

Zeynep Tozar



Psikoloji



Hepsi Bir Hayal Miydi?

“Benim hafızam iyidir, yanılmam” diyenlerdenseniz, Londra University College araştırmacılarının size söyleyeceği bir çift söz var: “Gelin de önce bizim testimizden geçin bakalım!” Oldukça basit bir kuraldan oluşan bu testten yüzlerinin aklıya çıkan kişi sayısının beklediklerinden çok daha az olduğu düşünülürse, pek de haksız sayılmazlar. Görünüşe bakılırsa, bir olaya gerçekten tanık mı olduğumuz, yoksa onu yalnızca ‘öyle’ mi hayal ettiğimiz konusunda sandığımızdan daha beceriksiziz. Bunun nedeniye aslında

belleğimizin zayıflığından çok, boşlukları ‘kendince’ dolduran, beynimizdeki frontal (alın) lobların küçük uçkağıtları. “Zihinlerimiz, bellekte oluşabilecek boşlukları kimi zaman bizim için tamamlayabiliyor” diyor araştırmacılar. “Böyle durumlarda da birşeye gerçekten mi tanık olduğumuz, yoksa onu kurguladığımızla ilgili olarak şaşkınlığa düşebiliyoruz.”

Ancak yine de gerçeğe büyük ölçüde hakimiz ve neyin gerçek, neyin hayali olduğunu yeterince iyi biçimde ayırdedebiliyoruz. Bu konuda arada sırada tökezlemekse yaşamımızın genel akışını pek etkilemiyor. Tabii aynı şey, felç ya da şizofreni gibi, gerçeği kontrol sisteminin darbe aldığı durumlar için geçerli değil. University College araştırmacılarının yaptığı çalışma, bir olayın gerçekten mi olduğu, yoksa olduğunun hayal mi edildiğini hatırlamaya çalışırken, sağlıklı bireylerde yapılan beyin taramalarının, halüsinasyon görenlerle aynı beyin alanlarına işaret ettiğini gösteriyor. Araştırmacılarından Burgess, “halüsinasyonların, dış dünyaya ilişkin bilgileri hayal edilenden ayırtma güçlüğünden kaynaklandığını düşünüyoruz” diyor.

Yapılan teste gelince... Deneklere “Laurel ve Hardy”, “rock and roll”, “kıymalı yumurta” gibi iyi bilinen 96 sözcük çifti gösterilerek, ikinci sözcüğün içerdiği harf sayısını söylemeleri isteniyor. Bu arada ikinci sözcük birçok durumda aslında hiç gösterilmeyerek, katılımcıların hayal gücüne bırakılmış oluyor. Daha sonra, yalnızca ikinci sözcük temelinde olmak üzere katılımcılardan hangi sözcükleri gördükleri, hangilerini hayal ettiklerini hatırlamaları isteniyor ve bu sırada da beyin etkinlikleri, işlevsel manyetik rezonans görüntüleme (fMRI) tekniğiyle belirleniyor. Doğru hatırlayan kişilerde etkinleşen beyin bölgesinin, frontal lobun ön kısımlarında yer alan ve hayalle gerçekliğin kontrol edildiği bir bölge olduğu saptanıyor. Cevaplarında yanılığın olan kişilerdeyse bu bölgedeki etkinliğin daha düşük olduğu saptanıyor. İkinci grup, toplamın % 20’den fazlası; ki araştırmacılara göre bu küçük bir oran gibi görünse bile, aslında hiç de değil. Ne demek istediklerini anlamak için, bu kişilerden birinin bir tanık sandalyesine oturabileceğini düşünmek -ki bu kendimiz de olabiliriz- yeterli olsa gerek.

University College London Basın Duyurusu, 23 Haziran 2006

Utangaçlığın Ödülü

“Siz onların öyle bir köşeye büzülüp durduğuna bakmayın; kafalarında birsürü şey evirip çeviriyorlar” diyor araştırmacılar utangaç insanlar için. Yeni bir insanla tanışma gibi kaçındıkları ya da aşına olmadıkları bir durumla karşılaştıklarında, bu kişilerin beyinlerinde olumsuz duyguların işlenmesinden sorumlu bir beyin bölgesinin aşırı etkinleştiği biliniyor. ABD Bethesda’daki Ulusal Sağlık Enstitüsü’nde yapılan bir çalışmaya, utangaçların yalnızca ürkütücü durumlara değil, her türlü uyarana daha duyarlı olabileceklerini gösteriyor.

Ergenlik çağındaki 32 çocuk (13’ü aşırı utangaç, 19’u da girişken yapıda) üzerinde yapılan beyin taramaları, ilginç sonuçlar vermiş durumda. Çocuklar, para kazanıp kaybetmeleriyle sonuçlanacak bir oyun oynadıkları sırada, işlevsel manyetik rezonans görüntüleme (fMRI) tekniğiyle beyin taramaları yapılmış. Onlardan istenen, bir işaret gördüklerinde önlerindeki düğmeye mümkün olduğunca hızlı basmak. Zamanında ba-

sarlarsa para kazanıyor, en azından kaybetmiyorlar. İki grubun da benzeri performans gösterdiği, ayrıca korku duygusunu denetleyen “amigdala” adlı beyin yapısının etkinliğinde de gruplar arasında herhangi bir fark olmadığı saptanmış. Ancak utangaç çocuklarda, beynin “ödül sistemi”ni oluşturan yapılarla, diğerlerine göre 2-3 kat fazla etkinlik ortaya çıkmış. “Şu ana kadar utangaçlığın yalnızca toplumsal durumlardan kaçın-

makla ilgili olduğu düşünülüyordu” diyor araştırmacılarından Monique Ernst. “Görüyoruz ki beyin ödül sistemi de bu kişilerde hayli etkin.”

Bu, şimdilik nedenleri hakkında pek tahmin yürütülemeyen bir sonuç. Yorumlardan biri, aşırı utangaç çocukların, ister ürkütücü ister ödüllendirici olsun, birçok uyarı tipine karşı artmış bir duyarlılık gösterdikleri yolunda. Bulgular bu çocukların, yaşamlarının

sonraki dönemlerinde ruhsal bozukluk geliştirmeye diğerlerinden neden daha yatkın olduklarını da açıklar nitelikte. Ancak tüm bunlar, ufkun karanlık olduğu anlamına gelmiyor. Kazanıp kaybetme konusundaki duyarlılıkları, araştırmacılara göre olumlu duyguları da daha yoğun biçimde yaşamalarını sağlıyor olabilir.

Science, 13 Haziran 2006

