgiyi işlemede hazırlıklı ve yanlı oluşu, evrimsel ataların önceliklerinin hayatta kalma bellek avantajı üzerindeki önemli etkisini düşündürmektedir. Böylece, hayatta kalma senaryosunun, evrimsel atalara ait bağlama daha fazla gönderme yaptığından dolayı, modern bağlama kıyasla hatırlama başarısını daha fazla arttırdığı düşünülmektedir (Nairne ve Pandeirada, 2010).

Bu anlamda, etki alanı belirliliği hipotezine göre, bellek evrim geçirdiği koşullara benzer koşullarda en iyi sonucu yaratmaktadır (Soderstrom ve Clearly, 2014). Diğer bir deyişle, hayatta kalma bellek avantajı, ilkel ataların yaşam ortamına gönderme yapan "doğal yaşam" koşulu ile diğer koşullar (modern yaşam gibi) karşılaştırıldığında ortaya çıkmaktadır. Weinstein, Bugg ve Roediger (2008), hayatta kalma paradigmasındaki senaryoların farklı versiyonlarını sunarak, doğal yaşam, şehir yaşamı ve taşınma senaryosu koşuluna katılan katılımcıların bellek performanslarını karşılaştırmıştır. Evrimsel koşullara benzer koşullarda bellek performansının daha yüksek bulunması, etki alanı belirliliği hipotezi ve dolayısıyla ataların öncelikleri görüşünü destekleyen bir sonuç olmuştur. Diğer bir ifadeyle, katılımcılar doğal yaşam koşulunda diğer koşullara göre daha iyi bir bellek performansı göstermiştir.

Literatürde, hayatta kalma etkisinin etki alanı belirliliği hipotezine uygunluğu konusunda farklı görüşler bulunmaktadır. Diğer yandan, yaygın etki alanı hipotezini savunan araştırmacılar, hayatta kalma etkisinin etki alanının belirli özellikte olmadığını ve bu etkinin ortaya çıkması için ilkel atalarınkine benzer bağlamın gerekli olmadığını ileri sürmektedirler. Bu konuyla ilgili önemli bir kanıt Soderstrom ve McCabe'nin (2011) çalışmasından gelmektedir. Evrimsel atalarımızın yaşadığı doğal ortam ile onların hiç karşılaşmadığı modern ortam senaryolarına "zombi" kavramı eklenerek katılımcılara doğal ortam-zombi, şehir-zombi, doğal ortam-yırtıcı ve şehir-saldırgan versiyonlarında senaryolar sunulmuştur. Bu koşullar arasında karşılaştırma yapıldığında, zombilerin tehlike yarattığı durumlarda (yırtıcılara kıyasla) daha yüksek hatırlama puanları elde edilmiştir. Bu araştırmada hatırlama avantajının doğal ortam koşulundan çok, zombi gibi kurgusal yaratıkların olduğu koşullarda görülmesi Nairne ve Pandeirada'nın (2010) evrimsel ataların öncelikleri ve etki alanı belirliliği hipotezine karşıt bir veri olarak ileri sürülmektedir.

Soderstrom ve McCabe'ye (2011) göre, araştırmanın sonucunda zombi senaryolarının bellek avantajı yaratması, evrimsel geçmişteki yırtıcılar gibi zombilerin de insanların hayatta kalmalarını tehdit eden varlıklar olarak görülmesiyle ilişkilidir. Etki alanı belirlilik hipotezinin aksine, zombi senaryoları, doğal ortam senaryolarına kıyasla daha fazla kelimenin hatırlanmasına neden olmuştur. Soderstrom ve McCabe'ye göre, evrimsel ataların önceliklerinin bellek sistemlerimizi şekillendirmediğini iddia etmek yanlıştır, fakat Nairne ve arkadaşlarının evrimsel ataların ortamlarına özgü senaryolarla bunu test etmeye çalışmaları ideal bir yol değildir. Bu anlamda, hayatta kalma bellek avantajı herhangi bir çevreye özgü değildir. Bu konuda, Klein (2013) zombi senaryolarının daha fazla bellek avantajı yaratmasını zombi kavramının kollektif bilinçdışında yer edinecek kadar bilinen kültürel bir figür olmasına bağlamaktadır. Bu anlamda, kodlama aşamasında mevcut materyale kişisel aşinalık, materyalin hatırlanmasında önem teşkil etmektedir.

Diğer yandan, Otgaar, Jelicic ve Smeets (2014), zombi senaryosunun, hayatta kalma senaryosuna kıyasla daha fazla detaylandırılmış olması ve ilişkisel bellek süreçlerini ortaya çıkarması dolayısıyla bellek üstünlüğü yarattığını ileri sürmektedir. Howe ve Otgaar'a (2013) göre ise, zombi senaryosu olağandışı ve ilkel ortamla ilişkili olmayan diğer senaryolar (örn., yabancı bir gezegende seyahat etmek) karşısında aşırı derecede olağandışı bir senaryo olarak hatırlamayı arttırmaktadır. Böylece, hayatta kalma bağlamıyla karşılaştırıldığında, zombi senaryosu daha başarılı bir bellek performansı yaratmaktadır.

Klein da (2013), hayatta kalmanın bellek üzerindeki olumlu etkisi için insanın evrim geçirdiği spesifik bir çevrenin (ilkel atalara özgü) olması gerekmediğini göstermiştir. Katılımcıların bir kısmına Nairne ve arkadaşlarının (2007) standart paradigmasını uygularken, diğer katılımcılara da hangi ortamda olduğuna dair herhangi bir bilgi vermeden hayatta kalmaya yönelik bir senaryo sunmuştur. Bu senaryoda, "Hayatta kalmaya çalıştığınızı hayal etmenizi istiyorum." şeklinde genel bir yönerge bulunmaktadır. Sonuçta, her iki koşulda birbirine benzer bellek performanslarının görülmesi, yaygın etki alanı hipoteziyle tutarlı olarak optimal bir uyuma yönelik bellek performansı için kodlama sırasında ilkel atalara özgü bir ortamın gerekli olmadığı sonucunu ortaya çıkarmıştır.

Nairne'ye (2014) göre, hayata kalma bellek avantajının laboratuvarda çok çeşitli koşullarda görülebilmesi bu avantajın yaygın etki alanına sahip olduğu anlamına gelmemektedir. Örneğin, doğal ortama özgü senaryoların verildiği koşula oranla, zombi senaryolarının verildiği koşulda hayatta kalma etkisinin görülmesi hayatta kalma sürecinin etki alanı belirlilik hipotezi ve ataların öncelikleri görüşlerine karşı bir kanıt olarak görülebilir; fakat hayatta kalma avantajı, sunulan senaryo saldırgandan kaçınma ya da kendini koruma sistemlerini uyardığı takdirde ortaya çıkmaktadır. Zombiler bilindiği üzere saldırgan kurgusal yaratıklardır ve bu bağlamda zombi kavramıyla ilgili senaryoların kendini koruma sistemlerini uyarması sonucu hayatta kalma bellek avantajının görülmesi şaşırtıcı bir bulgu değildir. Başka bir deyişle, Nairne (2014), zombi senaryosunun sunumuyla elde edilen hayatta kalma avantajının ataların öncelikleri görüşüyle çelişkili olmadığını savunmaktadır. Buna göre, saldırgan olarak bilinen zombiler karşısındaki konumumuz, doğal ortamdaki yırtıcılar karşısındaki durumumuza benzemektedir ve bu durum kendini koruma sistemlerini uyarıcı bir etkiye sahiptir. Bu bağlamda, bellek süreçleri daha çok uyuma yönelik koşullarda aktive olduğundan dolayı hayatta kalma bellek avantajını etki alanı belirli olarak düşünülmesi gerekmektedir.

Sonuç olarak, son on yılda, hayatta kalma etkisini farklı açılardan açıklamaya çalışan araştırma sayısı artmıştır ve bu konuda farklı bilimsel tartışmalar hala varlığını sürdürmektedir. Nairne ve arkadaşları bu konuda yaptıkları zen-

gin yayınlarıyla belleğin neden evrim geçirdiği fikrini çok iyi izah etmektedirler. Diğer taraftan, çelişkili ya da kafa karıştıran açıklamaları da yok denilemez. Örneğin, bellek işlevlerini etki alanı belirliliği hipoteziyle açıklamaları bir yönüyle çelişkili bir açıklama gibi durmaktadır. Eğer bellek bugüne kadar adaptasyona hizmet edecek şekilde işlediyse, işlemeye devam ediyorsa ve insan yaşamının temel amacı (örtük olarak) yaşama adapte olup hayatta kalmak ise, Nairne ve arkadaşlarının iddia ettiklerinin aksine, bellek işlevlerinin yaygın etki alanı hipotezine göre çalıştığını iddia etmek akla daha uygun gibi gelmekt edir. Böylece bu, neden zombi senaryosuyla daha fazla kelime hatırlandığını daha iyi izah edebilir. Eğer, etki alanı belirliliği hipotezi uygun olsaydı, en yüksek hatırlama puanlarının zombi senaryosunda değil, doğal ortam senaryosunda elde edilmesi gerekirdi. Aynı zamanda, Nairne ve arkadaşlarının, hayatta kalma senaryosu verildiğinde, hayatta kalma bağlamına uygunluğu yüksek olan kelimelerin de, düşük olan kelimelerin de (diğer senaryolara kıyasla) daha iyi hatırlandığını ifade etmesi yaygın etki hipotezini destekler görünmektedir. Bu anlamda, neden hayatta kalma senaryosu verildiğinde daha fazla kelime hatırlanıyor sorusuna Nairne ve arkadaşlarının karşılaştırma yapmak için kullandıkları diğer senaryoların (taşınma gibi) hayatta kalma konseptini hayatta kalma senaryosu kadar iyi yansıtamaması olarak eleştirilebilir. Doğada tek başına yaşamak zorunda kalmakla ilgili bir senaryo mu, yoksa bir ülkeden başka bir ülkeye taşınmak zorunda olmakla ilgili bir senaryo mu daha fazla hayatta kalma motivasyonu yaratır konusu tartışılmalıdır. Literatürde, Nairne ve arkadaşlarının bunun gibi başka çelişkilerini de bulmak mümkündür. Bu konu, başka bir makalenin konusu olmalıdır.

## Kaynaklar


Howe, M. L. ve Otgaar, H. (2013). Proximate mechanisms and the development of adaptive memory. *Current Directions in Psychological Science, 22*, 16-22.

Kazanas, S. A. ve Altarriba, J. (2015). The survival advantage: Underlying mechanisms and extant limitations. *Evolutionary Psychology, 13*(2), 360-396.

Klein, S. B. (2013). Does optimal recall performance in the adaptive memory paradigm require the encoding context to encourage thoughts about the environment of evolutionary adaptation? *Memory and Cognition, 41*, 49-59.

Klein, S. B., Cosmides, L., Tooby, J. ve Chance, S. (2002). Decisions and the evolution of memory: Multiple systems, multiple functions. *Psychological Review, 109,* 306-329.

Kostic, B., McFarlan, C. C. ve Cleary, A. M. (2012). Extensions of the survival advantage in memory: Examining the role of ancestral context and implied social isolation. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition, 38*, 1091-1098.

Kroneisen, M. ve Erdfelder, E. (2011). On the plasticity of the survival processing effect. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition, 37*, 1553-1562.

Morris, C. D., Bransford, J. D. ve Franks, J. J. (1977). Levels of processing versus transfer appropriate processing. *Journal of Verbal Learning and Verbal Behavior, 16*, 519-533.

Nairne J. S. (2014). Adaptive memory: Controversies and future directions. B. L. Schwartz, M. L. Howe, M. P. Toglia ve H. Otgaar, (Ed.), *What is adaptive about adaptive memory?* içinde (308-321). New York: Oxford University Press.

Nairne, J. S. (2015). Adaptive memory: Novel findings acquired through forward engineering. D. S. Lindsay, C. M. Kelley, A. P Yonelinas ve H. L. Roediger, (Ed.), *Remembering: Attributions, processes, and control in human memory: Papers in honor of Larry L. Jacoby* içinde (3-14).New York: Psychology Press.

Nairne, J. S. ve Pandeirada, J. N. S. (2008a). Adaptive memory: Is survival processing special? *Journal of Memory and Language*, *59*, 377-385.

Nairne, J. S. ve Pandeirada, J. N. S. (2008b). Adaptive memory: Remembering with a stone-age brain. *Current Directions in Psychological Science, 17*, 239-243.

Nairne, J. S. ve Pandeirada, J. N. S. (2010). Ancestral priorities and the mnemonic value of survival processing. *Cognitive Psychology, 61*,1-22.

Nairne, J. S. ve Pandeirada, J. N. S. (2016). Adaptive memory: The evolutionary significance of survival processing. *Perspectives on Psychological Science, 11*(4), 496-511.

Nairne, J. S., Pandeirada, J. N. S. ve Thompson, S. (2008). Adaptive memory: The comparative value of survival processing. *Psychological Science, 19,* 176-180.

Nairne, J. S., Thompson, S. R. ve Pandeirada, J. N. S. (2007). Adaptive memory: Survival processing enhances retention. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition, 33,* 263-273.

Nairne, J. S., Vasconcelos, M. ve Pandeirada, J. N. S. (2011). Adaptive memory and learning. N. M. Seel, (Ed.), *Encyclopedia of the sciences of learning* içinde (118-121) New York, NY: Springer.

Otgaar, H., Jelicic, M. ve Smeets, T. (2014). Adaptive memory: Identifying the proximate roots of the survival processing advantage. *The Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied, 149*(4), 339-355.

Öhman, A. ve Mineka, S. (2003). The malicious serpent: Snakes as a prototypical stimulus for an evolved module of fear. *Current Directions in Psychological Science, 12*(1), 5-9.

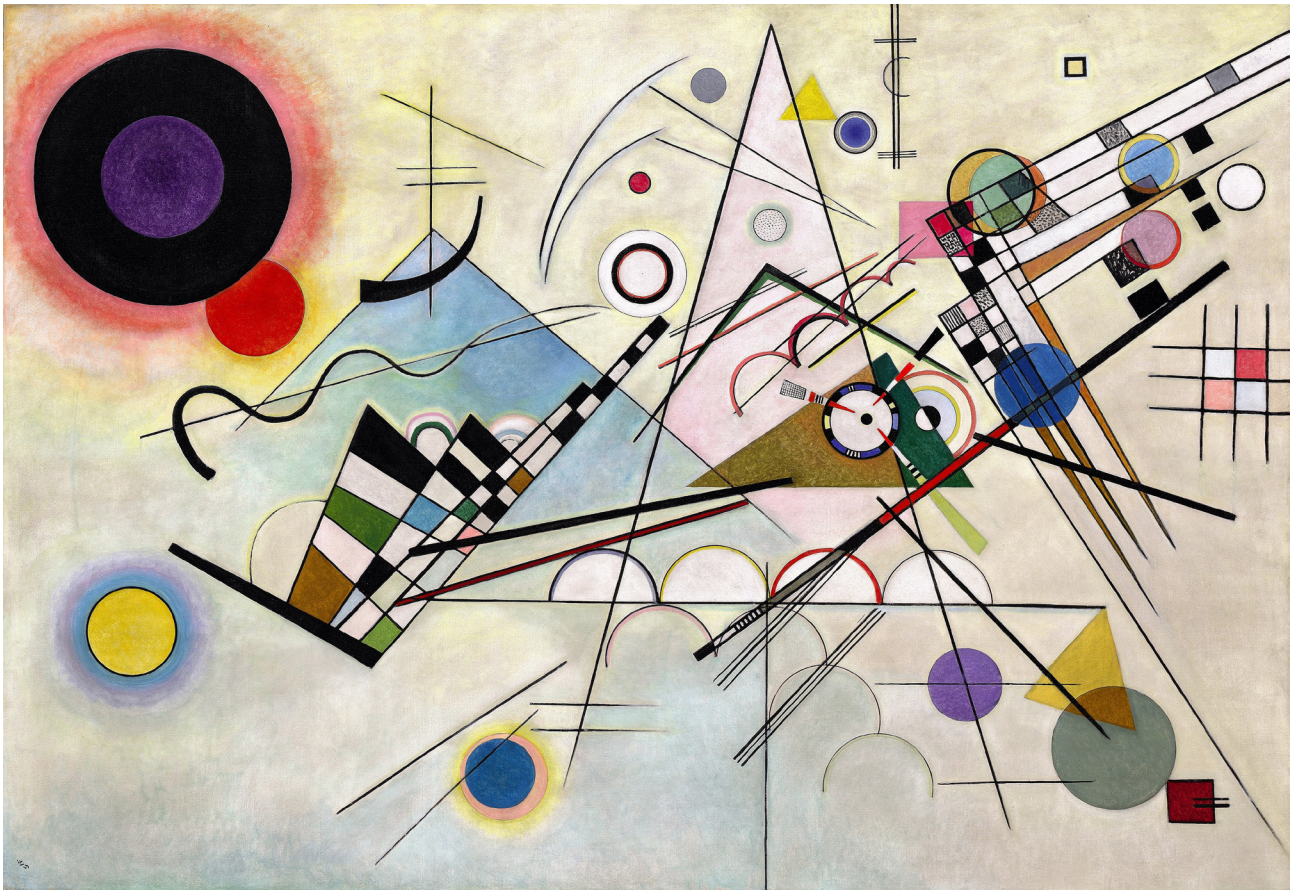
Sell, A., Cosmides, L. ve Tooby, J. (2014). The human anger face evolved to enhance cues of strength. *Evolution and Human Behavior, 35*(5), 425-429.

Sherry, D. F., ve Schacter, D. L. (1987). The evolution of multiple memory systems. *Psychological Review, 94,* 439-454.

Soderstrom, N. C. ve Cleary, A. M. (2014). On the domain-specificity of survival processing advantages in memory. B. L. Schwartz, M. L. Howe, M. P. Toglia ve H. Otgaar, (Ed.), *What is adaptive about adaptive memory?* içinde (110-122). New York: Oxford University Press, 110-122.

Soderstrom, N. C. ve McCabe, D. P. (2011). Are survival processing memory advantages based on ancestral priorities? *Psychonomic Bulletin and Review, 18,* 564-569.

Weinstein, Y., Bugg, J. M. ve Roediger, H. L. (2008). Can the survival recall advantage be explained by the basic memory processes? *Memory and Cognition, 36*, 913-919.



Composition VIII (Wassily Kandinsky, 1923)
Kaynak: guggenheim.org

**Başkent Üniversitesi**
**Fen Edebiyat Fakültesi | Psikoloji Bölümü**
**Eleştirel - Yaratıcı Düşünme ve Davranış Araştırmaları Laboratuvarı**
**Bağlıca Yerleşkesi, Eskişehir Yolu 18. km**
**06790, Etimesgut Ankara**

**Tel: 0312 246 66 66 / 1238**
**Faks: 0312 246 66 30**
**e-posta: pivolka@elyadal.org**

PiVOLKA, üç ayda bir yayımlanan hakemli bir dergidir.
Dergide yayımlanan yazıların tüm sorumluluğu yazarlarına aittir.