

Psikiyatrinin "Duygu"ya Bakışındaki Kavramsal Sorunlar

Doç. Dr. Erol GÖKA*

Felsefi bilginin eleştireliliğiyle ve yoruculuğuyla yüzyüze gelmemenin en iyi yolu, sanki o yokmuş gibi davranmaktır. Bu nedenle meslek topluluğumuzda filozofların psikiyatriye katkıları çoğunlukla görmezden gelinir; topluluğumuz içinde felsefeye merakın geçmişte ne kadar olumsuz sonuçlar verdiği bu tutuma gerekçe olarak sunulur. Oysa gerek dünyada ve gerek ülkemizde bu boşvermeciliğin aksi yönde çabalar da var. Bu çaba sahipleri, felsefe psikiyatri arasındaki olası etkileşimleri ve kesişmeleri büyük bir titizlikle ele alıyorlar; üstelik bir zamanlar çocuksu "anti-psikiyatri" akımının yaptığı gibi bilimsel bilgiyi felsefeleştirme çabasında da değiller.

Gerçekten de psikiyatride neyin "bilim" neyin "felsefe" olduğunu belirlemek çok büyük önem taşıyor. Başta psikoterapiler olmak üzere, beşeri bilimlere, felsefeye, sanat, din gibi beşeri etkinliklere oldukça yakın düştüğü noktalardan psikiyatriye bilimsel olmayan sızmaları önlemenin biricik yolu bu. Bilimin, felsefenin ve diğer beşeri etkinliklerin neler olduklarını açık biçimde ayırt edebilirsek, ancak o zaman, psikiyatride "bilim"miş gibi arzu endam eden sızmaları saptama ve tasfiye etme şansına kavuşabiliriz (Göka 1999a). Fakat bunları söylemek, bizim bilimsel çalışmalarımız sırasında asla felsefeye ihtiyacımız olmadığı şeklin-

de anlaşılmalıdır. Tam tersine felsefeyi "felsefe" olarak yaptığımızı bildikten, onu "bilim"miş gibi yutturmaya kalkmadıktan sonra, felsefe, bilimsel çalışmalarımızda oldukça yol gösterici olabilir. Felsefenin "bilim"in sınırlarının belirlenmesinde ve yöntembilgisinde tüm bilimlere yaptığı katkının yanısıra psikiyatriyle çok özel bir yakınlığı vardır. Bu nedenle, Kaufman'ın (1997) "*Anlığın keşfine katkıda bulunanlar yalnızca ruhbilimciler olmamıştır. Aslında Freud dışında, meslekten ruhbilimcilerin Goethe, Hegel ya da Nietzsche'den çok daha az katkıları olmuştur*" saptaması oldukça yerindedir. "Bilinçdışı", "anksiyete" gibi kavramları düşünce dünyasında ilk ortaya atanların filozoflar olmaları da bu yakın ilişkinin bir başka kanıtıdır.

Şimdi üzerinde konuşacağımız "duygu" alanı, felsefenin bize nasıl bir yol göstericilik yapabileceği konusunda iyi bir örnektir. Bugün modern psikiyatride "duygu" alanında sağlam bir bilgiye sahip değiliz. Biyolojik olarak korteks-altı yapılarla daha çok ilintili olduklarını biliyoruz. Duyguların genel ifadesi olarak "emosyon", ruhsal durum muayenesinde ruh sağlığı profesyoneli olarak bizim o anda bize başvuran insanda saptadığımız emosyonel duruma "duygulanım" (affection), onun son zamanlarda kendisini nasıl hissettiği konusunda bize söylediklerine "duygudurum; mizaç" (mood) diyoruz; dikkatimizi daha çok duygulanım ve duygudurumun niceliksel bozukluklarına ve uygunsuzluklarına çevirebiliyoruz.

* Ankara Numune Eğitim ve Araştırma Hastanesi Psikiyatri Kliniği, ANKARA

Kabul etmek zorundayız ki, "duygu" alanı, bu alandaki birçok bozukluklar tanımlanmış ve tedavi ediliyor olsalar da, psikiyatrinin en az bilinen ve bilimsel dokusu çok zayıf bir alanıdır; henüz kavramsal düzeyde varolan sorunlar bile giderilememiş hatta birçok bilimci tarafından fark edilmemiştir. Bu nedenle "duygu" alanındaki en "sağlam" ve "sıkı" bilimselliğe sahipmiş gibi görünen biyolojik yaklaşım yanlıları bile, niyetleri ne olursa olsun, bilimsellikten oldukça uzak bir konuma sürüklenmektedirler. Psikososyal yaklaşım yanlıları ise, çoğu kere "duygu" alanında kendilerinden çok eminmiş gibi görünen bir tutum sergilemelerine rağmen, sundukları bilginin bilimsel kalitesi çok düşüktür. Psikososyal yaklaşımın "duygu" alanındaki söylemleri, bırakın felsefeyi zaman zaman yarı dinsel ve hatta ideolojik bir görünüm arz etmektedir.

Biz şimdi "duygu"nun psikiyatrideki bu çetrefilli alanında, yapılan amatör felsefeyi "bilim"miş gibi göstermeye kalkan bir yaklaşım izlemeden ve felsefeyi yüceltmeden, kavramsal sorunlara felsefi bir bakışla, biraz olsun ışık düşürmek istiyoruz.

Bilim adına bazı olguları ya "yok" ya da "hep" sayıyoruz.

Psikiyatride "duygu" alanındaki en belirgin sorun, ampirik olarak saptanılmayacağı sanılan yaşantı dünyasından kaçmadır. Bilimde yaşantı dünyasından kaçmak için iki yol vardır; ya meslek topluluğumuzun felsefi bilgiye karşı takındığı tutuma benzer biçimde, o fenomen hiç yokmuş gibi davranılır ya da ampirik kaygı adına, öne sürülen kavramlar her yaşantısal olguyu karşılıyormuş gibi bir havaya girilir.

Bunlardan birincisinin yani o fenomen yokmuş gibi davranmanın en tipik örneği, "ruh hali"midir. Almanca'da "ruh hali" (befindlichkeit), İngilizce'de "zihin durumu" (state of mind) denilen durumlara günümüz psikiyatrisinde hiç yer vermiyoruz. Oysa meslek topluluğumuz içinde birçok kimse "ruh hali"nin varlığını seziyor ama onun, "duygudurum" veya "duygulanım" şeklindeki emosyonlarla ve zihnin işleyişiyle bağlantılarını kurabileceği, felsefi bir bakışa sahip olmadığı için, "ruh hali"ni bilimsel kavram dağarcığına katmak için çabalamıyor. Felsefi bilgiye biraz kulak kesilseydik, "ruh hali" konusunda bilimsel söyleme aktarabileceğimiz esinler elde edebilirdik. Örneğin büyük Alman filozofu Heidegger'e göre, can sıkıntısı, keder, sevinç,

eğlence, korku ve kaygı hep Dasein'in (orada varlık; Heidegger'in felsefesine temel yaptığı, insanı nitelemek için kullanabileceğimiz en kapsayıcı kavram) mizacının duygulanımsal çıkarımlarıdır ve genel olarak "verili" halde deneyimlenirler. Bizim pek aşına olmadığımız bir dille, "duygu" alanında bize çok önemli şeyler söyleyen Heidegger için hep bir "ruh hali" içindeyizdir. Ona göre duygular, bizim beynimizin bir ürünü olmaktan ziyade bizim bir bütün olarak içine fırlatıldığımız "ruh hali"miz içinde beliren durumlardır. Heidegger için, duygularımız, yalnızca ötekileri duygulamakla kalmaz, ötekilerin bizi duygulandırdığına da işaret eder; bu yüzden asla bizim tarafımızdan tam denetimleri mümkün değildir. Örneğin istediğimiz zaman veya istediğimiz yerde sevemez veya nefret edemeyiz. Belirli bir "ruh hali", Dasein'in hem dünyayı etkileyebilecek bir biçimde dünyaya açık olduğunu gösterir hem de dünyada Dasein'a etki eden şeyi açığa çıkarır. "Ruh hali" ne içeriden, içimizdeki dünyadan ne de çevreden, dışımızdaki dünyadan gelir; o, Dasein'ın "dünyada olma"sının bir tarzıdır.

Heidegger, bu söylediklerini korkuyla ilgili olarak şöyle çözümler: Bir korku yaşantısının temel yapısında vazgeçilmez üç öge vardır: Onunla yüz yüze geldiğimizde korktuğumuz şey, korkunun kendisi ve hakkında korku duyduğumuz şey... Yüz yüze geldiğimizde korktuğumuz şey, korku veren veya korkunç olan şeydir; yani dünyada var kalmamız ve güvenliğimiz açısından zarar verici olarak değerlendirdiğimiz şeydir. Korkunun kendisi ise, bu korku veren şeye bizim yanıttımızdır. Hakkında korku duyduğumuz şey ise, kendi var kalmamız ve güvenliğimiz yani kendimizdir. Demek ki korkunun birbirinden ayrılamayacak bir biçimde hem öznel hem nesnel bir yüzü bulunmaktadır. Burada örneğini korku olarak verdiğimiz ruh halimiz sayesinde, kendimizi dünyaya uyarlar, ayarlarız (self-attunement). Bizim dünya içindeki varolmamız, bizi sürekli bir "ruh hali" içine fırlatır. Ruh hallerimiz ve duygularımız asla (biyolojik yaklaşımda olduğu gibi) tek başına öznel-içerinin üretimi ve (davranışçı yaklaşımda olduğu gibi) tek başına nesnel dışarının etkisiyle üretilmiş olamazlar (Heidegger 1962).

Psikiyatride "duygu" alanında yaşanan bir başka sorun, kullanılan kavramların tüm yaşantısal fenomenleri kapsadığı yanılgısına kapılmak, bilimi kavram kıtlığına mahkum etmektir. Depresyon ve

mani hakkında, patolojik bir duygudurumun önde olduğu klinik tablolar olarak ciltler dolusu bilgiye sahip olan psikiyatri topluluğunun üzüntü ve erotik heyecandan kaynaklanan yoğun haz duygusu için birkaç kelime bile söyleyemiyor oluşu, bizim duygular konusundaki trajik durumumuzun resmini vermektedir. Yaşanan onlarca "duygu fenomeni"ni "emosyon", "duygulanım" ve "duygudurum" adıyla ifadelendirmeye kalkışmak, kavramların bilimsel bir özenle ayrıştırılmasını değil, bilimsel olmayan bir toptancılığı temsil etmektedir. Bu toptancılık, eğer bir takım kavramların felsefedeki tarihsel arkafonları olmasaydı, büyük olasılıkla, korku ve anksiyete arasında bile ayırım yapabilmemizi engelleyecekti. Gerçekten de anksiyete kavramının bugünkü kullanımını, Kierkegaard'ın (ya da felsefedeki takma adıyla Johannes Climacus) felsefi dehasına borçluyuz. Kierkegaard, somut bir şeyden korku (fear; apprehension; furcht; fürchten) ile hiçliğin büyük korkusu anksiyete (anxiety, dread; angst) arasında yaptığı ayırım, sonradan Heidegger'in ve tüm varoluşçu felsefenin temel taşı olacak muhteşem keşiftir ve bugün psikiyatrideki anksiyete tanımının da temelidir.

Oysa eğer felsefedeki zengin fikir üretmine bakabilseydik, belki "duygu" alanında bir zamanlar Kierkegaard'ın yaptığına benzer esin kaynaklarını oradan bulabilirdik. Felsefi bakış, bize "ruh hali" gibi varlığını sezdiğimiz ama bilimsel çalışma alanına sokamadığımız kavramlardan yararlanma imkanı sağlamakla kalmaz; çoğu kere ampirik kaygılarla kolayca genellediğimiz kavramlarımızı da didikler. Tıpkı Kierkegaard'ın korku ve anksiyete arasında yaptığı ayırım gibi, birçok benzer ruh halinde ortaya çıkan farklı duyguları ayırtırmak gerektiğini belirtir. Bize der ki, "Siz bunaltı anlamında anksiyete dediğinizde, şunlardan hangisini kast ediyorsunuz? Umursamayı (ilgilenim; besorgen; concern=careful) mı; insan varlığının temeli olan kaygıyı (sorge; care) mı; yoksa anlık bir durum olan; insanın hep kaçıp durduğu "ölüme giden varlık" oluşu gerçeğiyle yüzleştiği küçük zaman dilimlerinde ortaya çıkan endişeyi (angst; dread) mi? Yoksa temel kaygının gündelik biçimleri olan dertlenmeyi (fürsorgen; solicitude) mi; tasalanmayı (besorgnis; worry) mı?... Bize bu soruları soran felsefeciler, biz bu soruya "halk dilinde tüm bu adları alan şeylerin hepsini" diye cevap verirsek ikna olmazlar ya da anksiyolitik ilaç

araştırmalarında yaptığımız gibi "deneyler sırasındaki bazı hayvan tepkilerini" diye cevaplamaya kalkışırsak bizimle ve yaptığımız işle ilgili gerçek bir endişeye kapılırlar.

Sorunlar bununla bitse iyi; felsefeden bir de "dil" in yaşayan bir doğası, her kavramın bir tarihi olduğunu duyarız. Örneğin İngilizce'de bir şeyden dolayı endişelenmek, tasalanmak anlamında kullanılan "worry" fiili, eski İngilizce'de boğarak öldürmek anlamına gelen "wyrgan" fiilinden gelmektedir ve esasen köpeklerin yakaladıkları avlarına yaptıkları muameleyi anlatan bir avlanma terimiydi. "Worrying" ondokuzuncu yüzyıla kadar, insanın bir başka insana ya da nesneye yaptığı bir şey iken bu tarihten itibaren insanın kendi kendisine yaptığı bir şey haline gelmiştir (Phillips 1996). "Anxious" kelimesi, onyedinci yüzyılda bile "belirsiz bir olay hakkında zihnen rahatsız veya huzursuz olmak" anlamına gelirken, bugün DSM-IV'teki tanımıyla, "genel anksiyete bozukluğu" yaşayan insan hem eski anlamıyla "anxious"tur, belirsiz bir şeyin kaygısını yaşamaktadır; hem de "worried about something" yaşamakta, yani belirli bir şeyden dolayı tasalanmaktadır. Psikiyatri, "anxious"u ve "worrying"i birleştirmekle kalmamış, onları tarih içinde yeni bir anlam kaymasına uğratmıştır.

Yeni bakışlar

Aslında henüz temel kitaplarda yer alacak kadar yaygın olmasalar bile, psikiyatrinin "duygu" alanındaki bu sığığını gidermek, felsefeden gelen eleştirilere kulak verebilmek için işe yarayabilecek bazı girişimler de yapılmıyor değil. Bunlardan bir tanesi, psikanaliz alanından, ünlü analist Otto Kernberg'ten geliyor.

Kernberg, psikanalizin ve psikiyatrinin "duygu" alanındaki yoksulluğunu farkederek, duyguları ele almakta, dürtü kuramının daha geliştirilmesine de yarayabilecek yeni bir kavramsal model önermektedir (Ardalı ve Erten 1999).

Kernberg'e göre, Freud'tan kalma bir alışkanlıkla psikanaliz topluluğu tarafından yalnızca içgüdülerin boşalım süreçleri olarak görülseler de, duygulanımlar, biyolojik içgüdüler ile psişik dürtüler arasında köprü görevi görürler. Kernberg, son yıllarda yapılan ampirik nöropsikolojik çalışmaları sonuçlarını da dikkate alarak duygulanımları, "belirli bilişsel özellikler, belirli yüz şekilleri; ödüllendiren, hoşla giden veya cezalandıran, itici gelen

belirli öznel deneyimler; kassal ve nörovegetatif boşalım kanalları içeren psikofizyolojik davranış kalıpları" olarak tanımlar. Ona göre belli bir ifadeye sahip yüz şekilleri, her bir duygulanımı, genel iletişim kanalları açısından bir diğerinden ayırır; ayrıca duygulanımların kökeninde onlara neden olan uyaranları "iyi" ve "kötü" diye gruplayan bilişsel bir yan bulunmaktadır. Böyle bir özellik bebeğe daha ilk günlerinden itibaren, bazı uyaranlardan kaçınma, bazılarıneysa yaklaşma güdülenmesi vermektedir.

Kernberg, bununla da kalmaz, duygulanımları "ilkel" ve "türev" olmak üzere ikiye ayırır: İlkel duygulanımlar, yaşamın ilk üç yılında kendilerini gösterirler; şiddetli ve global niteliktedirler; dağınık ve yeterince ayrışmamış bilişsel öğelere sahiptirler. Daha sonraki yıllarda, ilkel duygulanımların bilişsel etkilenmelerle değişmeleriyle ortaya çıkan türev duygulanımlar ise, daha karmaşıktırlar. Giderek iletişim modlarına ve yüz ifadelerine ege-men olmaya başlayan türev duygulanımlara emosyon (ilkel duygulanımdan daha yüksek bilişsel içerik taşır) ve duygu (feeling; emosyona göre bilişsel bakımdan daha yoğun, psikomotor ve nörovegetatif bakımdan daha az yoğun bir içeriktedir) adını verir. *"Kernberg'e göre erken duygulanım gelişimi, nesne ilişkilerine duygulanım belleği olarak sabitlenir. Erken dönem nesne ilişkilerinin duygulanım belleğini oluşturan cinsel heyecan ve öfke gibi duygulanımlar sonraki libido ve saldırganlık dürtülerinin ana düzenleyicileri olurlar. Duygulanımlar, dürtülerin ve en erken güdülenme sistemlerinin ana psikobiyolojik yapıtaşları olup, evrimin üst basamaklarındaki hiyerarşik dürtü sistemlerinin örgütlenmesine büyük katkıda bulunurlar. İçgüdüsel ve ilkel duygulanımsal iç-dünya yaşantıları, sosyal etkileşimler ile harmanlanıp, daha karmaşık duygulanımlara dönüşürler. Bu arada, bu duygulanımlar ile yüklü nesne-ilişki etkileşimleri fizyolojik bölgeleri de enerjize ederler. Bu sürecin son basamağında dürtüler oluşur"* (Ardalı ve Erten 1999).

Duygulanımları, yukarıda gördüğümüz gibi, "ilkel duygulanım", "emosyon" ve "duygu" olarak ayıran ve en ilkel halinde bile duygulanımların mutlaka bilişsel bir yanı olduğunu söyleyen Kernberg'in bu oldukça yeni ve verimli bakışının son katkısı, arzu'yu (wish; desire) duygulanım olarak saymasıdır. Özneyi nesneye doğru iten güç olan arzu, Kernberg'e göre, tek başına bir duygulanım türü

değil, duygulanım, içgüdü ve biliş üçlüsünün yarattığı bir üst-sentez yani dürtüdür.

Psikoanalizden gelen duygu alanındaki bu büyük katkının bir benzeri nöropsikolojide çalışan bir bilimciden, Antonio Damasio'dan (1999) gelmektedir.

Damasio, İnsan zihni'nin (mind) temel özelliğinin "simgeleştirme" olduğu fikrini savunmaktadır: *"Benim görüşüme göre bir zihin sahibi olmak, bir organizmanın, imgelere dönüşebilecek, düşünce denen süreçte yönlendirilebilecek; sonuçta da geleceğin tahmin edilmesine, buna göre plan yapılmasına ve bir sonraki eylemin yapılmasına yardım ederek davranışları oluşturan sinirsel temsilleri oluşturması anlamına gelir. İşte benim gördüğüm şekliyle nörobiyolojinin merkezi burada yer almaktadır: Bir sinir hücresi devresinde öğrenme sonucunda meydana gelen biyolojik değişikliklerden oluşan sinirsel temsillerin zihnimizde imgelere dönüşüm süreci; sinir hücresi devrelerindeki gözle görülemez mikro-yapısal değişikliklerin, kendimize ait olarak duyumsadığımız bir imge halini alan bir sinirsel temsile dönüşüm süreci"* (s.97-98).

Damasio'ya göre, akıl yürütmek ve karar vermek için gereken verisel bilgiler, zihne imgeler şeklinde gelir ancak imgeler zihinde, nesne ya da olayların veya sözcük ya da cümlelerin fotokopileri gibi depolanmazlar. İnsanın muhteşem algılama, bellek ve akıl yürütme etkinliklerini sağlayan şey, erken duyu kortekslerindeki sinirsel ateşleme modellerinin etkileşmesinden doğmaktadır. "Zihin" olarak adlandırdığımız fizyolojik işlevler ise, yalnızca beynin değil, beyinle beden ve çevre arasında sürüp giden yapısal ve işlevsel bir topluluğun türevidir. Sözü edilen sinirsel temsiller, erken duyusal kortekslerde meydana gelir ama erken duyusal korteksteki etkinlik için, sahne arkasında, kortekste ya da korteks-altı çekirdeklerde, bazal ganglionlarda, beyin sapında ve başka yerlerde işleyen karmaşık süreçlere gereksinim vardır. Yani beynin modern ve deneyimle güdülenen kesimlerindeki (neokorteks) devrelerin etkinliği, zihnin temeli olan imgelerin üretimi için şarttır ama beynin evrimsel bakımdan daha eski kesimleri (beyin sapı, hipotalamus) sağlam değilse ve işbirliği yapmazsa neokorteks imge üretemez.

İnsan beyninin daha ziyade genom tarafından belirlenen evrimsel bazda eski kesimlerinden ayrı

olarak zihnin imge üretim sürecinde, beyin dışında kalan bedenin yalnızca destek ve ayarlama hizmeti değil, temsiller için temel bir konu sağlaması gerekmektedir. Bunun başlıca nedeni, doğrudan doğruya varkalımla ilgilidir; beynin ve zihnin işlevlerinin amacı, çevreye uyum oluşturarak organizmanın hayatta kalmasını sağlamaksa, bunu başarmanın ilk yolu, doğuştan varolan devrelerle, bedendeki sistemlerin işleyişini denetleyebilmekten, yani organizmanın bütünlüğünü sağlayan biyolojik süreçlerin temsillerini oluşturmaktan geçmektedir.

Önceden düzenlenmiş mekanizmalar, yalnızca temel biyolojik düzen için önem taşımazlar; onlar organizmanın nesnelere varkalım açısından "iyi" ya da "kötü" diye sınıflandırması için de gereklidir. Bu açıdan "önceden düzenlenmiş mekanizmalar", nesne ilişkilerinin biyolojik temelini oluşturmaktadırlar ancak nesnelere "iyi" ya da "kötü" diye tanımlayabilmemiz, zihnimize organizmanın hayatta kalabilmesi için, doğuştan getirdiğimiz, önceden düzenlenmiş sinirsel temsil ağlarıyla, imge kaynaklarıyla mümkündür. Şüphesiz böyle doğuştan edinilmiş varkalım stratejileri, birçok hayvan türü için de geçerlidir ama bu işlev insanda evrimsel eski beyin tarafından yerine getirilemeyecek kadar karmaşıklaşmıştır. Amaç, insan için de biyolojik varlığın sürekliliğini sağlayabilmektir ama etik kurallar ve toplumsal geleneklerle, yeni beynin koordinasyonunu üstlendiği imgeye dayalı (zihinsel) etkinliklerle zenginleşmiştir (Göka 1999b).

Damasio, tıpkı Kernberg gibi, nesnelere ve yaşantıları "iyi" ya da "kötü" diye ayırd etmemiz gerektiğinin varoluşsal bir zorunluluk olduğunu düşünmektedir ama onun Kernberg'le olan benzerliği burada bitmemekte, duygulanımların işlevsel rolleri konusunda, farklı bir kavramsallaştırmaya başvursa da, Kernberg'le aynı şeyleri söylemektedir. Damasio'ya göre, zihnin imgesel üretimi için ussallığın yer aldığı neokortikal donanımın ve korteks-altı biyolojik düzenleme donanımının işbirliği zorunludur ama bu işbirliği için bir de aracıya gereksinim vardır. Bu aracı, duygu ve hislerden başkası değildir. Kernberg'te duygulanımlar, biyolojik içgüdüler ile psikik dürtüler arasında aracıken Damasio'da neokorteksle, korteks-altı arasında aracılık yapmaktadırlar.

Damasio, Kernberg'ten oldukça farklı bir kavramlaştırma tercih etmekte; örneğin duyguyu

(emotion) "çoğunlukla belirli bir zihinsel içerik tarafından harekete geçirilen, hem beyinde hem de bedende meydana gelen değişiklikler kümesi", hissi (feeling) ise bu değişikliklerin algılanması olarak görmektedir. Eğer bir duygu, belli bir beyin sistemini harekete geçirmiş olan belirli zihinsel imgelerle bağlantılı beden halindeki bir dizi değişiklikse, bir duyguyu hissetmenin esası, bu değişikliklerin döngüyü başlatan imgelerle yan yana olarak yaşanması deneyimidir. Damasio da tıpkı Kernberg gibi duyguları "birincil" ve "ikincil" olmak üzere ikiye ayırır ve onları Kernberg'ten çok daha ayrıntılı biçimde ele alır ve bedenin işleyişiyle birleştirerek kurama muhteşem bir katkı sağlar:

Ona göre birincil adını verdiği duygular, başrollerde amigdal ve ön singulat'ın bulunduğu limbik sistem devrelerine dayanmaktadır. *"Ne var ki birincil duygular mekanizması, duygusal davranışlar yelpazesini tümüyle betimlemeye yetmez. Elbette ki bunlar, temel mekanizmadır. Ancak bireyin gelişimi açısından bakıldığında, bence, bunların ardından, hissetmeye ve bir yandan nesne ve durum kategorileri, diğer yandan da birincil duygular arasında sistematik bağlantılar kurmaya başladığımız andan itibaren ikincil duygular ortaya çıkar. Limbik sistemdeki yapılar bu ikincil duygular sürecini desteklemek için yeterli değildir. Ağ genişlemeli, prefrontal ve somatik-duygusal korteksleri de içine almalıdır. İkincil duygular için gerekli olan, sonradan edinilmiş prefrontal temsiller, birincil duygular için gereken ve doğuştan varolan yönlendirici temsillerden çok farklıdır. Ancak ikincilin kendini ifade edebilmesi için birincile gereksinim vardır"* (s.140).

Damasio, duygulara benzer biçimde hisleri de bazı bölümlere ayırır; mutluluk, üzüntü, öfke, korku ve tikslenme ona göre temel evrensel duygularla ilgili hislerdir ve önceden düzenlenmiş, doğuştan getirilen beden hali tepkisinin profiline karşılık gelirler. *"İkinci bir his çeşidi ise yukarıdaki beş duygunun ince çeşitlemeleri olan duygulara dayanır: Aşırı canlılık (öfori) ve haz (ekstaz) mutluluğun çeşitlemeleri; melankoli ve isteksizlik, üzüntünün çeşitlemeleri; panik ve utanma da korkunun çeşitlemeleridir. Bilişsel halin daha ince nüansları, duygusal beden halinin daha ince çeşitlemeleriyle bağlantılı olduğunda, bu ikinci tür hisler, deneyimlerle ayarlanır. Giriş bir bilişsel içerikle, önceden düzenlenmiş beden hali profiline çeşitlemesi arasındaki bağlantı, bize pişmanlık, mahcupiyet, intikam gibi duygu nüanslarını yaşatır"* (s.155).

Damasio, bu temel ve karmaşık hislerden ayrı olarak, bir de duygusal hallerden değil de arka plandaki beden hallerinden kaynaklanan, duygular arasında hüküm süren beden hallerine karşılık gelen, "kendini nasıl hissediyorsun?" sorusuna yanıt verebilmemizi sağlayan "arka plan hisleri"nden bahseder. Arka plan hissi, bedenimizin duygular tarafından sarsılmadan önceki halinin bizdeki imgesidir. *"Normal şartlar altında, beden halinin çok az bir kısmının bilinç düzeyinde görüldüğüne inananlar, bir daha düşünseler iyi olur. Bedenimizin her yerinin her an farkında olmadığımız doğrudur, çünkü görme, işitme ya da dokunma yoluyla edindiğimiz dış olayların temsilleri ve içsel olarak yarattığımız imgeler, bedenimizin sürekli ve kesintisiz temsilinden dikkatimizi etkili biçimde çeler. Ne var ki dikkatimizin genellikle çevreye uyumlu davranış için gerekli olan başka yerlerde yoğunlaşması, beden temsilinin olmadığı anlamına gelmez; çünkü en küçük bir acı ya da rahatsızlık bile bir anda dikkatinizin tekrar oraya yönelmesi için yeterlidir. Arka plandaki beden duyumu sürekli ama pek farkına varılmayabilir; çünkü bedendeki herhangi bir şeyin belirli bir bölümünü değil, içindeki hemen hemen her şeyin genel halini yansıtır"* (s.158). Hangi türü olursa olsun hisler, bedenimizi hatırlamamızı sağlar; bedenimizde olup bitenin bir anlık görüntüsünü, başka nesne ve durumların imgeleriyle yan yana gelmiş halde sunar ve bu arada diğer imgelere iyilik kötülük, zevk ya da acı niteliği verir. Damasio, bu özelliği nedeniyle hislere ayrıcalıklı bir konum verir. Ona göre, hisler bedenle kopartılması olanaksız bağları yüzünden zihinsel yaşamımızda egemen durumdadırlar. Beyin, bedenini eli kolu bağlı izleyicisi olduğu için hisler galip gelen taraftır. *"İlk önce gelen, sonradan gelene bir referans oluşturduğu için de, beyinin geri kalan kısmı ile bilişin nasıl çalışacağı konusunda hislerin söz hakkı vardır; etkileri muazzamdır"* (s.165).

Sonuç

Psikiyatride ve psikolojide, duyguları ifade eden yalın bir kuram olmamakla birlikte, "psikopatoloji" alanında birçok tanı ve tedavi girişimi yapılmakta; "felsefe "yapmak"tan kaçınılmaya çalışılırken, ilkel bir felsefenin ve popüler bakışın içine düşülmektedir. Örneğin klinik uygulamada, birçok klinisyen duyguları ve hisleri, popüler görüşlerin etkisiyle, genellikle korteks-altındaki yapıların ürettiği oluşumlar olarak görmekte, dolayısıyla küçümseyerek, onları kortikal düşünsel üretimlerin karşısına koymakta; bir "duygu-mantık karşıtlığı" yaratarak kendilerini onlardan birinin yanına taraftar olarak yerleştirmektedirler. Biyolojik yaklaşım yanlıları daha çok mantıklı düşünce üreticisi korteksin yanında yer alırlarken, sözüm ona duyguların önemini bilen psikososyal yaklaşım yanlıları duygulardan ve gündelik yaşam içinde onların ifade edilmelerinden yana tavır koymaktadırlar. Neresinden bakılırsa bakılsın bu tablo komiktir.

Oysa Kernberg ve Damasio gibi gerçek bilim üreticileri, felsefi eleştirilerden yararlanarak ve popüler bilgiye boyun eğmeyerek kuram oluşturma yoluna gitmekte, duygu ve düşüncenin gerçekte ne olduklarını enine boyuna soruşturmaya çalışmaktadırlar. Onların felsefedeki Descartesçiliğe karşı yeni gelişen akımla (De Sousa 1991, Johnson-Laird ve Oatley 1992) tam bir uyum içinde olan fikirleri, "duygu" konusuna bakışımızdaki sığılığı gidermeye aday oldukları gibi, psikopatoloji anlayışımıza ve psikoterapiyi ele alışımıza da oldukça katkı sağlayacak niteliktedir. İçinde yaşadığımız komik durumu aşmak ve trajediye dönüşmesini önlemek istiyorsak, bir an önce yeni seslere kulak vermek ve bilimsel yöntem konusunda enine boyuna düşünmek zorundayız.

KAYNAKLAR

- Ardalı C, Erten Y (1999) Psikanalizden Dinamik Psikoteraplere. İstanbul, Alfa Yayınları, s.102-106.
- Damasio A (1999) Descartes'in Yanılgısı. İstanbul, Varlık Yayınları, s.91-165.
- De Sousa R (1991) The Rationality of Emotion. Cambridge, MA, MIT Press.
- Göka E (1999a) Bilimlerin Vicdanı Psikiyatri. Ankara, Ütopya Yayınları.
- Göka E (1999b) Bir semptom florası ve dil olarak beden. Türkiye Klinikleri Psikiyatri Dergisi, 1(1):7-18.
- Heidegger M (1962) Being and Time. J Macquarrie, E Robinson (Çev), Oxford, Basic Blackwell, s.172-182.
- Johnson-Laird PN, Oatley K (1992) Basic emotions, rationality, and folk theory. Cognition and Emotion, 6:201-223.
- Kaufmann W (1997) İnsanı Anlama(ma)k. 2. Cilt. A Yardımlı (Çev), İstanbul, İdea Yayınları, s.31.
- Philips A (1996) Öpüşme, Gıdıklanma ve Sıkılma Üzerine. F Taşkent (Çev), İstanbul, Ayrıntı Yayınları, s.67-68.