

DANIEL GOLEMAN

KENDİNİ
ALDATMANIN
PSİKOLOJİSİ

hayati yalanlar basit gerçekler

EN ÇOK SATAN KİTAPLAR LİSTESİNDE
HAFTALARCA YER ALAN
“DUYGUSAL ZEKA” NIN YAZARINDAN...

2.BASKI

ARION
YAYINEVİ

Daniel Goleman

**HAYATİ YALANLAR
BASİT GERÇEKLER**

*“Kendini Aldatmanın
Psikolojisi”*



Hayati Yalanlar Basit Gerçekler

“Kendini Aldatmanın Psikolojisi”

DANIEL GOLEMAN

Çeviren:
Betül Yanık

ARION
YAYINLARI

Psikoloji Dizisi:04

ARION YAYINEVİ

Temmuz - 1999 (1. Basım, İstanbul)

Eylül - 1999 (2. Basım, İstanbul)

“Bu eserin tüm yayın hakları ARION YAYINEVİ Ltd. Şti.ne aittir.”

© 1985 by Daniel Goleman,ph.D.

Kitabın Orijinal Adı : Vital Lies Simple Truths
Yazar : Daniel Goleman,Ph.D.
Çeviren : Tıbbi Biyolog Betül Yanık
Kapak Tasarımı : Mustafa Türk
Baskı : Kurtiş Matbaacılık
Cilt : Güven Mücellithanesi

Adres : Siraselviler Cad. Taner Palas Apt.
No: 25 Kat: 3 Daire: 7
Taksim-İstanbul

Tel. : (0212) 292 81 64 - 65 - 66
Fax : (0212) 292 81 67

ISBN - 975-571-075-2

TEŞEKKÜR

1978 sonbaharında Gregory Bateson'u ziyaret etmenin zevkini tattım. Bateson birkaç ay sonra hayatını sona erdirecek olan akciğer kanseri sebebiyle kötü bir biçimde hırıltıyla soluduğu halde keyfi yerindeydi ve aklı da pekalâ başındaydı.

Bateson serüvenlerle dolu uzun ve entelektüel yolculuğunu gözden geçiriyordu. İkinci Dünya Savaşı'ndan hemen sonra Macy Kurumu konferanslarında onun için bir hamle ortaya çıkmıştı. Bu konferanslarda Norbert Wiener'in grubu sibernetiği geliştirmişti. "Sonra" demişti Bateson, "doğru yolu buldum: bütün sistemlerin, olayları birbirine bağlayan bağlantılı modellerin özelliklerini daha açık olarak görebildim."

Bateson o zaman moda olan davranış görüşlerine kendini kaptırdı: "İnsanoğlunun, onun en hayvansı, en ilkel ve en çılgınca psikolojisinden başlayan teoriler, mezmur yazarın "İnsan nedir?" sorusuna başvurulacak umulmayan ilk önermeler haline geldiler. Ve bu dar fikirlilik, olayları birbirine bağlayan modeli idrak etmede başarısız olmamıza neden oldu.

Bateson'a şu soruyu sordum: "Olayları birbirine bağlayan kalıp / model nedir?"

Bana şöyle cevap verdi: “Olayları birbirine bağlayan kalıp bir meta kalıptır, yani değişmiş bir kalıptır, kalıpların kalıbıdır. Sıklıkla bizler bunu görmede başarısız oluruz. Müzik haricinde, bizler bu kalıpları durağan ilişkiler olarak düşünmek üzere eğitilmişizdir. Gerçek şudur ki, olayları birbirine bağlayan kalıplar hakkında düşünmeye başlamanın en doğru yolu birbirleri ile etkileşim halinde olan bölümlerin / parçaların dansları gibidir. Bunlar ikincil olarak çeşitli fiziksel sınırlama türleriyle, alışkanlıklarla, durumları ve bileşimde bulunan maddeleri isimlendirmekle yerlerine mihlanırlar.”

Birbirleri ile etkileşim halinde olan parçaların / bölümlerin dansı. Olayları birbirine bağlayan kalıp. Bu düşüncelere saplanıp kaldım. Bundan sonraki birkaç yıl içinde bu düşünceler benim kendi araştırmalarımı şekillendirdiler.

Tamamen farklı açılardan olmasına rağmen aynı kalıba (modele) işaret ediyor gibi görünen gerçekler silsilesi ve olayların iç yüzleri tarafından uzun süredir merakım uyandırılıyordu. Harvard’daki klinik psikoloji tahsilim beni öyle hastaların arasına sokmuştu ki, bu insanların hastalıklarının ve düzensizliklerinin onları daha derinlerdeki bazı tehlikelere karşı korudukları görülüyordu. Sıradan karşılaşmaların sosyoloğu olan Erving Goffman ile yapılan bir seminer, yüzyüze etkileşimlerin temel kurallarının, farkındalığın bazı bölgelerini sınırların dışında idare etmek suretiyle huzurumuzu nasıl koruduğunu görmeme yol açtı. Bilinçli olmanın psikobiyojisi üzerine yapılan çalışmalar bana “idrak”ın -ve kendi yaşamlarımızın- uyanıklık ve dikkatsizlik arasındaki hassas dengenin bir ürünü olduğunu göstermişti.

Bu tamamen farklı kanıt parçacıkları bir kalıbın ipuçları olarak ilgimi çektiler; bu, davranışın herbir önemli seviyesinde -biyolojik, psikolojik, sosyal- tamamlayıcı yollarla tekrar edili-

yordu. Düşündükçe ve daha fazla kanıt topladıkça kalıp (model), daha fazla odak durumuna geldi.

Bu kalıp, partner olan dikkat ve kaygının dansıdır. Bu menüette (üç tempolu ağır ve eski bir dans) güvenlik hissi için, çarpıtılmış bir dikkatin değişik tokuşu söz konusudur.

İşte bu kitapta elimden gelen en iyi şekilde bu modeli (kalıbı) anlatmaya çalıştım.

Bu uzun yolda pek çok insan 'puzzle'ın parçalarını yani kalıbın parçalarını meydana çıkarmada önemli rol oynadı. Aşağıda sayacağım insanlarla yaptığım görüşmeler -ki bu insanların hepsi de bu kitabın değindiği alanların birinde uzmandırlar- özellikle çok faydalı olmuştur: Dennis Kelly, Solomon Snyder, Monte Buchsbaum, Floyd Bloom, Richard Lazarus, R.D. Laing, Donald Norman, Emmanuel Danchin, George Mandler, Howard Shevrin, Ernest Hilgard, Carl Whitaker, Karl Pribram, Robert Rosenthal, Irving Janis, Fred Bales, Anthony Marcel ve Robert Zajone, Aaron Beck, Matthew Erdelyi ve Ulric Neisser de bu eserin müsveddesi üzerine çok kıymetli öğütler vermişlerdir.

Bu insanların herbiri kalıbın bir parçasında bana yardımcı olmuş olsalar da, bunların sentezi bana aittir; düşüncedeki çarpıklıklar ve kör noktalar da.

Richard Davidson, Shoshona Zuboff, Kathleen Speeth ve Gwyn Cravens'e saygılı yorumları, samimi sözleri ve yakın dostlukları için minnettarım. Ayrıca pek çok öğretmenim ve meslektaşlarım da -özellikle David McClelland ve George Goethals- ilham kaynağım olmuşlardır.

A.C. Qwerty bu müsveddelerin hazırlanması sırasında göze çarpan bir sabır, gayret ve anlayış gösterdi.

Ve Alive Mayhew bu kitabı değişmez bir hisle ortaya koymamda, fikir silsilelerini takip etmemde bana çok yardımcı oldu.

Duygusal bilgeliğin kaynağı olan Tara'ya..

İÇİNDEKİLER

GİRİŞ

BÖLÜM 1:

ACI VE DİKKAT

Bir Aslan tarafından hırpalanmaya dair düşünceler	33
Acı - dikkat bağlantısı	39
Azalmış dikkat acılan neden hafifletir?.....	45
Zihinsel acı statik bir kavrayış (Kognitif) yaratır	50
Kaygı yersiz bir streştir	56
Tehlike, onu gördüğünüz yeredir	61
Değiştirilemeyecek olayları kabullenmenin huzuru	66

BÖLÜM 2:

ZİHNİN İŞLEYİŞİ

Freud'un zihin modeli.....	75
Akıllı süzgeç	81
Zihnimizde ne kadar bilgi saklayabiliriz?.....	91
Bilgi paketlerinin zihne girişi	103
Anlamayı anlamak	109
Farkındalık zorunlu bir durak yeri değildir	118

BÖLÜM 3:

KİŞİLERİN GİZLERİ

John Dean'in hatırladıkları	131
Geçmişe hakim olan geleceğe de hakim olur	136
Birey sistemi: İyi - ben, kötü - ben, olmayan - ben	145
Farkına varılamayacakların farkına varmak	151
Kendimizden sakladığımız sırlar	160
Unutmak ve unuttuğumuzu unutmak.....	168
Terapistin ikilemi	180

BÖLÜM 4:

İDRAK (KAVRAYIŞ) KARAKTERİ MEYDANA GETİRİR

Sinir hastalığı tipleri	189
Dedektif.....	195
Psşik zırhın anatomisi	206
OK Corral'da mikro olaylar	211
Bir Paranoid nasıl yetiştirilir?.....	219

BÖLÜM 5:

TOPLULUK KİMLİĞİ (KOLLEKTİF BİREY)

"Biz"	235
Aile kimliği	241
Grup hafızası olarak aile adetleri.....	251
Mutlu aile oyunu	256
Burada, Danimarka'da ahlakça bozuk olan hiçbir şey yok	256
Fiyasko Formülü	272
Birlik olmuş ailede toplu düşünme.....	281

BÖLÜM 6:

TOPLUMSAL GERÇEKLERİN YORUMLANMASI

Gerçekleri mükemmel olarak yorumlamak.....	289
Çerçevelerin zulümleri ve özgürlükleri	299
Nazik tavırlı dik bakışlar	310
Görmedikleriniz sizi incitmeyecektir	327
Sorulamaz sorular	338
Bağımsız bir toplumda bilgi akışı.....	350

SONUÇ:

Eski zamandan kalma bir hastalık ve tedavisi.....	359
Kendini aldatmanın tesirleri.....	365
Hayati yalanlar ve basit gerçekler.....	370

NOTLAR.....	383
--------------------	------------

İNDEKS.....	411
--------------------	------------

GİRİŞ

Bu kitabın konusunu sizlere anlatabilmem çok güç. Hem de hepimiz bu konu ile çok yakından ilgili olduğumuz halde. Bunu anlatabilmek için kesin sözcüklere sahip olmayışımız zorluğun ta kendisi. İşte bu yüzden bu gerçek, merakımı fazlasıyla uyandırıyor. Yaşamlarımızda eksik olan bazı hayati kısımlar var gibi. Yaşantılardaki boşluklar, kelimelerdeki boşluklar ile örtülüyor. Bunları tecrübe etmiyor oluşumuz sadece belli belirsiz bildiğimiz bir gerçek.

İşte benim konum, yaşantılarımızdaki bu boşluklar.

Hayatımızdaki bu durumları tecrübe etmede gösterdiğimiz başarısızlık, bilincimizin derinliklerindeki nedenlere bağlı olarak ortaya çıkar. Ve kendi gerçeklerimizin belirli can alıcı noktaları ile ilgili olmamızı sağlayacak dikkati gösterme kabiliyetsizliği ile sonuçlanır. Bu da, “farkında olma”nın saçtığı parlak ışıklarda bir aralık, bir geçit bırakır. “Farkında oluş” her an yaşamımızı tayin etmektedir.

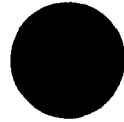
Öyleyse benim konum, olanların farkına nasıl vardığımız ve nasıl varamadığımız. Diğer bir deyişle “farkında olma”nın eksik bir parçası... Dikkatteki bir delik... Bir boşluk...

Kör nokta, somut varlıkları gerçekte oldukları gibi görme başarısızlığımızı anlatmak için uygun fizyolojik bir terimdir.

Kör nokta fizyolojide, göz yapısından kaynaklanan görme alanındaki bir boşluk olarak tanımlanır.

Her bir göz küresinin arka kısmında, beyne giden optik sinirin retinaya tutunduğu bir nokta bulunmaktadır. Bu nokta, göz lensinin içinden geçerek gelen ışığı kaydeden ve retinanın kalan kısmını kaplayan hücrelerden yoksundur. Sonuç olarak görüş alanının bu noktasında, beyne gönderilen bilgilerde bir eksiklik vardır. Kör nokta hiçbir şey kaydetmez.

Genellikle bir göz tarafından kaçırılanlar, diğerindeki görüntü üst üste getirilerek telafi edilir. Bu yüzden bizler doğal olarak sahip olduğumuz kör noktanın farkına varamayız. Fakat gözlerden biri kapalı iken kör nokta meydana çıkar. Şimdi kör noktanızı görmek için sol gözünüzü kapatın ve bu kitabı sağ elinizde, kolunuzu ileri doğru uzatarak tutun. Aynı anda alttaki çapraz işaretine odaklanın. Sonra çok yavaşça kitabı kendinize doğru hareket ettirin. Ve tekrar geriye doğru aynı hareketi tekrarlayın. 10 - 15 inçlik uzaklıkta bir yerlerde daire kayboluyor gibi görünecektir.



Kişilerin kör noktalarını görmeleri eğitimidir: Hemen göze çarpmayan fizyolojik benzerlikler için somut örnekler sunmaktadır.

Şimdi sizlere hayatın değişik kısımlarından çekip çıkarılmış örnekler vereceğim. Bunların hepsi de, sizlere anlatmak istediklerimi hatıra getiren örneklerdir.

Henüz beş yaşında bir çocukken geceleri annesinin ağla-

diğını duyan ve bunları terapi sırasında hatırlayan bir kadını ele alalım. Kadının hatırladığı bu olay onu şaşırtmaktadır. Çünkü bu anı o döneme ait, yani babasının evden taşınmasından sonraki zamana ait bilinçli hatıralar ile uygunluk göstermemektedir. Annesi uzun telefon konuşmaları sırasında geri dönmesi için babasına yalvarırken, kızının varlığı sebebiyle duygularını çok daha farklı bir biçimde yansıtıyordu: Anne kocasını özlediğini inkar ediyor, kaygısız ve ilgisiz bir tavır takınıyordu. Yine de mutlulardı, değil mi?

Bu kız, annesinin üzüntüsünü açıkça söylemediğini anladı. Anne bu duyguları gizleme ihtiyacı duyduğu için, kızı da olanları inkar ediyordu. Annenin taşımak istediği imgelere uygun gelen boşanma yorumlarını tekrar tekrar duyuyordu. Sonunda bu hikaye, kızın belleğinde kabul edilen bir gerçek haline dönüştü. Annesinin geceleri ağlaması ile ilgili belleğinden silinip gitmiş çok daha korkunç anılar, seneler sonra psikanaliz sırasında tekrar ortaya çıktı.

Geçmişe gömülmüş bu gibi gizlerin sahip olabileceği harap edici etkiler, edebiyat hayatında da öylesine iyi bilinen bir konudur ki, bizlere bu deneyimlerin evrensel olduklarını düşündürür. Odipus'un hikayesi hileler çevresinde dönmektedir. Tıpkı Ford Madox Ford'un "İyi Asker"inde ve İbsen'in oyunlarının pek çoğunda olduğu gibi. Gerçekten de İbsen, bu çeşit gizlere "hayati yalanlar" adını vermiştir. Bunlar, daha az teselli edici gerçeklerin yerini almış aile efsaneleridir.

Bu gibi hayati yalanların nadir oldukları pek söylenemez. Örneğin, bir yemek sırasında bir kadının anlattıklarına kulak misafiri olan psikiyatristin bizlere aktardıklarına bir göz atalım. Kadın şöyle söylemektedir:¹

"Ailemle çok yakın ilişkiler içindeyim. Beni her zaman çok sevdiler ve herşeyi göstererek öğrettiler. Annemle

tartıştığım zamanlarda kendisine en yakın ne varsa eli-
ne geçirdiği gibi bana fırlatırdı. Bir defasında üzerime
fırlattığı bıçak yüzünden bacağıma on tane dikiş atıldı.
Birkaç sene sonra da, onun sevmediği bir çocukla çık-
maya başladığım için babam beni boğmaya kalktı. Be-
nimle gerçekten de çok ilgileniyorlar.”

Anımsanan olaylarda açıkça hissedilen bu inkar, hayati
yalanın bir işaretidir. Eğer gerçeklerin gücünü görmezden
gelmek fazlaca mantıksız oluyorsa, o halde bu gerçeklerin
anımları değiştirilebilir. Hayati yalan açığa çıkmamaya de-
vam eder. Ailenin sessiz kalışı, mazeretleri ve katı inkarları i-
le muhafaza edilir. Bu danışıklı dövüş, dikkatler, korkutucu
gerçekten kabul edilebilir başka biçimlere dönüştürülerek
sürdürülür. Ensest ve alkolizm gibi problemleri olan aileleri
tedavi eden bir psikiyatrist, hayati yalanların nasıl iş gördük-
lerini gözlemlemiştir:²

“İpuçları mümkün olduğu kadar azaltılır, haklarında
şakalar yapılır, örtbas edilir veya başka isimlerle çağrı-
lırlar. Gerçekte varolan kötü olayları minimuma indir-
mede “anlambilim” önemli bir rol oynamaktadır. Ger-
çekte olup bitenleri saklamak için kaba ve ağır sözler
yerine, aynı anlamı veren daha hafif sözler kullanılır.
“Sıkı içkici”, “evlilik tartışmaları” veya “katı disiplin ta-
raftarı olan kimse” aslında alkolizm, evlilikte şiddet ve-
ya çocuklarına zarar vermek anlamına gelebilir. Ço-
cuklara veya eşlere gösterilen kötü muameleler sonu-
cu ortaya çıkan kırık kemikleri ve çürükleri açıklamak
için yapılan “küçük kaza” açıklamaları minnetle kabul
edilmektedir. Grip, sarhoşluk sırasındaki davranışları
suçsuz çıkarmaktadır.

Şimdi yetişkin olan bir alkolik çocuğu şunları söylüyor: “Ailemizde iki kesin kural vardı. Birincisi, ‘ortada yanlış olan hiçbir şey yok’, ikincisi ise, ‘kimseye birşey söyleme.’ ”

İşte size bir başka örnek. Güney Carolina’da büyüyen Jesse Jackson, yerel marketin Jack isimli beyaz sahibi ile karşılaşma hikayesini anlatıyor:³

“O gün çok acele ediyordum. Çünkü büyükbabam dışarıdaydı ve biraz Mary Janes ile çörek almam için bana beş sent vermişti. Markette sekiz ya da on tane zenci vardı. ‘Jack, çörek alabilir miyim?’ dedim. Jack o sırada salam kesiyordu. Dikkatini çekmek için ısıklık çaldım. Birden üzerime çıkararak silahını başıma doğrulttu ve şöyle söyledi: ‘Bana bir daha asla ısıklık çalma!’ O anda marketteki diğer zencilerin bu olayı görmemiş gibi yaptıklarını farkettim. Bir şeylerle meşgul oluyorlardı. Oysa içlerinde dayanmaya çalıştıkları derin bir korku vardı. Bense silahtan çok korkmamıştım, çünkü babamın neler yapabileceğini iyi biliyordum. Babam İkinci Dünya Savaşı’ndan yeni dönmüştü. Sadece ters huylu biri olmakla kalmıyordu, aynı zamanda fikirleri de savaş sırasında Avrupa’da kalmasının etkisiyle değişmişti. Sisteme çok daha fazla içerliyordu. Eğer babam bu olayı duysaydı ya Jack’i öldürürdü ya da kendisi öldürülürdü. Bu yüzden bu olayı kimseye anlatmadım. Fakat olanlar yıllar sonra tekrar su yüzüne çıktı. Bu aslında yaşadığımız dönemde doğal sayılan olaylardan biriydi.”

Güney Afrikalı piyes yazarı Barney Simon, bu hikayenin bir anlamda küstah yanını anlatıyor ve ırk ayrımı hakkında

açığa vurulmamış gerçekleri yansıtıyor. Eğer Amerika'da zenciler beyazlara karşı şiddeti baskılıyorsa Güney Afrika'da da beyazlar zencilere karşı şefkati baskılıyorlar:⁴

“Bütün beyaz Güney Afrikalılar çocukluklarının ilk yıllarında zenci kadınlar tarafından yetiştirilirler. Bizim evimizdeki zenci kadını hatırlıyorum. Rose'u... Hayatınızın ilk yıllarını o zenci kadının sırtında geçirirsiniz. Yine ilk yıllarınızda yanağınız onun boynuna değmektedir. Onun şarkılarını, onun anadilini duyarsanız. Onunla parka gider ve tıpkı onun gibi zenci kadınların arasında otursunuz. Onun odasına girersiniz. Belki sevgilisi de oradadır. Birbiriniz hakkındaki bilgilerinizi beraberce geliştirirsiniz. Fakat belirli bir noktada Güney Afrika size, sevgilerinizle elde ettiğiniz bu bilgilerin ahlâka aykırı olduğunu, bir suç olduğunu ve hatta daha da kötüsü günah olduğunu söyler. Ve şimdiye dek öğrendiğiniz herşeyi unutmanız istenir sizden.”

Askeri tarihimiz de sizlere anlatmaya çalıştığım olaylardan yana bayağı zengindir. Örneğin gerçeklerin düpedüz reddedildiği olayları ele alalım:⁵

- Birinci Dünya Savaşı'nda Almanlar, zehirli gazlarla ilk saldırılarını başlatmadan bir hafta önce bir Alman kaçağı böyle bir saldırının olabileceğine dair uyarıda bulunmuştu. Hatta Alman askerlerine kendilerini korumaları için dağıtılan gaz maskelerinden bile almıştı yanına. Mesajı alan Fransız kumandan ise bunu yanlış olarak kabul etmiş ve kendisine haber getiren kişiyi, doğru kanallar yolu ile hareket etmediği için azarlamıştı.
- İkinci Dünya Savaşı'nda, Herman Göring'e Alman şe-

hirlerinden birinde müttefik bir avcı uçağının düşürüldüğü söylenmişti. Bu avcı uçağı anlaşmadan sonra görülen ilk uçaktı. Bu da, müttefiklerin, Almanya semalarında bombardıman uçaklarına eşlik edebilecek uzun menzilli avcı uçakları geliştirdikleri anlamına geliyordu. Kendisi de bir pilot olan Göring, böyle bir gelişimin mümkün olmadığını biliyordu. Ve cevabı şöyle oldu: “Resmen iddia ederim ki Amerikan avcı uçakları Aachen’e ulaşamamışlardır. Bununla birlikte onların burada olmadıklarına dair resmi bir emir verebilirim.”

- Aynı savaşta, Almanlar Sovyetlere karşı saldırılarına başladıkları gün Sovyet cephe birimleri, kumanda merkezine bir mesaj yolladılar. Mesaj şöyleydi: “Bize ateş açıldı. Ne yapmamız gerekiyor?” Karargahın tepkisi ise şuydu: “Çıldırılmış olmalısınız.”

Bir başka isabetli olayda insanoğlunun geleceği zihinlerde tartışılmıştır. *The Wall Street Journal* gazetesindeki bir makalede şunlar söylenmektedir: “Dünyada nükleer silahlar için her dakika bir milyon dolar harcanmaktadır. Nükleer silah istifi 50.000 silahı aşmış görünmektedir. Aynı zamanda Dünya Sağlık Örgütü’ne göre, her yıl diyare sebebiyle 50 milyon çocuk ölmektedir. Diyare şu an dünyanın en acımasız katillerindendir. Üstelik çok basit sağlık koruma tedbirleri ve iyi beslenme ile kolaylıkla önüne geçilebilecek bir hastalık olduğu halde.”

Psikiyatristler, insanları bir bela gibi kavramış olan -özellikle silah yarışlarının- ve onların korkuyu, kızgınlığı ve isyankarlığı hissetmeleri için kendilerini serbest bırakmalarını engelleyen kabiliyetsizliğe “nükleer uyuşukluk” ismini veriyorlar. Tehlike, kaygı uyandıracak kadar büyükmüşçesine in-

sanlar kendilerini uyuşturmuşa benziyorlar.

Lester Grinspoon adlı psikiyatrist, insanların, nükleer uyuşuklukta kesin faaliyetlere ihtiyaç gösterecek kadar spesifik, belirsiz korkular yaratacak bilgiler elde etmekten nasıl kaçındıklarını ve atlatmaya çalıştıkları bu bilgilerin ima ettiklerini bilmezden gelmek için nasıl yollar aradıklarını bizlere göstermeye çalışıyor. Diğer bir deyişle, bu insanlar aslında herkesin problemi olan olayları bir başkasının problemiymiş gibi ele alıyorlar.

Bu çeşitli örneklerin hepsi, acı veren gerçekleri saklamak için ortaya atılmış “çarpıtılmış dikkat”in gücüne ait örneklerdir. Bunları birbirlerine bağlayan nokta, her olayda, uzaklarda bir hayal gibi görünen kaygıların, yanlış anlamlar verilmiş sözler ile bir şekilde bastırılmasıdır.

Dikkat, varoluş için çok önemli olan bilgilerin toplanmasıdır. Kaygı bu bilgilerin bir tehlike, bir tehdit oluşturdukları zaman verilen tepkidir. Bu ilişkinin ilgi çekici tarafı apaçık ortadadır: Dikkatimizi ya da ilgimizi tehlikeleri inkâr etmek için kullanabiliriz. Böylece kendimizi kaygı ve endişelerden uzak tutmuş oluruz.

Bu bazı yönlerden yararlı bir kendini aldatma mekanizması iken bazı yönlerden değildir.

Sovyetler Birliği’nde her yayının kendine ait bir sansür memuru / eleştirmeni vardır. Fakat orada çalışan gazeteciler ve editörler sansürçünün kalemine nadiren karşı koyarlar. Onun işini otomatik olarak yerine getirirler. Çünkü işlerini yaparlarken zaten onun standartlarını uygularlar.⁶ Rusya’da serbest fotoğraf sanatçısı olarak çalışmış olan ve bir Rus göçmeni olan Lev Poliakov bir çocuk magazini için Hazar Denizi yakınlarında bir şehre gidişini anlatıyordu. Şehrin iki büyük kuruluşu vardı. Birincisi bir bilim merkezi, ikincisi ise

bir çalışma kampıydı. Orada yerel bir parti memuru tarafından karşılanmıştı Lev Poliakov. Memur ona şöyle söylemişti: “Bakın siz de çok meşgul bir insansınız, ben de. Gelin bu işi ikimiz için de kolaylaştıralım. Dikenli bir tel gördüğünüz zaman hemen arkanızı dönün ve oradan uzaklaşın.”

Diğer bir göçmen fotoğrafçı, Lev Nisnevich, Yazarlar Birliği üyelerinin bir önerge için oy kullanırlarken fotoğraflarını çekmişti. Fotoğrafta üyeler oy kullanırlarken onları yakından izleyen KGB’li bir adam da yer alıyordu. Bu fotoğraf çok okunan ‘*Literaturnaya Gazeta*’ adlı gazetede yayınladığında KGB’nin adamı fotoğraftan çıkarılmıştı. Geriye sadece oy pusulalarını kaldıran üyeler kalmıştı. Bu, kendiliğinden oluşan bir oybirliğinin görünür etkisiydi. Üyeler arasında, diğer güçlerin varlığına dair üstü kapalı sözlere ve imalara yer yoktu.

Burada can sıkıcı bir sansürün söz konusu olduğu apaçık ortadadır. Kendi “farkında oluş”umuzda buna benzer bir düzenleme görmemiz pek kolay değildir. Ortaya çıkan fotoğraf olayı, kendi zihnimizde dönenler için uygun bir mecazdır. Dikkatimizi çeken, “farkında oluş”un çerçevesi içindedir. Kesip dışarı çıkardığımız parçalar gözden kaybolurlar.

Bir resim etrafındaki çerçeve, bakışlarımızı çerçevelediği alana odaklayan ve çerçeve dışındakileri görmemizi engelleyen görülebilir bir yol göstericidir. Resmin içinde ve dışında ne olduğunu tanımlar. Çerçevenin sanatı, resimle birleşen sınırlar çizmektir. Böylece bizler de çerçevenin kendisinden çok çerçevelenmiş olanın farkına varırız.

Bunun dikkat ile ilgisi nedir? Dikkat, *neyin* farkına vardığımızı tanımlar. Fakat böyle bir incelik ile bizler, nadiren *nasıl* farkına vardığımızın farkına varırız. Dikkat, çevresindeki çerçevedir. Bazı özel olaylar dışında -yani yaldızlı yaşantıla-

rın ve barok tipi çerçeveler dışında - çerçeveyi genellikle farketmeyiz. Fakat yanlış çerçevenin resmi bozduğu ve onu mahvettiği gibi, çarpıtılmış bir dikkat de yaşantıları doğru yoldan saptırır ve faaliyetleri engeller.

Çarpıtılmış, başka anlamlar verilmiş bir “farkında oluş”, felaket ile sonuçlanabilir. Yunan trajedilerinin bir teması da, başlangıçta algıdaki hafif çatlaklar ile başlayan üzücü olaylar zinciridir. Siyaset felsefecisi olan Hannah Arendt, kendini aldatma ve özgür irade karışımının kötü olanı yapmamıza nasıl izin verdiğini açıklamaktadır. Hem de bizler iyi olanı yaptığımızı inanırken...

Kişinin acılarının “çarpıtılmış farkındalık” yolu ile öldürülmesi özellikle kolay yaralanabilir olan modern anlayış tarzı için bir felaket olabilir. John Updike, Kafka'nın çalışmalarından birinin eleştirisinde bunu açık bir biçimde ifade etmektedir:⁷ “Modernizm, Franz Kafka'nın doğduğu yüzyıla damgasını vurmuştur. Kişinin bilinçli olması yüzyıllar arasında yeni bir olgudur. Yani modernizm yeni olmanın bilincidir. Ölümden 60 yıl sonra Kafka, modern zihin görüşünü temsil etmiştir: Merkezi bir yere yerleştirilemeyen ve bu yüzden teskin edilemeyen kaygı ve utanç hisleri... Olayların içindeki bitmek tükenmek bilmeyen zorluk, her adıma engel olan... Faydanın ötesinde akut bir duyarlılık... Sosyal örf ve adetler ile dini inançlarını bir post gibi üzerinden sıyrıp atan sinir sistemi, her dokunuşu acı olarak kaydetmektedir.”

Kör noktalar, acıya aşırı duyarlı zihinleri özellikle dürtmektedirler. Çünkü kör noktalar o acıyı daha da şiddetlendiren gerçeklerin akışından teselliler sunarlar bizlere. Acının kaynağı, çocukluk acılarına ait anılar veya bir eş tarafından reddedilme gibi özel nedenler de olabilir, adaletsiz rejimin sebep olduğu işkenceler ve cinayetler ya da nükleer tehlike-

ler gibi genel nedenler de olabilir.

Elde mevcut bulunan veri bolluğu sebebiyle bizlere duygularımız için süzgeçler gereklidir. İnsan beyninin en yeni bölümü olan korteks, enerjisinin çoğunu bu bilgi akışı içerisinden seçim yapmak için harcamaktadır. Nörolog Monte Buchsbaum şunları söylüyor: “Gerçekten de insanların gözlerine, kulaklarına ve diğer duyu organlarına yüklenen muazzam bilgilerle başa çıkmak veya onları süzgeçten geçirip merkezi sinir sistemi üzerine boşaltmak, serebral korteksin en önemli fonksiyonlarından biri olabilir.”

Algı da bir çeşit seçimdir. Bilgilerin süzgeçten geçirilmesi çoğunlukla kişinin yararınadır. Fakat beynin bunu gerçekleştirmedeki asıl kapasitesi “farkında oluş” için izin verilenlerin ve reddedilenlerin çarpıtılmasını tenkide açık bir hale getirmektedir. Buchsbaum kişilerin beyin süzgeçlerinden süzülen farklı bilgilerin daha sonra dış çevrelerle ilgili farklı bilinçler yaratacaklarına işaret ederek sözlerine devam etmektedir. Böylelikle her kişi kendi duysal sinyallerinin kabul veya reddini yönlendirebilir.

Dikkatimizin yönlendirilmesinin çok derin etkileri vardır. William James’in söylediği gibi “Benim yaşamım, ilgilenmeyi kabul ettiğim yaşantıdır. Ve sadece benim farkına vardığım parçalar zihnimi şekillendirir.” Ve William James şunu da eklemektedir: “Seçici ilgiler olmazsa, yaşam tam anlamıyla bir kaos olur.” James için dikkat, bir arzu ve istek işidir. Yani bilinçli bir tanesine dikkat etmek için neyin kabul edileceğine karar veren bir seçimdir. Freud için ise dikkat, bilinçsiz zihindeki güçler tarafından şekillendirilmektedir. Burası bilinçli seçimlerin erişebilecekleri bölgenin dışındadır.

Hem James hem de Freud’un söylediklerinde gerçek payı vardır. Dikkat bilinçli ve bilinçsiz güçler tarafından yöneti-

lır. Bazıları zararsızdır, bizleri incitmez. Zihnin mekanik kısımları tarafından ortaya konan kapasite limitleri gibi. Bazıları çok önemlidir. Dikkati çekme tarafından ortaya konan önyargılar gibi. Burada, o an için önemli olan, “farkında oluş”un önüne geçerek ön plana yerleşir. Bazıları ise, sizlere daha sonra göstereceğim gibi, kişiyi bozguna uğratabilir. Bunların arasında en önde geleni “kendini aldatma”dır. Kendini aldatma, kaygı ve “farkında oluş” arasındaki değiş-tokuşu teşvik etmektedir.

DEĞİŞ - TOKUŞ (BİR ŞEYİ ELDE ETMEK İÇİN BAŞKA BİR ŞEYDEN VAZGEÇME):

Bir çeşit güvenlik için kendisine olduğundan başka anlamlar verilmiş “farkında oluş”un başka bir şey ile değiş-tokuşunun, insan hayatının pek çok seviyesini ve bölgesini yöneten düzenli ilkeler olduğuna inanıyorum. Amacım, dikkat ve kaygı arasındaki bağlantıyı kısaca tarif etmek. Bu bağlantıyı, beynin çalışan kısımları, zihnin yapısı ve sosyal hayatın bünyesi içine gömülmüş kompleks bir ağın parçası olarak görüyorum.

Benim konum, bilgilerin nasıl aktığı ve bu akışın acı ve dikkat arasındaki karşılıklı etkileşim ile nasıl çarpıtıldığı ile ilgili. Acı ve dikkat arasında bir bağlantı olduğuna dair ortaya atılan fikirler yeni değildir. Freud bu konuyu parlak zekası ile ayrıntılı olarak incelemiştir. Fakat yeni teoriler ve araştırmalar, özellikle de bilgilerin işlenmesi ile ilgili olanlar, zihnin iç dinamiği ile ilgili daha kolay anlaşılır bakış açıları sunmaktadır. Zihnin iç dinamikleri grup hayatının yapısından, gerçeklerin sosyal olarak yorumlanmasına dek yaygınlık gösterebilirler.

On sene öncesine kadar, ne Freud ne de bir başka üstün insan böylesine bir sıçrayış yapabilmiştir. Son senelerde kognitif (bilmeye ve kavramaya ait) psikiyatristler, zihnin nasıl çalıştığını anlamaya yönelik bir model geliştirdiler. Bu model daha önce sahip olduklarımızdan çok daha ayrıntılıydı ve güvenilir temellere dayanıyordu. Ve bu model bizlere, yaşamlarımızın nasıl şekillendirildiğine, kişisel ve sosyal gerçeklerimizin şeklini değiştiren saklı güçlere ait yeni bir bakış açısı kazandırmıştır.

Zihnin mekanik bölgelerinden sosyal hayata uzanmış olan savunma alanı, bizim burada inceleyeceğimiz saha olacak. Yolculuğumuz en temel seviyeden başlayacak. Yani acıları hissedenden beyin sisteminden. Acı ve “farkında oluş” arasındaki değiş tokuş için ana model nöral seviyede yatmaktadır. Beynin, daha sonra da göreceğimiz gibi, ağırları maskeleyerek acılara tahammül etme yeteneği vardır. Hem de beyin, “azalmış farkındalık” pahasına da olsa bu kabiliyetini kullanır.

Davranışın birbirini izleyen her seviyesinde, düzenle sıralanmış ilkeler tekrar edilmektedir: Zihnin mekaniğinde, karakterin oluşmasında, grup hayatında ve toplumda. Bu sahaların her birinde “farkındalık”ın başlangıç noktasında bloke edilen çeşitli acılar, birbirleri ardısına artırırlar. Ve bu acılar stres ve kaygıdan, acı veren gizlere ve sosyal hayatın kişiyi tehdit eden ve utandıran gerçeklerine dönüştürülürler.

Sonuç olarak benim tezim şu ana maddeler altında toplanabilir:

- *Zihin, farkındalığın azalmasını sağlayarak kendisini kaygılara karşı koruyabilir.*
- *Bu mekanizma bir kör nokta yaratır: Kör nokta dikkatin bloke edildiği ve kişinin kendisini aldatığı bir bölgedir.*

• *Bu gibi kör noktalar, kişinin psikolojisinden tutun da sosyal hayatına dek davranışlarının tüm önemli seviyelerinde ortaya çıkabilirler.*

Bu kitap altı bölümden oluşuyor. Birinci bölüm acı ve dikkat arasındaki değiş tokuşu kısaca tarif etmektedir. Böylece beyindeki ve zihnin kaygı ve stres ile başa çıkmasındaki acı - dikkat etkileşimleri gösterilmeye çalışılmaktadır. Değiş tokuş için gerekli olan nöral mekanizmalar, beynin morfini olan “opioidler”i içermektedir. Opioidler acı hislerini uyuştururlar ve dikkati maskelerler. Bu nöral değiş tokuşa analog olan bir de psikolojik mekanizma söz konusudur. Bu da, dikkati geri çekmek suretiyle kaygı ve endişeleri hafifletmektir.

İkinci bölüm dikkat-kaygı değiş tokuşuna izin veren mekanizmaları göstermek için, zihnin çalışan bir modelini ayrıntılı olarak incelemektedir. Burada iki anahtar kavram, bilinçaltının zihinsel hayatında çok önemli rol oynar. Zihnin, bilgileri şemalar halinde paketlediğine dair bir fikir söz konusudur. Şemalar yaşantıları ve deneyimleri simgeleyen bir çeşit zihinsel kod gibidirler ve bilinçaltında “farkındalık”ın dışında kontrol edilirler. Sadece göze çarpan olay ve nesnelere dikkat yönelten şemalar, yaşantıların geri kalanına önem vermezler. Bu gerçekten de önemli bir görevdir. Fakat şemalar acı verici bilgilerin korkusu ile şiddetli bir biçimde tahrik edildikleri zaman, dikkatte bir kör noktanın ortaya çıkmasına neden olabilirler.

Üçüncü bölümde, bu zihin modeli bizleri psikolojik savunma mekanizmalarını farklı bir biçimde kavramaya götürecektir. Yani öz olarak “kendini aldatma”ya. Bu bölüm dikkat ve şemalar arasındaki bağlantının ışığında, psikodinamikleri yeniden şekillendirmektedir. Burada aynı zamanda insan zihninin tasarımında, acı gerçeklere önem vermeyişin,

bizleri kaygılardan nasıl koruduğu da gösterilmeye çalışılmaktadır.

Böyle bir “hafifletilmiş dikkatsizlik” alışkanlık haline geldiğinde, bu aynı zamanda karakteri de şekillendirir. Dördüncü bölüm, ebeveynlerden çocuklarına geçen dikkatsizlik yolu ile kaygılardan sakınma alışkanlığının yollarını ayrıntıları ile tanımlayarak bunların aslını göstermektedir. Kişilik oluşumu ile birlikte gelen şemalar herşeye üstün gelmeye başlarlar ve zamanla kör noktaların ve kişinin kendine söylediği yalanların ortaya çıkmasına neden olurlar.

Beşinci bölüm aileyi prototip olarak kullanarak, grup hayatını tanımlamakta ve paylaşılan şemaların grup dinamiklerine nasıl yol gösterdiğini açıklamaya çalışmaktadır. Burada da aynı kaygı-dikkat değiş dokuşu söz konusudur. Ve bu değiş tokuş, bir grubun ortak farkındalığındaki kör noktaları oymaktadır.

Altıncı bölüm de, gerçeğin sosyal yapısını araştırmak için aynı kalıbı kullanıyor. Paylaşılan şemalar sosyal alanlarda da iş başındadırlar ve gayri ihtiyari bir gerçek yaratırlar. Bu sosyal gerçek, söylenmeden de inkar edildikleri anlaşılabilir bilgilerin bölgesine burnunu sokmaktadır. Böyle sosyal kör noktalar ile birlikte ortaya çıkan huzur ve rahatlık duygusu, kişinin zihin yapısına bağlıdır. Bunların sosyal bedelleri de, paylaşılan yalanlar ve hayallerdir.

Bu, çığır açan uzun ve zor bir yolculuktur ve bu yolculukta yaşamın çeşitli ilgi alanlarındaki bölgeler kısaca gözden geçirilecektir. Birlikte yapacağımız yolculuk, benim başka bir zaman daha ayrıntılı bir haritalama için geri dönmeyi umduğum bir bölgenin sınırlarını çizmektedir. Teorilerimin ve araştırmalarımın incelenmesinde, okuyucularımın sabırlı olacaklarını umuyorum. Anlatmaya çalıştıklarımdan bazıları o-

kuyucuya zor gelebilir. Dilerim okuyucularımın ödülü kendi yaşantılarını, farklı bir açıdan bakarak anlamak olur.

Uzman okuyucularımın da -psikolog arkadaşların, kognitif bilim adamlarının, psikoanalistlerin, nörologların, sosyologların ve uzmanlık alanlarını ihlal ettiğim herkesin-, araştırma maksadı ile bu zengin konulara aceleci davranarak hücum ettiğim için beni affetmelerini diliyorum. Kaplayabileceğim çok büyük alanlar vardı ama ben bu alanların yanından geçerken sadece yüzeylerini sıyrıp geçebildim. Örneğin Ruben Gur ve Harold Sackheim'in çalışmalarını açıkça belirtmedim. Bu psikologlar depresyon gibi zihinsel bozukluklarda, kendini aldatmanın oynadığı rol üzerine odaklanmışlardır. Benim genel yaklaşımım farklı bir perspektiften olmasına rağmen onlarınki ile uygunluk göstermektedir.

Zihnin, kişilik, grup dinamikleri ve sosyal gerçekler alanındaki bilgi işleme modelini genelleştirme teşebbüslerinin benden önce gerçekleştirilmediğini sanıyorum. Ben de burada bizlere faydalı olabileceğini düşündüğüm spesifik bir hipotez ortaya koyuyorum. Bu hipoteze dayanarak yaşamlarımızın acı-dikkat değiş tokuşu ile sınırlandırılıp şekillendirildiğini söyleyebilirim. Bu birleştirilmiş davranış modeli, her seviyede işimi kolaylaştırmaktadır. Fakat ben yine de böylesine büyük bir sentez ve buna eşit büyüklükte bir heyecan öneriyorum.

Bu kolay cevaplarla dolu olan bir kitap da değil, kişilerin kendilerini ölçmeleri için bir profil de değil. Bu kitap sadece hayatın gölgede kalan bölümlerine özel önem veren yeni bir yaşam haritası sunmaktadır bizlere. Burada anlatılmak istenen, işlerin nasıl yürüdüğü ve onlar hakkında neler yapılması gerektiği değil. Zihinle ilgili bilimin ortaya koyduğu yeni bakış açıları, inanıyorum ki, kişisel ve ortak zihinsel hayatla-

rımızın iç yüzünü kavramamızı sağlayacaktır.

Amacım okuyucuya “farkında oluş”un sınırları içinde bir tül perdenin ardından daha net bir bakış açısı sağlamak. Bu tül perdeler, bizler için çok önemli olan alanların idaresini ellerinde tutma eğilimindedirler. Bu alanlar, en içteki düşüncelerimiz, önemli ilişkilerimiz, yakın bağlarla bağlı olduğumuz gruplar ve inşa ettiğimiz, bilinçli hareketlerimizin uyardığı içgüdüsel ve tepkisel hareketlerimizi belirten gerçeklerdir. Ben bu tül perdelerin nasıl varolduklarını ortaya koyuyorum. Fakat bunların sırrını en iyi şekilde anladığımı ve tam olarak ne zaman süpürülüp temizlenmeleri gerektiğini bildiğimi iddia etmiyorum.

Görmekte zorlandıklarımız ile yüzleşmek durumunda kaldığımızda tuhaf bir paradoks ortaya çıkar. Bunu R.D.Laing’in “düğüm”lerinden biri ile anlatabiliriz:

Düşündüklerimizin
ve yaptıklarımızın sahası
farkına varmakta
başarısız olduklarımız ile sınırlandırılır
ve
farkına varmakta başarısız olduğumuzun
farkına varmakta başarısız olduğumuz için,
farkına varmakta başarısız olmanın,
düşüncelerimizi ve hareketlerimizi
nasıl şekillendirdiğinin
farkına varana dek
bunları değiştirmek için yapılacak
çok az şey vardır

Gregory Bateson yeni bir sözcük icat etmiştir. Şaşkınlığı ifade etmek için “dormitif” yani “uyutucu” kelimesini kullan-

mıştır. Bu kelime etrafımızdakileri oldukları gibi görme başarısızlığımızı anlatmaktadır. Dormitif kelimesi, Latince'deki "dormire" yani "uyumak" kelimesinden kökenini alır. Bateson bir keresinde bana bu kelimeyi, Moliere'den çaldığını açıklamıştı ve şöyle devam etmişti: Moliere'in *Bourgeois Gentilhomme* adlı yapıtının son bölümünde, doktora sınavını vermek üzere olan bir adaya sözlü sınav yapan bir grup ortaçağ doktoru vardır. Doktora adayına şöyle bir soru sorulur; 'Söyle bakalım aday, afyon neden insanları uyutur?' Öğrenci kendisiyle övünerek şöyle yanıt verir: 'Çünkü çok bilen doktorlar, afyon dormitif, yani uyutucu bir madde içermektedir.' Bu demektir ki, afyon insanları uyutur, çünkü afyon insanları uyutur.⁸

İcat edilen "dormitif-uyutucu" kelimesi burada kullanılabilir. Bu kelimeyi Bateson'dan çalarak, dormitif (uyutucu) çerçevelerin, "farkında oluş"un kenarlarında uykuyu yaratan güçler olduklarını söyleyebilirim.

"Farkında oluş"u şekillendiren faktörler arasında benim ilgi odağım "uyutucu" yani "dormitif" çerçevedir. Güvenlik dürtüsü ile kıvrımlar ve bükülmeler yavaş yavaş dikkatin içine girmektedir. Eğer bir an için yaşantılarımızı çerçeveleyen kenarları görebilsek, sınırlarımızı genişletmek için kendimizi daha serbest hissedebiliriz. Bunlar hakkında daha fazla şeyler söylenebilir. Yani düşünce ve hareketlerimizde limit isteyip istemediğimiz üzerinde düşünebiliriz.

Benim amacım, ortak durumumuzu zihinlerimizde tartmak. Eğer kendimizi kolayca derin bir uykuya yatırabiliyorsak, nasıl uyanabiliriz? Bana göre bunun için ilk adım nasıl uykuya daldığımızın farkına varmaktır.

BÖLÜM BİR

Acı ve Dikkat

BİR ARSLAN TARAFINDAN HIRPALANMAYA DAİR DÜŞÜNCELER

Dr. Livingstone adı ile ünlü olmuş İskoç misyoneri David Livingstone, bir gün bir aslanın saldırısına uğramıştı. Bu olay senelerce aklından çıkmadı, çünkü ölüme çok ama çok yaklaşmıştı. Yirmi yıl sonra bunları yeniden anımsadığında Livingstone birden bu işte bir tuhafılık olduğunu anladı. Çünkü böyle bir anda mutlak bir dehşet içerisinde olması gerekirken o sadece tuhaf bir uyuşukluk hissetmişti.¹

“Önce bir haykırış duydum. Birden ayağa fırladım ve henüz tam olarak arkamı bile dönmemiştim ki, bir aslanın üzerime doğru sıçramakta olduğunu gördüm. Aslan sıçradığı gibi omuzumu kapdı ve birlikte yere düştük. Kulağımın o kadar yakınında duydum ki hırlamasını, tıpkı bir köpeğin bir sıçanı sarstığı gibi sarsıldığımı hissettim. Bu şok bende bir sarhoşluk etkisi yaratmıştı. Tıpkı bir kedinin sebep olduğu şok ile sarsılan bir fare gibiydim. Bu öyle bir duyguydu ki, ne acı hissettim ne de dehşete kapıldım. Üstelik tamamen bilinçli bir şekilde olanlardan haberdardım. Ameliyatını seyreden ama kloroformun etkisi ile bıçağı hissetmeyen bir hastaya benziyordum.”

Neden acıların etkilerini uyuşturmakla onlara karşı koya-biliyoruz. Dr. Livingstone'un aslanla karşı karşıya gelişi, bu soru üzerinde düşünmek için iyi bir örnektir. Bu belki de acılara karşı verdiğimiz tepkilerin doğasını anlamamızda ve dinamiğinin, zihin hayatının tümü için ne anlama gelebileceğini incelememizde bize yardımcı olabilir. Yeni ufuklar açacak bir sıçrama noktası elde edebiliriz böylelikle.²

Benim düşünceme göre beynin temel tasarımı her çeşit acı ile nasıl başa çıktığımızı dair bir prototip sunmaktadır. Psikolojik acılar ve sosyal endişeler de bu acılara dahildir. Bu nöral acı mekanizmaları aynı zamanda psikolojik ve sosyal hayatlarımızda da rol oynayan örnekleri kapsamaktadır. Bunları daha sonra tartışacağız.

Acıyı düşünün. Böyle olduğu pek kabul edilmese de, acı da tıpkı görme ve duyma gibi bir duyudur. Acının da kendi sinir sistemi ve nöral devreleri vardır. (Bu konuyla ilgili olarak söylemek gerekirse, denge de bir diğer yüzeysel duyudur). Acının psikolojik deneyimi, diğer duylardan daha fazla olarak, sinir sinyallerinin kuvvetine bağlıdır. Dışının aletlerine karşı duyulan korku ve bir çocuğun doğum heyecanı... işte bu iki örnek de, acıyı bütünüyle zıt yönlerde değiştirmektedir.

Beyin, acıların algılanışı ile ilgili bir sağduyuya sahiptir. Acının nöral plastisitesi yani yoğrulabilirliği ile ilgili görüşlerimiz, ancak son senelerde gün ışığına çıkan kanıtlara dayanmaktadır. Bu kanıtların çoğu hayvanlar üzerinde yapılan araştırmalar sonucunda ele geçirilmiştir. Araştırmacılar seneler boyunca, insanlarla ilgili bulgular elde etmek için yaptıkları laboratuvar hayvanları çalışmalarından ve bu hayvanların reaksiyonlarından şüphe duydular. Hayvanların çok basit bir acı sistemleri olduğu düşünülüyordu. Oysa insanlar, özel-

likle de insan beyni merkezleri, birbirine geçmiş bulunan kompleks bir sistemden oluşuyorlardı. Bir hayvanın kafasına vurmanın, yaraları incelemeyi kolaylaştırdığı biliniyordu ve hayvanların da acı psikolojileri vardı.

İnsan ve hayvanlardaki acı sistemleri ile ilgili yapılan analizler, bu sistemin evrimin çok erken zamanlarında şekillendiğini çünkü salyangozlar ve yumuşakçalar sınıfındaki hayvanlar gibi çok ilkel hayvanların da temel tasarımlarını insanlarla paylaştıklarını açığa çıkarmıştır. Bu keşif, hayvanlar üzerinde yapılan deneylerin, insanın acıya karşı verdiği tepkinin anlaşılmasında bizlere faydalı olabileceği anlamına geliyor. Son yıllarda acının nörolojisini konu alan çeşitli çalışmalar, bu keşfin sonuçları olmuştur.

Acı sisteminin birçok bölümündeki sinirlerin direkt uyarılması acıyı akla getirirken, o sistemin diğer bölümlerinin uyarılması tamamen zıt bir cevap oluşturur: Yani kişiyi acıdan kurtarır ve onu rahatlatır. Bu öylesine güçlü bir etkidir ki, sıçanın belirli bir beyin bölgesinin uyarılması ile, anestezi yapılmadan, bir mide ameliyatı sırasında hayvanın sakin kalmasına olanak verir. Analjezi (ağrı yitimi), yani acıların hafifletilmesi de en az acıların algılanması kadar bu sistemin önemli bir özelliğidir.

Farmakologlar uzunca bir süre, acıyı uyuşturma kapasitesinde bir nörotransmitter'in rol oynadığını varsaydılar. Fakat 1970'lerin sonlarına doğru Solomon Snyder, Johns Hopkins ve bağımsız araştırmalar yürüten diğer beyin araştırmacıları, morfinin harekete geçtiği beyin sistemlerinde reseptöre sahip hücreler bulunduğunu gösterdiler. Bu reseptörler, opiatların yani uyuşturucu moleküllerin şekilleri ile uygunluk gösteriyorlardı. Tıpkı bir anahtar-kilit modeli gibi.

Peki bu etki bölgeleri ne için vardı? Bir araştırmacının not-

larına göre, “Böyle yüksek derecede spesifik reseptörlerin sadece haşhaştaki alkaloidler ile etkileşmek için doğada bir rastlantı sonucu etkileştikleri pek olası değildir.”

Bu olayı takiben “endorfinlerin” keşfedilmesi bu sorunu çözmüştür. Endorfinler, beyinde opiatlar gibi hareket eden bir grup transmitterlardır. Morfinin analjeziyi hissettirdiği yollar, tam olarak endorfinlerin etki ettikleri bölgelerdir. “Beynin kendi morfini” olarak adlandırılan endorfinler, doğal ağrı kesicilerdir.

Endorfinler, beyin kimyasallarının büyük bir sınıfını oluşturan “opioidler”in* bir parçasıdır. Morfin ve eroin gibi uyuşturucular da opioidlerin etkisini gösterirler. Çünkü bunların moleküler yapısı beyindeki opioidlerini taklit eder. Endorfinler ve onu taklit eden ilaçlar öforiye sebep olurlar. Kendini aşırı derecede zinde hissetme hali olan öfori, opiat kullanıcılarının hoşuna gitmektedir.

Endorfinlerin keşfi, bu yatıştırıcı kimyasalların salınımını hangi koşulların tetiklediğini konu alan araştırma dalgalarına yol açtı. Önce strese sebep olan çeşitli fiziksel ajanlar denendi. Bu çalışmalar sırasında, endorfinleri çıkarmak için

* Endorfinlerin keşfinden sonra, acıları etkisiz hale getirmede daha etkili başka opioidler de ortaya çıktı. Bunlardan biri dinorfindir. Dinorfinin kimyasal etkisi morfinden iki yüz kez daha güçlüdür. Bir diğer acı-giderici hormon, olası olmayan bir kaynaktan keşfedilmiştir: Bu hormon ilk kez bir devenin hipofiz bezinden izole edilmiştir. B-lipotropin olarak adlandırılan bu hormonun en önemli fonksiyonunun yağları yakmak olduğu düşünülmüştü. (Hormonların genel işlevi.) Daha sonra endorfinlerin keşfi B-lipotropine daha farklı bir açıdan bakılmasını sağladı. Çünkü B-lipotropin, endorfinlerden biri ile özdeşlik gösteren bir amino asit dizisi içermekteydi. Bu molekül bir bütün olarak acıları gidermede etkili olmadığı halde, en az üç ögesinin aktif ağrı gidericiler oldukları kanıtlanmıştır. Bundan sonra, acı yanıtını baskıladıkları düşünülen pek çok başka madde de gün ışığına çıktı. Şüphesiz böyle birçok madde vardır: Endorfin yollarını keşfeden Snyder, beyinde yaklaşık iki yüz farklı nörotransmitter sistemi olduğunu farzetmektedir. Bizler şu ana dek iki ya da üç düzine sistem olduğunu bilmekteyiz.

binlerce laboratuvar sıçanının kuyrukları kesildi, ayaklarına şok verildi ve yine yüzlerce insan, donmuş su dolu kovaların içine ellerini daldırmak zorunda kaldılar.

Sonra yeni bir keşif yapıldı. Buna göre zihinsel stres tek başına endorfin salınımını tetikliyordu. Daha açık olarak söylemek gerekirse, bir acı çalışması sırasında kendilerine şok verilmesini bekleyen gönüllülerin korkuları sonucunda endorfin salınımı olduğu tespit edilmiştir. Tabi başka psikolojik stresler de bu salınımı tetikler. Örneğin, final sınavındaki öğrencilerin yüksek endorfin seviyelerine sahip oldukları bildirilmiştir.

Saf psikolojik stresin de tıpkı biyolojik acı gibi aynı beyin yanıtını tetiklemesi bir sebebe dayanmaktadır. Doğal olarak acı, içinde streslerin olduğu bir zarf ile dağıtılır. Acının tehlikesi (tehdidi), stresin özüdür: Firar eden yırtıcı bir hayvan acıyı tatmadan çok önce tehlikenin farkındadır. Evrimde galip gelen tasarım, tehlikelere karşı verilen reaksiyon paketinin bir parçası olan acı tepkisi gibi görünüyör.

Stres araştırmalarının öncüsü Hans Selye'nin tanımladığı gibi bu paket bir bütün olarak "stres yanıtı" veya "genel adaptasyon sendromu" dur. Selye'nin kullandığı "stres" sözcüğünün çok kesin bir anlamı vardır.³ (Üstelik bu sözcüğün aslından uzak pek çok yan anlamı da vardır.) Selye yaralanma, zarar tehlikesi veya hayatın ikincil sıkıntılarına yanıt olarak bedenin geçirdiği bir seri nörofizyolojik değişimleri tanımlamaktadır. Ve Selye, stres yanıtının, bedenin her türlü tehdit ve tehlikelere karşı vermiş olduğu evrensel bir reaksiyon olduğunu söylemektedir. Bu tehlikeler yangınlardan bakterilere, aylardan kötü haberlere kadar herşey olabilir.

Özetle, kişi bir olayı kendisi için stres yaratan bir olay olarak algılıyorsa, beyin, hipotalamusu CRF denilen maddeyi

salgılaması için uyarır. (CRF, kortiko-salınım faktörüdür.) CRF özel geçitler yolu ile hipofiz bezine ulaşır ve burada ACTH'ın (andrenokortikotropik hormon) ve opioidlerin özellikle de endorfinlerin* 4 salınımını tetikler. Tahminimce evrimin erken dönemlerinde bu beyin alarmı, kılıç gibi dişleri olan bir kaplan ortaya çıktığında çalmaya başlamıştı. Modern zamanlarda ise muhasebecilerle yapılacak bir toplantı bizde aynı etkiyi yaratacaktır.

Sonuç olarak, kökeni fiziksel de olsa zihinsel de olsa, acı, kendi sinyallerini azaltabilen bir sistem yolu ile beyinde kaydedilmektedir. Beynin tasarımında, acılardan kurtulup rahat kavuşmak, onun algılanması üzerine inşa edilmiştir. Bu, aslanın ağzı ile karşı karşıya geldiğinde bir uyuşukluk hissettiğini söyleyen Livingstone'un hikayesi için bir ipucu olabilir. Bu ipucuna sonra tekrar döneceğiz. Fakat hikaye ile ilgili söylenecek daha çok şey var. Bütün bu olanların içinde "dikkat" in rolünü düşünün.

* Stres yanıtı her zaman ACTH'ı içerse de, bütün stres çeşitleri endorfinleri akla getirmez. Selye, ACTH'ın, stres yanıtının altında yatan başlıca beyin kimyasalı olduğunu düşünmüştür. Daha pek çok kimsiyal madde vardır. Fakat Selye'nin teorisini kesin ve açık olarak belirtmeye çalıştığı dönemde çok az nörotransmitter tanımlanmıştı. Örneğin, endorfinler bizlere tamamen yabancıydılar.

ACI-DİKKAT BAĞLANTISI

“**B**iri yiyip biri yiyemezken yemek yemek – Q.C. Washpots Prizebloom kapasiteleri – baş örneklerle değiştirildi – benim kapasitelerim – Onlara karşı pek kibar olamadım – Q.C. Washpots...? – Hayvanlara el koyma kapasitesi ve hayvanlara tasmalar ile el konuldu – ve hayvan salgılarına...”

Bu metin parçası, kulaklarımızda Joyce sesinin çınlamasına neden oluyor. “Biri yiyip biri yiyemezken yemek yemek” cümlesinin ses tonunda çekici ve hoş bir iniş çıkış var. Ama bu *Ulysses*’den alınan bir parça değil. Bu metin parçası şizofren teşhisi konmuş bir kişi tarafından bir akıl hastanesinin koğuşunda yazılmıştır. Psikopatoloji ile ilgili kitaplar buna benzer pek çok örnekten sözetmektedirler. Doktorlar buna benzer dil örneklerini şizofrenin⁵ teşhis edilmesinde bir indikatör (gösterge) olarak kabul ederler.

Bu fazla süslü dil örnekleri istenmeden yapılmıştır; şiirsel bir üslup kullanmak için özel bir çaba sarfedilmemiştir. Aslında şizofrenik dil, altta yatmakta olan bir problem semptomudur. Ve tabii altüst olmuş “dikkat”i gösterir. Şizofrenlerin dikkati seslerle, hareketlerle ve hatta fikirlerle kolayca

dağılır. Fakat en önemlisi, tuhaf dil örneklerinden de anlaşılacağı gibi, dikkatleri kendi geçmişlerine ait düşünceler ile ve zihinsel çağrışımlarla dağılmaktadır.

Odaklanmış bir dikkat, dikkati dağıtan sebeplerin sesini kapatabilir, onları bilmezden gelebilir veya en azından seslerini kısabilir. Şizofrenlerde dikkati dağıtan sebepler, farkındalığın odaksal bölgesine, düşüncenin *primer iplikleri* ile aynı kuvvetle, izinsiz olarak girerler. Ve bu da, cümle kurma isteği ile gösterilen gayretleri sabote eder.

Cümle kurmak karmaşık bir dikkat işidir. Kolay görünür, çünkü otomatikleşmiştir. Düşünceler sözlere dönüşürken, birçok sözcük zincirleri ve çağrışımlar gelir akla. Örneğin “stock-stok” kelimesi bizleri bono, senet, “Borsa”, kâr payı çağrışımlarına veya sığır gütmek, ahır, çiftlik çağrışımlarına ya da tiyatro, yaz arkadaşlığı çağrışımlarına götürebilir.

Zihin genellikle bu çağrışımları birbirlerinden ayırır ve sadece ifade etmek istediğimiz düşünceyi tamamlayacak olan çağrışımı seçer. Şizofrenlerde, konu ile ilgisi olmayan düşüncelerin *baskılanmasındaki* hatalı kapasite, bütün anlamsız çağrışımların kurulmak istenen cümlede yer almasına neden olur. Bu gibi yanlış sözler, dikkat yeteneğinde bir bozukluk olduğu anlamına gelir.

Şizofrenideki bozulmuş dikkat üzerinde en azından bir yüzyıl boyunca çalışılmıştır. Fakat bu eksiklik ile şizofreniklerin başka bir tuhaf özelliği arasında bir bağ kurulması henüz çok yenidir: Şizofrenik kimselerin acı toleransları, yani acıya dayanma güçleri normalden daha yüksektir.

Monte Buchsbaum adlı psikiyatrist ve bir grup meslektaşları tarafından, Akıl Hastalığı Enstitüsü'nde yapılan bir seri deney sonucunda hem şizofrenik dikkat noksanlığının ve hem de acıya karşı artmış toleransın, endorfin sistemindeki bir a-

nomaliteye bağılı olduğu bulunmuştur.⁶

Şizofrenide endorfin anomalitesi olduğuna dair pek çok kanıt vardır. Örneğin bir çalışmada, yaş ve cinsiyet açısından birbirleri ile eşlenmiş hastanede yatmakta olan 17 şizofrenik ile 17 normal kişi karşılaştırılmıştır. Her iki gruba da acıya karşı reaksiyonlarının ölçülmesi için, özdeş prosedürler uygulanmıştır. Araştırmacılar, çalışmaya katılan her kişinin ön kolundaki bir noktaya dikkatle düzenlenmiş hafif elektrik şokları uygulamışlardır. Şokların şiddeti, güçlükle fark edilebilecek karıncalanmalardan, pek çok kişinin keskin acı olarak tanımlayacakları seviyelere dek değişiklik gösteriyordu.

Şizofrenikler, kontrol grubundaki normal kişilere göre acılara karşı daha az duyarlıydılar. Bu gerçek bile tek başına bizlere, şizofreniklerin endorfin seviyelerinin yükselmiş olabileceğini düşündürmeye yeterlidir.

Buchsbaum çalışma grubu bir adım daha ilerledi ve şizofreniklere belirli dozlarda naltrexone verildi. Bu madde beyindeki endorfin aktivitelerini bloke etmektedir. Eğer naltrexone dozları belirli bir davranışı tersine çevirirse bu iyiye işarettir. Çünkü böylelikle, bu davranışın beyindeki endorfinlerin aktiviteleri sonucu ortaya çıktığı anlaşılır. Acıya karşı duyarlı oldukları düşünölen şizofreniklere naltrexone dozları verildiğinde, acıya karşı duyarlılıkları üç kat artıyordu. Bu sonuç, yükselmiş endorfin seviyelerinin, şizofreniklerin acıya karşı duyarlı olmalarının sebebi olduğuna kuvvetli bir biçimde işaret etmektedir.

Naltrexone'un şizofrenikler üzerinde başka bir ilgi çekici etkisi daha olmuştu: Naltrexone şizofreniklerin "dikkat etme" kapasitelerini geliştirmiş, hatta bu kapasiteyi normale döndürmüştür. Buchsbaum araştırma grubu bu görüşü başka bir yol aracılığı ile ele aldı. Şizofrenikler ve bir normal

grup dikkat yeteneği açısından karşılaştırıldılar. şizofrenikler naltrexone alana kadar, bu çalışmalarda başarisız olmuşlardır. Fakat asıl sürpriz, araştırıcıların normal gruba da naltrexone enjekte etmeleri ile ortaya çıkmıştır. Tabii ki, normal grupta da bu endorfin bloke edici ilaç, dikkat kapasitesini önemli ölçüde artırmıştı. Yani endorfinler dikkati gleştiriyorlar gibi görünüyordu.*

Acı ve dikkat arasındaki karşılıklı etkileşim bir başka nörotransmitteri daha içerir: ACTH. Hem endorfinler hem de ACTH stres yanıtının başlangıcında salınırlar ve ikisi arasında şaşırtıcı bir tamamlayıcılık söz konusudur. Endorfinler acı ve ağrılarını yatıştırırlar ve böylelikle bunların bir süre için gözardı edilmelerine izin verirler. Endorfinler ayrıca dikkati de azaltırlar ki bu da acının öneminin inkâr edilmesini sağlayan bir etkidir. Fakat her nasılsa ACTH tamamen zıt etkilere sahiptir.

Buchsbaum araştırma grubu, ses veya renklere ait tonla-

* Eğer beyinde bu iki zihinsel fonksiyonun - seçici dikkat ve acı duyarlılığı - bir araya geldiği merkezler olsaydı, bu bağlantı çok daha inandırıcı olabilirdi. Buchsbaum, verilmiş olan bir zihinsel görev beyinde devam etmekteyken, bunların kesin olarak yerlerini tespit etmek için beyin sinyallerinin bilgisayar ortalamalarını kullanarak bunlardan bazılarını bulmuştur. Bu metod, aktivitenin de-recesini yansıtan taralı alanlar ile beyin topografik bir resmini çizmektedir. Bu sonuçlar, yükselmeleri göstermek için renklele kodlandırılan bir harita olmak-tan çok beyin için bir fikir vermektedir. Bu topografik resim, ilk bakışta, dağla-rın ve vadilerin bulunduğu bir resmi çağrıştırmaktadır.

Bu beyin haritalarını kullanan Buchsbaum, seçici dikkat sırasında ve acı alđı-lanması sırasında aktif olan beyin alanları arasında çok büyük bir st üste bin-me olduğunu bulmuştur. Bu teknik ile elde edilen veriler oldukça eksik olsa da, frontal korteksin ve gerideki duysal korteksin, hem dikkat hem de acı için anahtar olabileceğine işaret etmektedir. Buchsbaum'un çalıştığı etkilerin çoğu, bu alanlarda değişiklikler gösterirler. Naltrexone'nun, şizofreniklerin olağan dikkat ve acı seviyelerini etkileme yeteneği gibi.

Endorfin aktivitelerinin, dikkati direkt olarak baskıladıkları en az iki tane daha farklı beyin bölümü vardır.⁷ Biri "coreleus" locusudur, diğeri ise "raphe siste-mi"dir. Bunların her biri, dikkat için gerekli olan hücre topluluklarının önemli bağlandır. Endorfinler bunların aktivitelerini inhibe ederler.

ra ve ışığa karşı duyarlılıkları test edilen hastalara ACTH verdi. ACTH, tıpkı bir önceki çalışmadaki endorfin blokerleri gibi bu hastaların dikkatini artırmıştı. Buchsbaum'un notlarına göre, diğer araştırmacılar da sıçanlarda ACTH'ın acıya karşı duyarlılığı artırdığını bulmuşlardır.

Öyleyse ACTH, bir şekilde, endorfinleri azaltmak üzere ayarlanmaktadır. ACTH ve endorfinlerin zıt aktivitelere sahip oldukları düşünülür. ACTH dikkati artırıp sinir sistemini acıya karşı duyarlı kılarken, endorfinler tam tersini yapmaktadırlar.

Endorfinler ve ACTH aynı temel molekülden parçalanarak ayrılırlar. Gerçekten de bunlar, tehlike ile yüzleşen aynı nörokimyasal paketin parçalarıdır. ACTH ve endorfin arasındaki etkileşim, kısmi olarak, zamanlama ile düzenlenir. Stres yanıtı esnasında, bu her iki beyin kimyasalı da hipofiz bezi tarafından tetiklenir. Fakat ACTH vücuda daha çabuk yayılır; insanlarda ACTH'ın etkileri, stres alarmının ilk 30 saniyesi içinde görülebilir. Oysa endorfinlerin hızı daha yavaştır; etkileri 2 dakikadan önce kendisini göstermez. Bir alarma karşı ilk tepki, bizleri tehlikeye karşı uyanık kılar; ikinci darbe ise acıya karşı bir unutkanlığa izin verir.

Stres yanıtı sırasında hem ACTH hem de endorfinler beyinde rol alırlar. Fakat her birinin göreceli (rölatif) oranı, ne kadar dikkatli ve ne kadar acılara duyarlı olduğumuza büyük bir derecede karar verecektir. Deneyimin bu iki unsurunun, yani acıların hafifletilmesi ve dikkatin azaltılmasının, ortak bir amaçları var gibi görünüyor: Dikkatin azaltılması da acıyı hafifletmenin bir yoludur. Bu nörokimyasal sistemlerin arasında, beynin tasarımının zarafeti gösterilerek bir bağlantı kurulabilir.

Acı algılanması ve dikkat arasındaki kavramsal ayrılık, bi-

zim anladığımızdan daha yapay (suni) olabilir. Beyin, bizim yaşantılarımızda çoğunlukla yaptığımız gibi, zihinsel fonksiyonları muhakkak incelemez. Buchsbaum, acı ve dikkat ile ilgili bilimsel çalışmaların, onları çalışan farklı disiplinlerin özelliklerine göre birbirlerinden ayırlabileceklerini söylemiştir. Dikkat ve acı arasındaki sıkı bağlarla ilgili son bulgular, Buchsbaum'a göre şöyledir: "Bu ayırım yapaydır. Çünkü aynı nörotransmitterler, anatomik yapılar ve bilgi işlem sistemleri, hem acıyı hem de dikkati gereğine göre değiştirebilirler."

Öyleyse endorfin sistemi, acıyı hafifletirken dikkati azaltacak şekilde ayarlanmaktadır. Acı hafifletilmesi ve seçici dikkat, beyin içerisinde ortak yollar paylaşırlar. Hem de ilişkileri, özellikle seçilmiş karşılıklı ilişkilerden biri olduğu halde... Endorfinler aktifleştikleri zaman acılar hafifler ve dikkat azalır. ACTH'a eşlik eden artmış dikkat ise, acı duyarlılığını artırır.

Beyinde böyle bir düzenleme kalıcı bir şekilde sabitleştirilmiştir. Acı ve dikkat arasındaki ilişkiye neden olan bu nöral ağlar, milyonlarca yılı içine alan bir evrim sürecinden gelmektedir. Livingstone'nun aslan karşısındaki uyuşukluğunu tekrar düşünün. Acaba bu, acı ve dikkat arasındaki tuhaf ilişkinin evrimsel temelleri için bir ipucu sunabilir mi bizlere?

AZALMIŞ DİKKAT ACILARI NEDEN HAFİFLETİR?

Misyoner Livingstone, aslanın ağzındayken hissettiği ilgisizlik durumunun ilahi bir planda rol alabileceğini merak etmiş miydi? Evet, Livingstone “tuhaf durum” olarak adlandırdığının, ulu bir amaca yönelik olduğunu düşünmüş ve bu durumun, muhtemelen etoburlar tarafından öldürülen bütün hayvanların başına geldiğini tahmin etmişti. Livingstone’a göre bu, ölümün acısını azaltmak için hayırsever yaratıcımızın bizler için yaptığı bağışlayıcı bir hazırlıktı.

Livingstone’un önerisinin duygusal bir cazibesi var, ama farklı bir yorum da ortaya atılabilir. Evrim, bireylerin hayatta kalıp üremelerine izin veren tepkileri tercih eder. İçinde huzurlu ölümü besleyen bir genin, en iyi çalıştığı bireyden bir sonraki nesile aktarılma şansı çok azdır.

Acı genellikle iyileşmeye yardımcı olan tepkilere yol açar. Geri çekilme, dinlenme, yavaşlamış metabolik hız ve azalmış aktivite gibi. Aslında birey bir başkası tarafından yenmek üzereyken veya yavrusunu koruma ihtiyacı duyarken ya da koşması gerekirken bu iyileşme çemberinin hayatta kalma şansı yok gibidir. Bu gibi durumlarda acı veren yaraya karşı hazırlıklı olmak gereklidir. İşte endorfinler de bunu sağlar.

Güç ve acil durumlara karşı verilen acıları uyuşturmaya yönelik tepkiler, aslında huzurlu ve teslim olmuş bir ölümden çok, hayatta kalmak için zarifçe dizayn edilmişlerdir. Yırtıcı bir hayvanın saldırısı bunun için iyi bir örnek teşkil eder. Tam anlamıyla dehşet, bireyi felce uğratar. Fakat yırtıcı hayvanın yarattığı tehlike, meydan okuma mekanizmalarını hareket geçiren yanıtları ve eylemleri gerektirmektedir. O anda, sakin olarak acıyı ve şiddeti hafifletmekten daha iyi ne olabilir? Bu, hayat kurtaran bir tepkiye imkan verir. Bu yanıtın temeli, korku ve panik sebebiyle içinde bulunulan durumun daha az bulanık olmasına dayanmaktadır. İşte bu tam anlamıyla Livingstone'nun tarif ettiği durumdur.

Endorfin sisteminin belirli bölümlerinin uyarılması da saldırganlığı ve savunma mekanizmalarını harekete geçirir. Yani en azından laboratuvar hayvanlarında... örneğin, bölge hakimiyeti için birbirleriyle dövüşen sıçanlarda, dövüş sırasında kuvvetli bir analjezi gözlemlenmiştir. Bu da artmış endorfin seviyelerine işaret etmektedir. Buradan şöyle bir sonuç çıkarılabilir: Acı uyuşturma sistemi, tehlike ve tehditlerle başa çıkmak için tasarlanmış sistemlerle yakından bağlantılıdır. Kuramsal olduğu kabul edilse de, acı-uyuşturucu sistemin, fiziksel tehlikelere meydan okuması için beynin harekete geçmesine izin veren bir paketin parçası olarak evrimleştiğini farketmek makul olacaktır.

Öyleyse bu, Livingstone'nun teorisine bir alternatiftir: Hayatta kalma yeteneği, olaylar kendilerine yetki verdiğinde, o andaki tehlike ile başa çıkmaya çalışırken acılarını en iyi şekilde görmezden gelen türlerin bireylerine saldırır. Acıları uyuşturmak hayatta kalma savaşında çok önemlidir. Öyleyse acıları uyuşturmanın yüksek hayatta kalma değeri, bunun neden insanların ilkel ataları ile paylaştıkları ilkel beyin

alanlarında bulunduğunu açıklayabilir. Gerçekten de incelenen her türde, hatta parazitler kadar ilkel sinir sistemlerine sahip canlılarda bile “*opiat*” reseptörlerine rastlanmıştır.

Bir başka araştırma dizisi, endorfin yanıtının, tehlikeden sonraki iyileşme dönemi için değil, o anda tehlike ile başa çıkabilmek için biçimlendirilmiş olduğu görüşünü savunmaktadır. UCLA araştırma grubu, kaçılabilir ayak şoklarının değil fakat kaçılmaz ayak şoklarının sıçanlarda endorfin seviyelerini yükselttiğini bulmuştur.⁸ Etkilerinden kaçılabilir olan şoklar nonopioid (opioid olmayan) salınımını tetikliyordu; çünkü bunlarda kaçınılmaz şoklara göre daha az tehlike söz konusuydu.

Stres tiplerine karşı verilen reaksiyonlardaki bu kesin farklılığın tümör gelişiminde de bulunduğu gözlemlenmiştir. Kanseri tümörlerine sahip laboratuvar sıçanlarına kaçamayacakları şekilde şok verildiğinde tümör gelişim oranı hızlanmıştır; etkilerinden kaçılabilir şoklar verildiğinde ise büyüme hızı değişmemiştir. Bunun sorumlusu endorfinler olabilir: Tümörlü sıçanlara naltrexone gibi opioid *antagonistleri* verildiğinde, tümör büyüme hızları yavaşlamış ve hayatta kalma süreleri uzamıştır. Bu örnek bizlere, opioidlerin acıları hafifletirken aynı zamanda iyileşmeye de müdahale ettiklerini düşündürmektedir*. Daha geniş anlamda, endorfin acı baskılama sisteminin tehlikelerle başa çıkmada yaşamda kal-

UCLA araştırma grubu, nedenleri ortaya çıkarmak için, bu farklı şok örneklerinin sıçanların bağışıklık sistem fonksiyonları üzerindeki etkilerini incelediler. Opioidleri tetikleyen şok örneklerine maruz bırakılan sıçanların bağışıklık fonksiyonları iki yönden zayıflamıştı: Hem T lenfositlerinin ve hem de doğal öldürücü (NK) hücrelerinin (ki bunlar bağışık yanıtta rol alan hücrelerdir) antitümör yanıtları zarar görmüştü. Fakat bir opioid antagonisti olan naltrexone ile muamele görüp aynı kaçınılmaz opioid stimüle edici şoklara maruz bırakılan sıçanlarda böyle bir bağışıklık sistem yetersizliği gözlenmemiştir. Endorfin yanıtı baskılandığında, bağışıklık sistemi zayıflamıyordu. Sonuç: “Opioid peptidleri, stresin kanser ve bağışıklık sistemi üzerindeki etkilerinde önemli bir rol oynamaktadırlar.

ma açısından hayati değeri olsa da, bu yine de iyileşme gerektiğinde tercih edilen bir tepki değildir.

Acı-uyuşturma sisteminin, her nasılsa, acıların dindirilmesinin faydalı olacağı zamanlarla, olmayacağı zamanlar arasında bir ayırım yapmaya ihtiyacı vardır. Örneğin bazı yaralı askerler, Livingstone'nunkine benzer bir deneyim yaşadıklarını bildirmişlerdir. Fakat pek çoğu için acılar, şiddetli ıstıraplar olarak kalmaya devam etmiştir. "Acıları uyuşturma sistemi" seçici olarak çalışmaktadır.

Acıların ne zaman gözardı edilip ne zaman edilmeyeceklerine dair mantıklı yol gösterecekler bulunsa da, endorfin sistemi kendi şartlarını takip ediyor gibi görünüyor. Bu şartların ne oldukları halen bir sır olduğu için, filogenetik olarak böylesine ilkel bir mekanizmanın aslan ve ipotek ödemeleri arasındaki ayrımı nasıl yaptığını bilmiyoruz.

Fakat bu uzun koşuda, bu mekanizmanın, özel koşullarda acıları ezip geçme kapasitesine sahip olmaları için türlere yardımcı olduğuna dair kuşku çok azdır. Hem acının algılanmasının hem de uyuşturulmasının, bireylerin yaşam savaşında ayakta kalabilmelerinde değeri büyüktür. Fakat acıların hafifletilmesi dikkati neden azaltır? Acil durumlara karşı verilen böyle bir tepkinin yaşamsal değeri ilk bakışta çok az görünüyor. Evrim sırasında, dikkatin azaltılması nasıl bir pozitif rol oynuyor olabilir? Tabii ki bunu sadece tahmin edebiliriz. Livingstone'nun aslanı da bizlere bir çözüm önermektedir.

Ciddi bir yara, ölüm kalım meselesidir. Gerekli özenin temin edilmesi için, dikkati tamamen üzerine çekmeli ve temel ilgi odağı olmalıdır. Hayatta kalma acıya yansımaları yani öze dönüşlü ve istemsiz bir dikkati zorla kabul ettirmelidir. Gerçekten de acı sistemi, çoğu olayda dikkati, acının kaynağına yönelmesi için zorlayacak biçimde dizayn edilmiştir.

Fakat bu örneklerde, daha büyük bir tehlike ortaya çıktığı zaman dikkati aslan yerine yaraya doğru zorla çekilen bir hayvan, adeta ölmüş sayılabilir. Dikkat daha geniş bir alanda idare edilmelidir. Acıya karşı gösterilen yansımali dikkatin üstesinden gelmek için "farkındalık" bir şekilde bireyin elinden alınmalıdır. İşte endorfinler, bu yolla dikkati azaltabilen kimyasal maddelerdir. Dikkat o civarda zarar görmüşken, evrime ait temel sınır -hayatta kalma-, sonucun anlaşmayı değerli kıldığını gösterir. Acı sistemi nörolojik mirasımızın demirbaşdır. Ve bu sistemin çok eski olması, hayatta kalma stratejisi olarak başarılarını doğrulamaktadır.

Bence acı-dikkat değiş tokuşu, hem psikolojik hem de sosyal sahalarda oyuk bulmuş bir örneğe açıkça işaret etmektedir. Modern insan için fiziksel acı nispeten seyrek rastlanılan bir olaydır. Oysa psikolojik acılar çok daha yaygındır. Tıpkı bireyin öz saygısını yitirmesi, endişe, korku ve kayıplar gibi... Bizler bu acıları, milyonlarca yıl önce daha ilkel tehlikelere karşı ayarlanmış bir alarm sistemi ile karşılarız.

Beynin taktiği şudur: Beyin, "farkındalık"ı, gözardı ederek fiziksel acılarla haşır neşir olurken aslında bir yandan da hem psikolojik hem de sosyal yaralarla uğraşmaktadır. Bu beyin mekanizmalarının, zihinsel acıları silip süpürdüğümüz zaman iş gören uyuşukluğun gerçek kökleri olup olmadıkları veya sadece bunların analogları olup olmadıkları tartışmaya açıktır. Benim amacım çok basit: Bağlantılı bir örneğe işaret etmek. Acının algılanması, acıları görmezden gelerek hafifletebilme yeteneğini de içerir. Bu örnek, daha sonra da göreceğimiz gibi, insan davranışının her önemli alanında yenden ve yenden tekrarlanır.

ZİHİNSEL ACI, STATİK BİR KAVRAYIŞ (KOGNİTİF) YARATIR

Hayatımda sadece bir kez korkudan felce uğradığımı hatırlıyorum. Üniversitenin birinci sınıfındaydım ve her nâsılsa matematik sınavıma hazırlanamamıştım. Şimdi geriye dönüp baktığımda bunun çok küçük bir olay olduğunu görüyorum. Ama o gün, o olayın benim için çok büyük anlamı vardı.

O sonbahar sabahı adım attığım odayı hâlâ dün gibi hatırlıyorum. Bir mahkum gibiydim. Kalbimde kötü şeyler olacakmış gibi bir his vardı. Daha önce tarih, hümaniter bilimler ve fizik dersleri için o konferans salonuna defalarca gitmiştim. Not almamız için yanlarında kolları olan tahta sandalyelerle dolu, büyük bir amfiydi burası. Geniş pencereleri tepe ve orman manzaralarına açılıyordu. Bir profesör monoton sesiyle Henry James'den bahsederken ya da bir diğeri Planck sabiti ile ilgili birşeyler vızıldarken, ben bu pencerelerden dışarısını seyreder ve düşüncelerimin arasında kaybolurdum.

O sabah ne pencerenin dışında olanların farkına varmıştım, ne de sınıfla ilgileniyordum. Kapının yanındaki sandalyemde yerimi aldım. Bakışlarım direkt olarak yerdeki bir le-

keye saplanmıştı. Sınav sorularının olduğu kitapçık sıralara dağıtılırken gözlerimi oradan ayırdığımı hatırlamıyorum. Kollarımı kavuşturdum. Sonra da soru kitapçığının mavi kağıdını açtım.

Tahta ile döşeli zeminden eski vernik kokusu yayılıyordu etrafa. Kulaklarımda gümbür gümbür atan, kalbimin sesiydi ve midemin içine gömülü bir kaygı tadı vardı. Ve önümde bomboş sayfaları ile duran soru kitapçığı...

Sınav sorularına bir kez çabucak baktım. Ümitsizdim. Bir saat süresince boş sayfalara bakıp durdum. Yeşil ince çizgiler beyaz sayfalar üzerinde desen yapıyorlardı. Beni bu konuma getiren olaylar aklımdan akıp gidiyordu. Hazırlıksızdım ve sonunda üzülecek olan da bendim. Aynı düşünceler tekrar tekrar aklımdan geçti. Tıpkı korku ve ürperti dolu bir teyp kaseti gibi kafamın içinde dönüp duruyordu aynı düşünceler.

Tıpkı *kürar* verilen bir hayvanın, hareketinin tam ortasında donup kalması gibi orada öylece hareketsiz oturuyordum. Elimle kalemimi tutuyordum ama hareket edemiyordum. Gözlerimi boş sınav kağıdımdan ayıramıyordum.

O berbat anla ilgili dikkatimi en fazla çeken şey, zihnimin nasıl da böyle sıkışıp kaldığı oldu. Bir saat içerisinde, testteki birbirlerine benzer yanıtları eşleştirme teşebbüsünde bile bulunmamıştım. Hayal kurmuyordum. Sadece o anın dehşetine takılıp kalmıştım ve bu büyük sıkıntının bitmesini bekliyordum.

Bir saatin sonunda tıpkı bir hayalet gibi yerimden kalktım ve hâlâ açık duran boş sınav kitapçığını orada bırakarak dışarı çıktım.

Kaygı statik bir kavrayıştır. Kaygının özü, endişelerin fiziksel ve zihinsel kanallara zorla girmesidir ki bunların mu-

hakkak arındırılmaları gereklidir. Rahatsız edici bir üzüntü uykuları istila eder ve kişiyi gece boyunca uyanık tutar. Devamlı korku, kendisini kişinin düşüncelerine empoze ederek onun meşgul olduğu işten uzaklaşmasına ve dikkatinin dağılmasına neden olur. Kaygının şiddeti artıp artık paniğe dönüştüğünde, tıpkı matematik sınavında benim başıma geldiği gibi, yoğunluğu düşünce ve davranışlarımızı tamamen ele geçirir.

Kaygı, duygu ve kavrayışların belirli bir karışımıdır. Acil durumlarda verilen yanıtların tahrik ediciliği ile tehlikenin kavranışını birbiriyle karıştırır. Kaygı çeşitleri çok fazladır. Biyolojik ve kognitif (kavrayışa ait) olayların kompleks bir karışımı olduğu için, bunlardan herhangi biri kendisini anahtar semptom olarak çarpıcı bir şekilde ifade edebilir. Bu durumda zihnin meşguliyeti, kalp çarpıntılarının fonksiyonel olarak dengidir. Her ikisi de altta yatmakta olan aynı dinamiği uyandırır ve stres yanıtı saldırıya geçer.

Stres yanıtını hazırlayan, tehlikeden çok, tehlike *tehdidi*dir. Genellikle stresi uyaran bilgilerin asıl özellikleri belirsizdir. Belirsizlik erken bir uyarı ortaya çıkarır ve bir tehlikenin meydana gelebilme olasılığını kontrol etmek için kişiyi uyanık kılar. Çalılardaki küçük bir kımıldamanın nedeni yırtıcı bir hayvan olabilir de, olmayabilir de. Fakat o ilk kımılıda harekete geçen o küçük primatlar, torunları hayatta kalanlardır ve torunları onlar hakkında kitaplar yazmışlardır.

Genel olarak birçok olayda yeni ve orijinal olan herşey, alışılmadık ve rutinin dışında olan herşey yakından incelenilmek ister. “Yeni”nin anlamı tanım olarak bilinmemektedir. Orijinal ise belirsizliğin özüdür. Ve bu muhtemelen tehlikelelerin habercisidir.

Beyin, stres yanıtını hazır hale getirerek, yeniliklerle karşı

karşıya gelir. (Fakat bu tam anlamıyla bir çarpışma değildir.) Stres yanıtı dikkat ile çift yönlü bir şekilde bağlıdır: Dikkat, o tepkiyi ilk olarak tetikler ve stres alarmı ile dikkat merkezleri sırasıyla tetiklenirler. Eğer tehlike ihtimali kesinleşirse, o zaman stres yanıtı yoluna tam gaz devam eder.⁹ Yeni ve orijinal olanın neşe ve heyecanı, bu nöral bağlantıya uzanıyor olabilir. Yenilik, bedeni, düşük dereceli bir tahrik ile çarpıştırarak düzenler.

Hayvan türlerinde yeniliğe karşı verilen evrensel yanıt “yönlendirilmiş yanıt”tır. Bu yanıt, artmış beyin aktivitesinin, şiddetlenmiş hislerin ve artmış dikkatin bir kombinasyonudur. Bir kuşu gözlemekte olan sinsi bir kedinin sessizliği “yönlendirilme”ye işaret eder. Tıpkı pencerenin kenarından gelen tuhaf sesin bir hırsız mı yoksa bir kedi mi olduğunu kestirmeye çalışan bir insan gibi... Eğer “yönlendirilme tepkisi”ni tetikleyen yanıt bize tanıdık ve tehlikesiz görünüyorsa (sadece kediymiş!), o zaman beyin ve beden durgunlaşır ve daha düşük bir uyanıklık durumuna geçerler. Fakat eğer bilgiler tehlikeli olarak kaydoluyorlarsa (hırsız!), o zaman “yönlendirilme” stres yanıtına yol açar.

Beyin uyanıklığının derecesi, umulan ile bulunan arasındaki uygunsuzluğun ne kadar büyük olduğuna bağlıdır. Olaylar sıradan ve alışılmış olduklarında orta beyindeki bir merkez olan hipokampus, uyanıklık seviyesini düşük tutar. Olaylar kaydedilir, gözönünde tutulur fakat pek önemsenmezler. Hipokampus, beynin geri kalan kısmı o olaya yönlendirilmeksizin, bildik ve tanıdık uyanları kaydeder. Yani ağır ve angarya işleri yapar ve hayatın sıradan, rutin işleri ile başa çıkar.

Aşağıda dikkatin nörolojisi ile ilgili okuyacağımız açıklama, hipokampusun rolünü tanımlamaktadır:¹⁰

Evimize gelen birini sokak kapısında karşıladığımızda duvarların, kapı çerçevesinin bilinçli olarak farkına varmayız. Fakat hislerimizle ilgili bu girdiler herşeye karşın davranışlarımıza kılavuzluk ederler. Bir depremle karşı karşıya kaldığımızda önceden aldırış etmediğimiz bu uyarılara hemen dikkatimizi yönlendiririz.

Bu olaylarda hipokampusun oynadığı rolün önemi, hipokampus cerrahi olarak çıkarıldığında daha net olarak görülebilir. O zaman “her çevresel değişim deprem boyutunda etki yapar... Girdi’ler zorla içeri girerler, dikkati dağıtırlar ve aktif şifreleme yönteminin bozulmasına yol açarlar... Bunlar davranışları yönlendirirler.” Öyleyse hipokampus, beyni her olayı acil durum olarak algılamaktan uzak tutar ve sıradan olayların “farkındalık”ın içine sokulmasını engeller.

Stres yanıtında beyin devresinin ACTH salınımını tetikleyen bölümü, beyin kökünden hipokampusa doğru yukarı çıkan yollar aracılığı ile iş görür.¹¹ Bu yollar da aynı zamanda “dikkat”i hazırlarlar. Net etki, dikkat ve stres uyanıklığının birbirlerine geçmiş olduğudur: Bazı stres steroidleri, beyin dikkati belirli bir eşik değerinin üzerinde kışkırttığında salınırlar.

Beyin kimyasallarının stres yanıtındaki total banyoları, bireyleri tehlikeler ile başa çıkmaları için zarif olarak hazırlarlar. Evrimin erken dönemlerinde, bu ya savaş ya da kaçış anlamına geliyordu. Tehlike geçtikten sonra beden gevşeyebilirdi. Fakat uygarlığın gelişi ile ne savaş ne de kaçış herhangi bir düzen için gerekli olur. Yani daha sıklıkla bizler, bu sıvılar içinde, endişeye düşmüş bir şekilde terkediliriz.

Acı psikolojik alana girdiğinde kaynağı daha soyut ve dağınık bir hale gelir. Bir aslanın ısırtığı spesifik; bununla ka-

rarlı bir biçimde başa çıkılabilir; kaçılır veya kapana sıkışıl-
mışsa beyin endorfinlerle doldurulur. Fakat zihinsel acının
tarifi zordur. Zihinsel acının anlaşılması da zordur. Mali
problemler, az konuşan bir eş, varoluşsal sorunlar... Bu stres
kaynaklarından hiçbirisi, muhakkak, tek ve basit bir çözüm
getiremez. Ne savaş ne de kaçış tatmin edicidir; savaşmak
sorunları daha da kötüye götürebilir; kaçmak da bundan
farklı bir etki yaratmaz.

Stres uyanıklığı (tahriki), tehlikelerle yüzleşmek için süre-
gelen bir durum olarak uygun bir tarz olsa da, bu yine de bir
felakettir. Sürüp gitmekte olan stres, patolojik durumların
ortaya çıkmasına yol açar: Kaygı durumları veya psikosoma-
tik bozukluklar, hipertansiyon gibi rahatsızlıklar getirirler be-
raberlerinde. Bu hastalıklar hem stres yanıtının son ürünleri
hem de tehlikelere karşı verilen amansız hazırlıkların bedeli-
dirler.

Bu yanıt tehlike ve tehditlerin algılanması ile harekete
geçer. Tehditlerin sesini duymazdan gelmek, stres uyanıklığı-
nın kısa devre yapmasını sağlamanın bir yoludur. Gerçekten
de zihinsel olan bu çeşit tehlike ve acılar için, seçici dikkatin
bireyi ferahlatmada büyük etkisi vardır. İnkâr, endorfinler ile
dikkatin sesinin duymazdan gelinmesinin psikolojik analogu-
dur (eşidir). İnkârın pek çok çeşidinin de analjezik olduğunu
iddia edebilirim.

KAYGI YERSİZ BİR STRESTİR

Kaygı, uyanışın olağan sürekliliğinin olağanüstü sayılabilecek sonudur. Zor bir zihinsel problemle boğuşmak da, bir tenis maçının rövanşına çıkmak da “uyanış”ı aktive eder. Bu artmış “uyanış”, uygun ve faydalıdır; böyle görevler ekstra zihinsel ve fiziksel kayıtsızlığa ihtiyaç gösterirler.

Fakat “uyanış” o andaki görev ile uygunluk göstermiyorsa -özellikle çok önemliyse- o zaman bu, kaygıya dönüşür. Kaygıda, belirli bir tehlike ile yüzleşmede uygun olabilecek bir “uyanış”, başka bir durumun içerisine zorla girer. Veya öylesine yüksek bir derecede ortaya çıkar ki uygun bir tepkiyi sabote eder.

Kaygı durumu esnasında, dikkat tehlikenin kaynağına sıkıca sarılabilir ve böylelikle diğer durumlar için mevcut olan farkındalık sahasını daraltabilir. Stres koşulları altında dikkatin daraltılması belgelerle fazlasıyla ispat edilmiştir. Örneğin, klasik bir çalışmada, gönüllü kişiler derin denizlere dalışı taklit eden basınç odalarına konulmuşlardır.¹² Oksijen değişimlerinden ötürü bazı hakiki fakat küçük tehlikeler söz konusuydu. Bu yüzden gönüllü kişilere bazı acil durum prosedürleri öğretilmişti. Dalış taklidi sırasında gönüllülerden parlayan bir ışığı izlemeleri istenmişti. Dalış olayı ilerledikçe gö-

nüllü kişiler daha fazla kaygı duymaya başladılar. Sonuçta hareketlerini sürdürebildiler fakat ışığın izini kaybettiler.

Kaygının dikkati azalttığı fikri yeni değildir. Samuel Johnson bundan etkileyici olarak bahsetmiştir: “Emin olunuz ki, bir kimse iki hafta sonra asılacağını biliyorsa, bu onun zihnini şaşılacak biçimde yoğunlaştırır.”

Stres tepkileri, dikkati kaçırdığı zaman mevcut tehlikeye odaklanırlar. Dikkat ve bedensel uyanış tehlike ile başa çıkmak için dengelenip, tehlikeyi o noktaya sevkettikleri zaman bu apaçıktır. Fakat modern hayattaki stres koşulları, bize pek nadiren seçim hakkı tanır. Bizler çoğunlukla süregelen tehlikelerle başa çıkmaya çalışırken aynı zamanda hayatımıza her zamanki gibi devam-etmek durumunda kalırız. Eşimizle kavga ettikten sonra bitkin bir halde işimize devam etmek veya çocuğumuzun endişe verici hastalığına rağmen vergilerle uğraşmak zorunda kalırız.

Bir tehlikeye odaklanmak için hazırlanan dikkat, başka meseleler daha elzem olduklarında dahi herşeye üstün gelmektedir. Tehlike ile ilgili düşünceler sıra beklemeden zorla, zihnimizin içine girerler. İşte kaygının kullanılmaya hazır tanımını, gerçekte, “zorla içeriye girişin” yani “işgalin” ta kendisidir.

Zorla içeriye girişin kaygıdaki rolü, Mardi Horowitz¹³ adlı psikiyatrist tarafından tam anlamıyla tanımlanmıştır. Horowitz şöyle yazar: “Zorla içeriye giriş, davetsiz fikirlere ve defedilmesi güç duygu spazmlarına olduğu kadar, stres olayının direkt veya sembolik olarak davranışsal kabulüne de işaret eder.” Bu, kaygının dikkatsel tanımını ile de uygunluk göstermektedir: Kaygı, “farkındalık” a tecavüz eden davetsiz düşünce ve duygulardır.

Horowitz, kaygının “farkındalık” a nasıl tecavüz ettiğini

basit bir deneyle göstermiştir. Horowitz'in gönüllülerden oluşan iki grubu vardı. Bu gönüllülere iki şiddet filminden bir tanesi ve bir de bir adamın koşu yapışını gösteren niteliksiz yani basit bir film seyrettirilmişti. (Şiddet filmlerinden birinde, bir yörenin çocuklarının sünnet törenleri, diğerinde ise odun fabrikalarındaki kanlı kazalar gösteriliyordu. Bunların her ikisi de yeterince korkutucuydu.)

Gönüllüler filmleri gördükten sonra bir görev üstlendiler. Burada ses tonunun yüksek, alçak veya bir evvelki ile aynı olup olmadığını değerlendiriyorlardı. Bu görev can sıkıcı olsa da, odaklanmış ve doğruluğu ispat edilmiş bir "uyanıklık" talep etmektedir. Bu ton kısımları arasında gönüllüler, görev sırasında zihinlerinde neler olduğunu gösteren bir rapor yazmışlardır.

Sünnet törenleri veya kazalarla ilgili filmleri gördükten sonra yapılan ton değerlendirme görevinde, gönüllülerin, zihinlerine zorla giren film karelerini rapor etmeleri hiç de şaşırtıcı değildir. Oysa koşu yapan adamın gösterildiği film için aynı şey söz konusu değildir. İnsanlar filmleri seyredip üzülüklerinde "davetsiz olarak içeri girme" de çoğalıyordu.

Horowitz, stresle alâkalı semptomlara sahip düzinelerce hastalarla yapılmış ayrıntılı incelemelerin temeline dayanarak, zihinlerimizin içine zorla giren kaygının dış görünüşünün ve maskelenmiş gizlerinin çoğunu birer birer saymayı başarmıştır. Horowitz'in listesi çok geniş ve özellikle de çok eğitici. "İşgal" değişikliklerinin her biri, uç noktalara taşınmış stres tepkilerinin suretidir. Horowitz'in listesi şu maddeleri içermektedir:¹⁴

- *Duygu spazmları*; üstün gelen bir ruh durumu olmak yerine tamamen kabaran ve dibe çöken duygu dalgaları.
- *Zihin meşguliyeti ve derin düşünme*; bir problem yü-

zünden sıradan yani olağan düşüncelerin ötesinde olan ve kontrolsüz olarak tekrarlanan endişe verici olayın sürekli farkında olmak.

- *Zihnin içine zorla giren fikirler*; o andaki mevcut zihinsel işlerle hiçbir alâkası olmayan, ani ve davetsiz düşünceler.
- *İnatçı duygu ve düşünceler*; bir kez başladıklarında durdurulamayan fikir veya hisler.
- *Aşırı uyanıklık hali*; aşırı tetikte olma hali ve gergin bir bekleyiş ile herşeyi inceden inceye tetkik etme ve dikkatlice araştırma.
- *Uykusuzluk*; uykuyu mahveden ve zihnin içine zorla giren fikir, hayal ve görüntüler.
- *Kötü rüyalar*; herhangi bir üzücü rüyanın yanısıra, terdirgin uyanışları ve kabusları da içeren kötü rüyalar. Bu kötü rüyanın genellikle gerçek olaylarla pek bir bağlantısı yoktur.
- *Davetsiz duygular*; duyguların “farkındalık” sahasına yapılan ani ve istenmeyen bir giriş. Bu duygular genellikle şiddetlidirler ve o andaki durum ile pek alâkalı değildirler.
- *Ürküten reaksiyonlar*; uyaranlara tepki olarak kaçınma reaksiyonu vermek veya bembeyaz kesilmek. (Bu uyaranlar genellikle bu gibi yanıtlara neden olmazlar.)

Bu listenin de gösterdiği gibi kaygı, gerçekte olup bitenlerden ayrı olarak, pek çok şekle girebilir. Aldatıcı görünüşü ne olursa olsun, kaygı dikkati silip süpürdüğü zaman bütün faaliyetler zarar görür. Elimizdeki panzehir, daha sonra da göreceğimiz gibi, dikkatin kendisidir. Daha kesin olarak söylemek gerekirse dikkatsizlik veya inkârdır. İnkârın kaygıyı

nasıl ortadan kaldırdığını görmek için, önce kavrayışın, stres yanıtındaki anahtar rolünü anlamaya ihtiyacımız vardır; özellikle de tehlike kavrayışının...

TEHLİKE, ONU GÖRDÜĞÜNÜZ YERDEDİR

Polonya'nın Tatra Dağları'nın zirvesine doğru yol alan küçük teleferik, dar ve derin dereler üzerinde süratle iki yana salınıyor. Bu küçük teleferiğin içinde bir düzine insan sıkıca paketlenmiş adeta. İçlerinden bir yolcu, insanlarda gözlemlediği farklı tepkileri anlatıyor:¹⁵

“İşte, başlarında eşarpları ile oturan yaşlı Polonyalı büyükanneler. Bu yolculuk onlar için sadece yeni bir çılgınlık. Üç ya da dört genç içinse bu harika bir macera. New York'taki Roosevelt Adası'na yapılan bir tramvay yolculuğunda dahi tüyleri ürperen eşime göre bu yolculuk, kalbinin durması ile hemen hemen eş anlamlı. Ve tabii ki kılavuzumuz için de, bu, dikkat edilmeye değmeyecek kadar tanıdık bir manzara; sonuna kadar açılmış bir pencerenin yanında oturuyor ve gazetesini okuyor.”

Olaylar kişilerin verdikleri anlamlarla ilgilidir. Bir çocuğun hoşuna giden, kılavuza sıkıcı gelebilir; bir büyükannenin canını sıkan ise Manhattan'da dehşet uyandırabilir. Kişilerin olayları yorumlama biçimleri, bunların stres yapıcı olup olma-

dıklarını belirler. Bu, stresi ve insanların bununla baş ediş tarzlarını içeren özellikle eğitici bir bakış açıdır. Bu önemli düşünce modeli, Berkeley'deki Richard Lazarus adlı psikolog tarafından geliştirilmiştir.

Richard Lazarus'a göre stres, bir kimsenin gözündeki çevrenin talepleri, o kişinin olanaklarını aştığı zaman ortaya çıkar. Buradaki etkin deyim "bir kişinin gözündeki"dir. Olayların kendilerinin, kişileri yenik düşüren nitelikte oldukları doğru değildir. Aslında böyle olup olmadıkları, kişilerin olayları nasıl yorumladıklarına bağlıdır. Kişinin içinde bulunduğu koşullar, tutum ve davranışları ve olanaklarına bağlı olarak boşanma, iş kaybı veya çocuk ölümü gibi olaylar tehlike, meydan okuma veya iç ferahlaması olarak görülebilirler.

Tehlikenin tabiatı aslında fazlasıyla öznedir. Kendi başına olaylar değil, onların anlamlarıdır önemli olan. Olaylar tehlike olarak görüldükleri zaman, stres tepkileri tetiklenir. Stres, kavrayışla ilgili bir davranış olan "değer biçme"nin bir sonucudur.

Kişi bir durumu potansiyel tehlike olarak tanımladığı zaman stres tepkisi de tahminleri ile birlikte düzensiz bir şekilde değişecektir. Örneğin, Lazarus'un laboratuvarındaki bir deneyde öğrenciler, 30 saniyeden 20 dakikaya¹⁶ kadar değişen zaman aralıklarında kendilerine elektrik şoku verilmesini beklemişlerdir. Stres, öğrencilerin durumu ne kadar tehlikeli gördükleri ile bağlantılı olarak değişmiştir.¹⁷

Örneğin, 1 dakika, bireyin şok geldiğinde acı duyacağına dair korkutucu fikri özümsemesi için yeterli bir süre iken, tehlike hakkında şüpheler geliştirmek için yeterli bir süre değildir. Fakat her nasılsa, elektrik şoku verilecek kişinin bunun için düşünecek 5 dakikası

varsa, o zaman bu durumu tekrar gözden geçirip kusurlar bulmaya başlayacaktır. Örneğin öğrencilerin kendi kendilerine şöyle söyledikleri tespit edilmiştir: “Bir üniversite profesörü herhalde beni şiddetli acıya maruz bırakmaz” ya da “Daha önce de laboratuvarında elektrik şoku almıştım. Bu, can sıkmaya değmeyecek bir şeydi.” 20 dakika geçtikten sonra olay farklı bir boyut kazanmıştı. Bireyler gerçekten endişelenmeye başlamışlardı. Böylesine uzun bir bekleyiş önemli ve kötü bir olayı haber veriyor olmalıydı.

Temin edilmeyi endişe ile değiştiren böyle derin düşünceler hepimiz için tanıdiktır. Karşılaşılan sorunların özellikleri ne olursa olsun, bu gibi özel monologların özü şudur: Bu ne kadar tehlikeli bir iş? Bu sorunun cevabının aranması, yönelme tepkilerine bağlanır. O andaki cevaba bağlı olarak yönelme mekanizması, stres yanıtını azaltır ya da artırır.



Figür 1: Stres yanıtının başlaması. Yeni ve alışılmışın dışında bir olay, tehlike olarak değerlendirilen yönelme tepkisini canlandırır. Tehlike tahmini ise stres yanıtını tetikler.

Figür 1'in de göstermiş olduğu gibi, bir olay eğer tehlike olarak algılanmışsa stres yanıtına yol açar. Bu tahmin bir

sarmalı harekete geçirir. Burada, başka zamanlarda zararsız sayılabilecek olaylar, kaygıların sebep olduğu negatif dalgaları üstlenmekte ve tahminleri doğrulamaktadırlar. Aaron Beck adlı psikiyatristin hastalarından birindeki bu çeşit kaygı atağında, bu mekanizmanın nasıl çalıştığı görülebilir. 40 yaşındaki hasta şiddetli ıstırapların akut safhasında Denver'daki acil odasına getirilmiş ve Philadelphia'daki evine döndükten sonra bile kaygı durumu devam etmişti.¹⁸

“... Hasta, kayakçıları tepeye çıkararak teleferikle zirveye eriştiğinde nefesinin daraldığını hatırladı. (Bu muhtemelen atmosfer basıncının azalması ile ortaya çıkmıştı.) Nefesinin kesilmesinin bir kalp hastalığının işareti olabileceğini düşündü ve nefesi daralan sonra da damar tıkanıklığı sebebiyle birkaç ay önce ölen ağabeyi aklına geldi. Damarlarının tıkanıyor olduğunu gerçekten ciddi olarak düşünmeye başladığında artan derecede kaygı duymaya başladı. İşte bu noktada kendini güçsüz hissetti, terledi ve baygınlık geçirdi. Hasta bu semptomları, kalp krizinin elle tutulur kanıtları olarak yorumladı ve ölümün eşiğinde gezindiğini hissetti. Hastanedeki acil odasında muayene edildiğinde ortaya çıkan normal elektrokardiyogram onu tatmin etmedi. Çünkü hastalığın testlerde henüz kendini göstermediğine inanıyordu...”

Hastanın zihni kalp krizi ile fazlasıyla meşguldü. Eğer stres uyanışı safhasında olmasaydı belki de gösterdiği başlangıç reaksiyonlarının yüksek basınçta görülen normal tepkiler olduğunu algılayabilir ve bunun kalp krizinin işareti olmadığını farkına varabilirdi. Fakat hastanın devam eden

kaygıları, her bilgi parçasını, tehlike işareti olarak yorumlamasına sebep oldu. Ancak haftalar sonra Beck bu durumu açığa çıkarıp hastasına güven verdikten sonra, hasta “kalp krizi”nin yanlış bir alarm olduğuna inandı ve kaygıları kısmen hafifledi.

Bir olayı yeniden değerlendirme sıklıkla tehlikeleri alterder. Eğer tehlikeler “zararsız” olarak tekrar değerlendirilirlerse (yangın alarmı sanılan sadece matkabın sesiymiş; IRS’den gelen mektup bir ihtar değil sadece ödenen miktarı gösteren bir yazıymış), o zaman, bu tahminlerle birlikte gelen stres uyanışı da sona erer. Sulara gömülen geminin sadece bir eğlence aracı olduğunu ve korkunç sahnelerin sadece bir film karesi olduğunu kendimize hatırlatırız. Luis Buñuel’in sürrealist reklamı (*Un Chien Andalou*) bu ikincisi için güzel bir örnektir. Bu reklam sahnesinde bir kadının gözü jiletle kesilmektedir. Bir eleştirmen bu reklam için şunları yazıyor:¹⁹

“Bu sahne gösterildiğinde insanların hâlâ nefesleri kesiliyor. Bu şiddetin mahremiyetini azaltmanın hiçbir yolu yok. Aynı genç kadının filmde tekrar ortaya çıkması ve her iki gözünün de sağlam olması gerçeği ve bu kesik gözlerin bir hayvana ait oluşu umduğumuz kadar teselli edici değil. Artık benim nefesim kesilmiyor fakat bu sahne karşısında gergince oturuyor ve kesilen gözlerin bu kadına ait olmadığını hatta hiçbir canlıya ait olmadığını kendime hatırlatıyorum.”

Tahminler, yönlenmenin hemen başlarında ortaya çıkar ve en uygun tepki ayarını bulmayı amaçlayan bir kavrayış zincirini başlatırlar. Yeniden değerlendirme başarısızlığa uğradığında -tehlike yok olmazsa- o zaman başka stratejilere ihtiyaç duyulur.

DEĞİŞTİRİLEMEYECEK OLAYLARI KABULLENMENİN HUZURU

1962 yılında Robert Lifton adlı psikiyatrist Hiroşima'da aylarca kalarak, atom bombasının ardından hayatta kalanlarla ilgili yoğun çalışmalar yaptı:²⁰

“Yaptığım röportajlar başlarda beni fazlaca sarsmış ve duygusal olarak bitkin düşmeme sebep olmuştu... Fakat çok kısa bir süre sonra -birkaç gün içinde- reaksiyonlarımın değişmekte olduğunu farkettim. Aynı korkulu anların aynı anlatılışlarını dinliyordum, fakat üzerimdeki etkileri azalmaya başlamıştı. Bu tepkilerde tespit edebileceğim yinelenen örnekler üzerine yoğunlaşmaya başladım. Yani bilimsel fonksiyonlara konsantre oldum. Bu yüzden tanımlanan acılara karşı daha duyarsız hale geldim. Bu insanlarla benim aramda, daha rahat ve etkili bir mesafe hemen oluştu. Sonraları, işimin yalnızca zihinsel değil duygusal arzularında da bu mesafenin kaçınılmaz olduğunu anladım.”

Lifton adlı psikoanalist, tepkisinin, bir çeşit baş etme şekli olan “psişik (ruhsal) kapanış” olduğunu kabul ediyor. Tek-

nik olarak söylemek gerekirse “baş etme”, stres yaratıcı durumun kendisini değiştirmek yerine bireyin reaksiyonlarını değiştirerek stres uyanışını yok eden kavrayış hilelerinin sahası için kullanılan bir terimdir.

“İsimsiz Alkolikler” tarafından kullanılan başlıca iki önemli “baş ediş” alternatifi mevcuttur: “Tanrım bana, değiştiremeyeceğim olayları kabul etme huzuru, değiştirebileceklerim için cesaret ve farkı anlamam için de bilgelik bahşetti.” Bazıları tehlikeyi ortadan kaldırmak için teşebbüste bulunabilir. Sigorta acentasını aramak, acile gitmek veya aşırı miktardaki faturayı ödemek gibi. Bazıları da kendilerini yatıştırmaı deneyebilir.

Lazarus bu alternatiflerden ilkinı “etkili / yararlı”, ikincisini de “duygulara odaklanmış” baş ediş olarak tanımlıyor. Etkili başa çıkışın anlamı apaçık ortada: Kişi, tehlikeyi ortadan kaldırmak için birşey yapabilir. Başlangıçtaki durumda bu hareket “savaşmak” veya “kaçmak” olacaktır. Modern dünyada bu gibi seçenekler çok nadirdir.

Her birey hayatında en az bir kere birden fazla anlama gelebilen, belirsiz ve süregelen bir durumu ele almak zorunda kalır. Tehlike tahmini stres yanıtına yol açtığı zaman, bu bireyin beyninin stres hormonları ve tehlike ile ilgili endişeleri içinde kaynadığı anlamına gelir. İşte bu kaynayış, bizim kaygı olarak adlandırdığımız şeydir.

Bir tehlike, kızgınlıktan depresyona kadar dağılım gösterebilen duygulardan herhangi birini ortaya çıkarabilme kapasitesinde olsa da, kaygı en yaygın reaksiyon biçimidir. Duygusal olarak sorunlarla başa çıkış, genel olarak kaygının hafifletilmesi anlamına gelmektedir. Eğer kaygı hafifletilmezse, bu, Horowitz’in tanımladığı dış görünüşlerden biri yolu ile dikkatin içine zorla girecektir.

Bu zorla içeri girişler, kavrayışın bütün sahaları ile karşı-bilirler. Bunun yollarını daha sonra ayrıntıları ile inceleyece-ğiz. Şimdilik kaygının kavrayışı silip süpürdüğüne ve bunun da yeniden değerlendirme yapmayı zorlaştırdığına işaret et-mek yeterli olacaktır. Kaygının kendisi de, tehlike duyumunu yatıştırabilecek olan “yeni-den değerlendirme”yi güçleştirebi-lir.

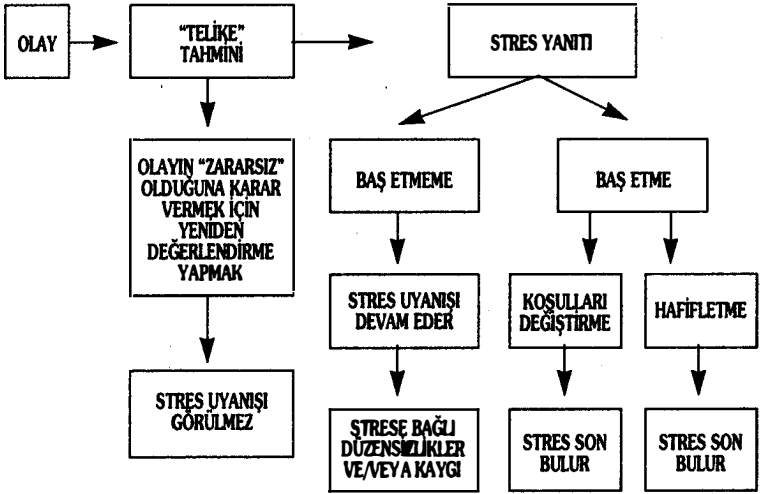
Eğer yeniden değerlendirme başarısızlığa uğrarsa, inkâr-ın herhangi bir şekli iş görmeye başlar. Sevilen birinin ölü-mü veya iş kaybı gibi harap edici bir olay sonrasındaki iyileş-me yolunda, “inkâr” ve “zihnin içine zorla giriş” arasında kendiliğinden oluşan bir kararsızlık olduğu düşünölmektedir. Zihnin içine zorla girişin türlerini sıralandıran Mardi Horo-witz adlı psikiyatrist, herhangi bir hayati olayın ardından, zihnin içine zorla giren fikirlerin ve inkârların, kendini alıştır-manın temel safhalarını akla getirecek biçimde gelip gittikle-rini söylemektedir.

Horowitz, zihnin işgalinin çeşitlerinde olduğu gibi, inkâr türleri için de kapsamlı bir liste hazırlamıştır. İnkâr çeşitleri şu maddeleri içermektedir:²¹

- *İlişkilerden sakınma*; söylenen ve düşünölenlerin ima-larını takip eden olayın açık bağlantılarının kısa devre yapması.
- *Hissizlik*; duygulara sahip olmama hali; uygun duyguların hissedilmemesi.
- *Donuklaşan tepkiler*; beklenen duygusal reaksiyonla-rın sıkıştırılması.
- *Dikkatin kararması*; düşünceleri, duyguları ve fiziksel duyuları içeren bilgilere kesin olarak odaklanmaktan sa-kınmak ve belirsizlik içinde olmak.
- *Şaşkınlık*; uyanıklık durumunu bulandıran ve olayların

önemini bertaraf eden ve odaklanamayan dikkat.

- *Daralan / sıkışan düşünceler*; amaca giden uygun yolları -mevcut olan apaçık yollardan başka- inceden inceleme tetkik etme başarısızlığı; esnekliğin daraltılmış (kısıltılmış) alanı.
- *Hafıza kaybı*; olayları veya bu olayların ayrıntılarını hatırlama kabiliyetsizliği.
- *Reddetme*; gerçek anlamları, aslında olmadıkları gibi düşünmek ve söylemek.
- *Hayal yolu ile engellenmek (bilinçdışı engel)*; gerçekleşmesi arzulanan olaylar ile kurulan hayaller yoluyla, gerçeklerin ve bunların ima ettiklerinin gözardı edilmesi.



Figür 2: Kısa-devreli stres için tercihler. Tehlike olarak algılanan bir olay zararsız olarak tekrar değerlendirilirse, stres reaksiyonu başlamayacaktır. Bir kez başladığında, baş etme seçenekleri dışsal -olayı artık bir tehlike olmaktan çıkarmak için koşulları değiştirmek gibi- veya içsel -uyanişı/canlanmayı hafifletmek- olabilir. Eğer bunlarda başarısız olunursa veya hiç denenmezlerse, stres uyanışı, strese bağlı hastalıklara ve/veya kaygı durumlarına yol açabilir.

Bu inkâr türlerini birbirine bağlayan etkin prensip, hepsinin problem yaratan bir gerçeği “farkındalık”ta bir boşluk meydana getirerek gözardı etmeleridir. Bu taktikler, daha önce listelenmiş olan “Zihin işgali” türlerine karşı hareketlerdir. İnkâr ve zihin işgali, dikkatin iki önemli yanındır. Biri sakınma diğeri ise zihne yapılan saldırıdır. İkisi de sağlıklı değildir; ikisi de dikkati silip süpürür. İnkârın çeşitli türleri, bizi gerçekte olanlarla ilgili daha realistik tahminlere götürmeler de, kaygıya karşı güçlü panzehirler oldukları söylenebilir.

Lazarus, bu gibi psişik sorunlara ilaç olarak veya kaygıyı hafifletmek için içerek tahammül edileceğini belirtiyor. Bunların hepsi de yatıştırıcı yani sakinleştirici ilaçlardır: Tehlike durumunu hiçbir şekilde değiştirmeden kaygıyı azaltırlar. Lazarus, böyle bir stratejinin normal olduğunu söylüyor: “Hayattaki pekçok ciddi stres kaynağı için, olayları değiştirmek adına çok az şey yapılabilir ya da hiçbir şey yapılamaz. Durum böyleyken sizin için en iyisi duygularınıza hakim olmak olacaktır... Sağlıklı insanlar da, hastalık etkileri gözlenirse de yatıştırıcı kullanırlar. Alınan bir içki veya sakinleştirici (teskin edici) bir ilaç da yatıştırıcıdır, inkâr etmek, düşünmek ve negatif düşüncelerden sakınmak da. Şartlara uygun faaliyetleri önlemedikleri zaman gerçekten de bizlere çok yardımcı olurlar.”²²

Yatıştırıcılar, kaygıyı hafifletmelerinden dolayı gerçek bir ödül gibidirler. Fakat kazanılmış ödül gibi olan yatıştırıcılar bağımlılık yaparlar. Kişilerin seçtikleri yatıştırıcıların -Valium adlı ilaç veya Jack Daniels adlı içki- alışkanlık yaptıklarına dair bolca kanıt mevcuttur. Ben de, özel kaygılarımızı yok ettikleri için güvendiğimiz zihinsel hilelerimizin bağımlılık yaptıklarını iddia ediyorum.

Kavrayışa ait yatıştırıcılar, Freud’un “savunma mekaniz-

malan” olarak adlandırdığı alanın içine düşerler. Savunmaların gücü, onların kaygıları bastırmalarında gizlidir. Lazarus’un da belirttiği gibi, yatıştırıcılar, belli bir grup için tipik sayılan model veya standartlardır. Bütün sağlıklı kişiler bunları bir dereceye kadar kullanırlar. Fakat Freud’un gözlemlediği gibi, bütün normal insanlar bir dereceye kadar savunma mekanizmalarını da kullanırlar.

Zihinsel yatıştırıcılar, bireylerin olayları oldukları gibi görebilme kabiliyetlerini yok ederler. Daha doğrusu dikkati azaltırlar. Kaygı zihinde büyük bir yer işgal ediyorsa, üzeri zihinsel hilelerle ustalıkla kapatılmış olsa bile, zihinsel verim bundan zarar görür. Böylelikle inkâr, boyun eğmez dikkat ile tam olarak uzlaşır.

Bizler, bilgi işleyen bir makine olan zihin hakkında yeterli bilgiler edinmeye daha yeni başladık. Ve bunu, kaygının ve inşa ettiğimiz savunma mekanizmalarının nasıl iş gördüklerini anlamak amacıyla yapıyoruz. Ve tabi bu çalışmanın zihinsel olarak nelere mal olduğunu anlamak için de. Bu bedelin boyutlarını tartışmak için öncelikle çalışmakta olan zihnin günümüze ait modeline göz atmalıyız. Ancak bundan sonra bu modeli, kaygı ve dikkat arasındaki değiş-tokuşu analiz etmede ve bu değiş-tokuşun öncülük ettiği kendini aldatmanın psikolojisini anlamada kullanabiliriz.

BÖLÜM İKİ

Zihnın İşleyişı

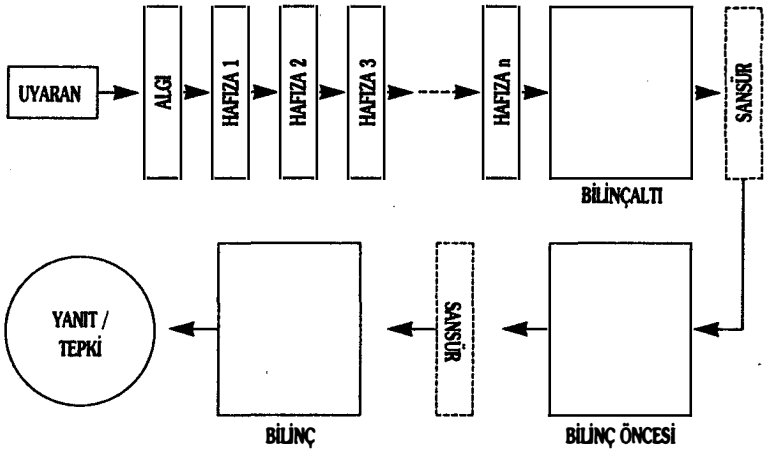
FREUD'UN ZİHNİN MODELİ

Psikolojideki pek çok fikir gibi, zihnin işleyişi ile ilgili görüşler de ilk kez Sigmund Freud tarafından ortaya atılmıştır. 1900 senesinde, *Rüyaların Yorumu* adlı kitabının yedinci bölümünde Freud, zihnin bilgileri nasıl ele aldığını gösteren bir model ileri sürmüştü.¹ Freud'un modeli gerçekten dikkate değerdi. Çünkü -üç çeyrek yüzyıl önce olmasına rağmen- zihnin bilgileri alışı, kullanış ve depolayış yollarına dair çok iyi tahminler yapmıştır. Bu model, zihnin işleyiş yollarının, kaygı ve dikkat arasındaki değiş-tokuş vasıtası ile önyarıya nasıl eğilimli olduklarını da ortaya koymuştur.

Freud'un modelinde bir seri yol istasyonu vardır. Bunlardan başta ve sonda vurgulananlar, Freud'un yaşadığı zamanın fizyolojisi ile ilgili olup, reflekslerin sinirsel temellerini biçimlendirmede yeni bir zafer kazanmışlardır. Geri dönüşlü uyarı-tepki etkisi kabul edilmişti ve yaygın olarak biliniyordu. Freud bunu ödünç aldı. Freud'un psişik aygıtındaki ilk nokta "algılama" idi. Algılama noktasında zihin, duyumsal uyarıların içine alıyordu. Son nokta da motor aktiviteydi; yani "yanıt / tepki verme".

Duyumsal uyarılardan motor aktiviteye uzanan bu basit ardıllık, refleks yayının "uyarı-tepki"sine benzer. Refleks ya-

yının “uyarı-tepki” si, Pavlov’dan sonra davranışla ilgilenen bilim adamları için, davranışın çalışan bir modeli olmuştur. Eğer Freud bu noktada dursaydı, davranışın doğası hakkında Pavlov’la bir uzlaşmaya varabilirdi. Fakat her nasılsa davranış bilimi ile uğraşan bilim adamları, uyarı ve tepki arasındaki herşeyi “kara kutu” olarak görmeye devam ettiler. Çünkü bu “kara kutu” bilimsel gözlemlere kapalıydı ve varsayım / tahmin yapmak için oldukça değersizdi. İşte bu değersiz sayılan alan, Freud’un favori bölgesiydi. Freud, yılmadan ve korkmadan uyarı ve tepki arasında yer alan kara kutudaki boşlukları doldurdu.



Figür 3: Freud'un *Rüyaların Yorumu* adlı kitabından uyarlanan zihin modeli. Bilgi, çok çeşitli hafıza alt-gruplarından geçer; en sonunda bilinçaltından ve bilinçöncesinden, sansürler yolu ile bilince ulaşır. Bir yanıt / tepki bunları takip edebilir.

Freud, psişik aygıtın bir yönü olduğunu söylemiştir. Yani bizim burada belirteceğimiz gibi bilgi “akmaktadır”. (Figür 3’e bakınız.) Freud’un modelinde bilgi doğrusal (lineer) ola-

rak akıyor. Bu akış başlangıç duyularından başlıyor ve en son görülen tepki ile son buluyor. Bilgiler zihnin içinden akıp giderlerken sadece bir yerden bir yere nakledilmekle kalmayıp aynı zamanda biçim de değiştirirler. Gözün algıladığı düzenli dalgalardır; bir kulağın algıladığı da bir çeşit titreşimdir. Görülen ve duyulan hafızaya dönüştüğünde, bunlar temsil ettikleri bilgi türüne göre köklü değişiklikler geçirirler.

Bilgi naklinin her noktasında bir seçicilik söz konusudur. Kavranılan olaylardan bazıları zihinden geçemezken, bazıları hayatta kalmayı başarırlar. Bilgiler, “algılama” olarak bilinen ilk duraktan (istasyondan), ilk “Hafıza Sistemi”ne hareket ederler. Bu hafıza çok kısa ömürlüdür. “Hafıza 1” olarak adlandırabileceğimiz bu hafıza, kaydedilen hisleri çabucak hafızaya dönüştürür ve bunların bir sonraki adıma geçmelerini sağlar.

Freud’un bunları çok önceden bilişi, kendine ait bir hafızası olmayan, duysal hayatla ilgili kısa ömürlü notlar alan fakat devamlı olan izlenimleri kaydetmeyen bir algısal kapasiteyi tespit etmiş olması ile açıklanabilir. Freud, duysal sinyalleri almak ile bunları kaydetmenin farklı fonksiyonlar olduklarını görmüştü. Bu gerçek, sonradan, duysal korteksin nörofizyolojisinin ortaya konması ile desteklenmiştir. Bugün “duysal depo” olarak adlandırdığımız, duysal dünyamızın hızlı ve kısa ömürlü izlenimlerinin 1960 yılında deneysel olarak keşfedilmelerine kadar, Freud’un algılama ile ilgili tanımları bilimsel bir temele oturtulamamıştı.

Figür 3’te gösterildiği gibi Hafıza 1, bilgilerini, birbirini izleyen sayısız hafıza sistemi zincirine iletir. Freud, bu hafızaların bilinçsiz olduklarını yani bilinçaltında olduklarını söylemiştir. Bilgi akışının bir sonraki safhasına kadar biz bu hafızaların farkına varmayız. Bununla beraber, bu hafızaların,

farkındalığımızın dışında kalıyor olsalar da bizleri etkilediklerini iddia eden Freud şöyle söylüyor:² “‘Karakterimiz’ olarak tanımladıklarımızın temelleri, izlenimlerimizin hafıza kalıntılarına dayanır; ve dahası, üzerimizde en fazla etkileri olan izlenimler -çocukluğumuzun en erken dönemlerine ait olanlar- kesinlikle, güçlkle bilinç haline gelmiş olanlardır.”

Freud’un modelinde bir hafızanın yani hatırlanan bir olayın “farkındalık” a yükselmesi için, bunun bir hafıza sisteminde, “Bilinçaltı” olarak adlandırılan bölgeye geçmesi gerekir. Bilinçaltının, farkındalığa ulaşmak için direkt bir geçiti yoktur. Bilinçaltındaki materyaller bir sonraki bölge olan “bilinç öncesi” ne geçerler. Bilinç öncesi, farkındalığa veya Freud’un modelindeki “bilinç” e açılan yoldur. Bilinç öncesinde düşüncelerle kuşatılan zihinsel enerji eğer yeterince kuvvetli hale gelirse; o zaman bir patlama şeklinde “bilinç” e geçer ve dikkat odağı haline gelir.

Bu, tehlikeli bir geçiştir. Farkındalığa gelen düşünceler zararsızlarsa bu durumda bir tehlike söz konusu olmaz. Fakat eğer bu düşünceler bir çeşit “yasak” düşünceler ise o zaman Freud, bunların bilinçaltı, bilinçöncesi ve bilinç’ e geçişleri sırasında bir takım değişiklikler geçirip bozulmalarının olması olduğunu söylemektedir.

Freud, zihindeki bu bağlantılarda çeşitli sansürlerin iş başında olduklarını görmüştür. Özellikle uyanık olduğumuz sıralarda bu sansürler yasak düşünceleri bilinçten uzak tutarlar. Fakat gece boyunca bu sansürler atlatılabilirler. Freud bu zihin modelini, rüyaların ambargo konulmuş bilgileri nasıl ifade ettiklerini açıklamak için formül halinde belirtmiştir. Freud’a göre, rüyalarda, yasak düşünceler maskelenmiş şekillerde bilinç bölgesine sızılmaktaydılar.

Freud, hiçbir bilginin sansürlerden geçmeden bilinçaltın-

dan farkındalığa ulaşamayacağını söylüyordu. İşte kaygı uyardırabilecek materyallerin süzüldüğü nokta tam burasıdır. Hatırlanan olaylar çok yeni veya eski olabilir -annesinin cesaret kırıcı bakışları ile henüz karşılaşmış bir çocuk veya çocukluğuna ait acı verici bakışları hatırlayan bir kadın olabilir bu olayların kahramanları. Sonuçta problem ne olursa olsun, tehlikeli gerçekleri ve fikirleri farkındalıktan uzak tutmak için bu bilgi akışının engellenebildiği nokta burasıdır.

Freud'un bakış açısına göre iki çeşit sansür vardır. Birincisi, istenmeyen anıları seçer ve bunların bilinç öncesi bölgesine girmelerini engeller. İkincisi, bilinç öncesi ve bilinçli zihin arasında destek görevi görür. Tehlikeli bilgiler bilinç öncesine sızmış ve farkındalığın sınırlarında geziniyor olsalar da, bu ikinci sansür kolay karşılaşılmayan bu tehlikeli gerçekleri bu bölgeden çekip çıkarabilir.

Bugünkü araştırmalar, Freud'un, meyillerin bilgi akışını yan hatta geçirebilecekleri noktaları ortaya koymada çok tedbirli davrandığını ortaya koymaktadır. Bilgi akışının doğrusal olmadığı, karşılıklı olarak birbirlerini etkileyen alt sistemler arasında birbirine geçmiş bir akış olduğu, Freud'un anlamadığı noktaydı. Zihin bilgileri, bir trenin bir kasabadan diğerine gidişi gibi tek bir yol izleyerek iletmez. Bilgiler tıpkı New York şehrinin metroları veya Los Angeles'ın geniş çevre yolları gibi halkalar ve dönüşler yapan devrelerin etrafında ve içlerinde akarlar. Böyle bir sistemde meyil olasılıkları, Freud'un modelinin önerdiğinden çok daha zengindir.

Fakat bununla birlikte, Freud'un zihin modeli, bugünkü modern bakış açılarının kabul ettiği birçok anahtar nokta sunmuştur. Bu anahtar noktaların her biri, zihnin dikkati nasıl çarpıttığının iç yüzünü kavramamızı sağlamaktadır:

- Bilgiler bir yol izleyerek akarlar ve bu yolda giderlerken birbirlerine bağlı alt sistemler arasında biçim değişikliğine uğrarlar.
- Bilgiler, bilinç bölgesine geçmeden önce bilinçaltında bulunurlar.
- Sansürler ve süzgeçler, bilgileri seçip onlara başka anlamlar verirler.

AKILLI SÜZGEÇ

Parçalara ayrılmış bu kelimeler sizlere hangi sözcükleri çağrıştırıyorlar?

S — x
Shi —
f — —k*

Bu kısımları okuduktan sonra boşlukları, imalı veya kaba sözcükler ortaya çıkaracak şekilde hiç sorunsuz doldurmuş olmalısınız. Şimdi kendinizi, boşlukları doldurarak ortaya çıkarmış olduğunuz kelimeleri yüksek sesle tekrarlayan bir yabancı ile aynı odada hayal edin. Böyle bir durumda tepkileriniz ve düşünceleriniz, utançtan sakınmak için yön değiştirebilir.

İkinci Dünya Savaşı'nı takip eden yirmi yılı aşkın bir zaman içerisinde, bilim adamları, kişilerin idrak ettikleri olayların, bunların duygusal olarak dikkati çekme güçleriyle bağlantılı olarak, yumuşatılmaları veya abartılmalarının hangi

* Kelime oyununun ve dolayısıyla anlamların nasıl değiştiğinin gösterilmesi açısından, İngilizce kelimeler aynen kullanılmıştır. (ç.n.)

yollarla gerçekleştirildiklerini test etmek için çok sayıda araştırmaya önderlik ettiler. Bu soruyla ilgili yayınlanmış yüzlerce çalışma vardır. Fakat bunların hiçbiri bu soruya yanıt bulamaz. Aslında problem ne çalışmaların kendisinde, ne de zihnin bilgileri nasıl işlediği ile ilgilenen günümüz anlayışındadır.³

Yukarıdaki sözcükleri ele alalım. Eğer sizden sözcüklerdeki boşlukları doldurmanızı istesem ve siz de bunların “six”, “shin” ve “fork” sözcüklerini simgelediklerini söyleseniz, ya daha manalı alternatifleri idrak etmek için kendinize izin vermediğinizi ya da bunları bana söylememek için kendinizi baskıladığınızı düşünürüm. Daha teknik olarak söylemek gerekirse, problem meyil bölgelerinden biridir: Bu algıda mı, yoksa tepkide mi?

Eğer meyiliniz tepkide ise, bu manalı sözcüklerin önce aklınıza geldiğini ama çabucak daha kabuledilir alternatifler düşündüğünüzü söyleyebilirim. Ama eğer meyiliniz algılamada ise ve bu manalı sözcüklerin farkına gerçekten varmadıysanız, zihniniz farkındalığınız dışında sansür işlerini bir şekilde harekete geçirmiş demektir.

Zihnin işleyişinin nasıl düzenlendiğine dair imalar, bu alternatiflerin her biri için biraz farklıdır. Tepkideki meyil, bunun sadece sosyal bir örtbas olayı olduğunu düşündürür. Bu pek de şaşırtıcı değildir. Fakat algılamadaki meyil, zihindeki bilinçaltı merkezinin iş başında olduğunu ifade eder. Bu merkez kararlarını bize zorla kabul ettirmekte ve önceliklerini yerine getirmek için yaşamlarımızı şekillendirmektedir.

Seneler boyunca bu iki olasılık, karşılıklı eşi benzeri olmayan alternatifler olarak çatıştılar. 1966 yılında ayrıntılı olarak gözden geçirilen 20 yıllık deneysel sonuçlar ve bunların lehinde ve aleyhinde olan bütün öneriler, bu tartışmaya

bir son veremediler.⁴ Savaşı durdurmada başarısızlığa uğrayan araştırıcılar sonunda yatıştırıcı bir öneri ortaya attılar: Bu iki olasılık birbirine tamamen zıttı; ve belki de ikisi de doğruydu. Tepkide olduğu gibi algılamada da bazı sansürler olabiliirdi.

Bu öneri, bilgilerin zihin içinde nasıl hareket ettiklerine dair -ve nasıl hareket edemediklerine dair- bugün genel olarak kabul edilen fikirlerle uygunluk göstermektedir.

Deneyssel psikologların, Freud'un *Rüyaların Yorumu* adlı kitabının yedinci bölümünde önerdikleri ile ilgili konulara ciddi olarak yer vermelerinden önce, yarım yüzyıllık bir yarınlığı yaşanmıştır. 1920'den sonra, davranışçılık kuramının üstün hale gelmesi, zihnin içinde neler olduğu konusunu pek çok psikolog için tabu haline getirmiştir. Sonunda zihnin işleyişi psikolojik araştırmalara tekrar girdi. Ama artık bir güdü olası değildi: Uçuşun başlaması.

Zihnin bilgileri ele alış ve işleyiş tarzı ile ilgili tartışmalarda, bundan sonraki en büyük yayılım ateşini açan 1958 yılında İngiliz psikolog Donald Broadbent oldu.⁵ Broadbent'in ilgi alanları Freud'unkinden çok farklıydı. Broadbent İkinci Dünya Savaşı'ndan sonraki yıllarda İngiliz Kraliyeti Deniz Kuvvetleri ile çalışmıştı. O devirdeki hava kuvvetlerinin patlayıcı madde artışları sebebiyle hava trafiğinin yoğunluğu, kontrol eden kişileri kuşatmıştı. Broadbent, bu kontrolörlerin gözleri ve kulakları yoluyla, başedebileceklerinden daha fazla bilgi aldıklarını saptamıştı. Ve Broadbent, zihnin, bu şiddetli hücumun ayrıntılarını nasıl ayıklayabildiğini merak etmişti.

Tıpkı Freud gibi Broadbent de, zihnin bilgileri ele alışını ve işleyişini göstermek için bir akış şeması kullandı. Broadbent'in şeması, kişilerin duyu organları yoluyla, kaldırabile-

ceklerinden daha fazla veri idrak ettiklerini gösteriyordu. (Figür 4'e bakınız.) Bu şemaya göre bilgiler önce duyuşsal depoya benzer kısa süreli bir depoya alınıyorlar, sonra da büyük bir kısmının burada çıkarıldığı "seçici süzgeç"e doğru akıyorlardı. Bu süzgeç her nasılsa, dikkate değer olan bilgilerin dışındaki tüm bilgileri bloke etmektedir. Bu geçiş görünüşe göre bir anlık bir olay; saniyenin binde biri gibi bir sürede bu geçiş gerçekleşiyor. Fakat bu süre zihnın duysal depolarındaki veri yığınınyı ayıklaması ve bilgiler bilinçli farkındalığına geçmeden önce konu dışı olanları süzmesi için yeterlidir.



Figür 4: Broadbent'in biraz değiştirilmiş zihin modeli: Duysal uyarınlar duysal depolara ulaştıklarında burada analiz edilirler ve farkındalığına giden yol boyunca ayıklanıp süzülürler. (Veya kısa - süreli hafızada)

Broadbent, zihnın duyular yoluyla, sınırı aşan bilgileri süzmeye ihtiyacı olduğunu, çünkü sadece sınırlı bir kapasiteye sahip olduğunu belirtiyordu. Broadbent'in inanışına göre seçici süzgeç bu noktada gerekliydi, çünkü dar bir geçit söz konusuydu. Bilgi işlenmesinin bir sonraki safhasında kesin olarak sınırlandırılmış bir kanal kapasitesi vardı. Buraya genel olarak "kısa-süreli" veya "birincil" hafıza deniyordu.

Birincil hafıza, dikkat ışınlarının altına düşen algılama bölgesidir. Biz bunu "farkındalık" olarak adlandıracağız. Farkındalık bölgesinin içeriğini, o an için zihnimize aldıklarımız

oluşturur; bu, bilinç akıntımız üzerindeki pencereimizdir. Bu bölge kırılındır, içerikleri çok kısa ömürlüdür.

Broadbent'in modeline göre farkındalık ve uzun süreli hafıza arasındaki trafik akışı çift yönlüdür. Uzun süreli hafızanın içindeki bilgiler farkındalık bölgesine geçebilirler, farkındalık bölgesi içindekiler de kendilerine hafızada bir yer bulabilirler. Broadbent'in tahminlerine göre sadece farkındalığa erişebilen bilgiler çok uzun süre saklanabilirler. Bu demektir ki, bizler sadece ilkönce dikkat ettiğimiz olayları hatırlarız. Öyleyse farkındalık, hafızaya giden bir geçittir ve farkındalığın içine girenleri süzgeçler kontrol etmektedir. Peki ama süzgeçleri kontrol eden nedir?

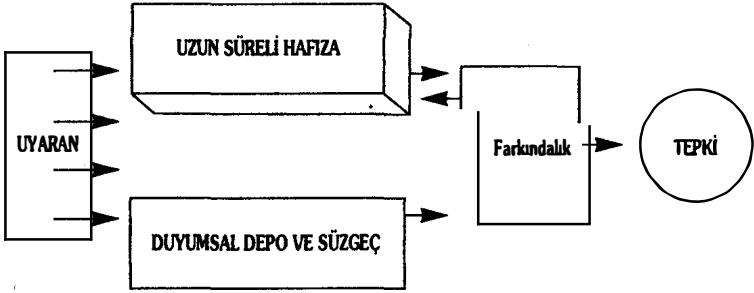
Broadbent'e göre, bir mesajın sadece büyük fiziksel durumları -sesi veya parlaklığı diyelim- bu mesajın yol boyunca ilerleyip ilerleyemeyeceğini belirler; onun anlamı değil. Bu görüş, Broadbent'in "kokteyl parti etkisi" üzerine yaptığı deneylerin ardından güven kazanmıştır. Bir kokteyl partisinde veya çok kalabalık bir restoranda bütün konuşmaların ve sohbetlerin birbirleriyle yarıştığı bir gürültü-patırtı vardır. En yüksek sesle yapılan bu konuşmalar diğerlerinin kulaklarının dibinde olmaktadır.

Broadbent'in tahminine zıt olarak, sadece en yüksek sesi duymayız. Örneğin, bir arkadaşınızın son tatili ile ilgili gereksiz ayrıntıları veya duygusuz ilişkilerini veya hemen hemen tamamlanmış bir iş anlaşmasını dinlemek durumunda kaldıysanız ve canınız feci şekilde sıkıldıysa, o zaman karşınızda konuşup duran kişinin sesini kısıp çevredeki daha ilginç bir sohbete kulak kabartmanız çok kolaydır. Özellikle sohbet sırasında kendi isminizin geçtiğini duydunuzsa. Bu ses kısımları ve açmaları sırasında, kulaklarınıza gelen sesler, ses şiddetleri açısından özdeş olabilirler. Değişen tek şey dikkatinizin odağıdır.

Bu, bilgilerin süzgeçe ulaşmalarından önce anlamları açısından inceden inceye tetkik edildikleri anlamına gelir. Bu görüş, süzgeçin sesleri kismasının veya açmasının sadece mesajların fiziksel görünüşleri ile ilgili olduğunu söyleyen Broadbent'in iddiaları ile ters düşmektedir. Beyin içindeki bu süzgeçin zekası var gibi görünüyor; bu süzgeçin çalışması, mesajların kişilere göre değişen önemleri ile düzenleniyor.

Zihnın mimarisinin düzenlenişinde bunun önemi büyüktür. Akıllı bir süzgeçin -ki bu anlamları okumaktadır- duyumsal deponun birkaç dakikası esnasında çalışması için, zihin elemanlarının düzenlenişi kritik bir şekilde değiştirilmelidir. Eğer bu süzgeç gerçekten akılıysa, öyleyse zihnın anlamların farkına varan kısmı ile ilk izlenimleri zihnın içine alan ve onları ayıklayan kısmını birbirine bağlayan bir devre olmalıdır. Bu durumda Freud ve Broadbent'in ortaya koydukları basit ve doğrusal model iş görmemektedir.

Anlamlar, uzun süreli hafızada depolanırlar. İhtiyaç duyulan tek şey, uzun süreli hafıza ile bilgi işlenmesinin erken safhaları arasında oluşacak bir döngü yani kapalı bir devredir. Bu döngü figür 5'te gösterilmektedir. Böyle bir geribildirim (feedback) döngüsü, duyumsal deponun anlamlar ve anlayışlarla ilgili bütün bir yaşam süresince oluşturulmuş olan deneyimlerin büyük repertuarlarını geri çekerek, içeriklerini ayıklamasına izin verir. Yaşam süresince oluşturulmuş bu deneyimler uzun-süreli hafızada depolanırlar. "Dikkat çeken" veya "konu dışı" yargıları, sadece uzun süreli hafızadaki bilgilerin temeline dayanılarak verilebilir. Süzgeç, zihnın yaşam boyunca depoladığı deneyim, tercih ve gayelere erişerek, birbiri ardısıra gelen her dakikada kendisine saldıran izlenim yığınlarını eleyebilir ve böylelikle problem yaratan olayların seslerini hemen kısar veya açar.



Figür 5: Donald Norman'ın modelinden kabaca uyarlanmış ve basitleştirilmiş zihin modeli: Hafıza, algıyı, bilgi akışının en erken safhasında eler; ve farkındalık bölgesine girmesine izin verilen "dikkat çekici" olayı ayırtetmek için süzme işlemleri gerçekleştirilir.

Doğrusu, çağdaş kuramcılar artık duyumsal depodan geçen bilginin incelemeye tabi tutulduğunu ve anlam ve uygunluğuna bağlı olarak elendiğini varsayıyorlar. Bilişsel psikolog olan Matthew Erdelyi bu konuyu şöyle toparlıyor: "Aslında uzun süreli hafızanın kendisi süzgeç haline gelmekte ve kısa süreli depodan (dolayısıyla farkındalıktan) nelerin bloke edileceğine karar vermektedir. Böylece uzun süreli hafızanın kendisindeki en son depolar için nelerin kabul edileceği indirekt olarak tespit edilmiş olunur."⁶

Bu, farkındalığın içeriklerinin bizlere ayıklanmış, elenmiş ve ön paket yapılmış olarak geldikleri anlamına gelir. Bu işlemlerin tümü, bir saniye gibi bir zaman kesitinde gerçekleşir.

Zihin modelinde, bu düzenlenme için zorlayıcı sebepler mevcuttur. Duyumsal depodan farkındalığa geçen ham yani işlenmemiş bilgilerin, kabiliyetli ve akıllı bir süzgeç tarafından elenmeleri bizim yararımızdır. Eğer bilgi akışı bu yolla büyük oranda hafifletilmeseydi, bilinç bölgesinde bir kargaşalık meydana gelirdi. Bilinçteki bilgiler sınırlandırılmış gibi

görünüyor. Ama aynı zamanda bilgiler buraya gelmeden önce -ki bu bilgilerin büyük bir kısmı da buharlaşmışçasına arkada bırakılırlar- ayrıntılı şekilde analiz ediliyorlar gibi de görünüyor.

Duyumsal depoda ne kadar fazla bilgi ayıklanırsa, bir sonraki istasyonda -yani farkındalık- o kadar verimli olarak iş görür. Eğer duyumsal depodan fazlaca bilgi geçerse, farkındalık zor durumda kalır; daha önce gördüğümüz gibi kaygı, zihnin içine böylesi bir zorla giriş için iyi bir örnektir. Bu süzgeçin can alıcı bir noktada çalışması ve konu dışı bilgi yığınları yüzünden sürekli bir şaşkınlığa düşmekten bizi alıkoymayı amaçlaması, kritik bir öneme sahiptir. Eğer bu süzgeç böylesine kusursuz bir yapıda olmasaydı, tıpkı şizofrenide olduğu gibi gerçekten de bir şaşkınlığa sürüklenebilirdik.

Bilgilerin zihinde yer alan akıllı bir süzgeçten geçtikleri fikri, bilgilerin zihin içinde nasıl aktıkları ile ilgili bugün geçerli olan bakış açılarının doğmasına neden oldu. Resimlendirilmiş akış şemalarından en yaygın olanı 1968 yılında Donald Norman tarafından ortaya atıldı; figür 5, Donald Norman'ın modelinin basitleştirilmiş bir şeklidir.⁷ Bu modele göre, duyular yoluyla zihnin içine girenler, uzun süreli hafıza tarafından otomatik olarak taranırlar. Özellikle de "anlamsal hafıza" bu işi gerçekleştirir ki burada yaşamla ilgili bilgiler ve anlamlar yığını bulunmaktadır. Örneğin her ses, anlamsal hafızada, otomatik olarak bir adrese yönlendirilir. Eğer "homurtu" kelimesini duyarsanız, anlamsal hafıza bunun anlamlarının farkına varır; eğer bir homurtu duyarsanız, anlamsal hafıza bu sesin bir kelime olmadığına da farkına varır.

Bu süzme işlerinin tamamı farkındalık dışında gerçekleşir. Farkındalığa geçenler, o an geçerli olan zihinsel aktivitelerle ilgili mesajlardır. Eğer bir restoran arıyorsanız, restoranlarla

ilgili işaretleri farkedersiniz; benzin istasyonlarını değil. Eğer bir gazeteye gözetiyorsanız, ilginizi çeken başlıkları farkedersiniz. Sizinle ilgili olan bilgiler farkındalık alanınıza girerler ve bunlardan sadece yararlı olanları zihin alanınızda yer kaplarlar.

Norman, algının bir derece meselesi olduğunu söylüyor. Zihnin içine giren bilgilerin taranması sırasında, anlamsal hafıza her ayrıntı ile ilgilenmez; sadece o an ile ilgili olanları ve olmayanları ayırdetmeye ihtiyaç duyar. Konu dışı bilgiler, bir dereceye kadar analiz edilirler; yani bunların konu dışı olduklarının farkedildiği noktaya dek. Konu ile ilgili olan bilgiler ise, pek çok işlemde geçerler. Örneğin, bir gazeteye dikkatsizce göz atarken birden kendi isminize rastlarsanız, isminiz üzerinize sıçramış gibi bir etki yaratır. Tahminen gazeteye göz atarken rastladığınız kelimeler, zihninizde bir dereceye kadar analiz edilmişler ve konu ile ilgisiz bulunmuşlardır; oysa kendi isminiz -ki bu her zaman sizin için önemlidir- tam anlamıyla dikkatinizi çeker ve bilgi işleme adımları böylece başlar.

Zihnin bu modelinin birçok önemli anlamı vardır. Bu model, bilgilerin, işlenmenin her safhasında hafıza tarafından incelendiğini ve bu hafızanın, dikkate değer olan bilgileri ortaya çıkarmak için tarama ve süzme işlemlerini gerçekleştirdiğini öne sürmektedir. Bu işlemlerin tümü, bilgilerin farkındalık bölgesine geçmelerinden önce gerçekleşir. Ve sonuçta, o an mevcut olan bilgilerin sadece çok küçük bir kısmı bilinç bölgesine girer.

Dikkatin tamamen pasif olduğu söylenemez. Her şeye rağmen, bir bilgiyi inceden inceye tetkik etmeye karar verebiliriz; ve farkındalık, süzgecin çalışma tarzını değiştirebilir. Fakat farkındalık bunu indirekt (dolaylı) olarak, uzun süreli

hafıza yardımıyla yapar: Süzgeçin aktivitesi, hiçbir zaman farkındalığa direkt olarak aşikâr değildir. Fakat her nasılsa, uzun süreli hafızamızdaki bilgileri farkındalığa taşıyabiliriz. Öyleyse farkındalık ve uzun süreli hafıza arasında çift yönlü, süzgeç ve farkındalık arasında ise tek yönlü bir trafik akışı vardır. Yaşamlarımızda kazandığımız deneyimlerin toplamı olan uzun süreli hafızanın, bilgi akışında, bizim çoğunlukla idrak ettiğimizden daha kesin bir söz sırası vardır.

ZİHNİMİZDE NE KADAR BİLGİ SAKLAYABİLİRİZ?

Bazı kör insanlar -gözlerine verilen hasardan çok inme veya beyin harabiyeti sonucunda görme yeteneklerini kaydedenler- olağanüstü işler becerebilirler. Önlerine bir obje konulduğunda, onun ne veya nerede olduğunu söyleyemezler. Eğer objeye uzanmaları istenirse, onu göremedikleri için bunun imkansız olduğunu söyleyeceklerdir. Ama denemeleri için razı edilebilirlerse, bu objeyi kesinlikle bulacaklar ve kendileri bile hayrete düşeceklerdir.

Bu esrarengiz yetenek “kör görüşü” olarak adlandırılır. Bu yetenek kör insanlarda muhteşem bir görme kuvveti meydana getirir. Ama Cambridge Üniversitesi’nde “kör görüşü” üzerine araştırmalar yapmış psikolog Anthony Marcel’e göre bu insanlar görebileceklerini bilmemektedirler. Piskolog Marcel, hızlı bir kamera kullanarak, gerçekte bilinçli olarak göremedikleri objelere uzanmaya çalışan hastaların kollarının, ellerinin ve parmaklarının vektörlerini izlemiştir. Film analizleri, bu uzanırların gerçekten de kusursuz olduklarını göstermiştir.

Bu şaşırtıcı performansın sebebi nasıl açıklanabilir? “Kör görüşü”nün nörolojik olarak açıklanması şöyledir: Bu hasta-

ları kör kılan beyin hasarı, farkındalıkta rol oynayan nöral alanlarla sınırlandırılmıştır; kendiliğinden görme ile ilgisi olan alanlarla değil. Bu insanların görüşü normal olsa da, gözlerinin gördüğü, görüşleri farkındalık alanına taşıyan kısmına hiçbir zaman iletilemez. “Kör görüşü”, zihin hakkında şaşırtıcı bir olasılık akla getirmektedir: Beynin bir kısmı ne yaptığını biliyor olabilir; diğer kısmı ise -yani farkındalık-çevresinden habersiz kalabilir.

Marcel’in diğer bir deneysel çalışması, normal insanlar için de zihnin, bilinenlerin *farkında olmaksızın bilme* kapasitesine sahip olduğunu gösterir. Marcel bu keşfi çocukların nasıl okudukları üzerinde çalışırken tesadüfen yapmıştır. Bir perde üzerine sözcükler yansıtılmıştır. Bazı sözcükler öylesine hızlı geçilmiştir ki bunları okumak imkansızlaşmıştır. Marcel çocuklardan kelimeleri tahmin etmelerini istediğinde yapılan “akıllı hatalar” karşısında çok etkilenmişti: Bazı çocuklar kelimelere çok yakın anlamlı başka kelimeler tahmin etmişlerdi; örneğin “gece” için “gündüz” demişlerdi.

Merakı uyanan Marcel, bu fenomeni (olayı) daha sistemli bir şekilde çalışmaya başladı. Bir saniyenin binde biri gibi kısa bir süre içerisinde perdeye sözcükler yansıtıyordu. Bu işlem öylesine çabuk gerçekleşiyordu ki, insanlar bir kelime gördüklerinin bile farkına varamıyorlardı. Sonra bu kişilere, bir sonraki kelime çiftinden hangisinin hızlıca perdede yansıtılmış olan kelime ile görünüş veya anlam bakımından benzer olduğunu soruyordu Marcel. Örneğin, görünmeyen kelime “kitap” ise, görünüş olarak ona benzeyen kelime “hitap” onunla anlam bakımından bağlantılı olan kelime de “okumak” oluyordu.

Marcel’in birlikte çalıştığı kişiler, ilk gösterilen kelime hakkında en ufak bir fikirleri olmadığı halde, zamanın yüzde

90'ında doğru tahminler yapmışlardı. Bu da, okuduklarını bile bilmeyen insanlar için aşırı derecede şaşırtıcı bir doğruluk oranıydı.

Marcel'in "bilinçsiz okuma" olarak tanımladığı konu ve "kör görüşü" hakkında yapılan bu çalışmaların sonuçları, zihinle ilgili genel olarak düşündüklerimiz ile açıklanamaz. Ama çağdaş araştırmacılar bizlere daha esaslı bir öneri sunuyorlar: Zihindeki önemli aktivitelerin çoğu, farkındalık alanının dışında gerçekleşir.

Bu önerinin inandırıcılığı iki faktöre bağlıdır: Farkındalığın kanal kapasitesi -bir seferde içine alabileceği miktar- ve zihnin bilinçsiz olarak işine devam etme yeteneği. Bilişsel (kognitif) psikolojide bugün geçerli olan ilim, farkındalık kapasitesini "yedi, artı veya eksi iki" olarak ifade eder. Bu, George Miller tarafından bu konu ile ilgili olarak yazılan ünlü bir makalenin başlığıdır.⁸ Fikirlerini, teknik kanıtların ayrıntılı gözden geçirilişleri temeline dayandıran Miller, kısa-sürelili hafızada bir seferde yedi civarında bilgi yığınının tutulabileceğini ortaya koymaktadır. "Yığın / küme", tek bir bilgi birimini ifade etmek için kullanılmış terimdir. Örneğin, yedi birimli bir telefon numarasında, her birim bir kümedir. Bundan daha uzun telefon numaralarının -on veya oniki birimli diyelim- yeniden kümeleştirilmedikçe zihinde tutulmaları çok zordur. Örneğin alan kodları tek bir birim olarak hatırlanabilir. (Manhattan 212, Los Angeles 213).

Kısa süreli hafıza kapasitesini "beş, artı veya eksi iki küme / yığın" olarak ifade eden yeni bir fikir Herbert Simon tarafından ortaya atılmıştır. Bu, daha da sınırlandırılmış bir kapasitedir. Eğer farkındalığın böylesine küçük bir kapasitesi varsa ve bilgiler uzun süreli hafızaya yerleşmek için bu dar kanaldan geçmek durumundaysalar, öyleyse bu bağlantı mu-

azzam bir dar bilgi boğazıdır. Duysal depodaki şuur eşliğinde bilgi sunumu çok zengindir; buradan, farkındalığın dar kanalına geçiş, bilgilerin büyük miktarlarda süzülmesine ihtiyaç duyar.

Bütün kuramcılar, zihnin çok fazla bilgiyi çıkarıp atması gerektiğini kabul etmiyorlar. Bazı psikologlar -özellikle Ulric Neisser- kapasitede zorunlu bir limit olduğunu vurgulayan fikrin istisnalarını kabul ediyorlar. Neisser'in cephanelerinden bazıları Gertrude Stein tarafından sağlanmışır.⁹

1890'lerde, henüz Paris'te edebi bir şahıs olmadan önce Gertrude Stein, Harvard'da psikolog William James'in himayesi altındaydı. James'in vesayeti altındaki Stein, bir öğrenci arkadaşının da işbirliği ile (Leon Solomons) kanal kapasitesi fikrini deneylerle açıklamaya çalıştı. Çok önceleri psikolojide böyle bir model bulunmaktaydı.

Stein ve Solomons, yüzyılın dönüm noktasındaki üstün bir heves olan otomatik yazılımdan çok etkilenmişlerdi. Otomatik olarak yazıyı yazan, kalemi kağıda yaklaştırır ve onun sanki kendi başına hareket etmesini bekler. Hiçbir bilinçli güç sarfedilmez; bu yazılım tahminen kişinin bilinçli zihninden farklı bir şeyin idaresi altında gerçekleşir. Eğer kişinin psikolojik eğilimi varsa, bu yazı kişinin bilinçsiz zihninden çıkıp yayılıyor gibi görünür. Eğer kişinin başka dünyasal eğilimleri varsa, o zaman bu yazı dünyanın ruhundan gelen bir mesaj olarak görülür.

Solomons ve Stein kendi kendilerinin kobayları olarak davranıp, birbirlerine otomatik olarak yazı yazmayı öğretmeyi kararlaştırdılar. Diğlerinin dikte ettiği kelimeleri kopya ederek başladılar. Aynı zamanda, bu sırada başka maddeleri okuyorlardı. Örneğin Solomons kendi kendine bir hikâye okurken, aynı anda Stein tarafından dikte edilen kelimeleri

yazıyordu. Tahminen hikâyenin okunması bilinçli zihinde önemli bir yer kaplıyordu ve dikte edilmiş kelimelerin yazılması da, zihnin farkındalık ötesinde başka bir kısmına bırakılmıştı.

Bu, eğitimde bir başlangıç noktasıydı. Sonra, her iki bölümü de aynı anda çalıştırarak olağanüstü bir kabiliyete sahip oldular: Her biri iki farklı hikayeyi aynı anda yüksek sesle okurken aynı zamanda diğerinin okuduğunu kağıda yazıyordu. Bundan sonra Stein ve Solomons otomatik olarak yazı yazmaya devam ettiler. Yüksek sesle bir hikâye okuyarak, ellerinin yazmakta olduklarına dikkat etmekten basitçe kaçınmış oldular. Eller dikte etmenin aksine, "Otomatik"* olarak yazmak için oldukça özgürdüler.

1890'larda iki üniversite öğrencisi tarafından yapılmış bu deneyin yöntembilimi (metodoloji), modern standartlar ile harfi harfine tanımlanamamıştır. Stein ve Solomons'un idrak limitlerini genişletmiş olmaları olasılığı Neisser'in merakını uyandırdı ve bundan yaklaşık seksen sene sonra Neisser, aynı deneyi tekrarlamaları için Elizabeth Spelke ve William Hirst adlı öğrencilerini ikna etti. Bu deneyde iki Cornell öğrencisi görev aldı. Öğrenciler, bir dönem boyunca günde bir saat harcayarak Stein'in yaptığını yapacaklardı. Her biri kendi kendilerine kısa hikâyeler okurlarken bir yandan da kelimeler dikte edeceklerdi. Stein'inkinin aksine bu çalışma çok iyi kontrol edilmişti. Örneğin her öğrenci hikâye okumaya başladığında saniye ölçen bir saati başlatıyor ve bitirdiğinde saati durduruyordu. Böylece her öğrenci, hikâyeyi ne

* Bu eğitimin, Ms. Stein'in sonraki edebi hayatındaki verimliliği için ne anlama geldiği sadece bir varsayım meselesi olabilir. Stein ve Solomons'un deneyinin ayrıntılarını belirten Ulric Neisser'in yorumu şöyle: "Bu koşullarda kendiliğinden yazılanlar pek de ilginç değil; en azından bu bana ilginç gelmiyor. Gertrude Stein ise bunu beğenmişe benziyor."

kadar iyi takip ettiğini görmek için kendisini denemiş oluyordu.

Başlangıçta öğrenciler aynı anda hem okumayı hem de yazmayı imkansız bulmuşlardı. Okumaları durmalar ve tekrar başlamalarla sürüyordu. Dikte edilen her kelimeyi kağıda geçirirlerken duraklamalar oluyordu. Bunun tek çaresi yavaş okumak ve az anlamaktı. Ama hiçbiri işe yaramadı. Baştaki zorluklara karşın, öğrenciler kendilerine verilen bu görevi altı hafta içinde başarıyla yerine getirdiler. Sonlara doğru hem okuduklarını anlayabiliyorlar hem de kelimeleri dikte edebiliyorlardı ve artık duraksama söz konusu değildi.

Bu çalışmanın ve arzuya göre çeşitli değişiklikler yapılmış sonraki çalışmaların temeline dayanarak Neisser, insanların aynı anda iki eşit karmaşık zihinsel işi yapabilecekleri sonucuna vardı. "Böyle bir başarı" demişti Neisser, "Tüm kompleks aktivitelerin, sınırlı bir kapasiteye sahip tek bir kanal içerdiklerini vurgulayan geleneksel görüşlere meydan okumaktadır." En azından bu deneysel örnekte, dikkatin sınırlarını genişletilmiş gibi görünüyor.

Evet ve hayır. Donald Norman ve Tim Shallice adlı bilişsel psikologların ortaya attıkları üçüncü bir görüş, kapasite-deki sınırı itiraz eden Neisser ile limitin sabit olduğunu söyleyen Miller'in teorisini uzlaştırıyor.¹⁰ Norman ve Shallice, zihnin aynı anda birçok paralel bilgi kolunu işleme tabi tutabileceğini öne sürüyorlar. Birkaç kol, farkındalık çizgilerinin içine girer; burada kullanılacak miktar sınırlıdır. Fakat sayısız -ve büyük- kol farkındalık alanının dışında iş görür ve hiçbir zaman bilinç alanına girmezler.

Bu görüş, farkındalık alanında sabit bir limit olduğunu belirtmesi açısından Miller'in düşünceleri ile uygunluk göstermektedir. Ama aynı zamanda, zihnin başedebileceği toplam

bilgi miktarında sabit bir limit olmadığını söyleyen Neisser'in mücadelesini de desteklemektedir. Yapılması zorunlu tahmin basitçe şudur: Zihnin içerisinde olup bitenlerin çoğu farkındalık alanının dışında yer alır.

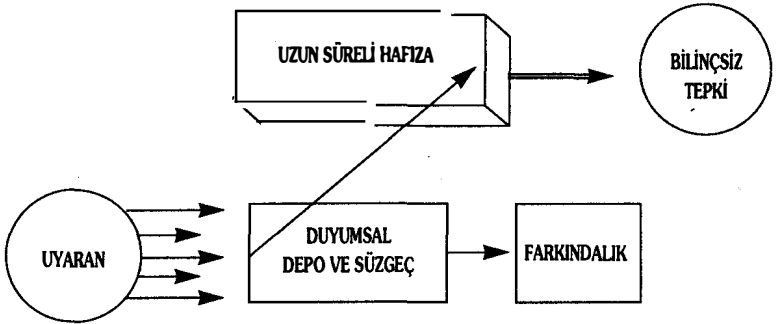
Gerçekten de insanlar aynı anda çok sayıda aktivitede bulunurlar: Arkadaşımızla konuşurken, radyo dinlerken, bir hamburgeri hapır hupur yerken ve çevre yolu işaretlerini okurken bir yandan da arabamızı kullanırız. Bunların hepsini yapabiliriz, çünkü çoğu alışılmış ve otomatik bir sırayı takip ederler. Bu işler farkındalık alanının dışında yürütülebilirler, çünkü bunlar, kendilerine dikkat edilmesine ihtiyaç duymazlar.¹¹

Donald Norman, bilinçli ve bilinçsiz aktiviteler arasındaki ayrılığın nasıl iş gördüğü ile ilgili uygun bir tanımlama yapıyor:

“Daktilomun başına geçmiş, bu cümleleri yazarken, bilinçli kaynaklarım kendilerini gayemi tespit etmeye adıyorlar. Sonra kağıt üzerinde belirlemeye başlayan kelimeleri seyrediyorum. Cümle şekillerine ve bunların yüksek seviyeli yapılarına bilinçli bir biçimde kılavuzluk ediyorum. Bazen anlatmak istediğim kavramları iyi yakalayan sözcükler seçiyorum ve bu sözcükleri, cümleler kağıt üzerinde kurulup, uygun yapı iskelesi meydana getirilene dek bilincimde tutuyorum. Bunları yaparken, ne kelime seçiminin ne de daktilo etme işleminin bilincine varıyorum. Kelimeleri ortaya çıkaran “iç sesimi” dinliyorum... ve kelimelerin daktilo kağıdında oluşmalarını izliyorum.”

Bu düzen bizi hayatımızın önemsiz ayrıntılarından uzak tutar; daktilonun hangi tuşuna basacağımızı, bir sonraki adı-

mımız için ayağımızı nereye koyacağımızı, bir kapı tokmağını kavramak için ne kadar basınca ihtiyacımız olduğunu ve bir sonraki konuşmamızda neler söyleyeceğimizi planlamamız gerekmez. Bilinçsiz zihin bunların tümüyle ilgilenmektedir. Bu da farkındalığı, daha büyük planlar yapması için özgür kılar: Yazılacak şeyler, gidilecek yerler, açılacak kapılar ve açıklanacak nüanslar gibi. Bilinçli zihnin karar verip tasarladıklarını, bilinçaltı yürürlüğe koyar. Ama bilinçaltı da kendi tasarımlarını yürürlüğe koyabilir. Bu gerçeği uygun hale getirmek için, zihin modelimizin bir tekniğe daha ihtiyacı vardır. Bilgi akışı ve tepki uygulamaları için, farkındalık alanını tamamen bertaraf eden (dışarıda bırakan) yeni bir yol eklenilmesi gerekmektedir.



Figür 6: Otomatik rutinde bilgi akışı: İdrak edilen uyarıların zihin içine alınmasından, tepkilerin ortaya çıkışına dek uzanan bu sıralı olayların tümü farkındalık alanının dışında gerçekleşmektedir.

Hayatımızın çok büyük bir kısmı otomatik olarak yaşanmaktadır. Rutin işleri takip ettiğimiz sürece yapılacakları planlamamız gerekmez; hepsini otomatik olarak zaten yaparız. Sadece rutinden saptığımız zaman plan yapmaya ihtiyaç duyarız. Norman şöyle bir örnek veriyor: "İşten eve dönerken biraz balık almaya karar verdiğimde, ev ile balıkçı

arasındaki kritik seçim noktasını geçene kadar ‘balıkçı’ kelimesini zihnimde aktif olarak tutmalıyım. Kritik kavşakta ‘balıkçı’ sözcüğü zihnimde ihmal edilirse, kendimi evde ve balıksız bulmam muhtemeldir.”

Norman bu gibi anları detaylı olarak incelemiş, “Post-Freud yanlışlıkları” olarak adlandırdığı iki yüzden fazla örnek toplamıştır: Mutfakta yemek yapan bir kişi salatayı fırına ve keki buzdolabına koyar ve bunları saatlerce orada bırakıp gider. Bir atlet duş almak için banyoya girer ve tişörtünü çamaşır sepeti yerine tuvalete atar. Biri, “senin sen gibi olmanı istiyorum” yerine, “senin ben gibi olmanı istiyorum” demektedir. Araba durur ve şoför emniyet kemeri yerine saatinin kayışını çözer. Kahve bardağına portakal suyu dökülür. Şekerliğin kapağı şekerliğin üzerine kapatılması gerekirken kahve bardağına atılır.

Norman bu hataların, otomatik sıranın yanlış olarak işlediğine işaret ettiklerini söylüyor. Hatalar, dikkati, yanlış olarak işleyen bu sıraya doğru tetiklerler; sonra da hataların düzeltilmesi için farkındalık bölgesine girilir. Bunlara “Post-Freud yanlışlıklar” denilmektedir. Çünkü bunlar saklı kuvvetlerle harekete geçirilmeye ihtiyaç duymazlar. Hatalardan ve her karmaşık sistemde gerçek hız ile farzedilen hız arasındaki kayma neticesi ile meydana gelen farklardan dolayı ortaya çıkarlar. Freud’un paraprax koleksiyonu da hataların bir alt kategorisidir; ama bunlar Norman’ın incelediği hatalardan daha seyrek görülürler ve daha masum hatalardır.

Yeni bir şey öğrenmek çok fazla dikkate ihtiyaç duyar. Öğrenilecek işin ihtiyaçları ile zihin fazlaca meşgul olur ve devamlı bir gözlem yapılır. Üstatlık, yapılan iş düşünülmeden yapıldığında veya bu işin büyük bir kısmı otomatik olarak yapılmaya başlandığında gelir. Bu bilgi bir kez hafızaya

kaydedildiğinde, bu bilginin gerektirdiği sıralar, olaylar ve tepkiler artık farkedilmeden ortaya çıkarlar.

Bu durumda hüner kazanmak ve usta olmak, bir şeyi çok iyi öğrenmek demektir. Ustanın, çırağın tökezlediği adımları düşünmesi gerekmez. Bu yüzden eski dünya satranç şampiyonu José Capablanca'yla "Bir hamle yapmayı düşündüğünüzde, satranç masasında kaç tane olasılık görüyorsunuz?" diye sorulduğunda cevabı şöyle olmuştu: "Sadece bir - yani doğru olan."

İşler kolayca ve başarıyla sürüp giderlerken, dikkatsizce yapılan sayısız aktivite ile meşgul oluruz. Ama bunlardan biri sorun çıkardığında kapasitemizi tüketirler ve o zaman durmamız veya yavaşlamamız gerekir.

Hatalar dikkatin, otomatik rutinin karıştırdığı adreslere yönelmesine ihtiyaç duyarlar. Onarım işlemi devam ederken, farkındalık bölgesi, genellikle paralel bilinçaltı kanallarında bulunanlarla kaplanır. Bu onarım sırasında diğer problemlerin yerini tayin etmek için ya çok az bilinçli dikkat mevcuttur veya hiç yoktur.

Otomatik kanallar yoluyla farkındalık alanına yapılan bu zorla girişin tersi "dalgın profesör" olayıdır. Burada kişinin zihni bilinçli düşünceler ile öylesine meşguldür ki, otomatik rutin işler için çok az dikkat mevcuttur. Örneğin, Einstein'ın karısı onu paltosu ile sarıp sarmaladıktan sonra, Einstein'ın botlarını giymek için paltosunu çıkarmasına ve yarım saat sonra orada öylece düşünceler içinde kaybolup gitmesine alışmıştır. Fakat pek çoğumuz için işler iyi öğrenilmiş ve rutin hale geldiklerinde, dikkat sınırları esnemeye başlar ve bilinçaltı bunları idare edebilir.

Bilişsel psikobiyojoloji çalışmalarının rehber araştırmacısı Emmanuel Donchin bunu açıkça ortaya koyuyor:¹²

“Bilgi işlenmesinin büyük oranda ön bilinçte gerçekleştiği ve farkındalıkta mevcut olmadığı fikri apaçık ortada.

Herhangi bir olayla karşı karşıya geldiğimiz zaman, birçok çok yönlü kanallar boyunca çok hızlı ve büyük miktarlarda paralel işlenmeler olduğuna dair fazlaca kanıt vardır. Bu kanallar, herhangi bir bilinçli kontrol olmaksızın, zorunlu bir biçimde aktive olurlar.

Bu, sürekli olarak, inanılmaz bir hızla devam eder. Örneğin, araştırmalar sırasında, zihnin, bir kelimeyi görüşünden sonraki ilk 150 milisaniye içinde onun farkına vardığı bulunmuştur. Fakat diğer 100 milisaniyede farkındalık alanında bu kelime kendisini göstermez; tabii eğer göstermeye niyeti varsa. Farkındalık, sınırlandırılmış bir kapasite sistemidir. Zihnimizin pekçok saçmalığını bilmeyiz - bilmeye de gerek yoktur. Zihnimi nasıl yokladığım veya gramer olarak doğru cümlelerin ağızımdan nasıl döküldükleri hakkında hiçbir fikrim yok. Farkındalık bölgesinde dikkatle izlemek durumunda olduğumuz az miktardaki bilgileri idare etmek bile zaden yeterince güç.

Mecazi olarak söylersek, kavrayışın (idrakin) yüzde 99’u bilinçaltında olabilir. Eğer herşeyi bilinçli olarak yapsaydık korkunç bir durumda olurduk.”

Sonuç olarak, yaptığımız şeylerin çoğu farkındalık dışında gerçekleşir ve bunlara iyi öğrenilmiş bir düzen kılavuzluk eder. Bilincimizi özellikle önemli işlerimiz için saklarız veya onu aktif dikkat, düşünceler ve karar verme veya uyanık olduğumuz anlarda bilinç diye geçinen derin düşünceler için boş bir alan olarak bırakırız. Bilişsel psikoloji üzerine yazılmış bir metnin bitiş cümleleri şöyle:¹³ “Bilinç bir istisnadır, kural değil... fakat doğası gereği, bilinçli düşünce tek düşün-

ce çeşidi gibi görünüyor. Bilinçli düşünce, tek tür değildir; sadece bir azınlıktır.”

Bu sonuçlardan ortaya çıkılarak ortaya konan zihin modeli hemen hemen tamamlanmıştır. Buna rağmen hâlâ açıklanamayan, bu bilinçsiz rutinleri yönlendiren, deneyimleri seçen ve süzen ve farkındalık alanının sınırlarını tayin eden akıldır. Bir araya toplanmış zihinsel sistemler makineye benzer bir şekilde donatılmışlardır. Bununla beraber zihinsel hayat zengin, acı, keskin ve meşguldür. Bu makineye ruh veren ve ona yaşayan bir zihnin niteliklerini bahseden hayaletler neredeler?

BİLGİ PAKETLERİNİN ZİHNE GİRİŞİ

Hemen hemen dört yaşımdayken, gerçeklerin yorumlanması hakkında parlak hayallerim vardı.

Zihnimde selim bir tümör gibi gelişen bu paranoyak fikirler beni eğlendirirdi. Gittiğim her yerin ve gördüğüm her şeyin, tıpkı Hollywood stüdyo caddeleri gibi film setlerinden oluştuklarını düşünürdüm. Hollywood stüdyo caddeleri de tıpkı benim gerçeklerim gibi bir yandan gerçek, bir yandan da yanlış görüntüler olarak görünürlerdi.

Caddede yürürken yanlarından geçtiğim evler, ağaçlar, arabalar, köpekler ve insanlar, ben sahneye gelmeden az önce oraya yerleştirilmiş sahne dekorlarıydı ve emindim ki ben orayı terkettiğimde onlar da ortadan kaybolacaklardı. Aynı şekilde, girdiğim odalar da, ben çıktıktan sonra buharlaşıp gideceklerdi.

Herkül'ün yaptıklarına benzer bu işler, benim bilgi ve görüş alanım dışındaki bazı grup ve güçler tarafından beceriliyorlardı. Ben sahneye yaklaştıkça bu dekorları düzenlemek için heyecanla ama sessizce çalışan ve ben orayı terkettiğimde aynı heyecanla bu dekorları söküp parçalara ayıran ve bir daha kullanılmak üzere biriktirip saklayan, iri yarı adamlardan oluşmuş bir işçi kalabalığı hayal ediyordum.

Bu işlerin tümü, benim hiçbir zaman direkt olarak göremediğim ellerle ve hiçbir zaman bilemediğim gaye ve güdülerle gerçekleşiyorlardı.

Şimdi bu çocuksu hayallerin, zihinlerimizin çalışma şekilleri için yakın bir mecaz (metafor) olduklarını anlıyorum.

Yaşamlarımızdaki bir sürü gereksiz ayrıntı, her an, farkındalık sınırlarının ötesinde, duygu ve hafızalardan elde edilen bilgilerin incelendiği, seçildiği ve süzüldüğü zihin bölgelerinde bizim için karıştırılıp hazırlanmaktadır.

Zihnimizi kaplayan hayaller, farkındalığın yönüne ve o alandaki faaliyetlerine emirler vermemizdir. Bu gerçekler benim çocukluk hayallerime çok yakın gibi görünüyorlar. Zihnimiz, bize yorumlanmış bir gerçek sunmak için çalışan görünmeyen güçler tarafından yönetilir ve bizler sadece bunun finaline yani bitmiş şekline tanık oluruz. Sanki, anlaşılması güç ve karışık ayrıntılarla an be an bir film seti -içimizdeki ve dışımızdaki dünyayı- kurmaya çalışan görünmez eller var gibi...

Zihnimizin içinde her an hazır bulunan bu seyyar işçiler kim ve nereden geliyor olabilirler?

Bu işçiler biziz - “biz” kelimesi yaşam deneyimlerimizin toplamından geliyor. “Deneyimler kaleydoskop* benzerler; sürekli değişirler. Yaşanan her an tektir ve bir daha tekrarlanamaz” diye yazıyor James Britton, *Dil ve Öğrenme* adlı eserinde. “Deneyimlerimizi, benzerlik temellerine dayanarak maddeler halinde gruplamadıkça, beklentilerimiz boşa çıkar ve hiçbir şey tahmin edemeyiz. Bunlar eksik olunca da yaşadığımız an için birşey yapamayız.”

Algı, birbirini izleyen daha basit izlenimlerden oluşmuş

* Ucu buzlu camla kapatılmış metal ya da mukavadan bir boru içine yerleştirilmiş aynaların aracılığıyla, boru içine konulan renkli küçük cisimlerin ve onların görüntülerinin oluşturduğu çeşitli biçimleri gösteren araç. (ç.n.)

karmaşık bir eğilimdir. Bilgilerin duygular yoluyla akıp gitmesi yeterli değildir; duyguların anlamlı olmaları, içlerinde taşıdıkları bilgileri organize eden ve onlara uygun anlamları veren çevre koşullarına ihtiyaç duyar.

Bilgileri organize eden ve yaşamlarımıza anlam veren paketler “şema”lardır; şemalar, kavrayışın çimento bloklarıdır.¹⁴ İşlenmemiş deneyimlere uygun anlamlar veren kategori ve kuralları belirtirler. Bütün bilgi ve deneyimler şemalar halinde paketlenirler. Şemalar, makinenin içindeki hayaletlerdir; zihnin içinde akıp giden bilgilere yön veren akıl da şemalardır.

Gelişimsel psikolojinin öncülerinden İsviçreli Jean Piaget, çocuklar büyüdükçe şemaların nasıl değiştiği üzerinde çalışmıştı. Piaget, bilişsel gelişimin birikerek çoğaldığını ve ilavelerle genişlediğini gördü. Bilişsel gelişim, o ana dek zaten öğrenilmiş olanları anlamak demektir.¹⁵ Gelişim yolunda kazandığımız şemalarla kim olduğumuzun farkına varır ve bildiklerimizi öğreniriz. Şemalar zamanla çoğalırlar, yaşamımızın belirli bir noktasında sahip olduğumuz şemalar, sadece bize ait geçmişimizin son ürünleridir.

Piaget, bu zihinsel yapıların dünya ile etkileşim sonucunda nasıl şekillendiklerini anlatmak için “özümseme” ve “yerleşme” kavramlarını kullanmıştır. Bizler öğrendikçe, şemalar değişir. Örneğin ben, Kaliforniya’da büyümüş bir çocuk olarak, yaprakları olmayan ağaçların ölmüş olduklarını öğrenmiştim. Yaprakları olmadıkları için bir hayalete benzeyen ağaçların resimlerini gördüğümde, onların ölü olduklarını düşünürdüm. Oysa Doğu’ya taşındığımda, bazı ağaçların kış geldiğinde yapraklarını döktüklerini ama bunun onların öldükleri anlamına gelmediğini keşfettim. Bu duruma uygun olarak zihnimdeki şemaları tekrar gözden geçirdim ve düzelttim: Yaprakları olmadığı için bir ağacın ölü olması gerekmediğinin farkına vardım.

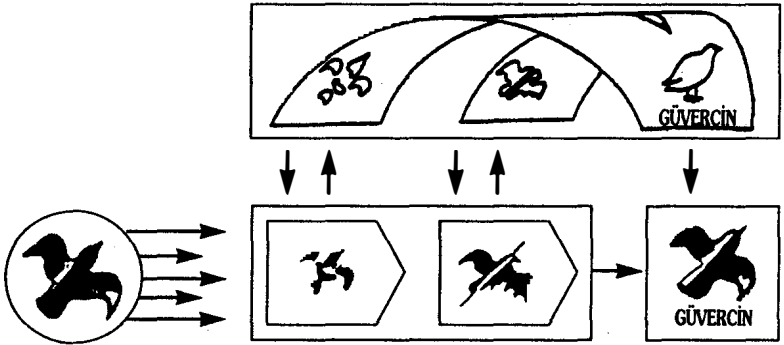
Kişiler, gerçekleri uygun hale getirmek için şemalarını tekrar gözden geçirmede başarısız olurlarsa, sonuç olarak algılananlar çok biçimsiz ve tuhaf olabilir. Ulric Neisser, kendisini ölü zanneden bir adamın psikiyatriste gidişi ile ilgili esprili bir olaydan bahsetmişti.¹⁶ Pek çok seans geçer, ama psikiyatrist, hastasının oynadığı oyunda çok kararlı olduğunu görür. Ve psikiyatrist hastasına şöyle söyler:

“Eminim biliyorsunuzdur ki, ölü insanların hiçbir yerleri kanamaz.”

Hasta, “Evet” diye cevap verir.

Psikiyatrist bir toplu iğne alır ve bunu hastanın koluna saplar. Tabii hastanın kolu kanar. Doktor, “Peki şimdi ne söyleyeceksiniz?” diye sorduğunda hasta şöyle cevap verir:

“Ne biliyorsunuz? Ölü insanlar da kanar.”



Figür 7: Gözler bir izlenim kaydettikleri zaman, şemalar bunun renk ve şekil gibi niteliklerini derhal analiz ederler ve bu izlenim duysal depo ve süzgeçten geçerken tüm olası anlamları tararlar. Seçilen anlam -yani en uygun algı-farkındalık alanına çabucak girerir.

İzlenimlere anlam verirken şemalar bir teori, deneyimler ve bunların nasıl iş gördükleri ile ilgili bir tahmin gibidirler. Bilişsel psikolog David Rumelhart'ın sözleriyle: “Şemalar, karşılaştığımız olayların, nesnelere veya durumların doğaları ile ilgili bir çeşit, resmi olmayan, kişisel ve açıkça ifade edil-

memiş teorilerdir. Dünyamızı anlamak ve yorumlamak için elimizde bulunan toplam şema grupları gerçeklerin doğası hakkındaki kişisel teorilerimizi meydana getirirler.”¹⁷

Şemalar ile, bize sunulan verilerin ötesine geçebiliriz. Bir araba gördüğümüzde, direkt olarak idrak etmesek de, dönen bir tekerlek, benzin deposu, yolcu koltukları... v.b. niteliklerin de bu araba ile birlikte olduğunu kabul ederiz. Tıpkı bir teori gibi, şemalar, tam bir güvenle bize verilmiş olan tahminleri somutlaştırır. Bu da, hislerimizle elde ettiğimiz mevcut kanıtlara üstün gelen yorumlar yapmamızı sağlar. Bu bilişsel stenografi, yaşamda sıklıkla yüzyüze geldiğimiz belirsizlik yolunda kendimize kılavuzluk etmemizi sağlar.

Teoriler gibi şemalar da düzeltilmeye eğilimlidirler. Total şema depomuza yenilerini ekleyerek veya varolanları tekrar gözden geçirerek bilgilerimiz çoğalır. Şemalar, kendilerini test eden teorilerdir. Belirsiz bir durum ortaya çıktığı zaman, bu durumu netleştirmesi için şemalarımızı delil olarak gösteririz. Şaşırtıcı veya üzücü durumlara uyguladığımız her şema, elverişli ve uygun olup olmadığının anlaşılması için otomatik olarak test edilmiştir.¹⁸

Çoğu zaman kullandığımız şemalara tam olarak güvenimiz. Fakat uygunluk tam olarak doğru değilse -kalabalık arasında gördüğünüz bir yüzün arkadaşınızın olabileceğini düşünüyorsunuz, ama emin değilsiniz diyelim- o zaman şemanın uygunluğu tıpkı bir teori gibi, daha fazla kanıt karşı tekrar test edilir. O zaman kendinize şu soruları sorarsınız: O olabilir mi? Şimdi burada olması mümkün mü? Ona yakınlaştıkça, bu yüz hâlâ arkadaşınızinkine benziyor mu? Onun gibi hareket ediyor mu? Onun gibi mi giyinmiş? Bu soruların tümü “evet, bu o” teorisi için yapılan küçük testlerdir.

Stereotipler, basit olarak bir şema çeşididirler. Bilişsel psikolog Susan Fiske tarafından anlatılan çelik işçileri stereotipi ile ilgili hikâye, şemaların dinamikleri hakkında genel olarak çok şey söylemektedir.¹⁹

“Pittsburgh’a taşındıktan sonra yeni bir stereotiple karşı karşıya kaldım... ‘fabrika işçisi’, prototipik bir çelik işçisidir. Stereotip çalışmaya başlar: Fabrika işçisi erkek veya kadın olabilir ama cinsiyeti ne olursa olsun istisnasız maço ve kabadayıdır. Fabrika işçisi her zaman Iron City birası içer; çelik işçilerinin her maçını seyreder ve her türlü hava koşulunda tişört giyer... Benim ‘fabrika işçisi’ stereotipim, stereotip spesifik özellikler içerdiği halde, tanıdığım bütün çelik işçilerinin bir toplamı olarak değil de, geniş kapsamlı bir örneğin özeti olarak zihnimde depolanmıştır. Galiba ben, stereotiple ilgisi olmayan bilgilere önem vermiyorum... [ve] sadece birbirine uygun / tutarlı bilgileri anımsamaya yöneliyorum - Hustler magazini okuyan bir fabrika işçisi...”

Şemalar önemli veya önemsiz alanlara değinebilirler; yaşantıların her seviyesinde ve zihin meşguliyetinin her derecesinde rol oynarlar. “Nasıl teoriler küçük ve büyük konular hakkında olabiliyorlarsa” diyor Rumelhart,²⁰ “şemalar da her seviyedeki bilgileri simgeleyebilirler - ideolojiler ve kültürel gerçeklerden, konuştuğumuz dildeki uygun cümleleri neyin meydana getirdiği hakkındaki bilgilere, herhangi bir kelimenin anlamı hakkındaki bilgilere ve hangi ses örneklerinin alfabenin hangi harfleri ile benzerlik gösterdiği ile ilgili tüm bilgilere dek... Bunların hepsi şemalarla ifade edilebilirler.

Şema fikrinin kendisi de bir şemadır. Böyle olmak sıfatıyla, kendimize nasıl açıkladığımızı kendimize açıklamamız gereken en ümit verici tariftir. Şemalar, bilgilerin düzenlenmiş ve sıralanmış dinamikleridir. Bunların nasıl çalıştıklarını idrak etmek, anlamayı anlamaktır.

ANLAMAYI ANLAMAK

Şemalar tecrübelerin temel birimleridir. Tıpkı moleküller gibi, küçük elemanları iş görebilir bir bütün haline getirmek için düzenlerler. Şemalar sadece, deneyimler organize edildiklerinde gerçekten yararlı olurlar. Bir şemanın içinde hem düzenlediği deneyimin kavranışı, hem de o bilginin nasıl kullanılacağına dair bilgiler yer alır.

Rumelhart ve Norman'ın öğrencisi olan Stephen Palmer; bu konuyu aşağıdaki hiyeroglif ile açıklamaya çalışıyor:



Bunlar bir bütünün parçalarıdır ama bu parçalara anlam kazandıran içinde vuku buldukları şartlar bilinmedikçe, hiçbir anlamları yoktur. Çizgiler bizlere belirli manalar düşündürülebilirler fakat tek başlarına zihinlerde uygulanabilir bir fikir veya hayal uyandıramazlar. Bu parçalara anlam veren şartların ne olduklarını anlamak için 107'nci sayfaya bakınız.

Yukarıdaki çizgilerin biraraya geldikleri koşulları görmek için bir sonraki sayfaya baktıysanız, bunların bir yüzün parça-

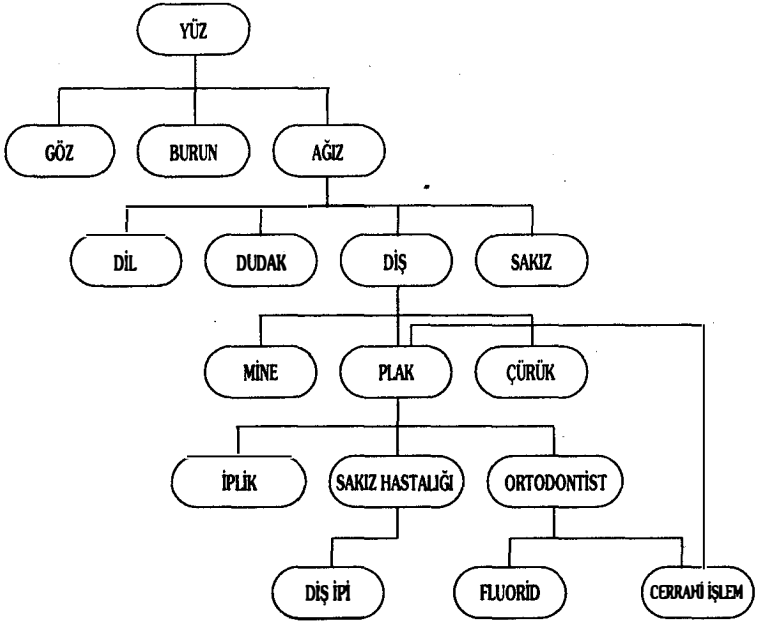
ları olduğunu anladınız demektir. Yüz çabucak tanınabilir; bu bütünden ayrılmış parçaları ise hemen tanınmaz. Bu çizgiler size uygun yorumlar yaptırda (kıpır kıpır oynayan çizgiler bir burun olabilir) ve sonuçta sizi bir yüzün özelliklerini tanımaya götürse de, “yüz” şeması bunlar hakkındaki algılarınızı organize ettiği zaman herşey daha kolay anlaşılacaktır.

Gestalt psikologlarının bizlere çok önceden söyledikleri gibi, bütün, onu oluşturan parçalardan daha büyüktür; bu parçalara anlam verir. Bir şeyin “yüz” olduğunu bilmek, o bilginin çok sayıda potansiyel kullanımlarını ortaya çıkarır. Bir şebeke, yüz şemasını başka bilgi türleri ile bağlar. Arkadaşların yüzleri, cilt bakımı, çekicilik, yüz ifadeleri ve göz renkleri gibi... Bunların her biri sırayla, bizleri sayısız bilgi kırıntısına götürebilir. Bir şema aktive olduğu zaman, onunla bağlantılı olanlar da seve seve aktive olurlar. Örneğin “göz”; “ilk gözlük takışım”, “büyük gözler seksidir” veya “glokom, göz küresi içindeki basınçtan dolayı ortaya çıkan bir göz hastalığıdır” gibi şemalarla bağlantı kurabilir. Şemalar iyi ki, o ana mahsus odak alanı içindeki bağlantılarına uyum kazandırıyorlar; ne konudan çok fazla sapıyorlar, ne de çok sınırlı bir alan içerisinde kalıyorlar.

Bir şema, çevresinde olayların yorumlandığı bir iskelettir; olaylar karmaşık ve katmanlı olduklarından, şemalar zengin kombinasyonlar ile birbirlerine kenetlenmişlerdir. Çağrışımlar zinciri, birbirlerine gevşek olarak bağlanmış şemaların içinden geçerken kullanılan bir yol haritasıdır.

Şemalar, hatırlanan olayların depolandığı yapılardır; bir kişinin biriktirdiği şema envanteri, onun uzun süreli hafızasının içeriklerini meydana getirir.

Şemalar ve dikkat anlaşılması güç bir şekilde birbirleriyle etkileşirler. Aktif dikkat onunla ilgili şemaları harekete geçirir. Şemalar da sırayla dikkat odağına yol gösterirler. Şema-



Figür 8: Düşünce sıraları, zihnin içine gömülü ve birbirlerine bağlı şemaların içinden geçerler. Örneğin “yüz”, çağrışımlar ile bizi gelecek dişçi randevumuza götürebilir. Bunun için yukarıda gösterilen birbirlerine bağlı şemalardan yararlanır.

ların büyük repertuarı hafızada geçici bir süre için cansız olarak bulunur; yani dikkat tarafından aktive edilene dek hareketsizdir. Ve bir kez aktifleştğinde, dikkatin, o anki durumun hangi safhasına yöneleceğine karar verir.



Dikkat ve şemalar arasındaki bu karşılıklı etkileşim, onları olayların can alıcı noktasına koymaktadır. Şemalar sadece

neye dikkat edeceğimize karar vermezler; aynı zamanda dikkat etmediklerimize de karar verirler. Ulric Neisser'in ortaya attığı soruyu ele alalım: "Her zaman kişilerin gördüklerinden daha fazla görülecek şey ve bildiklerinden daha fazla bilinecek şey vardır. Biz bunları neden görmeyiz ve bunları öğrenmek için neden bir endişe duymayız?"

Freud ve Broadbent tarafından verilen cevap -kendi zihin modellerinde de ifade edildiği gibi- şöyledir: Deneyimlerimizi süzeriz, böylelikle sadece görülmesi gerekenleri görür ve bilinmesi gerekenleri biliriz. Fakat her nasılsa Neisser'in cevabı şöyledir: Bizler aslında çok fazla bilgi süzmeziz, sadece bu bilgileri kullanmak için yerlerinden çıkarmayız. Bizim modelimizin temellerine dayanarak söylemek gerekirse, seçilmeyen bilgiler süzgeçte ayrılıp giderler.

Bizim şemalarımız diğerini değil bunu seçerler; dikkatin faaliyet alanına karar verirler. Örneğin, basit bir bakma eylemini ele alalım. Baktığımız herşeyi gerçekten görüyor muyuz? Bunun en açık cevabı baktığımız herşeyi görmediğimiz; bunun yerine aradıklarımızı görürüz. Neisser bu noktaya, açık ve mükemmel bir delil ile değiniyor. Dört genci basketbol oynarlarken videoya çekiyor. Bu görüntüler sadece bir dakika sürüyor. Yaklaşık yarısında, beyaz bir şemsiye taşıyan genç bir kadın oyunun ortasına giriyor ve ağır ağır yürüyor. Bu kadın tamı tamına dört saniye ekranda görünüyor.

Neisser bu görüntüleri laboratuvarında ziyaretçilere göstermişti. Bu kişilerden, top, oyuncular arasından geçtiği zaman bir düşmeye basmaları istenmişti. Neisser sonradan onlara, olağandışı bir şey görüp görmediklerini sorduğunda ziyaretçilerden hiçbiri beyaz şemsiyeli kadından bahsetmemişti. Kadına dikkat etmemişlerdi; görüşlerini yönlendiren şema, dikkatlerini topun üzerinde tutmuştu. Neisser videoyu

tekrar oynattığında, ziyaretçiler kadını görüp şaşırdılar. Neisser'in bu deneyi, kokteyl parti etkisinin görme duyusuna ait bir eşidir. Böyle bir seçici algı sürekli dir. Bu satırları okuduğunuz anda işte böyle bir seçici algı iş başındadır; şemaları nız bu yazıları anlamlı kılar. Odağınız sayfadaki kelimeleri çekip çıkarırken, çevresel görüş alanınızda olanlara önem vermez. Sadece bu gerçeği dikkatinize hatırlatmak bile, görüş alanınızda bu kelimeleri çevreleyenlerin çabucak farkına varmanızı sağlar. Aksi takdirde etkiyi görmek kolaydır. Gözünüzü aşağıdaki noktada sabitleştirin ama dikkatinizi sayfanın beyaz kenarlarına -kitabın kenarlarına- ve kitabın kendisini çevreleyenlere verin:



Bu yazıyı okurken sayfaların kenarlarına ve ötesinde bulunanlara değil, kelimelere dikkat edersiniz. Dikkatiniz, Neisser'in basketbol oyununu görüntüleyen videosunu seyredenlerinki gibi bir kanala dökülmüştür. Konu dışı olan şeyleri, bir şey bunu konuyla alâkalı hale getirene dek farketmezsiniz. Dikkatiniz, okuma eylemi için bir şema tarafından yönlendirilir; ta ki, dikkatinizi sayfa kenarlarına çekecek bir başka şema işi devralana dek.

Şemalar zihnin gözüne, algılanacaklara ve önemsenmeyeceklerle karar vermede kılavuzluk ederler. Örneğin aşağıda, bir erkeğin dikkatinin kadınlara yönlendirilmesinde şemaların nasıl iş gördüklerine dair uygun bir tanımlama vardır:²¹

“... hayatınız boyunca kadınları kalburdan geçirmiş olduğunuzun farkına varırsınız. Çok uzun, çok kısa, çok şişman, çok zayıf, kötü giyinmiş, telaşlı... Gerçekte,

onlarla ilgilenmemek için onlara bakmanız gerekmedi. Göz ucundaki bir ima / işaret, gözlerin canlı yüze, yaylı saçlara, sıkı kalçalar ve göğüsler arasındaki gencecik bele bakmalarını engelledi. Olumsuz etki. Bir nesneyi ararken, göz, onunla ilgili olmayan binlerce görüntüyü atar.”

Duygular şemaları harekete geçirdiklerinde, özel bir potansiyel meydana getirirler. Duygular ve düşünceler aynı işlemin parçaları ve parselleridirler*. Bir düşünce bir duyguyu harekete geçirir; duygular düşüncelere yön verirler. Duygu ve düşünceler arasındaki anlaşılması güç bağlantılar, yılan dan korkan birinin bir yılanla karşılaşmasından bahseden aşağıdaki senaryonun şema tasvirlerinde görülebilir.²²

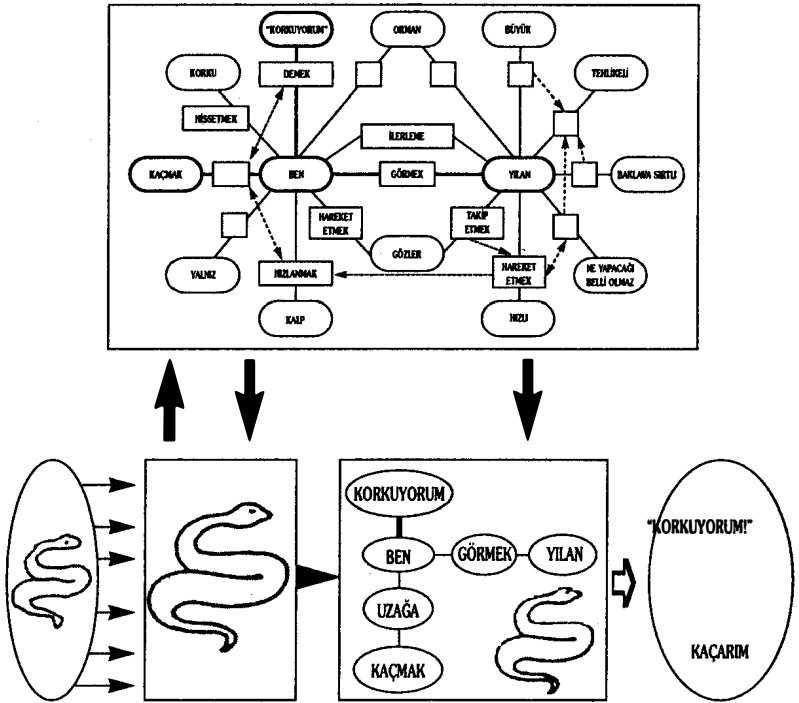
Ormanda tek başına yürüyen biri, büyük bir yılanın kendisine doğru hareket etmekte olduğunu görür. Yılanın baklava biçimli sırtı vardır ve tehlikeli olabilir. Yılanın hızlı ve dalgalı hareketleri adamın yüreğini ağzına getirir. Yılanların ne zaman ne yapacaklarının belli olmadığını düşünür. Çok korkar. Yalnız olduğu halde “Tanrım, korkuyorum!” der ve koşmaya başlar.

Düşüncelerinin ve davranışsal ve duygusal reaksiyonlarının şemalarının tümü, tek bir reaksiyonun karışık olarak birbirlerine bağlı safhalarıdır. (Figür 9’a bakınız.)

Korku gibi duygular, şemaları aşırı bir şekilde aktive ede-

* Kavrayış ve duygular arasındaki gerçek ilişki hakkında, özellikle de duyguların mı düşünceleri takip ettikleri yoksa düşüncelerin mi duyguların takip ettikleri hakkında bir tartışma meydana gelir. Fakat her nasılsa hiç kimse bu ikisinin çok yakından birbirlerine bağlı olduklarını sorgulamaz.

rek bunların dikkat merkezlerini zorlamalarını sağlarlar. Kızgınlıklarımız, üzüntülerimiz ve sevinçlerimiz dikkati ele geçirirler, bizleri silip süpürürler. Amaçlarımız için, bu noktada bizim için dikkate değer olan kaygıdır. Bölüm 1’de de gördüğümüz gibi, kendilerine kaygı tarafından yetki verilen tehlike ve üzüntü şemaları, farkındalık bölgesine zorla girerler. Çeşitli inkârların da göstermiş olduğu gibi, dikkatin kendisi böyle zorla girişler için panzehir olabilir.



Figür 10: Ormanda bir yılan gören, korkan ve kaçan bir kimsenin kognitif (kavramaya ait) dizisi. Aktive olmuş şemalar dikkate, idraka ve faaliyetlere kılavuzluk ederler.

Benim çocukluk senaryomda, farkındalığın perde arkasındaki görünmeyen eller gerçekleri meydana getiriyorlardı. Bunun gerçekleşmesinde etkili olan, gördüğümüz gibi, şemalardır. Şemalar zekice iş görürler: Duysal depodaki duysal verilerin analizlerine kılavuzluk ederler, bu verileri basitleştirip düzenlerler ve konu ile ilgisi olmayanları çıkarırlar. Duysal deponun dışından geçen bilgileri tararlar ve temsil ettikleri bilgilerin, önceliklerine ve uygunluklarına göre süzülmelerini sağlarlar. Dikkatin hangi odağı aradığını şemalar tespit ederler ve bundan sonra farkındalık alanına girecek olanları belirlerler. Şemalar kaygı gibi duygularla zorlandıkları zaman, kendilerine özel kuvvetler yüklerler.

Bu modelin bir başka ifade şekli de bugün için şöyle: Şemalar, farkındalık bölgesinin kapısındaki aslanlardır. Sadece buraya girenlere değil, girmeyenlere de karar verirler.

FARKINDALIK, ZORUNLU BİR DURAK YERİ DEĞİLDİR

Eğer kritik bilgi işlenmesi farkındalığın ötesinde sürüp gidiyorsa, öyleyse düşündüklerimizin ve yaptıklarımızın çoğu, algılayamadığımız etkilerin büyüğü altındadır demektir. Freud'a göre, üç bilinç bölgesi olduğunu öne sürmesini sağlayan buydu. Bilinçaltı (en büyük bölge), bilinç öncesi ve bilinç. Bilişsel psikolog George Mandler, Freud'un modelinin, şemaların dikkate kılavuzluk ederlerken gösterdikleri davranışlarla uygunluk gösterdiğini söylemektedir.²³ Bilinç öncesi, bilinçaltı ve farkındalık arasında tam ortalarda bir yerdeki bir safhadır; zihinsel hayata doğru bir çeşit perde arkası alanı gibidir. Mandler burada, aktivasyonun çeşitli safhalarında bulunan şemaların oluşturdukları bir havuz bulunduğunu söyler. Hangi şemaların aktive olduğu bir andan bir ana değişir. En fazla aktive olmuş şema, bilinç bölgesine ulaşandır.

Aktive olmuş bir şema, farkındalığa hakim olur; mevcut olan havuzdan süzülüp gider ve dikkate yol gösterir. Cadde yürürken size yaklaşmakta olan bir köpeğe dikkat etmeyebilirsiniz. Fakat köpekler için uygun şema, bilinç öncesine doğru sürüklenecektir. Bir hırlama duyduğunuz an "köpek" - veya belki de "köpek ısırtığı" - şeması en çok aktive olan şe-

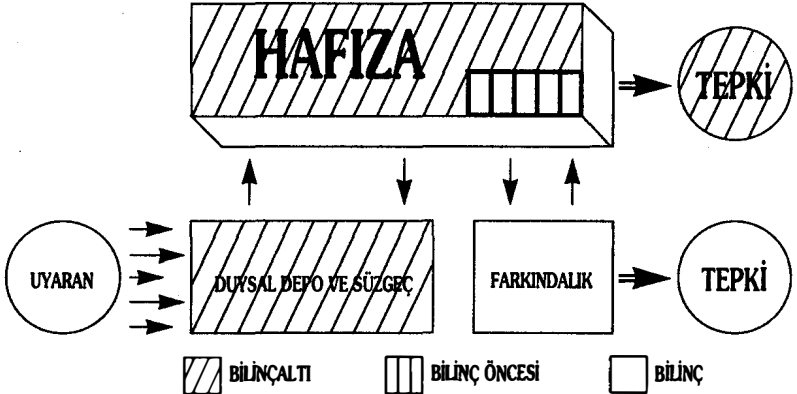
ma durumuna geçecek ve köpek farkındalık alanınıza girecektir. Fakat bir şema, uzun süreli hafızada sessiz sedasız dururken ve aktifleşeceği anı beklerken, bilinçaltına çok benzeyen bir bölgenin içinde yer almaktadır.

Psikoanalitik eğilimleri olanların dışındaki psikologlar seneler boyunca, farkındalığın ötesindeki bu bölgelerin varlığından şüphe duydular veya eğer bilinçaltı varsa bunun davranış üzerindeki etkilerinin önemsiz ve saçma olduğunu söylediler. Bu tartışma 1960'ların başında halka ait / genel araştırma ve incelemelere de girdi. Bir reklam ajansının uyanık / açığız bir adamı bir film sırasında bilinçaltı ile algılanan mesajlar gösterilerek kola ve patlamış mısır satışlarının arttığını iddia etti. Psikoloji cemiyeti genel olarak bunu yuhladı.

Bilinçaltı ile algılanan materyallerin -ki bunlar çok hızlı sunulmuş uyaranlardır; ne kadar tetikte ve odaklanmış olursanız olun bunları bilinçli olarak göremezsiniz- tamamen algılanmamış olarak yol aldıkları düşünülürdü. Fakat bilinçaltı idraki için dağlar kadar delil vardı. 1971'de, araştırma literatürlerinin etraflı olarak gözden geçirilmesi ile şu sonuca varıldı: Bilinçaltı ile algılama gerçekten de mümkündür.²⁴ Aynı zamanda, kuramsal bir çevre, böyle bir alginın nasıl mümkün olabileceğinin açıklamalarını geliştirdi. 1977 senesinde pek çok kognitif bilim adamı, bazı eksiklikler olmasına rağmen, bilinçaltı ile algılamanın varlığını kabul ettiler. Örneğin, bu konuları tartışmakta olan psikologlar şunları söylediler.²⁵

“İnsanlar bir uyarının varlığını sözlü olarak bildirme yeteneğinden yoksun olduklarında, bu uyarana tepki verip vermeyecekleri ile ilgili temel soru, bugün, birçok araştırmacı tarafından, on yıl öncesine göre çok da-

ha kesin olarak ispatlarla cevaplanabilir... Çok daha iyi deneysel metodlar ve inandırıcı kuramsal tartışmalar sebebiyle... bilinçaltı ile algılama... seçici dikkat ve süzülme... neticesiyle meydana gelmektedir.”



Figür 11: Farkındalığın üç bölgesi: Duysal depo ve süzgeç ve uzun süreli hafızanın büyük bir kısmı bilinçsizdir. Bilinç öncesi uzun süreli hafızanın bir parçası olup, burada şemalar kısmen aktive olurlar. En fazla aktive olan şemalar, tamamen farkındalık alanına ulaşırlar.

Bundan sonra birbirini takip eden senelerde, bilgilerin bilinçaltında işlenmelerine dair delillerin ağırlığı / önemi karşı konulamayacak bir şekilde arttı. Artık bu konu, kuramsal tartışmaların ağırlığına değil, kuvvetli deneysel kanıtlara dayanıyor. Örneğin, 1980’de, psikologların *Sciences*’da yayınladıkları veriler, insanların, bilinçli olarak gördüklerinin farkında olmadıkları halde kendilerine gösterilmiş geometrik şekiller için (acayip biçimde şekillendirilmiş çeşitli sekizgenler) tercih yaptıklarını göstermiştir.²⁶ Datalar, aşına olunanın tercih edildiğini gösterdi - aşinalık bilinçaltında olduğunda bile...

Çok sayıdaki başka araştırmalar da, hiçbir zaman farkın-

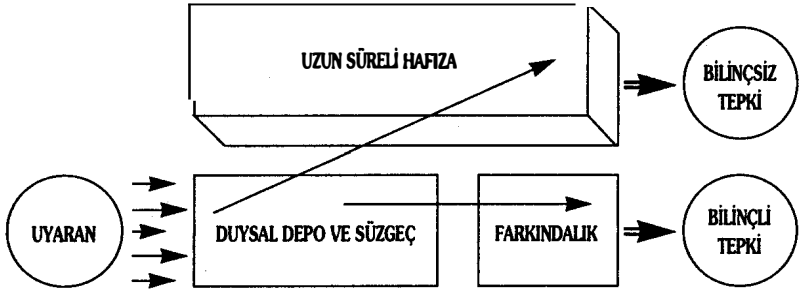
dalık bölgesine ulaşamayan bilgilerin yine de algıladıklarımız ve davranışlarımız üzerinde kuvvetli etkileri olduklarını ortaya koydular. Örneğin, Howard Shevrin Michigan Üniversitesi'nde, gönüllü öğrencilere bir seri kelime ve resim gösterirken beyin dalgalarını ölçtü.²⁷ Kelime ve resimlerin gösterilmesi saniyenin binde biri gibi bir sürede yapılıyordu ve galiba bu süre, gönüllülerin bilinçli olarak bunların anlamlarının farkına varmaları için çok kısaydı. Bu arada gönüllüler yüksek sesle çağrışımalarını söylediler.

Yansıtılan mesajlar özgür çağrışımlar üzerinde etkili olmuştu. Örneğin gönüllüler bir arı resmi gördüklerinde, özgür çağrışımları “böcek”, “arı sokması” ve “bal” gibi bununla bağlantılı kelimeleri yakaladı. Kelimenin veya resmin ne olabileceği hakkında hiçbir fikirleri olmadığı halde, farkındalığın dışındaki bir seviyede mesajı aldıklarına ve buna bağlı olarak şemalarının aktive olduklarına dair belirgin kanıtlar vardı.

Shevrin'in açıklamaları, bizim tanımladığımız işleyen zihin modeli ile uygunluk göstermektedir.²⁸

“Herhangi bir zaman içerisinde, duyularımıza ulaşan toplam uyarıların sadece küçük bir yüzdesinin farkına varırız. Özellikle ihtiyaçlarımızın, ilgilerimizin ve idrak yeteneğimizin temellerine dayanarak dikkat edeceklerimizi aktif olarak seçeriz. *Fakat her nasılsa, seçim işleminin kendisi de bilinçsizdir.* Bir şeyin bilincimize patlama tarzında fırlayıp girdiğini tecrübe ederiz fakat kompleks ve bilinçsiz bir işlem bu “patlama”yı hazırlar... Bunların tümü ele alındığında, subliminal ve dikkat çalışmaları beyinlerimizin bilinçten önce, bilişsel ve duygusal aktiviteler ile faaliyette olduklarını göstermişlerdir.”

Bizim burada meydana getirdiğimiz zihin modeli, zihnin işleyişlerinin bu biçimini kolayca içine almaktadır. Şemalar perde arkasında yani “uzun süreli hafıza” olarak nitelendirdiğimiz çevrede iş görürler. (Bunun için “bilinçaltı gibi başka ve daha genel bir kelimenin kullanılması daha uygun olabilir.) Bir olay ve onun önemi farkındalık bölgesine girmeden önce, zihin bu olayın anlamının farkına varır. Şema diliyle söylemek gerekirse, bu ön farkındalık aktive olan fakat farkındalık dışında yer alan şemaları, deneyimleri organize ettikleri ve farkındalığa girmeden önce bunları süzdükleri anlamına gelmektedir. Konuyla en fazla ilgili şemalar bir kez aktive olduklarında, bunlar bilince bir patlama tarzında girerler.



Figür 12: Bilinçsiz bir tepkide, bilgiler duysal depodan akarlar ve farkındalık bölgesini tamamen atlayarak direkt olarak hafızaya süzülürler. Tepki, farkındalık dışında da yerine getirilir. Diğer farkındalık dışı olgular gibi otomatik rutinler de bu yolu takip ederler. Bunun, algı ve eylemin paralel kanalları hesaba kattığını unutmayın. Bu paralel kanallardan biri farkındalıktadır, diğeri ise bilinçaltında.

Fakat araştırma sonuçlarının da ortaya koyduğu gibi şemalar, farkındalık alanının dışında kalmalarına rağmen farkındalığa kılavuzluk edebilirler. Biz bunların kimliklerini değil sadece etkilerini gözlemledik. Freud’un söylediği gibi: “Gizli veya bilinçsiz bir fikrin, zayıf bir fikir olması gerektiğini nörolojik gözlemlerimiz sonucunda öğreniriz.”

Bu model, uzun süre zihin öğrencilerini uğraştıran pek çok farklı olguyu içine alabilir. (Figür 12'ye bakınız). Örneğin, Stanford'da bir hipnoz araştırmacısı olan Ernest Hilgard bir gönüllünün hipnotize edildiği ve geçici bir süre için sağır olacağını söylediği hipnozla ilgili bir sınıf gösterisinden bahsediyordu. Gönüllü kişi sağırken, silah atışı seslerine ve birbirlerine gürültülü bir şekilde çarpan blokların çıkardığı yüksek seslere yönelmiyordu.²⁹

Bir öğrenci, konunun bazı parçalarının seslerin farkında olup olmadığını sordu. Çünkü tahminen bu kişinin kulakları işler durumdaydı. Sonra eğitmen hipnotize edilmiş öğrencinin kulağına yavaşça fısıldadı:³⁰

“Senin de bildiğin gibi, sinir sisteminin, farkındalık bölgesi dışında meydana gelen aktiviteleri devam ettiren bölümleri vardır; tıpkı kan dolaşımı gibi... Farkında olmadığımız bazı zihinsel işlemler de bulunabilir; rüyalarda anlam bulanlar gibi... Hipnotik olarak sağır olduğunuz halde, belki de benim sesimi duyan ve bilgileri işleyen bir yanınız vardır. Eğer varsa, sağ elinin işaret parmağını, durumun böyle olduğunu göstermek için kaldırmanı istiyorum.”

Eğitmenin korktuğu gibi parmak havaya kalktı. Bundan hemen sonra hipnotize edilmiş öğrenci, kendiliğinden işaret parmağının havaya kalktığını hissettiğini söyledi. Fakat neden böyle olduğu hakkında hiçbir fikri yoktu. Bunun sebebini bilmek istiyordu.

Sonra eğitmen gönüllü kişiyi hipnotik sağırlıktan kurtardı ve ona olanlarla ilgili ne düşündüğünü sordu. Gönüllü kişi şunları söyledi: “Üç kadar sayıldığında, bana, sağır olacağı-

mı ve elinizi omzuma koyduğunuzda işitme duyumun yeniden canlanacağını söylediğinizi hatırlıyorum. Sonra bir an herşey sessizleşti. Orada öylece oturmak biraz sıkıcıydı, ben de kendimi üzerinde çalışmakta olduğum bir istatistik problemi ile oyaladım. Birden işaret parmağımın havaya kalktığını hissettiğimde hâlâ bu problemle meşguldüm. Bana açıklamanızı istediğim işte bu.”

Gönüllü kişinin inandığını varsayan Hilgard'ın açıklamasına göre zihnin, kişinin farkındalık alanının dışındaki bilgileri kaydetme ve depolama kapasitesi vardır. Bazı koşullar altında, bu bilinçaltı farkındalığı ile temasa geçilebilir ve yine kişinin asıl farkındalığının dışında bu bilinçaltı farkındalığı iletişim kurabilir. Hilgard bu özel kapasiteye “gizli gözlemci” adını vermektedir.

Bu kapasitenin sürpriz keşfinden sonra Hilgard, gizli gözlemcinin güçlülüğünü kanıtlayan sayısız deney düzenledi. Örneğin hipnotik analjezi ile ilgili bir çalışmada Hilgard genç bir kadını hipnotize etti. Kadın elini buzlu su dolu bir kovaya daldırıyor fakat hiç acı duymadığını bildiriyordu. Hilgard kadının bir elinden, farkındalık bölgesinin dışında neler olup bittiğini bildirmesini istediğinde el, bir acı sınıflama ölçüğünü doldurmuş ve bu artan acı seviyelerini yani aslında normal acıyı göstermişti. Bu arada genç kadına sorulduğunda, hiç acı duymadığını sakince bildirmişti.

Bundan çok daha egzotik bir dizi soruşturma da, farkındalık dışı kavrayışın potansiyeli için ortaya atılan delillerin arasına katıldı: Çok yönlü kişilik çalışmaları. Böyle vakalar uzun süre psikiyatriyi hayrete düşürdü; bunlar hakkında yazılan kitaplar ve filmler *-Eve ve Sybil'in Üç Yüzü* gibi- büyük bir halk kitlesinin merakını uyandırdı.

Aynı zihnin içinde oturan birbirlerinden bağımsız alt kişi-

liklerin tuhaf bilmecesi, gazetede anlatılan bir olay ile uygun bir biçimde yakalanmıştır.³¹

Yakıcı acı Marianna'yı uykusundan uyandırdı. Yatağının başucundaki lambayı yaktı ve yatak çarşaflarını kaplayan koyu kırmızı kan çizgilerini gördü. Dikkatlice yataktan inmeden önce kollarındaki ve bacaklarındaki 30 tane ince jilet kesiğini saydı. Şifoniyerinde çocuksu bir karalama ile yazılmış bir not vardı:

MARIANNA'YA UYARI

— *Yalanlar durdurulmalı. Çocuk'u durdur yoksa öldüreceğim.*

— MÜKEMMEL ADAM

Bu bir ölüm tehdidiydi. Ama bu aynı zamanda, aynı beden içinde oturan Marianna, Çocuk ve Mükemmel Adam için de bir intihar teşebbüsüydü. Öfke nöbetlerinde ortaya çıkan şiddetli erkek kişiliği olan Mükemmel Adam kızgındı ve kendisini tehlikede görüyordu; çünkü dört yaşında bir yavru olan Çocuk, Mükemmel Adam'ın yıllarca içinin derinliklerinde saklamış olduğu gizli sırlarını terapistle anlatmıştı. Şiddetli saldırısını, Çocuk'un sırlarını ortaya dökmesini durdurmak için yapıyordu. Onun, Çocuk'un ve Marianna'nın evet hepsinin aynı bedeni paylaştıklarına aldırma-
mayın; onlar aynı acıyı paylaşmıyorlar. Mükemmel Adam'a göre onlar farklı insanlar ve o, Çocuk'un ölümünün kendi için de ölüm demek olduğunun farkına varmıyor.

Bizim modelimiz hem gizli gözlemciyi hem de çok yönlü kişiliği ele alıyor.* Bunların her ikisi de, zihnin farkındalık dışında da iş görebilen gücüne ihtiyaç duyuyorlar. Bu model buna izin veriyor: bilgiler zihnin içinden akıp giderlerken, farkındalığın zorunlu bir durak yeri olmadığını gösteriyor.

Tamamen farklı bir dizi araştırma, bilinçsiz bilgilerin potansiyeli üzerinde durmuştur. Cerrahi bilimi, anestezi altındaki hastaların ameliyathanede olup bitenleri ne duyabildiklerini ne de hatırlayabildiklerini ortaya koymuştur. Bu, cerrahları şakalar yapmaları için özgür kılar; hem de bazen hastanın hayatı pahasına.

Chicago'daki bir rehabilitasyon hastanesinde bir grup araştırmacı, ameliyat sırasında arka planda hastalara verilen mesajların etkilerini test ettiler.³² Bu süre içerisinde hastalar tam anlamıyla anestezi altındaydılar; tahminen ameliyatta neler olup bittiğinin farkında değildiler.

Bu tip cerrahi girişimlerde ameliyat sonrasında görülen en genel komplikasyonlardan biri gönüllü olarak idrar çıkaramamaktır. Bunun tıbbi çözümü hastaya sonda takmaktır. Fakat her nasılsa bu araştırmacılar başka bir yol denediler. Ameliyatın sonlarına yakın bir zamanda, hasta hâlâ anestezi altındayken, cerrah hastaya adıyla seslendi ve şöyle söyledi:

Ameliyat çok iyi geçti ve birazdan buna son vereceğiz. Önümüzdeki birkaç gün içinde sırtüstü yatıyor olacaksın. İyileşmeyi beklerken, *pelvik* bölgedeki kaslarını gevşetmen çok iyi bir fikir olurdu. Bu senin idrara çıkı-

* Çok yönlü kişilik, özel bir düzen gerektirir. Kişi, her bir alt kişiliğin günlük işlerini ve deneyimlerini geri kalanlardan ayrı tutmak için, uzun süreli hafıza içerisinde iş gören alt sansürcüleri tespit etmelidir. Bir alt kimlik farkındalığı işgal ederken diğerlerinin buradan atıldıklarını farzedersenek, bu model bazı spekülasyonlarla ilgili abartılarla birlikte, bu olasılığı da sağlayabilir.

şına yardım edecek, böylece bir sondaya ihtiyacın kalmayacak.”

Sonuçlar çok çarpıcıydı. Araştırmacılara göre, kendisine bu öneri yapılan tek bir hastanın bile ameliyat sonrasında sondaya ihtiyacı olmamıştı. Kontrol grubunda bulunan ve böyle bir öneri duymamış olan hastaların yarısından fazlası ise sondaya ihtiyaç duymuştu.

Başka bir tıbbi araştırma grubu bu noktaya daha direkt bir şekilde vardı.³³ Ameliyat sırasında bir teyp çalışıyordu ve anestezi altındaki hastalar takmış oldukları kulaklıklardan bunu dinliyorlardı. Bu ses hastalara şunu öneriyordu: Ameliyat sonrasında bir araştırmacı hasta ile röportaj yapmak için geldiğinde, hastaların, bu mesajı duymuş olduklarını belli etmeleri için kulaklarını çekmeleri çok önemliydi.

Röportajlar sırasında bu öneriyi duyan hastaların yüzde sekseninden fazlası kulaklarını çekiştirmişlerdi; bazıları bunu altı defa veya daha fazla yapmışlardı.

Özet olarak algı (idrak)’ın bilinçli olmaya ihtiyacı vardır. Araştırmalardan elde edilen delillerin ağırlığı bu mücadeleyi destekliyor; zihnin galip gelen modelleri bunun var olduğunu kabul ediyorlar. Doğrusu, belki de, algının en can alıcı faaliyeti, farkındalık alanına neyin gireceğine ve neyin girmeyeceğine karar verilmesindedir. Farkındalığı herhangi bir şey ulaşmadan önce bu süzme işlemi tamamlanır; kararın kendisi de farkındalık dışında verilir.

Neye dikkat edileceğine dair sonradan verilen iradeli karar, sonuç olarak, önceden sınırlandırılmış bir sahaya sahiptir. William James böyle bilinçli ve istemli dikkatin, arzuların özü olduğunu ileri sürmüştür. Bununla beraber, burada tek-

rar gözden geçirilen deliller, arzuların sadece sınırlar içerisinde özgür olduklarını öne sürmektedir: Farkındalığa sunulan ve içinden birşeye veya diğerine dikkat etmek için seçimler yapabileceğimiz düzen önceden seçilmiştir. Dikkat özgür bir biçimde tanzim edilebilir; fakat sınırlandırılmış bir bölge içerisinde. Şemalarımızın hangi bilgileri süzdüklerini hiçbir zaman bilemeyiz. Çünkü, seçimi yapan süzgecin işleyişine katılamayız.

Parçalar yerindedir. Zihin modeli, zekânın bilgileri inceden inceye tetkik ettiğini, süzdüğünü ve seçtiğini göstermiştir. Şemalar bu zekâyı somutlaştırırlar. Bu işleyişin tümü farkındalık dışında gerçekleşir. Peki bu, kaygı ve dikkat arasındaki değiş tokuş için neyin habercisidir? İşte üçüncü bölümdeki işimiz bu soruyu cevaplandırmak.

BÖLÜM ÜÇ

Kişilerin Gizleri

JOHN DEAN'İN HATIRLADIKLARI

“Zihnim bir teyp değil, fakat verilen mesajları kesinlikle alır.” Bu sözler John Dean'e ait. 1973 Haziran'ındaki Watergate duruşmalarından. Dean'in zihnini bir teyp ile karşılaştırması ironik bir anlam taşıyor. Şahitliğinden hemen sonra gizler meydana çıktı. Başkan Nixon Oval Ofis'teki konuşmaları kaydetmişti; bu konuşmalar Dean'in açığa vurduklarının çoğunu içeriyordu.

Dean'in yorumları dikkate değer derecede uzun ve ayrıntılıydı; basından gizlenen Watergate'e karıştığı aylar boyunca geçen olayları ve konuşmaları anlatan 245 sayfalık bir ifade beyan etmişti. Bu ifade öylesine spesifikti ki, bundan kuşkulanan Senator Inouye, Dean'e yaklaştı ve şöyle sordu: “Aylar önce geçen konuşmaların detaylarını hatırlama hüneriniz hep var mıydı?”

Aynı soru, Dean'in konuşmaları hatırlayışı ile, hafızasının hangi yönlerden doğru hangi yönlerden yanlış olduğunu bulmak için teyplerin açığa çıkardıklarını karşılaştırması için Ulrich Neisser'i harekete geçirdi.¹ Analizler, Dean'in sadece bu rastlantıların özünü hatırlamada hedefe yönelmiş olduğunu gösterdi. Gerçekleri çoğu kez değiştirilmişti. Bu değişimin doğası eğitici: Bu, “arzulu hatıra” olarak adlandırılabilir o-

lay, büyük çapta zorla kabul ettirilmişse benziyor. Böylelikle kişi, kendini daha önemli biri yapmak için, belirli noktaları çarpıtıyor.

Örneğin, 15 Eylül 1972 olaylarını ele alalım. O gün büyük bir jüri, Howard Hunt ve Gordon Liddy'nin yanısıra beş Watergate hırsızını sorguya çekti. Dean kendisiyle övünüyordu, çünkü Watergate soruşturmasını kontrol altına almak temel göreviydi.

O öğleden sonra Dean, Nixon ve Haldeman ile görüşmek üzere Oval Ofis'e çağrıldı. Bu görüşme elli dakika sürdü. Dean'in hazırlanmış ifadesinin bu olayı tanımlaması aşağıdaki gibidir:²

"Başkan oturmamı söyledi. Her iki adam da iyi huylu gibi görünüyordular ve karşılanmam çok sıcak ve samimi oldu. Sonra Başkan, Bob'un -Haldeman'a işaret ederek- kendisini benim Watergate davasını ele alışım ile ilgili olarak bilgilendirdiğini söyledi. İyi bir iş yaptığımı söyledi ve bu zor görevi üstlendiğim için beni takdir etti. Başkan davanın Liddy ile son bulmasından memnundu. Ona kredi almayacağımı söyleyerek yanıt verdim, çünkü diğerleri benimkinden çok daha zor işler başarmışlardı... Ona, tek yapabildiğim davayı kontrol altına almak ve onu Beyaz Saray'ın dışında tutmaya yardım etmek olduğunu söyledim. Ayrıca bu olay sona ermeden önce daha gidilecek uzun bir yol olduğunu da belirttim. Bu sorunun çözülmeye başlayacağı günün gelmeyeceğine dair kesinlikle hiçbir güvence veremezdim."

Şahitlik yaparken, aynı konuşmayı hikâye etmesi kendisinden istendiğinde, Dean aynı hikâyenin büyük bir kısmını anlatmıştır.

Dean'ın yazılı ve sözlü beyanları ne kadar doğru? Pek değil. Neisser'e göre:³

Transkript ile yapılan karşılaştırma Dean'ın beyanının hiç de doğru olmadığını gösteriyor. Nixon kendisine burada atfolunan sözlerin hiçbirisini söylememiş: Dean'e oturmasını söylememiş, Haldeman'ın kendisini bilgilendirdiğini söylememiş Dean'ın iyi bir iş yapmış olduğunu söylememiş (en azından konuşmanın o bölümünde değil), Liddy veya iddianamelerle ilgili de hiçbir şey söylememiş. Aslında Dean daha sonra, söylediklerini açıklamaya çalışırken bunları kendisine bile söylememiştir: Kredi almamıştı, çünkü olay birgün çözülebilirdi, v.b. (Doğrusu, sonra bunların tam tersini söylemiştir: "Hiçbir şeyin düşeceği yok.") Dean'ın beyanı mantıklı fakat tamamen hatalıydı.

Bu çarpıklıkları anlamaya çalışırken Neisser, Dean'ın şahitliği sırasında toplantının kendisini değil fakat bununla ilgili fantazilerin anlatmış olduğu sonucuna vardı. Yani Dean toplantıyı olmasını istediği biçimde tanımlamıştı. Neisser şöyle söylüyor:⁴ "Dean'ın zihninde, Nixon suçlamaların Liddy ile sona ermesinden memnuniyet duymalı ve Haldeman Nixon'a, Dean'ın ne kadar büyük bir iş başarıyor olduğunu söylemeliydi; dahası Dean'ın övülmesi bu işin ilk kuralı olmalıydı. Bunlara ek olarak, Dean, Nixon'a bunun çok büyük bir başarı olduğunu söylemek yerine (Dean'ın gerçekte yaptığı gibi) örtbas edilen sorunların çözümlenebileceğini söylemeliydi (sonunda olduğu gibi)."

Bu gibi yalancı anıları bir arada tutan dikişler, bu olayda, arzu edilen düşüncelerdir. Örneğin Dean, büyük jüri incele-

melerini kontrol altına almasıyla ilgili Nixon'un iltifatlarına ehemmiyet veriyor. Gerçekten de, Dean sözcükleri Nixon'un ağızına yerleştiriyordu. Nixon iltifat etmemiştir - en azından Dean'in belirttiği şekilde değil. Ama Dean'in hayatının amacı kesinlikle bu olmalı. Böyle olmasını istediği için, bunu böyle hatırlıyor.

Neisser'in analizleri, hafızanın da, tıpkı dikkat gibi, çarpıklıklarla kolayca yaralanabileceğini gösteriyor. Dikkat ve hafıza arasındaki ilişki çok özeldir. Hafıza, geçmiş zamandaki dikkattir: Şimdi hatırladıklarınız daha önce farkına vardıklarınızdır. Hafıza aynı suç için ikinci defa yargılandığında, farkına varılanlar ile ilgili başlangıç anlamlarından farklı olarak, sonradan hatırlananlarda bazı çarpıklıklar olabilir.

Neisser, "Hepimiz böyle miyiz?" diye soruyor, "Herkesin hafızası basit izlenimlerden oluşan karmaşık bir yapı mıdır, safhaları var mıdır, ben-merkezci midir?" Tek bir tarihi olay, bu soruya verilecek bilimsel cevap için nadiren bir temel oluşturabilir. Gerçi Neisser hepimizin içinde bir parça John Dean bulunduğunu varsayıyor:⁵ "Tutkuları hatıralarını yeniden düzenlemişti: Doğruyu söylemeyi denediğinde bile, her olayda kendi rolünü vurgulamaktan kendini alamıyor. Aynı konumdaki farklı bir kişi daha tarafsız gözlemler yapabilir, deneyimlerini daha incelikle yansıtabilir ve olayları daha doğru olarak rapor edebilirdi. Ne yazık ki, bu gibi karakter özellikleri çok nadirdir."

Dean gerçekleri bilerek çarpıtmış da olabilir, kendi hikâyesine inanıp kendini kandırmış da olabilir. Olayları başka şekilde gösterişi bilerek de olsa, bilmeyerek de, bunları yeniden inşa edişi, seçici bir hatırlamanın iş başında olduğunu ortaya koymaktadır.

Başka bir örnek de Darsee vakası ile sağlanmıştır.

Harvard Tıp Fakültesi'nde araştırma görevlisi olan John Darsee, araştırmasındaki verilerin sahtesini yaparken yakalanmıştı. Bir gazete, "birçok genç araştırmacı, Dr. Darsee'nin bir deney için sahte veriler kullanımını hayretle izlediler" diye beyan verdiğinde Darsee diğerlerini inkâr ederken bu yalanları neşe içinde kabul etmişti.⁶

Dikkatli incelemeler sonrasında Darsee'nin verilerinin tümünün seneler boyunca uydurulmuş olduğu gösterildi. Darsee federal araştırmacılara bir mektup yazdı ve herhangi bir araştırma verisini uydurduğunu hatırlamasa da, soruşturmanın hem uydurmaları hem de kendi kişisel rolünü tespit ettiğini kabul ettiğini ifade etti.

Darsee'nin mektubu -ki eğer inandırıcı olduysa- zihnin, gerçekleri kabul etse de muhalefet etme gücünü sergilemektedir: Bu olay olmuş gibi, bunu yapmış gibiyim, ama inkâr ediyorum - böyle yaptığımı hatırlamıyorum. Dean ve Darsee, bizlere kişisel ve özel bir gerçeğin genel örneklerini sunuyorlar. İnkâr ve örtbas ettiklerimizle gelen huzur - ve inkâr ve örtbas ettiğimize dair kendimizi inkâr ve örtbas etmek - dikkate değer. Fakat göreceğimiz gibi, zihnin dizaynı böyle bir kendini aldatmayı kolaylaştırmaktadır.

GEÇMİŞE HAKİM OLAN, GELECEĞE DE HAKİM OLUR

“**B**ir kimsenin geçmişi derece derece artan bir ağırlıktır” diye yazmıştı Bertrand Russel. “Kişi için hislerinin bir zamanlar şimdi olduğundan daha hayat dolu olduğunu ve zekâsının daha keskin olduğunu düşünmek kolaydır. Eğer bu doğruysa unutulmuş olmalı; eğer unutulduysa muhtemelen bu doğru olmayacaktır.” Orwell’in 1984 yılında söylediği sloganlardan biri, Russell’in düşüncelerine daha kötü bir anlam vermektedir: “Geçmişe hakim olan, geleceğe de hakim olur: Şu ana hakim olan geçmişe de hakim olur.” Peki zihin bölgesinde, geçmişi kim kontrol eder?

Hafıza otobiyografidir; yazarı “birey”dir, özellikle şemaların yapmış olduğu etkili bir organizasyondur. “Ben”, “bana” ve “benim” ile ne kastettiğimizi tanımlayan bir dizi şema, ayrıca “birey sistemi” veya “birey kavramı” olarak da adlandırılır ve bireyin hisleri ile dünyasını bir sisteme bağlar.

Kişi, çocukluktan başlayarak yavaş yavaş inşa edilir ve belki de çocuklukta zihin en temel şema gruplanmalarını içine alır. Kişinin kökenleri ebeveyn ve bebek arasındaki etkileşimdedir. Gelişimi, ebeveynler, aile, akranlar ve bireyin hayatındaki bütün önemli insanlar ve olaylarla karşılıklı ilişkiler

sonucunda parçalara bölünen çizgiler boyunca sürüp gider. Birey sistemi, kişinin süzme ve deneyimleri yorumlama şeklini bir heykeltraş gibi oyar; tıpkı Dean ve Darsee gibi geçmiş olaylar hakkında kendine uygun gelen manalar yaratır. Bunu yaparken, bireyin gücü içerisinde totaliter (bütüncül) bir durum için gerekli olan bütün vasıtalar -ve günaha teşvik edici şeyler- bulunur. Kişi bilgi akışını bozarak ve seçimler yaparak bir sansürcü gibi görev yapar.

“Totaliter Ego başlıklı bir yazısında sosyal psikolog Anthony Greenwald, birey ve diktatör arasında karşılaştırma yapıyor.⁷ Greenwald pek çok araştırma alanından sonra bireyin bir portresini çiziyor: “Portrenin en fazla göze çarpan özellikleri, düşünce kontrolüne ve propaganda oyunlarına tedirgin edici bir biçimde karşılık gelen bilişsel eğilimlerdir... bunlar da... totaliter bir politik sistemin özelliklerini tanımlamaktadır.” Bireyin bir diktatör olabileceğini söyleyen Greenwald, bunun için iyi nedenler olabileceğini de ekliyor: “Politik bir sistemde sakıncalı olarak görülen, her şeye rağmen, bilginin kişisel organizasyonunda uygun olarak iş görebilir.”

Birey, merkezdeki gözlemci ve hayatın hakimi olarak bir tarih bilgininin rolünü oynar. Fakat tarafsızlık onun faziletlerinden biri değildir. Greenwald’ın belirttiği ve Dean’in gösterdiği gibi: Geçmiş, eğer bireyin başrolde oynadığı bir oynasa hatırlanır.” Geniş araştırma bulgularını yeniden gözden geçiren Greenwald şu sonuca varmıştır: “Birey, parçaları biraraya getirerek tarihi kurar ve onu değiştirir. Bu suretle kendini oyunlara adanmak tarihte genellikle takdir edilmez.”

Greenwald deneysel sonuçlardan bahsederek, kendini merkez olarak almanın (egosentrik) zihin hayatını nasıl istila ettiğini göstermiştir. İşte bazı örnekler: Gerçekler, bireyin

kendisiyle ilgili oldukları sürece çok daha iyi hatırlanırlar. Veya, bir grup içerisindeki pek çok kişi kendisini faaliyetlerin merkezi olarak görür. Uluslararası politikada, karar veren kişiler uzak milletlerin davranışlarını, kendileri hedef alınmış gibi algırlar. Gerçekte onlar yöresel koşulları yansıtmaktadırlar. Ve insanlar, piyango bileti kazanmak gibi durumları da şans olayları olarak görürler.

İnsanlar da, başarı için itibar kazanırlar, başarısızlık için değil. Bu da egosentrik eğilimin bir başka çeşididir. Dilimiz de bu eğilimi açıkça ortaya koyar: Bir üniversitenin futbol takımı oyunu kaybettikten sonra öğrencilerin “onlar kaybettiler” dedikleri fakat bir zaferden sonra “biz kazandık” dedikleri bildirilmiştir. Veya bir sürücünün bir kaza sonrasında olayı sigorta şirketine açıklamasına bakalım: “Telefon direği bana doğru yaklaşıyordu. Tam onun yolundan çekilmek için direksiyonu kırmaya teşebbüs etmiştim ki arabamın önüne çarptı.” Bir kimseyi memnun etmek için kasten düşünülen başka türlü ağız kullanılan bu tip egosentrisite, Greenwald’ın kendi itiraflarının dipnotudur:

“Yazar, sadece bulunan iyi fikirler için tam anlamıyla sorumluluk almak üzere hazırlanmıştır. Ben herşeye rağmen, başlangıçta kaleme aldıklarımı eleştiren aşağıdaki insanlara şükranlarımı sunuyorum... [Ardından uzun bir isim listesi gelir]. Eğer bu sahte minnettarlığın kendisi uygunsuz olarak görünüyorsa, okuyucu bunun Robert Trivers’in yardımları ile değiştirilmiş bir Robert B. Zajonc önerisi olduğunu bilmelidir.”

Bireyin kendisini merkez olarak almasının etkili bir işareti, şemaların yeni bilgi temin etme başarısızlığıdır. Araştır-

macıların kendi teorileri ile uyuşmayan sonuçlara kayıtsız kalmaya meyilli oluşları ile bu eğilim, bilim alanında, açık olarak ispat edilmiştir. İnsanlar, kanıtlar ve zıt olan düşüncelere karşı yapılan muhakemeler ile her çeşit inanca tutunurlar.

Bu kendini aldatmalar ve eğilimler çok yaygındır; çünkü Greenwald'ın de gösterdiği gibi bunlar şartlara fazlasıyla uyarlar; bireyin bilgi organizasyonunun bütünlüğünü korurlar. Özellikle bunların hepsi bireyin merkezi bir düzenleme ilkesi çevresinde bilgileri şifre etme eğilimlerini yansıtır: Bireyi ilgilendiren bilgileri. Böyle bir düzenleme yapısı olmaksızın bilgi ve davranış ister istemez bağlantılı olurdu; oysa böyle bir düzenleme yapısı ile yeni bilgiler sırayla ve faydalı bir biçimde özümserirler ve en kolay bulunabilecek şekilde indeks içine konurlar.

Başka bir deyişle, hafıza ve davranışlar için bireyi merkezi çevre olarak almanın yapısal avantajları vardır: Can alıcı bilgiler tek bir kodlama şeması içerisine yapışabilirler. Greenwald'ın bunun için kullandığı benzetme, bir kütüphanedeki kataloglama sistemidir: "Belirli bir kataloglama şeması için bir kez karar verildiğinde, kütüphane memurunun var olan koleksiyonu yeniden kataloglaması ve yeniden raflarla yerleştirmesi ile yer tayin edilmesi yerine, o şemanın tutarlılığının korunması daha faydalı olabilir... her seferinde yeni bir indeksleme sistemi ortaya çıkmaktadır." Birey, zihnin Dewey Ondalık Sistemi gibi idare edilir.

Seymour Epstein, birey kavramı ile ilgili bir incelemesinde, insanların kendilerine bakış açılarının ne kadar yanlış olabileceği üzerinde durmuştur. Bu yanlışlıklar her zaman Greenwald'ın tanımladığı pozitif eğilimler ile uygunluk göstermez.⁸

Gerçekten kabiliyetli insanlar bazen kendilerini çok yetersiz hissederler; bayağı insanlar üstün, sıradan görünüşleri olanlar güzel ve çekici insanlar çirkin hissederler kendilerini. Daha şaşırtıcı olan, örnek alınacak hayatlar yaşamış kişiler şiddetli suç duygularıyla hırpalanıp daha fazla yaşamak istemezlerken, dehşet verici suçlar işlemiş olanların zerre kadar vicdan azabı duymamalarıdır.

Epstein, bu gibi çarpık algıların temelini kişinin özsaygısı olduğunu söylemektedir. Düşünce okulu, bir kimsenin değerinin ve kıymetinin birey sistemi ile şekillendirildiğini göstermektedir. Bilhassa bireyin bu bakış açılarına gelebilecek bir tehdit çok üzücü olur; birey sisteminin bütünlüğünün korunmasına aşırı bir ihtiyaç vardır. Birey kavramına uygun gelen bilgiler kolaylıkla özümserler -Dean, çabalarının Başkan tarafından ne kadar önemli sayıldığını bildirmekten memnundu- fakat bireye meydan okuyan verileri almak çok zordur; Dean, kendisinin hatırladığı övgü sözlerinin çoğunu Başkan'ın gerçekte söylememiş olduğu gerçeğinden habersizdi.

Bireyi tehdit eden bilgi -kişinin kendisine kendisi hakkında anlattığı hikâyeleri desteklemeyen bilgi- bireyin özsaygısını da tehdit eder. Bu gibi tehditler kaygının ana kaynağıdır. Hayvanlar için stres sıklıkla yaşam veya uzuvlara yönelik tehditler şeklindedir. Oysa insanlar için bireyin öz saygısına meydan okuyan herşey kaygıya sebep olmak için yeterlidir.

Aaron Beck adlı psikiyatrist hastalarından birinde -depresyondaki bir adamda- azalmış öz saygının nasıl faaliyette olduğunu anlatıyor. Yarım saatlik bir süre içerisinde adam aşağıdaki olayları anlatmıştır:⁹

Eşi sinirliydi, çünkü çocuklar giyinme konusunda çok yavaştlar. “Ben zayıf bir babayım, çünkü çocuklarım iyi bir disipline sahip değiller” diye düşünmüştü adam. Bunun, kendisinin zayıf bir eş olduğunu gösterdiğinin farkına vardı. Arabasıyla işe giderken “Ben kötü bir sürücü olmalıyım yoksa diğer arabalar beni geçmezlerdi” diye düşünüyordu. İşe vardığında bazı personelin kendisinden önce oraya vardığını farkettiğinde şöyle düşünüyordu: “Kendimi işime adayamıyorum; daha erken gelebilirdim.” Masasında yığılmış kağıtları ve dosyaları farkettiğinde ise şu sonuca varıyordu: “Ben zayıf bir organizatörüm, çünkü yapılacak çok fazla işim var.”

Beck’in gözlerine göre, kişiyi bozguna uğratan bu gibi düşünce yönelimleri depresyonun işaretidir. Beck depresyonu, olumsuz birey şemalarının kronik aktivasyonu olarak görmektedir. Beck, daha hafif depresyonlarda kişinin kendisi hakkında olumsuz düşünceleri olduğunu fakat bunlar hakkında bazı tarafsızlıkları elinde bulundurduğunu söylemektedir. Fakat depresyon kötüye doğru gittikçe, bireyin kendisi hakkındaki olumsuz düşünceler gittikçe artan bir şekilde onun düşüncelerine hakim olacaktır.

Bireyin bu gibi olumsuz şemaları aktif oldukça, düşünceleri daha çarpıtılmış bir hal alacak ve zayıf düşüncelerinin çarpıklıklar olabileceğini görmesi daha da zorlaşacaktır. Depresyonun en şiddetli olduğu dönemde ise, depresyonda olan kişinin kendi hakkındaki düşüncelerine, o andaki durumla hiçbir şekilde ilgisi olmayan, zihninin içine zorla girerek kişinin kendisini suçlu çıkarmasını sağlayan işgal edici düşünceler hakim olurlar.

Beck, birey şemalarının depresyonda, bireyin kendi yaşantısına tam anlamıyla bir yoksunluk ve yenilgi olarak bakmasına ve bunun geri dönüşümsüz olduğunu düşünmesine yol açtığını söylemektedir. Aynı zamanda, kişi kendisini “kaybeden kimse” ve “mahkum” olarak vasıflandırır. Beck, depresyondaki bir kişinin çarpık bireysel algıları ile, bu hastalığın tesirinde olmayan ve daha dengeli bakış açlarına sahip bir kimseninkini karşılaştırmaktadır:¹⁰

DEPRESYONDAKİ BİREYİN ŞEMASI

1. Ben bir korkağım
2. Ben değersiz bir korkağım
3. Her zaman yüreksiz biri oldum ve her zaman da böyle olacağım.
4. Karakterimde bir kusur var
5. Temelde zayıf bir insan olduğum için yapılacak hiçbir şey yok

SAĞLIKLI BİREYİN ŞEMASI

1. Az çok korkak, gerçekten cömert ve oldukça akıllıyım.
2. Tanıdığım pek çok insandan daha korkağım
3. Korkularım zamandan zamana ve durumdan duruma değişiklik gösterir
4. Olayların içinde bulunmaktan fazlaca kaçınıyorum ve birçok korkum var
5. Olaylarla karşı karşıya gelme ve korkularıyla savaşıma yollarını öğrenebilirim.

Epstein, birey sistemi içerisinde, şemaların (ki o bunlara “önergeler” adını vermektedir) bir hiyerarşi şeklinde tertip edildiklerini öne sürmektedir. Daha aşağı sıralardaki birey şemaları spesifik küçük gerçekleri içerirler: “Ben iyi bir tenis oyuncusuyum”, “İnsanlar piyano çalışımı beğendiklerini söylüyorlar.” Daha yüksek seviyedeki bir birey şeması: “Ben iyi bir atletim” veya “İnsanlar benim iyi bir müzisyen olduğumu bili-

yorlar” olabilir. Bu düzen içerisinde çok daha yüksek seviyedeki bir birey şeması da şöyle olabilir: “Ben çok değerliyim.”

Aşağı sıralardaki şemalara genellike, bireyin öz saygısı için fazla bir tehlike oluşturmayan olaylarla meydan okunabilir: Eğer kişi bir tenis maçını kaybederse veya piyano çalışması için kendisine övgüler yağdırılmazsa pek fazla tehlike söz konusu değildir. Fakat eğer daha yüksek seviyeli bir şema mücadeleye davet edilmişse, işte o zaman tehlike büyüktür. Şüphesiz Dean, Senato’dan önce kanıtlamada, kendi değerine karşı büyük bir meydan okuma ile yüz yüze gelmişti; tıpkı uydurmalarını savunan Darsee gibi...

Sevgisiz ebeveynler, saldırgan kardeşler, arkadaşça olmayan akranlar... hepsi de bireyin öz saygısını azaltabilirler; bireyin hayatında, bu insanlarla yaşanmış mutlu deneyimler öz saygıyı yeniden diriltebilirler. Epstein şöyle anlatıyor:¹¹

Yüksek öz saygısı olan kişiler gerçekten de, başarılarından gurur duyan ve başarısızlıklarını hoş karşılayan sevgi dolu ebeveynlere sahipler. Bu gibi kimselerin hayat hakkında optimistik bakış açıları vardır ve aşırı kaygılı bir hale gelmeden, streslerle başa çıkma yeteneğine sahiptirler. Belirli deneyimler sonucunda hayal kırıklığına uğrayıp fazlaca üzülseler de, yüksek öz saygıya sahip kişiler çabucak iyileşirler; tıpkı annesinin sevgisi ile güvende olan çocuklar gibi...

Bunlara zıt olarak, azalmış öz saygıya sahip kişiler sert ve hoşnutsuz ebeveynlerin psikolojik yükünü taşımaktadırlar. Bu insanlar başarısızlığa karşı aşırı duyarlı olma eğilimindedirler; reddedilmiş hissetmeye hep hazırdırlar ve hayal kırıklıklarını atlatmak için çok uzun zamana ihtiyaçları vardır.

Hayata bakış açıları pesimistiktir; tıpkı ebeveynlerinin sevgisinde kendini güvende hissetmeyen bir çocuk gibi...

Birey kavramına karşı bir tehlike büyük önem kazandı. Bir veya iki ustalıklı manevra yoluyla ve sağlıklı bir birey şeması ile kaygı savuşturulabilir. Olaylar seçici olarak hatırlanabilir, yeniden yorumlanabilir ve kişinin kendi görüşüne göre anlatılabilir. Nesnel gerçekler birey sistemini desteklemedikleri zaman, daha öznel olan bir hikâyeye bunu başarabilir: Eğer kendimi dürüst ve iyi olarak görüyorsam ve olaylar benim bu bakış açımı desteklemiyorlarsa, o halde anlatımı mı çarpıtarak öz saygımı koruma altına alabilirim.

Daha önce de gördüğümüz gibi, bu işi yapmak için gerekli araçlar tamamen farkındalık alanının dışındadır. Birey sistemi, farkındalıktan önce meydana gelen süzme işlemi yoluyla, olayların tanımlarını steril hale getirebilir. Kendimle ilgili sadece bitmiş ve daha iyi bir duruma sokulmuş bakış açıları ile yüzleşmeye ihtiyacım var; kirli işler perde arkasında sürüp giderler. Bazı araştırmalar, depresyondaki insanların depresyonda olmayanlara oranla daha az yeterli hissettiklerini ortaya koymuştur, depresyonda olmayan insanlar hayata pozitivitenin "hayal ateşi"nden bakarlar. Gerçeklerle ilgili kendi kendimize yaptığımız bu gibi yeniden yorumlamalar zaman zaman hepimizin karşısına çıkar, fakat biz bunları nadiren ortaya çıkarırız. Bununla beraber, örtbas etmeler bilinçaltının perde arkasında tedbirli olarak ve akıllıca sürüp gider; biz sadece onun alıcılarıyız, masumca kendini aldatan kişileriz. Bu elverişli bir düzenlemedir.

BİREY SİSTEMİ: İYİ - BEN, KÖTÜ - BEN, OLMAYAN - BEN

Bireyin fikirleri gibi şemalar da, yaşam boyunca sürekli değişirler. Bireyin geçmişteki fikirleri izlerini bırakır: Hiç kimse tam anlamıyla yekpare bir fikre ve bireyin tek bir uyumlu versiyonuna sahip değildir. Yaşamdaki türlü noktalar ve safhalar bireyleri aşarak hasıl olurlar; bazıları uyumludur, bazıları değildir. Yeni bir birey görüntüsü doğar ve üstün hale gelir: Saldırgan ve kendisini toplumdan ayırmış bir delikanlı, ince yapılı, kıvrak ve topluluğu seven otuz yaşında bir adama dönüşebilir; fakat ince yapılı kişilik, saldırgan olanın izlerini tam anlamıyla söküp atamaz.

Yaşamın sonraki safhalarında meydana gelen bir travma önceki bir birey görüntüsünü aktive edebilir. Mardi Horowitz bununla ilgili olarak şunları söylüyor:¹²

Eğer bir kimse sonunda kolunu kaybettiği bir kaza geçirirse ya da işinden atılırsa, kabiliyetli bir birey görüntüsünden, aslında hep varolan fakat keşfedilmemiş ve bireyin değersiz ve kusurlu olduğunu vurgulayan bir görüntüye doğru hızlı bir değişim olabilir... Bir kimse-nin, göreceli olarak yıkılmaz olan ve genellikle zihin

işleyişlerinin birincil düzenleyicisi olarak iş gören kabiliyetli birisi olarak baskın bir birey görüntüsüne sahip olduğunu varsayın. Aynı zamanda bu kişinin kabiliyetsiz / yetersiz olarak keşfedilmemiş, aktif olmayan bir birey görüntüsüne de sahip olduğunu varsayın... Bu kişi bir kayba veya bir hakarete tahammül etme durumunda kaldığında, bu olay iki birey görüntüsüne karşı birleştirilecektir: Kabiliyetli ve kabiliyetsiz. Bir süre için kabiliyetsiz birey görüntüsü baskın düşünce olabilir ve kişiyi artmış yaralanma olanağının geçici reaksiyonlarına sürükleyebilir.

Kişisel bir görüş alanında çalışan psikiyatrist Harry Stack Sullivan, azalmış dikkati azaltılmış kaygı ile değiş tokuş etmeyi nasıl öğrendiğimizi tanımlayan basit ve mantıklı bir model ile buna paralel bir fikre varmıştır.¹³ Sullivan iyi olmanın sevgi dolu ödülleri ile kötü olmanın cezaları arasındaki bir rotada, dünyadaki yoluna kılavuzluk etmesi için bu sürecin köklerinin izlerini, yeni doğan bebeklerin öğrenmelerine dek araştırıyor. Anne olan (Sullivan bunu asıl şefkat veren kimse olarak tanımlıyor) hoşnutsuzluk gösterdiğinde bebek, şefkat kaybına bağlı olarak kaygı duyar. Ve tıpkı sıcak-soğuk oyununda olduğu gibi, şefkati artıracak ve hoşnutsuzluktan sakınacak şekilde davranmayı öğrenir.

Bu yol boyunca bebeğin bazı zor görevleri olması kaçınılmazdır; örneğin temizlik ile pislik ve yiyecekler ile ağıza alınmayacaklar arasındaki can alıcı sınırları ayırdetmek gibi. Birden annesinin kaygılı veya kızgın çığlığının hedefi olan bebek, -“Hayır, o kirli!”- Sullivan’ın deyimiyle, orta dereceli bir öfori* halinden çok şiddetli bir kaygı durumuna doğru sav-

* Kendini aşırı derecede zinde hissetme hali

rulma eğilimindedir; tıpkı boşa yapılan ani bir darbe gibi. Annenin, hafifçe azarlamadan, son derece kızgın olmaya kadar değişebilen hoşnutsuz davranışlarının dağılımı, çocukta üstün gelen ve derecelere ayrılan bir kaygı dağılımı oluşturur. Çok veya az olarak derece derece değişen bu kaygı, çocuğun nasıl gelişeceğini gösterir, gelişimine yön verir.

Çocuğun övünç veya tenkit dolu geçmişi, kendi yaşantısını tanımlamasını sağlar. Üç deneyim tipi kişinin kimliği için anahtardır. Sullivan şöyle yazmaktadır: Ödüllerle, kaygı eğilimleri ile ve hemen hemen yok edici ani şiddetli kaygı ile, kısa bir süre sonra 'Ben' olacak üç fazlı başlangıç şahıslandırılması ortaya çıkar." Sullivan bu üç şahıslandırmaya "iyi - ben", "kötü - ben", ve "olmayan - ben" adını vermektedir.

"İyi - ben" de memnuniyetler, şefkat ödülleri ile çoğaltılırlar. "İyi - ben", sevdiğimiz, iyi küçük kız veya oğlan olmaksızın mutluluk duyduğumuz bütün o zamanlar boyunca biriktirdiğimiz birey mefhumu sonucunda doğar; bütün yaşam boyunca davranışların çoğunu ileriye doğru götürür. "İyi - ben" diyor Sullivan, "eninde sonunda meydana çıktığından, 'BEN' ile ilgili tartışmanın alışılmış konusudur. İyi - ben, olmayı istediğimiz kişidir."

Diğer taraftan kötü - ben, içinde, hoşnutsuzluğun değişen derecelerinin çocuktaki kaygı seviyeleri gibi ortaya çıktığı yaşantılara neden olur. Kötü - ben, kaygı, suç ve yaramaz olmanın utancı ile birleştirilmiş birey mefhumudur. Bu tip kaygı kişiseldir; yaramaz çocuk sevginin geri çekildiğini hisseder ve bu da kaygı doğurur. Kötü - ben; zihinde, yaptığımız veya yapıyor olduğumuz için pişmanlık veya vicdan azabı duyduklarımız ile birlikte birbiri ardına dizilmiş bir halde ortaya çıkmaktadır. Örneğin kötü bir yazar, kötü - ben'i simgeleyen bir olayı hatırlıyor:¹⁴

... Heyecan verici gramer okulu günlerimin yetersiz derecede baskılanmış anılarından biri, bir Emily Johnson'u bir de matematik testi sırasında arkasına dönerek kikirdeyen Betty'i içeriyor. Emily şöyle söylemişti: "Şimdi burnunu karıştırıyor." Betty'nin cevabı: "Öğğh!" olmuştu. Benim hakkımda konuşmadıklarını umarak çevreme göz attım, fakat hayır. Karşı cinsle olan ilişkilerimde, ilgisizliğin yerine korku geçti.

Olmayan - ben, farklı tarzdaki bir yaşantı bölgesi ile alakalıdır. Kötü - ben kaygı uyandırsa da, içerikleri -o kaygıyı uyandıranın özellikleri- farkındalık alanında kalırlar. "Olmayan - ben" de böyle bir durum söz konusu değildir. Olmayan - ben, Sullivan'ın "sebebi anlaşılamayan, esrarengiz hisler" olarak adlandırdığı deneyimlerden evrimleşir. Bunlar öylesine güçlü dehşet ve korku duygularıdır ki, olanları idrak etme yeteneğine engel olurlar. Esrarengiz hisler zihne tesir ederek onu kuvvetle yenerler ve farkındalık bölgesi dışında buna neden olanı tahrip ederler. Sullivan'ın tanımladığı gibi, olmayan - ben'i biçimlendiren olaylar şuradan kaynaklanmaktadır: "Şiddetli kaygı; kaygı öylesine ani olarak meydana gelir ki, gelişmemiş bireyin doğru bir idrak geliştirmek için, deneyimleri kabul ettiren belirli koşulların anlamını kavraması imkansızdır."

Bu gibi şiddetli kaygılar, olanları idrak etme yeteneğini bozduklarından bu, tamamlanmamış karışıklık olarak kaydedilir. "Olmayan - ben" i şifreleyen şemalar farkındalık alanının dışında kalırlar: Çok etkileyici bir şey olmuştur fakat kişi ne olduğunu anlatmak için kelime bulamaz. Sullivan böyle olayların spesifik olmayan korkular, nefret ve dehşet ile dolu olduğunu söyler. Bu güçlü duyguları anlamaya çalışmak tat-

min edici olmadığından, bunları en iyi tanımlayan sözcük “esrarengiz”dir.

Bu kaygı deneyimleri, farkındalıktaki organize edici özü yani birey sistemini değiştirirler. Sullivan, bilgileri organize etme yeteneğinin yanı sıra, birey sisteminin şekillendirilmesine başka bir ilke daha ekliyor: Kaygıdan sakınma ihtiyacı. “Birey sistemi” diye yazmıştı Sullivan¹⁵, “Son derece nahoş, son derece rahatsız edici kaygı tecrübeleri sebebiyle organize edilir ve birey sistemi, varolan veya gelecekte varolacak kaygılardan kaçınacak ya da bunları en aza indirecek şekilde organize edilmektedir.

Birey sistemi hem kişiyi kaygılara karşı erkenden uyararak bir radar, hem de kaygıları savuşturmak için verilen çabaları bir sıraya koyan güçtür. Daima ihtiyatlıdır ve Sullivan’ın söylediği gibi “Bireyin neyin farkına varmayacağına farkına varır.” Birey sistemi, yaşantıların kendisinin üzerinde iş görek görevini yerine getirir.

Sullivan, birey sisteminin bu oyunlara mecbur edildiğini, çünkü dünyanın, kaygının kaynağının kişinin davranışlarıyla yok olmasına her zaman izin vermediğini ileri sürüyor. - Richard Lazarus’un streslerle başa çıkma yolları ile ilgili gözlemlerine benzer bir gözlem. Eğer kaygının dünyadaki yeri sabit ise, o halde bu, sadece kişinin dünyayı algılamasında bir değişiklik yapmak için odayı terkeder. Örneğin bir bebek, istediğini her zaman alamayacağını anladığında ilk hayal kırıklığı deneyimini yaşar. Bebeğin elde edilemeyen keşfetmesi de, güçsüz olduğu durumları keşfetmesi de kaçınılmazdır ve kaygı uyandırır.

Bebek bu kaygı türünü, Sullivan’ın “güvenlik operasyonları” olarak adlandırdığı yol ile idare etmeyi öğrenir. Kendini teskin etmek için kendi farkındalığının işine karışır. “Bebek-

liğin sona ermesinden hemen önce bile” diyor Sullivan, “bu ulaşılmaz nesnelere sanki varolmamışlar gibi muamele görmeleri gözlemlenebilir.” Gerçekten de küçük çocuk, eğer ona sahip olamazsam onu inkâr ederim, diyor.

1940’larda teori kuran Sullivan, güvenlik operasyonlarının bireyi kaygıdan nasıl koruduğunu ayrıntılarıyla açıkladı. (Bir neo-Freudian olan Sullivan, daha sonra göreceğimiz gibi, Freud’un savunma mekanizmaları olarak adlandırdığı modelin üzerine “güvenlik operasyonları”nı biçimlendirdi.) Başlama işaretini Freud’dan alan Sullivan, bu işlemlerin, bilincin içeriği olarak adlandırılan herşeyin, veya farkındalığın tamamen dışında gerçekleştiğini gözlemledi.

Fakat, Freud’da olduğu gibi, Sullivan için de teori klinik olaylardan çıkarılmıştı. Klinik tedavi uzmanının teorisini destekleyen veriler -“totaliter birey” temsilindeki veriler gibi- gerçekleri oldukları gibi kabul etmekten çok klinik uzmanının taraf tutmasına bağlı olabileceğinden, klinikten elde edilen bu gibi kanıtlar bir dereceye kadar araştırma gruplarından alınmıştır.* Bu bakış açısında Sullivan ve Freud, teoriyi yürüten kimseler olarak, teoriyi test eden kişiler olmaktan çok daha başarılıydılar. Bu teori, çevreyi sağlamak için çağdaş bilgi-işlenme teorisine olarak ve can alıcı veriler elde etmek için de deneysel bir araştırma olarak kaldı. Çağdaş kelimelerle söylenecek olursa, o çevre ve veriler, birey sisteminin dikkate başka anlamlar vererek bizleri kaygıya karşı nasıl koruduğunu göstermektedirler.

* Gerçekten de, bilimdeki bütün deneysel teşebbüsler, bu gibi peşin hükümlere karşı koymak için donatılmışlardır.

FARKINA VARILMAYACAKLARIN FARKINA VARMAK

Bir şema, nelere önem verileceğini, nelere verilmeyeceğini tamamen seçer. Bir anlam örneğine dikkati yönlendirerek diğerlerini bilmezden gelir. Bu anlamda, en zararsız şema bile deneyimleri, ilgi temeline göre süzer. Bu algı süzgeci, o sahada elde bulunan sadece alakasız değil fakat aynı zamanda yasak olan bilgileri baskıladığı zaman bir sansür haline gelir.

Bir kez Ulric Neisser'e, size "Onunla ilgilenme" diyecek şemalar olup olamayacağını sorma fırsatım olmuştu. Neisser'in cevabı şöyleydi:¹⁶ "Evet, eminim çok değişik seviyelerde böyle şemalar var. Bunlar sıklıkla kurnaz veya ilginç değil. Bu muhtemelen, insanlar basketbol oyunu videosunu seyrederek farkedilmeyen şemsiyeli kadının içinde bulunduğu duruma benzer koşullarda başlıyor. Dikkatlerini yapmakta oldukları işten başka bir tarafa doğru yönlendirmiyorlar. Fakat bu mekanizma, eğer bakarsanız orada ne olduğu ile ilgili oldukça fazla kuşku duyacağınız ve bununla alakadar olmamayı tercih ettiğiniz zaman da hemen hemen aynı olurdu. Ve bakmazsınız; dikkatinizi başka tarafa yönlendirmezsiniz. Bunun yerine başka bir şeye bakmanızı sağla-

yan saptırılmış bir şemanız vardır.”

Lester Luborsky, 1960'larda yaptığı bir seri çalışmada bu mekanizmanın çalışmasını göstermişti.¹⁷ İnsanlar resimlere bakarlarken onların göz hareketlerinin hedefini izlemek için özel bir kamera kullandı. Bu kamera, kişinin tam bakış noktasının yerini işaret etmek için, gözün korneasından yansıyan küçük bir ışık noktasını izlemişti; bu nispeten sıkıntı vermez ve kişinin görüş çizgisine mani olmaz.

Luborsky deneklerinin on adetlik bir resim serisine bakmalarını sağladı ve hangilerini beğenip hangilerini beğenmediklerini değerlendirdi. Resimlerden üç tanesinin içeriği cinsellik ile ilgiliydi. Örneğin biri, biraz ötesinde oturup gazete okuyan bir adam olan bir göğüs resminin ana hatlarını gösteriyordu.

Bazı kişiler dikkate değer derecede performans gösterdiler. Bakışlarının, bir kez bile cinsel resimlerin daha yüklü bölümüne sapmalarını engelleyebilmişlerdi. Birkaç gün sonra resimlerin neler oldukları kendilerine sorulduklarında, onları ima eden çok az şey hatırlamışlar veya hiçbir şey hatırlamamışlardı. Bazıları ise resimleri gördüğünü bile anımsayamamıştı.

Bakmaktan kaçınmak için, zihnin bazı elemanları öncelikle resmin ne içerdiğini bilmelidirler; böylelikle neden kaçınılacağını da bilirler. Zihin her nasılsa olup bitenleri kavrar ve o bölgedeki koryucu süzgeci hemen harekete geçirerek, tehdit edenleri farkındalık alanından uzak tutar.

New York'lu bir karikatür de aynı anlamı resmeder. Ciddi ve yaşlı bir kadın bir müzede, *Sabine Kadınlarının Tecavüzü* adlı büyük bir grafik resmin önünde durmaktadır. Bakışları aşağı köşedeki reşsamın imzasına dikkatle sabitlenmiştir.

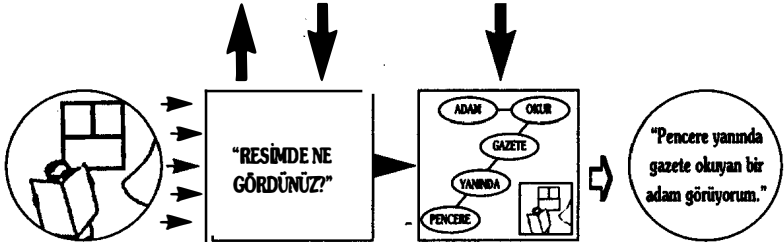
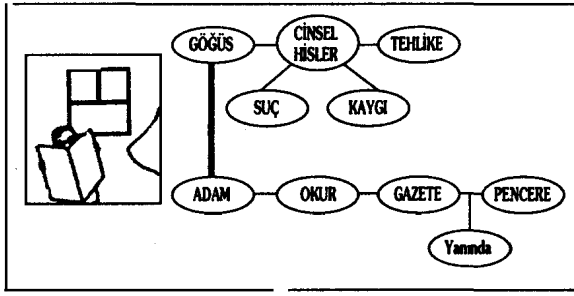
Neisser bu programlara “şaşırtıcı şema”ları farketmemek adını verir. Benim “metaşema” olarak adlandırdığım bazı özel şema tipleri de vardır: Bu şemalar, diğer şemaların işleyişlerine hükmederler*. Bundan ötürü, şaşırtıcı şemalar farkındalıktaki yasak nesnelere kaydetmemek için dikkati yönlendirirler.

Kullandığımız dil, ne yazık ki, “şaşırtıcı şema” olarak bahsettiğimiz bu tanım için daha uygun bir kelime sunmuyor bizlere. Bu sebeple ödünç alınmış bir kelime bu işi görecektir: Ben, bunun için “Lakuna” kelimesini kullanacağım. Lakuna, Latin kökenli bir kelime olup, boşluk, delik anlamındadır. Şaşırtıcı şemaların simgelediği bir çeşit zihnin aygıtına işaret eder. Öyleyse lakuna, farkındalık alanında bir savunma boşluğu yaratan dikkat mekanizmasıdır. Kısaca lakunalar kör noktaları yaratırlar.

Lakunalar opioidlerin ve onların antidikkat etkilerinin psikolojik analoglarıdır (benzerleridir). Lakunalar zihnin kara delikleridir; dikkati oyalayarak onun kişisel gerçek kısıntılarını seçmesine mani olurlar - özellikle de, bazı kaygı uyandırıcı bilgileri. Dikkat üzerinde, tıpkı seyircilerinin dikkatini başka yöne çevirirken can alıcı bir noktayı onların görüşlerinden kaçırarak bir sihirbaz gibi iş görürler.

Luborsky'nin deneyinde, gözleri resimdeki göğüsten dikkatle kaçınının deneklerde de bu lakunalar iş başında gibi görünüyor. Psikolog Donald Spence, deneklerin bakışlarının bir kez bile doğru yoldan sapmayarak, göğsün yasak bölge-

* Başka metaşema türleri de vardır; örneğin, anlayışımıza ve dili kullanımımıza kılavuzluk eden dilbilimsel kurallar. Metaşemaları direkt olarak tespit etmek zordur. Bir dilbilimci pek çok çalışma sonrasında bir dilin kurallarını anlayabilir. Fakat o dilin konuşmacısı, bir cümle kurmak için kelimeleri nasıl bir araya getirdiğini veya duyduklarını nasıl algıladığını açıklamada tam anlamıyla bir kayıp içerisinde. Dilbilimsel metaşemalar bunu o kişi için yaparlar; hem de telafi edilemez bir şekilde farkındalık alanının dışında.



Figür 13: Lakuna oluşturulması: Bir kimse, göğüs ve gazete okuyan bir adamı gösteren resme baktığında ve gözü göğüsten tamamen kaçındığında bilgilerin yukarı akışı gibi bir olay gerçekleşir. Duysal depo -veya biraz “ön-bakış”- resmin tamamını içeri alır; sonra süzgeç görülecek olanları (nötral bölgeleri) ve kaçınılacak olanları (göğüs) parçalara bölerek ayırır. Sadece nötral bölgeler farkındalık alanına geçerler. Tepki şöyle olur: “Bir pencere yanında gazete okuyan bir adam görüyorum.”

sinin kenarından sistematik olarak geçip gittiğini bildiriyor. Spence fikrini şöyle açıklıyor: “Kaçınma tesadüfi bir olay değildir; aksine kaçınma çok beceriklidir - kişi sadece nereye bakmayacağını bilir. İşte bizler bu sonuca varmaya teşvik ediliyoruz.”

Spence böyle bir hilenin nasıl mümkün olabileceğini ortaya çıkarmaya çalışırken, görüş sisteminin, “ön-bakış” atan, çıplak göğsü çevresel görüş alanında bir an için gören, bunu bir psikolojik tehlike bölgesi olarak algılayan ve bakışları güvenli alanlara çeviren bazı bölümleri olması gerektiği

üzerinde duruyor. Bu işlemlerin tümü hiçbir zaman farkındalık alanına erişemez.

Bir zamanlar “algısal savunma” olarak adlandırılan bu etki ile ilgili fikirlerini açıklayan, bu konu hakkında en erken çalışmaları yapmış araştırmacılarından biri olan Jerome Bruner şu soruları soruyor: “İnsanlar bir şeyi öncelikle görmeden, onun potansiyel bir tehdit unsuru olduğunu nasıl biliyorlar? Algının, o şeyi içeri alması için algı kapılarını açmaya karar vermesini sağlayan bir şey mi var?”

Bruner’in sorusu, bizim zihin modelimiz ele alınarak cevaplanabilir; böyle bir manevra, Figür 13’ün de gösterdiği gibi kolayca yapılır.

Lakunalar, hipnotik olarak indüklenmiş negatif halüsinasyon durumlarında açıkça gözlemlenirler. Örneğin, hipnozu gerçekleştiren kişi sandalyeyi görmeme talimatı verir. Konuşma sandalyeye yöneldiğinde, hipnotize olmuş denek boşluğa düşer: Düşüncelerinin çılgınca başka yerlerde gezindiğini, sandalye üzerine odaklanmadığını ve onunla ilgili algı ve anılarının olmadığını belirtir. Hipnotize olmuş denek, seans sırasında olanları unutmaya yönlendirildiğinde, hipnoz sonrası amnezinin de aynı şekilde işlediği görülür.

“Bence günlük yaşamda pek çok baskılama türü var” diyor Neisser, “düşünürken veya nesnelere bakarken birçok sınır ve kaçınmalar var. Bunun apaçık örneği sinemaya gidip kanlı şiddet görüntülerinden gözlerinizi kaçırmaktır. Fakat aynı şey bilişsel olarak da sürüp gider; bu, zihinlerimizi neye çevirip neden uzaklaştırdığımızla ilgilidir.

“Hepimiz bunu yaparız. Düşünmeye başladığınız zaman belirli bir seviyede peşine düşmemeye karar verdiğiniz bazı acı veren deneyimleriniz olabilir hayatta. O acı verici olayın farkında olmayacaksınız. Bu yüzden her zaman kullandığınız

hatırlama stratejilerinizi kullanmaktan kaçınırsınız. Bunda muhtemelen çok usta bir hale gelebilirsiniz - ani acı vereni hatırlama konusunda.”

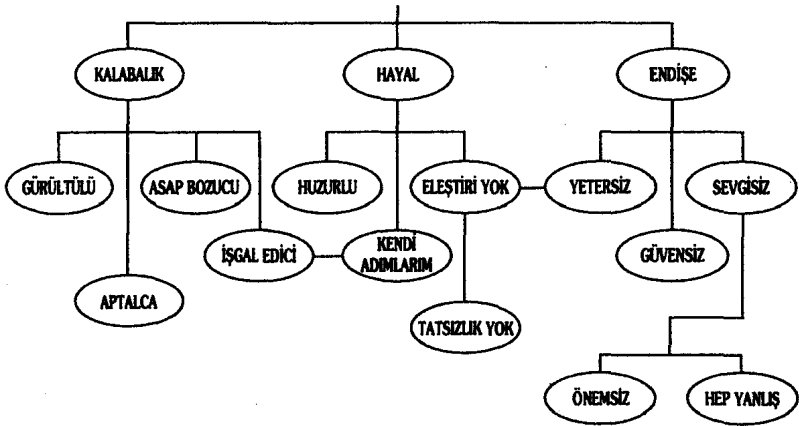
Neyin acı verici olduğu kişiden kişiye değişir. Örneğin, insanların çoğu olumlu anıları hatırlamayı kolay bulurlarken, acı verici olanları geri getirmede zorlanırlar. Depresyondaki kişilerde olumsuz anıların zihne gelmeleri olumlu olanlara göre daha kolaydır. Birey-sistemi, kısmen, bu acı verici bölgelerin topografik bir çizelgesidir. Öz güvenin az olduğu, birey-sisteminin kolay incinebildiği yerlerde bu gibi acı noktaları çok güçlüdür. Bu acı nodlarının yattığı yerlerde, lakunaların birey-sistemini kaygıdan uzaklaştırarak koruyucu görevlerini sergilediklerini öne sürüyorum.

Bir grup Rus araştırmacısının yaptığı incelemeler bu etkiyi göstermektedir.¹⁸ Ruslar kelimelerle dolu bir listeyi bilinçaltı ile algılanabilecek biçimde yansıtmışlar ve deneklerinden bu kelimelerin ne olduklarını tahmin etmelerini istemişlerdir. Seçilen kelimelerin bazıları özel bir duygusal potansiyele sahiptiler; örneğin, hırsızlıkla suçlanan bir adama “soygun” kelimesi gösterilmişti. Ruslar, tıpkı iş başındaki bir lakunaya benzer kanıtlar elde ettiler: Denekler, yüklenen kelimelerin neler olabileceklerini belirtmeyi özellikle güç bulmuşlardı, ama aynı zamanda yapılan beyin ölçümleri bu kelimelere karşı önemli derecede kuvvetli beyin tepkileri olduğunu açığa çıkarmışlardı. Michigan Üniversitesi Psikoloji Kliniği’nde hastalarla çalışan Howard Shevrin de buna benzer sonuçlar elde etmişti.¹⁹

Bu kaçınmalar şaşırtıcı şemalar tarafından düzenlenirler. Vernon Hamilton böyle bir şemanın nasıl işlediği ile ilgili bir analiz sunuyor.²⁰ Bir kişilik sorgulamasında “Kendi başıma olmayı tercih ediyorum” ifadesini kabul eden birini ele ala-

lım. Bu ifade kişinin kendisi hakkında bir önerme, birey-sis-temi içerisindeki bir şemadır. Bu, buna bağlı pek çok şemayı ihtiva edebilir; tıpkı Hamilton'un Figür 14'te örneklerle açıkladığı gibi.

"KENDİ BAŞIMA OLMAYI TERCİH EDİYORUM"



Figür 14: "Kendi başıma olmayı tercih ediyorum" ifadesinin belirttiği şemalar: Bunlar, endişeli ve hassas bir kişide bu düşünce ile aktive olabilecek şemalardır.

Bu şemalar endişeli ve kalabalığı sevmeyen, huzur içinde hayal kurmayı seven, sosyal olarak içe dönük hisseden ve sevgisiz bir insanı yansıtmaktadırlar. Aynı ifade bir başka kişi için, çok daha farklı bir görünüşün işareti olabilir: Kendine güveni, özgürlüğü ve kendinden tamamen hoşnut birini akla getiren şemalar...

Eğer bir kişinin birey şemalarını haritalayıp, özgüveni tehdit eden veya başka şekilde kaygı uyandıranları kırmızıya boyayabilseydik, lakunaların en fazla ortaya çıktıkları kırmızı çizgileri işaretleyebilirdik. Örneğin, Figür 14'teki şemalarda "Kalabalık"ın altındakiler hafif pembeye, "Hayal"ın altında-

kiler hiçbir niteliği olmayan beyaz renge boyanabilirlerdi. Fakat “EndiŒe”nin altındaki Œemalar muhakkak kıpkırmızı olurlardı.

Gerekli koŒullar bu rahatsız edici “EndiŒe” Œemalarını tetiklerler; zihnin kaygı tehdidi ile baŒa çıkma yollarından biri ŒaŒırtıcı Œemalar yoluyla gerekleŒir. Bu suretle, eđer “kendi baŒıma olmak” dūŒüncesi önemsiz ve sevgisiz hissetme dūŒüncelerine yol aıyorsa, zihin bu yakıŒtırmaların yerine “huzur dolu, benim adımlarım” ve “iŒgal edici, asap bozucu kalabalıklar” gibi ifadeler koyarak bu üzücü dūŒüncelerin üstesinden gelebilir. Sonuç Œu bilinçli dūŒüncedir: “Kendi baŒıma olmayı seviyorum- bu huzur dolu ve kendi adımlarımla yürüyebiliyorum. Bunun yanısıra, kalabalıklar fuzuli olarak yer iŒgal ediyorlar ve asap bozucular.” Aynı zamanda, “yalnız olduğum zaman kendimi önemsiz ve sevgisiz hissediyorum” dūŒüncesi de, bu yakıŒtırmaları tetiklediği halde farkındalık alanının dıŒında kalır.

Hamilton bir lakunanın alıŒmasına iliŒkin buna benzer bir dinamik ileri sürmektedir. Sınava girmek konusunda aŒırı kaygılı ve baŒarısızlıktan korkan bir kimsenin kuramsal örneğini veriyor Hamilton. Eğer bu kiŒiye bir taŒitoskop ile “baŒarısızlık” kelimesi gösterilirse ve kiŒi bunu farkındalık alanı dıŒında kaydederse, sonra kelimenin ne olduğunu tahmin etmesi gerektiğinde bunu izleyen iŒlemler göz önüne serilebilir.

İlkönce, “baŒarısızlık” duysal depoda kaydedilir. Burada, uzun süreli hafızada tutulan ilgili Œemalar ile taranır. Uzun süreli hafıza seçici dikkat için bir program aktive eder. “BaŒarısızlık” kelimesi bloke edilir ve süzülür. Bunun yerine “ortak kelime”, “f harfi olan”, “-ure ile biten” gibi kavrayıŒlar farkındalığa girerler. Aynı zamanda uzun süreli hafızada

“korkuyorum”, “sınavı vermek”, “şimdi çabuk olmalıyım” gibi şemalar ve diğer bağlantılı -ve endişelendirici- bağlantı silsileleri aktive olurlar. Farkındalığa ulaşan: “f... ure” olup kişinin tahmin ettiği kelime “feature”dir*.

Hamilton bir kimse ne kadar fazla kaygılıysa, tehlike, tehdit veya aksilik durumlarını şifreleyen şemaların sayılarının da o kadar fazla olacağını söylüyor. Kişinin bilişsel ağlarında bunlar ne kadar yaygın ve bunlara ne kadar önem verilmişse, hayat olayları tarafından aktive edilmeleri de o kadar fazla olacaktır. Bu gibi korku dolu şemalar aktive oldukça, kişi bunların uyandırdıkları kaygıdan sakınmak için kaçınma mekanizmalarına güvenmeye başlayacaktır. Dikkati lakunalarla dolacak, boşluklar ile lekeleneyecektir. İnkâr etmeye yarayan stratejiler çoğaldıkça ve şiddetlendikçe, farkındalığa verecekleri hasar da artacaktır. Lakunalar geçiş vergisi alırlar: Lakunalar dikkate, en az kişiyi korumaya çalıştıkları kaygının sebep olduğu zararlar kadar fazla zarar verirler.

Zihin pekçok şaşırtıcı şema kullanır. Bu şemaların işleyişlerinin en mükemmel haritalanması Freud’un çalışmalarında yer almaktadır. Buna benzer olarak, bu kendini aldatmaları tespit etmek ve düzeltmek için kullanılan en üstün metod da psikoanalizdir.

* Farkındalık alanına giren ve “f” harfi ile başlayıp “-ure” ile biten kelimeleri göstermek amacıyla kelimelerin İngilizce orijinalleri kullanılmıştır. Başarısızlık anlamındaki “failure” kelimesi bloke edilir; kişi bunun yerine özellik anlamındaki “feature” kelimesini tahmin eder. (ç.n.)

KENDİMİZDEN SAKLADIĞIMIZ SIRLAR

YERALTINDAN NOTLAR'da Fyodor Dostoyevsky şöyle yazmıştır: “Herkesin, herkese değil fakat sadece arkadaşlarına anlattığı anıları vardır. Zihninde, arkadaşlarına bile açıklamadığı, sadece kendisinin bildiği sorunlar da vardır; bunlar gizlidir. Fakat bir kimsenin kendisine bile söylemekten korktuğu başka şeyler de vardır. Ve her iyi insan zihninde depolanmış bunun gibi birçok şeye sahiptir.”

Dostoyevsky'nin gözlemleri düğüm olmuş bir soru çıkarıyor ortaya: John Dean'in sırrı, yani 15 Eylül 1972 olayları hakkındaki çarpıtılmış beyanları, hangi kategoriye aittir? Onun sırrı sadece arkadaşlarına anlattığı bir sır çeşidi miydi? Sadece kendine itiraf ettiği bir çeşit miydi? Yoksa bunu kendisine bile itiraf etmemiş miydi? Her tip, bilinçli kontrolden büyük bir çıkarılmayı simgelemektedir.

Eğer Dean'in sırrı birinci veya ikinci tip ise, öyleyse “gerçekleri” anlatışı da maksatlı bir manevraydı. Bu olayda *Kongreye Ait Kayıtlar* sonucunda ortaya çıkan, önyargılı bir rapor ve çeşitli yalanlardı. Fakat eğer Dean'in sırrı üçüncü tip ise, beyanları hikâye edebildiği gerçeklerin en iyi versiyonuydu. Çarpıklık onun hafızasındaydı, beyan edişinde değil. Bu, kendisinden bile sakladığı bir sırdı.

Bireyin gizleri, sadece olağandışı koşullar altında yeniden ele geçirilebilir. Bu gibi sırları ele geçirmek için dizayn edilmiş tekniklerden biri psikoanalizdir; bu sırların saklanması, Freud'un "baskılama" olarak adlandırdığı olaydır. Genel olarak hudutsuz savunma duyularında baskılama, Freud'a göre, uğraştığı bilim dalının anahtarıydı; "Psikoanalizin bütün yapısının onun üzerinde durduğu bir temel taşı"ydı.

"Baskılama" adlı makalesinde Freud temel bir tanımlama yaptı: "Baskılamanın özü, basit olarak, bir şeyi reddetme işleminin ve o şeyi bilinç dışında tutmanın altında yatmaktadır."²¹ Bu tanım öyle söylemese de, Freud'un bu yazıyı yazmasının amacı "baskılama" kelimesini, parçaların tek bir sınıfının farkındalık alanı dışında tutulması için saklamaktı; yani psikolojik acı uyandıranların. Acılar çok çeşitli olabilirler: Travma, "tahammül edilmez fikirler", dayanılmaz duygular, kaygı, suçluluk duygusu, utanç ve bunun gibi. Baskılama, özlü lakunadır; farkındalığı azaltarak zihinsel acıları azaltır. Tıpkı yakın akrabayı "inkâr" gibi.

Freud'un yazısındaki baskılama kavramı pek çok değişim geçirdi ve bunlara ilaveten, onu takip eden başarılı nesiller tarafından tasfiye edildi.²² Bu kavramsal evrim, "savunma mekanizmaları"nda en yüksek noktaya ulaşır. Savunma mekanizmaları, dikkat ve kaygının zihinsel hayatta karşılıklı etkileşim yollarının, günümüze dek yapılmış en ayrıntılı haritasıdır*. Savunma mekanizmaları, daha sonra da göreceğimiz gibi, sırları kendimizden saklamanın reçeteleridir. Savunmalar şaşırtıcıdır; acı veren bilgilerle birbirleri ardısına aktive olurlar. Fonksiyonları, dikkati çarpıtarak o acıyı tamponlamaktır.

* Freud savunma mekanizmaları fikrini öncelikle bilinçsiz cinsel ve düşmanca dürtüleri savuşturmak anlamında kullanmıştır. Bense bu fikri, genel olarak kaygıya sebep olan bilgileri de içerecek şekilde genişletiyorum.

Baskılama, psikoanaliz oyununda baş rolü oynar. Acı veren anlar veya tehlikeli dürtüler, zihinsel ıstırabın ağırlığını hafifletmek için baskılanırlar. Fakat bu taktik sadece yarı yarıya başarılıdır: Kendilerine karşı savunulmuş acılar dikkati çarpıtırlar ve kişiliğin doğru yoldan sapmasına neden olurlar. Psikoanalizin görevi bu savunmaların hakkından gelmek ve boşlukları doldurmaktır.

Tahlil edilen hasta saldırılara karşı direnir. Direnişi, tam anlamıyla açıksözlü olarak bağımsız ilişkiler kurma kabiliyetsizliğini de içine alan pek çok biçime girer. Düşünceleri, savunmalarla sınırlandırılmış bir farkındalık sahasına yöneldiğinde, şaşırtıcı bir şema aktive olur ve hastanın bağlantıları bozulur. Bu sebepten ötürü Freud, bağımsız ilişkilerin gerçekten bağımsız olmadıklarını gözlemledi. Bunlar Dostoyevsky'nin sırlarının her iki tipi tarafından idare edilirler: Bazıları hasta tarafından bilinir ama analistten saklanırlar, diğerleri de hastanın kendisinden bile gizlenirler.

Freud bu yasaklanan bölgelerin, merkezlerinde bir anahtar hafızaya sahip olduklarını izah etti; bu genellikle çocuklukta yaşanan travmatik bir andı. Hatıralar maddeler halinde gruplanırlar; özellikle de, tıpkı dosyalanmış belgeler gibi, zengin şema grupları ile. Her bir madde yasaklanan bilgilerin çekirdeği etrafında, bir soğanın katmanları gibi tertip edilir. Bir kişinin inceleme yaptığı alan bunun çekirdeğine ne kadar yakınsa, direnç de o kadar kuvvetli olur. En derindeki şemalar en fazla acı veren hatıraları şifrelerler ve bunlar aktifleşmeleri en zor olan şemalardır. “En yüzeysel tabaka” diye yazmıştı Freud²³ “kolayca hatırlanan anıları [veya dosyaları] ihtiva eder ve burası her zaman açık olarak bilinçlidir. Derinlere inildikçe, ortaya çıkan hatıraların tanınması da daha zorlaşır. Çekirdeğin yakınına gelinceye kadar, hastanın

bunları türetmiş olduğunu dahi reddettiği hatıralarla karşılıyoruz.”

Baskılamanın gizli tehdidi, bununla birlikte doğan sessizliktir. Acıların farkındalık alanının dışından geçip gitmesi, hiçbir uyarıcı sinyal göndermez: Baskılanmanın anlamı, buharlaşan bir düşüncedir. Freud bunu sadece, hastalarına geçmişte bir an neler olduğunun ayrıntılarına inip inceleyerek, yani geçmişe dönerek bulabilirdi.

Böyle savunmalar, perde arkasında gibi işlerler yaşamda; biz bunlardan haberdar olmayız. R. D. Laing'in gözlemleri şöyle:²⁴

Şu an tartışmakta olduğumuz yaşamdaki işleyişler kendi başlarına yaşanmazlar. Bir kimsenin kendisini faaliyet halindeyken yakalaması pek nadirdir; onları esasen yaşamın elemanları olarak değil kendileri olarak kabul etmeye teşvik ediliyorum. Bunlar hareket halindeyken ara sıra da olsa gözüme hiç ilişmediler; ve ayısını bana bildiren başkaları da olmadı. Başka birini faaliyet halindeyken yakalamak, karşılaştırılmalı olarak kolaydır.

Bu nokta Laing'i lakunaya çok benzer bir şey kurmaya i-tiyor; bunları yaşamlarımızdan çıkarmak için işleyişlerle ilgili deneyimlerimiz üzerinde işleyen zihinsel bir aygıt... bu öyle bir yolda sürüp gider ki, ne yaşam görüşlerimizi ortadan kaldıran işleyişlerin ne de birincisinin sesini kesen ikincil işlemlerin farkına varırız. Bunların tamamı zihinsel bir perdenin arkasında olup biter; düşüncelerin sesi kesilmiş fısıltaları sessizlik içinde gözden kaybolurlar. Bizler yaşamlardaki bu boşlukları, sadece sonradan olan bir olay bizi bununla yüzleştirdiğinde farkederiz.

Leslie Epstein adlı roman yazarı bu ikilemi çok iyi yakalıyor. Epstein, *Musevilerin Kralı* adlı kitabı için bir senesini YIVO'da Nazilerin yaptıkları Musevi Katliamı hakkında kitaplar okuyarak geçirdi. YIVO, Musevi araştırmaları enstitüsüydü. Sonra Epstein büyük bir samimiyet ve tarafsızlık ile bizlere şunları aktardı.²⁵

Birkaç sene önce araştırma süreci için özet bir hikâye yazmış ve bunu “kalp durduran deneyim” olarak adlandırmıştım. Ne saçmalık! Bu seneye ilgili en korkunç durum, bu süre boyunca kalbimin neşeyle çarpışı ve esasen bitmek bilmeyen kederlerle dolu hikâyelerle yoldan çıkmayışı oldu. Kütüphaneye vardıktan hemen sonra, bu materyallerin hepsini elimden geçireceksem, bunların üzerinde düşünecek ve şekillendireceksem, kendimle Musevilerin kaderlerini anlatan hikâyelerin arasına demir gibi kalın bir psişik kepenk çekmem gerektiğini hissetmiş olmalıyım. Bu yüzden kış ortasında orada paltoma sarmalanmış bir şekilde oturup -YIVO sadece gürültülü değil aynı zamanda soğuktur da- sakince ve hiçbir şeye aldırmandan okumaya devam ettim.

Epstein bu keder dolu hikâyelerin kendisine dokunmadığı ile ilgili sırrını itiraf ediyor. Tesadüfi umursamazlığa nasıl gelmiş olabilir? Kendinde mantıklı olarak sonuç çıkardığı gibi, koruyucu bir psişik kepenk yaratma ihtiyacını hissetmiş olmalı. Demir kepengin düştüğü ana dair hiçbir açıklama, çıkardığı madeni sese dair hiçbir kayıt yok. Daha kesin olarak, düştüğü ana dair hiçbir hatırlama yok. Baskılama durumu, baskıladığı şeylerle birlikte baskılanmışa benziyor.

Fakat Epstein'in baskılaması çok iyi bir yarı-başarılı stratejiydi. Epstein suçluluk duygularının noksanlığı yüzünden suçluluk duyuyordu. Umursamaz bir biçimde oturup okurken şöyle düşünmüştü: "Bunun için cezalandırılacağım. Kabuslar göreceğim." Fakat kabuslar gelmedi. Bunun yerine tuhaf bir duygu meyili vardı. Bunun bir işareti, kaleminden dökülen Musevi Katliamı ile ilgili kitabı öylesine kaygısız bir ton içeriyordu ki, bu bazı okuyucuları öfkelenmişti. Bir diğeri genel olarak duyguların sesinin kısılmasıydı:²⁶

"Öncelikle farkına vardığım, geçmişin şiddetlerine pek fazla değil fakat benim çevremde olup bitenlere karşı tepki noksanlığıydı. John Lennon öldürüldü, bir Papa ve bir Başkan yaralandı: Sosyal patolojideki geçici bir merak belirtisi ile omzumu silmek. Depremler oldu, yanardağlar infilak etti, rehineler alındı ve en kötüsü arkadaşlar ve meslektaşlar hayatın değişimlerinin ve çarpışmaların üzüntüsünü duydular. Benim ise tek yaptığım -Çehov'un *Martı*'sındaki lanetlenmiş Trigrin gibi- notlar almak oldu. Dünya durmuştu, düzdü... Beni etkisiz bırakan sadece o günlerin afetleri değildi; bütün memnuniyet verici durumlara da kayıtsız kalıyordum."

Epstein kendisi üzerinde "ironik bir oyun" olarak adlandırdığı bir oyun oynamış olduğunu anlamıştı: "Duygularıyla bir anlaşma yapmış gibiydim. Hissetmemek ve tepki vermek üzere yapılmış bir anlaşmaydı bu. Fakat bu düzenlemenin sona ereceği günü kararlaştırmayı unutmuştum." Ama yine de bu hissedilmemiş duygular onun yazılarına yavaş yavaş girdiler ve başka bir romanında yer zaptettiler. Epstein

birgün bu ikinci eserinin acı ve ölüm, uzuvların kesilmesi ve işkence ile dolu olduğunu farketti. Ona karşı kendisini izole ettiği ve Musevi Katliamı ile ilgili kitabından uzak tuttuğu şiddet, Kaliforniya'da hazırlanan bir romana taşındı. "Hemen anladım ki" diye yazıyor Epstein²⁷ "Musevi Katliamı ile ilgili romanımın sayfalarından uzak tuttuğum bütün o dehşet, bir intikam refleksiymişçesine geri dönüyordu. Binlerce kayıp ceset çevreye yığılmıştı... biri ters giden bir anlaşmayı, pazarlık eden kişi tarafından en derin anlamı hiç kavranamayan bir pazarlığı, 'Büyücünün Çırağı'nın bir versiyonunu düşünüyordu. Burada, hayat vermek, hayal etmek, hakim olmak için peşine düşülen güçler, büsbütün bir tekrarlama yolu ile bireyin kendi yokoluşunun kaynağı haline geliyordu."

"Ters giden anlaşma" baskılama için uygun bir tabirdir. Değiş-tokuş, azalmış kaygının yerini zayıflamış dikkatin alması ile olur - bu vakada, sindirilmiş (sesleri kısılmış) duygular dehşet veren gerçeklere karşı kasıtlı olmayan bir dalgınlığa izin vermişlerdi. Bununla beraber böyle bir pazarlığa girmenin bedeli vardır. Dahası bu çok iyi çalışmaz: Bastırılmış korkular ve nefret başka kılıklar altında dışarı sızarlar ve masmus düşünceleri lekelerler.

Epstein duygularını sindirmeyi bu kadar iyi bir biçimde nasıl öğrenmişti? Baskılamanın ona ilk kez gelişi soğuk ve gürültülü YIVO koridorlarında mı gerçekleşmişti? Epstein'in kendi gizli dedektif işlerine inanırsak, hayır!²⁸ "YIVO'da tanık olduğum duygusal sansür tek başına, baskılanmış olarak adlandırıldığına inandığım inanılmaz derecedeki geri dönüşün sebebini açıklayamaz. Ben ne zaman, hangi başka zamanda, duygularıma maksatlı olarak sırtımı döndüm?.. Otuz sene önce babam öldüğünde ağabeyim ve ben cenazesine gitmedik." Bunun yerine Epstein ve ağabeyi *Lavanta Tepesi*

Çetesi'ni görmeye oradan da St. Louis'in Ruhu'nun kopyasını görmek üzere bir müzeye götürülmüşlerdi. Çocukların ıstıraplarının üzerini eğlence kaplamıştı.

Freud'a göre, baskılamanın cezası tekrarlanmadır. Başedilmeyen acı verici deneyimler, bilinçsiz olarak, tekrarlanırlar. Kendimizi tekrarladığımızı hemen hemen farketmeyiz, çünkü tekrarladığımız şaşırtıcı şemalar, tekrarlandıkları gerçeğini farkındalıktan uzak tutarlar. Bir taraftan bunu daha önce yapmış olduğumuzu unuturuz, diğer bir taraftan da tekrar yapmakta olduğumuzun farkına pek varmayız. Kendini aldatma tamamlanmıştır.

UNUTMAK VE UNUTTUĞUMUZU UNUTMAK

Epstein'in yansımaları, analitik seansın iç yüzünü akla getiriyor. Doğrusu baskılaması ve becerikli bir biçimde çözülen sırları bir lakuna olarak karşımıza çıkabilir. Travmatik merkez, babasının cenazesi yerine sinemaya gittiği gündür. Bazı çıkarımlar ile birlikte hâlâ aynı zihinsel "dosya"da bulunan (Freud'un tabiriyle), Musevi Katliamı'nın yazar tarafından görüldüğü kaygısız muameledir. Bu yaraların kaynaklarını birleştiren koza -ve tahminen hayatındaki buna benzer başka anlarınkini- duyguların bastırılması ve acıların zihinsel olarak dağlanmasıdır.

Acıların dağlanması da bireyi yenilgiye uğratan özelliكتedir. Eğer baskılanma çok fazla ise, acılar dışarı sızarlar. Çevresindeki yaşamları ve bir başkasının duygularını anlayabilme yeteneğini ve kendi duygularını tam anlamıyla yaşayabilme kapasitesini kaybeder kişi. Yaratıcı yanı ona acının -farkındalık bölgesinde olmamasına rağmen- saklanma halinde pusuya yatmış olduğunu söyler: Epstein'in Kaliforniya romanı bir Musevi Katliamı kitabı gibi okunmaktadır.

Epstein'in zihinsel manevrasının sadece acı verici bir hatırayı baskılamak için olmadığına dikkat edin. Ayrıntıları, kaçırılan bir cenazeyi ve görülen filmi hatırlıyor. Baskılanan,

bunun acısı; gerçekleri zihnine alıyor fakat bunlarla birlikte gelen hisleri almıyor. Musevi Katliamı'nda öldürülenlerle ilgili okuduklarında da -ki bu kişilerle ölmüş babası arasında bir bağlantı kurduğunu yazısının başka bir bölümünde belirtmiştir- aynı hileye başvuruyor. Kendisini bu şiddetli ıstırapların ayrıntıları içerisine gömüyor fakat bu ıstırapları kendi içerisinde hissetmede başarısız oluyor.

Epstein'in dikkatsel taktiği, baskılanmanın pek çok çeşidinden biridir sadece. Freud'un baskılanma ile ilgili düşünceleri incelikle işlenirken, zihnin acı veren düşünceleri ve anıları bilinçten uzak tutabilmesinin çeşitli yolları da ayrıntıları ile açıklandı. Basit ama geniş kapsamlı bir unutmaya, buna uygun olan çok sayıdaki zihin çarpıklıklarından biridir.

Freud ve etrafındakiler psikoanalizlerden her seferinde daha fazla veri topladıkça, Freud bu gibi lakunaların artan sayılarını tanımladı. Vaka tartışmaları, kısmen, bu manevraların anlaşılması güç yanlarını çözmek çevresinde dolanıyordu. Örneğin, psikiyatrik incelemelerde kullanılmak üzere toplanan bilgilerde, "Fare Adam" ve "Dr. Schreber", Freud bir düzineden fazla şeye değiniyor ve bunlar daha sonra tanınabilecekleri için her zaman isimlerini kullanmıyor.²⁹

Freud'un bu zihinsel manevralar için kullandığı genel terim "savunma" idi, ama bununla eş anlamlı olan "en yaygın hislerde baskılanma" terimini de kullanmıştı. Çünkü Freud'un görüşüne göre bütün savunma teknikleri bir dereceye kadar baskılanmayı icap ettiriyordu. Bu savunmaların kendilerine has özellikleri ne olursa olsun, baskılanma ile tek bir vasıta ve amaç paylaşırlar: Bunların hepsi acılardan sakınmak için gerçekleri değiştirip bozmaya yarayan bilişsel aygıtlardır.

Epstein'in baskılaması sadece olayları beyan etme yeteneğinde eşsizdir. Freud şöyle belirtiyor:³⁰ "Bir zamanlar bize sıkıntı veren olaylarla ilgili... bu kolay ve usule uygun sakınma... bizde baskılama prototipini meydana getirir... Üzüntü veren olaydan sakınmanın çoğunun -bu bir devekuşu politikasıdır- yetişkinlerin normal zihinsel hayatlarında da hâlâ görülebileceği bilinen bir gerçektir."

Savunma mekanizmaları aslında acıdan sakınmak için kendi üzerimizde oynadığımız dikkatsel oyunlardır. Bunlar devekuşu politikasını yerine getirmek için ihtiyaç duyulan gereçlerdir. Bu kendini kandırmalar psikoanalitik seanslarda geçerli değildir. Freud'un değindiği nokta iyice özümsemiştir: Hepimiz bunları kullanırız.

Elde olan bir savunmanın kendi kör noktasını yaratma yolu, Bölüm 2'de tanımlanan zihin modeli kullanılarak analiz edilebilir. Her bir savunma stratejisi biraz farklı yollar ile çalışır. Ve bir bütün olarak alındığında bunlar, zihnin normal mekaniklerinin kaygıdan sakınma amacıyla nasıl ustalıkla altüst edilebileceklerini ortaya koymaktadırlar. Erdelyi'nin belirttiği gibi, bu tür algısal eğitim gerçekte, zihnin akışında uyarı ile karşılaşmanın ilk milisaniyesinden çok uzak bir anının hatırlanmasına dek her yerde ortaya çıkabilir.³¹

Bir kör nokta oluşumuna yol açan algı eğilimi yaratılmasına özgü taktiklerin potansiyel olarak sonsuz çeşitleri vardır. Erdelyi şöyle söylüyor: "Eğitim başlangıçta başlar ve bilgi işlenmesinin en sonunda son bulur." Bu sebepten ötürü, "Savunma amacıyla sayısız yollarla çarpıtılabilir."

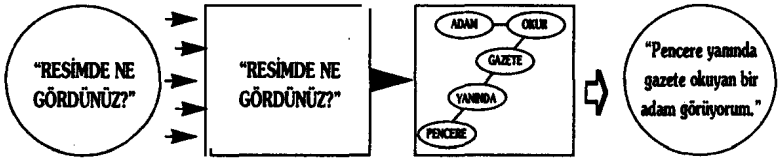
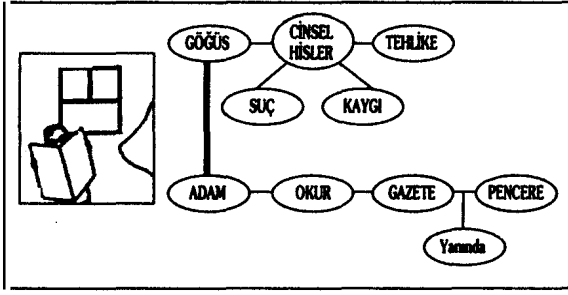
Aşağıda, psikoanalitik literatürde tanımlanan en yaygın savunmalardan bazılarının kısa tariflerini ve -bizim zihin modelimizle yorumlandığı gibi- herbirinin nasıl iş görebileceğinin bir deneme analizini bulacaksınız:

BASKILAMA: UNUTMAK VE UNUTTUĞUNU UNUTMAK

Freud “baskılama” sözcüğünü en dar anlamda, bir düşünce, uyarı veya hatırayı direkt olarak farkındalıktan uzak tutmak için yapılan basit bir savunmayı anlatmak için kullandı. Baskılama, içinde “bir kimsenin unuttuğu sonra da unuttuğunu unuttuğu” olan bir savunmayı ifade eder. Bütün savunmalar, gerçek üzerinde, bu tip boşlukların neden olduğu temel bozukluklar ile başladıkları için baskılama diğer savunmaların da yapı taşıdır. R. D. Laing faaliyet halinde olan baskılamayı örneklerle anlatan bir hikâye anlatıyor kendisi hakkında:³²

On üç yaşındayken çok utandırıcı bir deneyim yaşamıştım. Bu olayı sizlere naklederek sizleri de utandırmayacağım. Bu olay olduktan yaklaşık iki dakika sonra, bu olayı zihnimden atma süreci içinde yakaladım kendimi. Şimdiden yarısından fazlasını unutmuştum bile. Daha kesin olarak söylemek gerekirse, bu olayı unuttuğumu unutarak bu işlemlerin tamamını mühürlemek süreci içerisindeydim. Bunu daha önce kaç kez yapmış olduğumu söyleyemem... Eminim ki bu oyunu oynayışım ilk değildi ve son da olmayacaktı. Ama inanıyorum ki bu durumların pek çoğu halen o kadar etkili bir biçimde bastırılmış durumdadır ki, bunları unutmış olduğumu bile unutmuşum.

Baskılama için uygun adaylar, kabul edilemez cinsel arzuları (birinin ebeveyni ile cinsel ilişkiye girme arzusu gibi), saldırgan dürtüleri (bir ebeveyni veya kardeşi öldürme ile ilgili arzular gibi), utanç verici fantazileri ve dehşetli duyguları ve özellikle de rahatsız edici hatıraları ihtiva ederler. Baskıla-



Figür 15: Baskılamanın anatomisi: Baskılanan bilgiler, bu bilgilerin orijinal yörüngeleri bir zamanlar farkındalık alanının içinden geçmiş olsalar da, hafızadan geri çağrılmazlar.

ma belirtileri, tabii ki, zihnimize bu gibi parçaları baskılasak bunu yaptığımızı dair hiçbir iz bulunmayacağı ile ilgili paradoksu içerirler. Düşünceler görünüşte yok olmuşlardır.

Bizim zihin modelimiz kalıp olarak kullanılarak, baskılanmış bilgilerin uzun süreli hafızaya geçtikleri görülebilir. Bu geçiş farkındalık yolu ile olabilir. Fakat baskılama, farkındalığa giden sonraki giriş yolunun etrafını çevirir. O bilgiye ait şemalar hafızada kaldıkları halde geri çağrılmazlar (veya alışılmış koşullar altında bulunamazlar - diğer taktikler arasında, psikoanaliz bu kuşatmayı ortadan kaldırabilir). Dahası,

bir bilgi bir kez baskılandığında, bunun baskılanmış olduğu gerçeği unutulur; böylelikle bunu hatırlamaya çalışmak için de hiçbir dürtü harekete geçmez.

İNKAR VE TERSİNE ÇEVİRME: GERÇEKTE OLAN DEĞİL, BUNUN TAM TERSİ SÖZ KONUSU EDİLİR.

İnkâr, olayları oldukları gibi kabul etmeyi reddetmektir. Olayın tamamı baskılamada olduğu gibi farkındalık alanından silinirse de, gerçekler olayın aslını karartmak için değiştirilirler. “Senden nefret ediyorum”, “Senden nefret etmiyorum” haline gelir. İnkâr, harap edici kayıplara karşı verilen en genel ilk reaksiyondur; kendilerine yaşamaları için sadece bir kaç ayları olduğu söylenen hastalar sıklıkla bu gerçeği inkâr ederler. Hayatını tehdit eden bir hastalığı olan hasta için inkâr tipik olarak hamle yapar ve bunu şiddet gibi bir başka reaksiyon takip eder. Bir sinir hastası için inkâr, bilincin bir demirbaşı ve işleri kolaylaştıran bir savunma haline gelebilir.

Olayları tersine çevirme, inkârı bir adım ileriye götürür. Gerçek inkâr edilir ve sonra da tam tersine dönüştürülür: “Senden nefret ediyorum”, “Seni seviyorum” olur; “mutsuzum”, “mutluyum” olarak değiştirilir. Bazen “reaksiyon oluşturulması” olarak da adlandırılan tersine çevirme, idare edilemez uyaranları sterilize etmenin elverişli bir yoludur. Pasaklı olma dürtüsü aşırı temizliğe dönüştürülür; öfkenin yüzeyi, baskı altına alınmış bir beslenme ile kaplanır.

Bizim çevremizde inkâr, ilk önce farkındalık içine geçmeden bilinçsiz hafızaya giren bilgilerle tamamlanır. İnkâr edilen bilgi bir kez bilinçaltına girdiğinde burada tersine çevrilme işlemlerinden geçer ve farkındalık alanına girer.

ATIŞ: İÇERİDE OLAN DIŞARIYA ATILIR.

Eğer bir kimsenin duyguları başedilmeyecek kadar fazla ise, zihin onları uzaklarda bir yerlerde idare edebilir. Duyguları uzaklaştırmanın bir yolu, onlar kendine ait değilmiş gibi davranmaktır. Birinin duygularını başka birine atmanın formülü iki bölüm içerir: İnkâr ve yerinden çıkarma. İlk olarak kaygı uyandıran bir duygu, fikir veya uyaran inkâr edilir ve farkındalık alanından uzak tutulur. Sonra kişi bu duyguları dışarıda bir yere, başka birinin üzerine yerleştirir: Benim ona karşı öfkem buharlaşıp gider, onun bana karşı öfkesiyle gizemli bir şekilde yer değiştirir. Bir kez başka birinin üzerine atıldığında, bireyin bu atılan parçası ile tamamen bir yabancıymışçasına karşılaşılır - hem de unutulmuş orijinali ile esrarengiz bir benzerlik taşıdığı halde. Tersine çevirme gibi atış da, inkâr edilen ve bilinçaltına geçen verileri başka biçimlere dönüştürür. Bir kez değiştirilen bilgiler de farkındalığa ulaşırlar.

İZOLASYON (AYIRMA): DUYGULARDAN YOKSUN OLAYLAR.

İzolasyon deneyimlerin kısmi olarak boş bırakılmaları, yani bir yarı-inkârdır. Tatsız bir olay değil fakat bu olayın uyardığı duygular baskılanır. Bu yol ile ayrıntılar farkındalık alanında kalabilirler fakat istenmeyen niteliklerinden temizlenmişlerdir. Dikkat, buna bağlı duyguları boş bırakırken, gerçekler üzerine sabitlenir. Sonuç, deneyimlerin yumuşak bir versiyonudur. Burada gerçekler aynı olarak kalırlar fakat bunlarla birlikte ortaya çıkması gereken duygulardan yoksundurlar. Bu tahminen Epstein'in kendisini babasının ölümünün etkilerinden izole etmek için uyguladığı taktikti ve

bu, Epstein'in Musevi Katliamı ile ilgili gözle görülebilir al-dirmazlığının sebebini izah etmektedir.

BAHANE BULMAK: KENDİME, SİĞİNABİLECEĞİM BİR HİKAYE YARATIRIM.

En yaygın ve sıradan stratejilerden biri olan bahane bulma, tatsız uyarıların üzerini makul olan bir paravan ile örterek, birinin gerçek güdülerinin inkâr edilmesine olanak verir. İzolasyon ile hileli bir benzerlik içerisinde dikkat, elde bulunan gerçeklerle birlikte kalır fakat bunların arkasındaki gerçek uyarıları, bunun yerine sahtesini koyarak kuşatır. Bahaneler sadece kendimize değil fakat başkalarına da çekinmeden söylediğimiz ve hiç şüphe uyandırmadan atlattığımız kurnaz yalanlardır. "Bu senin iyiliğin için" ve "Bu seni yaraladığından daha fazla beni yaralıyor" gibi tabirler iş üzerindeki bahanelerin sinyalleridir ve bunlar, zihinsel işlemler arasında, yetenekleri arasında inandırıcı mazeret ve özürler icat etmek olan uygun savunmalardır.

YÜCELTME: TEHDİT EDENİN YERİNE TEHLİKESİZ OLANI GEÇİRMEK.

Yüceltme yolu ile kişi uygun olan bir objeyi alarak kabul edilemez bir uyarıyı indirekt dolaylı olarak ikna eder. Bunun formülü şudur: Sosyal olarak itiraz edilebilir bir dürtü akılda tutulur fakat bu dürtü, objesini sosyal olarak istek uyandıran bir sona götürür. Bununla bağlantılı bir manevra olan yerinden çıkarmada, dürtü, kabul edilebilir veya edilemez, bütün başka objeleri de alır. Yüceltme, içgüdüleri baskılamaktansa onların kanallara dökülmelerine izin verir; tıpkı daha sinirsel

savunmalardaki içgüdülerde olduğu gibi. Dürtüler, her ne kadar değiştirilmiş şekillerde olsalar da onaylanırlar. Çalma dürtüsü, bankacılık mesleğinde başarı kazanmak olarak yeni bir bedene girer; çılgılık, bir şarkı şeklinde görünür; tecavüz etme dürtüsü, kur yapma kıyafetini giyinir; sakat etmenin içten gelen itici hissi, cerrahın sanatkârlığı olarak yeni bir şekle girer. Freud yüceltmenin muazzam bir uygarlaştırıcı olduğunu, insanoğlunu idare edilebilir bir hale getiren ve insanın ilerleyişini mümkün kılan bir güç olduğunu ispat etmiştir.

“Atış”ın temelini teşkil eden dikkatsel dinamik, izolasyon, bahane bulma ve yüceltme gibi diğer savunmalarda da işler. Bunların her birinde hadiselerin asıl durumları inkâr edilir - bunlar farkındalık alanına ulaşmadan önce bilinçaltına geçerler. Bir kez bilinçaltına giren bilgiye burada çok çeşitli yollarla makyaj yapılır. İzolasyonda, olumsuz duygular dikkatten uzaklaştırılırlar; oysa olayın kendisi farkındalık alanına girer. Bahane bulmada, parçalara ayrılan bireyin gerçek güdüleridir; bunların yerine daha kabul edilebilir olanlar tekrar birbirlerine eklenirler. Ve yüceltmede, sterilize edilen, dürtülerin doğası ve bunların gerçek objeleridir. Olaya dikkatsel bir görüş açısından bakılırsa, bu savunmaların hepsi “atış” ile ortak bir prosedür paylaşırlar. Birinci adım inkârdır; ikinci adımda bilinçaltında bir değişim meydana gelir; üçüncü adımda ise değişime uğramış (biçim) farkındalık alanına girer.

Daha önce gördüğümüz gibi, Freud’un, zihnin dikkati başka yöne çevirerek kaygıya karşı korunma sağladığına dair fikri, ne psikoloji için ne de Freud’un, gerilimi yatıştırmak için başvuru alan yegâne dikkatsel hileler olarak adlandırdığı savunmalar için tektir. Savunma mekanizmaları hafızaya

sansür koyarlarken, güvenlik işleri de dikkatin biçimini şimdiki ana uyacak şekilde bozarlar. Freud'un savunmalarının listesine biz de Sullivan'dan bazı güvenlik işlemleri ekleyebiliriz. Bunlardan iki tanesi, kaygıya karşı savunmak için dikkatin çarpıtılmasının başka yollarına işaret etmektedirler.

SEÇİCİ DİKKATSİZLİK: HOŞUMA GİTMEYENLERİ GÖRMEM.

Seçici dikkatsizlik, elemanları birey tarafından farkedildiğinde tedirgin edici olabilecek olan deneyimlerden hazırlanır. Bu, geniş olarak yaygın bir operasyon olup günlük kaygıları savuşturur - yanlışlık yapılan bir faturayla hoşla gitmeyen borçlar unutulur. Seçici dikkatsizlik, günlük mücadelelere karşı verilen tamamen maksatlı tepkilerdir. Bunlar, Neisser'in şaşırtıcı bir şemanın en basit örneği olarak tanımladığına çok yakındırlar. "Bu mini-inkâr yolu ile" diyor Sullivan, "bir kimse yaşantısının fazla veya az anlamlı ayrıntılarının sonsuz sayılarının farkına varmaz." Seçici dikkatsizliğin son derece kolay oluşu -ve günlük yaşantılarda her yerde mevcut olması- bunu geniş kapsamlı bir savunma olarak nitelendirmektedir, belki de en yaygını, en geneli olarak.

OTOMATİZM(ÖZDEVİM):YAPTIĞIMIN FARKINDA DEĞİLİM

Bölüm 2'de gördüğümüz gibi, yaptıklarımızın çoğu farkındalık dışında bir yerlerde otomatik olarak yapılırlar. Bu otomatikleşmiş aktivitelerin bazıları, güdülerimizi ve dıştan gelen etkileri tam olarak anladığımız takdirde bizi rahatsız edebilecek deneyimlerin unsurlarının üzerini kaplarlar. Otomatizm, bu gibi davranışların birbirini, izleyen bütün sıralarının, bunların meydana geldiklerinin veya ifade ettikleri so-

run yaratıcı dürtülerin farkına varmamıza gerek kalmadan sürüp gitmelerine imkan verir. Sullivan³³, Manhattan'da cadde yürüyüşünü ve bu sırada insanların büyük bir kısmının kalpleri fırlayacakmış gibi çarparak telaşlı telaşlı bakındıklarını farkedişini örnek olarak aktarıyor... Pek çoğu gözlerini sizin gözlerinize doğru kaldırır - galiba... farkedilip edilmediklerini görmek için. Garip olan şudur ki, bunların bazıları sizin bakışlarınızla karşılaştıklarında, sanki hiçbir şey olmamış gibi duygusuz ve kaygısızdırlar... Bu, bunu açıkça gösteren kişinin dikkatine üzerinde önemle durularak getirilmiş olsa da, kişinin doğal eğilimi her zaman, bunun ortaya çıkmış olduğunu inkâr etmek olacaktır.

Hem seçici dikkatsizlikte hem de otomatizmde savunmanın yer aldığı asıl mevki süzgeçtir. Seçici dikkatsizlikte, algılananların bir kısmı, farkındalığa ulaşmadan önce çıkarılır. Otomatizmde, dikkatsizlik kişinin vermiş olduğu tepkiye dek uzanır.

Savunmalar farkındalık yüzeyinin altında işlediklerinden, bazen geçmişe dönüp baktığımızda bunlardan birini kullanmış olduğumuz farkına varırız, tıpkı Epstein'in hatırladıklarının kanıtladıkları gibi. Gerçekten de, Matthew Erdelyi psikoloji sınıfındaki öğrencilere bir anket uyguladığında, hemen hemen hepsinin bir zamanlar, acı veren düşünceleri veya hatıraları farkındalıktan uzak tutmak için kasıtlı baskılama uyguladıklarını söylediklerini gördü³⁴. (Bunun tek istisnası, tahminen baskılamış olduğunu baskılayan bir öğrenciydi).

Erdelyi şöyle söylüyor: "İnsanların çoğu, psişik acılardan kaçınmak için önceden bilinçlerinin dışında bıraktıkları bazı maddeleri hatırlayabilirler; dahası, bilinçten atılmayı gerçekleştiren spesifik savunma tekniklerini de hatırlayabilirler."

Erdelyi'nin resmi olmayan anketinde kişilerin yüzde 72'si "atış" yöntemini kullandıklarını, yüzde 46'sı tersine çevirmeyi kullandıklarını, yüzde 86'sı yerinden çıkarmayı ve yüzde 96'sı da bahane bulma yöntemini kullandıklarını hatırlamışlardı. Her seferinde bu savunmalar kullanılmıştı. Öğrenciler geriye dönüp baktıklarında bazen bunları kullanmış olduklarını görebilseler de, bu faaliyet farkındalık alanı dışında gerçekleşmiştir.

Savunmalar -yani acı veren bilgilere karşı oluşturduğumuz kaleler- farkındalık alanının kenarlarının ötesinde, karanlık bir bilinç dünyasında işlerler. Bizler sıklıkla bunların işleyişlerinden haberdar olmayız ve bunların, bilgi alanımıza girmesine müsaade ettikleri gerçek versiyonunun habersiz alıcısını geride bırakırız. *In vivo* koşullarda (iç koşullarda) savunmalara takılma ve onları zorla ele geçirme sanatı ustalık isteyen bir çabadır. İnsanlar bir zamanlar bir savunmaya güvendiklerinin muhtemelen farkına varsalar da, özel koşullar olmaksızın bizim kendimizi aldatışlarımız büyük ölçüde anlaşılması imkansız ve farkedilmezdirler. Savunmaların peşine iş üzerindeyken düşmenin iyi işlenmiş bir yolu, tabii ki psikoanalizdir.

TERAPİSTİN İKİLEMİ

Görünmeyeni değiştirmek zordur. Pek farklı sayılmayan çalışma sahalarında çalışan Freud ve Sullivan, benzer formüle ulaştılar: Kişi kendi dikkat alanını feda ederek kaygıya karşı etkili olur. Kendini kandırıldığını görme başarısızlığı onu korur; Sullivan, pek çok deneyimi ve değişim için gerçek bir kaçınılmaz durum ile bize sunulan tamamen analiz edilmiş herhangi bir örneği yumuşakça ve basitçe önemsemeyişimiz ile hayrete düşmüştür.

Aşık olunan sevgili, yıldızlarla donanmış gözlerle başlayan ve gözyaşlarıyla sona eren sonsuz bir romantizm devrine mahkum edilmiş gibi görünüyor. Yıpratıcı yönetici her nasılsa, inatçı işçileri ile sürtüşmeye devam ediyor. Mecburi işkolik, eşine, akşamları eve iş getirmeye ne kadar ihtiyacı olduğunu bir türlü anlatamıyor. Savunmalarımız bizleri dertlerimizin can alıcı yerindeki hayati yalanlardan izole ederler.

Sullivan, “belirli bir elverişsiz durumumuzun içerisine düşen deneyimlerden kazanç sağlamayız” tabirinin anlatmak istediği ile büyülenmiştir. Freud, kişilerin en kötü krizleri tekrar yaşamalarına neden olan bu yabancıyı “tekrarlama mecburiyeti” olarak tanımlamıştır. Kişisel geçmişlerimizden ders almayarak, bunları tekrar etmeye mahkûm ediliriz. Sullivan

bu ikilemi, Freud'un da takdir edeceği bir biçimde son derece zarifçe toparlamıştır:³⁵

Kendilerinden kazanç sağlayabileceğimiz deneyimler yaşamıyoruz - bu demektir ki olaylar ortaya çıktıkları halde, bunların ne anlama gelmiş olabileceklerinin farkına hiçbir zaman varamıyoruz: Doğrusu bunların büyük bir çoğunluğunun ortaya çıktığının bile farkına varmıyoruz. İşte psikoterapide gerçekten sıkıntı yaratan da bu. Tahmin ediyorum ki bu sebepten ötürü - insanlar kendi davranışlarının bazı en göz kamaştırıcı imalarını şaşılacak derecede yumuşak bir şekilde gözden geçiriyorlar; ya da başka insanların davranışlarına verdikleri bazı reaksiyonlarını - bunları, başka insanların davranışları olarak beyan etme eğiliminde oluyorlar. Daha trajik olarak söylemek gerekirse, bu olayların ortaya çıkmış oldukları gerçeğini de gözden geçiriyorlar; bu olaylar tatsız bir biçimde kişiyi derinden etkiledikleri halde, basitçe hatırlanmıyorlar.

Sıklıkla iyi niyetli ebeveynlerin sebep oldukları bu savunmalar yaşamda erkenden harekete geçtiklerinden, olanları görmeye karşı konulan iç yasaklar, kişinin, ebeveynlerinin ne kadar sevgi dolu olduklarını yeniden tayin etmesi ile bağlantılıdır - bu güçlü bir içsel tabudur. Sonuç olarak, birey sonraki hayatında yardım olmaksızın baskılamalarının köklerine inemez. Bu tıpkı kişinin sırtına biri tarafından bir işaret yapıştirilmesi ve ayna olmadan bunu görmenin imkansız olması gibidir. Psikoterapinin fonksiyonlarından biri de işte bu aynayı sağlamaktır.

Savunmayı zayıflatmada terapistin judosunun klasik tabi-

rini formüle etmek Anna Freud'a düşmüştür. *Ego ve Savunma Mekanizması* adlı kitabı 1936 yılından beri yayınlanmaktadır. Bu kitap, savunmaları iş başındayken anlamak için bir mihenk taşı olarak durmaktadır ve bunları düzeltmek için terapinin neler yapabileceğini anlatmaktadır.

Miss Freud egonun, "id"den gelen baskılar ile süperego arasında hassas bir dengede işlediğini yazar. Alt-ben anlamındaki id, bir kişideki zevk-acı ilkesine dayanan ilkel güdülerin toplamıdır. Süperego ise arzuları engelleyen bir bilinç özelliğidir. Dışsal tehlikeler nesnel kaygıların kaynakları olduğunda, id ve dürtüler *öznel* kaygıları meydana getirirler; yani bu içten gelen bir tehlikedir. Ego ve süperego dürtüleri kapamalıdır; savunmalar, bu görevi yerine getirmek için yapılan dikkatsel manevralardır.

Savunmaların anatomisini araştıran bir analist, iyi bir dektif gibi çalışmalıdır. Anna Freud şöyle yazar: "Egonun id'e karşı olan bütün savunma ölçüleri, sessizce ve saklı olarak icra edilirler. Bizim tek yapabildiğimiz geçmişe dönüp onları tekrar inşa etmektir: Onlara hiçbir zaman gerçekten iş görürlerken tanık olamayız... Ego bunun hakkında hiçbir şey bilmez; biz de bunun farkına ancak sonradan, yani bir şeyin kayıp olduğu apaçık ortada olduğunda, varırız."

Örneğin, Miss Freud genç bir kızdan bahseder. Kız, kendisini okula gitmekten alıkoyan akut kaygı hücumları sebebiyle analizlere gelmektedir. Genç kız Miss Freud ile birlikteyken arkadaş canlısı ve samimidir. Bir istisna dışında: Kız hiçbir zaman hastalığının semptomlarını yani kaygı saldırılarının beirtilerini ağzına bile almaz. Miss Freud ne zaman konuyu açmaya çalışsa kız dostluğu bir kenara bırakır ve kibirli ve alaylı sözler savurmaya başlar. Miss Freud, kendisini, genç kızın alay dolu yüzünde kaybetmeye müsaade eder

- en azından kısa bir süre için.

Daha sonraki analizler, kayıp olan unsuru yani iş üzerinde ki savunmayı da Miss Freud'a açıkça gösterdi.

Genç kızın birden patlayışlarının analiz ile bir ilgisi olmadığını belirtiyor Miss Freud. Bunlar daha çok "şefkat, özlem ve kaygı duyguları" kızın hislerinde doğmaya başladıklarında tetikleniyorlar. Duygular kuvvetlendikçe alaylar da daha şiddetli bir hale geliyor. Kızın analizinde Miss Freud, kaygıyı açığa çıkarma çabaları sebebiyle bu patlayışlara maruz kalan kişi oluyordu.

Miss Freud bu zihinsel operasyonu "alay ederek ve küçük görerek kendini savunma" olarak adlandırıyor. Daha sonraki analizlerden şu sonuç çıkmıştı: Bu, genç kız istemeyerek de olsa bazı duygusal patlamalar yaptığında, alaylı sözler söylemek suretiyle kızını kendine hakim olma ile eğiten ölmüş babası ile birlikte, genç kızın kimliğini buluşu ile başlamıştı.

Bu tek vaka bile, ego savunmaları üzerindeki psikoanalitik atakları muhafaza etmektedir. Acayip bir kör nokta, savunmaların biçimi için bir ipucu olabilir - böylelikle genç kızın kaygı atakları ile ilgili gerçeği sahte bir şekilde gizleyişi de bir ipucudur. Bu hassas konu terapistte yönlendirilmiş kuvvetli bir tepkiyi tetikler: Genç kız Miss Freud'a karşı sert ve ani çıkışlar yapar. Terapist bu gibi tepkilerin, hislerin psikolojik olarak bir başkasına yönelmesi olduklarını varsaymaktadır. Bunlar terapist hakkında basit duygular olmaktan çok, daha önceden yaşanmış önemli ilişkilerin yeniden canlanmasıdır. Terapist bu tepkileri daha ilerki ipuçları olarak okuyarak savunmanın biçimi hakkında şöyle bir sonuca varır: burada, alaylar ile üzeri örtülmüş bir kaygı inkârı vardır.

Anna Freud'un da söylediği gibi gerekli olan teknik, has-

tanın etkilere karşı olan savunmalarının analizi ile başlamak ve hislerini bir başkasına yöneltmede direnmesini açıklamaktı. Bundan sonra, ancak böylelikle hastanın geçmişi ve kaygının kendisi ile ilgili analizlere devam edilebilirdi. Terapide, terapist söz konusu olayla ilgisi olmayan tepkileri gözlemler, yani terapistin kendisinin hedef olduklarını. Terapist bu reaksiyonları direniş olarak okur bunlar ego savunmalarının ipuçlarıdır. Ve terapist bu genç kızın çok eskiden yaşamış bir çocukluk dramasının masum bir seyircisi olduğunu tahmin eder.

Psikoanaliz esnasında savunmaların silueti, ilişki sırasında keskin bir iç ferahlatıcı olarak göze çarpmaktadır. Hasta sansür olmaksızın, aklına ne gelirse konuşmaya davet edilir - analist, hastanın buna devam edemeyeceğini bilir; bu bir sırdır. Tehlikeli bir madde farkındalık alanına yakınlaştığı zaman, savunmalar sansür yapmak için oradadırlar. Böyle bir tehlike doğduğunda - uzun süre zihnin odalarında saklanan ve çocuklukta yaşanan bir tecavüz anısı diyelim - o zaman ego kendini harekete geçirir. Anna Freud'un sözleri ile söylemek gerekirse, "bunun alışılmış savunma mekanizmalarından biri veya diğeri, bağlantı akışının arasına girer."

Kuvvetli duygular havada olduklarında -veya yüzeye yakın olduklarında- ego açıkça meydanda olur. Ego çeşitli sebeplerle "sevgi, özlem, kıskançlık, küçük düşme, acı ve kederlenme" gibi temel duyguların yanısıra "kin, öfke ve şiddet" gibi hisleri de savuşturabilir. Bu duygulara isim veren Miss Freud cinsel arzular ve saldırgan dürtüler gibi bunlara arkadaşlık eden duyguları da sırasıyla listeye koymuştur. Bu duyguların kontrol altına alınmalarında, ego bunları bir şekilde değiştirmektedir. Böyle duygu dönüşümleri, çalışır haldeki savunmaların göstergesidirler.

Tehdit edici maddeler zihne yakınlaştıkça, düşünce zincirleri de raydan çıkar. Sonuç ani bir sessizlik veya konunun değiştirilmesi ya da duyguların saldırısıdır. Bunların hepsi de şüphe uyandıran tepkilerdir. Herbiri kendi bildiği şekilde, çalır haldeki bir lakunaya işaret ederler. Lakunanın doğal yapısı, belirli bir aksi yöne çevrilme ile ima edilir. Bu sapmalar analistin “direnç” olarak karşılaştıklarıdır. Direnç bir anlamda serbest ilişkilerin esas kuralına karşı olur - tüm sansürleri sona erdirip, bir kişinin zihninin özgürce konuşması gibi. Bir başka anlamda direnç, savunmanın ona karşı koruma sağladığı maddeye karşı olur.

Bu bağlantı noktasında, terapistin dikkati hastanın düşünce silsilesinden direncin kendisine çevrilir - yani söylenenlerin içeriğinden söylenmeyen işleme. Anna Freud bu an için şunları söylüyor: “Terapistin şahit olma ve bu savunma ölçülerinden birini işleme koyma fırsatı vardır.” Böyle bir analitik dedektiflik işi gerekli bir dolambaç olup arkeolojik yapılanmaların zihinsel benzeridir. Fakat bu can alıcı bir noktadır. Hastanın bağlantılarının şeklini ve akışını ve lakunaların neden olduğu girdap ve zıt akımları inceleyerek terapist, egonun güvendiği savunma türlerini keşfedebilir - tıpkı hızla akıp gitmekte olan bir ırmaktaki kayayı hissetmek gibi.

Savunmaları didikleme bir çeşit -analistlerin tanımına göre- “ego analizi”dir. Bu can alıcı bir adımdır. Bir sonraki görev şu olacaktır: “Savunmalar tarafından yaratılanları bozmak, yani, açığa çıkarmak ve baskılanma yolu ile yapılmayan yer onarımını yapmak, yerinden çıkarılmış olanları düzeltmek ve izole edilmiş olanı tekrar gerçek koşullara geri getirmek.” Savunmaların iç yüzünü kavrayan terapist artık hangi dürtülerin öncelikle bu zihinsel bariyerlerin kaldırılmasını gerektirdiğinin keşfine dönebilir.

Ego, sırlarını saklarken, bu sırları nasıl sakladığını terapistte açıklar: Terapiye direnme davranışları gösteren ego kendini soyar. Öyleyse analizin özü, farkına varmakta başarısız olduklarımız ve farkına varmakta başarısız olduğumuzun farkına varmakta başarısız oluşumuz ile ilgili olarak farkındalık alanını onarmaktır.

Sonuçta egonun görevi, kaygıyı yoldan saptırmak için bilgi akışını kontrol etmektir. Sansür yapmak ve bilgi akışına kılavuzluk etmek için onayladığı lakuna grupları tarafından bireyin mimarisi büyük ölçüde şekillendirilir. Bir sonraki bölümde göreceğimiz gibi, savunmalar kişiliğe şekil verirler: Kaygıyı zararsız hale getirmek için dikkati kullanımımızın belirli bir yolu, silinmez bir şekilde bize damgasını vurur. Örneğin, inkâr ve baskılamaya güvenen birinin olayları algılayışı ve davranışları, tersine çevirmeyi ve dışarı atışı onaylayan birinden farklı olacaktır. Her biri hayatı farklı şekillerde yaşayacaktır - ve yaşamakta başarısız olacaktır. Ve yine her biri, farklı dalga türleri yaratan sıkıntı verici olaylardan herşeye rağmen gemisini kurtaracaktır.

BÖLÜM DÖRT

İdrak (kavrayış), Karakteri Meydana Getirir

SİNİR HASTALIĞI TIPLERİ

En fazla tercih ettiğimiz savunmalar, daimi zihinsel manevralar haline gelirler. Bu dönüm noktalarında, ödüllendirilen sonuçlarla kaygının kontrol edilmesi muhtemelen yeniden tekrarlanır. Roman yazarı Epstein, babasının ölüm kederini uzaklaştıran izolasyonu bir çocuk olarak görmüştü. Duyguların aynı şekilde yollarının kesilmesi kendisini, yıllar sonra Musevi Katliamı'nın dehşeti ile yüzleştğinde göstermişti. Anna Freud'un, babasının küçümseyişi ile hisleri harap olan hastası da herkesi küçümseyen alaycı bir kadın olarak yetişmiştir.

Başarılı savunmalar alışkanlık haline gelirler, alışkanlıklar da tarzları biçimlendirirler. Bu iyi bilinen taktikler alışkanlık haline gelirler; psikik bir acı ile karşı karşıya kaldığımızda onların teselli edici kollarına düşeriz. Kaygıya karşı verilen mücadelede ilk önceleri beklenilmedik şeyler bulma şansı olanlar, algılama şeklimizi ve dünyaya karşı verdiğimiz tepkilerimizi belirlerler. Bu gibi stratejilerde ustalaşmak, deneyimlerimizin bazı bölümlerini onaylayıp diğerlerini bloke ettiğimiz anlamına gelir. Kendimizi huzur içinde hissetmek için duygu ve düşüncelerimizin alanlarına setler koyar, algı ve davranış özgürlüğümüzü sınırlandırırız.

Tercih edilen savunma taktikleri, yaşamlar üzerinde, bilgilerin huzursuz edici parçalarına karşı verilen savaşta tercih edilen siperlerin çevresinde toplanışına ve bir çeşit çelik zırha dönüşürler. Savunma zırhı fikrini tam olarak açıklayan Wilhelm Reich oldu.¹ (Wilhelm Reich, Freud'un çevresinin halen saygı duyulan bir üyesidir) Reich'in türettiği tabir "karakter zırhı" idi; bu, bireyin siper edinmesi yani korunmasıydı. Böylelikle birey tehlikelerle dolu bir yaşamın içinden geçerken kaygıları savuşturabilirdi. Birinin karakteri, alışılmış savunmalar şeklinde zırh kuşanır. Zırh kısmi olarak dikkatseldir, fakat bireyin yönünü değiştirmesi gereken tehlikeler için bilgi şeklindedir: Tehditler, endişeler, öfke, ertelenmiş dürtüler ve bunun gibi. Reich şöyle söylemişti: "Günlük yaşamda karakter, tedavide gösterdiği dirence benzer bir rol oynar: Psişik bir savunma aygıtının direnci gibi..."

Reich hastaların terapiye taşıdıkları semptomların -anoreksi veya iktidarsızlık, fobi veya depresyon- bir anlamda, konuşulan konu ile hiçbir ilgisi olmadığını gördü. Aynı semptom, karakter yapısının altında yatan çok farklı dinamiklerden söz ediyor olabilirdi. Reich, terapistin ilk önce hastanın tarzına ayrıntılı olarak dikkat etmesini, karaktere bağlı olarak dirençlerin biçimlenmesine önem vermesini savundu; o anda kendini gösteren semptoma dikkat etmesini değil.

Savunma stili, karakter zırhıdır. Bu, terapide, spesifik semptom ne olursa olsun şüphe götürmez bir biçimde meydana gelecek olan tipik bir direnç şekline yol açar. Zırhın damgası, bireyin bütün varoluş şekli üzerindedir. Reich'e göre, karakterden kökenini alan direnç:²

... içeriği bakımından değil fakat... bireyin tipik olarak davranış şekilleri, konuşma tarzı, yürüyüşü ve jestleri i-

le ve bireyin karakteristik alışkanlıkları (nasıl güldüğü veya dudağını büktüğü, tutarlı veya tutarsız konuşup konuşmadığı, kibarlığı ve saldırganlığı) ile ifade edilir.

Karakter direncinin göstergesi hastanın söyledikleri veya yaptıkları değil, nasıl konuştuğu ve davrandığıdır; aynı şekilde rüyalarında açığa vurdukları değil fakat nasıl sansür uyguladığı, olaylara başka anlamlar verdiği, yoğunlaştığıdır önemli olan.

Savunmalar temel olarak dikkatsel hilelerdir. Fakat dikkat, bu işleğin sadece bir parçasıdır. Daha önce de gördüğümüz gibi, kavrama yolu ile algılamadan tepki vermeye dek bütün bu düzenin her bir parçası savunmaların yardımı ile çarpıtılmaya çok açıktır. Bireyin zihinsel aygıtının tamamı -yaşamda varoluş şekli- kısmi olarak onun savunma stratejileri ile, karakterini zırhlarla örmesi ile biçimlendirilir.

Karakter zırhı, kişinin hayata çevirdiği yüzüdür. Bunun üzerinde savunmaların, tatsız olaylardan sakınmak için verdikleri mücadelede gerek duydukları sapmalar ve çarpıklıklar oyulmuş olarak durmaktadırlar. Karakter okunarak savunma yapısı açığa çıkarılır. Tıpkı anatomistin kesici bıçağının altında yatan kadavranın iskeletinin açığa çıkması gibi. İşte bu yapı, kişilerin yaşamlarının özel şekillerini haritalandırır.

Ernest Becker şöyle yazıyor:³ “Karakter Zırhı, gerçekten de, bir kimsenin belirli bir güvenlik içerisinde yaşamak ve faaliyet göstermek için üstlendiği bütün yaşam tarzından bahsetmektedir. Hepimizde bundan biraz var, çünkü hepimizin kişiliklerimizi organize etmeye ihtiyacımız vardır. Bu organizasyon bazı şeylerin diğerlerinden daha değerli tutulduğu, bazı davranışlara izin verilip bazılarının yasaklandığı, bazı ile-

tim hatlarının kapatılması gerektiği, bazı düşünce türlerinden zevk alınabildiği ve bazılarının da tabu olduğu bir işleyiştir. Her insan gerçekten de kendi dünyasına kapanır ve *kendi gelişiminin ve organizasyonunun tam olarak işlemesi için çevresini parmaklıklarla çevirir.*”

Bu yasak davranışlar ve düşünceler kör noktaları yaratırlar. Becker’in anladığına göre zırh şekillerinin düzenlenmesi çift taraflıdır. Dikkatten yoksun bırakılan bölgeler olduğu gibi, hatırlanacak kısımları olan bölgeler de mevcuttur. Geniş farkındalık alanları, içlerinde özellikle usta operatörler haline geldiğimiz bölgelerdir. Bu uzmanlık alanları lakunalarımız tarafından ifade edilirler: Farkındalığı tamamen bloke edenler bunun sınırlarını oluştururlar; bazı bilgilerin içeriye girmesine izin verenler -tehlikeleri zararsız hale getirmek için arıtma sırasında bu bilgileri çarpıtsalar da- bu bölgelere, içlerinde yatan saklı tanımlarını verirler.

Bu izin verilebilir bölgeler kaygıdan yoksundurlar veya hemen hemen yoksundurlar. Burada kendimizi huzur içinde hissederiz ve sınırlama olmaksızın hareket edebiliriz. Bu bölgelerin içerisinde dayanıklılığımızı geliştiririz; farkındalık bunlara enerji ile odaklanır. Becker bu bölgelerin bir fetişe benzediğini varsaymaktadır. Bu anlamda Becker şöyle bir açıklama yapıyor: “Fetişizm, fazlaca göze çarpan ve zorlayıcı -fakat dar- bir konu çevresinde, kişilik yolu ile algının ve davranışların organizasyonu anlamına gelmektedir.”

Becker’in kullandığı tabir ile söylemek gerekirse fetiş, dikkatin akışını cezbeden özel bir deneyim sahasıdır. Freud aynı şeyi anlatmak için “kateksis” tabirini kullanmıştır. Becker ayrıntılı bir şekilde şöyle anlatıyor:⁴

Eğer herkesin biraz karakter zırhı varsa, herkes bir şekilde fetişisttir. Kendinizi olayların çeşitliliğine kapalı tutma mecburiyetiniz varsa, olayların sınırlı alanlarına odaklanmanız bunu izleyecektir ve eğer herşeye özgür olarak değer biçemezseniz veya olayları başka olaylarla karşılaştırarak özgürce tartamazsanız, o zaman *bunu haketmeyen* olaylara gereğinden fazla ağırlık vermiş olursunuz. Yaşamın küçük bir alanını suni olarak şişirir ve algı ve davranışlarınızın ufkunda buna gereğinden fazla değer verirsiniz. Bunu yaparsınız, çünkü bu, burada katıyetle tutunabileceğiniz ve kendinizi haklı çıkarmak için kolaylıkla kullanabileceğiniz bir alanı simgelemektedir - aynı zamanda davranışlarınızı, kendiniz hakkındaki fikirlerinizi ve dünyadaki tercihlerinizi de.

Şimdi özetleyelim. Tehlikeli bilgilerin etkilerini yumuşatmak ihtiyacından lakunalar doğarlar. Bunlar dikkat üzerinde çok çeşitli taktikler yolu ile işlerler. Bu taktiklerin hepsi bilgi akışını süzerler. Yaşamla başa çıkmayı sağlayan bu stratejiler, tepkilerin olduğu kadar algının da biçimini belirlerler. Bunların ana hatları, karakterin çerçevesi haline gelirler.

Austen Riggs Kliniği'nin personellerinden psikolog David Shapiro, daha sonra bir kitapta topladığı bir dizi can alıcı yazı hazırlamıştı. 1960'larda yapılan bu çalışma, karakter örneklerinde dikkatin can alıcı rolünün ayrıntılarına iniyordu⁵. Shapiro'nun özel olarak olayın iç yüzünü kavraması, spesifik bir dikkat etme tarzının varoluşun bütünü için ne kadar önemli olduğunu göstermesiyle oldu; bu yüzden, idrak, karakteri şekillendirmektedir.

Shapiro'nun asıl ilgisi terapistin çalışma odasında sıklıkla

görülen örnekler üzerinde yoğunlaşmıştı; Shapiro, portrelerine “sinir hastalıkları / sinir tipleri” adını veriyordu. Fakat bu dikkatsel örnekler patoloji bölgesine gölge düşürdüklerinde, büyük bir kısım için normal dağılım aralıkları içerisindeki tipleri simgelerler. Örneğin, benim “dedektif” olarak adlandırdığım tipi ele alalım.

DEDEKTİF

Notta şunlar yazılıydı: “Londra için oyunun stokları devamlı ve değişmez olarak artıyor. İnanıyoruz ki Başkan Hudson’a, sinek kağıdı için ve dişi sülünün hayatının korunması için bütün emirleri alması söylenmiştir.” Bu notu alan kişi - bir taşra centilmeni- yazılanları okuduktan sonra bir darbe yemiş gibi oldu ve hiç kendine gelemedi.

Bu not, edebiyatın gidişini değiştirmiş ve dolaylı olarak esrarlı roman türünün doğmasını sağlamıştı. Bu, Sherlock Holmes’un “Gloria Scott”⁶ adlı ilk davasının başlangıcıydı.

Bu not Holmes’un fakülte arkadaşlarından birinin babası tarafından alınmıştı. Holmes kısa bir süre içerisinde bu davayı aldı ve bu mektubun aslında bir şifre olduğunu ilk bakışta anladı. Bu mektubun İngilizce orijinaline göre, her üç kelimede bir karşılaşılan kelimeler asıl mesajı oluşturuyorlardı: “Oyun bitti. Hudson herşeyi anlattı. Hayatını kurtar.”

Ama Holmes’un kendine has dâhi özellikleri burada bitmez. Bu şifreyi yazan her kimse bundan başka ipuçları da bırakmıştır. Holmes, mektubu gönderen kişinin bu planlı mesajı yazdıktan sonra önceden düzenlenmiş şifreyi yapmak için, her boşluğu herhangi iki kelime ile doldurmuş olması gerektiği sonucuna vardı. Şüphesiz aklına gelen ilk kelimele-

ri kullanacaktı. Ve eğer bunların içerisinde şaka ima eden birçok sözcük varsa, bu kişinin ateşli bir nişancı veya terbiyeye meraklı bir kişi olduğundan hemen hemen emin olabilirsiniz.

Bu bir kısım mantıklı nokta, her sonbahar bu darbeyi yiyen kurban ile ava giden bir adama yönlendirilmiştir. Holmes, her zamanki gibi, çözüme giden doğru yoldadır.

Holmes hayali bir kahraman olmasına rağmen yine de, bu şöhreti itibariyle, bizim “dedektif” olarak tanımladığımız dikkatsel tipin bir sembolüdür. Holmes’un muhteşem dikkat ve sonuç çıkarma güçleri hakkında bildiklerimizi düşünelim. Diğerleri hiçbir şey görmezken veya değersiz şeyleri görürlerken Holmes, suçlayıcı kanıtlar bulmuştur. Olayların en küçük ayrıntılarını okumak gibi özel bir hüneri vardır. Holmes şöyle söyler: “Küçük şeylerin kesinlikle en önemliler oldukları, uzun zamandır kabul ettiğim bir gerçektir.”

Holmes’un üstün kabiliyeti kendisini yalnızca etkili ayrıntıları bulmada göstermiyordu. Aynı zamanda bu kabiliyeti, bu ayrıntılarla ne yapacağını iyi bilmesindeydi. Örneğin, *Scarlet’te Bir Çalışma*’da Holmes, cinayetin işlendiği yerde ince tabakalar halinde sigara külleri bulur; orada bir Trichinopoly sigarası içilmiş olduğunu bir kerede anlar. Holmes’un herkesçe bilinmesi mümkün olmayan uzmanlığı kan lekelerini, parmak izlerini ve dövmeleri de içine almaktadır. Bir çamur lekesi tespit ederek, bu çamurun Londra’nın hangi bölgesinden gelmiş olduğunu söyleyebilir. Kırk iki çeşit bisiklet tekerleği izini ve yetmiş beş adet parfüm markasını birbirinden ayırıp bunlara isim verilir. Dışteki bir çentik, Holmes için, bir dokumacıyı ifade edebilirken, sol baş parmaktaki belirli nasırlar da bir mürettipi (matbaa dizgicisini) açığa vurabilir.

Holmes “dedektif”i en iyi şekilde temsil etmektedir. Onu bu türün sembolü yapan, peşin hükümlerin doğuracakları tehlikelerin farkında olmasıdır. Holmes bir kez şöyle söylemişti: “Gerçekler beni nereye götürürse götürsün, hiçbir şekilde ön yargılı -ve bunu takiben- yumuşak başlı olmamaya özen gösteririm.”

Bu hususta, Holmes hayali bir kahraman olarak toplumsal rolünden dolayı bağışlanabilir. Holmes bütün davalarında, sayılacak olursa, hepsini gerçekler olarak sevinçle sunduğu en az iki yüz on yedi sonuç çıkarmıştır.⁷ Bu örneklerin sadece yirmi sekizinde tahminlerini bir yolla veya başka bir yolla test etmiştir. Yine de hemen hemen hepsinde hiç hata yapmadığı ortaya çıkmıştır.

Holmes burada -Arthur Conan Doyle'nin dizaynı yoluyla- günlük hayatta dedektifi gözleyen tuzakların kenarındadır: Yani bir teoriye uygun hale getirmek için gerçeklerin çarpıtılması tuzağının kenarındadır. Holmes hiçbir zaman elindeki gerçeklerin ötesinde bir teori kurmamakla övünmüştür. Bir defa Watson'a şunları söylemişti: “Kişi teorileri gerçeklere uygun hale getirmek için çarpıtacağına, gerçekleri, teorilere uygun hale getirmek için insafsızca çarpıtmaya başlar.” Gerçekleri teorilere uygun hale getirmek için çarpıttığı ölçüde dedektifin karakteri de çarpıtılır. Bu, uç noktalara taşındığında zihnin eğilip bükülmesine paranoya teşhisi konur.

Bir dedektif aşırı uyanıktır.⁸ Dikkatinin keskin sivriliği, gözlemlerinde ve etkili ayrıntıları yakalamasında onu çok zeki yapar. O, delip geçen bakışlarla etrafını tarar. Sadece bakmaz; dikkatle araştırır. Dikkati alışılmışın dışında akut ve aktiftir. O andaki zihnin meşguliyeti ile uzaktan bağlantılı olan ve olağandışı hiçbir şey onun dikkatinden kaçmaz. Shapiro terapilerinde karşılaştığı böyle bir hastayı anlatıyordu.

Bu hasta hipnotize edilmekten endişe duyuyordu. Terapistin odasını ilk ziyaret edişinde hipnoterapi ile ilgili bir kitabı fark etmiş ve bunu eleştirmişti. Bu kitap, kendisinden on iki adım uzaklıktaki kitaplarla dolu kalabalık bir kütüphanedeydi.

Dedektifin uyanık oluşu, aşırı bir hassasiyet ile ortaya konur. Shapiro bu kişiler için şunları söylemektedir:⁹ “Bu insanlar alışılmışın dışında veya umulmadık olan herşeye karşı heyecanlı ve ilerleyen bir şekilde duyarlıdırlar. Bunun gibi herhangi bir madde, normal bir insanın görüş noktasından ne kadar saçma veya önemsiz görünse de, yoğunlukla araştıran bu kişilerin dikkatini tam anlamıyla tetikleyecektir. Bu aşırı uyanıklılık basitçe korku verici veya sınırlı bir tepki değildir; bundan daha fazla bir şeydir. Bu insanlar herşeyi kaplamak istiyor gibi görünüyorlar. Ve herbir yeni elemanın, şüpheli ilgi ve alâka boyutlarına bağlı olarak, ayrıca sorguya çekilmeye ihtiyacı vardır.

Başka sözcüklerle söylemek gerekirse dedektif, bir Manhattan’ının gece saat ikide karanlık bir sokakta yürürken arkasında ayak sesleri duyduğunda hissettikleri gibi hassas bir uyanıklılık ile herşeyi tuhaf olarak kabul eder. Bir şeyin onun dikkatini uyandırması için -mektup dağıtan yeni bir çocuk, eski bir arkadaşın gelen sürpriz bir telefon, patronun beklenmedik kısa notu- yeni, şaşırtıcı ve umulmadık bir şey olmasına ihtiyaç vardır. Bunlar, günlük hayatın görüş noktalarından bakıldığında şüphe uyandırmayabilirler. Fakat bu, dedektif için şüphelidir; çünkü alışılmışın dışındadır.

Örneğin, Sherlock Holmes’un müfettiş ile bir yarış atının ortadan kayboluşu hakkında tartıştığı bir anı ele alalım. Holmes köpekle ilgili o geceki tuhaf olaya işaret etmektedir.

“Köpek” demişti müfettiş, “o gece hiçbir şey yapmadı.”

Holmes ise şöyle yanıtlamıştı: “İşte tuhaf olan da bu.”

Shapiro, dedektifin aşırı uyanık oluşunun özel bir amaca hizmet ettiğini söylüyor: Sürprizlerden sakınmak. Hayat sürprizlerle, yenilik ve değişimlerle dolu olduğundan ve hayatın bu doğasından dolayı kişi ne zaman bir sürprizle karşılaşacağını hiçbir zaman bilemeyeceğinden, onun tetikte olma hali, değişmez sezinleyişlerinin gerekli bir sonucudur. Shapiro'nun gözlemediği gibi: "Şüpheli insan, umulmadık olan herşeye hazırdır ve çabucak bunun farkına varır. Bu olayı, olaylarla ilgili planlarının yörüngesine getirmeli ve gerçekten de bunun bir sürpriz olmadığı veya en azından artık bir sürpriz olmadığı ile ilgili olarak kendisini hoşnut etmelidir.

Amacı, şüphelerinin beklenilmedik masum kısımlarını kanıtlamak değildir. Hem de hiç değildir. Sadece sürpriz olanın -garip bir ses, işaretlenmiş bir gün- iyice incelendiğine ve sınıflandırıldığına dair kendisini hoşnut etmeye çabalamaktadır. Karar "suçlu" olabilir - bu "doğrulan şüphedir". Fakat bu da, dedektif için, diğer karar kadar yatıştırıcıdır. Dikkatle araştırma yapmasının amacı şüphelerinin haksızlığını bulmak değildir; bunun amacı sadece basit olarak sürprizlerin tehditlerini ortadan kaldırmaktır.

Dedektifin korktuğu, tehlikenin varlığı değil iyice incelenmemiş yeniliklerdir. Hayata dair düşündükleri, onun tehlikelerle dolu olduğudur. Bu tahmin değişmez şüphelerini, süregelen uyanıklığını doğrular. Bir anlamda, en kötü korkularının tespit edilmesiyle güveni tazelenir. Hayatı tehlikelerle dolu olarak bulmakla yaşamdaki temel tutumunu yeniden doğrular.

Dedektifin uyanıklığı, pek çok durumda, gerçek bir güçtür. Bunlardan birini söylemek gerekirse bu uyanıklılık, başarı ve zeka testlerinde olağanüstü bir puan olarak kendisini gösterir. Testlerde çok başarılı olmanın yanısıra bu tip, aktif

ve yoğun olarak araştıran bir dikkatten fayda sağlayan her davette başarılı olur. Gizli anlamların ipuçlarının araştırılmasının prim yaptığı zeka veya polis işleri ya da Talmud kitabına* ait ilimler gibi.

Dedektifin dikkatsel stiline zaafı, bunun güçleri ile bağlantılıdır. İncelemeleri zorlayıcıdır; bir amaca yöneliktir. Gagesi, önceden tasarlanan bir fikri geçerli hale koymaktır. Ve burada Sherlock Holmes'un ona karşı uyarıda bulunduğu tehlike tuzağına düşer: "Kişi, gerçeklere uymaları için teorileri çarpıtacağına, teorilere uymaları için gerçekleri çarpıtmaya başlar." Uyanıklığı en uç noktalara itildiğinde bu, çarpıtılarak önyargılı bir inceleme haline getirilir. Bu inceleme ise basit olarak araştırma yapıp gerçeklerin bir teori kurmalarına izin vermek yerine, bir fikri kanıtlamaya çabalamaktadır.

Bu zorlayıcı araştırma dedektifin algısında, ayırt edilebilen bir çarpıklık bırakır. Öylesine şevk ile bakar ki, tamamen görmez; öylesine kurnazlık ile duyar ki, dinlemede başarısız olur. Başka kelimelerle söylenecek olursa zararı, sıklıkla parlak bir şekilde uyum sağlayan dikkatsel güçlerinde değildir. Dikkati anormaldir, çünkü bu, apaçık ortada olan bir ilgi yoksunluğu ile idare edilmektedir. Onun için olayların yüzeyi, problemlerin gerçeğinden çok uzaktadır; o, basit gerçekleri, saklı hakikatleri meydana getirmek için birbirine ekler. Gözle görülebilir olanı değil fakat anlamlı olanı toplamak ve anlamak için dinler ve bakar.

Gizli anlamların etkili ipuçlarını güçlükle aramak, bir mikroskoba bakmak gibidir. Dedektif öylesine dikkatle inceleme yapmak eğilimindedir ki, gördüklerine anlam veren içinde bulunulan koşulların görüş kuvvetini kaybeder. Bu da tabii

* Musevilerin kanun ve tefsir kitabı (ç.n)

ki, buna karşı temel tutumu ile her nasılsa uygunluk göstermektedir: Sadece aldatıcı koşullar apaçık ortadadır ve bunlar dedektif için yanlış gerçekliklerdir. O, asıl şartları önemsemeyenken, şemaları ile uyum gösteren küçük ayrıntılara sarılır. Bunun da net etkisi şudur: Gerçekler asıl anlamlarını kaybeder ve bunların yerine özel yorumlar yerleştirilir.

Olaylara dayanan ayrıntıların üzerine kurulu böyle öznel bir dünya, bu ayrıntılara verilen anlamlarda tam anlamıyla çarpıtılabilir. Ve sonuçlarının temeli gerçeklere dayandığından dedektif, bunların anlam ve önemiyle ilgili tamamen farklı hislere sahip olduğu halde bir vakanın ayrıntıları hakkında sizinle bütünüyle uyuşur. Shapiro¹⁰ bu gibi insanların hiçbir veri parçasını önemsememezi yapmayacaklarını, bilâkis bunu çok dikkatli inceleyeceklerini belirtiyor ve şunları ekliyor: "Fakat bu insanlar bu verileri olağanüstü bir önyargı ile incelerler; varsayımları ile ilgili olmayanları defederler ve bunları geçerli hale koyan herşeyi yakalarlar... Tahminleri üzerinde başlangıçtan itibaren öyle bir şekilde çalışırlar ki, onlar için beklentilerini doğrulamayan herşey 'sadece dış görünüş'tür. Bu yüzden taklitleri, hileleri ve yüzeysel olanı anlamaya meraklı olduklarını söyleyeceklerdir; olayın kalbiyle, yani altta yatan gerçekle, bağlantı kurmak isterler." Bu gerçek, sonradan ortaya çıkacağı gibi, onların ilk olarak umduklarının ta kendisidir.

Örneğin, Shapiro, patronunun kendisini çemberin içinden atlatmak istediğine inanan bir adamı anlatıyor. Adam bu fikri kanıtlamak için bazıları şevkle dikkate alınmış ve hepsi de olaylara dayanan pek çok delil toplamıştı. Patron adamın onun istediği biçimde iş görmesinde, dakik olmasında ve müşteriler ile daha fazla ilgili olmasında ısrar ediyordu. Adam patronun sesinde kaçınılmaz bir keskinlik ve üs-

tünlüğe ve konuşma şeklinde ayıredilen bir paylama tutumuna işaret ediyordu. Bütün bunların, gerçekte patronun kendisini süründürmek için amirane tavır takınmaya çalışmasının inandırıcı delillerine vardığından emindi adam.

Fakat Shapiro'nun belirttiği gibi: "Bu gerçekler özellikle olağandışı bir patron tipi olarak neticelenmiyordu." Patron bütün bunları yapmış olabilir, tıpkı çoğu patronun yaptığı gibi. Bunlar da patronun işlerinin bir parçasıdır. Yapılması gereken işler vardı ve patron bunlardan sorumluydu. Hasta bu koşulları ihmal ediyor ve bu yüzden de, bu gerçeklerin anlamlarını temelinden değiştiriyordu.

Shapiro, eğilmez bir biçimde seçici delillerin üzerine odaklanan dikkatin, kendi sonuçlarını hemen hemen her yerde hile ile kabul ettirebileceğini gözlemlemeye devam ediyor. Bu sebepten dolayı "şüpheli kişi aynı anda hem algılarında kesinlikle haklı, hem de yargılarında kesinlikle hatalı olabilir."

Dedektifin yorumlayıcı şeması çoğu kez politik veya ekonomik bir görünüm, dini bir dogma veya büyük bir suikast teorisi biçimini alır. Ama bu aynı zamanda "insanlar bana karşı", "patronum bana kin besliyor" veya "kirlilik sağlığını altüst ediyor" gibi sıradan inançlar da olabilir. Tabii ki bu meselelerden herhangi biri, belirli durumlarda doğru olabilir. Dedektifi bunlardan ayıran, olaylarla ilgili en fazla tercih ettiği planları destekleyecek apaçık ortada olan dayanakların yoksunluğudur.

Theodore Millon böyle bir şemanın sarsıntılı duvar temellerinin izini araştırıyor.¹¹ "Bunların zihinlerinde, gördükleri ve düşündükleri arasında çok az bir fark ortaya çıkar. Anlık izlenimler ve puslu hatıralar gerçekler haline gelirler. Birbirine bağlı olmayan gerçek zincirleri birbirlerine uydurulurlar.

İmgelemeden varsayma ve şüpheye doğru amansız bir gidiş gerçekleşir ve bir süre sonra geçersiz ve sarsılmaz bir inanç sistemi yaratılmış olur.”

Şemalarının doğruluğunu ispat etmek için yaptığı araştırmalar sinsi ve endişeli olsa da veya kibirli ve saldırgan olsa da, niteliği bir tane ve aynıdır: Şüpheli... Şüpheli oluşu dayanıklılığı açısından tesirlidir. Sıradan şüpheler bazı durumdaki harekete geçirici söz veya olaylarla kıskırtıldıkları halde -aralık bulunan bir kapı diyelim- dedektif böyle bir başlama işaretine ihtiyaç duymaz. Mesele ne olursa olsun, bunun açık saflığı veya bayağılığına önem vermeden “hazır ol”da olabilir. Çoğu insanın daha dikkatli olarak evlerine girmek için aralık bırakılan bir kapıya gerek duydukları durumlarda dedektif şöyle düşünme eğilimindedir: “Dikkatli ol! - Bu kez kapıyı aralık bırakmamışlar ama içeride olabilirler.”

Böyle bir kişi ile inançları dışında konuşmaya çalışmak bilhassa sinirlendiricidir. Mantıklı tartışmalar boşunadır; dedektif kendi görüşünün doğruluğunu ispat etmesi için aldığı bazı ayrıntıları seçebilecektir. Doğrusu, ikna etme işi, şüphelerinin hedefi haline gelebilir. Size şu şekilde meydan okuyacaktır: “Fikrimi değiştirmeye çalışmaya neden bu kadar meraklısınız?” sonra siz de onun şüphelerinin sahasının içine girersiniz.

Olayların göründükleri gibi olmadıkları fikri tuhaf bir karmaşaya yol açabilir. Eğer herbir kuytu köşeyi ve çatlakları araştırdıktan sonra, olaylar onun inançlarını doğrulamada başarısız olurlarsa, dedektif gerçeklerin onun peşin hükümlerini altüst etmesine izin vermeyecektir: Şüpheleri doğrulama başarısızlığı, insanların ne kadar zeki ve hilekâr olduklarını basitçe kanıtlamaktadır. Saçma ve alakasız veriler zaptedilirlerken, çelişkiler ve doğruluğu ispat edilmemiş olanlar kolay-

ca bertaraf edilirler.

Bu şüphe ve hayali entrikalarla dolu cehennemin dramatik tadı, heyecanlı casus romanları türü ile yakalanmıştır. Robert Ludlum'un çalışmaları bunun için özellikle çok uygundur. Aşağıda okuyacağınız gibi, kitaplarından birinin eleştirisi de bunu yansıtmaktadır:¹²

Bu yazıyı okuma izniniz var mı? Gazetçiden evinize kadar sizi hiç kimsenin takip etmediğinden *emin misiniz?* Doğru; zaten bunu bitirmenize izin verilmeyecek - Robert Ludlum'un dünyasında hiç kimse, öldürücü bir otomatik Graz - Burya kullanan iri ve kaba bir yabancı, gölgelerin içinde bir hayal gibi belirmeden önce en masum işi bile bitiremez. Şimdi otobüse binen şu kadın - süpermarket sırasında iki araba arkanızda değil miydi? Burada öylesine fesat düşünceler vardır ki, gerçekten de *herkes bunların bir parçasıdır*. Gizler öylesine karanlıktır ki, gerçekten de *hiç kimse bunları bilmez*. Neler olup bittiğini sormanız gerekiyorsa, zaten çok şey biliyorsunuz demektir.

Dedektif aslında derin merak uyandıran bir hayal dünyasına dalmaz. Ama Ludlum bu kavrayış türünü simgeleyen zihin kısımlarını en uç noktalarına itiyor. Bunun çeşitlilik bahçesinde aynı anahtar faktörler işler: Olaylar görüldükleri gibi değildir, tetikte olan bir şüphelilik durumu iş başındadır ve eğer uygun ipuçları bulunursa gizli anlamların teorisinin doğruluğu kanıtlanabilir. Teori tamamen sıradan ve alışılmış olabilir -postacı mektubumu elimde tutuyor, insanlar benim hakkımda arkamdan konuşuyorlar- ama bunun doğruluğunun kanıtlanma işlemleri, Ludlum'un kaydettiklerine benzerdir.

Dedektifin bazen ortaya çıkan gerçeklerle ilgili çok süslü görüşleri ve bu görüşleri geçerli hale koymak için kullandığı dikkatsel manevralar kendi aralarında, iş başında olan daha derin mekanizmaların yzeyssel işaretileridir. Bu özellikler, ayırtedilebilen kendini kandırma eğilimlerini yalanlarlar; kendini kandırma, bazı korkunç tehditlere karşı inşa edilmiş belirli bir psişik bariyer örneğidir. Bu lakunalar (boşluklar) dedektife hem kendine özgü kabiliyetlerini ve hem de büyük kusurlarını verirler.

PSİŞİK ZIRHIN ANATOMİSİ

İktidar ve güç duygularının tehdit altında olması dedektifin savunmalarını tetikler. Örneğin, Franz Kafka'nın kısa hikâyelerinin giriş bölümüne benzer bu metinde Shapiro, saygıya layık ve yetenekli fakat yine de yeterliliğinden emin olmayan ve işteki rütbesi hakkında kendini savunan birini anlatıyor. Bir gün bu adam bir hata yapar.

“Bu, çok önemli sonuçlar doğurmayan bir hataydı” diyor Shapiro¹³, “hemen düzeltildi; zaten başka biri tarafından fark edilmesi de çok zordu. Yine de bundan birkaç gün sonra zihni, keşfedilmenin en uzak olasılıklarını hayal etmekle ve ona göre hatalarının meydana çıkışından sonraki rezil olma durumu ile meşguldü. Bu süre içerisinde patron yanından geçtiğinde sinirli bir bakış farkettiler ve patronun şöyle düşünüyor olabileceğini hayal etti: “Bu adam organizasyon zincirimizin en zayıf halkası.” Shapiro hikâyeyi burada bitirir ama bunun ardından hazin bir hikâyenin geldiğini tahmin etmek kolaydır. Bu hikâyede varolmayan zayıflıklar ve hakaretler, garip ve trajik bir son olarak sıralanmaktadır.

Dedektif böyle bir tehdit algıladığında savunmaları harekete geçer. Dikkati, amacı şüphenin doğruluğunu ispat etmek olan tek bir güçlü ışıltıya odaklanır. İpuçları ve ispatlar

için çevresindeki dünyayı dikkatle incelerken, aynı zamanda kendi duygu ve dürtülerinden kendisini mahrum etmek için deneyim sahasını da daraltır. Bununla beraber, kuşatma altında kumanda edilen bir karargahın dikkati, böyle alakasız harekete geçirici olaylarla başka tarafa çekilemez. Bu istenmeyen duygularla, onları dışarı atarak -yani "atış", "fırlatma" ile- başa çıkar.

Dışarı atışın formülü iki safhalıdır. Birincisinde rahatsız edici bir duygu, düşünce veya dürtü bir güvensizlik dalgası meydana getirir. Bu da, sıra ile, savunmaları harekete geçirir: Dikkat dışarıya doğru odaklanır, iç saha -özellikle de rahatsız edici durum- bloke edilir. İkinci safhada, kişi yoğun bir şüphelilik ile verileri tarar ve destekleyici ipuçlarına sarılır. Doğrulukları ispatlanmış bu ipuçları, kişiyi rahatsız eden durumun orijinali ile esrarengiz bir benzerlik taşıyan düşmanın resmini yapmak için bir araya getirilirler.

Bir kez dışarı fırlatıldıktan sonra, atılmış şahsiyet bir yabancı gibi görünür - bu aynı zamanda kötülük saçandır. Düşmanı ile ilgili olarak kurduğu hayalde, kendi atılmış şüpheleri ve öfkeleriyle yüz yüze geldiğinde orada kendisinin hiçbir biçimini tanıyamaz.

Öyleyse dedektifin en fazla tercih ettiği intrapsişik zihin vaziyeti, üç manevranın kombinasyonudur: Kendi zayıflığının ve çirkin arzularının inkârı, kendi ile ilgili bu durumların başkalarının üzerine atılması ve dedikoducu ipuçlarını araştırmak suretiyle bu atışların gerçekliğini ispat etmenin süregelen çabaları. Onun inkârı, çeşitlilik bahçesinden daha şiddetlidir; sadece kendi yetersizliklerini ve düşmanlıklarını inkâr etmekle kalmaz, fakat bunu başkalarının üzerine atarak reddeder. Kendisi kötü niyetli, kinci veya kıskanç değildir; bu hisleri ona karşı besleyenler "onlar"dır -yani başkalarıdır.

Basit bir tersine çevirme, kendi günahlarını affettirirken, i-
çerlemelerini de haklı çıkarır.

“Dışarı atış” (projeksiyon), stres koşulları altında yani kişi savunma halindeyken hareket geçirilebilir. Fakat bu, bireyin zihin organizasyonunun süregelen aktif bir parçası da olabilir. Daha ılımlı şekilde bu, bazı gözde hainlik biçimleri ile birlikte tuhaf zihin meşguliyetleri olarak kendisini gösterir - iyilik aldatmacaları veya ahlâkça kirli olanlar diyelim. Bu ayrıca kronik bir kişiler arası problemi de simgeleyebilir; zamandan zamana ve yerden yere değişen özel oyuncular gibi.

Dışarı atış, kişileri “zor” yapar. Kızgın sevgililer, adaletsiz patronlar ve katı ev sahiplerinden oluşan uzun bir olaylar şeridi, bu gibi insanların yaşamlarını sıklıkla ziyaret ederler. Bu tür insanlar kendilerini sıklıkla fırtınalı ilişkiler içerisinde bulurlar. Özellikle de kendi kendilerini idare etme haklarının tehlikede olduklarını hissettiklerinde. Bu da otorite konumundakilerle olduğu gibi, onlarla bağlantıları olup onları, özgürlüklerini sınırlamakla tehdit eden kişilerle de -sevgililer, eşler, aile- aralarını açar.

İzolasyon (ayırma), dedektifin zorluklarını şiddetlendirir. Başkalarına güvenmeye isteksiz olan ve kendi kuşkularına ve güvensizliklerine teslim olan dedektif, kendisini anlayan dinleyiciden mahrum edilir - bu dinleyici daha çok gerçeklerin üzerine kurulmuş başka bir görüş açısı sunabilir. Böyle gerçek kontrolleri olmaksızın, şüpheleri denetsiz bir biçimde varolmaya ve çarpık bir teorinin delillerini toplamaya devam eder. Yakınlaşma ve paylaşım olmaması ve gem vurulmamış hayallerine karşı koyacak birinden yoksun olması sebebiyle, olayları başkaları gibi görmede yaşadığı gittikçe artan yetersizliklerle incinebilmesi mümkündür.

Dedektifin psişik zırhlanmalarını simgeleyen kavrayış ör-

nekleri başka bir açıda toplanabilirler; yani kör noktalarının sakladığı ve özel olarak aydınlattığı yaşam öğelerine dayanarak... Aydınlatılmış kısımdaki deneyim durumları, dedektifin yaşamının içerisinde büyük önem kazanmışlardır. Becker'in söylediği gibi, dedektif, özel hikâyeleri oyup dışarı çıkararak ve o bölge içerisinde kendine has yeteneklerini bularak bu unsurları fetişize eder. Bununla beraber dikkatsel kör noktaları, deneyimlerin anahtar durumlarını gölgeler içerisinde gizlenmiş olarak bırakırlar.

Dedektifin kör noktalarının ve aydınlatılmış kısımlarının bilişsel profili:

AYDINLATILANLAR

- Etkili ayrıntı
- Sürprizler: yeni, alışılmıştın dışında ve beklenilmedik olan herşey
- Tehditler veya olasılıkları
- Saklı anlamlar
- İpucu: Planlarına uyan ayrıntılar
- Kendi hayalindeki düşman: Kızgın, zayıf... v.b.
- Başka insanların hataları

KÖR NOKTALAR

- Aşikâr olan
- Yüzeysel anlamlar, "sadece dış görünüş"
- Anlamı veren koşullar
- Gerçeklerin asıl anlamı
- Önceden düşünülen şemaları ile alakasız olanlar
- Kendi düşmanca hisleri, zayıflıkları ve dürtüleri; başkalarının nasıl hissettikleri, özellikle hassas duyulan
- Kendi hataları

Bu gibi tuhafliklar kişilikte nasıl kök salıyorlar? Dedektif paranoyid tutumlarını nereden öğreniyor? Kısacası, şaşırtıcı bir şemaya nasıl görev veriyoruz. Bu soruların cevapları için, bir çocuğun dünya ile ilk karşılaşmasına ve en temel şe-

malarımızı şekillendiren etkileşim örneklerine geri dönmemiz gerkiyor.

Bu noktada paranoyid tipi bizim için yararlı bir vakadır; çünkü bu tipin hem selim hem de aşırı uç noktalardaki biçimleri çok iyi bir şekilde çalışılmış ve tanımlanmıştır. Fakat daha sonra da göreceğimiz gibi, bu dikkatsel tip, gelişimin evrensel bir sürecine örnek teşkil etmektedir: Hepimiz dikkatimizi ayarlayarak, acı verici deneyimleri mühürleyerek kaygılarımızı hafifletmenin bazı yollarını öğrendik...

OK CORRAL'DA MİKRO OLAYLAR

Dokuz aylık Michael ve annesi bir mücadele içerisinde. Mücadelenin konusu, bir oyunun parçalarından biri olan karton bir yaprak. Michael'ın annesi ona yaprağı veriyor, Michael da bunu yavaşça ağzına doğru götürüyor. İşte burada mücadele başlıyor.

“Hayır... bu yemek değil” diyor Michael'ın annesi, yaprağı Michael'ın elinden alırken.

Michael hemen yüksek sesle bağırmaya başlıyor.

“Annene bağırma” diyor sakın bir tavırla annesi. Ama yaprak parçasını ona geri veriyor. Michael bunu tekrar ağzına götürürken ona bakıyor ve kesin olarak “Hayır!” diye vurgulayarak elini yakalıyor.

“İ-h!” diye itiraz ediyor Michael.

Annesi onu kendi haline bırakıyor ve Michael hoşnut olduğunu belirten bir mırıldanma ile yaprağı çiğniyor.

“Tadı güzel mi?” diye soruyor yenilgiye uğramış annesi. “Bu sadece bir karton.”

Bu olay, Michael ve annesi arasındaki etkileşimleri saatler boyunca kaydeden bir video filminden alınmış olup araştırma psikiyatristi Daniel Stern tarafından hazırlanmıştır. Dr.

Stern pek çok başka anneler ve bebekleri arasındaki bu gibi etkileşimlerin yüzlercesini analiz etmiş ve bunlara “mikro olaylar” adını vermiştir. Stern bu belirli mikro olayı “OK Corral’daki film kareleri” olarak adlandırıyor. O, bu etkileşimlerden tamamen haberdardır. Stern iki senelik bir süre içerisinde, Michael ve annesi ile hazırlanmış olan filmlerden, buna benzer altmış üç olay bulmuştur.¹⁴

Stern bebekleri ve anneleri bir tür “çift” olarak ve hayatta süregelen partnerler olarak görür. Michael ve annesi bu birbiri ardısıra gelen film karelerini Michael en az dört aylıkken de ve tahminen daha önceleri de tekrar oynamışlardı. Bunun standart rutini şöyledir: Michael ağzına birşey sokar, annesi onu dışarı çıkarmasını söyler; Michael sinirlenir, annesi yumuşar.

Stern bu birbiri ardısıra gelen videoları, bir tahta parçasıyla, mor ayakkabılarla ve bir oyuncağın plastik halkalarıyla tekrar tekrar oynarken yeniden gösterdi. Her defasında Michael’in annesi oradaydı ve ona “hayır, o yenmez” diyordu. Michael’in öfkesi değişik biçimler alıyordu: Eşyaları fırlatıyor, onları deviriyor ve bağırıyordu.

Bu film karelerinin tekrarlanarak oynatılmaları sırasında Stern, Michael’in bir şeyler öğrendiğine inanmaktadır: Eğer kendisini kuvvetle öne sürerse, istediğini ele geçiriyordu. Stern, Michael için, bu şemaya yaşamı boyunca ilerleyen varyasyonlarla takviyeler yapılacağını söylüyor.

Gelişim psikologları, en temel tepkilerimizi şekillendiren alışkanlıklarımızı, bu erken etkileşim türleri yoluyla öğrendiğimizi söylüyorlar. Bunlar, nasıl kaydedeceğimiz ve hayata karşı nasıl tepki vereceğimiz ile ilgili olarak, geniş kapsamlı imalarla şemaları kodlarlar. Erken dönemde yaşanan bu örneklerin çoğu dikkatle ilgilidir; daha önce de gördüğümüz

gibi dikkatsel şemalar kişiliğin derin yapısını biçimlendirirler.

Dikkatin sosyalleştirilmesi, büyümenin normal gidişinin bir parçasıdır. Fakat savunmaların dikkatsel zırhını oluşturabilecek özellikle etkili bazı bilişsel örnekler vardır -hem çocuğun hem de ebeveyninin farkındalık alanının dışarısında tipik olarak öğretilirler- çocuk psikoloğu Selma Fraiberg, depresyondaki genç bir annenin oğlunda böyle bir örneğin başlangıçlarını tanımlıyor.¹⁵

Anne zamanının çoğunu, birbirini takip eden kederli somurtmalar ve şiddetli öfke patlayışları ile geçirmektedir. Üzgün de olsa öfkeli de olsa, oğlu ile hiç ilgilenmez.

Fraiberg şaşkırtıcı bir gözlem yapmıştır. Çocuk yabancı insanlarla birlikte bir odadayken bakışları onların yüzlerinde geziniyor fakat hiçbir tanıma belirtisi olmaksızın annesinden geçip gidiyordu. Ona bakmıyor ve ona gülümsemiyordu. Sıkıntıda olduğunda annesine seslenmiyordu. Annesinden kaçınmayı ve onun varlığına aldırış etmemeyi öğrenmişti - bu, annesi tarafından ihmal edilmenin acısına karşı oluşturmuş olduğu bir kale olarak görev yapan bir savunma şekli gibi görünüyordu. Çocuk görünür bir biçimde annesini kendi dünyasından çıkarmıştı. Dikkate değer olan şudur ki, bu, yaşamın çok erken bir döneminde meydana gelmişti: Çocuk sadece üç aylıktı.

Yıllar içerisinde bu sakinmanın değişimleri, yetişkinlikte bir lakuna olarak kolaylıkla açıkça ifade edilebilir; dikkatsizliğin şu veya bu çeşidi ile acıların dışında boşluklar bırakılmasıdır bu. Başka bir üç aylık bebek ve annesi ile yapılan gözlemler, bir bebeğin çok genç yaşta savunma belirtileri göstermesine yol açan etkileşim türlerinin ayrıntılarını sunmaktadır. Bu gözlemler Stern tarafından, mikro olaylarla ilgili çalışmalarında yapılmıştır; bebeğin adı Jenny'dir.¹⁶

Jenny'nin annesi hayat dolu bir kadındı. İlk buluşmada Stern'in dikkatini "girişken, idare eden ve pek çok standart ile aşırı tahrik olabilen" biri olarak çekmişti. Annenin yüksek heyecan seviyesine ihtiyacı var gibi görünüyordu ve "bunu istediğinde istediği seviyeyi istiyordu." Stern'in Jenny ve annesini gözlemlediği süre içerisinde birlikte çalıştılar. Gözleri birbirleriyle buluştuğu zaman anne şekilden şekle giriyor, yüzüne değişik biçimler veriyor ve gürültülü bir şekilde bebek gibi konuşuyordu. Bu Jenny için çok fazlaydı: Bakışlarını başka yöne çeviriyordu.

Annesi bunu, hücum seviyesini artırmak için harekete geçirici bir olay olarak aldı. Jenny'nin başka tarafa çevrilmiş yüzü ile burun buruna çarpışmak için salınıyor ve başka bir şiddetli hücumla başlamıştı. Jenny yine başını çevirmiş ve yüzünü yastığa gömmüştü. Anne Jenny'yi kovalamayı sürdürdü, ona daha çok yaklaştı, daha yüksek sesle mırıldandı ve bunlara bir de gıdıklamaları ekledi. Stern bu saldırıyı seyretmek konusunda şunları söylemişti: "Orada oturup seyretmek fiziksel olarak hemen hemen acı verici. Kudretsiz hidet duygularını meydana çıkarıyor... ve midede bir sıkışma ve başağrısı."

Yüzünü ekşiten Jenny gözlerini kapadı ve annesinden kaçmak için başını diğer tarafa çevirdi. Annesi onu yeni ağucuklar ve gıdıklamaların yayılım ateşi ile takip etti. Jenny'nin ilgisini çekebilme başarısızlıklarından sonra annesi onu kollarına aldı ve onu yüzyüze gelecekleri bir biçimde yakaladı. Jenny ona baktı; fakat yere bırakılır bırakılmaz başını yastığa gömdü. Aynı hareketler tekrarlandıkça anne görünür bir biçimde hayal kırıklığına uğradı, sinirlendi ve mahçup oldu. Bu, Jenny'nin ağlayıp yatağa konması ile son buldu.

Stern, Jenny'nin annesinin Jenny'e davranış şeklinin ne kadar çirkin olduğunun farkında olmamasını anlaşılmas bulmuştu. Bunun kökenlerinde “anneliğe ait bilinçsiz bir düşmanlık” olduğundan kuşkulandı. Yine de araştırmacı olduğu halde olaya müdahale etmekten sakındı.

Gözlemlerle geçen pek çok haftanın ardından, Jenny ve annesi arasındaki temel model değişmemişti. Fakat her biri, artan derecelerde bir diğerini terk ediyor gibi görünüyordu. Jenny annesine çok daha az bakıyordu; annesi de onun ilgisini çekmek için eskisi kadar çaba harcamıyordu. Stern'in fikirleri şöyleydi: “Bir hafta gibi bir süre sonra Jenny'nin göz temasından kaçınması tamamlandığında, ilerleyen derecelerde daha endişeli bir hale geldim.. yüzü neredeyse ifadesizdi.”

İşte şimdi Stern'e olumlu olarak alarm verilmişti. Alarmı, bebeklikte göz temasından ve yüzyüze çarpışmadan kaçınmanın, çocuklukta içe kapanışın en erken semptomlarından biri olduğu ile ilgili bilgilerden kökenleniyordu. Jenny, şizofreniye giden yolda mıydı?

Sevinçle “hayır” cevabını verebiliriz. Bir ay sonra, video filmlerinin gösterdiği potansiyel ciddiyyetten üzüntü duyan Stern bir ev ziyareti yaptı. O zaman gördü ki her nasılsa barışmışlardı. Jenny'nin annesi, onun dikkatini kovalamada daha az inatçıydı. Ve Jenny annesinin soytarılıklarına alışmış gibi görünüyordu -doğrusu bundan hoşlanıyordu da-Hikâye burada bitmez. Stern şöyle devam ediyor:¹⁷

“Gelişmenin her yeni safhasında, Jenny ve annesi bu aşırılığa kaçma ve çözüm bulmanın temel senaryosunu tekrar tekrar oynamak durumunda kaldılar; ama farklı davranış şekilleri ile ve daha yüksek organizas-

yon seviyelerinde. Jenny'nin ilgisinin gelecekteki gidişi ile alakalı olarak hangi güçlükler ve kıymetli şeyler veya hangi zayıflıklar ve zararlarla eninde sonunda karşılaşacağını henüz bilmiyoruz... Erken dönemdeki bir başa çıkma mekanizması ile yine erken dönemdeki bir savunma manevrası arasındaki çizgi çok incedir.”

Yaşamın acılarına karşı korunma olarak savunma manevralarının hakimiyeti, büyümenin evrensel bir safhasıdır. Her çocuk pek çok dikkatsel taktik öğrenir; sağlıklı çocuklar bunların hangilerinin ne zaman kullanılacakları konusunda esnekler. Başka savunmaların herbiri gibi inkâr da yerini bilir. Theodore Millon'un bununla ilgili gözlemleri şöyle:¹⁸

Aslında bilinçsiz olan bu mekanizmalar, çocuklar problemlerini direkt olarak çözemedikleri zaman can sıkıcı yaşantıları düzeltirler. Klasik savunma mekanizmalarının herhangi biri -baskılama, yüceltme, bahane bulma- şiddetli ıstırapları hafifletme görevini üstlenmektedir; bunlar ayrıca daha iyi bir çözüm bulunana kadar, kişilerin dengeyi korumalarına imkan vermeleri açısından da yararlıdırlar. Bu sebepten ötürü sağlıklı başa çıkma, hem geri çekilmek ve hem de kendini aldatma yoluyla tanımlanabilir... Sadece kişi öznel dünyayı ısrarla çarpıtıp inkâr ettiğinde bu bilinçaltı mekanizmaları kişiye zarar verirler...

Çocuk süregelen, amânsız ve tekrarlanan bir tehdit ile yüzleştiğinde problemler tipik olarak meydana çıkarlar: Saldırgan ve idare eden bir anne, küfürbaz bir baba, terk edilmiş olma... vb. Çocuk problemleri önceden beklemeye baş-

lar ve korunmalarını boşa çıkarmaya kalkışmaz. Tercih ettiği bir savunmaya daha fazla güvenmeye başlar; bu savunma, acımasız bir dünyada duygularını kontrol ve koruma altında tutmanın alışılmış bir usulüdür. Bir zamanlar etkili ve uygun bir manevra olan, zihinsel ekonomisinin bir demirbaşı haline gelir; yaşantıların bütün sahalarının hakkından gelmek için gelişir. Bu yolla, becerikli bir başa çıkma taktiği, nörotik bir savunma haline gelir.

Savunma ve nevrozların tek ve güçlü bir travma sonucunda doğdukları, herkese uygun ve yaygın bir inanıştır. Klinik bilimi, savunma tiplerinin uzun bir süre boyunca tekrarlanan ve uzayan karşılaşmalar sonucunda derece derece öğrenildiğini savunuyor. Çocuklukta öğrenilen dikkatsel örnekler bireyde daimi hale gelirler: Belirli bir tehdit beklentisi bir kez öğrenildiğinde, kişi onu aramaya ve bulmaya önceden hazırlanır - ya da ondan kaçınmak için bakışlarını başka yöne çevirir.

Millon, zor zamanlarla başa çıkmak için kullanılan rutin stratejiler çocuğu başarısızlığa uğrattıklarında, çocuğun daha çarpıtıcı ve inkâr edici manevralara çok daha fazla sığınacağını söylüyor. Şunu hatırlayalım ki, başa çıkmada kural şudur: Bir kimse içinde bulunduğu koşulları değiştirmek için birşey yapamıyorsa, o halde başka bir şeye müracaat eder; o da kişinin algılayışını değiştirmektir. Dikkatin savunma amacıyla başka yöne çevrilmesi, şaşırtıcı şemaların görevidir. Eğer bu, çocuk için geçici bir taktik olarak işlerse, bu iyi ve güzeldir; denge sağlanır ve herşey yoluna girerek eski halini alır. Eğer tehdit devamlı, aralıksız ve çok şiddetli ise, çocuk korunmalarını boşa çıkarmaya kalkışmaz.

Bu gibi vakalarda, tehdit ve hayal kırıklıklarına sürekli maruz kalınırsa çocuk, tehlikelerin çok yakınında olduğunu

umarak hayatı karşılar. O an için benimsediği dikkatsel zırh, süregelen tutumunun bir parçası haline gelir; hiçbir öznel huzursuzluğun varolmadığı zamanlarda dahi, gelebilecek tehlikeleri savuşturmak için savunmalarını saklar. Millon şöyle söylüyor: “Önceleri acı verici geçmişin tekrarlanmasına karşı kendini korumak için dizayn ettiği savunma tutumu, artık çocuğu rahatsız eder ve yanlış yola sevkeder.” Çocuk varolmayan -ama önceden tahmin edilen- tehlikelerle başa çıkmaya başladığında, bilişsel dünyası eğilmez hale gelir: Savunmaları mühim olarak kalır, kendini aldatmaları ise sabitleştirilir.

BİR PARANOİD NASIL YETİŞTİRİLİR?

Dedektifin paranoyasının, Dr. Stern tarafından tanımlananlar ile benzer kökleri vardır. Bir yetişkinin tam anlamıyla ifade edilmiş dikkat örneklerinin izleri çocukluğa dek uzanır. Mikro olayların tekrarlanması sırasında çocuk, kaygı onu tehdit ettiğinde güveneceği belirli şema gruplarını -ve savunma manevralarını- öğrenir.

Bu noktadaki problem paranoyadır. Psikiyatri tarihindeki en ünlü paranoidlerden biri Daniel Schreber'dir. Bir Alman yargıç olan Schreber kırk iki yaşında delirmiş ve bu vaka daha sonra Freud tarafından, onun paranoya teorisinin temeli olarak kullanılmıştır. Freud'un patoloji ile sonuçlanan, içsel güçlerin dikkatle işlenmiş, intrapsişik modeli, Schreber ve babası arasındaki ilişkinin onun sonraki paranoyasının direkt nedeni olduğunu ortaya koyan zorlayıcı delilleri kaçırmışa benziyor. Elde mevcut olan neden ve sonucu oluşturduğuna göre bazıları, Freud'un ayrıntıları ile incelenmiş paranoya teorisinin bir tanımlama olarak gereksiz olabileceğini düşünüyorlar.

Baba Schreber, on dokuzuncu yüzyılda yaşayan bir tür Dr. Spock gibiydi. Çocuk yetiştirilmesi üzerine birçok kitap yazmıştı. Bu kitaplar öylesine tutuldu ki bazıları kırk baskı

yaptı ve pek çok dile çevrildi. Bu kitapların savunduğu çocuk yetiştirme metodları, paranoyaya varan zihin ve ruh çarpıklıklarını teşvik etmek için bir reçete gibi okunuyorlardı. Bunlar, oğlunun vakasında herhangi bir oranda bu sonucu vermiş gibi görünüyorlar.

Morton Schatzman *Ruh Cinayeti* adlı kitapta, baba Schreber'in oğlunun sonraki psikozunun zihinsel safhalarını kurma metodlarını ayrıntılı olarak belgelerle ortaya döküyor.¹⁹ Bunlar, fiziksel men etme için kabus gibi oyun çeşitlerini içermektedirler. Görünüşte uyarılmış zihin vaziyetlerini telkin etmek gibi amaçlar için dizayn edilmiş olan bu oyunları baba Schreber çocuklarına ceza olarak veriyordu. Schreber seneler sonra delirdiğinde, kurulan bu tertibatların yanıkları onun psikozlu hayallerinde açıkça meydana çıkmıştı.*

Baba Schreber'in oğluna ceza olarak verdiği fiziksel sınırlamalara paralel olanlar zihinsel sınırlamalardır. Baba Schreber bu zihinsel zulüm devrini, çocuğu kendine hakim olarak eğitmek başlığı altında doğrulamıştı; bu takdir edilen bir unsurdur. Bir ebeveynin sınırlar koymasında ve çocuğunu disipline sokmasında yanlış olan birşey yoktur; aksine bunu yapmak çok doğaldır. Fakat baba Schreber'in görevini ele alış tarzının, oğlunun zihinsel durumunda bazı başarısız yansımaları vardır. Örneğin, Schreber'in babası şöyle yazmıştı:²⁰

Yasaklanan her arzu -bu, çocuğun zararına olsa da olmasa da- kayıtsız şartsız bir ret ile devamlı olarak ve sadakatli bir biçimde engellenmelidir. Bir arzunun reddedilmesi tek başına yeterli değildir; kişi, çocuğun bu reddi sakinlikle kabul ettiğini görmelidir; eğer ge-

* Schatzman'a göre, Freud, bu çocukluk rejiminin yargıç Schreber'in psikozunda oynamış olabileceği rolü unutmuşa benziyor.

rekliyse, kişi katı bir söz veya tehdit kullanarak *bu sa-kin kabullenşi sabit bir alışkanlık haline getirmeli-dir*. Sakın bunun haricinde bir şey yapmayın... Çocuk-ğun, arzularını ikinci plana atıp onları kontrol etmesi-nin faydalı ve zorunlu alışkanlığını kazanmasını kolay-laştırmanın tek yolu budur. [burada üzerinde durulan noktalar da eklenmiştir.]

Böyle bir rejimin net etkisi, çifte sınırlamadır: Çocuk her nasılsa, hem doğal dürtülerini ve ihtiyaçlarını özgürce ifade etmekten kendini alıkoymalı ve hem de bunlara karşı gelin-diği durumlarda tepkilerinin üstesinden gelmelidir. O ağlaya-maz, somurtamaz veya öfkelenemez; çünkü kendisinden istenen, hayal kırıklıklarını sakince kabul etmektir. Baş eğmiş bir sessizlik, tasvip edilen tek tepkidir. Ve bunların hepsi, he-nüz iki yaşında bile olmayan bir çocuktan istenmektedir.

Böyle bir idare şeklinin uyandıracacağı acıları ifade etmenin hiçbir yolu yoksa, o zaman bu istekleri karşılamanın bir di-ğeri yolu o acıyı baskılamaktır - yani bu duyguları kişinin ya-şamından silip yok etmek. Bu bir paranoid yetiştirmenin ilk adımıdır: Onu, ebeveynine karşı beslediği şiddetli öfke ve a-cı duygularını inkâr edecek şekilde eğitmek. Bireyin duygularını gizlemesinin ve bunları gizlemiş olduğu gerçeğini gizle-mesinin çifte hükümünden sonuç olarak ortaya çıkabilecek pek çok dikkat çarpıklıkları vardır. Paranoid savunma stili kolay bir çözüm sunar. Ebeveynlerin kötü muamelesine kar-şı çocuğundan öfkesini bastırmasını talep eden bir ebeveyn ile başlayalım. Çocuk ne öfkesini gösterebilir, ne de bu öfke-nin doğmasında ebeveyninin parmağı olduğu sırrını açıkla-yabilir. Ebeveynlerini korumak için, çocuk her nasılsa sebep oldukları hisler için onları suçlamaktan kaçınmalıdır. Dikkat-

sel taktikler, bu önemli gerçeği gizlemek için çok iyi çalışırlar.

Bu gerçeği gizlemek için, onu inkâr etmekten daha iyi bir yol var mı? Ya yerini değiştirmek? Öfke buharlaşıp gitmez, fakat başka nedenlere ve amaçlara sahipmiş gibi görünen bir hale getirilebilir. Eğer tamamen uzaklaşıp gitmezse, o zaman sahte bir kıyafet yardımı gelecektir. Bir olasılık, bunu kişiye karşı yöneltmektir: Bu yol, bir ömür boyunca devam eden değersizlik mahkûmiyetine dek uzanır. Diğer bir yol, bunu başka bir hedefe doğru çevirmek ve kişinin ebeveynleri yerine başka hedefler bulmaktır. İnkâr ve yer değiştirme - her iki çözüm de sevgi ve bağlılık işidir: Ebeveynler suçsuz olurlar ve çocukluk günleri en mutlu günler olarak hatırlanabilir.

Bu çocuğun kaygı-dikkat değiş tokuşunu, kendini aldatmak zorunda kalmamış ve çocukluğunun acılarından, yanlışlıklarından ve sıradan sıkıntılarından kaynaklanan öfkesini yaşamının içinde alıkoymuş bir çocuğunki ile karşılaştırın. Bu duygulardan kaçmak için farkındalık alanını çarpıtmak durumunda kalmayan çocuk, bunların doğal savunma alanlarını bilmektedir. Bir yetişkin olarak incindiği zaman açık olarak öfkelenebilir. Farkındalık alanında, bir baraj tarafından zapt edilen şiddetli bir öfke yükünü beraberinde taşımayacaktır.

Diğer taraftan, böyle bir öfkeyi zaptetmek durumunda kalan insanlar, baraj çatladığı takdirde olabileceklere karşı bir korku beslerler. O zaman dünya çılgınca ve önceden tahmin edilemez bir hale dönecektir - şiddetli öfke öldürebilir. Bu yüzden şiddetli öfkelerinin kılığını değiştirecek yollar bulurlar. Sıklıkla başka duyguları da zaptederler; bütün bu kendiliğinden olanlar, kontrolün ötesinde bir duygu patlamasını tehdit eder.²¹

Denver'da, ebeveynleri tarafından kötü muamele gördükleri için terapiye devam eden çocuklarla ilgili bir rapor, altüst edilen çocuklukların resmini çizmektedir.²² Bu çocukların göze çarpan özelliklerinden biri kasvetli oluşlarıydı. Bazıları hiç gülmüyordu bile; terapistleri ile oyun oynadıkları zaman bunu bir görev olarak yapıyorlar ve hiç eğlenmiyorlardı. Pek çoğu kendisini "kötü" veya "aptal" olarak görüyordu ve başarısız olacakları korkusu ile yeni bir şey denemeye tereddüt ediyorlardı.

Doğru ve yanlış mefhumları -apaçık ebeveynlerinden kalan bir miras- aşırı derecede katı ve cezalandırıcıydı. İyi ve kötü olanlar için koydukları kurallar bozulmazdı. Başka çocuklar bu hudutları aştıklarında küplere biniyorlardı. Fakat hiçbir yetişkine karşı hiçbir öfke belirtisi gösteremiyorlardı. Paranoid işlemler iş başındaymış gibi görünüyor: Ebeveynlerine karşı hissettikleri öfkeyi inkâr etmeyi öğrenmişlerdi, (ya da daha genişletirsek, başka yetişkinlere karşı) ve bunu daha uysal hedeflere yerleştirmeye hazırdılar - yani başka çocuklara.

Yetişkinlere karşı olan öfkelerini ifade edemedikleri için, bununla birlikte hırslanıyorlardı. Hikâyeleri ve oyunları vahşi saldırganlıklarla doluydu.²³

Oyuncak bebekler devamlı dövülüyor, onlara işkence yapılıyor ve öldürülüyorlardı. Birçok çocuk oyunlarında kendi gördüğü kötü muameleleri tekrarlıyordu. Bebekken kafatası üç kez kırılan bir çocuk, her seferinde, içlerinde baş yaralanmaları yüzünden acı çeken insanlar ve hayvanlar olan hikâyeler kuruyordu. Bebekliğinde annesinin onu suda boğmaya teşebbüs ettiği bir başka çocuk, oyun terapisine oyuncak bebeğini banyo küvetinde boğarak başladı... Çocuklar kaygıları

nı sözlü olarak hemen hemen hiç ifade edemiyorlardı. Ama yine de içlerinde, bu dürtüler patlayıp dışarı çıktıkları takdirde neler olabileceğine dair büyük korkuların eşlik ettiği yoğun şiddet duyguları ve güçlü intikam arzuları besliyorlardı.

Bu trajik çocuklarda, inkâr ve yer değiştirme -paranoid sitilin anahtar mekanizmaları- halen oradaydı. Bu paranoid eğilimler, kötü muamele gibi patlayıcı olaylardan gelmek zorunda değildir; aynı yönsemeler (eğilimler) daha az belirli zulüm şekilleri ile zihne sokulabilirler. Şiddet, daha kurnaz biçimlerde yayılabilir - tasvip edilmeyen bakışlar, sessiz azarlamalar, utandırma veya geri çekilen aşk olarak. Net etki aynı olabilir, sağlanan kesin emirler yavaş yavaş aşılır: Çocuğun hissettiği acı ve öfke hislerinin suçlusu ebeveynler değildir.

Ebeveynleri tarafından reddedilmeyi bekleyen bir çocuk, oyun arkadaşları ile oynarken bunun işaretlerine karşı aşırı bir biçimde tetikte olabilir. Böyle bir çocuğun zararsız eleştirileri çarpıtıp bunları düşmanca görme olasılığı vardır. Böyle düşmanca tavırların önceden sezinlenmesinde çocuk, oyun arkadaşlarını soğuk, katı bakışlar ve bazı saldırgan sözlerle karşılayarak buna karşı koymaya hazırlanır. Bu da sırayla, önceden tahmin edilen hakiki tepkileri uyandırır - çocuk da, hayal yerine, gerçekten de oyun arkadaşlarının gerçek düşmanlıklarının hedefi haline gelir. Şüpheleri, önceden tahmin ettiklerini yaratmış olur. Çocuk tıpkı ebeveynlerinin yapmış olduğu gibi oyun arkadaşlarının da onu reddettiklerini görür; bu da onun daha şüpheli ve daha düşmanca bir hale gelişini doğrulamaktadır. Bozuk bir döngü başlamıştır ve bu da dedektifte gördüğümüz tamamen gelişmiş bir şüphelilik olarak son bulacaktır.

Dikkatin, bu paranoid örnek içerisinde şekillendirilmesinin temel reçetesi özetle aşağıdaki gibidir:²⁴

1. Küçük bir çocuk olarak, hiç kimsenin o koşulları kendisi gibi kabul etmediği durumlarda incinmek;
2. Sonuç olarak ortaya çıkan ıstıraplara öfke ile tepki vermede başarısız olma ve kişinin kendi duygularını kendi kendine inkâr etmesi;
3. İyi niyetli olduklarını farzederek kişinin ebeveynlerine minnettarlık göstermesi;
4. Herşeyi unutmak;
5. Yetişkinlikte, biriktirilmiş olan bu öfkeyi başkalarının üzerine yüklemek ve başkalarının öfkesi gibi gözükmenin aslında kendisine ait olduğunu farketmede başarısız olmak.

Dikkatsel örneğini paranoya içerisine zorla sokmuş olan bir çocukluktan acı çekmiş olan bir ebeveynin, aynı döngüyü kendi çocuklarında tekrarlama olasılığı yüksektir. Bir çocuk olarak, ebeveynlerinin sert psikolojik rejimlerine karşı bir kez kaybedilen bir savaş yeniden oynanabilir; ama bu kez bir ebeveyn olarak gelişip büyüyen çocuk zafer kazanacaktır.

Bu süreçte sayısız varyasyonlar vardır. Bizler genellikle paranoya gibi dikkatsel uç noktalarla son bulmuş olanlara aşinayızdır, çünkü klinik araştırmalar bunların üzerlerine odaklanmışlardır. Öğretilen patolojik algı türünün en yaygın olarak bilinen tanımı, 1950'lerin başlarında Gregory Bateson ve arkadaşlarının "çifte bağ" olarak tanımladıklarıdır. Bu, ebeveynler ve çocuk arasında, şizofreni ile sonuçlanan bir iletişim örneğidir. *

* Veya çifte-bağ teorisi böyle iddia etmektedir. Şizofreni araştırmaları genellikle, çifte-bağ teorisini gerilerde bırakmıştır. Bunun devam eden etkileri halen bir ailenin iletişim örneklerinin -Daniel Stern'in mikro olaylarla ilgili gözlemleri gibi- merkezinde toplanan terapi ve araştırmalardır.

Çifte bağın aslı iki kenarlı bir mesajdır; burada apaçık ortada olan gerçek anlam, gizli olan anlam ile yalanlanmaktadır.²⁵ Göz önünde olan mesaj, çelişkiyi farkındalık alanından koruyan bir lakuna ile birbiri ardısına dizilmiş bir haldedir. Sonuç şaşırtıcıdır: Her iki mesaja da bir kerede itaat etmek imkansızdır. Ama hiç kimse bunun neden böyle olduğunu söyleyemez ve hatta bunun böyle olduğunu bile söyleyemez. Gizli mesajlar genellikle sözlü olarak gönderilmezler. Bu mesajlar duruş şekli, jestler, ses tonu, kas gerginliği... v.b. tarafından gönderilirler. R. D. Laing aşağıdaki örneği veriyor:²⁶

Bir anne, ruhsal bir çöküş sonrasında iyileşmeye çalışan oğlunu ziyaret eder. Çocuk annesine doğru giderken:

- a) Oğlunun kendisini kucaklaması için kollarını açar, ve/veya
- b) Onu kucaklamak için kollarını açar
- c) Çocuk yakınlaştıkça anne donup kalır ve sertleşir.
- d) Çocuk kararsız bir şekilde durur.
- e) Anne, "Anneciğini öpmek istemiyor musun?" diye sorar ve çocuk hâlâ kararsız bir şekilde orada durur.
- f) Anne şöyle söyler: "Ama canım, duygularından korkmamalısın."

Çocuk, annesinin onu öpme davetine karşılık verir fakat aynı anda annesinin duruşu, donuşu ve gerginliği ona bunu yapmamasını söylemektedir. Annenin oğluyla yakın ilişkiler içerisinde olmaktan korktuğu veya başka bir sebepten dolayı, oğluna yapmasını söylediği şeyleri aslında gerçekten yapmasını istemediği, anne tarafından açıkça kabul edilmez ve bunlar kendisi ve oğlu tarafından söylenmemiş olarak kalır-

lar. Çocuk, “söylenmemiş” olana tepki gösterir, yani söylenmemiş mesaja. “Senin gelip beni öpmen için kollarımı açık tuttuğum halde, bunu yapmandan gerçekten çok korkuyorum; ama bunu kendime veya sana itiraf edemiyorum. Bu yüzden umarım ki sen de bunu yapmaktan ‘rahatsızlık’ duyarsın.” Aslında anne hem “Beni kucaklama yoksa seni cezalandırırım” ve hem de “Eğer beni kucaklamazsan seni cezalandırırım” diyor.

Çifte bağ teorisi, “Emirlerime boyun eğme” gibi tekrar tekrar tecrübe edilen mesajların -yani, itaat etmenin imkansız olduğu mesajların- alıcının alışılmış algı tutumunda bir çarpıklık yaratacağını öne sürmektedir. Bu anlamda, teori, sonucun şizofreninin bozuk düşünce şekilleri olduğuna inanır. Çifte bağ teorisi, bir ailenin iletişim örneklerinin, büyümekte olan çocuğa algıdaki karakteristik çarpıklıkları yavaş yavaş aşılacağına dair daha geniş bir bakış açısını da içine almaktadır.

Paranoid örneği, kaygıyı yatıştıran pek çok dikkatsel stratejiden biridir. Bir çocuğun ilk deneyimlerinde, bir yaşam boyu sürecek olan dikkatsel stilleri ona öğretmenin özelliklerinin büyük bir kısmı bilinmemektedir. Araştırmacılar bu işleğin genel parametrelerini birkaç noktada yeni yeni ortaya çıkarmaya başladılar - şizofrenik paranoid ve zorlama. Fakat dikkatsel stilin çeşitleri, patolojik olarak belirtilen birkaç tane neden daha büyük bir sahayı kaplamaktadırlar.

Doğal sahalarda içerisindeki dikkatsel stratejiler hakkında çok az bilginiz var; bunları biçimlendiren onlara özgü deneyimler hakkında çok çok daha az bilginiz var. Şimdilik sadece bir aile içerisindeki, onu dikkatsel alışkanlıkların ve kişisel gerçeklerin tek şekillendiricisi yapan genel güçlere işaret edebiliriz.

Bu güçleri bir sonraki bölümde inceleyeceğiz. Daha sonra da göreceğimiz gibi aile, paylaşılan bir gerçeğe nasıl dikkat edileceğinin ve dikkat hileleri yoluyla kaygının nasıl uzakta tutulacağını hayatta karşılaşılan ilk modeli olarak karşımızda durmaktadır. Bu toplu deneyimlere katılmayı öğrenirken, bu belirli dikkatsel örneğin içerdiği çarpıklıkların da var olduğunu kabul ederiz: Kendini aldatmalar, kendi aramızda olduğu gibi kendi içimizde de iş görürler.

Şimdi donanımlarımızı değiştirmek üzereyiz. Bu noktaya kadar konumuz, dikkat-kaygı değiş tokuşunun bireyin zihninde nasıl çok çeşitli lakunalar yarattığı idi. Bundan sonra ise bu gibi kendini aldatmaların paylaşılan durumlara nasıl geldikleri üzerinde duracağız. Bu geçişi yapmak, insanların, her nasılsa, şemalarını bir dereceye kadar birbirlerine uydurabildikleri olasılığını gözönünde bulundurmamıza ihtiyaç duyar sadece - bu şu demektir, insanlar olayları nasıl yorumlayacaklarına dair genel bir kavrayışı paylaşabilirler.

Bu zoraki bir tavır değildir. Bir anlamda bütün iletişim, böyle bir orkestrasyon teşebbüsüdür. Ortak bir görüşü paylaşmak, aynı yolda işleyen iki zihne sahip olmak şu anlama gelir: Bu insanların şemaları bir dereceye kadar her nasılsa en azından benzerdir ve birbiri ardısına daha fazla veya daha az çalışırlar.

Konuşma bir çeşit kalibrasyondur. Kognitif (bilişsel) psikolog John Seely Brown'un bana söylediği gibi: "Konuştuğumuz zaman ben, senin benimle ilgili zihinsel modelini yavaşça ayarlıyorum, sen de benim seninle ilgili zihinsel modeli düzeltiyorsun. Bir soru sorduğunda bazı gizli yanlış bağlantıları düzeltme şansı vardır. Soru sorarak, herşey hakkındaki görüşlerini tamamen yeniden gözden geçiriyorsun. Bu bana senin yanlış bağlantılarının nedenlerini teşhis etme ve

sabitleştirme şansı veriyor. İletişim, temelde, bir onarım sürecidir.”

“Onarılan”, elde bulunan şemalardır. Bir görüşe ulaştığımızda ben senin şemalarını kavrarım, sen de benim şemalarımı kavrarsın. Bu tamamlayıcılık mükemmel olmayabilir fakat daha öncekinden daha iyidir. Uzun süreli bir ilişkide, şemalar şiddetli bir biçimde kalibre olmuş hale gelebilirler. Böylelikle tek bir kelime, jest veya vurgu bireyin partnerinde tam anlamıyla anlaşılabilir. Daha fazla şema paylaştıkça, daha az şey söyleme ihtiyacı duyulur. Süregelen özel ilişkilerimiz -eş, sevgili, arkadaş, meslektaş- savunma şemalarımızı genel olarak en fazla seve seve paylaştıklarımızdır. Bu özel ilişkilerin bizim için can alıcı psikolojik anlamları olduğundan, kaybetme korkusu gibi kaygıların ortaya çıkma olasılığı, önemsiz bağlantılardan daha fazladır. Ve böyle korkuların olduğu yerlerde lakunalar teselli etmek için daha gönüllü olarak ortaya çıkarlar.

Bu sebepten dolayı bir ilişkideki her iki partner de aynı hassas bölgeleri hissettiklerinde, dikkati bu problem noktalarından başka yöne çevirmeyi sessizce kabul ederek tehlike ile başa çıkabilirler. Bu dikkatsel çarpıklık karşılıklı ve senkronize olduğunda, paylaşılan bir lakuna yaratılır. Bu yolla, her ilişki bir dereceye kadar birbirlerine eklenmiş hilelerin karakteristik tertibine hassastırlar. İnanıyorum ki bu çabalar, Dr. Stern'in ebeveyn ve çocuk arasındaki belgelerle ispat etmiş olduğu aynı tür mikro olayların yetkisiyle bize otomatik olarak geliyorlar. İlişkilerdeki lakunaların paylaşılması tabii ki gerekli değildir. Psikoanalist Ernest Schachtel hastalarından birinde böyle bir lakunayı tanımlamaktadır. Dr. Schachtel, kadının terapide erkek arkadaşına gerçekten hiç bakmadığından şikayet ettiğini söylüyordu. Ona bakış atsa da, onu

gerçekten görmediğine dair kesin hisleri vardı.²⁷

Terapi ilerledikçe şu gelişimler gözlemlendi: Kadının sevgilisine karşı tutumu bir şekilde onu hoşnut etmeye çalışmak şeklindeydi. Ona öylesine bağlanmıştı ki, yanlış birşey yapıp onu kaybetmekten korkuyordu. Onunla birlikte olduğunda, yüzüne baktığı takdirde onun yüzünde bir hoşnutsuzluk ifadesi ile karşılaşmaktan sürekli bir korku duyuyordu. Bu yüzden ona baktığında dikkati aşırı derecede seçiciydi: Onun yüzünü olduğu gibi görmüyor, bunun yerine hoşnutluk veya hoşnutsuzluk, sevgi veya öfke izlerini tarıyordu. Bu lakuna kendi kör noktasını yaratmıştı: Onun yüzünü defalarca gördüğü halde, bu yüzün kendisi için belirsiz olarak kaldığını hissediyordu.

Bu kadının hissettiklerine benzer kaygılar paylaşılabiliyor veya belki de, kişinin partnerinde, farklı fakat bunlara eş güçte korkularla -ve kör noktalarla- birleştirilebilirler. Sosyolog Erving Goffman'ın gözlemlediği gibi bazı sahalarda bir ilişkinin bağları, sözsüz ifade edilen kör noktalar ile kuvvetlendirilirler. Goffman şöyle belirtiyor: "Bu sebepten dolayı çok iyi ayarlanmış uyumlu evliliklerde her bir partnerin bir diğerinden bazı sırları sakladığını tahmin ederiz. Bu sırlar mali durumlarla, geçmiş deneyimlerle, halen geçerli olan flörtlerle, kötü veya pahalı alışkanlıklara düşkün olmakla, kişisel arzular ve üzüntülerle, çocukların davranışları ile, akrabalar veya ortak arkadaşlar hakkındaki gerçek fikirlerle ilgili olabilirler."²⁸

Goffman, bu stratejik olarak lokalize olmuş sır saklama noktalarının, arzu edilen bir statükonun muhafaza edilmesini mümkün kıldığını söylüyor. Tabii ki böyle bir koruyucu sır saklama, eğer basit bir hile ile meşgul olursak çok daha fazla güvenli olur: Söyleme ve ben de sormam. Ve her nasılsa

bu hile sadece ikimiz de neden kaçınacağımızı bilirsek mümkün olur.

Gerçekten de her ikisi de aile terapisti olan Lilly Pincus ve Christopher Dare tedavilerin gidiş süresince bir çifti tanımaya başladıklarında bunların arasında bir tür yazılı olmayan evlilik kontratı olduğunu gözlemlediler. Bu anlaşmanın, her birinin bilinçaltı bölgeleri arasında olduğunu söylüyorlardı. Bu anlaşma, bazı konuşulmayan özlemleri yerine getirmek ve belirtilmemiş korkuları yatıştırmakla ilgili, partnerlerin ortak yükümlülükleri ile alakalıydı. Bunun en genel şekli aşağıdaki konuşma gibi sürüp gider:²⁹

“Eğer senden istediğim bazı önemli, imkansız, aykırı ve çılgınca şeyleri yerine getirirsen, ben de senin için senin benden istediğin önemli şeyleri yerine getirmeye gayret edeceğim; bunlardan bazıları imkansız, aykırı ve çılgınca olsa da. Bunların neler olduklarını birbirimize söylememize gerek yok; ama eğer bu anlaşmaya uymazsak kederli, somurtkan, depresyonda ve zorda olacağız.”

Bu gibi hileler, farkındalık alanının dışında iş gördüklerinde en iyi biçimde çalışırlar. Bu sebepten dolayı bunlar dikkat için hudutların dışındadırlar; farkındalıkta sadece koruyucu bir kör nokta tarafından işaretlenirler. Bu, bu gibi kör noktalara yol açan primer psikolojik ihtiyaç olduğu için, bu hilelerin gerçekte olup bitenleri farkındalıktan uzak tutmaları için özel bir zorunluluk vardır. Perdeleri dikkatin üzerine çekmek yalın bir hassasiyet ve derin kişisel ihtiyaçlar yüklemektir. Bu belki de, boşanmaların neden bu kadar korkunç olduklarını kısmen de olsa açıklayabilir.

Yürüyen bir ilişkide her bir partner, güvenli ve huzurlu bir ilişki için partnerlerin paylaştıkları hisleri tehdit edebilecek paylaşılan deneyim alanlarını anlamazlıktan gelir. Kocasının

sahil kenarında genç kadınlara bakışını eleştirmez kadın; adam da karısının orgazm taklidi yapıp yapmadığına dair şüphelerini ona belli etmez. Zaman içerisinde bu ayrılıklar lakunalar haline dönüştürülebilirler: Farkına varmazlar ve farkına varmadıklarının bile farkına varmazlar.

Fakat bu endişe verici dikkatsizlik anlaşmasının yüzeyinin altında, öfke, gücenme ve acı ile dolu bir pislik yuvası bulunabilir - bunların hepsi de açığa vurulmamıştır, eğer farkedilirse. Çift ayrıldığında, statükoyu koruma hileleri, açık dik-katin pahasına, buharlaşıp gider.

Partnerler ilgilenmemek üzere yaptıkları ortak anlaşmaya artık zaman ve güç sarfetmemeye başladıklarında korkunç duygular büyük bir güçle doğarlar.

Bu gibi ilişkilerde, açığa vurulmamış dikkatsel hileler, çoğu grubu tanımlayan dinamikler için prototip olarak görülebilirler. Benim inanışım şu: Grup içindeki insanlar genellikle büyük sayılarda şemalar paylaşırlar. Bu şemaların çoğu ile direkt olarak konuşulmadan iletişim sağlanır. Açığa vurulmadıkları halde paylaşılan bu şemaların arasında başta gelen, dikkate değer olanları belirten, nasıl dikkat edildiğini belirten -ve önemsememek veya inkâr etmek için neler seçtiğimizi belirten- şemalardır. Kaygıyı söndürmek için bu seçim yapıldığında -yani önemsenmeyecek veya inkâr edilecek olan seçildiğinde- paylaşılan bir savunma iş başındadır.

Bir sonraki bölümde gözlemler sonucu bulunan değerleri inceleyeceğiz. Olayları oldukları gibi görmeyi öğrenmede grup içindeki insanlar, görmemeyi de, paylaşılan deneyim durumlarının üzerlerinin genel olarak tutunulan kendini aldatmalar ile nasıl örtüldüklerini de birlikte öğrenirler.

BÖLÜM BEŞ

Topluluk Kimliği (Kollektif Birey)

“BİZ”

Delilik, demişti Nietzsche, bireylerde bir istisna, gruplarda ise bir kuraldır. Freud bu fikre katılmıştır. *Grup Psikolojisi ve Ego'nun Analizi* adlı kitabında Freud şunları yazmıştı: “Bir grup tahrik ve teşvik edicidir, değişikdir ve aşırı hassastır.” Kalabalık olma yollarını hiçbir şekilde küçümsemeden Freud, grup içindeki insanların o gruba üye olmalarının sonucunda çocukluk safhalarına geri döndüklerini görmüştü.

Freud, kalabalık psikolojisi üzerine eleştiriler yapan Fransız yorumcu Le Bon'dan yaptığı alıntıda şu etkilere dikkatleri çekiyor: Birbirinden farklı insanlar bir grup olarak biraraya geldiklerinde bir tür kolektif zihne sahip olurlar. Bu da kendi başlarıyken hissedeceklerinden, düşüneceklerinden ve davranacaklarından tamamen farklı bir tutum göstermelerini sağlar. “Bir grup” demişti Freud “hemen hemen yalnızca bilinçaltı tarafından idare edilir.”

Le Bon'un ardından Freud şöyle devam eder:¹

Bir grup, fevkalade bir şekilde saftır ve etkilere açıktır; eleştiri kabiliyetinden yoksundur ve imkansız sözcüğü onun içinde barınmaz. Hayaller üzerinde düşünür;

bunlar da birlik halinde diğerklerini uyarırlar... bir grubun gerçeklerle anlaşması, hiçbir zaman herhangi bir makul ve mantıklı iş tarafından kontrol altına alınmaz. Bir grubun duyguları her zaman çok basit ve çok abartılıdır; bu yüzden grup ne şüpheyi ne de tereddütü bilir.

“Grup” kelimesi ile Freud kalabalık yapma eğiliminde olan şeyleri kastettiği gibi aynı zamanda kilise veya askeriye gibi büyük organizasyonları da kastetmişti; bunların ikisini de teorisini izah etmek için vaka örnekleri olarak kullanmıştı. Bir grubu, rastgele bir araya gelmiş bir kalabalıktan ayıran, paylaşılan şemalardır: Bazı ortak bakış açıları ve Freud’un söylediği gibi “bir nesneye duyulan ortak ilgi, bazı durumlardaki benzer duygusal önyargılar.” Bir grup genel olarak ne kadar fazla şey paylaşırsa, zihinsel homojenliğin derecesi de daha fazla olur ve grup zihninin ortaya çıkışı da daha çarpıcı olur.

Freud, bir kişinin bir grubun üyesi olduğunun işaretinin kendi şahsiyetinin yerine grup şahsiyetini koyması olduğunu gördü. Freud şöyle söylüyordu: “Grup psikolojisi, bilinçli birey kişiliğinin yavaş yavaş önemini kaybetmesini, duygu ve düşüncelerin ortak bir yöne odaklanmalarını içine almaktadır.” Bu da, paylaşılan şemaların kendi özelliğini kişisel şemalara aktarma dönüşümünü gerçekleştirir.

Freud’un teorisinde grubun ilk örneği yani orjinal modeli “ilkel aşiretler”di. Bu, ilkel oğulların güçlü babalar tarafından yönetildikleri bir topluluktur. Bu bakış açısında grup zihniyetini meydana getiren belirli şemalar, baba tarafından yani karizmatik ve güçlü lider tarafından emredilenler olmalıdır. Freud, böyle bir grubun üyelerinin akıllarını reisleri-

ne bıraktıklarını söylemişti; reis ise her nasılsa özerktir ve kendi kendisini idare edebilir. Öyleyse grup zihniyeti, liderin fermanıdır. Grup zihniyetinde, “birey ego idealarını terkeder ve bunun yerine liderde toplanan grup idealarını yerleştirir.”

Freud için ilkel bir aile prototipi, bütün gruplar için bir model oluşturmaktadır. Bir grubu nelerin meydana getireceğinin büyük varyasyonlarında -geçici veya uzun süreli gruplar, homojen veya heterojen gruplar, doğal veya yapay gruplar... v.b.- Freud aynı dinamiğin iş başında olduğunu gördü: Ortak bir anlayış ve görüş kapsamında, grubun üyeleri genel bir görünüş paylaşıyorlardı - grubun şemaları.

Amerikalı psikoanalist Franz Alexander, Freud’un kitabına yazdığı önsöze şunları da eklemeyi unutmamış: Freud’un tanımladıkları, tek bir otoriter lideri olan gruplar için, daha bağımsız ve kendi kendilerini yöneten bireylerden oluşan özgür ve demokratik toplumlar için olduğundan daha doğrudur. Bu ihtar, dinamiği tek bir can alıcı ayrıntıda değiştirir: Grup üyelerinin bir şemayı paylaşmaları için, tek bir güçlü liderinkileri üstlerine almaya ihtiyaçları yoktur. Aksine, grubun işleyişinde doğal olarak bulunan soyut bir idea (fikir) veya bir dizi şema da bu rolü oynayabilir. Öyleyse kesin olarak bir lider olsa da olmasa da, bir grubun üyeleri bazı ortak görüşlere bağlanırlar.

Eğer bir grup, şemaları paylaşabiliyorsa, o zaman lakunalara da genel olarak sahip olabilirler. Erik Erikson bu olasılığı işaret etmektedir. Erikson, bir defasında Anna Freud’a, incelikle işlediği savunma mekanizmalarının paylaşılıp paylaşılamayacağını sorduğunu bildiriyor. Sonuç şöyleydi: Evet gerçekten de bunlar paylaşılabilirlerdi “... bireyler ve aileler tarafından olduğu gibi aynı zamanda daha büyük birimler tarafından da.” Erikson, Freud’un “ego” ile anlatmak istedi-

ğinin -Almanca'da ich- "ben" olarak daha doğru bir biçimde tercüme edilmiş olduğunu gözlemlemiştir. Erikson, insanlar birbirlerini etkilediklerinde, "biz" in yaratılabileceğini ileri sürmeye devam ediyor; "biz", "ben" ile aynı ağırlığı taşımaktadır - paylaşılan deneyimlerin düzenleyicisidir. Bir grup içerisinde "biz", kolektif bireydir.

Bir grup, olağanüstü bir kendiliğinden oluş ile isimlendirilebilir. Trafik kazası olan bir yerde, oradan tesadüfen geçmekte olan insanlar düzenli bir topluluk haline gelirler. Bazıları kazazedelere yardım eder, diğerleri yetkilileri arar, bazıları trafiği idare eder... vb. Böyle bir grubun biraraya toplanması, bu gibi durumlarda ne yapılması gerektiği ile ilgili olarak paylaştıkları şemalara bağlıdır. Daha alışılmamış olan acil vakalar -bir hayvanat bahçesinden bir filin kaçıışı veya hamile bir uçak yolcusunun beklenilmedik doğumu diyelim- bu kadar iyi düzenlenmiş bir tepki uyandırmayabilirler. "Biz" i birbirimize bağlayan, paylaşılan şemaların aktivasyonudur; ne kadar fazla genel görüş paylaşırsa, grup o denli sarsılmaz olur.

"Paylaşılan kimlik", üyelikleri nedeniyle o grup içinde olanlara bir anlamda berraklık ve gerçeklik verir. Bir bireyin şahsiyeti gibi grup şahsiyeti de, gruba uygun olarak dünyayı tanımlayan, toplu deneyimlerden anlam çıkaran ve neyin uygun olup neyin olmadığını tarif eden bir dizi şema icap ettirir.

Freud'un da gördüğü gibi, grup üyeliğine çok kolay bir şekilde gireriz, çünkü çocukken ailelerimizin içinde buna kendimizi alıştırmışızdır. Bir grup yalancı bir ailedir: Aile, grubu biçimlendirir; bunun dinamikleri, aile kimliğinin bütün mekanizmaları ile birlikte, biraraya gelmiş bütün topluluklarda iş başındadır. Ve aile kimliği, bazı yollarla, kişisel kimliğin

dinamiklerini yeniden yaratır.

Tıpkı birey gibi grup kimliği de kısmi olarak paylaşılan bir farkındalığa dönüşebileceği gibi, kısmi olarak paylaşılan bir bilinçaltına da teslim edilebilir - burası ortak deneyimlerin bölgesi olup asla açıkça ifade edilmez veya açığa çıkarılmaz; fakat herşeye rağmen etkilerini, bir grubun tamamı üzerinde gösterir.

Grup kimliği, “grup zihniyeti” ile ilgili olarak psikoanalist Wilfred Bion tarafından çok iyi bir şekilde tanımlanmıştır. Bion “grup zihniyeti”ni, üyelerinin arzularını, fikirlerini, düşüncelerini ve duygularını içinde barındıran paylaşılan bir havuz olarak görmektedir. Grup zihniyetine yapılacak herhangi bir katkı, diğerlerinin yapmış oldukları katkılar ile uyum sağlamak zorundadır - grup kimliğinin içine aldığı, yalnızca, paylaşılan bu şemalardır. Bion’a göre, bu grup zihniyetinin en can alıcı noktası, kaygı uyandıran bilgilerle nasıl başedileceği ile ilgili olan bu temel tahminlerdir - yani bizim tabirimizle, tercih edilen lakunalar.

Robert Bales adlı bir diğer grup uzmanı, grup bilinçaltını çok benzer terimlerle tanımlıyor. Bales, bir grup üyelerinin, birleşmiş bir hayal dünyasını nasıl paylaştıklarını gözlemlemiştir. Bu durumda bir kişinin söyledikleri, diğerleri için bilinçsiz bir anlam ifade eder. Burada iki katlı bir iletişim sistemi bulunabilir. Birisi apaçık ortada olup grubun görünen işleri ile uğraşır; diğeri ise gizli olup grubun açığa vurulmamış - ama yine de genel olarak anlaşılmış - kaygılarını üstlenir.

Bir iş danışmanı, son zamanlarda başka bir firma tarafından teslim alınan bir şirketin başkan yardımcıları arasında grup bilinçaltının iş başında oluşu ile ilgili bu örneği veriyor.² Başkan yardımcıları işlerini kaybetmek veya rütbelerinin indirilmesi konusunda endişeliydiler. Ve her an kötü haberle-

rin gelebileceğinden korkarak bir kuşatma zihniyeti geliştirdiler.

Başkan yardımcılarını, kıdemli idarecinin gelip toplantıyı başlatmasını beklerken içlerinden biri, son zamanlarda küçük bir uçakla yapmış olduğu bir uçuşu anlatmaya başladı. Uçakta bir problem vardı ve ağırlığın dengelenmesi için kendisinden yerini değiştirmesi istenmişti. Hikâyenin ana noktası nasıl kaygılı olduğu ve insanların sıklıkla ne kadar korkunç hissettikleriydi. Sonra başka bir başkan yardımcısı kendi hikâyesi ile onlara katıldı; havalandıktan hemen sonra alev alan bir uçaktaki yolcular arasındaki paniği anlatan bir hikâyeydi bu. Bu hikâyeye de başka bir hikâyenin anlatılmasına yol açtı; bu da, Beyrut yolculuğu sırasında pusuya düşürülen bir uçakla ilgiliydi.

Toplantı başlayana dek sohbet bu mizaçta devam etti. Danışmanın bu konudaki yorumu şöyleydi: Bu konuşmaların tümünün, başkan yardımcılarının kendi konularının parçalanmasına ve felaket gelip çatabileceğinden dolayı duydukları endişeye işaret etmek üzere yapıldıkları, söylenmeye de anlaşılıyordu. Bu tür söylenmeden anlaşılacak kavrayışın, grup kimliğinin paylaşılan şemaları tarafından yapılmış olması olasıdır.

Bireyde olduğu gibi bir toplulukta da şemalar bilgi akışını biçimlendirirler. Herhangi bir grupta konu ile ilgili olan şemalar, üyeler tarafından paylaşılanlardır; şemaların alt grupları “biz”dir.

“Biz”, daha sonra da delillerle göstereceğim gibi, kendini aldatmalara karşı en az birey kadar hassastır. Bir grupta, paylaşılan aldanmaların oluşumunun ardındaki motive edici güç bireydeki ile özdeşdir: Kaygıyı mümkün olduğu kadar azaltmaktır.

AİLE KİMLİĞİ

Bir karı koca, evlerinin önündeki kaldırımını çöp yığını haline getiren çocuk oyuncaklarını kimin temizlemesi gerektiği konusunda şiddetli bir kavga etmektedir. Her biri bir diğeri, komşuların onlar hakkında düşüneceklerini önemsememekle ve oyuncaklara takılıp düşebilecek olan komşularla ilişkilerini tehlikeye atmakla suçlamaktadır. Bu tartışmanın kendisi, çiftin komşularına iyi yüzlerini göstermenin ve onlarla pürüzsüz ilişkiler içerisinde olmanın önemi ile zihinlerinin yoğun bir biçimde meşgul oluşunu açığa vurmaktadır.

Bu örnek, aileler üzerinde çalışan psikiyatrist David Reiss tarafından verilmiştir.³ Reiss, bir çiftin veya bir ailenin hayatındaki bu gibi anların, dikkatli bir gözlemcinin açığa vurulmamış paylaşılan şemaları tespit etmesini sağlayacaklarını iddia etmektedir; bu açığa vurulmamış şemalar, bu insanların kendilerini ve dünyayı tetkik etme yollarını tanımlamaktadırlar - bu da "aile kimliği" olarak adlandırılabilir. Reiss böyle bir tartışmanın, altta yatmakta olan paylaşılan bir tahminden çıkabileceğini söylüyor; "Bu civardaki insanlar çocukların oyuncaklarının yaya kaldırımlarında olmalarına çok kızıyorlar" veya "Bu civardaki insanlar dikkatli ve titizler" gibi... Bu görüşün tamamlayıcısı şöyle olabilir: "Biz, başkaları-

nın düşüncelerine karşı aşırı duyarlıyız.” Bu şemaların tümü aile kimliğinin kalbindedir.

Aile kimlikleri herhangi bir boyut sırasına göre sınıflandırılabilirler. Örneğin sosyolog Robert Merton, küçük bir kasabanın sakinleri arasında “yerli” olanlarla “kozmpolit” olanlar arasındaki farkları ayırdetmiştir.⁴ Bu ikiye bölünüş, aileleri de kolaylıkla kapsamına alabilir. Kozmpolitan bir aile, tıpkı bir kozmpolit gibi, kendi civarının veya kasaba sınırlarının çok ötesinde gezinen insanlar, aktiviter ve meraklarla ilgilenir. Onların arkadaşları, işleri ve okulları dağınık bir biçimde yerleşmişlerdir; iş için veya başka sebeplerle sıkça bir yerden bir yere giderler.

Diğer taraftan yerliler kökleşmişlerdir. Onların aynı bölgedeki aile tarihleri çok eski nesillere dek uzanabilir. Arkadaşları, okulları ve işleri kendilerine çok yakındır. Genellikle iş hayatları sadece evlerinin yakınında olmakla kalmaz, aynı zamanda tanıdıklarının yerel iş ağlarına da bağlıdır. Yerliler alışveriş, ziyaret ve eğlence için kendilerine özgü, geleneksel alışılmış yöntemler ve belirli rotalar geliştirmişlerdir. Kozmpolitan ailelerin daha az durağan ve daha fazla keşfe yönelik alışkanlıkları vardır.

Yaşadıkları çevrede karşı karşıya oturan bu ailelerin yerini tutan gerçeklikler, bu farklılıkları yansıtır. Yerliler için yakın komşuluk, zengin bir tarihi şifreleyen geniş şemalar tarafından kesin olarak tanımlanır: Sadece bugün olduğu gibi değil, yıllar önce de onlar için yerel dükkanlar varolmuştur. Kozmpolitanlar içinse yerel komşuluk, büyük ve haritası çıkarılmamış bölgelerle, daha eksik olarak bilinir. Bu yüzden de daha az şema meydana gelir. Ama kozmpolitanların dünyalarının haritası çok daha geniştir; başka şehirlerde de en az bugün içinde buldukları ortamlardaki kadar iyi

tanıdıkları komşulukları vardır. Yerli de olsa kozmopolitan da her birinin kendilerine has kör noktaları ve aydınlatılmış alanları vardır.

Reiss ve meslektaşları ailelerin paylaştıkları görüşlerin doğasını tayin etmek ve bu görüşlerin aile hayatını düzenleyip tanımlamada nasıl çalıştıklarını tespit etmek amacıyla on beş yıl boyunca aileler üzerinde çalışmalar yaptılar. Bu araştırmacıların bulguları, aile içerisindeki şemaları biçimlendiren güçler için bakış açıları sunmuştur.

Reiss'ın teorisine göre aileler bir grup kimliği paylaşırlar ve bu da onların yaşamlarını şekillendirir. Reiss, paylaşılan aile deneyimlerinin, ailelerin kendilerine has problemlere yaklaşım tarzlarını biçimlendirdiklerini söylüyor. Bu paylaşılan yorumlar tipik olarak arka plandadırlar; bunlar aile yaşamına kılavuzluk eden gömülü yapılardır. Kişi için şemalar ne ise, aileler için de paylaşılan görüşler o demektir; bunlar aynı rolleri oynarlar.

Aile yekpare bir grup olarak iş gördüğü zaman bir tür içgüdüsel zihin gibidir. Bu hususta aile, birey zihninde gördüklerimizle aynı görevleri üstlenir: Bilgi toplar, onu yorumlar ve düzenleyip dağıtır. Bu amaçla paylaşılan şemalar grup kimliğinin ihtiyaçlarını karşılamak üzere bilgilere kılavuzluk edip, onları seçer ve sansürden geçirirler.

Zihinde çalışmakta olanlara paralel dinamikler, ailede de sahnededirler. Daha ayrıntılı olarak söylemek gerekirse, dikkat ve kaygı arasında bir değiş-tokuş vardır: Bir grup olarak aile, bütünlüğünü ve bağlılığını koruma çabasıyla, paylaştığı kimlikle uygunluk göstermeyen bilgileri seçer ve onları önemsemez.

Örneğin Reiss'ın "Bradys" olarak adlandırdığı aileyi ele alalım. Bu aile Dr. Reiss'ın tedavi merkezine, intihar etmeye

eğilimi olan 27 yaşındaki oğulları Fred için gelmişti. Fred'in başarılı bir cerrah olan babası yirmi yıl önce ölmüştü; annesi ise şimdi altmışlı yaşlarının sonlarındaydı. Babasının ölümünden kısa bir süre sonra babasının erkek kardeşi -utan- gaç bir tezgahtar- aynı apartmanda onlarla birlikte yaşama- ya gelmişti. Bu süre içerisinde ölen babanın şahsi eşyaları da orada bırakılmıştı; bu üçlü ölen kişiden bahsederlerken bazen şimdiki zamana ait cümleler kullanıyorlardı. Basit izle- nimlerden oluşan karmaşık eğilimleri şunu gösteriyordu ki bu aile kararlılığı ve prestiji ile hâlâ cerrahın ailesiydi. "Açık- ça" diyordu Reiss , "Bu insanlar kendileri hakkında paylaşı- lan önemli bir hayali muhafaza etmeye çalışıyorlardı."

Anne, bilgi toplamada aile uzmanıydı. Televizyon seyre- den ve gazeteleri okuyan sadece oydu; evde olduğu zaman- larda bütün telefonlara o cevap veriyordu. Annenin rolü ai- leyi "davetsiz misafir"lere karşı korumaktı ve bütün yabancı- lar davetsiz misafir olarak görülüyorlardı. Arayanları pek ka- tı bir terbiye ile karşılıyor ve bu iki adam dışarıdaki dünya ile meşgul olmasınlar diye onları geri çeviriyordu. Kapı zili veya telefon çaldığında buna otomatik olarak tepki veren de oy- du. Anne gerçekte dikkatsel bir sınır muhafızıydı. Bu, anne- nin konu ile alakalı olan ve olmayan bilgilerin seçimi ile ilgili can alıcı fonksiyonu yerine getirmesine ve yorumlar temin etmesine izin veriyordu:⁵

Örneğin, hastanede geçirdiği aylardan sonra Fred kıs- mi bir izin aldı ve bu da, ilk işine hastanenin laboratu- varında teknisyen yardımcısı olarak başlamasına im- kan verdi. İşinde hiçbir zaman başarılı olamadı ama annesi yalnızca tıbbi durumlar üzerine odaklanmıştı ve bu işi aileye ve terapisteye, Fred'in en kısa zamanda o-

kula dönebileceğinin, tıp fakültesine devam edip doktor olabileceğinin kanıtı olarak sundu. Fred ve amcası annenin aşırı derecede süzölmüş seçimini ve işaretleri yorumlayışını seve seve kabul ettiler. Bu onlara bir anlamda ailenin kuvvetini, prestijini ve devamlılığını sağlamış oldu.

Bradys ailesi, bir grup olarak özgüvenini korumak için bir hazine gibi biriktirilmiş kararlılık ve prestij şemalarını muhafaza etmek amacıyla bazı bilgileri çıkarmak zorunda kalmıştır. Bunu yapmak, bu şemalara tezat teşkil eden verileri önemsememeyi veya yeniden yorumlamayı gerektirir. Annenin bilgi toplayıcısı olarak rolü bu görevi kolaylaştırır; o tek başına, ailenin kendi hakkındaki görüşlerini zayıflatabilecek olan bilgileri becerikli bir biçimde kalburdan geçirebilir. Eğer ailenin bütün üyeleri veri toplamada onun kadar aktif olmuş olsalardı, yalanlama riski de çok daha fazla olurdu.

Eğer bir aile küme halinde toplanmış bir tür zihin olarak görülebilirse, Bradys vakasında görölen zihnin yetersiz olduğu kabul edilir. Bir şizofrenin ailesinin tuhaf dinamikleri daha genel bir teori için hemen hemen en iyi kaynak olsa da, Reiss her şeye rağmen bunu genel olarak ailelerin bilgisel dünyalarını tanımlamak için bir sıçrayış noktası olarak kullanıyor. Bradys ailesi, kendilerine dikkatle tasarlanmış bir dizi test uygulanan yüzlerce aileden sadece birisiydi. Bu testler o ailenin bilgileri nasıl kaydettiğini tayin ediyorlardı. Reiss bu teoriyi, bu veriler ve Bradys ailesi gibi vaka çalışmaları sonucunda sunmuştur.

Reiss bir ailenin bilgi işleme yönteminin birbirlerine kenetlenmiş üç safhayı takip ettiğini söylemektedir. Birincisinde aile kendisi için kullanışlı olan bir bilgi alt grubunu ele ge-

çirir; tıpkı bir bireyin seçici olarak dikkat edişi gibi. Bradys ailesinde gördüğümüz gibi bu bilginin seçimi ve yorumlanması, paylaşılan bir şemanın kullandığı bütün önyargıların hedefidir. Sonuçta, seçici olarak ele geçirilen ve yorumlanan bilgiler, paylaşılan şemalar karşılıklı olarak tasvip edilirlerken bütün aileye baştan başa dağıtılırlar.

Bradys ailesi gibi birçok ailenin, görevi seçmek ve yorumlamak olan bir veya iki bilgi uzmanı vardır. Bu kişiler her zaman olmasa da, umumiyetle ebeveynlerdir. Bundan başka bütün aile üyeleri veya bunların çoğu bilgi toplayabilir, notlarını karşılaştırabilir ve bu bilgileri paylaşılan şemalarına uygun olarak yorumlayabilirler. Aileler, bu bilgi misyonlarının her üçünü ne derece iyi idare edebildiklerine göre çeşitlere ayrılırlar; bu görevlerin yerine getiriliş tarzları, aile hayatının niteliğini yansıtır.

Reiss ve meslektaşları daha sıradan ailelerin paylaşılan şemalarının değerini tayin etmek için, 82 orta sınıf Washington ailesini toplamak üzere çalışmalarında PTA* kullandılar. Dr Reiss'in merkezine gelen her aile, algısal performanslarını ölçen bir dizi testten geçirildi. Test serisi ortak bilgi işlenmesinin en önemli safhalarını tespit etmeye yönelikti. Bu deney ailelerin normal hayatta bilgilere nasıl dikkat ettiklerinin -veya nasıl başarısız olduklarının- laboratuvar analogunu sunuyordu.

Örneğin bir testte aileye, içinde birbirini izleyen daireler (D), üçgenler (Ü) ve kareler (K) olan bir bulmaca verilmişti. Bu şekillerin ardılığı, altta yatmakta olan bir model tarafından idare ediliyordu ve bütün aile bunu tahmin etmeye çalışıyordu. Tipik bir dizi DDDÜÜÜ şeklindeydi; bunun altında yatmakta olan model şu kural tarafından saptanabilirdi:

* PTA: Parent-Teacher Association - Ebeveyn-öğretmen Birliği

“Aralıksız bir daire dizisini aralıksız bir üçgen dizisi takip etmektedir.” Bu kural sıradan bir şemadır. Bu deney, ailenin bu gibi bir paylaşılan şemayı nasıl oluşturduğunun gözlemlenmesine olanak vermektedir.

Altta yatmakta olan modeli tahmin etmeleri için aileden aynı kuralı takip eden başka bir dizi oluşturmaları istenmişti. Her aile üyesi bir diğerini göremeyecek biçimde, özel olarak bölümlere ayrılmış bir masaya oturtulmuştu. Her biri kendi tahminini bir kağıt parçasına yazıp bunu doğru veya yanlış olarak değerlendiren deneyi yürüten kişiye veriyordu. Sonra bu kağıt ailenin bütün diğer üyelerine veriliyor ve bunların hepsi sessizlik içinde yapıyordu. Her bir aile üyesi diğerlerinin tahminleri üzerinde çalışıp altta yatmakta olan model hakkında ikinci bir tahmin yaparken, “bitiş” ışığını da yakıyordu.

Her aile altta yatmakta olan kural hakkında birbirleriyle uyuşan bir karara varamadı. Kararın gruba ait olup olmadığı ve üyelerin bu karara nasıl vardıkları, ailenin ayrıntılı dinamığının barometresiydi. Örneğin, “Friedkin” ailesi (rahatsız bir üyesi olan bir başka aile çalışmasında) bu basit testi yerine getirmesi sırasında, onu kuşatan problemini ikiye katlamıştı.

Başarılı bir işadamı olan Mr. Friedkin beş tane ergen çocuğunun hem annesi hem de babası olma görevini üstlenmiştir; Mrs. Friedkin obezdir (aşırı şişman), kronik bir depresyondadır ve altüst olmuş durumdadır.

Testte denemelerin hızla ilerleyişleri boyunca Mrs. Friedkin kendi yolunda gitmiş, ne deneyi yürüten kişinin geri itilimine ne de ailesinin tahminlerine görülebilir bir biçimde riayet etmişti; onun düşünceleri karmakarışık ve izole edilmişti. Çocuk Friedkin’lerden ikisi testteki altta yatan modeli tam

anlamıyla kavrayamadılar ama sonuçta aynı tahminleri yaptılar.

Mr. Friedkin bir noktada doğru modele erişmiş gibi görünüyordu fakat ailedeki hiç kimsenin tahminleri onunkiyle uyuşmuyordu. Sonunda Mr. Friedkin kendi önsezisini destekleyen kanıtı, kızlarının geliştirmiş oldukları teorinin lehinde anlamamazlıktan geldi. Onların tahminleri üzerine kafa yorarken, Mr. Friedkin çocuklarının arasında doğruluğu kurban etme pahasına da olsa bir ittifak olduğunu gördü. Sonuçta bu yolla meydana çıkan biraraya toplanmış şema yanlış bir şemaydı; ama bu şema, bir anlamda, birlik ve beraberliği korumak amacıyla hizmet ediyordu - yani bu, daha sonra da göreceğimiz gibi, bütün grup çeşitlerinde ortak olan bir değişimdir.

Friedkin ailesinin klinik gözlemleri, onların günlük etkileşimlerini simgeleyen testlerle açığa çıkarılan örnekleri bulmuştur. Mrs. Friedkin aile yaşamından kopmuştu; o, kendi evinde sosyal olarak izole edilmiş biriydi. Baba ve çocuklar bir ittifak oluşturmuşlar ve kendi başlarına, paylaşılan bir dünya görüşü kurmuşlardı. Onların birlik olarak görünme ihtiyaçları, daha nesnel gerçekliklerle tamamen uygunluk göstermeyen şemaları benimseme pahasına doyuruluyordu.

“Aileler, sosyal hayatları ile ilgili olarak paylaştıkları görüşlerde farklılıklar gösterirler” diye yazıyor Reiss. “Örneğin bazıların, düzenli ve hakkından gelinebilecek olarak gördükleri dünya için sürekli, güvenli ve emin tarifleri vardır; diğer aileler sosyal hayatlarının kaprisli, önceden tahmin edilemeyen ve potansiyel olarak tehlikeli olduklarını düşünürler.”

Ailelerin deneyin kendisini yorumlayışları, onların toplu görüşlerini Reiss'e ispatlıyordu.⁶

Ailelerimiz, buraya gelmeden önce hazırladıkları veya buraya vardktan hemen sonra oluşturdıkları laboratuvar ortamı hakkında, basit izlenimlerden oluşan karmaşık bir eğilimi paylaşıyor gibi görünüyorlardı. Bazı aileler bu durumun güvenli ve hakkından gelinebilecek olduğunu hissetmişlerdi; diğerleri ise bu durumun bunnaltıcı ve tehlikeli olduğunu düşünmüşlerdi. Pek çok aile, görüşlerinin öznelliğini biliyor gibi görünmüyordu. Bilâkis fikirlerinin nesnel olduğuna, olaylara ve kanıtlara dayandığına inanıyorlardı. Korkmuş olan aileler için biz, yani araştırmacılar, bir tür şeytanla alakası olan insanlardık. Kendilerinden emin aileler ise, bizim suç ortakları olduğumuza dair ellerinde hiçbir kuvvetli kanıt olmadığı halde bize güveniyorlardı.

Test serileri, pek çok farklı ölçümler boyunca aileleri değerlendirdiler. Bu testlerden her biri ailenin paradigma (örnek / numune) durumunu tahlil ediyordu. Örneğin:

- **KOORDİNASYON**, bir ailenin birleşmiş bir grup olarak işleme derecesidir. Yüksek derecede koordine olmuş aileler mücadeleye davet edildiklerinde, açık olarak ve sıklıkla işbirliği yapıp iletişim kurarlar ve can alıcı derecede önemli bilgileri paylaşırlar. Fakat düşük derecelerde koordine olan aileler bölünürler, çok az bilgi paylaşırlar ve işbirliği yapmada başarısız olurlar.
- **KAPANMA**, ailenin yeni bilgilere ne kadar açık veya kapalı olduğunun değerini tayin eder. Ertelenen kapanışlar, ailenin, mücadeleye davet ile karşılaştığında yeni veriler toplamasına ve alternatif çözümler üzerinde düşünmesine imkan verirler. Erkenden kapanan aile-

ler yeni verilere kendilerini kapatırlarken, mücadele davetlerine, başka seçenekleri gözönüne almadan aceleyle kabul edilen kararlarla yanıt verirler.

Bu gibi aile paradigmalarının nasıl meydana çıktıkları zor anlaşılır olmakla beraber, Reiss'in verileri, aile üyeleri arasında muhteşem bir uyum olduğunu göstermiştir.⁷ Bir ailenin her üyesi ailenin dikkatsel stiline bütün durumlarına sahip olmasa da, aynı ailenin üyeleri bilgileri alış ve kullanışlarında birbirlerine dikkate değer derecede benzerler. Aileler bu paylaşılan şemaları nasıl muhafaza ediyorlar ve bir sonraki nesle aktarıyorlar?

GRUP HAFIZASI OLARAK AİLE ADETLERİ

“P aylaşılan şemaların toplamı” diyor Reiss, “bir aile paradigmasıdır.” Bu yalnızca her üyenin zihninde ikamet etmekle kalmaz, aynı zamanda onlar arasındaki etkileşimlerde de yer alır. Ailenin kurallara uygun ve tekrarlanan örnekleri, bir tür grup hafızası olarak hizmet etmesi için incelikle organize edilmiştir. Ailenin bütün üyelerinin katıldığı bazı etkileşimler -tatiller, tartışmalar, gezintiler- paradigmaların en önemli hazineleridirler. Fakat daha az önemli olmak koşuluyla, aile hayatının rutinleşmiş, günlük etkileşimleri de buna dahildir. Hangi olayda olursa olsun aile paradigması günlük aktivitelerin içerisine gömülmüştür ve olup bitenlerin görünmeyen düzenleyicisidir.

Reiss, paradigmanın dikte ettiği birbirini izleyen bu dizilere “örnek regülatörleri (düzenleyici)” adını veriyor. Bunlar ailenin paylaşılan zihninde, bireyin zihnindeki bilinçaltı mekanizmalarına analog olarak karşımıza çıkarlar. Bunlar ailenin farkındalığını biçimlendirmede can alıcı bir rol oynasalar da, aile çoğunlukla bunlardan habersizdir:⁸

Aile paradigmalarının hazinesi çoğunlukla ferdi üyelerin hafızası olarak düşünülebilir - demektir ki, ailenin

her üyesinin ailenin tarihi, efsaneleri, kahramanları, değerleri, sırları ve tavırları hakkında zihninde bulundukları, ahenkli bir paradigma oluşturmak üzere biraraya gelirler. Ailelerdeki etkileşim örneklerine kolaylıkla riayet edebiliriz... ailenin paradigmasının doğasını muhafaza etmek veya bir anlamda, aile paradigması tarafından şekillendirilen veya nitelendirilen bazı planları icra etmek yerine ifade ederek... Fakat her nasılsa, davranışın kendisinin, paradigmanın mahali, ortamı, depo yeri olduğunu iddia ediyoruz; aynı zamanda da bunu ifade ediyor ve şekillendirmiş olduğu planı uyguluyoruz.

Alışılmamış bir örnek regülatörü, aile terapisi sırasında ele geçirilen mikro olay çalışmalarından gelmektedir. Tipik bir dizi şöyledir:⁹

Eşiyle yaptığı tartışma sırasında adam ne zaman	{ kulağını kaşısa burnunu ovalasa sol ayağını hafifçe yere vursa
---	--

çocuklardan biri	{ banyoya gitmek için izin isterdi; kardeşini tokatlardı ağlamaya başlardı
------------------	--

böylelikle karı-koca münakaşası hiçbir zaman halledilemezdi.

Bu gibi örnekler, olumlu maksatlar olarak hissedilenlere uygundurlar. Ebeveynlerinin çoğunlukla iyi geçinemediklerini

idrak eden çocuklar onların bu mücadeleyi, boşanıp aileyi yok ederek halledeceklerinden korkarlar. Bu olasılığı savuşturmak için çocuklar, tıpkı bu vakada olduğu gibi, tartışmanın çözüme ulaşmasını engellemek amacıyla araya girerek olaya müdahale edebilirler. Bu örnek regülatöründe, çocuklar anne-babaya ait bir kavgaya kısa devre yaptırarak aileyi korurlar.

Bazen bir aile adeti bir korkuyu, bütün aile tarafından paylaşılan fakat açıkça bahsedilmesi korkutucu olan bir kısım aile şemalarını gizlemek için hizmet verebilir. Böyle bir gizli drama "A" ailesinde görülebilir; yedi üyeli "A" ailesi problemlili bir New England ailesi olup, terapist Eric Bermann tarafından çok yakından gözlemlenmiştir.¹⁰ Mr. A hayatını tehdit etmekte olan bir kalp hastalığından ıstırap çekmektedir ve çok yakında sonucu belirsiz olan tehlikeli bir ameliyata girecektir. Ailenin bu korku ile başa çıkma şekli Roscoe etrafında dönüp durmaktadır; Roscoe ailedeki beş çocuktan dördüncüsüdür.

Roscoe ailenin bütün günahlarını ve sorumluluklarını yüklenen kişiydi. "Kaza" ile doğmuştu; Mrs. A üç çocuk sahibi olduktan sonra, bir anne ve bir ev kadını olarak görevlerinden biraz olsun kurtulmayı dört gözle bekliyordu; oysa Roscoe'nun gelişi onun umutlarına son noktayı koymuştu. Onun doğumu Mrs. A'nın içindeki daha önceki bir öfkeyi yeniden canlandırdı: Çocukken hayatını, bakmak zorunda olduğu küçük erkek kardeşine göre organize etmek durumundaydı; çünkü kendi annesi çalışıyordu. Zavallı Roscoe annesinin mamur gücenmelerinin darbelerini taşıyordu.

Aslında Roscoe, Mr. A'nın kalp problemlerinin başlangıcına kadar ailenin kurbanı haline gelmemişti. Ailenin dehşeti büyüdükçe, ayırtedilen bir etkileşim örneği meydana çıktı;

Roscoe problem yaratan kişi, abisi Ricky de onu suçlayan kişiydi. Örneğin:¹¹

Ricky, Roscoe'nun yakındaki bir dere de yengeç bulunduğunu keşfetmişti Bütün aileden önce o, Roscoe'yu, yengecin içinde banndığı su kovasına kum koymakla suçladı. Herkes Ricky'nin söylediğinin doğruluğunu ve kovadaki kumun yengeci öldürebileceği gerçeğini kabul etmişti. Mr. A, Roscoe'ya yengeci geri götürmesini emretti ve onun "doğa dostu" olduğunu zannettiğini söyleyerek onunla eğlendi... Bununla özdeş olmayan fakat benzer merasimler düzenli olarak yerine getirildi; yeni ayakkabılan harap edenin, hayvan kafeslerini kıranın, aile köpeğine tehlikeli alışkanlıklar öğretenin o olduğu iddia ediliyordu hep. Her bir olay serisinin benzer unsurları vardı. Roscoe ilgisini çeken bir şeyle meşgul olmaya başladı; birileri -çoğunlukla Ricky- onu zarar vermek ve tehlikeli olmakla suçluyordu; ebeveynlerinden biri suçlamayı dinliyor ve kararını veriyordu. Roscoe'nun payına da, utanç verici bir teslim oluş düşüyordu.

Aile paradigmasının çift seviyesi olabilir; biri toplu farkındalığın içerisinde, diğeri de o farkındalığın dışında, hem de herşeye rağmen paylaşılmış olsa da. Aileyi gözlemleyen Bermann bu örneği, eğer Mr. A'nın ameliyatı kötü geçerse onlara ne olacağı ile ilgili kendilerini kaplayan dehşet ile ailenin başa çıkış yolu olarak gördü. Roscoe'ya saldırmaları sembolik olarak ölüm saçan, kontrol edilemeyen güçlerle dolu bir dünyaya karşı toplu bir karşı saldırıydı aslında. Bu yoruma göre yengeç olayı özellikle çok etkilidir: Burada bir

cinayet ve bir kurban teşhis edilir; katilin icabına bakılır ve kurban kurtarılır. Babanın hastalığı yüzünden karşılarında duran ölümden dehşet duyan aile, kısa bir an için ölüm düşüncesini başka tarafa çekmiş olur. Her şeyin Roscoe'ya yüklenmesi, aileye, açıkça yüzleşmeye cesaret edemedikleri korku içinden sembolik bir huzur vermektedir.

Sonuç olarak aile, birey zihninin pek çok özelliğini taşıyan bir tür grup zihnidir. Belirli bir ailede büyüme deneyimi, çocuğun dikkatsel alışkanlıkları üzerinde iz bırakır. Parano-yid stilde gördüğümüz gibi bu bazı zamanlarda başarısız sonuçlara neden olur. Fakat bu örnek, hepimizin ailelerimizin bizi kendi gerçeklik dünyalarının toplum kurallarına uydurmaları sırasında içinden geçtiği olağanüstü sürece damgasını vurur.

Aile, üyelerinin paylaşmış oldukları ortak şemalar yoluyla bir gerçeği yorumlar. Ailenin kendi ile ilgili fikirleri, paylaşılan şemaların bir alt grubudur; bunların toplamı ailenin paradigmasını meydana getirir. Bir ailenin kendine has evreninin topografyası, alışılmış işlerle, adetlerle üyelerin bilgileri alma, yorumlama ve paylaşma (veya paylaşmama) şekilleri ile, ifade edilmeden de anlaşılır. Burada bize, ailenin dikkat ve kaygı arasındaki gerilimi çözme yollarını ve bunun sonucu olarak paylaşılan aldanmalara karşı duyulan hassasiyeti incelemek kalır.

MUTLU AİLE OYUNU

Aktör Hume Cronyn bu yüzyılın ilk yıllarında, çok zengin bir Kanada ailesinde yetişmişti.¹² Ev halkı Londra'da, Ontario'da, Edward tarzı bir malikaneye yerleşmiş olup bu-
lundukları yerin ve zamanın katı adetlerine bağlıydılar. Babaları beyin sklerozunun felaketine uğramıştı; beyin atar damarları sertleşiyordu ve bu, erken safhalarında onun ara sıra gelen nöbetlerle ıstırap çekmesine neden oluyordu. Zenginler sınıfı muhitinde bu nöbetler sosyal toplantılara hiç uygun olmuyordu; bu yüzden bunlarla, önemsemeyerek başa çıkılıyordu.

Cronyn hatırladıklarını şöyle anlatıyor: “Yaşadığım süreç, o akşam yemek masasında olanları hiç unutmuyacağım. Babam spazm geçiriyordu ve eli gayri ihtiyari, buram buram tütecek kadar sıcak altın kenarlı tabağa gürültü ile çarptı - yumurta ve peynirden oluşan bir yemektir bu. Bilinçsizleşmişti ve hizmetkar gelip babamı doğrultup, üzerini dikkatle temizleyip yeni bir tabak servisi yapana dek hepimiz olduğumuz yerde kalmak zorundaydık.

“Kısa bir süre sonra bilincini yeniden kazandı. Hepimize tek tek baktı; sersemlemişti. Bizler sohbetimize kaldığımız yerden devam ederken, o da gümüş çatal bıçağını almak

için bir hamle yaptı. Fakat çatalı tutmaya çalışırken yanmış olan eline bakıyordu. Bunun sebebi hakkında hiçbir fikri yoktu.”

“*Kelimelerle anlatılabilecek olanlarla, bunların anlatılabilecekleri kelimeler için bir yerlere bir çizgi çizmemiş hiçbir aileye rastlamadım*” diye yazıyor R. D. Laing. Bu demektir ki, her ailenin, paylaşılan deneyimlerin hangi durumlarının açık olması, hangilerinin de kapalı olması ve inkâr edilmesi gerektiği ile ilgili kendine has bir modeli vardır. Bir deneyim açık olarak paylaşıldığında ailenin, aynı zamanda, bunun hakkında söylenebileceklerle ilgili tedbirli bir dili vardır.

Laing’in tanımladığı, kesinlikle, iş başında olan şemalar yöntemidir: Bunlar dikkati *burada ve oradan* uzakta yönlendirirler; bunun ve şunun nasıl yorumlanacaklarını belirtirler. Kız kardeşimizin bugün ne kadar keyifli görüldüğüne dair yorum yaparız, fakat annemiz depresyonda ve içkili olduğu zaman onun yanında ayak parmaklarımızın ucuna basarak yürür ve bugün “havasında olmadığını” söyleriz. Babamız nöbete yakalandığında, bu aslında hiç olmamış gibi davranırız.

Bu kurallar ailenin toplu zihninde, birey zihni içinde sahip oldukları, bilinçaltı ile algılanan aynı etkilerle işlerler. Laing şu örneği veriyor:¹³

Ailenin, küçük Johnny’nin kötü ve ahlaksız fikirler düşünmemesi gerektiğine dair bir kuralı var. Küçük Johnny iyi bir çocuktur: Kendisine, kötü fikirler düşünmemesi gerektiğinin söylenmesine gerek yoktur. Onlar Johnny’e hiçbir zaman, kötü fikirler düşünmemeyi *öğretmemişlerdir*. Johnny de hiçbir zaman bunu öğrenmemiştir.

Öyleyse, aileye göre ve hatta küçük Johnny'e göre, kötü düşüncelere karşı hiçbir kural yoktur; çünkü olacıklara karşı bir kural olmasına ihtiyaç yoktur. Dahası bizler aile içerisinde, kötü düşüncelere karşı olan kurallar hakkında konuşmayız; çünkü kötü düşünceler ve bunlara karşı olan kurallar olmadığı için, bu sıkıcı, kuramsal, bizimle ilgisi olmayan ve hatta belli belirsiz kötü olan bu konu hakkında konuşmaya da gerek yoktur.

Laing, kurallar hakkındaki bu görünmeyen kuralların işleyişlerini şu şekilde bir sisteme bağlıyor:¹⁴

- | | | |
|-----------|---|--|
| Kural A | : | Yapma! |
| Kural A.1 | : | Kural A yoktur! |
| Kural A.2 | : | Kural A, A.1 veya A.2'nin varlığını veya yokluğunu tartışma! |

Ailenin lakunaları, farkedilemeyecek olanın ve farkedilemeyeceği farkedilemeyenin kurallarının bir sonucudur. Birey için çeşitli savunmalar ne demekse, grup için de kurallar o demektir. Bunlar deneyimleri şekillendirip sınırlandırırken bizler bunların yaptıklarını gönüllü olarak göremeyiz, çünkü bunlar farkındalık alanının dışında işlerler.

"Eğer bu kurallara uyarşanız" diyor Laing, izah yolu ile,¹⁵ "bunların var olduklarını bilmeyeceksiniz demektir. Birinin parmağını kendi ağzına, ağabeyisinin, ablasının, annesinin, babasının veya herhangi birinin ağzına koyması hakkında konuşmaya karşı hiçbir kural yoktur. Ama şunu söyleyebilirim ki, ben parmağımı [sözü edilmemiş sayıda] hiçbir yere koymadım. Hangi yere? Bunları ifade edemem. Neden? Bunu söyleyemem."

Sonuç olarak ortaya çıkan ailesel lakuna'ya Laing "Mutlu Aile Oyunu" adını vermiştir. Bu, bireylerin rahat hissetmelerini sağlamak için grupların nasıl ortak olduklarına dair bir prototiptir. Laing bunu şöyle tanımlıyor:¹⁶

İnkâr başkaları tarafından talep edilir; Bu, kişiler arası hile sisteminin bir parçasıdır. Bunun vasıtasıyla biz diğerlerine uyarız, onlar da bize uyarlar. Örneğin biri "Mutlu Aileler"i oynamak için hileye ihtiyaç duyar. Ben, bunlardan ayrı olarak, mutsuzum; kendimi *kendime* inkâr ederim; kendime ve başkalarına, birşeyleri inkâr ettiğimi inkâr ederim. Onlar da aynısını yapmalıdırlar. Ben onların inkâr ve hilelerine uymalıyım, onlar da benimkilere uymalıdır.

Öyleyse biz mutlu bir aileyiz ve birbirimizden sakladığımız hiçbir sırrımız yok.

Eğer mutsuzsak

Ve bunu bir sır olarak saklamak zorunda olduğumuz için mutsuzsak,

ve sır saklamak zorunda olduğumuz için mutsuzsak,

ve bunu bir sır olarak saklamak zorunda olduğumuz gerçeğini bir sır olarak saklamak zorunda olduğumuz için mutsuzsak,

hepimiz bu sırrı saklarız.

Fakat *biz* mutlu bir aile olduğumuz için, görmüş olduğunuz gibi

bu zorluk ortaya çıkmaz.

Bir aile ne kadar korkunç sırlar barındırırsa, sağlam görünüşünü muhafaza etmek için Mutlu Aile gibi oyunlara baş-

vurma olasılığı da o derece fazla olacaktır. Psikiyatrist Michael Weissberg, ensest ilişkilerle ilgisi olan bir ailenin semptomlarından birinin çok mutlu görünmeleri olabileceği hakkında bilgi veriyor.¹⁷ Weissberg şunları söylüyor: "Tehlike sinyallerinden bazıları, her zaman herşeyi birlikte yapan fakat anneleri depresyonda ve hasta olduğundan veya duygusal olarak mevcut olmadığından onu dışarıda bırakan "mükemmel" bir aileyi içine almaktadır." Buna paralel bir sinyal de fazlasıyla mükemmel bir kızdır. Ebeveynlere ait sorumlulukları çoğunlukla çok erken yaşta üstlenmiştir. Okulda çok başarılıdır, kibardır ve başkalarını hoşnut etmeye isteklidir. Weissberg'in bildirdiğine göre ensest kurbanlarından biri, okulda hiç şaşmadan A almaktadır ve on yaşından beri ailesinin akşam yemeklerini hazırlamaktadır.

Bu gibi sessiz sinema oyunları, söylenmemiş olsa da herkesin bildiği korkunç bir gerçeğin apaçık inkâr edilmesine imkan verir. Suçluluk duygusu, utanç ve korku, bu hilelerin sezgi yoluyla bilinen güdüleridir. Birinin eşi veya ebeveynleri tarafından terkedilme korkusu -hem de bunlar kendilerine ne kadar kötü muamele ederlerse etsinler- eşlerin ve çocukların, en kötü muamele için bile neşeli olarak mazeret üretmelerine ve bariz bir zulüm ile ilgili algılarını çarpıtmalarına yol açar.

Belki de en keder verici sırlar, dayak, ensest veya alkolizmin hileli bir ortaklık ile ilgili bir sis içerisinde geçtiği ailelerdedir. Bu gibi aileler çoğunlukla bir inkâr ve suçluluk duygusu döngüsüne girerler. İnkâr genellikle şöyledir: Konu ne olursa olsun bu, bir daha tekrarlanmayacak bir acayıplıktan başka birşey değildir. Bu suçluluk duygusu, kurban tarafından kendini suçlama şekline dönüştürülebilir: Dövülen eşler ve ensest kurbanları çoğunlukla bu muameleyi hakettiklerini

düşünürler. Bunlarla ilgili fazlasıyla belge vardır psikiyatri literatüründe.

Bu ailelerde, güçlü ortak savunmalar işler. Çevrede olup bitenlere dair pek çok ipucu vardır, fakat bunlar önemsenmezler veya örtbas edilirler. Artık bir yetişkin olan bir ensest kurbanının öfkeyle hatırladıkları şunlar:¹⁸ “Gerçekten de, babamın yapmakta olduklarını ona hiçbir zaman söylemedim. Allahım! Keşke çamaşır odası bunları anlatabilseydi. Kanlı çamaşır, sperm lekeli pijamalar ve kirli çarşaflar vardı. Herşey onun görmesi için orada öylece duruyordu. Ve o, görmemeyi tercih etti.”

Bu inkâr ağı ailenin ötesine geçip arkadaşlara, akrabalara, hatta polise, doktorlara ve sosyal hizmetlerde görevli kişilere dek ulaşabilir. “Margaret” olayını ele alalım. Margaret, orta halli bir orta Amerika şehrinde, politikanın önde gelen simalarından birinin eşidir. Kocasının beş yaşındaki kızlarına tecavüz ettiğini öğrenmenin ıstırabını çekmektedir.¹⁹ Yıllar boyunca fazlaca asap bozucu olaylara rastgelmişti. Kocasını, kızlarıyla oynadığı bu “oyun”un olağandışı olduğunu inkâr ediyordu. Görümcesi ise bunun ailelerinde hep olan bir şey olduğuna dair onu ikna etmeye çalışıyordu. Margaret’in bunun için üzülmesine gerek yoktu. Üzüntüleri hızlı bir biçimde artan Margaret geçirdiği sinir krizleri sonucu altı hafta boyunca hastanede yatırıldı.

Birkaç sene sonra, bu çiftin on dört yaşındaki oğulları ona, bir kamp seyahatinde babasının kendisine zorla tecavüz ettiğini söyledi. Başvurduğu avukat, çocuğun yatılı bir okula gönderilmesini önerdi. Margaret konuyu kocasının amcasına ve teyzesine açtığında, onun aşırı reaksiyon verdiğinde ısrar ettiler ve bu durum ile uygar bir insan gibi başa çıkması gerektiğini söylediler - yani bu, “hiçbir şey yapma”

anlamına geliyordu. Margaret çocuklarının okul müdüründen yardım istediğinde, müdür bu gibi konularla ilgilenen danışmanları olmadığını söyledi ve eğer çocuklar danışma için gelirse ellerinden gelenin en iyisini yapacaklarını ekledi. Çocuklar yardım istemekten çok utanıyorlardı.

Margaret sonunda polise gittiğinde çok sert ve kaba bir polis şefi ile karşılaştı; şefin az ve öz nasihatı şöyleydi: “Kendine bir silah al ve eğer o orospu çocuğu çocuklarına bir daha yaklaşırsa onu havaya uçur.” Başka bir yardım önerisinde bulunmadı. Sonunda çeresiz Margaret aile kiliselerinde toplanan ve papaza gönüllü olarak yardım eden kişilerin toplantısına katıldı. Sıra insanların genel endişe ve taleplerini belirtmelerine geldiğinde Margaret ayağa kalktı ve hikâyeyi anlattı. “Kendisine bir iki boğucu öksürük ve tahta sandalyeler üzerinde rahatsız bir biçimde hareket eden bedenlerin sesiyle cevap verildi. Başka bir yanıt alamadı.”

Margaret’in hikâyesi belki biraz abartılmış olsa da, bu hikâye bir aileyi mutluluk oyunu oynamaya teşvik eden sosyal atmosfere işaret etmektedir. Böyle bir oyun herkes için huzur sağlar. Bir üniversite hastanesinde acil psikiyatri servisini yöneten Weissberg, oyunu oynayan kişiler kadar klinikçilerin de aynı duyarlılığı paylaştıklarını söylüyor. “Klinik uzmanları hastalarında, korkutucu, keder verici ve kontrol dışı olarak algılanan durumları ortaya çıkarmak istemiyorlar. Klinikçiler bilmediklerinin, bulmadıklarının ve teşhis etmediklerinin onları incitmeyecekleri ile ilgili yanlış fikirlerin altına imzalarını atabilirler.”²⁰

“Bu, aşırı talihsizlik” diye ekliyor Weissberg, “bu gibi davranışların kurbanlarının ve suçlularının hemen hepsi başlarının belâda olduklarına dair çok yönlü ipuçları bırakırlar - sanki farkedilmek istiyorlar gibi. Örneğin, intihar eden

insanların yarısından fazlası, kendilerini öldürmeden önceki ay içerisinde tıbbi doktorlarını ziyaret ederler; aşırı dozdan ölenlerin yüzde 80'i de son zamanlarda ele geçirdikleri bir reçete ile aynısını yaparlar.”

Ayak bileği burkulduğu için annesi tarafından bir ortopediste getirilen bir doktorun kızını anlatıyor Weissberg; röntgenler kırık olduğunu göstermişti. Yedi ay sonra bu kız başka bir kırık kemikle başka bir doktora gitti. Kendisini tıbbi yardım için hastaneye getiren üçüncü kırıktan hemen sonra dayaktan kuşkulandı. Sonunda anne, kızını “disipline” sokmak için onu duvara doğru fırlattığını kabul etti. Bu ailenin arkadaşları ve akrabaları bu yaralanmalardan haberdar dılar fakat hiçbiri araya girip olaya müdahale etmemişti.

Buna benzer olarak bir avukatın eşi, hamileliği sırasındaki çürükler ve diğer tıbbi zorluklar için bahaneler ve açıklamalar uyduruyordu. Jinekologu ve arkadaşları, eşinin onu dövüyor olduğu ihtimalini gözden kaçırmışlardı; ta ki kocası onu merdivenlerden aşağı itip çocuğunu düşürene kadar...

Sonra, bir ordu çavuşunun vaktinden önce gelişmiş on üç yaşındaki kızı vardı. Ürogenital sistem enfeksiyonları yüzünden aile doktorunu tekrar tekrar ziyaret ediyordu. Bu tıbbi ziyaretlerde babası her zaman ona eşlik ediyordu. İronik olan, kızın cinsel olarak aktif olmadığına dair doktorun adamı temin etmesiydi. Gerçekte bu adam, kızıyla senelerdir cinsel ilişkiye giriyordu. Bu konu ile ilgili bir ipucu farkedip birşeyler yapması gereken yetkililerle bazı bağlantılar kurulmasına rağmen -öğretmen, terapist, polis, dava vekilleri gibi- çocuklara karşı kötü muamele dikkate değer derecede yüksek bir insidans ile (görülme sıklığı) devam etmektedir. Genellikle çocuğunu çürükler ve kırık kemiklerle acile getiren bir ebeveyn -dövülmenin sonucunda- bu yaraların bir kaza sonucu

oluştuklarını söyleyip olayı örtbas etmeye çalışır ve hastane personeli de bu anlatılanları saygıdan ötürü kabul eder.

Aşağıda, bu gibi ebeveynlerin keşfedilmekten sakınmak için söyledikleri ile ilgili Weissberg'in verdiği örnekleri göreceksiniz:²¹

SÖYLENEN

- Bebeğim ile hiçbir problemim yok.
- Bu çürüklerin nasıl meydana geldikleri hakkında hiç fikrim yok... Bu belki de bir kazaydı.
- Kocamın bunları yapıyor olduğuna dair hiçbir fikrim yok.

ANLAMI

- Dün evi terketmek zorunda kaldım, çünkü çocuğun boğazını sıkıp onu öldürmekten korktum.
- Çok kızgındım... ona vurdum.
- Yalnız kalmak beni çok ürkütüyor; eğer onu tenkit edersem beni terkedeceğinden korkuyorum.

Weissberg gerçeğe teslim olmanın getirebileceği kaygılar yüzünden bu yalanlara ve bahanelere sıklıkla inanıldığını gözlemlemiştir. İnkâr etmek çok daha kolaydır. Ama “inkâr, gözlemcinin kötü muameleyi tanımasına eşlik eden kaygıya kısa devre yaptırır; ... aynı zamanda bu, gözlemciyi, kötü muamelelerin doğruluğu kabul edildiği takdirde alınacak önlemlere karar vermekten korur.”

Aile zihni ve birey zihni arasındaki benzerlikler tamamlanmıştır: Kaygı ve dikkat arasındaki değiş-tokuş burada da iş başındadır. Aldatıcı bir “Mutlu Aile” görünüşündeki kendini aldatma, kaygıyı köşeye kıştırır. Bu benzerliğin, grup yaşamını anlamaya dair ima ettikleri çok fazladır. Freud'un da gördüğü gibi aile, bütün grup psikolojileri için bir prototip olarak karşımızda durmaktadır.

BURADA, DANİMARKA'DA, AHLAKÇA BOZUK OLAN HİÇBİR ŞEY YOK

Ailelerden başka gruplarda da toplu savunmaların ve paylaşılan aldanmaların iş başında olduklarına dair kanıtlar, hiçbir yerde Irving Janis'in "toplu düşünme"²² üzerine yaptığı araştırmalarda olduğu kadar iyi ifade edilmemişlerdir. Toplu düşünme ile ilgili ünlü vakalar, Pigs Körfezi işgali ve Watergate gibi büyük fiyaskoları içine almaktadır. Bu örneklerde, çok önemli kararlar veren kişilerden oluşan küçük ve samimi bir grup, bilinçaltı ile bir anlaşma yapmış ve toplu görüşlerle uygunluk göstermeyen can alıcı derecede önemli bilgileri önemsememiştir. Bu gibi peşin hükümlü kararların sonucu bir felaket olabilir.

Toplu düşünme, grupların aleyhinde bir tartışma değildir. Bu, toplu patolojinin tehlike sinyalidir; çarpıtılmış ve ters anlamlar verilmiş bir "biz" dir. Gruplar, tek bir kişinin kişisel önyargıları ile çarpıtılmış kararlar vermesinin risklerine karşı duyarlı panzehirlerdir. Yalnız başına bir kişi duygu dalganmalarına, toplumsal önyargılardan doğan kör noktalara veya basit görünen bir kararın karmaşık sonuçlarını idrak etme başarısızlığına karşı meyillidir. Bir grupta konular açılabilir, başka bakış açıları gözönünde tutulabilir, ek bilgiler toplanıp

tartılabilir. Gruplar en iyi şekilde çalıştıklarında, tek bir üyenin alabileceğinden çok daha iyi kararlar alabilirler. Fakat toplu düşünme, topluluğun düşüncesini çarpıtır.

Pitcher'in (Oklahoma'da) üzücü hikâyesini düşünün. 1950'de yerel bir maden mühendisi, bu küçük maden kasabasını terkedip gitmeleri için insanları uyarıyordu. Gerçekten de bundan hemen sonra bir kaza kasabanın hayatını kaydırdı; kasaba her an göçebilirdi. Ertesi gün Lions Kulübü'nün toplantısında kasabanın ileri gelenleri bu uyarı ile alay ettiler. Paraşüt giymiş biri geldiğinde güldüler ve güldüler. Kahkahaları ile vermek istedikleri "burada böyle birşey olamaz" mesajı, birkaç gün içerisinde hazin bir şekilde yalanlanmıştı; bu adamlardan bazıları ve onların aileleri göçük altında kalarak can vermişlerdi.

Janis, Pitcher hikâyesini, toplu düşünme kavramına bir giriş olarak sunuyor. Bu kasti Orwellian ismi, bir grubun zihinsel veriminin, dikkatinin ve yargılarının gerilemesini belirtmektedir. Bunlar da kesin sınırlamalar ve baskılar sonucu ortaya çıkarlar.

Toplu düşünmelerin mekaniklerinin inceliği, onun yerini bulup ona karşı koymayı zorlaştırmaktadır. Bir grup içindeki insanlar samimi ve rahat oldukça, birbirleri ile olan huzur duyguları, samimiyeti harap edebilecek fikirleri söylemek için, bunun tabii sonucu olarak ortaya çıkan bir gönülsüzlüğü barındırabilir. Janis bunu şöyle tanımlıyor:²³

... Lider kasti olarak grubun, kendi duymak istediklerini söylemesini sağlamaya çalışmıyor fakat tamamen içten bir biçimde diğerlerinin açık kalpli görüşlerini alıyor. Grup üyeleri dalkavuk haline dönüşmüyorlar. Fikirlerini söylemekten korkmuyorlar. Yine de, liderin

istemeyerek kuvvetlendirebileceği ince sınırlamalar, gruptaki pek çok kişi fikir birliğine ulaşmış gibi görünürken bir üyenin tenkitçi güçlerini tamamen uygulamasını ve şüphelerini açıkça ifade etmesini engeller.

Savunmaların olduğu gibi toplu düşünmenin güdülleri de kaygıyı en aza indirmek ve kişinin öz saygısını korumaktır. Toplu düşünme, Mutlu Aile aldanmasını muhafaza etmek için grup zihninin görevlendirdiği işlemleri tanımlamaktadır. Janis'in gözlemleri şöyle:²⁴

Gruptaki her birey, diğer üye arkadaşları ile fikir ayrılığı yaratabilecek ve grubun birliğini yok edebilecek tesirli eleştiriler yapmaktan kaçınmak için kendisini emir altında hisseder... Her üye, kendi zihnindeki karşıt fikirlerin hatalı olması gerektiğine ve bu kuruntuların ifade etmeye değmeyecek kadar önemsiz olduklarına kendini inandırarak ortaya çıkan fikir birliğine müdahale etmekten sakınır.

Kişinin öz saygısını artırmaya yönelik çeşitli oyunlar, bütün önemli yargılar hakkında bir ittifak aldanmasına ihtiyaç duyarlar. Eğer bu olmazsa grup birliğinin anlamı kaybolur, insanın içini kemiren şüpheler büyümeye başlar, grubun problem çözme kapasitesindeki sırdışıklık ve güven azalır ve sonunda zor bir karar verme sonucunda meydana gelen bütün gerginliklerin tamamen duygusal darbeleri (etkileri) harekete geçer.

Bir grubu bir arada tutan yapışkan madde daha sonra onun mahvolma sebebi olabilir. *New York*'lu bir karikatür bu noktayı vurgular. Ortaçağ'a ait bir şatoda bir kral, çevresi

şövalyeler tarafından kuşatılmış olarak oturmaktadır. Ve kral şöyle söyler: “Öyleyse anlaştık demektir. Burada, Danimarka’da, ahlâkça bozuk olan hiçbir şey yok. Başka her yerde, birşeyler ahlâkça bozuk.”

Kaygı ve öz saygı, “ben”de olduğu gibi “biz”de de aynı rolü oynarlar; bunlar artırılmış öz saygıyı ve azaltılmış kaygıyı muhafaza etmek için gerçeklerin saptırılmasına cesaret verirler. Örneğin, grup birliğine fazlaca önem veren bir kültüre sahip olan Japonya’da, bir toplantı -ve muhalif olmanın zorunlu kaderi- hassas bir mesele olabilir. Japonya’da İngiliz dili dergisinde çalışmakta olan Arthur Golden buradaki tipik bir toplantıyı anlatmaktadır:²⁵

İlkönce, kendisine bir teklif ile ilgilenme görevi verilmiş olan bir çalışan raporlarını sunar. Patron (ki bunun görevi teklifleri onaylamak veya reddetmektir; bu teklifleri ortaya atan kendisi değildir) onayladığını ifade etmek için başını öne eğerek ve gürültülü bir şekilde öksürür. Diğerleri yere bakarlar. Sonunda patron şöyle söyler: “Ee, ne düşünüyorsunuz?” Hiç kimse cevaplamaz. Sonra sırayla her bireye sorar. Zihinlerinde grup birliği idealini tutmakta olan bireyler belli belirsiz bir şekilde şöyle söylerler: “Sanırım bu kulağa çok hoş geliyor.” Sonra daha fazla sessizlik ve daha fazla baş eğmeler.

En sonunda birisi iç çekecek, kafasını kaşıyacak veya bu kendisi için seçmiş olduğu bir durum olmasa da yine de muhalif bir fikrin kendisini ona sunduğunu ve bunu gruba açıklama ihtiyacı hissettiğini dolaylı olarak belirten buna benzer bir işaret yollayacaktır... Bir fikir bir kez kabul edildiğinde artık grubun fikri haline gelir

ve hiçbir şekilde yaratıcısı ile bir bağlantısı kalmaz. Kabul edilen bu düzen, performans veya öncelik temeline dayanarak hiçbir bireye ayrıcalık göstermeyip, birliğin bozulmamış olarak tutulmasına yardım eder.

Janis toplu düşünme fikrini, gruplar üzerinde yapmış olduğu araştırmalarla kesin ve açık olarak belirtmiştir. Araştırma yaptığı bu gruplar piyade takımından, liderlik eğitimindeki idarecilere kadar çeşitlilik göstermektedir. Janis çalıştığı bütün gruplarda, bir dereceye kadar, bir anlamda samimi dayanışmayı korumak ve gerçeklerle yüzleşmeye gönüllü olmak ve grup kimliğinin paylaşılan önemli şemalarını mücadeleye davet eden görüşleri söylemek arasında bir değiş-tokuş tespit etmiştir. "Biz", tıpkı birey gibi, aynı "totaliter" çarpıklıklara meyillidir.

Örneğin, Janis sigarayı bırakmalarında kendilerine yardım etmeleri için bir kliniğe başvuran sigara tiryakilerinden oluşan bir grupta danışman olarak bulunuşunu anlatıyor. Grubun ikinci toplantısında, iki nüfuzlu ve baskın üye sigarayı bırakmanın hemen hemen imkansız olduğunu beyan ettiler. Diğerlerinin çoğu da onlarla aynı fikirdeydi ve bu fikre itiraz eden bir üyeye çete halinde saldırdılar.

Bir sonraki toplantının ortasında tek başına muhalif olan aynı adam şunları beyan etti: "Buraya katıldığımda kliniğin talep ettiği iki ana kurala uymayı kabul etmiştim - sigarayı bırakmak için dürüstçe ve dikkatlice çaba harcamak ve her toplantıya katılmak." Bu kurallardan sadece bir tanesine uyabileceğini bu gruptan öğrendiğini söyleyerek sözlerine devam etmişti. Ve sonunda şöyle söyledi: "Her toplantıya katılmaya devam etmeye karar verdim ama günde iki paket sigara içtiğim günlere geri döndüm." Bunun üzerine diğer

üyeler sevinçlerini göstererek onu alkışladılar. Tekrar camia içerisinde hoş karşılanmıştı. Fakat Janis grubun kendi hedefinin sigarayı bırakmak olduğuna işaret etmeye çalıştığında, üyeler onun yorumlarına aldırmadılar ve sigara içmek gibi bir bağımlılığı bırakmanın imkansız olduğunu tekrarladılar.

Grup aşırı derecede sevimli ve hoştu; her konuda tamamen aynı noktaya doğru ilerlemek için çabalıyordular. Samimiyeti bozabilecek üzücü münakaşaların hiçbiri bu grupta yoktu. Fakat bu rahatlatıcı fikir birliği bir aldanmacanın çevresine inşa edilmişti: Gruptaki herkesin sigara içmeye karşı ümitsiz bir bağımlılığı vardı. Ancak kimse bunu sorgulamıyordu. Toplu düşünmenin ilk kurbanı tenkitçi yani eleştiren düşüncedir.

İster bir grup terapisinde olsun, isterse başkan müşavirleri toplantısında, toplu düşünmenin dinamikleri aynıdır. Tipik olarak, bütün alternatif sahaları önemsenmezken konuşma, birkaç davranış rotasında sınırlandırılır. Ne bu alternatiflerin sahasında ima edilen değerlere dikkat edilir ne de biri durup bu başlangıç tercihlerinin geri çekilmelerini göz önünde bulundurur. Önemsenmeyen alternatiflerin, sahip olabilecekleri avantajlar ne olursa olsun, yaklaşımlarına hiçbir zaman izin verilmez. Hiç kimse, kayıplar ve kazançlarla ilgili sağlam fikirler sunabilecek uzman bilgilere başvurmaz; başlangıç tercihini mücadeleye davet eden gerçekler bertaraf edilirler. Grup başarı umar ve başarısızlıkla başatmak için, beklenilmedik olaylarla ilgili hiçbir plan yapmaz.

Toplu düşünmede iş başında olan güçler, "Mutlu Aile"nin bir çeşididirler. Bir sırrı veya paylaşılan bir derdi saklamak yerine grup, basit olarak samimi bir fikir birliğini muhafaza etmek için dikkatini kenetler ve bilgi aramasını aksatır. Gruba bağlılık üyelerinin utandırıcı sorular ortaya atmamalarını,

zayıf ve hükümsüz tartışmalara atılmalarını veya güç gerçeklerle yumuşak başlı düşüncelere karşı koymalarını gerektirir. Sadece paylaşılan rahatlatıcı şemaların tamamen ifade edilmelerine müsaade edilir. Janis özetle bir kural sunuyor bizlere:²⁶

Bir amaç için çalışan bir grubun üyeleri arasındaki birlik duygusu ne kadar hoş ise, bağımsız eleştirci düşüncelerin yerine toplu düşüncelerin geçmesi tehlikesi de o kadar fazladır. Ve bu toplu düşüncenin, mantıksız davranışlarla sonuçlanma olasılığı vardır.

FIYASKO FORMÜLÜ

John F. Kennedy'nin en kötü fiyaskosunun -Pigs Körfezi- başkan seçimlerinde karşıtı olan Richard M. Nixon tarafından ortaya atılan bir öneri sonucunda olması, tuhaf olarak çarpıtılmış bir tarihi olaydır. Nixon, Eisenhower'ın başkan yardımcısı iken, Kastro ile savaşmak için devletin gizli bir ordu eğitmesini teklif etmişti. Bu ordu Kübalı sürgünlerden oluşuyordu. Eisenhower bu fikri beğenmiş ve CIA'e bir Küba gerilla ordusu eğitmesi için emir vermişti.

Kennedy göreve başladığında CIA'nın, Küba'nın askeri olarak işgali için ayrıntılı olarak işlenmiş bir planı vardı ve el altından bir ordu eğitiyordu. Kennedy'nin görevi almasından iki gün sonra CIA'in başı Allen Dulles ona plandan kısaca bahsetti. Bundan sonraki seksen gün boyunca başkan müşavirlerinden oluşan küçük bir grup operasyon üzerinde düşündü. Nisan'da plan uygulamaya konmuştu: Bin dört yüz Küba sürgünü, Pigs Körfezi'ne saldırdı.

Bu saldırı başından sonuna dek bir felaketti. İçlerinde geçreçler bulunan dört gemiden bir tanesi bile yerine ulaşmamıştı. İkinci gün, yirmi bin Küba askeri saldırı ekibini ele geçirdi. Üçüncü gün ekibin hayatta kalan bütün üyeleri hapsedane ordugâhlarındaydılar. Yine de esas işgale dek Kennedy

ve müşavirleri, bu operasyonun Kastro'yu devireceğinden emindiler.

Saldırı başarısızlığa uğradığında Kennedy şaşkına dönmüştü. "Onların ileri gitmelerine izin vererek nasıl bu kadar aptalca davranabildim?" diyordu.

Janis bu soru için, ekibin yelken açıp yol almasından önceki seksen günlük görüşme süresinde neler olduğunu hatırlayan Kennedy'nin iç çemberinin üyelerinin beyanlarına dayanan ayrıntılı bir cevap sunmaktadır. Toplantılara Kennedy'nin altı önemli müşaviri -Rusk, McNamara, Bundy, Schlesinger ve Robert Kennedy- ile idarenin yüksek rütbeli üç askeri ve bunlara ilaveten CIA'dan Allen Dulles ve Richard Bissel iştirak etmişlerdi.

Toplantılarda işgal planını sunan Bissel olmuştu. Kennedy onu yıllardır tanıyor ve ona büyük bir saygı duyuyordu; Kennedy Bissel'le fazlaca uyuyor gibi görüldüğü için müşavirleri de onlara katılıyorlardı. Bu da, işgalin iyi bir fikir olduğuna dair görüş birliğine sebep olan birçok önemli yanlış hesaplamalarla sonuçlandı. Bu yanlış hesaplamaların her biri, grubun herhangi bir üyesinin elinde mevcut olan bilgilerin temeline dayanılarak önlenebilirdi. Yani üyelerin aradıkları ve geliştirdikleri bilgilerle. Ama hiçbiri bunu yapmadı; çünkü toplu düşünmenin pençesindeydiler.

Örneğin, grup Küba'yı baştan başa geçen bir yeraltı geçidi yoluyla işgalin silahlı ayaklanmayı tetikleyeceğini ve bunun da Kastro'nun düşüşüne neden olacağını farzediyordu. Zaferin bu gibi ayaklanmalara bağlı olduğunu biliyorlardı. Ama işgal gücünün kendisi, tek başına Küba ordusunun hakkından gelmek için çok küçüktü. (200.000 Kübalıya karşılık 1400 işgalci vardı.) Bissel ve Dulles böyle bir saldırının

gerçekleşebileceğine dair onları ikna ettiler ve grup da onların itikatlarını destekledi.

Hakikaten CIA bu gibi tahminlerde bulunmamıştı. Hiç kimse -hükümet sekreteri Dean Rusk da dahil olmak üzere- Küba'nın günlük politik yaşamını takip ederek işlerini sürdüren hükümet bakanlığının Küba şubesindeki uzmanlara ne düşündüklerini sormamıştı. Ve yine hiç kimse bir yıl önce yapılan ve Küba'nın büyük bir çoğunluğunun Kastro'yu desteklediğini gösteren dikkatli oyların sonuçlarını ortaya koymamıştı. Oylar yaygın olarak hükümet sahasında dolaşıyordu ve bunu görenlerin çoğu Kastro'ya karşı iç direnci tahrik etmek için çok az umut olduğu sonucuna varıyorlardı. "Gruptaki politik uzmanlar" diyor Janis, "bu kanıtı ya tamamen unutmuşlardı ya da gözardı etmişlerdi."

Sonra Escambray Dağları meselesi vardı. İşgalin altında yatan ikinci bir tahmin de şöyleydi: Eğer ekip ilk mücadelelerinde başarısız olursa Escambray Dağları'na çekilebilir ve orada bekleyebilirdi. Bununla beraber dağlar, sadece eski bir karaya çıkış alanı kullanıldığı takdirde -ayaklarıyla- yararlı bir geri çekilme pozisyonuydu. Sonradan karaya çıkış alanı olarak seçilen Pigs Körfezi, dağlardan seksen mil uzakta olup bataklık ve ormanlardan oluşan kalın bir düğümün içerisindeydi. "Akıl veren kişilerden oluşan gruptan biri, herhangi bir atlastan elde edebileceği bir Küba haritasına bakma zahmetine katlanmış olsaydı," diyor Janis, "bu yanlışlık düzeltilebilirdi."

Böylesine zeki ve bilgili bir grup, böylesine korkunç bir biçimde tasarlanmış bir plana nasıl uyabilir? Janis bu sorunun cevabının izlerini, belirli sayıdaki aldatıcı grup şemalarının gelişmesinde ve bu aldanmaları geçersiz bilgilere karşı korumak için grubun geliştirdiği mekanizmalarda arıyor. Bu

şemalar açıkça ortada olan tahminler olsa da, bunların aldatmaca olduğu gerçeği, grubun açıkça paylaştığı farkındalığın bir parçası değildi. Hatta onları koruyan mekanizmalar, grup farkındalığında bile değildi.

Ferdî bir üye tahminleri desteklemeyen bazı bilgilerin ve bu bilgilerin paylaşılan farkındalık alanından uzak tutulma yollarının farkında olsa da, grubun toplu (kollektif) farkındalığı bunlardan habersizdir. Bu anlamda, onların farkındalık alanının dışındaki bilgi bölgesi, bilinçaltı zihninin gruptaki dengini meydana getirmektedir. Toplu düşünmenin işlediği yer grup bilinçaltıdır. Tıpkı bireyin bilinçaltında faaliyet gösteren şaşırtıcı şemalar gibi.

ZARAR GÖRMEZ ALDANMA. Janis bu vakada toplu düşünmeye yol açan güçler üzerinde çalışırken, Kennedy ve müşavirlerinin birçok yönden yaptıkları hataların yerlerini tam olarak belirtmektedir. Örneğin zarar görmez bir aldanmanın altında hırpalanmışlar, planladıkları herşeyin muhakkak başarıya ulaşacağına dair bir fikre kapılmışlardı. Kennedy henüz yeni seçilmişti, şans ve kader onun yanında gibi görünüyordu. Schlesinger Beyaz Saray'ın ümitsizliğe kapılmayan bir ruh halinde olduğunu söylüyor ve şöyle devam ediyordu: "Kennedy'nin çevresindeki herkes onda Midas'ın duyulan olduğunu ve kaybetmeyeceğini düşünüyordu... Kendini aşırı derecede zinde hissetme hali (öfori) hüküm sürüyordu; bir an dünyanın plastik olduğunu ve geleceğin sınırsız olduğunu düşünmüştük."

Janis aynı ümit verici şemanın, bir grup olarak ilk kez bir araya gelen bütün gruplarda ortaya çıktığını söylüyor. Yeni kazanılmış kollektif özellik -ki Janis buna "biz" duygusu demektedir- "onlara güçlü ve koruyucu bir gruba ait oldukları

hissini verir. Bu grup her biri için, belli belirsiz şekillerde yeni potansiyeller gözönüne sermektedir ve genellikle grup liderine sonsuz bir hayranlık duyulur.”

Bu zarar görmezlik hissi, grubun gerçekçi olarak bilgi tayin etme kabiliyetindeki tehlikeli bir çatlaktır. Üyeler, öfori veya bağıllık duygularını bozabilecek şeyler yapmaya gönülsüzdürler. Bir grup kararının risklerini basit olarak eleştirmek -bu değer biçme ne kadar nesnel olursa olsun- grup kimliğine yapılan bir saldırdır. “Grup toplantılarında” diyor Janis, “bu toplu düşünme yönsemesi (eğilimi), uyarı sinyallerinin duyulmasını engelleyen düşük seviyeli bir ses gibi işler. Herkes her nasılsa, üyelerin paylaştıkları güven ve iyimserlik duygularını besleyen mesajlara seçici olarak dikkat ederken, bu duyguları beslemeyenlere aldırmamaya meyilli hale gelir.”

BİRLİK ALDANIŞI. Zarar görmezlik hisleri ile birlikte fikir birliği aldanması gelir. Bunların her ikisi de grup samimiyetinden kökenlerini alırlar. Grup bir kez bir inancı veya kararı benimsediğinde, ferdi üyelerin bunun doğru olması gerektiğini hissetmeleri olasıdır. Bununla beraber üyeler mükemmel insanlardır - nasıl hata yapabilirler ki?

Grup içerisinde fikir ve oy birliği olduğu kolaylıkla tahmin edilebilir. Janis şöyle söylüyor: “Bu aldanma muhafaza edilir. Çünkü üyeler -bunu tam olarak idrak etmeden- belirti göstermeyen anlaşmazlıklar riskli bir faaliyet gidişi başlatmak üzerelerken bunların yüzeye çıkışlarını önleme eğilimindedirler. Grubun lideri ve üyeler birbirlerini desteklerler. Hoş atmosferi bozabilecek, tam anlamıyla tetkik edilmiş uzaklaşmalar ve ayrılmalar pahasına, düşüncelerinde birbirlerine yakınlaştıkları alanlarda oynarlar.”

Şimdi geriye dönüp bakan Theodore Sorensen şu noktaya işaret ediyor: “Toplantılarımız, fikir birliği olduğu farzedilen çok süslü ve dikkat çekici bir atmosferde oluyordu.” Çok önemli toplantılarda, ne kuvvetli karşıt görüşler beyan ediliyordu ne de herhangi bir alternatif plan sunuluyordu. Bununla beraber Theodore Sorensen şöyle düşünüyor: “Eğer tek bir kıdemli müşavir bu maceraya karşı koysaydı, inanıyorum ki Kennedy bunu iptal ederdi. Ama hiç kimse bu görüşe karşı çıkmadı.” Bu muhalifler sessiz kalarak, fikir ve oy birliği aldanışına görünmez bir katkıda bulunmuş oldular.

BASTIRILMIŞ KİŞİSEL KUŞKULAR. Muhalifler neden sessiz kalırlar? Şüphelerinde onlara zorla yüklenen sansürler bunun bir nedeni gibi görünüyor. Bir otopside Sorensen şu sonuca varmıştı: Şüpheler misafir ediliyorlardı fakat hiçbir zaman üstlerine düşülmüyordu. Kısmen “yumuşak” olarak etiketlenme korkusu dışında veya meslektaşlarının gözlerine bakmaya cesaret edemediklerinden ötürü... Şevkli fikir birliği atmosferi karşı koymayı azaltır; itiraz etmek gruptan ayrı düşmek demektir. Örneğin, Schlesinger sonradan şunları yazmıştı:²⁷

Pigs Körfezi olayından sonraki aylar içinde, Bakanlar Kurulu odasındaki o kritik tartışmalar sırasında sessiz kaldığım için kendimi acı bir biçimde kınadım. Yine de suçluluk duygularım, yapacağım bir itirazın bana sıkkıcı ve baş belası bir kimse olarak isim kazandırmaktan başka bir işe yaramayacağını bilmekle hafifliyordu.

Potansiyel muhalifler, çeşitli biçimlerde toplum dışı bırakılmış kimse olmaktansa, sessiz kalırlar. Konuşmak fikir birliğini yıkmak demektir. Fakat bu fikir birliği daha önce de

gördüğümüz gibi, bir aldanmacadır. Muhaliflerin kendi kendilerine sansür uygulamalarının anlamı şudur; eleştiriler toplu farkındalığa hiçbir zaman girmezler; mücadele edilmez, sarsıntılı ve paylaşılan bir tahminin kuvvet bularak büyümesine olanak verirler.

ZİHİN MUHAFIZLARI. “Zihin muhafızı”, bilgileri alıp o an geçerli olan şemalara uydurmak için steril hale getiren kişidir. Bu tipik olarak, karşıt bir bakış açısı ifade edebilecek bir üyenin üzerine toplumsal baskı koymak şeklini alır; etkisi, grubun fikir birliğinin mücadeleye davet edilmediğini garanti altına almaktır. Bu baskı sıklıkla barizdir: Muhalifin fikri eğer ortaya konulanlarla uygunluk göstermiyorsa, olabilecekleri basit olarak anlatmak yerine sessiz kalır.

Bir zihin muhafızı dikkatsel bir muhafızdır; grubu, fiziksel saldırılardan değil fakat bilgi saldırılarından korumak için tetikte bekler. “Bir zihin muhafızı” diyor Janis, “grubu, kendilerini adadıkları siyasî düşüncelerin geçerliliğinde, güvenlerine hasar verebilecek olan düşüncelerden korur.”

Beyaz Saray çevresinde Başkan’ın ağabeyisi Robert, bu rolü, Schlesinger ile karşı karşıya olarak üzerine almıştı. Robert Kennedy, Schlesinger’in işgal planı hakkında ciddi şüpheleri olduğunu duymuştu. Bir partide Schlesinger’i bir kenara çekip ona kuşkularının ne olduğunu sormuştu. Kennedy onu soğuk bir şekilde dinledikten sonra şöyle söylemişti: “Haklı veya haksız olabilirsin ama Başkan kararını verdi. Bunu daha ileri götürme. Artık herkesin elinden geldiği kadar ona yardım etme zamanı geldi.”

Zihin muhafızının gruba önerdiği yardımın sonucunun belirsiz (müphem) bir değeri var: Fikir birliği aldanışını, elde bulunan verilerin etkili düşünceleri pahasına muhafaza ediyor.

Zihin muhafızı, grup kimliğinin kalbindeki uydurmaları korumak için bu hileli işe aktif olarak ortak oluyor. Bu, baskılaşmanın savunma mekanizmalarına denk bir davranış biçimidir.

MANTIKLI BAHA NELER BULMA. Grup üyelerinin çoğu, sarsıntılı bir faaliyet gidişini doğrulamak için birbirlerine mantıklı bahaneler söylerler. Bunlar, birbirleriyle uyuşmayan şeyleri karıştırmak ve bunlara inanmak için çaba sarfettikleri hikâye dizileridir. Bahaneler güven inşa etmek ve kararlarının ahlâkı, güvenilirliği, akıllılığı veya başka geçerlikleri hakkında grubu temin etmek için hizmet verirler. Pigs Körfezi kararı, delice bir plana güvenli olarak değer biçen çok miktarda bahanelere dayanıyordu. Bu bahaneler grubu, bazı harap edici bilgileri düşünüp taşınmaktan alı koyuyordu - Kastro'nun ordusunun 140'a 1 gibi bir sayı ile işgalci güçlerinden sayıca fazla olduğu gerçeği gibi...

AHLÂKA AİT SİPERLER (ETİK SİPERLER). Grubun şeması doğruluğu ve ahlâkında, ifade edilmemiş bir inanç içerir. Söylenen bu zan, üyelerin kararlarının ahlâki statülerine ve sonuçlarına aldırmamalarına olanak verir. Bu inanış grubun "biz akıllıyız ve iyiyiz" gibi bir iman ikrarından dalgalanıp cereyan eder; bu da, grubun zarar görmezlikle ilgili kendine ait görüşlerinin bir suretidir. Ve bununla birlikte eğer biz iyiysek, yaptığımız herşey de iyi olmalıdır. Bu etik siperler grubun, aksi takdirde kararlaştırması zor veya şüpheli olabilecek anlamlar veya hedefler hakkında utanç ve suçluluk hissetmesini engellemeye yardım ederler. Faaliyetleri, doğruluğun ve dürüstlüğün güven verici hisleri içinde bir koza halini almış biçimde sürebilir. Amerika Birleşik Devletleri insanları

için en iyisine hüküm verdiğinde, bu seçim “ahlâki” olmalıdır. İşte yanıltıcı olan tahmin de buydu. Bu tahmin, pek çok başka siyasî felâketlerde olduğu gibi Pigs Körfezi fiyaskosunda da iş başındaydı.

STEREOTİPLER. Bir stereotip, bir grubun diğer bir gruba bakışındaki fena halde hatalı odaklanmış mercektir. Stereotip pozitif veya negatif olabilir; ama bu değişmez bir biçimde yanlıştır. Bir stereotip, bir kez sabitleştirildiğinde, geçerli halle konmamış gerçekleri önemsemeyerek ve uygunluk gösteriyor gibi gözükkenler genişletip büyütülerek muhafaza edilen bir şemadır. Stereotipler kişiyi sağlama bağlarlar. Pigs Körfezi kararında isterik ve beceriksiz olarak Kastro stereotipi, Beyaz Saray grubunun, onun işgale karşı tepkisine değerinin altında paha biçmesine neden olmuştu. Stereotipler inatçıdır; üyeler bütün karşıt delillere rağmen onlara yapışacaklardır. “Düşman” görüntüleri her grupta her zaman stereotiplerdir: “Düşman” kelimesi ile ima edilen yargı, onların bizden pek de farklı görünmemelerini sağlayabilecek başkaları ile ilgili bildiğimiz durumlarla uygunluk göstermez.

Toplu düşünmenin yol açtığı kendini kandırma önlenemez. Doğrusu Pigs Körfezi ile ayılıp kendine gelen Başkan Kennedy, Küba misilleme krizini ele alırken eleştirel düşüncüyü kasten teşvik etmiş ve müşavirleri arasında karşıt düşüncelere de yer vermişti. Eleştirel düşünce ve muhalif olma, paylaşılan aldanmaların panzehiridirler; grup şemalarının gerçeklikle daha fazla alâkalı olacağını temin ederler - ya da en kötüsü, toplu düşünmenin ürünü yerine açık kalpli hatalarla...

BİRLİK OLMUŞ AİLEDE TOPLU DÜŞÜNME

Toplu düşünme iş hayatı için bilhassa çok tehlikeli bir patolojidir. Toplu düşünmenin pençesine düşmüş, idarecilerden oluşan samimi bir grup, pazarlama veya ürün geliştirme ile ilgili bir karar alırken pahalı hatalar yapabilir. Bununla birlikte alt çizgi de iş hayatındaki insanlara muhafaza edici tedbirler sunar. Kararlarının, geçerlilikleri ile ilgili olarak pazar yerinden direkt yargıya sebep olmaları olasıdır. Bu hususta iş hayatı, pazarlama başarılarının ve başarısızlıklarının yerli çarelerinden fayda sağlar; bu da en etkili toplu düşünmeyle bile aldırış edilmemesi çok güç olan periyodik bir gerçeklik kontrolüdür. Hükümet ve siyasî planlar yapan diğer kişilerin, kararlarının akıllılığı hakkında direkt ve özgün bir ölçüleri genellikle yoktur.

Buna rağmen iş hayatı, Mutlu Aile ve toplu düşünme örnekleri ile doludur. Topluluklarda yaygın olan Mutlu Aile oyunlarından birisi, uzun süredir çalışmakta olan bir işçinin -sıklıkla bir alkoliğin- yetersizliğini inkâr etme tuzağına düşmektir. Bu kimse eleştiri mahiyetinde olmayan bir pozisyona tatlılıkla atılmıştır ve acemice iş yapması basiretle gözardı edilmektedir. Bu gibi danışıklı dövüşler ve tuzaklar, yeni bir yönetim işi ele aldığı anda sıklıkla son bulurlar. Bu danışıklı

dövüşü kuran “aile” hislerini paylaşmayan yeni gelmiş kimseler, bu yetersizliği kolaylıkla görürler.

Toplu yaşamı gözlemlemeye ilgili olan dernek psikoloğu Harry Levinson, ailelerimizde öğrenmiş olduğumuz grup anlayışlarını iş yerimize taşıdığımızı işaret etmektedir.²⁸

Bütün düzenler temel aile yapısını özetlerler... Ebeveynlerimizle yaşadığımız en erken deneyimler, otoritelerle yaşadığımız sonraki ilişkilerde de tekrarlanırlar. İlk aile hayatımız, gücün nasıl dağıtılmış olduğu ile ilgili tahminlerimizi belirler ve bizler büyüdükçe aynı model üzerinde gruplar oluştururuz... Eğer herkes kuralların neler olduğunu bilirse, işler pürüzsüzce yürür. İş hayatı ve aile benzer psikodinamikleri paylaştıkları için, terapide açığa çıkardığınız işlerde -veya herhangi bir organizasyonda- aynı tür problemlerle karşılaşabilirsiniz.

Tıpkı Mutlu Aile gibi toplu düşünme de, organizasyon yapılarının tabiatında mevcut olan bir tehlikedir. Bir işçinin başarısı veya başarısızlığı büyük ölçüde, o anda ondan daha yetkili olan kişinin değerlendirmesine bağlıdır. Bu, kıdem bakımından daha aşağıda olan işçiyi, kıdemli kişilerin fikirlerini desteklemesi için çok mutlu kılar ve toplu düşünmenin sunduğu bütün kullanışlı ve işe yarar olan aygıtlardan faydalanır. Toplu düşünmeye karşı bir başka yönseme, insanların sıkı bağlarla bağlı bir grup oluşturarak hergün birlikte çalıştıkları iş yerinin kültüründen gelmektedir.

Örneğin bazen “kalite çemberleri” olarak bilinen grupları ele alalım. Bu gruplar, kırtasiyecilik fiyatlarını indirmek ve işlerin yapılarındaki değişimler başlatmak için, kendilerine

yardım eden işçiler arasında kurulmuş gruplardır. Organizasyonel psikologlar Güney'deki büyük bir anonim şirketinin sahip olduğu bir dizi kongre salonunda bu gruplara misafir sıfatıyla katılırlar.²⁹ Bu gruplar yıllık bütçeyi hazırlamak, iş atamalarını yapmak kalite kontrolü tayin etmek ve üye arkadaşların iş performanslarını değerlendirmek gibi işler yapmak üzere kurulmuşlardır. Aynı zamanda bunlar problemler ortaya çıktığında bunları çözmeye de teşvik edilirler.

Kalite kontrol laboratuvarındaki bir grubun toplantısında konu, teftişlerin çok uzun tutulmaları hakkında yeni bir şikâyetti. Kalite kontrol takımı eksiklikler ve hatalar için kendi testlerini yaptıkları halde, üretim planlarına artıklardan sakınmak için engel olunmuştu; beklemek zorunda olan işçiler hiddetlenmişlerdi.

Kalite kontrol grubu hemen bir fikir birliğine vardı: Şikâyet eden işçiler onların bütün işleri bırakmalarını ümit ediyorlar ve bu testlerin ne kadar uzun zaman aldığını anlamıyorlardı. Grup üyeleri kendilerinin doğru olduklarını hissediyorlardı. Şikâyetler mantıksızdı ve doğrulanmamışlardı. Şikâyetleri ciddiye almadan veya bir çözüm aramadan, mesele öylece bırakıldı.

Gözlem yapan psikologların bakış açılarına göre bu sonuca, iki toplu düşünme taktiği kullanılarak varılmıştır: Mantıklı bahaneler ve paylaşılan stereotipler. Onların kendi işlerinde yanlış olan bir şey olmadığı, karşı tarafa yönlendirilen olumsuz bilgi bahane bulmaydı. "Aptal üretim işçilerinin" kalite kontrol işinin karmaşıklığını anlamalarının umulmacağı ise stereotipti. Sonuç: Şikâyetler gözardı edilmiştir.

Patronun da orada bulunduğu bir başka toplantıda problem, elektrik bataryaları kaplamalarındaki kalite kusuruydu. Başlangıçta tartışma şevkli olup herkese açıktı. Üyeler

özgürce konuşuyorlardı. Bir müddet sonra patron konuştu ve sözlerine, “Burada yapmanız gerektiğini düşündüğüm şey...” diye başlayarak toplantının geri kalanını idaresi altına aldı. Patron işi ele aldığı anda üyeler sessizleştiler fakat yüz ifadeleri, patronları ile aynı fikirde olmadıkları halde onun önerilerine itaat edeceklerini açıkça belli ediyordu.

Burada kişinin kendisine uyguladığı sansür, fikir birliği aldanmasına yol açmıştır. Üyeler patronla gizliden gizliye anlaşamadıkları halde, hiç kimse farklılıkları belirtmek için konuşmadı. Bu katılım noksanlığı, patronun kendisini destekleyen bir fikir birliği olduğuna inanmasına neden oldu. Aslında patronun fikri olan, “grup” kararı haline geldi.

Güçlü iş yaşamı liderlerinin kasıtsız olarak toplu düşünmeyi teşvik ettiklerine dair bazı kanıtlar vardır.³⁰ Toplu karar verme taklidinde, gönüllü kişiler rol icabı “Modern Dünya Elektronikleri”nin idarecilerini oynamışlar ve bir mikrodalga fırın imal edip etmemeyi tartışmışlardı. Her bir grup üyesinin tek başına bildiklerine katkıda bulunması için kıymetli bilgileri vardı.

Her grupta tartışmalara rehberlik eden sahte patronlar, güç arzuları ile ne kadar motive olduklarına bakılarak değerlendiriliyorlardı. Bu motivasyonları yüksek olan insanlar, üstünlüğün iç standartlarını karşılamak (başarı güdüsünün işareti) veya diğerlerinin arkadaşlıklarından hoşnutsuzluk duymak (yakın ilişki güdüsü) yerine diğerlerinin üzerinde etki bırakmak uğruna iş yapmışlardır. Liderler gibi, güç motivasyonları yüksek olanlar da yalnızca gücü tatmak için yetkilileri çalıştırmaktan zevk duyarlar. Girişimler için çok az toleransları vardır ve kendi fikirlerine meydan okunması karşısında tükleri diken diken olur.

Fazla güçlü liderler, sevgilerini kazanan astlarına iyi tepkiler verirler. Böyle bir lidere sahip bir grupta bağlılık eksenini, yatay durumdan dikey duruma doğru yer değiştirir: Gruptaki kişiler kendilerini üye arkadaşlarına yakın hissetmek yerine liderlerine karşı bir sadakat bağı oluşturmak eğilimindedirler.

Taklitte, güç motivasyonları yüksek olan liderler diğer grup üyelerinden daha az gerçek aramışlardı ve kendilerine daha az teklifler sunulmuştu. Lider kendi bakış açılarını bir kez ifade ettiğinde üyeler onun fikirlerine uyan bir çizgiye düşmüşlerdir. Liderlerin muhalif düşünceleri bastırmaları pek fazla değildi -pek çoğu işleri yürütüş şekillerinde demokratik görünüyordu- fakat bu liderlerin diğerlerinin kendi düşüncelerine itaat etmelerini ustaca kuvvetlendirmeleri bir hayli fazlaydı.

Sonuç olarak ortaya çıkan düşünme bir derece meselesi idi: Bir dereceye kadar üyeler tarafından daha az teşvik edici, liderin görüşlerine karşı dikkate değer bir karşıtlık eksikliği, onun arkasında bir çizgiye düşen bir itaatkar.

İş hayatındaki herkes bu gibi anlarla karşı karşıya gelmek durumunda kalacaktır ve herkes bununla ilgili kendisine ait etraflı örnekler ekleyebilir. Tabii ki bütün gruplar toplu düşünmenin kurbanı değillerdir. Hem de en sağlıklı grubun bile zaman zaman bu semptomları gösterebilmesine rağmen. Semptomlar ne kadar sık ortaya çıkarlarsa sonuç olarak doğan aldanmalar da o kadar kötü olacak ve grubun vereceği kararlar da o kadar zayıf olacaktır. Tabii ki sağlıklı olan alternatif, ilgili olan bütün bilgilere açık olarak birlik hislerini dengeleyen gruptur - zaman zaman ortaya çıkan velle riskinde bile.

Varılan nokta şudur ki, tıpkı birey gibi grup da kaygı ve azaltılmış dikkat arasındaki değiş tokuşa karşı hassastır. Bir

grupta, samimi fikir birliği hisleri, s¼rekli kaygı ile zıt uçlarda yer almaktadırlar. Eğer bu samimiyet bozulursa, doğrusu iş-ler çok gergin bir hale gelir. Bir grup kendisini üzebilecek bilgilere karşı bariyerler inşa ederek samimiyetini muhafaza ettiğinde, o zaman toplu (kollektif) bir savunma iş başında-
dır. Grubun kendisi ile ilgili görüşlerine kılavuzluk eden bu iş-lem, bir kimsenin kendine ait şemalarını muhafaza etmek için gerçekleri çarpıtma yolları ile kesinlikle paraleldir. İçeri-
de olduğu gibi, dışarıda da...

BÖLÜM ALTI

Toplumsal Gerçeklerin Yorumlanması

GERÇEKLERİ MÜKEMMEL OLARAK YORUMLAMAK

S*Starting Over* adlı filmde Jill Clayburgh adlı öğretmen, bir ilkokul karnavalının “öğretmeni batırın” standındaki hedefidir. Clayburgh çok ciddi ve uygun bir biçimde oturur. Elinde bir güneş şemsiyesi tutmaktadır ve kaygısızca top atanları harekete geçirir. Clayburgh’un kavgalı olduğu sevgilisi Burt Reynolds sahnede belirir. Reynolds topları alır, kararlı bir şekilde hedefe saldırır ve Clayburgh su deposunun içine düşer. Sakin ve aklı başında kalmayı sürdürür; ta ki Reynolds’un elleri ile dördüncü kez suya batırılana dek. Sonra çileden çıkmış bir şekilde şöyle bağırır: “Bu bokluğu kesecek misin?”

Bu sözler orada toplanmış ebeveynlerin ve çocukların üzerlerini kaplar. Şaşkına dönmüş bir ilkokul çocuğu “B’ sözcüğünü söyledi” diye haykırır.

“Hayır, söylemedi!” der çocuğun annesi ve onu başka bir karnaval standına doğru kuvvetle sürükler.

Sosyal alanda şema fikrine benzer bir kavram Erving Goffman’ın “çerçeve”¹ kavramıdır. Bir çerçeve, sosyal olayları ve bizim bu olaylara katılımımızı organize eden ve yöneten bir durumun paylaşılan tanımıdır. Örneğin, bir çerçeve

bir oyunda olduğumuzu, ya da bunun bir “satış konuşması” olduğunu ya da “flört” ettiğimizi kavramanın gücüdür. Sosyal olaylarla ilgili bu tanımların her biri o an için nelerin uygun olup nelerin olmadığını, nelere dikkat edilmesi gerektiğini ve nelerin önemsenmeyeceğini belirler; kısaca süregelen gerçeklerin neleri ihtiva ettiğini belirler. Çerçeve bir ilkokul karnavalı olduğunda, “B-sözcüğü” sınırların dışında kalır.

Bir çerçeve toplu şemaların halka ait yani aleni yüzeyidir. “Oyun”, “satış” ve “flört” kavramlarının kavrama gücünü paylaşarak, kendi bölümlerimizi pürüzsüz bir uyum içinde yasalastırır ve eylemlere katılabiliriz. Bir çerçeve, iştirakçileri onunla ilgili paylaşılan şemaları aktive ettiği zaman ortaya çıkar; eğer bir kişi süregelen şemaları paylaşmıyorsa sonuçlar utandırıcı olabilir. Goffman San Francisco dedikodu köşesinden, paylaşılmayan çerçeve ile ilgili bir örnek veriyor:²

... Bu genç çocuk Powell Caddesi'nde yüzüstü yatıyor; ardında trafik sıra sıra birikmiş. Küçük ve yaşlı bir kadın arıza yapmış bir tramvaydan iniyor ve bu gence suni teneffüs yapmaya başlıyor - bunun üzerine genç başını döndürüp şunları söylüyor: “Bana bakın bayan, ne oyun oynamakta olduğunuzu bilmiyorum; ama bu tramvayı tamir etmeye çalışıyorum.”

Kendileri için bir çerçeveye sahip olduğumuz sosyal alanlara rahatlık ve kolaylıkla iştirak ederiz. Henüz uygun tavırlar takınamayan genç çocuklar gibi belirli bir çerçevenin şemalarını iyice öğrenmemiş olan yeni bir kimse veya acemi, yabancı bir ziyaretçiyle veya bir espriye yabancı olan biriyle aynı statüye sahiptir. Faaliyetlere girdiklerinde, herkes elde

mevcut olan işleri yavaşlatma veya bunlara zarar verme yollarına kendini alıştırmalıdır.

Çerçeveler “senaryo”lara parçalanabilirler. Bunlar her bir çerçevenin içerisinde baş gösteren faaliyetler ve tepkiler dizisidirler. Restoran senaryosunu örnek olarak alalım:³

Bir restorana gittiğimi ve ıstakoz ısmarladığımı, hesabı ödeyip oradan ayrıldığımı söylemiş olduğumu farzedin. Ne yedim? Yemek hakkında hiçbir şey söylemedim ama bir ıstakoz yemiş olmalıyım. Yönetim bundan bir kazanç sağladı mı? Elbette, hem de ben yönetim hakkında hiçbir şey söylemediğim halde. Garsonlar iyi servis yaptılar mı? Ne garsonu? Restoranlar hakkında konuştuğum zaman, sipariş verme, garsonlar, menüler ve bahşış hakkındaki bütün bilgilerinizi hatırlınıza getiriyorum. Bir restoran senaryosu. Bunun gibi havayolları senaryoları, otel senaryoları ve sınıf senaryoları da olabilir.

Bir senaryo belirli bir olay için şemaları kodlar; dikkati seçici olarak yönlendirir. Konu ile ilgili alanlara işaret eder ve geri kalanları önemsemez -bu, bilgisayar programlanmalarında can alıcı derecede önemli bir faktördür*. Bir bilgisayar programı, bir durum ve ona verilen tepkiler hakkında sonsuz sonuç çıkarma kapasitesine sahiptir. Bunların hemen hemen hepsi saçmadır. Bir senaryo bu sonuç çıkarmaların, belirli bir olay için anlamı olan yollar boyunca kanala dökülmelerine olanak verir.

* Yapay zekâ araştırmacıları, bir makinenin bir insanı taklit etmesine imkân veren bilgisayar programları tertip etmekle uğraşırken, senaryoların bütün ayrıntıları üzerinde çalışırlar.

Gerçekten de, bütün çerçeveler için senaryolar vardır ve insanların, paylaşılan kavrayış gücünün belirli bir derecesiyle etkileşim kurdukları herhangi bir olay ve bütün olaylar için de bir çerçeve vardır. Bu olaylar, size doğru gelmekte olan birinin yanından geçerken yapılan basit yürüme eyleminden (Sağdan mı geçtiniz, yoksa soldan mı? Göz göze geldiniz mi? Eğer göz göze geldinizse bu ne kadar sürdü? Konuştunuz mu?), sayısız büyük ve küçük rutin işlerle bir uzay mekiğinin fırlatılması gibi karmaşık bir prosedüre dek derecele- nebilirler.

Goffman'ın yaklaşımı kökenlerini, William James'in *Psikolojinin Prensipleri* adlı yapıtının sıklıkla alıntılardan oluşan "Gerçeklik Algılanması" adlı bölümünden almaktadır. Burada James şöyle bir soru atmıştır ortaya: "Hangi koşullar altında olayların gerçek olduklarını düşünürüz?"⁴ James bu sorunun cevabında, seçici dikkatin, gerçekliğin alt dünyalarını yaratmadaki can alıcı derecede önemli rolüne işaret etmektedir; gerçekliğin bu alt dünyalarının her biri "kendi özel ve ayrı varoluş stiline sahiptir." James şunları da not etmişti: "Her bir dünya, kendisine dikkat ediliyorken, kendi tarzından sonra gerçektir; sadece gerçeklik dikkatle kullanılamaz duruma gelebilir."

James'in "dünya" ile kastettiğinin, "belirli bir kimsenin o andaki dünyası" olduğunu söylüyor Goffman. O dünya paylaşıldığı zaman bir çerçeve yaratılır. Bir veya bir başka durum tanımına adapte olduğumuzda böyle bir dünyaya adım atarız -bir çerçevenin içine gireriz- Fenomenolojist (olay bilimci) Alfred Schutz iki örnek veriyor:⁵

... Eğer bir resme başlamadan önce tutumlarda radikal bir değişim olursa, görüş alanımızı çerçevenin için-

dekilerle -resim dünyasına giden bir geçit olarak- sınırlandırmaya olanak veririz; bir fıkra dinlerken eğer şaşkınlığımız kahkaha şeklinde yumuşuyorsa, kısa bir süre için günlük yaşantımızın dünyasının budalalık karakterini benimsemesi ile ilişkili olarak, bu şakanın uydurma dünyasını gerçeklik olarak kabul etmeye hazırızdır.

Günlük yaşantımızın dünyası, tabii ki, içlerine girebileceğimiz diğer dünyalar kadar keyfi bir gerçektir. Bu dünyaya, toplu şemalarımızın toplam tonajı nedeniyle “mükemmel gerçek” olmanın önemli anlamı bağışlanmıştır.

Sosyal gerçekliğin paylaşılan şemaların ürünü olduğu fikri sosyoloji için yenidir. Fakat bunun kesin ve açık olarak belirtilmesi, bu sıralar rağbet görenlerden pek de farklı değildir; bu basit olarak, bireyin gerçekleri nasıl yorumladığına dair halen geçerli olan kavrayış gücü ile daha yakından ilgili bir kavram önermektedir.

Bu fikir, Peter Berger ve Thomas Luckmann'ın klasik yapıtları olan *Gerçeklerin Sosyal Yorumu*'nda ortaya attıkları fikre yakındır. Berger ve Luckmann, William James ile şu noktada uyuşmaktadırlar: Çok çeşitli gerçeklikler olsa da, “kendisini mükemmel gerçek olarak sunan tek bir gerçek vardır”; bu da günlük yaşamın gerçekleridir. Berger ve Thomas şöyle yazar:⁶

Günlük hayatta kullanılan dil beni sürekli olarak gerekli itirazlara karşı önceden hazırlar ve bunların hangilerinin anlamlı olduğuna ve neyin içerisinde günlük hayatın benim için anlamı olduğuna dair düzeni sağlar. Coğrafi olarak belirtilmiş bir yerde yaşıyorum;

konserve kutusu açacağından spor arabalara kadar çeşitli araç gereçler kullanıyorum ve bunlar da yaşadığım toplumun teknik kelimeleri ile belirtilirler; satranç klübünden Amerika Birleşik Devletleri'ne dek uzanan insan ilişkileri ile örülü bir ağın içinde yaşıyorum ve bunlar da kelimeler aracılığıyla düzenlenmişlerdir. Bu anlamda dil benim toplumdaki hayatımın koordinatlarını göstermekte ve bu hayatı anlamlı nesnelere doldurmaktadır.

Eğer Berger ve Luckmann dili organize edenin ne olduğunu ortaya çıkarmak için daha derin bir kazı yapsalardı cevap şu olacaktı: Şemalar. Dil, işitilebilir şemalardır; sosyal faaliyetler görülebilir şemalardır. Eğer yukarıdaki pasajda "dil" ve onun eş değerleri yerine şema kavramı kullanılmış olsaydı, anlam değişmeyecekti. Buna karşın saklı olan anlam farklı olacaktı.

Berger ve Luckmann'ın yazdıklarına göre günlük hayatın gerçeği özneler arası bir dünyadır; bu demektir ki bu dünya diğer insanlarla paylaşılabilir. Bu paylaşım ortamının, genel olarak zapt edilen şemaların karşılıklı aktivasyonları olduğunu ileri sürüyorum - bu da bir çerçevedir. Bu, o anki iş için bir referans noktası ve paylaşılan bir perspektif önermektedir.

Bir durumun yapısı içerisinde gömülü kurallar olan çerçeveleri parçalarına ayırmak "genellikle" çok güçtür. Çerçeveleri kırık iken ayırt etmek daha kolaydır. Bu anlamda sosyal ayrılık eylemleri -büyük bir mağaza içerisinde gezinen ve bir bölümdeki parçaları diğer bir yere koyan bir psikotik- kuralları bozarak onları açığa çıkarmaktadırlar.

Pirandello, oyunlarında aynı işi yapan yöntemler kullanmaktadır; çerçevelere işaret etmek suretiyle onları teatral bir performans çevresinde kendi yararı için kullanıp istismar eder. Örneğin *Bu Gece Anında Uyduruyoruz* adlı oyun evin ışıklarının sönmesiyle başlar. Seyirciler oyunun başlaması için sessizleşirler ve sonra hiçbir şey olmaz. Sahne arkasından gürültüye benzer telâşlı sesler duyulur. Oyun başlar.⁷

Orkestradaki bir centilmen: [*çevresine bakınır ve yüksek sesle sorar*] Orada neler oluyor?

Balkondaki bir başka kişi: Bu sesler kavgaya benziyor.

Locadaki üçüncü kişi: Belki de bunların hepsi oyunun bir parçasıdır.

Tabii ki, bu diyalogun kendisi de oyunun bir parçasıdır ve bu ilk kez 1930'da canlandırıldığında etkileri sarsıcı olmuştur. Artık bu gibi kendine-dönüşlü çerçeve kırıklarının modası geçmiştir. Joseph Heller bunları New Haven'i Bombaladık adlı oyununda, Genet de *Siyahlılar* adlı yapıtında kullanmıştır. Kitaplar da çerçeve kırıklarını kullanabilirler. *Goedel, Escher, Bach* kendine dönüş temasında, kendine dönüşlü bir meditasyondur. John Barth'ın *Lunaparkta Kayıp* adlı romanının ortalarında şu pasaj yer alır:⁸

Okuyucu! Seni uygunsuz dik kafalı, basmakalıplığa yönlendirilmiş alçak! Hitap ettiğim sensin, bu korkunç derecede kötü romandan kendisine seslendiğim başka kim olabilir ki? İşte beni buraya kadar okudun. Hatta çok fazla bile okudun. Hangi isteğe bağlı güdü için? Neden bir sinemaya gitmiyor, televizyon seyretmiyor, bir duvara bakmıyorsun?...

Çerçeve, olup bitenlerin nasıl okunacağını bize anlatan bağlamı verir. Dudaklar buluştuğunda bu bir öpüşme mi yoksa dudaklarla yapılan bir yaşama döndürme mücadelesi mi? Bir çerçeve, o an elde bulunan iş ile uygun olarak, dikkat için resmî bir ana odak sağlar: Eğer bu iş bir sunî teneffüs ile yaşama döndürme ise, ten teması hislerinden hoşnutluk duymak sınırların dışındadır. Dünya, herhangi bir anda, dikkat edebileceğimizden çok daha fazla bir miktar sunmaktadır. Çerçeve yüksek derecede seçicidir; çerçevenin dışındaki bütün eş zamanlı aktivitelerden uzağa yönlendirir dikkati.

Neisser'in basketbol oyunundaki beyaz şemsiyeli farkedilmeyen kadının kanıtladığı gibi, çerçevenin dışında olan kolaylıkla algılanmadan kalır (en azından farkındalıkta - bu, bilinçaltında kaydedilmiş olabilir). Kalabalık bir caddede özel ve gizli bir konuşmayı sürdürebilmek için kişi doğrudan doğruya aktivite çizgisine keskince odaklanmalı ve çevredeki başka gereksiz bütün görüntü ve sesleri gözardı etmelidir. Gerçekte hiçbir şema, uygun şemaların dikkati yönlendirdiği dar bir odağı tanımlamaz ve geniş, gözardı edilen konu dışı alanı...

Goffman, Katherine Hulmes'in *Bir Rahibenin Hikayesi* adlı yapıtından alınan bir pasajla, uç noktadaki bir vaka ile bu noktaya işaret etmektedir:⁹

"Aralarına yeni giren bir çırağın kilise içinde bayıldığını ilk kez gördüğünde, bütün kuralları çiğnedi ve gözünü dikip ona baktı. Çırak diğer rahibelerin arasına düşmüş ve elindeki küçük kitap fırlatılıp atılmışçasına elinden uçup gitmişti. Buna rağmen hiçbir rahibe veya çırak bu beyaz bedene onun kadar dikkatli bakmadı.

Sonra Gabriel, sağlık işlerinden sorumlu rahibenin yaklaştığını g6rd6. Bu rahibe, kendisine en yakın kişi- nin kolundan tuttuğu gibi onu s6r6kledi ve yerde yığı- lıp kalmış çırağın taşınmasına yardım etti. Kesinlikle çevrilmeyen y6z tane başın ve baktıkları noktadan sapmayan iki y6z tane g6z6n arasından geçip gittiler.”

Goffman b6t6n çerçevelerin bu gibi çift y6nl6 izlere sahip olduklarını s6yl6yor: Bir aktivite akışı açıkça ortada olup gerçek olduğu kabul edilir, buna paralel olan iz ise g6zardı edilir ve buna çerçevenin dışındaymışasına muamele edilir. Tanım olarak, çerçevenin dışındaki hiçbir Şey dikkat edilme- yi haketmez. Her iki iz de eş zamanlı olarak ilerlediklerin- den, en k66k iz sabit olarak odak alanının dışında tutulma- lıdır. Dahası dominant (baskın) iz, t6m aktivite kalabalığı ie- risinden çekilip çıkarılmalıdır.

Art arda gelen diziler, sıklıkla, Goffman'ın “parantezler” olarak adlandırdıkları (Bateson'dan 6d6n alarak) ile sınır- landırılırlar. Bu parantezler zaman ve uzay içinde bir ere- venin kenarlarını belirleyen ve işaret eden anlaşmalardır. erevelenmiş bir olayın ne zaman ve nerede geçtiğini bildi- rirler; terapideki bir seansın başlaması ve bitişi gibi. “Dikkat edilmemiş” iz, gerekli aparlar olan (esneme gibi) eylemlerin uygunluğunu hesaba katar. Fakat çerçevenin içine zorla gir- memeleri için bunların sesleri kısılmalıdır.

Bu paralel izler -ereve içindeki ve dışındaki- bilinç ve bilinçaltı arasındaki zihnin içindeki b6l6nmenin kopyasını yapan bir yapı yaratırlar sosyal farkındalıkta. erevenin dı- şında olan, aynı zamanda, toplu bir alt d6nya Şeklinde, fikir birliği halindeki farkındalığın da dışındadır. Daha sonra da g6receğimiz gibi, ereve dışı izler tarafından tanımlanan

bölge, sosyal bir kör nokta yaratarak, sosyal gerçekleri bozmak için bir örtü olarak görev yapabilir.

Gerçekten de sosyal dünya, farkındalığımızı bir deneyim durumuna doğru yönlendiren ve diğerlerinden uzak tutan çerçevelerle doludur. Fakat biz bunların farkındalığımızı kanala dökmelerine öylesine alışmışızdır ki, bunu yaptıklarını nadiren fark ederiz. Örneğin, iş ve sosyal rollerin çerçevelerini ele alalım.

ÇERÇEVELERİN ZULÜMLERİ VE ÖZGÜRLÜKLERİ

Bir toplum yavaş yavaş geliştikçe çerçeveler de gelip giderler. İş çerçevelerini göz önüne alalım. İş gününü, bugün var olduğu gibi, kabul ederiz; ofis veya fabrikadaki sekiz saatlik bir gün yerleşmiş bir gelenek olup değiştirilmesi güçtür. Küçük değişiklikler mevcuttur -esnek zaman, dört günlük haftalar, elektronik kulübeler- fakat bunların hepsi çok iyi kurulmuş normlardan sapmalar olarak kabul edilirler. Fakat her nasılsa bu normun kendisi de sosyal bir uydurmadır; Endüstriyel Devrim'in bir yan ürünüdür.

Geleneksel toplumlarda iş zamanı ve boş zaman bütünleşmiştir. Satıcı ve alıcı çekişe çekişe pazarlık etmeye başlamadan önce birlikte kahve içerler; arkadaşlar geldiğinde, sosyalleşme için işten vazgeçilebilir. Bizim bildiğimiz iş çerçevesi, modern toplumun bir özelliğidir. Bir iş günü için çerçevemizi keşfedenler, genel olarak, on yedinci ve on sekizinci yüzyılların İngiliz değirmen sahipleridir. On sekizinci yüzyılın başlarında bile İngiliz iş hayatı yüksek derecelerde esneklik ve bağımsızlık sunmuştur: Çiftçi de olsa tüccar da olsa insanların çoğu evde çalışıyorlardı. Genellikle iş ritmi, tembellik ve boş zaman tarafından kırılan şiddetli çaba ve uğraş devirleri halinde ilerledi.

On sekizinci yüzyıl İngiliz ekonomisinde can alıcı derecede önemli bir yön değişimi görüldü: Önceleri tüccarlar evde dokunmuş giysiler gibi malları ancak alıp dağıtırlarken, şimdi bütün üretim işlemlerini ellerine almışlardı. Yine önceleri imalât, evlerinde dokuma ve eğirme yapan köylü aileler tarafından yapılırken, iş yapılan yerler merkezileştirilmeye başlandı. Değirmen -modern fabrikanın prototipi- doğmuş oldu.

Bir iş tarihçisi bu değişim hakkındaki yorumlarını söylüyor:¹⁰

Ev işçisi pek çok bakımdan kendi kendisinin patronuydu... Onun kaderine hakim olan güçler bir anlamda onun günlük yaşantısının dışındaydı; onun evini, ailesini, hareket ve alışkanlıklarını, iş ve yemek saatlerini örtüp bunlara gölge düşürmediler... Modern dünyadaki insanların çoğu kendilerini bir takım disiplinlere adapte etmek ve diğer insanların yöntem ve düzenlerini gözlemek durumunda kaldılar... Ama şunu da hatırlamalıyız ki, fabrikanın vahşi ritmine balıklama dalan popülasyon, yaşantısını göreceli bir özgürlük içinde kazanmıştır ve ilk fabrikaların disiplinleri özellikle vahşi ve acımasızdır.

Fabrika birçok kişiyi etkileyen, yeniden tasarlanmış ve tertip edilmiş bir iş görünümüydü. Shoshana Zuboff'un gözlemlediği gibi iş,¹¹ "çalışmanın günlük tecrübelerinin içine alabilecekleri için katı ana hatlar geliştirmek ve bu yeni gerçekliği bütün insan sınıfları üzerine kuvvetle empoze etmek" olarak yeniden tanımlanmıştı. "... Hız ve düzenin yeni talepleri, köy hayatının ekonomik olmayan ritmlerine göz yummamıştı."

İşverenler çalışma saatleri sırasında işçilerinin hareketlerini ve zamanı kullanmalarını kontrol etme hakkını kendilerinde bulmuşlardı. Zuboff'un yazdığı gibi işverenler aynı zamanda, iş günü boyunca işçilerin dikkatlerinin nasıl organize edildiklerini ve nasıl yayıldıklarını belirlemeye çabalıyorlardı. Bu belki de günün işlerinden çok daha bunaltıcıydı. Örneğin, bir gözlemci şunları not etmiştir:¹² "Eğer işçi bir arkadaşını görürse eliyle onun omuzlarına vuramaz ve onu en yakın bara götüremez... Fabrika sistemi ve makineleşme, daha az ve hafif çalışma nimetini getirdiği gibi, zamanın sabit-esnekliği üzerine daha fazla dikkat etme lanetini de getirmiştir. Makinelere göre ayarlanmak ile iş, yeni bir derişim almıştır üzerine."

Artık işveren, bir işgünü saatleri sırasında işçilerin zamanına ve dikkatine sahip olan kişi olarak tanımlanıyordu; onların faaliyetlerinin içeriğine ve ritmine o karar veriyordu. İş gününün çerçevesi modern bir biçim alıyordu ve bunu kuran da patrondur.

İş zamanı ve aktiviteleri çevresindeki yeni çerçeveler yavaş yavaş ilerleyen ve derece derece olan işlemler yoluyla biçimlenmişti. Örneğin, takriben 1831 yılında geçen ve o günden sonra öğle yemeği saatlerini ve kahve molalarını belirleyen bu eski olaya tanıklık edelim:¹³

İş aralarının azaltılması derece derece ilerleyen bir tencavüz olayıdır. Önceden yemek için bir saat süre verilirdi; ama meşguliyetlerine sıkı sıkıya bağlı büyük bir fabrikatör çalışanlarından beş dakika önce işlerinin başlarına dönmelerini istemişti. Bu düzene diğer fabrikalarda da hemen adapte olundu. Beş dakikalar on dakika oldu. Ara vermenin ve birşeyler içmenin [öğleden

sonra yemeği] insanlar işlerindeyken yapılabileceği ortaya atıldı. Böylelikle zamandan kazanılmış olunacaktı; daha çok iş yapılacaktı; ve imal edilen maddeler daha düşük bir fiyatla sunulabilirdi... Böylece başta kısmî ve geçici olan, daha genel ve daimi olan durumuna geldi.

Zuboff işçilerin zamanlarının düzenlenmesinin, yüzyıllar öncesinden gelen gelgite bağlı bir değiş tokuş olduğunu göstermektedir. On altıncı yüzyılda zaman tam ve doğru olmayan, mevsimlere mahsus bir kavramdı; ölçülebilir zaman fikrinin zalimce olduğu düşünülüyordu. Rabelais'in karakterlerinden biri şöyle söyler: Hiçbir zaman saatlerin buyruğu altına girmeyeceğim." Halka ait bazı saatler olsa da, saatin yelkovanının yani dakikayı gösteren kolun gereksiz olduğu düşünülüyordu.

On sekizinci yüzyılın sonlarına doğru iş çerçevesi yelkovanlar ile sınırlandırıldı: Masa ve kol saati mağazaları, senkronize iş gücü talebinin büyümesi ile süratli bir gelişim gösterdiler. İşçilerin zamanlarının satın alınmasıyla işverenler de aynı zamanda dikkatlerini düzene koydular. Arzu edilen düzey, elde mevcut olan işe gösterilecek gayretli ve sessiz bir dikkatten başka bir şey değildi - bu da işçilerin alışkın oldukları rastgele rutinlerin tam olarak değiştirilmesiydi.

Bu sebepten ötürü işçilerin eksiklerini doldurmak ve onları alıkoymak kolay değildi. Örneğin, Zuboff 1830'da Nantucket'te bir imalâthanenin kuruluşunu ve kadınlarla çocukların burada ilk çalışanlar olmak için nasıl sürüler halinde oraya akın ettiklerini anlatıyordu (Kasabanın erkekleri balina avcılarıydı). Yaklaşık bir ay sonra çoğu gayesiz olarak dolaşmaya başlamıştı, çünkü fabrika kapatılmıştı. Bundan otuz

sene sonra Lowell'daki bir fabrika, fabrika kapılarının gün içerisinde kapalı tutulacağına dair kurallar koydu. Buradaki makinistler iş günü içinde diledikleri gibi fabrikaya girip çıkmayacakları fikrine öfkeleniler; bu kuralı protesto etmek için grev yaptılar.

İşyerleri ile ilgili büyük yenilik ve değişiklikler yapan Henry Ford, işçilerinin adımları boyunca, ön kontrolleri artırmak için montaj fabrikasını kullandı. Montaj fabrikası bir işi, verimi artırmak için, fabrikanın ihtiyaçları yoluyla sabitleştirilen bir oranda yapılan tek ve tekrarlanan diziler serisine ayırarak o işi önemsiz bir iş haline getirmiştir. Bu yeni iş çerçevesi yeni bir direnç dalgası ile karşılaşmıştır. Ford o çevredeki en iyi maaşı ödediği halde fabrikasındaki sürtüşme öylesine büyüktü ki 1913'de şirketin istediği her 100 ek işçi için 963 adet işçi kiralamak durumundaydılar.

Bu yüzyılda iş çerçevesi, iki tane göze çarpan değişimden geçmiştir; düzenin tertip edilmesinde ve görevlerin ayarlanmasında daha fazla disiplin ve daha çok parçalara ayrılmış ve kararlı iş programı. Bugün artık bu çerçeveyi olduğu gibi kabul ediyoruz. Sosyolog Harold Wilensky şunları yazar:¹⁴

İşçilerin geliş ve gidişlerini kaydeden saat, fabrika kuralları, denetçilerin ve diğer kontrol uzmanlarının kalabalık oluşu, verimin miktar ve kalitesine yakından dikkat etmek - bunlar, iş hayatında disiplin talebi ile sonuçlanırlar... Ofiste, mağazada ve fabrikada sebat gösteren muhafaza edilmiş intizamı yarı yarıya unutturuz - buna öylesine alışkınsınız.

İş çerçevesinin büyük bir kısmına karşı tutumumuzun, işten çıkarılmalar veya açıkça uygulanan disiplin yoluyla empoze edilmeye artık ihtiyacı yoktur. Zuboff'un yazmış olduğu

gibi: “Bir kimse bir organizasyondaki yaşantıları şekillendiren usta dikkat-yönlendirici güçleri, onları tecrübe ederek kolayca öğrenir. Kişi ya zaten adapte olmuş olarak gelir, ya adapte olur ya da orayı terkeder. Bu tip disiplini ele geçirmek için hiç kan dökülmez. Bu medenî bir işlemdir.”

Sosyal bir rol de, iş ile hemen hemen aynı tarzda, çeşitli türdeki çerçevelerdir. Bunu dolduran kişiye nasıl -ve ne kadar- dikkat ettiğimizi ustalıkla yönlendirir ve sınırlandırır. Bir rolün çerçevesinin dış hatları, onu dolduran kişiyi farkedişimize uygun olduğu farzedilen dikkat sınırlarında görülebilir: Rollerdeki insanların bir boyutluluğu, geri kalanlarını gözardı etmemizi talep eder.

Sartre ticaret adamlarının, rollerine uygun olan davranışlarından ve dikkatsel alanlarını sınırlandırma yükümlülüklerinden bahsediyor:¹⁵

İçinde buldukları durum tamamen bir resmiyettir. Halk onlardan bunu bir resmiyet olarak idrak etmelerini talep eder; bakkal, terzi, tellâl dans ederler ve böylece müşterilerini bir bakkal, bir terzi ve bir tellâl olmaktan başka hiçbir şey olmadıklarına inandırmaya çalışırlar. Hayal kuran bir bakkal alıcıya göre kötüdür, çünkü böyle bir bakkal tam anlamıyla bir bakkal değildir. Toplum ondan, bakkal olarak fonksiyon görmesinde kendisini sınırlandırmasını bekler. Tıpkı hemen hemen hiç görmeyen direkt bir bakış ile kendisini askere benzer birşeylere dönüştüren tetikteki bir asker gibi. Onun bakışları artık hiçbir anlam ifade etmez; bu sadece kuraldır, gözlerini sabitleştirmesi gereken noktayı belirleyen anla ilgili bir şey değildir (ön adımda sabitleştirilen göz erimi). Gerçekte bir insanı olduğu gibi

hapsetmenin pek çok tedbiri vardır. Onun buradan kaçabileceği, firar edebileceği ve birdenbire içinde bulunduğu durumdan paçayı kurtarabileceğine dair daimî bir korku içerisinde yaşamışız gibi.

Bir rolün muhafaza edilmesi, dikkatin hem rolü oynayan kişi tarafından hem de seyircisi tarafından karşılıklı olarak sınırlandırılmasını talep eder. Onun sadece bir garson, bir bakkal veya benzin istasyonu çalışanı olduğu önermesini desteklemek için, onun varlığının daha kişisel görünüşlerine dikkat etmekten sakınırsınız; bugün sinirli görünüyor, kilo alıyor veya insafsız gibi. Sartre'nin "asker mevcudiyeti" gibi o da bizimle ilgili aynı görünüşlerden veya kendi rolünün sahasının ötesindeki herhangi bir şeyden kaçınmak için bakışlarını mecazî olarak başka tarafa çevirir. Küçük konuşmalar olabilir ama bu konuşmalar küçük olarak kalmalıdır: Eğer bu bir aldatma değilse, rolün sınırlarını aştığı takdirde uygunsuz bir duruma gelebilir.

Sartre sosyal rollerdeki insanların bir boyutluluklarının, modern koşullardaki daha genel bir aklı dengesizliğin alâmeti olduklarını göstermektedir. Bu pozisyonda bazı gerçekler yer alabilse de, bunlar çerçevenin bir boyutlu oluşundan hasil olan faydaların doğruluğunu kabul etmede başarısız olurlar.

Bu yüzeyselliğin bir kazancı, içe ait kendi kendini idare etme hakkıdır. Bir boyutlu oluşun meydana getirdiği kişisel gizlilik gösterişi, kişinin fantezi kurmada, yansıtma / düşünmede, hayallere dalmada özgür olduğu anlamına gelir - kısacası kişi halka ait bir yaşamın ortasında bile, geride kalan dikkatini özel meşguliyetlere ve zevklere çevirmede özgürdür. Verilen bir rol bazı şeyler talep etse de, bunlar

genellikle rutinleşmiş olup psikolojik alanda büyük bir özgürlük sahası bırakırlar. Bu dahili özgürlük en çok dikkatsel tamponlar tarafından iyice izole edilmiş sıradan bir rutinde olasıdır. Bakkal hayal kurmada tamamen özgürdür, çünkü hayallerini paylaşmaya ihtiyacı yoktur.

Eğer bu rolü oynamak bir çırpıcıya ihtiyaç gösterirse özgürlük kaybolabilir; bu, bunu doldurma sırasında karşı karşıya gelen her bir insan arasındaki daha “güvenilir” bir değiş tokuştur. Garsonun kibarca araya mesafe koyması, onun kişisel küresini, hizmet ettiği insanların işgalinden kurtarır; tıpkı müşterilerinde halka ait bir gizlilik aldanması meydana getirdiği gibi. Bu rollerin şemaları dikkati başka tarafa çevirirler, şöyle ki bu rolün sınırları içerisinde kaçınılmaz bir hürriyet yatar.

Başka bir taraftan eğer bu rolün maskesini giyersek onun tarafından gizlenmek veya onun arkasına gizlenmek tehlikesindeyiz demektir. Her iki durumda da, kişi rolün içine gömülmüştür. Tuzak büyük oranda ilgili olan dikkatsel standartlara bağlıdır. Eğer bir garson servis yaptığı bir çiftin problemleri hakkında yorum yaparsa, diyaloglarının çoğuna kulak misafiri olmuş olsa da çizgiyi aşmış olur. Eğer bir müşterisine derdini dökerse, çoğu konuda hemfikir olsalar bile, terapist çerçevesini sabote etmiş olur.

Dikkati çağırabilecek ve çağıramayacak olana ait bir şema aynı zamanda bir bariyer meydana getirir. Bu dikkatsel bariyerler ihtiva ettiklerinin ısrarcı hislerini ve şiddetli endişelerini gizledikleri zaman, bu roller de zulüm güçlerini kullanırlar. Bu zulüm *André İle Yediğim Akşam Yemeği* adlı filmin alt konusudur. André Gregory böyle bir bariyerden bahsetmektedir:¹⁶

... bir gece hatırlıyorum - annem öldükten yaklaşık iki hafta sonraydı ve ben oldukça kötü bir haldeydim. Bana nispeten yakın üç tane arkadaşımınla yemek yemek için dışarı çıktım. Bu arkadaşlarımdan ikisi annemi gerçekten çok iyi tanıyordu ve üçü de beni yıllardır tanıyordu. Ve bir an bile beni üzen olayların yanına yaklaşmadan bütün bir geceyi geçirdik - bilirsiniz, orada oturup içinde bulunduğum acıları ve başka şeyleri konuşarak kasvetli bir akşam geçirmek istemiyordum. Evet hem de hiç istemiyordum. Ama - ama hiç kimse- nin söyleyemediği bir gerçek vardı. "Öyle mi?" "Annene çok yazık oldu?" veya "Nasıl hissediyorsun?" gibi. Ama o akşam sanki hiçbir şey olmamış gibiydi.

Sartre'nin üzerinde durmuş olduğu rolün zulümü, çerçeveler sahte olmayan ve konu ile ilgili insan endişelerini gizledikleri zaman başlar. Bu noktada, bir rolün sağladığı siperler, rolün içindeki insanın özgürleşmesi yerine şahsiyetsizleşmesine olanak verirler - kişiye hak ettiğiinden daha azını verirler. Wally Shawn ve André Gregory dert ortaklığı yapıyorlar:¹⁷

ANDRE: ... eğer kendimize, her gün yaptıklarımızı görmek için fırsat verirse bu fazlasıyla tiksindirici bulabiliriz. Başka insanlara muamele ediş tarzımızdan bahsediyorum - şunu demek istiyorum ki, biliyorsun her gün, günde birçok kez, apartmanıma giriyorum. Kapıcı bana Mr. Gregory diyor, ben de ona Jimmy diye hitap ediyorum. Aynı muamele, muhtemelen, seninle her gün alışveriş yaptığın bakkaldaki çocuk arasında da meydana geliyor, tabii ki başka yollarla...

Bir cinayet eyleminin ben apartmanıma girerken, evet tam o anda yapıldığını düşünüyorum. Çünkü burada ağırbaşlı, zeki ve benim yaşlarımda olan bir adam, ben ona Jimmy diye seslendiğimde, o bir çocuk haline geliyor, bense bir yetişkin...

WALLY: Doğru. Bu çok doğru. Tanrım, ben Latince öğretmeniyken insanlar bana kelimenin tam anlamıyla bir köpek gibi davranırlardı. Yani demek istiyorum ki, meslektaşlarımla veya edebiyat dünyasının isimlerinin olduğu bir partiye gidecek olursam, kelimenin tam anlamıyla bir köpek gibi muamele ediliyordum. Bir başka şekilde söylemek gerekirse, insanlarla yapılan sohbetle eşit temellerle iştirak edebilmemde bir sorun yoktu. Fırsatım oldukça insanlarla sohbet ederdim. Ama bana ne yaptığımı sorduklarında -ki bu her zaman, konuşma başladıktan yaklaşık beş dakika onra sorulurdu- bilirsin, sohbetten hoşlanıyor olsalar da, bana kur yapıyor olsalar da ya da her ne ise, yüzleri o ifadeyi alıyordu. Bir kalenin şiddetle yere inen demir parmaklıkları gibi - bilirsin, o ortaçağa ait kapılar gibi.

“Şiddetle yere inen demir parmaklıklar” basit olarak dikkatin geri çekilmesidir. Bu gibi küçümsemelerin, alıcıyı şahsiyetsizleştirme ve odak noktasını kişiden alıp role yerleştirme etkileri vardır. Bu, olayları su yüzeyinde tutar: Rol, içerideki kişiye tesir etmez. Rolü idrak etme ve kişiyi fark etme başarısızlığı, zayıf düzenli bir kaygı-dikkat değiş dokuşuna

hizmet ediyor olabilir. Görmemeyi tercih ettiğimizde -kişi ile yüzleşmektense gözardı etmeyi tercih etmek- sadece role dikkat etmek kolay bir çözüm yolu sunar; eğer sınırsız bir tesselli değilse... Bu, Zuboff'un söylediği gibi medenî bir işlemdir.

NAZİK TAVIRLI DİK BAKIŞLAR

Çerçeveler sosyal düzeni tarif ederler. Bizlere, neler olup bittiğini, kime ve ne zaman ne yapılması gerektiğini anlatırlar. Dikkatimizi çerçeve içindeki faaliyete yönlendirirken, farkındalık içinde mevcut olup konu ile ilgili olmayanlardan uzağa götürürler.

Örneğin Orta Doğu'da insanlar gözlerini dikip birbirlerine uzun uzun bakarlar. Orayı ziyaret edişimin ilk günü Jerusalemler'deki bir caddede yürüyüşümü anımsıyorum. Kaldırım da yürüyen bir insan bana yaklaşırken, çevresel görüş alanım ile bana bakıldığını hissetmişim. Birbirimizin yanından geçerken ihtiyatlı ve dikkatli bir bakış gördüm ve gözlerim, tamamen üzerimde olan bu bakışla karşılaştı.

İlk tepkim utanmak olmuştu. Bu benimle ilgili bir şey miydi? Açıkça bir turist, bir yabancı mıydım? Çok tuhaf mı görünüyordum?

Ben de onlara uzun uzun bakmaya başladım. Gözlerim her defasında, bana yaklaşmakta olan ve uzun bakışlar fırlatan bir grup göz ile karşılaştı. Sonra bunu herkesin herkese yaptığını anladım. Kürk başlıkları ve uzun paltoları içindeki Hasidik Yahudiler'in bakışları, beyaz cübbeli Kıptî rahiplerinkilerle karşılaşıyordu. Peçeler içindeki Arap kadınları

bakışlarını, askerî elbiseli İsraili kadınlarınkine kilitliyorlardı.

Bunun sorumlusu ben değildim; halka ait yerlerdeki dikkat o bölgenin kuralıydı. Orta Doğu'da insanların yapmış oldukları anlaşma, birbirlerine yaklaşan insanların uzun uzun bakışlar fırlatmalarıydı. Amerika'da ise bakışlar için çok daha farklı bir kural vardır. Amerika'da yürümekte olan iki yabancı birbirlerine yaklaştıklarında, çarpışmayı önleyecek bir plan çıkarmak için birbirlerine gizlice bakarlar. Yaklaşık sekiz adım kala her biri gözlerini başka bir tarafa çevirir ve geçene dek gözlerini başka bir yerde tutar.¹⁸

Bakışlar konusunda kendi kurallarını takip etmekte olan Jerusalem insanları, bir şeylerin yanlış olduğunu şiddetle farketmemi sağladılar. Birbirlerine iyi uymayan çerçeveler içinde iş görüyorduk.

Kültür bir sepet dolusu çerçevedir. Çerçevelerin kültürden kültüre farklılık gösterdikleri dereceye kadar, farklı yerlerden gelen insanlar arasındaki ilişkiler zor olabilir. Örneğin, dünyanın pek çok yerinde rüşvetçilik iş yapmanın normal bir parçasıyken, Amerikalıları hiddetlendiren bir gerçektir bu.

Ama Amerikalıların samimî bir açık sözlülük tarzları vardır. Meksikalılar bunu iradesizlik veya hainlik olarak sayabilirler, Japonlar da bu açık sözlülüğü kabaca ve incelikten yoksun olarak görebilirler. Birçok Asya ülkesinde "hayır" sözcüğü çok az kullanılır; "evet" evet, hayır veya belki anlamına gelebilir. (İngilizce konuşan yöneticilerin Japonlarla olan görüşmelerinde kendilerine yardım etmek amacıyla yazılan bir kitap "*Evet*"i *Hiçbir Zaman Cevap Olarak Kabul Etmeyin* adını alıyordu.)

Hindistan'da insanlar kötü haberler getirmeye tahammül edemezler, bu yüzden yalan söylerler: Gerçekte tren beş

saat geçikmişken, “tren gelmek üzere” derler. “Geç”in nasıl “geç” olduğu, kültürden kültüre kesin olarak değişiklik göstermektedir: U.S.’deki bir iş randevusu için beş dakikalık gecikme, gecikme olarak sayılır fakat hoş görülebilir. Oysa Arap ülkelerinde otuz dakika bile normaldir. İngiltere’de akşam yemeğine davet edilen bir kişi için beş ile onbeş dakikalık gecikme uygun bir gecikme süresidir; bir İtalyan iki saat geç gelebilir, bir Habeşistanlı daha da gecikebilir, Cava halkından biri ise hiç gelmeyebilir; sadece ev sahibinin üzgün yüzünü engellemek için bunu kabul etmiştir. Kültürel anlaşmazlıkların listesi uzar ve uzar.

Bizim kültürümüzdeki başka tarafa çevrilen bakışlar, halka ait yaşamı azaltır. Bizim karşılaşmalarımız dikkatsel çerçeveler tarafından ustalıkla idare edilirler. Bu dikkatsel çerçeveler sosyal dokunun öylesine derinlerine gömülmüşlerdir ki, çoğunlukla sadece ihlâl edildikleri zaman onları fark ederiz: Yanımızdan geçen biri, bizim ona doğru yürürken bakışlarını kaçırmaz ve onun bu bakışı bizde, rahatsız edici bir sıklıkla harekete geçirir. Birbirimizle olan ilişkilerin içine girerken ve bunların dışına çıkarken -bir dükkândaki kitapları gözden geçirmek, bir yabancıdan yanından geçmek, kalabalık bir asansöre binmek- kişisel gizliliğimiz, bakışımızı örtten görünmez bir perde ile korunuyor gibidir.

Halka ait etkileşimlerin çerçeveleri, açıkça dikkat etmenin kabul edilebilir olduğu bağlantıları tarif ederler. Bir tezgâhtarın “Size yardımcı olabilir miyim?” deyişi bunlardan biridir, rastgele bir tanıdığın biz yanından geçerken tam zamanında “Bugün nasılsın?” deyişi de.veya asansördeki yerler alınırken diğer yolculara fırlatılan bakışlar da... Eğer bu örneklerin herhangi birinde kendimizi dikkatle gözlemlenirken bulursak, utanç olmasa bile rahatsızlık hissederiz. Uygun

noktaların ötesinde, bir kimsenin dik bakışlarının hedefi olmak, görünmez hissetme hakkımızı ihlâl eder - bu, halka ait yerlerdeki dikkate hükmeden çerçeveler tarafından korunan bir haktır.

Dikkatin nazik tavrılı yayılımı, bizim “nezaket” olarak adlandırdığımızın büyük bir kısmını oluşturur. Nezaket göstermek için hepimiz birbirimize bağlıyızdır ve böylelikle sakinliğimizi koruyabiliriz. Goffman *Günlük Yaşamda Bireyin Kavrama Gücü* adlı kitabında, halka ait yaşamı idare eden dikkatsel görgü kurallarını tanımlamaktadır:¹⁹

Etkileşimlerin, yabancıların varlığında sürdürülmesi gereken durumlarda yabancıların nazikçe ilgisiz, katılımsız, idrak etmeyen bir tarzda davrandıklarını sıklıkla görürüz; böylelikle duvarlar veya mesafeler ile fiziksel izolasyon elde edilmemişse, anlaşma ile en azından işe yarar bir izolasyon elde edilmiş olunur. Böylece iki grup insan kendilerini bir restorandaki komşu masalarda bulduklarında, her iki grubun da, bir diğerine kulak misafiri olmakla bilfiil meydana gelen fırsatlardan istifade etmemeleri beklenir.

Çerçeveler sadece trafiği yönlendirmezler; çeşitli rollerdeki insanlara nasıl itibar edileceğini de zorla kabul ettirirler. Goffman sosyal rolün dinamiklerini açıklamak için tiyatro mecazını (metaforunu) kullanıyor. Bir rolde yer aldığımız zaman hitap ettiklerimiz bizim “seyirci”lerimizdir. Burada da, rollerimizin talep ettiği performansları sergilemede bize yardımcı olmak için, dikkatsel tavırlar can alıcı derecede önemlidirler:²⁰

Bireylerin, seyirci üyeleri olarak kapasiteleri içerisinde kendilerini idare edişlerinde, incelikle işlenmiş bir görgü kuralı olduğu görülür. Bu şunları içerir: Uygun miktarda dikkat ve ilgi verme; çok fazla aykırılık, kesilme veya dikkat talepleri ortaya çıkarmamak için bir kimsenin kendi performansını gözden geçirmeye istekli oluşu; toplum kurallarına aykırı davranışlar yaratabilecek bütün davranış veya ifadelerin inhibe edilmesi ve bütün bunların üzerinde olan bir sahneden kaçınma arzusu.

Oyuncular bir çeşit hata yaptıklarında, gayretlendirilmiş izlenim ile ifşa edilmiş gerçek arasında açıkça bir zıtlık sergilediklerinde, seyirciler nezaketle bu hatayı görmeyebilirler veya bunun için sunulan özürü seve seve kabul edebilirler. Ve oyuncular için bu kriz anlarında seyirciler onların kurtulmalarına yardım etmek amacıyla sözsüz ifade edilen bir hileye ortak olabilirler.

Sözsüz ifade edilen bu tip bir hile hiçbir yerde sosyal düzen bozukluklarında olduğu kadar aşikâr değildir. “*The Catcher in The Rye*”da Holden Caulfield yüksek sesle gaz çıkararak anaokulunun tören salonunda bir şamata yaratır. Bozukluk, olduğundan daha iyi gösterilmez; bir kıkırdama kahkaha tufanını tetikler. Gaz çıkarması, orada toplanmış olan bütün insanların dikkatini çeker ve okulun sosyal düzeninin baskılayıcı çerçevelerine karşı yapılan bir isyan eylemi olarak başarıya ulaşır.

Bu gibi karışıklıkların düzeni bozuk tonu, başkaları ile ilişkilerimizde el birliği ile çalışarak yarattığımız pürüzsüzlük görünümünü tahrip edebilir. Bu pürüzsüzlük görünümü, ayarları birbirlerine uyan benzer çerçevelerin aktive edilmesiyle

yaratılabilir sadece. Çerçevelerimiz birbirlerine geçmediği zaman, halka ait düzen sarsılır. Goffman, halka ait düzene karşı yapılan bu gibi meydan okumaların bir listesini sunmaktadır:²¹

Öncelikle bir oyuncu o an için kassal faaliyetini kaybederek kaza ile kabiliyetsizlik, uygunsuzluk veya saygısızlık gösterebilir. Ayağı takılabilir, tökezleyebilir, düşebilir, geçirebilir, esneyebilir, dili sürçebilir, kaşınabilir veya gaz çıkarabilir; kaza ile başka bir iştirakçinin bedenine çarpabilir... Kekeleyebilir, sözlerini unutabilir, sinirli, suçlu veya sıkılğan görünebilir; etkileyici bir kimse olarak o an için kendisini kudretsiz hale getirebilecek uygunsuz kahkaha, öfke veya başka duygu patlamalarına neden olabilir; çok fazla ciddi veya çok az ciddi bir katılım ve ilgi gösterebilir... Dekor düzene konmamış olabilir ya da yanlış gösteri için hazırlanmış olabilir veya gösteri esnasında düzeni bozulabilir; umulmadık ve beklenilmedik olaylar oyuncunun sahneye geliş ve ayrılışı ile ilgili uygunsuz zamanlamalara ve oyun sırasında utandırıcı sessizlikler ortaya çıkmasına neden olabilirler.

Bu gibi riayetsizlikleri olduğundan daha iyi göstermek için en iyi strateji, onları düpedüz gözardı etmektir. İnkâr yerine, geri çekilmek omuz silkmektir. Bu da genellikle ona gülerek yapılır. Kahkaha, bunun ilerlemelere engel olacak kadar ciddi olmadığını gösterirken çerçevenin kırığının doğruluğunu onaylar. Her iki durumda da hile inkâr etmektir: Bir yandan riayetsizliklerin ciddiyeti inkâr edilirken, bir diğer taraftan bunların ortaya çıkmış oldukları inkâr edilir. Sosyal hikâyeler / uydurmalar, rahatsızlık vermeden devam edebilirler.

Bu anlamda, bizim “iyi davranışlar” olarak düşündüklerimiz, genel olarak pürüzsüz ilişkilerin çerçeveleridir. Bir durumda nasıl uygun olarak davranılacağına dair aynı şemaları paylaşmayan insanlar birbirleriyle etkileştikleri zaman, sonuç olarak ortaya utanç, sosyal anlaşmazlık veya düpedüz kaygı çıkar. ‘Kaba Davranışlara Tepki Vermek’ konulu bir gazete yazısı bu müşkül durumu ele almaktadır:²²

O adamı gördün mü? Şu kadını gördün mü? Bunu gördün mü? Oyun başladığından beri konuşuyor. Ödeme kuyruğunda çok ağır hareket ediyor. Yemek sırasında sigara içiyor. Beş kişi telefonu kullanmak için beklerken numarayı yeniden çeviriyor. Utanç duymalı. O kadın da utanç duymalı. Birisi birşeyler söylemeli!

Bazen birisi bir şeyler söyler. Bazen de, bunlar yaşımadaki küçük ihlaller oldukları için belki kimse birşey söylemez... Bu yaptıklarını neden yapıyorlar ve bununla nasıl başa çıkmalıyız?

Wisconsin Üniversitesi’nde psikoloji profesörü olan Dr. Leonard Berkowitz şunları söylemişti: “Tabii ki şöyle söylemeyeceksiniz: ‘Hey, sen... buraya ilk ben geldim.’ Bu pek de olumlu bir yaklaşım olmaz. Hoş olmayan bir reaksiyonla karşı karşıya kalabilirsiniz.”

“Pek çoğumuz” diye devam ediyor Dr. Leonard Berkowitz, “Toplumsal kurallar hakkında kararsızsınız. Tıpkı bu ihlâl edilenler gibi. Bu yüzden belirli bir eyleme itiraz etmenin doğru olup olmadığından emin olmayız. Aynı zamanda sürtüşme veya problem yaratmak da istemeyiz.”

Halka ait genel davranışlar için -yani “tavırlar” için- sosyal normları meydana getiren şemalar ihlâl edilmeye duyarlıdırlar. O an için “doğru” olan şemadan sıklıkla emin olmayız. Bu belirsizlik küçük bir uzman endüstrisini destekler, Sevgili Abby ve Miss Manners başlıklarında olduğu gibi. Sosyal şemalar grup hayatının dokusu içinde gömülmüş ve gizlenmişlerdir; bunları ifade etmeye zorlandığınız zaman bunların kesin doğaları ile yüzleşiriz. Önerileri için başvurabileceğimiz uzmanlar güven veren yetkili kaynakları sunarlar.

Bu anlamda, bir çocuğun sosyalleşmesi, onu süregelen çerçevelerin yeni üyesi yapmakla aynıdır.²³ “Bütün sosyal sistemler hayatta kalmak için, dikkatsel örneklerin içerisinde yeni gelen üyeleri sosyalleştirmelidir (algı, inanç, davranış... v.b.). Bu görev enerjiye ihtiyaç duyar ve bu da dikkattir. Bu sebepten ötürü sosyal sistemlerin hayatta kalmalarının, dikkat gelir-giderini düzenleyen ana hesap defterinin dengeli olmasına bağlı oldukları söylenebilir.”

Başka bir deyişle, kişiye bir çerçevenin içindekileri ve dışındakileri tanıtmak için başlangıçta dikkatle ilgili bazı yatırımlar yapılmalıdır. Çerçeve ne kadar karmaşık olursa, o kadar fazla yatırıma ihtiyaç duyulur: Yeni bir sekreteri eğitmek; bir çocuğa “tavır”ları öğretmek; büyük mahkemenin görgü kuralları ile ilgili olarak, işe yeni başlayan birine yol göstermek - bunların hepsi çaba gerektirir.

Bu çaba artık gösterilmediğinde, buna itimat eden çerçeve de çürüyecektir. Örneğin, bazı sosyal çevrelerde, çocukların öğretmenlerine şeref payesi veren “Sir” veya “Madam” sözcükleri ile hitap etmeleri ve sınıfta konuşurlarken ayağa kalkmaları gelenekler arasındaydı. Bu formalite çerçevesinin bazı özel ve dar görüşlü okullar dışında hayatta kalması gitgide azalmaktadır.

Bir çerçevenin zinde ve sağlam oluşu, tamamen yeni kullanıcıları üyeleği kabul etme potansiyeline ve bunu doğru zamanda aktive etmeyi bilenleri alma potansiyeline bağlıdır. Sosyal geleneklerin ve âdetlerin yavaş evrimi, çerçevelerin yükseliş ve düşüş tarihidir.

Çerçevelerin bize öğrettiklerinin bazıları gizlidir, bazıları da açıkça ortadadır. Açıkça ortada olanlar Charlotte Selver'den alınan pasajda ayrıntılarıyla açıklanmaktadır:²⁴

Evvelki gün bazı arkadaşlarımı ziyaret ettim. Konuklar arasında sekiz yaşında kızları olan bir çift de vardı... Küçük kız merdivenleri çıkıp geldi ve oturdu. Bir bacağı yere doğru sarkarken diğeri kanepenin üzerindediydi. Annesi şöyle söyledi: "Ama Helen, nasıl *oturuyorsun* öyle? Ayağını kanepenin üzerinden indir. Bir kız *asla* bu biçimde oturmamalı!" Küçük kız bacağını indirdi ve bu sırada eteği dizlerinden yukarı çıktı. Annesi: "Helen, eteğini aşağı indir! İnsanlar herşeyi görebilir" dedi. Çocuk mahcup oldu, kendisine baktı ve eteğini aşağı indirdi, ama şöyle sordu: "Neden? Yanlış olan ne?" Annesi tamamen şok olmuş bir biçimde ona baktı ve şunu söyledi: "Bu, *yapılmaz!*"

Bu sırada odadaki atmosfer tamamen rahatsız ediciydi. Küçük kız bacaklarını yere indirmekle kalmadı, aynı zamanda onları birbirlerine bastırdı. Omuzlarını yukarı kaldırdı ve kollarını küçük bedeni üzerinde sıkıca bağladı. Bu durum, artık katlanamayacak hale gelene dek devam etti. Sonra küçük kız gerindi ve uzun uzun esnedi. Yeniden annesinin öfke fırtınası ile karşılaştı.

Bu çocuğa ne olacak? Bu mutsuz duruşu silkip atmadan önce ona birkaç dakika boyunca sahip çıkacak. Annesi onu bir sonraki sefer ihtar ettiğinde bu mutsuz poza birkaç dakika daha fazla sahip çıkacak ve bu böyle sürüp gidecek. Her defasında süre daha da artacak; en sonunda... Anne amacına ulaşmış olacak: Kızını, sosyal olarak kabul edilebilmesi için eğitecek.

Hareketlerin sınırlandırılmasındaki eğitim, çocuklar sosyal çerçeveleri öğrenirlerken dikkate ne olduğunun mükemmel bir analogudur. Dikkatin sosyal olarak kabul edilebilir örnekleri dikkatle kanala dökülürler. Çocukların ne tip olayların önemsenebileceklerini ve ne tip olayların önemsenmeyebileceklerini öğrenmeleri gereklidir. Dört yaşındaki bir çocuk sakat bir adama neşeyle “Neden öyle yürüyorsun” diye sorabilir veya şişman bir adama “Neden bu kadar şişmansın?” diye sorabilir. Dokuz yaşındaki bir çocuk soru sormayı öğrenmiş olacaktır, genç çocuk gözlerini başka tarafa çevirmeyi ve bir yetişkin de farketmemiş gibi davranmayı öğrenecektir. Sosyal şemalar dikkati evcilleştirirler.

Çerçeveler, o ana uygun olanlarla olmayanları tayin etmede savunma olarak kullanılabilirler. Kaygı uyandıracak bir olay olduğunda bu olayla, onu çerçevenin dışında tutarak baş edilir. İnsanlar, çerçevelerin bu savunma amaçlı kullanımlarının uyandırılmasında keskin bir doğruluk ile tuzağa düşürülürler; dikkat etmeme yoluyla kaygıyı uzaklaştırırlar. Bir olayı aslında olmuyormuş gibi farketmenin bize söylenmesine ihtiyacımız yoktur; hepimiz bunu zaten biliriz, hem de bize hiçbir şey söylenmemişken.

Örneğin, Paul Theroux tarafından anlatılan ve bir İngiliz treninde geçen olayı ele alalım. Theroux, şehre dönüş yolunda, vagonu yaşlı bir çift ve çocukları olan birkaç genç

çiftle paylaşmaktadır. Birden dövme, küpeli, deri ceketli, kötü görümlü botları olan ve başları traşlı bir grup “dazlak” güler, bağırarak ve birbirlerine yüksek sesle küfürler ederek paldır küldür trene biner. Gerçek ve saygıdeğer İngilizler çerçeve-dışı gambitini becerikli bir biçimde kullanırlar.²⁵

Çok gürültülülerdi -kulak tırmalayıcı- ama koridor tarafında piknik yapan İngilizler, yaşlı insanlar ve kendi sıralarında oturan genç ailelerin herbiri hiçbir şey duymuyorlardı. Piknik yapanlar düzenli bir biçimde yemeğe devam ettiler ve onlardan başka herkes sessiz ve küçük bir hale geldi... “Uzun vadeli hava durumu güzel havaların haberini verdi” diye fısıldadı Touchmores’lardan biri.

Bu uygunsuz işler karşısında gizlice yapılan sessizlik anlaşması, küçük bir kız söz söyleyene dek, sabırlı ve yumuşak başlı bir tavır içerisinde sürdürülür:

“Baba, o adamlar neden küfür ediyorlar?”

“Bilmiyorum, tatlım. Şimdi lütfen gazetemi okuma izin ver.”

Sesi, nefesini tutuyormuşçasına sinirliydi. Elbette ben de nefesimi tutuyordum...

“İşte baba, yine aynı şeyi söylediler. ‘Kahrolası.’”

“Şşşt, tatlım, iyi bir kız var burada.”

“Ve o da ‘kahrolası’ dedi.”

“Artık yeter, tatlım.” Adamın sesi baskı altındaydı.

Hiç kimsenin duymasını istemiyordu...

Muhtemelen hiçbir durumda ve olayda duyulmuyacaktı. Dazlaklar çığlıklar atıyor ve koridorda koşuyorlardı... Hemen hemen on üç yaşında, dövmesi olan,

traşlı, küpeli küçük bir dazlak şöyle bağıyordu:
“Seni kahrolası... Seni öldüreceğim..!”

Tren vagonunun dazlaklar tarafından işgali bir saldırıdır; fiziksel bir zarar vermedikleri halde diğer yolcuların çerçevelerini fiilen kırıp paramparça etmişlerdir. Hücumları, dikkatsel bir vampirizme (kan emiciliğe) örnek teşkil eder. Dazlaklar, gözardı edilemez bir tavırla sahneye zorla girerek, kendilerini diğer insanların çerçevelerinin içine de zorla sokmuşlardır. Buna benzer bir zorla kabul ettiriş iğrenç çocuklar, kargaşalık çıkarmaya meyilli sarhoşlar, deliler ve belirli tipteki psikotikler tarafından yerine getirilir. Bunların tümü, umumî yerlerde düzen yaratan ve sözle ifade edilmeden de anlaşılabilir dikkatsel kuralları ihlâl ederler.

Çerçevelerin dışında işlemlerden geçirdiklerimizin fazla tehdit edici olmaları gerekmez; bunlar aynı zamanda farketmemeyi seçtiklerimiz de olabilirler. Örneğin, sekiz aylık hamile olan bir kadın editöre bir mektup yazmış ve 100 derecelik nemli bir sıcaklıkta, New Jersey'den Manhattan'a gitmekte olan kalabalık bir trende başına geleni anlatmıştı. Tren kadının beklemekte olduğu platformda durduğunda:²⁶

... Çevremdeki bu iyi giyimli insanlar kapılara doğru yaklaşmış her zamanki çileden çıkarıcı işlemlerine başladılar; yer bulamamaktan korkuyorlardı. Şeytanca ve sert dirseklerin çoğundan kaçıp kurtuldum ama bir tanesi bana sertçe vurdu. Bana vuran kişiye baktım ve şöyle rica ettim: “Lütfen itmeyin.” Hiçbir tepki vermedi.

... Yan yana oturan iki “centilmen”in yanında ayakta durdum. Bu iki centilmen hemen göz siperlerini taktılar,

böylelikle benim içinde bulunduğum durumun doğruluğunu kabullenmekten kaçınacaklar ve kutsal koltuklarında kalacaklardı.

... Sanırım bu açıkça iyi terbiye görmüş, başarılı insanların bütünüyle duyumsamaz davranışlarını hiçbir zaman anlayamayacağım. Zihinlerinde başka insanlara hiç yer ayırmayacak kadar bencilce mi dalmışlar kendi meşguliyetlerine? Kendi hamile eşlerinin veya annelerinin, değerli bir can taşıyarak, benim mecbur olduğum şekilde ayakta kalmalarını isterler miydi?

“İyi Samiriyeli”* çalışmasını ele alalım.²⁷ Princetón Teolojik İlähiyat Fakültesi’nde kırk öğrenci kısa bir uygulama vaazı (dinsel öğüt) vermek için bekliyorlardı. On beş dakikalık aralarda ilâhiyet fakültesi öğrencileri konuşmalarını yapmak için birer birer başka bir binaya gittiler. Yol üzerinde öğrenciler, inleyerek bir kapı eşiğine çökmüş olan bir adamın yanından geçtiler. İnleyen adamın yanından geçen her on ilâhiyat fakültesi öğrencisinden altısı dosdoğru geçerek adamı gözardı ettiler. Bu öğrencilerin yarısı “İyi Samiriyeli” ile ilgili bir konuşma yapmak için bu yolda ilerliyorlardı. İyi Samiriyeli, yol kenarındaki yoksul bir yabancıya yardım eden adamdı. Ama galiba ne onlar ne de geçmekte olan diğer insanlar inleyen adama yardım etmeyeceklerdi.

Muhtemelen, aramızdaki en fedakâr insanın bile yardım edemeyebileceği zamanlar vardır - örneğin, bir uçağı yakalamak için acele ederken. Gerçekten de ilâhiyat fakültesi öğrencileri olayında, öğrencilerin yardım için durmamalarının en önemli faktörlerinden biri acele içinde olmalarıydı:

* Good Samariton: Merhametli kimse

Konuşmalarını yapmak için geç kadıklarını düşünen on öğrenciden sadece bir tanesi durdu; yeterli vakitleri olduğunu düşünen on öğrenciden ise altısı durdu. Bazıları İyi Samiriyeli hikâyesinin hiçbir etkisi ve anlamı olmadığını düşündürmüştü.

Bir insanın kurtulmasına yardım etmek söz konusu olduğunda bir kimsenin sahip olduğu çerçeve büyük bir farklılık yapabilir. Ünlü Kitty Genovese cinayetinde, çığlıkları duyan fakat polisi aramayan otuz sekiz Kew Gardens komşusunun her biri olaya, yardımlarını uzak tutan bir çerçeve yüklemişlerdi: “Sevgilisi ile tartışıyor” ya da “Başka biri arayacaktır” ya da “Bu beni ilgilendirmez” gibi.

Kalabalık bir caddenin kaldırımında yüzüstü yatmakta olan bir adam, yanından geçmekte olanlar için küçük bir bilmece olarak görünür. Bu adam bir ayyaş mı? Bir eroinman mı? Hasta mı? Yaralı mı? Tehlikeli mi? - cebinde bir bıçak taşıyor olabilir mi? Yardıma ihtiyacı var mı? Yardım etmeye çalışmalı mıyım yoksa onu polise mi bırakmalıyım?

Bu soruların cevapları aslında akla getirilen her şemada vardır. Eğer bu adam bir ayyaş ise, çerçeve olaya karışma emri vermez. Eğer hastaysa ve yardıma ihtiyacı varsa, bu farklıdır. Fakat “Yardıma ihtiyacı var” yorumu, başka bir tereddüte neden olur: Ne yapılmalı? Müdahale mi edilmeli, yoksa polise mi bırakılmalı?

Genovese trajedisi sonucu ortaya çıkan gürültüler ile harekete geçen psikologlar, bir kimsenin ihtiyacı olduğunda diğerinin ona yardım edebileceken sırt çevirmesi ile ilgili olarak incelikle işlenmiş, sayısız deneyler yaptılar. İyi Samiriyeli çalışması da bunlardan biriydi. Tipik olarak bu çalışmalar, güç durumunda olduğu oyununu oynayan ikinci plandaki bir

oyuncuyu icap ettirir. Meselâ New York şehri metrosunda yığılıp kalan biri gibi. Bu oyunlar, insanların hangi koşullar altında onun yardımına koşacaklarını görmek için oynanırlar.

Sahneye konan bütün bu oyunlarda bir özellik ortaktır: Olayın seyircilerinin hepsi gafil avlanırlar. Başka bir randevu için yola çıkmışlarken ya da hayatın gelen-gidenlerine dalmışlarken başka bir çerçeve ile meşgullerdir. İhtiyaç içindeki kişiyle karşılaşmaları, onları kendi süregelen çerçevelerine karşı yapılan meydan okuma ile yüzleştirir. Müşkül durumdakilere yardım etmek için durup yaptıkları, kendi çerçevelerinin bir an için başkalarının çerçevelerine girmelerine neden olur.

İnsanları yardım etmekten uzak tutan çerçeveler kurbanın statüsünün değerini (ayyaşlara yardım edilmez; iyi giyimli insanlara edilir) ya da içinde buldukları durumu (eroin almış, içkili ise yardım edilmez; hasta ise edilir) içine alır. Aynı zamanda yardımcı olacak kişinin çerçeveleri de bunun içine girer. İlahiyat fakültesi öğrencilerinde olduğu gibi acele içinde olmak yardım etme olasılığını azaltır. Tıpkı yalnız olma veya hemen hemen yalnız olma gibi faktörler. (Çevrede ne kadar çok insan varsa, insanlar yardım etmede o kadar hızlı davranırlar.)

Belki de insanların yardım edip etmemelerindeki tek ve en önemli faktör George Simmel'in "şehre ait kendinden geçme" olarak adlandırdığı çerçeveler kümesidir. Yüzyılın dönüm noktasında Simmel, şehirli insanların çevrelerindeki insanlara ve olaylara daha az tepki gösterdiklerini öne sürmüştür (ve böylelikle ihtiyacı olan kişilere yardım etme olasılıklarının da daha az olduğu ima edilebilir). Simmel bu tepki verme yoksunluğunun "şehre ait kendinden geçme"ye bağlı olduğunu söylemişti. İçeride dönük bir durumda olan şehir

sakinleri zorunlu bir adaptasyon olarak, çevrelerindeki girdap ve telaş içine düşerler.* Simmel'e göre şehirlinin çevresindeki olayların saf miktarı, kendini korumaya yönelik bir kayıtsızlık ve aldırmaçlık yaratmaktadır. Son zamanlarda bu görüş sosyal psikolog Stanley Milgram tarafından "fazla bilgi yüklemesi" adı altında incelikle işlenmiştir. Bu, kişinin dikkatsel kapasitesine çok fazla gelen uyaran yoğunluğu anlamına gelir. Şehrin manzara, ses ve taleplerinin, zihnin bunlarla baş etme yeteneğini boğduğunu söylemişti Milgram. Bu aşırı yüklemenin zihinsel adaptasyonu, o anki olaylarla ilgili olanlar dışındaki herşeye ilgisiz kalmaktır. Bir başka deyişle size doğru yaklaşmakta olan bir taksiyi kaydedersiniz ama hendekte üzerinden atlamış olduğunuz ayyaş farketmezsiniz.

Burada geliştirilen zihin modeli açısından söylemek gerekirse bu, şehirli bir kimse için farkındalığın eşik değerinin daha yüksek olduğu anlamına gelir: Bunun sebebi de zihninde fazla bilgi kaydetmemesi değil, farkındalığa giriş ücretinin çok yüksek oluşudur. Elde mevcut şemaların çok azı farkındalıkta yer kaplamanın pahasını doğrular.**

Çerçevelerin, dikkati, zorlayıcı olaylardan başka bir yere yönlendirme güçleri vardır. Büyük bir çoğunlukla, böyle bir

* Aynı zamanda "köye ait kendinden geçme" de olabilir: Taşra halkı da aynı tür kendi içine dönmeye (içe dönüklüğe) kesinlikle muktedirdir.

** Bu, taşra halkının şehre gelişindeki şaşkınlığın sebebini izah edebilir: Şemaların, konu dışı olayların yüksek yoğunluğunu kalburdan geçirmeye adapte olmamıştır. Onların çerçeveleri çok geniştir; çok fazla şeyin farkına varırlar. Tabii ki aynı durum taşrada yaşayan şehir sakini için de söz konusudur: Onun şemaları bu ortama adapte edilmemiştir. Bu da başka tip şaşkınlıklarla ve kanşıklıklarla sonuçlanabilir. Ve hepimiz yabancı bir ülkeye yolculuk ettiğimizde aynı şaşkınlığın içinden geçeriz. Ancak burada biraz vakit geçirdikten sonra -ve ilk önce bize tuhaf ve yabancı gelenler için şemalar inşa ettikten sonra- evimizde hissettiğimiz huzura benzer bir duygu hissederiz.

ilgisizlik faydada zararda olduğundan daha fazladır; bir çerçevenin yarattığı zihinsel alan, bize çevremizdeki hareketli dünya tarafından rahatsız edilmeden, elde mevcut işlerimize tamamen dikkat etme zevkini ve lüksünü verir. Ama Kötü Samiriyeli'lerin gösterdikleri gibi, bu kayıtsızlığın sosyal zararları ve bedelleri vardır.

GÖRMEDİKLERİNİZ, SİZİ İNCİTMEMEYECEKTİR.

Eğer çerçeveler sosyal gerçeklerin temel blokları iseler, o halde bireyin zihni için doğru olanlar sosyal düzenin de doğruları olabilirler: Bize endişe veren bilgi ustalıkla inkâr edilebilir. Ailede ve diğer gruplarda görüldüğü gibi, paylaşılan gerçeklerin bazı durumları problem yarattığı zaman samimi dinginlik görünümü, ilgili gerçekleri inkâr etmek için, açığa vurulmadan yapılan bir anlaşma ile muhafaza edilebilir. Çerçevelerin dışına çıkmanın bizi, farketmemeyi tercih ettiğimiz bilgilerle yüz yüze getirebileceği durumlarda, çerçeve kendisini acı verici yüzleşmelerden kaçıp sığınacak bir sığınak olarak sunar. Beyaz yalanları örnek olarak ele alalım.

Büyük ve küçük yalanlar sosyal hayatı daha kolay işler hale getirirler. Uygar etkileşimlerin, zamanında ve yerinde söylenen yalanlara ihtiyaç duyduğu söylenmeden de anlaşılır: Hileli mesajlar göndeririz, gerçek duygularımızı saklarız, can alıcı derecede önemli atlamalar yaparız; her yönüyle söylenen yalanlardan ayrı olarak, imleme ve belirsizlik yoluyla da yalan söyleriz. Çünkü pürüzsüz sosyal etkileşimler, edebe uygun olan her yanlışlık hakkında fikirlerimizi beyan etmememizi ister; icaba göre hareket etme, küçük samimi-yetsizliklerin tümüne meydan okunmamasını emreder.

Sosyal yalanların amaçları vardır. Örneğin beyaz yalanlar -istenmeyen bir daveti kabul etmekten kurtulmak için söylediklerimiz gibi- bu yalanları söylediğimiz kişilerin hislerini korumaya yöneliktirler. Diğer yalanlar bizim sosyal tasvirlerimizi korurlar - örneğin, kendini sunma sırasında yalanlar haykırarak bir araştırmacı: “Bizi gerçekte olduğumuzdan biraz daha kibar, biraz daha duyarlı, biraz daha zeki ve biraz daha fedakâr olarak sunmaya gayret eder.”

Sosyal yalanları dikkate almayız; ailemize, arkadaşlarımıza ve dostlarımıza yalan söylemek nezaketsizliktir. Sözsüz ifade edilmiş olsa da, yazılı olmayan sosyal bir kanun yetkiyle diğerlerinin yalanlarına cesaret veririz. Bu kanun, sadece doğru olduklarını kabul ettiğimiz şeyleri göreceğimizi söyler; görülemeyenler çerçevenin dışında kalırlar. Bu gibi kuralları takip etmek için yaptığımız karşılıklı anlaşmalar olmaksızın, günlük etkileşimlerdeki fikir birliğinin kaplaması soyulur ve hiç şüphesiz onun yerine şiddetli kin bırakır.

Sosyal yalanlar, yalnızca incelikli bir dikkatsizlik ile kabul edildiklerinde başarılı olurlar. Yüz yüze muameleler bize bu gibi yalanları tespit etme fırsatını sık sık sunarlar - örneğin, bir kimsenin hal ve tavırlarının çeşitli durumlarını, bize anlatıklarındaki zıtlıkları araştırmak için incelemek yoluyla.

Sosyal yalanları -ve bunların günlük yaşamın pürüzsüz işleyişi için ima ettiklerini- gönderme ve tespit etme oyunu üzerine yapılan en ayrıntılı araştırma, Harvard’da, sosyal psikolog Robert Rosenthal ve bir grup mezun öğrencisi tarafından yürütülmüştür. Günlük yaşamın büyük ve küçük yalanlarını söylemenin, tespit etmenin ve gözardı etmenin altında yatan kuralları incelemek için 1970’lerin sonlarındaki aldatmacalar üzerinde çalışmaya başladılar.²⁸

Araştırmaları için başlama işaretini, bir kişinin gerçek

hislerini ele verebilen sözlü olmayan üstü kapalı işaretler hakkında yazmış olan Freud'dan aldılar: "Eğer kişinin dudakları sessizse ve parmak uçları ile ses çıkarıyorsa, kendini ele veriş, onun her bir gözeneğinden dışarı sızar." Bedenin ipuçları vermeye boyun eğmesi olağandır. Zoraki bir gülümseme kederi yalanlar; sıkılmış bir yumruk açığa vurulmamış bir öfkeyi ele verir. Ama Rosenthal grubunun aldatma araştırmaları, beden dilinin bazı durumlarının yalan söylemek için -ve aldatma ipuçları için- diğerlerinden daha iyi kanallar olduklarını göstermiştir. Örneğin, yüz, yalan söylemede, bedenden -ve hatta konuşmadan bile- çok daha fazla etkilidir.

Yüzün belki de en az sızıntılı sözsüz kanal ve en iyi yalancı olduğunun nedenini ilk kez öne süren, yüz ifadelerini okuma uzmanı olan Paul Ekman'dı. Bir insanın yalan söyleme / aldatma yeteneğinin, kullanmakta olduğu kanalın çok çeşitli durumlarına bağlı olduğunu ileri sürmüşlerdi. (Ses tonu veya yüz ifadesi gibi). Genel olarak o kanalın "gönderme kapasitesi" ne kadar büyükse, aldatıcı olabilmesi de o kadar fazladır.

Gönderme kapasitesi ne kadar büyük olursa, kanal o kadar fazla tamamen farklı mesajlar gönderebilir, bunları o derece hızlı gönderebilir ve bunlar daha görünür ya da aşikâr olurlar. Ekman, yüzün maksimum gönderme kapasitesine, sahip olduğunu söylemektedir. Bu sebepten ötürü özellikle yüz, yalanlar ile donatılıp giydirilebilir. Buna karşılık beden (örneğin jestleri de içine alan beden) daha az kontrol edilebilir, daha yavaştır ve daha az açıktır. Bu bedeni, yalanlar için daha az etkili bir kanal yaparken, aynı zamanda onu sızıntılara yatkın bir hale getirmektedir. Bu sözsüz mesajlar, kişinin saklanmaya çalıştığı hissini kasıtsız olarak açığa çıkarırlar. Rosenthal grubu, bu sızıntılar hakkında daha mükemmel

bir görüş elde etmek için sızıntılı kanallar listesini, beşli bir hiyerarşiyi içine alacak şekilde genişletmişlerdir: Yüz, beden, ses tonu, çabuk geçen ifadeler ve bunlar arasındaki zıtlıklar.

Ses tonunun, sahtekârlık kapasitesi bakımından yüze, “sızıntılı” bedenden daha çok benzediği ilk bakışta düşünülebilir. Yüz gibi ses de, pek çok anlam nüansını kolayca gönderebilir ve insanlar ses tonlarını seve seve kontrol edebilirler. Oysa elde mevcut olan kanıtlar başka türlü imalarda bulunmaktadır. Bir kere, kafatasının akustiğinden dolayı, konuştuğumuz zaman duyduğumuz ses, bizi dinleyenlerin kulağına aynı şekilde gitmez. (Bu da, kasete alınan seslerini ilk kez dinleyen insanların hemen hemen evrensel olan dehşete düşme reaksiyonlarını açıklayabilir.) Bir teypte insanlar, hislerini dışarı sızdıran ton kalitesini ve sesin yükselip alçalmasını duyarlar, ama bunlar konuşma sırasında konuşmacı tarafından görünüşte farkedilmezler. Bütün bu sebeplerden ötürü Rosenthal grubu ses tonunu, ipuçları hiyerarşisinde yalanları tespit etmede bedenden daha iyi bir açıklayıcı olarak değerlendirdiler.

Araştırmacıların eklemiş oldukları bir diğer sızıntılı kanallar kategorisi bedendeki (yumuşak bir el hareketi gibi) ve yüzdeki (çabuk geçen bir yarı gülümseyiş gibi) çok kısa değişiklikleri içine almaktadır. Ekman bu anlık göstermelerin / teşhirlerin tipik olarak tasarlanmamış ve kontrol edilmemiş olduklarını ve dolayısıyla ses tonundan bile daha sızıntılı olduklarını iddia etmektedir.

Oysa bu küçük hatalardan bile daha sızıntılı olan, zıtlıklardır; öfkeli bir sesle gülümseyen bir yüz gibi. Rosenthal grubu böyle bir zıtlığın, sızıntılı üstü kapalı sözlerin en iyi açıklayıcısı olduğunu ileri sürmüştür. Çünkü bu, iki kanal

içermektedir ve bu kanalların ikisini de kontrol etmek, özellikle de aynı anda kontrol etmek, oldukça güçtür. Bu sebeplerden ötürü bir yalancı yalanını kelimelerle ifade edişinde çok dikkatli olabilir, hatta bunu desteklemesi için gülümseyebilir bile; ama aynı zamanda sesindeki öfkeyi kontrol etmeye yetecek kadar becerikli olmayabilir de. Bu zıtlık, açık göz bir gözlemciye yalanı hakkında sır verebilir.

Rosenthal ve meslektaşısı olan araştırmacı Bella De Paulo yalanlar ve bunların tespit edilmeleri üzerinde çalışmaya başladıklarında büyük bir şaşkınlığa düştüler. Çoğunluğu Rosenthal tarafından yapılan on senelik araştırmalar kadınların sözsüz mesajları okumada erkeklerden çok daha üstün olduklarını karşı konulmaz bir biçimde göstermişti: Bir ses tonunun veya bir jestin hangi duyguyu yansıttığı kendilerine sorulduğunda kadınların sıklıkla erkeklere göre daha doğru cevaplar verdikleri görüldü. Ama sızıntıların şifrelerini çözmeleri istendiğinde yani gizli duyguları kasıtsız olarak açığa vuran sözsüz ipuçları kategorisini belirtmeleri istendiğinde kadınların doğruluğu geriliyor gibi görünüyordu. Bir sesin tonu daha fazla sızıntılı oldukça veya bir mesaj daha fazla uygunsuz oldukça kadınlar da bunu yorumlamada daha az başarılı oluyorlardı. Erkekler ise tamamen zıt modeli gösterdiler: Gizli duygular daha fazla ipuçlarıyla açığa çıkarıldıkça erkeklerin doğrulukları da artıyordu.

Kadınlar yüz ifadelerini okumada erkeklerden daha iyi oldukları halde, daha sızıntılı kanallarla karşı karşıya geldikçe avantajları da durmadan azalmıştı. Rosenthal ve De Paulo bu etkiyi, kadınların daha fazla sosyal nezakete sahip olmalarına uygun olarak yorumladılar. Onların görüşlerine göre bir kimsenin hatalarına ve sızıntılarına dikkat etmek kabalık ile aynı şey demektir; gerçekten de sızıntıları farketmek,

kişinin kendisini ilgilendirmeyen konuları belli etmeden dinlemesinin bir çeşididir.

Sızıntıları gözardı etmede daha kibar olmanın yanısıra kadınlar kendilerinin gönderdikleri mesajlarda da daha içten ve açıktırlar. Etkili araştırmalar, kadınların duygularını iletmede erkeklerden daha iyi olduklarını göstermiştir. Kadınlar sözsüz mesajlarının daha okunaklı ve açık olmalarına erkeklerden daha fazla izin veriyorlar gibi görünüyor.

Rosenthal ve De Paulo'nun görüşlerine göre,²⁹ kadınlar diğer insanların sözsüz mesajlarını okumada erkeklerden daha "kibardırlar". Rosenthal ve De Paulo görüşlerine şunları da eklemiştir: "Belki de bizim kültürümüzdeki kadınlar, diğer insanların hakkında çok fazla şey bilmenin sosyal tehlikeleri olabileceğini öğrenmişlerdir. Kadınların kendilerini ilgilendirmeyen konuları belli etmeden dinlemelerindeki bu göreceli sakınma, bizim toplumumuzda kadınlara yüklenmiş olan geleneksel cinsiyet rolünün bir parçası olan kibarlık ve sosyal olarak olduğundan daha iyi görünme standartları ile uygunluk göstermektedir. Bu cinsiyet rolü, şimdilerde yeni yeni değişmeye başlamıştır.

Kadınların sızıntıları gözardı etmek yoluyla daha "düzenli" ve "kibar" oldukları yorumu, sözsüz mesajlar üzerinde çalışan başka araştırmacıları taciz etmiştir. Bunlardan birisi Rosenthal'in mezun olmuş eski öğrencilerinden olan Judith Hall'dur. Hall sözsüz iletişimdeki cinsiyet farklılıkları üzerine çalışan bir uzman olup, sızıntıları gözardı etme konusunda kadınlara yüklenen sosyal dürtülere itiraz etmektedir.³⁰ Hall şöyle söyler:

"Sızıntıları okumadaki doğruluk ihtiyacı, günlük yaşamda nispeten nadirdir. Erkeklerin, kadınlardan farklı olarak bir hüner geliştirmiş oldukları yerine -ki bu Rosenthal ve De

Paulo'nun yorumlarının ardındaki fikirdi- kadınların, diğerlerine tercihen, sosyal olarak faydalı bazı hünerler geliştirmiş olduklarını savunabilirim. Belki de kadınlar zeki bir sosyal stratejiyi simgeleyen bir şeyler yapıyordular. Pürüzsüz etkileşimler, insanların edebe uygun olan her bir küçük hatayı veya her bir samimiyetsizlik parçasını farketmemelerini veya eleştirmelerini gerektirir. Sosyal hayat, küçük sosyal yalanları gözardı etmek yoluyla yürür. Kadınlar bunu yapmada erkeklerden daha usta gibi görünüyorlar.

Sosyal yalanları gözardı etmeyi nasıl öğreniriz? Bununla birlikte, bu kapasite ile doğmayız. “*İmparator'un Yeni Giysileri*” adlı hikâyenin gösterdiği gibi çocuklar, aldatma eğilimi veya utangaçlık olmaksızın merhametsiz bir biçimde dürüst olabilirler. Çocuklar sadece kendi yalanları için değil ama söylemedikleri yalanlar için de dikkate değerdirler. Eğer çocuk küçükse, bu gibi bir içtenlik başışlanır. Ama çocuklar saygı göstermek için sorumlu hale geldiklerinde bu gibi bir açık sözlülük utandırıcı olarak kabul edilir. Bu noktada çocuklara, sosyal yalanlara göz yumulması gerektiği öğretilir. Çocuklar yetişkinlerin dünyasında pürüzsüzce iş görmek için hem iyi bir yalancı ve hem de kötü bir yalan tespit edicisi olmanın sosyal olarak ne zaman yararlı olduğunu öğrenmek zorundadırlar.

Çocuğun dünyası hem büyük hem de küçük yalan ve hilelerle doludur. De Paulo şöyle yazar:³¹ “Çocuklara söylenen yalanların bazıları masallardan, çizgi filmlerden veya televizyon komedilerinden daha az mantığa aykırı değildirler. Örneğin, çocuklara sıklıkla, geyiklerin çekmekte olduğu bir kızığa binmiş şişman bir adamın her yıl gözyüzünde süzülüp gittiği söylenir. Daha ciddi gerçekler genellikle daha az renkli yalanlarla açıklanırlar (Dedemiz uzun bir yolculuğa çıktı)

veya atlatılırlar, sakınılırlar ya da bir sessizliğe gömülmek yoluyla gizlenirler. Birçok reklâm çocuklar için dizayn edilmiş yalanlar olarak sınıflandırılabilir - örneğin, buğday, sizi büyük ve güçlü yapar. Çocuklara söylenen diğer yalan türleri sıklıkla zararsız ve hatta faydalı olarak kabul edilirler: Örneğin bazen yetişkinler çocuklara, karalamış oldukları mavi lekelerin gerçekten bir çekirgeye benzediğini (hem de çok güzel bir çekirge) veya topu atan oyuncuya zıplayarak geri dönen topun harika bir vuruş olduğunu söylerler.

New York Bilimler Akademisi tarihi olaylarını tarih sırasıyla kaydeden eserdeki bir yazıda De Paulo şu soruyu sormaktadır: “Bir kişinin altta yatmakta olan gerçek hisleri yoluyla doğruyu görmeye daha iyi bir durumda mıyız, yoksa bazen başka bir insanın bizim bilmemizi istemediği bir şeyi görmemek daha iyi olabilir mi?” De Paulo bize zarar verebilecek olan yalanlar veya aldatmacalar vakalarında yalanı tespit etmenin açık olarak kıymetli bir vasıf olduğunu söylemektedir. Ve psikiyatri ya da polis işleri gibi mesleklerde bu gibi bir duyarlılık özellikle çok faydalıdır. Ama De Paulo elde bulunan kanıtların, çoğu insanların tespit etmede pek başarılı olmadıklarını ileri sürdüğünü söylemektedir. Dahası, genellikle insanlar yaşlandıkça gerçekte olduklarından başka görünüşlerle maskelenmiş gerçek hisleri kaldırmada gitgide kötüleşirler. (Sızıntıları okumadaki cinsiyet farklılığı, erkeklerin bu işte iyiye gitmelerinden çok, kadınların kötüye gitmelerine bağlıdır.)

De Paulo şunları yazmıştı: “Çocukların büyüdükçe muhtemelen sosyalleşme yoluyla öğrendikleri, başka insanların okumalarını istedikleri şeyleri kibarca okumak ve gerçekten hissettiklerini okumamaktır.” Bu demektir ki, dikkat gittikçe artan bir şekilde sosyal şemalarla sınırlandırılmıştır. Dahası,

bu anlamda en “kibar” olan insanların herkes tarafından sevilme olasılıkları fazla olup bu kişiler daha fazla sosyal anlaşma gösterirler; aynı zamanda yaşadıkları ilişkilerde de daha iyi hissederler.

De Paulo'nun görüşüne göre bütün bunların ileri sürdüğü şudur: “En azından bazı yollarla ve bazı durumlarda, yalnızca, başka insanların bizden görmemizi istediklerini görmek ve gerçekte hissettiklerini görmemek bizim için iyi olabilir. Çocukların büyüdüğü öğrendikleri de budur... Dahası, bu kibarlık formülüne uymayan insanlar için -bu özellikle kadınları iyi tanımlayan bir formüldür- kişisel ve özel bedeller var gibi görünmektedir.

De Paulo şunları eklemektedir: “Şifre çözenin kibar şekli, özel bilgilerle baş etmede, sade bir araştırma ve şüpheli bir tarzın olabileceğinden muhtemelen daha kolay bir yoldur... Dış görünüşlerinden şüphe duymaya başlayan insanlar, herşeyden önce, daha fazla tereddüt yaşayacaklardır; aynı zamanda şüpheli oluşlarından ve güven eksikliklerinden dolayı suçluluk duyabilirler ve sonunda başka kişilerin kendileri hakkında hissettikleri ile ilgili olarak öyle bir şey bulurlar ki, bilmedikleri takdirde çok daha mutlu olabileceklerini görürler.

İhtiyatlı bir dikkatsizlik biçimindeki nezaket, paylaştığımız çerçevelerin bütünlüğüne saygı göstermede sosyal uyumun kilit taşıdır. Sızıntılı bir kanala dikkat etmek, bizi diğerlerinin umumî çehrelerini korumaya mecbur eden sosyal kontratı ihlâl etmektir - çerçeveyi kırmaktır. Bu anlamda, dikkatsel nezaket sergileme başarısızlığı bir saldırı meydana getirir. Sosyal düzenin pürüzsüz işleyişlerini muhafaza eden daha büyük kanunları ihlâl eder. Goffman şunları gözlemlemiştir.³²

Bir kişi bir durumun tanımlamasını tasarladığında ve buna uyarak belirli bir tipteki kişi olmak için ifade edilmeden anlaşılan veya aşikâr bir iddiada bulunduğunda, diğerleri üzerinde ahlâki bir talep hakkını otomatik olarak kullanır; onları, kendisine, bu tip insanların bunu bekleme hakları olduğunu ima eden bir tavırla davranmaya ve değer biçmeye zorlar... Kişi onları, gerçeklerin ne olduğu ve onların neyi görmeleri gerektiği konusunda bilgilendirir.”

Sızıntılara aşın derecede dikkat eden kişilerin mutsuzluğu, temel bir sosyal anlaşmaya ihanet ettikleri için ödedikleri sosyal bir bedel olabilir. Bu, insanların gerçekte ne hissettiklerini açıkça görenlerin -ve söyleyenlerin- açık oluşları için bir bedel ödeyebilecekleri ile ilgili olan paradoksun sebebini izah edeceğe benziyor. Fakat bu gibi bir paradoks, sosyal aldatmacalar bölgesi içerisinde olağandışı değildir. Burada De Paulo şuna işaret eder: “Sözlü ve sözsüz dünyalarımızı genellikle yöneten kurallar, düzenler ve ödül sistemleri, ters yüz olurlar ve tepetaklak dönerler. Çoğunlukla aşın derecede bilgi verici olan bilgi kaynakları -yüz gibi- tamamen yanlış yola sevk edilebilirler ve genellikle kendileri için ödüllendirildiğimiz hüner türleri -diğer insanların gerçekte ne hissettiklerini anlama kabiliyeti gibi- sorumluluklar gibi fonksiyon görebilirler. Aldatmacanın ne zaman ortaya çıktığını ve diğer insanların gerçekte neler hissettiklerini bilen kişi, kişiler arası dünyanın gerçekten neye benzediği ile ilgili daha doğru bir kavrayışa sahiptir. Ama bazı durumlarda ve bazı koşullar altında sosyal ve özel üstü kapalı sözleri anlamada başarılı olmak aslında hiç de iyi bir şey olmayabilir.”

Beyaz yalanlar masum ve hatta iyi niyetli sosyal aldatma şeklidir. Bunlar uyumlu bir sosyal yaşamı yönlendiren çerçeveleri korumanın bir yoludurlar. Ama aynı dinamik, fazla masum olmayan gerçekleri gizlemede de iş görebilir. Beyaz yalan olarak başlayan -ki bu hassas gerçekleri çerçeve dışında tutmak için yapılmış masum bir anlaşmadır- daha az masum sosyal amaçların üzerine gölge düşürebilir.

SORULAMAZ SORULAR

Çerçeveler dikkati elde bulunan işe doğru yönlendirip konu dışı işlerden uzaklaştırmak yoluyla sosyal gerçekleri yaratırlar; çerçevenin dışında olan, o an için var olmaz. Büyük bir çoğunlukla bu seçici dikkat faydalıdır ama bilgiyi çerçevenin dışında tutma kapasitesi, sosyal rahatlığı önemli gerçekler pahasına satın alan bir tuzağa düşebilir. Bu hileler ve tuzaklar lakunaları yaratırlar ve hoş olmayan bilgilerin baskılanmaları için sosyal gerçekleri çarpıtırlar.

Örneğin, bir tanıdığımın ceza avukatı bana, ülkesindeki gizli polis memurlarının özellikle uyuşturucu vakalarında, şartların gerektirdiği yöntemlerle mahkemede yalan söylediklerinden bahsetmişti. Bu polisler her zaman yalan yere yemin etmezler ama çoğu bunu kimi zaman yapar ve bazıları da bunu çoğunlukla yapar, demişti bu avukat. Bütün bunları biliyordu, çünkü onların yalanlarından fayda sağladığı olmuştu - bir zamanlar bir bölgenin başsavcısının asistanıydı.

Ona bunu yargıcın bilip bilmediğini sordum. Avukata göre yargıç bundan kuşku duyabilirdi ama yargıç polisleri her gün görüyordu; davalı, yalnızca duruşma sırasında çevrede oluyordu. Eğer yargıç polisleri inanıyormuş gibi davranırsa bu, işlerin pürüzsüzce yürümesini sağlar. Sonuç olarak,

masum insanlar suçlu bulunabilirler mi? Belki.

Bu gibi yalan polis şahitliğini, sosyal sıkıntıları hafifleten beyaz yalanlarla karşılaştıralım. Birinin korkunç derecede kötü, diğerinin ise iyi sonuçları vardır. Fakat çirkin hile ve tuzaklar da, beyaz yalanların başarılı olmalarına olanak veren dinamikleri paylaşırlar: Can alıcı derecede önemli bazı bilgilerin ihmal edildiği gerçeğini gözardı etmekle ilişkisi olanlar arasında yapılan ve sözle ifade edilmeden de anlaşılabilir bir anlaşma. Bunun net sonucu bir çeşit kolektif (toplu) kendini aldatmadır.

Paylaşılan aldanmacalar, beceriksiz olan meslek adamlarını rutin olarak korurlar. Örneğin, New York hükümeti idare heyetine bildirilen ve hekim ahlâksızlığı veya zararı ile ilgili olan 760 vakadan sadece 12'si tıbbî kurumlara havale edilmişti. Şimdilerde bağımlı hekimlerin rehabilitasyonları ile ilgili bir program yürütmekte olan Kanadalı anestezi uzmanı William Farley kendisinin de bir bağımlı olduğu yılları anlatıyor.³³ Farley, hemen hemen on yıl boyunca bir alkolik olmanın yanısıra, Dalmane adlı hipnotik bir ilaca da bağımlıydı. Eğer Dalmane almadan üç saatten fazla bir süre geçirse, geri çekiliyor ve titremelerle sarsılıyordu. Bu titremeler öylesine güçlüydü ki damar içine iğneyi güç bela batırıyor ve hastalarını korkutuyordu.

Bağımlılığın belirtileri apaçık ortadaydı. Aptalca giyiniyordu, sinirli ve kavgacıydı. Gözleri şişmişti ve kırmızıydı. Ama Farley bir şeyin kendisini koruduğunu söylüyor: "Meslektaşlarım arasında yapılmış gizli bir sessizlik anlaşması. Onlar ters giden bir şeyler olduğunu biliyorlardı ama hiç kimse ıslığı çalmak istemiyordu."

Yaygın sosyal aldatmacalar olan tabular, sessizliğin kaygı uyandıran bölgelerini işaretlerler. Örneğin, evimin yakınındaki kızlar kolejinin öğretim üyelerine ait dolap odalarında,

profesörler bir konudan çok çekinirler; bu konu pek çok üniversitenin erkeklere ait dolap odalarında da doğuştan var olan bir konudur: Çeşitli kız öğrencilerin ne kadar çekici oldukları. Böyle ciddi bir okulda profesör-öğrenci aşkının ümit edilmesi çok tehlikeli ve tehdit edicidir; bu konunun tamamı bir tabudur.

En güçlü tabulardan biri de ölüm ve ölme konusunu çevreler. Ölmekte olan bir insana, ölümünün beklendiği sıklıkla direkt olarak söylenmez. Oysa belirtiler ve ipuçları -örneğin, hasta temin edilirken başka yöne kaçırılan gözler- en azından bu olasılığı ima edebilir. Bu olayın içine karışan bütün karşılıklı hile ve bahaneler, sanki hiçbir şey olmuyormuş gibi davranmalıdırlar. Bakın bunu Tolstoy nasıl açıklıyor:³⁴

Ivan Illych'e azap veren aldatmacaydı, yalandı. Bazı nedenlerle hepsi bunu kabul etmişlerdi. Ölmediği, sadece hasta olduğuna dair yalanlar söyleniyordu. Sadece sessiz olmaya ve tedavi görmeye ihtiyacı vardı. Sonra sonuç olarak iyi şeyler olacaktı. Fakat her nasılsa, ne yaparlarsa yapsınlar bunun bir sonuç vermeyeceğini biliyordu. Sadece acı çekme ve ölüm daha çok ıstırap veriyordu. Bu aldatmaca ona azap veriyordu - onlar bütün bildiklerini ve onun bildiklerini kabul etmek istemiyorlardı ama onun içinde bulunduğu korkunç koşullar hakkında ona yalan söylemek istiyorlar ve onun da bu yalana katılmasını arzuluyorlar ve onu buna zorluyorlardı.

Acı verici bilgileri gözardı etmeye yarayan hileler, politik bir uydurmayı muhafaza etmek için de kolaylıkla kullanılabilir.

lirler. Bazı ulusların İkinci Dünya Savaşı'nın problemlili yıllarını anımsamayı tercih etmeleri bunun için bol miktarda örnek sunmaktadır bizlere. Örneğin, Kanada, 1933'den 1945'e kadar, tamamen anti-Samî bir politikanın, bu nüfuslandırılan ulusun sadece çok az bir Yahudi grubunu kabul etmesine imkân verdiğini açıklayan bir kitapla sarsılmıştı. (Aynı şey U.S.'ye de söylenmişti). Aynı şekilde *Sandal Dolu* adlı film de İsviçre'ye aynı ithamda bulunmuştu; bu başlık, İsviçrelilerin, Almanya'ya firar eden Yahudi mültecilerinin giriş izinlerini reddetmek amacıyla kullanmış oldukları mecazî bir ifadeden gelir. Bu her iki ülkede de şok yaratmıştı, çünkü bu geçmişin gerçekleri hakkında sözsüz ifade edilen bir inkâr vardı.

Bu gibi günahkâr sırlar tarih kitaplarında resmî politikalar olarak gizlenirler. Eğitim Bakanlığı tarih kitaplarındaki Asya ülkelerinin Japon işgaline itibar eden bölümlerin bir sonraki baskılarda daha az "olumsuz" olması gerektiği ile ilgili hüküm verdiğinde, bu, Japonya'da öfke uyandırmıştı.³⁵ Kore bir sömürge ülkesi iken, Japon askerleri tarafından kendilerine eziyet edilen 53.000 Kore şehidi ile ilgili ifade, Kore'nin umumî valisinin sadece 2.000 şehit olduğunu tahmin ettiğini söyleyen ifade ile düzeltilmişti - ama yazı valinin bir Japon memuru olduğunu belirtmeyi ihmal eder. Japonlar tarafından işgal edilen Singapur'da öldürülen 20.000 insan "6.000'den fazla" olarak değiştirilmiştir. 1937'de Nanking'de 300.000 kişinin öldürüldüğü ile ilgili ifade, Çinlilerin çok kişinin öldüğünü söylemeleri ile değiştirilmiştir. Bakan, bütün bu değişimlerin sebebinin okulların "sosyal misyonu" olduğunu söylemişti. Bu misyonun amacı da Japon gençlerinin kendi tarihleriyle gurur duymalarını sağlamaktır.

Aynı zamanda Amerikan kitapları da, Hindistan topraklarının erler tarafından işgalini nadiren resmederler; haksızlığın en az renklerine sahip olarak. Kanada, Rusya ve Meksika'nın Amerika'yı işgalleri sahte bir biçimde gizlenir, oysa bu ülkelerin kitaplarında bu işgaller en büyük ve en önemli olaylardır. Buna benzer olarak Fransa'daki kitaplar da, kendilerine yakışır bir görünüme sahip olmak için dünya olayları ile ilgili uyarlamaları çarpıtmışlardır:³⁶

The World Today (Bugünkü Dünya)'daki bir sayfa, Fransa'nın eski Afrika sömürgelerinin zenginlikleri, sağlıkları ve kültürleri ile ilgiliydi. Bir başka sayfa Kuzey Amerika'daki ahlâksızlık gücü ile ilgiliydi ve bir diğeri de Güney Amerika'daki dertlerle ilgiliydi... Eski Fransız sömürgesi Afrika'nın bir grup ticaret odası kartpostallarına benzediği gerçeğinde hiçbir acayıplik görmemişti öğretmen; oysa New York şehri, bir kenar mahalle cinayeti olayındaki bir polis fotoğrafçısı tarafından fotoğraflanmış gibi görünüyordu.

Kollektif (toplu) zihin de kendini aldatmalara karşı en az birey zihni kadar duyarlıdır. Elde bulunan kollektif bir zihin için belirli gölge bölgeleri, üyeleri tarafından paylaşılan şemaların basit bir hesap ürünüdür: Pek çok birey zihninde boş bırakılan yaşantı alanları grup için, bir bütün olarak, en karanlık bölgeler olacaktır.

Kültürler ve uluslar bu prensibin en iyi örneklerini sunarlar. Kitle eğitiminin "sosyal hilelerin iletimi" olarak alaycı bir biçimde nitelendirilmesi, öğretilenlerin lakunalar tarafından çarpıtıldığı dereceye kadar doğrudur. Bir kültürün eşsizliğinin indeksinin onuñ kör noktaları olduğunu ileri sürüyorum;

bunlar kültürel “biz”in kaygılardan kurtulmak için baskıladığı gerçeğin belirli elemanlarıdır.

Bu kör noktalar, o kültürün insanların görüş çizgilerinin dışındadır ama bunları paylaşmayan kültürler için tuhaftır. Örneğin, John Ogbu tarafından yapılan bir çalışmayı duyduğumu hatırlıyorum. Nijeryalı antropolog birçok kültürü incelemiştir ve bunların her birinde bir kast sisteminin işlediği görülmektedir. Bazı ülkelerde kastlar ırk bakımından farklı oldukları halde bazılarında değildi. Hepsinde en düşük dereceli kast “ayak işleri”ni yapıyordu - süpürme, çöpleri toplama, hayvan kesme... v.b. Her ülkede düşük kastlar okulda başarısızdılar.

Ogbu’nun görüşüne göre iskolastik zarar, bu çocukların okulda eğitilişlerindeki ince farkın sonucuydu: Kendi kültürlerinde hiç kimse onlardan, bayağı işlerden başka birşey istemiyordu. Bu yüzden başlangıçtan itibaren ikinci sınıf muamele görüyorlardı.

Ogbu hipotezini desteklemesi için, küçük bir Kaliforniya şehrindeki bir okulda yaptığı gözlemleri de çalışmasına katmıştı. Verileri, bu peşin hükmün, dünyanın başka yerlerinde olduğu gibi burada da iş başında olduğunu gösterdi. Öğretmenler bu azınlık çocukları kendilerinden az şey umulan grupta tutuyorlardı. Hipotez ilgi çekiciydi, verileri ise zorlayıcı. Fakat benim için gerçek ifşa, onun çalıştığı Amerikan okulu bölgesinin çocukken benim okula gittiğim yerde olmasını keşfetmem oldu - yani burası Stockton, Kaliforniya’ydı.³⁷

Yıldırım çarpmışa dönmüştüm. Verilerinin ve tartışıklarının hepsi bana doğru gibi geliyordu - ama yalnızca geçmişe dönüp baktığımda. Okuldayken ve bundan sonraki bütün yıllarda, bu ince ayırımın sürüp gitmekte olduğunu farketmemiştim.

İşte bütün nokta bu: Olumsuz sosyal gerçekleri gönüllü olarak görmez ya da hatırlamayız. Bu gibi sosyal kör noktalar nasıl tahrik olurlar? İngeborg Day'ı ele alalım. İkinci Dünya Savaşı sona erdiğinde ve aynı zamanda babasının Avusturya S.S.'deki kariyeri de sona erdiğinde İngeborg dört yaşındaydı. Büyürken, savaşın korkunç gerçeklerinden başka hemen hemen hiçbir şey öğrenmemişti:³⁸

... Avusturya'da... ulusal şuur, Anschluss ve Sovyetler Birliği ordusunun varışı arasındaki zamanı kolayca atlattı... Emekli askerler kendi aralarında Doğu Cephesi anılarını anlatabilirlerdi ama aile ortamında Nazi zamanı ile ilgili herhangi bir his, anne-babaların radyo haberlerinde duydukları üzerine birbirlerine küçük bir bakış fırlatmaktan öteye gitmiyordu. Çocuklara kendi işleri ile ilgilenmeleri söylenmişti ve bunu tekrar tekrar belirtmeye pek gerek yoktu. İngeborg'un okul kitaplarının boş sayfasında küçük bir damga vardı ve çocuklar buna dokunmayı düşünemezlerdi bile. Altında da küçük bir gamalı haç vardı. Sorulara karşı öğretmen şöyle cevap verirdi: "Onlar başka bir hükümetin işaretiydi, şimdi bizim yeni bir hükümetimiz var, şimdi Doğu Styria'nın nehirlerinin ve akarsularının isimlerini öğreneceğiz."

İngeborg on altı yaşında değişim öğrencisi olarak Amerika'ya gidip de Üçüncü Reich'in neler yaptığını ve bir zamanlar babası gibi Nazi olan insanlar hakkında dünyanın geri kalanının ne düşündüğünü öğrendiğinde şok geçirdi. Avusturya'ya döndüğünde babası ile yüzleşti:

"Savaş ne ile ilgiliydi?"

“Bu konu hakkında konuşmak istemiyorum.”

“Yahudileri gazla zehirleyip öldürdünüz mü?”

“Eğer hemen şimdi, sonsuza dek, evimi terk etmek istersen söylediklerini tekrar etmen yeterli olacak.”

Buna benzer bir şekilde, 1946’da Almanya’da doğan Bini Reichel, savaş sonrası yıllarında amnezinin (hafıza kaybı) nasıl yaygın bir hastalık haline geldiğini ve hatta savaş sonrası çocuklarını bile etkilediğini anlatıyordu... “Amnezi ulusal bir hastalık olmuştu... Herşeyi bilmek isteyen ve büyümekte olan çocuklar için burada yer yoktu. Sorularımızı ikinci plana attık, erteledik ve sonunda tamamen terkettik.” Tarih kitaplarında Nazi yılları, on-onbeş sayfalık bir bölüm halinde ve ölçülü bir kınama ile geçiştirilmişti.

Reichel da amnezinin kendisine okulda nasıl aşılandığını hatırlıyor:³⁹

Büyümekte olan bir çocuk olarak, Almanya’nın geçmişi ile ilgili bölümü nasıl idrak ettiğimi hemen hatırladım. Merakımız öyle bir ustalıkla idare ediliyordu ki, hiç soru sormamış olduğumuzun farkında bile değildik. Okuldaki tarih öğretmenim Fraulein Schubert 65 yaşında, griler içinde bir kadındı. Johann Gutenberg’e ve yüzyıllar öncesinin diğer ikonlarına göstermiş olduğu saplantı derecesindeki ilgi onu Adolf Hitler’in adını bile anmaktan uzak tutmuştu.

Reichel bu grup amnezisini yıkmak için bir teşebbüste bulundu ve savaşta yer alan bazı nesilleri araştırıp soruşturdu.

Eski bir Nazi'ye sorduğu bir soru, bu yılları kendi çocukları ile neden hiç tartışmadığı ile ilgiliydi. Eski Nazi'nin cevabı şu oldu: "Bu tartışmaların ötesindeydi. Bunun yanısıra, onlar da hiç sormadılar."

Sorulamaz -veya sorulamayacak- sorular bir lakunanın kesin belirtileridirler. Kör noktaların yaratılması baskılayıcı rejimlerin anahtar malzemesi olup, resmî çizgilerini tehdit eden bilgileri silmelerine olanak verir. Bunu yaparken kör noktalar, olaylar için bir çerçeveyi geçerli olarak tanımlarken, diğerlerini tahrip edici olarak tanımlarlar - ve hâlâ diğer olaylar, dikkatin müsaade edilebilir sınırlarının ötesindedirler. Arjantina vakasını ele alalım. Askeri cunta kontrol altındayken sorulamaz soru şuydu: Gizemli bir şekilde ortadan kaybolan yaklaşık yedi bin politik muhalife ne oldu? Demokratik bir rejim idareyi cuntanın elinden aldığı anda aynı soru, sorulan ilk soru oldu. Tabii ki bu sorunun cevabı, cuntanın kendisine direkt olarak yönlendirilen suçlamalara dikkat çekti.

Sovyetler Birliği mütemadiyen, bu gibi yasak soruşturma çizgileriyle ilgili mücadelelerin ıstırapları içindedir. Örneğin Stalin yılları sırasında, onun zulüm ve rezaletlerini gizlemek için tarih yeniden yazılmıştı. Khrushchev idareyi ele aldığı anda, Stalin'in suçlarını araştırmaları için bir komisyona yetki verdi. Bu komisyonun buldukları, açıkça ortaya serilmeyecek kadar rahatsız ediciydi. Khrushchev 1956'daki gizli bir konuşmada ve yine sonraki bir parti kongresinde bu konunun yumuşatılmış bir şeklinden kısmî olarak bahsetti. Sonra da bu raporu parti arşivlerine kitledi.

Harrison Salisbury'ye göre: "Rusya'nın bir yarısının diğer yarısını devlete hainlikten suçladığı söylendiğinde Khrushchev'in kendisi, bu ifşa edilenlerin yayınlanmayacak kadar

tahrip edici olduklarını söylemişti ve 1937-38'in tekerrür etmesinden korkuluyordu."⁴⁰ Khrushchev resmi görevinden ayrıldığında soruşturma da sona ermişti.

Yirmi yıl sonra Anton Antonov-Ovseyenko adlı bir Rus tarihçisi bu arşivlerin bazalarına ulaşmayı başarmıştı ya da tamamen kendi çabalarıyla hemen hemen aynı topraklarda yol almıştı. Meydana çıkardığı gerçekler arasında şunlar vardı: 1930 yılındaki Stalin'in yok etme davalarındaki kurbanların masumiyetleri, Stalin'in politik muhaliflerinin ölümlerindeki suç ortaklığı, Stalin devrinde yok etmeler ve infazlarla öldürülen Rusların -bunların içinde Lenin'in dul eşi ve Stalin'in kendi eşi de vardı- toplam sayıları elli milyondan fazla olabilirdi. Kısaca Stalin kendi insanlarına karşı bir katliam, bir soykırım gerçekleştirmişti.

Antonov-Ovseyenko'nun Rusya'nın geçmişi ile ilgili bu bölümleri yeniden incelemesi kendine göre gerekliydi. Bunun sebebi için Antonov-Ovseyenko şunları söylüyor: "Kıymetli bir neslin ilerleyişinde -ki bu gidiş sıklıkla geri dönüşümsüzdür- toplu yani kollektif hafızada değişimler yer alır. Önemli gerçekler, olaylar, isimler ve bütün tarihsel katmanlar kaybolurlar. Yeni nesil bir amnezi ile hayata başlar; yapay olarak indüklenmiş ve muhafaza edilmişlerdir." Bu kitap 1982'de Amerika'da yayınlanmıştır fakat Sovyetler Birliği'nde yayınlanmamıştır.

Resmî uyarlamalara uygun hale getirmek için tarihi yeniden gözden geçirme ihtiyacı, Rusya'nın geçmişini deliklerle (dolayısıyla boşluklarla) bırakmış olur. 1970'lerin başlarında burada bulunan Amerika yabancı muhabiri David Shipler şunları gözlemlemiştir:⁴¹

Sovyetler Birliği'nin sentetik tarihi, bugün bizlere sunulduğu gibi - parçaları bir araya getirip neler meydana getirdiğinden çok, neleri atladiğı ile ayırt edilir. Şimdiki taktik sıklıkla sessiz kalmaktır: O zaman yeni kurulmuş olan Komünist Parti içindeki ilk münakaşalar ve muhalefetler hakkında sessiz kalmaktır... Zorla yapılan kollektifleştirmenin sıkıntıları ve zulümleri hakkında sessiz kalmaktır; savaştan önce parti liderlerinin ve Sovyetler ordusunun en iyilerinin yok edilmeleri ve infazları hakkında sessiz kalmaktır; ... 1939'da Nazi Almanya'sı ile yapılan saldırmazlık anlaşması hakkında sessiz kalmaktır...; Sovyetler Birliği'nin Alman saldırıları için hazırlıksız olmaları hakkında sessiz kalmaktır; 15 milyar dolarlık Amerikan ve İngiliz yiyecek maddelerinin ve askerî gereçlerin, büyük bir risk altında konvoyla Murmansk'a iletilmesi hakkında sessiz kalmaktır...

1974'de şair Yevgeny Yevtushenko, Sibirya'daki bir kamp ateşinin çevresinde on sekiz yaşındaki bir genç kızın Stalin'e övgüler yağdırması üzerine düştüğü dehşeti anlatmıştı. Onun zamanında kaç insanın tutuklanıp öldürüldüğünü duymamış mıydı bu kız? Belki yirmi veya otuz, diye cevap vermişti.

Yevtushenko şunları söyler:⁴²

O an yeni neslin o zamanın trajik gerçeklerini öğrenmeleri için bugün hiçbir kaynakları olmadığını birden anladım. Çünkü bunu kitaplardan veya tarih kitaplarından okuyamazlardı. Stalinist baskı dönemi zama-

rında ölen devrin kahramanları hakkında yazılar yayınlanmış olsa da, bu insanların ölüm nedenleri hakkında sayfalar sessiz kalırlar... Gerçeklerin yerine sessizlik geçmiştir ve bu sessizlik bir yalandır.

BAĞIMSIZ BİR TOPLUMDA BİLGİ AKIŞI

Fikirler eylemleri başlatırlar. Bir toplum, otoriter çerçeveler yoluyla dikkat sahasını sınırladığı derece kadar, üyelerinin elinde mevcut olan seçenekleri de kısıtlar. Lakunalar “tehlikeli” fikirleri gömüp gizleyebilirler. Bu “içe dönüş”, Newspeak (yeni konuşma) ardındaki fikirdi. Bu, “1984”te Orwell’in kullandığı dil olup “çifte düşünce”, “gözden düşmüş kimse” gibi terimlerin doğmasına neden olmuş ve “Gözardı etmek kuvvet kaynağıdır” gibi sloganlar ortaya atmıştır. Newspeak vatandaşların ellerinde mevcut olan şemaların küçültülmesi teşebbüsünü somutlaştırmış ve böylelikle onların eylem sahalarını kontrol etmiştir.

Orwell “*Newspeak’in Prensipleri*”nin ek bölümünde prensibi açıkça ortaya koymuştur:⁴³

Yegâne dili olarak *Newspeak*’i kullanarak büyüyen bir kimse “eşit” sözcüğünün ikinci anlam olarak bir zamanlar “politik eşitlik” anlamına sahip olduğunu ve “bağımsız” sözcüğünün bir zamanlar “entellektüel olarak bağımsız” anlamına geldiğini bilmeyecektir. Sonra, örneğin, satranç hakkında hiçbir şey duymamış olan biri, “queen= vezir” ve “rook= kale”ye eklenmiş

ikinci anlamların farkında olacaktır. Onun yapma ve işleme gücünün ötesinde olacak birçok ayıplar ve hatalar olacaktır, çünkü basit olarak bunlar isimsizdirler ve bu sebepten ötürü de hayal edilemezler.

Zaman geçtikçe ve Newspeak kelimeleri devamlı ilerleyen bir şekilde dağınık bir hale geldikçe ve anlamları da daha katılaştıkça, insanların eylemde bulunma seçenekleri de daralacaktı - ya da Orwell bunu ileri sürmüştü yani bu onun fikriydi.

Bir toplumdaki bilgi akışını kontrol etmek yoluyla politik ve sosyal dünyayı düzenleme teşebbüslerinde iş başında olan paralel bir prensip vardır. Bir toplum bilgileri, sıklıkla zihnin işleyişlerine paralel olan yolları ele alır. Demokrasinin işaret ettiği şudur ki, bilgiler bağımsız olarak akarlar; özgürce konuşmayı garanti eden anayasa değişikliğinin ilk olması yerindedir.

Totaliter bir devlet, tıpkı totaliter birey gibi, gerçeğin resmî biçimini, gem vurulmamış fikir akışlarına dayanamayacak kadar kırılabilir ve nazik bulur. Totaliter bir otoritenin kontrol hakkını ispat edebilmesi için, alternatif görüş ve gerçeklerin önünü kesmesi gerekmektedir. Sansür uygulama -ki bu politik kontrolün gerekli bir malzemesidir- bir savunma mekanizmasının sosyal dengidir.

Oysa otoriter rejim, en demokratik toplumları da içine alan, bütün toplumları birbirine bağlayan sürekli bir dizinin bitiş yani uç noktasını simgelemektedir. Bir demokrasiyi sağlıklı yapan kazanılmış haklar ve çatışan seçim bölgeleri aynı zamanda ön yargılı görüş noktalarını da simgeler ve bunların her birinin kendilerine ait kör noktaları vardır.

Bu gibi peşin hükümler kaçınılmazdır: Sosyal kimlik de,

bireyi etkileyen aynı sebeplerden dolayı bu peşin hükümlere meyillidir. Şemaların doğası dikkati göze çarpıcı şeylere yönelmek ve göze çarpıcı olmayanlardan uzaklaştırmaktır. Neyin göze çarpıcı olduğu ve bunun nasıl yorumlanacağı ile ilgili olarak bir fikir tasarlamak yoluyla, şema daha en başından ön yargılı olmuş olur.

Amerika'daki yayıncılık yapısı ile otoriter devletlerdeki yayıncılık yapısını karşılaştıralım. Otoriter devletlerde, önemli kararlar veren çok az kişiye sahip olan ve devlet tarafından işletilen yayın evleri bütün yayıncılığı kontrolleri altında tutarlar. Amerika'da ise kitaplar yaklaşık bin tane bağımsız firma / yayın evi tarafından yayınlanırlar. Yaklaşık iki yüz firma işin yüzde 85'ini yaptığı halde burada bir devlet tekelinin* üretmiş olduğu tek amaçlı görüşe benzer bir şey yoktur.

Yine de bağımsız bilgi akışı prensibi ile politikacıların uygulamaları arasında, Amerikan hükümeti içerisinde gözle görülür bir gerilim vardır. Reagan hükümetinin bir noktadaki sabit fikri ile ilgili bir olayı, anayasa ile ilgili kanunlar üzerine uzman olan biri "bilgi riskleri" olarak tanımlamaktadır:⁴⁴

... halkı "yanlış" kararlara itebilecek potansiyelinden ve önceden tahmin edilemez oluşundan korkarak... bunun faaliyetleri bir görüşte köklenmiştir... bu görüş yalnızca güvenlik üzerine odaklanmaz, aynı zamanda güvenliği sır tutma ile eşit sayar ve bilgiye, kontrol edilmesi, karantinaya alınması ve nihayetinde tedavi edilmesi gereken potansiyel olarak kuvvetten düşürücü bulaşıcı bir hastalıkmiş gibi muamele eder.

* Halen yayıncılık ve basındaki bazı peşin hükümler daha az masum olabilirler. Örneğin şunlara bakınız: Herbert Gans, *Nelerin Haber Olduğuna Karar Vermek* (New York: Pantheon, 1978) ve Ben Bagdikian *Medya Tekeli* (Boston: Beacon Press, 1981)

Bu görüşün yardımıyla Reagan hükümeti dikkate değer bir oyun / hile kurdular: Buna göre bütün memurlar tarafından bir kontrat imzalanacaktı. Burada memurlardan, hayatlarının geri kalan bölümünde, yazılarını hükümetin onamasına sunmalarını talep eden sınıflandırılmış bir bilgi yer alacaktı. Bu hile / oyun dikkate değer iki madde üzerine kurulmuştu. Birincisi, Amerika Gazete Editörleri Topluluğu'nun yaptığı bir uyarıda belirtildiği gibi "1791'de İnsan Hakları Beyannamesi kabul edildiğinden bu yana, bu ülkede eşsiz bir faaliyet alanının barış dönemi sansürüdür bu."

Bir diğeri için bu, nörotik bir baskıamanın politik dengisi simgelemektedir.

Böyle bir kontrat, iş başındaki hükümetin kendininkilerle uygunluk göstermeyen görüş ve fikirleri sansürlemesine olanak verir. Anayasa ile ilgili kanunlar üzerine uzman olan Floyd Abrams şunları söylemektedir: "İdare eden / yöneten kişinin işidir bu. Önem verilmeyen ulusal endişe konuları hakkında en fazla bilgiye sahip insanlar, eleştirmeyi arzuldıkları kişilerin onaylamaları olmaksızın fikirlerini söyleme yetkisine en az sahip insanlardır.

Eleştirilerin ağzını bağlamaya yeltenmenin bu yolu -ve özellikle de iyi bilgilendirilmiş ve ifade edilmiş eleştirilerin açığa vurmadan ifade etme yoluyla iş başında olan metodlarla karşılaştırıldığında beceriksizcedir. Bunlar en küçük gruptan, bütün bir kültür veya ulusa kadar her kollektif duyarlılığın tabiatında var olan ön yargılar üzerine kurulmuşlardır.

Örneğin Sovyet politika hayatında (uzak bir yerdeki bir vakayı kullanmak daha kolaydır) politik muhaliflerin belirli bir sınıfı "ağır şizofreni" sebebiyle acı çekenler olarak kategorize edilmişler ve psikiyatri kliniklerine gönderilmişlerdir. Bu teşhise yol açtıkları sanılan belirtiler, kişinin muhalefet

etmesi ve dolayısıyla toplum düzenine aykırı biri olması gerçeğinden kaynaklanmaktadır.

Sovyet resmî görevlileri ve KGB memurları politik bir muhalif ile karşı karşıya kaldıklarında, bir teoriye göre, bir tuhaflik hissi ile çarpılıyorlardı. Bu his, muhalifler Sovyet Anayasası altındaki hakları ile ilgili olarak konuşmaya başladıklarında bir bütün haline geliyordu. Normal insanlar hiç böyle davranmazlar. Kuşku duyulan şudur ki, bu insanlar zihinsel olarak dengesiz olabilirler ve bir psikiyatrist çağrılır.

Sovyet sistemi üzerinde çalışmış olan psikiyatrist Walter Reich şunları söyler:⁴⁵

Onların teşhise ilgili yargılarını göstermek ve doğrulamak için çağrılan Sovyet psikiyatristlerinin kendileri de Sovyet vatandaşıdır. Aynı kültürde büyümüşler, aynı politik gerçekler tarafından etkilenmişler ve aynı sosyal algıları geliştirmişlerdir.

Bir psikiyatristin bir kişinin hasta olup olmadığına karar verirken gideceği yol büyük bir oranda psikiyatristin, toplumunda olağan sayılanlarla ve umulanlarla ilgili olarak yaptığı tahminlere bağlı olduğundan, muhalifle bir araya gelmesi üzerine KGB ajanının hissettiğine benzer bir tuhaflik hissedebilir - ve muhalefet eden kişinin hasta olabileceğinden şüphelenmeye devam eder.

Kısacası Sovyet psikiyatrist, muhalefeti toplum düzenine aykırı olmakla bir tutan kollektif şemaları paylaşır. Bir muhalifle karşı karşıya gelmek ürkütücü ve hatta sinirlendiricidir. Uyanan hisler, kişinin herhangi tipteki bir psikotik ile karşılaşmasında hissettiklerine benzer. Bir doktor için hazır ve elverişli bir psikiyatrik etiket yapıştırmak eksik bir adımdır.

Muhalefeti ele almak için Sovyet psikiyatrisinin nasıl kullanıldığının açıklaması cömerttir; en azından söylemek gerekirse: Bu, politik baskılanmadaki suç ortaklığı külfetini psikiyatristlerin üzerinden kaldırır; ama eğer muhaliflerin hasta olduklarına gerçekten inanırlarsa (tabi gerçekten hasta olabilirler). *

Sovyet sistemindeki bir kör noktadan uzakta olan bu görüş, genel olarak toplumlar hakkında birşey ileri sürmektedir. Fikir birliği içindeki bir görüşe uymayan görüş açıları ve gerçek tanımlamaları, tuhaflik veya yoldan ayrılma olarak azledilebilirler. Yaşam politikasında, bir toplumun aykırı görüşleri bertaraf edebilmesi ile gelen huzur -toplum gerçekte bunları gömer- bize şunu düşündürür: Bunu yapmak için gerekli mekanizma o toplumun vatandaşlarının paylaştıkları la-kunaların kümeleşmiş ağırlığıdır. Görmemeyi tercih ettiğimiz şeyleri görmeyiz ve görmediğimizi görmeyiz.

* Gerçekten de, psikiyatrinin sosyal aykırılıkları baskılamada bir araç olduğuna dair görüş, Thomas Szasz gibi antipsikiyatristler tarafından Batı psikiyatristine de taşınmıştır. Tabii ki, bir anlamda bütün psikotikler muhaliflerdir; bu insanlar düşünce bakımından aykırı oldukları ve genel olarak paylaşılan şemalardan ayrıldıkları derecede, hüküm sürmekte olan sosyal düzenin muhalifleridirler.

Sonuç

ESKİ ZAMANDAN KALMA BİR HASTALIK VE TEDAVİSİ

İçimizdeki ve aramızdaki bilgi akışının dinamiği bilhassa bir insan hastalığına işaret eder: Kaygıdan kaçınmak için farkındalığın can alıcı kısımlarını kapatır ve kör noktalar yaratırız. Bu teşhis hem kendini aldatmalara, hem de paylaşılan aldanmalara aittir. Bu hastalık hiçbir manada yeni değildir: Psikoloji üzerine beşinci yüzyıl Hindistan'ına ait bir kitap yazmış olan keşiş Buddhaghosa tamamen aynı olan bu zihin çarpıklığını *moha*, “hile / hayal” olarak tanımlıyor.¹

Buddhaghosa “hile”yi, farkındalık objesinin hatalı algılanmasına yol açan zihin bulutlanması olarak tanımlamaktadır. Bu, modern kognitif psikoloji ile her yönüyle uygun olan bir nitelendirme değildir. Onun görüşüne göre “hile”, olayların gerçek özünü gizlemektedir. Hile yanlış bakış açılarına ve görüşlere neden olur. Bir kimsenin karşılaştıklarını hatalı olarak yorumlamaya dair “makul olmayan bir dikkat”tir bu. Buddhaghosa bunun, zihnin bütün bozuk safhalarının kökü olduğunu söylemektedir.

Buddhaghosa'nın insan ifadesinin takdir edilen kıymeti ile ilgili olarak büyüleyici olan, sadece modern görüşlerle uygun

düşüyor olması değildir; aynı zamanda bu, panzehir için bir reçeteye de sahiptir. Buddhoghosa “hile”nin çaresinin, *panna* veya bir şeyin iç yüzünü kavrama olduğunu söylüyor. Bu, olayları oldukları gibi görmek demektir*. Bizim zihin modelimize göre bu, kaygıdan kaçınmak için savunma dürtüleri tarafından çarpıtılmamış idrak anlamına gelmektedir.

Bir şeyin iç yüzünü kavramanın çeşitleri pek çoktur. Bu reçetenin ayrıntıları, tedavi etmeyi amaçladığı hayallerin çeşitliliğine bağlıdır. Örneğin, Freud, zihnin nörotik (sinirsel) çarpıklıklarına çare olarak olayların iç yüzünü kavramayı yani “içe dönüşü” tavsiye ederken çok açtı. Onun önerdiği özgün (spesifik) kognitif strateji, burada ana hatları çizilen zihin modeli ile ilgili olarak çok anlamlıdır. Freud, çarpıtılmış bir dikkat tedavisinin bulutsuz bir farkındalık ile başlayacağını söylemişti. 1912 senesinde psikoanaliz uygulamaları ile ilgilenen hekimlere verdiği bir konferansta, analizi yapan kimsenin herhangi bir seçicilikten ve çarpıklıktan uzak durarak kendi bilinçaltını hastaninkine açması gerektiğini belirtmişti:²

Teknik..., bir kimsenin duyduğu herşeyi dikkate alarak, ... basit olarak kişinin bir şeye dikkat yöneltmesini ve aynı “tarafsız, geçici olarak durdurulmuş dikkat”i muhafaza etmeyi içine alır. Böylelikle... ihtiyatlı bir dikkat tatbikinden ayrılamaz bir tehlikeden kaçınırız. Bir kimse dikkatini belirli bir dereceye kadar kasten yoğunlaştırır-yoğunlaştırmaz, kendinden önce materyalleri seçmeye başlar; zihninde bir nokta belirli

* Yunan filozofları, tabii ki, içe dönüşün doğası ve fonksiyonları ile ilgili olarak hemen hemen aynı hislere sahiptiler. Plato filozofun görevini *melete thanatou* olarak tanımlamıştı (ölümün düşünceleri). Bu görev, boyun eğmez bir yaşam farkındalığına ihtiyaç duyar.

bir açıklık ile sabitleşirken, bir değerine buna uygun olarak önem verilmeyecektir. Ve kişi bu seçimi yaparken beklentilerini ve eğilimlerini takip edecektir. Fakat her nasılsa bu, kesin olarak yapılmaması gerektir. Seçim yaparken kişi beklentilerini takip ederse, zaten biliyor olduklarından başka hiçbir şey bulamama tehlikesindedir ve eğer eğilimlerini takip ederlerse, idrak edebileceklerini kaçınılmaz surette bozacaktır.

Başka bir şekilde söylemek gerekirse, terapist hastanın şemalarını kavramak için, kendi şemalarını o an için bir kenara bırakmalıdır. Aslında Freud'un önerdiği tutum, dinlemenin en saf halidir. Terapist kendi şemalarını parantez içine alırken, hastanın en doğru ifadelerini kabul eder hale gelir. Fikir itibarıyla bu, terapistin dikkat etme sırasında kendi organizasyonunu ve seçimini karşısındakine zorla yüklediği anlamına gelir.*

Bütün terapiler, bir anlamda, şema onarımına varırlar. "İçe dönüş" terapileri -ve bunlar arasında başta psikoanaliz olmak üzere- savunmalar tarafından meydana getirilen karanlık zihin köşelerine ışık saçmayı amaçlarlar. Aile terapileri de aynı görevi üstlenirler ve bir ailenin paylaşılan şemalarının içinde gömülü yıkıcı örneklere kendilerini vermeye çalışırlar. Teorileri bütün kavrayışlara önem vermeyen davranış terapileri bile, kişinin kendisini yenilgiye uğratan şemaları idare eden terapiler olarak görülebilirler.

Terapist böyle bir hizmet sunma yeteneğindedir, çünkü o, hastanın kaygı uyandıran bilgileri inkâr etme ihtiyacına ortak olmaz: Daha sağlıklı bir güvenlik ele geçirmek için,

* Gerçekte bu fikir, analistin kendisinin analiz edilmesi gerektiğini önermekten başka, terapistin dikkatsel tutumuna şekil vermeyi talep etmektedir. Bu da, Freud'un daha ileri özgün öneriler yapmadığı bir görevdir.

hastanın karşı koymuş olduğu bilgilerle onu yüzleştirerek, onu rahatsız ve güvensiz yapmaya isteklidir - daha sağlıklı bir güvenlik böyle bir tehlike verici bilgiyi özümseyebilir.

Terapistin hasta için yaptığını, yalnız bir ses grup için yapabilir - eğer grubun kör noktalarının bağlarını kırmaya istekli ise. Toplu düşünmeye karşı koymak için yaptığını önerilerde Irving Janis bir grubun bir üyeyi düzen bozucu olarak isimlendirdiğini bildirmektedir. Bu demektir ki, bu kişi olup bitenleri eleştiriler yaparak değerlendirir, itiraz ve kuşkularını bildirir. Tartışma olsun diye zayıf tarafı savunan şeytanın avukatı, grubu kendisinden saklayabilir. Onun rahatsız edici gerçeklerle yüzleşmesini temin eder ve benimsenmeyen görüşleri göz önünde tutar. Bu rahatsız edici gerçekler ve benimsenmeyen görüşlerden herhangi biri anlamlı bir karar için can alıcı derecede önemli olabilir.

Bu kayığı sallama isteği, hile / hayallere çare olacakların tümü için elzem bir özelliktir. Bu, inceleme yapan bir gazete muhabirinin, halkın şikayetlerini takip eden memurun, büyük jürinin tutumudur. Terapistin tutumu da bunlardan farksızdır. Görevlerinin üstesinden gelmek için bu kişilerin her biri, işleri huzur içinde yürütmek amacıyla saklanmış gerçekleri açığa çıkarmalıdırlar. Bunların hepsi aynı tarafsızlığa sahip olmalıdırlar; eğer bu tarafsızlıktan yoksunlarsa, bir önyargının yerine diğerini geçirme tehlikesindedirler demektir.

Aynı "içe dönüş" başka çevrelerden de gelmektedir. Örneğin sosyolog George Simmel gruba yabancı olanların veya dışarıdan gelenlerin önemini gözlemlemiştir. Simmel yabancının pozisyonunun, baştan beri o gruba ait olmadığı ve gruba yabancı görüş açıları getirdiği gerçeği ile tanımlandığını söylemektedir. O hem içeride hem de dışarıdadır. Burada onun belirli değeri yatar: Yabancılığı, grubun kendisi hakkında özel bir tarafsızlık da getirir beraberinde.

Simmel tarafından karakterize edilen yabancı sadece sosyal bir rolü tanımlamaz; aynı zamanda psikolojik bir tutumu da tanımlar. Psikolojik anlamda yabancı, grubun paylaştığı tek bir görüşe teslim olmaz - onun esas şemalarını bilir fakat onlara yaslanmaz. Böylelikle paylaşılan merceklerin bildirdiği gerçeklerin üzerindeki açıklamaları anlayabildiği halde, bununla sınırlandırılmaz.

Onun tarafsızlığı basit bir ayrılık değil fakat ilgisizlik ve ilginin, samimiyet ve mesafenin bir kombinasyonudur (bileşimidir). Tarafsızlıkta yabancıнын belirli bir özgürlüğü vardır: Algısını çarpıtabilecek veya anlayışını ön yargı ile karşılayabilecek gruba karşı hiçbir yükümlülüğü yoktur. Simmel'in de söylediği gibi: "Yabancı, pratik ve teorik olarak özgürdür; koşulları daha az önyargı ile dikkatle inceler; bunlar için ölçütleri / kriterleri daha genel ve daha nesnel ideallerdir; alışkanlık, dindarlık ve daha önceden olan olaylarla davranışlarını bağlamaz."

Onun da kör noktaları olabilse de, bunların grubunkilerle aynı olma olasılığı yoktur. Bu sebepten ötürü grup görüşünün kaçırıldığını o görebilir. İş ve ilişki safhalarında hem büyük değeri ve hem de tehditleri yatar. Janis'in de gözlemlediği gibi, bu tutumlar, grup üyesinin grubu hayallerden kurtarabilecek fikirler öne sürmesine olanak verirler. Örneğin, bu tutumun değeri, hiçbir yerlisi yöresel karışıklıktan bağımsız olmadığından dolayı başka yerlerden yargıç arayan İtalyan şehirlerinin eski adetlerinde kabul edilmiştir.

Daha önce de gördüğümüz gibi karanlık gerçekleri örtme dürtüsü, bireysel de olsa paylaşılsa da, kimliğin bütünlüğünü koruma ihtiyacından gelir. Bir grup, üyelerinden bir aldanmayı muhafaza etmek uğruna gerçeği kurban etmelerini tamamıyla talep edebilir. Bu yüzden yabancı, onları sadece gerçekler ile tehdit ediyor olsa da, o grubun üyeleri için

potansiyel bir tehlike olarak karşılarında durur. Eğer o gerçek, paylaşılan aldanmaları zayıflatan bir gerçek türüyse; konuşmak gruba ihanet etmek demektir.

Yine de doğruyu söyleyen, çağdaş ihtiyacın özünü doldurabilir. Bilginin, tarih içerisinde eşi benzeri olmayan etkili bir yer tuttuğu bir çağda yaşıyoruz; sağlam bilgi en değerli varlığımız haline gelmiştir. Bilgi bölgesinde, gerçekler faydaların en büyüğüdür. Diğer taraftan aldanmalar, değişik türlerdeki kararmış madeni paralardır.

Olayların iç yüzünü kavramada, yani “içe dönüş”te şifa verici bir şey vardır. Bilimsel topluluk -en iyi biçimde- bilgi toplama işini yaparken bu türün güçlü sistemi olarak fonksiyon görür. Ön yargıya karşı muhafızlık yapmak üzere inşa edilmiş “kendi kendini düzeltme” mekanizmaları vardır. David Hamburg Amerika Bilim İlerleme Birliği başkanı iken bilimsel topluluğun, dünyanın tartışmasız en büyük tehdidi ile -nükleer donanım birikimi- başa çıkmak için bir model olduğunu ileri sürmüştü:³

Bilimsel topluluk tek, birbirlerine bağlı, karşılıklı saygılı evrensel bir aile için türümüzün kurmuş olduğu en yakın tahmindir. Bilimsel topluluk, problemleri, başkalarını suçlayarak çözmez. Bunun yerine nesnel analizleri üzerine alır... Bilim ruhu, nükleer anlaşmazlıkla ilgili can alıcı derecede önemli problemleri yüklenecek duruma getirilmelidir.*

Tabii ki, bunları söylemek yapmaktan çok daha kolaydır.

* Bununla beraber bilim adamlarının tarafsızlıklarını idealleştirmemeliyiz. Onlar da kimi zaman, algıyı çarpıtan sosyal güçlere karşı hassastırlar.

KENDİNİ ALDATMANIN TESİRLERİ

Benim tezim, kendimizi aldatmada bize usta ve hünerli bir kapasitenin kısmî olarak yön verdiği ile ilgiliydi. Bu vasıta ile tehlike verici gerçeklerle yüzleşmek yerine ilgisizlik içine batırız. Kendini aldatmaya karşı olan bu eğilim ve karşılıklı hileli sözler psikolojik ve sosyal hayatımızın yapısına yayılır. Bunun fazlasıyla yayılması, kendini aldatmanın, evrimde faydalarını kanıtlamış olabileceğini hatıra getirmektedir. Her nasılsa bir nebze hile, zaman içerisinde türlere faydalı olmuştur. Üstelik bunun birey için bedeli çok büyük olabileceği halde.

Daha önce de gördüğümüz gibi bilinç, birbirlerine bağlı halkalar ve izlerle bir paralellik boyunca ilerler; bunların çoğunluğu farkındalığın dışındadır. Farkındalık, zihin içerisindeki bilgi akışının son durağıdır -ve her zaman gerekli bir durak değildir-. Nelerin farkındalık alanına girmesi gerektiği ve nelerin girmemesi gerektiğine dair can alıcı derecede önemli kararlar bilinçsiz zihinde yani bilinçaltında verilirler. Böylelikle bu gerekli insan yeteneği, kendi kendine farkında olma, beraberinde kendini aldatma kapasitesini de getirir.

Bilinçsiz zihin için hilekâr bir kimse gibi hareket etmek kolay bir adımdır; bu, belirli bir davranışa uyum sağlanması

için zihnin uyanık kısmını ikna etmeye niyetli ön yargılı gerçekler düzenini, farkındalığın iradesine bırakmaktadır. Başka şekilde söylemek gerekirse bilinçaltı, tıpkı bir kuklacının kuklalarını eliyle idare etmesi gibi bilinçli zihni idare edebilir. Zihin neden bu biçimde tertip edilmelidir?

Bazı sosyobiologlar hipotez olarak, kendini aldatmanın insan evriminde büyük bir rol oynadığını -ve büyük ölçüde olumlu bir roldür bu- ileri sürmüşlerdir. Örneğin bir tartışmada, genetik olarak en başarılı erkek -ki bu, en fazla soya sahip olan ve dolayısıyla gen havuzuna daha fazla katkıda bulunandır- çoğu kadını dölleyen kişidir. Bunu yapmadaki en iyi strateji, bu kadınların her birini ona bağlı olacağına dair inandırmak ve birleşmelerinden doğan çocuklarını yetiştirmeye yardım etmektir. Erkeğin maksatı kadınla seks yapmak ve onu terk etmek olduğundan, bu bir yalandır. Tartışmanın gidişine göre eğer erkek sadakat inancında içten ise başarılı olma olasılığı da yüksektir. Bunun için en iyi şans kendi yalanlarına inanmaktır - bu da öncelikle kendini aldatmaktır.

Kendini aldatmanın evrimsel tesirleri için bu tartışmanın pek çok varyantı vardır. Bir başkasında, iki kuramsal tarih öncesi avcı ve toplayıcılar, verimsiz savunma alanında meyve veya bazı küçük hayvanları aramaktadırlar. Biri, diğerini uzak bir tepede daha iyi yiyecekler temin edebileceğine dair inandırır. Oysa gerçekte en iyi şans, o anda buldukları yerdedir. Sadece tek bir kişiye yetecek kadar yiyecek bulunan bir yerde iki kişi yiyecek arıyorsa, içlerinden biri diğerini başka bir yerde yiyecek aramaya ikna ederek hayatta kalma şansını artırabilir. Bu yüzden bu yalan, etik olmadığı halde, çok büyük bir genetik değere sahiptir.

O an için, bu gibi yalanların faydası ve daha ileri safhalarda bu yalanlara inanmanın faydası garanti olarak aşikâr hale gelir. Bir sosyobiyoğun söylediği gibi: “Eğer bir kimse kendi güdülerinden yeterli derecede habersiz ise, biyolojik olarak bencil olmak ve hâlâ içten gözükmek hiç de zor değildir.” Başka bir biçimde söylemek gerekirse, ‘bir kimsenin iyi bir yalan söylemesi için öncelikle kendi yalanlarına inanması gerekmektedir gerçeği’ modern bir satış memuruna veya politikacıya tesir etmemesi gereken bir kuraldır bu.

Bu, evrimdeki kendini aldatmanın her zaman başkalarını zarara sokmak amacıyla olması gerektiği anlamına gelmez; bu, sosyal bağları kuvvetlendirebileceği gibi onları idare de edebilir. Gerçekten de, gelişimsel psikolog olan Kenneth Kaye, ebeveyn-bebek etkileşimlerini konu olan bir çalışmada şöyle bir sonuca varmıştır: “Bir bebek, bir kişiden daha fazla bir biçimde organizmadır; birinci senesinin son zamanlarına dek ne bir zihni vardır, ne de bir birey sayılabilir. Fakat... yetişkinler, bebekleri iletişim kuran arkadaşlar olarak yetiştirme oyununu oynarlar.”

Bebeği ile, onun kendisini anladığını düşünerek konuşan bir anne kendini kandırıyor olabilir. Fakat onunla bu yolla etkileşim kurarak -göz göze gelerek, jestler yaparak, yüz ifadeleri ile konuşarak ve ses tonuna özel anlamlar yükleyerek- anne, çocuğun bütün bunları derece derece anlamayı öğrenmesinde ihtiyaç duyduğu deneyimleri ona vermektedir. Eğer anne, çocuğunun anladığını düşünerek hareket etmezse, onu bu can alıcı derecede önemli deneyimlerden mahrum bırakmış olabilir. Ebeveynlerin gerçekte göründüklerinden çok daha fazla şey biliyormuş gibi, muamele ettikleri bebeklerinin özel öğretmenleri olma oyununu oynamaları, olumlu bir hata olarak evrimin gelişimi için iyidir. Kaye’ye göre bu yolla, bebek ihtiyacı olduğu dersleri kesin olarak alır.

Kendini aldatma, erdem sahibi hareketlerin bütün türlerine yol açabilir. Örneğin, Miami'den Houston'a gitmekte olan 925 sayılı Pan Am uçuşundaki Spicer Lung'un kahramanlığını göz önüne alalım. Gazete raporlarına göre Mr. Lung, uçağın Küba'ya kaçırılma teşebbüsünü ortadan kaldırmıştır.

Uçak kalktıktan yaklaşık yirmi dakika sonra uçağın içerisinde bir kargaşalık çıkmıştı. Silahı olduğunu iddia eden bir adam uçağın Küba'ya doğru yönlendirilmesini talep etmişti. Uçağın içindeki 121 yolcudan biri olan Mr. Lung fırlayıp harekete geçti.

"Bu uçağı ancak benim ölü bedenimi çiğneyerek ele geçirebilirsin" demişti uçağı kaçırana Mr. Lung; on beş yaşındaki oğlunun da yardımıyla adamı etkisiz hale getirdi. Sonradan adamın aslında silahı olmadığı ortaya çıkmıştı.

"Kendimi bir kahraman olarak görmüyorum ve bir kahraman olarak adlandırılmak istemiyorum" demişti Mr. Lung sonradan, "Ben sadece sıradan bir insanım."

Amerika Birleşik Devletleri'nde yaşayan bir Nikaragualı olan Mr. Lung şunları eklemişti: "Küba'ya gitmek istemiyordum. Sadece onu durdurmak için birşey yapmak zorundaydım. Silahlı olup olmadığından emin değildim ama silahtan korkmuyorum."

Üstünlüklerin mantıklı olarak tartışılmasının herhangi bir şey yapma karşısında tartışılabileceği bu gibi kahramanlık anlarında yiğitlik, "silahtan korkmuyorum" sözlerinde toplanan kendini aldatmanın çeşitlerine bağlı olabilir. Aynı olumlu kendini aldatmanın günlük olağan şekli, daha kuvvetli bir rakibe karşı sayı kazandıktan sonra kendinden emin bir tavır takınan tenis oyuncusunda görülür. Ya da satış için, çetin geçecek bir telefon konuşması yapmadan önce kendisiyle

moral verici bir konuşma yapan satış elemanında görülür; bu anlarda üstünlüklerin mantıklı olarak tartılması göz korutucu olabilir.

İnsan evrimi boyunca bu gibi kendini aldatmalar cesaret ve yiğitlik, bağlılık ve paylaşma veya rakip çaba eylemlerini teşvik edebilirler. Bunların tümü bu uzun koşuda, zaman içinde türlerin yararı için çoğalmışlardır. Bu kapasitenin fazla miktarı sezgilerimizin bizden daha çok şey bildikleri anlarda olduğu gibi halen bir nimet olabilir ve bizi doğru bir karara doğru yönlendirir.

Bütün algı eylemlerinin bir seçim eylemi olduğunu gördük. Evrimde, bir tür olarak hayatta kalmamız kısmen kurnazca seçim yapma yeteneğimize ve kurnazca kendimizi kandırmamıza bağlı olabilir. Fakat bilinçsiz zihnin bilince yol gösterme kapasitesi geri tepebilir. Bu kendini aldatma gücü bizleri kaygıdan korumak için seferber edildiği zaman problem başlar: Kör noktaların tuzağına düşerek avlanırsınız ve bilmemizin daha iyi olacağı bilgi bölgelerinden habersiz olarak kalırsınız; o bilgi bazı acılar getirirse bile...

HAYATİ YALANLAR VE BASİT GERÇEKLER

Hoş olmayan gerçekleri zihnin dışarısına çıkarmaya karşı hemen hemen bir yerçekimi vardır. Ve acı verici gerçeklerle yüzleşmedeki toplu / kollektif yeteneğimiz, kişisel yeteneğimizden derece olarak daha büyük değildir. Kulaklarımızı tıkırız, başka tarafa yöneliriz, kaçınırız. Sonunda unuturuz ve unuttuğumuzu unuturuz. Bir lakuna acı gerçekleri saklar.

Auschwitz ve Buchenwald'i atlatan Elie Wiesel "Hafıza bizim koruyucu siperimizdir; bizim yegâne siperimizdir" diyor. Ona göre, sadece acı verici geçmişin farkındalığa getirilmesi onun yinelenmesine karşı aşılama sağlayabilir. Ama bu gibi hatıralar bizlere İhtiyar Denizci gibi ulaşırlar; bize aksi takdirde duymayı isteyebileceğimiz hikâyelerden daha acı hikâyeler anlatmak için bizi alıkoyarlar.

Buna rağmen, bu gibi hikâyelerin anlatıcıları, rahatsız edici gerçeklerin kolayca unutulmaları için gerekli bir doğrulayıcı sunmaktadırlar. Tanıklığı, New York şehri polis güçlerindeki yozlaşma tabakalarını açığa vuran gammazlar -Frank Serpico gibi- yanlış giden işlerin içeriden biri tarafından açığa çıkarılmasına bir örnek teşkil ederler. Nader's Raiders gibi yolsuzluklara karşı bekçilik yapanlar aynı işi grubun dışından birinin seyretme noktasından yaparlar. Ve Dwight

Eisenhower gibi grubun dışındaki kimseler haline gelen içe ait kişiler -Eisenhower başkanlığının sonunda askeri-endüstriyel komplekse karşı uyanlarda bulunmuştu- birdenbire işlerin nasıl yanlış gittiğini anlatmaya istekli olurlar, *çünkü* artık grubun içine ait değillerdir.

Bu zamanlar, yeni bir Amerikan türünün meydana gelişini gördüler; kahraman olarak doğruyu söyleyen kişinin... Bu tarz için en iyi örnek gammazlardır. Bu genellikle çok sıradan bir kişidir ve her nasılsa bazı yolsuzluklar hakkında gerçekleri söyleme cesaretini kendisinde bulur. Bunu yaparken kendisini hem sessiz bırakan ve hem de kör noktalarını açıkça ortaya koyduğu gruba onu bağlayan paylaşılan lakunaları bozar. Bunun için ödediği bedel, grupların, her zaman ihanet eden hainlerin üstesinden geldikleri şehitliktir.

Örneğin, Bill Bush, Alabamalı bir uçak mühendisi olup, Ulusal Aerodenizcilik ve Uzay İdaresi adlı işverenine karşı bir dava açmayı seçmiştir. İşin adamı kendi gibi yaşlı mühendisleri yıldırıp morallerini bozmak amacıyla onları alışılmadık görevlere veren gizli ve keyfi bir politika olduğuna dair suçlamada bulunmuştu. Böylelikle yaşlı mühendisler erkenden emekli olacaktı. Sonunda federal bir yönetim Bush'un suçlamalarını kanıtladı ama rütbesi indirilip işten çıkarılma ile tehdit edildikten hemen sonra.

O günden sonra Bush, benzer eylemler tasarlayan diğer kişilerin destek ağları için merkez haline geldi. Ona özenen gammazlar her yerden ona telefon ettiler ve mektup yazdılar. "İnsanlara söylediklerimde çok dikkatliyim" demişti bir gazeteciye Bush. "Acı çekmeye hazırlıklı olmalılar ve bunun aileleri ve arkadaşları için bir felâket olabileceğini bilmeliler. Onlara sade ve basit bir biçimde, gerçeği söylemenin çok tehlikeli olduğunu anlatıyorum."

Hoş olmayan gerçekleri susturan ve işleri karıştırmayı zorlaştıran sessiz anlaşmaları kabul etmek kolaydır. Fakat toplumlar, gömülü çirkinliklerin ağırlığı ile mahvolabilirler. Gammazların ve kanunsuz işlere karşı tetikte olan kişilerin güzelliği, toplu inkârın atalet çekimine karşı bir denge unsuru olarak faaliyet göstermeleridir.

Yine de, bu bir uyarı işaretidir. Benim tahminlerimce, türlerin gelişiminde ve uygarlaşmada, kaygıdan sakınmak için farkındalığın sesini kısmak bir boyuta kadar faydalı ve hatta gereklidir. Fakat her doğal örnek gibi bu da daha büyük bir bütünün dinamik dengesi içerisinde işler. Gregory Bateson bana şunları söylemişti: “Oksijen, uyku, psikoterapi, felsefe... Ne olursa olsun toksik yani zararlı olan herşeyin ötesinde her zaman optimal (uygun) bir değer vardır. Biyolojik değişkenler her zaman dengeye ihtiyaç duyarlar.”

İnkâr ve gerçek arasında da bazı optimal dengeler mevcut olabilir.

Bütün gerçekler söylenmeli mi? Büyük bir olasılıkla hayır. Örneğin, Theodore Lidz, annesini romantik çekiciliği ve verimli biri olarak idealleştiren on beş yaşında bir genç kız olan hastasını anlatıyordu.⁴ Annenin gelişmekte olan bir sigorta işi vardı ve sanatçı olan babanın yetersiz kazancını fazlasıyla karşılıyordu. Anne kızına en mükemmel giysileri alabiliyor ve onu kış tatillerinde güneşli yerlere gönderebiliyordu.

Ama sonradan genç kız annesinin işinin aslında görüldüğü gibi olmadığını farkına vardı. Annesinin yegâne sigorta müşterisi çok zengin bir sanayiciydi. Güney tatillerinde bu sanayici aynı otelde kalıyordu. Sonunda genç kız, haftanın her bir veya iki gecesinde annesini evden uzak bırakan bu “iş gezilerinin” aslında bu sanayici ile buluşma zamanları

olduğunu anladı. Küçük çevrelerindeki diğer insanların pek çoğu bu anlaşmanın farkındayken babası farkına varmamayı beceriyordu. Genç kızın ebeveynleri hakkındaki imgeleri paramparça olduğunda tepkisi, rastgele ve aşırı derecede cinsel ilişkide bulunmak olmuştu; psikiyatrik yardım için getirildiğinde bu vaka Lidz'in dikkatini çekmişti.

Buluğ çağındaki birinin ebeveynlerinde kusur bulmak için yaptığı araştırmalar bunun gibi hayal kırıklığına uğraticı bir gerçeğin keşfi ile sonuçlanırsa Lidz bunun sonucunun, fazla pahalıya mal olan ve büyük kayıplarla kazanılan bir zafer olduğunu söylüyor: "Buluğ çağındaki genç kişi yetişkin olmayı kavramaya çalışırken somut modellere ihtiyaç duyar. Aslında ebeveynlerini gerçekten yıkmak istemez; onun öz saygısı ebeveynlerinininkine bağlıdır. Bu ideali yok ederek, genç kişi kendisine zarar verir."

Ibsen'in oyunlarının çoğunda bu gibi aile sırlarının ve yalanlarının çok önemli bir rolü vardır. Ibsen bu umutsuz edebî hikâyeler hakkında şunları söylemiştir: "Sıradan bir kimseyi hayati yalanından yoksun bırakırsanız, aynı zamanda onun mutluluğunu da çalmış olursunuz." Yine de hayati yalanlara tutunmak aynı derecede trajik olabilir; tıpkı *Tezgahtarın Ölümü*'ndeki Willie Loman gibi.

Yetmişli yılların başlarında pek çok terapistin içinde bulunduğu durum, tam anlamıyla yüzleşmenin tedavi edici olduğuna dair bir inancı teşvik eden bir ruh haliydi. Will Schutz, Esalen'deki seminerlerinde çiftleri, bayat evliliklere panzehir olarak birbirlerine üç tane sırlarını söylemeleri için yönlendirmişti. Yeni yetişen aile terapistleri Virginia Satir'in "Tamamen yalansız olmanın büyük bir iyileştirici gücü vardır" sözlerinden oluşan iman ikrarı ile yollarına devam etmişlerdir. Tedaviye giden yolda aile hayaletlerini, gömülü

iskeletleri, sırları ortaya çıkarmaya çabalamışlardır. Hastaların, karanlık yanlarını güven içinde yalnızca terapistlerine açıkladıkları geleneksel terapileri küçük görmüşlerdir.

Kültürel iklim, olgunlaşmamış ve tecrübesiz “kendini açığa vurma”ya cesaret vermiştir. Amerikalılar yüksek mevki-lerdeki gizlere karşı tepki gösteriyorlardı - uydurma yarışma programlarına, Güneydoğu Asya’daki gizli savaşa, Watergate’e... Grup terapistleri, çarenin, kendini açığa çıkarmada yattığı ile ilgili sözler söylemeye devam ediyorlardı.

Bugün geçerli olan görüş daha ağırbaşlıdır. Yine de “gerçeğin”, insanların psikolojik savaşlarındaki bir başka yayılım ateşi olabileceğinin farkına varılması -bu, rahatsız edici duyguları dışa vurarak onlardan kurtulmak yerine nörotik bir stratejidir- terapistler arasında daha fazla kabul görmektedir. Örneğin, aile terapistlerinde, ailenin dengesini burun buruna çarpışmaya davet etmek yerine, paradoks judosunu ve küçük değişiklikleri, insanları ilerlemeye doğru yavaş yavaş hareket ettirmek için kullanmaya dair gelişmekte olan bir hareket vardır. Cevapların ne kendinden memnun kendini aldatmada, ne de apaçık kendini sergilemede yattığı apaçık ortadadır.

Franz Boas “insanoğlunun insanlık için yapabileceği tek şey, tatlı da olsa acı da olsa, gerçeği daha öteye götürmektir” demişti. Bu doğru olabilsé de o gerçeği usta bir biçimde söylemek hassas bir meseledir. Gerçeğin, acı veren bilgileri dışarıda bırakan örtüleri çekip açma olasılığı olduğu zaman tehlikeler çok büyük olabilir.

Tartışmamız acı ve dikkat arasındaki değiş tokuş için nörolojik bir model olan bedenin acı sistemi ile başlamıştı - bu davranışsal organizasyonun her bir diğer seviyesinde izini sürdüğümüz bir değiş tokuştur. Acılar için yapılan cerrahi

işlemlerden öğrenilecek dersleri göz önüne alalım.

Bir hasta kronik ve kolay kontrol edilemeyen bir acıdan yakınıyorsa ve başka hiçbir şey ona yardım edemeyecekse, hekimi cerrahi müdahaleyi önerebilir. Bu bazen çok işe yarar. Bazen işleri daha da kötüleştirir. Son on veya yirmi yıl içerisinde acı sisteminin nörolojik olarak anlaşılması çarpıcı bir biçimde artmış olsa da, bu sistemin garip davranışları hakkında öğrenilecek daha pek çok şey geride kalmıştır. Cerrah en tehlikeli şeye sahiptir; çok az bir bilgiye...

Bu yüzden kolay kontrol edilemeyen acıları durdurmak için yapılan belirli cerrahi teşebbüslerin çok mutlu edici sonuçları yoktur. Omurilik ve beyin sapından talamus ve kortekse kadar acı sisteminin herhangi bir yerinde bir lezyon yani doku bozukluğu gerektiren bir ameliyat, "merkezi acı" olarak adlandırılan kötü bir duruma yol açabilir. Bu ağrı, merkezi acı kurbanlarının daha önce hissetmiş oldukları başka ağrılardan çok farklıdır. Bu acı türünün hoş olmayan ve benzersiz özellikleri vardır: "Kendiliğinden meydana gelen ağrılar ve yayılan acılar, uyuşukluk, soğukluk, ağırlık, yanma ve düşüncelerini en açık şekilde ifade edebilen hastaların bile anlatmayı güç buldukları diğer huzursuz edici duyumlar."⁵

Merkezi acı ortaya çıktığında bu genellikle, ameliyatın orijinal acıyı ortadan kaldırmasından sonraki bir zaman içerisinde gelişir. Buradaki ironi tabii ki, merkezi acının, acıları hafifletme niyeti ile yapılan cerrahi işlemler sonucunda ortaya çıkmasıdır. Acıları kaydeden ve onlara tepki veren nöral mekanizmaların karmaşık, çapraşık ve incelikle dengelenmiş olmaları problem teşkil eder. Buradan alınacak ders uyarıcı niteliktedir: Bir şeyi değiştirerek onun bozulmasına yol açmak, isteyerek yapılmış olsa bile, işleri daha da kötüleştirebilir.

Bu ders, genel olarak, acı verici gerçeklerin inceliklerine uygulanmaktadır. Örneğin, diplomaside bu gibi gerçekler sıklıkla, maharet isteyen bir belirsizlik ile ele alınırlar. Bu sebepten ötürü Richard Nixon ile başlayan Amerika ve Çin bağlarının normalleşmesi, Amerika'nın milliyetçi Çin ile arasındaki bağların bulanıklığına dayanmaktadır. Sonradan bir başmakalede yazıldığı gibi:⁶ "Her iki taraf da gerçek konuların ve olayların baskısının eninde sonunda belirsizliğin başanlı örtülerini değiştirmeleri için onları zorlayacağını anlamıştı. Deneme yoluyla öğrenme zamanı geldiğinde, süregelen ilişkilerin görünür avantajlarının hoş olmayan gerçeklerin acılarını dengelemeleri onların umuduydu."

Perdeleri çekmek ve acı veren gerçeklerden korunmak arasındaki denge çok ince olup hemen göze çarpmayan bir dengedir. Bu yüzden Janis, tartışma olsun diye zayıf tarafı savunan kimsenin toplu düşünceyi karşılayabileceğini ileri sürdüğünde, bu gibi bir savunmanın temsil edebileceği grup birliğine tehdit oluşturan unsurlara karşı uyarılarda bulunmak için acele etmektedir. Aynı görüşte olan kimse, grubun faaliyet göstermesine olanak veren fikir birliğini yıkabilir.

Bu halen ustalık isteyen bir iştir. Janis 1971'de kitabını yazdıktan sonra, tartışma olsun diye zayıf tarafı savunan kimsenin yani şeytanın avukatını işaret etme fikri yayıldı; öyle bir noktaya dek yayıldı ki, bu bazen içi boş, çökük bir âdet olmuştur.⁷

Örneğin Başkan Johnson ve onun Salı Öğle Yemeği Grubu'nun önde gelen üyeleri, Kuzey Vietnam'a karşı olan savaşı şiddetlendirmeye karar verdikleri her defasında aralarında şeytanın avukatları olduğunu iddia ettiler. Ama bu şeytanlar pek şeytanca değildiler... Hemen

evcil hale getirildiler, onun ve grubun diğer ileri gelen üyelerinin kabul edilebilir karşıt düşünce olarak saydıkları sınırlar içerisinde kaldıkları sürece başkan onların kendi düşüncelerini söylemelerine izin verdi.

“Kabul edilebilir karşıt düşünce” tabii ki gerçek bir karşıt düşünce değildir. Paylaşılan şemalar buna yol gösterirler ve bu, paylaşılan hiçbir aldanmayı mücadeleye davet etmez.

Halen bir başka güçlük mevcuttur. Bu güçlük Gregory Bateson tarafından gözlemlenmiştir. Benimle yaptığı bir konuşmada Bateson, 1947 senesinde Robert Oppenheimer’in kendisine anlatmış olduklarını bana aktardı:

Dünya çok büyük bir hızla ve muhtemelen pozitif bir ivme ve pozitif bir ivme değişimi oranı ile cehennem yönünde hareket etmektedir; hedefine ulaşamayabileceği yegâne durum, bizim ve Rusların onun oraya gitmesine izin vermeye gönüllü olmamızdır.

Bateson ayrıntılı bir şekilde şunları anlatmıştı: “Bir sonraki savaş korkusuyla attığımız her adım gerçekte onu acele ettirir. Rusları kontrol altına almak için silahlar donanıyoruz ve onlar da aynısını yapıyorlar. Gerçekten de kaygı, korktuğu şeye sebep olur ve kendi felâketini yaratır.”

Öyleyse sadece sırtımızı yaslayıp hiçbir şey yapmamalı mıyız? “Onu kontrol etmek için oynadığınız politikalar hakkında adamakıllı dikkatli olun. Biçim düzeninin tamamını bilmiyorsunuz; bildiklerinizle, elinizde mevcut olanı sabitleştirmeye çalışarak bir sonraki dehşeti yaratabilirsiniz.”

Öyleyse ne yapmalıyız?

Bateson’un uyarılarına rağmen faaliyetlerde bulunmalıyız. Kör noktalarla yarılan bir hassasiyetin bize kılavuzluk

etmesine izin vermek -ki bu gerçeklerden sakınmak için kaygılı ihtiyaç tarafından çarpıtılmıştır- felâkete doğru ivme oranımızı artırmak demektir. Gerçekler, eğer bir çıkış yolu bulabileceksek söylenmelidirler. Doğrusu aramızdaki sağduyunun açık ve güçlü sesi bizim son ve en iyi umudumuz olabilir. Uyarıların eylemleri felç etmelerine, olayları oldukları gibi görüp anlatmamızı engellemelerine izin veremeyiz. İçimizden akıp gelen bir nasihate ihtiyacımız var; “içe dönüş” tedavi edicidir.

İyi niyetle kendini korumadan kaynaklanan kör noktalarla, çirkin hileler ve tuzaklardan kaynaklananlar arasında emin olunuz ki esaslı bir fark vardır. Gerçek, ahlâki çirkinlikleri koruyan sessizlik komplosunu bozacak bir tehdit teşkil ettiği zaman seçim apaçık ortadadır: Doğruyu söylemek veya komploya katılmak.

Fakat daha önce de gördüğümüz gibi bazı kör noktalar acı veren gerçekler karşısında hayatta kalmamıza yardım ederler; bunlar insan koşulunun kaçınılmaz ve gerekli parçasıdır. Sorunlardaki kör noktalar aslında iyi huylu olabilseler de -ve hatta olumlu olabilseler de- eylemlerin gidişi ve faaliyet yönü açıkça belirtilmemiştir. Öyleyse yine, insanın durumu tipik olarak öylesine karmaşıktır ki, hangi yalanların hayati oldukları ve hangi gerçeklerin keşfedilmek için yalvardıkları açık değildir. *Tezgâhtarın Ölümü* içinden çıkamadığı yalanlarla aldatılarak felâkete doğru sürüklenen Willie Loman’ın haykırışı şöyledir: “Dikkat edilmelidir!”

Fakat nasıl? Ve neye? Tehlikede olan hassas dengelerle nasıl ilerleyebiliriz?

Allen Wheelis’in 1966 yılında yazdığı “*Hayali Olmayan Adam*”⁸ adlı kısa, alegorik hikâyesini ele alalım. Hikâye şöyle başlar:

Bir zamanlar hiçbir şey hakkında hiçbir hayali olmayan bir adam vardı. Henüz beşikteyken annesinin her zaman merhametli ve sevecen olmadığını öğrenmişti; iki yaşında peri masallarını bıraktı; cadılar ve gulyabaneler üç yaşındayken onun dünyasından kayboldular; dört yaşında tavşanların yumurtlamadıklarını biliyordu ve beş yaşındayken, soğuk bir Aralık gecesinde dudaklarında küçük ve acı bir gülümseme ile Santa Claus'a hoşçakal dedi. Altı yaşında okula başladığında, rüzgar fırtınasında uçuşan tüyler gibi hayaller de onun yaşamından uçup gittiler: Babasının her zaman cesaretli ve hatta dürüst olmadığını, başkanların değersiz ve önemsiz insanlar olduklarını, İngiltere Kraliçesi'nin de herkes gibi tuvalete gittiğini, gamzeli ve yuvarlak yüzlü genç ve hoş bir kadın olan birinci sınıf öğretmenin zannettiği gibi herşeyi bilmediğini ve sadece erkekleri düşünüp başka hiçbir şey bilmediğini keşfetti... Genç bir erkek olarak en cömert davranışın kendine hizmet etmek olduğunu, en tarafsız sorgunun ilgi uyandırdığını ve yalanların basmakalıp sözlerle söylendiklerini anladı. Hayallerini kaybeden bütün insanların içerisinde o, hem tabularını hem de reçetelerini herkesten çok kaybetmişti; herşey olanaklı hale geldiğinde de, geride değerli olan hiçbir şey kalmamıştı.

Wheelis'in kahramanı hayallerle dolu olan bir kadınla evlenir. Evlenmek üzerelerken ona şunları söyler:

Tanrı orada olmayacak tatlım; kadınlar kendi kayıp gençlikleri ve masumiyetleri için gözyaşı döküyor olacaklar, erkekler de seni yatağa atmaya isteyecekler ve

bizim biraz yukarımızda ayakta duran papaz ağzı kurumuş olarak göğüslerinin arasına bakıyor olacak...

Hikâyenin sonuna kadar Henry -hayali olmayan adam- ve karısı Lorabelle oldukça yaşlanırlar. Henry, hayalin hayata hem huzur hem de anlam verdiğini o zaman görür.

... var olmayan bir güzellik veya gerçeklik veya iyilik veya aşk koşulu için çabalarken kendini görebilmektir. Oysa hayatının erken dönemlerinde her zaman “Bu bir hayal” demiş ve başka bir tarafa yönelmişti. Şimdi “Hayalden başka hiçbir şey yok” diyor ve bununla yetiniyordu... Ve artık ölüm zamanı gelip de Lorabelle “artık hiç ayrılmayacağız” dediğinde Henry ona gülümsemiş, onu öpmüş ve kendi kendine şöyle söylemişti: “Başka hiçbir şey yok” ve ölmüşlerdi.

Sonra yine Dalai Lama hakkında anlatılan bu hikâyenin (uydurma olduğundan hiç kuşku yoktur) vardığı noktaya göz atalım:

Lhasa’da, ana manastırın basamaklarında toplanıp teolojik konuları tartışmak keşişlerin gelenekleriydi. Her biri sıra ile dinsel bir bilmeceye cevap verirdi. Sorular çok uzun zaman önce tespit edilirdi ve eski zamanlardan beri ezberlenen cevaplar hep aynıydı.

Dalai Lama içinde bulunduğu zor durumdan ötürü her sene, bir kez, toplanan keşişlerden önce orada bulunur ve sorunun âdetini gözden geçirirdi. Özel öğretmenleri, onların seçtikleri bir soruyu ona sorması için bir keşiş seçerlerdi ve bu sorunun cevabı iyice prova edilmiş olurdu. Soru ve cevabı önceden bilindiği halde, orada toplanmış olan keşişler

onun cevabı karşısında soluk soluğa kalırlar ve hayrete düşerlerdi.

On üçüncü yılında, soru ayinleri yaklaşmaktayken Dalai Lama en sonunda bunun artık yeterli olduğuna karar verdi. Kendiliğinden oluşun sahte gösterisinden ve tahminen, prova edilmiş tepkisini takip edecek hayretler içindeki nefes kesilmelerinden endişe duydu - bu, kimsenin gerçekten anlamadığı ezbere bir cevaptı.

O yılın sorusu: "Nehirler yağmur yağarken bir kuşa nasıl cevap verirler?" idi.

Cevap ise şöyleydi: "Kar yağışına dönerek."

Dalai Lama yalan solukları sonsuza dek susturacak, âdetlerle ilgili nezaketin örtüsünü delip geçecek orijinal bir cevabı şevkle arzuluyordu.

Engin ve esaslı bir tepkiyi / yanıtı daha fazla aradıkça, gözleri daha çökük ve alnı daha kırışık bir hale geldi. Gece den geceye huzursuzca uyanık kaldı ve günden güne sadece doğru cevap için mücadele etti. Birkaç hafta içinde genç bir erkekten yaşlı bir adama dönüşmüş gibi görünüyordu. Sonunda, derin bir melankoliye düştü.

Tayin edilen günde vekilini çağırdı. Vekil, genç Lama'nın yıpranmış görünümünü karşısında şaşkına dönmüştü. Dalai Lama artık boğum boğum olmuş ve kurumuş bir kabuğa benziyordu.

"Artık âdet edinilmiş sorular olmayacak" dedi Dalai Lama rahatsız edici bir biçimde. "Sadece yeni bir sorunun ortaya atılmasını istiyorum. Beni hayrete düşürmeyecek ama olayları, gerçekte dünya üzerinde oldukları gibi farketmemizi sağlayacak bir soru olmalı bu. Ve herhangi birinin, benim cevabım karşısında soluğunun kesilmesini kesinlikle yasaklıyorum."

Kuruyup buruş buruş olmuş Dalai Lama, toplanmış keşişlerinden önce ortaya çıktığında herkes gördükleri karşısında sessizce hayrete düştü, ama görünüşte kendilerinde olduklarını hissini vermeyi becerdiler. Fakat tek bir keşiş bile yeni bir soru düşünemiyordu. Hiçkimsenin sorulmaya uygun bir sorusu yoktu.

Gün boyunca ve kristal siyahı gece içinde sessizce hep birlikte oturdular.

Sonunda genç keşişlerden biri ürkek bir sesle sordu: “Üşümediniz mi, Efendimiz?”

“Evet, üşüdüm” oldu Dalai Lama’nın cevabı. “Hepimiz üşümedik mi?”

“Evet Efendimiz, biz de üşüdük” diye cevapladı keşişler.

“Öyleyse” dedi Dalai Lama “içeri girelim.”

Keşişler, sıcacık bir şekilde yanan yağlı lambalarla, toplantı salonunda yeniden toplandıklarında Dalai Lama yeniden sağlıklı ve genç görünümüne dönerek tahtına geçti.

“Sahip olmamız gereken soru ve cevap türü işte bu!” derken, gülümsemelerin en engini ile gülümseyen, herkesin tanıdığı aynı insan olmuştu yeniden.

İki kutup arasında bir yerlerde - hayati yalanlarla bir hayat yaşamak ve basit gerçekleri söylemek - marifetli bir ortalama yatmaktadır; bu da akli başında olmaya ve hayatta kalmaya giden yoldur.

NOTLAR

GİRİŞ

1. Sayfa 15
Michael Weissberg, Tehlikeli Sırlar (New York: W.W. Norton, 1983)
2. Sayfa 16
Ibid, 27.
3. Sayfa 17
Jesse Jackson, "Playboy Röportajı", Playboy, Mayıs 1981, 70.
4. Sayfa 18
Samuel G. Freedman, "Zenciler ve Beyazlar Hakkında Anlatılan Bir Güney Afrika Hikayesi", The New York Times, 19 Şubat 1984, H7.
5. Sayfa 18
Bu örnekler Robert Jervis'in "Uluslararası Politikada Algı ve Yanlış Algı" adlı eserinden alınmıştır. (Princeton, New Jersey: Princeton Üniversite Yayınları, 1976).
6. Sayfa 20

Lois Cunniff, "Sovyet Gazeteciliğinde Fotoğraf Kullanımı", Columbia Gazete Yazıları Eleştirileri, Mayıs 1 Haziran 1983, 45.

7. Sayfa 22

John Updike, "Yansımalar: Kafka'nın Kısa Hikayeleri", The New Yorker, 9 Mayıs 1983, 121.

8. Sayfa 30

Bu karşılıklı konuşma, "Çifte Bağı Koparmak"ta kısmi olarak yayınlanmıştı, Psychology Today, Ağustos 1978.

BÖLÜM BİR

1. Sayfa 33

David Livingstone, Misyoner Seyahatler, 1857; Dennis D. Kelly "Somatik (gövdesel) Duyu Sistemi IV: Acı ve Analjezinin (ağrı duymazlığı) Merkezi Olarak Temsil Edilmeleri'de ve Eric Kandel ve James Schwartz'da, "Nöral Bilimin Prensipleri"nde de aktarılmıştır.

2. Sayfa 34

Dennis D. Kelly, Kandel ve Schwartz Operasyonundan aktarma yapmıştır. Bu bölümdeki acı sisteminin tanımlarının temeli büyük bir oranda bu tariflere dayanmaktadır.

3. Sayfa 37

Hans Selye, Yaşamın Stresi (New York: McGraw - Hill, 1956).

4. Sayfa 38

Samuel C. Rich ve arkadaşları, "İnsan Vakalarında, Merkezi Kolinerjik Uyarılara Tepki Olarak ACTH'in or-

tak olarak salınması ve Beta - Endorfin İmmunoreaktivitesi", Science 222 (7 Ekim 1983), 77.

5. Sayfa 39

Brendan Maher, "Şizofreninin Dili: Bir İnceleme ve Yorum", İngiliz Psikiyatri Gazetesi 120 (1970).

6. Sayfa 41

Buchsbaum'un verileri ve savundukları, bir dizi yazıda yer almıştır: Glenn C. Davis, Monte Buchsbaum ve arkadaşları, "Şizofreniklerde Acı Uyarısına Karşı Analjezi Oluşumu ve Naltrexone Tarafından Bunun Tersinin Meydana Getirilmesi", Psikiyatri Araştırması 1 (1979); Glenn C. Davis, Monte Buchsbaum ve William E. Bunney, Jr, "Şizofreninin Peptid Yanıtı Semptomlarına Karşı Oluşan, Dikkatteki Fonksiyon Bozukluklarında, Uyandırılmış Potansiyeller-Bağı Araştırmasının Değişiklikleri", Nöral Peptidler ve Nöronal Kominikasyonlar'da, E. Costa ve M. Trabucci. (New York: Raven Yayınları, 1980). Monte S. Buchsbaum ve arkadaşları, "Dikkat ve Psikopatolojinin uyandırılmış Potansiyel Ölçümleri", Biyolojik Psikiyatrideki İlerlemeler 6 (1981), 186-194. Monte S. Buchsbaum ve arkadaşları, "Psikopatolojideki Dikkat Bozukluklarında Opioid Peptidlerinin Rolü", New York Bilim Akademisi Tutanakları, 1982, 352-365. Glenn c. Davis, Monte S. Buchsbaum ve arkadaşları, "Psikiyatrik Hastalıklarda Acı Algılanmasındaki Değişimler ve Serebrospinal Endorfinler", New York Bilim Akademisi Tutanakları, 1983, 366-373.

7. Sayfa 42

Salk Enstitüsünden Floyd Bloom'un yazar ile kişisel ilişiminden alınmıştır.

8. Sayfa 47
4. Shavit ve arkadaşları, "Endojen Opioidler, Şiddetin Tümör Gelişimi ve Bağışıklık Fonksiyonu Üzerine Olan Etkilerine Aracılık Ediyor Olabilirler", Batı Farmakoloji Topluğunun Tutanakları 26 (1983), 53-56.
9. Sayfa 53
Dikkat ve gerilim merkezleri arasındaki karmaşık ilişki David M. Warburton'un "Bilgi İşlenmesinin ve Gerilimin Fizyolojik Safhaları"nda ve Vernon Hamilton ve David M. Warburton'un "İnsan Stresi (Gerilimi) ve İdrak: Bir Bilgi İşlem Yaklaşımı"nda tanımlanmıştır. (New York: John Wiley ve Oğulları, 1979).
10. Sayfa 53
Karl H. Pribrom ve Dianne Mc Guinnes, "Dikkat ile Bağlantılı İşlemlere Katılan Beyin Sistemleri: Bir İnceleme Özeti", Dikkatin Nörofizyolojisi konulu sempozyumda sunulmuştur, Houston, Temmuz 1982.
11. Sayfa 54
Warburton operasyonundan aktarılmıştır.
12. Sayfa 56
G. Weltman, J.E. Smith ve G.H. Egstrom, "Taklit Edilen Basınç Odasına Maruz Bırakılma Sırasında Algıdaki Daralma" İnsan Faktörleri 13 (1971), 79-107.
13. Mardi Horowitz, "Ciddi Hayat Oluylarına Karşı Verilen Psikolojik Tepkiler", Shlomo Breznitz'in "Şiddetin İnkarı"ndan alınmıştır. (New York: Uluslararası Üniversite Yayınları, 1983).
14. Sayfa 58
Zorla içeriye girişlerin (işgal) listesi, Horowitz'den tefsir edilmiştir, 136.
15. Sayfa 61

- David Alpren, The New York Times, Bölüm 10, 1, 27 Eylül 1981.
16. Sayfa 62
Richard Lazarus, "Stres ve Başa Çıkma Örnekleri", Bu yazı, Psikiyatrik Bilimlerde Davranışsal Örneklerin Kritik Değerlendirilmeleri konulu konferansta sunulmuştur, Gleneden Beach, Oregon, Kasım 1978.
 17. Sayfa 62
C.H. Folkins, "Stres Reaksiyonunun Zamansal Faktörleri ve Kognitif Araçları", Kişilik Psikolojisi ve Toplum Psikolojisi Gazetesi, 14 (1970), 173-184.
 18. Sayfa 64
Aaron Beck, Kognitif Terapi ve Duygusal Bozukluklar (New York: Uluslararası Üniversite Yayınları, 1976), 14.
 19. Sayfa 65
Michael Wood, "Tuhaflik Müzesinde", New York İnceleme Kitapları, 19 Mart 1981, 44.
 20. Sayfa 66
Robert Jay Lifton, Yaşarken Ölmek (New York: Temel Kitapları, 1967), 10.
 21. Sayfa 68
Horowitz operasyonundan aktarılmıştır; 134'den tefsir edilmiştir.
 22. Sayfa 70
"Pozitif İnkâr: Gerçekle Yüzleşmeme Durumu", Psychology Today, Kasım 1979, 57.

BÖLÜM İKİ

1. Sayfa 75
Sigmund Freud, *Rüyaların Yorumu* (New York: Temel Kitaplar, ilk baskı 1900).
2. Sayfa 78
Ibid, 540.
3. Sayfa 82
Bu eski hikayenin en iyi eleştirisine ve zihni şekillendirmede ele alınan konulara, Matthew Hugh Erdelyi'nin "Yeni Bakış Açısına Yeni Bir Bakış Açısı: Algısal Savunma ve Tetikte Olma" adlı eserinde yer verilmiştir. *Psikolojik Eleştiriler* 81 (1974), 1-25. Bu eser Colin Martindale'nin "İdrak ve Bilinç" adlı yapıtında da tavsiye edilmiştir (Homewood, İllinois: Dorsey Yayınları, 1981).
4. Sayfa 83
R.N. Haber, "Kışkırtıcı Algı Etkilerinin Doğası" *Psikolojik Eleştiriler* 73 (1966), 335-351.
5. Sayfa 83
Donald E. Broadbent, *Algı ve Komünikasyon* (Londra: Pergamon Yayınları, 1958).
6. Sayfa 87
Erdelyi'den aktarılmıştır. 19.
7. Sayfa 88
Donald A. Norman "Hafıza ve Dikkat Teorisine Doğru" *Psikolojik Eleştiriler* 75. (1968), 522-536.
8. Sayfa 93
George Miller, "Sihirli Sayı Yedi, Artı Eksi İki; Bilgi İşleme Kapasitemizdeki Bazı Limitler", *Psikolojik Eleştiriler* 63 (1956), 81-97. Ve Herbert A. Simon, "Bir Ne Kadar Büyüktür?" *Science* 183 (1974), 482-488.

9. Sayfa 94
Ulric Neisser, "Algının Limitleri"; Peter Jusczyk ve Raymond Klein; "Düşüncenin Doğası" (Hillsdale, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, 1980).
10. Sayfa 96
Donald A. Norman ve Tim Shallice, "Dikkatten Faaliyete: Davranışın İstekli ve Otomatik Kontrolü"; İnsan Bilgilerinin İşlenme Merkezi, Aralık 1980. Ağustos 1983'te, Amerika Psikoloji Birliği'nin yıllık toplantıları sırasındaki "Psikoanaliz ve Bilişsel Psikoloji" konulu panelde Neisser'in geliştirilebilir kapasitesinin, bilinçli farkındalığın sınırlarında değil fakat bilinçsiz kanallarda olduğunu belirten Michael Posner olmuştur.
11. Sayfa 97
Donald Norman, "Zihnin Yaptığı Hatalar ve Bir Faaliyet Teorisi"; İnsan Bilgilerinin İşlenme Merkezi, San Diego Kaliforniya Üniversitesi; yayınlanmamış metinden alınmıştır; 22 Şubat 1979, 8.
12. Sayfa 101
Emmanuel Donchin; yazarla kişisel görüşme. Donchin, Illinois Üniversitesi'nin Bilişsel Psikobiyoloji Laboratuvarı'nın başkanıdır; Champaign-Urbane.
13. Sayfa 101
Roy Lachman, Janet Lachman ve Earl Butterfield, "Bilişsel Psikoloji ve Bilgi İşlenmesi" (Hillsdale, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, 1979).
14. Sayfa 105
Şemaların detaylı tarifi David Rumelhart'ın "Şemalar: Kavrayışın Yapı Taşları" adlı eserinde verilmiştir; İnsan Bilgilerinin İşlenme Merkezi, San Diego, Kaliforniya Üniversitesi, Aralık 1978.

15. Sayfa 105
Jean Piaget, "Çocukta Gerçeklerin Yorumlanması", (New York: Temel Kitaplar, 1971) Dorothy G. Singer ve Tracey A. Revenson "A Piaget Primer" adlı çalışmalarında, Proget'in çalışmalarına daha cazip bir bakış açısı getirmişlerdir. (New York: Yeni Amerika Kütüphanesi, 1979).
16. Sayfa 106
Başka bir ifade belirtilmediği takdirde, bu bölümdeki Ulric Neisser'in yorumları, 1982 Kasım'ında Cornell'de yaptığımız konuşmadan alınmıştır.
17. Sayfa 107
Rumelhart'dan aktarılmıştır.
18. Sayfa 107
Emanuel Danchin, "Sürpriz!... Sürpriz!" Psikofizyoloji 18 (1981), 493-513.
19. Sayfa 107
Susan Fiske, "Şema/ Tarafından Tetiklenen Etkiler: Ve Bunların Sosyal Algıya Uygulanmaları"; "M.S. Clark ve F.T. Fiske, "Etki ve Kavrayış (Hillsdale, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, 1982), 55-77.
20. Sayfa 108
Rumelhart'dan aktarılmıştır.
21. Sayfa 113
Charles Simmons, "Olgunluk Yaşı"; The New York Times Magazin, 11 Aralık 1983, 114.
22. Sayfa 114
Peter Lang, "Duygulardaki Kavrayış; Kavram ve İşleyiş"; Carroll Izard, Jerome Kagan ve Robert Zajonc, "Duygu, Kavrayış ve Davranış" (Boston: Cambridge Üniversitesi Yayınları, 1984).

23. Sayfa 118
George Mandler, "Bilinç: Fonksiyonları ve Yorumlanması"; İnsan Bilgilerinin İşlenme Merkezi, San Diego, Kaliforniya Üniversitesi; Haziran 1983. Mandler'in burada sunulmuş olan bazı fikirleri, Ağustos 1983'teki Amerika Psikoloji Birliği Başkanlık Söylevi'nden alınmıştır.
24. Sayfa 119
Norman Dixon, "Bilinç Öncesi Bilgi İşlenmesi"; (New York: John Wiley ve Oğulları, 1981)
25. Sayfa 119
Richard Nisbett ve T. Wilson, "Bilebileceğimizden Fazlasını Söylemek: Zihin İşleyişi Üzerine Sözlü Raporlar"; Psikoloji İncelemesi, 84 (1977), 231-259. "Bilinçsizliğin Varlığı" konulu psikoloji tartışması Howard Shevrin ve Scott Dickman'ın "Psikolojik Bilinçsizlik: Bütün Psikolojik Teoriler İçin Gerekli Bir Tavrı?" adlı eserlerinde tekrar gözden geçirilmiştir. Amerikan Psikologları, 35 (1980), 421-434.
26. Sayfa 120
William Kunst-Wilson ve R.B. Zajonc, "Tanınamayan Uyarıların Etkili Aydınlanması". Bilim 207 (1980), 557-558.
27. Sayfa 121
Howard Shevrin, "Psikoanalitik İletişim İçin Bazı Tahminler: Psikoanalitik Metod ve Teknikleri İçin Bilinçaltı Algılamalarının Dahil Edilmeleri" Norbert Freedman ve Stanley Grand; İletişimsel Yapılar ve Psikik Yapılar (New York: Plenum, 1977).
28. Sayfa 121
Howard Shevrin, "Bilinçaltı Hayattadır ve Çok İyi Bir

Durumdadır”; Yayınlanmamış metinden alınmıştır; Aralık 1979.

29. Sayfa 123

Ernest Hilgard, “Bölünmüş Bilinç”; (New York: John Wiley ve Oğulları, 1977).

30. Ibid., 186. Gizli gözlemcinin doğruluğu hakkında bir çekişme mevcuttur. Jean-Roch Laurence, Campbell Perry ve John Kihlstrom’un eserine bakınız; “Hipnozda ‘Gizli Gözlemci’ Fenomeni: Deneysel Bir Yaratılış mı?” *Kişilik ve Sosyal Psikoloji Gazetesi*, 44 (1983), 163-169.

31. Sayfa 125

Ellen Hole, “Bölünmüş Zihnin İçi”; *New York Times Magazini*, 17 Nisan 1983, 100.

32. Sayfa 126

Willard Mainord, Barry Roth ve Frank Barnett; “Anestezi ve Öneriler”; Ağustos 1983’teki Amerikan Psikoloji Birliği’nin yıllık toplantısında sunulmuştur.

33. Sayfa 127

Henry Bennett, Hamilton Davis ve Jeffrey Giannini, “Genel Anestezi ve Sonraki Davranış Ayrımları Sırasında Hipnoz Sonrası Öneriler”; Bu yazı, Ekim 1981’de, *Klinik ve Deneysel Hipnoz Topuluğu’na* sunulmuştur.

BÖLÜM ÜÇ

1. Sayfa 131

Ulric Neisser, “John Dean’in Hatırladıkları: Bir Vaka Çalışması” *Cognition* 9 (1981), 1-22.

2. Sayfa 132

Amerika Birleşik Devletleri Senatosu'nun "Başkanlık Seferberliği Aktiviteleri İçin Seçilen Komiteden Önce Alınan Duyumlar"; Doksanüçüncü Kongre, Birinci Bölüm, 1973, 957.

3. Sayfa 133
Neisser'den aktarılmıştır.
4. Sayfa 133
Ibid'den aktarılmıştır.
5. Sayfa 134
Ibid'ten aktarılmıştır.
6. Sayfa 135
New York Times, 16 Şubat 1983, 23.
7. Sayfa 137
Anthony Greenwald, "Totaliter Ego"; Amerikan Psikologları 35 (1980), 603-618.
8. Sayfa 139
Seymour Epstein, "Benlik Kavramı: Bütünlenmiş Kişilik Teorisinin Eleştirisi ve Teklifi"; Ervin Staub, "Kişilik: Temel Görüşler ve Bugünkü Araştırmalar" (Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice Hall, 1980), 84.
9. Sayfa 140
Aaron Beck, "Depresyon: Klinik, Deneysel ve Teorik Safhaları"; (New York; Hoeber, 1967), 135.
10. Sayfa 142
Aaron Beck ve arkadaşları; "Depresyonun Kognitif (Bilişsel) Terapisi"; (New York: Guilford, 1979), 13-15.
11. Sayfa 143
Epstein'dan aktarılmıştır.
12. Sayfa 145
Mardi Horowitz, "Ciddi ve Önemli Yaşamsal Olaylara Karşı Psikolojik tepkiler"; Shlomo Breznitz. 3Stresin

İnkâr Edilmesi”; (New York: International Üniversitesi Press, 1983), 139.

13. Sayfa 146

Birey sisteminin dinamikleri, Harry Stock Sullivan’ın “Psikiyatrinin Kişilerarası Teorisi” adlı eserinde ikna edici bir biçimde sunulmuştur. (New York: W.W. Norton, 1953).

14. Sayfa 147

Mark Jacobson, “Yaz Kampı, Hayatımı Nasıl Kurtardı?”; Rolling Stone, 21 Temmuz 1983, 48.

15. Sayfa 149

Sullivan’dan aktırılmıştır.

16. Sayfa 151

Kasım 1982’de Ulric Neisser’le Cornell’de yaptığımız konuşmadan aktarılmıştır.

17. Sayfa 152

Lester Luborsky, Barton Blinder ve Jean Schimek, “Bir Savunma Fonksiyonu Olarak, Bakmak, Hatırlamak ve GSR; Anormal Psikolojik Durumlar Dergisi 70 (1965), 270-280.

18. Sayfa 156

Rus araştırması ile ilgili tanımlar Howard Shevrin, E. Kostandov ve Y. Arzumanov’un “Tanımlanmış ve tanımlanmamış sözlü uyarılara karşı verilen ortalama potansiyeller” adlı eserlerinde belirtilmiştir. *Acta Neurobiologiae Experimentalis* 37 (1977).

19. Sayfa 156

Shevrin raporunu, Amerika Psikoloji Birliği’nin yıllık toplantısında sunmuştur.

20. Sayfa 156

Vernon Hamilton, “İnkâr etmenin Bilgi-İşlem Safhaları:

Bazı Deneme Formülasyonları”; Shlomo Breznitz, “Stresin İnkâr Edilmesi” (Neu York: International Universities Press, 1983).

21. Sayfa 161

Sigmund Freud “Represyon/Baskılama”; J. Strachey “Sigmund Freud’un Tüm Psikoloji Çalışmalarının Standart Baskısı” Sayı 15 (Londra: Hogarth Yayınları, 1957; orijinal olarak yayınlanması 1915).

22. Sayfa 161

Matthew Erdelyi ve Benjamin Goldberg, “Baskılamayı Halinin Altına Doğru Süpürme: Baskılamının Bilişsel Psikolojisine Doğru”; John Kihlstrom ve Frederick Evans, “Hafızanın Fonksiyonel Bozuklukları” (Hillsdale, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, 1979). Erdelyi, bilişsel psikolog olarak Freud’u anlamak konusunda, yeni ufuklar açan bir çalışma ortaya koymuştur.

23. Sayfa 162

Freud’dan aktarılmıştır.

24. Sayfa 163

R.D. Laing, “Aile Politikası” (Toronto: CBC Yayınları, 1969), 27-28.

25. Sayfa 164

Leslie Epstein, “Olağan Şüpheleri Toparlamak”; The New York Times Kitap Eleştirisi, 10 Ekim 1982, 9, 27-29.

26. Sayfa 165

Ibid’den aktarılmıştır.

27. Sayfa 166

Ibid’den aktarılmıştır.

28. Sayfa 166

Ibid’den aktarılmıştır.

29. Sayfa 169
Erdelyi ve Goldberg'den aktarılmıştır.
30. Sayfa 170
Sigmund Freud "Rüyaların Yorumlanması"; (Çeviren J. Strachey). Temel Yayınlar, Sayı 4 ve 5 (Londra: Hogarth Yayınları, 1953; orjinal baskısı 1900), 600.
31. Sayfa 170
Matthew Erdelyi ve Benjamin Goldberg'den aktarılmıştır. Aynı zamanda Morton Reiser'in "Zihin, Beyin, Beden" adlı yapıtına da bakınız. (New York: Temel Yayınları, 1984).
32. Sayfa 171
R.D. Laing, "Aile Politikası" (Toronto: CBC Yayınları, 1969), 28.
33. Sayfa 178
Harry Stack Sullivan, "Psikiyatrinin Kişilerarası Teorisi" (New York: W.W. Norton, 1963), 321.
34. Sayfa 178
Erdelyi'den aktarılmıştır.
35. Sayfa 181
Sullivan'dan aktarılmıştır.

BÖLÜM DÖRT

1. Sayfa 190
Wilhelm Reich, "Karakter Analizi" (New York: Farrar, Straus & Giroux, 1972).
2. Sayfa 190
Daniel Goleman ve Kathleen Speeth "Gerekli Psikoterapiler" adlı eserlerinde Reich'dan alıntı yapmışlardır.

3. Sayfa 191
Ernest Becker, "Zırhlar İçindeki Melek" (New York: Free Press, 1975), 83.
4. Sayfa 192
Ibid'den aktarılmıştır.
5. Sayfa 193
David Shapiro, "Sinir Hastalığı Tipleri" (New York: Temel Yayınları, 1965). Ek olarak verilen klinik ayrıntılar Theodore Millon'un "Kişilik Bozuklukları" adlı eserinden alınmıştır. (New York: John Wiley ve Oğulları, 1982). Kişilik tiplerinin özeti, Teşhis ve İstatistiksel El Kitabı adlı yeni çıkan yapıta eş bir kitaptır. Bu kitap teşhis amaçlı resmi bir psikiyatri el kitabıdır.
6. Sayfa 195
Arthur Conan Doyle, "Glorio Scott'un Macerası"; The Original Illustrated Sherlock Holmes (Secaucus, New Jersey: Castle Kitapları, 1980), 236-247. Bu, Holmes'e özel bir ilgi göstermektedir; çünkü Holmes'ün dünyanın ilk özel dedektifi olmadan önceki geçmişini ortaya koymaktadır.
7. Sayfa 197
Marcello Truzzi ve Seat Morris'in "Sosyal Bir Bilimadamı Olarak Sherlock Holmes" adlı yapıtlarında, Sherlock Holmes'un algısal ve mantıksal güçleri ayrıntıları ile belirtilmiştir. Psychology Today Dergisi, Aralık 1971, 62-86.
8. Sayfa 197
Benim Dedektif tarifim daha çok David Shapiro'nun "paranoid tipi" ili Theodore Millon'un "Paranoid kişiliğin şüpheli tavırları"ndan etkilenmiştir.
9. Sayfa 198
Shapiro'dan aktarılmıştır.

10. Sayfa 201
Ibid'den aktarılmıştır.
11. Sayfa 204
Theodore Millon'dan aktarılmıştır.
12. Sayfa 204
Jerry Adler, "The Ludlum Enigma"; Newsweek, 19 Nisan 1982.
13. Sayfa 206
Shapiro'dan aktarılmıştır.
14. Sayfa 212
Bu olay Susan Quinn'in "Bebeklerin Yetenekleri"nden alınmıştır; Atlantic Monthly, Ocak 1982, 54-60; bu da New York Şehrindeki Cornell Üniversitesi'nin Tıp Merkezinde psikiyatrist olan Dr. Daniel Stern'in araştırmaları arasındadır.
15. Sayfa 213
Selma Fraiberg bu olayı, San Francisco'da 5-7 Haziran 1981 yılında düzenlenen ve Kaliforniya Üniversitesi Tıp Merkezi'nde yer alan sempozyumda sunmuştur.
16. Sayfa 213
Jenny'nin annesi ile olan savaşı, Daniel Stern'in "İlk İlişki: Bebek ve Anne" adlı yapıtından alınmıştır. (Cambridge: Harvard University Press, 1977), 110-113.
17. Sayfa 215
Stern ve Ibid'den aktarılmıştır.
18. Sayfa 216
Theodore Millon, "Kişilik Bozuklukları" (New York: John Wiley ve Oğulları, 1981), 90.
19. Sayfa 220
Morton Schatzman, "Ruh Cinayeti" (New York: New American Library. 1974).

20. Sayfa 220
Schreber, Schatzman'dan alıntı yapmıştır.
21. Sayfa 222
Paranoyanın köklerindeki öfke formülü. W.W. Meisner'in "Paranoid İşlemler" adlı eserinde dikkatle işlenmiştir. (New York: Jason Aronson, 1978).
22. Sayfa 223
Gisela Zena, "Çocukların ve Çocuk Haklarının Kötü Muameleye Maruz Bırakılması"; Alice Miller'in "Kendi İyiliğiniz İçin" adlı eserinden alıntı yapılmıştır. (New York: Farrar, Straus ve Giroux, 1983), 89.
23. Sayfa 223
Ibid'den aktarılmıştır.
24. Sayfa 225
Miller'den uyarlanmıştır.
25. Sayfa 226
Çift-kör teorisi; Gregory Bateson, Don D. Jackson, Jay Haley ve John Weakland'ın "Şizofreni Teorisine Doğru" adlı yapıtlarında ayrıntılarıyla açıklanmıştır.
26. Sayfa 226
R.D. Laing "Birey ve Diğerleri" (Londra: Tavistock Yayınları, 1969), 127-128.
27. Sayfa 230
Ernest Schachtel "Metamorfoz" (New York: Temel Yayınlar, 1959).
28. Sayfa 230
Erving Goofman, "Günlük Yaşamda Bireyin Kavrama Gücü" (New York: Doubledoy & Co., 1959).
29. Sayfa 231
Lilly Pincus ve Christopher Dare, "Ailedeki Sırlar" (New York: Pantheon, 1978).

BÖLÜM BEŞ

1. Sayfa 235
Sigmund Freud, "Grup Psikolojisi ve Ego Analizi" (New York: Bantom Books, 1965), 13-16.
2. Sayfa 239
Manfred Kets de Vries ve Danny Miller, "Nörotik Organizasyon", (San Francisco: Jossey Bass, 1984).
3. Sayfa 241
David Reiss, "Ailenin Gerçekleri Yorumlaması", (Cambridge: Harvard University Press, 1981).
4. Sayfa 242
Robert Merton'un bireylerle ilgili çalışması; Reiss yerel/kozmopolitan tipolojiyi ailelerde incelemektedir.
5. Sayfa 244
Reiss'den aktarılmıştır.
6. Sayfa 248
Reiss'den aktarılmıştır.
7. Sayfa 250
David Reiss ve Marry Ellen Oliveri, "Sensoru Experience And Family Process": Perceptual Styles Tend to Run in But Not Necessarily Run Families", Family Process 22 (1983), 289-316.
8. Sayfa 251
Ibid'den aktarılmıştır.
9. Sayfa 252
Jill Metcoff ve Carl A. Whitaker, "Ailelerdeki mikro olaylar: Problemleri çözmedeki iletişim örnekleri"; Froma Walsh, "Normal Aile İşleyişleri" (New York: Guilford Press, 1982), 258-259.
10. Sayfa 253

Eric Bermann, "Scapegoat" (Ann Arbor: University of Michigan Press, 1973).

11. Sayfa 254

Roscoe'nun vakası Reiss'in çalışmalarında rapor edilmiştir.

12. Sayfa 256

Hume Cronyn bu hikayeyi Timothy White'le yaptığı bir röportajda anlatmıştı; "Theater's First Couple"; The New York Times Magazine, 26 Aralık 1982, 22.

13. Sayfa 257

R.D. Laing, "Aile Politikası" (Toronto: CBC Publications, 1969), 40.

14. Sayfa 258

Ibid'den aktarılmıştır.

15. Sayfa 258

Ibid'den aktarılmıştır.

16. Sayfa 259

Ibid'den aktarılmıştır.

17. Sayfa 260

Michael Weissberg, "Tehlikeli Sırlar" (New York: W.W. Norton ve Co., 1983).

18. Sayfa 261

Sandra Butler, "Sessizlik Anlaşması: Ernest Travması"; (San Francisco: New Glide Publications, 1978).

19. Sayfa 261

Margaret'in olayı Butler'in çalışmasında anlatılmıştır. Butler yüzlerce ensest faili ve kurbanı ile görüştüğü halde, Margaret'in başına gelenler bütün bunların bir karışımı gibi olduğu için çalışmasında buna yer vermiştir. Bu, bir uydurma olsa da, anlatılmak istenen noktaya güzelce değinilmiştir.

20. Sayfa 262
Weisberg'den aktarılmıştır.
24. Sayfa 264
Ibid'den aktarılmıştır.
25. Sayfa 265
Irving Janis, "Toplu Düşünce Kurbanları" (Boston: Houghton Mifflin, 1972; değiştirilmiş baskı, 1983).
23. Sayfa 266
Ibid'den aktarılmıştır.
24. Sayfa 267
Ibid'den aktarılmıştır.
25. Sayfa 268
Arthur S. Golden, "Japonya'da Toplu Düşünme", The New York Times Magazine, 5 Aralık 1982, 137.
26. Sayfa 271
Janis'den aktarılmıştır.
27. Sayfa 279
Ibid'den aktarılmıştır.
28. Sayfa 282
Harry Levinson ile yaptığım görüşme, Psychology Today Dergisi'nin Aralık 1977 sayısında "oedipus in the Board Room" olarak basılmıştır.
29. Sayfa 283
Charles C. Manz ve Henry P. Sims, Jr. "Özerk İş Gruplarında 'Toplu Düşünme'nin Patonsiyeli"; Human Relations 35 (1982), 773-784.
30. Sayfa 284
Eugene M. Fodor ve Terry Smith, "The Power Motive as an Influence on Group Decision Making,"; Journal of Personality and Social Psychology, 42, 178-185.

BÖLÜM ALTI

1. Sayfa 289

Goffman'ın çerçeve teorisi Frame Analysis adlı eserde tanılanmıştır. (Cambridge: Horvard University Press, 1974). Aynı anda aktive olan paylaşılan şemalar olarak yorumladığım çerçeve fikri ise Goffman'a değil bana aittir.

2. Sayfa 290

Herb Caen, San Francisco Chronicle, 29 Kasım 1967.

3. Sayfa 291

“Roger Schank ile Görüşme”; Psychology Today, Nisan 1983, 32. Bazı bilişsel psikologlar -özellikle de Ulric Neisser- insan davranışlarını taklit eden bilgisayarlar hakkında Schank kadar iyimser değiller. Neisser, bir duruma hakim olurken elimizde bulunan bilgilerin çoğunun farkındalık dışında kaldıklarını ve pratik olarak sonsuz olduklarını düşünmektedir. Ona göre, bir bilgisayarı, bir insanın sahip olduğu bilgilerle programlamak hemen hemen imkansızdır. İnsanlar da size, o bilginin ne olduğunu tamamen söyleyemezler.

4. Sayfa 292

William James, The Principles of Psychology (New York: Dover, 1950; orjinal baskı 1910).

5. Sayfa 292

Goffman'ın çalışmasında, Alfred Schutz'dan -Philosophy and Phenomenological Research- alıntı yapılmıştır.

6. Sayfa 293

Peter Berger ve Thomas Luckmann, The Social Cons-

- truction of Reality (New York: Doubleday & Co, 1966), 7-8.
8. Sayfa 295
John Barth, *Lost in the Fun House* (New York: Doubleday & Co, 1968).
 9. Sayfa 296
Kathryn Hulme, *The Nun's Story* (London: Frederick Muller, 1957), 37-38.
 10. Sayfa 300
J.L. Mannond ve Barbara Hammond, *The Town Labourer* (London: Longmans, Green and Co, 1918), 19-21.
 11. Sayfa 300
Shoshana Zuboff, "Work and Human interaction in Historical Perspective", Harvard Üniversitesi, Ocak 1979. Bu bölümdeki ayrıntılar, Zuboff'un iş hayatındaki sosyal organizasyonlar konulu çalışmaların temeline dayanmaktadır.
 12. Sayfa 301
Sebastian De Grazia, *Of Time, Jork and Leisure* (New York: The Twentieth Century Fund, 1962), 60.
 13. Sayfa 301
Reinhard Bendix, *Work and Authority in Industry* (Berkeley: University of California Press, 1974), 87.
 14. Sayfa 301
Harold Wilensky, "The Uneven Distribution of Leisure", *Social Problems* 9 (1961).
 15. Sayfa 304
Jean-Paul Sartre, *Being and Nothingness*, Hazel E. Barnes'in çevirisiyle. (New York: Philosophical Library, 1956), 59.

16. Sayfa 307
Wallace Shawn and André Gregory, *My Dinner With André*, (New York: Grove Press, 1981), 66.
17. Sayfa 307
Ibid'den aktarılmıştır.
18. Sayfa 311
Amerikan kuralları ile ilgili bilgilerimi iki kişinin birbirlerine yaklaşmalarına sekiz adım kala gözlerin başka tarafa çevrilmesi Goffman'ın 1967 yılında Berkeley'de verdiği seminere borçluyum. Bu seminerde Goffman'ın kimden alıntı yaptığını artık hatırlamıyorum. Amerika ve Orta Doğu bakış kuralları arasındaki farkın, insanların birbirleriyle konuşurken aralarında oluşan mesafe ile paralellliği vardır. Arap ülkelerinde tercih edilen mesafe, irisin hareketlerini gözleyecek kadar yakındır. Amerika'da bu mesafe bir kol uzunluğu kadardır. Calvin Holl'un "The Silent Language" adlı eserine göre (New York: Doubleday, 1959), bir Arap ile bir Amerikalı konuşurlarken Arap Amerikalıya öyle yaklaşacaktır ki, geri geri adımlar atan Amerikalı sonunda sırtını duvara yaslayacaktır.
19. Sayfa 313
Erving Goffman, *The Presentation of Self in Everyday Life* (New York: Doubleday & Co, 1959), 230.
20. Sayfa 313
Ibid'den aktarılmıştır.
21. Sayfa 315
Ibid'den aktarılmıştır.
22. Sayfa 316
Margot Slade, "Reacting to Boorish Monners, "The New York Times, 23 Mayıs 1983, B 12.

23. Sayfa 317
Mihaly Csikzentmihalyi, "Attention and the Holistic Approach to Behavior" Kenneth S. Pope ve Jerome L. Singer "The Stream of Consciousness" (New York: Plenum, 1978).
24. Sayfa 319
Charlotte Selver, "Sensory Awareness and Total Functioning" General Semantics Bulletin 20 ve 21 (1957), 10.
25. Sayfa 320
Paul Theroux, The Kingdom by the Sea (Boston: Houghton Mifflin, 1983), 12-16.
26. Sayfa 321
The New York Times, 17 Eylül 1983.
27. Sayfa 322
J.M. Darley ve D. Batson"... From Jerusalem to Jericho" Journal of Personality and Social Psychology 27 (1973), 100-108.
28. Sayfa 328
Bu araştırmanın çoğu Miran Zuckerman ve Bella De Poulou tarafından yapılmıştır. Rapor ve kayıtların tamamı şu kaynaklarda bulunabilir: Bella De Poulou, Miron Zuckerman ve Robert Rosenthal, "Humans as Lie Detectors", Journal of Communications, 1980; Miron Zuckerman, Bella M. De Doula ve Robert Rosenthal, "Verbol and Monverbal Communication of Deception", Advances in Experimental Social Psychology, sayı 14, (Academic Press); Robert Rosenthal ve Bella De Poulou, "Sex Differences in Eavesdrapping on Nonverbal Cues, "Journal of Personality and Social Psycholog, 37 (1979), 2, 273-285.

29. Sayfa 332
Rosenthal ve De Poulo'dan alınmıştır.
30. Sayfa 332
Yazarla yapılan kişisel görüşmeden aktarılmıştır. Harvard Üniversitesi, 1981. Judith A. Hall'un, Nonverbal Sex Differences adlı eserine de başvurabilirsiniz. (Baltimore: Johns Hopkins University Press, 1984).
31. Sayfa 333
Bella De Poulo, "Success at Detecting Deception: Liability or Skill?" Annals of the New York Academy of Sciences 364 (12 Haziran 1981).
32. Sayfa 335
Goffman'dan aktarılmıştır.
33. Sayfa 339
Lawrence Altman, "The Private Agony of an Addicted Physician," The New York Times, 7 Haziran 1983, C8. "Medical Groups Rebut Charges Against Doctors," The New York Times, 25 Şubat 1983.
34. Sayfa 340
Leo Tolstoy, "The Death of Ivon Illych", Collected Works (New York: New American Library, 1960), 137. Ölüm gerçeğini sosyal farkındalıktan uzak tutan çerçeveler David Sudnow'un "The Social Organization of Dying", adlı yapıtında anlatılmıştır. (Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice Hall, 1967).
35. Sayfa 341
Clyde Haberman, "Controversy is Renewed Over Japanese Textbook", The New York Times, 11 Haziran 1983.
36. Sayfa 342
Jane Kramer, "Letter From Europe", The New Yorker,

28 Şubat 1983.

37. Sayfa 343

John Ogbu, *Minority Education and Caste* (New York: Academic Press, 1978). Ogbu'nun çalışmalarından be-ni haberdar eden Ulric Neisser olmuştur.

38. Sayfa 344

Neal Ascherson, "Ghorst Waltz", *The New York Review of Books*, 5 Mart 1981, 28. Ingeborg Day, *Ghost Waltz* (New York: Viking, 1981).

39. Sayfa 345

Bini Reichel, "Tell Me About Nazis, Daddy", *Village Voice*, 10 Mayıs 1983. Reichel'in röportajları, "What Did You do in The War, Daddy?" *Rolling Stone*, 31 Mart 1983. Savaş sonrasında Almanlarda gözlenen toplu baskılama Alexander ve Margaritha Nitscherlich'in "The Inability to Mourn", adlı yapıtlarında anlatılmıştır. (New York: Grove Press, 1975).

40. Sayfa 347

Harrison Solisbury, "Stalin's Tactics at Home", *The New York Times Book Review*, 17 Ocak 1982. Anton Antonov - Ovseyenko'nun incelemesi, *The Time of Stalin*, (New York: Harper & Row, 1982).

41. Sayfa 347

David K. Shipler, "Russia: 'A People Without Heroes'", *The New York Times Magazine*, 15 Ekim 1983, 95, 106.

42. Sayfa 348

İbid'den aktarılmıştır.

43. Sayfa 350

George Orwell, 1984 (New York: New American Library, 1961, Appendix).

44. Sayfa 352
Floyd Abrams, "The New Effort to Control Information" The New York Times Magazine, 25 Eylül 1983.
45. Sayfa 354
Walter Reich, "Psychiatry in Russia", The New York Times Magazine, 30 Ocak 1983.

SONUÇ

1. Sayfa 359
Buddhaghosa, "Visuddhimagga: The Path of Purification", Nanamoli Thera'nın çevirisi ile (Berkeley: Shambhala, 1976).
2. Sayfa 360
Sigmund Freud, "Psikoanaliz Uygulayan Doktorlara Öneriler"; Sigmund Freud'un toplu yazılarından alınmıştır; 2. Baskı, James Strachey, (New York: Basic Books, 1963).
3. Sayfa 364
Jashua Lederberg, "David Hamburg: President-Elect of AAAS" Science, 23 Haziran 1983.
4. Sayfa 372
Theodore Lidz, The Person (New York: Basic Books, 1976).
5. Sayfa 375
Dennis D. Kelley; Eric Kandel ve James Schwartz; Principles of Neural Science (New York: Elsevier, 1981).
6. Sayfa 376
"Shedding a Chinese Veil", The New York Times, 18

Ağustos 1981.

7. Sayfa 376

Irving Janis, *Victims of Group Think*, (Boston: Houghton Mifflin, 1983).

8. Sayfa 378

Allen Wheelis, *The Illusionless Man: Fantasies and Meditations* (New York: W.W. Norton, 1966).

İNDEKS

- Aaron Beck, 64, 140
Acı, 34
Acı uyuşturma sistemi, 46
Acının algılanması, 49
ACTH, 38
Adolf Hitler, 345
Aile; gruplar için bir model olarak aile, 238
Aile kimliği, 238, 241
Aile paradigması, 251
Ailedeki koordinasyon, 249
Ailelerin sosyal hayatları, 248
Ailenin bilgi işleme yöntemi, 245
Akıllı süzgeç, 81
Allen Wheelis, 378
Alfred Schutz, 292
Algılama, 75, 77
Algısal savunma, 155
Analjezi, 35
André Gregory, 305
Anna Freud, 182, 189
Anlamsal hafıza, 88
Anti-Sami politika, 341
Anthony Greenwald, 137
Anthony Marcel, 91
Anton Antonov - Ovseyenko, 347
Arjantina vakası, 346
Aşın uyanıklık hali, 59
Arthur Canon Doyle, 197
Arthur Golden, 268
Atış, 174
Azalmış farkındalık, 25
Barney Simon, 17
Baskılama, 161, 169, 171
Baskılamanın anatomisi, 172
Bastırılmış kişisel kuşkular, Başkan yardımcılar örneği; grup bilinçsizliği, 239
'Ben' 147
"Ben" olarak ego, 238
Bella De Paulo, 331
"Biz", 235
Bilinçdışı engel, 69
Bilinçaltı, 78
Bilinç öncesi, 78
Bilinç, 78
Bertrand Russel, 135

Bilgi riskleri, 352
Bill Bush, 371
Birey kavramı, 135
Birey sistemi, 135, 145, 149
Bini Reichel, 345
B-lipotropin, 36
Birlik aldanişı, 276
Boch, 295
Brady's ailesinin grup kimliği,
243
Buddhaghosa, 359

Charlotte Selver, 318
CRF, 38

Çerçeveler, 313, 317
Çifte-bağ teorisi, 225
Çocuklara soylenen yalanlar,
333

Dalai Lama, 380
Daniel Stern, 211
Daniel Schreber, 219
Daralan düşünceleler, 69
Davetsiz reaksiyonlar, 59
David Hamburg, 364
David Livingstone, 33
David Rumelhart, 106, 108,
109
David Reiss, 241
David Shapiro, 193
David Shipler, 347
Dean Rusk, 274
Dedektif, 194, 196, 197
Değiş-tokuş, 166

Depresyon, 141
Depresyondaki bireyin şeması,
142
Dewey ondalık sistemi, 139
Dikkat, 20
Dikkat ve şema etkileşimi, 111
Dikkatin kararması, 68
Donald Broadbent, 83, 112
Donald Norman, 88, 96, 97,
109
Donald Spence, 153
Donuklaşan tepkiler, 68
Dormitif, 29
Duygu spazmları, 58
Duysal depo, 77
Düşüncenin primer iplikleri, 40
Dr. Leonard Berkowitz, 316
Dwight Eisenhower, 370

Ego, 186
Ego ideası, grup ideası, 237
Ego ve savunma mekanizması,
Anna Freud, 182
Elie Wiesel, 370
Emmanuel Danchin, 101
Endorfin, 36
Erdelyi, 170, 178
Eric Bermann, 253
Erik Erikson, 237
Ernest Hilgard, 123
Ernest Becker, 191
Erving Goffman, 230
Escher, 295
Etik svperler, 279

- Farkında oluş, 22
Farkındalığın üç bölgesi, 120
Farkındalık, 54, 84, 118, 365
Fazla bilgi yüklemesi, 325
Fetişizm, 192
Floyd Abrams, 353
Ford Madox Ford, 15
Franz Alexander, 237
Franz Boas, 374
Franz Kafka, 22
Freud, 75, 112, 124, 150,
161, 219, 235
Freud'un grup hakkındaki yo-
rumları, 236
Freud'un zihin modeli, 75
Friedkin ailesi, 247
Friedrich Nietzsche, 235
Fyodor Dostoyevsky, 160
- Genet, 295
George Mandler, 118
George Miller, 93
George Simmel, 324, 362
Geribildirim (feedback), 86
Gertrude Stein, 94
Goedel, 295
Goffman: "Günlük Yaşamda
Bireyin Kavrama Gücü",
313
Good Samariton, 322
Gordon Liddy, 132, 133
Güvenlik operasyonları, 149
Gregory Bateson, 29, 225,
372, 377
Grupun kendiliğinden oluşu,
238
- "Grup" karan, 284
Grup Psikolojisi ve Ego'nun
Analizi, 235
Grup zihniyeti, 237
Gruplar tarafından paylaşılan
lakunalar, 237
Gruplar tarafından paylaşılan
şemalar, 237
Grupların liderleri, 237
- Hafıza kaybı, 69
Hafıza sistemi, 77
Haldeman, 132, 133
Hans Selye, 37
Harold Wilensky, 303
Harrison Salisbury, 346
Harry Levinson, 282
Henrik Ibsen, 15
Henry Ford, 303
Herman Göring, 18
Hipnoz, 155
Hipokampus, 53
Hissizlik, 68
Holden Coulfield, 314
Howard Hunt, 132
Howard Shevrin, 121, 156
Hume Cronyn, 256
- Ingeborg Day, 344
Irving Janis, 36, 265
Ivan Pavlov, 76
- İçe dönüş, 360, 378
İd, 182
İlişkilerden Sakınma, 68
İlkel aşiretler, 236

İnatçı duygu ve düşünceler, 59
İnkâr, 68, 173
İsimsiz Alkolikler, 67
İzolasyon, 174, 208

James Britton, 104
Jean Praget, 105
J.F. Kennedy, 272
Jill Clayburgh, 289
Johann Gutenberg, 345
John Barth, 295
John Darsee vakası, 134,
135, 143
John Dean, 131, 133, 143,
160
John Ogbu, 343
John Updike, 22
John Selly Brown, 228
Johns Hopkîns, 35
Joseph Heller, 295

Kalabalık psikolojisi, 235
Kalite çemberleri, 282
Kapanma; ailenin kapanması,
249
Karakter zırhı, 191
Katherine Hulmes, 296
Kast sistemi, 343
Kastro, 272
Kaygı, 51, 52
Kaygı ve dikkat arasındaki
değiş-tokuş, 264
Kendini aldatma, 365
Kenneth Kaye, 367
Khrushchev, 346

Kısa-devreli, stres için tercihler,
69
Kitty Genovese cinayeti, 323
Kollektif hafıza, 347
Kollektif (toplu) zihin, 342
Kollektif savunma, 286
Kollektif Şemalar, 354
Kör görüşü, 91, 92
Kör nokta, 13
Kör noktalar, 346
Kötü rüyalar, 59
Kürar, 51

Lakuna, 153
Lakuna oluşturulması, 154
Le Bon, Gustave, 235
Leon Solomons,
Leslie Epstein, 164, 168, 189
Lester Luborsky, 152
Lester Grinspoon, 20
Lev Nisnevich, 21
Lev Poliakov, 21
Luborsky deneyi, 153
Luis Bunvel'in sürrealist
reklamı, 65

Mardi Harowitz, 57
Margaret örneği, 261
Matthew Erdelyi, 87
Melete Thanatou, 360
Michael Weissberg, 260, 262
Modernizm, 22
Moliere, 30
Morfin ve eroin, 36
Monte Buchsbaum, 23

- Morton Schatzman "Ruh Cinayeti", 220
Mutlu aile oyunu, 256, 259, 264
Musevi Katliamı, 164, 168, 189
- Naltrexane, 41
Newspeak'in prensipleri, 350
Nörotransmitler, 35
- Opiat reseptörleri, 47
Opioid, 36
Opioid antagonistleri, 47
Orwell, 350
Otomatik rutinde bilgi akışı, 98
Otomatizm (özdevim), 177
Otonter çerçeveler, 350
- Öfori, 36
Örnek regülatörleri, 251
- Paranoyid tıp, 227
Paul Ekman, 329
Paul Theroux, 319
Peter Berger ve Thomas Luckmann: "Gerçeklerin Sosyal Yorumlan", 293
Pıgs Körfezi, 272
Pitcher, 266
Plato, 360
Projeksiyon (dışarı atış), 208
Psşik kapanış, 66
Psşik aygıt, 76
PTA: Ebeveyn-öğretmen birliği, 255
- Reagan Hükümeti, 352
R.D. Laing, 29, 163, 171, 226, 259
Reddetme, 69
Reiss, 244
Richard Lazarus, 62, 70
Richard M. Nixon, 132, 133, 272, 376
Robert Bales, 239
Robert Lifton, 66
Robert Ludlum, 204
Robert Merton, 242
Robert Oppenheimer, 377
Roscoe ormeği, 253
- Sağlıklı bireyin şeması, 142
Sansürler ve süzgeçler, 80
Savunma mekanizmaları, 161
Savunma mekanizmalarının paylaşılması, 237
Seçici dikkatsizlik, 177
Seçici süzgeç, 84
Selma Fraiberg, 213
"Senaryo"lar, 291
Ses tonu, 330
Sessizlik anlaşması, 339
Seymour Epstein, 139, 140
Sherlock Holmes, 195
Shoshona Zuboff, 300
Sızıntılı kanallar, 329, 330
Sigmund Freud: Rüyaların yorumu, 75, 83
Sinir hastalıkları, 193
Solomon Snyder, 35
Sosyal yalanlar, 328
Sullivan, 146, 147, 148, 178

Susan Fiske, 107
Süperego, 182
Spicer Lung, 368
Stalin, 346
Stanley Milgram, 325
Stereotipler, 280
Stephen Palmer, 109
Stres, 56
Stres yanıtı, 63
Stres yanıtının başlaması, 63

Şaşkınlık, 68
Şemalar, 105, 107, 108, 109,
110
Şizofreni, 40

"Tehlike" tahmını, 63
Tersine çevirme, 173
Theodore Lidz, 372
Theodore Millon, 202, 216,
217
Theodore Sorensen, 277
Thomas Szasz, 355
Tim Shallice, 97
Tolstoy, 340
Toplu düşünme, 269, 276
Toplu düşünme yönsemesi,
276
Topluluk kimliği, 233
Toplumda bilgi akışı, 350, 351
Totaliter birey, 150, 351

UCLA araştırma grubu, 47
Ulriç Neisser, 94, 95, 96,
112, 131, 133, 151, 155
Uyanış, 56

Uyan-tepki, 75
Uykusuzluk, 59
Uzun süreli hafıza, 122

Vernon Hamilton, 156

Wally Shawn, 307
Walter Reich, 354
Watergate duruşmaları, 131
Wilfred Bion, 239
Wilhelm Reich, 190
Will Schutz, 373
William Farley, 339
William James, 23, 94, 127
William James "Psikolojinin
Prensipleri, 292
Willie Lomon, 373, 378

Yalancı aile olarak grup, 238
Yeraltından Notlar, Dos-
toyevsky, 160
Yerliler ve kozmopolitler, 242
Yevgeny Yevtushenko, 348
Yönelme tepkisi, 63
Yüceltme, 175

Zarar görmez aldanma, 275

"Zihin işgali", 70

Zihin meşguliyeti ve derin
düşünme, 58

Zihin muhafızı, 278

Zihinsel homojenlik, 236

Zihnin içine zorla giren fikirler,
59

"Zorla içeriye giriş" (işgal), 57

“HAYATİ YALANLAR, BASİT GERÇEKLER” kendimizi aldatma yollarının etkili bir analizi. Daniel Goleman en özel ilişkilerimizi günlük yaşantılarımızı ve ortak gerçeklerimizi, olayların acı verici iç yüzlerini ve kötü anıları gömmek suretiyle nasıl çarpıttığımızı açığa çıkartmak için, beyin fonksiyonlarından sosyal dinamiklere dek bütün delil türlerini kaynak olarak kullanıyor. Kendini aldatma psişik olarak kendimizi korumayı ifade eder ve bu, bir toplumun tamamının katıldığı bir hayatta kalma oyunudur. Fakat kendini aldatma bazen zararsız olabildiği gibi bazen de tehlikeli ve ölümcül olabilir. Bu kitap psikolojik varlığımızın merkezinde yer alan bir konu hakkında hem meydan okuyan sorular sormakta, hem de bunları açıklamaktadır.

“Okuyucuyu, sorgulaması düşünmesi ve yeni biçimlerde görmesi için baştan çıkarıcı, yaratıcı, meydan okuyan ve yeni düşüncelere temel atan bir kitap”

Psychology Today

“Daha ileri incelemeler için çok geniş bir saha sunan ve yeni düşüncelere temel atan bir kitap. Hem genel okuyucular, hem de davranış bilimleri ile uğraşan uzmanlar bu kitabı açık, eğitici ve aydınlatıcı bulacaklar”

The New York Times

Daniel Goleman The New York Times’da davranış bilimleri üzerine düzenli olarak yazılar yazmaktadır. Goleman’ın Amherst Üniversitesi’nden Edebiyat Fakültesi diploması, Harvard Üniversitesi’nden de master ve doktora dereceleri vardır. Harvard’da ders verdiği gibi, Psychology Today’in kıdemli editörüdür.

ISBN 975-571-075-2



9 789755 710754