

Keyifli Okumalar Dileriz

Binlerce kategoride milyonlarca PDF e-kitap, ders kitapları, dergiler ve romanlara platformumuz üzerinden ücretsiz ulaşabilirsiniz.

RESMİ WEB SİTEMİZ

<https://rantey.org>

Yedek ve Duyuru Kanallarımız

Sitemize erişim engeli gelmesi veya adres değişikliği durumunda aşağıdaki kanallardan güncel giriş adresine erişebilirsiniz:

- Telegram: <https://t.me/birkitapbir>
- WhatsApp Kanalımız : <https://whatsapp.com/channel/0029VbDHv8uE50Us4lvMoc0Y>

TY TASHIRO



Sosyal Açıdan Tuhaf Olmanın ve Bunun Neden Harika Olduğının Bilimi



Paloma 

Sosyal hayatta kendimizi rahat hissetmemize engel olan tuhaf kişilik özellikleri olağanüstü başarıların tohumlarını nasıl atabilir?

Modern sosyal hayat, en karizmatik olanımızın bile bazen kendisini bir ahmak gibi hissetmesine neden olurken, kabaca beşimizden birini de çok zorlar.

Kendisi de "tuhaf" bir kişiliğe sahip olan Ty Tashiro, kitapta psikoloji, nörobilim ve sosyoloji alanlarında onlarca yıldır yapılan araştırmaları ortaya koyarak yaygın olarak görülen tuhaf biri olma durumunu ve bunun nedenlerini anlamamız için yol gösteriyor. Sunduğu kişisel hikâyeler ve gerçek dünyadan verdiği örneklerle, potansiyelimizi gerçekleştirmek için kişisel garipliklerimizi ve özgün yeteneklerimizi nasıl kucaklayabileceğimize dair değerli içgörüler paylaşıyor. Bunu yaparken otizm spektrum bozukluğu ve Asperger Sendromu konuları üzerine sunduğu kapsamlı bilgiler kafa karışıklığı yaratan kimi özelliklerin ve durumların netleşmesine yardımcı oluyor.

Tuhaf kitabı, insanlarda iyi bir ilk izlenim bırakmak için neler gerektiği, duyguların işlevi ve sosyal formalitelerin arkasında yatan mantık nedir gibi hususlarla ilgilenen, sosyal yaşamın anlaşılması güç kuralları konusunda içgörü edinmek isteyen tuhaf bireyler, modern sosyal yaşamın hepimiz için nasıl tuhaf bir dünyaya dönüşmekte olduğunu anlamak isteyenler ve aynı zamanda tuhaf bireyleri neyin mutlu ettiğini ve olağanüstü potansiyellerini nasıl destekleyebileceklerini öğrenmek isteyen ebeveynler, öğretmenler, danışmanlar, yöneticiler ve özellikle de tuhaf bireylerin eşleri için benzersiz bir kaynak.



Paloma
www.palomayayinevi.com



Yazar Hakkında

Yazar, ilişki uzmanı ve konuşmacı Ty Tashiro, Minnesota Üniversitesi'nde psikoloji alanında doktora yaptı. Çeşitli ödüller alan Tashiro, Maryland Üniversitesi ve Colorado Üniversitesi'nde dersler vermektedir. 2014'te yayımlanan diğer kitabı *The Science of Happily Ever After*, büyük ilgi görmüştür. New York City'de yaşamaktadır.

Yaşam Dizisi 81 / Paloma Kitapları 110

Tuhaf - Sosyal Açıdan Tuhaf Olmanın ve Bunun Neden Harika Olduğunun Bilimi

Ty Tashiro

© Paloma Yayınevi, 2017

Yayın hakları Paloma Yayınevi'ne aittir. Kitabın hiçbir bölümü, herhangi bir biçimde, yayınevinin izni olmadan çoğaltılamaz.

Orijinal adı: Awkward - The Science of Why We're Socially Awkward and Why That's Awesome

Copyright © 2017 Ty Tashiro. Bu kitabın Türkçe çevirisi Defiore and Company ile yapılan sözleşmeye istinaden basılmış, telif hakları Kayı Telif Hakları Ajansı aracılığıyla alınmıştır.

1. Baskı / Kasım 2019

ISBN: 978-605-9200-57-8

İngilizceden çeviren: Esra Ergün

Yayına hazırlayan: Banu Erol

Düzeltili: Erdal Gürsoy

Kapak ve iç sayfa tasarımı: Dilek Şişli

Baskı: Doğam Matbaacılık Basım Yayın Kağıt ve Matbaa Malz. Ltd Şti.

Maltepe Mah. Litros Yolu, Fatih San. Sit. No: 12-166-167 D: 168-169

Zeytinburnu-İstanbul. Matbaa sertifika no: 33891.

Cilt: Gökhan Mücellit, Zeytinburnu, İstanbul.

Paloma Yayınevi—Paloma Medya Hizmetleri San. ve Tic. Ltd. Şti.

Yayıncılık sertifika no: 23401

Hocapaşa Mah. Ankara Cad. No: 28 Ankara İşhanı Kat: 2

Büro: 14-15 Cağaloğlu / İstanbul • 0 (212) 514 27 20

info@palomayayinevi.com • www.palomayayinevi.com

Ty Tashiro

TUHAF

Sosyal Açıdan Tuhaf Olmanın
ve Bunun Neden Harika Olduğunun Bilimi

Çeviren: Esra Ergün



**Daha iyi bir yola ışık tutan
kardeşlerim için**

İçindekiler

Önsöz	11
-------	----

KISIM I: TAMAM, BU BİRAZ TUHAF

1: TUHAF OLMAK NE DEMEK?	25
Ait olmaya Duyduğumuz Temel İhtiyaç	30
Hepimiz Tuhaf Anlar Yaşarız	36
Asosyal Zekiler, Ezikler ve İnekler	40
Dünyayı Tuhaf Birinin Gözlerinden Görmek	42
2: TUHAF BİRİ OLMAK YANLIŞ BİR ŞEY Mİ?	48
Garip ve Ciddi	53
Tuhaflık, Otizm Spektrumunda mı?	55
Dışadönük, Kendinden Emin ve Tam Anlamıyla Tuhaf	62
Sosyal Akıcılığa Sahip Olma Rüyası	66
3: HOŞ BECERİLER PEŞİNDE	70
Huzurlarınızda Tuhaf Beyniniz	73
İpucunu Yakalamak	76
Gerçekten “Gözlerinde Görebiliyor” Musunuz?	78
Patavatsızlık Yapmayı Nasıl Başardım?	81
Akıl Baştan Gidince	87
4: DUYGULAR BENİ GARİP HİSSETTİRİYOR	91
Duygusal Kısımları Atlayabilir Miyiz?	95
Yoğun Duygu Dünyası	98
Tuhaf Hissetmenin İşlevi	102
Dar Odağı Genişletme	106
Yüzünü Neden Öyle Yapıyorsun?	111

5: SEVİLEN İNSANLARIN ZİHNİNİN KİLİDİNİ AÇMA	115
Tuhaf Bir Zihnin Teorisi	118
Hoşlanılan Biri Olma Teorisi	122
Zorbaların Şaşırtıcı Sosyal Becerileri	127
Şeytan Ayrıntıda Gizlidir	130
Sosyal Eşitliğin Değeri	134

KISIM II: İŞLER TUHAFLAŞIYOR
MODERN TOPLUMSAL GEÇİŞLER HERKESİN
KENDİSİNİ DAHA TUHAF HİSSETMESİNE
NASIL SEBEP OLUYOR?

6: TUHAF BİR ÇOCUĞU BÜYÜTMEK	141
Tuhaf Ailelerin Doğası	145
Tuhaf Dürtülere Karşı Sosyal Beklentiler	150
Tuhaf Olmanın Verdiği Haz	154
Süper Şarjlı Üstbenlik	158
Tuhaf Çocuklara Sosyal Temeller İnşa Etmeleri için Yardımcı Olmak	163
İkinci Tepsiyi de Pişirin	168
7: ARKADAŞ EDİNMENİN TUHAFLIĞI	173
Kaç Arkadaş Yeterli Olur?	176
Toplumsal Kurumların Çöküşü	180
Benim Davranışlarıma Takılmayın	187
Tuhaf Biri Olarak Arkadaş Edinmek	190
Damlayan Sosyal Ekonomi	197
8: FLÖRT ETME VE SEKS ÇOK TUHAF	199
Romantik İlişkilerdeki “Romantiğe” Ne Oldu?	201
Arkadaşlık Alanını Kendi Menfaatine Kullanmak	203
Çevrimiçi Flört Etme Bir Tuhaflık Kuluçkası Olabilir	206
Seks Süper Tuhaftır	210
Samimiyetle Tuhaf	215
Sonsuza Dek Mutlu Olmaya Giden Tuhaf Yol	221

KISIM III: TUHAF NASIL MUHTEŞEME DÖNÜŞTÜ?

9: GERÇEKTEN OLAĞANÜSTÜ	227
Tuhaflık Uyumsal Olduğunda	228
Üstün Yeteneklilik Tekildir, Çoğul Değil	231
Huzursuz Bir Zihin	236
Üstün Yeteneklilik ile Tuhaflık Arasındaki İlişki	240
Kendine Sadık Kalmak ve Uyum Sağlamak	249
10: ÇIĞIR AÇAN YENİLİK	253
Şart Kipi	255
Uzmanlığın Getirdiği Konfor	257
İnovasyon Piyangosunu Kazanmak	259
Kusurlu Deha	265
Sonsöz	270
Teşekkür	275
Kaynakça	276
Dizin	283

ÖNSÖZ

Herkesin bana baktığını hissedebiliyorum. Havuzdan güvenli bir uzaklıkta kokteyllerini yudumlayan şık giyimli konuklar, tam önümde, suyun üzerinde durmakta zorlanan bu çelimsiz altı yaşındaki çocukla ne yapacağımı tabii ki merak ediyorlar. Ben de aynı şeyi merak ediyorum.

Sağa sola yalpalayan çocuğa yardım etmek için her elimi uzattığımda, “Bırak, ben yapacağım!” deyip beni reddediyor. Rahatsız edici bir sorumluluk hissediyorum ama aynı zamanda gösterdiği çabaya da saygı duymak istiyorum, dolayısıyla çabalamasına izin veriyorum. Yetişkinlerin yargılayıcı bakışları ve bu çelimsiz çocuğun kararlı ısrarı arasındaki gerginlik beni gerçekten çok tuhaf bir duruma sokuyor. Oysa o benim çocuğum bile değil.

Spencer, Minnesota Üniversitesi’nde yüksek lisans yaparken tanıştığım Zak’in oğluydu. Zak ile iletişimi koparmadık. 2013 sonbaharında Florida’da katıldığım bir psikoloji konferansı sayesinde Zak ve eşi Lydia ile kalma fırsatı yakaladım. Florida’ya vardığım gün, arka bahçelerinde Lydia için bir doğum günü partisi veriyorlardı. Spencer, normalde mesafeli bir yapıya sahip olmasına rağmen bir sebepten dolayı beni hemen yeni arkadaşı olarak benimsemişti.

İnsanlar partiye geldiklerinde, altı yaşındaki bir çocuğa sergilenen tipik davranışları sergilediler. En iyi “çocuk sesleri” ile Spencer’a kaç yaşında olduğunu sordular, ona boğacak gibi sarıldılar veya “Beni hatırlıyor musun Spencer?” sorularıyla sesli şekilde düşündüler. Çok tatlıydılar ama parti ortamındaki bu küçük sohbetler

Spencer için kriptonit etkisi yaratıyordu. Kaygı onu gözle görülür bir şekilde ele geçirmeye başlarken vücut dilini seyrettim: Yavaşça içine çekiliyordu. İyi niyetli bir konuk Spencer'a "Bu kadar yakışıklı olmayı nasıl başardın küçük adam?" diye sorduğunda, Spencer bana dönüp "Bana yüzme konusunda yardım etmeni istiyorum," dedi.

Spencer ve ben, Zak ve Lydia'dan bunun için izin istediğimizde gelen konukları ile ilgilenirken Spencer'a bakmamın harika olacağını söylediler. Havuza girmeye hazırlanırken Spencer "Dünkü yüzme dersimde havuza atlayıp kenara kadar sırt üstü yüzme çalışması yaptım," dedi. Bu alıştırmayı bana iki, üç defa gösterdi ama daha sonra bu konuda başarılı olduğu için sıkıldı. Örümcek adam gözlüklerini düzeltirken beş metre genişliğindeki havuzun diğer tarafına yüzmeye çalışacağını söyledi.

Spencer, diğer tarafa doğru köpekleme yüzerken yarım metre önünde durmamı istedi. İlk denemelerinde yarıya kadar ulaşmakta zorlandı ve bocalamaya başladığı her sefer yardımımı reddetti. En sonunda pes edip benden yardım istiyor, ben de onu havuzun kenarına taşıyordum. Bir dakika dinlendikten sonra "Haydi, yine deneyelim," diyordu.

Ben de bir Olimpiyat yarışmacısı falan değilim elbette ki ama altı yaşındaki Spencer'a da güç veya koordinasyon yeteneği hiç bahsedilmemiş. Yüzme şekli kesinlikle spastik bir havaya sahipti ve sesli nefes alış verişleri ile insana istemeden rahatsızlık veriyordu. Kendine olan aşırı güvenini takdir ediyordum ama aynı zamanda da suyun üzerinde durma becerisi konusunda endişeliydim. Bana biraz yol göstermeleri için Zak ve Lydia'ya baktım, bu olağanüstü mücadelenin normal olduğunu onaylar gibi kafalarını salladılar.

Havuzun karşı kenarına ulaşma çabasında her başarısız oluşunda Spencer daha da hırslandı ve dördüncü başarısız girişiminden sonra gözyaşlarını neredeyse tutamayacak hâle geldi. Havuzun ke-

narında yanına oturup parmağımla havuzu işaret ederek inanılmaz bir ilerleme kaydettiğini söyledim ve yarın tekrar denemeyi teklif ettim. Ancak Spencer gözümün içine bakmıyordu ve önerdiğim kolay yola kulak verdiğini pek sanmıyorum. Kendi kafasının içinde kaybolmuş, başarısız olduğu denemeleri aklında tekrar tekrar canlandırıp sorunu çözecek daha iyi yollar bulmaya çalışıyor gibiydi. Gözlerime olmasa da bana dikkatle baktı ve soğukkanlı bir tonda “Bir deneme daha...” dedi.

Spencer’in hırsını anlamak için ebeveynleri hakkında biraz bilgiye sahip olmak gerek. Yüksek lisans dönemimizde Zak, uygulamalı matematik dersinin yıldız öğrencilerinden biriydi. Mezun olduktan sonra NASA’da işe girdi ve teknik olarak roket bilimcisi oldu. Lydia ise ülkedeki en iyi fikrî mülkiyet avukatlarından biriydi. Çok güçlü zekâları ve azimleriyle şahane bir çifttiler ama aynı zamanda da benim her zaman sadık dostlarım olan mütevazı ve nazik insanlardı.

Zak beni havaalanından eve götürürken Spencer hakkında çok endişelendiğinden bahsetmişti. Anaokulunda diğer çocuklarla oynamayı pek istememiş, diğer çocuklarla iletişim kurmayı denediğinde ise davranışları fazla aşırıya kaçmış ve diğer çocuklar da onu garip bulmuş. Çocukların uzay yolculuğuna veya trenlere ilgi duyması garip bir durum değildir, ancak Spencer, gezegenlerin yörüngeleri ve farklı tipteki motorların yanma mekanizmaları gibi sorular konusunda saplantılıymış. Alışılacak ilgi alanları ile aşırıya kaçan davranışları bir araya gelince diğer çocuklarla oyun oynaması daha da zorlaşmış. Spencer okuldaki derslerinden sıkılıyormuş. Öğretmenleri de Spencer’ı genellikle daha büyük çocuklar için kullanılan “parlak ancak ilgisiz” ve “beklenen başarıyı göstermiyor” ifadeleriyle tanımlıyorlarmış.

Spencer, gezegenlerin yörüngelerine dair konuştuğunda veya buharlı motorların mekanizmasını açıkladığında parlak zekâsı ile

yetişkinleri şaşırtıyormuş. Spencer'ın zihni, gördüğü olaylara dayalı geniş kataloğundan derlediği bilgileri kullanan gözlem yeteneği ile her zaman iş başındaymış. Spencer, altı yaşındaki bir çocuğun bedenine sıkışıp kalmış kırk yaşında bir profesör gibiymiş. Ne var ki sosyal yeteneklerindeki eksiklikler, erken gelişmiş diğer yetenekleri gibi göze çarpıyormuş. Göz teması düzensiz, sözlü olmayan davranışları anlaşılmıyormuş ve teneffüs zamanlarında genellikle tek başına oynuyormuş.

Okuldaki rehber öğretmen, Spencer'ın dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu (ADHD) veya öğrenme güçlüğü gibi durumlarla ilgili bir çocuk psikoloğu tarafından değerlendirilmesini önermiş. Bir gece, Spencer uyuduktan sonra Zak karmaşık öneriler içeren bir rapora göz atmamı istedi. Spencer'ın psikoloğu olamayacağı-mın farkındaydı ama yine de çocuğunun ne düşündüğü ile ilgili bir bakış açısı edinme konusunda çaresizdi ve benim bir psikoloji profesörü olarak Spencer'ı en iyi nasıl destekleyebilecekleri konusunda birkaç öneri verebileceğimi umuyordu.

Okul psikoloğu, Spencer'ın IQ puanıyla kendi yaşındaki çocuklar arasında en yüksek %1'lik dilime girdiğini fark etmişti. Psikopatoloji test sonuçları, Spencer'ın ADHD ve karşı gelme bozukluğunun da dahil olduğu tanı koyulabilir bozuklukların hiçbirine sahip olmadığını gösteriyordu fakat ben profilinde bir düzensizlik fark ettim. Otokontrol puanları, yaşıtlı çocuklara kıyasla en düşük %10'luk dilime denk gelirken saplantılı eğilimleri en yüksek %50'lik dilimdeydi. Spencer psikolojik tanı koyulabilecek bir kategoriye girmiyordu ancak normal ile teşhis edilebilir problemi olan birey arasında bir yerdeydi. Psikolog Spencer'a "Yaygın Gelişim Bozukluğu – Aksi Tanımlanmadıkça" teşhisi koymuştu. Bu da benim görüşümce bir psikoloğun "Sosyal yönden bir şeyler sorunlu ama ne olduğu konusunda emin değilim," deme şeklidir.

Rapor üzerine biraz konuştuktan sonra Zak ve Lydia bana oldukça mantıklı bir soru sordu: “Peki ne yapmalıyız?” Uzun bir süre durakladıktan sonra “Üzgünüm, bilmiyorum,” cevabını verebildim. Cevabım, Lydia’nın avukat hislerini uyandırdı ve beni sorguya çekmeye başladı:

Spencer neden tuhaf bir çocuk? Onu tuhaf yapan ne?

Aslında Lydia, onu böyle tanımlamak için elimizde yeterince bilgi...

Çocukların ne kadarı kendini sosyal yönden tuhaf hissediyor?

Bunu biri araştırdı mı bilmiyorum...

Hem tuhaf biri olup hem de mutlu olabilir misin? Tuhaf insanlar da arkadaş edinebilir mi?

Tabii, ama...

Sen nasıl arkadaş edindin? Sen de çok tuhafsın.

Lydia’nın yüzü utançtan kıpkırmızı oldu. Son sorusu yüzünden özür dilemeye hazırlanıyordu ki gerek olmadığını söyledim. Bu, fark edilebilir tuhaf davranışlara sahip olmama rağmen yaşadığım hayattan mutlu olduğumu bana tekrar hatırlatan bir soruydu. Lydia’nın sesindeki aciliyet ve neredeyse paniğe kapılmış o ton çok tanıdık geldi. Benim sırlarını keşfedemeyeceğim kadar hızlı akan sosyal hayatta nasıl ayakta kalacağım üzerine kendi kendime kafa yordüğüm zamanlardaki ruh hâlimdi bu. Bu panik hâli yıllar önce geçmişti ama bunu nasıl başardım veya neyi değiştirdim ben de açıklayamıyorum.

Günlerini sosyal bilim araştırmalarını inceleyerek geçiren biri olarak elle tutulur cevaplar veremediğim için hayal kırıklığına uğramıştım. Bazı insanların neden daha tuhaf olduğunu ve tanıdığım birçok tuhaf insanın nasıl anlamlı sosyal bağlar kurabildiğini

açıklayan bir araştırma olmalıydı. Yine de Lydia'nın cevap aradığı sorulara tutarlı ve gerçeklere dayalı cevaplar vermiş kimseyi tanı-mıyordum.

Florida'daki bu yolculuğumdan sonra neden bazı insanların ken-dilerini sosyal konularda tuhaf hissettiklerinin ve gittikçe karmaşık-laşan sosyal dünyada nasıl ayakta kalabildiklerinin yanıtını bulmak bende saplantı oldu. Cevap bulmak için yüzlerce sayfa araştırma makalesi incelerken modern sosyal hayatın hepimizin kendisini daha tuhaf hissetmesine neden olduğunu iddia eden sosyolojik bir araştırma buldum. Hepimizin kendisini tuhaf hissettiği zamanlar olmuştur elbette ancak neden bazı insanların arada sırada değil de bir yaşam tarzı şeklinde kendilerini sürekli olarak tuhaf hisset-tiklerini açıklayan ilgi çekici bir psikolojik araştırma da buldum.

Tuhaf insanlar, dünyayı tuhaf olmayan insanlara göre daha fark-lı görürler. Tuhaf olmayan bir kişi kalabalık bir odaya girdiğinde doğal olarak büyük sosyal resmi görür. Odadaki duygusal havayı veya usulen nasıl davranması gerektiğini içgüdüsel olarak anlar. Ona kıyasla, tuhaf kişi sosyal durumları parçalar hâlinde görmeye meyillidir. Büyük sosyal resmi bir kerede görmelerini zorlaştıran dar odaklı bir görüş açıları varmış gibidir fakat bu görüş açısı da bazı detayları çok yoğun bir netlikte görmelerini sağlar.

Odaklı görüş açıları, onları doğası gereği sistematik olan, sos-yal olmayan alanlara çeker. Bu yüzden de matematik kurallarından veya kodlama mantığından ve oyun ya da koleksiyon yapma gibi hobilerden zevk alırlar. Satış veya müşteri temsilciliği gibi alanlar yerine Silikon Vadisi'ni ya da fizik teorisi gibi alanları tercih etme-lerine rağmen bu tür kişilere birçok iş alanında rastlayabilirsiniz. Belirli ilgi alanları ne olursa olsun tuhaf bireylerin ortak noktala-rı odaklı bir dünya görüş açısı ve ilgi alanlarını anlamaya yönelik saplantılı bir dürtüye sahip olmalarıdır. Sahip oldukları bu dürtü

de sıra dışı detayları ve detaylar arasındaki düzenlemeleri görmelerine yardımcı olur.

Tuhaf kişiler, ilgilerini çeken şeyler konusunda saplantılı davranan tutkulu insanlardır. Bir konu hakkında öğrenebildikleri her şeyi öğrenme takıntıları, araştırmacıların üstün başarılı kişilerde gözlemlediği “ustalaşma hırsına” ışık tutar. İnsanüstü başarıları inceleyen araştırmacılar, üstün başarılı kişilerin çok keskin bir odaklanma yetisi, alışagelmedik soruları veya çözümleri araştırma isteği ve teknoloji, sanat ya da eğlence alanındaki becerilerinde ustalaşma konusundaki saplantılı dürtüleri gibi bazı psikolojik nitelikler taşıdıklarını keşfetmiştir. Tuhaf kişilerin saplantılı yapıları, bir biliminsanına aynı prosedürü yüzlerce defa laboratuvarında tekrar tekrar yapmaya devam etmesinde yardım eder, bir dansçının plié hareketinin mekaniğiyle saatlerce uğraşmasını sağlar ve bir komedyenin yeni şakalarını mükemmelleştirirken seyirciler önünde başarısız olmasına imkân tanır.

Ancak tuhaf bireylerin belirli ilgi alanlarına aşırı ve saplantılı bir şekilde odaklanmaları, beraberinde bir fırsat maliyeti getirir: Diğer bireylerin kolayca yakalayabildiği ve sosyal hayatı sorunsuz bir şekilde sürdürmenin ayrılmaz parçası olan sosyal ipuçlarını ve kültürel beklentileri yakalamakta daha başarısızdırlar. Odaklı görüş açıları selamlaşma, sosyal meziyetler ve sözlü olmayan ipuçlarını anlama gibi rutin sosyal beklentileri neden karşılayamadıkları da dahil olmak üzere sergiledikleri yaygın davranış şekillerini açıklar. Başkalarıyla iletişim kurmak yerine kendi zihinlerinde kaybolmuş gibi de görünebilirler. Sosyal açıdan tuhaf bireyler, sosyal dünyada çok büyük veya çok küçük, çok sıcak ya da çok soğuk bir dünyada yaşayan Goldilocks¹ gibidir ama “tam olarak doğru davranışı” deneme

1 Gordilocks ve Üç Ayı masalındaki Gordilocks isimli kız. – e.n.

yanılma yöntemiyle aramaları, sosyal açıdan attıkları acı verici bazı yanlış adımlar ve bazen de yalnızlık hissini de beraberinde getirir.

Tuhaf bireyler için sosyal etkileşimler kaotiktir, bu yüzden de yeni sosyal durumları sakın bir şekilde değerlendirip ona göre davranmakta zorlanırlar. Bu durum da bilimsel yaklaşımı, tuhaf bireylerin sosyal etkileşimleri anlamaları için iyi bir araç hâline getirir. Bilimin genel amaçları karmaşık olguları açıklamak, bilgiyi düzenlemek ve rasgele gibi görünen sonuçları tahmin etmektir. Tuhaf bireylerin zihni, onları doğuştan biliminsanları yapmaya meyillidir çünkü detayları yakalamada, o detaylardaki örüntüleri anlamada ve sorunlara karşı sistematik bir yol izlemede başarılıdırlar.

Çocukken, nasıl çalıştığını görmek için tost makinesini parçalarına ayırmak veya kuşların kışın güneye uçmaları gerektiğini nereden bildikleri gibi ardı arkası kesilmeyen sorular sormak ya da hibrit motorların çalışma şekline hayran kalmak gibi beklenmedik davranışlar sergilerler. İlgilendikleri konu tost, güzel kuşlar veya hızlı arabalar değil, bunların gizli çalışma mekanizmalarıdır. Dolayısıyla bu kişiler için sosyalleşme yaklaşımı, sosyal iletişimlerini düzenli olarak parçalarına ayırdıktan sonra parçaların nasıl çalıştığını inceleyip, ardından bunları kendilerine uygun gelen şekilde çalışacak biçimde geri toplamaktır. Ne var ki sosyal hayat üzerine entelektüel bir çalışma yapmak onlara yetmez; gözlemlerini alışkanlığa dönmüş tekrarlanabilir davranışlara çevirmeye de ihtiyaç duyarlar. Laboratuvarda yanma sistemini keşfetmek ile güven içinde binlerce kilometre gidebilen bir araba motoru üretmek arasındaki fark da burada yatmaktadır.

Nasıl daha karizmatik veya girişken olunabileceği üzerine bolca kişisel gelişim önerisi var ama tuhaf kişilerin aradığı aslında bu değildir, en azından en başta. Tuhaf kişilere genellikle “Dışarı çık” veya “Sadece kendin ol” gibi iyi niyetli öğütler verilir ya da

ebeveynler, okuldaki zor bir günün ardından çocuklarına “Onlar seni kıskanıyor,” gibi tesellilerde bulunabilir. Ne var ki tuhaf kişiler için bu tavsiyelerin hiçbiri bir şey ifade etmez. Bu tür tavsiyeleri duyduklarında “Dış dünya ile baş etmede zorlanıyorum” veya “Kendim olmak, tuhaf olmak demek” ve “O çocukların sosyal hayatımı kıskandığını hiç sanmıyorum” gibi düşüncelere kapılırlar. Çoğu tuhaf birey, karizmatik veya süper popüler olmayı umursamaz; rutin sosyal durumları nasıl yöneteceğini bilmek ve okulda ya da işte uyum sağlamak onlar için yeterlidir.

Bu kitabı iyi bir ilk izlenim bırakmak için neler gerekli, duyguların işlevi ve sosyal formalitelerin arkasında yatan mantık nedir gibi hususları yöneten, sosyal yaşamın anlaşılması güç kuralları konusunda bir içgörü edinmek isteyen tuhaf bireyler için yazdım. Fakat aynı zamanda modern sosyal yaşamın hepimiz için nasıl tuhaf bir dünyaya dönüşmekte olduğunu anlamak isteyenler ve tuhaf bireyleri neyin mutlu ettiğini ve olağanüstü potansiyellerini nasıl destekleyebileceklerini öğrenmek isteyen ebeveynler, öğretmenler, danışmanlar, yöneticiler ve hatta tuhaf bireylerin eşleri için yazdım. Tuhaf bireylerin bazı psikolojik özellikleri ortak olsa da bu bireylerin hepsinin aynı olmadığını unutmamak gerek. Tuhaf niteliklerin farklı kombinasyonlarına sahiptirler ve bu nitelikler diğer kişilik özellikleriyle bir araya gelerek farklı tuhaflik tarzları yaratabilirler.

Tuhaf olmayan bir kişi, tuhaf bir kişinin sosyal sakarlıklarının ötesine baktığında ve onu gerçekten tanımak için zaman harcadığında genellikle onun sadece farklı bir dünya görüşüne sahip iyi biri olduğunu anlar. Tuhaf kişiler bana genellikle şöyle der: “Keşke insanlar bana bir şans verse. Bence beni seveceklerdir.” Bu dilek, daha sonra inceleyeceğimiz çalışmalarla da uyumlu. Bu çalışmalar, tuhaf insanların rutin sosyal etkileşimler kurmada zorluk çekmesinin diğer insanların onların gerçekte nasıl insanlar olduklarını

anlamasını engellediğini gösteriyor oysa tuhaf kişiler genellikle pek bariz olmayan ama ilgi çekici ve değerli kişisel özelliklere sahiptirler. Tuhaf insanlar, rutin sosyal ilişkilerde neler beklendiğini ve bekleneni neden karşılayamadıklarını anlayabilir ve insanların görmelerini istedikleri kişisel özelliklerini alçakgönüllülükle daha kolay görünür yapmanın bir yolunu bulabilirler.

Bu kitabın amaçlamadığı birkaç nokta var. Hedefim, tuhaf insanlar için bahaneler yaratmak ya da diğer kişilerden çok daha kötü durumda oldukları izlenimini vermek değil. Sosyal beklentiler ve kültürel kurallar bazen iyi bir neden için vardır; özellikle de bu kuralların var olma nedeni, herkese adil davranılmasını veya saygı duyulmasını sağlamaya dayanıyorsa. Bana kalırsa tuhaf insanlar diğerlerinin biraz daha fazla sabırlı olmasından fayda görebilirler ama tuhaf insanlar da sosyal etkileşimlerini geliştirmek için ellerinden geleni yapmalıdır.

Bir kişinin sosyal konulardaki mücadelesini asla küçümseme niyetinde olmadan tuhaf durumlar üzerine sağlıklı bir mizah dengesi kurmaya çok dikkat ederim. Benim dışındaki kişiler hakkındaki tuhaf hikâyeleri anlatırken karma karakterler oluşturup her bir hikâyedeki detayların bir kısmını karıştırdım. Ancak ben yaşadığımız tuhaf anlara gülmenin oldukça sağlıklı olduğunu düşünüyorum. Sosyal konularda attığımız yanlış adımlar üzerine şakalar yapmak utanç duygumuz ya da özgüvenimize aldığımız darbeler için harika bir antidot olabilir.

Sosyal tuhafliğa dair bulduğum birçok kaliteli araştırma beni yüreklendirdi ancak bilimsel araştırmanın her alanında olduğu gibi bazen de karmaşık sonuçlarla karşılaştım. Bazı araştırma bulguları, mesleki terimlerle doluyken diğerleri karmaşık istatistiksel analizler içeriyordu. Tuhaf kişiler ilgi alanları konusunda aşırı heyecanlı olduğundan diğer insanların hiç de ilgisini çekmeyen

konularda kolayca nutuk çekmeye başlayabileceğimizi unutmama-lydım. Kitaplardaki teorileri ve araştırma bulgularını özetlerken adil bir denge kurmak için elimden geleni yaptım ama karmaşıklık ile netlik ve kapsamlı ile öz bilgiler verme arasında sürekli bir ger-ginlik hissettim. Güvenilir araştırma bulguları üzerinde durmak için elimden geleni yapmama rağmen okuyucular bulduğum tüm bulguların kendi özel durumları için geçerli olmadığını görecekler. Orijinal kaynaklarla ilgili daha detaylı bilgiye sahip olmak isteyen okurlar, her bölümde yer alan temel konular üzerine seçilen çalış-maların referanslarını içeren kaynakçaya göz atabilir.

En sonunda ise incelediğim yüzlerce bilimsel çalışmanın içinden ince farklar taşıyan sonuçlara sahip beklenmedik bir şablon ortaya çık-tı ve bu şablon, neden tuhaf olduğumuz hakkında ve insanları tuhaf yapan psikolojik özelliklerin onları başka konularda üstün başarılarla imza atabilen insanlara nasıl dönüştürdüğüne dair şaşırtıcı içgörüler ortaya koydu. Umarım bu zengin bilimsel içerik sizin de tuhaf ol-manın neden harika bir şey olabileceğini anlamanıza yardımcı olur.

Veda gibi yarı duygusal ritüeller, Spencer’a göre değildi. Dış kapıda anne ve babasına sarıldıktan sonra, izlediği *Lokomotif Thomas* bö-lümünü bölmemek için Spencer’a uzaktan el salladım ama o kane-peden atlayıp kapıya doğru koşup bana tuhaf ama içten bir şekilde yandan sarıldı ve “Arkadaşın olmak güzeldi,” dedi.

Aynı gün New York City’ye dönerken harika ve aynı zamanda tuhaf olan kişiler hakkında bazı cevaplar bulmaya karar verdim. Dizüstü bilgisayarımı açtım ve şu başlıkla bir yazı yazmaya baş-ladım:

TUHAF: Sosyal Açıdan Tuhaf Olmanın ve Bunun Neden Harika Olduğunun Bilimi

KISIM I

TAMAM, BU BİRAZ TUHAF

BÖLÜM 1

TUHAF OLMAK NE DEMEK?

Yüksek lisansta keşfettiğim ilk şey neredeyse normal biri olduğumdu. Minnesota Üniversite'sinde yüksek lisans yapmaya 1999 yılının sonbaharında başladım. Yeni öğrencilere kişilik özellikleri, entelektüel becerileri ve mesleki ilgi alanları hakkında kendilerine geribildirim verecek özenle hazırlanmış psikolojik bir değerlendirmeye girme seçeneği sunuluyordu. Değerlendirmenin eğlenceli bir kendini keşfetme alıştırması olacağını düşündüm ancak testlerden sonra bu ayrıntılı test sonuçlarının kısmen varlıklarından mutlu bir şekilde bihaber olduğun için daha önce beni hiç rahatsız etmeyen anormal özelliklere sahip olduğumu ortaya çıkarabileceğini fark ettim.

İki hafta sonra posta kutumda mührün üzerinde GİZLİ RAPORLAR yazılı sarı bir zarf buldum. Sanki uzun süredir girilmeyen bir tavan arasına giriyormuşçasına tedirgin bir şekilde dikkatlice raporu açtım. İçeride dönüklük, kibarlık, düzenlilik ve zekânın çeşitli biçimleri gibi niteliklerde puanımın çan eğrisinin neresinde olduğunu gösteren düzinelerce tablo vardı. Her tablonun yanında “normal işlevsellik aralığına” mı, yoksa teşhis edilebilir bir patoloji aralığına mı girdiğimi belirten yazılı özetler vardı.

Spencer'ın psikolojik test profilleri gibi benim de kişiliğim ve patoloji puanlarım açıkça teşhis edilebilen bir aralığa girmiyordu ancak sonuçlar dengesizdi. Örneğin, kibarlık ve merak gibi kişi-

lik özelliklerine ilişkin puanlarım normal bir kişiye oranla önemli ölçüde yüksekti ancak sabır ve düzenlilik niteliklerim normalin çok altındaydı. Bir saniye durup diğer kişiler için kibar bir şekilde sabırsız veya dağınık bir meraka sahip olan bir kişiyi anlamamanın nasıl olabileceğini düşündüm.

İlk birkaç sayfa genel olarak nispeten normal bir profil çiziyordu ama “Sosyal Gelişim” bölümünün ortalarına doğru bazı olağandışı kalıplar başladı. Bu bölümde aile üyelerimin bazılarıyla yapılan görüşmeler yer alıyordu ve testi düzenleyen psikolog tek bir sorunun cevabının altını çizmişti: “Ty ile on iki yaşından önceki en önemli anınız nedir?” Görüşmeler ayrı olarak gerçekleştirilmişti ancak herkes aynı cevabı vermişti: “Ty’in annesinin ona odaklanmasını söylemesi.”

Görüşmeye katılanlardan bazıları sürekli tekrarlanan bir olayı ayrıntılı anlatmıştı: Bir bardak sütün dökülmesi. Görüşmeciler bu olayın küçük yaşlarda ortaya çıktığını ve “beklenenden çok daha uzun sürdüğünü” belirtmişti. Kahverengi gözlerimi çevreleyen yuvarlak şekilde kesilmiş saçlarımla mutfak tezgâhında otururken bakışlarımı süt kutusuna kilitliyorum. Annem de terzide diktirdiği elbiselerinden birini giymiş, tüm şıklığıyla önümde dikilip aynı süt kutusuna ve yanındaki boş bardağa kilitleniyor. En sonunda süt kutusunu kavrayıp yavaşça masadan kaldırdığımda annem gayet açık anlaşılır bir direktif veriyor: “O-DAK-LAN... O-DAK-LAN...” Sesinde Zen benzeri bir ritim, sakinleştirici bir ton ve sonra...

Ani bir hareket. Tüm o çabam ve kararlılığım, sanki cam bir şişenin dibinde kalmış ketçabı çıkartmaya çalışıyormuşum gibi boşa gidiyor. Aşırı hevesli hareketimin fiziği, bardağın kenarında son buluyor ve bardağın sütle beraber masadan devrilmesine sebep oluyor. Tanıkların hatırladığına göre yaklaşık bir litrelik bu fiyaskoların ardından herkes genellikle Ty yine “kazalarından” birini yaptı diye düşünür ve ortalık buz kesilirmiş.

Annemin hevesli sesindeki son tını da umutsuzca sönerken biraz duraklayıp gözlerini yavaşça kapatır ve duruşunu düzeltirmiş. Annem zarif ve düzenli bir kadındır. Bu kazalara denk gelen tanıklar, annemin zarif tavrı ile benim düzensiz yapımın uyumsuzluğunu inanılmaz komik bulurdu ama tabii bunu kazanın hemen ardından söylemeleri kötü bir zamanlama olurdu. Onlar da gözlerini hızla kaçırıp zaten kuru olan tabakları kurulamaya veya zaten karıştırılmış yemekleri karıştırmaya dönerdi. Sekiz, on veya on iki yaşındaki bir çocuğun kendi içeceğini bardağa başarıyla doldurma şansının en az %50 olması gerektiği çok açık. Ancak onca insanın içinde yaptığım bu hatadan sonra bile annem söylenebilecek en iyi şeyi söylerdi: “Sorun değil Ty, sadece biraz daha pratik yapmamız gerek...”

“Pratik”, evimizde sıklıkla geçen bir kelimeydi, özellikle de konu “yaşam becerileri” olduğunda ki yaşam becerileri de evimizde çokça konuşulurdu. Annem ve babam rutin sosyal olaylardaki sakarlığım konusunda oldukça sabırlıydı ama yeteneklerimin her geçen yıl “gelişim geriliği” aralığına düştüğünü izledikçe içten içe endişelenmiş olmalılar. Küçük bir çocukken bana sağlanan sosyal bağışıklığın acımasız ortaokul dünyasına girdiğimde miadını dolduracağını biliyorlardı.

Bunlara rağmen sosyal olmayan yeteneklerim yaşıma göre ileriydi. Kalanlı bölme işlemlerini ve çarpım problemlerini kafadan yapabiliyordum. Ulusal Lig’deki ilk top atıcılarının ERA istatistikleri gibi şeyleri rahatça aklımda tutabiliyordum. Ayaklı beyzbol istatistikleri ansiklopedisi olmama rağmen beyzbol eldivenimi Küçükler Ligi maçlarına getirmeyi veya atıştırmalıkları getirme sırasının bende olduğunu düzenli olarak unuturdum. Annem ve babam, ben büyüdüğümde oyun sonrası hep beraber bir şeyler içtiğimiz zamanlarda ben elim boş dikilirken yaşıtlarımın bana alaycı bakışlarla baktıklarını gözlemliyordu.

Sosyal hayatta attığım yanlış adımlar hiçbir zaman kötü niyetimden kaynaklanmıyordu ve çoğunlukla masum hatalardı ama on yaş civarında birçok çocuk daha karmaşık sosyal beklentiler oluşturmak için becerilerinde sıçramalar yapar ve diğer çocukların sosyal değerlerini bu beklentileri karşılama becerilerine göre yargılamaya başlar. Sınıf arkadaşlarının resim dersinde garip şeyler çizip çizmediklerini veya beşinci sınıf modasına göre giyinip giyinmediklerini daha çok önemsemeye başlarlar. Yaşıtlarımın sosyal düşünceleri gittikçe karmaşık ve incelikli bir hâl almaya başlarken daha önce fark edilmeyen garipliklerim artık gün gibi ortadaydı. Etrafımdaki sosyal beklentilerin şekil değiştirdiğini hissediyordum ama bu dünyanın yeni kurallarını veya sosyal açıdan tuhaf olduğuma dair gittikçe büyüyen hissi nasıl durduracağımı tam olarak bilmiyordum.

Annem ve babam, kronik tuhaf olan çocuklarına sosyal hayatta nasıl yardımcı olacakları sorusunun kolay bir cevabı olmadığını biliyordu. Birçok tuhaf çocuk gibi kendi hâlimde ve çok inatçıydım. Bu da onların çocuk büyütme mücadelesini diğer birçok ebeveyne göre daha az bilgiyle yürütmek zorunda olması demekti. Çabalarını beni daha az tuhaf bir birey hâline getirmeye odaklama fikri onları cezbetmiş olmalı ama babam lise öğretmeniydi ve annem de öğrenme bozuklukları olan çocuklar için bir klinik işletiyordu. İkisi de iyi niyetli ebeveynlerin veya öğretmenlerin, çocukları daha normal bireyler hâline getirme isteğiyle onların tutku duydukları ilgi alanları konusundaki heveslerini bilmeden kırdıklarına tanıklık etmişti.

Annem ve babam, hayatım boyunca tuhaf, inatçı ve çok yalnız bir çocukla karşılaştıkları alışlagelmedik zorlukların üstesinden olağanüstü bir şekilde geldi. Sosyalleşmem konusunda hırslı bir yaklaşım izlemeye karar verdiklerini sonradan fark ettim. Yetişkinliğimde bile sosyal konularda hâlâ bana yol gösteren ve en

güzel ifadesini şu soruda bulan bir zihniyet aşıladılar: Benliğini kaybetmeden nasıl uyum sağlayabilirsin?

Herkesin düşünmesinde fayda olan bu soru insanların nasıl daha az tuhaf olabilecekleri hakkında ne diyeceğimi düşünerek bu kitabı yazarken aklımda ön plandaydı. Kişilik, klinik psikoloji, nörobilim ve üstün zekâlıların gelişimsel psikolojisi alanındaki çalışmaları da içeren geniş araştırma alanlarından edinilen sonuçları gelecek sayfalarda özetleyeceğim. İster tuhaf bir yetişkin olun ister tuhaf bir çocuğun endişeli ebeveyni ya da olağanüstü potansiyele sahip tuhaf çalışanıyla nasıl iletişim kuracağını düşünen bir patron, gelecek bölümlerin tuhaf bireylerin gariplikleri ve eşsiz yetenekleri hakkında faydalı bilgiler sunacağını umuyorum. Bu bilgileri sunmak için kitap üç kısma ayrılmıştır:

1. I. Kısım'da tuhaf olmanın ne demek olduğunu ve tuhaf insanların sosyal hayatı nasıl yönlendirebileceklerini inceleyeceğim.
2. II. Kısım'da hızla değişen sosyal normların modern sosyal hayatı hepimiz için nasıl tuhaf bir dünyaya dönüştürdüğünü ve bu hayata uyum sağlamak için neler yapabileceğimize göz atacağım.
3. III. Kısım'da birini tuhaf kılan özelliklerin aynı zamanda onun inanılmaz başarılarla imza atmasına nasıl yardımcı olabileceğini açıklayacağım.

Kronik tuhaf bireyler, kendileri dışındaki herkesin doğarken *Sosyal Konularda Nasıl Uzman Olunur* adlı gizli bir kılavuz aldığını düşünüyor olabilirler. Tuhaf kişi için bu hayalî kılavuzda sosyal hayatı inceliklerle idare etmenin, utanç verici gaflardan kaçınmanın sırları ve tuhaflığın yanında verilen daimi kaygıdan kurtulmanın anlaşılması kolay, adım adım talimatları yer alır. Elbette ki sosyal hayat için kullanabileceğimiz sihirli bir asa veya bir anda popüler

olmanın on basit adımının sunulduğu bir liste yok. Ancak ileriki bölümlerde göreceğiniz üzere bizim gibi sosyal hayatın karmaşasında yolunu bulmaya çalışan kişiler için yararlı araştırma bulguları mevcut.

Aradığımız soruların yanıtlarının mantık dışı ve incelikli olabileceğini ancak bu yanıtların en sonunda bizi eşsiz yapan harikulade garipliklerimizden vazgeçmeden bunca zamandır hasretini çektiğimiz sosyal aidiyet duygusunu nasıl bulacağımızı açıklayan bir hikâyede yekvücut olduklarını keşfedeceğiz. Tuhaflik araştırmamıza başlamadan önce sosyal beklentilerin evriminin tuhaf hissettiğimiz anların zeminini nasıl oluşturduğuna göz atalım.

Ait Olmaya Duyduğumuz Temel İhtiyaç

Ortaokulda ilgimi çeken birkaç kitaptan biri de *Sineklerin Tanrısı*'ydi. Birçok öğrenci gibi ben de ayak basılmamış bir adada onları yönetecek bir yetişkin olmadan hayatta kalmaya çalışan bir grup çocuktan oluşan ana karakterlerin birinin yerinde olsam nasıl olurdu fikrine kendimi kaptırmıştım. Bu kitaptaki gerilimin büyük çoğunluğu karakterlerin yiyecek, su ve barınma gibi ihtiyaçlarını karşılama baskısından ileri gelse de en büyük gerilim, Ralph adındaki ana karakterin hayatta kalmak için gerekli olan ittifaklar kurmada yaşadığı bocalamadan kaynaklanıyordu. Diğerlerinin görevlerini yerine getirmesi ve birbirlerine sadık kalması konusunda sürekli olarak endişe duyuyordu.

Gerçek hayatta insanlık tarihinin büyük bir kısmı, hayatta kalmak için verilen çaresiz savaşlardan ibarettir. Bu belli belirsiz hayatta kalma tablosu, modern hayattan çok uzaklaşmış gibi görünse de 1800'lerin başları gibi yakın bir tarihe kadar Batı Avrupa'daki ölümlerin üçte birinden fazlası içilebilir su kaynaklarına erişim eksikliğinden, yetersiz beslenmeden ya da daha yaygın bir şekil-

de açlıktan kaynaklanıyordu. Dünya genelindeki ortalama yaşam süresi binlerce yıldır kırk yaşın altındaydı ve ancak geçtiğimiz iki yüz yılda yükselebildi.

Psikolog Abraham Maslow 1950'lerde insanların motivasyonlarının ihtiyaçlar hiyerarşisine göre düzenlenebileceğini öne sürdü. Maslow'a göre yiyecek ve su gibi temel ihtiyaçlar birinci sıradayken toplumsal aidiyet ve özsaygı ikinci plandaydı. Fakat yakın zamanlarda ortaya çıkan bir kanıt bu varsayıma karşı çıktı. 1995'te sosyal psikolog Roy Baumeister ve Mark Leary "The Fundamental Need to Belong" (Ait Olmaya Duyduğumuz Temel İhtiyaç) başlıklı bir makale yayınladı. Bu makalede sosyal aidiyet duygusunun ihtiyaç hiyerarşisinde hangi aralığa denk geldiği ile alakalı yüzlerce çalışmayı incelediler ve insanların tatmin edici birkaç ilişkiye sahip olması konusundaki psikolojik güdülerinin yiyecek veya su gibi fiziksel ihtiyaçlarda olduğu gibi temel ihtiyaç kategorisine girdiğini buldular. Bazı durumlarda insanlar sosyal ihtiyaçlarını karşılamak için fiziksel ihtiyaçlarını karşılama fırsatlarından vazgeçecektir.

Ait olma ihtiyacının açlık veya susuzluk gibi fiziksel ihtiyaçlar kadar temel olduğu fikri ilk bakışta mantıksız görünür. Fakat insanlar binlerce yıl, hayatta kalmakla ilişkili kolektif hedeflerinden dolayı birbirine sıkı sıkıya bağlı elli kişiden az avcı-toplayıcı gruplar hâlinde yaşadı. Evrimsel düşünceye göre insanlar ve diğer sosyal hayvanlar kısa vadeli kişisel çıkarlarından ödün vererek yiyecek toplama, barınak ve koruma konusunda karşılıklı olarak mutabık kaldıkları yollarda işbirliği yapıyorlardı. Koordinasyonu iyi olan gruplar, işgücünü uzmanlık gerektiren görevlere bölüştürüyordu. Bazıları çiftçilik ya da avcılık yaparken bazıları da çocuk yetiştirme görevini üstleniyordu. İstilacılara karşı savunma veya hasat toplama gibi görevler için gruplar, insanları zaman açısından hassas olan bu işlere kaydırarak her birey için sağlanan kaynak ve

korunmayı büyük ölçüde artırmış ve tüm üyelerin hayatta kalma şansını yükseltmiştir.

İşbirlikçi tutumun sağladığı hayatta kalma avantajları, bizi karşılıklı tatmin sağlayan ilişkiler kurmaya teşvik eden psikolojik mekanizmalar tarafından güçlendirmektedir. Susuzken içtiğimiz bir bardak su veya açken yediğimiz güzel bir yemek gibi ait olma ihtiyacımızı doyurduğumuzda da pozitif duygular hissederiz. Illinois Üniversitesi'nden Ed Diener, otuz yılı aşkın bir süredir mutluluğu araştırıyor. Diener ve diğerleri, mutluluğun düzinelerce olası göstergesi arasından en güçlü olanın işimiz, gelirimiz veya fitness hedeflerimize ulaşma değil tatmin edici sosyal ilişkilerin varlığı olduğunu keşfetti. Diener, yiyecek kaynaklarının bol ve beklenen yaşam süresinin neredeyse iki katı uzun olduğu milletlerde bile ait olma duygusuyla ilişkili hâlâ önemli yararlar olduğunu da keşfetmiştir. Tatmin edici karşılıklı ilişkilere sahip insanlar, fiziksel olarak daha sağlıklı ve yaşam süresi beklentileri de daha uzundur.

Buna karşılık sosyal dışlanma duygusundan psikolojik anlamda daha tahrip edici birkaç şey vardır. Ohio State Üniversitesi'nin Tıp Fakültesi Başkanı olan Janice Kiecolt-Glaser, onlarca yıldır yaptığı araştırmalarda kronik yalnızlığın bağışıklık sistemi işlevselliği, kalp hastalıkları ve daha birçok ciddi sağlık durumu için önemli bir risk faktörü oluşturduğunu keşfetmiştir. Giderek biriken bu sağlık riskleri, ölüm riskinde önemli bir artışa neden olabilir.

Sosyal bir gruba ait olmayı *istemekle* kalmıyoruz, sosyal bir gruba ait olmaya *ihtiyacımız* var. Aidiyet, insanlık tarihinin büyük bir kısmında nispeten daha açık ve doğrudandı. Hayatta kalmak için bocalayan grupların erkek, kadın ve çocuk herkesi etrafında tutmaktan başka çaresi yoktu. İnsanların gruba ihtiyacı vardı ancak grubun da kendi kolektif hedeflerine ulaşmasına yararlı katkılar sağlayacak her bir bireye ihtiyacı vardı.

Etkili bir antropolog olan Mary Douglas 1966'da yayınlanan *Purity and Danger (Saflık ve Tehlike)* isimli kitabında avcı-toplayıcı grupların, bireylerin kendilerini grubun kolektif hedeflerine adayıp adanmadığını ve katkıda bulunmak için paylarına düşeni yapıp yapmadığını sık sık değerlendirecek bir mekanizmaya ihtiyaç duyduklarından bahseder. Gruplar, diğer üyeler açlıktan ölürken açgözlü üyelerin yiyecek çalmasını ve bir muharebenin ortasında onlara ihanet edecek hilekâr bir üyenin varlığını da kaldıramazlardı. Grubun kolektif hedeflerine uygun davranmayan üyeler, tüm grup üyeleri için ciddi tehdit oluşturmaktaydı.

Toplumlar, grup hedeflerinin dışına çıkıldığında onlara paha-liya mal olacak durumlardan kaçınmak için, üyelerden her birinin sadakatini sürekli olarak ölçebilecekleri bir yol olarak günlük etkileşimlerinde karmaşık sosyal beklentiler geliştirdiler. Bireyler, arkadaşça selamlaşma, içten gelen bir özür veya konuşma sırası gibi beklentileri karşıladığında aslında grubun daha büyük hedeflerine bağlı olmak istediklerini küçük yollarla kanıtlıyorlardı. Alternatif olarak, grup üyeleri birinin bu beklentilerden saptığını fark ettiğinde onun grubun iyiliği dışında hareket ediyor olabileceği ihtimaline karşı alarma geçiyorlardı. En ufak bir duman belirtisinde alarm çalan aşırı hassas bir duman dedektörü gibi, grup üyeleri de rutin sosyal beklentilerden ufak tefek sapmaları alarm vermek için bir neden olarak görüyordu.

Modern toplumlarda, insanlar hâlâ küçük sosyal beklentileri kişilerin toplumsal değerini ölçmede önemli bir mekanizma olarak görür. Aslında, artık çok iyi tanımadığımız kişiler ile sürekli olarak etkileşim hâlinde olmak zorunda kaldığımız için bu küçük sosyal beklentiler her zamankinden daha önemli olabilir. Nüfusun yüzde 80'inden fazlasının binlerce, hatta milyonlarca insanın olduğu kentsel alanlarda yaşadığı ABD gibi ülkelerde,

her bir kişinin itibarını bilmek imkânsızdır. Modern kentsel yaşamda herkes, ister işte ister toplu taşımada isterse çevrimiçi flört uygulamalarında olsun birbirinin güvenilirliğini sürekli değerlendirmek zorundadır.

YÜKSEK DEĞERLENDİRME GEREKTİREN İKİ DURUMDA EN YÜKSEK ÜÇ BEKLENTİ

İNTERNET ÜZERİNDEN FLÖRT EDEN İNSANLAR ŞU NİTELİKLERE SAHİP İNSANLARI ÇEKİCİ BULURLAR:

1. Güzel dişler (%65)
2. İyi bir dilbilgisi (%62)
3. Şık giyinmek (%52)

İŞVERENLER ŞU NİTELİKLERE SAHİP İNSANLARDAN ETKİLENİRLER:

1. Olumlu bir tutum (%84)
2. İyi iletişim kurma becerileri (%83)
3. Ekiple çalışması yapabilme becerisi (%74)

Flört etme sonuçları, 5000'in üzerinde bekârın katıldığı Match.com/USA Today anketine, işveren sonuçları ise insan kaynaklarında çalışan 3000 kişinin katıldığı "Multi-Generational Job Search"¹ anketine dayanmaktadır.

Yapılan yüzlerce sosyal psikoloji araştırmasından biliyoruz ki insanlar, başkalarını sosyal gruplarına alıp almama konusunda karar vermek için o insanların giyim tarzı, hijyeni, göz teması ve başka sayısız ipucuna ilişkin anlık gözlemlerini kullanıyorlar.

Tüm bu beklentiler ve getirdiği sonuçlar bunaltıcı gelebilir fakat çoğu insan karşılaştığı sosyal beklentilerin büyük bir kısmını

1 Birden fazla nesilden insanı içeren iş arama anketi. -e.n.

karşılar. Örneğin geçtiğimiz iki gün içinde duş aldıysanız, bugün dişlerinizi fırçaladıysanız ve kötü kokmayan bir gömlek giydiyseniz kişisel hijyen konusunda beklentilerin üçte üçünü karşılamışsınız demektir. Tuhaf insanlar bile bir gün içinde sosyal beklentilerin çoğunluğunu karşılar ancak karşıladığımız yüzlerce beklenti, karşılayamadığımız birkaç beklentinin yanında çok daha az ilgi çeker. Sosyal beklentilerden saptığımızda veya sapmak üzere olduğumuzdan şüphelendiğimizde o aşikâr tuhaf olma duygusunu hissederiz.

Birçok insan ilk izlenimin önemli olduğunu düşünmesine rağmen sosyal ve kişilik psikologları insan etkileşiminin ilk beş dakikasının ne kadar kritik olduğunu gösteren yüzlerce çalışma sunmuştur. Bir insanın hoş gidebilirliğine dair bazı yargılar hijyen, duruş, göz teması ve ses tonu gibi özelliklere dayalı olarak ilk on saniyede oluşur. İnsanlar daha sonra görüşlerini değiştirse de ilk izlenimler, bir kişinin hoş ya da güvenilir olup olmadığı konusunda bir önyargı oluşturur.

Bu yüzden günlük etkileşimlerimizin doğasında olan küçük sosyal beklentilerden sapmalar bir kişinin aidiyet duygusu üzerinde geniş etkilere sahiptir. Tuhaf hareketler genellikle masumdur, sonuçta kötü kıyafet seçimlerimizle veya fermuarımızı çekmeyi unutarak kimseyi öldüremeyiz fakat beklentilerden bazı küçük sapmalar, tuhaf hareketin tetikleyeceği ilkel bir “bu bizden değil” alarmını çalar. Birkaç dakikalık etkileşime dayanan yargılar, kulağa adaletsiz veya mantıksız gelebilir ama insanlar binlerce yıldır sosyal hayata yön vermede bu ilk sinyallere güvenmektedir ve bu eğilim yakın bir zamanda sona ermeyecek.

Tüm bunlar biz, tuhaf kişiler için cesaret kırıcı görünebilir ancak bu şekilde olmak zorunda değil. Tuhaf insanlar için aslında işin püf noktası şu genel soruyu sormamaktır “Ben neden tuhafım?” Çoğu tuhaf insanın karmaşık sorunları parçalayıp inceleme becerisine en uygun soru şudur: “Bazen neden tuhaf anlar yaşıyorum?”

Hepimiz Tuhaf Anlar Yaşarız

Çocukken, kapı girişlerinde dikilme gibi kötü bir huyum vardı. Kalabalık bir kavşağın ortasında dikilip ne yapacağını bilemeyen yavru bir köpek gibi olurdum. Kapıdan geçtiğim an, içeride karşılaşacağım sosyal etkileşimleri düşünürdüm. Ufukta görünen etkileşimlerin bende yarattığı belirsizlik hissi oradan gitme içgüdümü tetiklerdi ama korkularımın üstüne gitmem gerektiğini de bilirdim. Tuhaf insanların başına sıkça geldiği gibi, beni bekleyen sosyal durumun yarattığı kaygı, beni ne kaçmaya ne de korkularımla savaşılmaya iterdi, onun yerine hareketsizce orada öylece dururdum.

Birçok çocuk, bir doğum günü partisinde veya arkadaşlarında yatıya kaldığında, rutin beklentileri nasıl karşılayacağını içgüdüsel olarak bilir fakat anne ve babamın çoğu sosyal etkileşimin birçok temel unsuru konusunda tekrar tekrar bana yol göstermesi gerekti. Ergenliğime kadar, biriyle konuşurken göz teması kurmam, selamlaşırken elini sıkmam veya ayrılırken hoşça kal demem gerektiğini hatırlatmak zorunda kaldılar. Sosyal durumlarda nasıl davranacağımı içgüdüsel olarak bilmediğim için sosyal etkileşimleri, ezbere bir yaklaşım izlediğim akademik bir konu gibi çalışmak zorunda kalıyordum. Katılacağım her sosyal etkinlikten önce annem ve babam, insanların benden beklentisinin ne olduğunu bilip bilmediğimi sorgulamak için benimle Sokratik bir diyalog içerisine girerdi ama bir binaya adımımı atar atmaz bir çeşit sınav kaygısı beni ele geçirir ve ezberlediğim sosyal beklentilere erişimimi kapatırdı.

Annem ve babam yeni bir strateji gerektiğini fark edip adını “ilk üç” koydukları yeni bir strateji ile işi kolaylaştırmaya karar verdi. Bir sosyal durum sırasında hatırlamam gereken bütün sosyal beklentileri gözden geçirmek yerine karşılaşacağım ilk üç etkileşimi gözden geçireceklerdi. Amaçları ilk iki dakikalık etkileşimlerde

beni ustalaştırmaktı. Böylece sosyal etkileşimlerde yaygın olarak beklenen ilk ayrıntıları yerine getirebilirsem daha az kaygılı olacak ve bir umut ortamdaki ritmi yakalayabilecektim.

Örneğin, bir doğum günü partisine gitmeden önce, arkadaşımın ebeveynini selamlamam konusunda şu ilk üç unsuru gözden geçireceklerdi: (1) ayakkabılarıma bakmak yerine onların gözünün içine bakmak, (2) ellerini düzgünce sıkmak ve (3) kendimden emin bir şekilde “Merhaba, tanıştığımıza memnun oldum,” demek. Sonunda, bu üç beklenti kümesi otomatik bir hâl alacaktı; öyle ki sadece selamlaşmanın ilk üç unsurunu düşünmek, üçlü davranış grubunu tetikledi. İlk üç davranışta ustalaştıktan sonra sekiz ila on iki saniye sonra göz temasını kesme, birine haftasının nasıl geçtiğini sorma ve sohbeti haftasının neden iyi ya da kötü geçtiğini sorarak sürdürme gibi karşılanması gereken başka üçlü beklenti grubuna geçebilirdim.

Bu ilk üç stratejisini, her bir köşesi toplumsal bir beklentiye temsil eden eşkenar bir üçgen gibi düşünebiliriz. Benim hedefim, sosyal davranışımın üçgendeki her bir beklentiye karşılama çalışmaktı. İsterseniz iletişim kurduğumuz ilk birkaç saniyeyi düşünelim. Genellikle görsel bir temasın ardından merhaba kelimesi, el sıkışma veya sarılma gibi eylemlerle selamlaşılır. Kişilik psikologları, birbirini tanımayan insanların bu tür davranışları saniyeler içerisinde birbirleri hakkında genel kanılar oluşturmada kullandığını keşfetmiş.

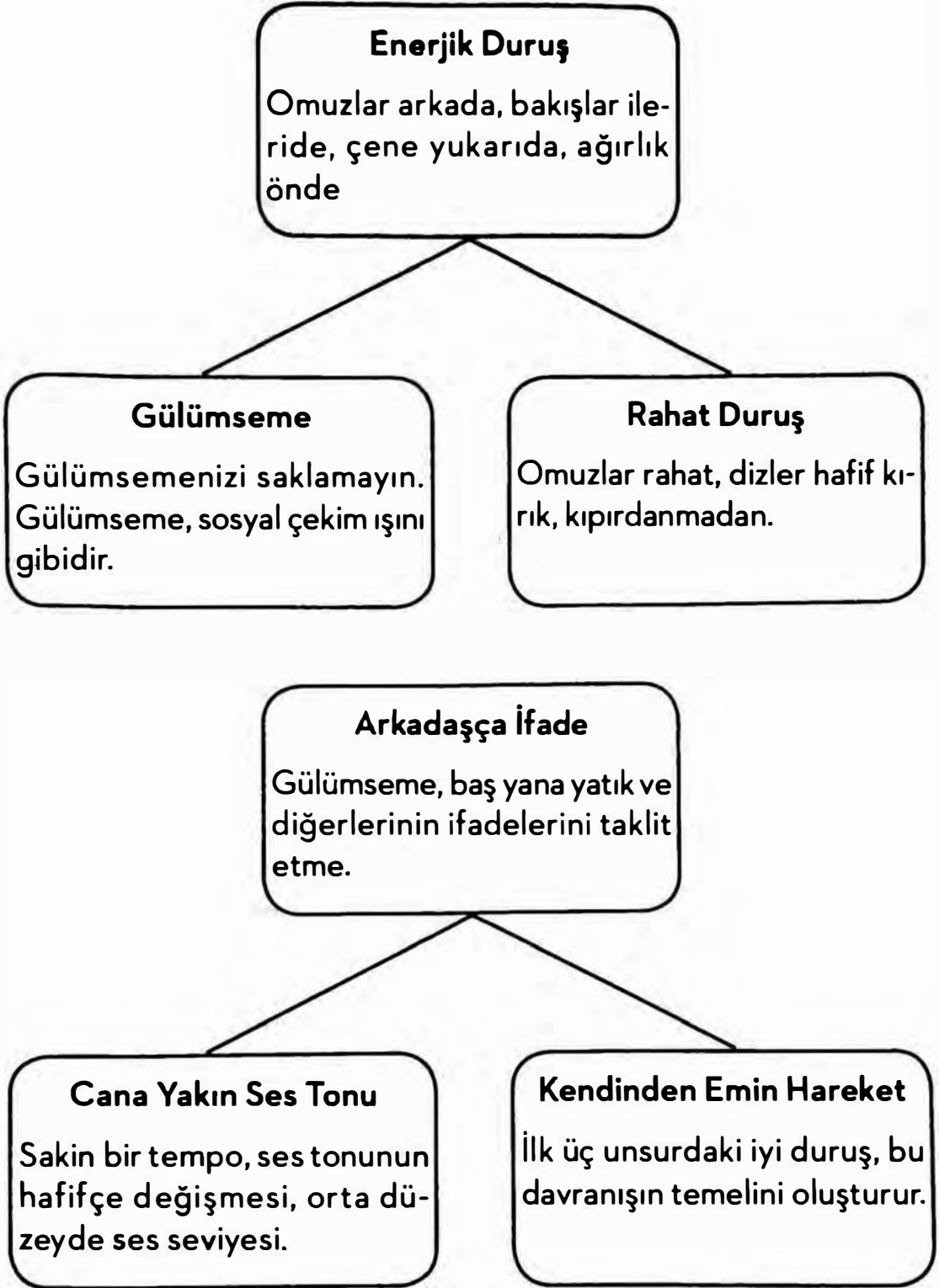
Örneğin Berkeley’deki California Üniversitesi’nden Laura Naumann ve meslektaşları, araştırmaya katılanların sadece boydan çekilmiş bir fotoğrafa bakarak bir kişiden hoşlanıp hoşlanmadığına karar vermek için hangi sözsüz ipuçlarını kullanabileceklerini araştırdılar. Katılımcıların kararlarını fotoğraftaki kişinin enerjik duruşu veya gülümseyip gülümsemediği gibi yaygın sosyal ipuçları-

na göre verdiklerini keşfettiler. Bir başka araştırmadaysa Johannes Gutenberg Üniversitesi'nden Mitja Back ve meslektaşları, sınıftaki katılımcılardan sadece ayağa kalkıp kendilerini tanıtmalarını ve ardından birbirlerine beğenilirlik gibi değişkenler açısından gizli bir şekilde not vermesini istemişler. Back, katılımcıların sınıftaki diğer kişilerden hoşlanıp hoşlanmayacaklarına karar verirken tutarlı olarak arkadaşça bir ses tonu ve kendinden emin vücut dili gibi ipuçlarını kullandıklarını keşfetmiş. Bu araştırmalar ve düzinelerce başka çalışma, etkileşimin ilk birkaç saniyesinde hoşlanılan insanların nasıl göründükleri ve davrandıkları konusunda ağır beklentiler olduğunu gösteriyor.

Tuhaf anlar aslında sosyal beklentilerin birçoğunu karşılayıp bir veya iki küçük beklentiye karşılayamadığımızda ortaya çıkar. Örneğin, birini içten bir gülümsemeyle merhaba diyerek ve tolaşmak için elinizi uzatarak selamlarken yeni yıkadığınız elinizin hâlâ ıslak olduğunu fark edebilirsiniz ve işte etkileşimdeki bu küçük sapma o ânı tuhaflaştırır. Hiçbir beklentiye karşılamayan insanlar, örneğin yersiz konuşan, hiçbir yüz ifadesi bulunmayan ve gözlerini yere dikip öylece dikilenler, tuhaf değil kaba veya ciddi psikolojik sorunları olan kişiler olarak görülür.

Basit bir şekilde açıklamak gerekirse tuhaf anlar, küçük sosyal beklentilerden sapmalardır ve sosyal açıdan en yeteneklimiz bile tuhaf bir an yaşama hissinin ne demek olduğunu bilir.

Ellerinizin ıslak veya dişinizde maydanoz kalmış olması siz ya da bir başkası için gerçek bir tehlike teşkil etmez ancak sosyal normların dışına çıkıldığının küçük sinyalleridir. Diğer kişilerin bu küçük sapmaları, sosyal değerimizi ölçmede kullandığını biliyoruz ve tuhaf anların bu denli duygusal tepkilere sebep olması da bu yüzdendir. Sosyal açıdan yetenekli kişiler için, yaşadıkları tuhaf anların çoğu onların aidiyeti açısından ciddi bir tehdit oluşturmaz



Şekil 1.1 İlk izlenim sırasında dikkat edilen ilk ve ikinci üç unsur. Üstteki üçgen, insanların birinden hoşlanıp hoşlanmadığına karar verirken kullandığı görsel ipuçlarını temsil ederken, alttaki üçgen insanların tanımadıkları biri ile tanışırken onlardan hoşlanıp hoşlanmadığına karar vermede kullandığı ipuçlarını temsil etmektedir.

fakat kronik tuhaf kişiler, yaşadıkları çok fazla tuhaf ânın nihayetinde sosyal kabul açısından ciddi sonuçlar doğurabileceğinden kaygı duyarlar.

Herkes kendini tuhaf hissetse de *tuhaf anlar* ile *tuhaf biri olma* arasında fark vardır. Bir kişi kronik tuhafsa yaşadığı tuhaf anların toplamı, sosyal açıdan kabul görmesi açısından bir tehdit oluşturabilir.

Asosyal Zekiler, Ezikler ve İnekler

Ergenliğe girdiğim dönemde, 1980'lerin pop kültürünü içgüdüsel olarak yakalayan arkadaşlarım, havalı kategorisine girerdi. Heavy metal müzik dinleyen çocuklar müptela, gömleğinin yakasını kaldıran çocuklar tiki ve futbolda iyi olan çocuklarsa spor delisi lakaplarını alırdı. Bu etiketlerin hepsi 1980 kuşağının ölüm öpücüğü olan “inek” (*nerd*) lakabından daha iyiydi.

İnekler matematik, Zindanlar ve Ejderhalar (*Dungeons & Dragons*) oyunu veya klarnet gibi ezoterik ilgi alanları konusunda aşırı hevesliydi. İneklerin olağandışı ilgi alanlarına duydukları bu büyük heyecanın onlara popülerlik bileti aldırmayacağını fark etmeleri çok uzun sürmedi. İneklerin ezoterik ilgi alanları, moda trendlerden ve toplumsal inceliklerden geri kalmalarına da sebep oldu. İnek olmak, farklı olmak demekti. Diğer çocuklar bu uyumsuzluk konusunda şüpheli olabilirdi ve şüphe, yeni arkadaşlar edinme konusunda güçlü bir anti-katalizördür.

“İnek” lakabı üzerine yapılan bazı etimolojik açıklamalarda bu lakabın aslında gençlerin kullandığı argodan değil Dr. Seuss'un 1950 basımı *If I Ran the Zoo* adlı kitabında anlatılan komik ama sevimsiz yaratık Nerd'den (İnek) geldiği öne sürülmektedir. “Geek” (asosyal zeki) kelimesinin orijinali ise küçük karnaval şovlarındaki garip davranışları ile bilinen ucubelerden gelmektedir. John Hughes'un

1985 yapımı *The Breakfast Club* (*Kahvaltı Kulübü*) filminde “ucube”, “beyinsiz” ve “kaçık” gibi daha geniş bir terminoloji kullanılıyordu. 2004 yapımı *Mean Girls* (*Kötü Kızlar*) filmiyse “bitik”, “çaresiz özentî” ve “matletik” gibi kelimelerle uç gruplar için kullanılan terminolojiyi hayli genişlemiştir. “Asosyal Zeki” ve “inek” her ne kadar başlarda hakaret olarak söylene de giderek pozitif anlamlar kazanmaya başladılar. Sanki bu tipler bu terimleri benimseyip sosyal dünyadaki atipik kimliklerini gururla taşımaya karar vermiş gibi.

2011’de “tuhaf” (*awkward*) kelimesi, sosyal açıdan beceriksizler için popüler ifade hâline geldi. Google, en çok aranan kelimeleri veya cümleleri kaydeder. “Neden bu kadar tuhafım?” sorusunu aratan insan sayısına göz attığımda 2011 yılında gördüğüm ani artış son beş yıldır devam ediyor. İnsanların tuhaf olmaya duyduğu ilginin keskin artışı, kelimenin popülerliğini artırmada kısmen etkili olmuş olabilir ama bu sonuçlar gittikçe daha fazla insanın kendini sosyal olarak tuhaf hissettiği ve neden böyle olduğunu merak ettiği anlamına da gelebilir.

Günümüzde inek olmak artık neredeyse havalı bir şey. Bir nedenle *The Big Bang Theory* gibi televizyon şovlarındaki tuhaf fizikçileri, *Girls* dizisindeki Y kuşağının tuhaf seks sahnelerini setretmeye bayılıyoruz. Aralık 2015’te sinemalarda gösterime giren *Star Wars: Güç Uyanıyor* filminden sonra fanlar, sosyal medya üzerinden kostümlü fotoğraflarını #tuhaf veya #duramıyorum #durmayacağım gibi özfarkındalık hashtag’leri ile gururla paylaştılar.

Tuhaf insanların özgün ilgi alanlarını ve kimliklerini olduğu gibi sahiplenme konusunda gittikçe artan özgürlükleri beni yüreklendirse de tuhaf olmanın getirdiği önemli zorluklar hâlâ mevcut. Tuhaf anlar bazen çok komik olsa da kronik tuhaf olma, o kişinin sosyal açıdan kabul görmesini tehdit edebilir ve kişinin dışarıdan içeriye baktığını hissetmesinden daha can sıkıcı çok az şey vardır.

American Heritage Dictionary, “tuhaf” kelimesini beceri veya incelik eksikliği olarak tanımlıyor ki bu da tuhaf olmanın basit ve eksiksiz bir tanımıdır. Kelimenin kökeni Eski Norveççedeki “yanlış tarafa bakmak” anlamındaki *afgr* kelimesinden gelir. Bir kişinin ne olduğunu anlatan yukarıdaki tanımdan farklı olarak, *afgr* kişinin sosyal dünyasını *nasıl* gördüğü ve o dünyada *nasıl* davrandığı ile alakalıdır.

“Tuhaf”, kullanışlı ve çocukların birbirlerine taktıkları diğer isimlere kıyasla daha zararsız bir kelime ama tuhaf insanlar dünyayı diğerlerinden daha farklı gördüklerini yine de bilirler. Tuhaf insanların ihtiyacı olan şey özgün bakış açıları ile sosyal dünyada nasıl yol alacakları konusunda bir yönlendirmedir. Gelecek bölümlerde inceleyeceğimiz, gelişmekte olan ilişki bilimi, tatmin eden sosyal ilişkileri yürütmede kritik olan önemli sosyal beklentileri ve davranışları ortaya koyuyor.

Afgr kelimesinin ilham verdiği imgelem, tuhaf insanlara daha iyi bir tanım bulmada bize iyi bir ipucu veriyor. *Afgr*, kelimesi bu insanların yanlış tarafa baktığını anlatıyor ancak ben bu konuda biraz daha farklı bir bakış açısını tercih ediyorum. Bana kalırsa tuhaf insanlar sadece başka bir yere bakıyor.

Peki, tuhaf insanlar başka bir yere bakıyorsa orada ne görüyorlar?

Dünyayı Tuhaf Birinin Gözlerinden Görmek

Aslan Kral’ı izlemeye gelmiş insanlarla dolu bir Broadway tiyatrosu düşünün. Işıklar söner, davullar çalmaya başlar ve hafif kırmızı bir ışık, gün doğumu gibi tüm sahneyi eşit şekilde aydınlatır. Düzinelerce oyuncu, insan boyutundaki hayvan kostümleri ile sahnededir. Bir aslan için bir kişi, bir fil içinse dört kişi. Oyunun başkahramanı olan Simba’yı oynamak içinse üç aktör sahnenin ortasına gelir. Düzinelerce

hayvanın sahnenin ortasında rahatlıkla oradan oraya koşturmasıyla *Aslan Kral*'ın açılış sahnesi olağanüstü bir etki yaratır ve sonunda Aslan Kral sahneye çıkar. Bu senkronize koreografi, parçaların toplamından daha fazlası olan bir bütün oluşturur.

Kestik. İkinci yorum.

İkinci yorumda ışıklar söner, davullar çalmaya başlar fakat bu sefer spot ışıkları ilk sahnedeki sarı ışıkların yerini alarak sol tarafa çevrilir. Bu parlak beyaz ışığın altına gelen herkes çok canlı ve net görünür. Aynı prodüksiyon, aynı şarkı, aynı senkronize koreografi olmasına rağmen bu çok farklı bir deneyimdir. Seyirciler, spot ışığının altından geçen bir zürafa görür. Ardından zürafa sahnenin ortasında gözden kaybolur. Spot ışığının altında, filin arka tarafı görünür, ön kısmı loş ışık altındadır.

İnsanlar eylemin sahnenin enini kapsadığını bilir ama spot ışığı altında duranlar ile loş ışık altında kalanlar arasındaki keskin kontrast tüm hareketleri yakalamayı zorlaştırır. Hikâyenin spot ışıkları altında oynandığı bu versiyonunu görürseniz oyun boyunca büyük olasılıkla spot ışıklarının tutulduğu alana bakarsınız. Bu da sahnenin ortasında yer alan kilit anları kaçırma ihtimaliniz yüksek demektir. Gördüğünüz sahneler parlak spot ışıkları ile aydınlatılmıştır. Böylece kostümlerin güzel ince ayrıntılarını, bir aktrisin alınının sol tarafından akan teri veya seyirci alkışlarken aktrisin belli belirsiz gülümsediğini fark edebilirsiniz. Sahnenin az ışık alan kısımlarını yakalamaya çalışabilirsiniz tabii ancak bu loş alanlardaki hareketleri yakalamak zordur ve bir süre sonra kendinizi bunlara anlam vermeye zorlamaktan sıkılabilirsiniz.

Oyunun spot ışıkları ile oynandığı versiyonunu izleyen bir seyircinin *Aslan Kral*'ın olay örgüsünü açıklamaya çalıştığını hayal edin. Büyük ihtimalle genel bir fikri olacaktır ama bakış açısı, sahnenin tamamının aydınlatıldığı ilk prodüksiyonu izleyen seyirciden fark-

lı olacağından oyunun özetini daha farklı anlatacaktır. Sahnenin tamamının aydınlatıldığı versiyonu izleyenler, olay örgüsünü bir bütün olarak görebilirken spot ışıkları kullanılan versiyonunu izleyenler, sahnenin solunda gerçekleşen her şeyi daha derinlemesine anlayacak ama spot ışıklarının dışında cereyan eden önemli şeyleri kaçıracaktır.

Tuhaf insanlar da hemen hemen aynı şekilde, dünyayı spot ışıklarının altında görür. Tuhaf insanlar doğal olarak, dünyanın ilgi alanlarının en parlak ışıkla aydınlatıldığı kısmına çekilir ve bu da dar ve yoğun bir odak noktası yaratır. Bu, King's College'dan araştırmacı Francesca Happe'in ve University College London'dan araştırmacı Uta Frith'in "bölgesel işlem yapma" stili diye adlandırdıkları ve tüm orman yerine sadece birkaç ağaca odaklanma eğiliminde bulunan kişileri tanımlayan duruma benzetilebilir. Bölgesel işlem yapma stiline sahip kişiler, toplumsal olaylara parçalı ve eksik gibi görünen açıklamalar yaratma eğilimindedirler. Happe, Frith ve başkaları, tuhaf kişilerin bilgileri diğer kişilere göre daha detaycı bir şekilde işlemeye meyilli olduklarını keşfetmiştir. Bu da bazen büyük resmi görmede zorlandıkları anlamına gelir.

Tuhaf kişilerin dar ve yoğun odakları, sahnenin diğer kişilerin içgüdüsel olarak odakladığı kısmından farklı bir kısma çevrilme eğilimindedir. Örneğin, yönetmenler geleneksel olarak kritik olayları sahnenin merkezinde çekebilir veya bir olayı sahnenin merkezinde başlatabilir. Alternatif olarak, soldan sağa doğru okuyan insanların olayın soldan başlayıp sağa doğru ilerlemesini bekleyeceklerini bildikleri için sahneyi seyircilerin sol tarafından başlatabilirler. Birçok kişi, sahnenin başlangıcında sahnenin ortasına veya soluna bakacağını doğal olarak bilir fakat tuhaf kişiler dikkatlerini sahnenin olağandışı yerlerine odakladıkları için başka bir yere bakarlar.

Seyircilerin geri kalanı sahnenin ortasındaki *Aslan Kral*'ın başkahramanı olan Simba'yı izlerken tuhaf kişiler sahnenin solundaki zürafa kostümünün mekaniğini inceler veya orkestradaki aşırı derecede heyecanlı viyolonselisti izlemekten keyif alırlar. Tuhaf insanlar dar ışık deliklerinin dışında kalan önemli sosyal bilgileri kaçırsalar da gördükleri şeyler çok parlak aydınlatılmıştır ve bu da onlara başka kimsenin zaman ayırıp da dikkat etmediği şeyler hakkında derin ve incelikli bir bakış açısı sağlar. Dünyanın görebildikleri kısımlarını inanılmaz bir netlikte görürler. Sahnenin sol kısmındaki şeyler konusunda uzmanlaşırlar ve özel ilgi alanları üzerindeki net ve odaklı bakış açıları, onlara dünyanın o kısmına ilişkin eşsiz bir görüş sağlar.

Tuhaf bireylerin garip bakış açıları bazen komik veya yaratıcı olabilir. Tuhaf kişiler toplumsal sonuçları tahmin edilebilir bir olgu yerine sihirli bir şeymiş gibi görürler. Sosyal bilgileri ânında yakalayamadıkları için, kendilerini sosyal olayların akıntısına bırakırlar. Bu yüzdendir ki insanlar bazen, tuhaf kişilerin çocukça bir merak, birçok yetişkinin tahmin edilebilir bulduğu sosyal durumlarda naif bir neden ve sonuç görüşüne sahip olduklarını düşünür.

Sosyal hayat konusunda beceri sahibi kişilerin sosyal durumlara dair sezgisel hisleri varken tuhaf insanların diğerlerinin niyetlerini anlamak ve uygun sosyal karşılığı bulmak için düşünmeleri gerekir. Staj dönemimde, sezgisel olarak anlamak ile düşünerek, emek sarf ederek anlamak arasındaki farkı danışanlarımdan biri sayesinde net bir şekilde görme fırsatı yakaladım. Danışanım, sosyal açıdan çok tuhaf olan çok zeki bir kimya mühendisliği doktora öğrencisiydi. Bana hoşlandığı bir kişiyle karşılaştığında ne yapacağını bilemediğinden bahsetti. Bense naif ve amatörce bir soruyla karşılık verdim: "Sosyal beklentilere dikkatinizdeki bu kusurların neden olduğunu düşünüyorsunuz?" O da şu cevabı verdi: "İleri düzey organik kim-

yaya dikkatinizdeki bu kusurların neden olduğunu düşünüyorsunuz?” İsabetli ve haklı bir noktaya parmak basmıştı.

Süt koyarken yaşadığım kazalar, on iki yaşımdayken, teyzelerimden birinin gözlemiyle önemli ölçüde azaldı. Teyzem bardağa hiç bakmadığımı fark etti. Annem ve diğer herkesin dikkati, telepatik olarak bardağın devrilmesini önleyeceklermiş gibi bilinçli bir şekilde bardağa odaklanırken, benim spot ışığı tutulan dikkatim merkeze değil, elimdeki süt kutusuna sabitleniyordu.

Tek düşünebildiğim sütü kutudan bardağa en hızlı şekilde dökülmekti. Süreci hiç düşünmeden kutu ve sonuca o kadar odaklanıyordum ki kutu ile bardak arasındaki ilişkiyi anlayamıyordum. Tıpkı yemek yemeye veya beyzbol oynamaya fazla odaklanarak yemek yemenin sosyal bir eylem veya çocuk olarak oyun oynamanın diğerleriyle eğlenmek olduğu gerçeğini gözden kaçırdığım gibi.

Davranışsal genetik ve beyin görüntüleme araştırmalarında da göreceğimiz gibi, tuhaf bireylerin kısıtlı dikkat aralığı yatkınlıkla alakalıdır ve kişinin vücut ağırlığı veya koşu hızı gibi kalıtsal olan nörolojik donanımı tarafından çalıştırılır. Tuhaf bireyler için takas şu şekildedir: Odaklı dikkatleri, diğer insanların kolayca fark edebildiği sosyal beklentileri görmelerini zorlaştırır fakat bu odaklı dikkatlerini çeken her şeyi en ince ayrıntısına kadar görürler. Tuhaf insanların spot ışığı altındaki ilgi alanlarına dalmaları ve bu alanlardaki şeyleri eşsiz bir netlikte görmekten dolayı derin bir tatmin duymaları çok kolaydır. Dünyayı spot ışığı altında görmenin çok büyük bir artısı olabilir.

Tuhaf insanlar için işin sırrı, dikkat aralıklarını nasıl ayarlayacaklarını ve odaklarını yoğunlaştırdıkları dikkatlerini doğal ayar noktasının dışında kalan alanlara nasıl kaydıracaklarını öğrenmektir. Sosyal olarak nasıl etkili olacaklarına ve ihtiyaç duydukları aidiyet duygusunu nasıl bulacaklarına dair gizemi çözmek maksatlı

bir çaba ve yoğunlaştırdıkları odaklarını sosyal hususlara çevirme isteği gerektirir. Fakat size iyi bir haberim var: İnsanlar saplantılı odaklarını sosyal etkileşimin bileşenlerini parçalara ayırıp, ardından bu bileşenleri sosyal hayata dair metodolojik bir şekilde oluşturulmuş anlayış ve yaklaşıma entegre ederlerse sosyal hayat konusunda büyük başarılarla imza atabiliyorlar. Bu, spot ışıklarını ilk üç beklentiye metodolojik bir şekilde bir kerede karşılamaya çevirmeleri anlamına gelse bile işe yarayan bir yöntemdir.

Gelecek bölümlerdeki sosyal açıdan tuhaf olma hikâyelerin bazıları komik, bazıları hüznü fakat sonuçta hepsi garip yanlarınızı kabul edip dikkat çekici potansiyelinizi nasıl kullanabileceğinize dair moral veren öyküler ve kavrayışlar.

BÖLÜM 2

TUHAF BİRİ OLMAK YANLIŞ BİR ŞEY Mİ?

Yedinci sınıftan önceki yaz, ortaokulda sosyal konularda daha başarılı olmak için bir strateji tasarlamaya başladım. Yedinci sınıfın karmaşık sosyal ortamının, sosyal becerilerimi zorlayacağını biliyordum. Bu da karşılaşacağım zorluklarla nasıl başa çıkacağım konusunda beni proaktif şekilde düşünmeye itti. Birçok çocuk gibi ben de ne giyeceğim, öğle yemeklerinde kimlerle oturacağım ve ilk dansıma gitmenin nasıl bir şey olacağı konusunda endişeliydim. Bunlar normal endişeler olsa da kendimi bu tür konulara hazırlama şeklim pek de normal değildi. Kendi kendime düşünerek, sosyal konulardaki başarıмым, insanlara daha olgun ve profesyonel bir Ty Tashiro göstermek olduğu sonucuna vardım.

Ortaokulun sosyal ortamında başarılı olmak için neden olgun veya profesyonel görünmem gerektiğini düşündüğümü ben de bilmiyorum. Sanırım bu kararı almamda iki faktör etkiliydi. İlki, ailemin uyuşturucu, alkol ve diğer kötü alışkınlıklar konusunda olgun davranmam için beni önceden uyardılarını fazla ciddiye almam; diğeri ise en sevdiğim televizyon karakterinin *Family Ties* dizisindeki kırk yaşındaki bir borsacı gibi giyinen fakat ergenlik çağında olan Alex P. Keaton olmasıydı.

Bir yetişkin gibi davranmak konusunda oluşturduğum genel felsefem, taktiksel hatalar yapmamda bir numaralı etmen olacaktı. Okulun ilk gününde kolalı bebek mavisi bir gömlek, ütülenmiş

ve paçaları kıvrılmış bej bir pantolon giydim ve ekstra büyük kare çerçeveli bir gözlük taktım; gözlükler büyük babamın arkadaşlarının taktığı kavanoz dibi gözlüklere benziyordu. Altmış yaşında bir muhasebeci olsaydım eminim ki ortalığı yakardım.

Birçok tuhaf çocuk gibi ben de kendi hâlimde hatta bazen ortamdan bağımsız takılır ve düşüncelerimi aileme veya diğer herkese çok az açardım. Bu nedenle ailem beni bu kıyafetle gördüğünde tarz seçimim konusunda benimle mücadele edip etmemeyi akıllarından geçirdiler mi merak ediyorum aslında. Ebeveynler, çocuklarını çok yakından idare veya kontrol etme konusunda dikkatli olmalıdırlar ve tuhaf çocuklar bu hususta özellikle inatçı olabilirler. Teknik olarak kıyafetimle bir skandala sebebiyet vermeyecektim, hatta seksenlerin başındaki ortaokulun ilk sınıf öğrencilerinin modasını yakalamaya çok yakındım. Gömleğimi kolalamasaydım veya pantolonumun içine sokmasaydım hiçbir sorun çıkmayabilirdi fakat bu küçük biçimsel ayrıntılar ve kavanoz dibi gözlüklerim işleri tuhaf bir duruma soktu.

Okulun ilk gününde annem beni kahverengi Oldsmobile station wagon'uyla Longs Peak Ortaokulu'na bıraktı. Okul yoluna girdiğimizde benim kıyafet seçimim ile yeni sınıf arkadaşlarımla arasındaki fark açıkça su yüzüne çıktı. Sınıf arkadaşlarım bileklerine kadar kıvırdıkları yırtık siyah pantolonlar ve yarasa kanı içme ve şeytan hakkında şarkıları olan agresif müzik gruplarının tişörtlerini giymiş, Tom Cruise'un *Top Gun*'da taktığı gibi sarı çerçeveli pilot güneş gözlükleri takmıştı. Annem okulun önüne park ettiğinde, alışılmışın dışındaki giyim tarzlarını, heyecanlı sohbetleri ve bu hareketli sosyal sahneyi görünce ikimizin de nefesi kesildi.



Şekil 2.1 Yedinci sınıf okul fotoğrafım

Arabanın kapısını açtığım anda görünmez olmak istedim. 1,75'lik ince bedenimi küçültmeye çalıştım ve ilk kez gizlice bazı önemli sorular sordum. Kiminle konuşmalıyım? Gözlüklerim neden bu kadar büyük? Neden diğer öğrenciler kolalı gömlek giymiyor? Düşüncelerim, ilkokuldan tanıdığım bir grup çocuğun bana seslenmesiyle son buldu. Ed Seemers, Will Hartford ve Sam Hassan nazik, çalışkan ve güvenilir insanlardı; bayrak direğinin altında toplaşmışlardı. Onların arasına katılınca rahatladım. Hiçbirimiz havalı değildik ama hepimiz yalnız kurtlar gibi görünmediğimiz için rahatlamıştık.

Uyumsuz grubumuz birkaç gün sonra, ortaokulda teneffüste oyun oynanmadığını fark etti. Altıncı sınıfta popüler olan koşmaca, dağın kralı oyunu veya diğer oyunların hiçbiri yeni sınıfımızda popüler değildi. Bu garip değişimi aramızda konuştuğumuzda ortaokul kültürünün hiç de eğlenceli olmadığına karar verdik. İnsanlar etrafta dikilip yeni bir kablolu kanal olan MTV gibi trendler veya Michael Jackson'un *Thriller* albümünün sanatsallığı üzerine konuşuyorlardı ki bunlar daha önceki teneffüs alışkanlıklarımızın hiçbirine benzemiyordu. Bir oduncu cüssesinde olduğu için doğal olarak grubumuzun alfası olan Will Hartford, herkes bu oyunları oynamak için fazla havalı olduğunu düşünse de bizim oynayacağımızı ilan etti. Biraz düşündükten sonra altıncı sınıf aktivitelerimizden biriyle başlamaya karar verdik: WWWF'deki güreş sahnelerinden birini tekrar canlandırmak.

Futbol sahasının güneyindeki küçük bir kısım mükemmel bir ring olabilirdi. Kale kısmı sınır, kalenin güney kısmını çevreleyen tel örgü ise boks ringinin ipleri olarak kullanılabilirdi. Hartford, Hulk Hogan; Seemers, Randy Savage (Maço) ve Hassan da Iron Sheik olacaktı. Bense yarı saldırgan ırkçı stereotip temasına uysun diye federasyondaki tek Japon güreşçi olan Mr. Fuji olacaktım.

O Cuma günü, güreş oyunumuzun emprovizasyon benzeri bir özelliği vardı; her güreşçinin sıra kendisine geldiğinde hareketi daha uzun bir anlatıya yönlendireceğini konuşmadan kararlaştırmıştık. Örneğin, parmaklarımızla rakibimizin yüzünü aşağı eğmeden önce bizi yaklaşık sekiz saniye boğma pozisyonunda tutmasına izin vermemiz gerektiği daha önce konuşmadığımız bir beklentiydi. Bu hareketin ardından genellikle rakibi tutup yere çarpma hareketi gelirdi. Doğaçlamadan sıkıldığımızda, rakibimizi iplere fırlatıp geri sektirmeyle oluşan dramatik sahneye her zaman başvurabilirdik. Rakibin iplerden sekip geri gelmesi oldukça teatral bir havaya sahipti, çünkü rakibi iplerin ortasına fırlatıp iki kez geri sekmesini izledikten sonra ileri uzattığınız kolunuzla çamaşır ipine asıyormuş gibi yaparak onu ara ara durdurmanın ritminde hoş giden bir yan vardı.

Oynadığımız bu gürültülü tiyatronun bir noktasında durup kaşlarımdaki teri sildim ve burnumun ucuna inen gümüş rengi gözlüklerimi geri ittim. Bu sırada çarpıcı bir aydınlanma yaşadım. Yedinci sınıflardan başka kimse bize katılmıyordu ki sanırım beklenen de buydu. Hatta diğer herkes güreş müsabakamızdan güvenli bir mesafede durmuştu ve daha iyi sosyal kararlar almakla meşgul oldukları açıkça görülüyordu. Birkaçı bizi şaşkınlık ve korku dolu bakışlarla izliyordu. Bunu fark ettiğimde midemde bir yanma hissettim ve panik göğsümü ele geçirdi. WWWF sahnelerini canlandırma oyunumuzun tamamen altınca sınıfa özgü olduğunu tüm gerçekliğiyle anladım.

Bunu fark ettiğim tam o anda Hulk Hogan, Mr. Fuji'nin ön kolunu sıkıca kavradı. Çekiç atmak üzere olan bir Olimpiyat sporcusu gibi beni etrafında döndürmeye başladı. Beni iplerden sektirip vücuduyla hızla çarpmak için momentum kazanıyordu. Hogan, Fuji'yi etrafında giderek hızlanarak döndürürken merkezcil kuvvet, be-

nim ileriye yönelik korkumu hâlâ ilkokuldaymış gibi davranmayan yüzlerce öğrenciden gelecek sosyal sorunlara odaklamıştı. Hogan, Fuji'yi yörüngesinden çıkarırken küçük bir yanlış hesaplama yaptı ve bu küçük hata Fuji'nin alnının çelik çit direğine çarpmasına sebep oldu.

Bilincim tekrar yerine geldiğinde etrafımda toplanan insanların bulanık görüyordum. Gözümden fırlayan gözlüklerimi çimlerde aramaya çalışıp bulamadığımda çok telaşlandım. Ardından WWWF'deki Dev Andre'nin kazak giyen versiyonuna benzeyen yetişkin bir adam, etrafımdaki çemberi yararak yanıma geldi. Koç Stenson, yanıma gelip diz çöktüğünde bacak eklemlerinin çatırdadığını duydum. Büyük, çift odaklı gümüş gözlükleriyle bir saniye bana baktı ve yerden benim büyük gümüş gözlüklerimi alıp nazikçe gözüme taktı.

Koç Stenson, okulun en iyi futbol takımının koçuydu ve saygı duyulan bir kişilikti. WWWF skandalımdan önce onunla hiç konuşmamıştım ama babamı tanırdı ve büyük ihtimalle uzaktan bana göz kulak oluyordu. Etrafımdaki kalabalığa "Burada görülecek bir şey yok!" diye bağırdı. Kalabalık dağılınca, ben oturmaya becerdikten sonra omuzlarımı sıkıca tutup gözümün içine bakarak ölçülü bir ses tonuyla bana şöyle dedi: "Evlat, biraz sakın olup etrafına bakman gerek ve kendini bir çukura gömmeden önce bazı şeyleri çözmelisin. Şimdi hemşirenin yanına git. Büyük ihtimalle bir sarsıntı geçirdin."

Hemşirenin odasında yeşil vinil bir koltukta oturup alnımdaki yaranın üzerine buz torbası tuttum. Hemşire bana adımı, adresimi ve sarsıntı geçiren insanlara protokol gereği sorulan birkaç soru daha sorarken ben başka bir sorunun yanıtını merak ediyordum: Güreş oyununun kötü bir fikir olduğunu nasıl göremedim?

Garip ve Ciddi

Hans Asperger, sessiz bir çocuktur. Arkadaşları onu “soğuk” olarak tanımlardı ve biyografi yazarları genellikle kendi hâlinde olduğunu kaydederdi. Karışık sosyal ilişkilerle uğraşmak yerine kendi sosyal olmayan ilgi alanlarına dalıp giderek yalnız başına vakit geçirmekten hoşlanırdı. Sakar biri olsa da sık sık Avusturya dağlarında kendi başına uzun yürüyüşlere çıkardı. Dil konusunda olağanüstü becerileri vardı ve daha çocuk yaşlarda politik baskı ve ölüm üzerine nihilist şiirler yazan Avusturyalı şair Franz Grillparzer’ın yazılarına kafayı takmıştı. Olağandışı ilgi alanlarını başkalarıyla paylaştığı çok az örnekten biri de Grillparzer’ın korku dolu şiirlerinden birini şaşkın sınıf arkadaşlarına aşırı heyecanlı bir şekilde ezbere okuduğu andı.

Hans Asperger’in alışlagelmedik sosyal davranışları ve dil konusundaki garip takıntıları, çocukken arkadaş edinmesini zorlaştırdı ve yetişkinliği boyunca da başkalarıyla bağlantı kurmakta sorun yaşadı. Üretken bir psikiyatri araştırmacısı olarak çok fazla şey okuduysa da boş zamanlarının çoğunu klasik edebi metinler ve insanlık üzerine kitaplar okuyarak geçirirdi. Kızlarından biri Hans’ı “aile hayatımıza dahil değil” sözleriyle tanımlayıp, ailesine ezberden uzun alıntılar okuma takıntısını “garip ve ciddi” kelimeleriyle açıklıyordu.

1944’te Asperger, düşük empati yeteneğine sahip, göz teması kurmada zorlanan ve dar bir şekilde garip ilgi alanlarına odaklanan dört çocuk hakkındaki vaka çalışmasını içeren en ünlü psikiyatrik makalesini yayınladı. Asperger, bu çocukları tanımlamak için “otistik psikopatlar” terimini türetti. O dönemde Johns Hopkins Üniversitesi’nden Leon Kanner da benzer gözlemlerde bulunmuştu ve bunları 1943’te, anormal bir şekilde içe kapanık ve tekrarlayan alışılmadık davranış alışkanlıklarına sahip şeklinde nitelediği on bir çocukla yaptığı vaka çalışması kapsamında yayınladı.

“Otizm”, Yunanca “özbenlik” anlamına gelen *autos* kelimesinden türemiş yalın bir terimdir. Sosyal faaliyetlerle ilgilenen diğer kişilerden kendini ayıran özbenliğin bir imgesidir. Asperger ve Kanner, otistik psikopatları aynı semptom üçlüsüyle tanımlamıştır: 1) Sosyal etkinliklere katılmada ilgi eksikliği 2) empati eksikliği ve 3) monotonluk konusunda katı ısrar. 1980’de, bu üç semptom, Amerika Psikiyatri Birliği’nin *Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı*’nın (DSM-III) üçüncü basımına dahil ettiği resmî otizm teşhisinin temelini oluşturdu ve aynı el kitabının bir sonraki basımına (DSM-IV) Asperger sendromunu ekledi.

Otizm ve Asperger sendromunun öne çıkan özellikleri, ikisi de karşılıklı etkileşimlerde ve sözsüz davranışları anlamada problem yaşama, ilişkileri anlamada ve ilişki kurmada zorlanma gibi sosyal beceri ve iletişim eksiklikleridir. Tekrarlayan davranışlar arasında esnek olmayan rutinler; görüntü, sesler ve temasa az ya da aşırı tepki verme ve aşırı derecede kısıtlı ve yoğun ilgi alanları yer alır.

Otizmin resmî bir tanı olarak ortaya çıkması, otizmin nasıl teşhis ve tedavi edileceği konusunda önemli bir dönüm noktasıdır. Resmî bir otizm tanısı okul yurtlarına ve sosyal hizmetlere erişime ve ruh sağlığı hizmetlerinin sigorta kapsamında karşılanmasına da imkân sağlar ki bunlar durumu ciddi olan ve güçten düşme potansiyeline sahip olan otistik bireyler için çok önemlidir. Fakat tanı koymada oldukça dikkatli olunması önemlidir.

Doktorların tanı koymaya çalışırken dikkatli olmak için izledikleri yöntemlerden biri de *beş kuralı*dır. Doktorlar genellikle hastalarına hangi alanlarda zorlandıklarını sorarlar. Hastalar semptomlarını anlatırken doktorlara bu semptomlara göre en muhtemel beş teşhisin bir listesini çıkararak işe başlamaları öğretilir. Olası açıklamaların fazlasıyla kapsamlı bir listesini çıkarma zorunluluğu, doktorları akıllarına gelen ilk açıklamayı seçmekten alıkoyar,

semptomlar için tanı koyulabilecek ve koyulamayacak açıklamaları da düşünmeleri gerektiğini hatırlatır. Bazı semptomlar ciddi bir duruma ya da sadece kişinin olağandışı birkaç garipliği olduğuna işaret edebilir.

Hans Asperger'in de adını taşıdığı Asperger sendromundan muzdarip olup olmadığını düşünmeden edemiyor insan. Dört çocukla yaptığı vaka çalışmasında kendisinden bir şeyler bulup bulmadığını da merak ediyorum. Çocukların anormal sosyal davranışları, diğer insanlarla iletişim kurmada zorluk çekmeleri ve saplantılı ilgi alanları Asperger'i tarif etmek için de kullanılabilirdi.

Asperger, Asperger sendromu teşhisi koyabileceğimiz bulgulara sahip olsa da otizm teşhisi koyulamayacak özelliklere de sahipti. Otizm de dahil olmak üzere *DSM* bozukluklarının birçok açıklaması, semptomların hastanın hayatı üzerinde önemli ve olumsuz yönde etkiye sahip olmasını gerektirir. Resmî bir tanı koyulabilmesi için kişilerin ciddi kariyer, iletişim ve kanuni sorunlar yaşaması gerekir. Asperger, örnek gösterilebilecek bir kariyere sahipti; hiç hapse girmedi, evliydi ve meslektaşlarından bazılarıyla ilişki kurmuştu. Yani adını taşıdığı sendroma sahip olup olmadığı veya onu başka bir tanının daha iyi açıklayıp açıklamadığı tartışılır.

Tuhaflik, Otizm Spektrumunda mı?

Çocuk doktorunun muayenehanesindeki kitapçıklar ve Judy Blume kitaplarım sayesinde ortaokulun herkes için tuhaf bir dönem olduğunun zaten farkındaydım ama ortaokul döneminin tuhaflik sürecinin kesinlikle en üst uç noktasında olduğuma dair bir his vardı içimde. Koç Stenson'ın haklı olduğunu biliyordum ve bana dürüst davrandığı için minnettardım. Bana o dönemdeki toplumun sağduyusu ile yaklaşıldı temel hedefi, olaydan sonra sadece iyi hissetmemi sağla-

maktan ibaret olacaktı. Kişisel gelişim kitapları ve sohbet programı guruları dalgası üzerinden popüler olan 1980'lerin özsaygı hareketi, özsaygıyı artırmanın çocukların daha iyi notlar almasını, uyuşturucudan uzak durmasını veya kendisini daha az yalnız hissetmesini sağlayacağı inancını topluma yaydı. Ancak Koç ve diğer sözü geçen yetişkinler, yaralanmış özsaygıma sadece psikolojik bir yara bandı yapıştırıp geçseydi daha temel bir sorunu sadece maskeleymiş olacaktı. Hemşirenin odasına gitmeden önce bile ihtiyacım olanın özsaygım üzerine çalışmak değil, sosyal becerilerimi geliştirmek ve garip ilgi alanlarımı nasıl yönlendireceğimi öğrenmek olduğunu hissediyordum.

WWWF fiyaskosunun ardından bende bir sorun olup olmadığı ve sosyal hayatı nasıl yöneteceğini çözemeyen benim gibi çocuklar için bir açıklamanın var olup olmadığını merak etmeye başladım. O zamanlar psikolojik tanımlar konusunda hiçbir şey bilmiyordum tabii ama ortadaki sorunlarıma bakarak bana ne teşhisi koyulabileceği üzerine kafa yorabiliriz. Bir psikolog, yedinci sınıftaki Ty Tashiro'yu tarif etmek için bir klinik özet yazmış olsaydı rapor büyük ihtimalle şöyle olurdu:

Danışan, insanların gözüne bakmaktan rahatsız oluyormuş gibi görünüyor. Duruş bozukluğuna sahip. Beline kadar çektiği paçaları kıvrık bej rengi bir pantolon ve kolalı bir gömlek giyiyor. Danışan, utangaç olduğunu ve arkadaşlarıyla nadiren bir sohbeti başlattığını fakat ilkokuldan beri görüşmeyi sürdürdüğü üç arkadaşı olduğunu belirtiyor. Sosyal ortamlarda yanlış şeyler söylemekten sıklıkla çekindiğini söylüyor. Danışanın, kazanılan koşu ortalaması ve kazanan-kaybeden kaydı için bir hesaplama denklemine dayanarak belirlediği en iyi on beyzbol atıcısının listesinin de dahil olduğu alı-

şılmadık birçok listesi var ve bunları bir dosyada saklıyor. Hasta, günlük rutinlerine sadık kalma konusunda oldukça inatçı. Salı sabahları, temizlik işçilerinin çöpü atmalarını izlemek için 06:45'te kalkıyor. Pazartesiden cumaya kadar saat 15:30 ile 17:30 arasını bir dizi planlı basketbol alıştırmasına ayırıyor ve her birine ne kadar ayırması gerektiği defterine kaydediyordu. Pazar günleri akşam yemeğinden sonra gazeteye bakarak bazı hisse senetlerinin çizgi grafiklerini çıkarmayı seviyor. Bu rutinlerden herhangi birinin sekteye uğraması, hastada önemli ölçüde psikolojik sıkıntıya sebep oluyor.

Davranışlarım kesinlikle normal değildi. Fakat beni eşsiz olarak mı yoksa bir hasta olarak mı daha iyi tanımlardınız? Beş kuralı benim için uygulaysaydık doktorlar büyük ihtimalle şu olasılıkları düşünürdü: yüksek işlevli otizm, sosyal anksiyete, içedönüklük, kişilik bozukluğu veya sosyal tuhafılık.

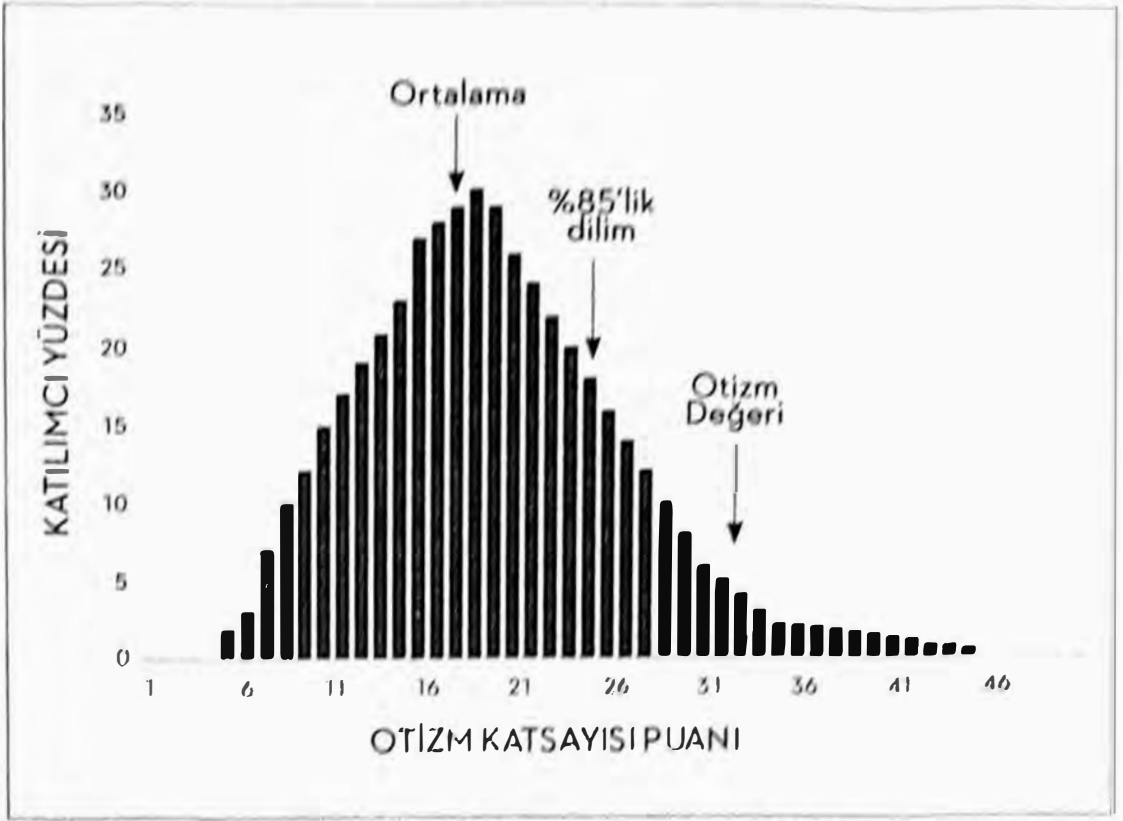
Bu tür tanıların farkları konusundaki kafa karışıklığının bir kısmı majör depresif bozukluk, madde bağımlılığı, sosyal fobi, otizm ve diğer yüzlerce *DSM* tanısının kategorilere bölünmüş olmasından kaynaklanır; bu da insanların ya bir bozukluğu olduğu ya da olmadığı anlamına gelir. Peki ya size otizmin ayırıcı özelliklerinin insanların yüzde 1'ini oluşturan otistik kişilerle sınırlı kalmayıp aslında, çan eğrisinin normal sayılan kişilerin denk geldiği ortasına doğru cömert bir şekilde yayıldığını söylesem?

Cambridge Üniversitesi'ndeki Otizm Araştırma Merkezi'nin başkanı olan Simon Baron-Cohen, otizm araştırmalarında önde gelen uzmanlardan biridir. *Journal of Autism and Developmental Disorders*'ta yayınlanan 2001 tarihli bir makalede, Baron-Cohen ve meslektaşları, adını Otizm Katsayısı koydukları, otizm özel-

liklerinin ölçümünü doğrulama amacı taşıyan bir dizi çalışmanın sonuçlarını sundular. Otizm Katsayısı, otizmlı kişilerin yaygın olarak sergiledikleri şu beş özelliği değerlendiren elli madde içerir: sosyal beceri eksikliği, iletişim problemleri, detaylı odaklanma, dikkati başka bir yere kaydırmada zorluk ve aktif hayal gücü. Otizm Katsayısı puanı, sıfırdan (otizm özelliklerinden hiçbirine sahip değil) elliye (tüm özellikler mevcut) kadar değişmektedir.

Baron-Cohen ve meslektaşları, Otizm Katsayısı'nı iki ayrı gruba uyguladılar. Bir grup, Asperger sendromlu ve yüksek işlevli otizmlı kişilerden oluşurken, diğeri genel popülasyondan seçilen 174 yetişkinden oluşan kontrol grubuydu. Dikkat çeken ilk bulgu, kontrol grubunun ortalama puanının sıfır olmamasıydı. Kontrol grubunun ortalama Otizm Katsayısı on altıydı ki bu, ortalama bir insanın sosyal hayatın az sayıda kimi yönlerinde zorlandığını akla getirir. Buna kıyasla otizm grubunun ortalaması otuz beşti, yani kontrol grubu ortalamasının iki katından fazlaydı. Baron-Cohen, bir kişiye otizm tanısı koyulabilmesi için en uygun değerin otuz iki olması gerektiğini saptadı.

Genel popülasyondaki otizm özellikleri dağılımı aynı zamanda çan eğrisine denk geliyordu ve bu bazı kişilerin ortalamanın çok üstünde puanlar aldığı anlamına gelir. Otizm Katsayısı puanlamasında yirmi dört ile otuz bir arasında puan alanlar, yani otizm özelliklerinde ortalamanın üzerinde olanlar kabaca %85 ile %98 arasındaki dilime giriyorlar. Bu kişiler, ortalama on altı otistik özellik ile tanı koyulabilir otuz iki otistik özellik arasında bir yerdeler. Bu durumda, otistik olmayan fakat sosyal beceriler konusunda oldukça zorluk çeken, iletişim problemleri olan ve anormal derecede saplantılı odağına sahip kişileri nasıl tanımlarsınız? İşte tuhaf derdim.



Şekil 2.2 Genel popülasyondaki otizm özellikleri dağılımı. Otizm özellikleri sayısı, yatay eksenle gösterilirken, her bir puan için katılımcı yüzdesi dikey eksenle gösterilmiştir. Şekil, Baron-Cohen ve meslektaşlarının *Journal of Autism and Developmental Disorders*'ta (2001) yayınlanan bir çalışmasına dayanmaktadır.

Otizm ile tuhaflık arasındaki ilişki, klinik psikoloji ve psikiyatrideki daha geniş bir kavramı gözler önüne serer: Psikolojik terimlerle “normal” kabul edilen kişiler, ciddi durumlar ile ilişkilendirilen özelliklerin daha ılıman biçimlerine sahip olabilirler. Tıpkı melankolik özelliklere sahip kişilere majör depresif bozukluk ve fazla düzenli olan kişilere obsesif kompulsif bozukluk (saplantı-rakıntı bozukluğu) teşhisi koyulamayacağı gibi, sosyal açıdan tuhaf olan kişilere de otistik tanısı koyulamaz.

Tuhaf kişiler ile otistik kişiler arasındaki fark, semantikten daha fazlasıdır; aslında tuhaf kişilerin otistik kişiler ile aynı *olmadığının* unutulmaması çok önemlidir. Otizm tanısı, tuhaf bireylerin ayırıcı özelliği olan sosyal beceri eksikliğinden ve sap-

lantılı odaklanma özelliklerinden çok daha ciddi seviyede sosyal bozukluk ve tekrarlayan davranış olduğunu ileri sürer. Orta ila ciddi seviyede otizmi olan kişilerin yüzde 50'sinden fazlası zihinsel engellidir ve birçoğu yetişkin olarak bağımsız bir hayat süremeyecektir. Otistik çocuklar, mikser veya elektrik süpürgesi sesine aşırı tepki verebilir ya da ciddi dil bozukluklarına sahip olabilirler. Otistik çocuklarla bir tür bağlantı kurmayı umut eden kişiler, çocukların sosyal alandaki ve iletişim konusundaki eksikliklerinin onları “ulaşılamaz” kıldığını belirtirler.

Toplumsal seviyede, okullarda ve cemaatlerde otistik kişiler için ayrılan akıl sağlığı bütçesi sınırlı olduğu için, dikkatsizce ya da büyük bir hevesle koyulan otizm tanısı, var olan kaynakların verimsiz şekilde kullanılmasına yol açıyor. Yanlış teşhis, faydadan çok zarara neden olan psikolojik veya eğitimsel müdahalelere yol açabileceğinden, doktorların tuhaf bireyleri otizm tanısı içine sıkıştırmasının olumsuz sonuçları da vardır. Tuhaf bireylerin, otistik veya “otizm spektrumunda” olarak adlandırılmaması sadece pragmatik nedenlerden dolayı değil, büyük zorluklar çeken otizimli kişilere ve ailelerine büyük saygısızlık olduğu için de önemlidir.

Çocukken sosyal hayatta yaşadığım zorluklara geri dönüp baktığımda yüksek işlevli otizm veya Asperger sendromunun benim sosyal konulardaki bocalamalarım için yerinde bir tanı olmadığını görebiliyorum. Birkaç aile üyemin yedinci sınıftaki hâlimi baz alarak bana Otizm Katsayısı üzerinden puan verdiği, resmî olmayan bir değerlendirme yaptım. Puanlarım, yüksek işlevli otizm veya Asperger sendromu değerinin altında ama net bir şekilde ortalamanın üzerindeydi.

TUHAFLIK ÖLÇÜMÜ

Birçok kişiye kıyasla, bu maddeler senin tipik olarak nasıl olduğunu niteliyor mu?

%10'luk dilim	%20'lik dilim	%50'lik dilim	%80'lik dilim	%90'lık dilim	
ÇOK NADİREN	SIK DEĞİL	ORTA-LAMA	SIK SIK	NEREDEYSE HER ZAMAN	
					YÜZDELİK DİLİM
1. Sosyal beceriler konusunda zorlanıyorum.					
2. Günlük işlerimde sağduyulu değilim.					
3. Yeni girdiğim bir sosyal ortamda nasıl davranacağımı bilmiyorum.					
4. Diğer insanların ne düşündüğünü anlamakta zorlanıyorum.					
5. Yanlış şeyler söylemeye yatkınım.					
6. İnsanların anlatmak istediği noktayı anlamakta zorlanıyorum.					
7. Diğer insanlarla iletişim kurmakta zorlanıyorum.					
8. Bir konu hakkında insanlarla karşılıklı konuşmak yerine onlara ders verir gibi konuşuyorum.					
9. Diğer insanların duygularını okumakta zorlanıyorum.					
10. Duygularla başa çıkma konusunda rahat değilim.					
11. Nasıl hissettiğimi ifade etmekte zorlanıyorum.					
12. Diğer insanların durumlarına empati göstermekte zorlanıyorum.					
13. Aylarca tek bir şeye kafamı takıyorum.					

14. Diğer insanlarla sosyalleşmek yerine yalnız başına yapılan işleri yapmayı tercih ediyorum.	
15. Büyük resim yerine ayrıntıları görmeye meyilliyim	
16. Yaptığım işler için bir sistemimin veya yöntemimin olması gerek.	
Bu, tuhaf özellikleri niteliksel olarak anlatmak için oluşturduğum resmî olmayan bir ölçüm. Yüzde puanlarınızı toplayıp çıkan sonucu 16'ya bölerek ortalama puanınızı bulun. Kategorilere bölmek isterseniz maddeler şöyle gruplanmıştır: sosyal beceriler (1-4), iletişim (5-8), duygular (9-12) ve saplantılı ilgiler (13-16). Puanınız ve ek kaynaklarla ilgili daha fazla bilgi almak isterseniz tytashiro.com adresini ziyaret edebilirsiniz.	TOPLAM

Dışadönük, Kendinden Emin ve Tam Anlamıyla Tuhaf

Yüksek işlevli otizmi, sosyal alanda yaşadığım zorlukların nedeni olarak eledikten sonra tuhaf olmanın yanında geriye muhtemel üç açıklama kalıyor: sosyal anksiyete, kişilik bozukluğu ve içedönüklük. Tüm bu özelliklerin tuhaflık ile ilişkili olabileceğini fakat tuhaflık ile aynı anlama gelmediklerini inceleyeceğiz.

Yedinci sınıftayken her gün okul otobüsüne binmek ve doğum günü partilerine gitmek gibi sosyal durumlarda yolumu bulma konusunda yoğun bir endişe yaşıyordum. Bu da sosyal anksiyetenin veya diğer adıyla sosyal fobinin yaşadığım zorlukların olası bir açıklaması olabileceğini akla getiriyor. Sosyal anksiyete, sosyal etkileşime girmekten çok korkan ve kendisini utandıracağı veya insanlar tarafından yargılanacağı konusunda anlamsız bir endişe duyan kişiler için koyulan bir tanıdır. Sosyal anksiyete ile tuhaflık arasındaki fark, sosyal anksiyete temelde kişinin uygunsuz olmaktan duyduğu *anlamsız* korku iken, tuhaflığın kişinin uygun olma *becerisine* atıfta bulunmasıdır. Tuhaf kişiler genellikle gelecekte

yaşayacakları etkileşimlerde yollarını nasıl bulacaklarından sıklıkla kaygı duyarlar fakat kaygıları her zaman aşırı veya anlamsız değildir. Aslına bakılırsa uygunsuz bir şey yapmaktan bir miktar endişe duymak aslında bence mantıklı ki bu da sosyal anksiyete tanısını benim için ilk açıklama olmaktan çıkarıyor. İletişim kurma konusundaki geçmiş deneyimlerime baktığımda mükemmelin altında bir izlenim bırakma konusundaki endişelerim mantıklıydı.

Kendi hâlimde oluşum ve bir mağazada sırada bekleyen insanların sosyal kurallarını çiğnemem veya zor durumdaki bir kişi ile empati kuramamam gibi sosyal beklentilere kayıtsız kalışım sebebiyle duyarsız görünebilirim. Sosyopat veya narsist olmak gibi kişilik bozuklukları, kişinin aşırı bencilliği nedeniyle diğerlerinin ihtiyaçlarına karşı her zaman hissedilen bir sürekli duyarsızlıkla nitelendirilir. Tuhaf kişiler de duyarsız görünebilirler fakat sosyopatlar ve narsistlerden farklı olarak onların duyarsız davranışı, kasıtsızdır ve hassas bir durumla nasıl başa çıkılacağını anlamamalarından kaynaklanır. Sosyopatlar ve narsistler, sosyal beklentiler konusunda keskin bir zekâyâ sahiptirler ve sevimli görünebilirler fakat sosyal idraklerini diğer insanları manipüle etmek için kullanırlar. Başkalarının hislerini yanlışlıkla incittiğim olaylar veya duyarsız davrandığım diğer konular için herhangi bir mazeretim yok elbette ki ancak bu davranışım kötü niyetten çok sosyal konulardaki sakarlığım ile açıklanabilir.

Çoğu çocuğa kıyasla yalnız vakit geçirmeyi daha çok tercih eder, grup yerine birebir iletişim kurmayı sever ve parçası olduğum sosyal etkileşimler sırasında çekingen davranırdım. İçedönüklük, tuhaflıktan kolayca ayırt edilebilir çünkü içedönük çoğu insan sosyal beklentileri kolayca anlayabilir ve bu beklentileri etkin bir şekilde karşılayabilir, sadece dışadönük insanlar kadar sık etkileşim kurmayı tercih etmezler. İçedönüklük, sosyal etkileşim konusunda *tercihler*

ile ilgiliyken, tuhaflık, etkin bir şekilde etkileşim kurma *becerisi* ile ilgilidir. Susan Cain'ın *Sakinler de Kazanır (Quiet)* kitabında da açıkladığı gibi içedönük insanlar, sosyal etkileşim konusundaki tercihleri, ABD gibi ülkelerde hâkim olan dışadönüklük kültü ile uyuşmadığı için sosyal alanlarda bocalayabilirler. İçedönük çocuklar sosyal bir ortama girdiklerinde endişeli görünebilirler ama kapıdan girdiklerinde ne yapılması gerektiğine dair belirsizlik nedeniyle kaskatı kesilmezler. İçedönük olmama rağmen içedönüklük, sosyal sıkıntılarım için en iyi açıklama değildi.

Sosyal sıkıntılarım için değerlendirdiğimiz beş açıklama (tuhaflık, otizm, sosyal anksiyete, kişilik bozukluğu ve içedönüklük) arasında, sosyal davranışımı en iyi şekilde açıklayan tuhaflık gibi duruyor. Sosyal açıdan tuhaf bir kişi için en iyi açıklama duygusal tabiat, motivasyon veya tercih değil, sosyal hayatta yönünü nasıl bulacağına ilişkin önsezi eksikliğidir. Bu sonuç bizi ilk sorumuza götürüyor: Tuhaf olmak yanlış bir şey mi? Klinik psikiyatri ve psikoloji dünyasında, cevap "Hayır" olurdu ama tuhaf bireylerin sosyal beceriler ve iletişim konusunda önemli eksikleri olduğunu ve bu durumun da onların sosyal hayatın karmaşıklıklarıyla etkin bir şekilde uğraşmalarını zorlaştırdığını gördük. Tuhaf bireyler kendilerini karmaşık bir kesişim noktasında, toplumun normallik ile anormallik arasında net çizgiler çekmeye çalıştığı gri alanda bulurlar. Mağazaya gitmek veya bir öğretmenden yardım istemek gibi basit sosyal etkileşimler tuhaf insanlar için zordur ve rutin sosyal iletişimlerde yaşadıkları bu sıkıntılar diğer insanların onların gerçekte kim olduklarını keşfetmesini engelleyebilir. Eşsiz bakış açılarını anlamak, keskin zekâlarının değerini bilmek veya iyi kalpli jestlerinden faydalanmak için genellikle onlara biraz zaman tanımamız gerekir. Tuhaf insanlar bazen "Keşke diğer insanlar beni tanıyabilseydi, bence o zaman beni severlerdi," diye düşünürler.

Tuhaf insanların küçük sosyal beklentileri karşılarken yaşadıkları sakarlıklar konusunda biraz sabırlı olmanın beklemeye değdiğine çok kez şahit oldum. Bir kişinin sosyal meziyetinin o kişinin adil, nazik veya sadık olmasıyla çok az alakası vardır. Hatta tuhaf kişiler genellikle adil veya nazik davranılmayan tarafta olmanın nasıl bir his olduğunu bildikleri için bazen daha yüksek bir adalet ve şefkat duygusuna sahip olabilirler. Kendi hâlindeki, dışlanmış ve sakar Hans Asperger bunun için iyi bir örnek olabilir.

Asperger, otizm ile ilgili etkileyici yazısını 1944'te yayınladı fakat bu yazıdaki vaka çalışmasında yer alan çocuklarla olan çalışması, yıllar önce Viyana Üniversitesi'ndeki laboratuvarında başlamıştı. Steve Silberman *NeuroTribes* adlı kitabında, Asperger'in araştırmasının Nazi Almanyası'nda faşizmin yükselmesi ve Avusturya'ya yayılması nedeniyle nasıl karmaşık bir hâl aldığını detaylı bir şekilde anlatmaktadır. Asperger'in Viyana Üniversitesi tıp fakültesindeki meslektaşlarının birçoğu başka ülkelere kaçtı veya Yahudi genleri nedeniyle toplama kamplarına gönderildi. Nazi doktrini, genetik olarak insan ırkının ıslahına dair inançlar içeriyordu ve Asperger'in otistik çocukları, "genetik olarak değersiz" oldukları için Naziler tarafından toplama kampına gönderilme riski olan çocuklar sınıfına giriyordu.

Asperger'i tüm bu karmaşanın ortasında, Avusturya kültürüne bir salgın hastalık gibi yayılan mantıksız ve nefret dolu ideolojileri anlamaya çalışırken hayal edebiliyorum. Karşımızda en küçük sosyal beklentileri bile nasıl karşılayacağını anlamakta zorluk çeken ve en yakınları ile bile duygusal bağlar kuramayan bir kişi var. Fakat Asperger, iyi bir toplumun çeşitliliğe saygı duymak, hayata tutunmak ve ihtiyacı olanlara yardım etmek gibi daha geniş toplumsal beklentilere bağlı olması gerektiğinin kesinlikle farkındaydı.

Asperger, araştırmasına devam ederek ve otistik hastaları hakkında konuşarak kişisel güvenliğini riske attı ve büyük bir tehlike

karşısında hastalarını ustaca koruyacak yeterli sosyal dirayeti bir şekilde topladı. Naziler laboratuvarını basıp onu tutuklamaya ve muhtemelen hastalarını imha kamplarına göndermeye geldiğinde sosyal beceri konusunda daha yetenekli olan meslektaşlarının da yardımıyla konuşarak başını beladan kurtardı. Araştırması hakkında konuşmalar yaparken hastalarından maksatlı olarak, “otistik psikopatlar” yerine “küçük profesörler” diye bahsetti ki bu, hastalarının toplumsal değerini anlatmak için ustalıkla bir politik hareketti ve sevip değer verdiği o çocukları korumanın bir yoluydu.

Sosyal Akıcılığa Sahip Olma Rüyası

WWWF fiyaskomdan sonra kafamı Koç Stenson’ın söylediği çözmem gereken “sosyal sırra” taktım ama fark ettim ki tuhaf bir beyne sahipken daha az tuhaf olmaya çalışmak, kaybolan numaralı gözlüklerinizi bulmaya çalışmak gibi bir şeymiş. Daha iyi görebilmek için gözlüklerinizi bulmanız gerekir ama daha iyi göremediğiniz için gözlüklerinizi bulamazsınız. Acımasız bir ironi ama aramaya devam etmekten başka seçeneğiniz yok. Tuhaf kişilerin görevi de ihtiyaç duydukları şeyi sistematik olarak aramanın bir yolunu bulmaktır ki bunu becerdiklerinde sosyal hayatı yeni bir biçimde görürler.

Benim sosyal hayatım çok daha iyiye gidecekti ve sonunda yedinci sınıfta hayal ettiğim her şeyin çok ötesine geçtim. Tuhaf olan birçok arkadaşımın, öğrencimin ve hastamın da sosyal becerilerini geliştirdiğini ve tatmin edici sosyal hayatlarından keyif aldıklarını gördüm. Sosyal hayatlarını iyileştiren bu tuhaf kişilerin ortak özelliği, bir planlarının olması, alışkanlıklarını değiştirmeye açık olmaları ve toplumsal anlayışlarını ve becerilerini geliştirmek için gerekli olan sistematik pratikleri yapmaya istekli olmalarıydı.

Sosyal arkadaşlarımdan bazıları, tuhafılık üzerine bir kitap yazdığımı öğrendiğinde bana oldukça mantıklı bir soru sordular: 'Tuhaf insanlar tuhaf olduklarını biliyorsa neden tuhaf olmaktan vazgeçmiyorlar? Oldukça mantıklı bir soru olduğu doğru fakat bu soru aynı zamanda sosyal açıdan becerikli kişilerle tuhaf insanların dünyayı nasıl gördükleri arasındaki kopukluğu gözler önüne sermekte. Sosyal insanlar hayatı geniş açıyla aydınlatılmış bir şekilde görürken, tuhaf insanlar dar açılı bir spot ışığı altında görürler, bu da sosyal insanların tuhaf bir kişinin sahnenin ortasında cereyan eden etkileşimleri nasıl fark edemediklerini, tuhaf insanların da kendilerinin spot ışığı altında gördüklerinin nasıl olup da sosyal akıcılığa sahip olanları onlar kadar zorlanmadığını merak etmelerine yol açar.

Tuhaf insanlar genellikle daha az tuhaf olmayı gerçekten isterler ve sosyal hayatla daha kolay başa çıkabilmek için can atarlar. Ancak kimsenin onlara açıkça söylemeyeceği özel bir bilgi gibi duran sosyal etkileşim kuralları konusunda özel içgörülere ihtiyaç duyarlar.

Ortaokuldaki İspanyolca dersimde, sosyal becerilerimi nasıl geliştirebileceğimi fark ettiğim değerli bir an yakaladım. Señorita Montgomery, İspanyolca düzeyimizin yeterli, hatta akıcı olmaya başladığını İspanyolca düşünmeye veya rüya görmeye başladığımızda anlayacağımızı söyledi. Kelimelerin anlamları ve dilbilgisi kuralları otomatikleştiğinde insanların ne hissettiğini anlama ve kültürel nüansları yakalama gibi soyut şeylere daha iyi odaklanabileceğimizi belirtti. Sosyal konularda becerikli olmanın bir dili akıcı bir şekilde konuşabilmeye benzediğini ve çoğu insanın sosyal hayatta *akıcı* olduğunu fark ettim. Tıpkı çoğu çocuğun anadilini ancak ilkokula başladığında akıcı bir şekilde konuşabilmesi gibi sosyal dünyaya katılan çoğu çocuk da ilkokula kadar sosyal alanda akıcı olur.

Sosyal akıcılık fikri, anneme kliniğindeki bazı çocukların neden konuşma ve dil patolojistine gittiğini sorduğumda güçlendi. Bana bu çocukların diğerlerinden farklı olmadığını ama ağızları akıllarından geçenle işbirliği yapmadığından kekelemek gibi sorunlar yaşadıklarını söyledi. Kekelemenin çocuklar için utanç verici olabileceğini ve utandıklarında duydukları endişenin kekelemeyi daha da kötüleştirebileceğini söyledi.

Bir dili veya kekelemenin üstesinden gelmeyi öğrenmenin, temel bazı konularda ustalaşmakla başlayan aşağıdan yukarı bir yaklaşım gerektirdiğini fark ettim. İspanyolca öğrenirken kelimeleri ezberlemek, çift “r” harfini düzgün şekilde söylemek için pratik yapmak ve kelimeleri doğru şekilde dizmek için dilbilgisi öğrenmek zorundaydım. Kekeleyen çocuklar da dillerini dişlerinin arkasına vurarak “th” sesini çıkarmak veya dillerini yukarı kaldırıp aşağı indirirken de soluk vererek “l” harfini söylemek için saatlerce pratik yapmak zorundaydı.

Bir noktada, yabancı dili konuşan insanların artık bir cümledeki ismi duymak için dikkatlice dinlemesi veya fiilin hangi zaman kipinde kullanıldığını düşünmesi gerekmediğini anladım. İkinci bir dil öğrenmeye çalışan insanlar yeterli pratikle sonunda, kelimeleri ve temel dilbilgisini mekanik olarak anlamaktan kelimeleri ve dilbilgisi kurallarını bilinçli olarak düşünmeden konuşmalarına imkân veren akıcılığa geçerler. Dilde yeterli düzeye gelmeye ya da akıcı olmaya başladıklarında da konuştukları kişiden ve ortamdan keyif alır ve bu sayede çok daha tatmin edici düzeyde derin bir bağlantı kurarlar.

Sosyal hayatı anlamak için kullanabileceğim en iyi yöntemin, güçlü yanımla olan sistemli yapımı yaşadığım sosyal zorluklarla mücadele için kullanmak olduğunu biliyordum. Ben de sosyal konularda yeterli olma macerama bir rutin oluşturmak ve liste çıkarmakla

başladım. Okuldan sonra her gece yarım saatimi gün içindeki sosyal etkileşimlerimi düşünmeye ve sonraki gün üzerinde çalışmam gereken becerilerin bir listesini çıkarmaya ayırdım. Sosyal hayatı anlamlandırmanın komik ve uydurma bir yöntemi olabilirdi ama sonunda ilerleme kaydettiğimi görmeye başladım. Sadece daha az tuhaf olmaktan daha fazla bir şeyi hedeflemeye karar verdim; sosyal akıcı olmak istiyordum ve rüyamda beyzbol istatistikleri ve yıldız güreşçiler haricinde şeyler görmeye başladığımda doğru yolda olacağımı biliyordum.

BÖLÜM 3

HOŞ BECERİLER PEŞİNDE

Hesap makineli kol saatimin düğmesine basıp ekranını aydınlattım. Saat 20:30:01'di. Longs Peak Ortaokulu'nda Winter Wonderland dansının neredeyse yarısını geride bırakmıştık ve hiç kimse kafeteryanın bir tarafındaki kızlar ile diğer tarafındaki erkekleri ayıran linolyum döşemeden engin denizi geçemiyordu. Winter Wonderland'e haftalar kala öğrenciler slow dans için kime yaklaşacağı konusunda heyecanlıydı ama doksan dakika boyunca kızlar, kafeteryanın kuzey tarafında sıkışık gruplar hâlinde dikilirken erkekler de kayıtsız görünmek için ellerinden geleni yaparak sırtlarını güneydeki duvarın küf yeşili tuğlalarına yaslayıp beklemişti. Dansa kalkmak için hissettiğimiz umut dolu enerjiye rağmen cinsiyetlerimizin ördüğü görünmez bir korku kalkanı tarafından kapana kısılmıştık.

Bunların hepsi DJ, gecenin ilk slow şarkısı olan Journey'den "Open Arms"ı çalmaya başladığında değişti; ışıkları kıstı, disko topunun spot ışıklarını açtı ve dans pistine büyük bir duman bulutu saldı. "Open Arms"ın ilk birkaç romantik notası, Kellie Kimpton'ı harekete geçirdi. Kellie Kimpton, oybirliğiyle Longs Peak'teki en güzel beş kızdan biriydi; çoğu erkek sevgilisi olmayı düşler ve kızların çoğu da onun gibi olmayı düşlerdi. Bu yüzden sıkışık kız grubundan birden ayrılıp parlak yeşil gözlerini güneye doğru diktiğinde herkes onu fark etti.

Kellie'nin güzel kız grubu, diğerlerinden ayrılıp askerî bir birlik edasıyla güneye doğru yürümeye başladı. Daha önce kızları dansa

kaldırmak için cesurca planlar yapan çocuklar şimdi sırtlarını yeşil tuğlalı duvara iyice yaslamış dikiliyorlardı. Kellie'nin grubu dans pistinin ortasındaki duman bulutunu yarıp geçtiğinde etrafımdaki oğlanlar, kızların doğrudan onlara geldiğini fark edip şiddetli bir paniğe kapıldı. Yaklaşmakta olan sosyal etkileşimi kestirmek için kızların gelirken izlediği rotayı kullanamadım ve diğer oğlanlar arasında kamp ateşi gibi yayılan bulaşıcı duygusal duruma bağışıklığım yoktu. O yüzden Kellie elimden tutup beni dans pistine sürüklediğinde alarma geçmiş durumdaydım.

Sosyal açıdan tuhaf olan bir sekizinci sınıf öğrencisi olarak aklım flörtöz ipuçlarını fark edecek donanıma sahip değildi ve herhangi birinin romantik anlamda benden hoşlanabileceğini de pek anlayamıyordum. Sosyal olarak akıcı bir kız olan Kellie, flörtöz davranışlarının hiçbirinin bir gizliliği kalmadığı ve ona hiçbir karşılık vermediğim için haftalar önce beni dansa kaldırması gerektiğine karar vermiş. Kellie ile 2. seviye İspanyolca dersinden tanışıyorduk, rasgele bir şekilde yan yana oturtulmuştuk. Restoranda sipariş vermek ve tren bileti satın almak gibi diyalog alıştırmalarında beraber çalışırken onunla iletişim kurmak çok kolay gelmişti.

Kellie, ortaokul hiyerarşisinde benim ligimin o kadar dışındaydı ki benimle *amigo* olmanın dışında bir şeyle ilgileneceğini hiç düşünmemiştim. Winter Wonderland dansına yaklaştığımız haftalarda Kellie, İspanyolcasına yardımcı olmam bahanesiyle beni evdeki sabit hatlı telefonda neredeyse her gece arıyordu. İspanyolca haricindeki konulardan konuşurken bana "Umarım *senin* kadar iyi bir sevgilim olur," veya "Sevgilin olacak kız çok şanslı," dediğinde ne kastettiğine dair pek düşünmemiştim.

Karşılıklı romantik ilgiyi deşifre etmedeki sıkıntı, mesajların kasten şifrelenmiş olmasıydı. İlginin karşılıklı olup olmadığı açıkça anlaşılmadığında, insanlar genellikle karşıdaki kişinin görünüşü

ile ilgili iltifatlar eder veya diğlerinin dizini eliyle okşar fakat flört topraklarına bu baskınların ardından genellikle daha platonik davranışlar gelir. Flörtün bu dengesiz kaçma-kovalama yöntemi birçok insan için eğlenceli olabilir fakat bu yaklaşım, sosyal sinyalleri tuhaf insanların anlayamayacağı kadar seyreltir. Tuhaf insanlar bariz olan sosyal ipuçlarını bile yakalamakta zorlanırken romantik ilgiyi aktarması beklenen belirsiz ipuçlarını yakalamaları çok daha zordur.

Tahmin edileceği gibi ilk slow dansımda biraz uyumsuzdum. Kellie'nin ellerini omuzlarıma koydu ve sonsuzluk gibi gelen iki saniye boyunca ellerim yanda kaskatı bir şekilde dikildim, sonra ellerimi kalçasına koymam gerektiğini hatırladım. Sosyal durumları işleme becerisi sınırlı olan bir kişi için Kellie Kimpton ile dans etmek başa çıkılamayacak kadar büyük bir işti. Journey âşık olmanın sarp kayalıklarında duran iki kişiyi anlatan şarkısını söylerken disko topundan yayılan parlak mavi ışıklar etrafımızda parılıyordu ve insanlar dans etmeye başladığı için hayat bulan DJ aşırı hassas gözyaşı kanallarımı rahatsız eden dumanı vermeye devam etti.

Kellie biraz daha yaklaştı. Yüzü yüzümden beş santim uzaktaydı ve geleneksel 45 santimlik mesafe kuralını açıkça çiğniyordu. Çilek tarlası gibi kokuyordu. Aynı boydaydık ve gözlerimin bir kızın gözlerine daha önce hiç bu kadar yakın olmadığını fark ettim. Büyük kare gözlüklerimin çeperinden Kellie ve grubunun kafeteryanın her iki tarafındaki korku kalkanını kırdığını fark ettim. Serbest kalan öğrenciler çiftler hâlinde gergin bir şekilde etrafta dans ediyordu; ellerini hafifçe omuz ya da kalçalara koymuş, kollarını dümdüz uzatmışlardı. Birçoğu çok fazla göz teması kurmamaya çalışıyordu, bu yüzden dikkatleri arada bir benim gerçek zamanlı olarak yazılan ezilenler hikâyeme kayıyordu.

Kellie ile dans pistinde mavi spot ışıklarının altında yavaşça dans ederken bazı çocukların elleriyle hızlı dairesel hareketler

yaptığını fark ettim. Bir anlık kafa karışıklığından sonra acele edip artık Kellie'yi öpmem gerektiğini ima ettiklerini anladım. Haklı olduklarını biliyordum ama Kellie'nin davranışlarını yanlış okuduysam kesinlikle aptal gibi görünecektim ve daha da kötüsü kalpleri kırılan on iki yaşındaki çocukların yaşadığı duygusal felaketi yaşama riskine girecektim.

“Open Arms” coşkulu üçüncü nakaratına geçerken Kellie, ellerini omuzlarımdan sırtımın ortasına getirdi ve alnını alnıma dayadı. Steve Perry şarkıyı bana söylüyormuş gibi hissettim, birini arzulamanın nasıl bir şey olduğunu bildiğini mırıldanıyordu. Bunun “kesinlikle muhteşem” bir şeye dönüşmesi için tek yapmam gereken, dudaklarımız arasında kalan son 3 santimi de ortadan kaldırmaktı.

Ardından tam cesaretimi topladığım anda, Kellie sol kulağıma yaklaşıp beynimin ne dediğini anlaması için uğraşması gereken şu cümleyi yavaşça fısıldadı: “Daha önce bir arkadaşıma karşı hiç böyle şeyler hissetmemiştim...”

Huzurlarınızda Tuhaf Beyniniz

Tuhaf insanlar bazen beyinlerinin sosyal özelliklerinin, *Millenium Falcon*'un ışık hızı özelliği gibi işlediğini hisseder. Orijinal *Star Wars* üçlemesinde *Millenium Falcon*'un olduğu birçok sahnede kopilot Han Solo ve Chewbacca, düşman uzay gemileri tarafından saldırı altındadırlar. Sayıları her zaman daha azdır ve sonunda kaçmak zorunda kalırlar. Solo'nun Chewbacca'ya ışık hızı için hazırlanmasını emrettiğinde izleyiciler soluklarını tutar, çünkü ışık hızı özelliğinin çalışma şansının yarı yarıya olduğunu bilirler. Işık hızı çalışmadığında motor sesi eşliğinde hayal kırıklığıyla dolu bir ses duyulur ve çaresiz durumları Chewbacca'nın sinirli kükremesiyle vurgulanır.

Sosyal akıcı insanların, tuhaf bir davranışta bulundukları zaman, genellikle incelikle hallettikleri böylesi bir durumda neden daha iyi kararlar vermediklerini merak etmeleri doğaldır. Fakat kronik tuhaf insanlar söz konusu olduğunda, uç uca sıralanan tuhaf davranışları, onları beyinlerinin sosyal durumlarla başa çıkma biçiminde temelden farklı bir şey olup olmadığını düşünmeye iter. Artık yeni ortaya çıkan bir nörobilim araştırma alanı var ve bu alan, tuhaf beynin nasıl çalıştığına dair bazı ipuçları veriyor.

UCLA'da nörobilim profesörü olan Matthew Lieberman, *Social: Why Our Brains Are Wired To Connect* adlı kitabında, beyinlerimizin sosyal bilgileri nasıl ele aldığına dair etkileyici bir inceleme sunar. Lieberman laboratuvarı ve diğerleri, insanların iki ayrı beyin ağı olduğunu keşfetti: biri sosyal olmayan sorunlar, diğeriye sosyal sorunlar için. İnsanlar, nöroloji hakkında bir paragraf okumak gibi sosyal olmayan bir sorunu çözmek için Vulcan¹ benzeri mantıklarını işin içine sokarlar ve beynin bölümlerinin benim amiyane tabirle *eğitimli zekâ* diyeceğim ağı harekete geçer. Diğer taraftan bir arkadaşının durumuyla empati kurmak veya birinin ondan romantik anlamda hoşlanıp hoşlanmadığını anlamak gibi sosyal sorunları çözmeye çalışırken, beynin bölgelerinin nörologların *sosyal beyin* adını verdikleri farklı bir ağını harekete geçirirler. Buradan şunu anlıyoruz: Eğitimli zekâmız etkinleştğinde sosyal beynimiz daha az etkin oluyor, tam tersine sosyal beynimiz etkinleştğindeyse eğitimli zekâmız daha az etkin oluyor.

Lieberman'ın sosyal ile sosyal olmayan sorunları çözmek arasında yaptığı ayrım önemlidir çünkü yeni beyin görüntüleme çalışmaları tuhaf insanların sosyal bilgileri işlerken düzensiz beyin aktivitesi örüntüleri sergilediklerini göstermektedir. İster başka

1 Vulcan'lar, Uzay Yolu dizisinde yer alan dünya dışı varlıklar olup ayırıcı özellikleri davranış ve kararlarının tamamen akılcılığa dayanmasıdır. – e.n.

birinin amacını anlamak, ister duygusal durumunu deşifre etmek olsun tuhaf insanlar, sosyal beyin ağlarında daha az aktivite sergilemekte ve bazen tipik olarak eğitimsel zekâ ile alakalı olan ağlarda hiperaktivite belirtileri göstermektedirler.

Bu bulgular, tuhaf insanların sosyal bağlantıyı içgüdüsel olarak göremeyebileceğini veya geniş bir anlam çıkaramayacağını fakat onun yerine sosyal bilgileri bir denklem çözüyormuş ya da bir yap-bozun parçalarını birleştiriyormuş gibi bir araya getirmeleri gerektiğini akla getirir. Örneğin, geçtiğimiz sayfalarda Kellie ismini okuduğunuzda büyük ihtimalle kelimeyi, *Susam Sokağı*'nda yaptıkları gibi harfleri tek tek seslendirmeniz gerekmemiştir. İçgüdüsel olarak, Kellie ismini altı harf şeklinde değil tek bir kelime olarak okudunuz ve bunu farkında olmadan çok kısa bir sürede yaptınız.

Peki ya kelime şöyle görünseydi: Kel\$li@e?

Kelimeyi okuyabileceğiniz tüm temel donanımına sahipsiniz ama iki yabancı sembol kelimeyi otomatik olarak tanımaktan sizi alıkoymuş ve dolayısıyla da daha yavaş ve temkinli bir şekilde işleme almanızı gerektirmiş olmalı. Bu, sosyal ipuçlarından genel anlamını içgüdüsel olarak çıkaramayan fakat onun yerine sosyal durumları parçalar hâlinde gören tuhaf insanların durumuna benzer ve beyin taramaları tuhaf insanların bu parçaları tutarlı bir bütün hâlinde bir araya getirmek için çabaladıkları izlenimini uyandırır.

Tuhaf bir çocuk, bir durumu “slow dans” olarak anlamak yerine onu “şarkı, eller kalçaya, sol ayak, sağ ayak, sonra sağ ayak, göz teması...” gibi parçalar hâlinde görür. Nispeten açık olan bir durum, tuhaf insanların zihinlerinde üssel olarak karmaşıklılaşabilir.

Neyse ki bu zorlukların birkaç hileyle üstesinden gelinebileceğini ileri süren kanıtlar var. Temel ipuçlarını aramaya odaklanmaları gerektiği hatırlatıldığında ve bu ipuçlarının anlamını işlemek için biraz daha zamanları olduğunda tuhaf insanların da sosyal durum-

ların bileşenlerini sosyal akıcı insanlar gibi deşifre edebildiklerini göreceğiz. Sosyal durumları anlamak için gerekli olan beceriler sadece diğer insanların ne dediğini anlamakla değil, aynı zamanda bir şeyi söyleme biçimlerindeki nüansları yakalamakla da ilgilidir. Tuhaf insanlar için sorun yaratan üç önemli ipucunu inceleyeceğim: sözsüz davranışlar, yüz ifadeleri ve sohbetler sırasında kullanılan dili deşifre etme.

İpucunu Yakalamak

Winter Wonderland dansında yanımda duran çocuklar, Kellie ve grubuyla sosyal etkileşimin olması beklentisindeydi. Etrafımdaki çocuklar olası bir etkileşim için kendilerini hazırlarken ben dansta geçen zamanın kalan süreye oranını hesaplıyordum. Sanki zihnim yaklaşmakta olan sosyal durumda yolumu bulmak için ihtiyacım olacak sağduyunun uzağında başıboş geziniyordu.

Kellie kolumdan tutup beni dans pistine sürüklediğinde, aklım zihinsel kaynaklarımı bu beklenmedik sosyal fırsat için yeniden tahsis etmenin telaşı içindeydi.

DJ, gecenin ilk yavaş şarkısını çalmaya başladığında diğer çocukların içgüdüsel olarak anladığı birtakım sözsüz ipuçları vardı. Kellie'nin güney duvarına kararlı şekilde dönmesi, grubunun dans pistine doğru koordineli bir şekilde yürümesi ve yürürken göz temasını kesmemeleri, tüm bunlar, etkileşimin an meselesi olduğuna dair açık işaretlerdi. Diğer birçok sosyal durumda olduğu gibi, diğerlerinin gördüğü bazı ipuçlarını ben de görebildim ama aklım içgüdüsel olarak bu ipuçlarını yararlı bir sonuca çeviremedi. Artık, hangi ipuçlarının sosyal etkileşimleri deşifre etmek için gerekli olduğunu ve tuhaf insanların bu ipuçlarının bazılarını neden kaçırdığını anlamamıza yardım edebilecek birçok psikolojik çalışma mevcut.

Northeastern Üniversitesi'nden Judith Hall ve Neuchatel Üniversitesi'nden Marianne Schmid Mast, psikologların adını empatik doğruluk verdiği, sözsüz davranışların bir başkasının ne hissettiğini veya düşündüğünü doğru olarak tespit etme yetisini nasıl etkilediğini araştırdı. Araştırmaya katılanlardan iki kişinin karşılıklı etkileşimlerine yer verilen bir video izlemelerini ve bu iki kişinin videodaki on altı farklı noktada ne hissettiğini ve düşündüğünü tespit etmelerini istediler. Hall ve Mast daha sonra, katılımcıların tahminlerini videoda sohbet eden iki kişinin o noktalarda gerçekte ne hissettikleri ve düşündükleriyle karşılaştırdı.

Bu araştırmanın kırılma noktası, Hall ve Mast'ın her bir katılımcının alacağı bilgi miktarını onlara rasgele olarak dört imkândan (videonun yalnızca sesi, konuşma metni, yalnızca video veya hem ses hem de video) yalnızca birini vererek değiştirmesiydi. Bekleneceği gibi hem sesin hem de videonun verildiği katılımcılar en yüksek empatik doğruluk oranına (%56) ulaştı. Sadece ses verilen katılımcılarda bu oran (%50) sadece metnin okunduğu katılımcılarınkinden (%40) daha yüksekti. Şaşırtıcı oran ise sessiz videonun izletildiği, sadece sözsüz ipuçlarına göre karar vermesi gereken katılımcıların videoda tartışan iki kişinin duygularını beklenenden çok daha iyi bir oranla (%34) tahmin edebilmeleriydi.

Michigan Devlet Üniversitesi'nden Brooke Ingersol, tuhaf özellikler ölçümünde yüksek puan alan katılımcıların sözsüz ipuçlarını yorumlamada tuhaf olmayan katılımcılara kıyasla daha fazla sorun yaşayıp yaşamayacağını araştırdı. Örneğin, tuhaf bireylerin hızlı bir şekilde kafa sallamayı konuşmayı bitirmeleri gerektiğinin bir işareti olarak görme ihtimali daha düşüktü. Aynı zamanda, yabancı birinin yakınındayken ona gözlerini dikip bakmanın normal olacağını da düşünüyorlardı. Tuhaf insanlar, kalabalık bir asansörde diğerlerini rahatsız etmemek için başkalarının tercih ettiğinden

ya da umduğundan daha uzun konuşmaya yeltenmeseler de sözsüz ipuçlarını yanlış yorumlamaları yalnızca sosyal durumları doğru okuma becerilerine ket vurmakla kalmaz aynı zamanda yanlış mesaj da verebilir.

İster birinin bakışlarını başka yöne çevirmesi veya göz kırpması, ister başını aşağı yukarı sallaması olsun başkalarının bize söylediklerini etkin bir şekilde yorumlamak ve kendi niyet ve hislerimizi aktarmak için sözsüz ipuçlarına yoğun bir şekilde bel bağlarız. İleriki bölümlerde, dikkatlerini sahnenin merkezinde duran sözsüz ipuçlarından başka tarafa yönlendirmeye meyilli olduklarından tuhaf insanların başkaları için açık olan ipuçlarını kaçırdıklarını göreceğiz.

SOHBET SIRASINDA GEÇEN SÖZSÜZ DAVRANIŞLAR

Bir sohbet sırasında, insanların sizden hoşlanıp hoşlanmadıklarını değerlendirirken kullandıkları ipuçları sizin ne söylediğinizle pek alakalı değildir, daha ziyade söyledikleri şeylere samimi bir şekilde ilgi gösterdiğinizizi ne kadar hissettikleriyle ilişkilidir. Aşağıdaki liste, sohbetler sırasında hangi sözsüz ipuçlarının olumlu bir izlenim bırakmada en güçlü etmenler olduğunu inceleyen bir meta analizden alınmıştır.

1. Karşınızdakine dönük ve ona doğru eğilmiş bir duruş
2. Gülümseme
3. Başı aşağı yukarı sallama

Gerçekten “Gözlerinde Görebiliyor” Musunuz?

Kellie ile dans pistine ilk çıktığımızda ben ellerimi tuhaf bir şekilde beline koyarken o iki eliyle omuzlarımı sıkıca kavradı. Gözlerini gözlerime diktiğinde gözünden sosyal beynimi hızla kaynatmaya

başlayacak görünmez ışınlar yayılıyormuş gibi hissettim. İnsanların doğrudan gözünün içine bakmaya alışkın değildim.

Kellie'nin yüzü ifadesizdi. Ağzının uçları yukarı ya da aşağı kıvrılmamıştı, kaşları yukarıda veya çatık değildi. İpucu yakalayabileceğim tek nokta gözleriydi. Gözleri ve gözbebekleri kocaman açılmış vaziyetteydi, bu da bende şaşırılmış veya korkmuş ya da ikisinin birleşimi olduğu hissi yarattı. Birkaç saniyelik yoğun göz temasından sonra yoğunluk beni gerdi. Eski pozisyonuna dönen yaylı bir mekanizma gibi gözlerim hafifçe sola kaydı ve küpelerindeki parıltılar üzerine yerleşti. Hava almak istiyordum.

Önemli sosyal ipuçlarını yakalamak istiyorsanız karşınızdaki kişinin yüzüne bakın. Efsanevi antropolog Margaret Mead, yüz ifadelerinin evrensel bir insan özelliği olduğunu gözlemlemiştir. Kültürel farklılıklar bazı yüz ifadelerinin anlamlarını değiştirebilir ancak kültürler genelinde gülümseme iyi şeyler, somurtma ise kötü şeyler ifade eder. Bir kişinin arkadaş veya düşman olup olmadığını anlamak ve başkalarının duygusal durumunu ve niyetini deşifre etmek için yüz ifadesindeki zengin ipuçlarına güveniriz.

San Francisco'daki California Üniversitesi'nden fahri profesör Paul Ekman, yüz ifadelerinin bir kişinin gerçek duygusal durumunu anlamada güvenilir sinyaller olduğunu keşfetmiştir. Gözler, dudaklar ve yüzün diğer bölümleriyle yapılan mikro ifadelerin, çeşitli yüz ifadesi sinyalleri ile güvenilir bir şekilde birleştirilebileceğini buldu. Örneğin, göz kenarlarında kırışıklıklar oluşturan bir gülümseme gerçek bir gülümsemeyken, göz kenarlarında kırışıklıklar oluşturmeyen bir gülümseme sahte gülümsemenin donuk bir ifşasıdır. Diğer taraftan çatık kaşlar, yoğun bir bakış ve dudakların sıkılması, kişinin kızgın olduğunun göstergesidir.

Elbette ki insanlar hayatlarını mikro ifade analizleri için yüz ifadelerini dondurarak yaşamıyorlar. Sosyal akıcı insanlar sosyal

bir ortama girdiklerinde, içgüdüsel olarak diğer insanların yüzüne bakarlar. Hızlı bir göz gezdirme ile ortamdaki diğer insanların ciddi, mutlu veya heyecanlı olup olmadığını anlayabilirler.

Tuhaf insanların, yüzdeki ipuçlarını duyguları algılamak için kullanmakta neden zorlandığının en az iki açıklaması var. California Teknoloji Enstitüsü'nden Ralph Adolphs ve meslektaşları, tuhaf olan ve olmayan katılımcıların duyguları muhakeme etmede hangi yüz özelliklerini kullandığını karşılaştıran zekice bir araştırma gerçekleştirdi. Duygu algılama üzerine gerçekleştirilen birçok araştırmada olduğu gibi, tuhaf olmayan katılımcıların duyguları tespit etmek için genellikle göz çevresine baktığını buldular. Buna karşılık, tuhaf katılımcılar göz bölgesine daha az dikkat ederken daha çok ağız bölgesine baktılar.

Duyguları işleme üzerine yapılan bir başka çalışmada, North Carolina Üniversitesi'ndeki araştırmacılar, yüz fotoğraflarından duyguları belirlemeleri istendiğinde tuhaf ve tuhaf olmayan katılımcıların beyinlerini görüntülemek için FMRI'ı kullandılar. Duyguları anlama görevinde tuhaf bireylerin de diğerleri kadar başarılı olduğunu gözlemlediler fakat görüntüleme sonuçları tuhaf bireylerin bu görevler sırasında beynin tipik olarak duygu tanıma için kullanılan bölgelerinde aktiviteyi düşürüp genellikle sosyal olmayan sorunların çözülmesiyle ilişkili olan bölgelerde hiperaktif aktivite sergilediklerini gösterdi. Diğer görüntüleme sonuçlarında da açıkça görülen bu dikkat çekici bulgu örüntüsü, tuhaf insanların sosyal bilgiyi içgüdüsel olarak çoğu insanla aynı şekilde işleyemese de sosyal yapbozları çözmenin başka yöntemlerini buldukları izlenimi uyandırıyor.

Tuhaf insanlar birinin yüzüne baktığında, aşağıdan yukarı bir işleme tarzı kullanmaya meyillidir ve bu da yüzü entegre bir bütün olarak görmektense ilk başta tek tek yüz özelliklerine yöneldikle-

ri anlamına gelir. Sosyal akıcı kişiler bir yüz görürler ve ânında o kişinin mutlu ☺ olduğunu anlarlar. Fakat tuhaf insanlar önce bir ağız –)– ardından bir çift göz –:– görür ve birinin mutlu –:) olduğu sonucuna varmak için bu iki parçayı bir araya getirirler.

Bu örnekte, tuhaf insan, tuhaf olmayan insanla aynı sonuca ulaşıyor: Kişinin yüz ifadesinin o kişinin mutlu olduğunun göstergesi olduğu. Fakat tuhaf insanlar için süre daha zahmetli ve ulaştıkları sonuç –:)–, yüzü bir bütün olarak işleyen tuhaf olmayan insanların ulaştığı sonuçtan ☺ niteliksel olarak farklı. Bu da tuhaf insanların sosyal bilgileri sosyal beyinleri tarafından doğal bir şekilde bir kere işlenen bir senaryo yerine, yapılması gereken bir yapbozun parçaları gibi işleme aldıklarını gösteren güzel bir örnek.

Bununla birlikte, tuhaf insanlara duygusal ipuçlarını yakalamak için yüze bakılması gerektiği hatırlatıldığında, dikkatlerini çok daha hızlı bir şekilde yüze çevirirler ve empatik doğrulukları artar. Bu da tuhaf insanların tuhaf eğilimleriyle baş edebilmelerinin püf noktalarından birinin dikkatlerini doğru noktalara odaklamanın yollarını bulmak olduğunu akla getiriyor. İnsanların düşünecek hiçbir şeyi olmadığında veya dalıp gittiklerinde ne olduğunu inceleyen çalışmalar, tuhaf olmayan insanların sosyal beyinlerini herhangi bir sosyal faaliyet olmasa da sürekli çalışır hâlde tuttuklarını gösteriyor. Buna kıyasla, görünüşe göre tuhaf insanlar sosyal beyinlerini sürekli çalışır hâlde tutmuyorlar ve bu kısmı faaliyete geçirmeleri gerektiğinin kendilerine hatırlatılmasına ihtiyaç duyabiliyorlar.

Patavatsızlık Yapmayı Nasıl Başardım?

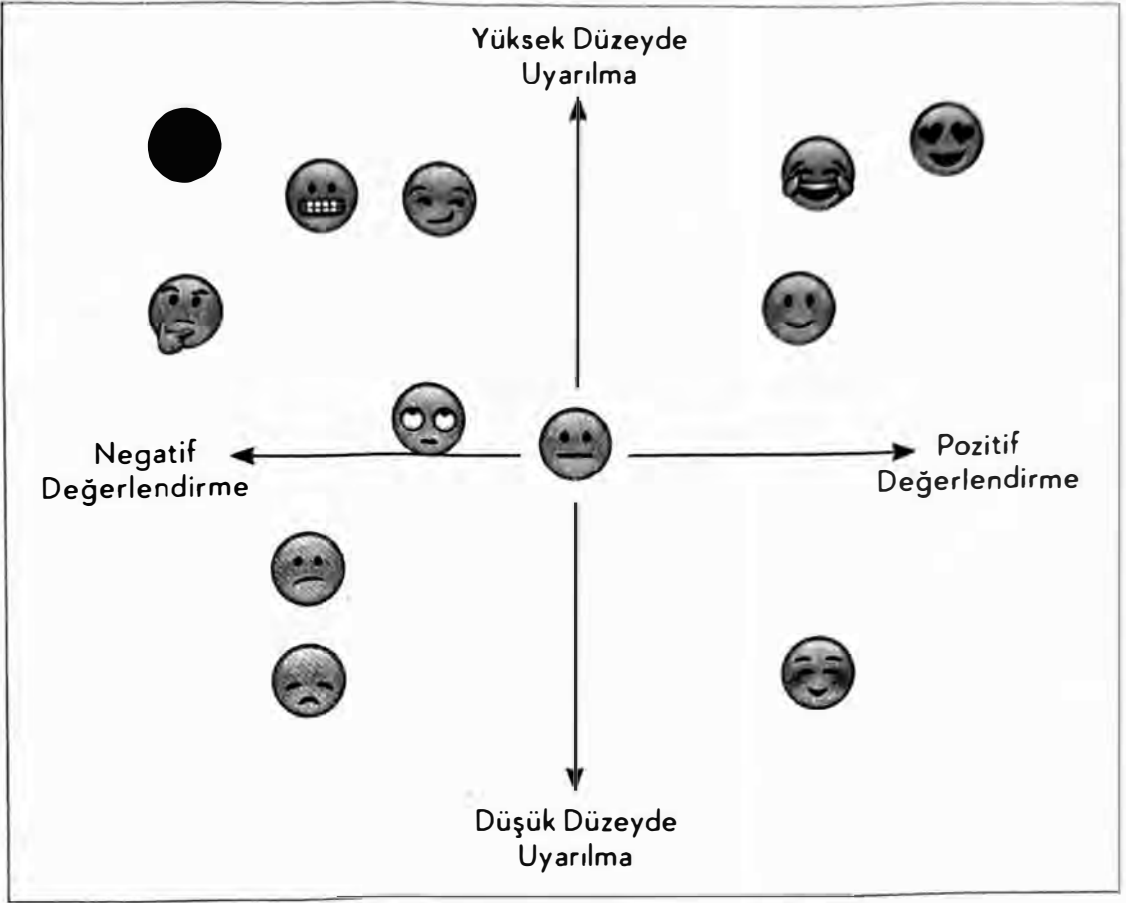
Kellie'nin verdiği sözsüz ipuçlarını deşifre etmeye ve gözlerindeki niyeti okumaya çalışırken bir yandan da söyleyecek akıllıca bir şeyler arıyordum. Daha önce hiç romantik bir şeyler söylememi gerektiren

bir konumda olmamıştım ve o kadar hassas bir mesaj verirken doğru ses tonunu ayarlamamanın ne kadar zor olduğunu hızlıca fark ettim. Ne demek istediğini tam anlayamadığım “Daha önce bir arkadaşıma karşı hiç böyle şeyler hissetmemiştim...” cümlesini kulağıma fısıldadığında, karşılık vermenin doğru yönteminin ne olduğuna dair hiçbir fikrim yoktu.

Tuhaf bireyler hem anlamada hem de telaffuzda zorluk çeker. Otizm Katsayısı gibi ölçümlere verdikleri yanıtlardan, tuhaf katılımcıların sosyal sohbetlerde etkili iletişim kurma becerisi olan pragmatik dil konusunda sosyal akıcı insanlara kıyasla daha çok zorlandıklarını biliyoruz. Pragmatik dille yaşanan bu zorlukları anlamamıza yardımcı olacak dört araştırma alanına bir göz atalım: diğer kişilerin söylediklerinden anlam çıkarmak, fazla konuşmak, ne diyeceğini bilememek ve yanlışlıkla fazla açık sözlü olmak.

Tuhaf insanlar sosyal sohbetler sırasında aktarılan söylenmemiş anlamları çıkarma, işleme ve bazı şakaları anlama gibi hususlarda zorluk çeker. Sözel IQ puanları, ortalama veya ortalamadan üzerinde olsa bile tuhaf katılımcıların sosyal sohbetlerden niyet edilen anlamı çıkarmada zorlandıkları görülür. Ancak tuhaf yetişkin bireyler, hikâyelerdeki karakterlerin düşüncelerini ve hislerini anlamayı gerektiren, okuduğunu anlama görevlerinde sosyal akıcı bireylerle benzer performanslar sergilerler. Bu da tuhaf bireylerin yazılı iletişimlerden daha derin anlamlar çıkarabildiğinin bir göstergesidir.

Araştırmacılar, tuhaf bireylerin dili anlama sorunlarının altında yatan kesin nedenleri henüz keşfedememiş olsalar da akla yatkın birçok hipotez var. Tuhaf bireylerin sözsüz ve yüzle ilgili ipuçlarını yakalamada yaşadıkları zorlukların nedeni sosyal alandaki kavrama eksikliklerinden kaynaklanıyor olabilir. Alternatif olarak, ses dalgalanması ve tonu gibi sesli ipuçlarından gelen bilgileri kullanmakta sorun yaşıyor olabilirler. Mekanizmadan bağımsız olarak,



Şekil 3.1 Duyguları deşifre etmeye yardımcı bir diğer yapı da duyguların nasıl düzenlendiğini düşündürmektir. Araştırmacılar, duyguların iki eksen etrafında düzenlenebileceğini düşünüyorlar. Yatay eksen, kişinin o anki hislerini negatif mi yoksa pozitif olarak mı değerlendirdiğini temsil ederken, dikey eksen insanların psikolojik olarak nasıl uyarıldığını temsil etmektedir.

tuhaf bireylerin bazı sosyal sohbetlerde geçen asıl anlamı veya niyeti anlamakta sıkıntı yaşadıklarını ve bunun da ne diyeceklerini ya da nasıl diyeceklerini bilmeyi onlar için kesinlikle zorlaştırdığını bilmek faydalı olacaktır.

Tuhaf bireyler, sosyal bir ortamda ne demeleri gerektiğinden emin olamadıklarını söyler. Gündelik bir sosyal etkileşimi başlatmak ya da kısa sohbetlere girmek gibi başka kişiler için doğal olarak gelişen durumlarda bocalarlar. Tuhaf kişilerin söyleyeceği birçok ilgi çekici şey vardır fakat daha derinlere dalmadan önce yazar ile okurun birbirini tanıdığı önsöz ve ilk bölümü kayıp bir kitap gibidirler.

Tuhaf bireyler, ne söyleyecekleri konusunda daha rahat olmak istiyorlarsa çoğu insanın hangi konulardan bahsetmekten hoşlandığını öğrenmek onlar için faydalı olabilir. Yüzlerce araştırmanın da açıkça gösterdiği gibi insanlar genellikle doğası gereği sosyal olan konular hakkında konuşmayı severler. İster bir meslektaşları ile yaşadığı çatışmayı çözmek olsun ister Kardashian'ların son yaşadıkları dramatik olay olsun insanlar, ilişkiler hakkında konuşmaktan hoşlanırlar. İlişkiler hakkında konuştuklarında, sosyal ikilemlerini daha iyi bir şekilde çözebilir ve arkadaşlarından yararlı geribildirimler alırlar. Birçok insan dedikodu yapmayı da sever. Dedikodu genellikle negatif bir çağrışım yapsa da pozitif veya negatif sohbet şeklinde olabilir. Örneğin şu iki cümlenin her ikisi de dedikodu sayılabilir: “Ellen gerçekten çok zekidir. Onunla konuşmalısın” ve “Barbara güvenilmez biridir”.

Bazı tuhaf bireyler konuştuklarında ne zaman duracaklarını kestiremezler. Tuhaf bireyler sohbet etmek yerine karşılarındaki kişiye ders verme eğilimindedirler ve hiç kimse birinin kendisine ders vermesinden hoşlanmaz. Ders verme moduna geçtiklerinde genellikle sosyal olmayan ilgi alanlarından bahsederler ve bazı tuhaf bireylerin tonlamaları o niyette olmasalar bile küçümseyici bir tavır takındıklarını düşündürebilir. O yüzden, tuhaf bireyler ile sohbet eden birinin bir etkileşimden kendisini uzun bir eleştirinin pasif bir seyircisi gibi hissederek ayrılabileceğini hayal etmek hiç de zor değil.

Birçok durumda tuhaf bireyler, karşılarındaki kişiyi sıkmak veya küçümsemek istemez. Bu da karşılıklı bir sohbet sürdürmek yerine neden karşılarındaki kişiye ders verdikleri sorusuna neden olur. Tuhaf bireylerin zihninin, aktivite olmadığı zamanlarda sosyal bilgiler üzerine çok düşünmediğini hatırlayın, yani sosyal bilgi üzerine düşünerek daha az vakit geçirmişlerdir ve sosyal konularda söyleyecek daha az şeyleri olur. Fakat tuhaf insanlar, *World of*

SÖYLENECEK BEŞ ŞEYİN LİSTESİ

İyi sohbetler, diğer insanların kendi ilgi alanları hakkında konuşmalarını sağlayabilme becerinizle tetiklenir. Aşağıda standart kısa sohbet sorularını ve daha ilgili bir diyaloga yol açabilecek alternatif soruları bulabilirsiniz.

1. "Neler yapıyorsun?" → "Şu sıralar nelerle ilgileniyorsun?"
2. "Andie ile nasıl tanıştınız?" → "Andie ile tanışma hikâyesini anlatır mısın?"
3. "Nasılsın?" → "Bu hafta/hafta sonunda ne yapmayı düşünüyorsun?"
4. "Nerelisin?" → "New York'ta yaşamamanı ne seviyorsun?"
5. "İş nasıl gidiyor?" → "Bundan bir yıl sonra iş konusunda neler olmasını umuyorsun?"

Warcraft, ormansızlaştırma veya *Game of Thrones*'ta kışın gerçekten gelip gelmediği gibi şeyler üzerine çok fazla düşünebilirler. Bunlar insanların bildiği konularsa bildikleri ve ilgilerini çeken şeylerden bahsedecekleri anlaşılabilir bir durumdur. Kendileri gibi *World of Warcraft* veya küresel ısınma konusunda takıntılı biriyle sohbet ederlerse her iki taraf da sohbete katılacak bilgi dağarcığına sahip olacağından herhangi bir sorun yaşanmaz. Ancak tuhaf birey, kendisinin sosyal olmayan ilgi alanlarıyla takıntılı bir şekilde ilgilenmeyen ve daha ziyade sosyal bir konunun derinlerine inmek isteyen insanlarla konuştuğunda, bir tür sosyal hayduta dönüşüp ders verir ve bu şekilde karşısındaki kişinin iyi bilmediği konuları öne çıkararak karşılıklı sohbeti bilinçsizce engelleyebilir.

Tuhaf bireylerin ders verme moduna geçtiklerinde aldıkları risklerden biri de yaptıkları kırıncı bir yorumu kırıncı bir monoloğa çevirmeleridir. Tuhaf bireylerin yanlışlıkla başkalarını gücendirmeye

veya patavatsızlık etmeye neden daha fazla meyilli olduklarını düşünmek için, haklı olmak ile sosyal açıdan doğru olmak arasındaki farka bakmanız faydalı olacaktır. Haklı olmak, söylediğiniz şeyin objektif bir biçimde doğru olması ile alakalıyken, sosyal açıdan doğru bir şey söylemek, ilgi çekici veya yararlı bir sohbeti devam ettirmek için bir şey söyleyip söylemediğinizle alakalıdır.

Kellie ile dans ederken ve zihnim söyleyecek akıllıca bir şeyler ararken kulağına fısıldamayı düşündüğüm ilk güzel fakat boş cümlelerden bazıları “Çilek tarlası gibi kokuyorsun” veya “Göz bebeklerimiz neredeyse birbirine değecek” oldu. Neyse ki bu doğru fakat sosyal açıdan yanlış cümlelerin ağzımdan kaçmasına engel olabildim. Bu cümlelerden çok daha kötülerini kesinlikle duymuştum. Mesela arkadaşım Elias, bir partide eski sevgilisinin bahsi açıldığında yeni tanıştığı bir grup insana “sadece yürütemediklerini” söyledi. Bu, onun “Bu konuyu kapatabilir miyiz?” deme şekliydi. Oldukça tuhaf olan bir diğer arkadaşım Steve ise Elias’ın ayrılma hikâyesinin tamamını bilmesine rağmen Elias’ın gerçekten ne demek istediğini anlamadı. Editoryal bir düzeltme isteğiyle retorik bir soru sordu: “Elias, seni aldattığı için ayrılmamış mıydınız?” Bu soru, teknik olarak doğru fakat sosyal açıdan çok yanlıştı. Diğer insanlar, bu tür teknik olarak doğru fakat sosyal açıdan yanlış ifadeleri anlaşılır biçimde kırıcı veya kötü niyetli ifadeler olarak görürler. Ancak tuhaf insanlar, ifadelerinin sosyal açıdan ne kadar yanlış olduğunu anladıklarında çok utanırlar.

Tuhaf insanlar, diğerlerinin onlara söylemeye çalıştıkları şeyleri yanlış anladıkları için patavatsızlık etmeye meyilli olduklarını zamanla fark ederler. Bu yüzden de kırıcı bir şey söylemek adına bir şey söylemeye çekinir hâle gelebilirler ve diğer kişilerle alışılmadık ilgi alanlarını paylaşma konusunda utangaç davranabilirler.

Sohbet ettiğiniz kişinin sizin sohbetinizden keyif almasının sırrı, zekice bir şeyler söylemek veya ne kadar çok bildiğinizi göstermek değil, karşınızdaki kişinin söylediklerine nasıl karşılık verdiğinizle alakalıdır. Daha iyi iletişim kurabilen biri olmanın ve dostane ilişkiler tesis etmenin yolu, başkalarını kendilerini ilgilendiren şeylerden konuşmaya teşvik etmek ve size söylemeye çalıştıkları şeylere empati gösterebilmekten geçer. Başkalarının söyleyeceklerine samimi bir şekilde ilgi gösterdiğinizde, karşınızdaki kişiye onun iyiliğini düşündüğünüz mesajını verirsiniz. Başkalarının söyleyecekleriyle ilgilendiğiniz göstermek, onların iyiliğini düşünme ihtimali olan insanlar bulma yönündeki evrilmiş ihtiyaçlarıyla bağlantı kurar.

Akıl Baştan Gidince

“Open Arms” şarkısının hafif melodisi son nakaratına girdiğinde kalbim hızla atmaya, düşüncelerim birbiriyle yarışmaya başladı. Kellie’nin bana sıkıca sarılması, dudaklarını büzmesi ve kulağıma yumuşakça fısıldanan rahatsız edici “arkadaş” yorumu gibi birçok yoğun ipucu vardı. Bu, sosyal zihnimin baş edebileceğinden fazlaydı. Sanırım bu yüzden beynimin eğitilmiş zeki veya sosyal bölgesinden daha ilkel bir kısmı işi devraldı ve dudaklarımız arasında kalan 4 cm’i kapatmak için kararlı bir adım attım.

Fakat sosyal ipuçlarının sezgisel kombinasyonundan daha azını bile düşünmemiştim ve bunları göremediğim için dudaklarım, Kellie’nin yumuşak sarı saçları ile buluştu. On iki yaşında, bu tür bir reddediliş canınızı uzun bir süre acıtabilir. Daha sonra zihnimin mantıklı kısmı, Judy Blume kitaplarımda okuduğum türden klasik ergenlik dönemi sıkıntıları geçirdiğimi fark etmemi sağladı. Dünyadaki sorunların yanında çok küçük kalan türden bir sorundu. Ama zihnimin duygusal tarafı, o talihsiz geceyi bazen üzün-

tü, bazen hayal kırıklığı ile hatırladı ve kimi zaman hatıralarım o kadar gerçek görünürdü ki yüzüm utançtan kıpkırmızı olur veya kalbim düş kırıklığı ile dolardı.

Yine de Kellie Kimpton ile yaşadığım o an, aslında cesaret verici bir andı. Sosyal beceriler edinme çabalarımın karşılığını verebileceğinin bir işaretiydi. Daha geniş yelpazede ipuçlarını yakalıyordum ve yavaş yavaş bu ipuçlarını daha doğru şekilde yorumlamaya başlamıştım. Her gün biraz daha ilerlemek için zahmetli ve sistemli bir yöntemdi ama sosyal bir ritim yakaladığımı görmeye başlıyordum.

Sosyal hayattaki nüansları yakalama çabamı, müzik öğretmemizin tempoya alkış tutarak eşlik etmemizi istediği o anlara benzetiyorum. Ritim duygusu az olan biri olarak bu kolay görev benim için gerçekten çok zordu. Teknik olarak alkışlıyordum ama tempoya uymuyordum. Tempoyu duyuyordum, diğerlerinin tempoya göre alkışladığını izleyebiliyordum fakat ellerimi diğerleriyle aynı anda çırpıma ne kadar odaklanırsam tempoyu o kadar kaçıyordum. Popüler söyleyiş “kendi tempomuza göre hareket etmemizi” söyler ama sosyal hayatın içinde ilerlemenin asla o kadar da kolay olmadığını hepimiz biliriz. Tuhaf insanların cüretine hayranlık duymalısınız çünkü beceremediklerini diğer insanların gördüğünün farkında olmalarına rağmen ritmi tutturmaya çabalarlar. Sosyal ritmi deneme yanılma yöntemiyle yakalamaya çalışan tuhaf insanlarda sürekli olarak endişe duygusu hâkimdir çünkü sosyal hatalar herkesin gözü önünde olur ve sosyal beklentileri istikrarlı bir şekilde karşılayamadığımızda bir insanın başına gelebilecek en kötü sonuçlardan birini alma riski taşırız: Dışlanmak.

Diğer bir deyişle, hayatta etrafımızdaki insanlarla uyum içinde olduğumuzu hissetmekten daha iyi hissettiren çok az şey vardır. Aynı hip-hop şarkıcısını seven yabancılarla uyum içinde alkış tutmak, kendimizden daha büyük bir şeyin parçası olduğumuz hissi-

ni verir. Sözsüz davranışların, yüz ifadelerinin ve pragmatik dilin nasıl yorumlandığı ve ifade edildiğine dair faydalı birçok bilimsel bulgu mevcut olmasına rağmen bu sosyal jestleri ânında algılama, yorumlama ve kullanma becerisi bir sanat biçimidir. Bunlar, aptalca ya da lüks süslemeler değil, daha ziyade insanların size ne demek istediğini anlamamanın temel bileşenleridir ve kişinin iyi niyetini açıkça aktarması için gereklidir.

Aynı ilkbaharın daha sonraki günlerinde, sevgilisi atletizm müsabakasında 4 x 200'lük turu koşturmayaya hazırlanırken biz de Kellie ile sahaya yakın bir yerde yan yana oturuyorduk. Winter Wonderland dansından beri 2. seviye İspanyolca dersimizdeki ilişkimizi sürdürmüştük ve tuhaf bir anımız olmasına rağmen aramızda gittikçe büyüyen rahat bir yakınlık hissi vardı.

Daha derin bir duygusal bağ seviyesine geçmenin tavuk oyununa benzediğini anlamam uzun sürdü, hatta yetişkinliğime kadar uzadı. İki kişi duygusal bir momentum yakalamaya başladığında bu, çok güzel ve patlamasından korktukları yoğun bir histir. Bilinmeyen bir şeye doğru hızla yol aldıklarını hissederek ve temas noktasına yaklaştıklarında hisleri o kadar yoğunlaşır ki son anda koruyucu bir mekanizma devreye girer. Bu mekanizma ikisinden birinin vazgeçmesine sebep olur.

Reçeteli gözlüklerimin çevrelediği görüş açımın köşesinden Kellie'nin parkura değil sol kulağımın tam önünde bir yere dikkatle baktığını gördüm. Fark etmemiş gibi yapmaya çalıştım. Sonunda, yoğun bakışları kasti ilgisizliğimi alt etti ve sanki ısınlanıyordum gibi beni göz temasına çekti. Ardından oldukça düşünceli ve olgunca bir şey söyledi.

Kellie: Ty, dans ettiğimiz geceyi hiç düşünüyor musun?

Ben: "Open Arms" şarkısıyla mı? O şarkıdan sonra Journey'nin...

Kellie: O ânın muhtemelen kafanı karıştırdığının farkındayım.

Ben: Şey, bilmiyorum, sanırım...

Kellie: Senden gerçekten hoşlanıyordum ama çok heyecanlandım. Duygularını incittiysem özür dilerim.

Ben: Teşekkür ederim. Sorun değil Kellie. Duygular bazen oldukça kafa karıştırıcı olabiliyor.

BÖLÜM 4

DUYGULAR BENİ GARİP HİSSETTİRİYOR

Ellie ve ebeveynleri terapi ofisimdeki deri koltukta ellerini önlerinde bağlamış şekilde eşit aralıklarla oturuyorlardı. Ellie'nin babası benekli bir papyonla koyu mavi spor bir ceket; annesi ise boynuna tam oturan inci bir kolye ile koyu mavi şık bir keten elbise giymişti. Ellie'nin üzerinde pembe ve beyaz çizgili gofre kumaştan bir elbise vardı ve annesi kumral saçlarını muntazam bir şekilde örmüştü. Canlı bir J. Crew¹ kataloğu gibi görünüyorlardı ve bu görüntü, Ellie'nin bir evdeki duygusal yükselişi ustalıkla yönlendirebilen beş yaşında bir çocuk olduğunu hayal etmemi zorlaştırdı.

Ellie'ye danışmanlık yapmaya yüksek lisansımın ikinci yılında başlamıştım. O zamanlar danışmanlık seanslarımı denetleyen kıdemli doktorlar, beni danışanlarımın duygusal hayatlarını keşfetmem konusunda zorluyorlardı. Bense danışanlarımın olumsuz duygularına inmemin onların depresyonlarını, endişelerini veya kırgınlıklarını nasıl dindireceğini anlayamıyordum. Duyguları, mantıklı çıkarımlar yapmada bir engel olarak görüyordum. Bu yüzden bir danışanıma şu klişe terapist sorusunu sorarken çok zorlanıyordum: “Peki, bu sizin kendinizi nasıl hissetmenize neden oluyor?” Ellie ile tanışana kadar duyguların, insanları neyin harekete geçirdiğini anlamak için gerekli olduğunu ve farklı sosyal

1 Ünlü bir giyim markası. –e.n.

ipuçlarını nasıl tutarlı bir bütün içinde bir araya getirdiklerini hiç anlamamıştım.

Ellie'nin ebeveynleri doktordu ve kızlarının öfke nöbetlerini bana DSM-IV terminolojisine hakim bir şekilde "... Akut, kronik ve ciddi" kelimeleriyle tanımladılar. Öfke nöbetleri sırasında toplum içinde aniden şiddetli çığlıklar atıyor ve ebeveynlerine vuruyor ya da onları ısıırıyordu. Bu nöbetler bazen saatlerce sürüyordu. Ellie bazen restoranlarda veya mağazalarda o kadar çok öfkeleniyordu ki ailesi ona sıkıca sarılıp kucaklayarak mekânı terk etmek zorunda kalıyordu. Son zamanlarda Ellie, kucaklanarak o şekilde mekândan çıkarılma hareketine "Yardım edin!" çığlıklarıyla karşılık vermeye başlamıştı, bu da etraftaki herkesi tuhafın da ötesinde çok zor bir duruma sokuyordu.

Ebeveynleri, çocuklarının davranış sorununun boyutlarını anlatırken Ellie konuyu ilk defa duyuyormuş gibi görünüyordu, çocukların yetişkinler yemek masasında politika veya granit mutfak tezgâhlarından konuşurken takındıkları hâldeydi. Ailesi birkaç dakikalığına bekleme odasına geçtiğinde Ellie'ye ofisimin köşesindeki oyuncak kutusuna göz atmak isteyip istemeyeceğini sordum. Başını onaylar şekilde salladı ve ailesi ayrıldıktan sonra Ellie ile oyuncak kutusunun yanındaki bej halıya oturduk. Terapiye ilk kez başlayan yetişkinler içinde bulundukları durumdan dolayı cesaretleri büyük ölçüde kırılabilir ve bu durum çocuklar için de geçerlidir. Ellie'nin kontrolün kendisinde olduğunu hissetmesini istedim, bunun için de bizim için oyuncakları onun seçebileceğini söyledim. Neler yapabileceğinden korkan bir çocuk gibi aynı anda hem hevesli hem de hareketsiz bir tavır sergiledi.

Ellie, renkli kalemler ve büyük bir eskiz defteri seçti. Ailesinin resmini çizmesini istediğimde hemen kabul etti. Zamanından önce gelişmiş bir sanatçıydı. Resmi onun yaşından beklenmeyecek bir

boyut ve detay anlayışıyla yaptı. Kendini pembe çizgili bir elbise ile ve her iki ebeveynini de iki yanına çizdi. Üçü de gülümsüyor ve el ele tutuşuyordu. Fakat daha sonra Ellie, ebeveynlerinin sol yanına başka birini çizmeye başladı. Bu beklenmedik bir durumdu çünkü Ellie tek çocuktü. Çizdiği dördüncü kişi, tıpkı Ellie'ye benziyordu, tek farkı koyu mor bir elbise giymesi ve delirmiş gibi görünmesiydi. Ona şu soruları sordum:

Ellie, çok güzel bir resim oldu. Bana resmi biraz anlatabilir misin?

Hmm, bu annem ve bu da babam.

Mutlu görünüyorlar. Peki, resimdeki iki kız kim?

Pembe elbiseli kız, Ellie.

O da mutlu görünüyor. Peki, mor elbiseli diğer kız kim?

O da kimsenin sevmediği Ellie.

Bu resimde neler olduğunu anlamak için psikolog olmanıza gerek yok. Ellie, davranışlarının farkında bile olamayacağı bir hâl alabileceğini biliyordu ama tahminime göre, ailesi Ellie'ye bu davranışlarının sebebini Ellie'nin anlayamayacağı şekilde anlatıyordu. Asıl mesele, diğer versiyonunun neden başkaları tarafından sevilmediğini ona anlayacağı bir şekilde anlatmaktı.

Mor elbiseli Ellie'nin neden sevilmediğini biliyor musun?

Hayır.

Anne ve baban, mor elbiseli Ellie'yi neden sevmediklerini sana anlattı mı?

Öfke nöbetlerini sevmiyorlar.

Biri öfke nöbeti geçirince ne oluyor?

Bilmiyorum.

Bu cevap, ilk hipotezimi doğruladı. Ellie'nin ailesi onu öfke nöbetlerinden dolayı azarlıyordu ama Ellie, öfke nöbetinin gerçek anlamını bilmiyordu. Duruma bir çocuğun gözünden baktığınızda onun bunu anlayamaması anlaşılır bir durumdu. Duygular, soyut kavramlardır; "neşe", "memnuniyet" veya "öfke" gibi kelimelerle tanımladığımız, fiziksel tepkilerin ve düşüncelerin bir karışımıdır. Bu soyut nitelik, somut zihinsel yeteneklere sahip, diğer bir deyişle genellikle dünyayı gördükleri ve dokundukları şeylere dayanarak anlayan küçük çocuklar için duyguların kafa karıştırıcı olmasına yol açabilir. Peki, somut zihinsel yeteneklere sahip birinin duygu gibi soyut kavramları anlamasını nasıl sağlarsınız?

Anne ve babasıyla yaptığım ilk konuşmada, Ellie öfke nöbetleri geçirdiğinde bazen ona televizyon izlememe cezası verdiklerini öğrendim. Bu somut davranış, bir dizi soru için zemin hazırladı:

Ellie en son ne zaman televizyon izlememe cezası aldın?

Dün gece.

Televizyon izlememe cezası almadan hemen önce ne yaptığını hatırlıyor musun?

Dondurma yiyordum.

Dondurma yediğin için mi ceza aldın?!

(Gülerek) Hayır! Daha sonra ceza aldım. (Gülmesi durdu) Daha fazla dondurma yemek istedim.

Yani daha fazla dondurma istedin. Peki sonra ne oldu?

Annem izin vermedi.

Sen ne yaptın?

Çığlık attım.

Çığlık atarken yüzünün nasıl bir şekilde büründüğünü bana gösterebilir misin?

Ellie, aşağı bakarak kendini toplarken sahnesini hazırlamak için bir dakikalığına durakladı. Kafasını yukarı kaldırdığında karakterine tam anlamıyla girmişti: Kaşları çatık, gözleri küçülmüş, dudaklarını sıkmış ve ellerini kenetlemişti. Bu teatral sahneyi takdir etmek için bir süre durakladım ve sonra şöyle söyledim: “Ellie; yüzün, yumruk savurman... Öfke nöbetleri geçirdiğinde işte bunlar oluyor.”

İlk seansımızda güzel bir ilerleme kaydettiğimizi düşünerek gelecek hafta tekrar görüşeceğimizi söyledim. Ayrılmak için ayağa kalktığımızda pantolonumdan çekiştirdiğini hissettim:

Hmm... Ty. Sen sinirlendiğinde nasıl oluyorsun?

Şey, Ellie.... Sanırım bilmiyorum.

Neden?

Güzel soru. Bir dahaki sefere öğrenip sana göstereceğime söz veriyorum.

Duygusal Kısımları Atlayabilir Miyiz?

Duygular hem hassastır hem de patlayıcı bir potansiyele sahiptir. Sosyal konularda sakar olmaya eğilimli tuhaf insanlar, duygu dünyasında yollarını bulmaya çalışırken büyük bir sırt çantasıyla bir mağazanın cam eşyalar bölümünde yürüyormuş gibi hissedebilirler. Tuhaf insanların heyecan verici veya tehlikeli durumlara verdikleri duygusuz tepkiler ya da kimi zamanlar da oldukça küçük gibi görünen zorluklar karşısında şaşırtıcı derecede duygusallaşmaları diğer insanların kafasını karıştırabilir. Tuhaf insanların duygusal hayatlarına ilişkin her türlü kafa karışıklığı oldukça anlaşılabilir bir durumdur, çünkü ileriki bölümlerde göreceğimiz gibi tuhaf insanlar diğer insanlarınkinden daha farklı ayarlanan bir duygusal donanıma sahiptir ve zamanla bu

donanım duygusal durumlarla düzgün şekilde başa çıkabildiklerine dair özgüvenlerini aşınmaya uğratabilir.

Bir konuda iyi olma nedenimizi rasyonelleştirmek insan doğasında vardır ve bunu yapmanın bir yolu da iyi olmadığımız konunun önemli olmadığı konusunda kendimizi ikna etmektir. Duyguları okumak ve ifade etmekte zorlanan bazı tuhaf insanlar için, duyguları bir kişinin mantıklı olmasını önleyen gereksiz psikolojik parıltı olarak rasyonelleştirmek cezbedicidir. Ellie kendi yaşında bir kız çocuğuna göre fazla mesafeliydi ve bu, kısmen yapısından kaynaklanıyor olabilirdi ama mesafeli duruşunu etrafındaki koşulların duygusal yoğunluğunu düşük tutmaya yaradığını öğrendiği için de sağlamlaştırmış olabilirdi.

Öfke nöbetlerini azaltmanın sezgisel yaklaşımlarından biri, o kişiye öfkesini azaltabileceği bir yöntem sunmaktır. Daha az sezgisel bir diğer yöntemse öfke nöbetlerini tetikleyen enerjiyi küçük dozlar hâlinde dışa vurma konusunda proaktif olmayı düşünmektir. Ellie nadiren birinin gözünün içine bakıyordu, komik bir şey söylediğinde gülmesini bastırmak için elinden geleni yapıyor ve geçirdiği öfke nöbetleri gibi duygusal dozu yüksek konulardan bahsederken monoton bir ses tonuyla konuşuyordu. Ellie'nin mesafeli olması, diğer insanların duygusal olarak tepkisel olma ihtimallerini en aza indirse de Ellie'nin içinde duygularının birikmesini tamamen engelleyemiyordu. Herkes gibi Ellie de günlük rahatsızlıklar ve düş kırıklıkları yaşıyor, inciniyor fakat küçücük bir duygusal tepki bile göstermiyordu, bu negatif duygular da nükleer zincir reaksiyonu gibi zihninde artarak birikmeye başlıyor ve sonunda öfke nöbetleri şeklinde patlıyordu.

Empati, bir başkasının duygusal durumunu anlayıp uygun bir karşılık verebilme yetisi olarak tanımlanır. Duygular, sosyal akılcı olmak için çok önemli bir etmendir, çünkü sözlü veya sözsüz

iletişimin kumaşına ayrılmaz biçimde işlenmiş ekstra bir anlam katmanı taşırlar. Günlük etkileşimlerden duyguları çıkarma girişimleri, etkilerini azaltmaz, diğer insanlar sizden belirli duygusal tepkileri görmeyi beklediği için daha ziyade sonuçları güçlendirir. Beklenen duygusal tepkilerin verilmemesi, belirsizliği tetikler ve insanlar belirsizlik hissettiğinde duyguları rayından çıkabilir.

Tuhaf bireylerin başkalarının duygularıyla empati kurmakta daha çok zorlandıklarını çok sayıda çalışma göstermiştir. Oxford Üniversitesi'nden Simon Baron-Cohen ve Sally Wheelwright, yaptıkları iki çalışmada başkalarının duygusal durumlarıyla empati kurma becerisinin genel popülasyonda normal bir dağılım gösterdiğini ve çoğu insanın bir başkasının bir sohbetten sıkılıp sıkılmadığını veya kelimelerinin tek başına ifade ettiğinden başka bir şey kastedip kastetmediğini söylemek için onun duygularını okuyabildiğini ve istediğinde fazla açık sözlü olmaktan kaçınabildiğini buldular. Katılımcıların sosyal tuhaflik seviyesi arttıkça empati kurma seviyesinin de düştüğünü keşfettiler. Bu da tuhaf insanların başkalarının sohbete katılmasını sağlamada zorlandıkları, söylenenleri doğrudan anlamaya fazla yatkın oldukları ve iletişim kurarken fazla açık sözlü veya kaba görünebildikleri anlamına gelir.

Tuhaf insanlar empati kurma becerilerini artırabilirler fakat bunu yapmak için duyguları okumada neden bu kadar zorlanıldıklarına dair bir farkındalık geliştirmeleri gerekir. Empati kurmada zorluk yaşayan iyi niyetli tuhaf insanlara diğer kişiler tarafından biraz empati gösterilmesi de yardımcı olur. Tuhaf insanlar empati kurma kapasitelerini geliştirmek için çok çalışma sorumluluğunu üstlendiğinde ve diğer insanlar da sabırlı davranıp bu kişileri biraz teşvik ettiğinde, tuhaf ve sosyal akıcı insanlar arasında şaşırtıcı bir duygusal bağ kurulabilir.

Yoğun Duygu Dünyası

Dördüncü sınıftayken okuldaki sevgililer günü partisinden sonra, duygularımın diğer çocuklardan daha farklı çalıştığını fark ettim. Partiden bir önceki gün annem ve babam bir kutu sevgililer günü kartı seçmem için beni Hallmark mağazasına götürdü. Kartların üzerindeki “Sevgilim Benim!” veya “Seni Çok Seviyorum!” gibi yazıları gördüğümde paniğe kapıldım. Anne ve babamdan farklı kartlara bakabilmem için beni başka mağazalara götürmelerini istedim. Bana ne aradığımı sorduklarında “Daha az duygusal bir şey,” diye cevap verdim.

Sonunda, duygusal dışavurumu nispeten daha düşük bir paket kartta karar kıldım ama üzerlerindeki “Kime” ve “Kimden” kısımlarını doldurmaya koyulduğumda kartların verdiği mesaj beni yine rahatsız etti. Belki de zorunlu sakinleştirici bir mekanizmayla kartları soldan sağa en duygusal olandan en az duygusal olana doğru sıralamaya başladım. Daha sonra tolerans gösterebilecekleri sevgi mesajı dozuna göre sınıf arkadaşlarımı bu kartlarla eşleştirmeye başladım.

Sınıf arkadaşlarımdan çoğu en duygusal kartları bile sorun etmeyecekti elbette. Sevgililer gününde insanların yılın diğer 364 gününde kullandığı “hoşlanma” veya “arkadaş” kelimeleri yerine “aşk” veya “sevgili” kelimelerini kullanması sosyal olarak beklenen bir durumdur. Bu gün boyu süren kültürel beklenti değişimine kolayca uyum sağlayamamam, beynimdeki duygusal zekâ çarklarını döndürmeye başladı. Sorunu kendim çözmeye karar verdim. Elime bir keçeli kalem alıp en rahatsız edici “sevmek” gibi fiillerin ve “çok” gibi niteleyici kelimelerinin üzerlerini çizmeye başladım. Bazı kelimeleri de daha az duygusal yoğunluk içeren “hoşlanma” veya “biraz” kelimeleri ile değiştirdim.

Bir sonraki gün babam kartlara isim yazmayı bitirip bitirmediğimi sordu. Ben de kapsamlı düzenlememi ona söylemeyi aklımdan

bile geçirmeden evet yanıtını verdim. Okulda sınıf arkadaşlarımla birlikte yazı tahtasına asılı duran her kişinin kendi ayrıca süslenmiş kâğıt torbasının içine kartlarımızı attık. Capri Sun'larımızı yudumlayıp sevgililer gününe özel kurabiyelerimizi yerken kartlarımızı açtık. Bana verilen birkaç kartı okuduktan sonra kimse-nin isim belirtmediğini fark ettim. Bu, bir durumu yanlış anladığınız bir oyunda artık çok geç olduğunu fark ettiğiniz anlardan biriydi. Tuhaf olmamaya harcadığım büyük çabam tam tersi etki göstermişti. Sınıf arkadaşlarım verdiğim kişilerin adını yazdığım sevgililer günü kartlarım konusunda bir şey söylemeyecek kadar nazik olsalar da “Seni Çok Seviyorum – Senden Hoşlanıyorum” gibi ifadeleri okurken beni garip buldukları kesindi.

Sosyal akıcı insanların tuhaf insanların duygusal tepkilerini şaşırtıcı bulmaları anlaşılır bir durumdur, çünkü tuhaf insanların duygusal olarak bazen hiçbir bağlantı kurmayıp kimi zaman da aşırı tepkisel olmalarından kaynaklanan net bir paradoks söz konusudur. Kendi hâlinde olmaları ve başkalarının duygusal sıkıntı veya heyecanlarına uygun empatik tepkiler verme ihtimalleri daha düşük olduğundan, tuhaf insanlar “robota benziyor” diye tarif edilebilir. Tuhaf insanlardaki bu duygusal uyum eksikliği, başkalarının duygusal tepkilerinin altında yatan durumlar karşında umursamaz görünmelerine yol açar. Fakat tuhaf insanlar Başkalarına küçük veya geçici sorunlar gibi görünen günlük rutinin bozulması ya da işte yaşanan aksilikler gibi ufak tefek durumlara aşırı tepkiler verebilirler. Tuhaf insanlara ilişkin açıkça görünen bu duygusal olarak aşırı ya da az tepki verme paradoksu nasıl açıklanabilir?

Kamila Markram ve Henry Markram, İsviçre'deki Sinir Mikrodevreleri Laboratuvarı'nda tuhaf insanların atipik duygusal hayatları için ikna edici bir açıklama sunan bir teori geliştirdi. Yoğun dünya teorileri düşük sosyal motivasyon, tekrarlama ve yük-

sek anksiyete gibi davranışlar sergilemesi için yetiştirilen farelerle yaptıkları daha önceki laboratuvar çalışmalarına dayanıyor. Bu farelerin beyin faaliyetlerini incelediklerinde sosyal eksikliklerinin ve tekrarlayan davranışlarının beynin algı, dikkat ve duygu ile ilişkili olan bölümlerinde olağanüstü seviyede yüksek hareketliliğe karşılık geldiğini keşfettiler.

Bu sonuç, Markram'ların bu farelerin beyinlerinin çevrelerini diğer farelere oranla daha yoğun bir şekilde algılayıp algılamadığını merak etmesine sebep oldu. Belki de bu farelerin güçlü algısal tepkileri, çevrelerini aşırı uyarıcıymış gibi algılamalarına yol açarak yüksek anksiyete seviyeleri sergilemelerine sebep oluyordu. Belki de bu fareler, sosyal etkileşimlerin yoğunluğundan kaçınmalarına yardımcı olan tekrarlayan davranışlarda bulunarak çevrelerindeki yoğunluğu azaltmaya çalıştıkları için daha az sosyal davranış sergiliyordu. Karşılaştıracak olursak bu fareler, cumartesi gecelerini dışarı çıkıp kalabalık bir restoranda veya kaotik bir gece kulübünde geçirmek yerine evde Netflix dizilerinin tekrarlarını izleyerek veya kaşkol örerek geçiren insanlara benziyorlardı.

Yoğun dünya teorisinin bir araştırma incelemesinde Markram'lar, yüksek seviyede otizm belirtilerine sahip insanlarla paralel bulgular gösteren birçok çalışma buldu. Örneğin sosyal ve iletişim açısından eksiklikleri olan çocuklar, yüz ve gözler gibi duygu açısından zengin uyarıcılara baktıklarında beyinleri, beynin korku ve endişe gibi duygularla ilişkili kısmı olan amigdalalarında hiperaktivite sergiler. Yoğun dünya teorisi daha çok otistik süjelerle incelenmiş olsa da tuhaf insanların duyguları işleme ve onlarla başa çıkma şekilleriyle de mantık çerçevesinde tutarlı bir teori gibi görünüyor.

Tuhaf insanlarla olan etkileşiminizi niteleyen hissi düşündüğünüzde genellikle etkileşimin altında yatan telaşlı bir enerji olduğunu fark etmişsinizdir. Bu enerji onların gergin, rahatsız olmuş veya

genellikle üzgün görünmelerine sebep olabilir. Fakat tuhaf kişiyi sosyal etkileşimi özellikle daha yoğun bir şekilde deneyimleyen biri olarak görürseniz hissettirdiği o garip duygu size daha anlamlı gelecektir. Tuhaf bireyler için duyguları algılamak, gözlerinizi kocaman açıp güneşe bakmak gibidir.

Tuhaf bireyler bir başa çıkma mekanizması olarak bu yoğunluğu, güçlü duyguları tetikleyecek şeylerden kaçarak azaltmayı öğrenirler. Birinin gözünün içine bakmamaları, göz teması kurmayı beceremelerinden veya sohbetin ilgilerini çekmemesinden kaynaklanmaz. Göz temasından kaçınmaları, yüz ve özellikle de göz bölgesindeki güçlü duygusal ipuçlarından kaçmalarına yardımcı olur. Tuhaf bireyler, rahatsız konularla ilgili duygusal konuşmalardan kaçınabilir veya başkaları tarafından övülmek bile onları bunaltabilir. Etkileşimlerdeki tüm bu duygusal yoğunluğu azaltma çabaları da onların kendi hâlinde görünmesine sebep olabilir. Duygu dünyasını çok yoğun yaşayan tuhaf insanlar için duyguların olumlu veya olumsuz olması fark etmez; Ellie kadar küçük çocuklar bile güçlü bir şekilde hissettikleri her türlü duygunun kontrolden çıkabileceğinin farkındadır.

Tuhaf insanların talihsiz paradokslarından biri de yoğunluk açısından tuhaf olma hissinden daha akut çok az duygu olmasıdır ve bu yoğunluk, tuhaf insanların zihnini kolayca bunaltabilir. Tuhaf anlar, cam bir kapıdan geçerken burnunuzun kapıya çarpması gibidir. Tamamen beklenmedik bir kafa karıştırıcı alarm ânıdır ve bu duygu seli, yaşadığımız ilk psikolojik tepkidir. Bir başka deyişle, tuhaf bir durumda olduğumuz gerçeğini *düşünmeden* önce tuhaf *hissederiz*. Fakat tuhafılık, insanların neyin yanlış gittiğini ve attıkları yanlış sosyal adımı nasıl düzeltecekleri konusunda net bir şekilde düşünmelerini zorlaştıran güçlü bir duygudur.

Tuhaf hisler uyumsal bir işleve sahiptir fakat tuhaf insanların tuhaf hislerinin onlara ne anlatmaya çalıştığını çözmeleri gerekir.

Tuhaf Hissetmenin İşlevi

İnsanların neden duygularla donanmış olacağına dair ilk bilimsel bulgulardan bazılarını Charles Darwin sundu. Darwin, güçlü olanın hayatta kaldığı hipotezinde, insanların güvenliğini veya iyiliğini tehdit eden anlarda hızlı tepkiler vermek zorunda olduklarını ileri sürdü. İnsanlar bir yırtıcı tarafından saldırı altındayken veya kısıtlı yiyecek kaynağı için savaşıırken oturup düşünme lüksüne sahip değildi. Doktorun plastik bir çekiçe dizinize vurduğunda tekmelemeniz gibi duygular da refleks şeklindedir ve istemsizdir. Aynı şekilde, öfke gibi duygular hissettiğinizde zihniniz, sizi tehdide karşılık vermeye hazırlamak için kan akışının hızlanması ve kasların gerilmesi gibi psikolojik tepkileri ânında tetikler. Güçlü şekilde hissedilen olumsuz duygular, odağınızı tehdidin üzerinde yoğunlaştırır ve öfke kavga etme tepkilerini harekete geçirirken, korku kaçma tepkileri vermenize neden olur.

Tuhaf hisler aynı zamanda hızlı kalp atışı, hızlı nefes alıp verme ve gerilmiş kaslar gibi güçlü fiziksel tepkileri de beraberinde getirir. Ancak güvenliğimize veya kaynaklarımıza yönelik tehditlerin tetiklediği korku ve öfkeden farklı olarak, tuhaf olduğunu hissetmek, sosyal beklentilerdeki küçük sapmalara karşılık olarak ortaya çıkar. Pantolonunuzun fermuarının açık kalması ve arkadaşınızın karısına eski karısının ismiyle hitap etmeniz ideal olmasa da tehlikeli veya art niyetten kaynaklanan durumlar değildir. Peki, öyleyse nispeten zararsız sosyal gaflar neden bu denli güçlü hissedilen bir duyguyu fitilliyor?

Küçük sosyal kuralların çok fazla ihlal edilmesinin toplumdan dışlanmaya yol açabileceğini bilinçaltı düzeyinde biliriz. Zihnimiz, sosyal beklentiler karşılanmadığında bizi uyaran oldukça hassas bir duygusal tetikleme mekanizmasına sahiptir, çünkü aidiyet ihtiyacımız, kendi iyiliğimiz için zaruridir. George Mason Üniversitesi'nde

psikoloji profesörü olan June Price Tangney, kapsamlı bir araştırma programında, sosyal açıdan yaptığımız yanlışların ardından bir grup “özbilinçli duygu”nun ortaya çıktığını ve bunların her birinin farklı bir işlevi olduğunu keşfetmiştir. Bu özbilinçli duygulara mahcubiyet, suçluluk, utanç ve benim ekleyeceğim tuhaf olduğunu hissetmek dahildir.

Eskiden mahcup olduğumda kızarmaktan nefret ederdim. Tuhaf bir davranış sergilemiş olmak zaten yeterince kötü hissettirirdi ama kızarak tuhaflığımı herkese gösterip işleri daha da kötüleştirdiğimi düşünürdüm. Berkeley’deki California Üniversitesi’nden Matthew Feinberg ve meslektaşları, mahcubiyetin kişinin olumlu sosyal değerlere sahip olduğunu, bir başka deyişle diğerlerinin iyiliğini önemseydiğini ve genellikle onlara zarar veya rahatsızlık vermek istemediğini diğer insanlara göstermek şeklinde toplumsal bir işlevi olduğu fikrini test etmek için bir dizi çalışma yaptılar. Feinberg, en utanç verici anlarından birini anlatırken daha fazla mahcubiyet gösteren insanların, diğer kişiler tarafından daha toplum yanlısı ve güvenilir insanlar olarak görüldüğünü buldular. Daha da önemlisi gözlemciler, daha fazla mahcup olan insanlarla yakınlaşmaya daha az mahcup olanlara kıyasla çok daha istekli olacaklarını belirttiler. Bir başka ifadeyle, mahcubiyet belirtileri gösteren insanlara toplumsal açıdan daha fazla değer atfediliyordu.

Tuhaf olma hisleriyle alakalı bir başka duygu da suçluluktur. Davranışınız yüzünden kendinizi kötü hissetmenize neden olur ve sosyal hasarı özür dileyerek, dökülen bir şeyi temizleyerek veya zarar verdiğiniz bir şeyin parasını ödeyerek vs onarmaya teşvik eder. Yaptığınız sosyal yanlışlar için verdiğiniz tüm bu karşılıklar, neyi yanlış yaptığınızı anladığınız, pişman olduğunuz ve işleri yoluna koymak için harekete geçtiğiniz konusunda başkalarını temin etmenize yardım eder. Hem mahcubiyet hem de suçluluk duygusu,

tuhaf davranışlarımızı düzeltmemize yardımcı olur çünkü diğer insanlara yaptığımız hatayı “anladığımızı” gösterir. Demek ki sosyal bir kuralı çiğnediğimizin farkında olduğumuzu ve başkalarına verdiğimiz her türlü rahatsızlıktan dolayı üzgün olduğumuza dair gözle görülen işaretler vardır.

Ancak sorun şu ki tuhaf insanlar genellikle hangi sosyal beklentiyi karşılayamadıklarını tam olarak anlayamazlar. Bazen davranışlarının yersiz olduğunu fark etseler de hangi sosyal beklentileri karşılamaları gerektiğinden tam olarak emin olamazlar. Tuhafılık hissinin işlevi, sosyal beklentilerin ihlal edildiğine dair bizi uyarmak ve daha fazla sosyal sermaye yakmadan durumu toparlanmamızı sağlamaktır. Ancak karşılamadığımız belirli bir beklentinin farkında olduğumuzda ortaya çıkan mahcubiyet ve suçluluktan farklı olarak, tuhafılık hissi neyin yanlış olduğuna dair bir ipucu vermez.

Tuhaf davranışı sergileyen kişi, mahcup olduğunu gösterene ya da durumu düzeltmeye çalışana kadar diğerleri, onun yaptığı gafthan ve bu gafthan başkaları üzerindeki olası etkisinden haberdar olduğuna dair herhangi bir işaret görmezler. Tuhaf insanlar duygularını fazla dışa vuramadıkları için başkalarına rahatsızlık verdiklerinde veya onların duygularını incittiklerinde pişman olmamış gibi görünebilirler.

Mahcubiyet pişmanlık belirtisidir, suçluluk sosyal hasarı onaracak davranışları teşvik eder ve tuhafılık sosyal beklentilerin ihlal edildiğine dair kişiyi uyarır fakat utanç, kişinin özsaygısını düşürerek tepki verememe noktasına getirir, bu da kişinin yaptığı yanlışları kabul etmesini veya davranışının sonucunu telafi etmesini zorlaştırır. İnsanlar tuhafılık hisleriyle başa çıkmanın yollarını bulabilirler ancak kişi tuhafılığından utanmaya başladığında ileri doğru bir aşama kaydetmesi çok zorlaşır. Duygular refleks şeklinde olsa da insanlar, tuhaf bir âna verdikleri tepkiye farklı bir şekilde

ALTI DUYGUNUN ANLAMI VE YANIT VERME ŞEKİLLERİ		
DUYGU	ANLAMI	YANIT VERME ŞEKLİ
Öfke	Bu adil değil.	Sorun sizden kaynaklanıyorsa özür dileyin, bir yanlış anlaşılma oluştuysa açıklayın. Başkası sorumluysa “Üzgünüm, ama bu adil değil,” deyin.
Üzüntü	İşler kötüye gidiyor.	Karşınızdaki kişinin duygusal hâlini yansıtın, endişenizi veya yardımcı olmak istediğinizi gösterin.
Mahcubiyet	Bu yersiz bir davranıştı.	Davranışınız duruma bağlıdır. Bazen “Çok da büyütülecek bir mesele değil” diyerek durumu hafifletebilir, bazen de derdinizi “Daha önce de böyle yapmıştım,” diyerek paylaşabilirsiniz.
Neşe	Durum beklediğimden çok daha iyiye gitti.	Ortamdaki havayı düşürmeyin. Sadece mutluluğunuzu yaşayın.
Gurur	Bu başarı benim için önemliydi.	Şu kelimelerle başlayan herhangi bir şey söylemeyin: “Evet, ama...” Onun yerine sadece “Senin için sevindim,” deyin.
Umut	Bu kötü ama iyiye gidebilir.	Umulanın aksine işlerin aynı şekilde kötü ya da daha da kötü gideceğini iddia etmeyin.

bakabilme tercihine sahiptir. İnsanların kendilerine sadece “Bu yanlış, benim kötü bir insan olduğumu mu gösterir yoksa sadece yanlış yapan biri olduğumu mu?” diye sormaktan fayda gördüklerine şahit oldum.

Kişi ancak anlık yapılan sosyal hataları kendisinin insani değerinin bir göstergesi olarak değil de olduğu gibi görmeye alıştırsa refleks olarak daha uyumlu duygularla karşılık vermeye başlama şansına sahip olur. Bazen, şanslıysanız, en tuhaf anlarda bile yüzünüzdeki küçük bir kızarıklıkla üzgün olduğunuzu söylemeniz karşınızdaki insanlardan nazik tepkiler almanıza yetebilir.

Dar Odağı Genişletme

Ellie'nin annesi ve babası, Ellie'nin duygusal hayatı üzerinde daha fazla kontrol sahibi olması ve öfkesini sosyal açıdan daha kabul edilebilir duygularla dışa vurması konusunda ona yardımcı olabileceğini umuyordu. Ellie'nin öfke nöbetlerinin diğer çocukları korkuttuğunun ve zamanla diğer çocukların Ellie'nin patlayıcı potansiyelinden korkup onunla arkadaş olmaktan çekineceklerinin farkındaydı. İnsanlar ister depresyonda ister anksiyete veya öfke sorunları yaşıyor olsunlar genellikle terapistlerin olumsuz duygularını azaltmalarına yardım edebileceğini umarlar. Peki ya psikologlar terapiyi yalnızca olumsuz sonuçları azaltmanın bir yolu olarak değil de olumlu sonuçlar elde etmeyi kolaylaştırmak amacıyla insanların duygularının işlevsel doğasını kullanmasına yardımcı olmak için bir fırsat olarak görürlerse ne olur?

Ellie'nin mesafeli yapısı ve kendini sevdiren şirinliği onun tuhaflığını gizliyordu fakat odaklı dikkati ve duygusal düzensizliği, tam anlamıyla tuhaf birçok özelliğinden bazılarıydı. Resim yapmaya yoğun şekilde odaklanması, biçim, şekil ve renkleri birçok yetişkinin yapamayacağı şekillerde anlamasına imkân tanıyordu. Uygun ve anlamlı açılarda duran modellerinin portrelerini yapmak veya modellerine derinlik katan zengin dokulu kıyafetler çizmek gibi çoğu insanın yapmayı hiçbir zaman öğrenemediği şeyler yapıyordu.

Ancak biçimlere odaklanmış dikkati, büyük resmi kolayca gözden kaçırmamasına neden oluyordu ve aynı şekilde istediği bir şeyi elde etmek için harcadığı yoğun enerji, beklentileri karşılanmadığında veryansın etmesini kolaylaştırıyordu.

Ellie ile duyguları daha iyi tanımlayabilmesi ve onları daha iyi yönetebilmesi üzerine çalıştık fakat sosyal durumlardaki büyük resmi görebilmesi (öfke nöbetleri geçirdiğinde etrafındaki insanlar üzerindeki etkisi gibi) için dikkatini daha fazla genişletebilmek amacıyla olumlu duyguları kullanabileceğimize dair bir his de vardı içimde. Olumlu duyguların da uyumsal işlevleri vardır ancak olumsuz duygularla ilişkilendirilen “savaş ya da kaç” tepkilerinden çok daha farklıdır.

Cornell Üniversitesi’nden Alice Isen ve Chapel Hill’deki North Carolina Üniversitesi’nden Barbara Frederickson gibi duygu araştırmacıları, olumlu duyguların hoş giden bir his yaratmaktan çok daha fazlasını yaptığını buldular. Profesör Frederickson’ın duyguları genişletme ve inşa etme teorisi, olumlu duyguların daha kapsamlı düşünce süreçlerini kolaylaştırdığını, atipik bilgi parçalarını daha kolay fark etme ihtimalimizi artırdığını ve bilinç düzeyinde daha fazla bilgi tutmamıza imkân sağladığını ileri sürer. Bu geniş düşünce süreci ve daha fazla bilginin kullanılabilirliği, yaratıcı çözümleri görmemize fırsat tanır çünkü fark ettiğimiz veya aklımızda tuttuğumuz her bir ek bilgi parçasıyla birlikte olası kombinasyon sayısı katlanarak artar. Bu yaratıcı içgörüler, finansal veya politik kaynaklar üreten profesyonel sonuçlar almamızın yanında sosyal sermayemizi oluşturan karmaşık sosyal çıkmazların üstesinden gelmenin yeni yollarını görmemize de yardımcı olabilir.

Bu şekilde, olumlu duygular tuhaf insanların dar odaklı olma eğilimini kırabilir. Yaratıcı potansiyelleri, bilgileri eşsiz bir biçimde bir araya getirme becerilerine dayanan tuhaf insanlar için

olumlu duygular, farklı fikirleri olağandışı kombinasyonlarda bir araya getirmeleri için katalizör görevi görebilir ki bu da yenilikçi düşünmenin ayırıcı özelliklerinden biridir.

Kuralda istisnalar olmasına rağmen, yaratıcı büyük buluşlar yapma ihtimali en yüksek olanlar, acı çeken sanatçı olmamanın yollarını bulan insanlardır. Bu veri, özel yetenekleri için minnettar olan, sınırlarını bilen, kendilerini geliştiren ve cana yakın yapıları bir aidiyet duygusu hissetmelerine yardım eden sosyal kaynaklar oluşturan insanları tasvir eder.

Berkeley'deki California Üniversitesi'nden, olumlu duygu yatkınlığı ve toplumsal sonuçları üzerine harikulade bir çalışma yapan LeeAnne Harker ve Dacher Keltner, olumlu duyguların uzun süreli faydalarının kanıtlarını gözler önüne sermiştir. Bu çalışmalarında 1958 ile 1960 yıllarında Mills College'dan mezun 100 kadının katıldığı otuz yıllık Mills Uzun Vadeli Araştırması'nın verilerini kullandılar. Harker ve Keltner, nispeten açık olan şu sorunun cevabını bulmak için akıllıca bir yöntem izledi: "Yıllık fotoğraflarında gülümseyen kadınlar hayatlarında gülümsemeyen kadınlara kıyasla nasıl farklı toplumsal sonuçlar elde ettiler?"

Yıllık fotoğrafında gülümseme gibi görünüşte oldukça önemsiz olan bir davranış hayatta elde edilen birçok önemli sonucun nasıl tahmincisi olabilirdi ki? Bir dakikadır tanıdığınız ve muhtemelen bir daha hiç görmeyeceğiniz bir fotoğrafçıya gülümsemek için herhangi bir neden yok fakat bazı insanlar toprak rengi arka fonun önündeki rahatsız bir tabureye oturup kameraya bakarak içten gülümseyebilmişti. Bunlar büyük ihtimalle kar kürerken veya iş çıkış saatinde arabalarında şarkıya eşlik edip gülebilen insanlarla aynı insanlardı. Neşeli olmak için bir nedene ihtiyaçları yoktu, bu onların doğalarında vardı. Doğası gereği hep neşeli olan insanlar da kendilerince biraz garipler fakat coşkulu gariplikleri öyle çekici

ve enerjiktir ki diğer insanlar da içten içe bu insanlarla beraber kar küremek veya arabada şarkıya eşlik etmek isterler.

Harker ve Keltner araştırmalarında, yıllık fotoğraflarında gülümseyen kadınların gülümsemeyenlere kıyasla daha fazla olumlu ve daha az olumsuz duyguya, daha cana yakın sosyal davranışlara ve daha fazla yetkinliğe sahip olduğunu (ör. üretken, sorumluluk sahibi) buldular. Bu bağlantılar onlarca yıl sonra, kadınların 43-52 yaşındayken mevcuttu. Yıllık fotoğraflarında gülümseyen kadınlar, yapıdan kaynaklı olumlu duygularda yüksek, yine yapıdan kaynaklı olumsuz duygularda düşük seviyedeydi ve mesleki yetkinlik ölçümlerinde skorları daha yüksekti. Evli olma ve evliliklerinden memnun olma ihtimalleri de daha yüksekti.

Bu bulgular olumsuz durumları düzeltmeye çok fazla odaklanan insanların önemli bir zemini kaçırabileceğini akla getiriyor. Olumlu duygular, bizi olumsuz bir duygusal kalıptan çıkarmaktan çok daha fazlasını yapabilir. Kişinin sosyal durumlara yeni yaklaşım yolları görmesine ve sağlam sosyal kaynaklar tesis etmesine yardımcı olabilecek yeni içgörülere olanak sağlama potansiyeline de sahipler. Tuhaf insanlar başkalarına mesafeli görünmeye meyilli olsalar da sevdikleri şeyler konusunda neşeli ve heyecanlı olabilirler. Odaklanmış dikkatlerini genişletip daha geniş bir perspektifi görmelerini sağlayabileceğinden, olumlu duygular özellikle tuhaf insanlar için faydalı olabilir.

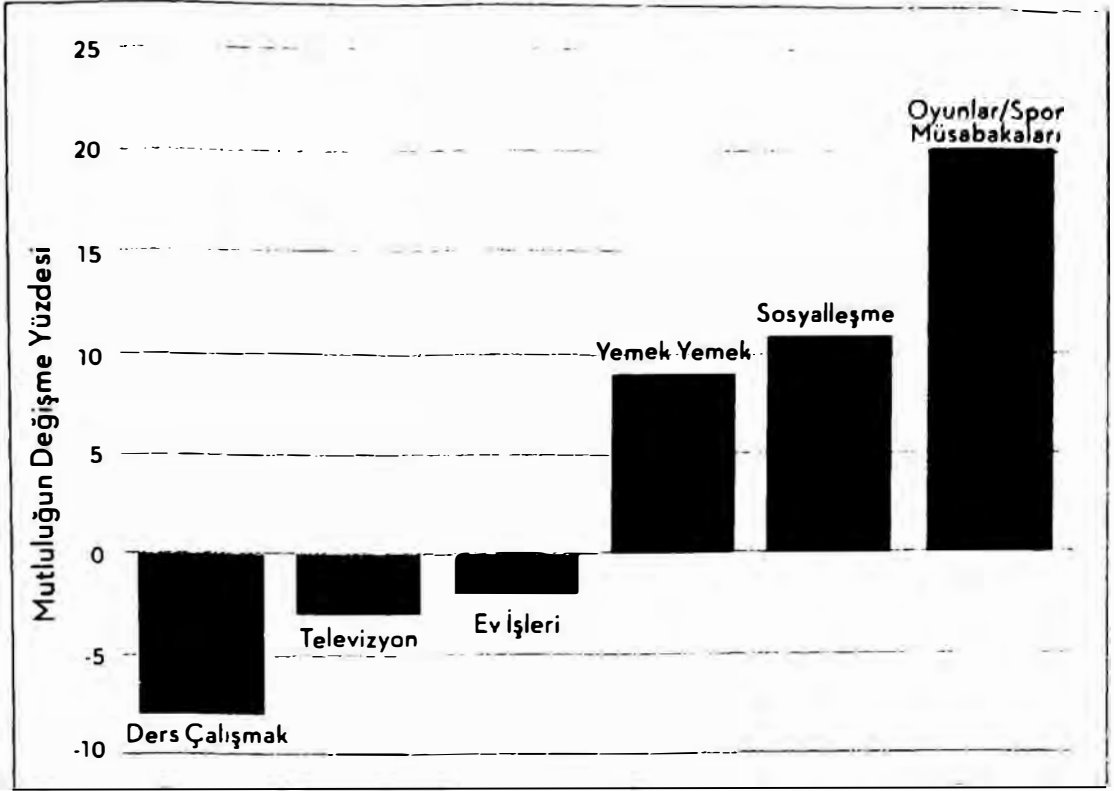
Bu bölümde incelediğimiz veriler, tuhaf insanların mesafeli görünmeye eğilimli olduğunu ortaya koymakla birlikte bunun, dünyalarını çok yoğun algıladıklarından dolayı yoğun duyguları yönetme becerilerinin baskısından bunalmamak için temkinli olmalarından kaynaklanabileceğini de gördük. Öfke kontrolünü kolayca kaybedebilen Ellie gibi biri için dizginleyemediği olumsuz duygularını dışa vurmak, genel duygu kapasitesinden korkmasına

sebepe olan cezalandırıcı bir deneyimdi. Oysa tuhaf insanlar olumlu duygularını dışa vurma konusunda endişeli olabilirler. Bir video oyununun en üst seviyesinde elde ettikleri başarılarından dolayı coşku ve neşeye dolup taştıklarında veya matematikte çözülemediği bir ispata duydukları hayranlığı uzun uzun anlattıklarında, ne zaman neşeli olunacağına dair önsezilerinin yanlış olduğunu hissetmelerine neden olan sosyal geribildirimler alabilirler.

Ellie'nin öfke nöbetlerini çözmesinde ona bir an önce yardım etmem gerektiğini biliyordum ama Ellie'nin aynı zamanda diğer insanlardan daha farklı gördüğü dünyaya duyduğu harikulade neşesi ile beraber tüm duygularını da kapatma riski altında olması beni derin bir korku ve üzüntüye sürüklüyordu. Sonunda, etrafındaki iyi niyetli yetişkinlerin Ellie'ye sürekli olarak karalama yapmayı kesmesini, dikkatini yaptığı işe vermesini veya acele etmesini söylediğini fark ettim. Ellie'nin hayatındaki yetişkinler ona sürekli olarak yaptığı işe odaklanmasını söylüyordu.

Ellie yaptığı işe zaten odaklanıyordu, görev yönelimi çok yüksekti ama odaklı dikkati ilgisinin olağandışı şeylere kaymasına sebep oluyor, bu da sanatsal çizimler ya da inanılmaz yaratıcılıkta kurgular biçiminde tezahür eden soyut işleri seçmesine yol açıyordu. Küçük yaşına rağmen sadece çizgilerin içini boyamak yerine çizimlerine yeni sınırlar katmakla daha fazla ilgiliydi ve aynı eski hikâyeleri ezberlemek yerine yeni hikâyeler hayal etmeyi tercih ediyordu.

En sonunda, Ellie ile birlikte, öfke nöbetlerinin zengin hayal dünyasında kaybolduğunda ortaya çıktığını keşfettik. Ailesi akşam yemeğinde daha fazla yemesi gerektiği konusunda ona sesini yükselttiğinde veya karalama defterini aniden önünden çektiğinde Ellie birden sinirleniyordu. Anne ve babasına bunun filmin kritik bir noktasında birinin konuşması veya önemli bir görüşme yaparken birinin onları bölmesi ile aynı şey olduğunu açıkladım. Ellie'nin



Şekil 4.1 Olumlu duygularınızı artırmak için neler yapabilirsiniz? İnsanların günlük faaliyetlerine göre ruh hâllerindeki değişiklikleri takip eden bir deneyim örnekleme çalışmasında Csikszentmihalyi ve Wong, oyunların, sosyalleşmenin ve yemek yemenin olumlu duyguları artıran faaliyetler olduğunu saptamıştır. Aynı zamanda başka insanlarla yapılan faaliyetlerin de tutarlı olarak daha olumlu duygularla ilişkili olduğunu keşfetmişlerdir.

bu tür müdahalelerde sinirlenmesi anlaşılabilir bir durumdu ama öfke nöbetleri geçirmek yerine neden sinirlendiğini açıklayabilmeyi öğrenmesi gerekiyordu.

Yüzünü Neden Öyle Yapıyorsun?

Bekleme odasının kapısını açtığımda Ellie'yi tam karşımda dikilirken buldum. Yanıtlayamadığım sorusunun yanıtını üç gündür bekliyordu: "Ty, sen öfkelendiğinde yüzünün nasıl olduğunu öğrendin mi?"

Ellie ile randevularım arasındaki üç gün boyunca gördüğüm tüm arkadaşlarıma şu iki soruyu sordum: "Yüzüm sinirli bir hâl

alıyor mu?” ve “Alıyorsa nasıl oluyor?” Hayal kırıklığı veya endişe gibi olumsuz duygulara kolayca meyletsem de öfkelenmek konusunda her zaman ağırdan alırım, bu yüzden de sinirlendiğim belirli durumları hatırlamak zor oldu. Birçok insan beni sinirli görüp görmediğini hatırlayamazken beni en iyi tanıyan iki kişi, sinirlendiğimde yüzümün kesinlikle değiştiğini söyledi.

Kız arkadaşım, “Sinirlendiğinde sinirlenmiş gibi değil de daha çok korkmuş gibi görünüyorsun,” dedi. Gözlerimi kısmak yerine iyice açarak karşımdaki kişinin beni bu kadar üzen bir şey yapmanın iyi bir fikir olduğuna neden karar verdiğine dair bir yanıtı fiziksel olarak arıyormuşum gibi gözlerimi etrafta gezdiriyormuşum. Dudaklarımı sıkıyormuşum, onun yerine ağzımı gördüklerime inanamamış gibi açık bırakıyormuşum. Kuzenim, diğer insanların yüz ifademi büyük ihtimalle “kızgınlıktan ziyade çok şaşırmış” olarak algıladığını söyledi. Aynı zamanda kızgınlığımın neden kızgın olduğumu hiçbir zaman söylemeden sanki o olay hiç yaşanmamış gibi başka bir konuya geçtiğim için daha da beter bir hâl aldığını öğrendim.

Ellie’ye kızgın suratımı yaptığımda bana alaycı bir ifadeyle baktı. Sonra özbilince sahip suratımı yaptım. Ellie, duygular konusunda uzman olmadığıнын farkındaydı ama kızgın suratımda garip bir şeyler olduğunu biliyordu. Kızgın suratımla ilgili bana şaşırtıcı şekilde diplomatik bir geribildirimde bulunurken duygusal zekâ potansiyelinin tamamını sergiledi ve “Bu, pek de iyi bir kızgın surat değil. Ama gülerken yüzün çok güzel oluyor,” dedi.

Ofisime girdik ve yerde oturup büyük bir karalama defterine pastel boyalarla gelişi güzel resimler çizdik. Ellie’ye onu en son gördüğümünden beri öfke nöbeti geçirip geçirmediğini sordum. Geçtiğimiz üç günde yaşadığı üç öfke nöbetini bana anlatırken bakışlarını yere çevirdi, kamburunu çıkardı ve neşesinin son damlası da kaçmadan önce ona olaya pozitif yanından bakmasını önerdim.

Öfke nöbetlerini engelleyememiş olsa bile en azından duygularını tanımlamaya başlayabilmişti.

Tuhaf insanlar başkalarının üzgün olduğunun sinyallerini doğal olarak göremediklerini sonunda fark ederler fakat farklı durumlarda, tehdit teşkil etmeyen olaylar karşısında öfkelerinin yükseldiğini hissedebilirler. Bu da tuhaf insanları, duygusal tepkilerinin emrettiğinden farklı bir şey yapma ihtiyacı duydukları mantık dışı bir duruma sokar. Tuhaf insanlar, bazı durumlarda mantıklı ikinci bir yanıt vermeleri gerektiğini anlar: A durumunda ben B hissediyorum ama birçok insan C hissediyor öyleyse ben de B yerine C hissediyormuş gibi davranmalıyım.

Bu, tuhaf insanlar için zor bir bağlantıdır çünkü kendine sadık kalmak ile sosyal beklentileri karşılama becerisini geliştirme motivasyonu arasında bırakan, her daim var olan bir sorunun altını çizer.

Çoğu insan isteyerek kızarak utanmış gibi yapamaz ve sosyal beklentiden nasıl saptığınızı belirleyemediğinizde sosyal bir ihlali telafi etmek için harekete geçemezsiniz. Tuhaf insanların doğal olarak hissettikleri duygusal tepki ile beklenen duygusal tepki arasındaki uyumsuzluğu gidermelerinin işlevsel bir yolu da ifadeleriyle iletemedikleri mesajı “Üzgünüm, sanırım daha farklı bir şekilde ele almalıyım” veya “Umarım incitmemişimdir, sanırım ne düşündüğümü söylemekte zorlanıyorum” gibi cümlelerle sözlü olarak anlatmalarındır. Mükemmel bir çözüm olmasa da sosyal bir ihlalin ardından gelen bu tür cümleler, tuhaf kişinin duygusal tepkisinde muhtemelen olmayan üç önemli husus aktarmasına imkân tanır: Kötü bir niyetim yoktu, üzgünüm ve hatamı düzeltmek istiyorum.

Tuhaf insanların rahatsız edici duyguların etkisini azaltmak için yapabileceği birkaç şey vardır fakat tuhaf insanların bazı durumlarda yaşadığı duygusal eksiklik ile başka durumlarda yaşadığı yoğun duygusallığın aslında bir amaca hizmet edebileceğini düşünmek

ilginçtir. Belki de tuhaf insanların duygusal hayatlarını işlevsiz olarak değil, farklı ve bazı durumlarda uyumsal olma potansiyeline sahip şeklinde görmeliyiz.

Girişim şirketlerinde (ilk beş yılda %90) ve restoranlardaki (ilk üç yılda %60) yüksek başarısızlık olasılığını veya bilimsel çalışmalarda tekrarlanan başarısızlıkları düşünmeyi bıraktığınızda, temsili anksiyete bile bir gün girişim yapmaktan vazgeçirmek için yeterlidir. Başarısızlık ihtimali başarılı olma ihtimalinden daha yüksek olan büyük görevlerin altına girmeyi ne tür bir insan kabul eder ve bu tür girişimlerde haftalık olarak yaşadığı başarısızlıklarda nasıl bir insan içinde patlamalar yaşamaz?

Bir ortamdaki duyguların tümünü içine almamanın yardımcı olduğu, grup içerisinde kolayca yayılabilen panik veya moral bozukluğu gibi duygulara nispeten duyarsız olmanın grup için daha iyi olduğu kimi durumlar olabilir. Bu elbette ki yalnızca tuhaf insanların yüksek riskli projeleri üstlendiği ya da büyük başarısızlıklar yaşadıklarında olumsuz duygular hissetmedikleri anlamına gelmez ama olağandışı duygusal mekanizmaları, büyük bir proje lansmanında yaşanan başarısızlıktan sonra paniğe kapılmalarını engelleyebilir veya gazetede gördükleri kötü bir eleştiriden sonra nispeten daha kayıtsız kalmalarını sağlayabilir.

Buna karşılık görünüşte önemsiz detayların yerli yerinde olmaması bazı tuhaf insanların canını sıkabilir. Kimi durumlarda tuhaf bireylerin detaylar tam istedikleri gibi olmadığı için gergin olmaları, yanlış veya gereksiz inatçılık olabilir. Fakat ister başarılı teknoloji şirketlerinin CEO'ları ister Michelin yıldızlı restoranların şefleri ya da önemli buluşlara imza atan biliminsanları söz konusu olsun, iyi bilinen birçok başarı hikâyesinin ortak noktalarından biri, detaylara olan tutkulu ilgilerinde ısrarlı olmaları ve gemileri batacak gibi olduğunda aşırı sakın kalmalarıdır.

BÖLÜM 5

SEVİLEN İNSANLARIN ZİHNİNİN KİLİDİNİ AÇMA

Carson tek başına, bir çerçeve tiyatrosunun tam ortasındaki eski bir meşe taburenin üzerine oturmuş, etrafını saran dünyanın en iyi fizikçilerini izliyordu. Carson, birkaç dakika içinde uygulamalı matematik sempozyumunda en son araştırmasının sunumunu yapacaktı. Bu şeref genellikle iyi tanınan kıdemli öğretim üyelerine verilir ancak Carson 25 yaşında bir doktora öğrencisi olarak fizik dünyasına sesini çoktan duyurmuştu. Yakın dönemde ileri gelen bir bilim dergisinde büyük ses getiren bir makale yayınlamıştı ve dünyanın dört bir yanındaki araştırmacılar da çalışması hakkında daha fazlasını duymak istiyorlardı. Oditoryum kapasitesini doldurmaya başladığında Carson, durumun ağırlığının narin omuzlarına bindiğini hissetmeye başladı.

Carson'ın dağınık ve kıvrırcık sarı saçları vardı ve büyük mavi gözleri her zaman etrafını hızlıca kolaçan ederdi. Yarı resmî şekilde giyinmişti ama oxford gömleği ve kumaş pantolonu ona her zaman olduğu gibi biraz büyüktü. Başı dertten kurtulmayan bir ergen gibi görünüyordu. Çocuksu bir görünüme sahip olmasına rağmen bilimsel aklı yaşının çok ilerisindeydi. Carson, yıpratıcı bir tuhaflığa sahipti. Keskin gözlemleri ve zihninde bir filtre olmaması nedeniyle çoğun insanın gözünde onu zapt edilmez yapıyordu.

Carson'ı birçok insandan daha iyi tanıyordum. Lisans öğrencisiyken, müzik hakkındaki matematiksel gözlemlerini sık sık dile getirdiği müzik anlayışı dersinde tanışmıştık. Yaptığı yorumları doğru ve derinlikliydi ama kolay bir seçmeli ders için gelen bir grup öğrenci arasında bu tür yorumlar genellikle diğerlerinin gözlerini devirmesiyle sonuçlanırdı. Carson'ın iyi niyetli olduğunu düşünüyordum ama bunu diğer insanlara göstermekte zorlanıyordu. Birçok kişinin gözünde saygısız veya kötü niyetli biriydi ve neden böyle düşündüklerini de anlayabiliyordum. Carson da diğer insanların onu fazla patavatsız bulduğunun farkındaydı ama diplomasiyle lafı uzatmak veya gerçekleri daha masum bir kisve altına saklamak için zamanı yokmuş gibi davranırdı. Carson, insan değil görev yönelimliydi ama bu tür bir dünya yaklaşımı onun 25 yıldır yalnız kalmasına sebep olmuştu.

Carson, fizik bölümü başkanının övgü dolu takdiminin ardından sahneye çıktı ve sunumuna başlamak için bilgisayarının boşluk tuşuna bastı. Başını omzundan geriye hafifçe çevirerek, sunumunun arkasındaki yerden tavana kadar uzanan ekrana yansıtılıp yansıtılmadığını kontrol etti. Salondaki olası muhalefetlere karşı önden hamlede bulunmak için seçtiği başlığın tümü büyük harfle ve kırmızı renkte yazılmış harflerini gördü:

YER ÇEKİMİ HAKKINDA BİLDİĞİNİZİ SANDIĞINIZ HER ŞEY YANLIŞ!

Yüzünü tekrar seyirciye döndüğünde konuşması için her zamankinden fazla insanın geldiğini fark etti. Bu kalabalığın takdirini kazanmasının çok zor olacağını biliyordu. Çoğu insanın anksiyete seviyesi böyle bir durumu fark ettiğinde roket gibi yükselecekti ama Carson endişeli enerjisini kalabalığın beklentisini yarıp geçecek

bir kararlılığa kanallı etti. Bu, çok nadir görülen ama özel bir yeteneğe ve keskin odaklı bir hırsa sahip Carson gibi insanlarda sıkça görülebilen öldürücü bir içgüdüdür. Nükleer bir potansiyele sahip oldukları ve bu potansiyelin her an patlayıp onları azamete fırlatacağı hissini verdikleri için, bu tür insanlar başkalarına büyüleyici görünürler.

Carson için bugün o gün değildi.

Bahsi geçen sunum, antivirüs yazılımlarının bilişim tarihinde açıklarının olduğu 2002 yılında gerçekleşti. Virüslerin, işletim sistemlerini ele geçirmesi çok yaygındı ve Truva atı virüsleri tam baş belasıydı. Tahribata veya ekranda istenmeyen pencereler açmaya başlamadan önce bilgisayarın içinde günlerce sabırla beklerlerdi. Sanırım Carson'ın bilgisayarına da bir Truva atı virüsü bulaşmıştı.

Carson, sunumunun hipotez slaytına geçerken Truva atı virüsü ilk atağını gerçekleştirerek otonom bir Internet Explorer penceresi açtı. Pencerde çıplak bir kadın fotoğrafı vardı, hemşire üniforması kazayla bir hastanın kafasına fırlatılmış gibi görünüyordu ve tanıtım olarak da şöyle bir açıklama vardı: *Yaramaz Hemşireler!* Birkaç saniye sonra başka bir pencere belirdi: *Egzotik Asyalılar!!* Ardından üçüncüsü: *Ménages à Trois*¹!!! Ardından dördüncüsü, beşincisi...

Carson, insanların verdiği sosyal ipuçlarını pek yakalayamaz ama o bile izleyicilerin sözsüz ipuçlarında toplu bir değişiklik olduğunu anladı. Salon, duygusal ifadelerin evrensel olduğu fikrinin en iyi örneğiydi. Punk rockçı üniversite öğrencilerinden içi geçmiş üst düzey profesörlere kadar herkes, ağzı açık, gözleri fal taşı gibi açılmış ve kaşları yukarı kalkmış vaziyette oturuyordu. Açılır pencereler belirmeye devam ederken izleyicilerden bazıları sandalyelerinin içine doğru çekilmeye başlarken kimileri de dimdik bir

1 Üç kişinin birlikte yaşadığı ve birbiriyle cinsel ilişkide bulunduğu düzenleme. – e.n.

pozisyona geçiyordu. Carson, yedinci açılır pencere de belirirken omzunun üzerinden geriye doğru baktı: *Azgın Liseliler!!!*

Carson bir süre hareketsiz kaldı, duyguların akışı onu felce uğratmıştı. Ardından fareyi eline alarak pencereleri nafîle bir çabayla kapatmaya çalıştı fakat artık çok geçti. Her kapattığı pencereden sonra fırlayan iki veya üç pencereyi de kapatmaya çalışırken Hydra'nın kafasını kesmeye çalışıyormuş gibi görünüyordu. Pornografik pencere taarruzu havai fişek gibi devam ederken, Carson'ın umutsuzluğu teslimiyete dönüştü. Ardından projeksiyon ekranı aniden karardı.

Carson, sahnenin soluna baktı. Fizik bölümünde tanınan bir fahri profesörü olan akıl hocası, Carson'ın dizüstü bilgisayarını projektöre bağlayan kabloyu elinde tutuyordu. Herkes profesörün aptalca hareketlerine müsamaha göstermeyeceğini biliyordu. Bakışları, Carson'dan doğrudan gözlerinin içine bakmasını talep ediyordu. Hocası Carson'ın gözlerinin içine bakarken salondaki diğer herkes Carson'a ya da izleyicilerden herhangi birine bakmamaya çalışıyordu ki bu da tuhaf oluyordu çünkü bir çerçeve tiyatrosundaydık.

Profesör tek bir soru sordu: "Anlamadın mı?" Bu o zamana kadar Carson'a sorulan en faydalı ve etrafındaki insanlarla daha hoşagidebilir bir etkileşim kurması için ona yol gösterecek bir soruydu.

Tuhaf Bir Zihnin Teorisi

Dünyadaki en iyi hislerden biri, sizi anlayan birini bulmaktır. Sizi anlayan insanlar yalnızca garip yanlarınızı anlamakla kalmaz, onların çekimine de kapılırlar. Bu tür insanlar, kimsenin komik bulmadığı yersiz şakalarınıza yüksek sesle kahkaha atabilen veya kedinizi biraz fazla sevdiğinizi bildiği için kedinize doğum günü kartı atabilen nadir bir türe mensupturlar. Sizi anlayan biri, dünyayı sizin gözünüzden

görür; neşenizi sizinle birlikte, acınızı kendi acısı gibi yaşar ve hatta bazen ne düşündüğünüzü siz bile henüz bilmiyorken onlar bilir. Bizi anlayan insanları daha çok severiz çünkü iyi, kötü ve garip yanlarınızı bilip yine de sizi sevmeye devam eden birini kim sevmez ki? Buna karşılık insanlar aklımızdan geçenleri yanlış anladığında incinebilir veya aşağılanmış hissedebiliriz. Ergen bireyler ve ebeveynleri birbirlerini yanlış anlama olasılığı en yüksek klasik iki grup insan vakasıdır ve bir noktada birçok ebeveyn çocuklarının onlara şöyle bağırdığını duyar: “Hiçbir şey anlamıyorsunuz!”

İnsanlar sizi anladığında, psikologlar doğru bir *zihin teorisi* oluşturduklarını söylerler. Bu terim, diğer insanların nasıl düşündüğü ve hissettiği (zihin) ile ilgili düzenli bir yapı (teori) geliştirilmesine atıfta bulunur. İnsanlar birbirini daha iyi tanımaya başladıkça, genellikle diğer kişi hakkında daha karmaşık ve daha doğru teoriler kurarlar, bu da o insanın çeşitli konularda ne düşünüyor veya hissediyor olabileceğini tahmin etmelerine imkân tanır. Zihin teorisi, kitaplardaki veya filmlerdeki karakter gelişimlerine benzer. Okurlar, karakterin giyim şekli, alışkanlıkları veya baskıya verdiği tepki gibi detayları yakalayıp o karakterin özellikleri ve inançları hakkında çıkarımlar yaparlar. Örneğin, kırmızıyla yazılmış agresif PowerPoint başlıkları sunan sinsi bakışlı bir karakter, karşısındakilerde sinirli veya agresif bir kişi olduğu hissi yaratabilir.

Gerçek hayatlarımızın hikâyeleri ilerlerken, yol boyunca karşılaştığımız karakterler hakkında teoriler üretmemiz ve bu karakterlerin kişiliklerini ve değerlerini daha derinlemesine anlamak için akıllarını okumaya çalışmamız insan doğasında vardır. Hepimiz, karşılaştığımız her insanın üzerinde tek kişilik vaka çalışmaları yürüten biliminsanlarıyız. Karşımızdaki insanın dost mu düşman mı olduğu konusunda teoriler üretmek için davranışlarını sürekli olarak gözlemliyoruz.

Sosyal akıcı insanlar, bu zihin teorisini o kadar hızlı kurar ki sonuca nasıl vardıklarının genellikle farkında olmazlar. Düzinelerce sosyal ipucunu saniyeler içinde önceliklendirip bu birinin mutlu, sinirli veya sabırsız olup olmadığını hızlıca anlamalarını sağlayan kalıplar içinde bir araya getirmeleri kayda değer bir özelliktir. Sosyal akıcı kimseler, günde pek çok kez zihin teorisi üretir ve etkileşim tarzlarını karşısındaki kişinin ruh hâline göre ayarlarlar. Pazartesi sabahı yapılan bir toplantının ilk saniyelerinde patronlarının gergin veya rahat olup olmadığını anlayarak bu yargılarını o günün patronlarından ekstra tatil istemek için uygun olup olmadığına karar verirken kullanabilirler.

Carson'ın eğitilmiş zekâsı, gerekli verileri hızlıca toplayarak bahsettiğimiz gözlemlerini mevcut fizik teorileri veya algoritmaları ile düzenlemesini sağlıyordu. Bu karmaşık hesaplamaları kalem, kâğıt veya hesap makinesi kullanmadan yapıyordu; bunlar ona bir şekilde doğal olarak geliveriyordu. Fakat Carson, doğru sosyal ipuçlarını yakalamakta ve bu veriyi diğer insanların ne düşündüğünü anlamak için düzenlemekte zorlanıyordu. Bu konuda yalnız değil çünkü birçok araştırma tuhaf insanların zihin teorisi üretmekte zorlandığını doğruluyor. New South Wales Üniversitesi'nden Colin Palmer ve meslektaşları, genel popülasyon içinden seçilen iki bini aşkın yetişkinle oluşturulan bir örnekleme, tuhaflığın zihin teorisi ile nasıl bir bağlantısı olduğunu araştırdı. Palmer, sosyal açıdan daha tuhaf olan insanların başkalarının niyetleri, düşünceleri ve hisleri ile alakalı zihin teorisi üretmede zorlanma olasılığının çok daha yüksek olduğunu buldu.

Tuhaf insanların sosyal ipuçlarını işleme biçimleri hakkında bildiklerimizi göz önüne alırsak zihin teorisi üretmede zorlanmaları hiç de şaşırtıcı değil fakat bu zorluk onların sosyal hayatta aktarılmak istenen asıl mesajı kaçırmış gibi hissetmelerine neden

olabilir. İnsanlar zihin teorisi üretmede zorlandığında aynı kişiyle tekrar eden etkileşimlerde süreklilik sağlamakta sorun yaşarlar. İnsanlar, bir başkasının sosyal zihninin nasıl çalıştığı konusunda düzenli bir anlayış oluşturmada sıkıntı çektiklerinde aynı insanla daha önce pek çok kez etkileşime geçmiş olsalar bile her bir sosyal etkileşim onlara yabancı gelir.

Sosyal akıcı insanlar, mevcut sosyal ipuçlarındaki tanıdık kalıpları fark ederek diğer insanların zihninden neler geçtiğini ânında anlarlar. Şu sekizinci sınıf matematik problemindeki düşünce deneyini ele alalım. Aşağıdaki problemin düzeninden, sağ tarafta özenle dizilmiş sayıları toplayarak sol taraftaki x 'i bulmanız gerektiğini anlayabilirsiniz:

$$(x = 3 + 2 + 1)$$

$$(x = 6)$$

Denklemin sağ tarafındaki bir değişken bilinemediğinde problem çözülemez hâle gelir: $(x = 3 + 2 + c)$. Aynı şekilde, tuhaf insanlar da sosyal ortamlardaki bilinmeyen değişkenler nedeniyle sosyal alanda zorluk çekerler. Başkalarının ne düşündüğünü ya da ne hissettiğini çözmekle uğraşırken, ipuçlarını yakalayabilecekleri yüz ifadelerine bakmayı unuttukları veya ses tonlarının arkasında yatan ipuçlarını doğal bir şekilde algılayamadıkları için, bazı kilit ipuçlarını kaçırabilirler. Ancak biri denklemdaki x değerini verirse problemi geriye doğru çözmeleri mümkün olur: $(6 = 3 + 2 + c)$

İkinci problemde her şeyin yerli yerinde olduğunu görmek kolay değildir çünkü eksik c değeri yüzünden ilk problem gibi düzgün bir dizilime sahip değildir. Ancak insanlar x değerinin cevabını bulabilirse problem biraz düşünme ile rahatça çözülebilirler. Aynı mantıkla, temel belki de bir sosyal ipucunu kaçırdıklarından ve

sosyal bilgi zihinlerinde net bir şekilde düzenlenmiş şekilde belirlemediğinden, tuhaf insanlar başkalarının aklından geçenleri çözmeye çalışırken sosyal ipuçlarını toplamaları daha uzun sürer. Neyse ki araştırmacılar, birçok sosyal etkileşimi yöneten α faktörlerinin neler olduğunu keşfediyorlar ki bu da tuhaf insanlara diğerleriyle aynı sonuca varmaları için bir fırsat veriyor ancak sonuca ulaşmada kullanılan işlemlerin sırası biraz farklı görünüyor.

Hoşlanılan Biri Olma Teorisi

Size zihin okuma becerileri bahşeden bir süper gücünüz olsaydı en çok hoşlanılan insanların zihninde ne keşfederdiniz? İlk görev, doğru hedefi belirlemek olurdu çünkü hoşlanılan biri olmak ile popüler biri olmak arasında fark vardır. Gelişim psikologları, hoşlanılan biri olmayı başkalarının o kişiyi ne kadar işbirlikçi ve hoş bulduklarıyla tanımlar. Popülerliği ise başkalarının bir kişiyi ne kadar etkileyici veya güçlü bulduğu ile tanımlar. Araştırmacılar, ortaokul ve lise öğrencileri ile yaptıkları sosyal algı analizinde, hoşlanılan biri olmakla popülerliğin birbiriyle çok az alakalı olduğunu buldular.

Hem popüler olan hem de hoşlanılan insanlar, sosyal akıcı olmaya eğilimlidirler fakat popülerlikle motive olan kişiler, sosyal statülerini yükseltmek veya toplumsal hiyerarşideki konumlarını korumak için zihin okuma yeteneklerini kullanırlar. Tersine, hoşlanılan kişilerin zihin okuma yeteneklerini adil ve işbirlikçi olmak için kullanma olasılığı daha yüksektir. Diğer bir deyişle, popülerliğin güdülediği insanlar bir duruma “Benim çıkarım ne?” diye düşünerek, hoşlanılan insanlarsa “Nasıl katkı sağlayabilirim?” diye düşünerek yaklaşırlar.

Popüler olmanın motive ettiği insanlar, kısa vadeli sosyal kazançlara odaklanırlar fakat gücü bu şekilde elde etmenin karşılığında

sosyal sermayelerini kaybederler. Kişisel kazanç için manipölasyon, dedikodu ve aşağılama gibi sosyal sermayeyi tüketen taktikler kullanmaya yatkındırlar. Hoşlanılan insanlar en çok Instagram takipçisine sahip olma yarışını veya yıl sonu balosunda kral ya da kraliçe olma hakkını her zaman kazanamayabilirler ama mutlu olma, daha yüksek bir özgüvene sahip olma ve daha güvenilir arkadaşlar edinme ihtimalleri daha yüksektir. Hoşlanılan biri olma, güvenilir hisse senetleri portföyüne yatırım yaparak finansal açıdan kendini güvenceye almaya benzerken, popülerlik, sürdürülebilir bir iş planı olmadan revaçta olan yüksek riskli şirketlere yatırım yaparak finansal açıdan kendini güvenceye almak gibidir.

Hoşlanılan insanların, aidiyet duygularını sürdürebilecekleri ilişkiler bulması daha olasıysa öyleyse akıllarından neler geçtiğine göz atmaya değer. Purdue Üniversitesi'nden Thomas Berndt, bütün kariyeri oyunca insanların nasıl arkadaş edindiği ve bu arkadaşlıkları nasıl sürdürdüğü üzerine araştırmalar yaptı. Arkadaşlık üzerine yapılan araştırmalarına ilişkin değerlendirmelerinde, hoşlanılan insanların arkadaşlık konusunda, sosyal algılarını ve davranışlarını etkileyen kendine özgü bir bakış açısı geliştirdiklerini belirtir. Facebook'ta veya Instagram'da #arkadaşlık hashtag'ini arattığınızda arkadaşlığın ne anlama geldiği ile alakalı kalp ısıtan hipotezler sunan yüzlerce "meme"i kolayca bulabilirsiniz fakat ampirik cevabın çok açık olduğu anlaşıyor. Hoşlanılan insanlar, üç temel değer üzerinden hareket ederler: adil, nazik ve sadık olmak.

Adalet, çocukların geliştirdiği ilk sosyal beklentilerden biridir. İster bir oyunda sırayla oynamak olsun ister eşit şekilde istenen bir oyuncağı paylaşmak olsun adalet duygusu şeylerin eşit olarak algılanmasıyla alakalıdır. Çocuklar, arkadaşları oyunda sıralarını iki kez kullandığında veya en güzel oyuncakların çoğunu kendilerine ayırdıklarında eşitlik beklentileri karşılanmadığı için ağlayarak veya

sinirlenerek tepki verirler. Yetişkinlikte, bulaşıkları sırayla yıkamak veya televizyon kumandasını paylaşmak gibi somut konularda adalet hâlâ beklentilerimiz arasındadır. Karşılıklı alınıp verilen şeyler, daha önce sizinle empati kurabilmiş birine empati duymak veya daha önce sizi affetmiş birini affetmek gibi daha soyut kavramlar olabileceğinden, adalet duygusu yetişkinlikte daha karmaşık bir hâl alabilir. Yetişkinler, empati duygularının veya düşünceli davranışlarının karşılıksız kalması durumunda arkadaşlarından, meslektaşlarından veya sevgililerinden sıkılırlar.

Çocuklar zamanla ilişkilerin “bir sana bir bana” anlayışından daha fazlası ile yürüdüğünü fark ederler. “Senin sırtını kaşıyacağım ama bir dahaki sefere sen de karşılığında benim sırtımı kaşırsan kaşırım” mantığının doğasında olan sınırları görmeye başlarlar. Çocuklar proaktif bir şekilde “Benim sıramı alabilirsin” veya “En iyi oyuncakla oynayabilirsin” gibi tekliflerle adil olandan daha fazlasını teklif etmeye başlarlar. Bu tür küçük fedakârlıkların ilişkilerini ileri taşıyabileceğini ve sosyal bir gruptaki diğer kişilerin iyiliğini düşündükleri mesajını incelikli bir biçimde verdiğini öğrenirler. Nazik çocuklar ve yetişkinler, birçok insanın güvenilir olduğu varsayımı ile hareket ettikleri için ilişkilerinin başında karşılıksız verirler. Nazik insanlar, herkes gruba katkıda bulunabileceği fırsatlar aradığında, gruptaki her bir kişi için daha fazla fayda üretileceğini şeklinde bir karma inancına sahiptir.

Adalet beklentimizi fazlasıyla karşılayan insanları takdir ettiğimizde kendimizi minnettar hissederiz. Minnet duygusu, dikkatimizi beklentileri aşan insanlara yönlendirir ve bu duygu bizi nazik davranışın karşılığını vermeye teşvik eder. Chapel Hill'deki North Carolina Üniversitesi'nde sosyal psikolog olan Sara Algoe, bir davranıştan dolayı minnettar olan insanların minnetini geri ödeme sırasında daha cömert davrandığını bul-

du. İnsanlar adalet duygularını iyileştirmek için büyük ihtimalle daha fazlasını veriyorlar ve bu bir kibarlıktır. Minnettarlık yardım etmeye yönelik davranışların yukarı doğru tırmanmasını sağlar, çünkü nazik davranışlarının karşılığını verdiğimizde insanlar kendilerini minnettar hissederler, bu da karşılığında onları nazik olmaya teşvik eder.

Nezaket, sevilen insanların üçüncü özelliği olan sadakati de beraberinde getirir. Arkadaşlık, açık sosyal pazarda yer alır. İnsanlar canları istediğinde arkadaşlık kurabilir veya arkadaşlıklarını bitirebilirler fakat sadık bir arkadaş, arkadaşlığını bitirmesinin onun için daha kolay olacağı durumlarda bile sizin yanınızdadır. Kariyerimizin dibe vurması, sevgilimizin bizi terk etmesi veya bir arkadaş grubumuzun bizi dışlaması gibi olaylarla hayat şartlarımız düşüşe geçtiğinde, en iyimiz bile özdeğerinden şüphe edebilir. Fakat özdeğer duygumuz düşüşe geçtiğinde bazı arkadaşlarımız bizim hakkımızdaki düşüncelerini değiştirmez, hatta bazıları bize yardımcı bile olurlar. Bu kısa vadeli bakış açısından mantıksız gibi görünür çünkü arkadaşlıkta her bir kişinin sunacağı şeylerin miktarı eşittir ama sadık olmasının arkasında yatan mantık her zaman kolayca görünmez.

Sadık arkadaşlar, hayatlarına eşsiz bir şey kattığınızı düşünürler. Size değer vermelerinin nedeni zenginlik, sosyal statü veya güç gibi dış kaynaklı etmenler değildir. Sadık arkadaşlar, en zorlu zamanların bile üstesinden gelebileceğinize inanırlar. Sıkıntıdan daha güçlü bir insan olarak çıkacağınıza güvenirliler. Sadece kim olduğunuza değil, gelecekte olacağınız kişiye de inanırlar. Hayatta, olduğunuz kişi için size uzun vadede yatırım yapmaya ısrarla kendini adanmış sadık arkadaşlara sahip olmaktan daha güzel çok az şey vardır.



Şekil 5.1 Arkadaşlık kalitesinin ağ şeması

Süper zihin okuma güçlerimiz olsaydı hoşlanılan insanların zihninin şu üç olumlu sosyal değer etrafında düzenlenmiş olduğunu görürdük: adalet, nezaket ve sadakat. Hoşlanılan insanlar başkalarını değerlendirirken bu üç temel değeri kullanırlar ve bunlarla tutarlı biçimde davranırlar. Elbette ki bu ampirik arkadaşlık yaklaşımı, yanıt aramanın sadece bir yoludur ve farklı değerler grubunu belirten başka birçok ruhani veya kültürel gelenek vardır. Ancak görünüşe göre, toplumsal açıdan olumlu bu üç değer, ruhani ve dinî gelenekleri kültürler genelinde aşmaktadır.

Diğer insanların aklından ne geçtiği problemini çözmeye çalışan tuhaf insanlar için bu üç temel değer, problemi tersten çözebilmeleri için bir yol sunar. Diğer insanların niyetine veya altta yatan anlama dair bir fikir formüle etmek için münferit ipuçlarını bir araya getirmek yerine, hoşlanılan insanların diğer kişileri bu üç değer üzerinden değerlendirdiği ve adalet, nezaket ve sadakati içermeye niyetiyle hareket ettiği varsayımıyla başlayabilirler.

Fakat herkesin hoşlanılan biri olmaya çalıştığını sanmayın. Bazı insanlar, güç veya açgözlülükle güdülenir ya da diğer insanların iyi niyetinden faydalanmaya çalışabilirler. Bu da dikkatli ele alınması gereken bazı karışıklıklar yaratır.

Zorbaların Şaşırtıcı Sosyal Becerileri

Zorbalara her yaşta rastlayabiliriz. Prototip oyun alanı zorbaları, sıradaki çocukları itip sıradan çıkarır, çocukların öğle yemeği paralarını çalar veya farklılıklarıyla dalga geçer. Ergenlik dönemindeki zorbalılar, sosyal güç açısından daha aşağıda gördükleri yaşlılarını herkesin önünde aşağılayabilir veya sosyal güç açısından daha yüksekte gördükleri yaşlıları hakkında dedikodu çıkarabilirler. Yetişkinlikte bile kendilerine düşen paydan daha fazlasını isteyen, kendi kişisel kazançları için başkalarını manipüle eden veya daha güçsüz gördükleri insanlara sataşan zorbalılar vardır. Workplace Bullying Institute tarafından yapılan bir anket, çalışanların yüzde 35'inin tehdit, aşağılama ve personelin işinin sabote edilmesi gibi davranışların da dahil olduğu tekrarlanan kötü muamele olarak tanımlanan iş yerinde zorbalığa maruz kaldığını, yüzde 15'inin ise buna şahit olduğunu ortaya koydu.

Her yaştaki zorbalılar hakkındaki en rahatsız edici bulgulardan biri de naif olmamalarıdır. Birçok araştırma, zorbalıların diğer insanların aklından geçenleri okuma ve bencil isteklerine ulaşmak amacıyla başkalarını manipüle etmek için sosyal akıcılıklarını kullanma becerilerinin ortalamanın üzerinde olduğunu öne sürer. Padova Üniversitesi'nden Gianluca Gini ve meslektaşları, zorbalıların zayıf bir ahlaki muhakemeye sahip olduğu, diğer bir deyişle doğru ile yanlış ayırt etmekte sorun yaşadıkları varsayımını incelediler. Yaşları 7 ile 13 arasında değişen 700'den fazla çocuğun dahil olduğu bir örnekleme zorbalılar, kurbanlar ve zorbalara kafa tutan koruyucular arasındaki ahlaki muhakeme farklılıklarına baktılar ve zorbalılar ile koruyucuların ahlaki muhakeme yeteneklerinin aynı olduğunu ve her iki grubun da ahlaki muhakeme puanlarının kurbanlarınkinden yüksek olduğunu buldular. Bununla birlikte, zorbalıların şefkat seviyeleri oldukça düşüktü ve ahlaka aykırı davranışlarını bencil çıkarlarını kurbanlarında yarattıkları

duygusal sonuçlardan daha önemli görerek rasyonelleştirme ihtimalleri daha fazlaydı.

Zorbalar, sosyal akıcılıklarını misilleme yapma ihtimali daha düşük olan insanları hedef alarak kullanırlar. Washington Üniversitesi'nden Clayton Cook ve Riverside, California Üniversitesi'nden meslektaşları, 153 çalışmanın meta analizinde, cinsiyet, ırk, düşük özgüven ve stresli aile yaşantısı gibi zorbalığa maruz kalmanın düzinelerce risk faktörünü incelediler. Birçok faktör zorbalığa maruz kalma riskiyle ilişkili olsa da düşük sosyal beceri ve akranları arasında düşük statü en güçlü risk faktörleriydi. Sosyal becerisi ve yaşitları arasındaki statüsü düşük olan tuhaf bir çocuk için bu şanssız bir kombinasyondur, çünkü akranları zorbalardan pek hoşlanmasa da zorbalar genellikle iyi bir sosyal güce ve etkiye sahiptir, sosyal dinamikleri iyi bilirler ve karizmatik görünebilme becerisine sahiptirler.

Tuhaf çocuklar normal toplumsal beklentiler konusunda zaten sorun yaşarken bir de zorbaların ince düşünülmüş manipölasyonlarına maruz kalmaları, onlar için tam anlamıyla sersemletici olabilir. Zorbalar doğru ile yanlış arasındaki çizgiyi kasti olarak bulanıklaştıracak taciz yöntemleri kullandıkları için tuhaf çocuklar onların zorbalıklarına maruz kaldıklarında seslerini çıkarmayabilirler. Tuhaf bir çocuk böyle bir durumda kendisinin yanlış mı yaptığından ve hatta böyle bir durumda ne yapması gerektiğinden emin olamaz.

Kendilerini savunacak bir koruyucuya sahip olacak kadar şanslı kurbanların, koruyucularının tehlikeye attıkları sosyal sermayenin farkında olmaları önemlidir. Texas Üniversitesi Tıp Fakültesi'nden Rashmi Shetgiri, 6. ila 10. sınıf öğrencileri ile yaptığı 354 kişilik bir çalışmada koruyucuların karşı çıktıkları zorbalar tarafından taciz edilme risklerini önemli ölçüde artırdığını buldu. Bu da akranların kendilerini zorbalığa maruz kalma riski altına sokmadan önce zorbalığa uğrayan arkadaşlarına yardım etmek için sınırlı sayıda müdahale

şansları olduğunu akla getirir. Kurbanların, koruyucunun sosyal sermayesini onlar için harcamayı seçtiğini bilmeleri gerekir. Bu da tuhaf çocukların koruyucularının sosyal maliyeti sürekli üstleneceklerine güvenmemeleri gerektiği anlamına gelir. Tuhaf çocukların, sosyal becerilerini ve statülerini nasıl artıracaklarını öğrenmeleri gerekir. Tabii bunu söylemesi yapmaktan çok daha kolaydır. Ayrıca adalet ve minnet gösterme açısından, tuhaf insanlar yapılan iyiliğin karşılığını vermek için incelikli yollar bulmalı ya da minnettarlıklarını koruyucularına en azından şahsen ifade etmelidirler.

Zorbalardan büyüdüğümüzde de kurtulamıyoruz. Bazıları büyüdüğü yöntemlerini değiştirse de çocukluğunda zorba olanların yetişkinlikte de zorbalık yapmaya meyilli olduklarını gösteren araştırmalar giderek artıyor. Bu insanlar yetişkinlikte işyerindeki manipülatif patron, duygusal şiddet gösteren eş veya istediği şeyi elde etmek için çalan ya da saldıran bir suçlu olarak kendilerini gösterirler. Yetişkin zorbaların en ciddi biçimi olan sosyopatlar, zarar verdikleri insanlar için kendilerini hiçbir şekilde kötü hissetmeden kişisel çıkarları için başkalarının iyi niyetinden faydalanmanın yollarını ararlar. Genel popülasyonun yaklaşık %1'i sosyopat olarak tanımlanabilirken, kabaca diğer %10 ila %15'i de toplum yanlısından ziyade olarak sınıflandırılabilir. Bazı insanlar bencil, açgözlü veya güce aç olabilirler ve adil olarak paylarına düşenden daha fazlasını almaktan hiç çekinmezler.

Nazik ve sadık olmak isteyen insanların güvenecekleri kişiyi seçmede elbette dikkatli olması gerekir çünkü zorbaların eylemleri çok ağır sonuçlar doğurabilir. Bununla birlikte fazla korumacı veya insan doğasına dair fazla kötümser olmamaya dikkat etmek gerekir. Bu düşünce, özellikle de zorbalığa sıkça maruz kalan tuhaf çocuklar için geçerlidir. Sürekli olarak zorbalığa uğrayan çocukların diğer insanlara karşı isteksiz bir tutum sergilemeleri veya kendilerini korumak için proaktif bir şekilde saldırgan olmaları anlaşılabilir

bir durum olmakla birlikte bu genel karar, iyi insanlarla bağlantı kurmayı zorlaştırır. Tuhaf olan ve olmayan herkes için nazik ve sadık olmak isterken hem savunma duvarlarını indirmek hem de kendisini nasıl koruyabileceğini çözmek zor bir iştir.

Kendini koruma ile proaktif nezaket arasında kurmak için alınan riskler, insanlar birbirlerini tanırken özgeci ya da nazik davranışlar ölçülü dozlarda sergilenerek en düşük seviyeye indirilebilir. Bu yaklaşım, nazik ve sadık insanlara potansiyel arkadaşlarıyla aralarında pozitif bir özgecilik ve minnet döngüsü başlatırken aynı zamanda kendilerini korumaları için bir yol sunar.

Şeytan Ayrıntıda Gizlidir

Washington Üniversitesi'nden John Gottman ve meslektaşları, evli çiftlerin ve ilkökul öğrencilerinin olumlu ve olumsuz davranışları üzerine onlarca yıldır gözlemsel çalışmalar yürütüyorlar. İlişkiler üzerine çalışmalar yürüten birçok biliminsanın odak noktası, tartışmalar sırasında insanların yaşadığı alınganlık veya geri çekilme gibi olumsuz davranışlardır. Oysa karşılıklı ilişkileri çözenin sırrı, olumsuz ile olumlu davranışların birbirine oranına bakmaktır. Olumlu davranışlar birine yakışıklı olduğunu söylemek, bir arkadaşınızın o gün yaşadığı küçük bir zaferini dikkatlice dinlemek veya bir iş arkadaşınızı en sevdiği keklerle sevindirmek kadar sıradan davranışlar olabilir.

Gottman, insanların, davranışların gayriresmî bir hesabını tuttuğunu buldu. Bu olumlu davranışların olumsuz davranışlara oranına duygusal banka hesabı adını verdi. Başkalarıyla iyi geçinebilmek için insanların her bir olumsuz davranış için dört ya da beş olumlu davranış dengesini koruması gerekir. Bir arkadaşınızla etkileşim sırasında dört iyi şey yaptığınızı düşünün: onu sevinçli bir şekilde karşıladınız, kıyafetine iltifat ettiniz, patates kızartmanızı paylaştınız ve bir

endişesine empatiyle yaklaştınız. Bugün onun doğum günü olduğunu unutarak onu istemedi kıldınız. Bu etkileşimden onunla olan duygusal banka hesabınızda büyük olasılıkla 0,00 TL ile çıkarsınız. Etkileşimin başında o kadar nazik olmasaydınız oradan borçlu ayrılabilirdiniz düşünöldüğünde, bu o kadar da kötü bir bakiye değöl. Etkileşimlerden eksi duygusal bakiyeyle ayrılmamaya çalışmak gerekir, çünkü insanların duygusal banka hesapları faiz işletir.

Gottman eksi bakiyelerin günün sonunda diğer insanların zihninden silinmediğini, aksine bir sonraki görüşmeye taşındığını buldu. Günü borçlu bitirenler için bu kötü bir haber ama günün sonunda bankada paranız olursa iyi bir haber. İnsanlar yaşadıkları etkileşimlerden eksi bakiyeyle ayrıldığında, bu durum diğer insanların zihninde aşındıran bir alınganlık yaratır ki bu da duygusal borca aslında faiz ekler. İyi haber, etkileşimlerden artı bakiye ile ayrılmak güven inşa eder, yani bankadaki paranız üzerinden faiz kazanırsınız.

Stratejilerden biri hata yapmaktan kaçınmaktır ama hata yapmaya odaklanmak bir şekilde devamlı kaygı yaratır ve bu da insanı rahatsız edici ve yararsız bir durumdur. Duygusal banka hesabı kavramından yararlanmanın en iyi yolu, tutarlı bir şekilde küçük olumlu davranışlarla banka hesabını doldurmaya bağlı kalmaktır. Günlük olarak karşılaştığımız düzinelerce sosyal ortamı ve yüzlerce ipucunu bir başarısızlık fırsatı olarak görmek yerine, zihniyetimizi değiştirip beklenenden biraz daha fazlasını vererek rutin olaylardan faydalanmak gerekir. Bazıları, kahramanca çabaları orantısız şekilde büyük bir katkı olarak görse de hem küçük hem de büyük olumlu çabalar genellikle aynı etkiyi gösterir.

İnsanlardan ilk olarak ne alabileceğine değil de onlara nasıl yardım edebileceğine odaklanan biri olursanız başkalarıyla duygusal hesabınızın bakiyesi artıya geçer. Bu pozitif bakiye insanlarda zamanla güven duygusu oluşturmaya başlar ve en sonunda

sizin iyi bir insan olduğunuza inanırlar. Kilit nokta, katkılarınız konusunda incelikli davranmaktır. Çoğu insan, dedeleri doğum günü kartına 10 lira sıkıştırdığında büyük bir minnettarlık duyar ama 10 lira yerine 10 bin liralık bir çek sıkıştırmış olsaydı çoğu insan bu durumu çok tuhaf bulurdu. Duygusal banka hesabına yatırılan küçük meblağlar, teşekkür ederken açık olmak veya açık büfe sırasında birinin önünüze geçmesine izin vermek kadar basit davranışlar da olabilir. Yüz yüze etkileşimlerde bakiyenizi yükseltmenin yanı sıra telefon üzerinden de bakiyenizi yükseltebilirsiniz. Üstelik bu yöntem çok daha basittir. Bir arkadaşınızın önemli bir sınavı için nazik bir mesaj göndermeniz veya bir akşam yemeğinden sonra arkadaşınıza “Çok eğlendim, buluştuğumuza sevindim,” yazmanız yeterlidir.

YAKIN ARKADAŞLAR	ÖĞRETMENLER VE EBEVEYNLER
1. Hislerimi anlar	1. Anlamadığım konuları bana açıklar
2. Başkaları arkamda durmazken o durur	2. Sorularımı yanıtlamaya çalışır
3. Hata yaptığımda beni kabul eder	3. Bana adil davranır
4. İşleri batırdığımda kendimi daha iyi hissetmemi sağlar	4. Daha iyisini yapmak istediğimde bana yardımcı olur
5. Kendimi yalnız hissettiğimde benimle vakit geçirir	5. İyi iş çıkardığımda beni takdir eder

Tablo 5.1 Tabloda yakın arkadaşların ve öğretmenlerin/ebeveynlerin en çok sergilediği destekleyici beş davranışa yer verilmiştir. Veriler, Northern Illinois Üniversitesi'nin 1600'den fazla ilkökul, ortaokul ve lise öğrencisi ile yaptığı anketten alınmıştır. Bu öğrencilerin hepsi, yakın arkadaşlarının sadakati ile dostluğunu ve öğretmenlerinden/ebeveynlerinden aldıkları önerilerle övgüleri en destekleyici davranışlar olarak görmüştür.

Gerçek şu ki küçük sosyal beklentileri yanlış anlamaya daha açık oldukları için tuhaf insanların duygusal banka hesaplarından ufak ufak para çekme ihtimalleri daha yüksektir. Tuhaf insanlar, otobüste oturacakları sırada dönerken büyük sırt çantalarının arkasındaki başına çarptığını veya sürpriz doğum günü partisini yanlışlıkla doğum günü çocuğuna açık ettiklerini fark etmeyebilirler. Bu tuhaf eylemler, ne kötü niyetle ne de daha önceden tasarlanarak yapılır ama yine de olumsuzdur ve insanlar bir şey söylemese de otomatik zihinsel muhasebe sistemleri, duygusal banka hesaplarından bir miktar eksiltir.

Bu beklenmedik veya kazara yapılan para çekme işlemleri de tuhaf insanların, istikrarlı bir şekilde diğer insanların zihnindeki bakiyelerini eksiden artıya geçirecek küçük katkılarda bulunmak için düzenli çaba sarf etmelerini zorunlu kılar. Bu, tıpkı sosyal sigortanız için her ay kenara para ayırmaya benzer.

Tuhaf bireyler, küçük sosyal beklentileri karşılamada yaşadıkları sakarlıkların onları tanımlamasına izin vermemelidir. Tuhaf olsun ya da olmasın insanların birçoğu, yaşlandıkça yüzeysel nitelikleri daha az önemser ve onun yerine diğer insanları adil, nazik ve sadık olmak için gösterdikleri istekliliğe göre değerlendirirler. İyi insanlar, tutarlı olarak katkıda bulunmak için elinizden gelenin en iyisini yaptığınızı gördükçe birkaç tuhaf özelliğinizi görmezden gelmeye gönüllü olurlar. İster aile ilişkisi, ister arkadaşlık ilişkisi veya romantik bir ilişki olsun tuhaf insanların sürdürülebilir bir sosyal sermaye oluşturmak için en iyi stratejileri, daha geniş anlamda iyiye katkıda bulunmanın bir yolunu bulmaktır.

	BEKLENTİLER KARŞILAN- DIĞINDA	BEKLENTİLER KARŞILAN- MADIĞINDA
Umursandığında	Hoşlanılan	Tuhaf
Umursanmadığında	Manipülatif	Kötü Niyetli veya Düşüncesiz

Tablo: 5.2 Diğer insanların karşısındaki kişiyi iyi niyetli veya kötü niyetli görmelerine bağlı olarak beklentilere ilişkin sonuçlar

Sosyal Eşitliğin Değeri

Projeksiyon kablosunu elinde tutan hocası, retorik sorusunu Carson'ın yanıtlamasını beklerken ölümcül bakışlarını koruyordu: "Anlamıyor musun?" Carson yanıtladı: "Anlamıyorum, neden olduğunu bilmiyorum ama özür dilerim." Carson'ın, hocasının ondan umudunu kesmemesi için söyleyebileceği tek şey buydu. Carson'ın hocası bilge bir adamdı, yetenekli fakat çoğunlukla tuhaf olan öğrencilere yıllarca hocalık yaparken önemli bir ayrım olduğunu öğrenmişti. Öğrencilerinin tuhaflığı onu etkilemese de Carson'ın sadece kendisiyle ilgilendiğini gösteren ufak tefek davranışlarını tuhaf karakterinin bir parçası olarak değil, bilerek yaptığı bencillikler olarak görüyordu. Carson dar odağını, akademik alanda bir yıldız olmaya yöneltmişti. Bu yüzden de etrafındaki insanlara nasıl katkıda bulunacağına dair çok az bir farkındalığa sahipti. Hocası, Carson'ın diğer öğrencilere yardım etmek istemediğini ve bölümündeki yönetici personele kaba davrandığını fark etmişti. Bu yüzden de sunumunda açılan pencereler faciası, Carson'ın hocasının duygusal banka hesabından yaptığı bir dizi çekimin üzerine tuz biber ekmişti.

Hocasının Carson'ın içindeki iyiliği gördüğünden ve sivri davranışlarını bir koruma mekanizması olarak kullandığını bildiğinden

emin değilim. Carson, okuldaki ilk günlerinden beri tuhaf ve sık sık zorbalığa maruz kalan yalnız biri olmuştu. Birçok tuhaf çocuk gibi Carson da nasıl uyum sağlayacağını çözmek için elinden gelenin en iyisini yaptı ama bütün çabalarına rağmen diğer çocukların kendisinden ne istediğini anlamadı. Yetişkinlerden iyi niyetli standart tavsiyeler aldı: “Onları görmezden gel” veya “İleride onlar bir restoranda burger pişirirken sen çok daha iyi yerlerde olacaksın.” Fakat zorbalar acımasız bir zihniyete sahip oldukları için onları görmezden gelmek her zaman işe yaramazken kurbanlarına, işkencecilerinden “daha iyi” olacaklarını söylemek de “onlara karşı ben” şeklinde düşmanca bir zihniyet aşılır. Tuhaf çocuklara diğer çocuklardan daha iyi olduklarını söylemek, akademik veya profesyonel statü kazanmanın daha iyi bir insan olmakla eşdeğer olduğunu ima eder. Tuhaf çocukların anlamlı ve mutlu bir hayata sahip olmak için en iyi fırsatları, profesyonel alanda yaşıtlarından daha başarılı olmalarından kaynaklanmaz. En sonunda mutluluğu bulabilme şansları, başkaları onlara aynı şekilde davranmasa da kucaklayıcı ve adil bir insan olmaya sabırla odaklanmalarında yatar.

Üniversitede denk gelen bazı olaylar, Carson’ın talihini tersine çevirmişti. Carson şans eseri onun düşüncesinden ve keskin zekâsından oldukça hoşlanan nazik bir oda arkadaşıyla eşleştirildi. Carson’ın çalıştığı laboratuvardaki daha büyük öğrenciler, onu kanatlarının altına aldılar. Carson da böylece sıkılmayarak onu ilgiyle dinleyen arkadaşlarıyla fizik hakkında istediği kadar konuşabileceği bir yer bulmuş oldu. Carson üniversitede kendini daha az tehdit altında hissediyordu ve bu sayede daha fazla kendisi olunca çok daha hoşlanılan biri hâline geldi.

Fakat Carson, seçkin bir programda bir lisans öğrencisi olmanın ne kadar rekabetçi bir ortam yaratabileceğini çabuk anladı. Burası tabiri caizse kurtlar sofrasından farksızdı ve yaşça daha bü-

yük öğrenciler, Carson'ın potansiyelini fark ettiklerinde ona karşı komplolar düzenlemeye başladılar. Onun başarısının akademik hiyerarşideki konumlarını tehdit edebileceğini düşündüler ve bu güvensizlik de Carson'ın çocuk parklarında yaşadığı dalga geçilme ve aşağılanma kâbuslarını yeniden yaşatan davranışlarda bulunmasına neden oldu. Carson, eski psikolojik koruma duvarlarını hızlıca ördü. Bu korunmacı konumda, bütün dikkatini rekabetçi olmaya adadı, ne var ki böyle yaparak etrafındaki insanlarla temasını da kaybetmiş oldu. Carson'ın çalışmalarının önemli olduğu ve başarılı olmak için çok çalışması gerektiği doğrudu ama uzağı görmeyen odağı ve aşırı hırsı zamanla o kadar yoğunlaşmıştı ki tamamen hoşlanılmayan birine dönüşmüştü.

Carson'ın hocası, Carson'ın uygulamalı matematik sempozyumunda onu utandırmak gibi bir niyeti olmadığını biliyordu ama yanlış atılan bu adımın Carson'ın itibarı açısından önemli sonuçlar doğuracağını da farkındaydı. Departmandaki birçok insanın hesabındaki bakiyesi ekside olduğundan, bu, Carson'ın karşılayamadığı bir darbe oldu. Carson, akranlarının sosyal saygısını kazanabilmiş nazik biri olsaydı açılır pencere fiyaskosuna tanık olanlar bu tuhaf ânı bir anormallik olarak görerek suçu hatalı antivirüs yazılımına atarlardı. Ancak Carson'ın sosyal yastığı yoktu. Hocası da Carson'ın hoşlanılan biri olmak için çaba göstermezse profesyonel potansiyelinin tamamına erişmesi için gerekli olan sosyal bağları asla kuramayacağını biliyordu.

Açılır pencere faciasını fark ettiğinde Carson neyi “anlamadığına” zar zor bakabildi. Sonunda, fiziği anlayabildiği ama insanları anlayamadığı sonucuna vardı. Uzun süredir ilk kez dünyayı diğer insanların gözünden görmeye çalıştı ve neyi anlamadıkları sorulduğunda sınıf arkadaşlarının neler diyebileceğini düşündü. Tamamıyla iyi niyetle, departmanı genelinde bir sosyal bilim araştırması baş-

lattı ve bir avuç insana lisansüstü dönemde neleri “anlamadıklarını” sordu. Sınıf arkadaşlarının bazıları, ileri seviye istatistikten anlamazken yabancı uyruklu bazı öğrenciler de İngilizcedeki bazı ince noktaları anlayamıyorlardı. Muhtemelen onlar için can sıkıcı olsa da ileri seviye istatistikten anlamayan öğrenciler ek ders alırken, yabancı dili İngilizce olan öğrenciler de makale yazma konusunda ek yardım almak için düzenli olarak yazı yazma laboratuvarına gidiyordu. Carson, yurt odasında oturmuş araştırma sonuçlarını incelerken sınıf arkadaşlarının anlamadıkları konularda kendilerini geliştirmek için bir şeyler yaptığını ama kendisinin insanlarla anlaşmak için hiçbir şey yapmadığını fark etti.

Carson davranışlarını içten bir çabayla inceledi. İşe hocasının ofisine gidip bir kez daha özür dilemekle başladı ve ondan neyi tam olarak anlamadığı ile alakalı “samimi ve sansürlü” bir eleştiri yapmasını istedi. Hocası, bilimin ortak çalışmaya dayalı bir disiplin olması nedeniyle Carson’ın dünyaya at gözlüğü ile bakması hâlinde çalışmalarında ve profesyonel kariyerinde ilerleyemeyeceğini detaylı bir şekilde anlatırken, Carson da özenli bir şekilde not aldı. Hocası, işbirliğinden ve bazen de biliminsanlarının oldukça farklı bakış açılarına açık olması sebebiyle ortaya çıkan en büyük bilimsel keşiflerle alakalı vakalardan bahsetti. Ayrıntılı geribildirim ve somut örnekler Carson’a çok mantıklı geldi ve bu görüşmeden hocasıyla arasını düzelterek ve lisansüstü çalışmalarda başarılı olmanın ne demek olduğuna dair bakış açısını değiştirmeye karar vererek ayrıldı.

Carson, akademik statüsünün sosyal ilişkilerini de düzeltereğini umuyordu ama insanların %99,99’unun ondan hoşlanıp hoşlanmadığına karar verirken profesyonel alandaki prestijine ya da yayımlanan makalelerine bakmayacağını fark etti. Fizik ona çok kolay geldiği için bu fantezisi anlaşılabilirdi ama Carson, zama-

nını ayırıp bir meslektaşına deneyinde yardım etmek ya da bir meslektaşını alkışlamak için maraton koşusunu izlemeye gitmek gibi küçük davranışların insanların zihninde profesyonel statü veya güçten çok daha ağır bastığını anladı. Carson'ın insan etkileşimlerine önce kendi çıkarlarını değil de diğer insanlara nasıl katkı sağlayabileceğini düşünerek yaklaşmaya başlaması zaten sağduyunun gereği gibi görünebilir fakat bu bakış açısını bazı insanlar hiçbir zaman öğrenemez ve en iyimiz bile bazen insan etkileşimlerinde hâkimiyetini kaybedebilir.

Carson'ın doktora programının son yılında kampüsünde onunla konuşabilme fırsatı yakaladım. Üniversiteden mezun olduğumuzdan beri onu görmemiştım ve her zaman olduğu gibi tuhaftı ama bana bölümünü gezdirirken oldukça sevilen biri olduğunu ve net bir şekilde onu çekici bulan insanlar olduğunu fark ettim. Carson, bir arkadaşlıkta iki insan arasındaki çekimin diğerinden daha yukarıya çıkmakla değil, uzun vadede gerçekten önemli olan sosyal değerleri benimsemekle arttığını anlamıştı. Carson adil, nazik ve sadık olmaya karar verdiğinde daha fazla değer gören biri hâline geldi ki bu da kıymetli başka insanları yörüngesine çekmesini sağladı.

KISIM II

İŞLER TUHAFLAŞIYOR

MODERN TOPLUMSAL GEÇİŞLER
HERKESİN KENDİSİNİ DAHA TUHAF
HİSSETMESİNE NASIL SEBEP OLUYOR?

BÖLÜM 6

TUHAF BİR ÇOCUĞU BÜYÜTMEK

Ortaokulun son yılına kadar, akademik alanda çok da başarılı sayılmayan bir öğrenci ve atletizm takımının ortalamanın altındaki iki millik koşucusuydum ve sosyal konularda kesinlikle geriye gitmiştim. Okulun son dönemi biterken ebeveynlerim bir aile yemeğinde “beraber aldıkları” bir kararı bana açıkladı. Kararı “beraber aldıklarını” söylemeleri bu kararın tartışmaya kapalı bir kararname olduğunu gösterme şekilleriydi. Beni ortaokul arkadaşlarımdan gideceklerinden farklı bir liseye göndermeye karar vermişlerdi. Karara zorunlu ergen protestomla karşı çıktım ama ortamımı değiştirmemin kabuğumdan daha kolay çıkmama yardımcı olacağını içten içe biliyordum.

Profesyonelliğin ve olgunluğun ortaokulda sosyal başarıyı yakalamamanın anahtarı olmadığını öğrendikten sonra, lisenin sosyal hayatı için daha kararlı adımlar atmak konusunda istekliydim. Liseye birçok tuhaf çocuğun sahip olduğu büyük sosyal amaçlarla başladım: zorbaların tacizine uğramama sebep olacak her şeyden kaçınmak ve birkaç güvenilir arkadaş edinmek. Başlangıçta birkaç fırsat yakaladığımdan işler umduğumdan daha iyi gitti. Çocukluk arkadaşlarımdan biri 15 yaşımıza geldiğimizde 2 metrelik bir adamın boyutlarına ulaşmış ve futbol takımının yıldız “running back” oyuncusu olmuştu. Dolaplarımız ortaktı ve iyi bir arkadaşım. Beni kanatlarının altına aldı ve hücum oyuncusu birkaç arkada-

şı da onun izinden gitti. Şansım bir anda döndü ve hiçbir sosyal sermayesi olmayan ve her an bir dolabın içine fırlatılma tehlikesi altındaki zayıf bir çocuktan ödünç alınmış bir miktar sosyal sermayeye sahip ve iyi korunan zayıf bir çocuğa geçiş yapmıştım. Lise standartlarında bu muazzam bir gelişmeydi.

Lisenin sosyal kısmı oldukça iyi giderken derslerimin birçoğunda beklenenden az başarı göstermeye devam ediyordum. Bu durum, nispeten iyi huylu C'lik bir öğrenciden daha büyük sorunları olan birçok öğretmenimin dikkatinden kaçsa da düşük akademik beklentilerim, kimya öğretmenim Bay Z'nin keskin gözünden kaçmadı. Okulun ilk gününde, öğrencilerin Doğu Avrupalı soyadını yanlış telaffuz etmesine katlanamadığı için adını Bay Z olarak değiştirdiğini söyledi. Efsaneye göre Bay Z, bu lisede kimya öğretmenliği yaptığı 25 yıldır aynı kıyafetleri giyiyordu: kolsuz yelek, kolalı gömlek, bej pantolon ve cilalı kahverengi klasik ayakkabılar. Her zaman çok dakikti, asla derste video izletip çalışma sayfası doldurtan öğretmenlerden olmamıştı ve kendi yaş grubu içerisinde Colorado'daki en iyi triatlonculardan biriydi. Kişisel tanımlamada aşağılayıcı bir terim olarak kullanılması yaygınlaşmadan önce kendi kendini inek olarak ilan etmiş biriydi. Tuhaf bir adamdı ama tuhaflığı, kendinden ve öğrencilerinden beklediği katı mükemmeliyetçi beklentiler ile gölgeleniyordu. Bu felsefesi, lise öğrencilerinin çoğunun onu aşırı ciddi bulmasına sebep olmuştu.

Bir gün Bay Z, dersinden sürekli olarak C+ alan bir öğrenci olmama rağmen "kimya dersinde çok başarısız olma tehlikesi taşıdığımı" söylemek için anne ve babamı aradı. Beklenenden daha az başarı gösterdiğim açıktı ama dersten kalmam da pek mümkün değildi. Bay Z bana potansiyelime ulaşana kadar dersler bittikten sonra ek derslere gelip ödevimde atladığım problemleri yapmam gerektiğini söylediğinde sinirlendim. Okul sonrasındaki sosyal-

leşme fırsatlarını kaçırmak düşünülemezdi bile. Sosyal alanda momentum kazanıyordum ve Bay Z'nin cezaları, okul sonrasında sosyalleşebileceğim kritik bir pencereyi hiç şüphesiz kapatacaktı.

Ödevimdeki problemleri çözmek üzere Bay Z'nin okul sonrası dersine ilk katıldığımda başka hiçbir öğrencinin bu cezayı almadığını fark ettim. Tahtanın önünde problemi çözmeye çalışırken sinirden titreyen elimde tebeşiri sabit tutmakta zorlandım. Ben değerleri ve dengeli eşitlikleri yerine koydukça tebeşir tozları tahtada uçuşuyordu. Bir hata yaptığımda ise Bay Z beni hep “dikkatsiz bir hata” diyerek durduruyordu. Başımı yana eğdiğimde gözlerim ve ağzım kocaman açılıyor ve yüzümü ateş bastığını hissediyordum.

Bir cuma öğleden sonra kimya cezam yüzünden birinin dağ evinde hafta sonunu arkadaşlarımla birlikte geçirme fırsatını kaçırdım. Bu tür sosyal fırsatların kaçırılması, bir lise öğrencisine dünyanın sonu gibi gelebilir. Babam beni okuldan aldığımda kızgın suratımı gördü. Aklımdan tam olarak ne geçtiğini biliyordu: “Bay Z olmasaydı bu fırsatı asla kaçırmayacaktım.” Babam okulumuzun müdür yardımcısıydı ve Bay Z'yi yıllardır tanıyordu. Babam, Bay Z'nin niyetini anlayabilmem için bir bağlama ihtiyacım olduğuna karar verdi ve “Bay Z'nin ergenliğine kadar anne babasız büyüdüğünü biliyor muydun?” diye sordu.

Bilmiyordum. Bay Z'nin öğrencilerinden hiçbiri, bir kimya tutkunu ve kendini inek olarak ilan eden biri olması dışında onunla ilgili bir şey bilmiyordu. Babam, Bay Z'nin Doğu Avrupa'daki bir yetimhanede büyüdüğünü ve üç yaşında Amerikalı bir aile tarafından evlat edinildiğini anlattı. Onu evlat edinen aile birkaç yıl sonra ona bakamayacaklarına karar vermiş ve bu durum da onun tüm çocukluğu boyunca bir koruyucu aileden diğerine gezmesine neden olmuş. On üç yaşına geldiğinde yaşlı bir çift onu kalıcı olarak evlat edinmiş. Eşlerin her biri başarılı birer bilim profesö-

rüymüş ve Bay Z'yi uyumsuz olarak değil, ödevlerinden sıkılan, erken gelişmiş bilimsel bir yeteneğe sahip ve yüksek enerjisini olumlu şeylere yönltebilmesi için büyük bir yapıya ihtiyaç duyan bir çocuk olarak görmüş.

Bay Z'yi evlat edinen aile, ona umutsuzca ihtiyaç duyduğu sistematik hayat yaklaşımını sunmuş. Anne ve babasının bilimsel buluşlara veya efsanevi biliminsanlarına dair anlattığı günlük akşam yemeği hikâyelerini dinlemeye bayılıyormuş. Bay Z liseden mezun olduğunda sınıfının en iyisiymiş, eyalet şampiyonu bir uzun mesafe koşucusuymuş ve üniversite için Deniz Harp Akademisi'nden kabul almış. Bilim alanında mezun olduktan sonra en öncelikli askerî projelerde mühendis olarak çalışırken hızlıca subay rütbesine yükselmiş. Görevinin sonunda Bay Z hızlı yükselişine donanmada devam edebilir veya savunma projelerinde çalışan özel şirketlerin kazançlı iş tekliflerini değerlendirebilirdi. Onun yerine okulu bitirmek için benim gibi minimum çaba gösteren öğrencileri motive etmek amacıyla kariyerini öğretim alanında ilerletmeyi tercih etmiş.

Babam Bay Z'nin hikâyesini anlattıktan sonra, onun beni neden cezaya bıraktığı ile ilgili bir hipotez sundu: "Bay Z, geleceğini düşündüğü için sana bu kadar yükleniyor. Kimyayı sevmediğini biliyorum. Bilimsel yöntemlerle veya istatistiklerle ilgilenmediğini de biliyorum. Ancak bilimin Bay Z için daha iyi bir hayata giden yol olduğunu anlaman gerek. Bu onun kendince sana yardım etme yöntemi." Bay Z ile alakalı bu konuşmayı haftalarca düşündüm. Cezaların daha az canımı sıkmasını ve aynı zamanda Bay Z gibi birinin bu kadar çok şeyi bu kadar başarılı şekilde nasıl gerçekleştirdiğini merak etmemi sağladı. İnsan doğası ile yetiştirilme tarzı arasındaki klasik sorunun cevabını ve Bay Z'nin şu anki hâline gelmesinde yaradılışına karşılık onu evlat edinen ailenin etkisinin

ne kadar olduğunu merak ettim. Yıllar sonra, psikoloji bölümünde öğrenciyken, bu soruların cevaplarının ikiye bölünmüş olmayıp, daha ziyade genetik etkiler ile yol üzerinde psikolojik gidişatımıza etki eden insanlar arasındaki karşılıklı dinamik etkileşime dayandığını öğrenecektim.

Tuhaf Ailelerin Doğası

Bana psikoterapi için ergenlik dönemindeki danışanlarım sıklıkla “Annem ve babam bunu tam anlamıyla tuhaf yaptı,” derler. “Bunu” kelimesiyle kastettiği, babasının beyzbol maçındaki giyim tarzı, annesinin çocuğun okulundaki öğretmenlere müdahale etmesi veya eve arkadaş çağırdıklarında ebeveyninin havalı görünmeye çalışması olabiliyordu. Bu hikâyeleri ilk duyduğumda babasının şortun altına siyah çorap giymesini veya çocuğunun arkadaşlarına “kanka” demesini gerçekten de tuhaf bulurdum fakat daha sonra ona şu soruyu sordum: “Sence anne ve baban senin yaptığın şeyin tuhaf olduğunu hiç düşünmüş müdür?”

Bu tür yansıtıcı bir soruyu ergenlik çağındaki birine sormak risklidir ama bu oyunu takdir ettiklerini fark ettim. Çocuğun ailece izlemek üzere çok uzun ve zengin görselliğe sahip seks sahneleri içeren bir film seçtiğinde anne ve babasının kendisini tuhaf hissetmiş olabileceği zamanları hatırlarlar. Bu terapi seanslarının sonunda genellikle tuhaflığın, bir aileye mensup olmanın doğasında var olduğu sonucuna varırız.

Aile hayatı doğal olarak tuhaf anlara neden olurken, her bir aile üyesi için beklentileri tanımlamak söz konusu olduğunda, modern aile benzersiz zorluklarla karşılaşır. Berkeley’deki California Üniversitesi’nde ileri gelen bir çocuk gelişimi araştırmacısı olan Alison Gopnik, Association for Psychological Science için ver-

diğı bir sunumda ailesel beklentilerdeki bazı geçişlerle ilgili oldukça yararlı bir genel bakış sundu. İnsanlık tarihinin büyük bir kısmında aileler birbirine yakın ve hatta aynı evin içinde kalabalık şekilde yaşıyorlardı. Bu da çocukların yalnızca anne babalarından değil aynı zamanda halalarından, amcalarından, büyükanne ve büyükbabalarından ve kendilerinden büyük kardeşlerinden veya kuzenlerinden de rehberlik aldıkları anlamına geliyordu. Bu düzen aynı zamanda çocukların büyürken diğer çocuklara da göz kulak olmayı öğrendikleri anlamına geliyordu çünkü genellikle kendilerinden küçük kardeşlerine veya akrabalarına bakmak zorunda kalıyorlardı. Fakat bu düzen, çocukların artık kalabalık ailelerden ayrı yaşama olasılığının daha yüksek olduğu, diğer çocuklara aktif bir şekilde bakıcılık yapma ihtimallerinin daha düşük olduğu ve “yetişkin olmayı” okul ya da işyerindeki deneyimlerinden öğrenmesinin daha olası olduğu 1900’lerin sonlarında değışti.

Sayırsız fikir adamı, modern aile beklentilerindeki ilginç bir geçişe dikkat çeker. Eskiden ebeveynlerden çocuklarına güvenli ve destekleyici bir ortam yaratmaları beklenirken artık çocuklarının sınıfta ya da oyun alanında fark edilebilir başarılar elde edecek şekilde ilerleme kaydetmelerini sıkı bir şekilde yönetmeleri bekleniyor. Ortalama bir çocuk artık sürekli olarak gözetim altında ve boş zamanı çok daha planlı. Bu da ebeveynlerin yakın tarihte benzeri görülmemiş ölçüde çocuklarının hayatlarına dahil olduğu ve başarılarında kişisel hisseye sahip olduğu anlamına gelir.

Bu yoğun ebeveynlik stili bir şekilde, çocukların güvenliğı ve duygusal olarak iyi olmaları açısından korumaya yönelik bazı avantajlar sağlamaktadır ancak koruyuculuk sarkacı son zamanlarda o kadar uzağı sallandı ki modern aile, çocuğun özgürce deney yapma ve doğal sonuçların düzeltici hareketleriyle gerçekleşen keşif

ve öğrenme süreçlerini ortadan kaldırdı. Çocuk olmanın iş tanımında, sosyal açıdan uygun olmayan veya aptalca şeyler yapmak, bunların sonuçlarını öğrenmek ve düzeltici eylemlerde bulunmanın sorumluluğunu üstlenmek de vardır. Çocuk olmanın bir parçası da yaramazlık yapmak, sonuçlarını öğrenmek, davranışlarını gözden geçirmek ve bunları tekrarlamaktır.

Bu doğal ilerleme ebeveynlerin müdahalesi veya duruma fazla dahil olmaları yüzünden aksadığında, aile bireyleri arasındaki etkileşim tuhaflaşabilir. Ebeveynler havalı olmaya, çocuklar yetişkin olmaya çalışır ve herkes ebeveyn ile çocuk için beklentilerin bulanıklaştığı hissine kapılır.

Nasıl sosyal olunacağına dair ilk derslerimizi ailemizden alırız. İnsan bebekleri korunma, beslenme ve hareket için, diğer her tür canlının bebeğinden çok daha uzun süre bakıcılarına bağımlıdır. İnsan bebekleri fiziksel ihtiyaçlarını karşılamak, korunmak ve toplumsal hayatın karmaşıklığında yolunu bulmayı öğrenmek için tamamıyla onlara bakan kişilere muhtaçlardır. Çocukları yetiştirenler onlara nasıl arkadaş edineceklerini, başkalarıyla nasıl işbirliği içerisinde çalışacaklarını ve anlaşmazlıkları nasıl yöneteceklerini öğretirler. Sosyal durumlarda nasıl davranmaları gerektiğine dair doğrudan talimatlar verirler fakat çocuklar bu tür davranışları bakıcılarının sosyal etkileşimlerde yönlerini nasıl bulduklarını gözlemleyerek de öğrenirler. Çocukları yetiştirenler onların sosyal akıcı mı yoksa tuhaf mı olduğu üzerinde doğrudan ve dolaylı etkiye sahip olsalar da biyolojik ebeveynlerin çocuklarının sosyal akıcılığı üzerindeki en büyük etkisi genetikdir.

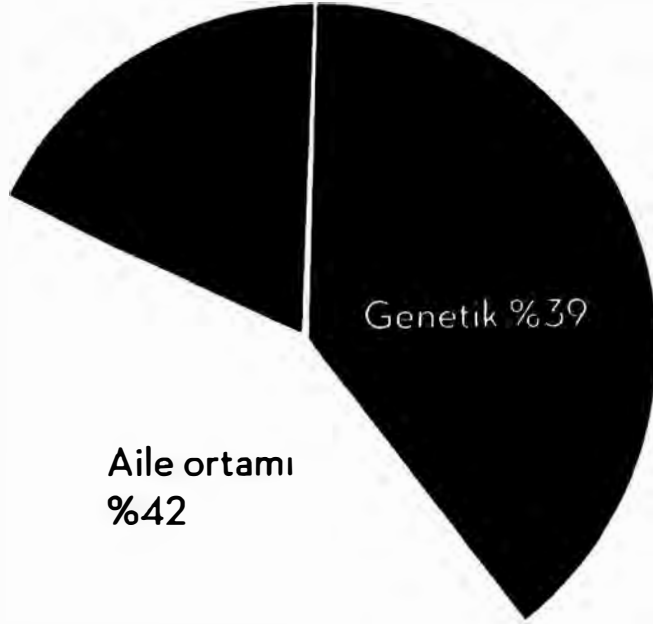
Washington Üniversitesi Tıp Fakültesi'nden John Constantino ve Richard Todd, 7 ila 15 yaşlarındaki 788 ikiz ile yaptıkları araştırmalarında, genel popülasyonda tuhaf özelliklerin kalıtsallığını incelediler. Tek yumurta ikizleri, çift yumurta ikizlerine kıyasla

genetik olarak birbirlerine daha çok benzerler. Bu unsur da araştırmacıların belirli özelliklerin ölçüldüğü testlerde tek yumurta ikizlerinin puanlarının çift yumurta ikizlerinin puanlarına kıyasla birbirine daha benzer çıkması hâlinde tuhaf özellikler üzerinde genetik etmenlerin etkili olduğu sonucuna varmalarını sağlar. Constantino ve Todd, Sosyal Tepkisellik Ölçeği adı verilen sosyal beceri eksikliklerinin ölçümünde tek yumurta ikizlerinin çift yumurta ikizlerinden daha fazla benzerlik gösterip göstermeyeceğini incelemek istediler. Bu incelemede genetik etmenlerin yanı sıra sosyal beceri eksikliklerinin ne kadarının öğretmenler ve arkadaşlar gibi aile dışı sosyal etmenlerden etkilendiğiyle de ilgileniyorlardı.

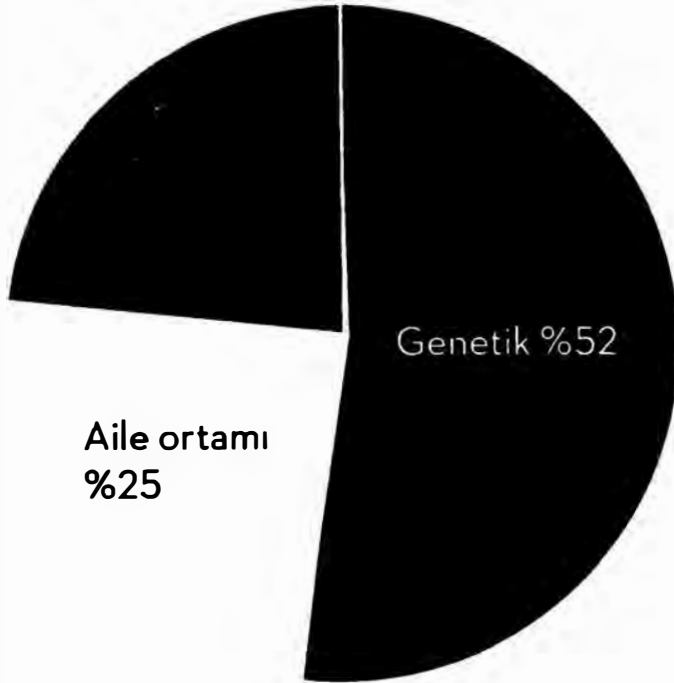
Constantino ve Todd, sosyal beceri eksiklikleri ölçümünde tek yumurta ikizlerinin çift yumurta ikizlerine kıyasla birbirlerine çok daha fazla benzediklerini gördüler. Analizlerine göre erkek çocuklarının tuhaf özellikleri %52 oranında kalıtsalken, kız çocuklarının tuhaf özellikleri %39 oranında kalıtsaldı. Kız ve erkek çocukları arasında çevresel faktörler konusunda da farklar olduğunu buldular. Kız çocukları (%43) tuhafılık konusunda aile çevrelerinden erkek çocuklara (%25) kıyasla daha fazla etkileniyordu.

Bu ve başka çalışmalar tuhaf özelliklerin kalıtsal olduğunu öne sürüyor ancak tuhaflığın %100 kalıtsal ya da %100 çevresel etmenlere bağlı olmadığını da unutmamak gerekir. Bu, birçok davranışsal genetik araştırmacısının aklını karıştıran türden bir sonuç. Davranışsal genetik araştırmacılarının hedefi, psikolojik kaderimizle ilgili yapabileceğimiz hiçbir şey olmadığını bize kanıtlamak değil, gelecekte ne tür çevrelerin bireylerin genetik risklerini düşürüp genetik açıdan güçlü yanlarını maksimum düzeye çıkarabileceğini öğrenmek umuduyla nelerin genetik ve çevresel etmenlere dayandırılabilceğini keşfetmektir.

Kızlar



Erkekler



Şekil 6.1 Kızların ve erkeklerin sosyal becerileri açısından genetik, ailesel ve aile dışı etmenler

Tuhaf çocukları yetiştirenler, öğretmenleri veya başka akıl hocaları için bu tür davranışsal genetik bulgular, bazı çocukların tuhaf olmaya biyolojik olarak diğerlerinden daha yatkın olacaklarını göstermekle birlikte ailesel veya ailesel olmayan çevrelerin de çocuğun tuhaf özelliklerini nasıl dışa vuracağı üzerinde önemli bir etkisi olduğunu da ortaya koyar.

Asıl soru, çocuğu yetiştiren kişilerin çocuğun tuhaf huylarının olası negatif sonuçlarını en alt seviyeye indiren ve bu huylarının güçlü yanlarını en üst seviyeye çıkaran bir ortamı nasıl sağlayabilecekleridir. Daha sonraki kısımlarda tuhaf çocukların sosyal konular üzerinde enine boyuna düşünmek için yönlendirilebileceklerini ve eşsiz bakış açılarından en iyi şekilde faydalanmaya teşvik edilebileceklerini göreceğiz. Fakat bu yaklaşım, tuhaf çocukların dünyayı alışılmadık görme yöntemlerine göre şekillendirilmelidir. Bu durum, tuhaf çocuğun dürtüleri ile onu yetiştirenlerin bu dürtüleri kanalizasyon eden sosyal kuralları dayatma çabası arasında yıpratıcı savaş yaşanacağı anlamına gelebilir. Bu muharebenin nasıl sonuçlanacağı üzerine düşünmeye başlamak için yirminci yüzyılın en etkili teorilerinden birinin güncellenmiş versiyonuna göz atalım.

Tuhaf Dürtülere Karşı Sosyal Beklentiler

1905 yılında Sigmund Freud, *Cinsellik Üzerine* adlı kitabında psikolojik gelişime dair devrim niteliğinden bir teori öne sürdü. 1900'lerin başlarındaki genel kanı, bebeklerin bir amaca yönelik düşünemedikleri yönündeydi. Genel fikir, ebeveynlerin bebeklerinin temel fiziksel ihtiyaçlarını karşılamalarının yeterli olduğu ve bebeklik sonrasına kadar psikolojik ihtiyaçları için endişelenmelerine pek de gerek olmadığı şeklindeydi. Freud bu inanca kafa tuttu ve ebeveyn-

lerin bebekleriyle etkileşime girme biçimlerinin onların psikolojik sağlıkları üzerinde uzun ömürlü psikolojik etkilerinin olduğunu ileri sürdü. Freud, bebeklik dönemini kişiliğin oluştuğu ve bebeğin doğal dürtüleri ile ona bakan kişilerin sosyal beklentileri onlara dayatma çabaları arasındaki mücadele dönemi olarak görüyordu.

Freud, bebeklerin doğal haz dürtülerine *Id* ve ona bakan kişinin baskısının yön verdiği, sosyal beklentileri benimsetme mekanizmasına da Üstbenlik (süperego) adını verdi. Bunların ortasında ise *Ego* vardı: “İstiyorum” diyen arzulu *Id* ile “Yapmalıyım” diyen kontrollü üstbenlik arasındaki arabulucu. Freud, çocuklar ile onları yetiştirenlerin geçirdiği evrelere dair ayrıntılı örneklerle bu temel çatışmaları dikkatle inceledi ve işler de işte tam bu noktada garipleşmeye başladı.

Freud bir bebeğin doğduğu andan yaklaşık 18 aylık olana kadar ki ana motivasyonunun beslenmek olduğunu söyler. Bebek açken annesi tarafından beslendiğinde bu onun için tatmin edici ya da Freud’un deyiimiyle zevk verici bir deneyimdir. Annelerin, çocuklarının zevk arzularını uygun şekilde düzenlemesi gerektiğini ve bunun emzirmekle başladığını söyler. Çocuklarını fazla ya da az emziren anneler, bebeklerinin oral takıntılara sahip olmasına neden olurlar. Az emzirilen oral takıntılı bebek büyüdüğünde pasif bir kişiliğe sahip olurken çok emzirilen bebek manipülatif bir kişilik geliştirecektir. Freud, altta yatan bu psikolojik nevrozu anlamamanın tek somut işaretinin kalem çiğnemeye, tırnak yemeye veya oral yönlü başka davranışlara eğilim olduğunu öne sürer.

Freud, oral evreden sonra temel ebeveyn çocuk çatışmasının çocuğun az veya çok emzirilmesinden tuvalet eğitimindeki restleşmelere geçtiğini öne sürdü. Altı bezli bebeklerin bir tuvalet bulana kadar kendilerini “tutmasına” gerek yoktur. İstedikleri zaman tuvaletini yapabilme özgürlüğüne sahiptirler ve kendilerini

bırakabilmeleri onlara kendilerini iyi hissettirir, hatta zevk verir. Tuvaletin kısıtlanmadan yapılması, çocuğa bakan kişi üstbenlik fikirleriyle çıkıp gelene kadar eğlencelidir. Çocuklara ne zaman ve nerede (yerdeki devasa bir deliğin üstü) kendilerini rahatlatmaları gerektiğine dair ilgili beklentileri empoze ederler. Bebekler için yerdeki bu koca delik, her türlü şeyi döndürerek bilinmeyen bir çukura atabilecek bir alete benzer. Kendinizi bir çocuğun yerine koyarsanız bu saçma sosyal beklentilerin hiçbirini kabul etmek istemeyeceğinizi hayal edebilirsiniz. Çocuklar bu kısıtlamalara iki stratejiden biriyle savaş açarlar: kendini tutma veya koyverme.

Kendisini anal olarak tutan çocuklar klozete oturup ebeveynlerinin gözlerinin içine bakarlar ve ... hiçbir şey yapmazlar; inatçı bir itaatsizlikle orada saatlerce otururlar. Buna kıyasla anal olarak kendisini tutmayan çocuklar, altlarına yaparken ebeveynlerinin gözlerinin içine bakarlar. İstedikleri şeyi istedikleri zaman yapmalarına engel oldukları için bu şekilde ebeveynlerine meydan okurlar. Her iki taktik de ebeveynlerinin canlarını sıkmada oldukça etkilidir. Freud, kendisini anal olarak tutan çocuğun aşırı kontrollü, bir tür obsesif kompulsif yetişkin olacağını; tutmayan çocuğun da kontrol konusunda zayıf bir kişiliğe sahip, kısıtlama gerektiren kültürel normlar karşısında kötü kararların serbestçe akmasına izin verecek risk alan türde bir yetişkin olacağını düşünüyordu.

Freud'u kolalı gömleği ile Victoria dönemi mütevazılığı içerisinde hayal etmek hoşuma gidiyor. Viyana'nın merkezindeki şık akşam yemeği partilerinde diğer konukların Freud'a ne iş yaptığını sorarak kibar bir şekilde kısa sohbetler açmaya çalıştıklarını gözümde canlandırıyorum. Freud'un onlara sansürsüz bir şekilde psikoseksüel zevkler ile alakalı fikirlerini ve bebeklerin psikoseksüel zevklerinin engellenmesinin oral takıntılara sahip olmalarına ya da altlarına yapmalarına neden olabileceğini anlattığını hayal ediyorum. Üstbenlikle

dolu bu salonlardaki tuhaflığı izlemek paha biçilemez olurdu eminim. Odadaki herkes içinden tabaklarındaki domuz sucuğunu nasıl yiyeceğini veya yemek sonrası sigaralarını ne zaman içeceğini düşünürken, gecenin geri kalanına kolektif bir özbilinç sızmış olmalı.

Freud'un oral ve anal evreler ile ilgili verdiği belirli örneklerin bazıları absürt görünse de temel fikirleri, çocuk gelişiminde devrim yaratan bir düşünüş şekliydi. Araştırmacılar, Freud'un emzirme ile oral takıntılar ya da tuvalet eğitimi ile düzenlilik arasında olduğunu iddia ettiği bağa dair çok az destekleyici unsur bulsa da Freud'un temel fikrini yani erken dönemde çocuk ile ebeveyn arasındaki çatışmaların nasıl ele alındığının uzun vadeli psikolojik etkileri olabileceğini destekleyen sonuçlara ulaşmaktalar.

Örnek olarak oral evreyi ele alalım. Bebekler konuşamaz veya hareket edemezler, bu yüzden de ihtiyaçlarının karşılanması konusunda tamamıyla onlara bakan kişilere muhtaçtırlar. Bir bebek aç olduğu için ağladığında ama kendisine bakan kişinin karşılık vereceğine bel bağlayamayacağını öğrendiğinde neler olabileceğini düşünün. Diğer taraftan, çocuğunu çok fazla sıkın ve ona yeterli özgürlüğü tanımayan bir ebeveyn de çocuğun gelişimini olumsuz yönde etkileyebilir. Çocukların ister bebeklik döneminde beslemek, ister çocuğun yaz kampına gitmesi ya da çocuğun üniversite için evden ayrılması olsun ebeveynlerin ilgili olmak ile çocuklarına özgürlük tanımak arasındaki bu dengeyi hayatları boyunca kurmasına ihtiyacı vardır.

Gelişimin anal evresi şu an kulağa absürt geliyor ama Freud'un burada yatan temel fikri yine oldukça faydalıdır. Çocuğuna tuvalet eğitimi vermeye çalışan veya başkaları bu eğitimi verirken seyreden herkes bu sürecin gerçek bir mücadele olabileceğini bilir. Ebeveynlerin çocuklarına vurmamaları, nazik olmaları, tekmelememeleri, kibar olmaları veya sümüklerini yememelerine dair

uyarıları gibi, çocuk ile ebeveyn arasında tuvalet eğitimi dışında her gün yaşanan çok fazla güç savaşı vardır. Bunlar ebeveynlerin çocuklarına empoze etmeye çalıştığı yüzlerce hatta binlerce beklentiden yalnızca birkaçıdır. Çocukların lütfen demeyi, sıralarını beklemeyi ve sinirlendiklerinde yumruk atmamayı öğrenmeleri gerekir. Birçok ebeveyn bu sosyal beklentileri çocuklarına olabildiğince çabuk vermek ister çünkü çocuklarının bu beklentileri karşılayabilme becerilerinin bir takım oyuncusu ve değerli bir grup üyesi olarak görülüp görülmeyeceğinde kritik rol oynadığının farkındadırlar.

Çocuklarının üstbenliğini oluşturmaya çalışan ebeveynler ile Id'lerini şımartmak isteyen çocuklar arasındaki çatışma her ailede tuhaflıklar yaratabilir ama bazı aileler diğerlerinden biraz daha tuhaflar. Tuhaf çocukların hiperaktif Id'e veya süper şarjlı üstbenliğe ya da her ikisine sahip oldukları için çok yoğun görünen dünyanın egolarını bunaltmasından dolayı ebeveynlere bazı benzersiz zorluklar yarattığını inceleyeceğiz. Bu zorluklara rağmen tuhaf ailelerin yaşadığı zorlukların altında yatan hikâye de aslında diğer herhangi bir aile ile aynıdır: Ebeveynler, çocuklarına diğer çocuklarla iyi anlaşabilmesi için gerekli olan yapıyı öğretirken aynı zamanda doğal ilgi alanlarının peşinden gitmelerine yardımcı olacak bir yol ararlar.

Tuhaf Olmanın Verdiği Haz

Bay Z'nin çocukluk hikâyesini öğrenmeden önce her cezada hıncım artıyordu. Onunla ilgili beni rahatsız eden ve daha da ilerletip can düşmanım olmayı hak ettiğinin kanıtı olarak kabul ettiğim küçük şeyleri fark etmeye başladım. O tahtada kimya problemlerini çözerken sinirden köpürüyordum çünkü yaptığı işten zevk aldığını akla getirecek şekilde sıırtmadan edemiyordu. Gülüyordu! Böyle bir işkenceden kim zevk alırdı ki?

Bay Z inek olduğunu gururla ilan etmeden önce birçoğumuz onun tuhaf biri olduğundan şüpheleniyorduk. Kimya problemlerini çözerken yaşadığı içsel neşeyi gizleme konusundaki beceriksizliği durumu belli belirsiz ifşa ediyordu. Tuhaf insanlar, odaklı dikkatlerini ilgi alanlarına çevirdiklerinde dünyadan tamamıyla koparlar. Tuhaf bir insanı bir başkasının onu izlediğinden haberi yokken, kitap kurdunu sürükleyici bir kitap okurken ya da bir virtüözü keman çalarken yakaladığınızda, sevdiği bir şeyde kendini kaybetmiş insanların çocukça neşesini görürsünüz.

Tuhaf insanların bir şeye kendilerini tamamen kaptırması ve bunun yüksek performansla sonuçlanması durumuna psikolog Mihaly Csikszentmihalyi *akış* adını vermiştir. Akış, “enerjinin zirvesinde” veya “tam havasında” olmak gibidir. Diğer koşucular daha ağır adımlarla ilerlerken akış hâlindeki bir koşucu, 40. kilometreyi çaba sarf etmeden koşabilir ya da akış hâlindeki bir balerin performansının en zorlu kısımlarını inanılmaz bir güç ve zarafetle sergileyebilir. Akış hâline giren atletlere veya performans sanatçılarına daha sonradan akıllarından neyin geçtiği sorulduğunda, “Hiçbir şey,” diye cevap verirler. İnsanlar akış hâline girdiğinde yaptıkları işin mekaniği veya ne yapmaları gerektiği üzerine düşünerek çaba sarf etmelerine gerek kalmaz. İçgüdüleri veya dürtüleri ile hareket ederler.

Çoğu insan, dürtüleri ile hareket eden, hiperaktif Id’e sahip birini düşündüğünde, çok fazla içki içen, korunmasız seks yapan ve tehlikeli uyuşturucular alan prototipik rock yıldızlarını zihninde canlandırır. Bazı tuhaf insanların bu geleneksel kötü alışkanlıklara aşırı düşkünlük gösterme riski olsa da genellikle farklı tipteki sosyal olmayan aşırılıklara meyillidirler. Parmakları su toplayana kadar video oyunu oynayabilir, sabahın ilk ışıklarına kadar efsanevi yaratıklara dair yazılar okuyabilir ya da garajlarında bilgisayar gibi icatlarla saplantılı bir şekilde uğraşabilirler.

Nikotin veya alkol bağımlılığına genetik yatkınlığı olan insanların sigara ya da birkaç içki içtiğinde daha çok keyif alması gibi, tuhaf insanlar da sosyal olmayan ilgi alanlarıyla meşgul olmaktan olağandışı güçlü bir haz duyarlar. Bu takıntının bir de fırsat maliyeti vardır: Önemli sosyal beklentilere dikkat etmeye daha az meyillidirler.

Örneğin, aklımızda çok fazla şey olmasının nasıl bir his olduğunu ve bu durumun etrafımızdaki insanlara hak ettikleri ilgiyi verme konusunda dikkatimizi nasıl dağıtabileceğini hepimiz biliriz. Tuhaf bir çocuk, bir proje üzerinde çalışırken ya da bir fikir üzerinde düşüncelere dalmışken, dikkatini o iş ya da fikirden ayırmamak, ona odaklanmak dürtüsüyle hareket eder. Bu yoğun odaklanma anlarında herhangi biri kendiliğinden bir sohbet başlatırsa tuhaf insanlar kendilerini sosyal moda sokmakta zorlanırlar. Bu zorluk, tuhaf insanların projelerini bitirmek veya fikirlerini hayata geçirmek için dürtülerini izlemeye devam etme olasılıklarının tuhaf olmayan insanlardan daha fazla olduğunu gösterir. Bunu başarmak için, tuhaf insanlar bilinçaltından, başkalarının açık şekilde ilgisizlik veya rahatsızlık olarak algılayabileceği sosyal ipuçları gönderebilirler. Bu durum, kısa bir sohbet etmek isteyen iyi niyetli kişinin gücenmesine veya kalbinin kırılmasına neden olabilir ki bu şekilde hissetmekte de sonuna kadar haklıdır.

Tuhaf çocuklarının insanları bu şekilde etrafından kaçırdığını gören ebeveynler genellikle çocuklarının bu davranışı karşısında korkuya kapılır ve onu düzeltmeye çalışırlar. Oysa bu, dürtülerini kontrol etmekte zorlanan tuhaf çocuklara dair birçok örnekten sadece birisidir. Tuhaf çocukların dürtüleri birçok farklı şekilde ortaya çıkar; insanların dilbilgisi hatalarını düzeltebilir ya da karşısındaki kişiye söylenmemesi gereken başka eksikliklerine işaret edebilirler. Tuhaf çocuklar genellikle laflarını esirgemezler.

Sosyal olayları, bazı şeylerin görmezden gelinmesini ya da hassas konuların hassasiyetle dile getirilmesini gerektiren ilişkisel etkileşimler olarak değil; somut şekillerde görme eğilimindedirler. Bu yüzden de ergenlik dönemindeki bebek bakıcısına yüzünün çok sivilcelendiğini ya da cemaatteki papaza annelerinin şarabı çok daha büyük bardaklarda içtiğini söylemekten çekinmezler. Tuhaf çocuklar gerçeğe dayalı yorumların diğer insanların kalbini kırabileceğini ya da başlarını belaya sokabileceğini anlamada tuhaf olmayanlara kıyasla daha yavaştır; onlar için bu sadece gerçekleri bildirmektir.

Elbette ki tuhaf çocuklar, sosyal incelikler onlara kolay gelmediği için bu davranışlardan muaf tutulmayı bekleyemezler. Ebeveynler için çözüm, tuhaf çocuklarının sosyal hayatta attıkları yanlış adımların sonucunda özel muamele görmesini talep etmemektir. Bir ebeveynin yapabileceği en faydalı şey, çocuğunun davranışının doğal sonuçlarına katlanmasına izin verip ardından bir etkileşimin neden kötü gittiğini somut şekilde ifade etmek ve gelecekte nasıl daha iyi yapabileceği konusunda ona koçluk yapmaktır. Tuhaf bir çocuk, dürtülerini kontrol etmeyi ve önemli sosyal beklentileri karşılamayı öğrenemezse büyüdüğünde yüksek ihtimalle daha ağır sosyal bedeller öder. Tuhaf çocukları yetiştiren kişiler, daha sağlam bir zihinsel filtre geliştirmesine yardımcı olma durumuyla karşı karşıya kaldıklarında, çocuklarına görünüşte önemsiz olan sosyal beklentileri karşılamaları ve diğer insanların fazla açık sözlü veya kaba bulabileceği şeyleri söylemekten ya da yapmaktan kaçınmaları gerektiği fikrini aşılmalıdır.

Tuhaf çocukları yetiştiren sosyal akıcılar hüsrana uğradıkları anlarda, dürtüleri onları çocuklarını “Kendini kontrol et!” diyerek uyarmaya teşvik eder. Fakat ne dilediklerine dikkat etmelidirler.

Süper Şarjlı Üstbenlik

Bay Z'nin katı katıya uyguladığı çok fazla sınıf kuralı vardı. Nizami bir şekilde görünmeleri için kâğıtlarımızı 45 derecelik açı ile zımbalamamız gerekirdi. Ders başlamadan önce kitabın doğru sayfasını açmamız gerekirdi çünkü sayfaların açılırken çıkardığı o “kulak tırmalayıcı sesi” ders sırasında duymak istemiyordu. Kafamızı arkadaki duvara yaslamamız gerekiyordu çünkü 1989 yılındaki gibi bir bit salgınının bir daha yaşanmasını istemiyordu. Daha birçok kuralın yanı sıra bu net kuralları birçoğumuza çok garip gelen bir askerî teyakkuzla uyguluyordu.

Bay Z kendisine de birçok katı kural dayatıyordu. Biri sıcak bir öğleden sonra bir beyzbol maçında, diğeri de bir cumartesi günü markette olmak üzere onu daha az resmî ortamlarda gördüğüm birkaç seferde hep aynı şeyleri giymişti: kolsuz yelek, ütülü gömlek ve parlatılmış kahverengi ayakkabılar. Bay Z her sabah ilk zilden tam olarak 2,5 saat önce okula gelip sıkı bir disiplinle yürüttüğü ve kareli bir defterde titizlikle takip ettiği tiratlon antrenmanına gidiyordu. Tahtada kimya problemlerini çözerken, daha ilk bakışta cevabı bilse bile her adımı titizlikle uygular ve her işlemi ayrı satırlarda göstermeye dikkat ederdi.

Bay Z'nin sınıfında sürekli olarak bozduğum kural, çalışmalarında tüm işlem adımlarını göstermeyi inatla reddetmemdi ve bu kurala uyulmaması Bay Z'yi kâğıtların çıkardığı sestten veya 45 derece açıyla zımbalanmamış kâğıtlardan daha çok rahatsız ederdi. Önemli olanın sonucu bulmak olduğunu düşündüğümünden her bir adımı göstermenin amacını anlayamıyordum. İtiraf etmeliyim ki daha az inatçı olup ödevimdeki problemleri çözerken her bir adımı yazmaya birkaç dakikamı daha harcamış olsaydım okul sonrasında “anlaşılmayan işlem” olarak işaretlediği problemleri çözmeye daha az zaman harcardım. Birkaç yıl sonra öğretmen olduğumda

öğrencilerin kâğıtlarını değerlendirirken, Bay Z'nin sınıftaki her öğrencinin her ödevinin her adımını değerlendirmesi gerektiğini fark ettim. Çok sıkıcı bir iş olmalıydı ve kendimi “Ne tür bir insan kendine böyle bir görevi dayatabilir ki?” diye düşünmekten alamadım.

Tuhaf insanlar kuralları ve sistemleri severler. Rutinleri genellikle belirli zamanlar, yerler ve titizlikle tanımlanmış yöntemler üzerine kuruludur. Çoğu insanın günlük rutinleri için bir tercihi olsa da tuhaf insanlar kendi rutinleri konusunda olağandışı bir şekilde net ve katıdırlar. Tuhaf bir insanın rutini ile alakalı birkaç detayı sekteye uğratmaya veya değiştirmeye çalışırsanız karşınızda çok sinirli ve rahatsız bir kişi bulursunuz. Tuhaf insanlar rutinlerine güvenemediklerine, sigarası bitmiş tiryakilere benzerler.

Freud, tuhaf insanların rutinleri konusunda esnek olmayışlarını “kendisini anal olarak tutan” kişiliklerine bağlamış olabilir ama bana kalırsa bu oldukça kötümser bir bakış açısı. Tuhaf insanların rutinleri ve kuralları, doğru bağlamlarda olumlu bir nitelik olabilir. Örneğin, birçok tuhaf insan çoğunluğu sıkabileceği olan sistematik prosedürler ve aynı işlerin sürekli tekrar edilmesini gerektiren alanlarda başarılı olabilir. Gerekli yeteneğe sahip olması koşuluyla tuhaf insanların sistemli doğası, ustalaşmak ve ağır maliyetli hatalardan kaçınmak için kurallara ve sistemlere sıkı bağlılık gerektiren bilgisayar bilimi, finans ve kimya gibi alanlarda onlara çokça yardımcı olabilir. Bay Z sistematik doğasını anladı ve bu doğası dürtüsel enerjisini iyi düşünülmüş rutinlere ve zihinsel kurallara kanalize etmesine yardımcı oldu. Bu da hayatındaki her şeye uyguladığı ve harika bir öğrenci, subay, mühendis ve kimya öğretmeni olarak başarılı olmasına katkı sağlayan uyarlanabilir bir yetenektir.

Tuhaf bireylerin rutinlere olan takıntısını nevroz olarak düşünmek yerine bu takıntının sistemleri idare eden kuralları aramaya

yönelik güçlü eğilimlerinden kaynaklandığını düşünmek daha faydalı bir bakış açısidir. Doğrusal düzene ve mantıklı kurallara duyulan bu sevgiye Profesör Baron-Cohen *sistematikleştirme* adını vermiştir. Bir durumda neyin tahmin edilebilir olduğunu aramanın ve işleyişle alakalı kurallar oluşturmanın zihinsel sürecidir. En basit hâliyle, bu kurallar bir düzeni izler: “A olayı olursa B olayı gerçekleşir.” Tuhaf bireylerin sistematikleştirme doğalarını anladığınızda, ilgi alanları ve bu alanlardan aldıkları haz daha anlamlı olur. “Bugün 9 km koşarsam yarın 10 km koşacağım”, “Mikrodalga fırında 1-0-0’ı tuşlamak yerine 1-1-1’i tuşlarsam pişirme süresini daha iyi ayarlayabilirim” gibi düşünceler tuhaf olmayan kişilere çok hoş görünmese de tuhaf kişiler için bu tür sistematik bir düzenleme garip bir şekilde tatmin edicidir.

Sistematikleştirme, tuhaf bir kişinin triatlon antrenmanını sürdürmesine veya mikrodalga fırında 1,5 saniye tasarruf etmesine yardımcı olsa da aşırı sistematik düşünme, daha az sistematik ve tahmin edilebilir olan olguları anlamaya pek uymaz. Tuhaf insanların zihinleri aşırı sistematik şekilde çalıştığında (buna hiper sistematizasyon da diyebiliriz) doğrusal kurallarla kolayca kuşatılamayacak olaylarla başa çıkmaları zor olabilir. Hiper sistematizasyon bakış açısına sahip kişiler için diğer insanlardan daha değişken ve sosyal etkileşimlerden daha az sistematik çok az şey vardır. İnsanların diyalogların ağırlıkta olduğu bir filmi izlemeye çalıştığı sinema salonlarında patlamış mısır gibi sesli bir yiyecek neden yenir? İnsanlar kendilerine kötü davranan insanlara neden âşık olurlar? Rüyaları kontrol edemeyeceğimize göre insanlar birbirine neden “tatlı rüyalar” derler? Bunlar, tuhaf insanın sistematik zihnini karıştıran cinsten durumlardır.

Tuhaf insanlar, sosyal bilgilerdeki sistematik düzeni görmekte zorlanırlar. Bu yüzden de sosyal durumlar onlara hararetli, tahmin

edilemez bir karmaşa gibi görünebilir. Fakat gerçekte genel sosyal durumlar nispeten tahmin edilebilir senaryoları izler. McGill Üniversitesi'ndeki Mark Baldwin gibi bilişsel psikologlar ve başkaları, insanların sosyal bilgileri anlamlandırmak için zihinlerinde "eğer şöyleyse o zaman..." senaryoları geliştirdiklerini keşfetmişler. Bu senaryoların bazıları duruma bağlıdır, "Erkeksen bir kadına hayatını nasıl yaşaması gerektiğine dair ders vermemelisin" veya "Erkeksen metroda bacaklarını iki yana yayarak oturma dürtünü engellemelisin" gibi. İnsanların toplumsal olarak kabul edilmiş bu "eğer şöyleyse o zaman..." senaryolarını izlemeleri toplumsal olarak hoş gitmeyen erkekçe patronluk taslamalarını veya bacaklarını yayarak oturmalarını engeller.

Bir web sitesinin arka planında çalışan kod dizileri gibi, bu "eğer şöyleyse o zaman..." senaryoları da bilinçli farkındalığımızın dışında çalışır. Tuhaf insanların bu senaryoları yakalaması da işte bu yüzden zordur. Toplum, sosyal etkileşimlerin arka planında çalışan "eğer şöyleyse o zaman..." senaryolarını herkesin anlayacağını varsayar oysa bu varsayım tuhaf insanlar için geçerli değildir. Tuhaf bir insanın sosyal bir senaryoyu bozduğunda "Ama kimse bunu bana söylememişti!" dediğini duyabilirsiniz. Bu bir bahane değil, kimsenin ona fark etmeyi öğretmediği tüm gizli "eğer şöyleyse o zaman..." senaryolarına samimi bir kızgınlıktır. Sosyal akıcı çocuklar, sosyal gözlemleri sayesinde bu senaryoların binlercesini doğal olarak yakalayabilirken tuhaf çocukların bunu yapmak için genellikle daha doğrudan talimatlara ihtiyacı vardır.

Tuhaf insanlar sosyal senaryoları akıllarında tutmaya istekli ve kendileri ile başkalarının bu senaryoları uygulama biçimleri konusunda esnek olurlarsa birçok rutin sosyal durumda yollarını çok daha kolay bulabilirler. Hem tuhaf hem de sosyal akıcı çocuklar, izleyebilecekleri bir rutinleri varsa ve ebeveynleri bu rutinlerin içine

gömülü kurallarını tutarlı ve adil şekilde uyguluyorsa başarılı olurlar. İyi işleyen aileler, ekibin her bir üyesinin kendi rolünü bildiği, herkesin kendi rolünü yerine getireceğine ve tüm bu davranışların iyi koordine edilen bir çabada birleşeceğine güvendiği sorunsuz işleyen kuruluşlara benzerler. Açık bir şekilde tanımlanmış ve uygulanan rutinlere sahip aileler, okula zamanında gider, yemekten sonra çok az bir çatışma ile masayı toplar veya zor zamanlarda birbirlerini desteklemeye hazır olurlar. Ebeveynlik hakkında yazılan birçok kişisel gelişim kitabı, birbiriyle çatışan çok fazla öneri sunar fakat onlarca yıldır sürdürülen gelişim psikolojisi araştırmalarından elde edilen sağlam bulgulardan birine göre, mantıklı beklentiler sıkı ve tutarlı bir şekilde uygulanarak büyütülen çocukların amaçlı, dengeli ve sağlıklı yetişkinler olma ihtimali daha yüksektir.

Elbette ki ebeveynlerin ailelerinin iyi yağlanmış makineler gibi işlemesini sağlayabilmesi söylendiği kadar kolay değildir. İyi işleyen aileler bile devamlı olarak büyüme sancıları ve çatışmaları yaşarlar. Bu çatışmalar, sabah çocuğunun uyanamamasına söylenen bir aneden veya bulaşıkların yarına kadar bekleyemeyeceğini çocuğuna açıklamaya çalışan bir babadan doğuyor olabilir. Tuhaf çocuk, aynı genetik yatkınlıkların bazılarını taşıyan biyolojik ebeveyni kadar inatçı olduğunda, iradelerin bu çatışması çok daha ağır olabilir.

Tuhaf çocukların ebeveynlerinin, çocuklarını sosyal etkileşim sürecinin önemli olduğuna ve belli belirsiz jestler ile ifadeler sergilemeye ayrılan vaktin sosyal ilişkilere önemli değerler katacağına ikna etmesi gerekir. Ebeveynlerin tuhaf çocuklarının sosyal durumlardan bulanma eğilimlerine sakince empati göstermesi ve isteksiz çocuklarına sosyal durumlara sorunsuz bir şekilde uyum sağlamalarına yardımcı olacak sosyal senaryolar konusunda koçluk yapma yolları bulması gerekir. Hoşlanılan ve saygı duyulan çocuklar yetiştirmeyi uman ebeveynler, çocuklarının her bir sos-

yal durumda çaba sarf etmesini sağladıkları zahmetli bir süreç ile karşı karşıyadır.

Tuhaf Çocuklara Sosyal Temeller İnşa Etmeleri için Yardımcı Olmak

Çocukluğuma dair aklımda kalan canlı anılarımdan biri de Wendy's restoranının park alanında başlayan ve sürekli tekrarlanan bir olaydır. Anne ve babam arabayı park eder, içlerinden biri benim oturduğum arka koltuğa dönerek "Hadi kendimizi zihinsel olarak hazırlayalım," derdi. Belki bu babamın askerlik geçmişine dayanıyordu ama çocukluğumun bu zihinsel hazırlık tatbikatları, bir çavuşun düzgün adım yürümeyi beceremeyen bir askeri düzeltmeye çalışması gibi hissettiriyordu. Anne ve babamın gayet dikkatlice düzenlenmiş soru dizileri, başkalarıyla nasıl yakın ilişki kuracağım üzerine Sokratik diyaloglara yol açardı.

Bu zihinsel hazırlık tatbikatları bir restorana, markete, doğum günü partisine ya da kilise etkinliğine gitmeden önce şehrin dört bir yanındaki otoparklarda ve evimizin mahremiyetinde gerçekleşirdi. Bu tatbikatlar ne kadar gerekirse o kadar sürerdi ki bu da kötü günlerimden birinde bir kasiyerle iki dakikalık etkileşime hazırlanmak için arabada on dakika geçirebileceğimiz anlamına geliyordu. Restoranda sipariş vermek veya toplu taşıma kullanmak gibi sıradan toplumsal durumları, bilinçli bir alıştırma ile benim için birer alışkanlığa dönüşmek istiyorlardı. Bu tatbikatlar size aşırı detaycı gelebilir ki ben de o zamanlar bu Sokratik diyaloglara kesinlikle bayılmıyordum ama sosyal açıdan tuhaf bir çocuk olarak bu denli detaylı yönlendirmelere ihtiyacım vardı. Eminim ki bu zihinsel hazırlık tatbikatlarından onlar da benim kadar hoşlanmıyordu ama bağlantı kurmanın dile getirilmeyen kurallarını

öğrenmeme yardımcı olacak gerekli alıştırmalar olduklarına düşünüyorlardı ve sonunda haklı da çıktılar.

EBEVEYNLERİMİN SORULARI	YANITLARIM
Neden Wendy's restoranındayız?	Yemek yemek için.
İçeri girdiğimizde nereye gitmemiz gerek?	Kuyruğun sonunu bulmam gerek.
Kuyruğun başına geldiğinde ne yapacaksın?	Bir şeyler sipariş edeceğim.
Sipariş vermeye nasıl hazırlanmalısın?	Ne sipariş edeceğime karar verip paramı hazırlamalıyım.
Kasiyer ile nasıl konuşacaksın?	Göz teması kuracağım, sesimi ayarlayacağım ve lütfen diyeceğim.
Sipariş vermeyi bitirdiğinde ne yapacaksın?	Ücreti ödeyeceğim. Para üstü için elimi uzatmayı bekleyeceğim. Teşekkürler diyeceğim.
Sipariş verdikten sonra nerede duracaksın?	Diğerlerinin de sipariş verebilmesi için kenara çekileceğim.

Şekil 6.1. Wendy's restoranına girmeden önceki zihinsel hazırlık

Ailemin sosyal hayatta yolumu bulmamda bana yardım etme stratejileri, odaklı dikkatimi aynı anda üç sosyal ipucuna çevirmektir. Daha önce bahsettiğim “büyük üçlü”ye işte bu şekilde vardılar ve bu sosyal beklentileri, “eğer şöyleyse o zaman...” şeklinde çerçevelediler: “Eğer Wendy's restoranındaysak yemek yiyeceğiz demektir”, “Eğer yemek yemek için buradaysak ne sipariş edeceğimize karar vermemiz gerekir” ve “Eğer sipariş vereceksek ödeme yapmak için paramızı hazırlamalıyız”. “Eğer ...” ifadesi sosyal beklentiye; “o zaman ...” ifadesi de yerine getirmem gereken davranış şekline karşılık geliyordu. Wendy's restoranına doğru yürürken büyük üçlüyü zihnimde **tekrar**

tekrar duyardım: “Kuyruğun arkasına geç, siparişine karar ver, paranı hazırla.” Parayı elime aldığımda ise bir başka üç davranış senaryosu ortaya çıkardı: “Göz teması kur, sesini ayarla, lütfen de.”

Zamanla bu üç büyük sosyal davranışın restoranda sipariş verme sistemi gibi daha büyük sistemlerde birleştiğini fark ettim ve en sonunda bu sistemleri, sinema gişesinde ya da beyzbol stadyumundaki bilet gişesindeki etkileşimlerde yolumu bulacak şekilde genelleştirdim. Tüm bu durumlarda lütfen veya teşekkürler demenin etkileşimleri yumuşatmak için şart olan kibarlık ve saygı gibi özellikleri neden aktardığını görmeye başladım. Bu bilgiler, tuhaf olmayan insanlara çok normal veya içinde yolunu bulmanın kolay olduğu oldukça açık durumlar gibi görünebilir fakat benim için kesinlikle sezgisel değildi.

Zamanla ve istikrarlı çabayla, sıradan sosyal durumlarda yolumu bulmak için gerekli olan sosyal kuralları tahmin etmeyi öğrendikçe sosyal beceriler kazanmaya başladım. En sonunda, bu sıradan etkileşimlere girme konusunda kazandığım özgüven, yaklaşmakta olan etkileşimlerin yarattığı sosyal kaygımı azalttı ve bu durumlarda daha sakin ve kendinden emin davranmamı sağladı. Bir etkileşimde ilk birkaç adımı otomatik hâle getirmeyi başardığımda, zihinsel kaynaklarım sosyal senaryolardaki beklenmedik pürüzlerin de üstesinden gelmek için serbest kaldı ve bana iltifat ya da mizahi yorumlar gibi sosyal donanımlar katmak için fırsatlar ortaya çıktı.

Ebeveynler, tuhaf çocuklarına sosyal beklentileri sunarken “eğer şöyleyse o zaman...” dilini kullanırlarsa çocuklarının sistematik doğasından faydalanırlar. Tuhaf çocuklar kendi “eğer şöyleyse o zaman...” ifadelerinde ustalaştıkça beklentileri birbirine bağlamaya ve sosyal senaryolarda birbirine eklenen o kurallara uymanın faydalarını görmeye başlarlar. Ebeveynler tuhaf çocuklarını, sosyal senaryoları sistematik bir şekilde uygulamanın insanların daha arkadaşça bir tavırla karşılık vermesi veya onlarla daha uzun konuşmak

istememesi gibi somut sonuçlar üretebildiğini görmeye başladıkları noktaya getirdiklerinde, o çocuklar sosyal yakınlık kurmanın kurallarını kendi başlarına öğrenmeye doğal olarak güdülendikleri bir dönüm noktasına ulaşabilirler.

Bu sosyal beceri koçluğu, tuhaf bireyler için son derece değerli olabilir ama çok nadiren uygulandığını gözlemliyorum. Ebeveynlerin bir çocuğun kendisi için ilgi çekici olmayan ve anlaması yıldıırıcı sosyal meziyetlere dikkat etmesini sağlamaları zordur. Bunun yanı sıra bazı ebeveynlerin bu düzeltici sosyal beceri koçluğuna girişmelerinin çocuklarında bir sorun olduğunu ya da ortalamanın altında bir ebeveyn oldukları anlamına geldiğini düşünüp mahcup olup olmadıklarını merak ediyorum. Pinterest-Mükemmel Ebeveyn çağında, istiflerini bozmamaları için ebeveynlerin üzerinde o kadar çok baskı var ki zahmetli çocuk yetiştirme görevinde ağır ağır ilerliyorlar. Annem ve babam başka çocukları hiçbir sorun yaşamadan kendi sütlerini koyarken ya da özgüvenli bir şekilde siparişlerini verirken izlediğinde, düzeltici sosyal beceriler için kendi çocuklarına koçluk yapmak konusunda kendilerini biraz mahcup hissettilerse, bu gayet anlaşılabilir bir durum olurdu.

Ebeveynlerin tuhaf çocuklarına koçluk ederken utanç duymamaları çok önemlidir çünkü çocuklar bu tereddüdü ânında kaparlar. Çocukları sosyal etkileşimlere zihinsel olarak hazırlamanın yan komşunuzun okumakta veya matematikte zorlanan çocuğuna ekstra ders vermek zorunda olmasından bir farkı yoktur. Ebeveynler, tuhaf çocuklarının pürüzlü sosyal yanlarını örtbas etmeye çalışırlarsa sosyal durumlarda sorunsuz şekilde yollarını bulma ve anlamlı bağlar kurma becerilerinde gerçekten fark yaratan somut beceriler konusunda onlara koçluk yaparak anlamlı bir değişim yaratma fırsatını kaçıırırlar.

Kişilik psikologları, tuhaf çocuklarının farklı doğaları konusunda endişelenen ebeveynler için yararlı olacak bir bakış açısına sahiptir:

Çoğu kişilik özelliği eşit oranda iyi ya da kötü değildir. Tuhaf çocukların saplantılı odakları veya rutinleri bazı bağlamlarda onları zorlasa da bazılarında güçlü yanları olarak ortaya çıkar. Kolayca dikkati dağılabilen bir çocuk bazı bağlamlarda yaratıcılığa yol açan olağandışı şeyler görebilir veya inatçı bir çocuk kimi bağlamlarda oldukça kararlı davranabilir. Fakat tuhaf çocukların kendi zihinlerinin nasıl çalıştığını anlamak ve alışılmadık ilgi alanları için bir çıkış kapısı bulmak amacıyla diğer çocuklardan daha fazla çarpışması gerekir. Tuhaf çocuklar için işler yolunda gittiğinde, odaklı, kararlı, disiplinli ve eşsiz dünya görüşlerini aktarabilen bir yetişkin olurlar.

Anne ve babamın benim üzerimde uyguladığı zihinsel hazırlık tatbikatlarına çok karşı çıktım fakat somut beceriler geliştirmek için bana sistematik bir yol sunmaya inatçı bağlılıkları, bana diğer insanlara aslında anlayışlı ve düşünceli biri olduğumu gösterme konusunda ısrarcı olmama imkânı sağladı. Annem ve babam bu becerilerde örnek de oldular. Bu önemliydi çünkü ebeveynlerin çocuklarına yalnızca toplum yararına temel bir dizi değeri aşılmaları yetmez, aynı zamanda çocuklarının adil ve düşünceli bireyler olmasına yardım etmek için toplum yanlısı niyetlerini aktaran belirli davranışlarda da örnek olmaları gerekir.

OLUMSUZ DİŞAVURUM	TUHAF ÖZELLİK	OLUMLU DİŞAVURUM
Asosyal	Dar ilgi alanları	Odaklı
Düşük empati seviyesi	Sosyal olmayan odak	Olağandışı detayları fark etme
Takıntılı	Saplantılı ilgi alanları	Kararlı
Katı	Aynı olma ihtiyacı	Disiplinli

Şekil 6.2 Tuhaf özelliklerin olumlu ve olumsuz dışavurum şekilleri

İkinci Tepsiyi de Pişirin

Çocukluğunda yetimhaneler ve koruyucu aileler arasında mekik dokuyan Bay Z için tahmin edilebilirlik ve sabit rutin bakımından pek bir şey olmamıştır. Büyük ihtimalle genetik olarak rutinlere ortalama çocuktan daha fazla eğilimi olan bir çocuk için bu durum özellikle cesaret kırıcı bir büyüme şekli olmalı. Kimya cezalarımından birinde Bay Z'ye kimyayı neden bu kadar sevdiğini sordum. Biraz durakladı ve bana onu evlat edinen ailenin hikâyesini anlatırken nadir görülen bir hassasiyet ânına tanıklık ettim.

Hikâyesini anlatırken anne ve babasına duyduğu derin minneti ve saygıyı görebiliyordum. Asi enerjisini net beklentilere kanalizasyon eden ve aktif aklını bilime yönlendiren, katı fakat adil ve düşünceli insanlardı. Bay Z, ona sağladıkları yapıdan ve tutkulu olduğu ilgi alanlarına verdikleri destekten sevgiyle bahsederken, bunun oksijenin uzun süredir su altında kalmış bir çocuk için taşıdığı anlama benzediğini fark ettim. Ebeveynlerinin iş hakkındaki sohbetlerinden bütün gençler büyülenmez fakat Bay Z için konu, bilimsel ilgi alanlarıyla mükemmel bir uyum sağlamıştı. Zamanla, anne ve babasının bilimsel konulardaki sistematik yaklaşımının, nazik bir jest aldıklarında teşekkür notu yazmak veya kötü ya da güzel bir olay yaşayan arkadaşlarını aramak gibi sosyal görgü kurallarına yaklaşımlarını etkilediğini görmeye başlamıştı.

Kimya net bir bilim dalıdır. Bay Z, “bir kimya problemini çözmek için gerekli adımları izleyerek kendi üstünüze düşeni yaparsanız tahmin edilebilir bir sonuca ulaşırsınız” fikrini sevmişti. Problemi çözen kişinin her adımda çok dikkatli olması gerekiyordu çünkü küçük hatalar tahmin edilemez bir sonuca ulaştırırdı. Sohbetimizden sonra bilim ve disipline gömülü sistematik düşüncenin çocukluğunu suyun üzerinde kalmaya çalışarak geçiren bir çocuk için can simidi olduğunu fark ettim.

Tüm tuhaf çocuklar bu tür olağanüstü durumlara maruz kalmaz ancak Bay Z'nin aile hayatı tuhaf çocukların ailelerinde neye ihtiyaç duyduklarını gösteriyor. Bay Z'nin anne ve babası, onun dürtülerini veya enerjisini azaltmaya çalışmamış, aksine enerjisini üretken çıkış yollarına yönlendirmeyi düşünmüştü. Net beklentiler ortaya koymuş, kurallarının ve rutinlerinin somut mantığını ona açıklamış ve bu beklentileri uygularken de adil davranmışlardı. Bilim, sundukları çıkış yollarından biriydi ama başka konularda da açık görüşlü olmasını ondan beklemiş ve kendi seçtiği, müfredat dışı en az bir aktivitede aktif olmasını istemişlerdi.

Freud genel olarak, insanların kişisel özelliklerinin ergenliğin son zamanlarında olgunlaştığını düşünüyordu. Yirminci yüzyılın büyük bir kısmında psikoterapiyi etkisi altına alan bu gerektirici (deterministik) görüş, ebeveynleri hayatı boyunca çocuklarını altüst etmemeye çalışması için motive etti. Fakat kişilik üzerine çalışan araştırmacılar, özelliklerimizin yetişkinliğimizi etkileme şeklinin Freud'un ileri sürdüğünden çok daha incelikli olduğunu artık biliyorlar. Tuhaflik kalıtsallık gösterse de ömrümüz boyunca güçlü veya zayıf yönler olarak dışavurumları ağırlıklı olarak çevresel etmenlere dayanır. Bu biraz katılımcılara yemekte kullanacakları malzemeleri veren ancak kullanacakları diğer malzemeler ve pişirme yöntemleri için de tercih hakkı tanıyan televizyondaki yemek yarışmalarına benzer.

Çoğu insanın kişisel özellikleri, ergenliğinin son zamanlarında oturur fakat istisnalar da mevcuttur. Bazı insanlar yaşlandıkça daha konuşkan veya münzevi olurken, bazıları da daha sevimli veya sevimsiz olabilir. Araştırmacılar bu değişikliklerin nedenini hâlâ inceliyorlar ancak birçok kişilik psikoloğu, bazı insanların kişisel özelliklerinin zaman içerisinde neden iyiye veya kötüye gittiğinin en olası nedenlerinden birinin kişileri etkileyen ilişkiler olduğunu

öne sürüyor. Zaman içinde bir noktada “pişmiş” gibi görünebiliriz ama her yeni okul yılında, yeni bir işte veya yeni bir sosyal etkileşimde tanıştığımız insanlar psikolojik malzemelerimizi yeniden karıp kendimizin daha iyi bir versiyonunu pişirmek için bir şanstır.

Bay Z için dönüm noktası, onu evlat edinen kişilerin etkisi olmuştu. Sadece kendi yaşayış şekillerini ona empoze etmemiş, onun kişiliği konusunda düşünceli davranmış ve karakterine uyacak rutinler ve beklentiler geliştirmek için onunla işbirliği yapmışlardı. Bay Z yaşamı boyunca yüksek enerjisini korudu, belirli rutinleri konusunda nispeten katı kaldı ve günlük normal rutinin dışında kalan sosyal durumlarda biraz tuhaf oldu. Fakat kişiliğini ve becerilerini, doğal eğiliminin olumlu etkisini büyüten çıkış yollarına nasıl kanalize edeceğini öğrenmişti. Bay Z öyle bütün sosyal durumlarda karizmatik ve rahat davranan bir insan değildi ama başkalarıyla etkileşim kurma biçimi hususunda düşünceli olma kararlılığı, onu çocukların derinden saygı duyduğu ve sonunda sevdiği öğretmenlerden biri yapmıştı.

Hiçbir zaman A’lık bir kimya öğrencisi olamadım ama kendimi geliştirdim ve daha da önemlisi Bay Z’nin vermek istediği asıl dersi sonunda inatçı kafama sokabildim. Bana sürecin önemli olduğunu, insanların hem bilimsel hem de sosyal meselelerdeki çalışmanızı göstermenizi istediğini anlamamı istiyordu. Olağandışı yüksek olan enerjimi görmüş ve bu enerjiyi dizginleyemediğimde dikkatimin dağıldığını ve umursamaz olduğumu fark etmişti. Sosyal durumlarda, yoğun enerjim bazen insanların ürkmesine neden oluyordu ve Bay Z bunu insanlar için bir bağlama yerleştirmenin bir yolunu bulmazsam zararlı çıkacağımı fark etmişti.

Çocukken sonuca o kadar odaklanırdım ki birine merhaba demek veya zaman ayırıp nasıl olduğunu sormak gibi incelikleri atlardım, oysa bunlar doğru sosyal sonuçlar elde etmede kritik

adımlardır. Kimi zaman da sosyal bir durumdan ayrılmaya veya sohbetin konusunu değiştirmeye karar verirdim ve bunu bu kararlara yol açan düşünce sürecimi açıklamadan yapardım. Uygun bir bağlama yerleştirilmeyen bu davranış, anlaşılır bir şekilde insanlara onlardan sıkıldığım veya ilgimi çekmedikleri hissiyatını verirdi fakat aslında sadece sosyal hareketlerimin masum sebeplerini onlara anlatmayı becerememiş olurum.

Bay Z bana kimyada sürece ve prosedürlere güvenmem gerektiğini öğretti. Sürecin her adımında doğru hamleler yapma becerinize güvenmeyi öğrenirseniz başlarken kullandığınız temel öğelerin yeni çözümler ürettiğini sonunda keşfedersiniz. Fakat düşünmeden hareket ederseniz veya her adımı uygularken kendinize olan güveniniz sarsılırsa güvenilirmez sonuçlara atlırsınız. Bu şekilde bakıldığında kimyayla uğraşmak bir inanç alıştırmasıdır. Her adımı uygulayabileceğinize dair kendinize inancınız olmalı, başkalarının bu adımları görmesine izin vermeyi istemelisiniz ve yaptığınız işlemlerin sırasının bileşenlerinden farklı olabilecek bir sonuç doğurabileceğine güvenmeniz gerekir. Tuhaf insanlar için sosyal hayat da bununla aynı türden bir inanca dayanır. Göz teması kurmanın, diğerlerinin duruşunu taklit etmenin ve hoş uygun bir ses tonunun iyi bir ilk izlenim gibi soyut kavramlara nasıl vardığını tekrar tekrar görerek deneyim kazanana kadar, sosyal ayrıntılara gösterdikleri dikkatin parçalarının toplamından daha büyük bir sosyal bileşim oluşturacağına inanmaları gerekir.

Doğam gereği tuhafım ancak yetiştirilme şeklim sayesinde sosyal konularda başarılıyım diyebilirim. Annemle babam ve Bay Z gibi akıl hocalarım olağandışı zihinsel donanımımı birçok sosyal ortamda çözüm bulmak için kullanmama imkân tanıyan kişiselleştirilmiş bir yazılımı zihnime yüklemenin yolunu buldular. Herhangi bir tuhaf çocuk söz konusu olduğunda, ebeveynler ve öğretmenler

için işin püf noktası, net bir beklentiler sistemi ve “eğer şöyleyse o zaman...” kurallarının ev ya da sınıfın daha geniş değerlerine nasıl bağlandığına ilişkin bir yapı sunmakta yatar. Çocuklarını modern sosyal hayata hazırlayan ebeveynler için bu özellikle çok önemlidir çünkü hızlı değişen teknoloji ve bilgi çağının ortasında nasıl düzgün davranılması gerektiğini kestirmek hiç olmadığı kadar zor.

BÖLÜM 7

ARKADAŞ EDİNMENİN TUHAFLIĞI

Brock, hayatında eline hiç tenis raketi almamıştı ama Koç Martinez onda harika bir oyuncunun ham niteliklerini gördü. Basketbol takımının hızlı oyun kurucusu ve beyzbol takımının kavgacı kısa topçusu Brock, inanılmaz bir atletizm yeteneğinin yanı sıra olağanüstü bir azim ve zihinsel dayanıklılık göstermişti. Bu iki niteliği Koç Martinez'in Brock'u okulun büyük miktarda zihinsel dayanıklılık kullanabilecek olan en iyi tenis takımına alması için ilham verdi.

Antrenmanın ilk gününde çoğumuz beyaz, 13 cm'lik içten dikışli şort ve beyaz tenis ayakkabıları giydik ama bu Brock'un rahat edebileceği bir giyim tarzı değildi. Brock bol bir basketbol şortu ve sahada uzun sürtünme izleri bırakan siyah boğazlı spor ayakkabılarını giymişti. Forehand ve backhand vuruşlarını raketi iki eliyle tutarak yapıyordu, raketi savurmaya tıpkı bir vurucunun hızlı bir topa vurmaya hazırlanması gibi ellerini omzunun arkasından döndürerek başlıyordu. Brock'un karakteri de sert köşeliydi. Tüm oyunu kaşlarını çatarak ve kulüpteki kalabalığı utandıracak yaratıcı küfürler savurarak geçirdi. Brock, örnek bir tenis oyuncusuna benzemese de kesinlikle tenis oynayabiliyordu. Daha önce hiç kimse kortta Brock kadar pervasızca hareket eden, bu kadar çok atışa giren ve topa bu hiddetle vuran birini görmemişti.

Antrenmanın ilk haftasından sonra Koç Martinez, Brock ile beni eş yapmaya karar verdi. Brock'un bu haberi duyduğunda kafa-

sını geriye atıp gözlerini devirdiğinden eminim; ne de olsa zihinsel dayanıklılık ve atletik yapı vizyonuna pek de uymuyordum. Ayrıca gergin kişiliğinden biraz çekiniyordum ve ortak bir zeminde buluşabilecek miyiz diye de merak ediyordum.

Brock'un antrenmanda bu kadar yanına yaklaşılmaz biri olup da ilkokul ve ortaokulda onu tanıyan herkes tarafından sevilmesi kafamı karıştırmıştı. Popüler grupla takılırdı ama popülerliği elde etmek ve sürdürmek için gereken marifetlerin hiçbirini umursamıyor gibi görünürdü. Havalı kıyafetler ve havalı arabalar Brock'un ilgisini pek çekmezdi; çabalarını daha çok akademik alana odaklamayı tercih ediyordu. Sosyal grubundaki insanlar için genelde geçerli olan sosyal beklentilerin birkaçını karşılıyordu ve derslerine okulun en inek öğrencisine rakip çıkacak yoğunlukta odaklanması onu teknik olarak inek veya sosyal açıdan tuhaf kategorisine sokuyordu. Yine de Brock'u okulda kime sorsanız size "Gerçekten havalı bir çocuk," cevabını verirdi.

Antrenmanın ikinci haftasında hazırlık maçım vardı. Kötü birkaç atış, daha fazla kötü atışa dönüştü ve sonunda hiçbir şeyi düzgün yapamaz hâle geldim. Baskının altında boğuluyordum. En sonunda Koç Martinez diğer herkes antrenmanı bitirirken beni koşu parkurunda birkaç tur atmaya gönderdi. Eriyen özgüvenime daha fazla zarar vermemin önüne geçtiğinden onun bakış açısıyla akıllıca bir hamleydi ama yine de kendimi küçük düşürmüş gibi hissediyordum. Takımdaki hiç kimse parkura sürülecek kadar kötü bir antrenman yapmamıştı.

Koç takımın geri kalanını serbest bırakıp evine dönmek için arabasına binene kadar benim parkurda tur attığımı unutmuştu. Arabasıyla pistin sonuna geldi ve beni dönemeçte sendelerken bulup özür diler gibi artık durabileceğimi söyledi. Birkaç cesaretlendirici laf etti ve yarının yeni bir gün olduğunu söyledi. Düşünmeyle geçen

uzun bir yürüyüşten sonra soyunma odasına varıp yokuşu çıktığımda Brock'u tenis kortlarının kapısında bir kova tenis topuyla beni beklerken buldum. Sakin bir ses tonuyla bana "Hey ortak, haydi biraz daha oynayalım," dedi.

Ergenlik çağındaki erkekler arasında, şehrin rahat yaşantısında bile güçlü olanın hayatta kalacağı ilkel bir zihniyet vardır. Sadece ilişkiler bile oldukça rekabetçi olan sosyal hiyerarşideki konumlarını tehdit edebileceğinden oğlanlar kendilerini sosyal gruplardaki en zayıf halka ile eşleştirmek istemezler. Brock sosyal konularda, o gün gruptaki en zayıf halkanın açıkça ben olduğumu anlayacak kadar yetkindi ama sosyal sermayesini korumakla ilgilenmiyordu. Benimle eşleşmeyi o seçmemiş olsa bile ailesi ona bu durumda yaptığı seçime yansıyan şu ideal düşünceyi aşılamıştı: "Birisi en düşük noktasında olduğunda sen ona en fazlasını vermelisin."

Yaklaşık 45 dakika boyunca hiç konuşmadan vuruş yaptık. Topa iyi vurmaya başladım ve sonunda kendimden emin bir şekilde vuruyordum. Brock antrenmanın sonunda "Vazgeçme dostum, başaracağız," deyip koşarak evinin yolunu tuttu. Sadece 45 dakikada Brock'un neden herkes tarafından sevildiğini ve onu iyi tanıyan insanlar arasında "havalı çocuk" olarak anıldığını anladım. Adalete, nezakete ve sadakate ağırlık verdiği bir sosyal hayat teorisi geliştirmişti ve bu sayede birçok küçük sosyal beklentiye karşılama da sorun olmuyordu. Brock'un hoşlanılan diğer insanların önemseydiği birçok sosyal beklenti için endişelenmesine gerek yoktu çünkü nispeten az birkaç hareketle arkadaşlıkları üzerinde büyük bir nüfuza sahip olabiliyordu. Benim için bu, çok fazla değişen bir sosyal ortamın tam ortasında her şeyden önemli ve değerli bir ders oldu.

Kaç Arkadaş Yeterli Olur?

Yeni bir okula başlayan çocuklar ilk günlerinde, yaz kampına giden ortaokul öğrencileri ve üniversiteye başlayan gençlerin hepsi yeni arkadaşlar edinme konusunda endişelenirler. Uyum sağlama endişesi insan doğasında vardır ve birçok okul ile sosyal kulüp, bireylere aidiyet duygusunu hissettirmek amacıyla bir altyapı oluşturur. Okullardaki müfredat dışı etkinlikler, grup projeleri ve hatta kamplardaki kaynaşma etkinlikleri, etkileşim kurulmasını kolaylaştırmak ve potansiyel arkadaşlıkları ateşlemek için sosyal bir altyapı sunar. Bunlar oldukça değerli çabalar, çünkü güçlü arkadaşlıkları olan çocuklar okulda daha başarılı olurlar, okuldan ayrılma riskleri daha düşüktür ve uzun vadede, kişisel ve profesyonel başarıları için temel oluşturacak sosyal sermayelerini nasıl oluşturacaklarına dair ömür boyu sürecek dersler alabilirler.

Fakat insanlar yetişkinliğe girdiğinde daha önceki dönemlere kıyasla daha az yapısal bir sosyal ortamla karşılaşır ve bu da hem tuhaf hem de tuhaf olmayan kişilerin arkadaş bulmasını ve bu arkadaşlıklarını sürdürmelerini zorlaştırır. Bu önemli bir konudur çünkü insanlar büyüdüğünde arkadaşlığın önemi azalmaz. Chicago Üniversitesi'nden John ve Stephanie Cacioppo'nun sosyal ilişkiler araştırmasına ilişkin değerlendirmelerinde de işaret ettiği gibi, güçlü arkadaşlıkları olduğunu hisseden insanlar kronik yalnızlık yaşayan insanlara kıyasla daha iyi uyuyor ve daha az karamsarlığa kapılıyor, kardiyovasküler açıdan daha sağlıklılar ve yüzde 26 oranında daha uzun yaşıyorlar.

Arkadaşlıklar sosyal hayatı ailelerimizden, iş arkadaşlarımızdan ve sevgililerimizden aldığımız faydaların üstünde ve ötesinde bütünleme özelliğine sahiptir fakat yetişkinler son zamanlarda arkadaş edinmenin biraz daha tuhaf ve güvenilmez bir hâl aldığını düşünüyorlar. Bu bölümde hem tuhaf hem de tuhaf olmayan

insanlar için modern arkadaşlığın değişen durumunu ve sosyal bağlarımızın geleneksel sosyal kurumların yok olmasından, daha çeşitli beklentilerden ve görgü kurallarına ilişkin gündelik tavırlarımızdan nasıl etkilendiğini keşfedeceğiz. Aynı zamanda sosyal konulardaki tuhaflığı ve arkadaşlıkları inceleyen birkaç araştırmaya da kısaca göz atacağım fakat arkadaşlık edinmeyi herkes için tuhaflaştıran geniş çaplı sosyal güç mevcut.

Günümüzde sosyal hayatın önemli değişiklikler geçirdiği kanısı 2000 yılında yayınlanan *Bowling Alone* kitabında ileri sürülmüştür. Harvard Üniversitesi'nde kamu düzeni profesörü olan yazar Robert Putnam, bu kitabında 1960'lardan beri Amerika'daki sivil katılımda ciddi düşüş olduğunu ve bunun karşılığında yalnızlık hissinin giderek büyüdüğünü gösteren büyük ölçekli anketlerden kanıtlar sunmaktadır. Putnam'ın insanların topluma ait olmakta giderek zorlandığı mesajı, duygusal bir bağa dikkat çekti ve akademisyenler, karar vericiler ve genel toplumdan yaygın olarak ilgi gördü.

Kitabın adı, bowling oynayan insanların sayısı 1980'den 1993'e kadar yüzde 10 oranında artarken aynı dönemde bowling liglerine katılanların yüzde 40 oranında düştüğünü gösteren örnek bir bulgudan geliyordu. Putnam'ın bazı sonuçları tartışmaya açık olsa da insanların bir zamanlar toplumsal bağlılığı kolaylaştıran kilise, siyasi parti ve sosyal kulüp gibi geleneksel kurumları artık terk ettikleri fikri güçlü destek gördü.

Bowling Alone kitabının yayınlanmasından bu yana geçen 16 yıldır, geleneksel kurulumlara katılımda daha da fazla düşüş gözlemlenmektedir. Bu sismik sosyal değişimler, nispeten keşfedilmemiş yeni sosyal alanlar açıyor ki bu da geçtiğimiz yirmi yılda gerçekleşen sosyal değişikliklerin insanların sosyal bağları bulma ve bu ilişkilerde yönlerini bulma biçimini nasıl etkilediğinin göz atmaya değer olduğunu gösteriyor. Arkadaş edinmenin günümüz-

de daha da tuhaf olduğunu düşünüyorsanız böyle düşünen tek kişi olmadığınızı bilmek içinizi biraz rahatlatabilir.

Yakın arkadaş edinmenin daha zor olup olmadığına dair araştırmamıza basit bir soruyla başlamak ilginç olabilir: İnsanların kaç tane arkadaşı var ve bu sayı zamanla değişti mi? Max Planck İnsan Gelişimi Enstitüsü'nde çalışan Cornelia Wrzus ve meslektaşları, farklı yaş gruplarından insanların arkadaş ve aile üyesi sayısı üzerine yapılan 277 farklı çalışmayı inceleyerek bu soruya bazı yanıtlar buldular. Araştırma sonuçlarının gösterdiğine göre insanların en geniş sosyal gruplara sahip olduğu dönem, 10 ile 24 yaş aralığı. Ergenlik dönemindeki ortalama bir gencin düzenli olarak görüştüğü yaklaşık 9 arkadaşı var. Fakat bu rakam 30 yaşına kadar 7'ye düşüyor ve yaşlandıkça daha da düşmeye devam ediyor. İnsanların düzenli olarak görüştüklerini belirttikleri aile üyesi sayısı ise zamanla daha tutarlı bir hâl alıyor. Buna göre, tüm yaş gruplarının düzenli olarak irtibatta olduklarını bildirdikleri aile üyesi sayısı yaklaşık 7.

İnsanların ait olma ihtiyaçlarını tatmin etmek için üç veya dört güvenilir ilişkiye ihtiyacı varsa yedi arkadaşı ve yedi aile üyesi olan ortalama 30 yaşındaki birinin birçok samimi ilişkisi var demektir. Ancak birileriyle düzenli olarak görüşmek, bu insanlarla bir bağlılık hissi yaşamakla ayrı şey değildir. Bağlılık hissi, bir şekilde toplam arkadaş sayısı ile ilişkili olsa da bu etkileşimleri tatmin edici olarak algılamalarından çok daha fazla etkilenir. Anlaşıldığımızı ve desteklendiğimizi hissettiğimiz tek bir etkileşim, beklentilerimizi karşılayamayan on etkileşimden çok daha fazla psikolojik ağırlığa sahiptir. İşte tam da bu yüzden ki etrafı onlara bayılan bir sürü hayranla çevrili ünlüler veya toplantılara gömülmüş CEO'lar sosyal etkileşime her an ulaşabilirken çoğunlukla yalnızlık çekmektedirler.

Birleşik Krallık Akıl Sağlığı Vakfı, 2010 yılında kaç insanın yalnızlık çektiğine dair bazı ipuçları barındıran bir rapor yayınladı.

Çeşitli yaş gruplarından 2000'den fazla kişiyi toplayarak yaptıkları bu araştırmada katılımcıların yüzde 11'i "genellikle" kendini yalnız hissettiğini dile getirdi. Bu, dikkate değer bir rakam olmakla birlikte epidemik olmaktan çok uzaktır. Katılımcılara diğer insanların yalnızlığı sorulduğundaysa daha farklı bir kalıp buldular. Katılımcıların %37'si yakın bir arkadaşlarının veya aile üyelerinin "çok yalnız" olduğunu dile getirirken %48'i "insanların genel olarak yalnızlaştığı" fikrine katılıyordu. Yalnızlığın kusurlu olmak ile bağdaştırılmasından dolayı bazı insanların kendi yalnızlıklarını eksik dile getirmiş olmaları mümkün ama aynı insanlar konu kendi yalnızlıkları olmadığında bunu dile getirmeye daha istekliydi.

Yalnızlık üzerine elde edilen bu genel oranlar önemli ve endişe verici olsa da bu oranların geçtiğimiz 20 ila 30 yılda ergenlik dönemindeki çocuklar ve gençler arasında düşmesi oldukça ilginçtir. Queensland Üniversitesi'nden Matthew Clark ve meslektaşları, Amerika'daki üniversite öğrencileri arasında yapılan 48 çalışmanın sonucunu analiz ettiler ve yalnızlık puanlarının 1978'den 2009'a kadar düşüş gösterdiğini fark ettiler. İkinci bir çalışmada 300.000'den fazla lise öğrencisinden oluşan bir örneklemden alınan verileri analiz ettiler ve yalnızlık oranlarında 1991'den 2012'ye kadar küçük ama istikrarlı düşüşler olduğunu buldular.

Genel eğilim, yalnızlık oranlarının ergenler ve gençler arasında düşmesi yönünde olmakla beraber, Clark ve meslektaşları aynı zamanda birkaç çelişkili bulgu keşfettiler. 1991'den 2012 yılına kadar lise öğrencilerinin, yardıma ihtiyaçları olduğunda yardım isteyebilecekleri biri olduğunu ve çoğunlukla arkadaşlarıyla dışarı çıkabileceğini hissettiğini belirtme oranı çok daha düşüktü. Bu bulgular, Arizona Üniversitesi'nden Miller McPherson ve meslektaşlarının yaptığı başka bir araştırmanın sonuçlarını yansıtıyor. Bin dört yüzden fazla Amerikan vatandaşı kapsayan örnekleme,

önemli meseleleri konuşacak kimsesi olmadığını söyleyen insanların sayısı 1985'ten 2004 yılına kadar üçe katlandığını buldular.

Genele baktığımızda arkadaşlık üzerine elde edilen bu sonuçlar, ortalama gençlerin ve yetişkinlerin sahip oldukları arkadaş sayısından memnun olduğunu ve bu miktarın onları yalnızlık çekmekten kurtarmaya yettiğini gösteriyor. Fakat yalnız olmamanın arkadaşlıklardan tatmin olmak ile aynı anlama gelmediğine dair emareler mevcut. Sosyal grubumuzun boyutu değişmese de insanlar sahip oldukları arkadaşlarla aralarındaki gerçek bağın giderek azaldığını hissediyor olabilir. Sosyologlar ve psikologlar, arkadaşlıkta yavaşça büyüyen bu rahatsızlık hissinin nedenini yoğun şekilde incelemekteler ve çalışmalarının sonuçları, arkadaşlık için yeni bir sosyal tablo çizmemize ve arkadaş edinebileceğimiz fırsatları görmemize yardımcı olabilir.

Toplumsal Kurumların Çöküşü

Sosyal psikologlar, insanların neden arkadaş olduğunu öngören olası yüzlerce faktörü inceliyor. Karmaşık teorilerin onlarca yıldır test edilmesinin ardından yanıt tekrar tekrar üç faktöre indi: yakınlık, benzerlik ve karşılıklı hoşlanma. Bir diğer deyişle bize yakın olan, bize benzeyen ve bizden hoşlandıklarını dile getirmeye istekli insanlarla arkadaş oluyoruz. Bu sonuçlar sağduyu gereği gibi görünse de birçok insan bu prensipleri uygulamaya dökmekte zorlanıyor.

Yirminci yüzyılın büyük bir kısmında sosyal kurumlar insanları kiliselerde, ofislerde veya sosyal kulüplerde bir araya getirdi. Bu gruplardaki insanların dinleri, şirket kültürleri veya sosyal örgütlenmelerinin yaydığı benzer değerleri ve ilgi alanlarını paylaşma ihtimalleri daha yüksekti. Üyelik kavramı, insanların ortak bir yakınlığı paylaştığı ve kardeş, iş arkadaşı veya arkadaş olarak

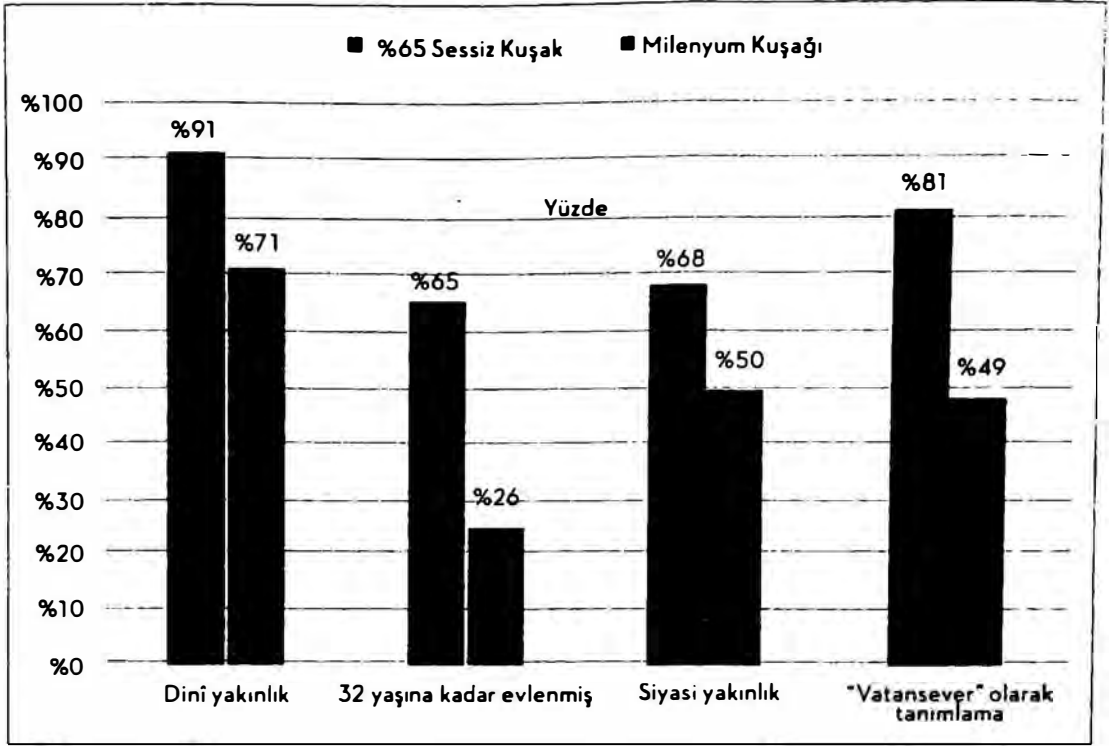
birbirlerine bağlı oldukları anlamına geliyordu. İnsanlar bir gruba dahil olma nitelikleri taşıyorsa üyeler, bu sosyal kurumların yakınlık, ortak bir benzerlik ve bir gruba gerçekten ait olma hissi verdiğini düşünüyordu.

Sosyal yapıdaki ilk büyük değişim, insanların sosyal kurumlara olan inancını yitirmeye başladığı ve katılım oranlarının düştüğü 1960'lı yıllarda başladı. Pew Araştırma Merkezi'nde çalışan Paul Taylor ve meslektaşları 2014 yılında, sosyal kurumlardan uzaklaşıldığının özellikle milenyum çocukları (1981 ile 1996 yılları arasında doğanlar) arasında dile getirildiğini gösteren bir rapor yayınladılar. Taylor ve meslektaşları, daha yaşlı yetişkinlere kıyasla milenyum çocuklarının kendilerini siyasi açıdan daha bağımsız, belirli bir dine bağlı olma ve 32 yaşından önce evlenme ihtimali önemli ölçüde daha düşük olan bireyler olarak tanımladıklarını tespit ettiler.

Bazı uzmanlar milenyum çocuklarının geleneksel kurumlara katılımlarındaki düşüşün tembelliklerinin veya ahlaki değerlerde yaşanan erozyonun bir sonu olduğu gerekçesiyle yerdı ama milenyum çocuklarını şüpheli oldukları için suçlamak zor. Örneğin, bu çocuklar büyük bankaların aldatıcı borç verme uygulamalarının 2009 yılında ABD'nin ekonomik sistemini neredeyse çöküşe uğrattığına ve orta sınıfa mensup aileler büyük ipotek borçlarıyla ayakta kalmaya çalışırken bu bankaların CEO'larının milyonlarca dolarlık kıdem tazminatı aldığına tanıklık ettiler. Aynı zamanda bazı din kurumlarının, cinsiyetçi ya da homofobik görüşleri reddetmekte yavaş davrandığını gördüler ki bu, onların kapsayıcı dünya görüşlerine uymuyordu. Basında çokça yer bulan, Katolik kilisesindeki cinsel taciz skandalı dalgası, din kurumlarının güvenilirliğine ilişkin genel algıyı daha da zedeledi.

Grupları veya kurumları genellemek elbette ki yanlış olur. Büyük şirketlerde ve din kurumlarında iyi insanların sayısı çürük elmalar-

dan fazladır ama birkaç kişinin davranışı geniş kapsamlı sonuçlara neden olmaktadır. Milenyum kuşağı, bu zamana kadarki en güçlü güvensizliği gösterip geleneksel kurumlara gitmeyi keserken, tüm kuşakların kurumlara olan güveninde ve katılım oranlarında düşüş yaşandı.



Şekil 7.1 Kurumsal katılımlarda ve yaklaşımlarda kuşak farklılıkları

Grup üyeleri siyasi partilerinin planını, mensup oldukları kilisenin ilkelerini veya şirketlerinin misyonlarını daha az sorguladığında üyelerin nasıl davranması gerektiğine dair daha az karmaşa oluyordu. İnsanlardan sadece kurumlarının beklentilerine uygun davranması bekleniyordu. Bu beklentiler nasıl giyinilmesi, ne zaman konuşulması ve hatta ne denmesi gerektiği gibi çok kesin hususları kapsayabiliyordu. Kurumsal beklentileri anlamak nispeten daha kolay olsa da bu kolaylığın çekiciliği, insanlar beklentilere ters düştüğünde veya bu beklentileri tartışma özgürlüğüne sahip olmak istediğinde hızla söndü. Katı kıyafet kurallarına uymak,

yalnızca kendisiyle konuşulduğunda konuşmak ve bu durumlar da “evet efendim” veya “hemen efendim” diye cevap vermek zorunda oldukları bir yerde çalışmaktan memnun olacak çok sayıda milenyum çocuğu bulmak zordur.

Bu yüzden şirketler en sonunda takım elbise kuralından vazgeçti, çalışanlar akıllarından geçeni söylemeye teşvik edildi ve Silikon Vadisi’ndeki bazı şirketlerde “evet efendim”in yerine statükoya karşı çıkmaya istekli çalışanlara değer verilmesi aldı. Kiliseler, büyük orgların ve ilahilerin yerine elektronik gitarları ve modern şarkıları getirdi. Yeni papa, kilise üyeleriyle birkaç selfie bile paylaştı. Fakat büyük bir kurumun kültürünü değiştirmek büyük bir yolcu gemisini geri döndürmeye çalışmak gibidir. Herkes yenilenmiş standartlarla ve yeni biçimlerde nasıl bir araya gelineceğini anlamaya çalışırken, kurumlar ve bireyler tuhaf kültürel arafta kaldılar.

Çoğu insan kurumsal kontrol yerine bu özgürlüğü tercih edecektir muhtemelen fakat özgürlük, kişinin kararlarının toplumsal açıdan kabul edilir olup olmadığına dair kaygı yaratma gücüne sahiptir. Toplumun özgürlük isteği ile kurumların empoze ettiği standartlara duyduğu istek arasındaki bu paradoks, Freud’un dürtüsel Id kavramı ile kurala dayalı Üstbenlik kavramının sosyolojik versiyonudur. Toplumsal Egomuz, bir yandan sürekli olarak değişim gösteren toplumsal standartlara saygı gösterirken bir yandan da “kendin olma”nın ne anlama geldiğini çözme çalıştığından, ortada kalmıştır.

Sosyal yapıdaki bir diğer büyük değişim de çeşitliliğe dair daha kapsayıcı görüşlere nispeten hızlı bir biçimde geçilmesi oldu. Yol göstericiler milenyum kuşağı olsa da tüm yaş gruplarındaki insanlar farklı ırklara ve cinsel eğilime karşı açık görüşlü olmaya ve cinsiyet eşitliğini desteklemeye başladılar. Pew Araştırma Merkezi, rasgele seçilen yetişkinlere öğretmenlerin eşcinsel olduğu için kovulması

gerekip gerekmediğini sorduğunda kovulması gerektiğini söyleyen kişilerin oranı 1987 yılında %51 iken, bu oran 2007'ye kadarki dönemde %28'e düştü. Eşcinsel evliliklerine verilen genel destek, geçtiğimiz on yılda %35'ten %55'e yükselmiştir.

Pew aynı zamanda ırkla ilgili tutumların gittikçe kapsayıcı bakış açılarına doğru değiştiğini raporlamıştır. Beyaz ırktan katılımcılara "Ülkemiz, siyahilere beyazlarla aynı hakları tanıma yolundaki değişikliklere devam etmeli mi?" diye sorulduğunda, 2009 yılında katılımcıların %36'sı evet yanıtını verirken, bu oran sadece 6 yıl sonra 2015 yılında yapılan ankette %53'e yükseldi. Pew'un "Beyazlar ve siyahilerin birlikte olması kabul edilebilir mi?" sorusuna ise 1985'te katılımcıların %48'i evet yanıtı verirken bu oran 2010'da %83'e fırladı.

Daha kapsayıcı toplumsal tutumlara geçişler, ABD'nin ırk ve işgücündeki cinsiyet yapısı da dahil olmak üzere hızlı demografik değişikliklerle beraber gerçekleşti. Örneğin 1960'ta ABD'deki beyaz olmayan ırktan kişilerin oranı %15'ken 2010'da %36'ya çıktı; farklı ırklardan insanların evlilikleri 1980'de %7 iken neredeyse ikiye katlanarak 2010'da %15'e çıktı ve kadınların işgücüne katılım oranı 1970'te %44'ken 2012'de %57'ye yükseldi.

Bazı insanlar, çeşitliliğin ve dışlanan gruplara sunulan fırsatların kabul edilmesindeki artışı kültürel bir erozyon olarak görürken, kimileri kültürel ilerlemenin belirgin işaretleri olarak görüyor. Ben de bu sosyal değişimlerin, özellikle de geleneksel olarak dışlanmış gruplara yönelik kapsayıcı yaklaşımın olumlu olduğuna ve çok uzun süredir geciktiğine gönülden inananlardanım. Bu değişiklikleri desteklediğimi açıkça belirtmemin önemli olduğunu düşünüyorum çünkü bunun bazı toplumsal büyüme sancılarını da beraberinde getirdiğini de ileri süreceğim. Sosyal alandaki bu önemli geçişler, geleneksel beklentilerin söndüğü ve yeni beklenti-

lerin açıkça tanımlanması gerektiği post kurumsal bir sosyal dünya yaratmakta. Toplumsal ilerlemenin bir sonraki adımın ne olması gerektiğine dair insanların kafasını karıştırdığını itiraf etmenin kimseye zararı dokunmaz.

Birçok insan çeşitliliği gerçek anlamda kabul etmenin ne kadar zor bir şey olduğunu da keşfediyor. Irksal çeşitliliği, cinsiyet eşitliğini veya eşcinsellerin evliliklerini kabul ettiğini söylemek koladır fakat farklı tutumlar ve beklentileri tartışmaya tamamıyla açık olmak çok büyük bir toplumsal farkındalık ve çaba gerektirir.

Yabancı bir kültüre kendini kaptıran herkes, yüzlerce yeni sosyal beklentiyi öğrenmenin ne kadar zor, tuhaf bir şey söylemenin de ne kadar kolay olduğunu bilir. Yabancılarla ilişkiler konusunda uzman yardımcılara sahip politikacılar bile tuhaf kültürler arası anlar yaşayabilir. Mesela Richard Nixon, Brezilya'ya vardığında eliyle başparmağını kaldırarak "OK" işareti yapmıştı. Bu işaret Brezilya'da, orta parmağınızı göstermekle eşdeğer bir harekettir. Howard Dean, 2004'teki Iowa parti kurultayındaki konuşmasından sonra farkında olmadan vaşak sesine benzer bir çığlık atarak tuhaf anlarından biri sosyal medyada viral olan ilk halk figürü olmuştu. Başbakan George W. Bush, yurt dışındayken yanlış ifadeler kullanmakla ünlüydü, bunlardan biri de Avusturalya Başbakanı John Howard'a Irak'taki Avusturya birlikleri için teşekkür ettiği zaman yaşanmıştı.

Florida'nın yeni kongre temsilcisi Curt Clawson çokkültürlü bir tuhaf an yaşamamız için ille de deniz aşırı seyahat etmenize gerek olmadığını göstermiştir. Beyaz Saray Dışişleri Komitesi ile bir görüşmede, Temsilci Clawson ve diğer komite üyeleri, iki üst düzey ABD yetkilisi (Dışişleri Bakanlığı'ndan Nisha Biswal ve Ticaret Bakanlığı'ndan Arun Kumar) ile tanıştırıldılar. Beyaz ırktan olan Temsilci Clawson, bu temel sosyal ipucunu kaçırmış

olmalı ki Kızılderili olan Biswal ve Kumar'a iyi niyetli bir şekilde şu cümleleri kurmuştu: "Ülkenizi biliyorum ve çok seviyorum" ve "Hindistan ile olan ilişkilerimizi daha iyiye götürmek yapabileceğim herhangi bir şey varsa bundan mutluluk duyarım". Temsilci Clawson, Hindistan hükümeti ile işbirliği yapmak istediğini belirtirken, Biswal nazik bir şekilde şu yanıtı vermişti: "Sanırım sizin sorunuz Hindistan hükümeti ile alakalı. Fikrinize kesinlikle katılıyoruz ve ABD adına bu fikrinizi kesinlikle destekliyoruz."

Farklı kültürlerden insanlara aşina olmadıklarında, iyi niyetli insanların küçük sosyal beklentileri nasıl yanlış anlayabildikleri veya berbat edebildikleri kolayca görülür. İnsanlar arasındaki beklentilerin belirsiz olması rahatsız edici bir durum olsa da bu büyüme sancıları, daha açık fikirli ve aydın insanların doğmasını sağlar. Nasıl etkileşim kurulacağı ve hatta nasıl arkadaş olunacağına ilişkin mutabakata varma sürecinde, insanların yeni beklentileri öğrenmeye açık olması gerekir, ancak küçük yanlışlıkların dargınlık yerine nezaketle karşılanması mecburidir.

İnsanlar bir başkasının cahilliği olarak gördükleri davranışına refleks olarak gücenmek yerine o davranışların arkasındaki niyete bakarsa çeşitlilikleri kabul etmek, çok daha kolay olur. Temsilci Clawson'ın tuhaf ânı büyük ihtimalle en iyi ânı değildi ama iletişimi başından yanlış kursa bile saygısını ve işbirliği yapma amacını belli etmeye çalışan biri gibi konuşmuştu. Biswal, gücendiğini de söyleyebilirdi ama nazik yanıtıyla çok daha fazlası elde edilmiş gibi görünüyor. Aslına bakılırsa önümüzde uzanan keşfedilmemiş sosyal alanda ilerlemek için en iyi yolumuz anlayışlılık ve sosyal nezaket olabilir. Görgü kuralları, diğer insanların beklentilerinden emin olmadığınızda sağlam bir dayanak noktası sunabilir.

Benim Davranışlarıma Takılmayın

Bu sosyal geçişler gerçekleşirken beklenmedik bir şey de olmaya başladı: Ergenlik çağındaki çocuklar, onlara görgü kurallarını öğretecek insanlar aramaya başladılar. İkinci Dünya Savaşı ile Soğuk Savaş dönemi arasında doğanlar ve X kuşağı gençleri, onlara toplumsal nezaket kurallarını empoze etmeye çalışan ebeveynlerine gözlerini devirirken, milenyum kuşağı, sıradan sosyal durumlarıyla baş etmek amacıyla biraz rehberliğe aç gibi görünüyor. Geçtiğimiz birkaç on yılda insanlar görgü kurallarına karşı daha kayıtsız bir tavır sergilemeye başladı ve bir noktada çocukları yetiştirenler onlara kravat bağlamayı, şık bir restoranda hangi çatalın kullanacağını veya bir akşam yemeği partisine ne götürmeleri gerektiğini öğretmeyi unuttular. Bu kayıtsızlık evde onlara sorun yaratmasa da gençler uygun şekilde davranmak için pek hazırlıklı olmadıkları bazı tuhaf anlara yol açabilecek durumlarla karşılaşmaya başlıyorlar.

2013'te *New York Times*'ta yayınlanan bir makalesinde, Alex Williams, milenyum kuşağı ve görgü kuralları ile alakalı ilgi çekici bir inceleme sundu. Williams, görgü kuralları hakkında eğitici videolardan oluşan viral bir YouTube videoları türü olduğunu ve bu videolara en çok ilgi gösteren demografik grubun milenyum kuşağı olduğunu keşfetti. YouTube'da arama yaparsanız işle alakalı bir e-postada noktalama işaretlerinin kullanımı, kalabalık bir yoga sınıfında gaz kaçıırırsanız ne yapmanız gerektiği ve yemek masası adabı hakkında olanlar da dahil yüzlerce video bulabilirsiniz. Bunların yanı sıra genç çalışanlarına uygun iş adabını öğretmesi için görgü kuralları uzmanlarına maaş veren şirketler var ve toplumsal görgü kuralları hakkındaki kitaplar yeniden talep görmeye başladı.

Amy Alkon'un *Good Manners for Nice People Who Sometimes Say F*ck* isimli kitabı, görgü kuralları ile alakalı en sevdiğim kitaptır. Bu kitap, sesli mesaj bırakmanın yerinde bir davranış olup olma-

dığı veya sessiz bir kafede telefonda yüksek sesle konuşan insanlarla kibarca nasıl başa çıkılmalı gibi modern ikilemler hakkında birkaç öneri arayan insanlar için modern bir kılavuz niteliğindedir. Alkon, teknoloji veya gündelik tutumların yakın zamanda yarattığı belirli sosyal beklentileri nasıl yönetmemiz gerektiğiyle ilgili birçok ipucu sunar. Ancak görgü kurallarını neden kullandığımıza dair söyledikleri daha da faydalıdır. Alkon'un vermek istediği asıl mesaj şudur: Görgü önemlidir, çünkü diğer insanlara empati ve saygı gösterme mekanizmasıdır.

Örneğin telefon görüşmesi yapmak için dışarı çıktığınızda insanlara onların işine ve özeline saygı duyduğunuzu göstermiş olursunuz. Sesli mesaj bırakmak yerine mesaj atmak ise karşınızdaki kişinin zamanına değer verdiğinizi gösteren ince bir kolaylıktır. Birçok görgü kuralı, diğer insanların değer verdiği şeyleri anladığınızı, bu değerlere saygı gösterdiğinizi ve ihtiyaçlarını karşılamalarına katkı sağladığınızı aktaran davranışlardır. Bazı tuhaf insanlar görgü kurallarını can sıkıcı veya anlamsız rutinler olarak görürler fakat görgü kuralları birbirini tanımayan kişiler birbirleri hakkında izlenimlerde bulunurken önem taşıyan sosyal sinyallerdir. İnsanlar görgüsüz olarak algılandıklarında, başkaları onların arkadaşlıkta veya sosyal bir grupta muhtemelen işbirlikçi ve adil olmayacaklarını varsayabilir.

Görgü kuralları, kulübe şartlı girişinizi sağlayabilecek gizli bir kod veya el sıkışma gibidir. İçeri girdikten sonra da elbette yönetilmesi gereken başka beklentiler olur ama görgü kuralları sizi içeri sokmaya ve pozitif bir momentum sağlamaya yetebilir. İnsanların terbiyeli olması, onların grubun sosyal veya ahlaki değerlerini taşıdıklarını akla getirir. Önde gelen ahlak araştırmacılarından Jonathan Haidt, "ahlakın insanları birbirine bağladığını ve var ettiğini" ileri sürer. Haidt insanların, sosyal beklentileri

karşılıyıp karşılamadıkları ile ilgili içgüdüsel tepkilere dayanarak, karşılarındaki kişilerin ahlaki davranışları veya ahlaki karakteri ile ilgili çok kısa süre içinde yargıda bulunduklarını buldu.

Birçok görgü kuralı, basit ifadeyle, beş geniş ahlaki kategoriyle ilişkilidir: zarar vermemek, adil olmak, arkadaşlarını veya grubunu desteklemek, otoriteye saygı göstermek ve görgüsüz olmamak. Bu kategorilerle, çeşitli sosyal beklentilerin arkasındaki mantığı görmek daha kolaydır. Örneğin, insanlar biri hakkında olumsuz yönde dedikodu yaparken, başkalarıyla derdini paylaşmak geçici bir bağ oluşturabilir. Ancak dedikodu aynı zamanda bir başkasının grup üyeleri arasındaki namına zarar vermeye ve grubun bütünlüğünü bozmaya istekli olduklarına dair zımni sinyaller de gönderir.

İnsanlar dakik olduklarında, bir etkinlikte uygun giyindiklerinde veya bir arkadaşlarının resitaline çiçek götürdüklerinde, bu davranışların beklentileri karşıladığına ve diğer insanlara saygı gösterdikleri mesajını verdiği genellikle güvenebilirler. Bu kasti çaba, diğer insanlara düşünceli olduğunuzu ve onların çabalarını da destekleyecek ve kolaylaştıracak şekilde davranmaya istekli olduğunuzu gösterir. Bu da tuhaf insanlar açısından özellikle yardım edecek türden bir mesajdır.

Görgü kuralları, tuhaf insanların bir etkileşimdeki ilk adımların bazılarını tahmin edebilmeleri için bir yol sunar ve toplumsal inceliklerin sistematik doğası da yapısal düşünce şekilleri için çok uygundur. Bu yüzden ki görgü kuralları umut vaat eden bir dayanak noktasıdır fakat tuhaf insanların sosyal hayata katılımının bu gizli kurallarında ustalaşmak adına odaklarını değiştirebilmek için birbiriyle uyumlu çabalar sarf etmesi gerekir.

Tuhaf Biri Olarak Arkadaş Edinmek

Görgü kuralları, inceliklidir ve genellikle tuhaf insanların odaklı dikkatlerinin dışında kalır. Tuhaf insanların, moda kurallarına ve masa adabına uyma veya yorumlarının sertliğini yumuşatma ihtimalleri düşüktür. Bazı durumlarda tuhaf insanlar görgü kurallarını veya ince davranışları bilinçli olarak görmezden gelebilirler çünkü bunların daha önemli bir sonuca ulaşmalarının önündeki engeller olarak düşünürler. Fakat birçok durumda, tuhaf bireyler, uygun görgü kuralının ne olduğunu gerçekten bilmez veya davranışlarının başka insanlar tarafından niye kaba olarak algılandığından emin değildir. Bu durum, tuhaf insanların yeni tanıştıkları insanlarla etkileşim kurarken hatalı adımlar atmasına sebep olabilir çünkü önceki sosyal beklentiler sorgulanır ve bu da onların adil veya kibar yönleri gibi iyi özelliklerine dikkat edilmemesine neden olabilir.

AHLAKİ KATEGORİLER	HER BİR AHLAKİ KATEGORİYE DENK GELEN GÖRGÜ KURALI
Zarar vermemek	Zorbalık yapmamak, bir hatayı ifşa etmemek.
Adil olmak	Paylaşmak, iyiliğe sırayla karşılık vermek, aldatmamak.
Grubunu desteklemek	Dedikodu yapmamak, başkalarının başarılarını kutlamak.
Otoriteye saygı göstermek	Dakik olmak, ortama uygun giyinmek, geleneklere saygı göstermek.
Görgüsüz olmamak	Duş almak, ağız kapalı çiğnemek, insan içinde temizlenmemek.

Şekil 7.1 Ahlaki davranışların beş kategorisi ve bu ahlaki beklentilerle uyumlu görgü kuralı örnekleri

Tuhaf insanların arkadaşlıkları üzerine yapılan birkaç incelemede, sonuçlar genellikle tuhaf insanların çocukken ve yetişkinliğinin ilk yıllarında arkadaşlık edinmede ve arkadaşlıklarını sürdürmede zorlandığını gösteriyor. Tuhaf bireylerin arkadaşlıkları üzerine yapılan bir araştırmada Virginia Commonwealth Üniversitesi'nden Lisa Jobe ve Susan Williams White, tuhaf bireylerin yakın arkadaşlık ve yalnızlık bakımından tuhaf olmayan bireylerden farklı olup olmadıklarını incelemek üzere bir grup üniversite öğrencisiyle anket yaptılar. Jobe ve White, tuhaf katılımcıların yakın arkadaşlık süresinin (4,5 yıl) tuhaf olmayan katılımcılarınkine (8 yıl) kıyasla daha kısa olduğunu keşfettiler. Bu da tuhaf bireylerin yakın arkadaşlar edinmelerinin, bunları sürdürmelerinin veya her ikisini de biraz başarabilmelerinin daha uzun zaman aldığını gösteriyor. Aynı zamanda katılımcıların sosyal açıdan tuhaf olma seviyelerinin yüksek yalnızlık seviyeleri ile yakın bağlantılı olduğunu da keşfettiler. Yalnızlık seviyelerinin yüksek olmasıysa sosyal olayları anlamada zorlanmaları ve sosyal beceri eksiklikleriyle açıklanıyordu.

Tuhaf insanlar için iyi haber, görgü kuralları birçok sosyal senaryoya benzer ve genel sosyal durumlarda kullanılabilecek “eğer şöyleyse o zaman...” kurallarını takip eder. Arkadaşınız size yemek hazırlıyorsa yanınızda bir şeyler getirmeyi ve masayı toplamayı teklif etmelisiniz. Kadınsanız ve bir düğüne gidecekseniz beyaz giymemelisiniz. Terbiyeli olmak, sosyal etkileşimlerin tuhaf insanlar için genellikle en zor kısmı olan ilk kısmı olan ilk evrelerinde yönünü bulmak için belirsizliğe nispeten yer vermeyen bir yol sunar. Karizmatik veya komik olmanın zorluğunun aksine görgü kuralları, sosyal etkileşimler arasında çalışılabilecek ve prova edilebilecek tahmin edilebilir kurallara dayanır.

Tuhaf insanlar açısından görgü kurallarını çalışmak, sosyal becerileri geliştirmek ve daha da önemlisi bir durumda hangi davra-

nışın adil veya nazik olduğunu önceden düşünmek için yapısal bir yol sunar. Tuhaf bireyler, rutine ve sistemlere olan doğal tercihlerini görgü kurallarında uzmanlaşmaya çevirirlerse etkileşimlerin ilk safhalarını tahmin etmek için bir yöntem geliştirirler ve bu da bu beklentilerle nasıl başa çıkacaklarına ilişkin sorulara karşı onları uyarır. Görgü kuralları, sosyal durumlardaki tahmin edilemezlik oranını düşürerek tuhaf insanların gerçekten ânı yaşayamaya odaklanmalarını sağlar ve zihinsel kaynaklarını serbest bırakıp birçok sosyal etkileşimde önünde sonunda gerçekleşen tahmin edilemeyen şeylerde daha iyi doğaçlama yapmalarını sağlar.

Bazı görgü kurallarının modası geçmiştir veya farklı altkültürler arasında farklılık gösterirler. Bu yüzden insanlar, düşünce-li olmakla aşırıya kaçmak arasındaki ince noktayı bulmaya çalışırlar. Antropolog Frank Boas, bu nosyonu şu cümleleriyle gayet güzel ifade etmiştir: "...nezaketi, alçak gönüllülüğü, iyi terbiyeyi ve belli etnik standartları oluşturan yapılar evrensel değildir." Tuhafliklarının bir kısmı, beklenti gayriresmî davranılmasıyken katı bir şekilde resmî davranışlar sergilemelerinden kaynaklanan tuhaf insanlara rastlayabilirsiniz. Bir plaj partisine fazla resmî giyinerek gelebilirler veya 1950'lerden gelmiş gibi konuşabilirler. Bazen, baskı tarihine ve bazı bilgilerin modasının geçip geçmediğine bakmaksızın görgü kuralları ile alakalı bir kitap okudukları için öyle konuştuklarını anlarsınız.

Elli yıl önce görgü kuralları üzerine yayınlanan kitaplardaki en büyük eksiklik belki de çevrimiçi sosyalleşmeyi öğretmemeleridir. E-posta, sosyal medya ve diğer çevrimiçi platformlar, cep telefonlarımız ve bilgisayarlarımız aracılığıyla sosyal etkileşimin her an her yerde olmasını sağladı. Her an ortaya çıkan bu sosyalleşme biçimi, beraberinde öğrenilmesi gereken yeni beklentiler getiriyor ve başkalarının gerçek hayatta ve çevrimiçi beklentilerini

nasıl birleştireceğimize dair bir kafa karışıklığı yaratıyor. Bununla birlikte, çevrimiçi sosyalleşme, tuhaf insanların tutkuyla bağlı oldukları benzersiz eşsiz ilgi alanlarını paylaşan insanlarla iletişim kurmaları için yeni fırsatlar da yaratmaktadır.

2011 yılında Facebook'taki aylık kullanıcı sayısı 372 milyonken bu sayı 2015'te günlük bir milyar kullanıcının üzerine çıktı. Dünyanın üçte biri Facebook'ta ve milenyum kuşağı uyanır uyanmaz Facebook hesabını kontrol ediyor. İnsanlar bazen sosyal medya bağımlılığımızdan yakınsa da birçoğumuz bir şeyleri kaçırma endişesiyle Facebook, Twitter, Instagram veya Snapchat hesaplarımızdaki en son haberleri kontrol etmeden duramıyoruz. Sosyal medya, daha önce eşi benzeri görülmemiş miktarda sosyal bilgiyi ulaşılabilir kıldı ve bu bilgi yoğunluğu hangisinin yararlı olduğunu ve bunlara tam olarak nasıl tepki vermesi gerektiğini anlamakta zorluk çeken insanlara fazla gelebilir.

Çevrimiçi sosyalleşmenin birincil zorluğu, insanların binlerce yıldır güvendiği birçok sosyal ipucunun internet üzerinde mevcut olmamasıdır. Bir mesaj yüz yüze değil de çevrimiçi verildiğinde, karşımızdakinin bize tam olarak ne söylemek istediğini merak etmemiz normaldir. Her mesajını “!!!” işaretiyle bitiren bir arkadaşınız bir mesajını durup dururken nokta ile bitirirse yanlış bir şey yapıp yapmadığınızı merak edebilirsiniz. İşyerinde patronunuzun bir kelimeyi **VURGULAMAK** için mi yoksa **KIZGIN** olduğu için mi büyük harflerle yazdığını merak edebilirsiniz. New York Üniversitesi'nden Justin Kruger ve meslektaşları, insanlara e-posta ve sözlü iletişimde verilmek istenen mesajın ciddi mi yoksa kinayeli mi olduğunu anlayıp anlamadıklarını sordular. Katılımcılar, e-posta ile gönderilen mesajın kinayeli mi yoksa ciddi mi olduğunu %56 oranında doğru bilirken sözlü iletişimde bu oran %73'e çıkıyordu. Sosyal ağların evriminde bir sorun yok ancak her yeni sınır

gibi bu aracı da sosyalleşmede nasıl en iyi şekilde kullanacağımıza dair bilinmezlikler mevcut.

Fakat internet, sosyal medya yaygınlaşmadan önce nadir görülen ilgi alanlarına tutku besleyen tuhaf bireyler için büyük rahatlık sağlamıştır. Oyunlar, çizgi romanlar ve başka ilgi alanları bir zamanlar uç görüşler olarak kabul ediliyordu ve benzer alanlara tutkuyla ilgi duyan insanlar birbirini bulmakta zorlanıyordu. Örneğin kırsal alanlarda yaşayan ve film çekmeyi veya kod yazmayı öğrenmek isteyen çocukların birinci kalite tavsiyeler ya da destekleyici topluluklar bulmaları çok zordu. Oysa çevrimiçi topluluklar, insanların büyük miktarlarda bilgi toplamalarına ve birbirleriyle iletişim kurmalarına olanak tanıyor. İnternet üzerindeki hayatı iyi giden bir birey için internet, onaylandığı bir yer olabilir ve bağlantı kurduğu hissini yaşatabilir. Bazı tuhaf bireyler ilk tanışmalarını çevrimiçi yaptıklarında kendilerini daha rahat hissederek çünkü sözsüz ipuçları, sesli ipuçları ve yüz ifadeleri gibi sosyal ipuçlarıyla uğraşmaları gerekmez. Bu sosyal ipuçları herkes için ortadan kalktığında, işlenmesi gereken daha az sosyal bilgi olacağından tuhaf bireylerin iletişim kurmaları gerçekten de kolaylaşabilir.

Ancak çevrimiçi araçlar, ait olma ihtiyacımızı karşılamak için yeterli değildir. Gerçekten bağlantı kurabildiğini ve ait olacağı bir yer bulduğunu hissetmek için birçok insanın arkadaşlarıyla yüz yüze görüşmesi gerekir. Çevrimiçi sosyalleşme ile alakalı yeni araştırmalar, çevrimiçi araçların insanlarla yüz yüze buluşmak için katalizör olarak veya arkadaşlarıyla tatminkâr düzeyde şahsen etkileşim kuranlar için tamamlayıcı olarak işe yaradığını öne sürüyor. En iyi uygulama, çevrimiçi iletişimi bir şeyleri sürdürmek veya devam eden arkadaşlıkların sayısını artırmak için kullanmak ve yüz yüze iletişime geçildiğinde de bu amaçla kullanılan araçları

kapatmaktır. Çevrimiçi sosyalleşme, tuhaf insanlara yeni arkadaşlıklar edinmede harika bir yol sunsa da çevrimiçi iletişimlerin öğrenilmesi ve uyulması gereken beklentileri vardır.

Bir mesajı veya e-postayı açtığımızda ya da sosyal medyaya girdiğimizde henüz açık şekilde belirlenmemiş ve farklı platformlarda değişebilecek nispeten belirsiz bir grup sosyal beklentiyle karşılaşırız. Örneğin, fikirlerimizi belirttiğimiz sıralı paylaşımlar Twitter'da normalken Facebook'ta can sıkıcı olur; satın almak istediğiniz bir fırını Pinterest'te paylaşmanız sorun değilken Instagram'da paylaşmanız pek eğlenceli olmaz; Cancun'daki bir köpük partisinde çekilen bikinili bir fotoğrafınız Instagram için müthiştir fakat LinkedIn'de paylaşırsanız kariyerinizi bitirebilir. Facebook'un ilk yıllarında, evdeki işleri, spor salonundaki yer bildirimleri veya günlük işe gidip gelme yolculuklarıyla ilgili paylaşımların diğer kullanıcıların çok da öğrenmek isteyeceği sosyal bilgiler olmadığını kullanıcıların anlamaları birkaç yıl sürdü. Instagram ise kullanıcılarından çok daha farklı beklentiler içerisinde olan farklı bir sosyal medya ortamı olarak karşımıza çıktı: Yaptığınız sağlıklı bir yemeğin (#nefis), yediğiniz onca sağlıklı yemekten sonra artık görülebilir kıvamdaki karın kaslarınızın (#mutlu) veya işten eve giderken çektiğiniz bir gün batımı fotoğrafını (#tehlikeli) paylaşmanız bu platformda çok normal bir davranıştır.

İnsanlar, bir yandan çevrimiçi kimliklerini anlamakta, bir yandan da çevrimiçi hayatlarını gerçek hayattaki arkadaşlıklarıyla nasıl bağdaştıracaklarını anlamakta zorlanırlar. İnsanların sosyal medyayı pek umursamadığını söylemeleri toplumsal olarak arzu edilse de gerçekte birçok insan bir fotoğraf veya bağlantı paylaştıktan sonra hatırı sayılır miktarda beğeni ya da yorum alıp almadığını görmek için gergin bir şekilde telefonunu dakikada bir kontrol ediyor. Buradan insanların, paylaşımlarının beğeni sayısının arkadaşları

arasındaki sosyal statüsünü yansıttığını veya sosyal statülerini etkileyebileceğini düşündüklerini çıkarabiliriz. Ancak çevrimiçi popüler olmanın gerçek hayatta hoşlanılan biri olmaya dönüştüğüne dair elimizde herhangi bir kanıt var mı?

İnsanların çevrimiçi davranışları ile gerçek hayattaki sosyal hayatlarının incelendiği erken araştırma bulguları, ikisi arasında şaşırtıcı derecede küçük farklılıklar olduğunu ortaya çıkarmıştır. İncelediğim araştırmalardaki en ilginç sonuçlar, çevrimiçi davranışlar ve popülerlik ile hoşlanılan biri olma arasındaki bağlantıyla ilgiliydi. İtibarlı biri olmakla topluma faydalı biri olmanın aynı şey olmadığını zaten biliyoruz fakat sosyal medya evreninde kaybolmuş biri bu kuralı kolayca unutabilir.

Zorana Ivcevic ve Nalini Ambady, sosyal eğilim ve sosyal medya üzerine ilginç bir çalışma yürüttüler. Kullanıcıların “Büyük Beşli” adı verilen kişisel özelliklerinin (dışa dönüklük, açıklık, hoşluk, vicdanlı olma ve nevrotiklik) Facebook’taki davranışları ile bağlantılı olup olmadığını araştırmak istediler. Araştırmacıların Facebook faaliyetlerini üç hafta izlemesine izin veren 99 üniversite öğrencisi ile anlaştılar. Ivcevic ve Ambady, toplum yanlısı bakış açılarına karşılık gelen bir özellik olan hoşluk oranı yüksek katılımcıların, arkadaşlarına duygusal destek vermek dışında Facebook’ta genellikle daha az paylaşım yaptıklarını gözlemlediler. Aynı zamanda insanların, hoşluk düzeyi yüksek olan insanlarla sosyal medya etkileşimleri başlatma ihtimalinin de daha yüksek olduğunu buldular.

Bu bulgular ve başka çalışmalardan alınan benzer sonuçlar, gerçek hayatta hoşlanılan biri olmanın ve çevrimiçinde hoşlanılan biri olmanın aynı temel faktörden kaynaklandığını gösteriyor: Adil, nazik ve sadık olmak için toplum yanlısı bir eğilime sahip olmak.

Damlayan Sosyal Ekonomi

Brock zamanla harika bir tenis oyuncusu ve benim de daha yakın arkadaşım oldu. Bazen geçtiğimiz yirmi yılda gerçekleşen önemli sosyal değişikliklerle nasıl başa çıkardı diye merak ediyorum. Geleneksel görgü kurallarının yavaş yavaş düşüşe geçmesi veya aralıksız selfie yağmuru ile ilgili birkaç küfür savururdu belki ama cömert, adil ve sadık olma eğilimini değiştireceğini ve diğer insanlarda da bu özellikleri bulmak için elinden geleni yapmaktan vazgeçeceğini düşünmüyorum. Hayatımda bazı sıkıntılarla karşılaştığımda Brock'un benzer durumlarla nasıl baş edeceğini sıklıkla merak ederim veya teşvik edici ne tür cümleler kuracağını hayal etmeye çalışırım.

Brock, sosyal hayata olan yaklaşımımı iyi anlamda değiştiren birkaç arkadaşımdan biriydi. Küçük beklentileri karşılayarak sosyal hayata kendimi nasıl kabul ettireceğimi kara kara düşünmek yerine her olaya "Nasil katkıda bulunabilirim?" diye sorarak yaklaşırsam ayrıntıların kendi başlarının çaresine baktığını görmeye başladım. Topluma faydalı olan bu tutumu sürdürürsem bazı sosyal durumları yanlışlıkla yüzüme gözüme bulaştırdığım veya bir beklentiye başkalarını kırarak biçimde yanlış ele aldığım zamanlar için bir tampon oluştuyordum. Fakat aynı zamanda, diğer insanlara iyi niyetle yaklaşmanın ve proaktif şekilde onlara yatırım yapmanın herkese sosyal sermaye kazandırdığını ve topluma faydalı tutumların sosyal grupların içinden sızarak onları birbirine bağladığını fark ettim.

Kurduğunuz arkadaşlıkların sizi değiştirmesini beklemek iyi bir fikir değil bence ama bazen sizi şaşırtıcı derecede etkileyerek dünyaya bakış açınızı uzun vadede değiştirecek arkadaşlar bulacak kadar şanslı olursunuz. Brock beni sosyal durumlara her zaman tepkili olan birinden proaktif bir şekilde karşı tarafa neyi nasıl verebileceğini önceden düşünen birine dönüştürdü.

Bir kişinin gerçek karakterini, pek bir çıkarı olmayan birine nasıl davrandığına ve zor bir durumdayken davranışlarına bakarak anlayabilirsiniz derler. Üniversitenin ilk yılında Brock'a ölümcül kanser tanısı konduğunda sanırım gerçek karakterini görebildim.

Brock'un hayatının bu en zor döneminde, çektiği sıkıntı başkalarına değer verme biçimini daha da görünür kılmış gibiydi. Hastane yemeğinden veya hemşirelerin kanını almayı becerememesinden hiç şikâyet etmedi. Kelleşen kafasının ne kadar parlak olduğu ile ilgili şakalar yapardı ve garip hastane giysilerinin modanın bir üst basamağı olduğunu söylerdi. Brock'u ne zaman hastane odasında ziyarete gitsem zamanımı ayırıp onu görmeye gittiğim için ne kadar minnettar olduğunu belirtir ve o güçsüz hâlinde bile doğrulup bana bir bardak su koymaya çalışırdı. Hastane odasına tıkılıp kaldığı için hiçbirini deneyimleme şansı olmadığı hâlde üniversitedeki küçük zaferlerimi gerçekten ilgiyle dinlemek isterdi ve onunkiler benimkilerden çok daha büyük olsa da yaşadığım zorlukları samimi bir şekilde duymak isterdi.

Brock, diğer insanların onun önemsemediği sosyal beklentilere sahip olmasına saygı duydu ve bazen garip davransa da adil, nazik ve sadık bir insan olduğunu bildikleri için kimse bu davranışlarını önemsemedi. Sonunda, tüm bu yol gösterici prensipler onu herkesin arkadaş olmak isteyeceği ve özendiği biri yapmaya fazlasıyla yetti.

BÖLÜM 8

FLÖRT ETME VE SEKS ÇOK TUHAF

Dokuzuncu sınıfın baharında Koç Arfsten, dört haftalık bir golf antrenmanı düzenledi. Biz de futbol sahasında düz yüzlü golf sopalarımız ve 3 iron'larımızla dolaşıp durduk. 1980'lerin standart fiziksel eğitim üniformalarını giydiğimiz için büyük ihtimalle birçok gerçek golf sahasından geri çevrilirdik. 13 cm'lik kırmızı naylon şortlarımız çok kısa ve çok dardı. Dar beyaz tişörtlerimizse şortlarımızın hemen üstünde bitiyordu.

Sekiz aylık okul ve üç haftalık golf maceramızdan sonra, daha fazla heyecan arayan yeniyetmeler için çok yavaş olan oyundan sıkıldık. Aradığımız değişiklik, grubumun beşinci deliğın etrafında toplandığı bulutlu bir öğleden sonra geldi. İki büyük köpek başlama noktasının yanında birbirine yaklaştı ve birbirlerinin etrafında sanki yin yang yaparmış gibi daire çizmeye başladı. Eğlenceli yani uygunsuz bir şeyler olacağının hemen farkına vardık.

Köpekler hevesle birbirini kokladı ve bu tam da ergenleri zevkle kıkırdatabilecek tipte bir ilkel hareketti. Erkek köpek, dışının sarhoş edici kokusu karşısında heyecanlanınca arka beyindeki bir mekanizma kırmızı roketini refleks olarak ateşledi. Eğlence ve dehşet içerisinde sürüsünü çağıran vahşi bir hayvanın çağrısı gibi tüm sahada yankılanan, eğlence ve dehşet karışımı gürültülü bir kahkaha patlattık. Herkes elindeki sopayı bırakıp olayı görmek için beşinci deliğe koştu. Koklama durup köpekler yin yang oluşumunu bozana kadar etraflarında dikilip ilkel bir keyifle güleştük. Güleşlerimiz

gergin bir bekleyişe dönüştüğündeyse ortam o kadar sessizdi ki golf topu tutacağıının çime düştüğünü duyabilirdiniz.

Bu deneysel biyoloji dersinin zirve noktası, en sonunda hevesli erkek pitbull'un şaşırtıcı derecede ilgisiz görünen dişi dakhund'un üzerine çıkmasıyla gerçekleşti. İkilinin girdiği garip şekillerin kombinasyonu ve beklenmedik çevikliği karşısında afallamıştık. Erkek pitbull'un heyecanı daha ziyade bir işçinin kararlılığına dönüşünce ortam daha da sessizleşti.

Chrissy Silus, birden çığlık attı. Büyük yeşil gözleri o kadar açılmıştı ki yaşadığı dehşet çizgi filmleri andırıyordu. Eliyle ağzını kapatmıştı ve işaret parmağı duyduğu korkunun kaynağını işaret ediyordu. Gözlerimiz işaret parmağının yönünü izledi ve Timmy Johnson'ın kırmızı dar spor şortunda durdu. Timmy de kendi roketini ateşlemişti ve Chrissy Silus, kimsenin ihtiyacı olmayan duyuruyu yaptı: "Timmy erekte olmuş!"

Golf sahasının beşinci deliğinin bulunduğu kısım, verilebilecek en ağırbaşlı tepkiyi veren zavallı Timmy için her türlü korunaktan çok uzaktı. Timmy, 180 derecelik yavaş bir dönüş yaptı ve elleri kırmızı şortunun önünde, hareketsiz dikildi. Grubun bir an kararsız kaldığı tuhaf bir duraklamadan sonra, geri kalan hepimiz golfe bir anda yeniden ilgi duyar olduk. Sınıf, Timmy'e karşı şaşırtıcı derecede empatik bir tepki verdi, bu tuhaf ânı daha da kötüleştirmek için sessiz bir anlaşma yapılmış gibiydi. Herkes hızlı bir şekilde kendi deliğinin başına döndü ve Timmy soyunma odasına dönerken hiç kimse gözlerini sopasından ve deliğinden ayırmadı.

Timmy'nin o an neden kırmızı bir çadır kurduğunu bilmediğine eminim. Gece geç vakitte dinlediğimiz Dr. Ruth'un radyo şovunda bahsedilen o cinsel sapkınlardan biri olup olmadığını merak etmiş olabilir. Köpeklerin çiftleşme gösterisi sırasında gerçekleşen Timmy'nin yanlış zamanlamalı ereksiyonu, büyük ihtimalle sade-

ce bir korelasyon örneğiydi; eşitleyen bir nedensellik değil. Fakat ergenliğin bu kadar tuhaf olmasının sebeplerinden biri, fiziksel ve psikolojik değişiklikler ölçüsüz biçimde gerçekleşirken, romantik ilgimizin çoğumuzun hayatımız boyunca karşılaşacağımız en zorlu sosyal beklentileri deneyerek öğrenirken başlamasıdır.

Ergenlik çağında dünya çok yoğun, hızlı ve tahmin edilemez görünür. Hormonlarımız yatıştıkça ve biz daha karmaşık sosyal beklentilere alıştıkça işler kolaylaşır ama hepimiz bir sosyal alanı anlamada yavaş kalırız: Romantik ilişkilerimizi yönetmek. Hatta yetişkinen bile flört etmenin çok yoğun, hızlı ve hiç olmadığı kadar tahmin edilemez olduğunu düşünerek bunalabiliriz. Flörtün tuhaflığının bir kısmı bu benzersiz ilişki tipinin doğasında vardır fakat ilişkiye geçme kurallarının her zamankinden daha belirsiz olduğu teknolojik flört çağından kaynaklanan yeni bir tuhafliklar da var.

Romantik İlişkilerdeki “Romantiğe” Ne Oldu?

Flört etmenin tuhaf olduğunu düşünüyorsanız kesinlikle yalnız değilsiniz. Aslında, flört ve seks artık o kadar tuhaf bir hâl aldı ki tuhaf insanların flört etmede tuhaf olmayan insanlardan daha fazla zorlandığını söylemek artık çok zor. Modern flörtün kafa karıştırıcı doğası, binlerce yıldır evlilik olan geleneksel son aşamasının sadece birkaç on yılda önemli ölçüde değişmesi gerçeğiyle başlar. Hayat boyu bağlılık, hareket eden bir hedefe dönüştü ve bu durum da bekârlığın nerede başlayıp nerede sona erdiğini belirlemeyi zorlaştırdı.

Güzel geçen ilk buluşmadan sonra vermek istediğiniz şu basit mesajı düşünün: “Güzel vakit geçirdim. Tekrar görüşmek isterim.” Fakat modern bir bekâr için bu basit mesajı vermek çok kafa karıştırıcı. Telefonda mı mesaj atmalısınız, flört etme uygulamasından mı? Yoksa cüret edip aramalı mısınız? Mesaj atacaksanız emoji kul-

lanmalı mısınız? Mesajınızı nokta ile mi, ünlem işaret ile mi yoksa herhangi bir şey koymadan mı sonlandırmalısınız? Mesajı eve gittiğinizde mi, bir sonraki gün mü yoksa buluştuğunuz günden yeterli zaman sonra izleyen haftanın ortasında ama bir sonraki haftaya çok yakın olmayacak bir günde mi atmalısınız? Tüm bu küçük detayların her biri karşımızdaki insandan hoşlanmadığımızın veya beşinci seviye bir yapışkan olduğumuzun sinyalini verebilen büyük kararlara dönüşerek zihinlerimizde psikolojik bir momentum kazandırır. Doğru hareketin ne olduğuna dair çok fazla belirsizlik mevcut olduğu için durum akışında ilerlemek yerine sizi bir şeye zorluyormuş gibi hissettirir. Diğer bir deyişle durum tuhaflaştır.

2013 yılındaki tüm yaş gruplarında mevcut durumda evli olmayan insan oranı, %48'lik bekâr yetişkin oranıyla en yüksek seviyeye ulaştı. Oranın bu kadar yüksek olması kısmen ilk evliliklerin %41'nin boşanma ile sonuçlanmasından kaynaklansa da hiç evlenmemiş olanların oranının daha yüksek olması da etkilidir. Pew Araştırma Merkezi'nin düzenlediği bir rapora göre 1960 yılında yaşı 18 ila 32 olan genç yetişkinlerin %68'i evliydi. Bu evlilik oranı, 1997'de yüksek bir düşüşle %48'e ulaştı ve 2013'e kadar 18 ile 32 yaş aralığındaki insanların evlilik oranı %26'ya düştü.

Bazı sosyologlar milenyum kuşağının evlenmek için daha uzun süre beklediğini öne sürse de ben bu varsayımı kesin sebep olarak görmüyorum. Yine Pew Araştırma Merkezi'nin düzenlediği 2010 yılındaki bir rapora göre yaşı 18 ila 29 arasındaki milenyum kuşağı katılımcıları ile yaşı 50 ila 64 yaşındaki boomer kuşağı¹ katılımcıları arasında evliliğe bakış açısında değişiklikler gözlemlenmiş. Boomer kuşağına (%34) kıyasla, milenyum kuşağı (%44), evliliğin modasının geçtiğini daha çok düşünüyor ve milenyum kuşağı (%46), yeni aile

1 İkinci Dünya Savaşı ile Soğuk Savaş dönemi arasında doğan kuşak. – ed. n.

düzenlemelerinin iyi bir şey olduğunu boomer kuşağına (%28) kıyasla daha sık ifade ediyor. Evliliğin ertelenmesi fikrine ve genç yetişkinlerin evlenmeye daha az hevesli olmasına oldukça agnostik bakıyorum fakat bu değişiklikler gerçekten önemli bir soruyu da akıllara getiriyor: Yetişkinler evlilikle ilgili şeyler yapmıyorlarsa ne yapıyorlar?

Flört etme uygulamalarının ve yatak arkadaşlıklarının çağında bu bazılarınızı şaşırtabilir ama Pew ve Gallup araştırmalarına göre çoğu insan hâlâ özü olan romantik bir ilişki kurmak istiyor. Milenyum kuşağındaki bekâr yetişkinlerin çoğunluğu, bir gün evlenmeyi umduğunu söylerken (%70) tüm yaş gruplarındaki bekârların evlenmeyi veya yeniden evlenmeyi isteme oranı %87. Çoğu insan hâlâ ömrünün sonuna kadar mutlu yaşayacağı bir aşk arıyor. Ancak ister flört etme oyununa geri dönmüş boşanmış biri olsun isterse düzgün birini bulmak için Tinder veya Bumble kullanan bir milenyum çocuğu olsun çoğu bekâr size bunun çok zor bir şey olduğunu söyleyecektir.

Arkadaşlık Alanını Kendi Menfaatine Kullanmak

Âşık olmak, kategorik bir değişkendir. Kimsenin “biraz âşık oldum” dediğini duymazsınız. İnsanlar âşık olduklarında tam olarak ve sıkı bir şekilde âşık olurlar. İnsan ömründe yalnızca birkaç kez olsa da tarifi şaşırtıcı derecede basittir. İki malzemesi vardır: hoşlanma ve şehvet. Her iki malzemedenden de yeterli miktarda varsa insanlar büyük olasılıkla âşık oldukları o taşma noktasına ulaşabilirler.

Evlenme yaşı 22’yken ve insanlar kiminle evleneceklerine âşık olup olmadıklarına dayanarak karar veriyorken flört etmenin hedefi oldukça açıktı: Sadece âşık olabileceğin insanlarla flört et. Ne var ki hedef evliliği yirmilerin sonlarına veya otuzların başlarına ertelemek olduğunda, yirmili yaşlarda tuhaf bir zaman boşluğu ya-

ratılmış oldu. Kişi flört etmeye 15 yaşında başlar ve büyük olasılıkla 22 yaşına kadar evlenmiş olursa birini elinde tutacak yedi yılı var demektir. Fakat flört etmeye 15 yaşında başlayıp muhtemelen 29 yaşında evlenmiş olursa bu süre ikiye katlanarak 14 yıla yükselir.

Modern flört, 19:00'dan 21:00'e alınan bir akşam yemeğine ev sahipliği yapmaya benzer. Ördeği erkenden fırına vermek ve geç saate alınan akşam yemeğini beklerken karnınızı tika basa doyurmak istemezsiniz ama bu arada acıkırsınız da. Bir şeyler atıştırmaya karar verirsiniz. Birkaç küçük havuçla sağlıklı başlarsınız, sonra havuçların yanına biraz sosunun iyi gideceğini düşünürsünüz ve daha doyurucu olan çabuk ısıtılan böreklere geçmeye karar verirsiniz. Sonra bir bakmışsınız kavanozdan Nutella kaşıkliyorsunuz. Yiyeceklerin kalitesindeki düşüş hoşunuza gitmez ve neden en başında atıştırmaya başladığınızı birden merak edersiniz.

Aşk bulmak isteyen ama o kadar da çabuk olmasın diyen modern bekârın hayatı da tıpkı böyledir. Şahsen, insanların bekâr ve evli hayatlarını en güzel şekilde geçirmelerinin harika bir şey olduğunu düşünüyorum ama bu hesabı dengelemek zordur. Akşam yemeği partisinin titiz ev sahibi gibi, bekârlar da ana yemeği pişirmeye çok erkenden başlamak istemezler. Bir diğer deyişle, âşık olmak vaatlere yol açacağından ve vaatler de kişinin bağımsızlığını ihlal edebileceğinden âşık olmayı ertelemeye çabalarlar. İnsanlar âşık olduğunda, ortada bir "biz" olup olmadığının konuşulması, evcil hayvanlara beraber bakılması, birlikte yaşamak ve en sonunda E ile başlayan konunun açılmasını içeren doğal bir ilerleme vardır. İnsanlar bağıllığın doğal ilerlemesini ertelemek için çok uğraştıklarında, ilişki fırına çok erken verildiği için ısı lambasının altında tadını kaybedip iyi pişmiş kıvamı geçerek kuruyan bir ördeğe benzeyebilir.

Bu tür bir yavan ördek ilişkisinden kaçınmak için, âşık olmanın önüne geçmek ama aynı zamanda da flört etmek isteyen insanla-

rın üç stratejik seçeneği vardır ama üç strateji de adı bağıllık olan dikkatle geçilmesi gereken kaygan bir eğim içerir. İlk strateji, biraz hoşlandığınız biraz da şehvet duyduğunuz ama ikisini de çok fazla hissetmediğiniz birini bulmaktır. İki gerekli malzeme de elinizde işe koyulduğunuzdan tehlikeli bir stratejidir ve bazı insanların sadece şehvet ya da hoşlanma+çıkarlar türü flört stratejisine kaymasına neden olabilir.

Sadece şehvete dayalı yaklaşım, insanların fiziksel yakınlık kurma ihtiyaçları olduğunun farkında olan ve bu ihtiyaçları tam zamanlı bir sevgiliyle karşılamak istemeyen bekârlar tarafından benimsenir. Çevrimiçi flört uygulamalarının gelişiyle bu yaklaşımı uygulamak kolaylaşmakta çünkü birçok teknoloji tabanlı flört ederken ana filtre, kullanıcıların potansiyel partnerin fiziksel çekiciliğini ölçebileceği temel yol olan profil fotoğrafıdır. Kişi sadece şehvete dayalı flört etmeyi planlıyorsa bazı uygulamalar tek başına arayüzden dolayı değil, uygulama metropollerden görünüşe göre sınırsız seçenek sunduğu için de geçici bir partneri etkin olarak bulmak için ideal ortamdır. Üçüncü strateji ise şehvet olmadan hoşlanma yöntemidir. Bu yöntem, bir arkadaşı cinsel ilişki de yaşanan bir arkadaşla çevirerek arkadaş bölgesini yeniden belirlemeyi içerir.

Sadece şehvete ya da hoşlanma+çıkarlara dayalı stratejideki sorun, şehvet ve arkadaşlık bölgelerinin kesin bir çizgiyle ayrılmamış olmasıdır. Büyük bir nehirle düzgün şekilde ayrılan şehirlere değil, bir haritada şehirleri veya siyasi bir partinin oy tabanını optimize etmek için belirlenmiş sezgisel olmayan oy bölgelerini birbirinden ayıran eğri büğrü çizgilere benzerler. Akşam yemeği, öpüşme ve sarılarak uyuma gibi romantik boşlukları dolduracak güven verici bir arkadaş size fiziksel olarak daha çekici görünmeye başladığında, arkadaşlık ile seks arasındaki çizgiyi yeniden düzenlemek cezbedici görünebilir. Yalnızca şehvete dayalı stratejiyi kullanan insanlar,

duygusal yakınlık ile seksi ayırmanın kolay olduğunu düşünebilirler fakat birçok insan, fiziksel yakınlığın uykuda olması beklenen yakınlık hislerini uyandırabileceğini düşünür.

Benzersiz sosyal yetenekler gerektirdiğinden flört etmenin ve seksin her zaman bir miktar tuhaf olduğuna eminim. Ancak eş seçme biçimindeki çarpıcı kültürel değişiklikleri, evlenmeyi umduğumuz yaşı ve flört edilecek yeni insanlar bulmayı her zamankinden daha kolay hâle getiren teknolojik gelişmeleri düşündüğümüzde, flört etmenin nasıl hiç olmadığı kadar tuhaf olabileceği kolayca görebilir.

Evliliğin var olduğu bunca zamanın büyük bir kısmında kiminle evleneceğimizi dert etmemize gerek yoktu çünkü eşlerimiz bizim için seçiliyordu. Evleneceğimiz kişileri kendimizin seçme özgürlüğü, yeni karışıklıkları da beraberinde getirdi ama çoğu insan oyunun “haydi âşık olalım ve liseden veya üniversiteden mezun olur olmaz evlenelim” şeklindeki sonunu benimsiyordu. Ne var ki flört etmekten beklenenler artık çok daha çeşitli, bu da daha fazla özgürlük ama aynı zamanda diğer kişinin ne beklediğine ilişkin daha fazla belirsizlik demek. Birinin sadece arkadaş olmaya, olası başka faydalar sağlayan bir arkadaş olmaya veya âşık olmaya çalışan biri olup olmadığını anlamaya çalışan bekâr bir kişinin, romantik ilişkilere özgü farklı bir sosyal ipuçları lehçesi öğrenmesi gerekiyor ve aşkın dili artık hiç olmadığı kadar çok sayıda lehçeyle konuşuluyor.

Çevrimiçi Flört Etme Bir Tuhaflik Kuluçkası Olabilir

Ortaokuldayken bisikletinizle bir kızın evinin yakınından geçmek, tüyler ürpertici tipik bir hareketti. Ben bisikletimle bir kızın evinin önünden geçerken kızın veya anne ya da babasının camdan dışarı bakıyor olma ihtimaline karşı kayıtsız görünmeye çalışırdım. Ancak sınıftaki kız arkadaşlarımdan tuhaf olmayan çocukların bisikletle

evlerinin önünden geçişleri hakkında konuştuklarını çok sık duyduğumu düşününce sandığım kadar sakin olmadığımı eminim. Bazen bisikletimle bir tur daha atmayı aklımdan geçirirdim ama sonra 11 yaşındaki aklımla sadece deli birinin hoşlandığı biri ile alakalı bu kadar saplantılı olabileceğini düşünürdüm.

Modern bekârlar, interneti bisikletle hoşlandıkları kişinin evinin önünden geçmenin dengi bir eylem için görünmezlik pelerini olarak kullanırlar. İnternetin sunduğu bu anonimlik, insanların potansiyel flörtlerinin eHarmony veya OkCupid profillerini derinlemesine incelemelerine ya da birinin Instagram'daki sosyal tarihini veya Facebook'taki ilişki tarihini araştırmasına imkân tanır. Bu gizli kapaklı ürkütücü durumu uzun süre önce terk ettikleri Myspace profillerinin arşivlerinin derinliklerinde var olabilecek, karakterleriyle ilgili kötü bilgiler veya bazı ipuçları bulmak için potansiyel flörtlerinin ismini Google'da aratacak kadar ileri giderler. Bu, bisikletinizle birinin evine gidip içeri gizlice girerek fotoğraf albümlerine ve günlüğüne göz atmaya benzer. Duşta işemek gibi hepimizin yaptığı ama asla söylemediği o utanç verici davranışlardan biridir bu da.

Bu gizli bilgi toplama operasyonlarından sonra bazen mesaj atmaya karar verebilirsiniz. Mesajı dikkatli bir şekilde yazıp *gönder* tuşuna bastıktan sonra, şişenin içindeki bu mesaja bir cevap gelmesini beklerken anında kaygı duymaya başlarsınız. Bir dakika, iki dakika geçer, yanıt gelmez ya da mesaj yazmak için çok uğraştığını gösteren baloncukları uzun süre seyredersiniz... Mesajınızın ilişkinizi ölümcül biçimde etkileyecek kadar tuhaf olduğuna kendinizi ikna etmeye başlarsınız. Belki de mesajınız çok uzundu ya da yeteri kadar ünlem işareti koymamıştınız ya da akşam yerine öğleden sonra göndermeliydiniz. Ardından hiç beklemediğiniz anda yanıt gelir.

Tüm gün boyunca başınıza gelen en güzel şeydir ama kendinizi toplamalısınız. Umursamıyormuş gibi davranmalısınız. Fazla

hevesli görünmemek için, siz yanıt verene kadar geçen süreyi iki katına çıkararak keyfi bir algoritma kuruverirsiniz. Kasıtlı bekleme oyunun artık kötü bir fikir olduğuna karar verirsiniz çünkü artık mesajının sonundaki “xoxo” (öptüm) ibaresine kafanız takılmıştır. Belki de arkadaşça bir “xoxo”dur; hani Avrupalıların selamlaşırken birbirini her iki yanaktan öpmesi gibi. Ama ya başka bir şey demek istiyorsa? Kendinizi telefonunuza, flört etme uygulamasına veya mesaja bakmaktan alıkoyamazsınız. Bir kelime bile olmayan dört harfli “xoxo”nun felsefi anlamını düşünür durursunuz.

Tüm bunlar tam bir çılgınlık ama aynı zamanda yeni normal anlayışımız. Araştırmacılar çevrimiçi flört etme davranışlarını anlamının henüz erken aşamalarında olsa da teknoloji aracılığıyla sosyalleşmenin önemli miktarda kaygıya sebep olabileceği açıkça görülüyor. 2015'te *Elite Daily* ve *Buzz Feed* gibi çevrimiçi dergiler, genç yetişkinleri odağına aldı ve flört etmeye ara vermenin avantajları ve yalnız olmak ile ilgili popüler hikâyeler veya istenmeyen seks içerikli mesajların yarattığı alarmla ilgili teselli edici makaleler yayınlamaya başladı. 2016'da potansiyel çevrimiçi flörtlere romantik açıdan ilgilenmediğini yazmaktan sıkılanlar için onların yerine belirsiz ve tatmin edici olmayan mesajlar gönderen botlar kullanan bir uygulama geliştirildi. Flört etmekten vazgeçen yalnız insanlar için bir ücret karşılığında sadece sarılıp yatan kişiler tutan bir başka uygulama daha geliştirildi. Bununla birlikte, evliliklerin yaklaşık %25 ila %30'u çevrimiçi flörtle başladığı için kesinlikle başarı hikâyeleri de var. Ancak birçok bekâr insan, çevrimiçi flört etmenin bazı insanlar için bir oyuna dönüştüğünü ve oyuncularla daha ciddi bir şey arayanlar arasındaki farkları söylemenin zor olabileceğini düşünüyor.

Bakış, yüz ifadesi, kişisel alan sınırları ve temas gibi sosyal ipuçlarından yoksun olduğu için çevrimiçi iletişimin çok fazla belirsizlik içerdiğini daha önce konuşmuştuk. Sözsüz ipuçları, flörtle ilgili

ipuçları söz konusu olduğunda büyük önem taşıdığından, bu gerçekten talihsiz bir durumdur. Yalnızca yüz yüze geldiğinizde bir kişinin kokusundan, ses tonundan veya çarpık gülümsemesinden hoşlanıp hoşlanmadığınızı anlayabilirsiniz. Yalnızca yüz yüze flörtünüzün size niyetini belli edecek bakışını yakalayabilirsiniz veya elinin sırtınızda bir saniye daha uzun kalmasına izin verebilirsiniz.

Eğer kişi flört uygulamalarının sonunu getirir ve flört oyunun şifrelerini çözmeyi başarır fiziksel yakınlık sağlanabilir. En sonunda işler her iki tarafın da olabildiğince yüz yüze olmayı gerektiren sekse hazır olduğu bir noktaya ulaşabilir ki bu da seksi tuhaflığa açık bir durum yapar.

FLÖRT ETMEYİ DAHA AZ TUHAF KILAN DÖRT ETMEN

İlişki üzerine çalışmalar yapan biliminsanları, kişiler arasında çekim olabileceğini tutarlı olarak öngören şu dört etmeni buldular: yakınlık, benzerlik, hoşlanma ve karşılık görme ile fiziksel çekim. Bu etmenler size çok doğal gibi gelebilir ama araştırmacılar aynı zamanda insanların bu davranışları gerçek hayatta sadece düzensiz bir şekilde sergilediklerini de buldular. Tuhaf insanlar içine kapanık olmaya daha meyillidir, kendilerine özgü ilgi alanları vardır ve hislerini birine ifa etmekte zorlanabilirler. Ben de dört çekim etmenini uygulayabilecekleri birkaç fikri bir araya getirdim.

YAKINLIK

- Sanal yakınlık sağlamak için çevrimiçi flört etme sitelerine kaydolun.
- İsteddiğiniz partner tipinin vakit geçireceği yerlere gidin. Yemek severler gurme marketlerde; çizgi roman severler çizgi roman dükkânlarında; yazarlar kafelerde vakit geçirir.
- “Saksı gibi dikilme” ifadesinde de haklılık payı vardır. Kalabalık mekânlarda durmanın ürkütücü olmayan bir yolunu bulun. Bir etkinliğe insanları kaydetmek için gönüllü olabilir veya bir arkadaşınızın partisinde içecekleri servis etmeyi teklif edebilirsiniz.

BENZERLİK

- İlgili alanlarınızı geniş bir şekilde değil kesin ve açıkça ifade etmeyi deneyin. "Bilim kurgu severim," demek yerine "Marvel çizgi romanlarını severim," deyin. İnsanlar kendileriyle aynı ilgi alanlarını paylaşan birini bulduklarında mutlu olurlar.
- Birileriyle sohbet etmeye başladığınızda mutlaka ilgili alanlarını sorun. Böylece herhangi bir ortak noktanız olup olmadığını öğrenmiş olursunuz.

HOŞLANMA VE KARŞILIK GÖRME

- Doğru bir zamanlamayla taraflardan birinin "Sana ilgi duyuyorum," veya "Senden gerçekten çok hoşlanıyorum," demenin bir yolunu bulması gerekir. Aksi takdirde filizlenen aşkınız solup gidebilir.
- İnce davranın. Tuhaf insanların birilerinden hoşlandıklarında hevesli davranma gibi bir eğilimleri vardır. Daha ilk aydan hediye olarak mücevher veya uçak bileti almayı planlıyorsanız işler %99 ihtimalle tuhaflaşacak demektir.

FİZİKSEL ÇEKİM

- Bunu kontrol etmek daha zordur ama temiz olmak ve çekici kıyafetler giymek gibi bir yere kadar fayda sağlayacak açık hususlar vardır.
- Tinder üzerinden yapılan araştırmalara göre çevrimiçi çekiciliğinizi gülümseyerek, canlı tonlarda giyinerek ve bir grup insanla çekildiğiniz fotoğrafları paylaşmayarak artırabilirsiniz.

Seks Süper Tuhaftır

Michael'ın mutlu bir evliliği vardı ve az sevişiyordu. Cinsel faaliyetin bu denli az olması kimsenin suçu değildi; Michael ve eşi Tracy'nin zorlu kariyerleriyle başa çıkmaya çalışırken bir yandan da sekiz aylık bir bebeğin ebeveynleri olarak uykusuz kalmalarının sonucuydu. Michael ve Tracy için seks, saat 10 haberlerine kadar uyanık kalmak veya güzel bir uyku çekmek gibi eskiden yapmaktan keyif aldıkları faaliyetlerden birine dönüşmüştü.

İkili, Michael'ın makine mühendisliği, Tracy'nin ise psikoloji üzerine uzmanlaştığı MIT'deki son yıllarında tanıştı. Garip bir çifttiler ama bir şekilde birbirleri için mükemmeldiler. Micheal, geniş omuzlu ve güçlü bir yapıya sahip 2 metre boyunda iri yarı biridir. Güçlü fiziksel yapısına ve üniversitede savunma hattı oyuncusu olmasına rağmen Michael'ın tek bakışta sakar biri olduğunu anlayabilirdiniz. Vücudunun etrafındaki nesnelere göre konumunu pek hesaplayamayıp çeşitli kazalara sebep olmasıyla tanınırdı ama Tracy bir şekilde bunu sevimli bulurdu. Tracy ise minyon ve her anlamda düzenli biriydi. Milli forma giyen bir jimnastik dehasıyken 13 yaşında, Olimpiyat takımında yarışmak yerine entelektüel alanda kendini geliştirmeye karar vermişti. Fiziksel veya sosyal alanda kesinlikle sakar değildi ama Michael'ı cana yakın yapısından ve keskin analitik zekâsından ötürü seviyordu.

Bebekleri son üç gecedir güzel uyuduğu için kendilerini en sonunda dinlenmiş ve epeyce oyunbaz hissediyorlardı. Banyo lavabolarındaki rutin işlerini yan yana tamamladıktan sonra Michael yatak odasına geçti ve örtüyü çenesine kadar çekti. Sekssiz geçen üç aydan sonra Michael, Tracy banyodan üzerinde klasik flanel pijamaları, hatta herhangi bir şey olmadan çıktığında şaşırdı ve heyecanlandı.

Sonrasında olanlara ilişkin detaylarla sizi sıkmayacağım. Söylenecek pek de bir şey yok zaten, uzun kuraklık döneminden sonra Michael ve Tracy, zorunlu latifelere pek ilgi duymadı. İki de büyük bir dikkatle oyunlarına odaklanmış eski atletti. Öpüşme, ön sevişme, Tracy üstte ardından Michael üstte şeklindeki rutinlerini hızlıca gerçekleştirdiler. Tutkulu ve vahşi hâlleri, her ikisini de Kama Sutra benzeri bir pozisyona sürükledi ve ortamın hararetiyle Tracy "Ah Michael, muhteşem ol!" dedi.

Ah evet! Muhteşem ol gerçekten de! Ama bir dakika, ne demek ki o?

Kimse daha önce Michael'dan seks sırasında muhteşem olmasını istememişti ama yine deneyimleri çok küçük bir örnekleme dayanıyordu. Belki de bu cinsel açıdan seçkinler arasında yaygın bir ifadedeydi veya *Cosmopolitan* türü dergilerde çıkan “Erkeğinizi Tatmin Etmeniz Yedi Yolu” gibi listelerden birinde geçiyordu. Michael'ın tuhaf beyni telaşla Tracy'nin “muhteşemlik” beklentisini karşılayacak bir davranış düşünmeye başladı. Analitik beyniyle Michael, seksin her türlü nesnel standarda göre zaten muhteşem bir şey olduğunu düşünüp Tracy'nin rekabetçi doğasının onu en iyisi olmaya zorladığı; cinsel potansiyelinin sınırlarını zorlamaya ittiği sonucuna vardı.

Micheal kendini yoga benzeri, yukarı bakan köpek gibi durmaya zorladı. Sağ kolunu vücuduna dik bir şekilde kaldırdı ve olanca kuvvetiyle sağ pazusunu kastı. Tracy'nin kaslı kollarını sevdiğini biliyordu, o yüzden onları kasarak mükemmel olacağını düşündü. Kaslarını seyretmeyi kestiğinde gözlerinin önündeki cinsel gösteriden ne kadar etkilendiğini görmek için Tracy'e baktı.

Tracy şaşkın görünüyordu. Net bir ses tonuyla “Ne yapıyorsun?” diye sordu. Tracy itham edici sorusunun hemen ardından kendini suçlu hissetti. Sorusunu geri almak istedi ama ânın sıcaklığında zihinsel filtresini kaybetmişti. Daha nazik bir ses tonuyla sorusunu tekrar etti: “Özür dilerim Michael, bana biraz müsaade eder misin demeye çalışıyordum?”

Michael, son sevişmelerinden beri birkaç kilo, aslında 10 kilo almıştı ve bu da Tracy'nin rahatça kaldırabileceği bir ağırlık değildi. O şevkle Michael, Tracy'nin “Müsaade et” demesini “muhteşem ol” olarak anlamıştı. Utançtan kızarmış bir şekilde yan yana yatan Michael ve Tracy, gergin bir sessizlikten sonra kahkahalara boğuldu. Seks, seçkin atletler için bile çok tuhaf bir hâl alabilir.

Çoğu insan, tuhaf cinsel anları hatırlayabilir ama yine de seksin önceki çağlara kıyasla daha da tuhaflaştığına inanmak için

sebeplerimiz var. ABD’de ve başka birçok ülkede cinsel tutumlarda ve seksin kitlesel medyada yansıtılma şeklinde değişiklikler yaşanıyor ve bu durum bireylerin cinsel beklentilerini değiştirmesiyle ilişkili olabilir. Brooke Wells ve Jean Twenge, ulusu temsil eden 33.000’den fazla yetişkin ABD vatandaşının katıldığı Genel Toplumsal Anket’ten alınan verilere dayanarak, cinsel tutum ve davranışlarda kuşaklar arasındaki farklılıkları inceledi. Evlilik öncesi seks ve rasgele yapılan sekse olan bakış açısında kuşak farkı bulup bulamayacakları ile ilgileniyorlardı ama bunun yanı sıra toplam rasgele seks ve seks partneri sayısı gibi cinsel davranışlarda kuşaklar arasında görülen farklılıkları da incelediler.

Boomer’ların, X ve milenyum kuşaklarının 18 ile 29 yaşlarındayken evlilik öncesi sekse bakış açılarını karşılaştırdılar. Her bir grubun bu 11 yıllık dönem içerisinde evlilik öncesi seksi kabul etmede istikrarlı bir artış gösterdiğini buldular: %47 oranında genç yetişkin boomer’lar, %50 oranında genç yetişkin X kuşağı ve %62 oranında genç yetişkin milenyum kuşağı, evlilik öncesi sekste kesinlikle bir sorun olmadığını belirtti. Kuşakların ergenlik döneminde sekse karşı tutumu kısmen hafif bir oranda daha fazla kabulleniciyken evlilik dışı ilişkilerin kabul oranı azalmıştı. Cinsel davranış raporlarını inceleyen araştırmacılar, X kuşağından genç yetişkinlerin boomer’lardan daha fazla seks partnerine sahip olduğunu ancak bu sayının milenyum kuşağında X kuşağına oranla düşüşe geçtiğini de buldular. Bu veriler toplu olarak sekse karşı tutumların zamanla önemli derecede daha açık görüşlü bir hâl aldığını akla getirmekle birlikte milenyum kuşağının önceki kuşaklardan daha fazla seks partneri olduğu şeklindeki klişe inancı desteklememektedir.

Toplam seks partneri sayısı üç grup arasında fazla farklılık göstermese de insanların cinselliğe olan bakış açısında daha açık fikirli olduklarını ve yatak odasında çok daha çeşitli cinsel faaliyetleri

denemeye istekli olduklarını söyleyebiliriz. Yaygın cinsel merakın açığa çıktığı en çok ses getiren olaylardan biri de 2011 yılında yayınlanan *Grinin Elli Tonu* kitabıdır. Konusunun özeti, sadomazoşist cinsel bir ilişki olan bu kitap beklenmedik ölçüde ilgi gördü. 2015'e kadar kitabın 52'den fazla dilde 125 milyondan fazla kopyası satıldı ve 2012 yılında yazarı E. L. James, *Time* dergisi tarafından Dünyanın En Etkili 100 İnsanı'ndan biri seçildi. Banliyölerde büyüyen ve aynı eski seks rutinlerinden sıkılmış olan çiftler, yepyeni bir olasılıklar dünyasıyla tanıştı ve yatak odalarında biraz daha fazla heyecan beklentileri maceraya dönüştü.

Grinin Elli Tonu kitabının odak noktası sadomazoşist ritüelleri olan cinsel ilişkiler olsa da bu kitap, yeni başlayanlar için bir kılavuzdan çok fantezi kitabı niteliğindeydi. Seks oyuncaklarının satışı önemli oranda arttı ve çiftler, satın aldıkları bu yeni oyuncakları hevesle kullanmaya başladılar. Tüm yaşlardan acemi çiftler, vahşi cinsel beklentilerini nasıl karşılayacakları hakkında en ufak fikirleri olmadan birbirlerini kelepçelemeye, bağlamaya ve kırbaçlamaya başladılar ve tam bu noktada işler tuhaflaştı. Romanın popüler olduğu birçok ülkede itfaiyeciler ve acil servisler, yatak odasında yaşanan sıkıntılar nedeniyle acil durum aramalarında bir patlama olduğunu bildirdiler. Londra itfaiye teşkilatı, *Grinin Elli Tonu* filmi 2015'te gösterime girmeden önce filmi izleyecilere sahneleri yeniden canlandırırken dikkatli olmalarını söyleyen bir kamu spotu yayınladı. Londra itfaiyecileri, bir önceki yıl kelepçelerinin anahtarını kaybeden 28 çifti kurtarmanın ve seks oyuncaklarının yanlış kullanımından kaynaklanan çeşitli yaralanmaların dahil olduğu, *Grinin Elli Tonu* kitabı ile alakalı 393 acil duruma koşmak zorunda kalmıştı.

Grinin Elli Tonu çılgınlığının ötesinde pornografinin her zamankinden daha ulaşılabilir hâle gelmesi sayesinde daha fazla insan, çok daha çeşitli seks uygulamalarına maruz kalıyor. Büyük

veri çağında, aynı zamanda insanların pornografi sitelerinde en çok ne arattığını gösteren analizlere de ulaşabiliyoruz. Tüm tuhaf aramaları burada paylaşmayacağım ama en popüler sitelerden biri olan Pornhub'ın verilerine göre Paskalya dönemindeki tavşan pornografisine talepte %845, Aziz Patrick Günü civarındaysa cüce pornografisine talepte %8000 artış görölüyormuş.

Pornografinin, ciddi sorunlu tutumlara veya davranışlara sebep olup olmadığı mevcut çalışmalarla henüz açıkça ortaya konmadı. Ortalamanın üzerinde bir seviyede pornografi izlemenin sıkıntılı cinsel tutumlar ve davranışlar sergilemeye sebep olduğuna dair bazı çalışmalar olsa da diğer çalışmalar bu davranışların kararında olduğu sürece nispeten zararsız olduğunu öne sürüyor. Bir diğer konusu ise farklı cinsel tutumlara bu kadar maruz kalmanın, ortalama bir çiftin seks hayatını etkileyip etkilemediğidir. Olasılıklardan biri, hem kadınlar hem de erkekler tarafından pornografi tüketimindeki artışın çiftleri cinsel beklentilerine ilişkin olarak daha esnek kılmasıdır. Bu da yeni davranışların tuhaf değil ilgi çekici olarak görüleceği anlamına gelir. Fakat eşit şekilde akla yatkın bir diğer olasılık da taraflardan birinin seks beklentilerinin diğer tarafın beklentilerinden önemli ölçüde ayrılmasıdır ki bu durum çiftler için rahatsız edici ortamlar yaratabilir. Çıplak olmanın zaten tuhaf olan anları daha da tuhaflaştıran bir özelliği vardır.

Samimiyetle Tuhaf

Tuhaf insanlar ve flört etme deneyimleri ile alakalı bize içgörü sunan az sayıda çalışma mevcut. Sezgisel hipotez, tuhaf insanların incelikli flörtöz ipuçlarını yakalamakta daha fazla sorun yaşaması gerektiği ve incelikli flörtöz davranışları sergilemede zorlanabilecekleri yönündedir. Romantik durumları anlamak ve gerekli davranışları ser-

gilemek onlar için daha zorsa romantik ilişkilere girme ihtimalleri de daha düşük olmalıdır.

Flört etme, sosyal beceriler dünyasında en zor kayak pistinde iniş yapmak gibidir. Birinin romantik anlamda ilgilendiğini gösteren tek bir flörtöz sinyal yoktur, daha ziyade bireyler romantik ilgiyi birden fazla sinyali değerlendirip romantik bir niyete işaret eden bir kalıp arayarak deşifre ederler. Örneğin vücudunu size çevirip gözünüzün içine bakan ve gülümseyen biri, yüksek ihtimalle sadece sosyal akıcı ve arkadaş canlısı birisidir. Ama eğer biri vücudunu size çevirir, kişisel alanınıza doğru eğilir, uzun bakışlar atar, saçıyla oynarken kıkırdar ve bacağınıza dokunursa romantik anlamda ilgi duyuyor olabileceğinden şüphelenmek için bir neden vardır. Ama olasılık asla %100'e ulaşmaz; tam bir kesinliğe ulaşmayan, can sıkıcı asemptomatik bir yükseliştir bu. Yani hataya düşmek veya ipuçlarından çıkarılan sonuçları yanlış yorumlamak her zaman mümkündür ve bazılarımız bu ipuçlarını yanlış yorumlamaya daha meyilliyizdir.

Carleton Üniversitesi'nden Kojo Mintah, mezuniyet tezinde tuhaf insanların romantik ilişkileri ile ilgili ilginç bir çalışma gerçekleştirdi. Mintah, 124 üniversite öğrencisiyle yaptığı ankette tuhaf katılımcıların romantik ilgiyi yanlış anlama oranının daha yüksek olup olmadığını inceledi. Mintah, tuhaf katılımcıların platonik sosyal ipuçlarını flörtöz olarak yorumlama oranlarının daha yüksek olduğunu buldu. Tuhaf katılımcıların, platonik ipuçlarını yanlış algılamaları, saplantılı ilgi gibi uygunsuz flört davranışları sergileme veya yersiz yorumlar yapma olasılıklarının daha yüksek olmasıyla ilişkiliydi.

Tuhaf insanların sosyal ipuçlarını yorumlamada yaşadıkları zorlukların, romantik ilişki bağlamında özellikle sorun yaratması anlaşılır bir durumdur. Aynı hislere açıkça karşılık vermeyen bi-

rine romantik bir şekilde ilgi duymaya devam etmek her zaman tuhaftır ve aynı zamanda problem yaratır çünkü yanlış ağaca havlamanın bir fırsat maliyeti vardır: Tuhaf insanlar daha fazla umut vaat eden olasılıkların peşine düşmezler. Bahsedilen romantik ipuçlarını doğru yorumlamada yaşadıkları zorluklar, romantik ilişkiye girme olasılıklarının tuhaf olmayan yaşitlarından daha az olmasına neden olabilir.

Lisa Jobe ve Susan Williams White, bu savın doğru olup olmadığını görmek için 97 üniversite öğrencisiyle bir inceleme yaptı. Bu incelemede sosyal açıdan tuhaf olan katılımcıların, o sırada romantik bir ilişkide olma oranlarının daha *yüksek* olduğunu buldular. Bunun sebebi, tuhaf olmayan katılımcılardan daha fazla flört etme fırsatına sahip olmaları değil, ortalama ilişki sürelerinin (18 ay), tuhaf olmayan katılımcılardan (11 ay) daha uzun olmasıydı.

Bu sonuçları yorumlamanın birkaç yolu var. Tuhaf insanların ilişkilerinin daha uzun sürmesinin pragmatik açıklaması, yeni bir ilişkiyi başlatmanın kendi sosyal becerileri için özellikle zorlu olacağını bildiklerinden mevcut ilişkilerine daha uzun süre tutundukları yönünde. Fakat bir diğer ihtimal de tuhaf olmayan insanlarla aynı miktarda flört etme fırsatıyla uğraşmaları gerekmediği için daha seçici olabilmeleri veya romantik niyetlerini açıklarken yaşadıkları kaygı diğer birçok insandan daha yoğun olacağı için biriyle flört etmekle ilgilenip ilgilenmediklerinden önceden fazlasıyla emin olmak istemeleridir.

Tuhaf insanlar bir ilişkiye başladıklarında, ilk birkaç ay yaşanan baş döndürücü tutkuların sersemliği geçtikten sonra nitelik açısından çok daha farklı beklentileri müzakere etmek zorunda kalırlar. Duygusal açıdan samimi ilişkilerin ayırıcı özellikleri, partnerlerin kişisel bilgilerini rahatça paylaşmaları, karşılarındaki kişi kendisini açtığında empatiyle karşılık vermeleri ve birbirlerinin ihtiyaçları ile

ilgili doğru teoriler kurmak için çaba göstermeleridir. Samimiyet kurulmasını sağlayan bu davranışlar, ilgi alanlarını ve duygularını başkalarıyla paylaşmaya daha az yatkın ve diğer insanların aktarmak istedikleri anlamı yanlış okumaya meyilli olan tuhaf insanlar için zorlu olabilir. Bir başka insanın hayat tarzına uymak için rutinlerini uyarlamada sıkıntı yaşayabilirler. Aynı zamanda romantik bir ilişki-deki yoğun duygulardan duygusal olarak bunalma riski altındadırlar.

Tuhaf bir insanın dahil olduğu bir ilişkide doğal olarak var olan bu engelleri aşmak imkânsız değildir ama bir ilişkinin hayatta kalabilmesi için keskin odaklarını doğru şeylere yönleltmeleri gerekir. Başarılı ilişkilerin anahtarlarından biri de insanların partnerlerinden ne beklediklerinde ve her bir partnerin diğerinin ihtiyaçlarını karşılamak üzere davranışlarını uyarlamak için ellerinden gelenin en iyisini yapmayı isteyerek çaba göstermesinde yatar. Her türlü ilişkide olduğu gibi romantik bir ilişkideki partnerlerin de tatmin edici bir ilişki için fayda ve maliyet dengesinin adil olduğunu hissetmesi gerekir.

Monique Pollman ve Amsterdam Üniversitesi'nden meslektaşları, tuhaf niteliklerin evlilikteki tatmin ile alakalı olup olmadığını araştırmak için 195 evli heteroseksüel çiftle çalıştı. Tuhaf niteliklerin ilişkileri etkilemesinin en az iki olası yolu vardır: tuhaflık seviyeniz, evlilikten tatmin olmaya ilişkin bakış açınızı etkileyebilir ve partnerinizin tuhaflık seviyesi, sizin evlilikten tatmin olmanızla ilişkili olabilir.

Pollman, tuhaf bir adamla evlenen kadınlar ile tuhaf olmayan bir adamla evlenen kadınların evliliklerinden aldıkları tatminde herhangi bir fark olmadığını buldu. Evli tuhaf kadınlar ile tuhaf olmayan evli kadınların evlilikten duydukları tatminin aynı seviyede olduğunu belirttiler. Kadınlar için kendilerinin tuhaflık seviyeleri ile kocalarının tuhaflık seviyeleri, evliliklerinden aldıkları genel tatmini olumsuz yönde etkilemiyordu.

Erkekler için ise sonuçlar karışıktı. Pollman tuhaf olan bir kadınla evlenen erkekler ile tuhaf olmayan bir kadınla evlenen erkeklerin evliliklerinden aldıkları tatminde herhangi bir fark olmadığını gördü. Ancak tuhaf erkekler, tuhaf olmayan erkeklere kıyasla evliliklerinden daha az tatmin olduklarını belirttiler. Pollman, tuhaf erkeklerin düşük tatmin seviyelerinin kısmen daha fazla güvensiz olmalarından ve yakınlığı daha az algılamalarından kaynaklandığını buldu. Sonuçlardan çıkarılan düzen; tuhaf erkeğin ilişkiyle barışmakta zorlandığını, ilişkide işlerin yolunda gideceğine güvenmediğini ve korunmacı tutumlarının daha derin bir duygusal yakınlık kurmayı zorlaştırdığını gösteriyor.

Bu bulgular romantik, ailevi veya arkadaşlık türündeki yakın ilişkiler hakkında daha geniş bir kavramsal noktaya parmak basıyor. İnsanlar genellikle ilişkilerin zamanla daha samimi bir boyuta taşınacağını düşünürler ama bu, özellikle de tuhaf bireyler için zor olabilecek bir beklentidir. Görgülerin ve sosyal senaryoların rutin bir şekilde uygulanabildiği ilk etkileşimlerden farklı olarak, ilişkide yakınlık kurma beklentileri pek de tahmin edilebilir bir şey değildir. Bir ilişkideki uzun süreli hedef, tatmin edici ve istikrarlı bir aidiyet duygusu geliştirmekse tuhaf insanlar bu hedefe iki ayrı beceri setiyle ulaşmayı düşünebilir. İlki, yeni insanlarla tanışmak, akşam yemekli bir partiye katılmak veya bir iş toplantısı yönetmek gibi küçük sosyal beklentilerde yönlerini nasıl bulacaklarını anlamalarıdır. Diğer beceri seti ise derin bir arkadaşlık kurulduktan sonra veya flört etmenin ilk aşamalarını geçip yakınlık kurmaya başladıklarında, yani psikologların insanlar arasındaki daha derin duygusal bağ ve karşılıklı güven hissi olarak tanımladıkları dönemde, devreye girer.

Carnegie Mellon Üniversitesi'nden ilişkiler üzerine çalışmalar yapan öncü biliminsanı Brooke Feeney, romantik ilişkilerde bir *ba-*

ğımlılık paradoksu olduğunu ileri sürmüştür. Yakınlık kurmanın en güçlü mekanizmalarından biri, kendini açma ve destektir. Bunlar da bir kişinin kişisel düşüncelerini veya hislerini paylaşmasıyla başlar ve bu paylaşım kişinin kendisini savunmasız hissetmesine neden olur. Dinleyen kişi, empatiyle ve destekleyici bir şekilde karşılık verdiğinde bir miktar güven ve yakınlık oluşur fakat kendini açma eylemi iki yönlü bir sokaktır ve bu eylemin paylaşılması ve dozunun ayarlanması gerekir. Kendisini çok erken ve çok fazla açan insanlar karşılıklarını korkutup kaçırabilir ama tersi şekilde özel meselelerinizi asla paylaşmayanlar da mesafeli görülebilir.

Romantik partnerler destek için birbirlerine güvendiklerinde bağımsızlıklarından daha emin olurlar. Burada bahsettiğimiz, partnerleri olmadan hiçbir şeyi kendi başına yapamayan muhtaç durumdaki bağımlılık değil, daha ziyade belirsizlik veya sıkıntı durumlarında partnerlerinin destekleyici ve sadık olacağına güvenebileceklerinden emin olunmasıdır. Her ihtiyaç olduğunda eşler birbirlerini duygusal açıdan desteklerse destek sunulanların dayanma ve okul veya iş gibi ilişki dışındaki alanlarda hedeflerine ulaşma ihtimali daha yüksektir.

Tuhaf bireyler, fazla bağımsız olmaya meyillidirler bu kısmen, mesafeli ve içe kapanık yapıları ile sosyal olmayan ilgi alanlarından kaynaklanır. Yakınlık konusunda yaşadıkları zorlukları aşma becerileri, destek için partnerlerine yaslanmalarında yatar ve bu, bağımlılık hissi ile her partnerin diğerine özerk uğraşları ve ilgi alanları için alan tanımasını sağlayan güvenceyi tesis eder. Fakat fazla bağımsız yapıları, bir partnere daha fazla bağlı olmanın onları daha bağımsız hissettireceğine inanmalarını zorlaştırır.

Bağımlılık paradoksunu yönetmek zordur çünkü kendini açma, bir tarafın iyi şekilde tepki vermemesi veya en sonunda ilişkiyi bitirmesi şeklinde gerçek bir riski de beraberinde getirir. Romantik

ilişkiler her zaman büyük bir kumardır ve bahisler ilk kez el ele tutuştuğunuzda, “Seni Seviyorum” dediğinizde veya en özel düşüncelerinizi ve hislerinizi paylaştığınızda artar. Tüm bunlar, o kadar yoğun duygular yaratabilir ki duygusal kumarlarının her şeyi kaybetmeleriyle sonuçlanabileceği şeklinde mantıklı bir akıl yürütmeye dayanarak insanlar öndeyken bile pes etmeye meyleder. Ancak aşk meselelerinde yarı gönüllü bir katılımla masaya oturmak bir seçenek değildir.

Tuhaf insanlar bir şey yapmaya karar verdiğinde o şeyi yüzde 100 yapmaya karar verirler ve hayatta, başarı şansı için yüzde 100 adanmışlık gerektiren bir şey varsa o da romantik ilişkilerimizdir. Tuhaf bir bireyin eşi sabırlı olmaya istekli olursa ve tuhaf birey odaklı dikkatini ve kararlılığını nasıl yakınlık kuracağına ve onun için rahat olanın ötesinde bir esnekliği nasıl benimseyeceğini anlamaya yönlendirirse tuhaf bireyin de en az herkes kadar düşünceli ve sadık bir eş olma ihtimali vardır.

Sonsuza Dek Mutlu Olmaya Giden Tuhaf Yol

Aidiyet duygumuzu karşılamada romantik ilişkilerin derin bir öneme sahip olması, bu ilişkilere patlayıcı bir potansiyel sağlar. Bu güçlendirilmiş duygusal potansiyel, bizi duygusal açıdan dengesiz hâle getirebilmelerinin nedenini açıklar. Bu durum da ilişkimizi sağduyulu bir şekilde ilerletebilme yetimizi en az iki yoldan etkiler.

Birine âşık olmanın getirdiği kafa karıştıran aşırı mutlu olma hissi, düzgün düşünebilme yetimizi işlemez hâle getirir ve karşılanmayan beklentilerimiz inanmadığımız ve bırakın sevdiğimiz birine, herhangi birine söylemeyi hayal bile edemeyeceğimiz kırıcı şeyleri söylememize neden olacak aşırı üzgün bir duygusal durum yaratabilir. Ancak romantik ilişkilerin patlayıcı duygusal potan-

siyeli aynı zamanda, bizi konfor bölgemizin çok dışına itebilecek duyguların tetiklenmesinden kaygı duymamıza neden olur. Bazı insanlar, rahatsız edici taşkınlıklarıyla bir başkasını incitmekten çok korkarken bazıları da partnerine onu dünyadaki her şeyden daha fazla sevdiğini gösteren o tarifsiz sinyali yani yeterli yakınlığı kuramayacağından korkar.

Dayanıklı bir romantik ilişki arayışıyla ilgili ilk kitabım yayınlandıktan sonra insanlar bana sıkça “Başarılı bir ilişki için en önemli etken nedir?” diye sordular. İlişkiler üzerine çalışmalar yapan araştırmacılar, mutlu ve istikrarlı birlikteliğin sırrı olarak düzinelerce ilişki davranışı sayarlar ama eğer birini seçmem gerekirse genellikle daha az niceliksel bir yanıtla karşılık veririm.

Onlarca yıldır beraber olmuş yaşlı çiftlere eşlerini kaybettiklerinde en çok neyi özlediklerini sorarsanız size genellikle ilişkilerinde kesin gözüyle baktıkları “küçük şeyleri” özlediklerini söylerler. Eşleriyle paylaştıkları günlük alışkanlıkları, iki insanı “biz” yapan o garip işbirliğini özlerler. Eşleri yeni vefat etmiş insanlar, eşleriyle beraber gölün etrafında yürümeyi veya işe beraber gitmeyi özlediklerini anlatırken gözyaşlarına boğulurlar. Elli yıllık eşini kaybetmiş bir beyefendinin söylediği “Kahvemi iki şekerli içtiğimi bilen tek kişinin o olmasını özlüyorum,” cümlesi aklıma geldikçe hâlâ duygusallaşırım.

Yaşlıların özlediği şeyler, iki insanın arasında evrilen işbirliği ruhu ve eşlerinin onlar için her gün sessizce yerine getirdiği cömert eylemlerdir. Hayat hız kazanıp evliliğin dışında başka sorumluluklar insanların kafasını meşgul etmeye başladığında, bu incelikli davranışlara kesin gözüyle bakılabilir ve bazı insanlar eşleri gidene kadar neyi kaçırdıklarını fark etmez. Odaklı dikkatlerini sosyal olmayan ilgi alanlarına dar bir şekilde yönlendiren tuhaf insanların her gün eşlerine yoğun olarak dikkat etmeleri için sürekli olarak kendile-

rinin farkında olmaları gerekir. Bazen bizi en çok seven insanlar, spot ışığını üzerlerine çevirmemizi isteme ihtimali en az olanlardır.

Tuhaf insanlar, tuhaf olmayan insanlara kıyasla ilişkilerinde kimi benzersiz zorluklarla karşılaşabilirler. Partnerlerinin söylemek istediğini yanlış anlama ihtimalleri daha yüksektir veya romantik ilişkilerdeki duygu yoğunluğundan bunalabilirler. Ancak tüm partnerlerin kendine özgü sorunları ve her çiftin aşması gereken zorluklar vardır. Uzun süreli ilişkilerin yıllarca sürmesini sağlayan psikolojik ilkeler adillik, nezaket ve sadakattir fakat romantik ilişkiler topluma faydalı bu tutum ve davranışları sergilemek açısından en sarp zorluklarından bazılarını ortaya koyar. İnsanlar ister tuhaf ister sosyal akıcı olsun verilebilecek en iyi tavsiye, eşlerinin işbirliği ve nezaket içeren eylemleri karşısında her zaman çok cömert ve uyanık olmaktır.

KISIM III

TUHAF NASIL MUHTEŞEME DÖNÜŞTÜ?

BÖLÜM 9

GERÇEKTEN OLAĞANÜSTÜ

Olağanüstü: [olağa'nüstü] (sıfat)

boyut, kuvvet bakımından çok büyük

fevkalade veya muazzam

anormal, devasa

Boston College'da profesör ve psikoloji bölümü başkanı olan Ellen Winner, Harvard Graduate School of Education'da kıdemli bir araştırma görevlisi ve *Gifted Children: Myths And Realities* kitabının yazarıdır. Üstün yeteneklilik konusunda dünyanın önde gelen uzmanlarından biridir. Sosyal tuhaflık ile üstün yeteneklilik arasındaki ilişki üzerine yaptığımız konuşmada bana oldukça faydalı birçok içgörü sundu.

Profesör Winner, üstün yetenekli bireylerin çok keskin bir odağa ve ilgi alanları konusunda doyumsuz bir merakla sahip olduklarını ve bu ilgi alanlarında ustalaşmak için bıkmıp usanmadan çalıştıklarını bulmuştur. Ancak aynı zamanda, yoğun odaklarının ve güçlü dürtülerinin sosyal ve duygusal hayatlarında sorunlar yaşama risklerini artırdığını da görmüştür. Üstün yetenekli çocukların sosyal ve duygusal sorun yaşama riski diğer çocuklara oranla iki kat daha fazladır. Bu risk, sürekli olarak zorbalığa maruz kalan çocukların yetişkinlikte depresyondan muzdarip olma riski ve aşırı kilolu insanların yetişkinlikte kalp hastalıkları geçirme riski ile aynıdır.

Profesör Winner'a üstün yetenekli çocukların sosyal konularda neden bazen bocaladığını sorduğumda bana şöyle söyledi: "Çocuk

ne kadar üstün yetenekli olursa o kadar nadir olur, bu yüzden de diğer insanlar arasında kendisine benzeyenleri bulmakta bir o kadar zorlanır. Bu nedenle, sosyal tuhaflığın aslında diğer çocuklar arasında kendilerine benzeyen birilerini bulamamalarından kaynaklandığına inanıyorum; kendilerine benzeyen birilerini bulduklarında sosyal açıdan daha az tuhaf oluyorlar.”

Üstün yetenekli çocuklar genellikle farklı oldukları için uyum sağlamakta zorlandıklarını hissederler ama bir yandan da sosyal etkileşimi diğer çocuklar kadar çok aramazlar. Profesör Winner, bunu şu şekilde açıkladı: “Bu çocuklar, diğer çocuklardan daha dışadönükler ve kendi zihinleri tarafından daha fazla uyarılırlar. Diğer insanları pek fazla aramadıkları için de sosyal açıdan daha tuhaf görünürler.” Üstün yetenekli çocukların yoğunlaşma biçimleri de diğer insanlar tarafından garip bulunabiliyor. Profesör Winner’a bu yoğunluğun, spot ışığı benzeri bir odağa kısmen atfedilip atfedilmeyeceğini sordum. Beni onayladı: “Üstün yetenekli çocuklar, ilgi alanlarına tutkuyla bağlıdırlar, bu yüzden arama ışığından ziyade spot ışığına sahiptirler.”

Tüm üstün yetenekli çocuklar tuhaf olmadığı gibi tüm tuhaf çocuklar da üstün yetenekli değildir ama iki kişisel özellik arasında önemli bir çakışma olduğunu ve üstün yeteneklilikle tuhaflığın, parçalarının toplamından çok daha büyük bir şey oluşturacak sinerjik bir etki yaratabileceğini göreceğiz.

Tuhaflık Uyumsal Olduğunda

Tuhaf bireylerin eşsiz değerini düşünmeye evrimsel bir bakış açısıyla başlamak faydalı olur: Ait olma ihtiyacı temelse sosyal tuhaflık neden doğal seleksiyondan geçip bir nitelik olarak mevcudiyetini sürdürmektedir? Bu açıdan bakıldığında tuhaf insanların sosyal beklentileri karşılamakta yaşadığı zorluk, toplumsal gruplara aidi-

yetlerini tehdit etmiş olmalıydı ki bu da hayatta kalma ve başarılı bir şekilde çiftleşme şanslarını düşürürdü. Tuhaflık özellikleri, çoğunlukla olumsuz niteliklerse tuhaf bireylerin genlerini aktarma şansı düşük olacağından bu özelliklerin arka arkaya nesiller boyunca sönüp gitmiş olmaları gerekirdi.

Simon Frazier Üniversitesi'nde biyoloji bilimi profesörü olan Bernard Crespi, uyumsuz olarak görülen özelliklerin neden uyumsal bir amaç taşımış olabileceğini araştırmaktadır. Konuyu doğal seleksiyon açısından incelersek insan niteliklerinin evrilmesinin temel nedeni, hayatta kalma şansımızı ve üreme başarımızı en üst seviyeye çıkarmaktır. Bu nitelikler, mutlu olma ihtimalimizi artırmak için evrilmezler. Bu elbette ki mutlu olmak için çabalamamız gerektiği anlamına gelmez ancak tuhaf özelliklerin iyi yanlarını evrimsel bir bakış açısıyla değerlendirdiğimizde, tuhaflığın insanların hayatta kalmasına veya çiftleşmesine yardım etme nedeni merceğinden bakacağız.

Hipotezlerden biri tuhaflığın bir değiş tokuş olduğu yönündedir. Kabaca, değiş tokuş bir özelliğin güçlenirken bir başka özelliğin gücünün azaldığı durumlarda gerçekleşir.

Tuhaf insanlar, matematik veya bilimde olduğu gibi sistematik süreçler gerektiren işleri çözme, karmaşık görsel uyarıcıların ortasındaki düzenleri görebilme ve ilgi alanlarının gerektirdiği tekrarlayan işleri kararlılıkla sürdürme gibi gelişmiş becerilerin de dahil olduğu birtakım olağandışı özel yöne sahiptirler. Bunun karşılığında sezgisel olarak empati becerileri azdır, diğer insanların aklından geçenler hakkında teori yürütmede zorluk çekerler ve büyük resmi gözden kaçırmaya eğilimlidirler. Buradaki asıl soru, tuhaflığın güçlü yanlarının tuhaf olmanın getirdiği sosyal zorluklardan daha ağır basıp basmadığı veya en azından bu zorlukları dengeleyip dengelemediğidir.

Avcı-toplayıcı gruplarda, daha iyi hayvan tuzakları yapmayı ve ürün rotasyonunun faydalarını keşfeden ve sulama sistemlerinin fiziğini anlayan insanlar vardı. Çığır açan bu tür buluşların kaza eseri yapılması mümkün değildi, bunlar daha ziyade sistematik düşünmenin ve devamlı olarak deney yapmanın ürünüydü. Tuhaf insanlar, usta avcılar olmayabilir veya toplanan yiyeceklerin bulunduğu kapları taşıırken sakarlık yapmış olabilir ama av etini tuzlayarak saklamayı ya da toplanan yiyeceğin taşınmak için daha iyi bir sistem keşfettilerse bu inovasyonlar tüm grup için değerli oluyordu.

Başarılı bir avın, hasadın veya savaşın ardından elde edilen geçici hayatta kalma ihtimalinin aksine akıllıca buluşlarını herkesle paylaşan insanlar, tüm grubun hayatta kalması için devam eden bir değer sunmuş oluyordu. Bunların yanı sıra herkes eve döndükten çok sonra avlanmaya veya yiyecek toplamaya devam etmek isteyen veya sıkıcı işlerin bazılarında hiçbir zaman sıkılmayan tuhaf insanların gruba sağladığı bir değer de vardı.

Modern şartlarda, yiyecek çok daha bol ve yaşama süresi ikiye katlandı ama tuhaf insanların kişisel özellikleri hâlâ mevcut ve topluma eşsiz değerler katmaya devam ediyor. Toplumun yiyecek dağılımındaki eşitsizlikleri çözmek için sistematik olarak daha iyi algoritmalar üretecek, daha sürdürülebilir enerji kaynakları keşfedecek ve çocuklara uyumsal bilgi ve becerileri öğretmek için yeni pedagojik stratejilere ilham verecek insanlara ihtiyacı var. Modern toplumların bizi siber saldırılara maruz bırakacak küçücük zafiyetleri sıkılmadan arayacak ve kapatacak bilgisayar bilimcilerine ve terör tehditlerini önlemek için istihbarat verilerinde küçük anormallikleri saptayabilecek güvenlik uzmanlarına da ihtiyacı var.

Tuhaflık uyumsaldır çünkü tuhaf bireyler, sistematik keşifleriyle ve diğer insanlar bir iş üzerinde çalışmayı bıraktıktan çok sonra bile çalışmaya devam edecek kararlılıklarıyla eşsiz değerler katma

potansiyeline sahiptir. Ancak bu katma değer, tuhaf bireylerin potansiyellerini nasıl maksimuma çıkaracaklarını ve güçlü yanlarını doğru ortamlarla nasıl eşleştireceklerini anlamalarında yatar. Bunu yapmak içinse başlardaki zekâ parıltılarını olağanüstü başarılarla dönüştürecek olan toplumsal desteği nasıl harekete geçireceklerini bulmaları gerekir.

Üstün Yeteneklilik Tekildir, Çoğul Değil

Psikolojik sorunların kimsenin beklemediği yerlerde geliştiğini bulan Freud bile çocukların orta çocukluk döneminde “latensi evresine” girdiğini düşünmekteydi. Latensi evresi, kuralsız geçen bebeklik dönemi ile fırtınalı geçen ergenlik dönemi arasındaki bir durgunluktu. Bu gelişim evresindeki çocuklar salıncaklardan, dondurma külahlarından ve Diş Perisi’nin ziyaretlerinden keyif alırlar. Ebeveynler latensi evresindeki bu sakinlik dönemini dört gözle beklerler, ancak bazı ebeveynler, çocuklarının olağandışı yeteneklerini bu yaşlarda keşfetmeye başlarlar. Yeteneğin ilk işaretleri, açık bir yaz günü tek bir yağmur damlasının toprağa düşüşü gibidir ve ebeveynlere çok daha güçlü bir şeyin yolda olduğunu haber verir.

Ebeveynler bu yetenekleri, arabada ailece *Frozen* filminin şarkısını söylerken dört yaşındaki kızlarının şarkının bir bölümünü mükemmel bir perdede söylediğini fark ederek veya restoran bahşişini hesaplarken beş yaşındaki oğullarının %20’lik bahşişin 9,50 dolar tuttuğunu söylemesiyle keşfedebilirler ve arabanın arka koltuğuna veya masanın ucuna bir anlık şüpheyi bakarlar.

Üstün yetenekli çocuklar, becerileri ilk kez su yüzüne çıkmaya başladığında bu becerilerinin diğer insanlara kıyasla nerede olduğunun pek farkında olmazlar. İlk yılları, dış dünyadan herhangi bir beklentinin veya baskının gelmediği bir balonun içinde geçer.

Üstün yetenekli bir çocuğu müzikte, matematikte veya sanatta yeni keşfettiği becerisinin keyfini çıkarırken görme şansına ulaşırsanız yeteneğiyle ilgili bir şeyler yaparken yaşadığı saf coşku karşısında büyülenebilirsiniz.

Çocuk olmanın en iyi yanlarından biri de yaptığınız işin kalitesi dış dünya tarafından yargılanmadan özgürce şarkı söyleyebilmeniz, resim yapabilmeniz ve hayal dünyasında oyun oynayabilmenizdir. Üstün yetenekli çocuklar da normal çocuklar gibi içgüdüsel olarak hoşlarına giden şeyleri yaparlar ama olağanüstü yetenekleri kendisini çocuksu bir şekilde dışa vurmaz. Neredeyse mükemmel bir perdeden şarkı söylerler, etkileyici bir gerçekçilik yaratan bir perspektifle resim yaparlar ve hayalî oyunları karmaşık gerilimler oluşturan veya beklenmedik sonlar içeren hikâyeler yaratarak oynarlar. Üstün yetenekli çocuklar olağandışıdır veya psikolojik terimlerle açıklamak gerekirse “anormaldir”. Bu yüzden de yıllardır kapsamlı araştırmaların konusu olmuşlardır.

1900’lerin başında Stanford’da psikolog olan Lewis Terman, zihinsel yetilerin standartlaştırılmış zekâ katsayısı (IQ) testleri ile nasıl ölçülebileceğini araştıran ilk araştırmacılardan biridir. IQ’nun çan eğrisi boyunca normal bir şekilde dağıldığını, bir başka deyişle çoğu insanın IQ’sunun ortalama skor olan 100 civarında olduğunu bulmuştur. IQ puanı 70’in altında olan insanlar teste katılanlar arasında en düşük %4’lük kısımda yer alır ve önemli zekâ noksanlıklarına sahip oldukları düşünülürken; IQ puanı 130 veya üzeri olan insanlar, en yüksek %4’lük kısımdadır ve bu, üstün zekâlı insanları sınıflandırmak için yaygın olarak kullanılan bir eşik değeridir.

En sık kullanılan IQ testleri zihinsel yeteneğin sözel, sayısal (matematik/bilim) veya hafıza gibi alt tiplerini ölçer. Kolay örneklerden biri, sayı dizisi adı verilen hafıza testidir. Psikologlar, teste katılanlardan iki veya üç sayıyı hatırlamalarını ve verdikleri

her doğru yanıtta daha fazlasını hatırlamalarını isterler. Örneğin, şu sayı dizisini okuyun:

3—1—8—1—2—2—5

Şimdi yedi sayıyı da kapatın ve okuduğunuz sırada olabildiğince çok sayıyı hatırlamaya çalışın. Birçok yetişkin beş ila dokuz rakamı hatırlayabilir ki telefon numaraları da bu yüzden alan kodu hariç yedi rakamlı olacak şekilde oluşturulmuştur. %50'lik kısma giren dokuz yaşındaki ortalama bir çocuk, altı rakamı doğru şekilde hatırlar. Fakat ilk %1'lik kısma giren bazı üstün yetenekli çocuklar, dokuz rakamı hatırlar. Yüksek lisansım sırasında inanılmaz bir hafızaya sahip olan on iki yaşındaki bir kızı test etmiştim. Sayı dizisi testini kolayca çözmekten o kadar sıkıldı ki ona okuduğum dokuz rakamı kendiliğinden tersten söylemeye başladı.

Olağanüstü hafızaya sahip üstün yetenekli çocuklar, sayı dizisi gibi problemlere içgüdüsel olarak diğer çocuklardan daha farklı yaklaşırlar. Üstün yetenekli çocuklar, kimse onlara nasıl yapılacağını anlatmadan sayıları sezgisel olarak kümelere bölerler; sayıları hatırlamaları gerektiğini duyduklarında 3 haneyi hatırlamanın 7 haneden daha kolay olduğunu bilirler: 3, 181, 225.

İstisnai bilişsel yeteneklere sahip çocukların sosyal olmayan bilgileri bütünsel olarak ve hızlı bir şekilde işlemelerini sağlayan mekanizmalar, daha önceki bölümlerde sosyal akıcı çocukların karmaşık sosyal durumları işlemelerine yardımcı olduğunu gördüğümüz mekanizmalarla paralellik gösterir. Sosyal akıcı bireylerin sosyal ipuçlarını tonlama, sözsüz ipuçları ve yüz ifadeleri gibi unsurları bilinçli olarak düşünmeden işleyebildiklerini hatırlayın. Sosyal akıcı insanlar, sosyal etkileşimler sırasında bilgi parçalarını içgüdüsel olarak bir araya getirme becerisine sahiptirler. Bu

insanlar, bir Noel partisinde bir arkadaşlarıyla karşılaşırken el sıkışarak ellerini yukarı aşağı üç kez sallamaları, 45 cm'lik bir mesafede durmaları ve güler yüzle tebrik etmeleri gerektiğini ânında fark ederler.

Harvard Üniversitesi'nde profesör olan Howard Gardner, zekânın sözel ve sayısal IQ gibi birçok standartlaştırılmış testin faydalandığı yeteneklerin çok daha ötesinde olduğunu ileri sürdü. Gardner müzikal, beden/kinestetik ve sosyal yetenekler gibi ek yetenek tiplerini içeren bir çoklu zekâ teorisi ortaya koydu. Araştırmacılar, daha geniş çoklu zekâ çeşitliliklerine nispeten daha az ilgi göstermektedir ancak popüler kanı müzikal, atletik veya sosyal zekâyâ sahip insanların sözel veya sayısal IQ testleri ile tam olarak anlaşılacak değerli yeteneklere sahip olduğu yönündedir.

Popüler kanının daha geniş bir zekâ görüşünü barındırdığına dair bazı ampirik destekler mevcuttur. Cornell Üniversitesi'nden Profesör Robert Sternberg, sıradan kimselerin zekâyâ bakış açılarını incelediği çalışmasında ortalama bir insanın sözel zekâ ve matematiksel zekâdan doğal olarak daha fazla fark gözettiğini buldu. Sternberg'in çalışmasına katılanlar, yaratıcı bir şekilde geleneksel düşünme yöntemlerinin dışına çıkma, hayattaki deneyimlerden bilgelik edinme ve diğer insanlardan bir şeyler öğrenmeye açık olma becerisinin geçerli ve ayırt edici yetenek kategorileri olduğunu da düşünüyordu.

Yeteneklerin dengeli mi yoksa dengesiz mi eğilim gösterdiğini incelemek için farklı tipteki yetenekleri ayırt etmek önemlidir. Örneğin dengeli bir yetenek profiline sahip biri, 110 sözel IQ puanına ve yaklaşık 110 civarında da sayısal IQ puanına sahip olabilirken; dengesiz bir yetenek profiline sahip biri, 135 sözel IQ puanına ve 100 sayısal IQ puanına sahip olabilir. Buradaki fark, biri için "akıllı" veya "bazı konularda çok başarılı ancak diğer ko-

nularda o kadar başarılı değil” demektedir. Bu farkın pratik sonuçları vardır çünkü yetenekler dengesiz bir dağılım gösterme eğilimindeyse okullar veya işyerleri, her bir kişinin potansiyelini nasıl en yüksek düzeye çıkaracağını düşünürken bunu hesaba katmak isterler. Tersine, yetenekler eşit bir dağılım gösteriyorsa, yani bireylerin alt yetenek türleri dengeli olmaya meyilliye okullar veya işyerleri, ortalamanın üzerindeki birinin çoğu görevde ortalamanın üzerinde performans göstereceğini varsayabilir.

Araştırmacılar genellikle çoğu insanın geniş kapsamlı olarak eşit seviyelerde yeteneğe sahip olduğunu keşfetmişlerdir. Fakat araştırmacılar, IQ puanı 130 olan kişileri incelediklerinde yeteneklerinin genellikle dengesiz şekilde dağılım gösterdiğini ve bu dengesizliğin IQ puanları yükseldikçe daha belirgin olduğunu görürler. Örneğin Iowa Devlet Üniversitesi’nden John Achter ve meslektaşları, binden fazla çok üstün yetenekli yedinci sınıf öğrencilerinin verilerini incelediklerinde %80’den fazlasının dengesiz yetenek dağılımına ve ilgi alanına sahip olduğunu buldular.

Üstün yetenekli kişilerin IQ profillerindeki dengesiz dağılım kafa karıştırıcı olabilir çünkü genellikle zekâyı dengeli bir şey olarak düşünürüz. Bazı okulların öğrencileri tipik, hızlandırılmış veya düzeltici izleme programlarına almasının sebebi de budur. Gerçekte çok üstün yetenekli insanlar bazı alanlarda çok başarılı olma eğilimi gösterirken diğer alanlarda ortalama ve hatta ortalamanın altında bir başarı gösterebilirler. Çoklu zekâ üzerine kapsamlı şekilde düşünecek olursak müzikal veya sayısal yetenek konusunda üstün yeteneğe sahip insanların, sosyal zekâ ya da içsel zekâ (kendini tanıma) konusunda önemli derecede düşük bir kapasiteye sahip olup olamayacaklarını düşünmek de oldukça ilginçtir.

Huzursuz Bir Zihin

Alabama Üniversitesi'nde Amerikan futbolu koçu olan Nick Saban, döneminin muhtemelen en iyi koçudur. Koç Saban, ciddi biri olarak tanınır fakat 2016'da ESPN'den Mike Smith'e verdiği röportajda Michigan Devlet Üniversitesi'nde yardımcı koçluk yaptığı dönemlerden birkaç neşeli anısını anlattı. Saban, bir başka yardımcı koçla birlikte yeni oyuncular bulmak için Youngstown Ohio'ya gitmiş. Oyuncuları değerlendirmekle geçen uzun bir günün ardından Saban ve meslektaş, akşam bir sonraki oyun için bazı stratejiler üzerinde çalışmak için yerel bir bara gitmişler. X'ler ve O'lar ile geçen yoğun bir çalışmanın ortasında silahlı biri bara girip barmenden kasadaki parayı vermesini istemiş.

Neyse ki olay sırasında kimse yaralanmamış ama tanıklar için çok korkutucu bir anmış. Polis olay yerine geldiğinde barmen neler olduğunu polise anlatmış. Polis barmeni sorguladıktan sonra hırsızlık olayı sırasında olay yerinde olan diğer insanlarla konuşmaya geçiyormuş ki barmen, polisler Saban'ı ve meslektaşını sorgulamaya zahmet etmemelerini söylemiş. Büyük ihtimalle böyle bir olayın yaşandığından bile "habersiz" olduklarını söylemiş. Barmen haklıymış. Saban ve meslektaş, oyun planlarına o kadar dalmış, işlerini yapmaya o kadar odaklanmışlar ki barda bir hırsızlık olduğunu fark etmemişler bile.

Üstün yeteneklilik teknik olarak, bir kişinin beceri, ham zekâ, atletizm veya sanatsal yetenek seviyesi ile tanımlanır. Fakat Profesör Winner ve başkaları, üstün yetenekli insanların aynı zamanda belirli bir kişilik tipine sahip olma ihtimallerinin daha yüksek olduğunu keşfetmiştir. Üstün yetenekli insanlar inatçı, isyankâr ve mükemmeliyetçi olmaya yatkındırlar. İlgi alanlarında ustalaşma konusunda olağanüstü bir güdüye sahiptirler ve sürekli olarak statükoyu zorlamaya çalışırlar ve bu da onları ilgi alanlarının peşinden olağanüstü

bir yoğunluk ve kararlılıkla koşmaya iter. Winner, kişisel özellikleri ve tutumların bu gruplaşmasına “ustalaşma hırısı” adını vermiştir.

İfadenin rahatsız eden bir tınısı var değil mi? Bunu Winner’a söylediğimde bana bunun meselenin bir parçası olduğunu söyledi. Bu oldukça uygun bir ifade çünkü üstün yetenekli insanların ilgi alanları ile ilgilenirken yaşadıkları yoğunluğu ve umutsuzluğa yakın hâllerini yakalıyor ama bence aynı zamanda diğer insanların bu kişilerin yoğun enerjisinden rahatsız olabileceğini de akla getiriyor. Üstün yetenekli insanlar oldukça meraklı bir doğaya sahiptir fakat durmak bilmeyen merakları, dışarıdan gergin veya neredeyse öfkenin sınırında oldukları algısı yaratabilir. Bu gerginliğin üstün yetenekli bir atletin birinciliği kazanmaya çalıştığı hâlinde veya bir araştırmacı gazetecinin ekibinin kritik bir teslim saatini yakalamasını sağlamaya çalışırken dışarı vurduğunu görebiliriz.

Üstün yetenekli öğrenciler, ebeveynleri veya öğretmenleri sorukları sorulara yanıt veremediğinde endişelenebilirler ve bu da onları sorularının yanıtlarını kütüphanede veya internetin derinliklerinde aramaya itebilir. Üstün yetenekli yetişkinler beceriksiz meslektaşlarına ve yöneticilerine karşı veya iş hızlı bir şekilde ilerlemediğinde daha sabırsız olabilirler. Üstün yetenekli insanların ustalaşma hırsları engellendiğinde telaşlarını açık şekilde görebilirsiniz. Kaşınmaması gereken ama kaşıntısı olan birinin yanındaymışsınız gibi hissedebilirsiniz.

Üstün yetenekli insanların ustalaşma hırslarının önüne geçildiğinde bunu sadece ufak bir rahatsızlık olarak görmezler. Londra’daki Royal Ballet’in başı olan dansçı Lauren Cuthbertson, bu hissi verdiği bir röportajda çok güzel bir biçimde açıklamıştır. 2014 yılında Cuthbertson, ayağıyla ilgili kariyerini sonlandırabilecek bir sakatlanma yaşadı ve aylarca dans edemedi. Röportajda hayatındaki en zor anların, *antrenman* yapamadığı zamanlar olduğunu söyledi.

Cuthbertson'ın biletleri tükenen bir gösteride performansını sergilemenin verdiği mutluluğu değil de sanatını geliştirmek için harcadığı zamanları, planlı antrenmanlarını özlemesi dikkate değer bir bakış açısidir. Planlı antrenmanlarına dönebildiğinde Cuthbertson, sanki “aniden nefes alabiliyormuş” gibi hissettiğini ifade etmiştir.

King's College'ın Psikiyatri Enstitüsü'nden Pedro Vital, geleneksel IQ testleri ile ölçülenlerin ötesindeki yetenekleri araştırmak istedi. IQ testlerinin, karakter ölçümlerinin ve ikizlerin özelliklerine dair ebeveynlerin gözlemlerinin de dahil olduğu değerlendirmelerden geçen 6000 çift ikizin mevcut verilerini inceledi. Ebeveynlere sorulan sorulardan biri, çocuklarının yaşça daha büyük çocuklara kıyasla daha dikkat çekici bir yeteneğe sahip olup olmadıklarıydı. “Dikkat çekici yetenek” terimi bilerek belirsiz bırakılmıştır fakat araştırmacıların üstün yetenekliliği sözel veya sayısal IQ puanlarının da ötesinde daha geniş bir çerçevede değerlendirmesine imkân tanımıştır.

Vital, çocukların %17'sinin yaşça büyük çocuklara kıyasla dikkat çekici bir yetenekle özdeşleştirildiğini buldu fakat en ilginç bulgular, hangi etmenlerin dikkat çekici bir yeteneğe sahip olmakla en güçlü biçimde ilişkilendirildiğiyle alakalıydı. Dikkat çekici bir yeteneğe sahip şeklinde tanımlanan çocukların %33'ü aynı zamanda yüksek IQ puanlarına sahip olsalar da yetenekleri ile alakalı en önemli etmen, saplantılı ilgilerinin seviyesiydi. Dar ve saplantılı ilgi alanlarının seviyesi yüksek olan çocukların dikkat çekici bir yeteneğe sahip olarak tanımlanma olasılığı %61 daha yüksekti.

Ustalaşma hırsı, çocuklukta kendini gösterir ancak genellikle yetişkinlikte de devam eder. Ustalaşma hırsını besleyen iki etmen vardır: ortalama olmaya verilen alerjik reaksiyon ve mükemmeliyetçiliğe çekilme. Üstün yetenekli insanlar bir konuda kötü olmaktan nefret ederler. Bu da duruma bağlı olarak lütuf ya da lanet olabilir.

Ortalama biri olmaya duydukları nefret onlar için iyi işlediğinde, statükodan tatmin olamazlar ve kendilerini geliştirmek zorunda hissederler. Fakat aslında üstün yetenekli insanlar her konuda iyi olamazlar. Bu da onlarda, daha sonra ayrıntılı olarak ele alacağımız bir sıkıntı yaratır.

Üstün yetenekli çocuklar aynı zamanda bir zorlukla karşı karşıya gelmekten de çok hoşlanırlar. Bu en başta öğretmenlerinin veya eğitimcilerinin performans standartlarını benimsemelerini sağlasa da ustalaşma hırısı yüksek çocuklar önünde sonunda geleneksel mükemmellik standartlarını reddederler. Birçok üstün yetenekli çocuğun ilgi çekici özelliklerinden biri, ilgi alanlarının geçmişine karşı olağandışı bir minnet duygusu besleyip kendinden önce gelenlere saygı duymaları fakat yine de farklı bir standarda ulaşmaya veya farklı iş yapma yöntemleri geliştirmeye çalışmalarıdır. Yeterli zorluk veya ustalaşma yolunda hızlı ilerleme fırsatı olmadığında, üstün yetenekli insanlar sanki şiddetli bir şekilde içeri doğru patlayacaklarmış gibi görünebilirler.

Ustalaşma hırsları aynı zamanda sevdikleri işi yapmanın verdiği haz tarafından da tetiklenir. “İşime odaklanmayı çok seviyorum,” dediklerini sık sık duyarım. Üstün yetenekli insanlar kod yazarken, oyun oynarken, beste veya resim yaparken tek bir amaca odaklanarak çalışmaya bayılırlar ve saplantılı bir şekilde çalışmalarını bozan her şey onları hemen rahatsız eder. Birinin aklından senfoniler dökülürken hayal dünyasında kaybolmaktan hoşlanması veya mükemmel bir perdede arya söylemekten keyif alması anlaşılabilir bir durumdur. Üstün yetenekli insanlar, yetenekleri veya kararlı çabaları için başkalarından övgüler alsa da kimsenin onları izlemediğini düşündükleri zamanlarda bile dur durak bilmeden yeteneklerini geliştirmeye devam ederler çünkü planlı antrenman yapmaktan doğal bir keyif alırlar.

Yeteneğin, ustalaşma hırsının ve planlı çalışmaya duyulan doğal isteğin bu olağandışı kombinasyonu, zorlukları aşmak için idealdir fakat bu nitelikler aynı zamanda üstün yetenekli çocukların sosyal hayatta yollarını incelikli bir şekilde bulmalarını zorlaştırabilir. Üstün yetenekli çocukların ustalaşma hırsı, anlamlı sosyal bağlar kurmalarını zorlaştırdığında ortaya çıkacak birçok sosyal ve duygusal sorunun yanı sıra olağanüstü potansiyellerinin gelişmesi de riske girer.

Üstün Yeteneklilik ile Tuhaflik Arasındaki İlişki

Biri üstün yeteneklilik diğeri sosyal tuhaflik üzerine iki araştırma kolu, geçtiğimiz birkaç on yıldır nispeten birbirinden bağımsız bir şekilde gelişti ama aynı birçok sonuç üzerinde buluşuyorlar. Üstün yeteneklilik üzerine incelemeler yapan araştırmacılar, en başta olağanüstü yeteneklerin nasıl tespit edilebileceği ve geliştirilebileceğini anlamak üzere yola çıktılar. Ancak daha sonra üstün yetenekli insanların potansiyeline olanak sağlayacak ya da ket vuracak önemli sosyal ve duygusal etmenler keşfettiler. Sosyal iletişim sorunları ve saplantılı ilgiler üzerine çalışmaya odaklanmış araştırmacılar en sonunda, sosyal eksiklikleri ve saplantılı ilgileri olan insanların kimi zaman olağandışı yeteneklere sahip olduklarını keşfettiler.

Üstün yeteneklilik ile tuhaflik arasındaki kavramsal çakışmayı görmek oldukça kolaydır. Tuhaf bireyler dikkatlerini özgün ilgi alanları üzerinde yoğunlaştırırken, üstün yetenekli insanlar özgün yeteneklerine dar bir şekilde odaklanmaya meyillidir. Tuhaf insanlar ilgi alanları konusunda saplantılı olurken, üstün yetenekli insanlar ustalaşma hırsıyla hareket ederler. Hem tuhaf hem de üstün yetenekli insanlar, planlı bir şekilde pratik yapmak için yalnız başlarına daha fazla vakit geçirmekten keyif alırlar. Bu ve başka

çakışma noktaları, tuhaflığın ve üstün yetenekliliğin bazı ortak noktaları olabileceğini akla getirir.

Tuhaf insanların ve üstün yetenekli insanların paylaştığı davranış eğilimlerinin ortak genetik etkileri taşıyabileceğine dair yeni kanıtlar bulundu. Pedro Vital ve meslektaşları, dikkat çekici yeteneklerin ve saplantılı ilgilerin aynı genetik kökenleri paylaşıp paylaşmadığını incelemek için büyük bir ikiz örneklemini analiz ettiler. Saplantılı ilgilerin kalıtsallığının, dikkat çekici yeteneklerin kalıtsallığı ile güçlü bir şekilde ilişkili olduğunu buldular. Edinburgh Üniversitesi'nden David Hill ve meslektaşlarının yaptığı başka bir davranışsal genetik çalışmasında on iki binden fazla katılımcının kanları alınmış ve depresyon, anksiyete ve otizm gibi psikolojik tanıların bilinen genetik işaretleyiciler için genomları taranmıştır. Hill, sosyal iletişim eksiklikleri ve tekrarlayan davranışlarla ilişkilendirilen genetik işaretleyicilerin aynı zamanda daha yüksek zekâ puanları ve daha yüksek eğitim başarısı ile de ilişkili olduğunu buldu.

Tüm üstün yetenekli insanlar sosyal olarak tuhaf, tüm tuhaf insanlar da üstün yetenekli sayılmasa da bu ve başka çalışmalar bize iki karakteristiğin kayda değer bir şekilde çakıştığını gösteriyor. Yüksek beceri ve saplantılı ilgi seviyelerine aynı insanda rastlandığında bu kombinasyona yetenek adı verilmektedir ve araştırmacılar, tuhaf özelliklerin ve üstün yetenekliliğin birlikte nasıl çalıştığını açıklayan ilgi çekici davranışsal mekanizmalar bulmaktadırlar. King's College'daki Psikiyatri Enstitüsü'nden Francesca Happé, yüksek oranda tuhaf özelliğe sahip insanların olağanüstü bir şekilde detaylara dikkat ettiğini ve bu detayları hatırlayabildiğini buldu. Simon Baron-Cohen detaylara bu denli yüksek bir dikkat göstermenin, bazı eşsiz yeteneklerin temelini oluşturabileceğini buldu ama aynı zamanda tuhaf insanların sistematikleştirmeye

olan yatkınlıklarının sorunların detayları arasındaki düzenleri ve mantıksal ilişkiyi aramalarına yardımcı olduğunu öne sürmektedir.

Tuhaf insanlar, durumları parçalarına ayırıp bu parçaların detaylarına odaklanarak başka insanların göremeyeceği düzenleri bulmakta özellikle yeteneklidirler. Tuhaf çocukların çalışan bir tost makinesini “sadece nasıl çalıştığını görmek için” parçalarına ayırmak gibi görünüşte nedeni anlaşılmayan şeyler yapmalarının nedeni de budur. Saplantılı ilgileri ile birleşen sistematik doğaları, onları planlı olarak pratik yapmaya iter ve doğuştan gelen becerilerini potansiyelleri dahilinde çok iyiden mükemmele ya da mükemmelden olağanüstüye çevirerek en üst seviyeye çıkarmalarına yardımcı olur.

Çoğu insanın aklında tuhaf insanların ilgilerinin “çılgın bilim adamı” veya “dalgın profesör” gibi ifadelerle özdeşleşmiş teknoloji, fizik veya çizgi roman gibi belirli alanlara yönelik olduğu kanısı vardır. Eğitimsel zekâsı yüksek fakat bazı sosyal becerilerden yoksun görünen birine ait bu arketipler, mantık dışı karakterlerdir. Mars’a nasıl uydu gönderebileceğini çözen ama otoparktaki arabasına nasıl döneceğini bulamayan roket bilimcisine şaşırırız veya bir beyin cerrahının karmaşık beyin taramalarını anlayabilirken bir sohbet sırasında karşısındaki insanın aklından geçenleri anlamadığını merak ederiz.

Teknoloji canavarlarının ve fizikçilerin sosyal açıdan tuhaf olacağı stereotipi, *The Big Bang Theory* gibi TV dizilerinden veya Matematik Olimpiyatları’nda yarışan tipik inek tiplerinin “matletikler” olarak adlandırıldığı *Kötü Kızlar* gibi filmlerden gelmektedir. Bu televizyon dizileri ve filmler üstün yetenekli ve tuhaf karakterleri nihayetinde şefkatli bir şekilde betimlemesine rağmen bu senaryolardaki mizahın işe yaramasının nedenlerinden biri de teknoloji, bilim veya matematik alanlarında yetenekli olanların bü-

yük ihtimalle sosyal olarak tuhaf oldukları fikrine insanların yakın olmasıdır. Bu rastgele edindiğimiz gözlemlerin sistematik bir incelemenin sonuçları ile çakışabileceğini gösteren güzel bir örnektir.

İLGİ ALANLARI VE YETENEKLER

İlgi alanlarınız ve yetenekleriniz ile ilgili düşüncelerinizi organize etmenizin bir yolu da mesleki psikolog John Holland'ın altı ilgi alanı tipini kullanmaktır. Güçlü İlgi Envanteri gibi kapsamlı ve iyi araştırılmış testler derinlemesine bir geribildirim sunabilir fakat aşağıdaki tablo ilgi alanlarınız ve yetenekleriniz ile ilgili size bazı fikirler verebilir. Aynı zamanda onetonline.org adresinden ABD Çalışma Bakanlığı'nın sunduğu kapsamlı bilgilere de ulaşabilirsiniz.

KATEGORİ	İLGİ ALANLARI	YETENEKLER
Gerçekçi	Somut sonuçları olan uygulamalı faaliyetler	Bağımsız, pratik, somut sonuçlar üretme
Araştırmacı	Fikirler, teoriler, veriler	Analitik düşünme ve yeni fikirleri inceleme
Sanatçı	Estetik, soyut kavramlar, yaratıcı girişimler	Hayal gücü kuvvetli, kalıpların dışında düşünebilme, yaratıcı
Sosyal	İnsanlara yardım etmek, öğretmek, ilişkiler	Yardımsaver, empati kurabilen, sosyal akıcı
Girişimci	Projeler başlatmak, liderlik etmek, risk almak	Cesur, iddialı, ikna kabiliyeti yüksek
Geleneksel	Düzen, prosedürler, bilgilerle çalışma	Verimli, titiz, yöntemsel yollar izleme

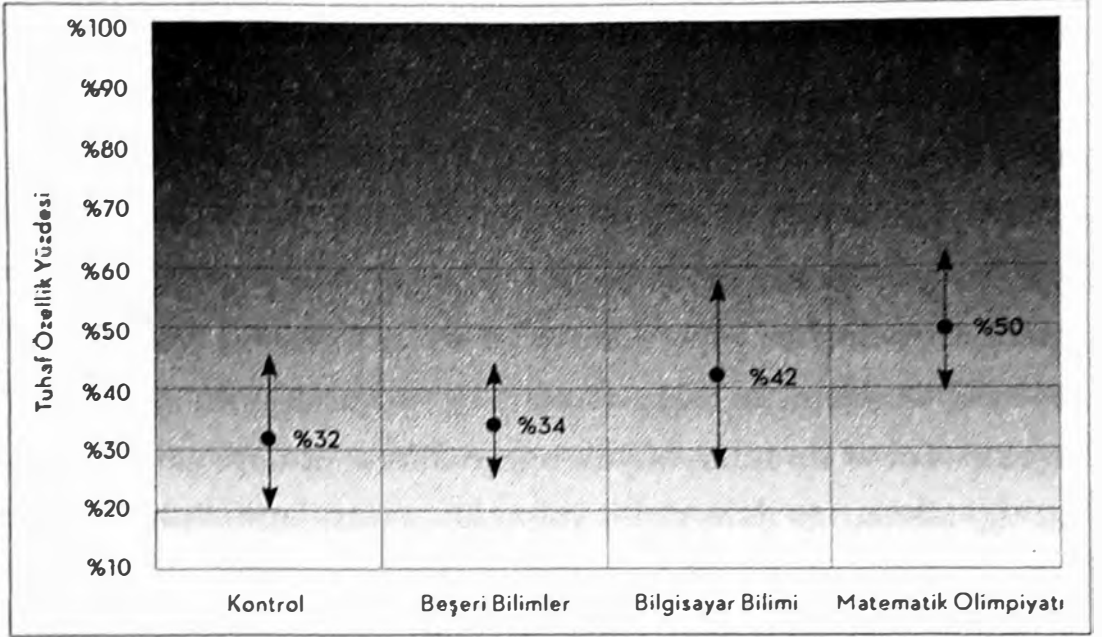
Simon Baron-Cohen ve Oxford Üniversitesi'nden meslektaşları, dört grubun tuhaflık seviyelerini karşılaştırmışlardır: Beşeri bilimler konusunda uzmanlık eğitimi alan Oxford Üniversitesi öğrencileri, Oxford Üniversitesi bilgisayar bilimi son sınıf öğrencileri, İngiltere liseler arası Matematik Olimpiyatı'nın kazananları ve belirli ilgi alanları için seçilmemiş bir kontrol grubu. Amaçları, ilgi alanları

bilgisayar bilimi ve matematik gibi oldukça sistematik düşünmeyi gerektiren katılımcıların kontrol grubundaki veya beşeri bilimler bölümündeki öğrencilerden daha fazla tuhaf özelliğe sahip olup olmadıklarını belirlemektir. Kontrol grubu ile beşeri bilim öğrencilerinin tuhaf özelliklerin üçte birini barındırdığını keşfettiler. Bu oran, bilgisayar bilimi öğrencilerinin (%42) veya Matematik Olimpiyatı'na katılan öğrencilerin (%50) taşıdığı tuhaf özelliklerin oranından önemli ölçüde düşüktü.

Seçkin bir üniversitede okuyan bilgisayar bilimi öğrencilerinin veya matematik konusunda yetenekli olan ergenlik çağındaki çocukların, sorunları çözerken sistematik düşünme ve mantıktan faydalanma açısından istisnai bir yeteneğe sahip olma ihtimalleri daha yüksektir. Bilgisayar bilimi gibi bir alanın güzelliği, bilgisayar çiplerinin ruh değişimlerinin olmaması veya kendilerinden şüphe etmemeleridir. Bu da sistemin içinde çalıştığınız sürece çiplerin üzerindeki bilgileri okumanızı kolaylaştırır. Matematiksel kanıtlar ise mantık ile içgüdü arasında kararsızlık yaşamaz. Dolayısıyla kişi işlem sırasını izler veya bir dizi kurala uyarsa sonunda doğrulanabilir bir sonuca ulaşır. Ancak daha önce de gördüğümüz gibi sosyal olmayan ve kurallarla çözülebilen sorunlara uyan bu tür doğrusal ve sistematik düşünme tipi, doğrusal olmaktan çok uzak ve beklenmedik ölçüde değişken olan sosyal sorunlar için tuhaf bir eşleşme olabilir.

Bilgisayar biliminde uzmanlaşmanın veya atletik olmanın kişiyi tuhaf yapmayacağını, hatta tersine verilerin, saplantılı ilgilere sahip ve sistematik becerileri yüksek olan kişilerin bilgisayar bilimi ya da matematik gibi alanlara yönelme eğiliminde olduğunu gösterdiğini unutmamak önemlidir. Ancak saplantılı doğaya sahip çok başarılı insanlara birçok alanda rastlayabilirsiniz ve sistematik yaklaşım, birçok alanda değerli bir niteliktir. Yüzücüler

gibi seçkin sporcuların saplantılı doğalarını düşünün mesela. İki saatlik antrenman yapmak için sabah 04:30'da uyanırlar ve akşam aynı antrenmanı bir daha yaparlar. Ya da mükemmel bir şekilde yapmak için hareketlerini binlerce kez tekrarlaması gereken seçkin dansçılar veya aynı ölçüleri çok fazla tekrar etmesinden dolayı çene derisi kendini korumak için nasırlaşan kemancıyı düşünün. Üstün yeteneklilik ile tuhaflık arasındaki en güçlü bağlantı, planlı pratik yapmaya duyulan bu doğal yatkınlık gibi görünüyor. Ancak bu türden saplantılı bir güdü, insanların sosyal hayatlarını engelleyebilir.



Şekil 9.1 Her bir grubun barındırdığı otizm özellikleri yüzdesi. Oklar, %15 (düşük seviye) ve %85 (yüksek seviye) oranlarını temsil etmektedir.

Profesör Winner, yetenekli insanların ustalaşma hırsının kendisini uyum sağlamalarını zorlaştıran sosyal davranışlarla dışa vurabileceğini bulmuştur. Yetenekli insanlar, yeteneklerini geliştirirken kendi başlarına vakit geçirmekten mutludurlar ancak kendilerini dış dünyadan soyutlamaları, mesafeli veya başka insanlara karşı ilgisizmiş gibi görünmelerine neden olabilir. İlgi alanlarının peşinden bu denli dar bir odakla ve yoğun bir şekilde gitmeleri genellikle

onlarla aynı ilgi alanlarını veya bir konuya olan ilgilerini tam olarak aynı yoğunlukla paylaşan çok az insan olduğu anlamına gelir. Genç Hans Asperger'i hatırlayın: Franz Grillparzer'ın nihilist şiirlerini çok seviyordu ama yaşitlarının bu tür bir ürkütücü tasavvura pek de ilgi duymadığını anladı.

Yetenekli insanlar, onlarla aynı ilgi alanlarını paylaşan insanları bulsalar bile ustalaşma hırsları, hırslanmak yerine eğlenmek isteyen diğerlerini korkutabilir. Yetenekli insanlar ilgilendikleri bir konunun üzerine istedikleri yoğunluk ve hızda eğilemediklerinde, bazen karşılarındaki kişi için "Bu insanda hiç aciliyet duygusu yok!" dediklerini duyarsınız.

Dışarıdan insanlar olarak büyük resmi görmek bizim için kolaydır. Yetenekli insanların ustalaşma hırslarını kategorilere ayırması ve bazen yoğunluklarını azaltmaları gerektiğini anlamaları veya bir şeyi sadece eğlence olsun diye yapmaları gerekir. Çoğu insanın ilgi alanları konusunda onlar kadar saplantılı olmayacağını ve büyük ihtimalle başka alanlara ilgi duyacaklarını anlamaları gerekir. Tuhaf insanlar, büyük resme dikkat etmeye çalışmalı ve dar ilgi alanlarına daha az bir yoğunlukta odaklanmalıdır. Ancak gerçekte bu bir düğmeye basmak kadar kolay olmaz.

Bunların tümü çok açık gibi görünüyor ama dışarıdan bakıldığında çoğu psikolojik eğilim öyledir. Bir alkoliğin çok fazla içki içmemesi gerektiği, kaygılı birinin çok fazla endişelenmemesi gerektiği veya depresyonda olan birinin yüzünü bu kadar asmaması gerektiği oldukça açıktır. Ancak herkesin kendinden uzaklaşmasını zorlaştıran savaşimleri vardır. İnsanları saplantılı ilgilerinden uzaklaştırmaya çalışan ebeveynlerin, arkadaşların, yöneticilerin veya psikoterapistlerin sorunu, bu insanları ne kadar çok zorlarsa yardım etmek istedikleri insanların da bir o kadar inat etmesidir.

Ebeveynlerin ve öğretmenlerin yetenekli çocukların başarılı olma ihtimallerinin diğer insanlarla ilişki kurabilme yeteneklerine bağlı olduğunu anlamalarına yardımcı olmaları ustalık gerektiren bir durumdur. Çok parlak bir bilgisayar bilimcisi, fikirlerini diğer insanlara açmak için daha keskin bir duygusal zekâya sahip olması gerektiğini veya olağanüstü derecede yetenekli bir şarkıcı hayranları ile hem internet üzerinden hem de sahnede yakın bağ kurması gerektiğini fark edebilir. Tuhaf bir bilgisayar bilimcisi, nasıl daha ikna edici olması gerektiğini içgüdüsel olarak anlamayabilir veya tuhaf bir şarkıcı, performans sırasında duygularını nasıl göstereceğini bilemeyebilir ama bu tür sosyal beceriler genellikle bir kişinin tam potansiyelini gerçekleştirme için önemlidir. Sosyal eksiklikleri olan yetenekli çocuklar, zorlu sosyal yetenekler geliştirmeye çalışmak yerine yalnız vakit geçirmeye iyice dalıp sosyal olmayan ilgi alanları konusundaki yeteneklerini geliştirmeyi çekici bulabilirler.

Yetenekli çocukların ebeveynleri, öğretmenleri ve akıl hocaları için onları en iyi nasıl destekleyeceklerini bilmek oldukça zordur. Yetenekli çocuklar, saplantılı ilgi alanlarına çok fazla zaman ayırırlarsa sosyal açıdan daha fazla izole olma riskine girerler ve toplumla olan bağlarını sürdürebilmelerinin bütünleyicisi olan sosyal becerilerini geliştiremezler. Diğer yandan da bu tür zeki ama asosyal çocukları “diğer çocuklar gibi olmaya” teşvik ederseniz onların eşsiz yanlarını köreltme ve onları mutlu eden şeyleri ellerinden alma tehlikesi yaşarsınız. Burada kolay bir yanıt yok ama bu iki senaryonun da birbirine tamamıyla zıt olmama ihtimali mevcut.

Yetenekli çocukların kendilerinden farklı çocuklarla arkadaşlık yapmaları zor olabilir ama kendileri gibi düşünen birilerini bulduklarında hem sevdikleri şeylerle uğraşıp hem de sosyal olabilirler. Bu yetenekli bir sanatçının, benzer yeteneklere sahip başka sanatçılarla arkadaşlık etmesi gerektiği anlamına gelmiyor ama

onların sınırlarını zorlayan ve diğer birçok insana saçma gelecek fikirlerin peşinde koşarken onlara ihtiyaçları olan türden desteği verecek birilerini bulmaları gerek. Olağanüstü başarılarla nadiren sosyal bir balonun içinde ulaşılır.

Üstün yetenekli ama tuhaf olmayan insanlar açısından o yetenekleri geliştirmek için reçete nispeten nettir. Görsel sanatlar konusunda üstün yetenekli olan çocuklar üzerine çalışmalar yapan önde gelen araştırmacılardan Jennifer Drake'i ziyarete Brooklyn College'a gittim. Resim yapma konusunda yetenekli çocukların, sosyal açıdan tuhaf olmama eğiliminde olduklarını, asıl zorluğun yeteneklerini geliştirmenin yollarını bulmak olduğunu söyledi. Okullarda sanata ayrılan fonların düşük olması, üstün yetenekli sanatçıların tipik bir ödev için ihtiyaç duydukları kaynakları bulmalarını zorlaştırıyor.

Üstün yetenekli sanatçılar, kariyerlerini sanat alanında yapmak istemeyebilirler ama yine de doğuştan gelen yeteneklerinde ustalaşma hırsı hissederek ve bu motivasyonları için bir çıkış bulamadıklarında hayal kırıklığına uğrarlar. Ebeveynler genellikle, çocuklarının onların düşünce şekillerini anlayabilecek ve yeteneklerini geliştirmeleri için onları zorlayabilecek veya yeni fikirler için onlara ilham verebilecek başka üstün yetenekli sanatçılarla tanışabilecekleri yaz programları ya da topluluk fırsatları aramak zorunda kalırlar. Profesör Drake'e ebeveynlerin ne yapmaları gerektiğini sorduğumda bana empatik bir şekilde "Onları zorlamasınlar," dedi.

Bazı ebeveynlerin, çocuklarının başarıları üzerinden birbirleriyle yarıştığı, ebeveynler arasında yüksek bir rekabetin yaşandığı çağımızda bunun özellikle iyi bir tavsiye olduğunu düşünüyorum. Üstün yetenekli çocuklar zaten yaşlarına göre oldukça büyük işler başarmaktalar ve kendi yetenek alanlarında ustalaşma konusunda doğal olarak güdülenirler. Ebeveynler, ustalaşma hırsına sahip ço-

cuklarının veya yetişkin çocuklarının büyük ihtimalle zaten sağlıklı bir güdü ve odak seviyesinin eşiğinde olduklarını yani onları daha fazla zorlamanın yoğunluklarını motorlarının aşırı ısındığı bir seviyeye doğru çıkarabileceğini akıllarında tutması gerekir.

Yetenekli çocukların, onları anlayabilen akıl hocaları ve onları destekleyen yaşlıları ile anlamlı ilişkilere ihtiyacı vardır. Onların da herkes gibi, yol gösterme ve destek alma konusunda sadık ilişkilere güvenebilmeleri gerekir. Yetenekli çocukların ebeveynlerinin, öğretmenlerinin veya koçlarının yardımcı olma konusunda yapabileceği en faydalı şeylerden biri, bu çocukları onlarla aynı şekilde düşünen arkadaşlar veya akıl hocaları bulabilecekleri bir konuma yerleştirmektir. Bunun için okullardaki üstün yetenekli çocuklara özel programları ve üstün başarı gösteren gençler için üniversiteler tarafından düzenlenen yaz programlarını araştırılabilir. Yetenekli çocukların bu tür konferanslarda veya enstitülerde ya da müfredat dışı etkinliklerde edinecekleri kısa süreli yoğun pratik deneyimler, onlarla aynı şeylere ilgi duyan ve aynı hızda ilerleyen başka insanlarla bir arada olmalarını sağlar. Bu konuda Profesör Winner, “Bu programların çocuklar üzerindeki en önemli etkisi sosyal açıdandır çünkü bu şekilde kendilerine benzeyen başka çocuklarla tanışırlar ve yalnız olmadıklarını fark ederler,” diye vurguladı.

Kendine Sadık Kalmak ve Uyum Sağlamak

Tuhaflik ve üstün yeteneklilik üstüne ilk dersimi verdikten sonra soru yanıt bölümü yaptık. İlk soru, yumuşak sesli genç bir adamdan geldi. Cesurca ayağa kalkarak “Tuhafsanız ama ortalama bir yetenek seviyesine sahipseniz ne olur?” diye sordu. Soruş şekline bakılırsa akademik egzersiz olsun diye varsayımsal bir soru değil, daha ziyade nasıl ilerlemesi gerektiği üzerine maddi bir soru soruyordu. Uygun

karar, tuhaf insanların her zaman olağanüstü yeteneklere sahip olduklarını söylemekti ama bu, yalnızca yanlış değil aynı zamanda yardımcı olmayan, kişisel gelişim tarzında abartılı bir basite indirgeme olurdu. Tuhaflik ile üstün yetenekliliğin önemli kesişimleri olsa da kesinlikle birbirleriyle tam olarak ilişkili değildirler. Bazı insanlar tuhaf ve üstün yetenekliyken, bazıları normal yetenek seviyelerine sahip tuhaf insanlardır. Retorik olmayan bir şekilde cevap verdim: “İnsanların olağanüstü potansiyellerini saplantılı bir enerji, keskin bir odak ve dur durak bilmeyen kararlılık ile sevdikleri şeyi yapmalarından doğan yetenek seviyelerine bakmaksızın merak ediyorum.”

İyiliğimiz için hedeflerimize ulaşmamızı sağlayacak yeterli yeteneğe sahip olup olmadığımızı merak etmek doğaldır ancak bu soruyla alakalı araştırma bulguları, yeteneğin insanların düşündüğünden daha az öneme sahip olabileceğini ileri sürmektedir. Lisansüstü performansın işlenmemiş akademik yetenekleri ölçmede kullanılan GRE (Graduate Record Examination) ile ne ölçüde değerlendirildiğini düşünün. Bin yedi yüzü aşkın çalışmanın toplu çözümlemesini yapan Nathan Kuncel ve meslektaşları, GRE puanlarının mezun öğrencilerin daha sonraki not ortalamalarının ve fakültedeki performans değerlendirmelerinin ancak %30’undan biraz daha fazlası için doğru bir kestirimde bulunduğunu buldular. Yüzde 30 oldukça önemli bir oran olsa da bulgular bir kişinin performansını değerlendirmek için azim, özgüven veya sosyal destek gibi başka faktörlere yer verilmesi gerektiğini gösteriyor.

Bana kalırsa insanlar çok istedikleri uzun vadeli hedeflerinin peşinden koşmayı düşündüklerinde asıl soru, yeteri kadar işlenmemiş yeteneğe sahip olup olmadıkları değil, çok istedikleri büyük hedeflerine ulaşmak için doğuştan gelen eşsiz özelliklerini nasıl sonuna kadar kullanabilecekleridir. Tuhaf insanların iki ayırt edici özelliği vardır: odaklı dikkatleri ve saplantılı ilgileri.

Minnesota Üniversitesi'nde yüksek lisansa başladığımda sınıf arkadaşlarımdan mükemmel yakın GRE puanları veya mükemmel üniversite notları hakkında konuştuklarına kulak misafiri olurdum. Bu ölçütlere göre onların işlenmemiş entelektüel güçleri ile yarışmanın aptallık olacağını biliyordum. Hatta yarışmak bile başlı başına bir aptallıktı çünkü herkesin başarılı olabileceği birçok alan vardı ve ben de yeni bir duruma alışmak için her zaman yaptığım şeyi yaptım: Odaklı dikkatimi tek seferde tek bir zorluğa yönlendirdim ve parçaların nasıl bir araya geldiğini en sonunda anlamaya karar verdim.

Tuhaf bireylerin odaklı dikkatleri, bakış açılarını keskin ve canlı kılar. Bazen büyük resmi kaçırsalar da diğer insanların kaçırdığı ve yeni bir bakış açısı sağlayabilecek detayları görebilirler. Örneğin doğaçlama aktörleri, bir sahnedeki ufak, normal olmayan detaylara "olağandışı şey" adını verir. Bir başka aktörün belki gömleğin hırkasından sarkan kısmını pantolonunun içine sokmaması veya konuşurken yaşadığı ufak bir tereddüt gibi pek tipik olmayan bir davranış, sahneyi beklenmedik yönlerde doğru taşımaları için onlara bir tutunma noktası sunar. Teknolojide yenilikçi buluşları ateşleyebilecek geçici ufak kesintiler, bilimde diğer biliminsanlarını devrim yaratan keşiflere yönlendirebilecek aykırı değerler veya şehirde yepyeni şarkı besteleri için ilham verecek olağandışı sesler vardır.

Tuhaf insanlar detayların nasıl sistematik bir şekilde düzenlenebileceğini anlamaktan da hoşlanırlar. Tuhaf insanlar sosyal düzenleri anlamakta yaşadıkları zorluk nedeniyle yılgınlığa kapılabilirler ama aşağıdan yukarı doğru bakış açıları, kabul edilen uygulama şekillerinin en iyi yöntem olup olmadığını sorgulamaları için onlara fırsat tanır. Verecekleri mücadeleyi seçmeleri gerekse de sistemlerdeki eksiklikleri görmekte başarılıdırlar ve daha iyi bir sistemin nasıl kurulacağını düşünmede doğuştan yeteneklidirler.

Tuhaf insanların sahip oldukları bir diğer avantaj da saplantılı ilgilidir. Her bilimsel buluşun veya Olimpiyat altın madalyasının arkasında mikroskopun önünde boşuna harcanmış yüzlerce saat veya yıllar boyu sabahın 04:30'unda yüzülen turlar vardır. Birçok insan bu tekrarların biktırıcı olduğunu düşünse de tuhaf insanların saplantılı ilgileri içsel bir haz ve uzun vadeli birçok hedefe erişmek için binlerce küçük detayı incelemek ve tekrar tekrar deneme ve yanılmaya katlanmak için gerekli olan sürekli enerjiyi barındırır.

Yani tuhaf insanların sosyal ortamlarda kendilerini rahatsız hissetmelerine neden olan aynı odaklı dikkat ve saplantılı enerji, olağanüstü başarılarla doğru ilerlemelerini sağlayan niteliklerdir. Kitabın başlarında da değindiğim gibi tuhaf olmak, bir değiş tokuştur. Fırsat verilse hangi tarafı seçeceklerini merak ediyorum: Büyük resmi görüp sosyal hayatta yollarını daha rahat bulabilecekleri bir eğilime mi yoksa avantajlı bir yoğunluk sağlayan ama sosyal hayatı daha az içgüdüsel hale getiren odaklı bir dikkate mi sahip olmak isterlerdi? Bir tarafın diğerinden daha iyi olduğunu düşünmüyorum ama aradaki farkı anlamak hem tuhaf hem de tuhaf olmayan insanlar için önemlidir çünkü çeşitli düşünce şekilleri bir araya geldiğinde sonuçlar gerçekten olağanüstü olabilir.

BÖLÜM 10

ÇIĞIR AÇAN YENİLİK

Olağanüstü başarılarla dair ilk dersimiz, imkânsız ihtimaller dahilinde insanüstü başarılarla imza atan toplum dışına itilmiş insanlar hakkında. Çocukken, Küçük Lokomotif veya dışlanmasına sebep olan burnunu kullanarak Noel'i kurtaran kırmızı burunlu Ren geyiği masallarını dinlerdik. İlkokul çağındaki birçok çocuk, belirli yeteneklere sahip süper kahraman hikâyelerine bayılır. Kahramanlar, süper güçlerini başkalarından saklarlar ve çoğu insan onları tuhaf ikinci kişilikleriyle tanır. Süpermen'e dönüşen yumuşak başlı Clark Kent, Kaptan Amerika'ya dönüşen zayıf çocuk Steve Rogers veya şekil değiştirerek İnanılmaz Hulk olan inek David Banner örneklerden bazılarıdır.

Ergenlik çağındaki çocuklar, hikâyelerinde daha fazla sorun görmek isterler. Toplumdan dışlanmalarına sebep olan eşsiz güçlerinin aynı zamanda dünyayı kurtarmak için gerekli olan anormallikler olduğunun anlatıldığı *X-Men* gibi filmlerdeki paradokslara bayılırlar. Birçok kahramanlık hikâyesinde, Amerikalı akademisyen Joseph Campbell'in kahramanın yolculuğu adını verdiği yöntem izlenir. Campbell, kahramanların başlangıçta özel yeteneklerinin tam olarak farkında olmadığını ve bilge bir akıl hocası gelip yeteneklerinin ne olduğunu ve onları iyilik için nasıl kullanacaklarını anlamalarına yardım edene kadar yetenekleriyle aralarına mesafe koymaya çalıştıklarını tespit etmiştir. Kahramanlar, bildikleri dün-

yadan yeteneklerini geliştirecekleri uzak diyarlara sürgün edilirler veya kendi istekleriyle ayrılırlar. Bu eğitim sürecinde görünüşte imkânsız olan zorlukları beraber aşmaya karar verdikleri, kendilerine benzeyen insanlarla tanışırlar.

Süper kahraman hikâyelerine gömülü kahramanın yolculuğu, sadece çocuksu bir hayal gücüne dayanmaz. Yetişkinlerin hayran olduğu ve öykündüğü birçok profesyonel ikon, kahramanın yolculuğunda ortaya serilen yolu izleyen hayat hikâyeleri vardır: Mütevazı bir şekilde başlayıp içlerinde gizli bir güç bulan, iyi olan şeyleri yapmaya çalışırken sayısız sıkıntı yaşayan fakat en sonunda yeteneklerinin dizginlerini cesurca ellerine alarak imkânsız zorlukların üstesinden gelen insanlar. Okulu bırakıp ailesinin garajında Microsoft'u kuran Bill Gates veya yönetim kurulu tarafından Apple'dan kovulan ama geri gelip Apple'ı dünyanın en değerli şirketine dönüştüren Steve Jobs hakkındaki Silikon Vadisi hikâyelerini duymuşsunuzdur.

Hayal ürünü kahramanlar ve gerçek hayattaki kahramanların ilginç özelliklerinden biri, birçoğunun ayırt edici bir tuhaf özelliğinin olmasıdır. Bazen başarılı olmak için tuhaflıklarını aşmışlar veya tuhaflıklarına rağmen başarılı olmuşlar gibi görünür fakat modern hikâyelerde insanlar, uyum sağlayamadığını hisseden ama muazzam başarılar kaydetmek için olağandışı güçlü yanlarından faydalanan ve yoluna çıkan çok büyük sıkıntılar karşısında dayanacak cesareti bulan insanlarda büyüleyici ve ilham verici bir şey bulurlar.

Olağanüstü başarılarla imza atmış bu kadar insanın aynı hikâyeyi paylaşması mümkün görünmeyebilir. Nihayetinde birisi, zirveye ulaşmak için tuhaf bir şekilde çaba da gösterse çekiciliğini de kullansa aynı sonuca ulaşacağından bu yolculuğun mantıksız olduğunu ileri sürebilir. İnsanların tuhaf kahramanda derin anlamlar bulmalarının nedeni belki de anlatının gidişatının insanların gerçek

hayatta olağanüstü hedeflere doğru yaptıkları yolculuklara en iyi şekilde yaklaşmasıdır. Olağanüstü başarılar üzerine yapılan çalışmalardan alınan araştırma sonuçlarının, kahramanın yolculuğu hakkında yazılan kurgu hikâyelerinde yer alan tüm zorlukları ve olağanüstü olasılıkları yansıttığını göreceğiz.

Şart Kipi

Yetenekli insanlar, ilgi alanları konusunda mükemmeliyetçi olabilirler. Ustalaşma hırsları ateşlendiğinde öğrenebildikleri her şeyi öğrenmek isterler ve becerilerini geliştirmek için durmadan çalışırlar. Birçok alanda veya disiplinde acemiler ve orta seviyedeki kişiler için yapılandırılmış prosedürler ve sistematik adımlar vardır. Matematik ve bilim ciddi anlamda kurala dayalıdır; tenis veya bale gibi solo fiziksel aktiviteler bilinen temel hareketlerin pratik edilmesine bağlıdır ve hatta çizim gibi yaratıcı alanlar bile perspektif kurallarına bağlı olup müzik iyi çalışılmış ölçülerin eseridir. Tuhaf insanlar, planlı olarak pratik yapmaktan haz alırlar ve devam eden çabalarının sonuçlarını görmek onlara keyif verir. Bir zanaatı öğrenmek için gereken ilk sistematik adımlar tuhaf bir zihin için şeker gibidir.

Yetenekli insanlar acemilikten ustalığa uzanan iyi şekilde tanımlanmış bu yollarda sistematik bir şekilde ilerlemekten tam olarak tatmin olsalardı hayat onlar için çok daha kolay olurdu. Oysa yetenekli insanlar çok geniş olasılıkları olan ilgi alanlarını seçmeye eğilimlidirler. Bilim veya matematik gibi sistematik disiplinlerde bile, seçkin performans gösterenlerin düzenli bir şekilde mükemmel yakalamaları imkânsızdır, çünkü üst sınır yoktur. Bilim ve matematik kurallara ve yöntemlere dayalıdır ama bu kurallar ve yöntemler sonsuz sayıda biçimde bir araya getirilebilir, dolayısıyla ortaya her zaman yeni sorular ve olasılıklar çıkar. Ressamlık veya

kurgu yazarlığı gibi yaratıcılık isteyen işlerde, bilinmeyen toprakları keşfetmeden işler üretmek için çok daha fazla olasılık ve baskı vardır.

Konu kendi ilgi alanları olduğunda yetenekli insanlar bu sınırsız olasılık fikrini heyecan verici bulurlar. Önde gelen birçok biliminsanı, olanı tekrar etmek yerine yeni keşifler için uğraşmayı tercih eder, üst düzey matematikçileri en çok çözülememiş kanıtlar güdüler ve seçkin atletler mevcut mükemmellik standartları zorlamak isterler. Yetenekli çocuklar sevdikleri bir şey bulduklarında odaklı dikkatlerinin yoğunluğu ve odağı, eşsiz olanakları aydınlatır.

Kişinin yeni fırsatlar keşfettiğinde başarmak için uzun vadeli bir hedefe gözünü dikmesi gerekir. Yetenekli insanlar, genç yaşlarda gelecek hakkında farklı düşünürler ve bunu tutkuları hakkında konuşma şekillerinden anlayabilirsiniz. Birçok çocuk gelecekte gelecek zaman kipinde bahseder ve bu da gelecekte olacak izole bir edim içerir. Örneğin bu kipi kullanan kişi şöyle der: “Harika bir kimya öğrencisi olacağım,” veya “Bugün daha sonra yüzmeye gideceğim”. Ama yetenekli çocuklar daha ziyade, nadiren kullanılan ve bir şeyin ancak başka şeyler olduktan sonra gerçekleşeceğini aktaran şart kipini kullanmaya meyillidir.

“Daha iyi çalışırsam daha iyi bir kimya öğrencisi olabilirim,” veya “Ev işlerini halletmek için sabah 05:00’te kalkacağım, ancak ondan sonra yüzmeye gidebilirim,” gibi. Bu, çocuklar için olağandışı düzeyde bir entelektüel karmaşıklık yansıtan, dilbilgisindeki belirsiz ama önemli bir farktır. Olağanüstü çocuklar, çok uzaktaki büyük zaferlere giden yol boyunca ayrıntıları fark ederler.

Ustalaşma hırsına kapılan insanların anlatımlarında doğal bir gerginlik vardır. Bu, mükemmeliyetçi yapıları ile mükemmelleştirilmesi neredeyse imkânsız olan sonuçlar elde etme arzuları arasındaki gerilimdir. Kişinin bir sonucun imkânsızlığı üzerine çok fazla düşünmesi yorucudur ama yetenekli insanlar, başlarını eğip

ayrıntılı hedeflere giden yolu her seferinde tek bir adım atarak izleyecek şekilde odaklı dikkatleriyle aydınlatarak yola koyulurlar.

Uzmanlığın Getirdiği Konfor

Uzmanlar, kendi alanlarında ortalama bir insanınkinden daha üstün bilgi ve yeteneğe sahiptir. Uzmanların bilgi dağarcıkları geniştir, sorunlar hakkında daha derinlemesine analiz ederek düşünürler ve etkili çözümleri hayata geçirmede daha hızlıdır. Kendi alanlarında doyumsuz bir merak sahiptirler, öğrendikleri bilgiyi belleklerinde saklamak konusunda olağandışı bir becerileri vardır ve bu geniş bilgi birikimini karmaşık sorunların unsurları arasındaki bağlantıları görmek için kullanırlar.

Grup sert zorluklarla karşılaştığında uzmanların varlığı grubu rahatlatılabilir. Uzmanların sıkıntılı dönemlerde sergiledikleri soğukkanlı, onları iyi tanıyan insanlar için bir paradokstur çünkü uzmanların huzursuz bir zihni vardır. Üstün yeteneklilik üzerine çalışan araştırmacılar, en çok hangi türden insanların uzmanlık kazanabileceğini incelediklerinde bunların çok keskin bir odağa sahip ve işleri konusunda saplantılı eğilimler göstermeye açık kişiler olduklarını görürler.

Kötü kararların ağır sonuçları olacağından alanında uzman olan doktorları, pilotları, muhasebecileri ve başkomutanları tercih ederiz. Uzmanlara ne yapmaları gerektiğinin söylenmesine gerek yoktur, onlar yapılması gerekeni görürler ve sorunları derinlemesine çözmek için etkili bir yol izlerler. Uzmanlığın ne kadar değerli olduğu göz önünde bulundurulduğunda, eğitim kültürümüzün uzmanlığı geliştirmeyi hedeflemesi ve şirketlerin uzman kişileri işe almak veya uzmanlığı geliştirmek için çok büyük kaynaklar harcamaları şaşırtıcı değildir.

Kurumlar, öğrencilerinin veya çalışanlarının uzmanlık yolunda gösterdikleri ilerlemeyi ölçümlerle değerlendirmeye giderek daha fazla ilgi gösteriyor. Devlet okullarına sağlanacak kaynaklar, öğrencilerinin standart testlerde aldığı puanlara bağlıdır. İşletme okulları, yatırım getirilerinin değerlendirilmesi, çalışanların günlük veya haftalık performanslarının üç aylık bilançoya ölçülebilir ölçütlerle nasıl katkıda bulundukları üzerine ödevlere gittikçe daha çok önem veriyor.

Ölçütlerin avantajlarından biri de kurumları, hedeflerini belirlemede şart kipi kullanmaya itmesidir. Kurumların uzun vadede ne istediğinin yanında bu büyük hedeflere ulaşmak için hangi adımların atılması gerektiğini de net şekilde belirlemesi gerekir. Ölçütler düzgün şekilde çalıştığında, insanlar ne yapmaları gerektiğini bilirler, bu beklentileri karşılamada daha tutarlı olurlar ve adil bir şekilde ödüllendirilirler.

Ölçütler, uzmanlık standartlarını belirlemede güçlü bir araç olabilir ama kurumlar ölçülebilir sonuçlara çok dar bir odakla yaklaşırsa en yüksek potansiyele sahip üyelerini sınırlandırıp sıkı bir kültür oluşturabilirler. Yetenekli öğrenciler en yüksek notları almaya, üst düzey okullar için uzun bir özgeçmiş yazmaya ve standart testlerdeki performanslarını en üst düzeye çıkarmaya çalışırlar. Yetenekli genç çalışanlar ise ister Excel’de ustalaşmak isterse de daha verimli iş akışları geliştirebilmek olsun değerlendirme planlarında belirtilen görevlerde ustalaşmak için dur durak bilmeden çalışırlar.

Artan uzmanlıkları en sonunda onları çan eğrisinin en üstüne çıkardığında ise bu sınırlı alanda huzursuzlanmaya başlarlar. Ustalaşma hırsı ile güdülenen insanlar uzun zamandır uzman olduklarını hissettiklerinde iyi tanımlanmış kurumsal kriterlerin sınırları içinde rahatsız görünürler, tıpkı araba koltuğunda çok uzun süredir oturan huysuz çocuklar gibi. Yetenekli insanlar, zorluklara

bayılırlar ve birçoğu uzmanlığı birkaç haftalık eğlence olarak görür, daha sonrasında uğraşacakları yeni bir şeye ihtiyaç duyarlar. Ancak huzursuzlukları dışarıdan bakan biri için memnuniyetsizlik olarak görülebilir ve hiç mutlu olabilecekler mi diye endişelerin ortaya çıkmasına neden olur.

İnovasyon Piyangosunu Kazanmak

Davis, California Üniversitesi'nde seçkin bir psikoloji profesörü olan Dean Simonton, yıllarca yetenekler ve olağanüstü başarılar üzerine çalışmalar yaptı. Simonton, birçok yetenekli kişinin uzmanlığı son nokta olarak değil, aksine başka hedefler için bir durak olarak gördüğünü bulmuştur. Yetenekli insanlar, alanlarını yeniden tanımlayacak veya mevcut mükemmellik standartlarını zorlayacak çığır açan inovasyonları amaç edinirler. Geriye dönüp baktığımızda çığır açan inovasyonları kolayca görebiliriz: Sergey Brin ve Larry Page'in Google.com isimli sitesi için vizyonları, Lin-Manuel Miranda'nın Broadway oyunu *Hamilton* veya Bill ve Melinda Gates'in yardımseverlik hakkındaki görüşleri gibi. Bu insanlar, yalnızca değerli yaratıcı fikirlerle katkıda bulunmakla kalmadılar, aynı zamanda kendi alanlarını temelden değiştirdiler ve bazen de kültürel dokumuzu değiştirdiler.

Kurumlar, en yetenekli üyelerinin potansiyellerini en üst düzeye çıkarmak için işe şu soruyu sorarak başlayabilirler: Yetenekli insanlar ne üzerinde ustalaşmaya çalışıyorlar? Birçok insan uzmanlaşma üzerine yoğunlaşırken, yetenekli bireylerin odakları başka bir yerdedir. Uzmanlığı, gerekli bir adım olarak ancak yalnızca çığır açan inovasyonlar bulma yolunda bir kontrol noktası olarak görürler. Bu, çok değerli bir istektir ama en yetenekli insanlar bile yenilikçi fikirler üretmenin zor olduğunu düşünürler ve insanla-

rın değerli bir inovasyonu talep etmesini sağlamanız ise çok daha farklı zorlukları beraberinde getirir.

Simonton, çığır açan inovasyonların genellikle insanların mevcut kavramları veya fikirleri olağandışı Şekillerde birleştirmeleriyle ortaya çıktığını bulmuştur. Hepimizin gelişgüzel fikir kombinasyonları var ama çoğu zaman bu kombinasyonlardan faydalı veya orijinal bir sonuç çıkmaz. Bazen kişinin kafasındaki fikirlerin rasgele çakışmasının tekrarları, ortaya yararlı bir kombinasyon çıkarır ki bu da çığır açan inovasyonlara doğru ilk adımdır. Buluş yapmak hiçbir zaman garanti edilmese de Simonton'un araştırma bulguları, yararlı ve yenilikçi fikirler bulma şansımızı artırmada yöntemsel olmamıza yardımcı olabilir.

Yenilikçi buluşlar yapmaya çalışmak, içinde değerli bilgiler bulunan bir kasayı açmaya çalışmak gibidir. Amaya alıştığınız kasanın elektronik tuş takımı olduğunu, kodun iki tuştan oluştuğunu düşünün; kod iki haneli ve sayılar tekrarlanamaz. 1 ve 2 veya 2 ve 1 olmak üzere sadece iki olası kombinasyon olacağından, kasayı açmak kolay olacaktır. Üç haneli bir kodu ve üç tuşu olan bir kasayı açmanız gerekseydi olası altı kombinasyon olacağından kasayı açmak biraz daha zor olurdu. Kombinasyonların sayısı üssel olarak büyür, yani üçten fazla tuş olduğunda kasayı açmak çok daha zorlaşacaktır. Beş tuşu ve beş haneli kodu olan bir kasa için 120 olası kombinasyon vardır; 12 tuşlu 12 haneli bir kod ise 479 milyon-
dan fazla kombinasyon doğurur. İnsanlar bir sorunu çözmek için birden fazla unsur ve fikri nasıl bir araya getireceklerini bulmaya çalıştıklarında, bu unsurların ve fikirlerin ortaya çıkardığı yüksek olası kombinasyon sayısı, sorunun özölmesini aşırı zorlaştırabilir.

Çığır açan inovasyonlar yapmanın peşinde koşan insanların, her zaman karmaşıklık ile basitlik arasında bir denge kurmaya dikkat etmesi gerekir. Çok az unsuru göz önünde bulundururlarsa

doğru fikir kombinasyonunu üretmeye fırsatları olmayabilir fakat çok fazla fikri dikkate almak da işi çözülemeyecek kadar zorlaştırabilir. Simonton, farklı fikirlerin yenilikçi kombinasyonların yakıtı olduğunu anladıkları için yetenekli insanların bilerek ana ilgi alanlarına teğet geçen fikirler bulmaya çalıştıklarını bulmuştur.

Veri ve fikirleri birleştirmek ve olası milyonlarca kombinasyonu değerlendirmek için yapılan yapay zekâ bilgisayarlarını ele alalım. Yapay zekâyâ sahip makineler, aşırı derecede mantıklı veya sistematiktir; bu yüzden bilgisayar uzmanları da onları sürece rasgele bilgi sokacak şekilde programlarlar. Aynı şekilde yetenekli insanların da temel ilgi alanlarının dışında kalan ve ilk bakışta mantıksız görünebilecek yeni deneyimler ve fikirler ortaya koymanın sistematik bir yolunu bulmaları gerekir.

Kombinasyona dayalı inovasyon için klasik bir örnek, yıpratıcı türden tuhaf biri olan Steve Jobs'tan gelir. Jobs, College of the Redwoods'ta okuduğu gençlik zamanlarında kaligrafi dersleri almış. Bu, ileride teknolojik yenilikler yapacak biri için biraz alakasız bir ilgi alanı gibi görünebilir. Fakat Jobs yıllar sonra Stanford Üniversitesi'ndeki diploma töreni konuşmasında, kaligrafinin harfler arasındaki eşit olmayan boşlukların doğrusal olmayan estetik anlayışı gibi doğrusal olmayan kurallarının kendisine güzel tasarıma önem vermek konusunda ilham verdiğini anlatmıştır. Apple'ın şık tasarımıyla ilerleyen inovasyonu, hızlı yükselişlerine yardımcı oldu ve teknolojinin birçok insanın günlük yaşamındaki rolünü değiştirdi.

Daha sonra Jobs, Pixar'ın çoğunluk hissedarı olduğunda, iki farklı disiplini birleştirmiş bir başka olağanüstü yenilikçi olan Ed Catmull ile tanıştı. Çocukken Catmull'un animasyon filmlerine karşı tutkulu bir ilgisi vardı ancak Utah Üniversitesi'nde daha pratik bir yol izlemeye karar verdi ve bilgisayar mühendisliği eğitimi aldı. Catmull 1970'lerde bilgisayar grafikleri alanında önde gelen

isimlerden biri olan Ivan Sutherland ile birlikte çalışmıştı ve bu deneyim onun animasyona olan ilgisiyle ve bilgisayar bilimine olan ilgisinin çarpışmasına ilham verdi. Catmull'un yeni bir fikri vardı: Geleneksel elle çizme yöntemi yerine bilgisayar tarafından hareketlendirilmiş bir film yaratmak. Sonuç ise Akademi Ödüllü Pixar filmlerinde hayat bulan, devrim niteliğinde bir animasyonla hikâye anlatma yöntemi oldu. Bu inovasyon, oyun gibi başka alanları da etkiledi ve böylece harika grafikler ve inandırıcı olay örgüleri oyun sektöründeki ürünlerin ayrılmaz bir parçası hâline geldi.

İnovasyonlar genellikle farklı fikirlerin çarpışmasıyla ortaya çıksa da bazen sadece var olan bir alana farklı bir perspektiften bakmaya istekli olmak da buna sebep olur. Michael Lewis, bahsettiğimiz bu detay odaklı yenilikçi düşünme tarzına, 2000'lerin ortasındaki ev kredisi patlamasını öngörmüş bir grup dolandırıcı finans uzmanının gerçek hikâyesini anlattığı *The Big Short* kitabında yer vermiştir. Güçlü bir tuhaf güce sahip olan bu dolandırıcı yatırımcıların tuhaf doğası, onları büyük resim yerine detaylara odaklanmaya iter. Finansal topluluğun geri kalan kısmı "AAA" (yüksek kaliteli, düşük riskli) olarak değerlendirilen ipotek teminatlı menkul değerlere odaklanırken, Lewis'in tuhaf başkahramanları odaklanmış dikkatlerini bu menkul değerler içinde binlerce yüksek faiz riskli ipotek kredilerine çevirir.

Saplantılı enerjileri sayesinde diğer insanların gözünden kaçan detaylara odaklanırlar. Bu detayları bir araya getirdikçe de sert bir gerçekle karşılaşır: ABD ekonomisi, ev sahipleri yüksek faizli konut kredilerini kaçınılmaz olarak ödeyememe başladıklarında gerçekleşecek olan bir iflasın eşiğindedir. 2009'da, kehanetleri gerçek olduğunda, geri kalan finans dünyası düşüşe geçerken bu tuhaf dolandırıcı çetesi, milyar dolardan fazla bir geliri cebine atar. Bu dönüm noktasına, milyonlarca minik detaydan oluşan sert gerçeği görmeye duydukları istek sayesinde ulaşırlar.

Çığır açan inovasyonların zamanlaması gelişigüze'dir veya Simontan'ın deyiş'iyle stokastik bir süreçtir. İnsanlar bazen değerli kombinasyonlara sanki ilk aldıkları piyango biletine piyango vurmuş gibi daha sürecin başında da ulaşır. Yetenekli insanlar, bir dönüm noktası yaşamak için genellikle yıllarca çalışırlar; acı gerçekse çığır açan inovasyonlar peşinde koşan yetenekli insanların çoğu, vizyonlarını hiçbir zaman gerçekleştiremezler. Profesör Winner ve diğerleri, yetenekli çocuklar için en yaygın sonucun uzmanlık olduğunu ve bunun da onların kurumlarına önemli katkılarda bulunmalarını sağladığını bulmuştur.

Biri doğru fikir kombinasyonunu keşfetmeyi becerse bile, dünyanın farklı bir iş yapma şeklini benimsemeye hazır olduğunu umması ve ardından da inovasyonunu daha geniş bir kitleye etkili bir şekilde aktarabilmesi gerekir. Tuhaf yenilikçi için bu en büyük zorluk olabilir.

Yetenekleri ele aldığımız kısımda tuhaf insanların saplantılı ilgilerine odaklanmıştım ama elbette ki sosyal zorluklar da doğuştan gelen tuhafılık eğiliminin önemli bir parçasıdır. Fikirlerini diğer insanlara anlatırken kilitlenip kalan tuhaf yenilikçiler için bu durum, yenilikçi fikrin bulunduğu kasanın şifresini çözüp sonrasında kasanın içinde ikinci bir kasanın olduğunu keşfetmeleri gibidir. Birçok tuhaf insan, fikirlerini etkili bir şekilde aktarabilmenin bilimsel bir keşif yapmaktan veya ürün icat etmekten daha zor olduğunu düşünür.

Tuhaf insanlar, inovasyonlarının değerinin diğer herkes için de zaten açık olduğunu umabilir ama durum nerdeyse hiçbir zaman böyle değildir. Girişim şirketlerinin ayakta kalması için yenilikçi bir fikre inanması gereken tüm o paydaşları düşünün. Yatırımcılar, işverenler, mevzuatı düzenleyen kişiler ve elbette ki müşterilerin bir fikrin arkasında duracakları kadar değerli olduğuna ikna edilmeleri

gerekir. Henry Blodget, 2013 yılında *Business Insider*'da yayımlanan makalesinde, yeni kurulan bir şirketin ayakta kalma şansının, bu tür şirketler için Silikon Vadisi'nin en prestijli kuluçka merkezlerinden biri olan Y Combinator'ın verilerine bakılarak tahmin edilebileceğini yazdı. Blodget, Y Combinator'da yeni kurulan şirketlerin %10'undan daha azının ilk beş yılda başarılı olduğunu tahmin etmektedir. En başta, yeni kurulan şirketlerin %5'inden daha azının Y Combinator'a kabul edildiğini düşünecek olursak bu şaşırtıcı bir oran.

Kitap dünyasında, en yetenekli yazarlar bile vermeye çalıştıkları mesajın yayıncılar veya okurlar nezdinde karşılığını bulması için onlarca yıl bekleyebiliyor. İyi tanınan yazarların yayınevlerinden aldıkları ilk ret yanıtlarına Stephen King'in 30 kez reddedilen ilk romanı *Carrie*, J. K. Rowling'in 12 kez geri çevrilen ilk romanı *Harry Potter*, 38 kez reddedilen *Rüzgâr Gibi Geçti* ve yazarlık kariyeri sırasında 800 kez ret yanıtı alan C. S. Lewis'in örnek verilebilir.

Başta çıkılamaz olasılıkların bu hüznünlü yolunda ilerlemeye devam edebiliriz ama uzun uzun çok fazla detay vermekten kaçınmaya çalışacağım. Bence bu örnekler, moral bozmaktan başka bir şeye ilham verebilir. Burada sorulacak en ilgi çekici soru şudur: "Bu insanlar başarılı olmaya çalışmaya neden devam ediyorlar?" Devrim yaratan inovasyonlara imza atan %0,00001 oranındaki insanlar hakkında duyduğumuz hikâyeler ilham vericidir fakat tutkuyla yeni bir yöntem bulmaya çalışan çoğunluk için ise gerçek, izledikleri yolun çok zor ve uzun olmasından dolayı yola devam etmenin diğer insanlara mantıksız ve aptalca gelebilmesidir.

Peki ya birisi tam da böyle zorlu bir ortamda hayatta kalacak şekilde doğduysa? Ya birinin bakış açısı başta çıkılamaz olasılıklara değil de başka bir yere, olağanüstü bir şey yaratmanın küçük ihtimallerine çevrilmek üzere eğitildiyse? Böyle bir başarı için birisinin binlerce veya milyonlarca fikri sistematik bir şekilde düzenlemek-

ten keyif alması, işine karşı olağanüstü bir tutkuya sahip olması ve başarısızlık hâlinde tekrar tekrar kombinasyonlar denemesi gerekir. Aynı zamanda dikkatinin yaptığı işten başka yöne kaymaması için keskin bir odağa ve şüphecilerden ve düşmanlardan gelecek eleştirilere kulak asmamak yönünde doğal bir eğilime sahip olması gerekir. Konu önümde biriken olasılıklar hakkında görüş almak olduğunda, şansımı bir ya da iki tuhaf insandan yana kullanmayı severim.

Kusurlu Deha

Hepimizin ilhama ihtiyacı vardır. Süper kahramanların kötülerini yendiği kurgusal hikâyelere veya gerçek hayattaki kahramanların olağanüstü zorlukların üstesinden geldiği hikâyelere ihtiyacımız var çünkü bize ilham verirler ve insanların kararlılık ve cesurluk gibi karakteristik güçleri sayesinde neler yapabileceğini hatırlatırlar. Ancak kahramanın değişimindeki detaylara yakından bakarsanız gerçek hayatta olağanüstü başarılar elde etmenin zorlukları hakkında değerli detayları görebilirsiniz.

Kahramanlık hikâyelerinde yetenek, karışık bir lütuf gibi anlatılır. Başkahramanlar genellikle farklı yanları uyum sağlamalarını zorlaştıran yalnız insanlardır ve yeteneklerini kullanarak kötülükten çok iyilik yapmanın yollarını anlamakta zorlanırlar. Çoğu hikâyede eşsiz yetenekle beraber gelen güçlükler, kaçınılmaz olarak başkahramanın önüne yeteneğinden vazgeçmesi için çekici bir seçenek koyar.

Büyük yetenekleri olan tuhaf insanlar da başkalarıyla daha kolay uyum sağlayabileceklerini bilseler entelektüel ya da yaratıcı becerilerinin bir kısmından vazgeçeceklerini söyleyecektir. Tuhaf öğrencilerimden veya danışanlarımdan birinin tersini söylediğini bir kez bile duymadım. Eşsiz yetenekler, insanların ait olduklarını

hissettikleri bir yer bulmalarını gerçekten zorlaştırabilir ve takıntılı enerjileri kolayca kontrolden çıkabilir. Yetenekli insanlar kariyerlerine o kadar dar ve yoğun bir şekilde odaklanabilir ki bir yerden sonra kişisel hayatları ve kişisel hayatlarındaki insanlar yavaşça yok olup gider. Yetenek, aynı zamanda kişide bir gün çığır açan bir buluş yapacağı fikrine ilham verir ancak herhangi birinin o tür bir buluş yapabilme olasılığı çok düşüktür. Dünya aynı anda yalnızca belli miktarda devrimi kaldırabilir.

Yetenekli insanlar mükemmeliyetçi olma eğilimindedirler ancak hayatları mükemmelden çok uzaktır. Bu, koşullarının herkes-ten kötü olduğu veya daha fazla empatiyi hak ettikleri anlamına gelmez, daha ziyade herkesin mücadelesinin farklı olduğunu fark edip bu eşsiz zorlukları anlamaya açık olmanın hepimiz için yararlı bir tutum olduğunu ifade eder.

Lisede artık Kellie Kimpton'ın yanında oturmasam bile İspanyolca derslerini almaya devam ettim. En sevdiğim öğretmenim olan İspanyolca öğretmenim Bay Martinez bana çok şey öğretti. Bana verdiği en önemli derslerden biri, etrafımda olup biteni anlamak için nasıl düşünmem gerektiği idi. Bay Martinez bana fiil çekimlerini öğretti: O an olan biteni anlatmak için şimdiki zaman kipi, nelerin olacağını anlatmak için gelecek zaman kipi ve bir şeyin gerçekleşmesi için başka bir şey gerçekleşmeden önce bir başka şeyin olması gerektiğini anlatmak için şart kipi. Bay Martinez bize İngilizcede usulen kullanmadığımız bir başka kipi de öğretti: aylara veya yıllara yayılabilen ve devam eden bir eylemin sonucu olup geçmişte gerçekleşen bir olayı ifade etmemize imkân tanıyan “*past perfect*” zaman kipi.

Çağımızda artık birinin olağanüstü başarısının son noktası, süslenmiş sosyal medya paylaşımları ve iki dakikalık YouTube

videoları. Elde ödülü, konuşmayı, şık görünen birinin selfie'sini görüyor ve bunları bir araya getiriyoruz. Bu anlara tanıklık ettiğimizde, psikologların tabiriyle geri görüş önyargısında bulunmaya meyilliyiz, şöyle ki “Başından beri biliyordum, bir gün şampiyon olacağını biliyordum,” veya “Onunla tanıştığım ilk günden beri ömür boyu başarı ödülü kazanacağını biliyordum. Ödülü alması kaçınılmazdı,” diyoruz. Oysa kişi statükoya kafa tutabilecek bir seviyeye yükseldiyse bunun nedeni neredeyse her zaman o kişinin yıllarca, hayal edilebilecek en kötü koşullarda, yeteneğini en yüksek seviyeye çıkarmak için çalışmasıdır.

Üst seviyelere ulaşmak için gerekli bilgi birikimini toplamak ve pratik yapmakla geçen yıllarda kimi zaman insanlar –açıklayacak daha diplomatik bir kelime olmadığından– aptal gibi görünebilir. Yetenekli insanlar başkalarına aptal gibi görünebilir çünkü yenilikçi insanlar deneyler yapmaya meyillidirler ve buradaki mükemmel bir bilim değildir. Feci şekilde başarısız olan şeyler denerler ve bunu yapmaları neyin bir insanı bu kadar saçma bir şeyi yapmaya güdülediğini anlamaya çalışan başkaları için oldukça şaşırtıcı olabilir. Diğer insanlar için üretim aşamasındaki yetenekli bir kişi, kimi zaman aklını kaçırmış gibi görünebilir.

Çığır açan anlarda tanık olduğumuz yetenek, insanların zaten istisnai olan bir seviyede beceriyi sarsılmaz bir güdüyle uyguladıklarında gerçekleşen şeyin yüksek yoğunluklu hâlidir. Ne var ki olağanüstü başarılarla giden yol, düz değildir; hatta insanlar yeni rotalar veya fikirler ararken kelimenin tam anlamıyla kendi etraflarında dönerek çok fazla zaman harcarlar. Gece geç vakitlere kadar bir problemi çözmek için laboratuvarında kalan bir insanı veya piruet hareketinde ustalaşmaya kararlı olduğu için pratikten sonra da kalıp çalışan bir balerin fedakârlık yapıyor ve daha önce hiç kimsenin ulaşmadığı yerlere ulaşmak için gerekli ekstra çabayı

gösteriyordur. Toplum olarak yeteneği yüceltmeyip, aksine yetenekli çocuklarımızı potansiyelleri ve hayatta karşılaşılabilecekleri sorunlar konusunda gerçekçi bir bakış açısı ile büyötmeliyiz.

Öğretmenimin Bay Martinez olduğu İspanyolca sınıfım 10 kişilik küçük bir gruptu ve alışılmadık ölçüde birbirimize bağılydık. Bay Martinez “past imperfect” zaman kipini bize öğretirken, sınıfta bu zaman kipinde yaptığımız sohbeti hem yenilikçi hem de anlamlı bir şekilde kurdu. Bizden bir arkadaşımızın veya ailemizden birinin geçmişten beri sürdürdüğü kararlı çabaları sayesinde başardığı bir şeyi anlatmamızı istedi. Sınıf arkadaşlarım şaşırtıcı kişisel hikâyeler anlattılar.

Bazı öğrenciler ailelerinde üniversiteden ilk mezun olan üyelerini veya evlerindeki zorlu hayatın üstesinden gelen arkadaşları hakkında konuştu. Bazıları da göçmen ebeveynlerinin çocuklarına hayatta daha iyi olanaklar sunmak için yaptıkları fedakârlıklardan bahsettiler. Hiçbir hikâye birbirinin aynı değildi ama hepsi de hayat deneyimlerine göre yeni zirvelere ulaşmış ve bunu yaparken de sağlam kararlılıklarıyla etraflarındaki kişileri de yukarı çekmiş kişileri anlatan ilham verici hikâyelerdi.

O sınıftaki on öğrenci, ABD’deki çoğu lisede bulunan ana sosyal grupları temsil ediyor gibiydi: amigo kızların lideri, futbol yıldızı, mor saçlı bir punk rock’çı ve bir veya iki tuhaf çocuk. Klişe bir lise filminden fırlamış gibiydik. O anda bir şey fark ettim: Geçmiş kazıdığımızda, her birimizin anlatısında geçen ortak istekler ve korkular vardı. Hayran olduğumuz insanlardan geçmiş zaman kipinde bahsetmek, diğer insanların hayatımız boyunca bize nazik bir şekilde yardımcı olmak için ne kadar çok fedakârlıkta bulunduklarını fark etmemizi sağlıyordu.

Kendi bakış açımdan sınıf arkadaşlarımın hikâyelerinin anlam yüklü birçok detaya, sevdikleri kişilerin yıllar içerisinde ger-

çekleştirdikleri küçük ama önemli eylemlere dayandığını da fark ettim. İnsanlar duygusallaştıklarında bir annenin 17 yıl boyunca her sabah 04:30'da kalkarak çocuğunun ihtiyaçlarını karşılaması veya bir ablanın disleksik kardeşine bulunduğu sınıfın seviyesinde okuma öğrenene kadar yıllarca yardım etmesi gibi artık alışkanlığa dönüşmüş küçük detayları hatırlıyorlardı.

O sınıfta paylaştığımız bilgelik sayesinde sosyal ilişkilerimizdeki güzelliğin, sosyal tuhaflığa veya sosyal yeteneğe değil, daha ziyade aksine binlerce sosyal detaya ince bir şekilde dikkat etmemize bağlı olduğunu çok net bir şekilde anladım.

SONSÖZ

Yazarlar, kitapları ile bağ kurarlar. Bunun kulağa garip geldiğini biliyorum ama en sistematik yazarlar bile size kitapların kendi başlarına bir hayat sürdüğünü söyleyecektir. Yazarlar, fikirlerini sayfalarca yazı ile aktarmaya çalışırlar. Aylar sonra düzenlemek için bu sayfalara geri döndüklerinde ise kitap, o sayfaları yaratan yazara açıkça görünmeyen yeni bakış açıları sunar. Bu, insanların bir zamanlar yaşadıkları bir şehir ile ilişkisine benzer. Nostaljiyle dolu olan sevdikleri şehre ve tanıdık mekânlara geri döndüklerinde geçmiş hayatından gelen aşinalığın şimdiki hayatıyla çarpışması yeni içgörüler yaratır.

Bir önceki bölümü yazmaya başladığımda aylardır okumadığım önceki bölümlere de göz atmaya başladım. Önceki bölümlere göz gezdirmek, kendim üzerine bir hayli düşünmemi sağladı. Mr. Fuji güreş fiyaskomu, dans pistinde Kellie Kimpton'ın ağzıma dolan saçlarını veya vefat eden arkadaşım ile ilgili anılarımı okurken hayatımın büyük bir bölümünde kurtulmaya çalıştığım tuhaf eğilimin ciddiyetini yeniden yaşadım ama aynı zamanda tuhaflığımın hayatımı nasıl daha iyi yönde şekillendirdiği ile ilgili de yeni içgörüler edindim.

En sonunda hayat iyi yönde gelişti. En tuhaf anlarımda bile sadık kalan, beni geliştiren cömert arkadaşlara ve bir aileye sahip olduğum için minnet duyuyorum. Ailem ve akıl hocalarım, beni zorlayan ve romantik ilişkilerin nasıl yürüdüğü veya sosyal açıdan tuhaf biri olmanın avantajları gibi geniş konular hakkında siste-

matik araştırmalar yapmamı sağlayan bir kariyerde ilerlememe yardımcı oldular. Her şeyin ötesinde olayların böyle sonuçlanmasına memnunum.

Hayatımın nasıl bu kadar iyi yönde geliştiğinden tam emin değilim. İyi niyetli davranışlarımın veya küçük sosyal beklentileri karşılamak için yaptığım pratiklerin en sonunda sosyal konularda iyi olmamı sağladığını anlayabilirim ama sosyal hayatımın neden sorunsuz ve yolunda gittiğini kestiremiyorum. Tuhaf insanlar, olayları tabandan yukarı doğru bir süreçle anlamlandırır. Bu da idrakin onlar için, renk değiştirmek ya da bir patlamayı tetiklemek için bir eşiğe ulaşan kimyasal bir reaksiyon gibi, aniden meydana geldiğini gösterir. Tuhaf insanlar, kolay şaşırırlar ve bu şaşkınlık sonuçlar kötü olduğunda kaba bir uyanış veya iyi olduğunda büyümlü bir olay gibi kendisini gösterebilir.

Bu kitabı yazmaya ilk karar verdiğimde arkadaşım Andie tuhaf olmamayı hiç dileyip dilemediğimi sordu. Bu soru beni düşünmeye itti, hatta uzunca bir süre üzerinde düşünmemi gerektirdi ancak en sonunda aslında tuhaflığım için çok minnettar olduğuma karar verdim. Sosyal hayatın çok daha içgüdüsel olmasını gerçekten istediğim ve tuhaflığımın başka insanların başına dert açtığı için kendimi suçlu hissettiğim birçok zaman olsa da tuhaf olmanın alçakgönüllülük kazandırabileceğini ve geleneksel toplumsal kalıplara uymayan başka insanlar için özel bir tür empati aşılayabileceğini de düşünüyorum.

Tuhaf insanlar genellikle sosyal dünyanın sistematik hâle getirilemeyecek kadar kaotik olduğunu düşünürler fakat bu kitapta sosyal bilimin, bazı mantıklı ve tahmin edilebilir sosyal kuralları keşfetmemize yardımcı olabileceğini gördük. Bilimsel yöntem, kaosa düzen getirmemize, fikirler arasındaki ilişkileri görmemize ve hatta neler olabileceğini tahmin etmemize yardımcı olabilir. Sosyal

bilim, tuhaf insanların belirli ilgi alanları üzerine dar ve parlak şekilde tuttukları spot ışıklı bir odaklarının olduğunu öne sürer. Tuhaf insanlar, genellikle sosyal olmayan ilgi alanlarına odaklanmaya meyillidirler ve bu da diğer insanların açıkça görebildiği sosyal ipuçlarını kaçırabilecekleri anlamına gelir. Tuhaf insanların davranışları küçük sosyal beklentilerden saptığında, diğer insanlar bunu o kişinin grubun kolektif hedefleri veya değerleriyle uyumlu olmadığını küçük işaretleri olarak yorumlarlar ve sorun da işte bu noktada başlar.

Fakat neden tuhaf olduğumuzun bilimi, tuhaf insanların sosyal durumlarda özellikle nereye bakmaları gerektiği üzerine düşüncelerine yardım etmek için de kullanılabilir, sosyal inceliklerin neden ustalaşılması gereken önemli bir mekanizma olduğunu bize söyler ve hoş giden insanların sosyal hayata bakış açıları hakkında kabataslak bir yol haritası sunar. Bu noktada mevcut olan veri ve teorilerin sosyal hayatta yolunu bulmak için bir güzergâh ve kabataslak haritalar bulmaya çalışan tuhaf kişilere bir yapı sunabileceğini umuyorum. Sosyal bilim, hiçbir zaman belirli bir kişiye her bir durumu nasıl ele alması gerektiğini söyleyemez ama insanlara her biri mutlaka kişiye özel olan kendi yollarını çizmeleri için rehberlik yapabilir.

Tuhaf insanların popüler olmaya veya düzinelerce arkadaşla sahip olmaya ihtiyacı yoktur. En mutlu insanlar, bir avuç tatmin edici sosyal bağ kurmaya hayatlarının en önemli unsuru olarak odaklanırlar. Tuhaf insanların da işlerine veya sosyal olmayan diğer ilgi alanlarına gösterdikleri yoğun odağı sosyal ilişkilerine de göstermeleri gerekir. İnsanlar karşılıklı olarak adil, nazik ve sadık olduklarında, kurdukları bağın psikolojik ağırlığı üssel olarak artar ve bu da tuhaf insanların çığır açan yeniliklerin peşinden sabit bir yörüngede tutkuyla koşmaları için gerekli olan çekimsel gücü sağlar.

Tuhaf insanlar kimseden daha iyi değildir, sadece daha farklıdır. Bazı alanlarda muhteşem bir potansiyele sahip olmalarını sağlayan yeteneklere ve eğilimlere sahip olsalar da birçok insana doğal görünen birçok sosyal konuda zorluk yaşarlar. Tuhaf insanlar, bir çeşit özel muameleyi hak etmezler ama biraz sabırdan, tuhaf yanlarına açık görüşlülükle yaklaşılmamasından ve hayatta başarmak istedikleri şeyler için verilen destekten kesinlikle fayda görebilirler. Aslında bunlar, ister tuhaf olalım ister olmayalım hepimizin istediği şeylerdir.

Önceki bölümlerde incelediğimiz teoriler ve bilimsel bulgular, insanların neden tuhaf olduklarını ve dikkatlerini sosyal durumları daha iyi değerlendirmeye ve yönetmeye nasıl çevirebileceklerini anlamamız için bize bir yol sunuyor. Ne var ki mantık ve teori, insanı ancak bir yere kadar idare edebilir. Çeşitli sosyal durumları ele almak ile alakalı “eğer şöyleyse o zaman...” kuralları ve genel olarak kabul gören görgü kuralları, doğası gereği değişken olan insanlar için geçerli olduğundan yine de öngörülemez olmaya açıktır. İnsan etkileşimlerde 1 + 1 her zaman 2 etmez ve iki unsuru toplamak her zaman aynı bileşimi vermez. İnsanları hem çıldırtıcı hem de harika yapan da işte insan doğasındaki bu değişkenliktir.

Psikoloji tarihi, anlamlı ve mutlu bir hayata giden birçok yol olduğunu ve sosyal veya duygusal tatmin için tek bir yaklaşımın her konuya uyacağını düşünen birinden şüphe etmek için haklı sebepler olduğunu ileri sürer. Ancak psikolojide karşımıza çıkan en tutarlı bulgulardan biri de anlamlı ve mutlu bir hayatın insanların sosyal ilişkilerinin kalitesi ile yakından ilişkili olduğudur.

Artık, hayattaki en güzel şeylerin, mantıken düşünebileceğim her şeyin ötesine geçen tahmin edilemez ve incelikli nezaket ve sadakat eylemlerinden kaynaklandığını görebiliyorum. Spot ışıklı dikkatimi amaçlı bir şekilde diğer insanlarla alakalı önemli de-

tayları görmeye yönelttiğimde duygusal kapasitemin limitlerini beni mutlu edecek şekilde zorlayan bir aidiyet duygusuna doğru çekildiğimi görüyorum.

Sosyal hayatın tahmin edilemez yanları benim için yıldırıcı olsa da hayatımın en anlamlı anları, tahmin edilemez şekillerde davranan insanları kapsıyor. İster inanılmaz sabırlı olan ebeveynleriniz, açıkça görmenize yardımcı olan öğretmeniniz, İspanyol bir kızın nazik sözleri, sosyal açıdan olumlu özelliklere sahip olmanın gücünü temsil eden bir arkadaşınız olsun isterse geleceğe yeni bir bakış açısıyla bakmanızı sağlayan bir öğretmeniniz, hayat, beklentilerimizi zorlayan birçok insanla doludur. Keskin dikkatimizi hayatlarımızı onurlandıran bu dikkat çekici insanlara verdiğimizde ve beklentilerimizi en beklenmedik şekillerde aşma yöntemlerini minnetle karşıladığımızda, bu hayatın ne kadar müthiş olabileceğini tüm parlaklığıyla görmeye başlarız.

TEŞEKKÜR

Temsilcim Laurie Abkemeier'a beni "anladığı" ve cömert bir şekilde destekleyip yönlendirdiği için teşekkür ederim. Bu kitabın evrimi süresince bakış açımı genişleten üç bilgili editöre, Deb Brody, Cara Bedick ve Cassie Jones'a sahip olduğum için çok şanslıyım.

Sabırları, kararlılıkları, inançları ve bol miktardaki bilgelikleri için anneme ve babama teşekkür ederim.

Bu kitabın bilimsel temelini oluşturan araştırma bulguları için yüzlerce araştırmacıya teşekkürü borç bilirim. Akıllıca fikirleri ve inanılmaz destekleri için minnettar olduğum daha başka sayısız insan var. Bu muhteşem arkadaşlarımdan ve meslektaşlarımdan Pat, Amy, Andy, Ashley, Hedy, Elliott, Sarah, Jeff, Jill, Kellie, Kate, Pippa, Aimee, Marina, Andrea, Lauren, Ellen, Jen, Kristen ve Jennifer'a çok teşekkür ederim.

KAYNAKÇA

Bölüm 1

- Anderson, Owen. *Running Science*. Human Kinetics, 2013.
- Back, Mitja D., Stefan C. Schmukle ve Boris Egloff. "A Closer look at first sight: Social relations lens model analysis of personality and interpersonal attraction at zero acquaintance", *European Journal of Personality* 25, no. 3 (2011), s. 225-38.
- Baumeister, Roy F. ve Mark R. Leary. "The need to belong: desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation", *Psychological Bulletin* 117, no. 3 (1995), s. 497.
- Berscheid, Ellen. "Love in the forth dimension", *Annual Review of Psychology* 61 (2010), s. 1-25.
- Berscheid, Ellen ve Hilary Ammazalorso. "Emotional experience in close relationships", *Blackwell Handbook of Social Psychology: Interpersonal Processes* (2001), s. 308-30.
- Diener, Ed ve Martin E. P. Seligman. "Very happy people", *Psychological Science* 13, no. 1 (2002), s. 81-4.
- Douglas, Mary. *Purity and Danger: An Analysis of Concepts of Pollution and Taboo*. Routledge, 2003. (*Saflık ve Tehlike: Kirlilik ve Taboo Kavramlarının Çözümlemesi*, çev. Emine Ayhan. Metis Yayıncılık, 2017.)
- Farooqi, I. Sadaf ve Stephen O'Rahilly. "Genetics of obesity in humans", *Endocrine Review* 27, no. 7 (2006), s. 710-8.
- Glaser, Ronald ve Janice K. Kiecolt-Glaser. "Stress-induced immune dysfunction: Implications for health", *Nature reviews immunology* 5, no. 3 (2005), s. 243-51.
- Maslow, Abraham Harold. "A theory of human motivation", *Psychological Review* 50, no. 4 (1943), s. 370.
- Naumann, Laura P., Simine Vazire, Peter J. Rentfrow ve Samuel D. Gosling. "Personality judgments based on physical appearance", *Personality and Social Psychology Bulletin* (2009).
- Quail, Christine. "Nerds, geeks, and the hip/square dialectic in contemporary television", *Television & New Media* 12, no. 5 (2011), s. 460-82.
- Richard, Annette E. ve Renee Lajiness-O'neil. "Visual attention shifting in autism spectrum disorders", *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology* 37.7 (2015), s. 671-87.
- Schawbel, Dan. "The multi-generational job search study 2014 / Millennial Branding-Gen-Y Research & Management Consulting Firm", erişim tarihi 7 Ağustos 2014, <http://millennialbranding.com/2014/multi-generational-job-search-study-2014/>.
- Shalev, Sharon. "Solitary confinement and supermax prisons: A human rights and ethical analysis", *Journal of Forensic Psychology Practice* 11, no: 2-3 (2011), s. 151-83.
- Wagner, Dylan D., William M. Kelley ve Todd F. Heatherton. "Individual differences in the spontaneous recruitment of brain regions supporting mental state understanding when viewing natural social scenes", *Cerebral Cortex* 21, no. 12 (2011), s. 2788-96.
- "What Singles Want: Survey Looks at Attraction, Turnoffs", *USA Today*, erişim tarihi Ağustos 2016, <http://www.usatoday.com/story/news/nation/2013/02/04/singes-dating-attraction-facebook/1878265/>.

Bölüm 2

- Asperger, Hans. "Die Autistischen Psychopathen im Kindesalter", *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience* 117, no. 1 (1944), s. 76-136.
- Baron-Cohen, Simon, Sally wheelwright, Richard Skinner, Joanne Martin ve Emma Clubley. "The autism-spectrum quotient (AQ): Evidence from Asperger syndrome/ high-functioning autism, males and females, scientists and mathematicians", *Journal of Autism and Developmental Disorders* 31, no. 1 (2001), s. 5-17.
- Gernsbacher, Morton Ann, Michelle Dawson ve H. Hill Goldsmith. "Three reasons not to believe in an autism epidemic", *Current Directions in Psychological Science* 14, no. 2 (2005), s. 55-8.
- Haslam, N., E. Holland ve Peter Kuppens. "Categories versus dimensions in personality and psychopathology: A quantitative review of taxometric research", *Psychological Medicine* 42, no. 05 (2012), s. 903-20.
- Ingram, David G., T. Nicole Takahashi ve Judith H. Miles. "Defining autism subgroups: a taxometric solution", *Journal of Autism and Developmental Disorders* 38, no. 5 (2008), s. 950-60.
- Kanner, Leo. "Early infantile autism", *The Journal of Pediatrics* 25, no. 3 (1944), s. 211-7.
- Lyons, Viktoria ve Michael Fitzgerald. "Did Hans Asperger (1906-1980) have Asperger Syndrome?", *Journal of Autism and Developmental Disorders* 37, no. 10 (2007), s. 2020-1.
- Singer, Emily. "Diagnosis: redefining autism", *Nature* 491, no. 7422 (2012), s. 12-3.

Bölüm 3

- Adolphs, Ralph, Michael L. Spezio, Morgan Parlier ve Joseph Piven. "Distinct face-processing strategies in parents of autistic children", *Current Biology* 18, no. 14 (2008), s. 190-3.
- Anticevic, Alan, Grega Repovs, Gordon L. Shulman ve Deanna M. Barch. "When less is more: TPJ and default network deactivation during encoding predicts working memory performance", *Neuroimage* 49, no. 3 (2010), s. 2638-48.
- Baron-Cohen, Simon, Sally Wheelwright, Jacqueline Hill, Yogini Raste ve Ian Plumb. "The 'Reading the Mind in the Eyes' test revised version: A study with normal adults, and adults with Asperger syndrome or high-functioning autism", *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 42, no. 2 (2001), s. 241,51.
- Baron-Cohen, Simon, Howard A. Ring, Sally Wheelwright, Edward T. Bullmore, Mick J. Brammer, Andrew Simons and Steve C. R. Williams. "Social intelligence in the normal an autistic brain: an fMRI study", *European Journal of Neuroscience* 11, no. 6 (1999), s. 1891-8.
- Besner, Derek, Evan F. Risko, Jennifer A. Stolz, Darcy White, Michael Reynolds, Shannon O'Malley ve Serje Robidoux. "Varieties of Attention: Their roles in visual word identification", *Current Directions in Psychological Science* 25, no. 3 (2016), s. 162-8.
- Diaz B. Alexander, Sophie Van der Sluis, Sarah Moens, Jeroen S. Benjamins, Flippo Migliorati, Diederick Stoffers, Anouk Den Braber ve ark. "The Amsterdam resting-state questionnaire reveals multiple phenotypes of resting-state cognition", *Frontiers in Human Neuroscience* 7 (2013), s. 446.
- Di Martino, Adriana, Kathryn Ross, Lucina Q. Uddin, Andrew B. Sklar, F. Xavier Castellanos ve Michael P. Milham. "Functional brain correlates of social and non-social processes in autism spectrum disorders: an activation likelihood estimation meta-analysis", *Biological Psychiatry* 65, no. 1 (2009), s. 63-74.
- Di Martino, Adriana, Zarrar Shehzad, Clare A. M. Kelly, Amy Krain Roy, Dylan G. Gee, Lucina Q. Uddin, Kristin Gotimer, Donald F. Klein, F. Xavier Castellanos ve

- Michael P. Milham. "Autistic traits in neurotypical adults are related to cingulo-insular functional connectivity", *The American Journal of Psychiatry* 166, no. 8 (2009), s. 891.
- Dunbar, Robin I. M., Anna Marriott ve Neil D. C. Duncan. "Human conversational behavior", *Human Nature* 8, no. 3 (1997), s. 231-46.
- Dunbar, Robin I. M. ve Susanne Shultz. "Evolution in the social brain", *Science* 317, no. 5843 (2007), s. 1344-7.
- Ekman, Paul, Wallace V. Friesen ve Phoebe Ellsworth. *Emotion in the Human Face: Guidelines for Research and an Integration of Findings*. Elsevier, 2013.
- Fox, Kieran C. R., R. Nathan Spreng, Melissa Ellamil, Jessica R. Andrews Hanna ve Kalina Christoff. "The wandering brain: Meta-analysis of functional neuroimaging studies of mind-wandering and related spontaneous thought processes", *Neuroimage* 111 (2015), s. 611-21.
- Hall, Judith A. ve Marianne Schmid Mast. "Sources of accuracy in the empathic accuracy paradigm", *Emotion* 7, no. 2 (2007), s. 438.
- Hahamy, Avital, Marlene Behrmann ve Rafael Malach. "The idiosyncratic brain: distortion of spontaneous connectivity patterns in autism spectrum disorder", *Nature Neuroscience* 18, no. 2 (2015), s. 302-9.
- Ingersoll, Brooke, Christopher J. Hopwood, Allison Wainer ve M. Brent Donnellan. "A comparison of three self-report measures of the broader autism phenotype in a non-clinical sample", *Journal of Autism and Developmental Disorders* 41, no. 12 (2011), s. 1646-57.
- Krueger, Joachim, Jacob J. Ham ve Kristen M. Linford. "Perceptions of behavioral consistency: Are people aware of the actor-observer effect?", *Psychological Science* 7, no. 5 (1996), s. 259-64.
- Lieberman, Matthew D. *Social: Why Our Brains Are Wired to Connect*. Broadway Books, 2013.
- Lieberman, Matthew D. "Social cognitive neuroscience", *Handbook of Social Psychology* (2010).
- Mar, Raymond A., Maria F. Mason ve Aubrey Litvack. "How daydreaming relates to life satisfaction, loneliness, and social support: the importance of gender and daydream content", *Consciousness and Cognition* 21, No. 1 (2012), s. 401-7.
- McCann, Joanne ve Sue Peppé. "Prosody in autism spectrum disorders: a critical review", *International Journal of Language & Communication Disorders* 38, no. 4 (2003), s. 325-50.
- Mead, Margaret. *Sex and Temperament in Three Primitive Societies*. Cilt 370. New York: Morrow, 1963.
- Ryan, Nicholas P., Cathy Catroppa, Richard Beare, Timothy J. Silk, Louise Crossley, Miriam H. Beauchamp, Keith Owen Yeates ve Vicki A. Anderson. "Theory of mind mediated the prospective relationship between abnormal social brain network morphology and chronic behavior problems after pediatric traumatic brain injury", *Social Cognitive and Affective Neuroscience* 11, no. 4 (2016), s. 683-92.
- Pesquita, Ana, Timothy Corlis ve James T. Enns. "Perception of musical cooperation in jazz duets is predicted by social aptitude", *Psychomusicology: Music, Mind, and Brain* 24, no. 2 (2014), s. 173.
- Pinsky, Robert. *The Sounds of Poetry: A Brief Guide*. Macmillan, 1999.
- Rutherford, Mel D., Simon Baron-Cohen ve Sally Wheelwright. "Reading the mind in the voice: A study with normal adults and adults with Asperger syndrome and high functioning autism", *Journal of Autism and Developmental Disorders* 32, no. 3 (2002), s. 189-94.
- Spencer M. D., R. J. Holt, L. R. Chura, J. Suckling, A. J. Calder, E. T. Bullmore ve S. Baron-Cohen. "A novel functional brain imaging endophenotype of autism: The neural response to facial expression of emotion", *Translational Psychiatry* 1, no. 7 (2011), s. e19.

- Spence, Michael L. Ralph Adolphs, Robert S. E. Hurley ve Joseph Piven. "Analysis of face gaze in autism using 'Bubbles'", *Neuropsychologia* 45, s. 1 (2007), s. 144-51.
- Tickle-Degnen, Lida ve Robert Rosenthal. "The nature rapport and its nonverbal correlates", *Psychological Inquiry* 1, no. 4 (1990), s. 285-93.
- Yucel, G. H., A. Belger, J. Bizzell, M. Parlier, R. Adolphs ve J. Piven. "Abnormal neural activation to faces in the parents of children with autism", *Cerebral Cortex* (2014), bhu147.

Bölüm 4

- Baron-Cohen, Simon, Howard A. Ring, Edward T. Bullmore, Sally Wheelwright, Chris Ashwin ve S. c. R. Williams. "The amygdala theory of autism", *Neuroscience & Biobehavioral Reviews* 24, no. 3 (2000), s. 355-64.
- Baron-Cohen, Simon, Sally Wheelwright, Jacqueline Hill, Yogini Raste ve Ian Plumb. "The 'Reading the Mind in the Eyes' test revised version: A study with normal adults, and adults with Asperger syndrome or high-functioning autism", *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 42, no. 2 (2001), s. 241,51.
- Darwin, Charles. *The Expression of the Emotions in Man and Animals*. Cilt 526. University of Chicago Press, 1965.
- Feinberg, Matthew, Robb Willer ve Dacher Keltner. "Flustered and faithful: embarrassment as a signal of prosociality", *Journal of Personality and Social Psychology* 102, no. 1 (2012), s. 81.
- Fredrickson, Barbara L. "Positive emotions broaden and build", *Advances in Experimental Social Psychology* 47 (2013), s. 1-53.
- Harker, LeeAnne ve Dacher Keltner. "Expressions of positive emotion in women's college yearbook pictures and their relationship to personality and life outcomes across adulthood", *Journal of Personality and Social Psychology* 80, no. 1 (2001), s. 112.
- Isen, Alice M., Kimberly A. Daubman ve Gary P. Nowicki. "Positive affect facilitates creative problem solving", *Journal of Personality and Social Psychology* 52, no. 6 (1987), s. 1122.
- Izard, Carroll E. "Basic emotions, natural kinds, emotion schemas, and a new paradigm", *Perspectives on Psychological Science* 2, no. 3 (2007), s. 260-80.
- Markram, Kamila ve Henry Markram. "The intense world theory – a unifying theory of the neurobiology of autism", *Frontiers in Human Neuroscience* 4 (2010).
- Markram, Kamila, Tania Rinaldi, Deborah La Mendola, Carmen Sandi ve Henry Markram. "Abnormal fear conditioning and amygdala processing in an animal model of autism", *Neuropsychopharmacology* 33, no. 4 (2008), s. 901-2.
- Tangrey, June Price ve Ronda L. Dearing. *Shame and Guilt*. Guilford Press, 2003.
- Tangrey, June Price, Jeff Stuewig ve Debra J. Mashek. "Moral emotions and moral behavior", *Annual Review of Psychology* 58 (2007), s. 345.

Bölüm 5

- Baron-Cohen, Simon, Alan M. Leslie ve Uta Frith. "Does the autistic child have a 'theory of mind'?", *Cognition* 21, no. 1 (1985), s. 37-46.
- Brendt, Thomas J. "Friendship duality and social development", *Current Directions in Psychological Science* 11, no. 1 (2002), s. 7-10.
- Cook, Clayton R., Kirk R. Williams, Nancy G. Guerra, Tia E. Kim ve Shelly Sadek. "Predictors of bullying and victimization in childhood and adolescence: A meta-analysis investigation", *School Psychology Quarterly* 25, no. 2 (2010), s. 65.

- Csikszentmihalyi, Mihaly. *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. Cilt 41. New York: HarperPerennial, 1991. (Akis: Mutluluk Bilimi, çev. Barış Satılmış, Burzdağı Yayınları, 2018).
- Demaray, Michelle Kilpatrick ve Christine Kerres Malecki. "Importance ratings of socially supportive behaviors by children and adolescents", *School Psychology Review* 32, no. 1 (2003), s. 108-31.
- Freud, Sigmund. "The development of sexual function", *Standard Edition* 23 (1940), s. 152-6.
- Frith, Chris ve Uta Frith. "Theory of mind", *Current Biology* 15, no. 17 (2005), s. R644-5.
- Gliga, Thedora, Atsuchi Senju, Michèle Pettinato, Tony Charman ve Mark H. Johnson. "Spontaneous belief attribution in younger siblings of children on the autism spectrum", *Developmental Psychology* 50, no. 3 (2014), s. 903.
- Gini, Gianluca ve Tiziana Pozzoli. "Association between bullying and psychosomatic problems: A meta-analysis", *Pediatrics* 123, no. 3 (2009): s. 1059-65.
- Gini, Gianluca, Paolo Albiero, Beatrice Benelli ve Gianmarco Altoè. "Does empathy predict adolescents' bullying and defending behavior", *Aggressive Behavior* 33, no. 5 (2007), s. 467-76.
- Gottman, John M. ve Robert W. Levenson. "Marital processes predictive of later dissolution: behavior, physiology, and health", *Journal of Personality and Social Psychology* 63, no. 2 (1992), s. 221.
- Happé, Francesca ve Uta Frith. "The weak coherence account: Detail-focused cognitive style in autism spectrum disorders", *Journal of Autism and Developmental Disorders* 36, no. 1 (2006), s. 5-25.
- Lejuez C. W., Derek R. Hopko, Ron Acierno, Stacey B. Daughters ve Sherry L. Pagoto. "The year revision of the brief behavioral activation treatment for depression: Revised Treatment Manual", *Behavior Modification* 35, no. 2 (2011), s. 111-61.
- Losh, Molly ve Joseph Priven. "Social-cognition and the broad autism phenotype: Identifying genetically meaningful phenotypes", *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 48, no. 1 (2007), s. 105-12.
- Moore, Chris. "Fairness in children's resource allocation depends on the recipient", *Psychological Science* 20, no. 8 (2009), 944-8.
- Rand, David G., Corina E. Tarnita, Hisashi Ohtsuki ve Martin A. Nowak. "Evolution of fairness in the one-shot synonymous Ultimatum Game", *Proceedings of the National Academy of Science* 110, no. 7 (2013), s. 2581-6.
- Seyfarth, Robert M. ve Dorothy L. Cheney. "The evolutionary origins of friendship", *Annual Review of Psychology* 63 (2012), s. 153-77.
- Shetgirl, Rashmi. "Bullying and victimization among children", *Advances in Pediatrics* 60, no. 1 (2013), s. 33.
- Tanger-Flusberg, Helen. "On the nature of linguistic functioning in early infantile autism", *Journal of Autism and Developmental Disorders* 11, no. 1 (1981), s. 45-56.
- Tellegen, Auk eve Gilbert Atkinson. "Openness to absorbing and self-altering experiences ('absorption'), a trait related to hypnotic susceptibility", *Journal of Abnormal Psychology* 83, no. 3 (1974), s. 268.
- Van de Cruys, Sander, Kris Evers, Ruth Van der Hallen, Lien Van Eylen, Bart Boets, Lee de-Witt ve Johan Wagemans. "Precise minds in uncertain worlds: Predictive coding in autism", *Psychological Review* 121, no. 4 (2014), s. 649.

Bölüm 6

- Baron-Cohen, Simon, Emma Ashwin, Chris Ashwin, Teresa Tavassoli ve Bishmadev Chakrabarti. "Talent in autism: hyper-systemizing, hyper-attention to detail and sensory hypersensitivity", *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences* 364, no. 1522 (2009), s. 1377-83.
- Coastantino, John N. ve Richard D. Todd. "Autistic traits in the general population: A twin society", *Archives of General Psychiatry* 60, no. 3 (2003), s. 324-30.
- Dunbar, Robin L. M. "Coevolution of neocortical size, group size and language in humans", *Behavioral and Brain Sciences* 16, no. 4 (1993), s. 681-94.
- Greenberg, Jeff, Tom Pyszczynski, Sheldon Solomon, Abram Rosenblatt, Mitchell Verder, Shari Kirkland ve Deborah Lyon. "Evidence for terror management theory II: The effects of mortality salience on reactions to those who threaten or bolster the cultural worldview", *Journal of Personality and Social Psychology* 58, no. 2 (1990), s. 308.
- Gopnik, Alison. "Scientific thinking in young children: Theoretical advances, empirical research, and policy implications", *Science* 337, no. 6102 (2012), s. 1623-127.
- Happé, Francesca, J. Briskman ve Uta Frith. "Exploring the cognitive phenotype of autism: Weak 'central coherence' in parents and siblings of children with autism: I. Experimental tests", *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 42, no. 3 (2001), s. 299-307.
- Icevic, Zorana ve Nalini Ambady. "Personality impressions from identity claims on Facebook", *Psychology of Popular Media Culture* 1, no. 1 (2012), s. 38.
- Khosla, Aditya, Atish Das Sarma ve Raffay Hamid. "What makes an image popular?", *Proceedings of the 23rd Conference on World Wide Web*, s. 867-76, ACM, 2014.
- Pew Araştırma Merkezi, Mart 2014, "Millennials in Adulthood: Detached from Institutions, Networked with Friends".
- Weil, Elizabeth. "Mary Cain is growing up fast", *New York Times*, 4 Mart 2015. <http://www.nytimes.com/2015/03/08/magazine/mary-cain-is-growing-up-fast.html>
- Williams, Alex. "The Emily posts of the digital age", *New York Times*, 31 Mart 2013, s. 1-10, Academic Search Premier, EBSCOhost, erişim tarihi 15 Ocak 2016.

Bölüm 7

- Byers, E. Sandra, Shana Nichols, Susan D. Voyer ve Georgianna Reilly. "Sexual well-being of community sample of high-functioning adults on the autism spectrum who have been in a romantic relationship", *Autism* 17, no. 4 (2013), s. 418-33.
- Coontz, Stephanie. *Marriage, a history: How love conquered marriage*. Penguin, 2006.
- Feeney, Brooke C. "The dependency paradox in close relationships: Accepting dependence promotes independence", *Journal of Personality and Social Psychology* 92, no. 2 (2007), s. 268.
- Holt-Lunstad, Juliane, Timothy B. Smith, Mark Baker, Tyler Harris ve David Stephenson. "Loneliness and social isolation as risk factors for mortality: A meta-analysis review", *Perspectives on Psychological Science* 10, no. 2 (2015), s. 227-37.
- Jobe, Lisa E. ve Susan Williams White. "Loneliness, social relationships, and a broader autism phenotype in college students", *Personality and Individual Differences* 42, no. 8 (2007), s. 1479-89.
- Mintah, Kojo. "I cannot see it in their eyes: How autism symptoms hamper dating", doktora tezi, Carleton Üniversitesi, Ottawa, 2014.
- Moore, Monica M. "Human nonverbal courtship behavior – a brief historical review", *Journal of Sex Research* 47, no. 2-3 (2010), s. 171-80.

Pew Araştırma Merkezi, Mart 2014, "Millennials in Adulthood: Detached from Institutions, Networked with Friends".

Pollman, Monique M. H., Catrin Finkenauer ve Sander Begeer. "Mediators of the link between autistic traits and relationship satisfaction in a non-clinical sample". *Journal of Autism and Developmental Disorders* 40, no. 4 (2010), s. 470-8.

Bölüm 9

Achter, John A., David Lubinski ve Camilla Persson Benbow. "Multi-personality among the intellectual gifted: 'It was never there and already it's vanishing'". *Journal of Counseling Psychology* 43, no. 1 (1996), s. 65.

Borkenau, Peter ve Anette Liebler. "Convergence of stranger ratings of personality and intelligence with self-ratings, partner ratings, and measured intelligence". *Journal of Personality and Social Psychology* 65, no. 3 (1993), s. 546.

Centers of Disease Control and Prevention. Developmental Milestones. 14 Ocak 2016. <http://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/milestones/>.

Simonton, Dean Keith. "Creativity: Cognitive, personal, developmental, and social aspects", *American Psychologist* 55, no. 1 (2000), s. 151.

Sternberg, Robert K. "Implicit theories of intelligence, creativity, and wisdom", *Journal of Personality and Social Psychology* 49, no. 3 (1985), s. 607.

Terman, Lewis Madison. "Genetic studies of genius. Mental and physical traits of a thousand gifted children", 1925.

Vital, Pedro M., Angelica Ronald, Gregory L. Wallace ve Francesca Happé. "Relationship between special abilities and autistic-like traits in a large population-based sample of 8-year-olds", *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 50, no. 9 (2009), s. 1093-101.

Winner, Ellen. "The origins and ends of giftedness", *American Psychologist* 55, no. 1 (2000), s. 159.

Winner, Ellen. *Gifted Children: Myths and Realities*. Basic Books, 1997.

Bölüm 10

Baron-Cohen, Simon, Emma Ashwin, Chris Ashwin, Teresa Tavassoli ve Bishmadev Chakrabarti. "Talent in autism: hyper-systemizing, hyper-attention to detail and sensory hypersensitivity", *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences* 364, no. 1522 (2009), s. 1377-83.

Baron-Cohen, Simon, Sally Wheelwright, Amy Burtenshaw ve Esther Hobson. "Mathematical talent is linked to autism", *Human Nature* 18, no. 2 (2007), s. 125-31.

Ruhsatz, Joanne ve Jourdan B. Urbach. "Child prodigy: A novel cognitive profile places elevated general intelligence, exceptional working memory and attention to detail at the root of prodigiousness", *Intelligence* 40, no. 5 (2012), s. 419-26.

Simonton, Dean Keith. "Scientific creativity as constrained stochastic behavior: The integration of product, person, and process perspectives", *Psychological Bulletin* 129, no. 4 (2003), s. 475.

Winner, Ellen. "The origins and ends of giftedness", *American Psychologist* 55, no. 1 (2000), s. 159.

DİZİN

A-B

Achter, John, 235
adaleti, 123-4
Adolphs, Ralph, 80
aile
 aile arkadaşlıklarının sayısı, 178
 tuhaf aileler, 145-50
ait olma, 30-5
akış hâli, 155
Alabama Üniversitesi, 236
Algoe, Sara, 124-5
Alkon, Amy, 187-8
Ambady, Nalini, 196
Amerika Psikiyatri Birliği, 54
Amsterdam Üniversitesi, 218
Arizona Üniversitesi, 179
arkadaşlık, 173-5
 destekleyici davranışlar, 132
 flört, seks ve, 205-6
 hoşa giden insanlar ve, 122-6
 kaç arkadaş yeterli olur, 176-80
 kalitesi, 126
 sadık, 198
 toplumsal kurumların çöküşü, 180-6
 tuhaf biri olarak arkadaş edinmek, 190-6
aşağıdan yukarı işleme tarzı, 80-1
Aslan Kral (oyun), 42-4
Asperger sendromu, 54, 55, 58, 60
Asperger, Hans, 53-4, 55, 65-6, 246
Association for Psychological Science, 145-6
Back, Mitja, 38
bağımlılık paradoksu, 219-20
Baldwin, Mark, 161
Baron-Cohen, Simon, 57-9, 97, 160, 241, 243
Baumeister, Roy, 31
Berndt, thomas, 123
beş kuralı, 54-5, 57
beyin
 beyin faaliyetleri ve duygular, 100
 tuhaf beyin nasıl çalışır, 73-6
bilgisayarlar, *bkz.* matematik ve bilim
Birleşik Krallık Akıl Sağlığı Vakfı, 178-9
Biswal, Nisha, 185
Blodget, Henry, 264
Boas, Frank, 192
Boomer'ların cinsel davranışı, 213
Boston College, 227
Bowling Alone (Putnam), 178-9
bölgesel işlem yapma, 44
Brin, Sergey, 259
Brooklyn College, 248
Bush, George W., 185

Business Insider, 264

Buzz Feed, 208

C-Ç

Cacioppo, John ve Stephanie, 176
Cain, Susan, 64
California Teknoloji Enstitüsü, 80
California Üniversitesi, Berkeley, 37, 103, 108, 145
California Üniversitesi, Davis, 259
California Üniversitesi, Los Angeles (UCLA), 74
California Üniversitesi, Riverside, 128
California Üniversitesi, San Francisco, 79
Cambridge Üniversitesi, Otizm Araştırma Merkezi, 57
Campbell, Joseph, 253-4
Carleton Üniversitesi, 216
Carnegie Mellon Üniversitesi, 219
Carrie (King), 264
Catmull, Ed, 261-2
Chicago Üniversitesi, 106
Cinsellik Üzerine (Freud), 150-1
cinsiyet eşitliği, 183-4, 185
Clawson, Curt, 185
College of the Redwoods, 261
Constantino, John, 147-8
Cook, Clayton, 128
Cornell Üniversitesi, 107, 234
Crespi, Bernard, 229
Cruise, Tom, 49
Csikszentmihalyi, Mihaly, 111, 155
Cuthbertson, Lauren, 237-8
çeşitlilik, sosyal kurumlarda, 183-6
çevresel etkiler, tuhaflik ve, 148-50
çevrimiçi flört etmenin tuhaflığı, 206-9
 çevrimiçi flört edenlerin sosyal beklentileri, 34
çevrimiçi flört uygulamaları, 205, 206-9
çevrimiçi sosyalleşme, 193-4
 çevrimiçi topluluklar var arkadaşlıklar, 194-6
 internet, 161, 173-4
çocuklar
 adalet beklentisi, 123-4
 arkadaş edinmenin tuhaflığı, 173-98
 eğer öyleyse o zaman... senaryolarının kullanımı, 161, 164, 165, 172
 erkeklerin tuhaflığı, 148-9
 kendisini anal olarak tutan çocuklar, 151, 159
 kendisini anal olarak tutmayan çocuklar, 152
 kızların tuhaflığı, 148-9

öfke nöbetleri, 92-5, 96, 106, 107, 110-3
 sosyal etkileşimlere hazırlamak, 163-7
 tuhaf aileler, 145-50
 tuhaf çocuğu büyütme, 141-72
 tuhaf dürtülere karşı sosyal beklentiler, 150-4
 ve tuhaf olmanın hazları, 154-7
 yetenekli insanlar ve şart kipi, 255-7
 zihinsel hazırlık tatbikatları, 163-5, 167
 zorbalık, 127-30, 134, 141, 227

D-E-F

Darwin, Charles, 102
 Dean, Howard, 185
 dışadönüklük, 62-4, 228
 Diener, Ed, 32
 din kurumları, 181-2
 Douglas, Mary, 33
 Drake, Jennifer, 248
 duygular
 altı duygu ve yanıt verme şekilleri, 105
 deşifre etmek, 83
 duygusal banka hesabı, 130-4
 empati, 96-7
 gurur, 105
 istemsiiz, 102
 mahcubiyet, 103, 104, 105, 166
 neşe, 105
 öfke nöbetleri, 92-5, 96, 106, 107, 110-3
 öfke, 105, 112
 olumlu, 107-10, 111
 özbilinçli, 103
 refleks şeklinde, 102, 104
 suçluluk, 103, 104
 tuhaf hissetmenin işlevi, 102-6
 tuhafılık ve, 95-114
 umut, 105
 utanç, 103, 104
 üzüntü, 105
 yoğunluğu, 98-101
 Edinburgh Üniversitesi, 241
 eğer öyleyse o zaman... senaryoları, 161, 164, 165, 172
 eHarmony.com, 207
 Ekman, Paul, 79
Elite Daily, 208
 empati, 96-7, 266
 ergenler
 lise yılları, 141-5, 154-5, 158-9, 168-72, 173-5, 199-201, 266, 268
 zorbalık, 127-30, 141
 evlilik
 çevrimiçi flört ve, 208
 evlenme oranında düşüş, 202-3
 milenyum kuşağında evliliğin ertelenmesi, 203

tuhaf nitelikler ve evlilikte tatmin, 218-9
 Facebook, 123, 193, 195-6, 207
Family Ties (TV dizisi), 48
 Feeney, Brooke, 219-20
 Feinberg, Matthew, 103
 flört etme ve seksin tuhafılığı, 152-3, 201-3
 bağımlılık paradoksu, 219-20
 çevrimiçi flört etme, 206-9
 cinsel davranışlarda kuşak farkı, 213
 daha az tuhaf kılan dört etmen, 209-10
 daha yaşlı yetişkinler ve eşin kaybı, 221-3
 evlilik öncesi seks, 213
 flört etme, 216
 flört, seks ve arkadaşlık, 205-6
 Grinin Elli Tonu'nun popüler olması, 214-5
 pornografi, 215
 romantik ilişkiler, 215-23
 sadece şehvet ya da sadece hoşlanma stratejileri, 203-6
 sodomazozist cinsel ilişki, 214
 samimiyet kuran davranışlar, 215-6
 seks süper tuhaftır, 210-5
 Frederickson, Barbara, 107
 Freud, Sigmund, 150-3, 159, 169, 183, 231
 Frith, Uta, 44

G-H

Gardner, Howard, 234
 Gates, Bill, 254, 259
 "Geek" (asosyal zeki), 40
 gelişim
 Freud'un psikoseksüel gelişim evreleri, 152-4
 latensi, 231
 zihin teorisi ve karakter gelişimi, 119
 gelişimin anal evresi, Freud, 151-2, 153-4
 gelişimin oral evresi, Freud, 151-3
 genel farklılıklar
 kurumsal katılım, 182
 kuşak farkı, 213
 Genel Toplumsal Anket, 213
 genetik etkiler, tuhafılık ve, 147-50, 241
 genetik olarak değersiz çocuklar, 65
 genetik olarak insan ırkının ıslahı, 65
 George Mason Üniversitesi, 102-3
 geri görüş önyargısı, 267
 Gini, Gianluca, 127
*Good Manners for Nice People Who Sometimes Say F*ck* (Alkon), 187-8
 Google.com, 259
 Gopnik, Alison, 145-6
 Gottman, John, 130-1
 görgü kuralları, 187-92
 görsel sanatlar, 248
 göz teması, 14, 34-7, 53, 72, 75-6, 79, 101, 164-5, 171

Grillparzer, Franz, 53, 246
Grinin Elli Tönu (James), 214-5
gurur, 105
Güçlü İlgı Envanteri, 243
hafıza testleri, 232-3
Haidt, Jonathan, 188-9
Hall, Judith, 77
Hamilton (Broadway oyunu), 259
Happe, Francesca, 44, 241
Harker, LeeAnne, 108-9
Harry Potter (Rowling), 264
Hartford, Will, 50
Harvard Graduate School of Education, 224
Harvard Üniversitesi, 177, 234
Hassan, Sam, 50
Hill, David, 241
hiper sistematizasyon, 160
Holland, John, 243
hoşa giden biri olma ve popülerlik, 122-6, 137-8
Hughes, John, 40-1

I-I-I

If I Ran the Zoo (Dr. Zeus), 40
İllinois Üniversitesi, 32, 132
Ingersol, Brooke, 77
Instagram, 123, 193, 195, 207
Iowa Devlet Üniversitesi, 235
Isen, Alice, 107
Ivcevic, Zorana, 196
içedönüklük, 57, 62, 63-4
ihtiyaçlar hiyerarşisi (Maslow), 31
ilk izlenimler
ilk üç, ikinci üç stratejileri, 36-7, 39
sosyal beklentiler, 34-5
inek (nerd)
kendini inek ilan etme, 142, 143, 155
kökeni, 40-1
TV'deki tipler, 242
ipuçları, sosyal
eğer öyleyse o zaman... senaryolarının kullanımı, 164-5
romantik ipuçlarını yorumlamak, 217
sohbetler sırasında kullanılan dili deşifre etme, 76, 81-7
sözsüz, 76-80
tuhaf çocukların, 156
yüz ifadeleri, 76, 79-81
zihin teorisi ve işleme, 118-22
istemsiz duygular, 102
işverenlerin sosyal beklentileri, 34
James, E. L. 214
Jobe, Lisa, 191, 217
Jobs, Steve, 254, 261
Johannes Gutenberg Üniversitesi, 38
Johns Hopkins Üniversitesi, 53

Johnson, Timmy, 201
Journal of Autism and Developmental Disorders, 57-8

K-L

kahramanlık hikâyeleri, 253-5, 265
Kanner, Leon, 53-4
karakter gelişimi, 119
Keltner, Dacher, 108-9
kendisini anal olarak tutan çocuklar, 151, 159
kendisini anal olarak tutmayan çocuklar, 152
Kiecolt-Glaser, Janice, 32
Kimpton, Kellie, 70, 72, 73, 75, 76, 78-9, 81, 86, 87-90, 266
King, Stephen, 264
King's College, 44
kişilik bozuklukları ve tuhaflık, 62-4
kombinasyona dayalı inovasyon, 261-2
kronik yalnızlık, 32
Clark, Matthew, 179
Kruger, Justin, 193
Kumar, Arun, 185-6
Kuncel, Nathan, 250
latensi evresi, 231
Leary, Mark, 31
Lewis, C. S., 264
Lewis, Michale, 262
Lieberman, Matthew, 74
LinkedIn, 195
London Royal Ballet, 237

M-N

Markram, Henry, 99-100
Markram, Kamila, 99-100
Maslow, Abraham, 31
Mast, Marianne Schmid, 77
matematik ve bilim
bilgisayar bilimi ve matematikte üstün yetenek, 243-4, 247
film animasyonunda bilgisayarlar, 262
kimya, 168
Matematik Olimpiyatı, 242-4
matematik, 41, 242, 244
mükemmele ulaşma, 256-7
yapay zekâ bilgisayarları, 261
zekâ katsayısı (IQ) testleri, 232
Max Planck İnsan Gelişimi Enstitüsü, 178
McGill Üniversitesi, 161
McPherson, Miller, 179
Mead, Margaret, 79
Mean Girls (Kötü Kızlar) (film), 41, 242
Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı (DSM-III) ve (DSM-IV), 54, 55, 57, 92
Michigan Devlet Üniversitesi, 77, 236
Mills College, 108

Mills Uzun Vadeli Araştırması, 108
 Minnesota Üniversitesi, 251
 Mintah, Kojo, 216
 Miranda, Lin-Manuel, 259
 narsistler, 63
 Naumann, Laura, 37
 Nazi Almanyası, 65
 neşe, 105
 Neuchatel Üniversitesi, 77
NeuroTribes (Silberman), 65
 New South Wales Üniversitesi, 120
New York Times, 187
 New York Üniversitesi, 193
 Nixon, Richard, 185
 North Carolina Üniversitesi, 80
 North Carolina Üniversitesi, Chapel Hill, 107, 124
 Northeastern Üniversitesi, 77
 Northern Illinois Üniversitesi, 132

O-Ö

Ohio State Üniversitesi, Tıp Fakültesi, 32
 OkCupid.com, 207
 olumlu davranışlar, 130-1
 olumlu duygular, 107-10, 111
 olumsuz davranışlar, 130-1, 134
 ortaokul yılları, 30, 48-52, 55-7, 66, 67-73, 75, 76, 78-9, 81-2, 86-90, 141, 206-7
 arkadaş sayısı, 178
 görgü kuralları, 187
 kahramanlık hikâyeleri, 253-5, 265
 otistik psikopatlar, 53-4, 66
 otistik yenilikçiler, 259-65
 otizm
 Asperger sendromu, 54, 58
 Asperger'in araştırması, 54, 65-6
 beş kuralı, 54-5
 kontrol grubunun özellikleri, 245
 resmî otizm teşhisi, 54
 terimin kökeni, 54
 teşhis kriterleri, 59-60
 yanlış teşhis, 60
 yoğun dünya teorisi, 99-100
 yüksek işlevli otizm, 57-8, 60, 62
 Otizm Katsayısı, 57-8, 59, 60, 82
 Oxford Üniversitesi, 97, 243
 öfke, 105, 112
 öfke nöbetleri, 92-5, 96, 106, 107, 110-3
 ölçütler, 258-9
 ölüm riski, yalnızlık, 32
 öz bilinçli duygular, 103
 özsayı hareketi, 56

P-Q-R

Padova Üniversitesi, 127
 Page, Larry, 259

Palmer, Colin, 120
 Pew Araştırma Merkezi, 181, 183, 184, 202, 203
 Pinterest, 195
 Pixar, 261-2
 Pollmann, Monique, 218-9
 popülerlik ve hoş giden biri olma, 122-6, 137-8
 pornografi, 215
 Purdue Üniversitesi, 123
Purity and Danger (Safılık ve Tehlike) (Douglas), 33
 Putnam, Robert, 177
 Queensland Üniversitesi, 179
 Rowling, J. K., 264
Rüzgâr Gibi Geçti, 264

S-Ş

Saban, Nick, 236
Sakinler de Kazanır (Quiet) (Cain), 64
 sanat
 dansçı ve müzisyenlerin saplantılı yapıları, 245
 performans sırasında akış hâli, 155
 üstün yetenek ve görsel sanatlar, 248
 yetenekli yazarlar, 264
 saplantılı ilgiler, 240-2, 244-7, 263
 sayı dizisi hafıza testi, 232-3
 Seemers, Ed, 50
 seks, *bkz.* flört etme ve seks
 Seuss, Dr., 40-1
 Shetgiri, Rashmi, 128-9
 Silberman, Steve, 65
 Silus, Chrissy, 200
 Simon Frazier Üniversitesi, 229
 Simonton, Dean, 259, 260, 261
Sineklerin Tanrısı (Golding), 30
 Sinir
 Sinir Mikrodevreleri Laboratuvarı, 99
 sistematikleştirme, 160
 Smith, Mike, 236
 Snapchat, 193
 Sokratik diyalog, 36, 163
 sosyal ağlar, çevrimiçi sosyalleşme 193-6
 sosyal akıcılık, 67-8
 eğer öyleyse o zaman... senaryolarının kullanımı, 161
 sosyal ipuçlarını işleme, 233-4
 yüzdeki ipuçları, 81-2
 zihin teorisinin formülasyonu ve, 120-2
 sosyal anksiyete, 62
 sosyal beceri koçluğu, 166
 sosyal beklentiler
 adalet beklentisi, 123-4
 beklentilerin sonuçları, 34-5
 çevrimiçi flört edenler, 34

gruplar için, 33-5
 ihlal edilmesi, 102, 104
 ilk izlenimler, 34-5
 işverenlerin, 34
 sosyal değeri belirlemede, 34-5
 tuhaf anlar, 35, 38, 40
 ve çocuklarda tuhaf dürtüler, 150-4
 sosyal eşitliğin değeri, 134-8
 sosyal etkileşimler
 çocukları hazırlamak, 163-7
 duygusal konuşmalardan kaçınma, 101
 eğer öyleyse o zaman... senaryolarının kullanımı, 161, 164, 165
 içedönülük ve dışadönüklük, 63-4
 ilk üç, ikinci üç stratejileri, 36-7, 39
 kullanılan dili deşifre etme, 76, 81-7
 sosyal anksiyete, 62
 sosyal durumlarda beyin, 74
 sosyal durumlarda, 35
 sözsüz davranışlar, 76-8
 tuhafılık ve sistematik düzenler, 160-1
 sosyal gruplar
 ait olma isteği ve ihtiyacı, 32
 arkadaşlık ve sayısı, 176-80
 avcı-toplayıcı gruplar, 30-1, 33, 230
 beklentileri ve yargıları kullanma, 34-5
 sosyal medya, 185, 192-6
 Sosyal Tepkisellik Ölçeği, 148
 sosyopat, 63, 129
 sözsüz davranışlar, 76-8
 spor
 atletler, akış hâli, 155
 atletlerin saplantılı yapısı, 245
 basketbol, 173
 bowling, 177
 futbol, 141-2
 golf, 199-200
 güreş, 50-2, 56, 69
 tenis, 173-5, 197, 255
 Stanford Üniversitesi, 261
Star Wars: Güç Uyanıyor (film), 41
 Sternberg, Robert, 234
 Sutherland, Ivan, 261-2
 şart kipi, 255-6, 258, 266

I

Tangney, June Price, 102-3
 Taylor, Paul, 181
 tekrarlayan davranışlar, 53, 54, 100, 241
 Terman, Lewis, 232
 Texas Üniversitesi, Tıp Fakültesi, 128
The Big Bang Theory (TV şovu), 41, 242
The Breakfast Club (*Kabulâtı Kulübü*) (film), 41
 "The Fundamental Need to Belong" (Ait Olmaya Duyduğumuz Temel İhtiyaç) (Baumeister, Leary), 31

Time, 214
 Todd, Richard, 147-8
Tbp Gun (film), 49
 toplumsal kurumların çöküşü, 180-6
 tuhaf anlar, 35-40
 bilim sempozyumunda, 115-8, 134-8
 çokkültürlü tuhaf anlar, 185-6
 duyguların yoğunluğu, 101
 ilk üç, ikinci üç stratejileri, 36-7, 39
 olumsuz davranışlar, 133
 tuhaf özellikler
 genetik etkiler, 147-50, 241
 kişilik özellikleri, 169-71, 196
 olumsuz ve olumlu dışavurum, 167
 tuhaf yenilikçilerin çılgır açan inovasyonları, 259-69
 2009 ipotekli konut kredisi krizi, 262
 fikirlerin aktarışması, 263
 film animasyonunda bilgisayarlar, 262
 kombinasyona dayalı inovasyon, 261-2
 zamanlama, 263
 tuhafılık
 arkadaşlık ve, 173-98
 çocukların sosyal temeller inşa etmelerine yardımcı olmak, 163-7
 dünyayı tuhaf birinin gözünden görmek, 42-7
 duygusal banka hesabı, 130-4
 duygusal çıkarımlar ve ifadeler, 95-114
 eğer öyleyse o zaman... senaryolarının kullanımı, 161, 164, 165, 172
 flört etme ve seks, 199-223
 genetik etkiler, 147-50, 241
 hazzı, 154-7
 hoşa giden biri olma ve popülerlik, 122-6, 137-8
 ilgideki artış, 41
 kişilik bozuklukları, 62-4
 ölçümü, 61-2
 otizm ve, 59-60
 problemler, 62-6
 rutinler ve kurallar, 158-60
 sezgisel ile düşünerek, 45-6
 sistematikleştirme, 160
 sohbetler sırasında kullanılan dili deşifre etme, 76, 81-7
 sosyal akıcı olmak, 67-9
 sosyal anksiyete, 62
 sosyal eşitlik, 134-8
 sözsüz davranışlar, 76-8
 tanımı, 42
 tuhaf aileler, 145-50
 tuhaf beyin, 73-6
 tuhaf çocuğu büyütme, 141-72
 tuhaf hissetmenin işlevi, 102-6
 tuhaf insanların esnek olmaması, 159

uyumsal yapısı, 228, 231
 üstün yetenekli olmak ve, 227-52
 yüz ifadeleri, 76, 79-81
 zihin teorisi ve ilişkisi, 118-22
 zorbalık ve tuhaf çocuklar, 128, 134-6, 224

Twenge, Jean, 213
 Twitter, 193, 195

U-Ü

umut, 105
 University College London, 44
 ustalaşma hırsı, kişilik özelliği, 237-9, 240, 245-6, 248, 256, 258
 Utah Üniversitesi, 261
 utanç, 103-4
 üstün yetenekli olmak ve tuhafılık, 227-52
 aradaki ilişki, 239-49
 bilgisayar bilimi ve matematik, 243-4, 247
 görsel sanatlar, 248
 hafıza, 232-3
 kendine sadık kalmak ve uyum sağlamak, 249-52
 saplantılı ilgiler, 240-2, 244-7
 tanımı, 236
 "ustalaşma hırsı", 17, 237-9, 240, 245-6, 248, 256, 258
 uzmanlık, 257
 üstün yeteneklerin ortaya çıkması, 231-2
 zekâ katsayısı (IQ), 232, 234-5, 238
 üzüntü, 105

V-W-X

Virginia Commonwealth Üniversitesi, 191
 Vital, Pedro, 238
 Viyana Üniversitesi, 65
 Washington Üniversitesi, 128, 130
 Washington Üniversitesi, Tıp Fakültesi, 147
 Wells, Brooke, 213
 Wheelwright, Sally, 97
 White, Susan Williams, 191, 217
Why Our Brains Are Wired To Connect (Lieberman), 74
 Williams, Alex, 187
 Winner, Ellen, 227-8, 236-7, 245, 249, 263
 Workplace Bullying Institute, 127
 Wrzus, Cornelia, 178
 X kuşağının cinsel davranışı, 213

Y-Z

Y Combinator, 264
 yabancı dil konuşanlar, 68, 137
 yalnızlık
 arkadaşlık ve, 191
 kronik, 32, 176
 oranı, 177-8

yapay zekâ, 261
 yeni kurulan şirketler için kuluçka merkezleri, 264
 yeni kurulan şirketler, 264
 yoğun dünya teorisi, 99-100
 YouTube, görgü kuralları videoları, 187
 yüz ifadeleri, 76, 79-81
 zekâ katsayısı (IQ) testleri, 232, 234-5, 238
 zihin teorisi, 118-22
 zihinsel hazırlık tatbikatları, 163-5, 167
 zorbalık, 127-30, 134, 141, 227