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

PiVOLKA

Temmuz 2019 | Cilt: 9 | Sayı: 32 | ISSN: 2587-022X

Editörden...

Zaman, hayatın önemli bir boyutu. “Zamana bırakmak” gibi olumlu atıflarımız ve kendisinden iyileştirici / onarıcı beklentilerimiz olsa da, zaman canlılar için hep ve sadece “son”a giden bir doğru. İlk kalp atışının sesi yankılandığında, o “son”a gerisayım başlamıştır. Yaşamın başlangıcı gibi değerlendirilen o ses, aslında sadece ve sadece “son”un başlangıcıdır. O kalp atışının ilk yankılandığı andan bir daha duyulmayacağı ana kadar geçen süre, kimine göre uzun kimine göre kısa ama herkes için bir “anlam” bulma mücadelesi aslında.

Üzerinde yaşadığımız gezegenin ve canlıların tarihi düşünüldüğünde, insanın geçmişi zaten bir “an”lık. Ancak o “an”ı dolduran her şey, hem gezegeni hem de tüm canlıları etkiliyor. Tüm yaşam mücadelemizi ve anlam arayışımızı bu “an” içerisinde gerçekleştiriyoruz. Türümüzün devamı için verdiğimiz hayatta kalma mücadelesini kabul etmek belki daha kolay. Ancak o “an”daki, yani aslında insan ömründeki, o anlam arayışı ve bu arayıştan ya da sonuçlarından kaynaklanan tüm çıktılar, kolay olmanın çok uzağında.

İnsanın bilinçli farkındalığa sahip olması, bu farkındalığın yükünü taşıması anlamına da geliyor. İşte o ilk kalp atışı bu nedenle romantik ve o son kalp atışı yine bu nedenle hep çok hüzünlü ve hep erken. Diğer insanlar yine bu nedenle önemli ve vazgeçilmez. Yeni Hayat (Cast Away) filminde, fırtına nedeniyle Pasifik Okyanusu’na düşen bir kargo uçağından canlı kurtulan ve yalnız bir adaya düşen Chuck’ın (Tom Hanks) kargo paketlerinin birinden çıkan voleybol topuna bir yüz çizerek verdiği sosyalleşme çabası yine bu yüzden. İnsan, ne insanla yapabiliyor ne insansız. Voleybol topu Wilson’ı en önemli arkadaşımız yapacak kadar muhtacız “diğer”ine. Aynı “diğeri”, canını alabileceğimiz kadar katlanılmaz bizim için.

Hep bir yöne doğru akan zaman içerisinde,”an”lık ömrümüzde sırtımıza ağır yük olan farkındalığımızla hep bir gel-git içerisinde zihnimiz.

Öyle mi geçekten? Yoksa bu akış da bir kurgu mu? Yani o anlamlar silsilesinden biri mi sadece?

Neden olmasın?

Kim demiş zaman hep tek yöne akar diye? Kim demiş sadece insandır farkında olan? Ya da kim söylemiş üzerinde canlı yaşayan tek gezegen dünya diye?

Başkent Üniversitesi Adına Sahibi
Prof. Dr. Ali Haberal

Yayın Yönetmenleri
Zuhal Yeniçeri
E. Öykü Us

Yazı İşleri Müdürü
Doğan Kökdemir

Danışma Kurulu
Sinan Alper
Gülce Coşkun Şentürk
Okan Cem Çırakoğlu
Özlem Darcansoy İşeri
Kürşad Demirutku
Elvin Doğutepe
Ayşegül Durak Batıgün
Aykut Eken
Esra Güven
Nesrin Hisli Şahin
Nil Korkut
Doğan Kökdemir
Bahar Muratoğlu Pehlivan
Nilay Pekel Uludağlı
Didem Sevük
Deniz Tansel İlic
Sait Uluç
Erkan Yurtcu

32

İçindekiler...

Editörden...	Z. Yeniçeri	1
Kurallarla Geçen Bir Yaşam: Obsesif Kompulsif Kişilik Bozukluğu	Ç. Ünal	2
Prototip Bir Işık Gibi; Bizler İse Işığa Yönelen Sinekler	F. Bayrak	5
Aklımın Aklı: Yapay Zeka	E. G. Ergür	11
Romantik İlişkilerin Gücü	A. Saçaklı	14
Biriktirmenin Yolculuğu: Dün, Bugün ve Yarın Biriktiricilik Bozukluğu	G. Kavalcı	16

KURALLARLA GEÇEN BİR YAŞAM: OBSESİF KOMPULSİF KİŞİLİK BOZUKLUĞU

Çağıl Ünal
cagilunal@gmail.com
Başkent Üniversitesi, Psikoloji Bölümü

Hepimizin hayatında belli kuralların, örüntülerin, düzenlerin varlığını hissedebiliriz. Dünyaya geldiğimiz andan itibaren çeşitli öğrenme yöntemleriyle kendimize has gözlüklerimizle, çevremizde olup bitenleri anlamlandırmaya çalışır, etrafımızdaki şeyleri kategorize ederiz. Gelecekteki olası tehlikelere karşı zırhımızı kuşanabilmek ve hayatımızı daha işlevsel hale getirebilmek için belli çerçevelere ihtiyacımız vardır. Bu çerçeveler bize birçok açıdan kolaylık ve işlevsellik sağlıyor olsa da bazı zamanlarda da oldukça huzursuz edici bir hale bürünebilir. Bu huzursuz edici örneklerin başında obsesif kompulsif kişilik bozukluğu gelebilir.

Obsesif-kompulsif kişilik bozukluğu (OKKB) mükemmeliyetçilik, kontrol ihtiyacı ve bilişsel katılıkla karakterize olan erken başlangıçlı bir bozukluktur (Fineberg ve ark., 2014). Bu bozukluğa sahip bireyler ilişkilerinde domine edici bir rol benimserler ve otoriteye fazla bağlılık ya da fazla dirençlilik gösterebilirler. Obsesif kompulsif kişilik bozukluğuna sahip bireyler duygulanımlarını çok kontrollü şekilde ifade edebilir ve duygusal olarak çok dışavurumcu kişilerin yanında rahatsız hissedebilirler. Günlük ilişkileri formal ve ciddi özelliktedir. Diyecekleri/yapacakları şeyler mükemmel olana kadar kendilerini geride tutarlar. Mantık ve zeka ile çok ilgilidirler (Diedrich ve ark., 2015).

Obsesif kompulsif kişilik bozukluğunun esas özelliği düzene, mükemmeliyetçiliğe, zihinsel ve kişilerarası kontrole yönelik kaygı gösterme ve yeterlik, esneklik ve açıklık konusunda sıkıntı yaşamaktır. Bu örüntü erken yetişkinlik döneminde başlamakta olup, kendini birçok bağlamda göstermektedir (Ansseau, 1997). Obsesif kompulsif kişilik bozukluğu olan bireyler kurallar, detaylar, prosedürler, listeler, programlara yapılan aktivitenin ana noktalarını kaybedecek kadar özenli bir dikkat gösterirler. Bu bireyler çok dikkatli ve tekrara meyillidirler, detaylara ekstra dikkat verirler ve olası yanlışlar için tekrar tekrar kontrol ederler. Diğer insanlar bu davranışlardan ortaya çıkan gecikmeler ve sıkıntılardan rahatsız olabilirler fakat OKKB'si olan birey bu gerçeği ihmal edebilirler. Zamanı kullanmakla ilgili zayıf olabilirler ve bundan dolayı çok önemli görevler son dakikaya kalabilir. Bireyin kendine yüklediği yüksek standartlar ve mükemmeliyetçilik duygusu bireylerde anlamlı işlev bozukluklarına ve sıkıntılara yol açabilir. Bir projenin/görevin her detayını mükemmel yapabilmekle çok ilgilenmekten proje/görev hiç bitmeyebilir. Son teslim tarihleri kaçırılabilir ve bireyin odak noktasında olmayan, hayatının her yönü karışıklık içine girebilir. Obsesif kompulsif kişilik bozukluğuna sahip bireyler işlerine ve üretken olmaya kendilerini adarlar ve arkadaşlık, boş vakit aktiviteleri gibi konuları dışlarlar. Bu durum ekonomik sebepler yüzünden oluşan durumlar değildir (Ansseau, 1997). Rahatlamak ya da bir gece/haftasonu dışarı çıkmak için vakitleri olmadığını düşünürler. Keyif verici bir aktiviteyi, seyahatleri sürekli erteleyebilir ve o aktiviteleri hiç gerçekleştirmeyebilirler. Yanlarında işle ilgili bir şey götürmedikleri sürece boş vakit aktiveteleri ya da seyahatlerde çok rahatsız hissedebilirler, bu durumlarla vakit kaybetmek istemezler (Diedrich ve ark., 2015). Ev işleri ile ilgili çok konsantredirler, çok titizlik gösterebilirler. Arkadaşlarla geçirilen zamanları organize olmuş aktiviteler şeklinde yapmayı tercih ederler (örn., spor). Hobiler bu bireyler için başarmak için çok çalışmayı gerektiren ve düzgün organize olunması gereken aktivitelerdir. Mükemmel performansa çok vurgu yaparlar. Görevleri yapılandırılmış şekilde, bir düzen içinde yapmaya çok özen gösterirler (Diedrich ve ark., 2015).

Obsesif kompulsif kişilik bozukluğu, isim benzerliğinden de kaynaklanarak obsesif kompulsif bozukluk (OKB) ile karıştırılabilmektedir. Obsesif kompulsif kişilik bozukluğunda OKB'den farklı olarak genele yayılmış, köklü bir katılık ve kurallar bütünü ortaya çıkmaktadır. OKB ile OKKB'nin komorbit olarak görülmesinin, OKB semptomlarının daha erken yaşlarda görülmesi, bireyin daha sık simetri ve biriktirme obsesyonu olması ve tekrarlayan temizleme, düzenleme, biriktirme kompulsiyonları ile anlamlı şekilde ilişkili olabileceğini belirtmiştir. Buna ek olarak OKKB özelliklerinin OKB'li bireylerin ebeveynlerinde daha sık rastlandığı ve mükemmeliyetçilik, biriktiricilik ve detaylarla meşguliyet gibi özelliklerin OKB'li bireylerin ebeveynlerinde daha sık rastlanır olduğu bulunmuştur (Calvo ve ark., 2009).

Obsesif kompulsif kişilik bozukluğu ile ilgili birçok etiyolojik teori bulunmaktadır. Freudiyen teoriler anal psikoseksüel dönemde fiksasyonlara ve katı ebeveynlik örüntülerine vurgu yapmaktadır. Çocuk yetiştirirken kısıtlayıcı bir tarzda olmak ve çocuklarda sınırları belirlemek için cezalar uygulamak bireylerin ileriki yaşlarında obsesif kompulsif kişilik bozukluğu geliştirmesine zemin hazırlamaktadır (Millon, 1996). Ebeveynlerin belirledikleri belirli sınırlar içinde kalarak cezalardan ve negatif sonuçlardan korunan çocuklar, belirli örüntüler içinde bir kurala bağlı olmayı içselleştirebilirler (De Reus ve Emmelkamp, 2012). Erikson ise otonomi-utanç psikososyal evresinde başarısızlıkları vurgularken, sosyal öğrenme teorisyenleri uyumsuz modellemeler sonucu öğrenmeleri ile sürmüştür (Reddy ve ark., 2016). Çocuk modelleyerek öğrenme yoluyla, ebeveyninin mükemmeliyetçi, özenli, detaycı ve kuralcı davranışlarını gözlemleyerek bunları davranış repertuvarına ekler. Çocuklar sürekli olarak gerekliliklerine katı şekilde bağlı olmaları, düzenli, eğitimli, kurallı, özenli olmaları gerektiğine ve dürtüsel davranmanın sorumsuzluk olduğuna dair bir anlayışla büyütülmekte olduklarından sürekli olarak sorumluluklarının bilincinde olmaları gereken durumlarla karşı karşıya kalırlar ve bu şekilde davranmanın devamlılığı bireylerde suçluluktan kaçınmak için kurallara uygun ve düzenli olma davranışlarını pekiştirir (De Reus ve Emmelkamp, 2012).

Obsesif kompulsif kişilik bozukluğunun genetik faktörleri incelendiği zaman, daha geçmişte yapılan çalışmalar genetik bir faktöre vurgu yapmıyor olsa da yeni çalışmalara göre OKKB genetik aracılığıyla bireylerden aktarılabilen bir bozukluk sınıfına geçiş yapmıştır. 92 tek yumurta, 129

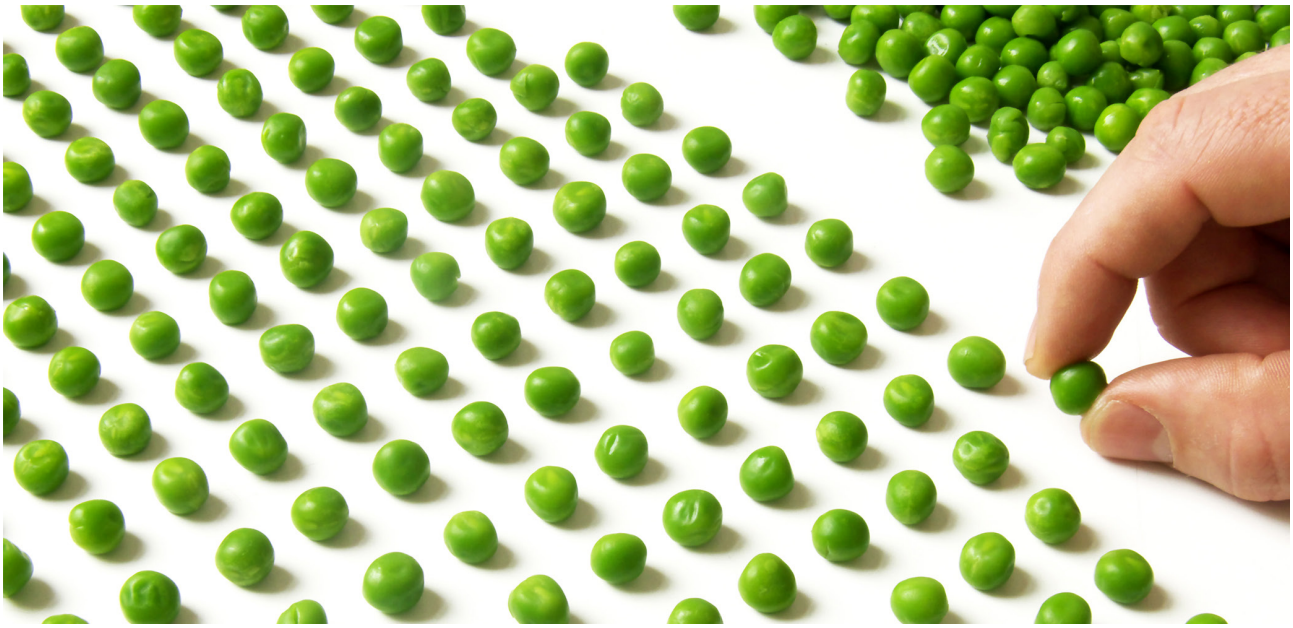
çift yumurta ikizinin katıldığı bir ikiz çalışmasında OKKB için genetik aktarım 0.78 olarak bulunmuştur (Torgersen ve ark., 2000). İkiz çalışmalarıyla birlikte nörotransmiterler üzerine yapılan Light ve arkadaşlarının (2006) çalışmalarına göre, dopamin D3 reseptörünün Gly/Gly genotipine sahip olmanın OKKB tanısı alma riskini 2.4 oranında arttırdığı belirtilmektedir.

Obsesif kompulsif kişilik bozukluğunun ilerleyişi genel olarak stabil olmasına rağmen bazı zamanlarda öngörülmesi zor olabilir. Genellikle geç ergenlik ya da yetişkinliğin başlarında ortaya çıkmaktadır ve yaşla birlikte artan bir örüntüye sahiptir. Bu kişilik bozukluğunu daha metodolojik ve detaycı iş tanımlamalarına sahip işlerde çalışan bireylerde görmek mümkündür (Robinson, 1999).

Obsesif kompulsif kişilik bozukluğu için farmakolojik ve psikolojik birçok farklı yöntemler ile tedaviler denenmiştir. Farmakolojik yöntemler ile tedavisine yönelik çalışmalar incelendiğinde, Ansseau (1997) fluvoxamine'in etkililiğini 24 depresif olmayan OKKB hastasında çift yönlü kör bir desene sahip bir çalışmasında, 3 aylık bir süre sonrasında fluvoxamine kullanıcılarında placebo grubuna göre anlamlı bir etki gözlenmiştir. Obsesif kompulsif kişilik bozukluğu ile komorbit majör depresyon ve OKB hastaları ile iki kontrollü çalışma rapor edilmiştir. Ekselius ve Von Knorring (1998), 308 majör depresyon hastasının katıldığı randomize kontrollü bir çalışmada sertraline ve citalopram etkililiğini araştırmıştır. Sonuçlara göre, 24 haftalık tedavi sonrası citalopram grubunda OKKB tanılarında anlamlı bir azalma raporlanmaktadır. Buna ek olarak iki grupta da OKKB özelliklerinde anlamlı bir azalma raporlanmakta olup, citalopram grubunda en etkili azalma gözlenmiştir.

Psikoterapi alanında yapılan çoğu çalışma depresif tanılarla komorbit görülen kişilik bozuklukları üzerine yapılmıştır. Barber ve Muenz (1996), OKKB ve kaçıngan kişilik bozukluğu olan depresif bireylerde bilişsel terapi ve kişilerarası terapi etkililiğini çalışmışlardır. Sonuçlar incelendiğinde kişilerarası terapinin, OKKB komorbitliği durumunda depresif duygu durumunun azalmasında daha etkili olduğu, kaçıngan kişilik bozukluğu komorbiditesinde ise bilişsel terapinin daha etkili olduğu vurgulanmaktadır (Barber ve Muenz, 1996). Yapılan bir çalışmada ise zaman sınırlı destekleyici-ifade edici dinamik psikoterapinin depresyon ya da kaygı bozukluğuyla komorbit kaçıngan kişilik bozukluğu veya OKKB'si olan bireylerdeki etkililiği araştırılmıştır (Barber ve ark., 1997). İki kişilik bozukluğu grubunda da depresyonda, kaygıda, kişilerarası problemlerde azalmalar ve genel işlevlilikte gelişmeler görülmüş, OKKB'si olan katılımcıların ise tedavide anlamlı şekilde daha uzun süre kaldıkları görülmüştür. Buna ek olarak, tedavi sonrasında OKKB'li katılımcıların (%15) kişilik bozukluğu semptomlarını kaçıngan kişilik bozukluğuna sahip katılımcılara göre (%39) daha az karşıladıkları görülmüştür.

Fiore ve arkadaşları (2008), obsesif kompulsif ve kaçıngan kişilik bozukluğuna sahip erkek bireylerde Meta-bilişsel Kişilerarası Terapiye yönelik bir vaka çalışması yayınlamışlardır. Çalışmada kullanılan terapi yöntemi katılımcıların bilişleri üzerine düşünmelerini, kendi içsel süreçlerini anlayabilmeleri ve kendi duygulanımlarına erişebilmelerini iyileştiren hem bireysel hem de grup şeklinde ilerleyen bir terapi yöntemidir. Yapılan 31 bireysel, 36 grup seansından sonra katılımcıların kaçıngan ve obsesif kompulsif kişilik özellikleri hala bulunuyor olsa da kişilik bozukluğu tanısındaki kriterleri karşılamadıkları belirtilmiştir. Strauss ve arkadaşları (2006) tarafından yürütülen bir başka çalışmada bilişsel terapinin OKKB üzerindeki etkileri araştırılmıştır. Çalışma 52 haftalık seanslara katılan 31 kaçıngan ve obsesif kompulsif kişilik bozukluğuna sahip bireyden oluşmaktadır. Çalışma sonucu bilişsel terapinin tedavi sonrası kişilik bozukluğu semptomlarında anlamlı bir azal-



Kaynak: fwd.com.hk

maya yol açtığı rapor edilmiştir. Çalışma bulgularına göre tedavi öncesi DSM kriterlerini karşılayan katılımcı yüzdesi %100 iken tedavi sonrası bu yüzde %7'ye düşmüştür (Strauss ve ark., 2006).

Görüldüğü gibi birçok farmakolojik ve psikolojik tedavi yöntemi obsesif kompulsif kişilik bozukluğu tedavisinde etkili sonuçlar verebilmektedir. Fakat bu bulgular çok sınırlıdır ve genellenebilir niteliğe sahip değildir (De Reus ve Emmelkamp, 2012).

Kaynaklar

Ansseau, M. (1997). The obsessive-compulsive personality; diagnostic aspects and treatment possibilities. J. A. den Boer ve H. G. M. Westenberg, (Ed.), *Obsessive-compulsive spectrum disorders* içinde (61-73). Amsterdam: Syn-Thesis.

Barber, J. P. ve Muenz, L. R. (1996). The role of avoidance and obsessiveness in matching patients to cognitive and interpersonal psychotherapy: Empirical findings from the treatment for depression collaborative research program. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 64*, 951-958.

Barber, J. P., Morse, J. Q., Krakauer, I. D., Chittams, J. ve Crits-Christoph, K. (1997). Change in obsessive-compulsive and avoidant personality disorders following time-limited supportive-expressive therapy. *Psychotherapy, 34*, 133-143.

Calvo, R., Lazaro, L., Castro-Fornieles, J., Font, E., Moreno, E. ve Toro, J. (2009). Obsessive-compulsive personality disorder traits and personality dimensions in parents of children with obsessive-compulsive disorder. *European Psychiatry, 24*, 201-206.

De Reus, R. J. M. ve Emmelkamp, P. M. G. (2012). Obsessive-compulsive personality disorder: A review of current emprical findings. *Personality and Mental Health, 6*, 1-21.

Diedrich, A. ve Voderholzer, U. (2015). Obsessive-compulsive personality disorder: A current review. *Current Psychiatry Reports, 17*(2), 1-10.

Ekselius, L. ve Knorring, L. von (1998). Personality disorder comorbidity with major depression and response to treatment with sertraline or citalopram. *International Clinical Psychopharmacology, 13*, 205-211.

Fineberg, N. A., Reghunandanan, S., Kolli, S. ve Atmaca, M. (2014). Obsessive-compulsive (anankastic) personality disorder: toward the ICD-11 classification. *Revista Brasileira de Psiquiatria, 36*, 40-50.

Fineberg, N. A., Day, G. A., de Koenigswarter, N., Reghunandanan, S., Kolli, S., Jefferies-Sewell, K., Hranov, G. ve Laws, K. R. (2015). The neuropsychology of obsessive-compulsive personality disorder: A new analysis. *CNS Spectrums, 20*, 490-499.

Fiore, D., Dimaggio, G., Nicolo, G., Semerari, A. ve Carcione, A. (2008). Metacognitive interpersonal therapy in a case of obsessive-compulsive and avoidant personality disorders. *Journal of Clinical Psychology, 64*, 168-180.

Light, K. J., Joyce, P. R., Luty, S. E., Mulder, R. T., Frampton, C. M. A. ve Joyce, L. R. M., Miller, A. L. ve Kennedy, M. A. (2006). Preliminary evidence for an association between a dopamine D3 recepter gene variant and obsessive compulsive personality disorder in patient with major depression. *American Journal of Medical Genetics, 141*, 409-413.

Millon, T. (1996). *Disorders of personality: DSM-IV and beyond*. New York: Wiley.

Reddy, M. S., Vijay, M. S. ve Reddy, S. (2016). Obsessive compulsive (anankastic) personality disorder: A poorly researched landscape with significant clinical change. *Indian J Psychol Med*, 38, 1-5.

Robinson, D. J. (1999). *Field guide to personality disorders*. Port Huron, MI: Rapid Psychler Press.

Strauss, J. L., Johnson, S. L., Laurenceau, J. Ph., Hayes, A. M., Newman, C. F., Brown, G. K., Barber, J. P. ve Beck, A. T. (2006). Early alliance, alliance ruptures, and symptom change in a nonrandomized trial of cognitive therapy for avoidant and obsessive-compulsive personality disorders. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 74*, 337-345.

Torgersen, S., Lygren, S., Øien, P. A., Skre, I., Onstad, S., Edvardsen, J., Tambs, K. ve Kringlen, E. (2000). A twin study of personality disorders. *Comprehensive Psychiatry, 41*, 416-425.

PROTOTİP BİR IŞIK GİBİ; BİZLER İSE IŞIĞA YÖNELEN SİNEKLER

Fatih Bayrak
bayrak.f@yandex.com
Başkent Üniversitesi, Psikoloji Bölümü

İnsanların kişilerarası ilişkilerinden siyasal davranışlarına varıncaya dek gündelik hayatlarında karşılaştıkları pek çok durum, kendi kişisel kararlarının bir sonucu olarak karşılarına çıkmaktadır. Dolayısıyla bu kararların alınma süreçlerinin altında yatan sosyal psikolojik süreçler irdelenmeyi hak etmektedir. Bu yazı karar verme süreçlerinde bireysel çabaları ya da verilecek kararların niteliğini değil kararların verilme sürecinde etkileri gözlemlenen sosyal psikolojik değişkenleri ve karar verme süreçlerinin bir sonucu olarak karşımıza çıkan çeşitli sosyal psikolojik fenomenleri açıklamaya yönelik kuramsal yaklaşımları ele almaktadır.

Karar verme süreçleriyle ilgili söze başlarken ilkin akla gelecek sorulardan biri şu olabilir: Kararlar bireysel olarak alındığında mı yoksa grup olarak alındığında mı insanları daha doğru ya da iyi sonuçlara ulaştırmaktadır? Bireyler mi daha kolay karar verir yoksa gruplar mı? Aslında çoğumuz sağ duyusal olarak gruplarda daha çok insan bulunduğu için burada hep birlikte alınan kararlarda hata yapılamaz fikrini destekleme eğilimindeyizdir. Fakat bu sağ duyusal öngörümüz maalesef birçok sosyal psikolojik araştırma tarafından çürütülmüştür. Bireylerin de her zaman tek başlarına mükemmel kararlara vardığını söylemek güçtür ama grupların bireysel kararlarla kıyaslandığında çok özel ve üstün bir önemi olduğunu iddia etmek de pek doğru değildir.

Öyleyse grupta çok sayıda insan olduğu için iyi kararların alınma olasılığı yüksektir varsayımı hangi mantığa ya da düşünce biçimlerine göre şekillenmektedir? Grupların daha iyi karar verme olanağı yarattığına yönelik görüşlerde ön plana çıkan düşünce biçimlerinden biri bireylere kıyasla grupların doğru karar verebilmek için gerekli unsurlardan bilgi ve uzmanlığa daha fazla sahip oldukları yönündeki görüştür. Diğer bir deyişle, insanların bu varsayımının ve sağ duyusal öngörülerinin temel nedeni gruplarda bilgi ve uzmanlığın bireysel kararların alındığı süreçlere göre daha fazla olduğu düşüncesidir.

Bir diğer tartışmalı varsayımımız ise grup tartışmasının bireysel yanlılıkları, bireysel eğilimleri törpüleyerek süreç içinde daha doğru çözümlerin ortaya çıkmasını sağladığı şeklindedir. Bir başka düşünce biçimi ise grup içinde alınan kararların bir kez şekillendiğinde bireylere kıyasla grupların bu kararları gerçek hayata geçirmelerinin çok daha olası görülmesidir. Çünkü grupta çok sayıda insan birlikte karar vermiştir ve doğal olarak çok sayıda insanın iş birliği ile bu kararların hayata geçirilmesi daha olasıdır.

Sağ duyusal olarak bakıldığında gruplar sanki çok daha iyi karar veren yapılarmış gibi görülmektedirler. Çünkü tek başına bir bireyin sahip olamayacağı bazı özellikler bütününün grupta bulunduğu varsayılmaktadır. Örneğin; gruplarda bilgi ve uzmanlık daha fazladır, gruplar bireysel yanlılıkları tartışma sürecinde azaltmaktadır, grup bazında alınan kararların uygulanması kararı alanların sayısının çokluğundan dolayı daha kolaydır. Fakat, bu varsayımların her biri dikkatle incelendiğinde çeşitli problemleri barındırdıkları görülmektedir.

Bu tartışmayı daha iyi anlayabilmek için Janis'in (1972) Grup Düşünü (groupthink) kavramı iyi bir öncül referans noktalarından biri olarak ele alınabilir. Bu kavram sosyal psikoloji ve diğer alanlarda yaygın olarak tanınmakta ve bize grup kararlarının oldukça problematik olabileceğini gayet net şekilde ortaya koymaktadır.

Janis sonuçları itibariyle kötü denilebilecek çeşitli grup kararı örnekleri üzerinden olguya yaklaşır ve grup düşünü olarak adlandırdığı özel bir koşullar dizisinin bu tür kararların ortaya çıkmasında büyük önemi olduğunu ileri sürer.

Janis'e göre Grup Düşünü'nün ortaya çıkışını sağlayan belirli bazı net koşullar vardır. Bu koşulları şöyle sıralanabilir.

1. Bu türden kararları veren ya da grup düşününe maruz kalan gruplar kendi içlerinde son derece bütünleşik bir yapı sergilerler. Diğer bir deyişle, bu grupların üyeleri birbirlerini çok seven, birbirlerine hedefleri ve ilkeleri açısından inanan, oldukça sadık, özdeşleşme düzeyi yüksek kişilerdir. Dolayısıyla grup düşünü dağınık grup yapılarının bir ürünü olarak değil tam tersine iç grupla son derece yakından bağlantılı, kendilerini onun içinde gören insanlar tarafından sergilenmektedir.

2. Grup Düşününün ortaya çıkışındaki bir diğer önemli nokta da böylesine bütünleşik bir yapı sergileyen grubun, grup dışından bilgi kaynaklarına kendini tamamen kapamasıdır. Başka bir deyişle, grup kendine o denli güvenmektedir ki grup dışından, bazen doğru olabilecek bilgileri içeren kaynakların erişimi kısıtlanmakta hatta grup kendini bu kaynaklardan izole etmektedir.

3. Bu türden problemli kararlar verenler, görünen o ki çok nadiren alternatif çözümler üzerine düşünmektedirler. Böylece alternatif çözümleri düşünmedikleri için de grup içinde öne çıkmış olan çoğu kez de liderin önerdiği fikirde giderek daha katı fikirlere sahip oluyorlar.

4. Grup düşününde üyelerin kendi potansiyellerinin dışına zorlanmaları ise bir başka etkendir. Böylesi bir düşünce yapısına kapılan gruplar, genellikle hızlı karar vermeleri yönünde büyük bir baskı altındadırlar. Başka bir ifadeyle, hızlı karar vermeye çalışmaları da grup düşünü olarak adlandırılan olumsuz tablonun üretilmesinde bir başka sebeptir.

5. Bu türden düşünce tarzına maruz kalan gruplarda genellikle son derece güçlü bir lider vardır. Bu lider genellikle çok etkileyici, karizmatik, üyeler üzerinde etki gücü son derece yüksek bir kişidir. Daha önce de belirtildiği üzere, bu gruplar zaten birbirleriyle oldukça bütünleşiktirler. Bütünleşik grubun ayırt edici yönlerinden biri de son derece etkili bir yöneticiye sahip olmasıdır. İşte bu şartlar altında

grup uzlaşmaya yönelik iddiaları pek de göz önüne almamaktadır. Genellikle baskın kişilerden seçilen ve risk alma eğilimi de gösteren liderin önerileri doğrultusunda kararlar alınmaktadır. Aslında grup üyelerinin görevi liderlerin bu eğilimini törpülemekken birbirleriyle bütünleşme düzeyleri yüksek gruplarda liderlerin bu riskli kararları hızlıca taraftar bulabilmektedir.

Dolayısıyla Janis'e göre grup düşünü, en iyi kararı alma yerine grup içindeki bütünleşikliği sürdürmeye yönelik çoğunlukla bilinçdışı çabaların sonucudur. Diğer bir ifadeyle, böyle bir düşünce yapısındaki grubun amacı iyi bir karar almaktan ziyade grubun bütünleşikliğini, bu güçlü birliktelik ruhunu korumaktır. Böylece, Janis'in de belirttiği gibi, ABD dış politikasında son derece zeki danışmanlar ve liderler tarafından oldukça aptalca sonuçlar doğuran ve birçok kaynağı heba ederken insanların hayatını da riske atabilen uygulamalara dair kararlar alınabilmiştir. Dolayısıyla grup düşünü zeki olmayan insanların ürettiği bir olgu değildir. Tam tersine birbirine son derece bağlı, bazen alanında çok başarılı insanlardan oluşan bir grubun ortaya koyduğu tablodur.

Janis'e göre grup düşünü olarak adlandırılan olguyla ilgili bazı semptomlardan bahsetmek mümkündür. Bu semptomlar bize grup düşünü olgusunun ortaya çıkışıyla ilgili bilgiler verebilir. Örneğin, Janis'e göre yukarıda bahsedilen yüksek düzeyde bütünleşiklik içinde olan grup, kendi içindeki bireyler tarafından dile getirilebilecek olan farklı görüşlere önemli düzeyde baskı uygular. O fikirlerin yayılma ve benimsenme olasılığını azaltır. Bazen ortaya farklı görüş sunan kişiler çıkabilmektedir ama bütünleşiklik o kişinin baskı altında olmasına da yol açabilmektedir.

Janis, bir diğer semptom olarak yaratıcı düşünmenin baskı yoluyla engellenmesini vurgular. Yaratıcı düşünme engellendiğinde yanlış kararlara varmanın da yolu açılmaktadır. Çünkü yaratıcı düşünme becerisi, alternatif fikirlerin üretilmesinde büyük değer taşımaktadır. Bireylerin yaratıcı düşünmesi bloke edildiğinde, alternatif üretme şansı da kalmamaktadır. Grup içine kapalı olduğu için de el birliğiyle yanlış kararlar almaya doğru gidilebilmektedir.

Grup düşünü, oldukça irrasyonel ve riskli birtakım kararlara varılmasını sağlayan bir grup olgusudur. Janis grup düşünü örneklerini ABD'nin özellikle dış politikayla bağlantılı kararlarında aramıştır. Bu kararlar da defalarca vurgulandığı üzere aslında hayli deneyimli "zeki" insanlar tarafından verilmiş kararlardır. Ancak sonuçları ciddi sıkıntılar üretmiştir. Uluslararası ilişkiler gerilmiş, milyonlarca insan 15 kişilik grubun kararından etkilenmiştir.

Sosyal psikoloji literatüründe grup düşünüyle ilgili yaklaşımlara yönelik birtakım eleştiriler de ortaya çıkmaktadır. Örneğin, Janis'in grup düşünüyle ilgili çalışmalarında konuları fazla basitleştirerek ele aldığına yönelik görüşler bulunmaktadır. Gerçek hayattaki grup süreçlerinin, alınacak kararların türlerinin ve daha başka birçok unsurun olguyu hayli karmaşık hale getirdiği; dolayısıyla Janis'in iddialarının çoğu zaman gerçek hayatla bağlantılı iddialar olmayabileceği ileri sürülmektedir. Örneğin bazı durumsal tehditler ve grup bütünleşmesi olguları Janis'in iddia ettiği gibi birbirinden bağımsız ve grup düşününü birbirinden ayrı şekilde üreten olgular değildir. Bunları birlikte değerlendirmek gerekmektedir. Örneğin, bazen gruplar öylesi-

Kaynak: hbr.org

ne tehdit altına girerler ki hakikaten ciddi riskli kararlar almak zorunda kalabilirler. Bu, her zaman bir hata olarak değerlendirilmeyebilir.

Bunun dışında başka problemler sadece grup düşünü için değil, birazdan üzerinde durulacak karar alma süreçlerine yönelik çalışmalar üzerinden de gösterilmiştir. Öncelikle bu tür çalışmaların temel problemlerinin ne olduğuna yönelik iddialardan da bahsetmek gerekmektedir.

Mintzberg, Raisinghani ve Theoret'in (1976) iddiasına göre bu tür çalışmalar, aslında birkaç evreli olarak görülebilecek grup yaşantısındaki karar alma süreçlerinin sadece son evresine odaklanmaktadır. İlk evreler olan başlangıç evreleri, sosyal psikoloji çalışmalarında genellikle göz ardı edilmektedir. Bu ilk evreler önemli etkilere sahip durumlar yaratabilirler. Bunları göz ardı ederek yalnızca sonuç olarak karşımıza çıkan kararlara bakıldığında, doğru bir değerlendirme yapmak pek mümkün değildir. Başlangıçta olup biten süreçler, acaba çıktı üzerinde hiç etkili değil midir? Mintzberg ve arkadaşlarına göre karar vermeyle ilgili son aşamanın öncesinde etkili olan önemli evreler üç aşamada ele alınabilir.

1. Evre: Tanımlama Evresi. Grup içinde kararla ilgili olgunun kapsayabileceği bilginin saptandığı ve bununla bağlantılı olarak öncelikle problemin belirlendiği evredir. Dolayısıyla grup düşünü diye bir olgu varsa başlangıçta gelen bu bilgiler üzerinden karara varılması bir süreç olarak da anlaşılmalıdır. Böylece ilk evrede grup, problemi tanımlar ve olanakları değerlendirir. Bunlarla ilgili somut birtakım bilgileri toplar. Bunlar üzerinde çalışır ve tartışır.

2. Evre: Gelişim Evresi. Eğer bir karar verilmesi gerekliyse ilk evrede eksik görülen bilgi (enformasyon) peşinde koşulur. O bilgi aranır, bulunur ve o bilgi üzerinden de kararın ne olması gerektiğine yönelik ek tartışmalar yürütülür. Bu evrede ek birtakım bilgi arayışlarına girilmesi önemli bir konudur. Çünkü grupta bazı konularda bilgi eksikliği olduğu hissedilmiştir. Grup düşünü özellikle grup baskı altındayken hızlı karar verilmesi gerekirken daha fazla ortaya çıkan bir problemdi. Dolayısıyla burada yeni bilgi gerekiyorsa hemen bulmak gerekmektedir. Bilgiyi de her ihtiyaç duyulduğu an bulmak kolay değildir. İşte grup düşünü gibi olgular buradaki evreden hareketle baskı altında çalışan insanların süre problemine dayalı olarak da ortaya çıkabilmektedir. Dolayısıyla, grupların bazen kararları bu bilgiyi toplayacak kadar geciktirmelerinde fayda olduğu çıkarımı yapılabilir.

3. Evre: Seçim. Diğer bir ifadeyle, olası kararlardan birine yönelmektir; işin özü, kararı vermektir.

Sosyal psikologlar olguya bu şekilde yaklaşmadıkları için son durum belki çok şaşırtıcı olarak görülebilir ama oraya gelene kadar grup düşünü şartlarını üreten evreleri incelemek ve belki orada insanların birlikte karar vermeleriyle ilgili problemlere odaklanmak gerekmektedir.

Stasser, Taylor ve Hanna (1989) özellikle ikinci evredeki bilgi arayışıyla ilgili bazı ayrıştırmalar yapmıştır. Araştırmalarında, grupların yanlış kararlar vermelerinde bu bilgi ve paylaşım konusundaki problemlerin önemine vurgu yapılmaktadır.

Stasser ve arkadaşları (1989) karar verme durumundaki gruplarda iki türden bilgiyi birbirlerinden ayrıştırırlar. Bunlardan biri Paylaşılan Bilgi diğeri ise Paylaşılmayan Bilgi'dir. Bir grup içinde bazen öyle bir bilgi birikimi olabilir ki grup içinde herkesle paylaşılır. Grup da paylaşılan üzerinden karar vermeye çalışır. Bazen de paylaşılmayan ama bireylerde bulunan gizil türde bilgiler olabilmektedir. Bu paylaşılmayan bilgi grubun kararını etkileyecek türden bir bilgi olabilir. Stasser ve arkadaşları hangi bilgi türünün grup içinde daha fazla tartışıldığı üzerine dururlar ve insanlar, paylaşılmayan bilgilerin peşinde koşmak yerine genellikle paylaşılan bilgi üzerinden kararlara varmaya eğilim gösterdiklerini iddia ederler. Peki bu ne anlama gelmektedir? Grup aslında ısrarlı şekilde bu dipte kalan bilgiyi yakalayıp çıkartmak durumundadır. Tartışma sırasında herkesin içindeki bilgileri ortaya koymasının sağlanması gerekir. Oysa grup düşününe sebep olduğu bilinen bir yanlış da şudur: Genellikle lider ya da yönetici fikrini baştan söyler. Lider fikrini baştan söylendiğinde ise herkes ona uygun şekildeki düşüncelerini zihnine getirir ve ağırlık verilen fikirler de aslında paylaşılan bilgiyle bağlantılıdır. Böyle olduğunda da grup son derece hatalı kararlar üretebilmektedir.

Görüldüğü gibi sosyal psikoloji çalışmalarının karar alma süreçleri üzerinde gerçekten açıklayıcı bulguları olsa da konuya yaklaşımları bakımından birtakım anlaşılabilir eksiklikleri de bulunmaktadır. İşte bu eksiklikler de tekrar şu soruyu gündeme getirmektedir: Grup düşünü riskli kararları mı daha çok ortaya çıkarmaktadır yoksa daha temkinli kararları mı? Grup düşünü riskli kararları ortaya çıkarmaktadır. Grupların riskli kararlar üretmeye meylettiğine yönelik bu bakış, sosyal psikolojinin karar verme süreçleriyle ilgili çalışmalarındaki ilk bakıştır. Başka bir ifadeyle, elde edilen bulgular üzerinden ilk açıklama biçimidir. Bu bakış açısını ilk ortaya koyan ise Wallach ve Kogan'dır (1961). Wallach ve Kogan'a göre gruplar bireysel kararlarla kıyaslandığında riskli kararları daha çok üretmektedirler. Ancak en başa dönecek olursak, sağduyularımız bize grupların daha iyi kararlar üreteceğini söylemekteydi. Ancak tam tersine, araştırmacılar grupların daha riskli kararlar verdiğini göstermişlerdir. Riskli kararlar vermek, buna meyilli insanların yan yana gelmesiyle gerçekleşmemektedir. Burada riskli karar vermek aslında tek başlarınayken temkinli kararlar verme eğiliminde olan bireylerin, yan yana geldiklerinde bir şekilde hep birlikte riskli kararlar almaları anlamına gelmektedir.

Peki bu süreç nasıl gerçekleşmektedir? Yukarıda özellikleri sayılan bir tür grup süreci insanların riskli, tehlikeli, sonuçları ağır olabilecek kararları almalarına neden olmaktadır. Bu olgu da Riske Kayma (risky shift) olarak adlandırılmaktadır. Grup düşünü özel bir düşünce biçimi olarak ayrıştırılmıştır. Ancak iddiaya göre grupların geneli, karar verirken zaten riske kayma eğilimindedir.

Riske kayma olgusu sanki grupların hep böyle yapacakları şeklinde bir yorumlama ile literatüre yerleşmiştir; ancak tahmin edilebileceği gibi böyle açıklamaların her duruma uyması pek de olası değildir. Yine de bu tür çalışmalarla bağlantılı olarak neler elde edildiğine bakıldığında, bazı araştırmacıların konuyu riske kayma olarak açıklarken buna ek olarak da bu riskli kararların içselleştirildiğine dair bulgular ortaya koydukları görülmektedir. Bu bulgular tabi grupların özünde riskli davrandıkları iddiasının

daha da güçlenmesine neden olmaktadır. Sosyal psikoloji literatürüne bakıldığında özellikle 1960'lı yıllarda bu bakış açısının oldukça güçlendiği görülmektedir. Riske kayma hipotezi çok makul bir bakış açısı olmasa da grup kararlarının, bireysel kararların bir ortalaması olmadığı görüşünü öne çıkarması açısından önemlidir.

Peki hakikaten belirli durumlarda da olsa riske kaymanın gerçek olduğu göz önüne alındığında gruplarda gözlemlenen bu durumu nasıl açıklamak gerekmektedir? Neden gruplar riskli kararlara yönelmektedirler? Genelde neden riskli kararlar ortaya çıkmaktadır? Grubun burada yaptığı yanlış şey nedir? İnsanların yaptığı yanlış şey nedir? Acaba riskli kararlara yönelen grup üyeleri bu kararın bireysel bir maliyeti olmayacağından mı hareketle böyle kararlara varmaktadırlar? Yoksa gruptaki diğer üyelere yönelik bir korku mu söz konusudur? İnsanlar kendilerini diğer grup üyelerine çok mu beğendirmek istemektedirler? Grubun içindeki olası baskın karakterler mi yanlış kararlar alınması konusunda grubu yönlendirmektedir?

Risk alma eğilimi fazla olan bireylerin liderlik özelliklerinin de yüksek olduğuna yönelik çeşitli araştırma bulguları bulunmaktadır. Böyle özelliklere sahip bireyler diğer insanların öngördüğü kararlardan çok daha riskli olanları seçme eğilimindedirler. Bu bireyler hakikaten belirli özellikleriyle diğer insanlardan ayrıştırılabilmektedir. Liderlik özelliği aynı zamanda çeşitli zekayla ilişkili becerilerde de iyi konumda olmayı beraberinde getirimektedir. Bu insanlar hızlı düşünebilmekte, birçok alternatifi diğerlerine göre daha eş zamanlı olarak değerlendirebilmektedirler. Acaba bu insanların fikirleri mi diğer insanları etkilemektedir?

Öte yandan bulgular, bu kişilerin grup içinde etkili olabileceğine dair bazı noktaları bize göstermektedir. Ama grubun genelinde risk alma eğiliminin bulunmadığı durumlarda böyle etkili kişiler ne kadar riskli kararlar önerseler de grup tarafından kabul görmeyebilmektedir. Başka bir ifadeyle, bu tür ayırt edici özelliklere sahip kişilerin grup kararlarında etkili olabilecekleri anlaşılıyor olsa da özellikle grubun riske yönelme niyetinin belirgin olmadığı durumda bu kişiler ne kadar uğraşırsa uğraşsın grubun riskli bir karar almasını sağlayamıyorlar. Dolayısıyla grubun riskli karar alması tekil bir birey olarak sadece baskın karakterde bir bireyin varlığıyla açıklanabilir bir şey değildir.

Acaba bizim için maliyetin az olması ya da sorumluluğun az olması gibi koşullar mı riskli kararlar almamıza yol açmaktadır? Grubun vereceği riskli karar acaba bizim açımızdan maliyet üretmediği için mi yoksa bize bir sorumluluk yöneltilemeyeceği için mi daha kolay alınan bir karar olmaktadır? Sorumluluğun dağılması açıklamasıyla bağlantılı olarak bireylerin genellikle kararlarında hayli temkinli davrandıkları düşünülebilir. Bireyler tek başlarına temkinli kararlar vermeye daha yakın gibi görünmektedirler. Hayatımızda riskli kararlardan kaçınma eğiliminde olabileceğimizi kendi kişisel gözlemlerimiz üzerinden de rahatlıkla çıkarsayabiliriz.

Bireysel olarak riskten kaçınma eğilimi sergilerken grup içindeki denge ve sorumlulukları da gözetmeye çalışmaktayız. Alınacak kararla ilgili kendimize yüklenecek sorumluluğun ne olacağına yönelik düşünce davranışımızı etkileyebilmektedir. Bireysel olarak sorumluluğumuz varsa bununla bağlantılı özel bir düşünce üretmemiz gerekebilir. Alınan kararın sonuçları bizi etkileyecekse böyle bir karara karşı çıkma eğilimimiz de artacaktır. Araştırmalarda bu sorumluluk dengesinin bireylere eşit olarak dağıtıldığı koşullar yaratıldığında grubun riskli kararları daha az alma eğiliminde olduğu görülmektedir. Diğer bir ifadeyle, sorumluluğu tüm bireylere dengeli olarak dağıttığımızda riskli kararlara yönelim azalmaktadır. Ancak grup içinde sorumluluk dengesi bozulduğunda riskli kararların ortaya çıkması ihtimali artış göstermektedir. Çünkü bazı bireyler ortaya çıkan karardan kendilerini sorumlu tutmadan davranmaktadırlar. Kısacası riskli kararlar alınması sürecinde sorumluluk dağılımının da önemli bir etken olarak değerlendirilmesi gerekmektedir.

Öte yandan, grup içindeki bireylere düşen sorumluluk hipotezi iyi bir açıklama gibi görünse de olgu daha geniş boyutlarıyla incelendiğinde bu kavrayış biçiminin pek de doğru olmayabileceği ortaya çıkmaktadır. Bireysel sorumluluklar dünyanın çeşitli bölgelerinde oldukça öne çıkartılan, önemsenen ve peşinden koşulan şeylerdir. Ama başka kültürlerde ise bireysel bir sorumluluk üstlenmenin fikri bile farklı anlaşılabilmekte hatta böyle bir kavrayış o kültürde sadece nadiren görülebilmektedir.

Kültürlerarası çalışmalara baktığımızda, örneğin bireyci kültürün hâkim olduğu batı dünyasında bireysel sorumluluğun bu konuya ilişkin önemli bir açıklama kriteri olabileceği görülmektedir. Fakat kolektivist kültürlerde böyle bir bireysellik anlayışı baskın anlayış olarak geçerli olmadığından grup kararlarını açıklarken bireysel sorumluluklar üzerinden açıklamalar öne sürmek güçleşmektedir.

Kültürel açıklamalarla da bağlantılı olarak olguya sadece grubun riske kaymayı ürettiği fikriyle yaklaşmanın da doğru olmayabileceğini başka türlü bir bakış açısına gerek olduğunu söyleyebiliriz. Peki, bu yeni bakış açısı nasıl olmalıdır? Bu yeni bakış açısının öncelikle olgunun tanımında bir değişiklik yapması gerekmektedir. Çünkü gruplar bazı durumlarda riskli bazı durumlarda ise temkinli kararlar alabilmektedir. Dolayısıyla öncelikle grup kararlarının riske kayma gibi olumsuz içeriğe sahip bir ön kabulü barındıran tanımdan arındırılması gerekmektedir.

Riske kayma tanımlaması yerine kullanılabilecek Uçlara kayma ya da grup kutuplaşması kavramları bu konuda günümüzde baskın olan kavramsallaştırma biçimi olarak karşımıza çıkmaktadır. Uçlara kaymadan kastedilen bir grubun aldığı kararın ya çok risk aldığı ya da aşırı temkinli olduğu şeklindeki iki kutup barındıran fakat tek boyutlu bir yelpaze ile tanımlanmasıdır. Riske kayma, temkinli olma, uçlara kayma gibi olguları incelerken öncelikle bireylerin başlangıçtaki konumlarını çok iyi tespit etmek gerekmektedir. Ardından bu bireylerin nereye yöneldiklerini, kararlarının ne yöne kaydığını saptamak daha mümkün olmaktadır. Bu yeni kavramsallaştırma ile yapılan bir araştırma bize birtakım yeni bulgular sunmaktadır.

Moscovici ve Zavalloni (1969) Fransa'da lise öğrencilerine onların meşhur başkanları DeGaulle ve ABD hakkında çeşitli değerlendirmeler yapmalarını içeren bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. Araştırmada öğrenciler grup halinde konu hakkında birbirleriyle konuşturulmaktadır. Araştırmacılar ise bu tartışmalar sırasında DeGaulle taraftarı ve ABD tarafları olanlar şeklinde gözlemler yapmaktadır. Ardından araştırmanın ikinci evresinde öğrenciler grup tar-

tışmalarındaki fikirlerine göre gruplara ayrılmaktadırlar. Araştırmacılar öğrencilerin DeGaulle ve ABD hakkındaki deneyin ilk evresinde saptanan görüşlerinin ikinci evredeki tartışmalarla nasıl değişim göstereceğine odaklanmaktadırlar. Grup Kutuplaşması kavramsallaştırmasına göre burada deneklerin sahip oldukları görüşlerin grup içinde başlangıçtaki görüşleri doğrultusunda olması ama daha da uca kayması gerekmektedir. Araştırma sonuçları da bu beklentilere paralel sonuçlar göstermektedir. Kişiler sahip oldukları görüşler doğrultusunda grup içinde yaptıkları tartışmalarda daha uca kayan fikirlere yönelmektedirler.

Grup içinde kendimize benzer insanlarla olduğumuzda grubun ve kendi sahip olduğumuz başlangıç konumundan daha uca kaydığımız görülmektedir. Peki, bu değişimin yaşanma nedeni nedir? Bu soruya yönelik literatürde çeşitli açıklamalar bulunmaktadır. Tarihsel açıdan bakıldığında soruya verilen ilk yanıt, Festinger'ın (1954) meşhur sosyal karşılaştırma kuramıyla ilişkilidir. Festinger'ın açıklaması normatif sosyal etki kapsamında önerilen bir açıklama olarak bireyin normatif türden bir uyma eğilimiyle görüşünün normalde olduğundan daha uç noktalara kaydığını öne sürmektedir.

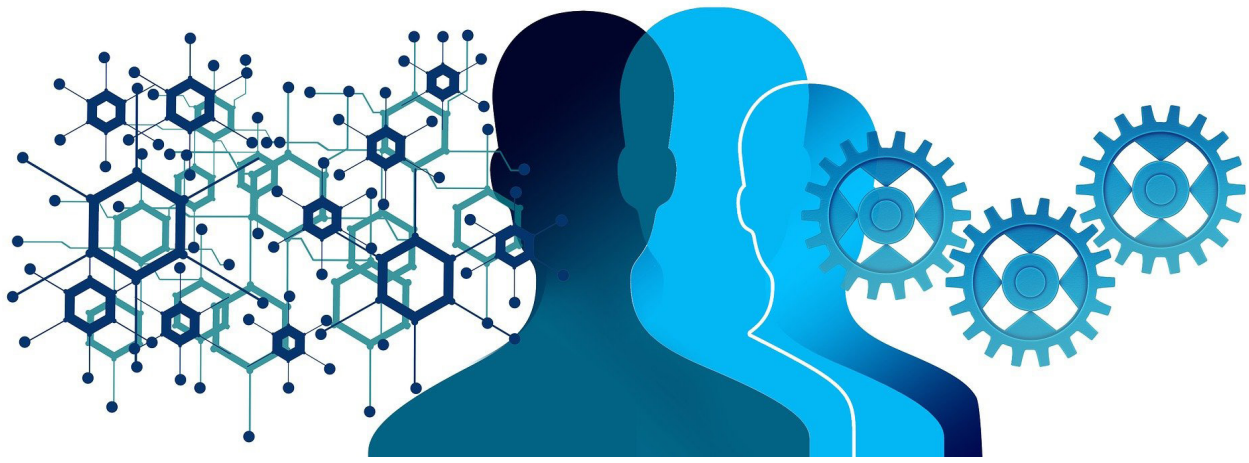
Festinger'ın sosyal karşılaştırma kuramı normatif bir etki üzerinden kurgulanmıştır. Kuramın en temel iddiası çok nettir. Bizler, insan olarak kendi dünya görüşümüzü doğrulamak ihtiyacında, doğru bilginin peşinde olan varlıklarız. Bu bilgiyi elde etmek için başvuracağımız yer ise öteki insanlardır. Buna ek olarak kendi görüşlerimizi doğrulamak için başvurduğumuz kaynağı oluşturan insanları bize benzer olanlar arasından seçeriz.

Sosyal karşılaştırma kuramının temel bakış açısından yola çıkarak Sanders ve Brown (1977) olguya şöyle yaklaşmaktadır. İnsanlar gruba kendilerini doğrulamak için kendilerine benzer olduğuna inandıkları insanlar arasına girmektedirler. Dolayısıyla grubun tartıştığı konudaki görüşün başlangıçta bireyin kendi görüşüne benzer olduğu varsayılmaktadır. Fakat gruba girildiğinde diğer bireylerin bazılarının aslında sanki grubun genel görüşüne kendi görüşlerimizden daha yakın olduğu görülmektedir. Başlangıçta insan kendi görüşünün gruba yakın olduğunu düşünmektedir ama tartışmalar sırasında bazılarının daha da yakın olduğu fark edilmektedir. Bu durumda kişinin yapacağı şey o insanlar gibi olmaya çabalamaktır. Onlar gibi olmak için de o andan itibaren kendi görüşünü ondan daha fazla grup görüşüne yakın gördüğü insanlara yaklaştırma çabası içine girmektedir. Bu durumda insanların yaptığı şey kendi görüşlerini grubun genel görüşüne yakın şeyler söyleyen insanların görüşlerinin yakınına çekmek hatta mümkünse onlardan da daha uçta grubun genel görüşünün yönüne çekmektir. Herkes böyle davrandığında da ortaya Uca Kayma başka bir deyişle Grup Kutuplaşması çıkmaktadır.

Ancak bu açıklamayı değerlendirirken insanların aslında peşinde koştukları şeyin bilginin niteliği olmadığı bilinmelidir. Burada önemli olan grubun genel anlayışına, değerlerine ne kadar yakın olduğudur. Dolayısıyla birey grup tartışmasına girmese de grup içinden bir kişi ona grup normuna dair bir ipucu verdiğinde bireyin görüşü hemen bu yöne doğru evrilerek kaymaktadır.

Bu durum deneysel bir çalışma ile de ortaya konmuştur. Araştırmada deneklerden başlangıçta görüşlerini kâğıtlara yazarak birbirlerine göstermeleri istenmiştir. Yani burada yüz yüze bir tartışma ortamı dahi yoktur. Ardından bireylerden tekrar görüşlerini bildirmeleri istenmiştir. Sonuçlara göre bireyler arasında ve grup içinde gerçekte bir tartışma olmamasına rağmen kişiler konumlarını diğer bireylerin konumlarından grubun genel değeri doğrultusunda daha da keskinleştirmişlerdir. Bu araştırma yalnızca olgunun gerçekliğini göstermeyip aynı zamanda bireylerin gerçekte bilginin içeriğiyle pek de ilgilenmediğine de işaret etmektedir.

Sherif'in otokinetik etki deneyinin çeşitli açılardan farklılaştırıldığı bir tekrar deneyinde ise benzer bulgular elde edilmiştir. Katılımcılara deneyin başında otokinetik etki deneyindeki gösterilen ışığın hareketini daha geniş algılayanların aslında daha zeki insanlar olduğu bilgisi verilmiştir. Böylece araştırmacılar kişiye deneyin başında grubun neye değer verdiğine yönelik bir kriter sunmuşlardır. Zeki olmak önemlidir ve ışığın hareketine yönelik geniş tah-



Kaynak: phys.org

minlerde bulunmak bunu sağlayabilmektedir. Deneyin sonuçlar kendilerine başlangıçta böyle bir sahte bilgi verilen katılımcıların tahminlerinin bu bilgiyi almayanlara göre daha geniş olduğunu göstermektedir. Grubun neye değer verdiğinin bilindiği andan itibaren grubun içindeki üyeler de bu iddiaya göre, sanki o değerin yanına gitmek için yarışırcasına hareket etmektedirler. Eğer grubun değeri cesur olmak olsaydı bireylerin kararları bu sefer cesaretle ilişkili bir yönde şekillenecekti. O zaman temkinli kararlar değil belki de aksi yönde riskli kararlar ortaya çıkacaktı.

Konuya ilişkin bir başka açıklama ise İkna Edici Argümanlar adındaki mini kuramdan beslenmektedir. Bu kuram kapsamında öncelikle Festinger'ın kuramından farklı olarak uçlara kayma süreçlerinde enformatif nitelik vurgulanmaktadır. Grup içindeki kutuplaşmayı anlamak için ileri sürülen mekanizma ise gayet basittir. Bireyler grup içine girdiklerinde, grup tartışması sırasında, kendi görüşleriyle uyuşan ve uyuşmayan argümanlarla karşılaşırlar. İnsanlar kendilerine benzer insanlarla yan yana geldiklerinde bile her konuda birbirleriyle uyuşan bilgiler ya da görüşler ile karşılaşmamaktadırlar. İkna edici argümanlar kuramınagöre grup içine girdiğimizde başlangıçtaki konumumuzla bağlantılı olarak uyuşan birtakım argümanları alarak kendi konumumuzu o uyuşan argümanlar üzerinden uçlara doğru kaydırırız. Böylece bireylerin Uca Kayması'nı sağlayan şey kendi argümanımızı destekleyecek yeni fikirlere maruz kalmak olarak karşımıza çıkar. Birey, kendi düşüncesini grup içinde destekleyecek yeni fikirlerle karşı karşıya kaldığında kendi konumunu daha da uca kaydırır. Dolayısıyla bu durumda uçlara kayma enformatif etkiyle ilgilidir.

Uçlara kaymaya dair son açıklama ise Sosyal Kimlik Yaklaşımı üzerinden verilebilir. Grup aslında birey için psikolojik olarak değeri oldukça önemli bir olgudur. Bireyin grup içindeki varlığının psikolojik sonuçları da öyledir. Yukarıda vurgulanan diğer yaklaşımlarda grubun önemi tamamen göz ardı edilmiyor olsa da sosyal kimlik yaklaşımı çok daha kapsamlı olarak grup süreçlerinin etkilerini ele almaktadır. Sosyal Kimlik Yaklaşımına göre bizim kendimizi bir kategori içinde tanımlamamızın kendimiz açısından son derece önemli ve bazen şaşırtıcı sonuçlar üreten bir değeri vardır. Dolayısıyla sosyal kategorizasyon süreçlerinin buradaki önemine dikkat edilmelidir. Bizler bir grup içindeyken kendimizi o grup üyeleriyle aynı kimliğe bağlı olarak kategorize ediyorsak, bu kategoriye bir özdeşleşme düzeyi üzerinden bağlanıyorsak, süreç grup değerlerini temsil eden hipotetik bir prototip üzerinden daha doğru şekilde kavranabilir. Her grubun ele alınan herhangi bir konuyla ilişkili iddialar ortaya süren bir prototipi vardır. Tüm grup üyeleri bu prototip özelliklere yaklaşma çabası içindedirler. Eğer hepimiz prototipe yaklaşmak istiyorsak burada belirleyici olan bizim şahsi kararlarımız mı yoksa prototipin hangi özellikleri barındırdığı mıdır sorusu öne çıkmaktadır. Prototip bize riskli birtakım kararlar önerir nitelikteyse tüm grup üyelerinin yaklaşacağı kararın da riskli olması kaçınılmazdır. Ancak burada dikkat edilmesi gereken başka bir husus daha bulunmaktadır. Prototiplerin en önemli özelliği durumsal, bağlamsal, gruplararası ilişkilere duyarlı olmalarıdır. Eğer her grup çatışmalı bir gruplararası ilişkiler düzlemindeyse büyük olasılıkla prototip de bu ilişkiler üzerinden biçimlenmektedir. Böyle durumlarda bireyler için daha keskin önerilere sahip olacaktır. Örneğin gruba ihanet etmemek gibi öneriler çatışmanın yoğun olduğu dönemlerde prototipin içinde daha belirgin olarak bulunacaktır.

Dolayısıyla gruplararası ilişkiler keskinleştiğinde grubun prototipi de buna uygun olarak değişim gösterecektir. Başka bir deyişle prototipteki değişim iki grup arasındaki ilişkinin doğasına göre şekillenecektir. Örneğin içgrup temkinli bir karar vermeye meylederken dışgrup da temkinli olmaya meylediyorsa ortada bir problem söz konusu değildir. Öte yandan dışgrubun temkinli olmaya meylettiği hissedildiği andan itibaren içgrup daha riskli kararlar almaya cüret edebilmektedir. Dışgrup temkinliyken içgrup riskli olmaya yönelebilmektedir. Dışgrup riskli kararlar almaya eğilimli göründüğünde ise içgrup kendini korumak amacıyla daha temkinli davranabilmektedir. Özetle bireylerin grup prototipine yönelmesi esnasında prototipin içeriğini belirleyen şey grubun bütününün diğer gruplarla kurduğu ilişkiler ve toplumsal yapı içerisindeki karşılıklı konum alışlardır. Burada görüldüğü üzere sosyal kimlik tarafından önemli olan bireylerin kararları değil bağlı oldukları grupların genel düşünceleri ve o grubun toplum içinde hangi bağlamda yer aldığıdır. Kısacası grup kutuplaşması olarak adlandırılan olguya yönelik güncel ve kapsamlı açıklamaya sahip kuramsal yaklaşımlardan sosyal kimliğe göre grubun toplumsal yapı içinde nerede olduğu, bireyin onunla ne kadar özdeşleştiği, o grupların prototiplerinin ne yönde değiştiği, grubun hangi grupla yarışma ya da çatışma halinde olduğu grup kutuplaşmasının belirleyicisidir.

Kaynak

Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human relations, 7*(2), 117-140.

Janis, I. L. (1972). *Victims of groupthink: A psychological study of foreign-policy decisions and fiascoes*. Oxford, England: Houghton Mifflin.

Mintzberg, H., Raisinghani, D. ve Theoret, A. (1976). The structure of'unstructured'decision processes. *Administrative Science Quarterly, 21*(2), 246-275

Moscovici, S. ve Zavalloni, M. (1969). The group as a polarizer of attitudes. *Journal of Personality and Social Psychology, 12*(2), 125-135.

Stasser, G., Taylor, L. A. ve Hanna, C. (1989). Information sampling in structured and unstructured discussions of three- and six-person groups. *Journal of Personality and Social Psychology, 57*(1), 67-78.

Wallach, M. A. ve Kogan, N. (1961). Aspects of judgment and decision making: Interrelationships and changes with age. *Behavioral Science, 6*(1), 23-36.

AKLIMIN AKLI: YAPAY ZEKA

Ece Gözde Ergür
ecergur@gmail.com
Başkent Üniversitesi, Psikoloji Bölümü

"- Robotlar, insanlara zarar veremez ya da eylemsiz kalarak onlara zarar gelmesine göz yumamaz.
- Robotlar, Birinci Kanun'la çakışmadığı sürece insanlar tarafından verilen emirlere itaat etmek zorundadır.
- Robotlar, Birinci ya da İkinci Kanun'la çakışmadığı sürece kendi varlıklarını korumak zorundadır."
Asimov, 1963

Kafatasınızın içinde şu an bu kelimeleri okumanızı sağlayan bir şey yer alıyor. İnsan beyni denen bu şey, diğer canlılarda olmayan birtakım yeteneklere sahiptir ve gezegendeki hakimiyetimizi de bu hayranlık uyandırıcı yapıya borçluyuz. Diğer canlıların güçlü kasları ve pençeleri var, bizim ise akıllı beyinlerimiz. İşte zeka dediğimiz bu mütevazi üstünlük, bizim dil, teknoloji ve karmaşık toplumsal örgütlenmeleri gerçekleştirebilmemizi mümkün kıldı (Bostrom, 2014). Bu üstünlük, her yeni insan kuşağı ile kümülatif bir şekilde ilerledi ve işte bugün buradayız. Ancak hikaye burada bitti mi? Hiç sanmıyorum. Bana kalırsa daha heyecan verici bir şeyin tam da kıyısındayız ve o şey "yapay zeka".

Ancak pek tabii işler sandığımız kadar basit değil. Şu an elimizde var olan yapay zeka türlerinin hepsi belirli bir alanda uzmanlaşmış ilginç yapılar olarak nitelendiriliyor. Örneğin; yüz tanıma programları oldukça karmaşık yapay zeka türlerinden biri ancak bu sistemi alıp, dil algılama gibi bir sistemde çalıştırmayı deneseniz işe yaramayacaktır. İşte tam da bu noktada genelleştirilmiş (insan gibi bir çok konuda bilgi ve beceri sahibi) bir yapay zeka formatına henüz ulaşabilmiş bir yapay zeka sistemi yok. Bostrom'a (2014) göre, "*Ancak eğer bir gün genel zeka bakımından insan beynini aşan makineler yaratmayı başarırsak, o zaman bu yeni süper zeka çok güçlü hale gelebilir. Ve nasıl ki şu an belirli iklimlerde soyları tükenmekte olan gorillerin kaderi nasıl ki gorillerin kendilerinden çok insanlara bağlıysa, bizim türümüzün kaderi de makine süper zekasının eylemlerine bağlı olacaktır.*"

Biliyoruz ki şu anda yeryüzündeki en akıllı canlılar olarak yaratmak eylemi, bizim bir parçamız haline gelmiş. Elbette bu yapay zekanın geliştirilmesindeki yaratıcılığımız ve sorumluluğumuz da oldukça büyük. İlkesel açıdan, insani değerleri koruyabilecek bir tür süper zeka (genelleştirilmiş yapay zeka) yaratabiliriz. Zaten yaratamazsak bu bizim için oldukça büyük bir kontrol problemi olacaktır. Eğer olur da dost canlısı bir yapay zeka yaratamazsak onun istekleri ve tercihleri dışında davranmamıza izin vermesi çok da olası görünmüyor (Bostrom, 2014).

Yapay Zekanın Kısa Tarihçesi

Yapay zekanın tarihini anlayabilmek için öncelikle kendi tarihimizi anlamak gerekiyor. İnsan, yaklaşık altı milyon yıl önce Afrika semalarında ağaçlarda daldan dala atlayarak gezen son ortak atasından ayrılarak *Homo Sapiense* evrildi. Dik duruş, hayati öneme sahip olan diğer dört parmaktan ayrı başparmaklar ve beyin büyüklüğündeki değişim ile nörolojik alt yapımızdaki köklü değişiklikler, zihinsel yeteneklerimizde büyük değişiklikleri sağladı. Böylece insanlar tüm gezegendeki diğer canlıları geride bırakarak soyut düşünme, strateji geliştirme gibi becerileri, dil soyut sistemi aracılığıyla nesilden nesille aktarabilir hale geldi.

Tüm bu yetenekler insanların daha verimli bir şekilde üretim yapabilmesinde ve popülasyonun da hızla artmasında etkili oldu. Böylece giderek daha fazla "zeki" varlık ile yola devam ettik. Elbette fazla popülasyon bu zeki insanların belirli alanlarda uzmanlaşmasını da sağladı. Sanayi Devrimi'yle birlikte sonraki gelişmelerde büyüme hızında değişimler oldu. Artık yanımızda sadece yeni çalışacak zeki insanlar yoktu. Zeki insanların daha fazla zamana sahip olması için çalışacak makineler ile üstel bir büyüme de mümkün oldu. Birkaç bin yıl önce, insanın ya da insansıların tarih-öncesi döneminin başlarında, büyüme o kadar yavaştı ki insanın üretim kapasitesinin fazladan bir milyon insanı geçim düzeyinde besleyebilir bir hale gelmesi bir milyon yıl sürmüştü. Bugün, Sanayi Devrimi'nin ardından dünya ekonomisi ortalama doksan dakikada bir bu büyüme oranını yakalıyor (Bostrom, 2014).

İktisatçı Robin Hanson'un tarihsel ekonomi ve nüfus verilerine dayandırdığı tahminlerine göre, dünya ekonomisinin ikiye katlanma zamanı Buzul Çağı'nda avcı-toplayıcı topluluklar için 224 bin yıl; tarım toplumları için 909 yıl; sanayi toplumu için ise 6.3 yıldır (Bostrom, 2014).

Günümüzde ortak bir kanaat olarak düşünürler, çağımızda yaşanan bu katlanarak hızlanan büyümenin yapay zekanın, insan türü ve evren üzerindeki hakimiyetiyle sonuçlanacağı bir Tekillik (Singularity) dönemine doğru ilerlediğinden bahsetmektedirler. İnsanlığın her alandaki bu hızlı büyümesi, Katlanarak Büyüme (Exponential Growth) olarak adlandırılmaktadır. Bu büyüme trendinde yapay zekanın etkisinin oldukça büyük olacağı öngörülmektedir.

İnsanla aynı genel zeka düzeyine sahip makineler -muhakeme etme ve öğrenme becerilerine sahip, soyut ve somut nesnelerle ve uzay-mekanla etkileşime girebilen, çok çeşitli alanlarda karmaşık işlemler yapabilen, plan kurabilme yetilerini barındıran makineler- 1940'lı yıllarda bilgisayarın icat edilmesinden bu yana insanlığın beklediği bir yeniliktir (Bostrom, 2014). O dönemde genel kanı bu tür bir makinenin üretilmesinin 20 yıl alacağı idi. Ancak biliyoruz ki varış tarihi oldukça uzun bir süredir ileri atılıyor (Bostrom, 2014).

Bin dokuz yüz elli altı yılının yazında Darthmouth College'ta nöral ağlar, otomat teorisi ve zeka çalışmalarına ilgi duyan on biliminsanı altı hafta sürecek bir atölye için bir araya geldi. Bu Darthmouth Yaz Projesi aslında bu alanda çalışan bilimciler tarafından yapay zeka kavramının ilk ortaya çıkışı olarak kabul edilmektedir. Bu yaz projesinden beklenti oldukça düşüktü öyle ki imkansız olarak nitelendirilen bazı işler beklenenin aksine araştırmacılar tarafından

"mikrodünya" da (performansın azaltılmış bir versiyonun sergilenmesini sağlayan, tanımı net yapılmış mikro evren) belirli küçük bir görevi başaran küçük sistemler yaratmayı başardılar. Erken dönemdeki bu tür sistemlerden biri olan "Mantık Teorisyeni", Whitehead ve Russell'ın *Principa Mathematica*'sının ikinci bölümündeki teoremlerden çoğunu kanıtlayabiliyordu. Böylece makinelerin yalnızca "sayısal olarak düşündüklerini" iddiasını çürüterek makinelerin mantıksal çıakrım da yapabilecekleri gösterilmiş oldu. (Bostrom, 2014). Bir diğer gelişme olarak öne çıkan ELIZA (1966) isimli programı ise bir bilgisayarın nasıl Rogeryen bir psikoterapisti taklit edebileceğini gösteriyordu (Bostrom, 2014). O dönem ELIZA o kadar çok ünlenmişti ki, yaratıcısı olan Joseph Weizenbaum'un ELIZA ile konuşmayı ailesiyle konuşmaya tercih ettiğine dair söylentiler ortaya çıkmıştı. ELIZA her ne kadar Turing testini (bir sonraki başlıkta bahsedilmektedir) geçemese de insanları kandırıp insan olduğunu düşündürttüğü de söylenmiştir (Weizenbaum, 1966).

Ancak kanıtlama sistemlerinde başarı sağlayabilen yöntemleri daha geniş çeşitlilikteki ya da daha zor problemlerde de çalışır kılabilmek çok daha zor bir problemdi. Bunun bir sebebi, kapsamlı araştırma yapılması gereken olanakların "kombinasyonel patlaması"dır (Bostrom, 2014). Bu tür bir yöntem basit problemlerle çalışabilse de iş karmaşık problemlere geldiğinde çuvallar. Kombinasyonel patlamayı aşmak için araştırmacılar; esnek soyut temsillerden yararlanarak hedef alandaki yapıyı sömüren ve önceki yapılardan yararlanan algoritmalara ihtiyaç duymuştu. Ancak dönemin teknolojik alt yapısı bu tip algoritmalar üretmek için yeterli değildi. Bununla birlikte bu ilk sistemlerin performansının kötü olması, kırılgan ve temelsiz sembolik temellere dayanması, verilerin kısıtlılığı ve hafıza kapasitesi ile işlemci hızı gibi donanımsal alt yapı yetersizliklerindeki sorunlar, yapay zekanın gelişmesindeki sıkıntıların giderek artmasında sebep oldu. 1970'lere gelindiğinde bu artan sorunlar yapay zeka projelerinin hedeflerini asla gerçekleştirmeyeceğine dair farkındalığın oluşmasına sebep olmuştu. Bu farkındalık bugün "Yapay Zeka Kışı" olarak adlandırılmaktadır. Bu dönemde yapay zeka projelerini destekleyen fonlar azaldı ve yapay zekaya dair şüphecilik dönemin ruhu haline geldi (Bostrom, 2014).

1980'lere gelindiğinde ise Japon hükümetinin Beşinci Nesil Bilgisayar Sistemleri projesini başlatmasıyla birlikte yapay zeka için yeniden bir umut doğdu. Japonların bu projesinin içeriğine bakıldığında, yapay zeka için bir platform görevi görecek birden fazla bilgisayarın birbirine bağlanmasını (paralel bilgisayar mimarisi) amaçlayan son teknoloji işlevi görecek bir devlet-özel girişim ortaklığıydı. Bu dönemde bir çok ekonomik başarıya imza atan Japon hükümetini gören batılı diğer ülkelerde yapay zeka üzerine yatırım yapan Japonları takip ederek yatırım fonlarını yeniden bu alana kaydırdılar (Nillson, 2010).

Ancak sonuç yine hüsran oldu. Küçük sistemlerin az gelir getirmesi, büyük olanların ise geliştirilmesi, doğrulanması ve güncellenmesi pahalıya geldi. Bir o kadar da bu programların oldukça yavaş olması hızla yatırımcıların bu alandan uzaklaşmasına neden oldu. Beşinci Nesil Projesi tıpkı ABD ve Avrupa'daki muadilleri gibi başarısız olmuştu. İkinci bir Yapay Zeka Kışı gelmişti. Öyle ki özel yatırımcılar "yapay zeka" ismi geçen her türlü girişimden uzak durmaya başladılar. Bir süre sonra akademisyenleri destekleyen maddi destekçiler dahi "yapay zeka" etiketinden korkar olmuşlardı (Bostrom, 2014).

Ancak akademide de olsa yapay zeka çalışmaları devam etti ve 1990'lı yıllara gelindiğinde Yapay Zeka Kışı yavaş yavaş bahara dönmeye başladı. Yeni tekniklerin alana yaptığı katkılar yeniden umudun yeşermesine olanak tanıdı. Bu tekniklerden en önemlileri yüzek düzey sembol manipülasyonuna odaklanmıştı ve "Güzel Eski Moda Yapay Zeka", kısaca "GOFAI"ye bir alternatif sunuyordu. Özellikle nöral ağlar ile genetik algoritmalarının olduğu bu teknikler GOFAI yaklaşımının kusurlarından bazılarını aşmayı vaat ediyordu. (Bostrom, 2014).

Yapay zeka kavramının halka nakli ise daha heyecan verici bir konunun vasıtasıyla olmuştur; bir satranç şampiyonunu yenmek. IBM tarafından üretilen Deep Blue isimli programın, dönemin en ünlü santranç şampiyonu olan Kasparov'u yenmesi yapay zekanın geleceğini de etkileyen sansasyonel bir gelişmedir.

Satranç oynayan makineler hakkında kafa yormanın geçmişi "Babbage'a" kadar uzanır (Nillson, 2010). Dünya şampiyonunu bir satranç programının tasarımında rol oynamış olan IBM çalışanı Murray Campbell'e göre, Babbage'ın 1854 tarihli kitabı The Life of a Philosopher [Bir Filozofun Yaşamı], bir bilgisayarın nasıl satranç oynayabileceğine dair ilk belgelenmiş tartışmayı içerir. Rus yapay zeka araştırmacısı Aleksander Kronrod'a göre santanç, yapay zeka'nın Drosophila'sıdır (Stork, 1996); yani Kronrod burada aslında bilim dünyasında oldukça fazla deneyin gerçekleştirilebildiği meyve sineğinin analojik olarak bir benzetmesini yapmaktadır. Buradan hareketle Marvin Minsky'in (1968) de söylediği gibi, "*yapay zeka çalışabilmek için oyun ve matematik problemlerinin seçilmesinin nedeni, onların açık ve basit olmaları değildir. Onların en küçük yapılardan bize en büyük ve karmaşığı sunabilme potansiyelleridir.*"

Karşınızdaki Bir İnsan Mı? Yoksa Bir Program Mı? Bir Şeyin Yapay Zeka Olup Olmadığını Anlamak

Bu soruya yanıt vermeden önce, yapay zekanın kurucusu ve bilgisayar bilimin babası olarak bilinen Alan Turing'i bilmek gerekmektedir. Turing o dönem yoğun bir şekilde tartışılan "Karar Problemi"ne (orijinal adıyla; Entscheidungsproblem) getirdiği yaratıcı çözüm ile yeni bir devri açmıştı. Makalesinde matematiksel işlemler yapan (ve yorulma, uyuma, acıkma, yaşlanma, dikkat dağınıklığı vs. pratik problemleri hiç yaşamayan) bir insanı temsil eden bir "makine" türünü gerekli netlikte tanımlayarak başlıyordu. Basit anlatımı sayesinde okuyucuyu kendisine çekmeyi başaran Turing bir makinenin bu tip görevleri yapabileceğini okuyucuya çaba sarf etmeden gösterebiliyordu (Say, 2018) "Algoritma" kavramını anlattığı bu makale ile Turing hala gelmiş geçmiş en önemli bilim insanları arasında nitelendirilir.

Turing'in yapay zeka alanına tek katkısı bu değildi elbette. Felsefe dergisi *Mind*'ın ("Zihin"), 1 Ekim 1950 tarihli 236. Sayısında yayınladığı "Hesaplama Makineleri ve Zeka" başlıklı makalesinin içerisindeki bir bölüm, Turing'in zekasını gözler önüne sermekteydi. O yalnızca yapay zekanın tüm insani bilişsel faaliyetleri taklit edebileceğini görmekle kalmamış aynı zamanda insanların bilgisayarların

düşünebileceğini kabul etmekte zorlanacağını da öngörmüştü (Say, 2018). "Taklit Oyunu" (orijinal adıyla; The Imitation Game) adlı bu bölüm, bir bilgisayarın düşünüp düşünemeyeceğini ele alıyordu. Peki bir bilgisayarın gerçekten düşündüğünü nasıl anlarsınız? Bilgisayar bizim için ağzıyla kuş tutsa? Ya da şu an bilim insanların yapmakta zorlandığı deneylerin altından kalkabilse? Yine de o kadar kolay değildi onun düşünebildiğine kanaat getirmemiz, oysa sokakta yanımızdan geçen bir çocuğun o an düşündüğüne dair bir sorgulama dahi yapmıyoruz. Bunu sadece kabul ediyoruz. İşte bu noktada Turing, çözümü düşünceyi gizlemekte bulmuştu.

Turing şu oyunda başarılı olabilen bir makinenin düşündüğünü kabul etmemizi öneriyordu: "Sorgucu" adını verdiğimiz gerçek bir insanı bir odaya alıp yazılı mesajlaşmaya izin veren bir sistemle A ve B adında iki oyuncu ile yazışmasını istemekle başlıyordu görev. Ardından Erkek oyuncu sorgucuyu diğer oyuncunun değil, kendisinin kadın olduğuna ikna etmeye çalışır. Rakibi olan kadın da kadın olanın kendisinin olduğuna sorgucuyu ikna etmeye çalışır. Bu küçük deney tasarımının sonunda sorgucunun bir seçim yapması beklenir. Hangi oyuncu gerçekten kadındır? Oyun defalarca kez yeniden oynanır. Bu senaryoda erkek oyuncunun yerine geçen ve aynı oyunu oynamaya programlı bir bilgisayar koyduğumuzda sorgunun başarı oranı artmazsa bilgisayarın "düşündüğü" sonucuna ulaşmamız gerekir (Say, 2018).

Günümüzde hala kullanılan bu yöntem artık yapay zekanın çeşitlerine göre farklı Turing testlerinin icat edilmesini de sağlamıştır. Örneğin, görüntü üretme yöntemlerini bünyesinde barındıran yapay zeka türlerinin Turing testini kendi kategorisi içinde geçtiği düşünülmektedir.

Gelecekte Bizi Ne Bekliyor?

Yapay zekanın geleceği günümüzde oldukça tartışılan bir konudur. Yapay zekanın gerçek anlamda bilinçlenmesinden önce etik bağlamının derinlemesine incelenmesinin gerekli olduğu tartışmasız bir gerçektir. Bize sunduklarını anlamaya başladığımızda öyle ya da böyle yapay zekaya ihtiyaç duyacağımız bir dünyayı kabul etmemiz gerekiyor. Fakat bu kabul yapay zekanın hayatımızı nasıl etkilediğine de karar vermek üzerine kurulu olmalı. Henüz yapay zekanın genelleştirilmiş bir hali mevcut olmasa da olabilecek bir geleceğe doğru ilerliyoruz ve bu tahmin ettiğimizden de yakın bir gelecek olabilir. Bostrom'a (2014) göre onun tabiriyle "Süper Zekaya" (diğer adıyla genelleştirilmiş yapay zeka) ulaşmamız bu üstel büyüme oranlarıyla 2100 yılında gerçekleşecek. Belki bizler değil ancak çocuklarımız bu yapay zeka ile tanışma fırsatını yakalayacaklar. Bir noktada bu tanışmanın iyi ya da kötü sonuçlarını şu anki çalışmamız belirleyecek.

Sadece yapay zekanın evrimi değil, bu süreçte insanoğlunun da evrimi devam edecek. Bu bağlamda yapay zekanın insan evrimi ile birleşebileceği bir geleceği de hayal etmek mümkün. Bu yukarıda da tartışıldığı gibi tekillik (singularity) fenomeni üzerinden gelişecek bir süreç olarak karşımıza çıkabilir. Bu noktada düşünürlerin ortak kanaati yapay zekanın bilinçlenmesi ile insan türünün tehdit altına gireceği olsa da akıllıca bir çalışma ve etik sınırlar ile bu sorunu aşmak mümkün olabilir.

Kaynak

Asimov, I. (1963). *I, robot*. Garden City, NY: Doubleday & Company, Inc.

Bostrom, N. (2014). *Superintelligence: Paths, dangers, strategies*. UK: Oxford University Press.

Minksy M. (1968). *Semantic information processing*. Cambridge; MIT Press.

Nilsson, N. J., 1933-2019. (2010). *The quest for artificial intelligence: A history of ideas and achievements*. Cambridge, New York :Cambridge University Press.

Say, C., Mahsereci, N., Okar, B. ve Say, A. (2018). *50 soruda yapay zeka*. İstanbul: Bilim ve Gelecek Kitaplığı.

Stork, D. G. (2010). HAL's legacy: 2001ÃŠÂ1s computer as dream and reality. S.l.: s.n..

Weizenbaum J. (1966). ELIZA – A Computer Program fort he Study of Natural Language

Communication between Man and Machine, Communication of the ACM, c.9, No:1.

ROMANTİK İLİŞKİLERİN GÜCÜ

Aslı Saçaklı
sacakliasli@gmail.com
Başkent Üniversitesi, Psikoloji Bölümü

Diğeriyle yakın ilişki içinde bulunmak, sosyal bir canlı olan insan için kaçınılmaz bir durum olarak görülebilir. Bu kaçınılmazlık, Bowlby'nin (1973) vurguladığı gibi, bireyin kendisine ve dış dünyaya yönelik bir kavrayış biçimi sahibi olmasını olanaklı kıldığı için ayrıca önemlidir. Elimde net bir istatistik yok fakat romantik ilişki üzerine yazılmış şiirlerin, bestelenmiş şarkıların ve çekilmiş filmlerin; ebeveynlerle, kardeşlerle ya da arkadaşlarla olan ilişkiler üzerine olanlardan çok daha fazla olduğunu tahmin etmek pek de zor değil diye düşünüyorum. Bu durum, özellikle yetişkinler için, romantik partner kaynaklı yakın ilişkilerin, başka kaynaklı (ebeveyn, kardeş, arkadaş vb.) yakın ilişkilerden farklı bir yerde olabileceğini düşünmek için küçük bir ipucu olabilir. Romantik ilişkilerin; sayısız şiir yazdıran, şarkı yaptıran, film çektiren gücünün evrimsel açıklaması nedir? Romantik ilişki içinde olmak kişiye neler sağlayabilir? Romantik ilişki ne zaman kişiye olumluluktan çok olumsuzluk getirmeye başlar? Bu yazının amacı, bu konular üzerine odaklanarak romantik ilişkilerin, bir başka deyişle aşkın, gücünü çeşitli bilimsel bulgular yardımıyla açıklamaya çalışmaktır.

Yeni doğmuş bir insan yavrusunu düşünün. O yavru, savunmasızlığın ve yardıma muhtaçlığın somut bir hali gibidir. Bu nedenle; yavrunun hayatta kalmasına yönelik endişe verici olan ihtiyaçlarıyla (karnının doyurulması, altının temizlenmesi vb.) doğrudan ilgilenecek bir insana ihtiyacı vardır. Yavru ve ona doğrudan bakım sağlayacak olan insan arasındaki ilişkinin güçlü olmasının, bebeğin hayatta kalması için ne denli önemli olduğunu hayal edebiliyor musunuz? Bowlby, bu önemli ilişkiyi üzerinde durmuş ve onu bağlanma olarak isimlendirmiştir (1973). Bebeğin hayatta kalıp kalmayacağının belirlenmesi üzerindeki baskın rolü; bağlanmanın, yavruyla ilgilenecek kişiyi ve yavruyu birlikte tutmaya yönelik evrilmiş bir mekanizma olduğunu düşünmek için güçlü bir kanıt olarak görülebilir (Fisher, 1998). Aşk kavramını, bağlanmanın bahsettiğimiz muhtemel evrimsel yönü ile ilişkilendirerek yeni bir bakış açısı sunmayı başaran çalışmalar vardır. Fisher'ın bulgularına göre (1992) kişilerin evlilikleri ortalama olarak 4 yıl sonra bir başka ifadeyle, birbirine aşk ile yaklaşan ve bir arada olmaya yönelik büyük bir istek duyan iki bireyin arasındaki bu güçlü duygu; 4 yıl sonra, yani muhtemelen dünyaya getirmiş oldukları yardıma muhtaç yavru hayatta kalmak için en kritik olan dönemi atlattığında boşanma ile sonuçlanmaktadır. İnsanlık tarihinde etkileyici pek çok iz bırakmış olan aşk kavramının, bir yavrunun hayata gelip kendini ,doğduğu an'a kıyasla, hayata tutunma açısından daha güçlü hissedeceği zaman gelene kadar iki insanı bir arada tutmaya yönelik evrimleşmiş bir mekanizma olduğunu düşünmenin biraz garip hissettirdiğini düşünmeden edemiyorum. Yavru ve bakım veren arasında olan ve evrimsel psikoloji bilmeyen insanları adeta büyüleyen ilişkinin bir fonksiyonu olabilir mi aşk? Ya da iki ayağımız üstünde yürümeye başlamasaydık ve böylece insan yavrusu bu kadar savunmasız doğuyor olmasaydı, aşkın gücünden hiç bahsetmeyecek miydik acaba?

Romantik ilişkilerin, kişinin fiziksel ve psikolojik sağlığı üzerindeki rolünü açıklamaya yönelik yapılmış çeşitli bulgular vardır. Grewen, Anderson, Girdler ve Light (2013) tarafından, en az 6 aydır evli olan ya da birlikte yaşayan çiftlerin katılımıyla gerçekleştirilmiş olan çalışma; stresin kardiyovasküler sistem üzerindeki olumsuz etkisinin önlenmesinde, romantik partnerin rolü üzerinde durmaktadır. Bu çalışmada; katılımcılar, stresli durum öncesinde romantik partneri ile etkileşim kurdurulanlar (10 dakika boyunca elini tutma ve 20 saniye boyunca sarılma) ve romantik partneri ile etkileşim kurdurulmayanlar olarak iki gruba ayrılmışlardır. Bu aşamadan sonra, tüm katılımcılar stresli bir duruma maruz bırakılmışlardır (konuşma yapma görevi). Stresli durum öncesinde partneri ile etkileşim içinde bulunan kişilerin, etkileşim içinde bulunmayan kişilere kıyasla daha düşük kalp atışına ve kalp basıncına sahip oldukları bulunmuştur. Kısacası; romantik partner ile kurulan etkileşim, stresin kardiyovasküler sistem üzerindeki olumsuz etkisinin üstesinden gelinmesine yardımcı olmuştur.

Braithwaite, Delevi ve Fincham (2010) tarafından, üniversite öğrencileri üzerinde yapılan çalışmada; romantik ilişki içinde olan ve olmayan kişiler arasında; fiziksel ve zihinsel sağlık açısından anlamlı bir fark olup olmadığını araştırılmıştır. Sonuçlar, romantik ilişki içinde olan bireylerin, romantik ilişki içinde olmayan bireylere kıyasla çok daha iyi bir zihinsel sağlığa sahip olduklarını ve daha düşük obezite değerleri aldıklarını göstermiştir. Ayrıca; romantik ilişki içinde olan kişilerin alkol kullanımı ile ilgili problemlerinin (fazla alkol tüketmek, alkollüyken araba kullanmak vb.), yalnız kişilere oranla çok daha az olduğu bulunmuştur.

Markey, Markey ve Gray (2007) tarafından yapılmış olan çalışma; kişilerin, romantik partnerlerinin onların sağlıkları üzerindeki etkisine yönelik algılarına odaklanmıştır. 105 çift ile yürütülen çalışma sonunda; katılımcıların, romantik partnerlerini, onların sağlıklarını olumlu şekilde etkileyen kişiler olarak algıladıklarını bulunmuştur. Ayrıca; kişiler, romantik partnerlerinin, yemek yeme ve fiziksel aktivitede bulunma davranışları bakımından kendilerini etkileyen kişiler olduklarını düşünmektedirler. Bu çalışma; romantik ilişki içinde olmanın gücünün, ilişki içindeki kişi tarafından, farkındalıklı bir şekilde deneyimlendiğinin kanıtı olduğu için önemlidir. Yani aşkın gözü o kadar da kör değil diyebiliriz.

Tüm bu bahsedilen olumlulukları yaşamak için yalnızca bir romantik partnere sahip olmak yeterli midir? Cevap, tahmin etmenin hiç de güç olmayacağı gibi, hayır. Bir romantik ilişki içinde olmanın, kişi üzerinde pek çok olumlu etkisi olabileceği gibi pek çok da olumsuz etkisi de bulunabilir. Hangi durumlarda bu olumlulukların ortaya çıkmasının kolaylaştığı ve hangi koşullarda bu olumsuzlukların minimuma indirebileceği, sosyal psikolojinin önemli konularından biri diye düşünüyorum çünkü bunların bilinmesi, sosyal hayatın kaçınılmazlıklarından biri olan ve

insan yaşamı üzerinde doğrudan etkisi bulunan romantik ilişkilerin, nasıl daha kaliteli yaşanabileceğine dair kişilere bilimsel bilgiler verebilmenin en önemli yolu olarak görülebilir. Algılanan partner duyarlılığı, "romantik partnerin birey üzerindeki gücünün, olumlu ya da olumsuz olmasının bağlı olduğu faktör nedir?" sorusuna verilebilecek en önemli cevaplardan biridir. Algılanan partner duyarlılığı; kişinin, partnerinin onu onaylayıp onaylamadığına, anlayıp anlamadığına ve ona ilgi gösterip göstermediğine yönelik sübjektif algısı olarak ifade edilebilir (Reis, Clark ve Holmes, 2004). Algılanan partner duyarlılığının, içinde bulunduğu romantik ilişkinin bireye iyi gelip gelmediğinin tespit edilmesinde önemli bir etken olduğunu kanıtlayan çeşitli bulgular vardır.

Algılanan partner duyarlılığının, sağlık üzerindeki rolü üzerine yapılan boylamsal bir çalışma; kişilerin 10 yıl sonraki günlük stres hormonu grafiklerinin, bulundukları zamanda rapor ettikleri algılanan partner duyarlılığı değerleri yardımıyla öngörülebileceğini bulmuştur. Sonuçlar, partnerini duyarlı olarak algılamayanların profillerinin, algılayanların profiline kıyasla çok daha fazla sağlıksızlık ipucu içerdiği ortaya çıkarılmıştır (Slatcher, Selcuk ve Ong, 2015). Bu çalışma, duyarlı olarak algılanan partnerin stresi dengeleyici rolünü ve duyarsız olarak algılanan partnerin stres karşısında savunmasız kalınmasına sebep olduğunu gösterdiği için önemlidir. Stresin kardiyovasküler sağlık (Ginty, Kraynak, Fisher ve Gianaros, 2017), bağışıklık sistemi (Khansari, Murgo ve Faith, 1990) ve biliş (Li ve ark., 2008) üzerindeki olumsuz etkileri düşünülünce, algılanan partner duyarlılığının gücü dikkate alınmaya değerdir.

"İnsanlar neden bir romantik ilişki içinde olmak ister?" sorusunun en yaygın cevaplarından biri, "mutlu hissetmek için!" olabilir. Romantik ilişkilerin mutluluk ile ilişkilendirilmesinde de algılanan partner duyarlılığının gücü dikkat çekmektedir. Selçuk, Günaydın, Ongadi ve Almeida (2016) tarafından yapılmış olan çalışma, algılanan partner duyarlılı ile mutluluk arasındaki ilişkiyi açığa çıkarmaktadır. İki binden fazla evli çift ile yürütülen boylamsal çalışma sonunda; algılanan partner duyarlılığı yüksek olan katılımcıların, 10 yıl sonraki hedonik (haz odaklı) ve eudaimonik (anlam odaklı) mutluluklarında anlamlı bir artış görülmüştür. Ayrıca; mutlulukla ilişkisi olabileceği düşünülen çeşitli değişkenler (yaş, cinsiyet, kişilik özellikleri vb.) kontrol edildiğinde, algılanan partner duyarlılığı yüksek kişilerin eudaimonik mutluluklarında, 10 yıl sonunda bir artış olduğu gözlemlenmeye devam edilmiştir. Bu çalışma, daha mutlu hissetmek için romantik ilişkinin gücünden faydalanmak isteyen kişilerin odaklanması gereken kritik noktaya dikkat çektiği için önemlidir.

Duyarlı olarak algılanmayan bir romantik partnere sahip olmanın olumsuzlukları, tolere edilebilir düzeyde midir? Algılanan partnerin duyarlılığının yıllar içerisinde azalması, üstesinden gelinebilir bir durum mudur? Boylamsal bir çalışmadan elde edilen bulguya göre (Stanton, Selçuk, Farrell, Slatcher ve Ong, 2019), partnerin duyarlılığının azalması, günlük hayatta karşılaşılan stresle başa çıkma konusunda duygusal olarak zayıflamayla ilişkili bulunmuştur. Çalışmayla ayrıca; algılanan partner duyarlılığındaki düşüşün, uzun vadede bireyin yaşamını kaybetme riskinin yükselmesi ile bağlantılı olduğu ortaya çıkarılmıştır. Bu bulgular, yakın ilişkilerin, birey için ne kadar tehlikeli olabileceğine dikkat çektiği için önemlidir. Romantik ilişkiler çok güçlüdür ve bu gücün yönünün nereye doğru gittiğini kontrol etmek bireylerin psikolojik ve fiziksel sağlıkları için oldukça önemlidir. Yalnız olmak, duyarsız olarak algılanan bir romantik partnerle birlikte olmaktan daha iyi olabilir mi? Sanırım bu sorunun yanıtı gerçekten düşünmeye değer.

Kaynaklar

Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss, Vol. II. Separation: Anxiety and anger*. London, England: Penguin Books.

Braithwaite, S. R., Delevi, R. ve Fincham, F. D. (2010). Romantic relationships and the physical and mental health of college students. *Personal Relationships, 17*(1), 1-12.

Fisher, H. E. (1992). *Anatomy of love: The natural history of monogamy, adultery, and divorce*. Touchstone.

Fisher, H. E. (1998). Lust, attraction, and attachment in mammalian reproduction. *Human Nature, 9*(1), 23-52.

Ginty, A. T., Kraynak, T. E., Fisher, J. P. ve Gianaros, P. J. (2017). Cardiovascular and autonomic reactivity to psychological stress: Neurophysiological substrates and links to cardiovascular disease. *Autonomic Neuroscience, 207*, 2-9.

Grewen, K. M., Anderson, B. J., Girdler, S. S. ve Light, K. C. (2003). Warm partner contact is related to lower cardiovascular reactivity. *Behavioral Medicine, 29*, 123-130.

Khansari, D. N., Murgo, A. J. ve Faith, R. E. (1990). Effects of stress on the immune system. *Immunology Today, 11*, 170-175.

Li, S., Wang, C., Wang, W., Dong, H., Hou, P. ve Tang, Y. (2008). Chronic mild stress impairs cognition in mice: From brain homeostasis to behavior. *Life Sciences, 82*(17-18), 934-942.

Markey, C. N., Markey, P. M. ve Gray, H. F. (2007). Romantic relationships and health: An examination of individuals' perceptions of their romantic partners' influences on their health. *Sex Roles, 57*(5-6), 435-445.

Reis, H. T., Clark, M. S. ve Holmes, J. G. (2004). Perceived partner responsiveness as an organizing construct in the study of intimacy and closeness. D. Mashek ve A. Aron, (Ed.), *The handbook of closeness and intimacy* içinde (201-225). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

Selçuk, E., Günaydın, G., Ong, A. D. ve Almeida, D. M. (2016). Does partner responsiveness predict hedonic and eudaimonic well-being? A 10-year longitudinal study. *Journal of Marriage and Family, 78*, 311-325.

Slatcher, R. B., Selcuk, E. ve Ong, A. D. (2015). Perceived partner responsiveness predicts diurnal cortisol profiles 10 years later. *Psychological Science, 26*(7), 972-982.

Stanton, S. C., Selçuk, E., Farrell, A. K., Slatcher, R. B. ve Ong, A. D. (2019). Perceived partner responsiveness, daily negative affect reactivity, and all-cause mortality: A 20-year longitudinal study. *Psychosomatic Medicine, 81*, 7-15.

BİRİKTİRMENİN YOLCULUĞU: DÜN, BUGÜN VE YARIN BİRİKTİRİCİLİK BOZUKLUĞU

Gizem Kavalcı
gizemkavalci@hotmail.com
Başkent Üniversitesi, Psikoloji Bölümü

İnsan, gelişim dönemlerinde nesneleri toplamaya, biriktirmeye eğilim göstermektedir. Çocukların ortalama 25-27 aylık gelişim dönemlerinde nesneleri toplamaya, saklamaya ve biriktirmeye başladıkları ve 6 yaş civarında bu davranışların düzenli bir artış gösterdiği belirtilmiştir. Ayrıca sağlıklı kabul edilen çocukların yaklaşık %70'inde bu davranışların gözlendiği bildirilmektedir (Storch ve ark., 2007). Biriktiricilik, aşırı toplama, istifleme, kullanışsız ya da sınırlı değere sahip olan çok sayıdaki nesneyi edinmek ve onları atmakta zorlanma sonucu dağınık yaşam alanlarının işlevsellikte belirgin bozulmalara ve strese yol açması olarak tanımlanmaktadır (Frost ve Hartl, 1996).

Biriktiricilik bozukluğu (BB), kompulsif biriktiricilik olarak isimlendirilmekle beraber, aşırı miktarda kullanışsız nesnenin edinimi, nesnelerin atılmasında yetersizlik ve gönülsüzlük olarak ifade edilmiştir (Frost ve Gross, 1993). Bu nesneleri aşırı edinme davranışı bireysel, kişilerarası ve mesleki işlevselliği olumsuz olarak etkilemektedir (Damecour ve Charron, 1998).

Biriktiricilik bozukluğu (BB), sadece bireye değil aynı zamanda aileleri ve toplum üzerine de büyük bir sorumluluk yüklemektedir (Steketee, Frost ve Kim, 2001). BB, kişilerarası çatışmalar (Tolin, Frost ve Steketee, 2008), düşük evlilik oranları (Frost, Steketee, Williams ve Warren, 2000) ve sosyal izolasyon (Samuels ve ark. 2002) ile ilişkili bulunmuştur. BB, düşme riskinin artması, yangın tehlikesi, yetersiz temizlik şartları, yetersiz beslenme ve beraberinde getirdiği tıbbi problemler gibi bireyler için ciddi sonuçlar doğurabilir (Ayers, Najmi, Mayes ve Dozier, 2014). Bu riskler genç, orta ve ileri yaş yetişkinlikte benzer görülmekle birlikte, ilaçların yanlış kullanımı, düşmeler, yangınlar kirlilik gibi durumların yaşlı erişkinlerde görülme olasılığı daha anlamlı bulunmuştur (Ayers, Najmi, Mayes ve Dozier, 2014). Yaşam alanlarında oluşan dağınıklık, hane halkı faaliyetleri için alanın normal kullanımına müdahale edebilir. Yangın ve düşme nedeniyle yaralanma riskini artırmasıyla beraber kötü sağlık koşullarından kaynaklanan hastalıkları da artırır. (Frost, Steketee ve Williams, 2000). Elde edilen sonuçlar biriktiricilik semptomlarının yaşla birlikte artması nedeniyle karışıktır. BB semptomlarının yaşla birlikte artmasından ziyade, zamanla nesnelerin birikmesi veya fiziksel-zihinsel hastalıkların artması sahip olunan malları atma ya da düzenleme becerisini zayıflatabileceğinden biriktiricilik davranışı sonuçlarının yaşla birlikte daha zorlayıcı hale gelmesi muhtemel olabilir (Ayers, Najmi, Mayes ve Dozier, 2014). Bir diğer olasılık ise, yetişkinliklerin biriktiricilik semptomlarını normalleştirmeleri sebebiyle yaşam boyu biriktiricilik davranışlarının öz bildirim ölçekleri aracılığıyla tespit edilmesinin zorlaşması olabilir (Ayers, Najmi, Mayes ve Dozier, 2014).

BB üzerine yapılan araştırma, biriktiricilik semptomları üzerinde etkili olabilecek 4 etiyolojik etmenden bahsetmiştir. Bu etmenler, karar verme ve sınıflandırmayla alakalı yürütücü işlev eksiklikleri, sahip olunan nesnelere karşı kurulan aşırı duygusal bağlanma, davranışsal kaçınmaya olan eğilim ve nesnelerin doğasına dair çarpık inançlar ve yaşam olayları olarak belirtilmiştir (Frost ve Hartl, 1996). BB semptomlarını taşıyan yetişkinlerde yapılan araştırmada dikkati odaklama, karar verme ve düzenleyici becerilerinde eksiklikler olduğu belirtilmiştir (Steketee ve ark., 2012) Bilişsel işlev bozukluğunun kompulsif biriktiricilik davranışı gelişimini olumsuz olarak etkileyebileceği (Steketee ve Frost, 2013), orta yaşlı erişkinlerin, düzenleme, karar verme, planlama ve sınıflandırmayla (Grisham ve ark., 2010) alakalı yürütücü işlevlerine problemler yaşadıkları belirtilmiştir.

Bilişsel Davranışçı Yaklaşım ve Bağlanma Kuramı açısından değerlendirildiğinde ise, Biriktiricilik davranışının; genetik yatkınlık, kişinin kimliğine ve yeterliliğine ilişkin çekirdek inançlar ve bilişsel işlev bozukluğu gibi yatkınlık faktörlerine dayalı bir bilişsel-davranışçı modeline göre çalışılması önerilmektedir (Steketee ve Frost , 2007).

Bilişsel davranışçı kuramın biriktiricilik davranışı önerdiği model, biriktirme davranışı olan bireylerin, sahip oldukları nesnelere karşı yoğun duygusal bağlanma kurduğunu, kişilerin sahip oldukları nesneleri kendilerinin bir parçası olarak algıladıklarını (Frost ve Hartl, 1996; Frost, Hartl, Christian ve Williams, 1995) ve bununla birlikte belli bir insanı sevmekle, sahip oldukları nesneleri sevmenin benzer duygulanımlar oluşturduğunu öngörmüştür (Frost ve Gross, 1993). BB'ye sahip kişiler, sahip oldukları nesnelere, insana dair nitelikleri atfedebilir (Neave, Jackson, Saxton ve Hönekopp, 2015) ve attıkları nesneleri, yakın bir arkadaşlarını kaybetmekle eşdeğer görebilirler (Frost ve Hartl, 1996). Yıllar önce Fromm (1947), biriktiricilik davranışına sahip bireylerin, insanlarla ilişki veya bağ kurmak yerine nesnelerle bağ kurduklarına dair varsayımlar öngörmüştür. BB'ye sahip bireyler ise, bu görüşü desteler nitelikte, sahip oldukları nesneleri kullanmayı duygusal olarak rahatlama kaynağı olarak gördüklerini (Frost ve ark., 1995) ve klinik olmayan örneklemle birlikte katıldıkları çalışmada kişilerarası zorlukları daha yüksek düzeyde deneyimlediklerini ifade etmişlerdir (Grisham ve ark., 2008). Diğer insanlara karşı güvensiz bağlanmalar geliştirmek kişilerarası ilişkilerde bozulmalar oluşturabilir.

Bağlanma kuramına göre, bebekler kendilerine korunma, güven, destek ve duygusal rahatlık hissi veren kişilerle (örneğin, ebeveynleri) ile güçlü bağlama örüntüsü oluşturup, bu kişilere yakınlıklarını sürdürmeye çalışırlar (Bowlby, 1982). Ancak bağ kurulan kişinin tekrarlayan bir şekilde bebeğin ihtiyaçlarına kayıtsız davranması veya ulaşılamaz olması gibi durumlarda, bebekler bu kişilerle güvensiz bağlanma örüntüsü kurarlar (Ainsworth, 1964). Erişkin dönem boyunca kişilerarası ilişkilerinde bu güvensiz bağlanma örüntüsünü devam ettirebilirler. Yetişkin bireylerde güvensiz bağlanma örüntüsü, bağlanma kaygısı veya bağlanmadan kaçınma olarak kendini gösterebilir (Lowell, Renk ve Adgate, 2014). Bağlanma kaygısı, ilişkilerde terk

edilme ve reddedilme korkusu ortaya çıkabileceği gibi bireyin yakın ilişkilerden kurmaktan kaçınmak için geliştirdiği yöntemlerle belirtilebilir. Bağlanmadan kaçınma, yakınlık korkusu ve bir ilişki içinde rahat hissedememe, beraberinde kişilerarası ilişkilerden kaçınmaya olan eğilim ile belirtilir (Fraley, Vicary, Brumbaugh ve Roisman, 2011). Medard ve Kellett (2014), biriktiricilik bozukluğu yaşayan bireylerin, öğrencilerin ve klinik olmayan örneklemin kontrol grubuna atandığı çalışmada, daha fazla bağlanma kaygısı ve bağlanmadan kaçınma deneyimlediklerini temellendirmişlerdir. Bununla beraber sadece bağlanma kaygısını biriktiricilik semptomlarının şiddetiyle ilişki olduğunu göstermişlerdir. Neave, Tyson, McInnes ve Hamilton (2016) klinik olmayan örneklemle yapılan çalışmada, kaygılı bağlanmanın, biriktiricilik davranışları ve bilişleri üzerinde önemli yordayıcı etkisini bulmuşlardır. Nesnelere bağlanmanın, kişilerarası ilişkilerde kaygılı bağlanma örüntüsünün bir uzantısı olabileceği düşünülmüştür. Çünkü biriktiricilik davranışıyla zorluklar yaşayan bireyler duygusal desteği kişilerarası ilişkilerden sağlamak yerine daha az tehdit edici görünen, nesnelerden sağlamayı tercih ediyor olabilirler (Norris, Lambert, Nathan DeWall ve Fincham, 2012).

Bazı araştırmalar BB yaşayan bireylerin duygusal toleransının ve kişilerarası ilişkilerdeki strese uyumlu davranmak konusunda güçlüklerle karşılaştıklarını belirtmiştir. Phung, Moulding, Taylor ve Nedelijkovic (2015), klinik olmayan örneklemle yaptıkları çalışmada, olumsuz duygu durumunu hafifletmek gösterdikleri döküntü belirtisi ve kaygıya olan duyarlılığın, BB'nin semptomları üzerinde anlamlı yordayıcılar olduğunu göstermektedir. Son olarak Fernández de la Cruz ve arkadaşları (2013) yaptıkları çalışmada BB yasayan bireylerin sağlıklı kontrol grubuyla karşılaştırıldığında daha fazla duygu düzenlenme güçlükleri yaşadıklarını belirtmişlerdir. BB semptomlarında, bilişsel-davranışçı yaklaşıma göre, yatkınlık faktörleri kişinin sahip olduğu nesnelerle ilgili bilişsel değerlendirmelerine katkıda bulunur ve olumlu ve olumsuz duygusal tepkiler olarak biriktiricilik davranışlarına yol açar. Kişi sahip olunan nesnelerin yok edilmesi, atılması veya alınmaması durumunda ortaya çıkan hoşnutsuzluk duygularıyla baş etmek için bireysel olarak olumsuz bir şekilde pekiştirildiğinde, ihtiyaç duydukları cisim veya bilgiye sahip olduğu gerekçesiyle veya kişinin bu nesnelere sahip olduğunda kendini güvende hissetmesiyle olumlu olarak pekiştirilerek biriktiricilik davranışının güçlenmesine neden olur (Steketee ve Frost, 2007).

Genç, orta ve ileri yaştaki yetişkinlerden oluşan karışık örneklemde yapılan çalışmalar, BB semptomlarının ilk olarak çocukluk ve ergenlik döneminde ortaya çıktığını, başlangıç yaşının 40 ve üzeri olmasının nadir olarak gerçekleşebileceğini belirtmiştir (Grisham, Frost ve Steketee,

Kaynak: thefix.com

2006; Tolin ve ark., 2010). Tolin ve arkadaşları (2010), biriktiricilik semptomlarının çocukluk/ergenlik döneminde başladığı, belirtilerin ortaya çıkmasını takip eden ilk on yıl ve sonraki 10 yıllık süreçte semptomların arttığını ve daha sonra yaşlı-yetişkinlerde semptomların şiddetinin yüksek seviyede kaldığını belirtmiştir.

BB tanısına sahip bireylerde komorbiditelerin oluşumları; %51.4 oranında majör depresyon bozukluğu, %23.3 oranında yaygın kaygı bozukluğu, %23.3 oranında sosyal fobi, %18.1 obsesif kompulsif bozukluk, %13.8 oranında özgül fobi, %7.1 oranında travma sonrası stres bozukluğu olmak üzere daha yüksek oranlarda görülmektedir (Ayers ve ark., 2014). Bu çalışmalardan elde edilen sonuçlar, biriktiricilik davranışına sahip bireylerin, obsesif kompülsif, bağımlı, kaçınılan ve şizotipal kişilik özelliklerini sergileme olasılığı daha fazla olduğunu göstermektedir (Samuels ve ark., 2007).

Geliştirilen ilk tedavilerde, karar verme ve sınıflandırma, nesnelerin atılmasına maruz bırakma ile ilgili işlevsiz inançların bilişsel yeniden yapılandırılmasına yönelik eğitimler içeren (Hartl ve Frost, 1999), kompulsif biriktiricilik davranışının bilişsel-davranışçı modelini kullanılmıştır (Frost ve Hartl, 1996). Bireysel (Steketee ve Frost, 2013), grup (Muroff ve ark., 2014) ve kendi kendine yardım tedavileri olmak üzere birçok farklı bilişsel-davranışsal terapi (BDT) sistemi geliştirilmiştir (Bubrick ve ark., 2004; Tolin ve ark., 2007a). Son zamanlarda, biriktiricilik davranışının zararını azaltmak için motive olamayan bireylerin karşılaştığı zararı azaltmak (Tompkins, 2015) amacıyla serotonin geri alım inhibitörleri kullanan farmakolojik tedaviler (Saxena ve ark., 2004) geliştirilmiştir. BB yaşayan bireylerin tedavisi için; bireysel BDT, grup BDT, BDT temelli biblioterapi destek grupları, bilişsel iyileştirme, farmakoterapi, çevrimiçi destek grubu, motive edici aile eğitimi ve aile psikoeğitimi olmak üzere bir çok tedavi yaklaşımı geliştirilmiştir.

Bireysel BDT çalışmaları, tedavi sonuna kadar en az bir biriktiricilik şiddeti ölçümünde, tedavi sonrası, % 40-50 arasında semptomlarda azalma sağlandığını bildirmiştir (Steketee ve ark., 2012,; Tolin ve ark., 2007b). Grup tabanlı BDT'yi değerlendiren çalışmalar, BB semptomlarının müdahale sonrasında % 14-29.9 arasında değişen önemli oranda azalma sağladığı bulunmuştur. Katılımcıların% 21-36' sında, klinik olarak anlamlı değişiklik görülmüştür (Muroff ve ark., 2012). Çalışmalar depresyonda ve kaygı üzerinde grup BDT müdahale sonrasında iyileşme gösteren sonuçlarını belirtmektedir (Muroff ve ark., 2012). Ayers ve arkadaşları (2014), Twamley ve arkadaşlarının (2012) hazırladığı, bilişsel iyileştirme tekniklerini içeren kaynakla beraber nesnelerin atılmasına maruz bırakma ve yeni nesneler elde edilmemesine dayalı (BDT'nin bir bileşeni) yeni bir düzen oluşturdukları çalışması, BB semptomlarında büyük etki büyüklüğüne sahipken (ölçümler boyunca% 8.36-40.86 arasında), BB bulunan katılımcıların % 73'ünün semptomlarında klinik olarak anlamlı azalmalar bulmuştur. Ayers ve arkadaşları (2014) çalışmalarında, BB semptomlarının şiddetini azaltmaya özel olarak odaklanan maruz kalmayı çalışmaya dahil ettiklerini belirtmişlerdir.

BB bulunan erişkinlerde, ilaç etkinliğini inceleyen araştırmalar ortaya farklı sonuçlar çıkarmıştır (Muroff, Bratiotis ve Steketee, 2011). Farmakoterapi denemelerinde, paroksetin seçici bir serotonin geri alım inhibitörü kullanarak, Saxena ve arkadaşları (2011), tarafından yapılan değerlendirmede yaklaşık %36 oranında, bireylerin kendilerini değerlendirdikleri ölçümde yaklaşık %32 oranında biriktiricilik davranışının şiddetini azalttığını gösteren sonuç bulunmuştur (Saxena ve Sumner, 2014).

Türkiye'de biriktiricilik bozukluğu yaşayan bireylerin yaşadığı problemler, yaygınlık durumu, kültürel etmenler üzerine, biriktiricilik bozukluğu ile ilgili toplumda epidemiyolojik, ve etiyolojik çalışmalar yapılması önerilmektedir. Edinilen bulgular doğrultusunda; biriktiricilik bozukluğuna dair kültürel çalışmaların yapılmadığı, çalışmaların sadece belli bölgelerde, sınırlı örneklem ile çalışıldığı göz önüne alınarak, bu alandaki çalışmaların ilerlemesi beklenmektedir.

Kaynaklar

Ainsworth, M. D. (1964). Patterns of attachment behavior shown by the infant in inter action with his mother. *Merrill-Palmer Quarterly, 10*(1), 51-58. http://dx.doi.org/10. 2307/23082925.

Ayers, C. R., Najmi, S., Mayes, T. L. ve Dozier, M. E. (2014). Hoarding disorder in older adulthood. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*. doi: 10.1016/j.jagp.2014.05.009.

Ayers, C. R., Saxena, S., Espejo, E., Twamley, E. W., Granholm, E. ve Wetherell, J. L. (2014) . Novel treatment for geriatric hoarding disorder: An open trial of cognitive rehabilitation paired with behaviour therapy. *American Journal of Psychiatry, 22*, 248-252. doi: 10.1016/j.jagp.2013.02.010.

Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: Retrospect and prospect. *American Journal of Orthopsychiatry, 52*(4), 664-678. doi: 10.1111/j.1939-0025.1982. tb01456.x.

Bubrick, J., Neziroglu, F. ve Yaryura-Tobias, J. (2004). *Overcoming compulsive hoarding: Why you save and how you can stop*. Oakland, CA.: New Harbinger Publications.

Damecour, C. L. ve Charron, M. (1998). Hoarding: A symptoms, not a syndrome. *The Journal of Clinical Psychiatry, 59*(5), 267-272.

Fernandez de la Cruz, L., Landau, D., Iervolino, A. C., Santo, S., Pertusa, A., Singh, S. ve Mataix-Cols, D. (2013). Experiential avoidance and emotion regulation difficulties in hoarding disorder. *Journal of Anxiety Disorders, 27*(2), 204-209. doi: 10.1016/j.janxdis.2013.01.004.

Fraley, R. C., Vicary, A. M., Brumbaugh, C. C. ve Roisman, G. I. (2011). Patterns of sta- bility in adult attachment: An empirical test of two models of continuity and change. *Journal of Personality and Social Psychology, 101*(5), 974-992. doi: 10. 1037/a0024150.

Fromm, E. (1947). *Man for himself: An inquiry into the psychology of ethics*. New York: Rinehart.

Frost, R. ve Gross, R. (1993). The hoarding of possessions. *Behaviour Research and Therapy, 31*, 367-382.

Frost, R. O. ve Hartl, T. L. (1996). A cognitive–behavioural model of compulsive hoarding. *Behaviour Research and Therapy, 34*(4), 367-381.

Frost, R. O., Hartl, T. L., Christian, R. ve Williams, N. (1995). The value of possessions in compulsive hoarding: Patterns of use and attachment. *Behaviour Research and Therapy, 33*, 897-902.

Frost, R. O, Steketee, G. ve Williams, L. (2000). Hoarding: A community health problem. *Health and Social Care in the Community, 8*(4), 229-234.

Grisham, J. R., Frost, R. O. ve Steketee, G. (2006). Age of onset of compulsive hoarding. *Journal of Anxiety Disorders, 20*, 675-686

Grisham, J. R., Norberg, M. M., Williams, A. D., Certoma, S. P. ve Kadib, R. (2010) Categorization and cognitive deficits in compulsive hoarding. *Behaviour Research and Therapy, 48*, 866-872

Grisham, J. R., Steketee, G. ve Frost, R. O. (2008). Interpersonal problems and emotional intelligence in compulsive hoarding. *Depression and Anxiety, 25*(9).

Hartl, T. L. ve Frost, R. O. (1999). Cognitive-behavioral treatment of compulsive hoarding: A multiple baseline experimental case study. *Behavior Research Therapy, 37*, 451-461. doi:10.1016/S0005-7967(98)00130-2

Lowell, A., Renk, K. ve Adgate, A. H. (2014). The role of attachment in the relationship between child maltreatment and later emotional and behavioral functioning. *Child Abuse and Neglect, 38*(9), 1436-1449. http://dx.doi.org/10.1016/j.chiabu.2014.02. 006.

Medard, E. ve Kellett, S. (2014). The role of adult attachment and social support in hoarding disorder. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy, 42*(5), 629-633.

Muroff, J., Bratiotis, C. ve Steketee, G. (2011). Treatment for hoarding behaviors: A review of the evidence. *Clin Soc Work J, 39*, 406-423.

Muroff, J., Steketee, G., Bratiotis, C. ve Ross, A. (2012). Group cognitive and behavioral therapy and bibliotherapy for hoarding: a pilot trial. *Depression and Anxiety, 29*, 597-604. doi:10.1002/da.21923

Muroff, J., Underwood, P. ve Steketee, G. (2014). *Group treatment for hoarding disorder: Therapist guide (treatments that work)*. New York: Oxford University Press.

Neave, N., Jackson, R., Saxton, T. ve Hönekopp, J. (2015). The influence of anthro- pomorphic tendencies on human hoarding behaviours. *Personality and Individual Differences, 72*, 214-219. http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2014.08.041.

Neave, N., Tyson, H., McInnes, L. ve Hamilton, C. (2016). The role of attachment style and anthropomorphism in predicting hoarding behaviours in a non-clinical sample. *Personality and Individual Differences, 99*, 33-37. doi: 10.1016/j.paid. 2016.04.067.

Norris, J. I., Lambert, N. M., Nathan DeWall, C. ve Fincham, F. D. (2012). Can't buy me love?: Anxious attachment and materialistic values. *Personality and Individual Differences, 53*(5), 666-669. doi: 10.1016/j.paid.2012.05.009.

Phung, P. J., Moulding, R., Taylor, J. K., ve Nedelijkovic, M. (2015). Emotion regulation, attachment to possession and hoarding symptoms. *Scandanavian Journal of Psychology, 56*, 573-581.

Samuels, J., Shugart, Y. Y., Grados, M. A., Willour, V. L., Bienvenu, O. J.....Greenberg, B. D.(2007). Significant linkage to compulsive hoarding on chromosome 14 in families with obsessive compulsive disorder. *American Journal of Psychiatry, 164*, 493-499.

Saxena, S., Ayers, C. R., Maidment, K. M., Vapnik, T., Wetherell, J. L. ve Bystritsky, A. (2011). Quality of life and functional impairment in compulsive hoarding. *Journal of Psychiatry Research, 45*, 475-80. doi:10.1016/j.jpsychires.2010.08.007

Saxena, S., Brody, A. L., Maidment, K. M., Smith, E. C., Zohrabi, N.....Katz, E. (2004). Cerebral glucose metabolism in obsessive–compulsive hoarding. *American Journal of Psychiatry, 161*, 1038-1048.

Saxena, S. ve Sumner, J. (2014). Venlafaxine extended-release treatment of hoarding disorder. *International Clinical Psychopharmacology, 29*, 266-273. doi:10.1097/YIC.0000000000000036

Steketee, G., Schmalisch, C. S..... Dierberger, A. (2012). Symptoms and history of hoarding in older adults. Journal of Obsessive Compulsive Related Disorders, 1, 1-7.

Steketee, G. ve Frost, R. O. (2013). *Treatment for hoarding disorder: Therapist guide (2. baskı)*. New York: Oxford University Press.

Steketee, G. ve Frost, R. O. (2007). *Compulsive hoarding and acquiring: Therapist guide (treatments that work)*. New York: Oxford University Press.

Steketee, G., Frost, R. O. ve Kim, H. J. (2001). Hoarding by elderly people. *Health and Social Work, 26*, 176-184.

Storch, E. A., Lack, C. W., Merlo. L, J., Geffken, G. R., Jacob, M. L..... Murphy, T. K. (2007). Clinical features of children and adolescents with obsessive-compulsive disorder and hoarding symptoms. *Compr Psychiatry, 48*, 313-318.

Tolin, D. F., Frost, R. O., Steketee, G. ve Fitch, K. E. (2008). Family burden of compulsive hoarding: Results of an internet survey. *Behaviour Research and Therapy, 46*(3), 334-344. doi: 10.1016/j.brat.2007.12.008.

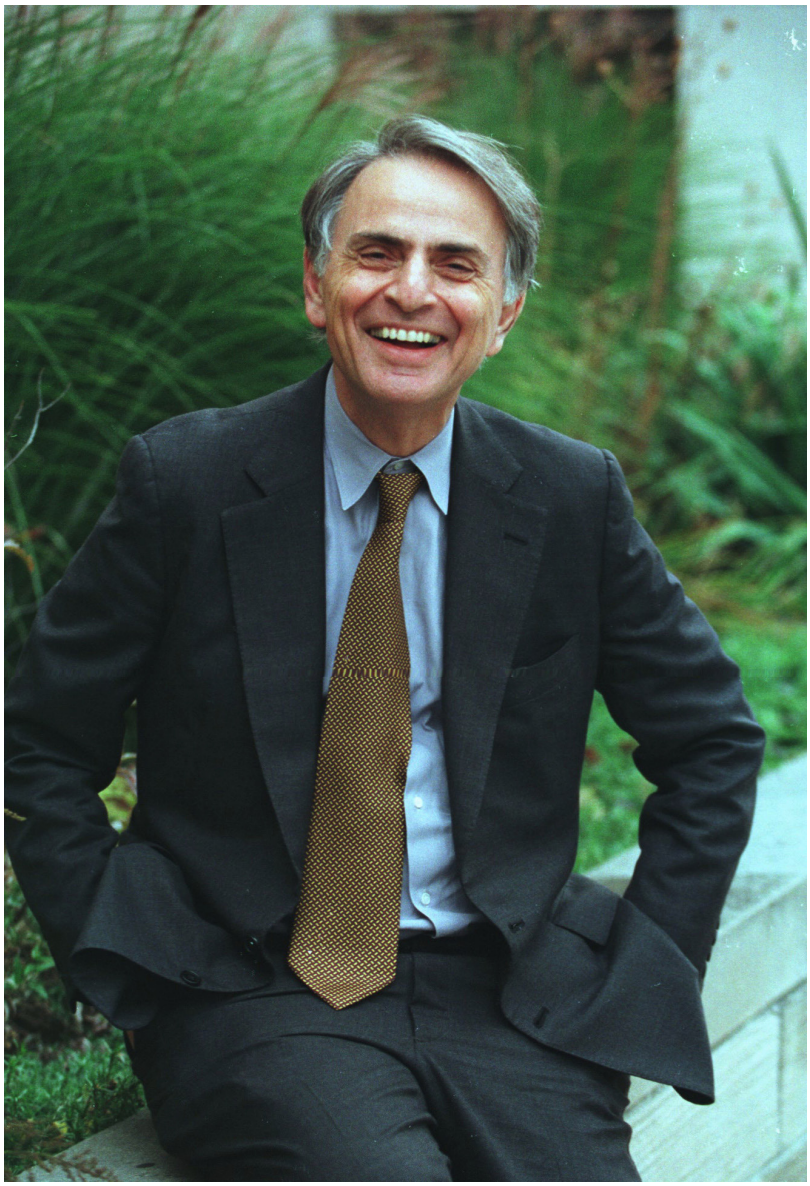
Tolin, D. F., Frost, R. O. ve Steketee, G. (2007a). *Buried in treasures: Help for compulsive acquiring, saving, and hoarding*. New York: Oxford University Press.

Tolin, D.F., Frost, R.O. ve Steketee, G.(2007b). An open trial of cognitive-behavioural therapy for compulsive hoarding. *Behavior Research Therapy*. *45*, 1461-1470.

Tolin, D. F., Meunier, S.A..... Frost, R. O. (2010). Course of compulsive hoarding and its relationship to life events. *Depress Anxiety, 27*, 829-838.

Tompkins, M. A. (2015). *Clinician's guide to severe hoarding*. New York: Springer. doi:10.1007/978-1-4939-1432-6

Twamley, E. W., Vella, L., Burton, C. Z., Heaton, R. K. ve Jeste, D. V. (2012). Compensatory cognitive training for psychosis. *Journal of Clinical Psychiatry, 73*, 1212-1219. doi:10.4088/JCP.12m07686



Prof. Dr. Carl Sagan, 1934-1996
Kaynak: Michael Okoniewski, 1994

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.