

SOSYAL İLİŞKİLERDE BAKIŞ VE KARŞILIKLI BAKIŞMA

Albert MEHRABIAN

1960'lardan sonra psikolojide "konuşma dışı haberleşme" - nonverbal communication - olarak tanımlanan yeni bir araştırma dalı gelişti. Buna göre, daha ilkel atalarımızdan bize miras kalan "konuşma dışı haberleşme" yolları: yüz ifadesi, ses tonu, vücut duruşu, enerji düzeyi (hareketlilik veya durgunluk) karşılıklı haberleşmelerde bireylere konuşma içeriğinden daha çok bilgi ve mesaj iletmektedir. Bu konuda yapılan bir araştırmaya göre bir ilişkide haberleşmenin % 55'i yüz ifadesi, % 35'i ses tonu ve yalnızca % 10'u konuşma içeriği ile oluşmaktadır.

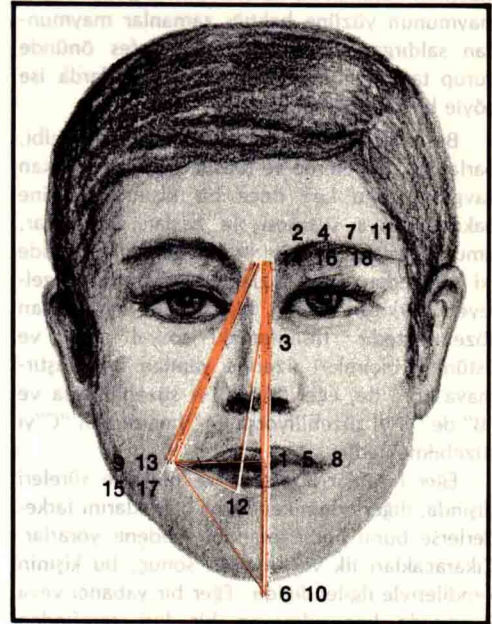
Bu yazıda bakış ve karşılıklı bakışma ile ilgili araştırmalara değinilmiştir. Karşımızdaki insana (gözlerine) ne kadar süre ve ne zaman baktığımız konuşma dışı haberleşmenin en önemli öğelerinden biridir. Bir insanın karşısındakine bakış biçimi onun "karşısındakine ilişkin izlenimi veya sosyal psikologların koyduğu biçimde "kişiler-arası tavrı" hakkında çok şey gösterir.

Video-teyple yapılan araştırmalara göre karşısındaki "gözlerine bakmak" gerçekte bakışları tam göz doğrultusuna yöneltmek değildir. Bakana ve bakılana göre, sürekli bakış, aslında karşısındaki insanın yüzü üzerinde bakışları dolaştırmak şeklinde olur. Resimde tipik bir konuşma sırasında 10 saniyelik sürekli bakış görülmektedir. Bakışlar 10 saniye içinde alın, ağız ve burun çevresinde 18 değişik yere odaklanmaktadır. Bundan ötürü karşısındaki "gözlerine bakmak" terimi yerine "yüz-tepkisi" terimini kullanmak daha uygundur.

Yapılan araştırmalara göre karşısındaki insanın yüzüne bakış oranı o kişiden hoşlanmakla doğru orantılıdır. Buna göre karşısındakini sevmeyen veya karşısındakinden hoşnutsuz olan kişi ona daha az bakmaktadır. Aynı şekilde karşılıklı bakışma miktarı ile birdiğerini sevmek arasında da doğru orantı bulunmaktadır. Bazı edebiyat ve antropoji verilerine göre bakışın kur yapmada çok önemli bir yeri vardır. 18. Yüzyılda Kazanova Madrid'te sokakta gördüğü kadınların kendisine bakışlarını bir davet olarak tarif eder. Margaret Mead, Pasifik adalarında ilkel kavimlerde kur

yapma davranışını karşılıklı bakışmalar olarak gözlemiştir.

Nefret ve düşmanlık ta bakışla belli edilebilir. Bu duyguları belirtmek için bazen yüze, bazen de uzağa bakılmaktadır. Birincisine örnek, ABD'nin güney eyaletlerinde gelenek olan zencilere yöneltilen "nefret bakışı"dır. Umumi yerlerde yabancılara karşı bir "genel ilgisizlik", yani kişilere sürekli bakmamak biçiminde bir adet vardır. Nefret bakışı bu adetin kasten bozulması olmaktadır. Düşmanlık aynı zamanda, karşınızdaki insana bakmanız beklendiği bir durumda



Sürekli bakış gibi görülen 10 saniyelik konuşma süresinde dinleyicinin bakışları değişik yerlere örneğin resimde kendisi ile konuşan kişinin yüzünde 18 değişik yere odaklanmıştır.

o insana bakmayıp başka bir yere bakmakla da ifade edilir.

Hayvanlarda da bakış, sosyal ilişkilerin kurulmasında ve devam ettirilmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Fareler ve kuşlar üzerinde yapılan gözlemlere göre bu hayvanlar çoğunlukla başka hayvanların görüşünden gizlenecek biçimde durmaktadırlar. Örneğin: başı veya vücudu geriye çevirmek, başı gizlemek, gözleri kapamak veya uyur gibi durmak. Saldırgan karşılaşmalarda veya kur yapmada görülen bu davranışların saldırganlığı azaltıcı ve kaçmayı önleyici etkisi vardır. Bu davranışlar aynı zamanda karşıdaki hayvanın saldırma olasılığını azaltacak "yatıştırıcı sinyaller" olmaktadır.

Primatlarda (şempanze, orangutan gibi gelişmiş maymunlarda) da çoğunlukla "bakışsal dikkat yapısı" denilen bir olgu vardır. Buna göre, dikkat, her zaman, zayıf hayvanlardan baskın (dominan) olanlara doğru yönelmektedir. Baskın hayvanın güvenli ve sakin duruşu, diğer hayvanları süzme ve hafif gözleri kısma şeklinde görülür. Zayıf hayvan, karşılaşmalarda bakışını kaçırarak baskın hayvanın saldırma olasılığını azaltır. Bu konuya ilişkin bir deneyde, içinde maymun bulunan bir kafesin önüne gelen insan, maymunun yüzüne baktığı zamanlar maymundan saldırganca tepki görmüş, kafes önünde durup ta maymuna bakmadığı zamanlarda ise böyle bir tepki görülmemiştir.

Basın raporlarında da sık sık rastlandığı gibi, barlarda, caddelerde ve futbol maçlarında çıkan kavgalar çoğu kez önce bir kişinin diğerine bakması veya süzmesi ile başlar. Bir yazar, umumi yerlerde bakışların bir yabancı üzerinde iki saniyeden daha fazla bekletilmesini engelleyen herkesin bildiği bir kuralın varlığından söz etmektedir. İnsanlardaki sosyal statü ve üstünlük biçimleri üzerine yapılan bir araştırmaya göre de, eğer "A" "B"yi süzebiliyorsa ve "B" de "C"yi süzebiliyorsa "A" her zaman "C"yi süzebilmektedir.

Eğer insanlar konuşma ve dinleme süreleri dışında, diğerlerinin kendisine baktıklarını farkederlerse bunu her zaman bir nedene yorarlar. Çıkaracakları ilk ve en basit sonuç, bu kişinin kendileriyle ilgilendiğidir. Eğer bir yabancı veya kendisiyle konuşulmayan bir kişi tarafından o kişiye bakılıyorsa bu kişi bir olayın ortaya çıkmasını veya bir ilişkinin başlamasını umar. Gerçekten de herhangi bir ortamda bir insanın "bakışlarını yakalamak" o kişiyi ilişkiyi başlatmaya zorunlu kılar: Bundan ötürü garsonlar ve oturma yöneticileri gözgöze gelmeyi bertaraf edecek bir kabiliyet geliştirmişlerdir.

Bazı filozoflar ve filozof-psikologlar daha da ileri giderek birisine bakılma olayına büyük

mistik anlam vermişlerdir. Örneğin Merleau Ponty bakılarak "varlığı yokedilmiş" veya "bir cisme dönüştürülmüş" insanlardan söz eder. Bazen akıl hastaları bakılmaya ilişkin sınırlar göyerek kendilerinin taşla dönüşeceklerini veya buna benzer bir sona sürükleneceklerini sanarak ıstırap ve sıkıntı çekerler. Bakışla ilgili bu gibi mantık-dışı görüşlere bazı kültürlerde de rastlanır. Örneğin nazara ve kem göze inanmak gibi. Bakışla insanlara, ekinlere veya hayvanlara kötülük yapabilme hassası erkeklerden çok kadınlara atfedilir.

Bakılmanın ve süzülmenin yarattığı korkunun bir diğer açıklaması da, doğuştan gelen mekanizmalarda yatar. Örneğin gözbebeğinin biçimi bazı kuş türlerine korkutucu ve ürkütücü gelmektedir. Belki bu durum insanlar için de doğrudur ve nazar bakışı inancı buradan kaynaklanmış olabilir.

Bazen insanlara bakmamak ta sihirli anlamlara yorulur. Bir hristiyan inanışında ölülerin insan olarak tekrar canlandıkları ve bu varlıkların her zaman insanların yüzüne bakmalarından tanındıkları söylenir. Bu yüzden bu batıl inanca kapılmış kişiler konuşma esnasında gözünü kaçıranlardan aşırı derecede şüphelenirler.

Şimdi yine bilimsel verilere dönelim. Yapılan bir dizi çalışmaya göre genel olarak bir insan ne kadar çok karşısındakine bakarsa karşıdaki insan o kadar çok sevildiğini hissedecektir. Bir çalışmaya göre de, bakışın dağılımı da önemlidir. Şöyle ki, insanlar uzun bakışlar yöneltenleri, sık sık ve kısa bakışlar yöneltenlerden daha olumlu değerlendirmektedirler. Fakat fazla sürekli bakış veya süzüş te, konuşma süresinin yaklaşık dörtte-üçünü alan normal bakış biçiminden daha olumsuz değerlendirilmektedir. Yine bir araştırmada daha çok bakan kişiler daha dürüst ve inanılabilir algılanmıştır. Yalan söylemekte olan kişilerin de konuşurken daha az baktıkları gözlenmiştir. Mamafih, günlük ilişkilerde, karşısındakine bakmayan kişiler hakkında insanların çıkardıkları en genel yorum onların sinirli ve güvensiz olduklarıdır.

Başka bir çalışmada, konuşma süresinin yalnızca % 15'inde bakan insanlar "ürkek", "zayıf", "hassas", "gergin" ve "tekâmül etmemiş" olarak nitelendirilmişlerdir.

Tabii ki, birbaşkasının gözlerine bakmak, yalnızca eğer bakan kişi karşısındaki ile konuşuyorsa veya onu tanıyorsa, arkadaşça nitelendirilir. Eğer bakışın hedefi hiç tanınmayan bir yabancıysa o zaman bakış nedeni çok değişik değerlendirilir.

Bir üniversite kütüphanesinde yapılan çalışmada yabancılar tarafından kendilerine bakılan kişiler bundan rahatsız olmuşlar, bazıları protesto etmişler, bazıları da salonu terketmişlerdir.

Kırmızı trafik ışıklarında bekleyen sürücülere ısrarla bakıldığında, bu sürücülerin geçidi daha çabuk terkettikleri görülmüştür. Başka yerlerde de, daha önce değindiğimiz gibi ısrarla bakış bir kavga, ya da en azından bir tehdit olayına yol açabilir. Hayat tecrübeleri insanlara "kendisine bakılma"nın mutlaka herhangi bir olaya başlangıç olduğunu öğretmiştir. Bu olay, ortama ve kişilere bağlı olarak değişir. Fakat bakan kişi tam bir yabancı ise muhtemelen hoş olmayan bir olay gelişecektir.

Bakış üzerine yapılan araştırmaların bazı pratik uygulamaları da olmaktadır. İnsanların ne zaman ve niçin baktıkları hakkında detaylı bilgiler elde edildikten sonra karşılıklı konuşabilme yeteneğini kazanmada veya karşısındaki insana bakmakta güçlük çeken kişilerin bu yetersizlikleri giderilebilir. Seçilen bazı nörotik hastaların sosyal yeteneklerini geliştirmede bu yolla bazı başarılar elde edilmiştir. Hastaların, karşısındakine bakmayarak ilgisizlik ve düşmanlık izlenimi yaratmaları veya çok fazla bakarak tedirgin ve rahatsız etmeleri, ya da yanlış zamanlarda bakarak konuşmanın normal seyrini bozmaları bu bilgilerden yararlanılarak tedavi edilebilir.

*AMERICAN SCIENTIST'ten
Derleyen: Murat ÖZKUL*

SOLUCAN BAYRAMI ÜZERİNE

Halil İbrahim GÖKTÜRK

Dergimizin "121" No'lu sayısında "Çorak-tuzlu toprakların ekime elverişli duruma getirilmesi" konusunda bir yazı yayınlanmıştı. Üstelik bu yazıyla çağrıştımlanan "İsrail Dene-mesi"ne ilişkin bir "Solucan Bayramı"ndan da kısaca söz etmiştik. İşte bu ilginç "Solucan Bayramı"nın yazarı üstad Vedat Nedim Tör'dür. Kendisiyle geçen Nisan ayında ve görevi başında (ki usta, 80 yaşında olmasına karşın halâ örnek bir delikanlı gibi çalışmaktadır) yine o toprak konusunu eşeliyerek görüştük. O, bundan yıllar önce yayımlanmış unutulmaz makalesini bize şöylece özetleyiverdi:

"Belleğimin vefasızlığına bağışlayın.. Yıllarca önce, İsrail Konsolosluğu'nda gördüğüm bir film hiç aklımdan çıkmıyor. Filmin adı "Solucan Bayramı" idi. Konusu hemen hemen şöyle: İsrail'de uçsuz, bucaksız bir kum çölü. Ordan burdan akan küçük sular.. Bir baraj yapılıyor, bu suları biriktiriyorlar. Dolan barajın kapaklarını açıyorlar ve kum çölünü suya boğuyorlar. Ardından kapaklar kapanıyor. Kızgın güneş altında sular buğulaşiyor ve geride bembeyaz bir tuz çölü kalıyor. Buldozerler, kamyonlar yanaş-ıyor ve tuzları kazıyarak kamyonlara yükleyip götürüyorlar. Barajların kapakları yine açılıyor, çöl yine suya boğuluyor. Sular buğulaşıp uçunca, yine alta apak bir tuz çölü.. Yine sular salınır, buğulaşıp uçar, tuzlar kazınır ve kamyonlarla taşınır. Bu işlemler, bir gün kazılan topraklardan kıvrır kıvrır bir solucanın çıkmasına kadar sürer gider.

Aman efendim, ne büyük olay!. Çünkü, solucan, ancak biyolojik yaşamın başladığı topraklarda görünürmüş. Ve işte, o gece, dünyanın çeşitli ülkelerinden, Polonya'dan, Rusya'dan, Almanya'dan, Fas'dan, Hint'ten, Çin'den gelen Yahudi işçiler, renk renk giysileriyle çadırlarından çıkıp meyn'aleler yakarlar.. Ve kendi halk oyunlarını oynayarak "Solucan Bayramı"ni birlikte kutlularlar."

"Ve sonra, bu topraklardan yer yer örnekler alarak Weisman Enstitüleri'ne gönderiyorlar. Örnekleri, bilim adamları, laboratuvarlarda inceliyor. Ve her örneğe uygun gübre çeşidi saptanıyor. Hasılı bunlarla topraklar gübrelenir, sürülür ve portakal fidanları dikilir.

Aradan yıllar geçer, portakal fidanları kocaman ağaç olurlar. Altın rengi portakallar dalları basar, birbirinden güzel kızlar, onları kollarındaki sepetlere doldururlar. Büyük yığınlar halinde biriken portakallar, kamyonlarla ambalaj atölyelerine gönderilir. Oradan da sandıklanıp vapurlara yüklenerek yabancı ülkelere ihraç olunur.

İşte aşağı yukarı filmin konusu budur. Eğer elimden gelse, o filmi bütün devlet adamlarımıza gösterirdim. Çünkü o film bana, Berlin Üniversitesi'ndeki hocam Prof. Werner Sombart'ın yine hiç unutamadığım bir sözünü anımsatır: (Politika, bilimin yaşama uygulanması olmalıdır).

İşte, Yahudiler, bilimi yaşama uygulayabil-meleri sayesinde en olumsuz doğal koşullar