



Duygular

Bölüm

6

Duyguların Doğası ve İşlevleri

Duygular ve Dikkat

Duygular ve Hafıza

İletişim Aracı Olarak Duygular

Duygular ve Karar Verme

Duygular ve Ahlaki Davranışlar

Duyguların Nörobiyolojisi

Duygu Kuramları

Duygular, Yalan Makineleri ve Robotların Geleceği

Özet

Uygulamalar

Kaynak Önerileri

Değerlendirme Soruları

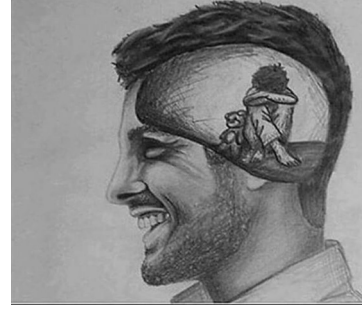
“Biz insanlar, hepimiz fiziksel olarak çocukluktan ergenliğe ve ergenlikten yetişkinliğe olgunlaşırız, ancak duygularımız geride kalır.” **Bernard Sumner**

Çiçeklere bakmak dinlendiricidir.

Çiçeklerin ne duyguları, ne de çatışmaları vardır. **Sigmund Freud**

Hayatı Duygusuz Solumak

“Duygu nasıl bir histir? Dürüst olmak gerekirse hiçbir fikrim yok. Babaannem öldüğünde hiç bir şey hissetmedim, prestijli bir ödül kazandığımı öğrendiğimde de durum aynıydı. Kız kardeşim sevinçli olmayı gökkuşağının tüm renklerinin içinde dans etmek gibi bir şey olarak niteliyor ama ben gökkuşağını pek sevmediğim için mutluluğun da hoşuma gideceğini zannetmiyorum. Benim için sadece iki tür duygu var: Mutluluk ve keder. Maalesef ikisini de pek güçlü bir şekilde hissetmiyorum, bu yüzden aslında düz bir ruh haline sahibim, tıpkı bir robot gibi. Çoğu zaman içimde ya bir boşluk hissediyorum ya da hiçbir şey. Başkalarının yanında ne yapılması gerekiyorsa onu yapıyorum. Mesela kalbimde bir ağırlık hissine neden olan duygusal bir tepki gerektiren bir durum oluşursa, filmlerde gördüğüm ya da bir kitapta okuduğum bir sahneye ilişkin hafızamı kullanarak davranışları taklit ederim. Bu rahatsız edici olabilir ancak bazı faydaları da var. Korkmuyorum, duraksamıyorum, pişmanlık duymadan hareket ediyorum.”



Bu sözler duyguları tanımlama, değerlendirme ve ifade etmede yetersizlik olarak tanımlanan ve duygusal sağırılık olarak da bilinen aleksitimi kişilik özelliğine sahip insanlara ait. Amerika'da elde edilen veriler aleksitiminin erkeklerde daha yaygın olduğunu ve tüm popülasyonda görülme olasılığının %5 civarında olduğu şeklinde, Türkiye'de ise bu rakamın %30'un üzerinde olduğu belirtilmektedir (Epözdemir, 2012). Aleksitimik bireyler genellikle başta psikosomatik problemler, obsesif kompulsif bozukluk, depresyon ve kişiler arası ilişkilerde güçlük gibi bir dizi psikolojik rahatsızlıkla savaşmak zorunda kalırlar çünkü her ne kadar utanç, pişmanlık, üzüntü gibi duygular bazen yaşamımızı zorlaştırırsa da, bir bütün olarak duygular pek çok işlevlerinden dolayı hayatta kalmamız ve kalmayı arzu etmemiz için gerekli motivasyonu oluştururlar.

Hazırlık Soruları

- Duygu nedir?
- Duyguların işlevleri nelerdir?
- Duyguların insan davranışları üzerindeki etkileri nelerdir?
- Duygusal ifadeler evrensel midir, yoksa öğrenme sonucu kazanıldığından kültürlerarası farklılıklar sergiler?
- Duyguların genetik temelleri nelerdir?
- Duygu nasıl oluşur?
- Yalan makinesi nasıl işler?
- Robotlara duygu yüklenebilir mi?

DUYGULARIN DOĞASI VE İŞLEVLERİ

Duygu, olumlu ve olumsuz spektrumda ve farklı yoğunluklarda yer alabilen, fizyolojik ve bedensel tepkileri içeren, içinde bulunan bağlam ve kültür tarafından etkilenen çok yönlü bir deneyimdir (Hofmann, 2016). Duyguların en önemli işlevi hayatta kalmayı sağlamaktır. Bunu dikkat, hafıza ve karar verme süreçlerini etkileyerek ve acil durumlarda hızlı bir şekilde tepki vermemizi sağlayacak fizyolojik mekanizmaları tetikleyerek gerçekleştirir. Duygular hayatta kalmanın ötesinde bir iletişim aracı görevi görerek kişilere arası ilişkilerde ve ahlaki davranışlarımızda da etkili olur. Ayrıca neşe, coşku, merak gibi duygular hayatımıza farklılık ve haz sunan eğlence kaynaklarıdır. Aşağıda duyguların dikkat, iletişim, hafıza, karar verme ve ahlaki davranışlar üzerindeki etkileri detaylı bir şekilde ele alınmıştır.

Duygu: Çevresel uyarılara ilişkin algı ve tepkilerimizi yöneten, bilişsel, psikolojik ve davranışsal boyutlar içeren, olumlu ve olumsuz çizgide değişen his ve fizyolojik tepki örüntüleridir.

DUYGULAR VE DİKKAT

İnsanoğlu herhangi bir anda sayısız uyarıcıyla çevrelenmiş durumdadır. Duygular, bu uyarıcı zenginliği içinde her türlü olası tehdit ya da kriz anında, tehlikeli ile güvenli arasında kolayca ayırım yapabilmemizi sağlayacak şekilde dikkatimizi kontrol eder. Duygular, kriz anında dikkati yönlendirerek ve fizyolojik tepkilerin aktivasyonunu sağlayacak şekilde metabolik kaynaklarımızı düzenleyerek yaşamda kalmamızı sağlar. Dikkatin duygularla ilişkisini ortaya koyan bir kavram “*dikkat yanıp sönməsi* (attentional blink)” adı verilen tekniktir. Bu teknikte, katılımcılardan ekrandan hızlı bir şekilde beliren iki farklı uyarıcıdan birine kasıtlı olarak dikkat etmeleri istenir. Bu denemelerde ilk uyarıcıdan çok kısa bir süre sonra ekranda beliren uyarıcının genellikle katılımcının dikkatinden kaçtığı –ikinci uyarıcılar için bir nevi dikkatin söndüğü- görülür. Ancak, eğer ilk uyarıcıyı duygusal kelimeler takip ediyorsa bu olgunun daha az gözlemlendiği görülmektedir. Bu tür çalışmaların birinde İyilikçi ve Ertan (2012) üniversiteye devam etmekte olan erkek öğrencilerde dikkat yanıp sönmə olgusunun ekranda normal çekici yüze sahip bir kadın yerine çok çekici bir kadın yüzü sunulduğunda daha az gözlemlendiğini belirtmişlerdir.

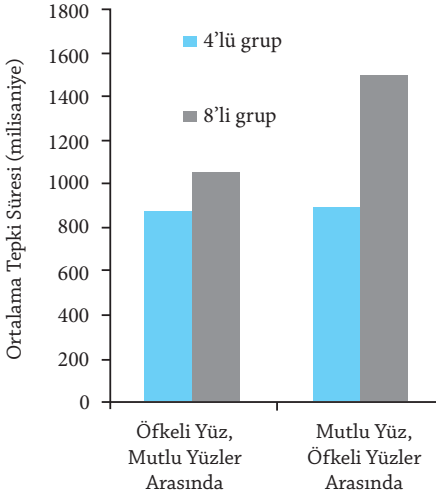
Algısal Canlılık: Çevremizdeki tehdit edici uyarıcıların tehdit edici olmayan uyarıcılardan daha kolay algılanmasıdır.



Şekil 6.1: Tehdit edici uyarıcılar daha kolay algılanır.

Duyguların dikkat ile ilişkisini ortaya koyan önemli bir diğer kavram algısal canlılıktır (perceptual vigilance) (Hansen ve Hansen, 1988). Şekil 6.1'e baktığınızda emojiilerden ilk dikkatinizi çeken hangileriydi? Hansen ve Hansen, (1988) katılımcılardan dördü ve dokuzlu gruplar halinde sunulmuş yüzlerin hepsinin aynı olup olmadığını değerlendirmelerini istediler ve katılımcıların diğerlerinden farklı olan yüzleri tanıma sürelerinin verilen göreve göre değişip değişme-

diğini incelediler. Bazı katılımcılardan öfkeli yüzler arasına yerleştirilmiş mutlu yüzleri ayırt etmeleri istenirken, diğer katılımcıların mutlu yüzler arasına yerleştirilmiş öfkeli



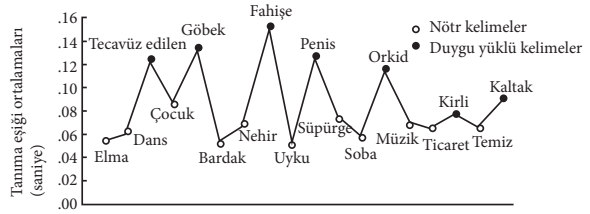
Grafik 6.1: Hansen ve Hansen'in deneyinde öfkeli ve mutlu yüzlerin kalabalık içinde tespit edilme süreleri

yüzü ayırt etmeleri bekleniyordu. Sonuçlar, dörtlü öfkeli resim setindeki mutlu yüzü bulmak için harcanan zamanın, dokuzlu öfkeli resim setindeki mutlu yüzü bulmak için harcanan zamandan daha az olduğunu, ancak mutlu yüzler arasındaki öfkeli yüzü bulma süresinin resim setindeki artan ek yüzlerin varlığından etkilenmediği yönündeydi (Grafik 6.1).

Daha güncel bir çalışmada, Ohman, Flykt ve Esteves (2001) bireylerin diğer görseller arasından yılan ve örümcek gibi korku uyandıran nesnelere ilişkin görselleri, çiçek ve mantar gibi korku yaratmayan görsellere kıyasla her zaman daha hızlı bulduklarını; korku uyandıran nesnelere bulma hızlarının gruptaki nesne sayısından bağımsızken, korku uyandırmayan nesnelere içinde bulunduğu nesne grubunun sayısı arttıkça tespit sürelerinin de arttığını; korkuyla ilgili olmayan nesnelere katılımcının baktığı

noktaya yakın bir konumda olduğunda daha hızlı bulunurken, korkuyla ilgili nesnelere bulunma süresinin resmin konumundan bağımsız olduğunu ve bu etkilerin yılan korkan bireyler için yılanla ilgili test durumlarında, örümcekte korkan bireyler için ise örümcekle ilgili test durumlarında daha belirgin olduğunu ortaya koymuşlardır. Bu sonuçlar, çevremizde yer alan tehdit edici uyarıcıların algısal önceliğe sahip olması durumu şeklinde tanımlanan algısal canlılık kavramını destekler niteliktedir.

Duygular, algısal sistemde fiziksel olarak tehdit edici uyarılara öncelik tanırken, psikolojik olarak tehdit edici uyarıların algılanmasını ise algı eşliğini yükselterek zorlaştırır (McGinnies, 1949). *Algısal savunma* olarak tanımlanan bu olgu, eleştiri ve alay içeren ya da bireyin değerleriyle çelişkili bilgiler gibi duygusal açıdan rahatsız edici ya da küçük düşürücü uyarıcıların diğer uyarıcılardan daha zor algılanması eğilimidir. McGinnies (1949) bireylere duygusal tehdit düzeyi farklılaşan sözcükler vererek bireylerin bu kelimeleri tanıma sürelerini ölçmüş ve rahatsız edici kelimelerin tanınması için geçen sürenin daha uzun olduğunu bulmuştur (Grafik 6.2). Algısal savunma kavramına göre uyarıcılar bilinçaltı bir düzeyde duygusal önemi

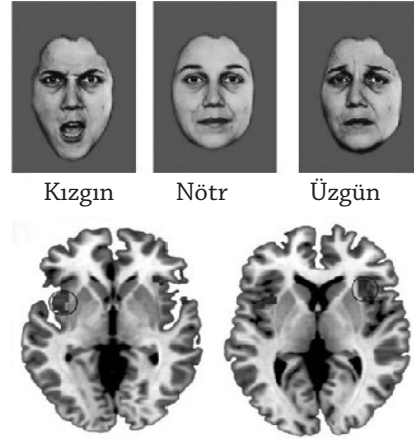


Grafik 6.2: Gözlemcilerin duygu yüklü ve nötr kelimeleri tanıma eşliğinin ortalamaları.

Algısal Savunma: Çevremizdeki duygusal olarak tehdit edici ya da rahatsız edici uyarıcıları algılamada yaşanan güçlük.

açısından değerlendirilir. Bilinçaltı seviyesinde rahatsız edici bulunan uyarılara karşı duygusal mekanizmalar algı eşliğini yükseltir ve bu uyarıcıların farkındalık seviyesine ulaşmadan süzülmesine neden olur. Mesela, sigara bağımlısı biri sigaranın zararları konusunda hazırlanmış diğerlerinin hayli dikkatini çeken son derece etkili bir afişin farkına varmakta zorlanabilir ya da sevdiği bireyin açık eleştirisi ve hakaretlerini ilk fark eden kişi olması gereken birey, bu durumu diğerlerinden daha geç fark edebilir. Borgeat, Saucier ve Dumont (1994) hamile kadınların bebek, baba ve hamilelik gibi kelimeleri tanıma sürelerini ölçmüş ve bu süreleri doğumdan sonra depresif belirtiler geliştirme oranıyla ilişkilendirmiştir. Araştırmacılar, doğumdan sonra depresyon geliştiren kadınların hamileliğe ilişkin kelimeleri tanıma sürelerinin daha uzun olduğunu bulmuşlardır.

Duyguların dikkat üzerindeki etkilerinin çocukluklarında travma yaşayan bireylerin kişilik gelişiminde belirleyici olabileceği ortaya çıkmıştır. McCrory, DeBrito, Sebastian ve diğerleri (2011) ebeveynleri arasındaki şiddete maruz kalan çocukların kızgın, üzgün ve nötr yüzlere verdikleri tepkiler sırasında beyin aktivasyonunu fonksiyonel manyetik rezonans görüntüleme tekniğiyle ölçmüşlerdir. Görüntüler, aile içi şiddete tanık olmuş çocukların kızgın yüzlere bakarken tehlike ve acı olasılığını belirlemede etkili olan beyin bölgelerinden sağ amigdala ve anterior insula alanlarında daha fazla aktivasyonun olduğunu ortaya koymuştur (Şekil 6.2). Üstelik aktivasyon seviyesinin aile içi şiddetin düzeyi ile de ilişkili olduğu belirlenmiştir. Bu sonuçlar aile içi şiddete tanıklık eden çocukların beyin yapılarında gerçekleşen sinirsel adaptasyonun tehlikeye karşı daha duyarlı olmalarına neden olduğunu göstermektedir.



Şekil 6.2: Aile içi şiddet deneyimleri yaşayan çocukların farklı duygusal nitelikteki uyarıcılar karşısında amigdala etkinlikleri.

DUYGULAR VE HAFIZA

Duygular, çevremizdeki uyarıcıların hangilerine dikkatimizi vererek belleğe aktarılmak üzere işleneceğini belirleyerek ve dikkatimizi çeken uyarıların bilişsel olarak işleme derinliğini etkileyerek hafızamızı etkiler. Araştırmacılar, uzun yıllardır deprem, kaza gibi travmatik anıların neredeyse fotoğrafik bir hafıza ile geri çağrıldığını belirtmektedir.



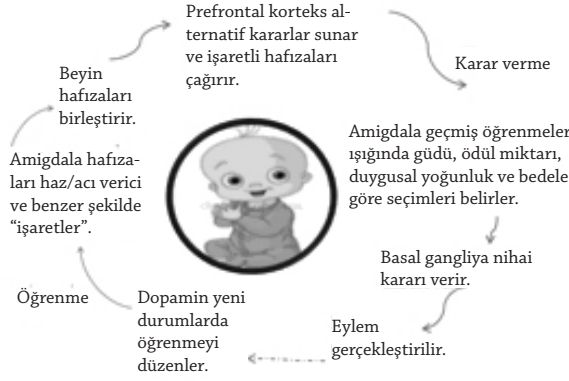
Ancak, duyguların hafıza üzerindeki etkilerini açıklamaya yönelik mekanizmalar ancak ancak 25 yıl içinde belirlenmeye başlanmıştır. Bu konudaki öncü çalışmaların birinde Cahill, Haier, Fallon ve arkadaşları (1996) duygusal içerikli ya da duygusal tema taşımayan nötr film kliplerini izleyen üniversite öğrencilerinin beyin etkinliklerini

PET analizi aracılığıyla ölçmüşlerdir. Analizlerden 3 hafta sonra öğrencilerden izledikleri klipleri hatırlamaları istenmiştir. Sonuçlar, duygusal uyarım sağlayan içeriklerin daha fazla hatırlandığını ve duygusal klipleri izlerken katılımcıların duygularla yakından ilgili olan amigdala taramalarının daha fazla etkinlik gösterdiğini ortaya koymuştur. Ayrıca, amigdala üzerindeki hasarla birlikte hafızaları işleyen hipokampüsteki etkinlik azalmakta ve duygusal kelimelerle ilgili hafızaya ilişkin performans da düşmektedir. Amigdala ile hipokampus arasındaki bu ilişkiye yönelik açıklamalara göre, dış dünyadaki uyarıcılara ilişkin bilgiler hipokampus tarafından işlenmeye başladığında kırılmalı ve bozulmaya eğilimlidir. İşlenen bilgilerin hipokampüsten bağımsız olarak kolayca geri çağrılabilmesi ancak belli bir zaman sonra gerçekleşir. Bu süreçte ilgili hafıza duygusal önemi açısından değerlendirilir. Duygusal açıdan önemli bulunan hafızalar amigdala aracılığıyla stres hormonlarının tetiklenmesine neden olarak hipokampusun bu uyarıcıları işleme düzeyini değiştirir (Phelps, 2004) ve böylece bu hafızalar daha güçlü bir şekilde depolanır.

DUYGULAR VE KARAR VERME

Duygular, çevredeki sayısız uyarıcılardan hangisine dikkatimizi yönlendireceğimizi belirlediği gibi, bu uyarıcıları nasıl anlamlandıracağımızı ve sonrasında vereceğimiz tepkiyi de belirler. Duyguların nörofizyolojisi alanında en tanınmış isimlerden biri olan Damasio (1994), duyguların karar verme sürecindeki yerini açıklamak amacıyla *somatik işaret hipotezini* (somatik marker hypothesis) öne sürmüştür. Somatik işaret hipotezine göre karar verme süreci sadece bilişsel ve rasyonel değildir, aynı zamanda beden somatik işaretlerini de içeren duygularla şekillenir. Somatik işaretler, benzer durumlara ilişkin geçmiş deneyimlerimiz ışığında oluşan duygularla birlikte ortaya çıkan fizyolojik tepkilerimizdir. Damasio'ya göre uyarıcılara karşı oluşan yüz ifadesi, kalp atışı, hormonal etkinlikler, kasların gevşeyip gerilmesi gibi değişimler ve bu değişimlerle eşleşen duygular beyin tarafından işlenerek zamanla birlikte ortaya çıktıkları durumlarla ve bu durumların sonuçlarıyla birleşir. Böylece, gelecekte karar vermemiz gerektiğinde geçmişteki belli durumlarla ve bu durumların sonuçlarıyla eşleşen fizyolojik tepkiler ya da somatik işaretler ilgili duyguyu tetikleyerek karar verme sürecini etkiler. Mesela, bir hata yaptığımızda annemiz tarafından azarlandığımızı düşünelim. Azar ve azarın sonucu oluşan hüznle ilgili fizyolojik tepkiler hata deneyimiyle eşleşir. Bu durumda, gelecekte öğretmenin sorduğu bir soru karşısında, cevap verip vermemeye karar verme öncesinde, daha önce bu tür bir durumla eşleşen fizyolojik uyarılma kaygı hissini tetikler. Böylece, hata yapma ve hatanın sonuçlarına dair olumsuz beklentilerden dolayı sorulan soruya cevap vermemeye karar verebiliriz. Somatik işaretlerin etkileri bilinçaltı ya da bilinç düzeyinde gerçekleşebilir. Bilinçaltı sürecinde beyin sapı ve ventral strata, bilinçli süreçte ise ileri korteksle ilintili bilişsel bilgi işleme gerçekleşir (Şekil 6.3).

Somatik İşaret Hipotezi: Karar verme sürecinde geçmiş deneyimlerimiz sonucu belli uyarıcılarla eşleşen somatik tepkilerimizin etkili olduğunu savunan anlayış.



Şekil 6.3: Somatik işaret hipotezi.

Bechara, Damasio, Damasio ve Anderson (1994) somatik işaret hipotezini destekleyen ünlü bir teknik geliştirmişlerdir. *Kumarca testi* (Gambling Test) olarak bilinen bu testte araştırmacılar karar verme, risk analizi, korku ve duyguların ketlenmesi gibi süreçlerde rol oynayan ventromedial ön beyin (VM) hasarına sahip hastalara ve normal bireylere toplamda 400 kartı "A B C D şeklinde" dörtlü diziler halinde sunmuştur. Deneklere kalarına 2000 puan yüklenmiş olduğu söylenmiş ve uygun kartları seçerek kazançlarını arttırmaları istenmiştir. A ve B kartlarının seçimi ya 100 puan kazandırmaktadır ya da 250 puan kaybettirmektedir. C ve D kartlarının seçimi ise ya 50 puan kazandırmaktadır ya da 50 puan kaybettirmektedir. A ve B kartlarının seçimi kısa erimli ödüller kazandırırken uzun vadede kayıplara neden olmakta, C ve D kartları kısa vadede düşük ödül sağlarken uzun vadede kazanç sağlamaktadır. Araştırmacılar VM hasarına sahip deneklerin normal deneklere nazaran, uzun vadeli kazancı daha fazla göz ardı ederek kısa vadeli ödüllere göre karar verdiklerini belirlemişler ve bu farkın nedenini araştırmak amacıyla karar verirken deneklerin deri iletim etkinliklerini ölçmüşlerdir. Bulgular, normal katılımcıların göreve ilişkin deneyim kazandıktan sonra, hangi kartı seçeceklerine ilişkin karar anının hemen öncesinde, özellikle risk içeren A ve B kartlarına ilişkin seçimlerinde deri iletkenliği etkinliklerinin arttığı, ancak VM hastalarında bu değişimin gerçekleşmediği yönündedir. Bu sonuçlar, karar verirken geçmiş deneyimlerimize bağlı duygusal beklentilerin sonucu oluşan fizyolojik tepkilerin karar sürecini etkilediğini savunan somatik marker hipotezini destekler niteliktedir.

Duygular karar verme sürecini kararı, karar verme sürecinde sahip olduğumuz duyguyla uyumlu hale getirerek de etkiler. Gouaux (1971) bireyleri gruplara ayırarak her bir gruba morallerini etkileyecek hüzün, heyecan ve nötr duygusal temaları içeren farklı filmlerden birini izlettirdikten sonra kendileri için yabancı olan birini ne kadar çekici bulduklarını değerlendirmelerini istedi. Sonuçlar izledikleri filmlerin uyardığı duygu durumuna bağlı olarak, katılımcıların yabancıyı çekici bulma düzeylerinin değiştiğini ve heyecan grubunda sunulan yabancıların daha çekici bulunurken hüzün grubunda sunulan yabancıların daha az çekici bulunduğunu ortaya koymuştur.



İLETİŞİM ARACI OLARAK DUYGULAR



Resimdeki bireylerin ne hissettiklerini tahmin edebilir misiniz? (Cevaplar için sayfanın aşağısına bakınız) Otuz yıldan fazla süren bir serüvene yelken açarken, yalan ve yüz ifadeleri konusunda araş-

tırmalarıyla dünyaca ünlü bir isim haline gelen Paul Ekman'ın merak ettiği soru da buydu. Duygular bütün dünya insanları tarafından evrensel bir şekilde tanınabilir biyolojik yazılımlar mı içerir, yoksa her kültürün kendine özgü duyguları ve ifade etme biçimleri mi vardır? Darwin'e göre türler arasında benzerlik gösteren duygular, çevresel ihtiyaçlara karşı gelişen ve hayatta kalmayı sağlayacak şekilde evrimleşmiş uyum sağlayıcı tepkilerdir. Bu yüzden farklı kültürler ve değişik canlı türleri tarafından paylaşılan temel duygular önemli bir iletişim aracıdır. Duygular başkalarının niyetleri ve olası davranışları hakkında ipuçları sunarak sosyal ödül fırsatları ya da tehditler hakkında bilgi verir. Mesela çatık bir kaş, büyümüş göz bebekleri ve gergin kaslar kızgınlığı işaret ederken, gülümseyen bir yüz, rahat bir duruş ve sevgi dolu bakışlar güven ve dostluk mesajı iletir. Duygular, başkalarına karşı nasıl davranmamız gerektiği konusunda sağladığı ipuçları yanında, başkalarından ihtiyacımız olan destek ve yardımı elde edebilmemizi sağlayan sosyal bir etkileşim aracı olarak da işlevseldir. Hüzünlü bir ifade, düşmüş omuzlar, öne eğilmiş başgibi mutsuzluk belirtileri diğerlerinden ilgi ve empati kazanılmasını sağlar.

Ekman (2003), duyguların öğrenilmiş olup olmadığını öğrenmek amacıyla yaptığı pek çok çalışmadan birinde, dünyanın diğer kısmı ile neredeyse hiç bağlantısı olmayan Avustralya'da Yeni



Gine adalarındaki yerlilere farklı duygusal temalar içeren hikâyeler sunarak hikâyedeki bireylerin ne tür yüz ifadelerine sahip olabileceğini göstermelerini istemiştir. Daha sonra, yerlilerden elde ettiği bu yüz ifadelerini içeren fotoğrafları Amerikalı bireylere sunarak hangi duyguların ifade edildiğini sormuş ve Amerikalıların yüz ifadelerini tanımakta hiç zorlanmadıkları sonucunu elde etmiştir. Ekman'a göre bunun nedeni, insanların evrimsel olarak tanımlanabilen yüz ifadesi ya da davranışlar içeren "temel duygulara" sahip olmalarındanır. Bu duygular çevresel tehdit ve değişikliklere karşı bizi koruma işlevine sahip olduğu için çabuk, kısa süreli ve otomatik değerlendirmelere dayalı istemsiz tepkilerdir. Doğuştan görme engelli bebeklerin bile söz konusu temel duyguların ifadesinde benzer yüz ifadeleri sergilemeleri, farklı kültürlerde bu ifadelerin tanınabilirliği ve biyolojik ola-

Cevaplar: 1. Kızgınlık 2. Tiksinti 3. Mutluluk 4. Hüzün

rak belirlenmiş bir sıraya göre ortaya çıkması Ekman'ın görüşlerini destekler niteliktedir. Ekman 6 temel duygu tanımlamıştır; mutluluk, hüzün, korku, tiksinti, şaşkınlık ve öfke. Ekman her ne kadar sınırlı sayıda temel duygunun varlığından bahsetse de, insan yüzünün bu temel duyguların farklı birleşimleri sonucu mikro ifadeler dahil 20 binden fazla ifade üretebileceğini belirtmektedir. *Mikro ifadeler* gizlenmeye çalışılan herhangi bir duygu karşısında ortaya çıkan olağanüstü hızlı ve saniyenin beşte birinden daha kısa süreli yüz ifadeleridir. Ekman bu ifadeleri “sızıntı” kaynağı olarak tanımlanmaktadır. Bu ifadeler normal bir konuşma sırasında bilinç seviyesinde fark edilmeyecek kadar hızlı olsa da, bilinçaltında hızlı bir şekilde işlenerek karşıdakinin gerçek duyguları hakkında bilgi sunar.

DUYGULAR VE AHLAKİ DAVRANIŞLAR

Ahlak, doğru ve yanlış/iyi ve kötünün değerlendirilmesini gerektirir ki bu otomatik olarak duygusal tepkileri tetikler. Dolayısıyla, ahlaki bir konuda karar verirken konuya ilişkin duygularımız bu süreçte önemli olur. Duyguların ahlaki davranışlarla ilişkisini gösteren bir çalışmada araştırmacılar katılımcıların “kanunları çiğnememeliyiz” gibi ahlaki değer içeren cümleler ile “taşlar sudan oluşur” gibi ahlaki açıdan nötr bilgi içeren cümleleri değerlendirirken beyin aktivitelerini ölçmüşler ve sonucunda ahlaki değer içeren cümleleri değerlendirirken beynin duygu bölgelerinin de etkin olduğunu belirtmişlerdir (Moll, de Oliveira-Souza ve Eslinger, 2003). Horberg, Oveis, Keltner ve Cohen (2009) yaptıkları çalışmada bir kısmına tiksinti, bir kısmına ise hüzün hissetmelerini sağlayacak video klipleri izlettirdikten sonra üniversite öğrencilerinden ahlaki olarak yanlış ve doğru davranışları içeren (cinsel serbestlik, vejetaryenlik gibi) ifadeleri değerlendirmelerini istemişlerdir. Bulgular, tiksinti oluşturulan grubun ahlaki kararlarının daha belirgin hâle geldiği yani, doğru davranışları daha doğru, yanlış davranışları ise daha yanlış olarak değerlendirdikleri şeklindedir. Ayrıca, negatif duygularla eşleşen öğeler ahlaki olarak da olumsuz değerlendirmeler almaktadırlar. Wheatley ve Haidt (2005) ise yaptıkları çalışmada denekleri sıklıkla kelimesini duyduklarında tiksintmelerini sağlayacak şekilde hipnotize etmişlerdir. Daha sonra, deneklerden ahlaksal olarak kabul edilmez ya da saygı uyandıran özellikler içeren hikâye karakterlerinin davranışlarını değerlendirmelerini istemişlerdir. Deneysel manipülasyon amacıyla hikâyeler bazı durumlarda hipnotize edilen “sıklıkla” ifadesini içerirken, bazı durumlarda “sıklıkla” ifadesi içermeksizin sunulmuştur. Katılımcılar daha önce tiksintiye hipnotize oldukları “sıklıkla” kelimesi içeren hikâyelerdeki ahlaksal olarak saygı uyandıran davranışları ahlaksal olarak kabul edilmez olarak yargılamışlardır. Ayrıca, bu durumun tersi de geçerlidir; yani, pozitif duygular ahlaki olarak doğru olmayan davranışları daha kolay kabul etmeyi sağlar, mutlu insanların yanlış kararları daha az sorguladıkları ve daha az eleştirel düşündükleri bildirilmiştir. Bu yüzden, insanların politik ve ideolojik görüşlerini değiştirmelerinin bu kadar zor olmasının bir nedeni ahlaki kararların gerçekte sahip oldukları doğru ve yanlış özelliklerinin ötesinde, bu görüşlerin bizde uyandırdığı duyguya uygun şekilde yeniden yapılandırılmalarına bağlı olmasıdır (Vincent, Emich, Goncalo, 2013). Duygularla ahlaki davranışların bu kadar ilintili olması suçluların duygu yetisi olup olmadığı sorusunu oluşturur.



Duygu bilimi videosunu izlemek için web sayfamızı ziyaret edebilirsiniz.

DUYGULAR VE PSİKOPATİ



Dennis Rader 15 Ocak 1974 tarihinde dışarıdaki telefon kablosunu kestikten sonra elindeki silahı kullanarak 9 ve 11 yaşlarında iki çocuğu olan çiftin evine zorla girdi. Daha sonra ellerini bağladığı aile üyelerini tek tek başlarına plastik torba geçirip boğarak öldürdü. 11 yaşındaki küçük kızın direndiğini fark ettiğinde onu bodruma götürerek kalorifer direğine bağladı ve işkence ederken “anne” diye yalvarmasından büyük keyif alarak öldürdü. Daha sonra 10 kişiyi daha öldürdüğü ortaya çıkan Rader’in yaptıklarından hiç kimsenin haberi yoktu. Gönüllü olarak izci kulübüne başkanlık ediyordu ve kiliseye düzenli giden iki çocuklu mutlu bir ev erkeği idi. Sizce bir insanı bu acımasız yapan nedir?

Bu soruyu cevaplamadan önce tramvay raylarının üstündeki bir üst geçitte duruyor olduğunuzu hayal edin. Tramvayın, kontrolden çıkmış bir şekilde bu durumdan habersiz beş işçiye doğru savrulduğunu görebiliyorsunuz, fakat onu yönlendirecek bir kaldıraç bulunmuyor. Ancak, üst geçitte sizin yanınızda duran büyük bir adam var. Bu cüssenin tramvayı durduracağından kuşkunuz yok. O halde, tramvayı durdurmak ve bu sayede diğer beş kişiyi kurtarmak için adamı raylara itip kurban eder misiniz? Kahane ve arkadaşları (2017) sağlıklı insanların bu soruya cevap verirken ciddi bir ikilem yaşarken, psikopatların çok rahat bir şekilde adamı atmaya seçtiklerini ortaya çıkarmıştır.

Psikopatlar genel nüfusun sadece %1’ini oluşturur. Buna rağmen, mahkumların %20 ila %30’unun psikopatlardan oluştuğu (Harpur ve Hare, 1994), psikopatların şiddet içeren suçlara daha fazla karıştıkları (Salekin, Rogers ve Sewell, 1996), hapis cezasından sonra tekrar suç işleme olasılıklarının çok daha fazla olduğu ve suç işleyen psikopatların %90’ının 20 yıl içinde şiddet içeren başka bir suça da karıştığı belirtilmektedir (Rice ve Harris, 1997). Hare (1993) psikopatları etkileyici, ancak genellikle ardında kırık kalpler, yıkılmış hayaller ve boş cüzdancılar bırakan duygusuz ve empati yoksunluğuna sahip insanlar olarak tanımlamaktadır.

Psikopatların karar verirken diğerlerinin duygularına böylesi duyarsız kalması, bu olguya yönelik açıklamaların duygusal problemlere yoğunlaşmasına neden olmuştur. Psikopatının kökenlerini açıklamaya yönelik bu teorilerin ilkinde, psikopati teriminin babası olan Cleckley (1941-1976) psikopatların, dilin duygusal anlamını kavrayamadıklarını ve bu yüzden normal insanlarda geçmiş deneyimler sonucu oluşan bağların yarattığı güçlü duygusal tepkileri yaşayamadıklarını belirtmektedir. Diğer bir deyişle, bu insanlar duyguları anlamakta, ancak yaşayamamaktadırlar. Bir başka açıklama ise psikopatların duygusal açıdan yetersiz oldukları görüşüne katılmakla birlikte bu duygusal yetersizliğin korku ve kaygıyla sınırlı olduğunu ileri sürmektedir. Bu açıklamaya göre psikopatlar kaygı ve korku hissetmedikleri için toplumun ceza mekanizmasının yaptırımları sonucu gelişen vicdana sahip olamazlar (Lykken, 1995; Patrick ve Lang, 1999).