

Bristol Üniversitesi Öğretim Üyesi,
Nörobilim Profesörü Bruce Hood
“gerçek samimiyet”in olmadığını söylüyor

Samimiyet yanılsaması

Türkiye’de bu yıl yayımlanan “Benlik Yanılsaması” adlı kitabınızda “Kim olduğumuz benliğimizin bir öyküsüdür, beynimiz tarafından inşa edilmiş bir anlatıdır” diyorsunuz. Nedir benlik inşası?

Her birimiz anne-babamızdan aldığımız genlerle doğarız ama kim olduğumuz biyolojimizin ve hayatımız boyunca yaşadığımız deneyimlerin birleşmesiyle şekillenir. Deneyimlerimiz; nasıl biri olduğumuz, nasıl davrandığımızla ilgili düşüncelerimizi şekillendirir; bir başka deyişle benlik duygumuzu oluşturur. Oysa kendimizin, hayat yolculuğuna çıkmış, çevremizde olan bitenden bağımsız bir birey olduğumuzu düşünüyoruz. Bence gerçekte bizi şekillendirenin bu yolculuk olduğunu söylüyorum.

Bu yolculukta karşılaştığımız insanların benliğimizi şekillendirmedeki rolü nedir?

Daha bebekken bilinmezlerle karşı nasıl tepki vereceğimizi bakım verenlerden öğreniyoruz. Ebeveynler, tehditler karşısında verdikleri tepkilerle, korkularını ve streslerini bebeğe aktarıyor. Ebeveynleri daha rahat olan bebeklerin, anksiyeteli ebeveynlerin bebeklerine oranla daha az tepkisel davrandığını görüyoruz. Michael Meaney’in fareler üzerinde yaptığı deneyden de bildiğimiz gibi bu biyolojik bir mekanizma. Anne farelerin annelik stilleri yavru farelerin strese tepkilerini belirliyor. İnsanlı çalışmalarda da aynı sonuçlar gözlemlenmiş. Yeni yürümeye başladığımız evrede, diğerlerinin bizimle ilgili düşüncelerine önem vermeye başlarız. Bu dönem için çocuğun

kendisiyle ilgili bilinçlenmeye başladığı dönem diyebiliriz. Bu dönemde utanç, suçluluk, utangançlık, sıklınganlık gibi özellikler yerleşir. Çocukluğun bundan sonraki kısmında ise bireyler artık anne-babalarının ve ailelerinin ne düşündüğünden çok yaşlıtlarının ne düşündüğüne odaklanırlar.

Peki dünyayı ve kendimizi algılamada kültür nasıl bir rol oynuyor?

Batı kültüründe bireysel olma ve başkalarının imreneceği statüler yaratma eğilimindeyiz. Geleneksel Doğu kültüründe ise kolektivist bakış açısı desteklenir. Önemli olan lider olmak değil, takımın parçası olmaktır. Kültüre bağlı olarak yetiştirilme tarzımız yetişkinlikteki yönelimlerimizi şekillendirir. Kimimiz kendimizi prestijli ve varlıklı göstermemiz gerektiği inancıyla yüksek statüler peşinde koşarız. Tabii ki herkes aynı değildir ancak farklı kültürlerde aynı genel kalıpları gözlemleyebiliriz.

Benlik inşasının hiçbir zaman son bulmadığını söylüyorsunuz. Farklı yaş dönemleri bizi nasıl değiştiriyor?

Bence genç yetişkinler ilişki kurmak, aile olmak, çocuk sahibi olmak, statü ve güç kazanmak gibi hedeflere odaklanıyorlar. Yaşlandıkça, bir zamanlar peşinden koştuğumuz bu hedeflerin göründükleri gibi olmadıklarının ve her zaman

Bruce Hood

Bristol Üniversite’sinde gelişimsel-bilişsel nörobilim profesörü ve Bristol Bilişsel Gelişim Merkezi yöneticisi. Nörobilim alanında Sloan Fellowship ve Robert L. Fantz ödüllerini aldı. “Benlik Yanılsaması: Sosyal Beyin, Kimliği Nasıl Oluşturur?” adlı kitabı Ayrıntı Yayınları’ndan çıktı.



“Bazı insanlar diğerlerine göre daha tutarlıdır, bizim samimiyet diye adlandırdığımız da bu tutarlılıktır.”

beklediğimiz tatmini sağlamadıklarının farkına varıyoruz. Olgunluğumuz arttıkça minnet duymayı öğreniyoruz. Bir de tabii ki ölümün bilincine varıp, hayatın sadece hedeflere ulaşım-ulaşmamaktan ibaret olmadığını anlıyoruz.

Benlik öykümüzle tutarsız görünen şeyler yaptığımız oluyor. Milgram deneyi bunun en çarpıcı örneklerinden biri. Nasıl oluyor da insanlar bu kadar beklenmedik şekilde davranabiliyor?

Çünkü biz doğal olarak benliğimizin gerçek olduğunu varsayıyoruz. Bu da kişileri başarılı ve başarısızlıkları yüzünden övmemize ya da suçlamamıza neden oluyor. Mesela, derslerinde başarılı oldu diye, her olanak önüne sunulmuş çocuğu mu, miras aldığı genleri mi, yoksa sağlıklı ve mutlu anne-babasıyla, doğru seçilmiş çocukluk arkadaşlarını mı tebrik etmeliyiz?

Tabii ki başkalarıyla ilgili bu şekilde düşünmüyoruz ama açıkça görülüyor ki değerlendirmelerimizi yaparken bu

değişkenleri hesaba katmalıyız. Aynı şekilde biri cezalandırılacaksa da bu değişkenlerin etkisini dikkate almalıyız.

Başkalarını değerlendirirken beynimiz samimiyet ile ikiyüzlülük arasında ayırım yapabiliyor mu?

Hayır, beyin gerçek ve yanılsama arasındaki farkı anlayamaz.

Benlik yanılsamasına geliyoruz. Eğer benliğimiz bir yanılsamadan ibaretse gerçek samimiyetten bahsedebilir miyiz?

Hayır, kişiliğin ve kişilik hallerinin gerçek olduğuna inanmıyorum. Bazı insanlar diğerlerine göre daha tutarlıdır, bizim samimiyet diye adlandırdığımız da bu tutarlılıktır. Ancak tutarlılık hayat deneyimleriyle şekilleniyor, kişinin içinde olan bir şey değil.

Günümüzde sosyal medya; ilişki şekillerimizi, alışkanlıklarımızı ve algılarımızı çok hızlı değiştiriyor. Bu değişimler evrimsel süreçte sosyal beynimizi nasıl etkileyecek?

Evrim henüz tamamlanmadı ancak değişim dinamikleri 100 bin yıl öncesine göre daha kültürel. Son 10 yılda ortaya çıkan sosyal ağ siteleri öz kimlik üzerinde önemli bir rol oynayacak ve gelecek kuşakların kimlik algılarını giderek daha fazla şekillendirecek. Fakat sosyal ortamın evrimsel olarak bizi nasıl şekillendireceğini öngöremiyoruz.

Siz de deneysel psikolojiyle ilgileniyorsunuz. Facebook’un kullanıcıları üzerinde gizlice yaptığı deney hakkında ne düşünüyorsunuz?

Bu araştırma sonucunda ortaya konan verilerin bu kadar genelleştirilmesi beni şaşırttı. Davranış değişimi o kadar azdı ki, her bireyin haber kaynağına gönderilen bilgilerden bahsedildiği kadar etkilendiğinden şüpheliyim. Bence Facebook ve Google beğenilerinde tahmin ettiğimizden daha fazla manipülasyon söz konusu. Bu şirketlerin tekin olduğunu düşünmüyorum. Bence sadece kârlılığı artırmaya çalışıyorlar ama bunu yaparken yaratıcılığı zenginleştiren mekanizmaları bozuyorlar. Tabii bu hedef kitlenin tercihlerinin ve beğenilerinin paylaşıldığı her alan için geçerli. Filmlere, edebiyata, müziğe bakın... Batı kültüründe hepsi standartlaştırılıyorlar. İnternet herkese kendi sesini duyurma imkânı verse de bu gürültü kalabalığında bir şey duymak çok zor! ●