

Koç Üniversitesi, Psikoloji Bölümü
Yüksek Lisans Öğrencisi

“Zeki insanlar sorunları çözer, dâhilerse oluşmasını engeller.”

Albert Einstein

“Aptal, bencil ve sağlıklı olmak mutluluğun şartlarıdır, lakin eğer aptallık eksikse diğerleri de gereksizdir.”

Gustave Flaubert



Zekâ ve Mutluluk: Dost mu Düşman mı?

Kendi gözlem ve kanaatlerime dayanarak, insanların çok büyük bir kısmının zeki olmak için ciddi çaba sarf ettiğini söyleyebilirim. Aptal sözcüğü hemen hemen tüm dillerde hakaret olarak kullanılıyor. Zekânız ortalamanın altındaysa çoğu toplumda dışlanabilir ve yalnız kalabilirsiniz. Peki, neden zeki olmak istiyoruz? Zeki olmak yaşamdaki nihai hedeflerimizden biri mi, yoksa yüksek zekâyâ sahip olmak nihai hedeflerimize daha kolay ulaşmamızı sağlayan bir araç mı?

Peki ya mutluluk? O nihai bir hedef olabilir mi? Hayatta yaptığımız çoğu şeyi bizi mutluluğa götürsün diye yapıyor olabilir miyiz? Örneğin istediğimiz işi yapmak, varlık sahibi olmak, sevdiğimizle zaman geçirmek. Zeki olmayı da mutlu olmak için istiyor olabilir miyiz? Mesela zeki olursak istediğimiz okulu daha az çabayla kazanabiliriz ya da işverenimize zeki olduğumuz gösterir, zor işlerin üstesinden gelirken terfi alabiliriz.

Diğer yandan aptallığın mutluluk getireceğini düşünenler de var. Örneğin sosyal hayatta olup bitenleri algılayamazsak, sorunların varlığını da fark edemez ve mutlu oluruz diye düşünebiliriz.

Hangi taraf haklı?

London'daki University College London'da çalışan psikolog araştırmacılar zekâ ve mutluluk arasındaki nasıl bir ilişki olduğunu bulmak üzere yola çıkmış. 6870 kişinin katılımıyla gerçekleştirdikleri çalışmada katılımcıların zekâ düzeylerini ölçmüş ve ardından son zamanlarda ne kadar mutlu olduklarını sormuşlar. Kendilerini “çok mutlu” olarak tanımlayan kişilerin IQ değerlerinin 120 ile 129 arasında değiştiğini gözlemlemişler. Kendilerini “çok mutsuz” olarak tanımlayan katılımcıların ise IQ değerlerinin 70 ile 79 arasında değiştiğini fark etmişler. Yani bu araştırmanın sonucunda zekânın mutlulukla dost olduğu sonucuna ulaşılmış.

Araştırmanın yürütücülerinden Angela Hassiotis zeki insanların daha mutlu olmasını eğitim ve yüksek gelire daha rahat ulaşabilmeleriyle açıklıyor. Eşit şartlar tanındığında zeki insanların kendilerine sunulan olanakları daha iyi değerlendirdiği ve bu olanaklar sayesinde hayatlarını kolaylaştırdıklarını ekliyor. Örneğin zekâsı sayesinde iyi eğitime erişmiş bir çocuk, ileride yüksek gelir getiren bir işe sahip olabilir. Hayat standartları da geliriyle doğru orantılı olduğu için konforlu ve mutlu yaşayabilir.

Buraya kadarını biliyoruz, ama ne yapabiliriz?

Hassiotis çocukluk döneminin zekâ gelişimi için çok kritik zamanlar olduğunu söylüyor ve tüm dünyada eğitim, medya ve sosyal politikalarından sorumlu yetkilileri zekâ geliştirici programlar düzenlemeye davet ediyor. Özellikle de sosyoekonomik düzeyleri düşük olan ailelerin çocuklarının ileride rahat bir hayat yaşaması ve mutlu olması için en etkili yöntemin bu olduğunu belirtiyor.

Kaynaklar

Ali, A., Ambler, G., Strydom, A., Rai, D., Cooper, C., McManus, S., Hassiotis, A., “The relationship between happiness and intelligent quotient: the contribution of socioeconomic and clinical factors”, *Psychological Medicine*, 2012.
<http://www.bbc.co.uk/news/health-19659985>