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

PiVOLKA

Ocak 2019 | Cilt: 9 | Sayı: 30 | ISSN: 2587-022X

Editörden...

Parçalar ve parçaların oluşturduğu *bütün*. Hem parçaları ve parçalar arasındaki etkileşimi, hem de bütünü anlayabilmek için parça-bütün ilişkisini anlamak gerekir. Gestalt psikolojisinin temelinde yatan bu yaklaşıma göre, Kurt Koffka'nın da belirttiği üzere; *bütün, parçaların toplamından başka bir şeydir*. Parça-bütün ilişkisi, özellikle araştırma biriminin insan olduğu bilim alanlarında öncelikli bir öneme sahiptir. Bilimsel bilgiye ulaşırken parça-bütün ilişkisini gözetmek bilginin doğruluğunu destekleyen bir çaba olarak ön plana çıkmaktadır. Özellikle sosyal bilimlerde, *parça* olan insanı ve *bütünü* oluşturan insanın içinde yaşadığı çevreyi anlamak için insan-çevre ilişkisini aralarındaki etkileşim doğrultusunda incelemek esastır.

İnsanın parçası olduğu çevre fiziksel, sosyal, kültürel, politik ve ekonomik bağlamlar başta olmak üzere çeşitli düzeylerde ele alınabilir. Söz konusu farklı çevreleri birer *sistem* olarak düşünmek de mümkündür. Bu durumda, sistem kuramı yaklaşımında da belirtildiği üzere; her bir sistem, kendini oluşturan parçaların toplamından başka, kendine has bir etki oluşturabilir. Bilimsel çabanın amacı insanı anlamaksa; tam da bu noktada sistemlerin "has" etkilerini incelemenin resmin bütününün ortaya konmasını sağlayan değerli bir çaba olduğunu vurgulamak gerekir. Nitekim; sistem yaklaşımının öncü isimlerinden Ludwig von Bertalanffy'ye göre, sistem kuramı bilimsel düşünüş ve işleyişin düzenlenmesinde önemli bir role sahiptir.

Gerek Gestalt bakış açısıyla parça-bütün ilişkisini, gerekse sistemsel bakış açısıyla sistemlerin kendilerine has etkilerini anlama çabaları olsun; bilimsel düşünüş ve işleyişin uygun yöntemler kullanılarak yapılmasıyla söz konusu çabalar anlamlı hale gelir. Diğer bir deyişle, geçerli ve güvenilir araçlarla resmin bütünü ve sistemlerin etkileri netlik kazanır. Zaten bilimi bilim yapan ve insanlığın gözünde bilimi yücelten bu yöntem güçlülüğü değil midir?

Neden sorusu her şeyi başlatan.. Neden? Bütünün içinde parçayı görebilmek; sistemlerin has etkilerini ortaya koyabilmek. Neden sorusuyla beraber gelen diğer soru ise; nasıl? Bilimsel yöntem ile, geçerli ve güvenilir araçlar ile. Bu iki soru bilimsel eylemin iki bileşeni. Peki, üçüncü bir bileşen var mı? Üçüncü bir soru.. Kim? Bilimi üreten ve gerçekleştiren özneler olarak neden ve nasıl sorularını soran "biz" isek; kim sorusunun neden-nasıl ikilisini tamamlayan bir üçüncü olduğunu unutmamak gerekir. Aksi takdirde, resmin bütününü göremeyiz, değil mi? Resim yapmaya devam. Keyifli okumalar...

Başkent Üniversitesi Adına Sahibi
Prof. Dr. Ali Haberal

Yayın Yönetmenleri
Zuhal Yeniçeri
Canay Doğulu

Yazı İşleri Müdürü
Doğan Kökdemir

Danışma Kurulu
Sinan Alper
Gülce Coşkun Şentürk
Okan Cem Çırakoğlu
Özlem Darcansoy İşeri
Ayşegül Durak Batıgün
Elvin Doğutepe
Aykut Eken
Dilay Eldoğan
Aslıhan Gevrekci
Esra Güven
Nesrin Hisli Şahin
Leman Korkmaz
Nil Korkut
Doğan Kökdemir
Bahar Muratoğlu Pehlivan
Nilay Pekel Uludağlı
Didem Sevük
Deniz Tansel İlic
Sait Uluç
E. Öykü Us
Erkan Yurtcu

30

İçindekiler...

Editörden...	C. Doğulu	1
Edebiyat, Tarih, Siyaset ve Psikoloji Kavşağında Bir Alman'ın Hikayesi: Korku İklimi Örneği	G. Gökçe	2
Nöropsikolojik Değerlendirme ve Nöropsikolojik Testler	E. Doğutepe	5
Kazaların Dünü, Bugünü, Yarını ve Güvensiz Davranışlar	İ. Öztürk	7
Dostoyevski Poetikasının *Cinler* Romanı Çerçevesinde İncelenmesi	H. Babur	12
Kronik Bir Hastalık Olan Multipl Sklerozun Modern Hayatın Vazgeçilmezi Olan Stres ile İlişkisi	E. Fırat	15

EDEBİYAT, TARİH, SİYASET VE PSİKOLOJİ KAVŞAĞINDA BİR ALMAN'IN HİKAYESİ: KORKU İKLİMİ ÖRNEĞİ

Gözde Gökçe
gozdegkce@gmail.com
Ankara Üniversitesi, Psikoloji Bölümü

"Devlet, münferit kişiden, arkadaşlarından kopmasını, sevgilisini terk etmesini, kendi fikirlerinden vazgeçip önüne konan fikirleri benimsemesini, insanları alıştığından farklı bir şekilde selamlamasını, hoşlandığından farklı şeyler yemesini ve içmesini, boş zamanını nefret ettiği birtakım faaliyetler için heba etmesini, bütünüyle reddettiği maceralar için kendisini emre amade kılmasını, geçmişini ve benliğini reddetmesini ve bütün bunları yaparken her an yoğun bir coşku ve minnettarlık göstermesini korkunç tehditler savurarak talep eder." (Haffner, 2018, s. 11-12)

Arka kapak tanıtım yazısında bu sözlerle anlatılmaktadır Sebastian Haffner'in kaleme aldığı "*Bir Alman'ın Hikâyesi - Hatırladıklarım (1914-1933)*" isimli kitap. Nazi döneminin koşullarını hazırlayan politik gelişmeleri ve 1933 yılında Hitler'in Almanya Şansölyesi olarak atanmasının getirdiklerini sıradan bir vatandaşın anıları üzerinden anlatan kitap, tür olarak tarih ve politika alanlarında sınıflandırılsa da bir yandan güçlü bir psikoloji metni vadetmektedir. Tarihsel dönemleri ve bunların etkilerini; belirli olaylar ya da devlet adamlarının biyografileri üzerinden okumaya alternatif olarak, sıradan insanların biyografileri üzerinden okumayı önerdiği gibi psikoloji bilgisinin yalnızca "psikoloji" etiketli yazılardan elde edilemeyeceğini de gözler önüne sermektedir. Nitekim, beşeri anlama ve açıklama uğraşında olan psikoloji bilimi, beşerinin hiçbir bileşeninden uzak olmamalıdır.

Yazara göre kitabın ana konusu bir tür düellodur. Güçlü, muktedir ve merhametsiz bir devlet ile küçük, isimsiz, kim olduğu bilinmeyen münferit bir şahsın karşı karşıya geldiği bir düello. Ancak yazar, Alman İmparatorluğu ile düellosunu yalnızca kendisine özgü bir durum olarak görmez. Sıradan bir vatandaşın benliğini ve onurunu; güçlü, muktedir ve düşman bir devlete karşı savunmaya çalıştığı bu türden bir düellonun aslında mutlak bir izolasyon hâlinde ve kamuoyunun dışarıda bırakıldığı bağlam içerisinde, zamanla gelişip yıllarca sürdüğünü ve dolayısıyla kolektif bir mesele olduğunu ifade eder.

I. Dünya Savaşı patlak verdiğinde henüz yedi yaşında olan Haffner, ilk kez "tarihi hissettiğini" duyumsar. Savaşın Almanya topraklarında hüküm sürmemesi, halktaki etkisinin görece sınırlı olmasına, bu dönemin daha çok coşku ve heyecan hisleriyle yaşanmasına neden olur. Savaş gibi olağanüstü bir dönemde, gündelik yaşam pratiğinde önceden çok fazla duyulmayan kelimeler (örn., ültimatom, seferberlik, ittifak, itilaf) sıklıkla duyulur olmuş; esasında eski olan bu "yeni" kavramlar daha fazla kullanılmaya başlanmıştır. Savaş dönemi; hangi taraftan kaç kişinin öldüğünün çetelesinin tutulduğu bir tür sayı oyunu gibi deneyimlenmiş, bu durum coşku ve merak duygularını körüklemiş, sıradan bir çocuk bile yazarın ifadesine göre fanatik bir şovenist ve "oturma odası cengâveri"ne dönüşmüştür. Bu dönüşüme yol açan unsurlardan biri, sosyopolitik bağlamdan köken alan kolektif duygu iklimidir. Bu iklim, bütün çevreyi doldurmuş, farklı şekillerde yansımış, pek çok kişiyi etkisi altına alarak birlik hissi oluşturmuş, çeşitli nedenlerle bu birlikteliğin dışında kalan kişileri ise sıkıntı ve yalnızlıkla adeta boğmuştur.

Psikolojiden sosyolojiye, antropolojiye, siyaset bilimine, tıpa, hukuka kadar pek çok bilime uzun yıllardır konu olan duygular, öznel oldukları kadar kolektif bir nitelik de taşırlar. Küçük ya da büyük ölçekli gruplarda ortaya çıkan kolektif duygular, o gruptaki bireylerin çoğunluğu tarafından paylaşılır (Stephan ve Stephan, 2000). Cenaze törenlerinde hissedilen üzüntü ve keder, protesto gösterilerinde hissedilen öfke, stadyumlarda taraftarların hissettiği sevinç, üzüntü, öfke gibi duygular kolektif duygu örnekleridir. Kolektif duygular belirli bir olay ya da bağlam temelinde ortaya çıkabileceği gibi, daha geniş ölçekte toplumsal bir nitelik de taşıyabilir. Süreğen ve kapsamlı duyguları yansıtan ve kolektif bir nitelik gösteren duygu iklimi, bir toplumdaki bireylerin birbirleri ile kurdukları ilişkilerden ve toplumdaki sosyopolitik durumdan köken alarak hissedilen duygulardır (de Rivera, 1992).

I. Dünya Savaşı'nın oluşturduğu ve kolektif olarak duyumsanan coşku, merak ve heyecan dönemi, sonucuna anlam verilemeyen bir mağlubiyetle sonuçlanır. Bu yenilginin ardından, savaşa kıyasla güçlü olumlu duygular oluşturmayan devrim dönemine girilir. Yazara göre 1918 Alman devrimi, savaş gibi içerisinde cereyan eden olayların bazı çekmecelere yerleştirilebildiği, basit ve kolay bir şekilde anlaşılabilecek bir olgu sunmamıştır. Devrimin krizleri, silahlı çatışmaları, darbeleri, gösteri yürüyüşleri vardır ve tüm bunlar insanın aklını karıştırır. Asıl meselenin ne olduğu belirgin değildir ve insanlarda heyecan uyandırmaz. 1923 yılına gelindiğinde ise, büyük bir vatansever coşku yeniden ortaya çıkar. Fransa başbakanı Poincare, Rurh Havzasını işgal ettiklerini söylemiştir ve Alman hükümeti halkı pasif direnişe çağırır. İşgal, halk tarafından somut bir şekilde duyumsanmasa da savaş döneminin ölü sayıları üzerinden oynanan oyunu, yerini ekonomi üzerinden oynanan yeni bir sayı oyununa bırakır. Doların yükselişi ve markın önemli düzeyde değer kaybetmesi, gündelik sohbetin en önemli gündem maddesi hâline gelir; ticaret oyununu kıvrakça oynayanların zenginlikleri artarken ve bu grupta baskın duygu sevinç olurken, ticaret oyununda yer al(a)mayanlar acı, çaresizlik ve yoksulluk çeker. Yazara göre o dönemde aşk bile enflasyonist bir karaktere bürünür; hızlı, kaygısız, aceleci yaşanan aşklar artarken, romantizm yerini kinizmin baskın olduğu ilişkilere bırakır. 1924-1929 arasında Stresemann'ın dış işleri bakanı olduğu, ancak esasında Almanya'nın iç ve dış tüm politikasını belirlediği "Stresemann Dönemi" yaşanır. Bu dönem, yazara göre Almanya'nın yaşadığı tek gerçek barış dönemidir. Barışa ilişkin kavramsallaştırmalardan da bilindiği üzere kapsamlı bir barış, yalnızca silahlı çatışmaların olmadığı negatif barış anlamına gelmez. Barış dönemlerinin ilk aşaması negatif barış olsa dahi, tüm insanlar için temel

ihtiyaçların karşılandığı ve hakların geçerli olduğu; sosyal, etnisiteye dayalı, cinsiyete bağlı, ekonomik ve ekolojik eşitsizliklerin giderildiği düzenlemeleri içeren, eşit bir sosyal düzenin sağlanması anlamına gelen pozitif barış da oldukça önemlidir (Galtung, 1985; Wagner, 1988). Pozitif ve negatif barışın görece birlikte var olduğu, huzur ve güven oluşturan Stresemann Dönemi, tahmin edilenin ötesinde birtakım kolektif durumlar yaratır. Yazara göre, süreğen şekilde çalkantılara maruz kalan Alman nesli; kendi başına nasıl yaşandığını, küçük kişisel hayatın nasıl büyük, güzel ve yaşamaya değer hâle getirileceğini hiçbir zaman öğrenmemiştir. Bu nedenle, sosyopolitik alandaki gerilimin ortadan kalkmasını ve kişisel özgürlüklerin geri gelmesini bir hediye değil, mahrum bırakma olarak duyumsamıştır. Ancak, geç de olsa yaşamayı öğrenen, kendi hayatından zevk alan, savaş ve devrim oyunlarının boyunduruğundan kendini kurtararak birer şahsiyet hâline gelen kişiler de vardır. Bu kişilerin, aynı zamanda diğer milletlere daha az önyargılı olduğu, onlara daha çok ilgi duyduğu; farklılıkların renklilik olarak algılanmasıyla daha renkli ve zengin bir dünyanın varlığından keyif aldığı görülmektedir. O dönemde bazı gruplarda görülen bu durum, psikoloji alanında iyi oluş diye ifade ettiğimiz olgunun sosyal ve toplumsal yönünü akla getirmektedir. Toplumun bir parçası olduğunu hissetme, toplumu oluşturan insanlarla ortaklıkları bulunduğuna dair düşünce ve hisler, toplumu oluşturan diğer insanların iyi olma potansiyeli taşıdıklarına inanma ve onlara güvenme, geleceğe dair umutlu olma sosyal iyi oluşun önemli unsurlarıdır (Keyes, 1998). Sonraki yıllarda Almanya halkını Nazi olanlar ve olmayanlar şeklinde ikiye bölen çatlak, sosyal/toplumsal iyi oluş üzerinden de sınıflandırılabilmekte; 1930'lu yıllarda ise yaratılan korku ikliminin bu ayrımı derinleştirdiği görülmektedir.

1930'larda sayı oyunlarının yeniden başladığı görülür. Bu seferki sayı oyunu; kısa aralıklarla yapılan seçimler, partilerin aldıkları oylar, kazandıkları sandalyeler üzerinden gündeme gelir. Siyaset, gündelik yaşamın her alanına etki etmeye başlamış; anlaşmazlıklar, gerilim ve nefret potansiyeli artmış; toplumdaki insanlarda devamlı politika düşünme mecburiyeti ortaya çıkmıştır. Baskısını giderek hissettirmeye başlayan Nazi dönemini, korku iklimi çerçevesinde okumamız mümkündür. Korku iklimi en temelde toplumdaki insanların birbirlerinden izole olmasına, güvensizliğin artmasına, toplumdaki taraf ya da grupların birbirlerini gayrimeşrulaştırmasına, işbirliğine dayalı eylemlerin azalmasına, düşüncelerin ifadesinin sınırlandırılmasına ve ideallerin sorgulanmasına yol açmaktadır (Bar-Tal, Halperin ve de Rivera, 2007; de Rivera, 1992). Nitekim, sonrasında yaşanan gelişmeler, korku ikliminin bu etkilerini çarpıcı şekilde gözler önüne serecektir.

1 Nisan 1933 tarihi, korku ikliminin yüksek sesli ilk işareti gibidir. O tarihten itibaren Yahudilere ait işyerlerinin boykot edileceği ilân edilmiştir. Bu ilândan sonra hissedilen dehşet duygusu ve kısık da olsa çıkarılan sesler, alınan kararların bazılarından vazgeçilmesine yol açmış; ancak tartışmaların odak noktasını oluşturması gereken antisemitizm yerine, olguları dar kalıplara sıkıştırma ve odak noktasını değiştirme amacının bir yansıması olarak "Yahudi sorunu" tartışılmaya başlanmıştır. "İffetli", "iyi" Yahudiler elbette vardır, ancak onlarla diğerleri arasında ayrım yapmak gerekir; ayrıca, Yahudi çoğunluğu bilim, sanat ve tıp alanlarını "yabancılaştırmıştır" ve dolayısıyla "milli"lik zarar görmektedir. Bir süre sonra Yahudiler'e ait yerlerden alışveriş yasağı kalkar, bu dükkânların önünde artık emniyet güçleri beklemez, ancak buralardan alışveriş yapanlar "vatan haini" olarak adlandırılır. Yahudi memurlar, doktorlar, avukatlar ve gazeteciler işten çıkarılmıştır ama bu kanunlara uygun olarak gerçekleştirilmiştir. Zamanla yaşamın her alanı Naziler tarafından zapt edilir. Siyasi partiler aktif olarak işlev göstermemeye başlamış, entelektüel ve aydınlar ya yurtdışına gitmiş ya da toplama kamplarına gönderilmiş ve "vatan haini" olarak nitelendirilmiş (ironiktir ki, Türkiye'de psikoloji biliminin akademide ortaya çıkışına bu "vatan haini" akademisyenler öncü olmuştur), edebiyat "edebi" niteliğini yitirirken kan ve toprak edebiyatı yaygınlaşmış, bazı gazete ve dergiler yayınlarını durdurmuş veya Nazi partisi yayın organına dönüşmüş, herkes birbirinin Gestaposu hâline gelmiştir. Tüm bu gelişmeler Blanco ve arkadaşlarının (2016) bireysel "yaralar"a eşlik eden sosyal "yaralar" önermesinin tipik bir örneğidir: sosyal yaşamın bozulması, kutuplaşma, güvensizlik ve şüphenin hâkim olduğu ilişkiler, eşitsizlik ve adaletsizliği meşrulaştırma, siyasi yaşam ve sosyal yaşama katılımda korkunun başrol hâline gelmesi, ideoloji kisvesi altında gerçeklerin saklanması, olağandışının normal hâle gelmesi, katı ve basit kalıpyargılara saplanıp kalma...

Sosyopolitik yapıdaki tüm bu makro gelişmeler, etkisini mikro düzeyde de gösterir. Yazar bu dönemi şöyle ifade eder:

> *"Benim yaşadığım dünya çözülüyor, yok oluyor, görünmez hale geliyordu, her gün, büyük bir doğallıkla ve çıt çıkarmadan. Neredeyse her gün ondan bir parçanın daha kaybolduğunu, yitip gittiğini görüyorduk. O parçayı bulmak için her yere bakınıyorduk ama yerinde yeller esiyordu artık. Ben bu kadar tuhaf bir süreci bir kere daha yaşamadım. Sanki üzerinde durduğumuz zemin sürekli olarak ve önlenemez şekilde ufalanıyor, ayaklarımızın altından kayıp gidiyor gibiydi... Sanki ciğerlerimize çekeceğimiz hava, düzenli ve sürekli olarak bir yerlerden emiliyor ve yok ediliyordu."* (Haffner, 2018, s. 172)

Yaşamın pek çok boyutundaki bu yok olmayı veda olarak nitelendiren yazar; bu vedaların insanın yaşamını kasvetli hâle getirdiğini, genel kamusal havanın güzel kokularını ve rayihalarını kaybetmesinin son derece rahatsız edici olduğunu söyler. Ancak, korku ikliminin bireysel etkileri varoluşa da ciddi tehdit oluşturur. Haffner; ait olma, bütünleşme, ideallerine uygun yaşam sürme, geleceğe yönelik tasarı oluşturabilme gibi önemli ihtiyaçların karşılanmasının nasıl engellendiğini gözler önüne serer:

> *"İnsan bir anda bir sans-patrie (vatansız) oluverir; gölgesiz, arka planı olmayan, en fazla bir yerde olmasına müsaade edilen biri. Ya da eğer manevi ilticanıza maddi olanı da kendi iradenizle eklemez ya da iradeniz dışı eklemekten vazgeçerseniz tamamen vatansız kalırsınız, kendi vatanınızda sürgün durumuna düşersiniz."* (Haffner, 2018, s. 196)

Korku ikliminin en net ve çarpıcı örneklerinden biri olan Nazi dönemi Alman İmparatorluğu, psikososyal sağlığın ya da iyi oluşun yalnızca bireyle ilgili bir olgu olmadığını gösterir. Martin-Baro'nun da önerdiği gibi psikolojik sağlık ya da bozuklukları ele alırken, bazen grubu, bazı durumlarda aileyi, kurumları ve tüm toplumu etkileyen sosyal, kişilera-

rası ve gruplararası ilişkileri göz önünde bulundurmalıyız (Martin-Baro, 2003; akt., Blanco ve ark., 2016). İnsanlaştırıcı ya da yabancılaştırıcı toplumsal ilişkiler, hem kolektif hem de bireysel sorunlara ve işlevselliğe etki eder.

Kaynaklar

Bar-Tal, D., Halperin, E. ve de Rivera, J. (2007). Collective emotions in conflict situations: Societal implications. *Journal of Social Issues, 63*(2), 441-460.

Blanco, A., Blanco, R. ve Díaz, D. (2016). Social (dis) order and psychosocial trauma: Look earlier, look outside, and look beyond the persons. *American Psychologist, 71*(3), 187-198.

de Rivera, J. (1992). Emotional climate: Social structure and emotional dynamics. K. T. Strongman, (Ed.), *International review of studies on emotion* içinde (2. cilt, s. 197-218). Oxford, England: John Wiley & Sons.

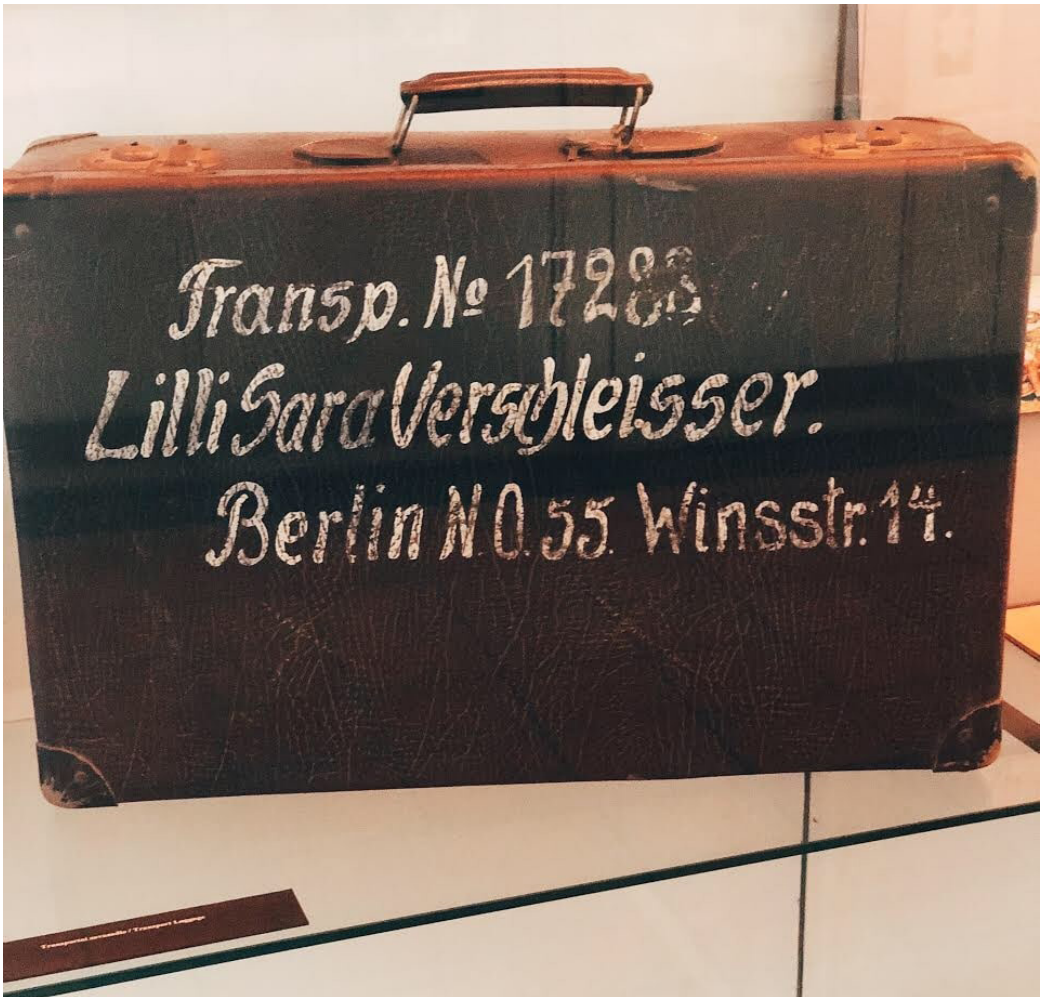
de Rivera, J., ve Páez, D. (2007). Emotional climate, human security, and culture of peace. *Journal of Social Issues, 63*, 233-253.

Galtung, J. (1985). Twenty-five years of peace research: Ten challenges and some responses. *Journal of Peace Research, 22*, 141-158.

Haffner, S. (2018). *Bir Alman'ın hikayesi – hatırladıklarım (1914-1933)*. (H. Demirel, Çev.). İstanbul: İletişim Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 2000).

Stephan, W. G. ve Stephan, C. W. (2000). An integrated threat theory of prejudice. S. Oskamp, (Ed.), *"The Claremont Symposium on Applied Social Psychology" Reducing prejudice and discrimination* içinde (s. 23-45). Mahwah, NJ, US: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

Wagner, R. V. (1988). Distinguishing between positive and negative approaches to peace. *Journal of Social Issues, 44*(2), 1-15.



Jewish Museum, Josefov, Prag (Gözde Gökçe, 2018)

NÖROPSİKOLOJİK DEĞERLENDİRME VE NÖROPSİKOLOJİK TESTLER

Elvin Doğutepe
elvind@baskent.edu.tr
Başkent Üniversitesi, Psikoloji Bölümü

Nöropsikolojik Değerlendirme

Nöropsikoloji, bilişsel/duygusal davranışlar ile beyin yapı ve süreçleri arasındaki ilişkiyi ele alan disiplinler arası bir uzmanlık alanıdır. Beyinde oluşan bozukluk ve hastalıklarla zihinsel ve davranışsal olayların ilişkilerinin ortaya konmasını içeren faaliyetler bütünü ise "nöropsikolojik değerlendirme" olarak tanımlanır (Karakaş, Erdoğan Bakar ve Doğutepe Dinçer, 2013).

Nöropsikolojik değerlendirmenin yapılması için farklı amaçlar olabilir (Erdoğan Bakar, 2010; Karakaş, Erdoğan Bakar ve Doğutepe Dinçer, 2013). Temel nöropsikolojide, beyin ve zihnin nasıl bir ilişki içinde olduğu konusunda araştırmalar yapılır; ilke ve kuramlar geliştirilir. Bu hedef doğrultusunda yapılan bilimsel araştırmalar için zihinsel olayların sayısallaştırılması konusunda nöropsikolojik değerlendirmeden faydalanılır. Uygulamalı nöropsikolojide ise tanı koyma, tedaviyi belirleme, hastayı izleme ve tedavinin etkililiğinin değerlendirilmesi, rehabilitasyonun planlanması, cerrahi müdahalenin planlanması ve değerlendirilmesi, adli içerikli alanlarda bilgi toplama gibi amaçlarla nöropsikolojik değerlendirmeye başvurulur.

Nöropsikolojik değerlendirmenin belirli aşamaları bulunur. Öncelikle, değerlendirilecek kişi hakkında bilgi toplanır, bu kişi ile görüşme yapılır ve bu bilgiler ışığında bozukluk veya hastalık konusunda hipotezler oluşturulur. Görüşme, kişinin doğrudan kendisi ve/veya bilgi verecek diğer kişiler ile yapılabilir. Örneğin; çocuk için ebeveyn, öğretmen; yaşlı için bakım veren kişi gibi kişilerle görüşme yapılabilir. Görüşme sırasında bozukluk hakkında bilgi almanın yanı sıra, kişi ile yapılan görüşmelerde, gözlemler de önem taşır. Kişinin öz bakım becerileri, göz teması, duygusal durumu ve kullandığı sözcükler, yapılabilecek gözlem alanlarındandır.

İkinci aşamada, görüşmede oluşturulmuş olan hipotezler doğrultusunda, uygun nöropsikolojik testlerin seçilmesi, test bataryası oluşturma ve testlerin uygulanması, puanlanması ve yorumlanması yer alır. Nöropsikolojik testlerin seçiminde yapısal bozukluklar veya bilişsel bozukluklar temel alınabilir. Yapısal bozukluklar temel alınıyorsa örneğin frontal bölge faaliyetine duyarlı olan testlerden bir batarya oluşturulabilir. Bilişsel bozukluk temel alınıyorsa örneğin dikkat testlerinden oluşan bir grup testin uygulanması tercih edilebilir. Bazı durumlarda ise, belli bir bozukluğa özgü olarak hazırlanmış test bataryaları mevcuttur; örneğin Özgül Öğrenme Bozukluğu (ÖÖB) için geliştirilmiş olan batarya kullanılmaktadır (Karakaş, Erden, Erdoğan Bakar ve Doğutepe, 2017). Testlerin uygulanmasının ardından elde edilmiş olan bilgiler ile bir rapor yazılır ve bu rapor kişiyi takip eden uzmanlar ile paylaşılır. Söz konusu raporların hastanın kendisi ile paylaşılmaması esastır; çünkü raporlarda daha bilimsel bir dil kullanılır ve ifadeler hastanın kafasının karışmasına, yanlış çıkarımlarda bulunmasına neden olabilir. Bununla birlikte, değerlendirme süreci bittiğinde mutlaka hasta ile bir görüşme yapılıp hastaya değerlendirmenin sonuçları ve bundan sonra sürecin nasıl işleyeceği hakkında bilgi verilmelidir.

Nöropsikolojik Testler

Nöropsikolojik testler sayesinde zihinsel işlevler sayılar ile eşleştirilir, yani ölçülür. Ancak tüm ölçme araçlarında olduğu gibi nöropsikolojik testlerin de sahip olması gereken bazı özellikler bulunur. Uluslararası yazında kullanılan bir testin ülkeye standardizasyonu yapılacaksa *çeviri ve uyarlama* ilk basamaktır. Uyarlama; testin, çevirildiği dilin konuşulduğu toplumun kültürüne uygun hale getirilmesidir. Daha sonra uygulama ve puanlama işlemlerinin standart hale getirilmesi için *standart yönergeler* oluşturulur. Bu yönergelerde testin uygulanışında söylenecek sözler, puanlama için belirlenen kurallar ayrıntılı bir şekilde belirtilir. Testin ölçmeyi amaçladığı şeyi gerçekten ölçüp ölçmediğini değerlendirmek amacıyla *geçerlik* çalışmaları; ölçtüğü şeyi ne derece tutarlı ölçtüğünü değerlendirmek amacıyla *güvenirlik* çalışmaları yapılır. Testin kullanılacağı hedef kitle için norm değerlerini belirlemek amacıyla *norm* çalışmaları yapılır. Norm çalışmalarında, nihai testin uygulamalarının değerlendirilmesi sırasında kullanılacak olan puanların ortalama ve standart sapma değerleri belirlenir. Güvenirlik ve norm çalışmaları, geçerlik çalışmalarına kıyasla daha az sayıda araştırma ile tamamlanabilir. Testin içeriğine ve amacına uygun olan güvenirlik belirleme tekniklerinin kullanıldığı çalışmalar iki-üç farklı örneklemden/araştırmadan elde edilen veriler ile gösterilebilir. Norm çalışmaları ise, hedef popülasyonu içeren örneklemler (örn., çocuklar, ergenler, yetişkinler, belirli bir tanı grubu, vb.) ile yapılan sınırlı sayıda çalışma ile tamamlanabilir. Geçerlik çalışmaları ise, daha fazla örneklemin (sağlıklı ve klinik) kullanıldığı, dolayısıyla daha fazla araştırmanın yapıldığı görece uzun soluklu bir aşamadır. Yeni kuramların geliştirilmesi, yeni bozuklukların keşfi, ilişkili yeni testlerin geliştirilmesi ile mevcut testin geçerliği devamlı olarak değerlendirilebilir. Yazında olmayan yeni bir test geliştirilecekse çeviri ve uyarlama dışındaki tüm basamaklar yine gerçekleştirilir. Bunlara ek olarak, testin bir deneme çalışması yapılarak nihai teste dahil olacak test maddeleri için madde analizi yapılır.

Uluslararası yazında sıklıkla kullanılan ve ülkemize standardizasyonu yapılmış olan testlerden bazıları Bilişsel Potansiyeller için Nöropsikolojik Test (BİLNOT) Bataryası'nda bulunmaktadır. BİLNOT Bataryası'nın çıkış noktası Karakaş ve Başar'ın (1993) yürütücülüğünü yaptığı bir TÜBİTAK projesidir. Yaklaşık 25 yıldır üzerinde çalışılan bu bataryadaki testler ile ilgili yüzlerce araştırma/tez yapılmış, bu testlerin kullanımıyla ilgili yüzlerce uzmana eğitim verilmiş ve bu testlerle yüzlerce hasta değerlendirilmiştir.

BİLNOT kapsamında bulunan *Stroop Testi TBAG Formu* frontal bölge faaliyetine duyarlı bir dikkat testidir. Bu test, uluslararası yazında dikkatin "altın standardı" olarak kabul edilmektedir (Mac Leod, 1991). Stroop Testi, daha özel

olarak odaklanmış dikkat, tepki ketlemesi, bozucu etkiye direnç ve bilgi işleme hızını ölçmektedir. Dikkati ölçen diğer bir test, sağ hemisfer ve parietal lob faaliyetlerine duyarlı olan *İşaretleme Testi*'dir. İşaretleme Testi daha özel olarak sürekli dikkat, görsel-mekânsal algılama, görsel tarama, ataklık, tepki hızı ve mekânsal ihmali ölçmektedir. *Görsel-İşitsel Sayı Dizileri Testi B Formu* da kısıtlı kapasite sistemlerini (dikkat ve kısa süreli bellek) ölçen hipokampus ve prefrontal bölge faaliyetlerine duyarlı olan bir testtir.

Bellek değerlendirmesi için kullanılan testler arasında temporal lob, hipokampus, limbik sistem yapıları ve frontal lob faaliyetine duyarlı olan *Sayı Dizilerini Öğrenme Testi* bulunur. Bu test öğrenme ve kısa süreli bellek değerlendirmeleri için kullanılır. *Wechsler Bellek Ölçeği Geliştirilmiş Formu* da aynı beyin yapılarına duyarlıdır ve belleği; sözel-görsel, anlık-gecikmeli olarak ölçer. Öğrenme ve belleği daha ayrıntılı bir şekilde ölçen test *İşitsel-Sözel Öğrenme Testi*'dir. Bu test sol hemisfer, mesial temporal lob, Wernicke ve Broca alanları, hipokampus ve frontal lob faaliyetlerine duyarlıdır. Ölçtüğü bilişsel süreçler ise kısa süreli bellek, uzun süreli bellek, serbest hatırlama, tanıyarak hatırlama, geriye ve ileriye ket vurma ve çeldirici etkisidir. Örtük öğrenme ve örtük bellek ise basal gangliyonların faaliyetine duyarlı olan *Kelime Kökü Tamamlama Testi* ile ölçülür.

Görsel-mekânsal algılamayı ölçmek için bataryada sağ hemisfer ve parietal lob faaliyetlerine duyarlı olan *Çizgi Yönünü Belirleme Testi* bulunmaktadır. Yine aynı beyin bölgeleri ve ayrıca yaygın beyin alanlarının faaliyetlerini ölçen *Raven Standart Progresif Matrisler Testi*; görsel-mekânsal algılamanın yanında kategori değiştirebilme, çalışma belleği, soyutlama ve irdeleme ve ayrıca genel yeteneği ölçmektedir. *Mangina Testi* ise görsel-mekânsal algı yanında analitik-özgül görsel algılama yeteneğini ölçen frontal bölge faaliyetine de duyarlı bir testtir.

BİLNOT Bataryası'nda yüksek zihinsel işlevler *Wisconsin Kart Eşleme Testi* ve *Üst Biliş Testi* ile değerlendirilmektedir. Her iki test de frontal bölge faaliyetini değerlendirir; Üst-Biliş Testi, üst-bilişi yani kişinin zihinsel süreçlerine ait bilgisini değerlendirir. Wisconsin Kart Eşleme Testi ise soyut düşünme, karmaşık dikkat gibi yönetici işlevleri yani üst düzey zihinsel süreçleri ölçer. (Testler ile ilgili ayrıntılı bilgi için bkz. Karakaş ve Doğutepe Dinçer, 2011; Karakaş, Erdoğan Bakar ve Doğutepe Dinçer 2013).

Bilim için ölçme, vazgeçilemez bir önkoşuldur. Nöropsikoloji alanında yapılan ölçme için ise nöropsikolojik testler kullanılır. Gerek temel gerekse uygulamalı nöropsikoloji için yapılacak değerlendirmelerde uygun testler seçilmeli ve bu testler, eğitim almış uzmanlar tarafından uygulanmalıdır.

Kaynaklar

Erdoğan Bakar, E. (2010). Nöropsikolojik değerlendirme. E. Işık ve U. Işık, (Ed.), *Psikiyatrik belirtili bedensel bozukluklar* içinde (s. 525-550). İstanbul, Türkiye Tümay Baskı ve Reklam Hizmetleri AŞ.

Karakaş, S. (1996). Nöropsikoloji bilimi: Tanımı, faaliyet alanları, ülkemizdeki durumu. *Türk Psikoloji Bülteni, 2*(4), 21-26.

Karakaş, S. ve Başar, E. (1993). *Nöropsikolojik değerlendirme araçlarının standardizasyonu, nöropsikolojik ölçümlerin elektrofizyolojik ölçümlerle ilişkileri*. Proje No: TÜBİTAK-TBAG 17-2.

Karakaş, S. ve Doğutepe Dinçer, E. (Ed.). (2011). *BİLNOT bataryası el kitabı: Nöropsikolojik testlerin çocuklar için araştırma ve geliştirme çalışmaları: BİLNOT-Çocuk*. İstanbul: Nobel Tıp Kitapevleri.

Karakaş, S., Erden, G., Erdoğan Bakar, E. ve Doğutepe, E. (2017). *Özgül öğrenme bozukluğu genişletilmiş nöropsikometri bataryası el kitabı (ÖÖB-GNP BATARYASI)*. Konya: Eğitim Yayınevi.

Karakaş, S., Erdoğan Bakar, E. ve Doğutepe Dinçer, E. (2013). *Nöropsikolojik testlerin yetişkinler için araştırma ve geliştirme çalışmaları: BİLNOT-Yetişkin*. Konya: Eğitim Yayınevi.

MacLeod, C. M. (1991). Half a century of research on the Stroop Effect: An integrative review. *Psychological Bulletin, 109*, 162-203.

KAZALARIN DÜNÜ, BUGÜNÜ, YARINI VE GÜVENSİZ DAVRANIŞLAR

İbrahim Öztürk
ibrahmoztrk@gmail.com
Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Psikoloji Bölümü

Kazalar hayatımızın her aşamasında irili ufaklı olarak ve birçok açıdan farklı şekillerde meydana gelmektedir. Kimi zaman çalışma ortamımızda, kimi zaman trafikte seyir halindeyken gerçekleşen kazalar; Sağlık ve Güvenlik Dairesi (Health and Safety Executive, b.t.) tarafından planlanmamış, insanlara veya çevreye zarar veren olaylar olarak tanımlamaktadır. Ayrıca, Türk Dil Kurumu'nun (b.t.) tanımında ise kaza "can veya mal kaybına, zararına neden olan kötü olay" olarak geçmektedir. Bu tanımlara dikkatli bir şekilde baktığımızda, kazaların iki özelliği öne çıkmaktadır. Birincisi, kazalar planlanmamış olaylardır. Toplumumuzda da çok iyi bir şekilde ifade edildiği gibi kazalar *görünmezdir*. İkinci olarak da, kazalar insana veya çevreye çeşitli zararlar veren olaylardır. Yani, kazalar sonucunda maddi ve manevi kayıplar görülebilir. Peki bu görünmeyen, planlanmamış olaylar aniden mi olmaktadır? Kazaları önlemek için neler yapılabilir? Kazalardan ders çıkarmak mümkün müdür? Kazalarda insanın payı nedir? Burada psikologların rolü neler olabilir? Ve gerçekten *hatasız kul olmaz* mı (*to err is human*)?

Karmaşık Bir Olgu Olarak Kazalar

Reason (1990) tarafından da ele alındığı gibi, kaza nedenlerinin dinamik yapısı ve karmaşık sistemlerin birçok faktörün bir araya gelerek çökebilmesi durumu, kazaların arkasındaki sistemin çok boyutluluğunu göstermektedir. Benzer bir şekilde, Shappell ve Wiegmann (2000) tarafından İnsan Faktörleri Sınıflandırma Sistemi'nde daha kapsamlı bir şekilde tartışılan insan faktörleri aslında birey, denetim ve kurum gibi birçok seviyede birçok faktör ile etkileşime girmektedir. Yine benzer bir şekilde, karayolu trafik kazaları ile ilgili verilerde de insan faktörlerinin diğer faktörlerle etkileşimi görülmektedir. Alanyazında, kazaları bu çok boyutluluğu göz önünde bulundurarak değerlendiren ve kaza analizlerinde kullanılan modellerden biri William Haddon Jr. tarafından geliştirilen *Haddon Matrisi*'dir. Bu matris, 1970'lerde trafik kazalarının araştırılması ve yol güvenliği kapsamında kullanılmış olup (Haddon, 1972); daha sonraki yıllarda kullanım alanı genişleyerek trafik kazaları (Albertsson, Björnstig ve Falkmer, 2003) gibi bireysel yaralanma ve kazalardan tutun da iş sağlığı ve güvenliği alanında farklı sektörlerde görülen iş kazaları (Engström, Angrén, Björnstig ve Saveman, 2018) ve toplumsal anlamda halk sağlığını etkileyen acil durumlara hazır olma (Barnett ve ark., 2005) gibi çok daha büyük kitlelere etkide bulunabilecek olayların araştırılmasında, değerlendirilmesinde ve çeşitli önlemlerin geliştirilmesinde kullanılmaktadır.

Haddon Matrisi'nin en önemli katkılarından biri, olayları aşamaları ve faktörleri olmak üzere iki eksende incelemesidir. Herhangi bir olayın aşamaları olay öncesi, olay anı ve olay sonrası olarak belirlenmiştir. Olay öncesi aşaması, bir olayın gerçekleşmesini etkileyecek faktörleri içermektedir. Örneğin; kar yağışı ve rüzgar trafik kazasında (Albertsson ve ark., 2003) veya kurumun güvenlik iklimi ise bir iş kazasında (Engström ve ark., 2018) olay öncesi aşamada belirleyici etkenlerdir. Olay anı aşaması ise, kazanın gerçekleştiği andaki faktörleri içermektedir. Örneğin; emniyet kemeri gibi kişisel koruyucu donanımları kullanmamak (Engström ve ark., 2018) olası bir kaza gerçekleştiği anda etkin olan faktörlerdir. Son olarak da olay sonrası aşaması, kaza gerçekleştikten sonra görülen ölüm, yaralanma ve maddi kayıplar gibi çıktıların gerçekleştiği aşamadır. Bu aşama için ise, kaza sonrası ilkyardım müdahaleleri ve uzun vadeli psiko-sosyal uygulamalar örnek gösterilebilir (Barnett ve ark., 2005; Haddon, 1972). Bu açıdan bakıldığında; herhangi bir olay, yani kaza, aslında üç evreden oluşmaktadır ve kazanın öncesinden olası sonuçlarına kadar etkisi olan tüm faktörler bu evrelerden birinde kendine yer bulmaktadır.

Diğer bir boyut olan olay faktörleri incelendiğinde, birçok faktörün kazaların gerçekleşmesinden kazanın şiddetine kadar farklı noktalarda çeşitli roller oynadığı görülmektedir. Bu etken faktörlere ilişkin yapılan ilk çalışmalarda kazalar üç temel faktör üzerinden değerlendirilmiştir. Bu faktörler; insan, araç ve çevre faktörleridir (Haddon, 1972). Çevre faktörleri, fiziksel ve sosyal çevreyi bir arada değerlendiren bir değişken olarak ele alınsa da sonraki çalışmalarda bu iki faktör ayrı değerlendirilmeye başlanmıştır (Albertsson ve ark., 2003; Barnett ve ark., 2005; Runyan, 2003). İnsan faktörleri, olayın gerçekleştiği ortamda yer alan insanları ve bu insanlarla ilgili farklı değişkenleri içermektedir. Örneğin, trafik kazalarında insan faktörleri sürücü, yolcu, yaya gibi birçok farklı yol kullanıcısını içerirken; iş sağlığı ve güvenliği alanında kurum çalışanlarını ve toplumsal halk sağlığını ilgilendiren konularda ise o bölgedeki tüm vatandaşları ilgilendirmektedir. Araç ve ekipman faktörleri de benzer şekilde, olayın gerçekleştiği ortamdaki araçlara ve ekipmanlara ilişkin değişkenlerdir. Fiziksel çevre faktörleri, olayın gerçekleştiği karayolunun yapısı gibi fiziksel çevre ile ilgili değişkenlerdir. Son olarak da sosyo-kültürel çevre faktörleri ise, olayı etkileyen güvenlik iklimi ve yasalar gibi faktörlerdir (Albertsson ve ark., 2003; Barnett ve ark., 2005; Engström ve ark., 2018; Haddon, 1972). Böylece, olay aşamaları ve faktörleri boyutlarının birleşmesiyle ortaya çıkan Haddon Matrisi (bkz. Şekil 1) birçok farklı olayın araştırılmasında kullanılabilmektedir. Bir akış olarak bakıldığında model, kazaları bir süreç olarak ele almakta ve birçok farklı değişkenin sürecin farklı noktalarında olan etkisini araştırmaya imkan sağlamaktadır.

Güvensiz Davranışlar Nelerdir?

Haddon Matrisi'nde kazalara ilişkin faktörler dört temelde incelenirken, farklı ortamlarda gerçekleşen kazalarda insan faktörlerinin ön plana çıktığı görülmektedir (Chen, Qi, Long ve Zhang, 2012; Moura, Beer, Patelli, Lewis ve Knoll, 2016). Kaza analizlerinde güvensiz davranışlara odaklanan modeller, insan faktörlerini incelerken bu davranışların psikolojik temellerine göre çeşitli sınıflandırmalar yapmaktadır. Bu bağlamda incelendiğinde, Reason (1990) tarafından yapılan sınıflandırma sistemine göre güvensiz

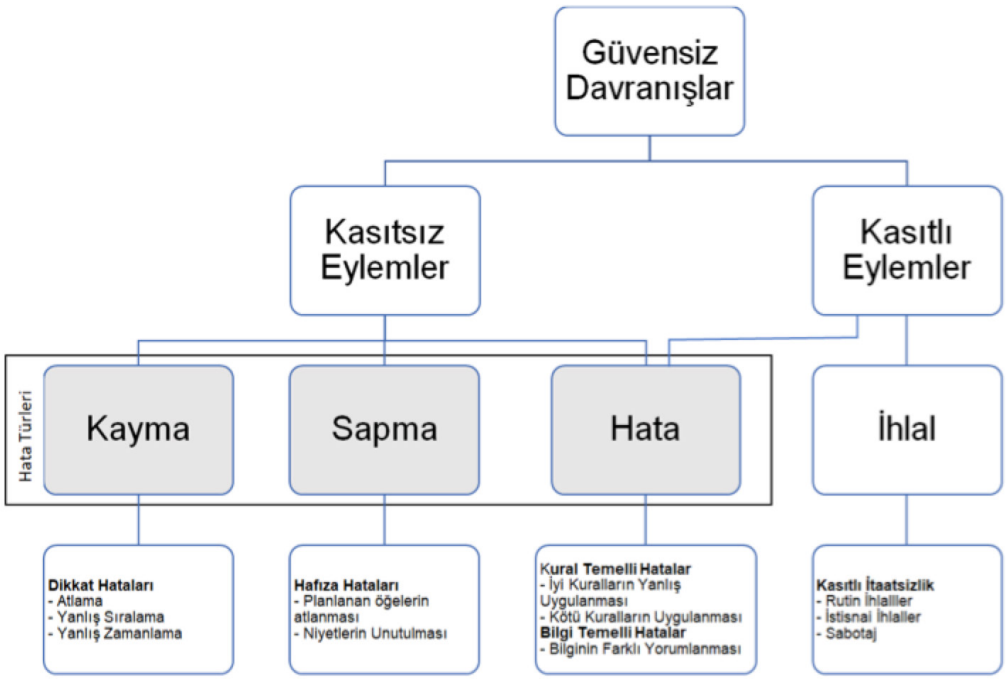
	İnsan Faktörleri	Araç ve Ekipman Faktörleri	Fiziksel Çevre Faktörleri	Sosyo-Kültürel Çevre Faktörleri
Kaza Öncesi				
Kaza Anı				
Kaza Sonrası				

Şekil 1. Haddon Matrisi

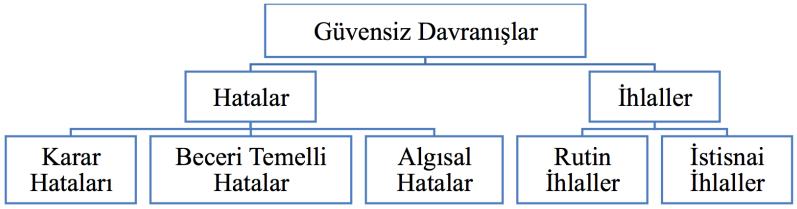
davranışlar temelde kasıtsız eylemler ve kasıtlı eylemler (Reason, 1990; bkz. Şekil 2) olarak sınıflandırılmaktadır. Reason'ın çalışması temel alınarak Shappell ve Wiegmann (2000) tarafından geliştirilen İnsan Faktörleri Analizi ve Sınıflandırma Sistemi'nde ise güvensiz davranışlar hatalar ve ihlaller (Shappell ve Wiegmann, 2000; bkz. Şekil 3) olmak üzere temelde ikiye ayrılmaktadır. Kasıtsız eylemler, dikkat kaymalarını, hafıza sapmalarını ve kural veya bilgi temelli hataları içermektedir. Kasıtlı eylemler ise, rutin ve istisnai ihlalleri içermektedir (Reason, 1990). Shappell ve Wiegmann (2000) tarafından yapılan güvensiz davranışlar sınıflandırmasına göre ise; hatalar, beklenen sonuçlarını gerçekleştiremeyen zihinsel ve fiziksel aktiviteler olarak tanımlanırken; ihlaller, güvenliği sağlayan kurallar ve uygulamalardan bilinçli olarak sapma davranışlarıdır. Davranışlara bu açıdan bakıldığında ayrışmanın en temel noktası davranışın *niyetli* olup olmadığıdır.

İnsan faktörlerinin bu bağlamda sınıflandırılarak çalışıldığı alanlardan biri de, trafik güvenliği çalışmalarıdır. Karayolu trafik güvenliği açısından düşündüğümüzde, hatalar ve ihlallerden oluşan bu güvensiz sürücü davranışları *sapkın sürücü davranışları* olarak adlandırılmaktadır (Reason, Manstead, Stradling, Baxter ve Campbell, 1990). Trafik ortamındaki sürücü hataları temelde sürücülerin planladığı davranışların beklenen şekilde sonuçlanmaması olarak tanımlanırken; ihlaller sürücülerin kendileri, diğer yol kullanıcıları ve trafik sistemi için güvenli olan uygulamalardan bilinçli bir şekilde sapması olarak tanımlanmaktadır. Burada da ayrımın en belirgin olduğu nokta, ihlallerin hatalara kıyasla bilinçli olarak, diğer bir değişle niyetli olarak, gerçekleştirilen davranışlar olmasıdır. Örneklendirmek gerekirse, araç kullanırken sinyal verecekken silecekleri çalıştırmak veya ana yoldan sokağa dönerken yayaları fark etmemek belirgin niyet içermeyen davranışlar olup hata örnekleri olarak karşımıza çıkarken; hız sınırlarının üzerinde araç kullanmak niyet içeren ve trafik ortamında en çok karşılaşılan ihlallerden biridir. Genel olarak bakıldığında ise, hem hatalar hem de ihlaller trafik kazaları ile olumlu ilişki göstermektedir. Daha çok hata veya ihlal yapan sürücüler daha fazla trafik kazasına maruz kalmaktadır. Ayrıca, hata/ihlal ayrımı ve hataların ve ihlallerin trafik kazaları gibi olumsuz çıktılarla olan ilişkileri birçok ülkede benzerlik göstermektedir (de Winter ve Dodou, 2010).

İnsan faktörlerinin farklı ortamlarda görülen kazalardaki rolüne bakıldığında ise, trafik kazalarının %90'ınında insan faktörleri ana etken veya diğer faktörlerle etkileşime giren bir etken olarak ön plana çıkmaktadır (Lewin, 1982). Yine TÜİK (2018) verilerine bakıldığında, Türkiye'de görülen ölümlü veya yaralanmalı trafik kazalarının %89.9'unun sürücü kusurlarından kaynaklandığı görülmektedir. İnsan faktörlerinin karayollarında görülen kazalardaki rolüne benzer şekilde, havacılık sektöründeki kazaların %70-80'inin (Shappell ve Wiegmann, 1996), maden kazalarının



Şekil 2. Reason'ın Güvensiz Davranışlar Sınıflandırması (Reason, 1990)



Şekil 3. İnsan Faktörleri Analizi ve Sınıflandırma Sistemine göre Güvensiz Davranışlar (Shappell ve Wiegmann, 2000)

%94'ünün (Chen ve ark., 2012) insan faktörleriyle doğrudan veya dolaylı bir şekilde ilişkili olduğu görülmektedir. Tüm bu çalışmalar, insan faktörlerinin hem bireysel etkilerinin hem de diğer faktörlerle olan etkileşimlerinin kazalarda belirleyici bir rol oynadığına göstermektedir.

Güvensiz Davranışlar için Neler Yapılabilir?

Haddon Matrisi'nin farklı uygulamalarında da görüldüğü üzere, kazaya ilişkin birçok faktörün farklı aşamalarda etkisi bulunmaktadır. Kazaya neden olan bu faktörlerin etkisini en aza indirebilmek için yol güvenliği alanında yapılan uygulamaların ilk örneklerinin 3 temel E etrafına toplandığı görülmüştür. Bunlar Eğitim (Education), Yasal Uygulamalar/Denetimler (Enforcement) ve Mühendislik (Engineering) uygulamalarıdır. Sonraki yıllarda farklı uygulamaların da geliştirilmesiyle birlikte, bu sınıflandırmalar 7 E'ye çıkartılmıştır. Bu E'ler ise; Eğitim (Education), Yasal Uygulamalar/Denetimler (Enforcement) ve Mühendisliğe (Engineering) ek olarak Maruz Kalma (Exposure), Yeterlik ve Uygunluk Denetlemesi (Examination of Competence and Fitness), Acil Durum Müdahalesi (Emergency Response) ve Değerlendirme/İzleme (Evaluation) uygulamalarıdır (Groeger, 2011).

Eğitim uygulamaları, temel olarak bilgi ve beceri eksikliği olan kişilere gerekli bilgilerin aktarılması ve becerilerin kazandırılması olarak tanımlanabilir (Groeger, 2011). Eğitim uygulamaları güvenlik kültürünün gelişmesinde anahtar bir role sahiptir (Milligan, 2007). Yol kullanıcılarının (örneğin, sürücülerin veya yayaların) trafik kurallarıyla ilgili olarak aldığı eğitimler veya çalışanların kurumdaki iş sağlığı ve güvenliği ile ilgili aldığı eğitimler bu uygulamalara örnek olarak gösterilebilir. İyi bir eğitim uygulamasının özellikleri üzerine yapılan bir çalışmaya göre (Assailly, 2017), eğitim programı ile kişi eşleştirilmeli, eğitimler özellikle risk altındaki gruplara verilmeli, farklı gruplara göre uyarlanmalı ve katılımcıların aktif katılımı sağlanmalıdır. Bu açıdan bakıldığında, ihlal ve hata yapan kişilerin farklı eğitimlere alınması ve eğitimlerin ihlaller ve hatalara göre düzenlenmesi eğitimlerin daha etkili olmasını sağlayacaktır. Güvensiz insan davranışları açısından düşündüğümüzde, hataların ve ihlallerin psikolojik kökenlerinin kişilere göre farklılık göstermesi, bu davranışları gösteren bireylerin alacağı eğitimlerin de kişilerarası farklılıklara göre düzenlenmesi gerektiğini önermektedir.

Yaptırımlar, kasıtlı olarak yapılan güvensiz davranışları etkileyen en önemli uygulamalardır. Teknolojinin de gelişmesiyle birlikte klasik denetlemelere ek olarak denetimlerin elektronik olarak da yapılabilir olması uygulama kolaylığını da getirmektedir (Groeger, 2011). Son yıllarda trafik denetimlerinde kullanılan insansız hava araçları (drone) da yasal uygulamalar ile mühendisliğin bir araya geldiği yaptırım örneklerindendir. İş sağlığı ve güvenliği açısından baktığımızda ise, güvenlik uygulamalarının yaptırımlarla uygulanması hem çalışanların daha az kaza geçirmesini hem de geçirdikleri tüm kazaları raporlamalarını sağlamıştır. Yaptırımların az olması durumunda çalışanların geçirdikleri kazaları raporlamadıkları görülmüştür (Probst ve Estrada, 2010). Ayrıca, kurum içindeki uygulamaların çalışanların ihlal davranışlarını azalttığı ve ihlaller için hatalara kıyasla daha etkili olduğu bulunmuştur (Chen, Lin ve Yu, 2017; Chen ve Yu, 2018).

Mühendislik uygulamaları, çevrenin (örn., karayolları veya işyeri ortamı) tasarım ve kalite açısından iyileştirilmesi için yapılan uygulamalar ile daha güvenli hale getirilmesini amaçlamaktadır. Yol güvenliği açısından baktığımızda, yolların tasarımlarının ve alt yapı kalitesinin iyileştirilmesi, araçların güvenlik ekipmanlarının arttırılması bu uygulamalara örnek olarak gösterilebilir (Groeger, 2011). Sistemin insanların hata veya ihlal yapamayacağı şekilde mühendislik uygulamalarıyla güvenli hale getirilmesi de güvensiz insan davranışlarının önlenmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Örneğin, Chen ve Yu (2018) özellikle beceri ve algı temelli hataların önüne geçilmesi için teknoloji ve mühendislik temelli uygulamaların insanın algısı üstündeki yükü azaltacak şekilde kullanılmasının faydalı olacağını belirtmiştir.

Maruz Kalma, iş ortamı ve trafik gibi çevre ile ilgili genel örüntüyü ve çalışanın ne kadar süre hangi şartlar altında çalıştığı gibi değişkenleri anlamak için kullanılır (Choudhry ve Fang, 2008; Groeger, 2011). Kaza verilerine bakılarak özellikle hangi gruplarda, hangi şartlar altında (örneğin, kazanın gündüz mü gece mi, hafta içi mi hafta sonu mu) gerçekleştiğinin belirlenmesi, maruz kalmanın etkisinin anlaşılarak ona yönelik uygulamaların geliştirilmesi için kullanılabilir (Groeger, 2011). Maruz kalmanın etkilerinden biri olarak trafikte daha çok ve sık araç kullanan kişilerin daha fazla ihlal yaptığı bulunmuştur (Oppenheim, Oron-Gilad, Parmet ve Shinar, 2016). Trafikte belirli saatlerde çeşitli bölgelere araçların girişinin yasaklanması, o bölgedeki yol kullanıcılarında maruz kalmaya yönelik yapılan uygulamalara örnek gösterilebilir.

Yeterlik ve Uygunluk Denetlemesi, bir işi yapacak kişinin o anda fiziksel ve zihinsel olarak o işi yapmaya uygunluğunun denetlenmesi olarak tanımlanabilir. Örneğin; hastalık, yorgunluk veya dalgınlık gibi faktörler kişinin işe hazır oluşunu etkileyen faktörlerdir (Gertman, Blackman, Marble,

Byers ve Smith, 2004). Trafikte özellikle yaşlı sürücüler için çeşitli yeterlik ve uygunluk denetmeleri yapılmaktadır. Yaşlı sürücüler birçok nedenden dolayı hatalı davranışlar göstermektedir. Bu hatalar temel alınarak yaşlı sürücülerin sürüş için uygunluklarının denetlenmesi ve rehabilitasyon uygulamaları gibi uygulamaların yapılması trafik güvenliği için olumlu etkide bulunacaktır. Bu uygulamaların sonucunda, sürücülüğün kısıtlanması veya tamamen iptal edilmesi gibi çıktılar da görülmektedir (Classen, Shechtman, Awadzi, Joo ve Lanford, 2010; Guo, Fand ve Antin, 2015).

Acil Durum Müdahalesi, bir kaza anından sonra yapılan müdahaleleri içermektedir. Örneğin; trafik kazalarından sonra yaralılara en hızlı şekilde müdahalenin gerçekleştirilmesi ölüm olasılığını ciddi bir şekilde azaltmaktadır. Bu da kaza sonrasında acil durum müdahalesinin ne kadar hayati bir önem taşıdığını göstermektedir (Groeger, 2011; Üzümcüoğlu ve ark., 2016). Acil durum müdahalesinde üç noktaya önem verilmelidir: yaralılara olabildiğince çabuk ulaşmak, olay yerinde mümkün olan tüm tedavi işlemlerini gerçekleştirmek ve yaralıları en kısa sürede uygun tedavi merkezlerine götürmek. Bu faktörlere önem verilmesi ciddi yaralanmaların ölümle sonuçlanmamasını sağlayabilecektir (Groeger, 2011).

Son E olan *Değerlendirme / İzleme*, yapılan uygulamalar sonrasında ölüm, yaralanma ve kaza sayısında azalma gibi etkilerin takip edilmesidir. Uygulamaların etkinliklerinin değerlendirilmesi ve izlenmesi, güvenliğe katkılarının belirlenmesi için önemlidir. Böylece araştırmacılar belirli uygulamaların neden daha etkili olduğunu görebilecekken, kural koyucular da etkinliği yüksek uygulamaları hayata geçirebileceklerdir (Groeger, 2011). Güvensiz davranışlar sonrasında kaza gibi olumsuz çıktılar görülmese de, yapılan uygulamalar sonrasında hataların ve ihlallerin azalması da güvensiz davranışlar açısından yapılan uygulamaların değerlendirmesi olarak ele alınabilir. Örneğin; bir çalışmada duygusal ve bilgi içerikli mesajların ve hem bilgi hem de duygusal içerikli mesajların yol güvenliğine etkisi değerlendirilmiştir. Bu çalışmada, hem duygu hem de bilgi içeren mesajların sadece duygu ya da sadece bilgi içeren mesajlara göre daha etkili olduğu bulunmuştur (Wallén Warner ve Forward, 2016). Ancak, Chen ve ark. (2017) ve Chen ve Yu (2018) tarafından da gösterildiği üzere, aynı uygulamalar hatalar ve ihlallerde benzer oranda etki göstermemektedir. Özellikle güvensiz davranışların çalışıldığı ortamlarda bu davranışların iyi anlaşılması ve hata/ihlal ayrımına göre uygulamaların planlanarak hayata geçirilmesi daha etkili sonuçlar alınması için önemli görülmektedir.

Bu yazı kapsamında verilen örnekler her ne kadar karayolu trafik güvenliği ve iş sağlığı ve güvenliği çerçevesinde olsa da, insan faktörlerinin ve kazaların farklı alanlarda görülmesi modellerin de o alanlarda değerlendirilebilmesi için temel oluşturmaktadır. Örneklendirmek gerekirse, halk sağlığını etkileyen ve Haddon Matrisi çerçevesinde ele alınabilecek olaylardan biri de afetlerdir. Doğulu (2018) tarafından da belirtildiği gibi, afetler disiplinler arası çalışmaya ihtiyaç duyulan ve birçok değişkenin süreç içinde etkisinin görüldüğü bir alandır. Bu bağlamda incelendiğinde, afet öncesi gerekli önlemlerin alınması, insanların ve sistemin bu gibi durumlara dayanıklı hale gelmesi, olay sonrasında hızlı ve etkili ilk yardım olanaklarının sağlanması gibi belirleyici faktörlerin model kapsamında incelenmesi toplumsal anlamda da halk sağlığını etkileyen olaylara hazır olmayı hızlı ve verimli kılacaktır.

Genel olarak bakıldığında ise; ev, iş veya toplumun genelinde hayatımızı etkileyen birçok kaza gerçekleşmektedir ve insanlar bu olaylarda bir paydaş olarak yer alıp hem etkileyen hem de etkilenen rolünü üstlenmektedir. Bu yazıda özellikle bir olayı farklı boyutlarıyla ele alan bir model yardımıyla olayların çok boyutluluğu, bu çok boyutluluk içinde insanın rolü, insan hatasının farklı boyutları ve güvenli davranışlar için yapılabilecek farklı uygulama alanları aktarılmıştır. Özellikle trafik kazaları ve iş kazaları gibi toplumun farklı kesimlerinde görülen; insanların güvensiz davranışlarının da aktif rol oynadığı olayların uygun modeller ve kuramsal arka plan çerçevesinde incelenmesi ve etkili karşı önlemlerin geliştirilmesinde sosyal bilimcilere büyük rol düşmektedir. Bu bağlamda, güvenli/güvensiz davranışların araştırılmasında, kurumsal veya ülke çapında etkili karşı önlemlerin geliştirilmesinde geleceği sosyal bilimcilerin diğer alanlarla olan iletişimi ve etkileşimi belirleyecektir.

Kaynak

Albertsson, P., Björnstig, U. ve Falkmer, T. (2003). The Haddon Matrix, a tool for investigating severe bus and coach crashes. *International Journal of Disaster Medicine, 2*, 109-119. doi:10.1080/15031430310035272

Assailly, J. P. (2017). Road safety education: What works? *Patient Education and Counseling, 100S*, S24-S29. doi:10.1016/j.pec.2015.10.017

Barnett, D. J., Balicer, R. D., Blodgett, D., Fews, A. L., Parker, C. L. ve Links, J. M. (2005). The application of the Haddon Matrix to public health readiness and response planning. *Environmental Health Perspectives, 113*(5), 561-566. doi:10.1289/ehp.7491

Chen, H., Qi, H., Long, R. ve Zhang, M. (2012). Research on 10-year tendency of China coal mine accidents and the characteristics of human factors. *Safety Science, 50*, 745-750 doi: 10.1016/j.ssci.2011.08.040

Chen, J. C., Lin, S. C. ve Yu, V. F. (2017). Structuring an effective human error intervention strategy selection model for commercial aviation. *Journal of Air Transport Management, 60,* 65-75. doi:10.1016/j.jairtraman.2017.01.008

Chen, J. C. ve Yu, V. F. (2018). Relationship between human error intervention strategies and unsafe acts: The role of strategy implementability. *Journal of Air Transport Management, 69*, 112-122. doi: 10.1016/j.jairtraman.2018.02.009

Choudhry, R. M. ve Fang, D. (2008). Why operatives engage in unsafe work behavior: Investigating factors on construction sites. *Safety Science, 46*, 566-584. doi:10.1016/j.ssci.2007.06.027

Classen, S., Shechtman, O., Awadzi, K. D., Joo, Y. ve Lanford, D. N. (2010). Traffic violations versus driving errors of older adults: Informing clinical practice. *The American Journal of Occupational Therapy, 64*(2), 233-241.

de Winter, J. C. F. ve Dodou, D. (2010). The Driver Behaviour Questionnaire as a predictor of accidents: A meta-analysis. *Journal of Safety Research, 41*, 463-470. doi:10.1016/j.jsr.2010.10.007

Doğulu, C. (2018). Bir sosyal psikolog gözüyle afetler. *PiVOLKA, 8*(27), 13-15.

Engström, K. G., Angrén, J., Björnstig, U. ve Saveman, B. I. (2018). Mass casualty incidents in the un-

derground mining industry: Applying the Haddon Matrix on an integrative literature review. *Disaster Medicine and Public Health Preparedness, 12*(1), 138-146. doi:10.1017/dmp.2017.31

Gertman, D., Blackman, H., Marble, J., Byers, J. ve Smith, C. (2004). *The SPAR-H Human Reliability Analysis Method.* US Nuclear Regulatory Commission, Washington, DC.

Groeger, J. A. (2011). How many e's in road safety. B. E. Porter, (Ed.), *Handbook of traffic psychology* içinde (3-12). USA: Elsevier Inc.

Guo, F., Fang, Y. ve Antin, J. F. (2015). Older driver fitness-to-drive evaluation using naturalistic driving data. *Journal of Safety Research, 54*, 49-54. doi:10.1016/j.jsr.2015.06.013

Haddon, W. Jr. (1972). A logical framework for categorizing highway safety phenomena and activity. *The Journal of Trauma, 12*(3), 193-207.

Health and Safety Executive (b.t.). *Key definitions*. http://www.hse.gov.uk/riddor/key-definitions.htm

Lewin, I. (1982). Driver training: A perceptual-motor skill approach. Ergonomics, 25, 917-924.

Milligan, F. J. (2007). Establishing a culture for patient safety – The role of education. *Nurse Education Today, 27*, 95-102. doi:10.1016/j.nedt.2006.03.003

Moura, R., Beer, M., Patelli, E., Lewis, J. ve Knoll, F. (2016). Learning from major accidents to improve system design. *Safety Science, 84*, 37-45. doi:10.1016/j.ssci.2015.11.022

Oppenheim, I., Oron-Gilad, T., Parmet, Y. ve Shinar, D. (2016). Can traffic violations be traced to gender-role, sensation seeking, demographics and driving exposure? *Transportation Research Part F: Traffic Psychology and Behaviour, 43*, 387-395. doi:10.1016/j.trf.2016.06.027

Probst, T. M. ve Estrada, A. X. (2010). Accident under-reporting among employees: Testing the moderating influence of psychological safety climate and supervisor enforcement of safety practices. *Accident Analysis and Prevention, 42*, 1438-1444. doi:10.1016/j.aap.2009.06.027

Reason, J. (1990). *Human error*. New York: Cambridge University Press.

Reason, J., Manstead, A., Stradling, S., Baxter, J. ve Campbell, K. (1990). Errors and violations on the road – A real distinction. *Ergonomics, 33*(10/11), 1315-1332.

Runyan, C. W. (2003). Introduction: Back to the future-revisiting Haddon's conceptualization of injury epidemiology and prevention. *Epidemiologic Reviews, 25*, 60-64. doi:10.1093/epirev/mxg005

Shappell, S. A. ve Wiegmann, D. A. (1996). U.S. naval aviation mishaps 1977-92: Differences between single- and dual-piloted aircraft. *Aviation, Space, and Environmental Medicine, 67*, 65-69.

Shappell, S. A. ve Wiegmann, D. A. (2000). *The human factors analysis and classification system (HFACS)*. Federal Aviation Administration, Office of Aviation Medicine Report No. DOT/FAA/AM-00/7. Office of Aviation Medicine: Washington, DC.

Türk Dil Kurumu (b.t.). *Güncel Türkçe sözlük*. http://www.tdk.gov.tr/

Türkiye İstatistik Kurumu (2018). *Karayolu trafik kazaları istatistikleri, 2017*. http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=27668

Üzümcüoğlu, Y., Özkan, T., Lajunen, T., Morandi, A., Orsi, C., Papadakaki, M. ve Chliaoutakis, J. (2016). Life quality and rehabilitation after a road traffic crash: A literature review. *Transportation Research Part F: Traffic Psychology and Behaviour, 40*, 1-13. doi:10.1016/j.trf.2016.02.002

Wallén Warner, H. ve Forward, S. (2016). The effectiveness of road safety interventions using three different messages: Emotional, factual or a combination of both messages. *Transportation Research Part F: Traffic Psychology and Behaviour, 36*, 25-34. doi:10.1016/j.trf.2015.11.002

DOSTOYEVSKİ POETİKASININ *CİNLER* ROMANI ÇERÇEVESİNDE İNCELENMESİ

Hazal Babur
baburhazal@gmail.com
Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Felsefe Bölümü

"Aklım dokunacak başka bir akıl arıyor."
Onat Kutlar

Ondokuzuncu yüzyıl Rus edebiyatının tartışmasız en önemli yazarlarından biri olan Dostoyevski'nin 1871 yılında tamamladığı *Cinler* romanının kendi dönemi içerisinde incelendiğinde Turgenyev'in nihilist düşüncenin yaygınlaşmasını sağlayan *Babalar ve Oğullar*'ı ile tartışılarak yazıldığı söylenebilir (Turgenyev, 2006). Orhan Pamuk'un önsözde söylediği gibi, "O zamanlar Rusya'da pek moda olan ve bugün yarı anarşist, yarı liberal diyebileceğimiz Nihilistlere (Hiççilere) öfke duyuyor, onların Rus geleneklerine düşmanlıklarına, Batıcılıklarına ve dinsizliklerine karşı alaycı bir siyasal roman yazıyordu" (Dostoyevski, 2000, s. 10). Nihilizmin, dönemin gençleri arasında yaygınlaşmasını *Babalar ve Oğullar* romanına bağlayan, dolayısıyla Turgenyev'i sorumlu tutan Dostoyevski'nin, Karmazinov karakterini Turgenyev'e tepki olarak yarattığı söylenebilir. Yine aynı şekilde Stavrogin'in dönemin anarşisti Sergey Naçeyev'den ilham alınarak yazıldığı, roman tarihsel bir metin olarak okunduğunda gözlemlenebilir.

Bahtin, 1929 yılında basılan önsözde kitabın sadece kuramsal sorunları ele aldığını, tarihsel sorunları dışarda tutmaya çalıştığını, fakat yöntemsel olarak kuramsal her soruna aynı zamanda tarihsel olarak yaklaşılması gerektiğinin farkında olduğunu söyler. Bu bağlamda; *Cinler* romanı, sosyolojik ve siyasi açıdan önemli bir yere sahip olduğu göz önünde bulundurularak, Bahtin'in yapmış olduğu gibi, poetika olarak incelenecektir. Hiçlik anlamına gelen Latince kökenli *nihil* kelimesinden türeyen nihilizm kavramının ilk kim tarafından kullanıldığına dair çeşitli görüşler bulunmaktadır. Bunlardan ilki, terimin, Turgenyev'in 1862 yılında yazdığı *Babalar ve Oğullar* romanında Bazarov ile ortaya çıkmış olduğu savıdır. Başka bir görüş de, Nedejin adlı Rus yazarın, bu kavramı bir makalesinde Puşkin için kullandığını ileri sürse de, bu konuda resmi bir kaynak bulunmamaktadır. Diğer bir görüş ise Derda Küçükalp'in (2005) *Politik Nihilizm* adlı yapıtında belirttiği gibi, nihilizm kelimesinin ilk kez Alman filozof Friedrich Heinrich Jacobi'nin 1799 yılında Fichte'ye yazdığı mektupta kullanıldığıdır.

Nihilist felsefe, Nietzsche'de güç istenciyle birlikte şekillenmiştir. Nietzsche'nin ifadesiyle "Nihilizm, en büyük değerlerin, kendi öz değerlerini düşürmesidir. Değerlerin sıfırlanmasını ve yokluğa doğru bir gidişatı simgelemektedir" (2010, s. 27). Başka bir ifadeyle, her şeyin anlam ve değerden yoksun olması, amacın kaybolması ve niçin sorusunun cevapsız kalmasıdır. Bu bağlamda nihilizme yüklenen anlam çerçevesinde iki farklı tutum meydana çıkar. Bunlardan ilki pasif/edilgin nihilizmdir ve "değerlerin yokluğunun ve varoluşun amaçsızlığının kötümser bir kabullenimidir" (Copleston, 2000, s. 165). Hayata karşı kayıtsızlık ile başlayan bu nihilizm, *Cinler* romanında göreceğimiz gibi özkıyım ile sonuçlanır. Aktif/etkin nihilizm ise inanmadığı şeyi yıkmaya girişen, talepkar, tehditkar ve militanca bir tutum sergilemektir. Nietzsche'ye göre nihilizmi aktif ve pasif olarak iki alternatif grup halinde değerlendirmek yerine, ikisini birlikte ele almak gerekir; çünkü ikisi doğası gereği birbirine bağlıdır ve beraber nihilizm kavramını oluştururlar (Zupancic, 2005). Bu açıdan *Cinler*'in Stavrogin, Krilov ve Pyotr karakterlerinde hem aktif hem pasif nihilizm izlerine rastlayabiliriz. Aktif ve pasif nihilizm tanımlarına bakıldığında; Krillov'un nihilizminin pasif gibi göründüğü, Stavrogin'in nihilist tutumunun ise pek çok felakete yol açtığı için aktif nihilizme yakın olduğu sanılsa da durum aslında tam tersidir.

Romanda intihar eden Krilov'un bu eyleminin nihilist bir intihar olduğu açıktır. Nietzsche'nin anlayışı ile söylersek Krilov aktif nihilisttir; çünkü intiharı yeni bir değer alanı yaratma ile bağlantılıdır. Tanrılığın özünün bağımsızlıktan geldiğini düşünen Krilov için, intihar bir son değil bir başlangıçtır. Üç yıl boyunca tanrılığının özünü aradığını söyleyen Krilov'a göre Tanrı insan değildir, insan-Tanrı'dır. Süreç, felsefi bir düzlemde başlar ve biter. Stavrogin'in intiharı ise pasif nihilizm ile ilişkilendirilebilir, çünkü Şatov'un ifade ettiği gibi Stavrogin inanırsa inandığına inanmayan, inanmazsa inanmadığına inanmayan bir kişidir. Stavrogin'in intiharı, Krilov'unki gibi herhangi bir amaç taşımadığı için pasif olarak kalacaktır.

Bahtin'e (2004) göre Dostoyevski romanlarının başlıca özelliği, bağımsız ve kaynaşmamış seslerin ve bilinçlerin çokluğu, tamamen meşru seslerin sahici bir çok-sesliliğidir. Bu açıdan Bahtin diyalojik/çoksesli romanın karşısında monolojik/eşsesli klasik Avrupa romanını konumlandırır. Monolojik romanda kahraman, anlamsal sınırları bakımından kapalıdır. Nesnel varoluşa sahip, hareketsiz ve sonlu bir tözdür; yani gerçeklik olarak var olduğu düzlemin sınırları içerisinde hareket eder. Dostoyevski'nin diyalojik romanına baktığımızda ise kahraman öz-bilince sahiptir. Dostoyevski için "bilincin başladığı yerde diyalog da başlar" (Bahtin, 2004, s. 92). Yazara göre, "kahramanın her şeyi yutan bilincinin karşısına yalnızca tek bir nesnel dünya çıkarabilir – kahramanınkiler ile eşit haklara sahip öteki bilinçlerin dünyasını" (Bahtin, 2004, s. 101). Kahramanın karşısına konumlanan öteki bilinç sayesinde diyalojik romanın temeli atılmış olur. Ancak romandaki söylemde, Dostoyevski'nin kahramanlarını cisimleşmiş öteki bilinçler şeklinde görmek doğru olmayacaktır. "Dostoyevski'nin kahramanı bir imge değildir, tam bir söylemdir, saf bir sestir, onu görmeyiz, onu işitiriz" (Brandist, 2011, s. 147). *Cinler*'de Stavrogin, nihilist imgenin altında ezilmiş bir kahraman değildi, aynı şekilde babası Trofimoviç de entelektüel liberal bir öğretmen imgesiyle kısıtlanamaz; çünkü her kahramanın varlığı hem kendi hem de ötekinin özbilincinin çoksesli diyaloğu ile şekillenip varolmaktadır.

Bahtin'e göre kahraman romanda meşru bir sözün nesnesi değil, taşıyıcısıdır. Bu durumda sadece kahramanlar arasında değil, yazar ve kahraman arasında da diyalojik bir ilişki doğar. Kahramanın roman içindeki söylemine karşı-

lık, yazarın kahraman için söylemi "bir söylem hakkındaki söylem olacaktır" (Bahtin, 2004, s. 117-118). Bu açıdan yazarın kahramanla diyaloğu, Dostoyevski'nin eserlerindeki büyük diyaloğun da önemli bir parçası haline gelir. Çoksesli romanda yazar olumlu ve etkin niteliğe sahiptir. Monolojik eserde ise yazar, tek başına bilen öznedir, kahramanla konuşmaz, kahraman hakkında konuşur. *Cinler*'de monolojik eserlerin aksine yazarın değil kahramanların bilen özne konumunda olduğunu görürüz. Örneğin, Yüzbaşı Lebyadkin'nin topal kız kardeşi Maria'nın bildikleri, yazar tarafından okuyucuya açıklanmaz. Maria'nın bildiklerini, diğer kahramanlar gibi diyaloğa girildiği zaman öğreniriz. Stavrogin ile olan evliliğini ne Maria'nın ne de Stavrogin'in ağzından duyabiliriz. Dostoyevski'nin eksiksiz gerçekleştirdiği ve baştan sona tutarlı olarak yarattığı bu diyalojik konumda söz konusu evliliği açıklamak Pyotr'a düşer. Böylece yazar, kahramanlarının kendisi gibi açık uçlu bilinçlerini, başkalarının önünde meşrulaştırarak diyaloğun merkezine konumlandırmış olur.

Diyaloğa giren iki bilinç fikre/ideolojiye sahip olmadığı durumlarda ise eser diyalojik özellik taşımaz. Diyalojik eserin aksine, monolojik eserde kahraman değil yazar ideologtur, fikrin ifade edilişi monolojiktir, bir fikir ya onaylanır ya da yadsınır. Fikir, bilinçlerin olay içerisindeki etkileşiminden ve diyalojizmden çıkarılırsa kahramanlar ideolog vasıflarını kaybederek, ideolog yazarın sözleriyle hareket eden kuklalara dönüşür. Dostoyevski'nin kaynaşmış bilinçlerin çoğulluğuyla oluşan diyalojik romanına baktığımızda ideolog kahramanların da çoğulluğuyla karşılarız. Böylece ideolog kahramanın meşru bir fikrin taşıyıcısı olması, Dostoyevski'nin romanlarının en önemli özelliğinden birini oluşturmuş olur.

Bahtin, Dostoyevski'nin kahramanlarının sadece söylem ve bilinç değil, aynı zamanda fikir de barındırdığını öne sürer, bu açıdan kahramanlar fikir insanıdır (Bahtin, 2004). Engelhardt'a göre, Dostoyevski yapıtlarının kahramanı tek başına fikir değildir; daha çok o fikirden doğan kişidir. Fikrin temsil edilmesinin ilk koşulu, Dostoyevski'nin kendi notlarında belirttiği gibi insandaki insanı bulmaktır. Kahraman imgesi bir fikrin imgesiyle ayrılmaz bir şekilde bağlantılıdır Bahtin'e göre. Kahramanı fikirde, fikir aracılığı ile görürken; fikri kahramanda, kahraman aracılığı ile görürüz. Dostoyevski'de fikir imgesi yaratmanın ikinci koşulu ise, fikrin var olmak için bilinçler arası diyalojik birlikteliğe ihtiyaç duymasıdır. "Bir fikir, yalıtılmış ve bireysel bilinçte yaşayamaz. Başkalarının fikirleriyle diyalojik ilişkiye girdiğinde yaşamaya başlar. Ses ile bilinç arasındaki temas noktasında doğar ve yaşar" (Bahtin, 2004, s. 143).

Cinler'de kahramanların taşıdıkları fikirlerin ancak diyalojik birliktelik ile ortaya çıktığı söylenebilir. Stepan Trofimoviç'in liberal düşüncelerinin ortaya çıkması için Şatov'un da aralarında bulunduğu arkadaş grubunun toplanması gerekmektedir. Şatov'un kendi içinde taşıdığı, büyük Rus ulusunun varlığına ait fikrini ve tanrıyla ilgili düşüncelerini, Stavrogin ile girdiği diyalog ile öğreniriz. Stavrogin'in Şatov'a, Tanrı'ya inanıp inanmadığını sorduğunda aldığı yanıt şöyledir: "Ben Rusya'ya, onun Ortodoksluğuna inanıyorum. İsa'nın bedenine inanıyorum onun bu kez Rusya'dan çıkacağına inanıyorum". "Ya Tanrı'ya? Tanrı'ya?" diye ısrar eden Stavrogin'in aldığı yanıt ilgi çekicidir. Şatov henüz aradığını bulamadığına yönelik acı gerçeği itiraf eder: "Tanrı'ya... Tanrıya da inanacağım." (Dostoyevski, 2000, s. 256). Stavrogin'in içinde taşıdığı nihilist fikrin kökleri ise, Darya'ya yazdığı mektupta bulunabilir. Rusya'da kendini yabancı hissettiğini belirtirken, aynı zamanda hiçkimseye ve hiçbir şeye bağlılığının yöneliminin olmadığını da ifade etmektedir. Stavrogin'in nihilizminin özeti olabilecek ifadesi "iyilik yapıp bundan haz duyarken aynı anda kötülük de yapıp bundan da haz duyduğunu" belirtmesidir. Bu durum onu intihara sürüklediğinde ise "İntihar etmenin, iğrenç bir böcek gibi kendimi yeryüzünden süpürüp atmanın gerektiğini biliyorum. Ama korkuyorum intihar etmekten, çünkü büyük insan olmaktan korkuyorum. Bu sahtekarlığın, sayısız sahtekarlıklar dizisinde bir sahtekarlığın daha olacağını biliyorum. Büyük olmak için kendini aldatmanın ne anlamı var" (Dostoyevski, 2000, s. 256) der. Stavrogin'in kendinde taşıdığı fikir "Prens olmak varken hiçbir şey olamamak", hatta daha kötüsü bir böcek olmaktır. Stavrogin'in taşıdığı *böcek* olma fikri diyalojik romanın özelliğinden dolayı sadece kendi bilincinde yer almaz. Bilinçlerin çokluğu aslında bu fikri yaratmaktadır. Liza da Stavrogin'i "insan kadar büyük, kötücül dev bir örümcek olarak görür", böylece Stavrogin'in taşıdığı fikir meşrulaşmış olur.

Dostoyevski, Gogol'dan devraldığı değersizlik mecazını edebiyat tarihinin ilk güçlü "kaybeden" temel motifine dönüştürür. Kendi yasasını kendi koyacak kadar güçlü dehalardan, yasaya boyun eğen böcek yığınlarından söz ederken 19. yüzyıl Rus eğitimlilerin tıkanmışlığını göz önüne serer. Ondokuzuncu yüzyılın rüyası deha olmaksa (Suç ve Ceza'da olduğu gibi bir Napolyon), kabusu böcek olmaktır (Gürbilek, 2004). Nurdan Gürbilek'in (2004) söylediği gibi "Dostoyevski'nin kahramanları bir bit olmaktan, bir böcek olmaktan, bir vida ya da piyano tuşu olmaktan kurtulmak isterler" (s. 24). Stavrogin'in taşıdığı böcek olma fikrinin bir benzerini Lebyadkin'de de görürüz. Varvara Petrovna'nın evinde anlattığı hamam böceği öyküsü sadece dehaların, Rus soylularının, eğitimli kimselerin değil; Lebyadkin gibi kenar mahalle insanlarının da böcek oldukları fikrini içlerinde taşıdıklarının göstergesidir (Dostoyevski, 2004). Dostoyevski romanının çok-sesliliğinin benzerliği, kahramanların birer ideolog olmalarının yanı sıra, Lebyadkin gibi tip özelliği taşıyan karakterlerin bile bir fikre sahip olmalarından gelmektedir.

Bahtin'e göre, Dostoyevski türsel bileşimleri çok-sesli biçimde kullanıp yorumlamıştır. Monolojik özellikteki ciddi türlerdense (trajedi, epik), diyalojik özellik taşıyan yarı ciddi-komedi türlerinin, Dostoyevski romanının köklerini oluşturduğu söylenebilir. Bunlardan ilki Sokratik diyalogtur. Bu türde *sinkrisis* ve *anakrisis* gibi araçlar kullanılır: sinkrisis belirli bir konuya ait çeşitli bakış açılarını yanyana getirirken, anakrisis kişinin muhatabını konuşmaya teşvik ederek kışkırtır (Bahtin, 2004). Pyotr Stepanoviç'in romanın başlarında takındığı tavır tam da sinkrisis ve anakrisisin özelliklerine uygundur. Sokrates'in karşısındakine büyük ihtimalle cevabını bildiğini sandığı soruları sorması gibi, Pyotr'da cevabını bildiği soruları sinkrisis de olduğu gibi çeşitli görüşleri yan yana getirmek için tekrar sorar. İlk olarak Varvara Petrovna'nın evinde Darya'yı babası ile evliliği hakkında tebrik eder. Sonra babasının mektubunda belirttiği gibi İsviçre'de yaşanan büyük günahın Varvara Petrovna tarafından kapatılmak istenmesini gündeme getirir. Stavrogin ve Darya arasındaki ilişkiye şahit olmuş olmasına rağmen burada amacı, bilinen gerçekleri gün yüzüne çıkarıp, çeşitli bakış açılarını yan yana getirmektir.

Anakrisis ise, Trafimoviç'in oğlundan onu kurtarmasını istediğini yazdığı mektubun açığa çıkmasıyla gerçekleşir. Varvara Petrovna ve Stapan Trifomoviç'i karşı karşıya getiren bu olay sayesinde, kahramanların ideolojilerinin/fikirlerinin çakışması sağlanır ve diyalojizm gerçekleşir. Bahtin, diyaloğun zirveye ulaştığı bu durumları "eşik diyaloğu" olarak adlandırır (Bahtin, 2004).

Dostoyevski romanının önemli özelliklerinden biri de, karnavalesk özellikler taşımasıdır. Karnaval, köken olarak Latinceden gelen carn/et vale/veda sözcüklerine dayanır. Özellikle Katolikler'in hayvansal ürünlere veda anlamı taşıyan büyük perhizden hemen önce yaptığı, insanların değişik kılıklara bürünerek kutladığı festivaller karnaval kültürünün temelini oluşturmaktadır. Bahtin'in edebiyat kuramı açısından karnavalın önemi "karnavalın edebi bir fenomen olmasından değil, ritüel tarzında senkretik bir gösteri" (Bahtin, 2004, s. 183) olmasından kaynaklanır. Bahtin'e göre karnaval, somut ve duyumsal bir simgesel birikimler dili geliştirir. Bu nedenle edebiyatın gelişimine en büyük katkının karnaval türünden geldiğini savunan Bahtin için Sokratik diyalog, Menippos Yergisi ve karnavalımsı folklorlar dünyanın karnaval olarak duyumsanışıyla bağlantılıdır (Brandist, 2011).

Dostoyevski'nin benzersizliği romanlarındaki karnaval temasının özelliklerini tamamıyla taşımasından hatta ona yeni özellikler katmasından ileri gelmektedir. Karnaval özelliklerinden ilki özgür ve samimi temastır. "Hayatta sımsıkı kapalı hiyerarşik engellerle birbirinden ayrılmış olan insanlar karnaval meydanında birbirleriyle özgür, samimi temasa girerler" (Bahtin, 2004, s. 184). Varvara Petrovna'nın evindeki kriz anı insanlar arasındaki mesafenin kalkarak özgür temasa geçildiğinin en iyi örneklerinden birisidir. Hatta bu samimi temasın sonucu olarak Lebyadkin'in şiir okuması ve hamam böceği hikayesi anlatması karnavalın bir diğer özelliği olan *tuhaflığı* ortaya çıkartacaktır. Karnavalda tuhaflık, insanların doğalarındaki gizli saklı yönlerini göstermelerini sağlayan bir özelliktir. Bu bağlamda, neredeyse her kahramanın içinde tuhaflık barındırdığı *Cinler* romanında da gözlemlenebilir. Trofimoviç'in Varvara Petrovna'ya günde onlarca mektup yazması; Krillov'un hayatında hiçbir sorun yokken, çocuklarla oynamayı ve çay içmeyi çok sevmesine rağmen özkıyım yoluna başvurması; Stavrogin'in adamın kulağını ısırması, evli bir kadını herkesin önünde dudaklarından öpmesi ve cinayetin işleneceği akşam tüm sakinliği ile bifteği emerek yemesi, sayılabilecek tuhaflıklardan sadece birkaçıdır. Tuhaflıkların gözlemlendiği durumlar ise karnavalın başka bir özelliği olan kriz ve skandal temasını oluşturur. Romanın sonlu varlığından ziyade sürekli "oluşu" ön planda tutan Dostoyevski'de karnavala özgü dünya anlayışı ve olay örgüsü hiçbir zaman sonlanmaz. Bahtin'e (2004) göre "Her türlü sonlandırıcı sona düşmandır. Bütün sonlar yeni bir başlangıçtır, karnaval imgeleri tekrar tekrar yeniden doğar" (s. 236). Diyalojizmin zirvesinin yaşandığı anlar krizler, dönüm noktaları, skandallar, delirme, histeri krizi, intihar düşüncesi ya da ölüm imgesi gibi bilicin en uç noktalarıyla birleşerek romanın karnaval dokusunu güçlendirir. Böylece Dostoyevski romanında karnavalın tuhaflık, özgür ve samimi teması kriz anları ve skandal sahneleriyle gerçekleştirilirken, karnavalın yapısına diyalojizmin çoksesli söylemini de katmış olur.

Dostoyevski'nin *Cinler* romanı, Bahtin'in edebiyat kuramı ile incelendiğinde, Dostoyevski'nin roman tarihinin gelişiminde ne kadar önemli bir yere sahip olduğu açıkça görülebilmektedir. Dostoyevski'nin benzersizliği, çok-sesli diyaloğu kullanmasının yanı sıra, kahramanlarını ideolog olarak yaratmasından da kaynaklanmaktadır. Böylece romanlarının felsefi ve politik açıdan da zenginleşmesini sağlamıştır. Romanın ana temalarından birini oluşturan nihilizm, ideolog kahramanlar olmaksızın bu kadar çeşitli bir şekilde serimlenemeyecek ve roman monolojik bir esere dönüşecekken; Dostoyevski'nin karnavalın içinden yarattığı ideolog kahramanlar ile eser, diyalojik bir romana dönüşmüştür. Dostoyevski'nin önemi romanlarında ne anlattığının yanı sıra, karnaval ve diyalojik imgelem ve söylemi kullanarak nasıl anlattığıyla da ilgilidir. Bu açıdan *Cinler*, çok katmanlı ve çok sesli özelliğin en iyi gözlemlenebileceği ve Bahtin'in diyalog, çokseslilik ve karnaval kavramlarının anlaşılmasını sağlayan en önemli eserlerden biridir.

Kaynaklar

Bahtin, M. (2004). *Dostoyevski poetikasının sorunları* (C. Soydemir, Çev.). İstanbul: Metis Eleştiri. (Orijinal çalışma basım tarihi 1929).

Brandist, C. (2011). *Bahtin ve çevresi: Felsefe, kültür ve politika* (C. Soydemir, Çev.). İstanbul: Doğu Batı Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 2002).

Copleston, F. (2000). *Felsefe tarihi VII-II: Nihilizm ve materyalizm* (D. Canefe, Çev.). İstanbul: İdea Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1945).

Dostoyevski, F. M. (2000). *Cinler* (E. Altay, Çev.). İstanbul: İletişim Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1871).

Gürbilek, N. (2004). *Kötü çocuk Türk*. İstanbul: Metis Yayınları.

Küçükalp, D. (2005). *Politik nihilizm*. İstanbul: Aktüel Yayınları.

Nietzsche, F. (2010). *Güç istenci* (N. Epçeli, Çev.). İstanbul: Say Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1901).

Turgenyev, İ. S. (2006). *Babalar ve oğullar* (L. Soykut, Çev.). İstanbul: İletişim Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 1862).

Zupancic, A. (2005). *En kısa gölge*. İstanbul: Encore Yayınları.

KRONİK BİR HASTALIK OLAN MULTİPL SKLEROZUN MODERN HAYATIN VAZGEÇİLMEZİ OLAN STRES İLE İLİŞKİSİ

Ezgi Fırat
ezgifrt.ef@gmail.com
Bilkent Üniversitesi, Psikolojik Danışmanlık ve Gelişim Merkezi

Son yıllarda yürütülen çalışmalar, stres yaşantısının alışıla geldiği gibi yalnızca psikiyatrik rahatsızlıklara yönelik değil, birçok kronik rahatsızlık için de tehdit edici bir faktör olabildiğini göstermektedir (Dimsdale, 2008). Bilindiği üzere stres tepkisi, evrimin bir armağanı olarak hayati bir tehlike karşısında akut bir şekilde ortaya çıkmaktadır. Böylece, kaçma ya da mücadele edebilmek için gerekli olan enerji üretimi gerçekleşmektedir (McEwen, 2005). Akut stres tepkilerinin sıklıkla tekrarlanması, süresinin ve yoğunluğunun artması; yüksek düzey glukokortikoidlerin ve çeşitli birtakım stres hormonlarının açığa çıkmasıyla sonuçlanmaktadır. Böylelikle, bağışıklık sistemi baskılanmakta ve hastalık riski artmaktadır (Sapolsky, 2004). Biriken yani kronikleşen stres; kalp damar rahatsızlıklarının gelişiminde ya da bağışıklık sisteminin zayıflamasında önemli bir risk faktörü olmasının yanı sıra (Ho, Neo, Chua, Cheak ve Mak, 2010), ilerleyici bir nörolojik rahatsızlık olan multipl skleroz (MS) gibi rahatsızlıklarda da tetikleyici bir faktördür. Kronik stres, merkezi sinir sisteminde miyelin kılıf hasarı sonucu lezyonların oluşmasıyla açıklanan MS belirtilerinin artışı ile ilişkilendirilmektedir (Mohr, Hart, Julain, Cox ve Pelletier, 2004). Diğer bir deyişle; biriken, kronikleşen stres kronik rahatsızlıklarla başa çıkmayı da zorlaştırmaktadır (Schneiderman, Ironson ve Siegel, 2005).

Multipl Skleroz (MS)

Demiyelizan ve enflamatuar bir hastalık olan MS, nöronlar arası iletimi sağlayan aksonu çevreleyen ve bu iletimi hızlandıran miyelin kılıfın hasara uğramasıyla ortaya çıkmaktadır. Beyindeki miyelinizasyonun gerçekleşmesinde rol oynayan destek hücrelerden oligodendrositlerin işlevselliğinin yetersizleşmesi sonucunda miyelin kılıf hasar görür ve nöral iletişimde zarara yol açarak MS ataklarına ve belirtilerine yol açar (Compston ve Coles, 2002).

MS teşhisi genelde 20 ila 50 yaş arası konulmaktadır. Atak ya da ilerleme sonrasında gözlenen genel belirtiler, uzuvlarda işlev ve his kaybı, gaita ve idrar kaçırma, cinsel işlev bozukluğu, artan yorgunluk ve tükenmişlik, görme hasarı, denge kaybı, ağrı, bilişsel bozukluklar ve olumsuz duygusal değişimlerdir (Mohr ve Cox, 2001). MS hastalığının 400 kişide 1 görülme riski vardır ve bu hasta popülasyonunun üçte birinin günlük yaşam aktivitelerini yerine getirebilme becerileri hastalık sonucu zarar görmektedir (Compston ve Coles, 2002).

MS hastalığı atak ve beraberinde tamamen toparlanma ya da atak sonrası birtakım hasarın kalıcı olması yönünde seyrediyorsa yineleyici yenileyici yani "Relapsing Remitting" MS (RRMS) olarak adlandırılmaktadır (Compston ve Coles, 2002). RRMS teşhisi alan kişilerde yaşanan atağın ardından gelişen nörolojik hasara bağlı olarak belirtiler ani bir şekilde artar, birkaç hafta ya da ay içinde bu belirtilerin bir kısmı veya tamamı artık görülmez olur (Gold ve ark., 2005). MS ilerleyici türde seyrediyorsa Sekonder Progresif MS (SPMS) ya da Primer Progresif MS (PPMS) olarak tanı almaktadır. Bu ikinci türde RRMS'den farklı olarak ataklar görülmeksizin nörolojik hasar ve beraberinde de hastalık belirtileri, ataklar olmazsın görülmekte ve iyileşmeksizin stabil bir şekilde artmaktadır. Bir kısım RRMS vakasında ise sürecin ilerleyen zamanlarda SPMS olarak ilerlediği görülmektedir (Gold ve ark., 2005).

MS ve Stres

MS hastalığının kimi hastalarda RRMS olarak başlayıp ilerlememesi kimi hastada ise ilerleyerek SPMS şeklinde devam etmesi, birçok araştırmacının ve klinisyenin dikkatini çekmiştir. MS'in ilerleyici yönde seyretmesine yönelik risk faktörleri ise; hastalığın ileri yaşlarda başlaması, tanı sonrası ilk 5 yıl içinde atakların sık görülmesi ve ilk atağa bağlı görülen belirtilerin tamamen iyileşememesidir. Ancak; boylamsal bir çalışmada RRMS tanısı sonrası %11'lik bir grubun depresyon teşhisi aldığı ve depresyonun tedavi edilmemesi durumunda hastalığın ilerleyici bir yönde seyrettiğinin görülmesi dikkat çekicidir (Bsteh ve ark., 2016). Aynı zamanda, depresyon (Siegert ve Abernethy, 2005) ve kimi zaman da kaygı bozuklukları MS tanısı ile sıklıkla beraber görülen psikolojik rahatsızlıklardır (Compston ve Coles, 2002).

Rahatsızlığın coğrafi dağılımı incelendiğinde dikkat çekici bir benzerliğe rastlanmaktadır. MS hastalığının görülme sıklığı başta İngiltere, İrlanda, İskoçya ve etnik özellikleri açısından birbirleriyle benzerlik taşıyan Danimarka, Norveç ve İsveç gibi Avrupa ülkelerinde oldukça yüksektir. Aynı zamanda, Amerika, Kanada, Yeni Zelanda ve Avustralya gibi ülkelerde de, zamanında kolonileşme nedeniyle Avrupa ülkelerinden göçün yoğun olduğu bölgelerde hastalığın görülme sıklığının daha yüksek olduğu bilinmektedir. Hatta, öyle ki II. Dünya Savaşı sırasında İngilizlerin İzlanda ile İskoçya arasında kalan, günümüzde ise Danimarka'ya bağlı özerk bir bölge olan Faroe Adalarını işgali sonrasındaki yıllarda MS hastalığının ortaya çıkması sonucu hastalığın dirençli bir viral enfeksiyon olabileceğine dair birtakım hipotezler gündeme gelmiştir (Pugliatti, Sotgiu ve Rosati, 2002).

Günümüzde MS hastalığının etiyolojisi tam olarak açıklanamadıysa da, rahatsızlığın stres ile olan ilişkisi Mohr'un (2007) da dikkatini çekerek, nörolojik hasarın artmasına zaman zaman yol açabilen ve belirtilerin ilerlemesinde rol oynayan stresin türünü incelemeye yönelmiştir. Görülen o ki, MS ve stres arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalar batı toplumlarında yürütülmüştür. Batı toplumlarında stresin kişilerarası ilişkiler, iş hayatı ya da ekonomik problemlere yönelik ortaya çıktığı bildirilmiş ve haftalar, hatta aylarca kronik türde seyrettiği gözlenmiştir (Heesen ve ark., 2007). MS hastalığının stresi kronik bir şekilde yaşayan toplumlarda görülme sıklığının daha yüksek olması, MS teşhisi ile psikolojik rahatsızlıkların sıklıkla ilişkilendirilmesi ve psikolojik rahatsızlıkların tedavi edilmediği takdirde has-

Kaynak: saglikk.com

talığın ilerlemesinde bir rol oynaması,bu hastalıkta stresin de önemli bir unsur olduğunu ortaya koymaktadır. Aslında, Charcot (1868) yüzyıllar önce MS teşhisi alan kişilerin sıklıkla ataklar öncesi kişiler arası ilişkilerde çatışma ve de kayıp gibi stresli yaşantılar deneyimlediklerine değinmiştir (akt., Sandyk, 1996). Benzer şekilde, günümüzde de derleme çalışmaları hastalığın ilerlemesi ile stres yaşantısının ilişkili olduğunu göstermektedir (Artemidias, Anagnostouli ve Alexopoulus, 2011; Mohr ve ark., 2004).

Nisipeanu ve Korcyzn (1993), Basra Körfezi Savaşı'nda füze saldırısı nedeniyle hayati tehlike altında olan MS hastalarının ataklarının sıklığı ile stres düzeylerini iki ay süresince takip etmişlerdir. Çalışmaya katılım gösteren MS hastalarının her sene en az bir atak geçirdikleri bilinmektedir. 234 sivilin yaralandığı ve 544 kişinin hastanelere akut psikolojik şikayetlerle başvurduğu bu süreçte, maruz kalınan yoğun düzey strese rağmen iki aylık süreçte 32 katılımcıdan sadece birinin iki ay içinde atak geçirdiği görülmüştür. İki kişinin ise savaş sonrası atak geçirdiği görülmüştür. Bu geçirilen atakların ardından görülen belirtilerin de ilerleyen zamanlarda görülmediği belirtilmiştir. Bu kadar yoğun yaşanılan strese rağmen, stres yaşantısıyla ilişkili görülen MS belirtilerinin gözlenmemesi önemli bir araştırma sorusunu doğurmaktadır. Buradan hareketle, Mohr ve arkadaşları (2000), MS rahatsızlığı olan kişilerin yaşantıladıkları stres faktörlerini ayrıntılarıyla ele alarak beyin lezyonlarını takip etmişlerdir. Aile hayatında yaşanılan birtakım sorunlar veya iş hayatıyla ilişkili görülen, bir diğer deyişle sıklıkla kişinin hayatında tekrarlayarak kronik strese dönüşecek stres faktörleri, yeni oluşum gösteren beyin lezyonlarıyla ilişkilendirilirken aileden birinin kaybı gibi daha büyük stres faktörlerinin beyin lezyonlarının gelişimi ile herhangi bir ilişkisi görülmemiştir.

Alanyazın göz önünde bulundurulduğunda birçok çalışma MS hastalığında atakların görülmesinde ve hastalığa ilişkin belirtilerin artmasında kronik stresin rolüne değinmektedir. Ackerman ve arkadaşları (2002), bir yıl süresince her hafta stres içerikli yaşantıları sorguladıkları bir çalışmada, son bir buçuk ayda bir ya da daha fazla stres içerikli yaşantı deneyimleyen RRMS ve SPMS tanılı kişilerin hastalığa yönelik belirtilerinin %85 oranında arttığını bildirmiştir. Schwartz ve arkadaşları (1999) ise, altı sene boyunca yürüttükleri bir çalışmada son altı ay içerisinde stres faktörlerinin artmasıyla hastalık belirtilerinin arttığını bulmuştur. Brown ve arkadaşları (2006) da son üç ayda stres belirtilerinin artması ile beraberinde MS ataklarının da sıklaştığını belirtmiştir.

Görüldüğü üzere, stresin türü nedeniyle stres ile MS hastalığında görülen ataklar ve hastalık belirtilerinin ilişkisi farklılık göstermektedir. Nisipeanu ve Korcyzn (1993) ve Mohr ve arkadaşlarının (2000) yürüttükleri çalışmalar incelendiğinde, deneyimlenen travmatik strese rağmen ataklarda ya da nörolojik belirtilerde ilerleme görülmemesi, 'travmatik stres ile artan kortizol düzeyinin atakları tetikleyen enflamatuarı baskılayarak atakları önlediği' hipotezi ile açıklanmaktadır. Ancak; tekrarlayarak kronik strese yol açan birtakım stres faktörleri ise, kortizolün uzun süre vücuttan atılamamasına yol açarak bağışıklık hücrelerinin işlevselliğini olumsuz yönde etkilemektedir (Mohr, 2007). Bu bulgulardan hareketle, nöroimmünolojik bir rahatsızlık olan MS hastalığında gözlenen atakların ve hastalık belirtilerinin kronik stresin bağışıklık sistemini etkilemesi sonucu tetiklendiği düşünülebilir.

MS Hastalarının Hastalığa Dair Algıları

MS hastalığının sıklıkla genç yaşlarda görülmesi, hastalığın yorgunluk, birtakım fiziksel işlevlerin kısıtlanması, sürecinin belirsiz ve zaman zamanda ilerleyici olması hastalığın kendisini de bir stres faktörü kılmaktadır. Rahatsızlığın kronik doğası nedeniyle bireyler hayatlarının teşhis sonrası farklılaşacağını düşünmektedirler. O nedenle de, ileride kariyerlerinde, romantik ve kişilerarası ilişkilerinde problemler çıkacağını düşünerek kaygılanmaktadırlar (Mitsonis, Potagas, Zervas ve Sfagos, 2009). Öyleki, tanı sonrası kimi hastalar ileri düzeyde stres deneyimlemekte ve bu yaşanılan stresle işlevsel olmayan yollarla başa çıkmaya çalışmaktadırlar (akt., Mitsonis ve ark., 2009).

Issakson, Gunnarsson ve Ahlström'ın (2007) yürüttüğü bir çalışmada MS tanılı bireylerin hastalığa yönelik algıları değerlendirilmiştir. Bu çalışmada katılımcıların %62'si sağlıklarına ilişkin kayıp yaşadıklarını belirtmişlerdir. Aynı zamanda, teşhis sonrası geleceğe dair umutlarının azaldığı, kendi yaşamları, bedenleri üzerinde kontrol sahibi olmayacaklarını düşünerek bağımlı hale geleceklerini ve toplum içerisindeki rollerinin farklılaşacaklarına dair kaygı duyduklarını da dile getirmişlerdir. Yas tepkilerini andıran bir duygudurum içinde olan MS hastalarının kaygı, korku ve öfke gibi birtakım duygularla birlikte hastalığın kendisini de başlı başına bir stres faktörü olarak değerlendirdikleri ve var olan streslerini kronikleştirdikleri görülmüştür (Issakson ve ark., 2007).

Rabins ve arkadaşları (1986), MS hastalarının kendi rahatsızlıklarına yönelik algılarını incelemek amacıyla MS hastalığı olan ve hastalığa bağlı omurilikte lezyonları olan hastalar ile farklı rahatsızlıklar sonucunda omurilikte benzeri lezyonları olan hastaların stres belirtilerini kıyaslamışlardır. İki katılımcı grubunun da lezyonlarının yerleri ve sıklığı nedeniyle deneyimledikleri belirtiler her ne kadar benzer olsa da, MS hastalarının yaşadıkları stres belirtilerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu çalışmadan elde edilen bulgu ışığında, MS hastalığının yalnızca adının bile ne denli kritik olabileceği söylenebilir. Ayrıca, stres ile hastalık belirtilerinin ya da atakların arttığını gösteren çalışmalar, aynı zamanda, hastalık belirtilerinin ya da ataklarının da MS tanılı kişilerin hayatında bir stres faktörü oluşturarak biriken strese katkı sağladığını vurgulamaktadırlar (Brown ve ark., 2006; Schwartz ve ark., 1999).

Sonuç olarak; birçok çalışma, MS hastalığında kronik stresin süreci olumsuz etkileyerek atakların ve hastalık belirtilerinin artmasında kritik bir rolü olduğuna işaret etmektedir. Bu nedenle, MS hastalığı ve stres ile ilişkili çalışmaları göz önünde bulundurarak hastalık sürecinde stres yönetiminin ele alınmasının da tedavinin etkililiğinde önem taşıdığı söylenebilir.

Kaynaklar

Ackerman, K. D., Heyman, R., Rabin, B. S., Anderson, B. P., Houck, P. R., Frank, E. ve Baum, A. (2002). Stressful life events precede exacerbations of multiple sclerosis. *Psychosomatic Medicine, 64*(6), 916-920.

Artemiadis, A. K., Anagnostouli, M. C. ve Alexopoulos, E. C. (2011). Stress as a risk factor for multiple sclerosis onset or relapse: A systematic review. *Neuroepidemiology, 36*(2), 109-120.

Brown, R. F., Tennant, C. C., Sharrock, M., Hodgkinson, S., Dunn, S. M. ve Pollard, J. D. (2006). Relationship between stress and relapse in multiple sclerosis: Part II. Direct and indirect relationships. *Multiple Sclerosis Journal, 12*(4), 465-475.

Bsteh, G., Ehling, R., Lutterotti, A., Hegen, H., Di Pauli, F., Auer, M., Deisenhammer, F., Reindi, M. ve Berger, T. (2016). Long term clinical prognostic factors in relapsing- remitting multiple sclerosis: Insights from a 10-year observational study. *Plos One, 11*(7), e0158978.

Compston, A. ve Coles, A. (2008). Multiple sclerosis. *The Lancet, 372*(9648), 1502-1517.

Dimsdale, J. E. (2008). Psychological stress and cardiovascular disease. *Journal of the American College of Cardiology, 51*(13), 1237-1246.

Gold, S. M., Mohr, D. C., Huitinga, I., Flachenecker, P., Sternberg, E. M. ve Heesen, C. (2005). The role of stress-response systems for the pathogenesis and progression of MS. *Trends in Immunology, 26*(12), 644-652.

Heesen, C., Gold, S. M., Huitinga, I. ve Reul, J. M. H. M. (2007). Stress and hypothalamic– pituitary–adrenal axis function in experimental autoimmune encephalomyelitis and multiple sclerosis—a review. *Psychoneuroendocrinology, 32*(6), 604-618.

Ho, R. C., Neo, L. F., Chua, A. N., Cheak, A. A. ve Mak, A. (2010). Research on psychoneuroimmunology: Does stress influence immunity and cause coronary artery disease. *Annals Academy of Medicine Singapore, 39*(3), 191-196.

Isaksson, A. K., Gunnarsson, L. G. ve Ahlström, G. (2007). The presence and meaning of chronic sorrow in patients with multiple sclerosis. *Journal of Clinical Nursing, 16*(11c), 315-324.

Kern, S., Schultheiss, T., Schneider, H., Schrempf, W., Reichmann, H. ve Ziemssen, T. (2011). Circadian cortisol, depressive symptoms and neurological impairment in early multiple sclerosis. *Psychoneuroendocrinology, 36*(10), 1505-1512.

McEwen, B. S. (2005). Glucocorticoids, depression, and mood disorders: structural remodeling in the brain. *Metabolism, 54*(5), 20-23.

Mitsonis, C. I., Potagas, C., Zervas, I. ve Sfagos, K. (2009). The effects of stressful life events on the course of multiple sclerosis: A review. *International Journal of Neuroscience, 119*(3), 315-335.

Mohr, D. C., Goodkin, D. E., Bacchetti, P., Boudewyn, A. C., Huang, L., Marrietta, P., ...Dee, B. (2000). Psychological stress and the subsequent appearence of new brain MRI lesions in MS. *Neurology, 55*, 55-61.

Mohr, D. C., Hart, S. L., Julian, L., Cox, D. ve Pelletier, D. (2004). Association between stressful life events and exacerbation in multiple sclerosis: A meta-analysis. *Bmj, 328*(7442), 731.

Mohr, D. C. ve Cox, D. (2001). Multiple sclerosis: Empirical literature for the clinical health psychologist. *Journal of Clinical Psychology, 57*(4), 479-499.

Mohr, D. C. (2007). Stress and multiple sclerosis. *Journal of Neurology, 254*, II65-II68.

Nisipeanu, P. ve Korczyn, A. D. (1993). Psychological stress as risk factor for exacerbations in multiple sclerosis. *Neurology, 43*(7), 1311-1311.

Pugliatti, M., Sotgiu, S. ve Rosati, G. (2002). The worldwide prevalence of multiple sclerosis. *Clinical Neurology and Neurosurgery, 104*, 182-191.

Rabins, P. V., Brooks, B. R., O'donnell, P., Pearlson,

G. D., Moberg, P., Jubelt, B., ...Folstein, M. F. (1986). Structural brain correlates of emotional disorder in multiple sclerosis. *Brain, 109*(4), 585-597.

Sandyk, R. (1996). Tryptophan availability and the susceptibility to stress in multiple sclerosis: A hypothesis. *International Journal of Neuroscience, 86*, 47-53.

Sapolsky, R. M. (2004). *Why zebras don't get ulcers: The acclaimed guide to stress, stress-related diseases, and coping, vol. 560*. New York: Henry Holt & Company.

Siegert, R. J. ve Abernethy, D. A. (2005). Depression in multiple sclerosis: A review. *Journal of Neurology, Neurosurgery & Psychiatry, 76*(4), 469-475.

Schneiderman, N., Ironson, G. ve Siegel, S. D. (2005). Stress and health: Psychological, behavioral, and biological determinants. *Annual Review of Clinical Psychology, 1,* 607-628.

Schwartz, C. E., Foley, F. W., Rao, S. M., Bernardin, L. J., Lee, H. ve Genderson, M. W. (1999). Stress and course of disease in multiple sclerosis. *Behavioral Medicine, 25*(3), 110-116.

BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ
bilim bizde toplanır bizden yayılır

II. SIĞINMACILARDA VE MÜLTECİLERDE PSİKOLOJİK SAĞLIK SEMPOZYUMU

Geleceği Düşlemek

11-12 Mayıs 2019
Prof. Dr. İhsan Doğramacı Konferans Salonu
Başkent Üniversitesi

https://smpss.net/

TÜRK PSİKOLOGLAR DERNEĞİ
Başkent Üniversitesi Stres Yönetimi Uygulama ve Araştırma Merkezi
FİKİR VE SANAT ATÖLYESİ DERNEĞİ
MUDEM RSC
SIĞINMACILAR VE GÖÇMENLERLE DAYANIŞMA DERNEĞİ

PSİKOLOJİ BÖLÜMÜ
Fen Edebiyat Fakültesi
SOSYAL HİZMET BÖLÜMÜ
Sağlık Bilimleri Fakültesi

Prof. Dr. Çiğdem Kağıtçıbaşı, 1940-2017
Kaynak: www.herkesebilimteknoloji.com

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.