



KKTC
YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BÖLÜMÜ

TEKNOLOJİNİN İNSAN RUH SAĞLIĞINA ETKİLERİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan
Erbay SANCAK

Danışman
Doç. Dr. Aydın ANKAY

Lefkoşa – 2004

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü'ne;

Erbay Sancak tarafından hazırlanan “Teknolojinin İnsan Ruh Sağlığına Etkileri” adlı çalışma jürimiz tarafından Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Başkan: Doç. Dr. Halil Aytekin.

Üye: Doç. Dr. Aydın Ankay.

Üye: Dr. Müge Beidoğlu.

Onay;

Ön sayfadaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Doç.Dr.Ahmet Pehlivan
Eğitim Bilimleri Enstitüsü
Müdür Yardımcısı

ÖNSÖZ

Bu araştırma, genelde davranış bilimleri üzerinde çalışan kişilerin, özelde ise psikolojik danışmanların aşırı teknolojiden dolayı insan ruh sağlığının nasıl etkilendiğine, insan davranışlarının geçmişten günümüze geçirdiği değişikliklere dikkatlerini çekmek ve aşırı teknolojiden dolayı zor durumda kalan insana yardım edilebilmesini sağlamak için yapıldı.

Bu araştırmanın gerçekleşmesinde hiçbir yardımı esirgemeyen danışmanım, sayın Doç. Dr. Aydın Ankar'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım. Araştırmanın yapılması aşamasında gösterdiği sabır, anlayış ve yardımlardan dolayı eşim Fatma Sancak'a ve bu çalışma süresi boyunca ona ilgi gösteremediğim zamanlarda beni sabırla bekleyen oğlum Ahmet Sancak'a, ihtiyaç duyulan düzeyde teşvik edici yaklaşımları ve yardımlarından dolayı sayın Yücel Yazgın'a, sayın Doç. Dr. Halil Aytekin'e, sayın Dr. Müge Beidoğlu'na, sayın Dr. Kemal A. Batman'a, sayın Dr. Osman Cankoy'a, sayın Dr. İsmail E. Özatenç'e ve sayın Mustafa Anlar'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

İÇİNDEKİLER

	<u>Sayfa</u>
ONAY.....	i
ÖNSÖZ.....	ii
İÇİNDEKİLER.....	iii
ÖZET.....	v
ABSTRACT.....	vii

BÖLÜM I. GİRİŞ

1.1. Çalışmanın Amacı.....	1
1.2. Çalışmanın Önemi.....	2
1.3. Sınırlılıklar.....	3
1.4. Çalışma ile İlgili Kavram ve Terimler.....	3

BÖLÜM II. KURAMSAL TEMELLER VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Teknoloji ve Ruh Sağlığı.....	4
2.2. Ruh Sağlığı.....	8
2.3. Aşırı Yarışma, Saldırganlık ve Şiddet.....	12
2.3.1.İnsan Doğasında Aşırı Yarışma Ve Şiddet.....	12
2.3.2.Terör, Şiddet ve Savaş.....	19
2.4. Aşırı Uyarılma.....	25
2.5. Aşırı Bireyselleşme, Özgürlük ve Yalnızlık.....	31
2.5.1.Yalnızlık ve Soyutlanma.....	31
2.5.2.Psikoterapi Gereksinimi.....	34
2.6. Maddeye Tapma, Bencillik ve Mutluluk.....	37
2.7. Boşanma	43
2.8. Suç.....	47
2.9. Uyuşturucu Bağımlılığı.....	55

2.10. Depresyon ve İntihar.....	61
2.11. Çevre Sorunları.....	67
2.12. İlgili Araştırmalar.....	71
BÖLÜM III. YÖNTEM	
3.1. Araştırmanın Yöntemi.....	73
BÖLÜM IV. SONUÇ VE ÖNERİLER	
4.1. Sonuç.....	74
4.2. Öneriler.....	75
KAYNAKLAR.....	78

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, teknolojinin hızla artması sonucunda, insan ruh sağlığının ve davranışlarının bundan nasıl etkilendiğini ortaya çıkarmaktır.

Bu çalışmada, kaynak tarama yöntemi kullanılmış, bu nedenle araştırma kullanılan kaynaklara dayanılarak yürütülmüştür.

Yapılan bu araştırma, insan doğasının temelde iyi olduğunu ortaya koymuştur. Ancak teknolojinin hızla artmasına bağlı olarak insan yaşadığı çevrede yapay bir dünya yaratmıştır. Bu yarattığı dünyada aşırı yarışmacı bir tutum içerisine girerek daha fazlaya sahip olma isteğini doğurmuştur. Bu isteklerini karşılamak için de gün geçtikçe teknolojinin çarkını daha hızlı döndürmeye başlamış ve tüketilen teknolojinin yerini kendisini tüketen teknolojiye kaptırmıştır. İnsanın kendi eliyle yarattığı bu dünya, onun daha fazla uyarılmasına neden olmuş ve kendi uyaranlarını yaratamaz duruma gelmiştir. Bu durum, onu etken insan olmaktan çıkarıp edilgen insan durumuna sokmuştur. Günümüzde örgütlenmiş toplumlar içerisinde ana malcılık ilkesine göre yaşamaya başlayan insan kendi liderlerinin etkenliği yönünde edilgen bir yaşamla başbaşa kalmıştır.

Aşırı yarışmacılık, toplumlar arasında savaflara neden olmaktadır. Canlı doğasında ise tür – içi böylesine bir yıkıcı saldırganlığa rastlamak mümkün değildir. Çünkü her canlı, türünün devamlılığı için varlığını sürdürmektedir. Ancak insandaki yumuşak saldırganlığın yerini teknolojinin hızla artmasına bağlı olarak yıkıcı saldırganlığa da dönüşmesi, onu tür – içi yok etme davranışlarına itmektedir. Teknoloji sadece toplumlar arasında devam eden savaflara neden olmamakta, aynı zamanda aynı toplum içerisinde yaşayan bireyler arasında da olumsuzluklarını göstermektedir.

İnsanın doğal (biyolojik) yönüyle, sosyal yönü arasındaki dengelerin hızla artan teknoloji sayesinde bozulması onu doğal olmayan davranışlara sürüklemiştir. Gün geçtikçe mutluluğu uyuşturucu kullanmada arayan insanlarda artışlar olmaktadır. Boşanmalar artmıştır, yani toplumun yapısını oluşturan aile ortamları da olumsuz etkilenmiştir. İnsanlar giderek bencilleşmektedir. Metropolitan şehirlerde suç oranlarında artışlar olmaktadır, intiharlar artmaktadır. Depresyon yaşamın bir parçası gibi oldu. Halbuki, bu saydıklarımıza ilkel toplumlarda rastlanmamaktadır. Bu durum, insanın temelde iyi olduğunu gösterir. Yine de tüm bu olumsuzluklara rağmen bunlardan (olumsuzluklardan) beslenen insanların olması insan yaşamının ne kadar çelişik bir duruma geldiğini göstermektedir.

Canlılar içerisinde, insanı diğer canlılardan ayıran önemli özelliklerinden biri de yarını düşünüp plan yapabilme özelliğidir. Bu özelliğinden dolayı insanın olumsuzlukları önceden kestirip yaşamından uzak tutması imkansız değildir.

ABSTRACT

The aim of this study was to put forward how the human mental health and the human behavior is affected by rapid development of technology.

This study consists of the references shown in the reference part.

In this study, reference – searching method is used.

This study has put forward that basically human beings are mentally healthy and well behaved. However, because of the rapid development of technology human beings have created an artificial world in their environment. In this created world, they have entered in a big competition of getting more and having more of everything. To achieve these longings day after day, human beings have started to turn wheel of the developing technology faster, and because of this instead of being consumed, highly developed technology started to consume the human beings. This artificial world of human beings, made them over – stimulated and this over – stimulation prevented human beings from creating their own stimuli. All of the above reasons have made active human beings passive. Nowadays, human beings who have started to live in organized communities under capitalist principle, are living passively directed by their active leaders.

Over – competition among communities gives rise to wars. In the nature of living things there is no such kind of destructive aggression among the same kind of species because the life of every living thing is important for the existence of their own species. Technology not only gives rise to wars among different communities but it also gives rise to many problems among the members of the same community.

Unnatural behaviors started to occur among the human beings because highly developed technology destroyed the balance between the natural life and social life of human beings. Day after day, the number of people looking for happiness in drugs increased. The number of divorces increased. That is, families are negatively affected from highly – developed technology. Human beings became more selfish. The number of crimes and suicides increased in metropolitan cities. Depression became as a part of daily life. None of the above problems were in the life of primitive men. However, existence of human beings who took advantage of all these problems shows a big conflict in life for human beings.

The one of the most important difference between human beings and other living things is their ability of thinking about future and making plans. Because of this ability human beings can see approaching problems and have the power to keep them away of their own lives.

BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1. ARAŞTIRMANIN AMACI

İnsanlar, günümüz dünyasında yarattıkları teknolojinin rahatlığını yaşadıklarını iddia ederken çağdaş yaşamın altında bunalıyorlar ve giderek ruh sağlıkları olumsuz yönde etkileniyor. Teknolojinin yarattığı beton yığınları arasında doğal yerleşim alanlarından ve doğal koşullardan uzaklaşarak kendileri için hiç de doğal olmayan davranışlara yöneliyorlar. Unutulmamalı ki, insan sosyal bir varlık olduğu kadar doğal (biyolojik) bir varlıktır da. Teknolojinin hızla ilerlemesi ve artması olumsuz koşullarını da beraberinde getirerek insanın sosyal ve doğal yönleri arasında dengesizlikler yaratmaktadır. Bu dengesizlikler, insan ruh sağlığını olumsuz yönde etkilemektedir.

Bu araştırmanın amacı, tüketen teknolojinin artmasıyla insanın sosyal ve doğal dengesinin bozulduğuna bundan dolayı da insanın ruh sağlığının olumsuz etkilendiğine dikkat çekmektir.

1.2 ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Psikolojik danışmanlar, danışanlarına yardımcı olabilmek için çeşitli danışma kuramlarından ve tekniklerinden faydalanmaktadırlar. Ancak, temelde en iyi yardımı verebilmek insan doğasına olumlu bakmaktan geçer. İnsan doğasına olumlu bakmak onun doğasını iyi bilmekle gerçekleşebilir. Bu araştırma, gerçekte insan doğasının iyi olduğunu ortaya koymak için yapılmıştır. Bunu fark etmek ve bilmek insanın sorunlarını aşmak için öncelikli koşuldur.

Tüketen teknolojinin hızla artması, insanın doğal yapısını giderek bozmakta ve ruh sağlığını olumsuz etkilemektedir. Tıpkı, koruyucu saldırganlığın günümüzde yıkıcı saldırganlığa da dönüşmesi örneğinde olduğu gibi. İnsan doğası normalde iyidir. Onu bu doğal yapısının dışına iten, kendi yarattığı birçok olumsuz belirleyiciden kaynaklanmaktadır. Bu olumsuz belirleyiciler insanı birçok sorunla boğuşmak zorunda bırakmaktadır. Bu sorunlar, aşırı yarışma ve şiddet, aşırı bireycilik ve yalnızlık, bencillik, boşanma, uyuşturucu bağımlılığı, depresyon ve intihara sürükleyen olumsuzluklar, aile içi iletişimin azalması gibi sorunlardır ve bunlar insanın yaşamındaki gerçeklerdir. Bu gerçekler karşısında, gün geçtikçe insan daha çok yardıma ihtiyaç duymaktadır. Bilindiği üzere psikolojik danışmanlık ve rehberliğin amacı da yukarıda sıralanan sorunlar karşısında ruh sağlığı bozulan insana yardımcı olmaktır.

Bu araştırmanın bir diğer önemi de, tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde (KKTC) de yukarıdaki sorunların ve benzeri sorunların asgari düzeye çekilmesi, ortadan kaldırılması, veya ortaya çıkmasını engellemek için eğitim kurumlarında iyi bir psiko-pedagojik yaklaşımın bilinçli bir şekilde ciddiyetle ele alınmasına yardımcı olmaktır.

1.3 SINIRLILIKLAR

Bu araştırma, kaynakçalar kısmında gösterilen kaynaklarla sınırlı olup teknolojinin, insan ruh sağlığı üzerindeki olumsuz etkileri göz önünde bulundurularak yapılmıştır.

1.4 ÇALIŞMA İLE İLGİLİ KAVRAM VE TERİMLER

1. *Teknoloji*: İnsan yeteneklerini suni yollarla geliştirme.
2. *Ruh sağlığı*: Kişinin kendisi ve çevresiyle uyum içinde olması.
3. *Etken*: Etki yapan, etkileyen.
4. *Edilgen*: Etkilenen, etken olmayan.
5. *Nörogliyal*: Beyin sinir hücrelerinin beslenmesi ve bakımında rol oynayan temel destek hücreleri.
6. *Saldırganlık*: Öfke, düşmanlık, rekabet, engellenme, korku gibi durumlardan kaynaklanan ve karşısındakine zarar vermeyi, onu durdurmayı, ona engel olmayı, ya da kendini korumayı hedefleyen fiziksel, sözel veya sembolik her türlü davranış.
7. *Şiddet*: Düşmanlık ve öfke duygularının, kişilere veya nesnelere yönelik fiili, yıkıcı fiziksel zor yoluyla dile getirilmesi, saldırganlığın özgürlüğü.

BÖLÜM II

KURAMSAL TEMELLER VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. TEKNOLOJİ VE RUH SAĞLIĞI

Teknoloji, iki tür anlam ifade eder. Birincisi, alet veya kullanılan şey anlamındadır. İkincisi, bu aletlerin yapımı için gerekli olan beceri ve süreçleri ifade eder. Geniş anlamdaki kullanış biçimine (birinci anlamına) göre, örneğin, bir tarak veya bilgisayarlar teknolojiyi ifade eder. İkinci anlamı ise, bilgisayarın toplum ve insanlar için kabul görüp benimsenmesine kadar olan bir süreci içerir. Diğer bir deyimle, teknoloji, insan yeteneklerini suni yollarla geliştirmedir.

Toplumsal değişimde önemli bir kaynak teknolojidir. Çevreye bir göz atıldığı zaman teknolojinin yarattığı değişimler kolaylıkla görülebilir. Örneğin, otomobiller, gemiler, uçaklar, mutfak eşyaları, televizyon önemli birer teknolojik değişme kaynağıdır. Teknoloji, insanın doğayı denetlemesini olanaklı kıldığı gibi insan ilişkilerini de etkiler. Teknoloji, değişimin itici gücüdür. Teknolojik icatlar toplumdaki bilgi birikiminin gelişimine bağlı olarak ortaya çıkarlar. Bu nedenle gelişmiş toplumlarda teknolojik ilerlemeler daha hızlı bir biçimde gerçekleşir (Özkalp, 2001:139).

Teknolojinin insan yeteneklerini suni yollarla geliştirmesi ve toplumsal değişimde önemli bir rol oynaması ile insanın yaşadığı çevrede nicel bir artışa yol açtığı gerçektir. Ancak bu nicel artışın aynı oranda nitel artışı sağladığını söylemek pek doğru olmasa gerek. Teknolojinin hızlı bir şekilde artışı insanın içgüdülerinin fazla bir çaba harcamadan rahatça doyurulmasına, bir sonraki isteklerinin erkene alınmasına neden olmaktadır. Bu isteklere, teknolojiyi kullanarak ulaşmak kolaylaşmıştır, buna bağlı olarak gündelik yaşamın beklentileri artmış, bu da insanın stresinin normallerin dışına taşmasına ve mutsuz olmasına sebep olmuştur.

Bir başka deyişle, teknolojinin hızla gelişmesi insanların mutluluğunu etkilemiştir. İlk çağlarda, bazı felsefecilerin yaklaşımları ise şöyle olmuştur.

Kynism öğretisinin kurucusu Antisthenes (444-368) ve Stoa öğretisinin kurucusu Kıbrıslı Zenon (336-264) uygarlığın, insanları erdemden uzaklaştırdığı görüşünün öncüleri sayılırlar. Daha sonra temelini Tunuslu sosyolog İbni Haldun'dan alan ve J.J. Rousseau ile sürdüren yaklaşıma göre, uygarlığın ilerlemesi insanların mutsuzluğunu artırmıştır. Bu yaklaşımın çağdaş temsilcileri Freud, E. Fromm, H. Marcuse, A. Toffler, B. Russel, M. Duverger ve kimi varoluşçu düşünürlerdir (Ankay, 1998:19). Araştırmacı, bu kişilerin ortaya koyduğu görüşlere ileriki konu başlıkları altında yer verecektir.

Teknoloji, insan yeteneklerini yapay olarak geliştirirken insanın, fiziki çevresinde birçok değişimler yaratmıştır. Artık bir yerden bir yere gitmek için harcanan zaman daha da kısalmıştır. Ulaşım otomobiller, uçaklar, gemiler v.b gibi araçlarla daha kolay olmaktadır. Bilgisayar - internet sayesinde bilgiye daha çabuk ulaşmakta, internetle banka işlemlerini halledebilmekte, hatta alış veriş bile yapılabilmektedir. Ancak tüm bunlar olurken teknolojinin, insan temel ihtiyaçları dışında hoyratça ve yarışmacı bir şekilde üretilmesi ve kullanılması sosyal ve biyolojik bir varlık olan insanın ruh sağlığını nasıl etkilemektedir?

Ünlü psikanalistlerden Karen Horney, “Çağımızın Nevrotik Kişiliği” adlı kitabında, olaya insan ruh sağlığı açısından bakmış ve teknolojinin olumsuzluklarını, doğanın kirlenmesi, aşırı yarışma, savaş histerisi, manevi değerlerin aşınması, aşırı uyarılma, hızlı değişmelere uyamama, yalnızlık, yabancılaşıma, her şeyi parayla ölçme, teknolojiye bağlı hastalıklardan sayılan kanser, kalp ve damar hastalıklarında hızlı artış, ahlaki değerlerin alt-üst olması, akıl hastalıklarının, intiharların, suçların, boşanmaların, uyuşturucu bağımlılığının artması olarak ortaya koymuştur (Ankay, 1998:25).

Yine ünlü bir bilim adamı olan Toffler, teknolojinin alternatifinin “bir lokma bir hırka” olmadığını da şöyle ifade etmektedir:

“Teknolojik ilerlemenin düğmesini kapatamayız. Kapatmamalıyız. ‘Doğaya dönmekten’ ancak romantik aptallar söz edebilir. Doğaya dönmek demek, bebeklerin siskalaşması, en ilkel tıbbi bakımın bile yokluğu nedeniyle ölmeleri, kötü beslenme dolayısıyla beyin yapılarını geliştirememeleri demektir.... Öte yandan, yeni teknolojiyi aptalca ve bencilce kullandığımız da doğrudur. Teknolojinin ekonomik yararlarını bir an önce elde etmek telaşı içinde, çevremizi fiziksel ve sosyal bir yangın yerine çevirmişizdir.” (Toffler; akt; Ankay, 1998:20).

Teknolojik gelişmenin birçok faydası oldu elbet; hastalıklara çare bulundu, yolculuk süresi kısaldı v.b. Ancak, sadece fiziksel çevre değil, sosyal çevre, aile yapısı ve kişisel özerklik teknolojik gelişmelerden olumsuz etkilendi. Teknolojiye karşı çıkanların tezi teknolojik gelişme değildir. Karşı oldukları teknolojik gelişmenin her türlü derde deva olduğu yutturmacasıdır. Teknolojik gelişmenin her alanda ilerleme sağlamadığı da ortadadır. Örneğin, teknolojisi en gelişmiş ülke olan Amerika Birleşik Devletleri’ne eğitim için harcanan para 1960’lı yıllardan beri iki katına çıkarılmış olmasına rağmen, yapılan genel testler öğrencilerin daha çok öğrenmediğini ortaya koyuyor. Türkiye’de bankalarda müthiş bir otomasyon var ama bankaya girince eskisinden daha çabuk çıkılmıyor. Teknoloji, öncelikle insanda acizlik ve bağımlılık duygusu yaratıyor. İnsan kendi eliyle yarattığı bu düzenin esiri haline geldi. Modernleşme kişisel özgürlük ve sorumluluk duygusuna da ket vurdu. Sürekli körüklenen tüketim alışkanlığı yüzünden insanlar daha çok para kazanmak zorunda. Yapmak istediği işi seçebilen, içindeki yaratıcı güce yön verebilen insan sayısı çok az. Akılcı olan insanın hedeflediği ürünü elde ettikten sonra işe son vermesidir. Ancak tüketim toplumunda neredeyse her gün teknoloji harikası yeni bir ürün çıkıyor piyasaya. Bu ürünleri satın almaya özendirilen insanlar ömür boyu taksit ödüyorlar. Bu taksitleri ödemek için daha çok çalışmaları gerekiyor tabii. Teknolojinin olumsuz etkilediği kurumlardan biri de aile oldu. Aileyi geçindirmek için daha çok para kazanmak zorunda olan anne babalar, çocuklarına yeterince vakit ayıramıyor. Halbuki, teknolojik gelişmeye tapanlar yıllarca “bu gelişmeler insanın kendine ve sevdiklerine daha çok zaman ayırmasına yarayacak” deyip durdular. Ama durum tam tersi oldu. Teknolojiye hayranlığın hat safhada olduğu dönemlerde, bazı ünlü hanımlar konuklarına modern olmak adına,

taze sebze ve meyve ikram etmek yerine dondurulmuş yiyecekler ikram etmeyi tercih ediyorlardı. Türkiye Cumhuriyeti'nin eski cumhurbaşkanlarında Turgut Özal, İstanbul'da bir gezisi sırasında kendisine gösterilen betonarme yapılar için kalkınmanın işareti demişti (Radikal eki,1996:6).

Yukarıdaki açıklamalar ışığında, teknolojinin ancak insandaki sosyal ve doğal yapısı arasındaki dengenin bozulmaması halinde fayda sağlayacağı, aksi halde insanın yaşamının birçok alanında olumsuz etkiler yaratacağı ve buna bağlı olarak da ruh sağlığının bozulacağıdır. Teknolojinin yarattığı yapay dünyada insan, aşırı hızlı değişmelere ayak uyduramaz oldu. Aşırı uyarılmaların etkisi altında kalıyor. Aşırı bireyselleşmeye ve yalnızlığa sürükleniyor. Aşırı yarışmacılığa ve şiddete yöneliyor. Bencilleşiyor, saldırganlaşıyor, çevre sorunlarıyla karşı karşıya kalıyor. Suç oranlarında, boşanmalarda, uyuşturucu bağımlılığında, intiharlarda gün geçtikçe artışlar oluyor.

2.2 RUH SAĞLIĞI

Dünya Sağlık Örgütüne (WHO) göre ruh sağlığı, kişinin kendisiyle ve çevresiyle uyum içinde olmasıdır. Freud'a göre ise, sevmek ve çalışmaktır. Ve sadece ilkel insanın ruh sağlığı yerindedir. Çağdaş insan güdülerini yitirmenin, başka deyişle doğaya yabancılaşmanın ve doğadan uzaklaşmanın bedelini ödemekte, bu bedel davranış bozuklukları olmaktadır (Ankay, 1998:11)

Kesin bir ölçüt olmamakla birlikte, iyi bir ruh sağlığının genel nitelikleri şunlardır: Gerçekçi bir algılama ve mücadele gücü (haz ilkesinden uzaklaşma), kendini olduğu gibi kabul etme (normal bir dilek düzeyi), güvenlik duygusu, alma ile verme arasında denge kurma, yanılgılarını tekrarlamama (antisosyal tipler buna uymazlar), sevgi ve saldırganlığı olumlu alanlara yöneltmektir (Ankay, 1998:11)

Özel nitelikleri arasında ise, düş gücünde artma ya da azalma, karabasanlar ve korkulu rüyalar, uykusuzluk (uykusuzluk "insomnia", aşırı uyku "hipersomnia"), iştahsızlık ve yaşamdan zevk almama (ya da bunların tersi), sürekli suçluluk ve aşağılık duyguları (ya da tersi), bazı şeylerden korkma (ölüm, hayvan, yükseklik), harekette azalma veya artma, aşırı yorgunluk (ya da tersi), yemek yememe (Anoreksia) ya da aşırı yemek yeme krizleri (Bulimia) görülür (Ankay, 1998:11).

Bireyin, bir yönden kendisiyle, başka bir deyişle iç benliği, iç dünyasıyla, bir yönden çevresini oluşturan diğer kişiler ve toplumla barış içinde olması, sürekli denge ve uyum sağlayabilmesi için durağan olmayan, devamlı değişen ve yenilenen ruhsal işlevlere gerek vardır. Başka bir deyişle, ruh sağlığı devamlı bir sürecin ürünüdür.

Ruhsal bakımdan sağlıklı bir insanın özelliklerini saymak, ruh sağlığının ölçütlerini sıralamak olanağı yoktur. Birçok yakınma ya da belirtinin ruhsal bozukluk sınırı içinde olduğunu söylemek oldukça güçtür. Yakınma ve belirtilerin ruhsal bozukluk olup olmaması, bunların süresi, şiddeti, ortaya çıktığı çevre,

toplum, kültür ortamı, kişilik gelişmesi içindeki yeri, kişinin olanak ve yetenekleri, gerçekte bağlantısı, denge ve uyumunu bozup bozmaması gibi birçok değişkene göre değerlendirilir. Yaşam boyu kaygı, üzüntü, sıkıntı, korku, öfke, aşırı öfke, ilgisizlik, kıskançlık, coşkunluk duymayan ve bunlara bağlı olarak değişik ve çeşitli davranışları olmayan insan düşünülemez. Ancak, bu duygulardan biri uzun sürerse, ya da çok şiddetli olursa ruh sağlığını bozan bir nitelik kazandığı söylenebilir. Aynı biçimde haz ve sevinç yaratan bir çevrede kaygılanan, elem veren bir ortamda sevinç ve neşe duyan, ufak engeller karşısında çocukça öfke gösteren, kendi yarattığı gerçek dışı düşlerden çocuk gibi korkan kişiden ruh sağlığı açısından kuşku duyulmalıdır (Köknel, 1999:1-2)

Ruh sağlığıyla ilgili sorunlar bütün yaşam boyu vardır. Doğum öncesinde, bebeklikte çocuklukta, gençlikte, evlenme ve aile içi ilişkilerde, gebelikte, doğumda, orta yaşta, yaşlılıkta, ruh sağlığı alanı içine giren değişik sorunlarla karşılaşılır.

Ruh sağlığının, üç değişik amaca yönelik uğraşı alanı vardır:

a- İnsanın içinde yaşadığı çevre ve toplum içinde mutlu, uyumlu ve başarılı olmasını sağlamak.

b- Ruhsal dengesizlik, bozukluk ve hastalıkların oluşunu önlemek. Başka bir deyişle bireyi, aileyi ve toplumu ruhsal hastalıklardan korumak.

c- Ruhsal dengesizliklerin, bozuklukların ve hastalıkların tedavisinde yardımcı olmak. Bireyi kendine ve topluma yeniden kazandırmak.

İnsanın bedensel ve ruhsal bakımdan sağlıklı olmasında doğduğu, geliştiği, yaşadığı doğal ve toplumsal çevrenin büyük etkisi vardır (Köknel, 1999:5).

Bilindiği gibi, doğa-insan arasındaki ilişki, çelişki teknolojiyi yaratmıştır. İnsanın varolduğu andan günümüze dek teknolojik gelişmeyi sağlayan güç, insanla

doğa arasındaki çatışmadan, savaştan kaynaklanmıştır. İçinde yaşadığı doğa parçasının hava ve yer küresine ilişkin değişmelere uyum sağlamak isteyen insan, yine içinde yaşadığı doğa parçasının olanaklarından yararlanarak beslenmesini, korunmasını sağlamıştır. Öte yandan doğanın ısısından, ışığından, neminden, rüzgarından, fırtınasından, kasırgasından, yağmurundan, karından, gök gürültüsünden, şimşeginden, yıldırımından, selinden, su baskınından korkan insan, doğa ve evren karşısında kendini beceriksiz, ezilmiş, güçsüz, güvensiz, yetersiz görmüş; bu durumların yarattığı kaygıdan, endişeden kurtulmak için doğaya egemen olmaya çalışmıştır. İnsanın doğaya uyum sağlama ve egemen olma çabası teknolojik gelişmenin ilk ürünlerini vermiştir. İçinde yaşadığı doğanın bitkilerini kesmek, hayvanlarını avlamak için taştan türlü araç ve gereçler yapan taş devri insanları, ilkel teknolojinin ilk adımlarını atmışlardır. Bir yandan teknolojik gelişmeyi sağlarken, öte yandan doğanın yapısını da değiştirmeye başlamışlardır. Uygarlığın gelişmesiyle doğal yapının değişmesi arasındaki denge ve düzen bozulduğunda, doğa içinde yaşayan insanlar için tehlikeli, zararlı bir ortam olmuştur (Köknel, 1998:84).

Teknolojinin hızla ilerlemesi, doğal ve sosyal bir varlık olan insanın, ruh sağlığını etkilemektedir.

İnsanın korkularından ve zayıflığından dolayı, doğayla girdiği savaş kendi iç dünyasında tahribatlar meydana getirmektedir. Bu durum, insanın sosyal ve doğal yönü arasında dengesizlik yaratmaktadır. Günümüz dünyasında insan, yarattığı teknolojinin rahatlığını yaşadığını iddia ederken, çağdaş yaşamın altında bunılıyor ve giderek ruh sağlığı olumsuz yönde etkileniyor. Teknolojinin yarattığı beton yığınları arasında, doğal yerleşim alanlarından ve doğal koşullardan uzaklaşarak canlılar için hiç de doğal olmayan davranışlara yönelmektedir.

Doğal yerleşim alanlarında ve doğal koşullar altında diğer canlılar birbirini yaralamaz, kendi yavrularına saldırmaz, mide ülseri olmaz, kendi kendini tatmin etmeye kalkmaz, homoseksüel çiftler kurmaz, depresyona girmez, intihar etmez ve kendi türünden olanları öldürmezler. İnsanın doğal yaşamıyla, çağdaş sosyal yaşamı

arasındaki uçurumun büyümesi insan ruh sağlığını olumsuz etkilemekte ve tüm bu olumsuzlukların ortaya çıkmasında teknoloji belirleyici bir neden oluşturmaktadır. Her ne kadar ruhsal bozuklukların nedenleri, biyolojik, psikolojik ve toplumsal etkenler altında aranıyor olsa bile, gerçek belirleyici, hoyratça kullanılan teknolojidir. Çünkü teknoloji, biyolojik, psikolojik ve toplumsal yönlerimizi etkileyebilmektedir.

2.3 AŞIRI YARIŞMA , SALDIRGANLIK VE ŞİDDET

Kapitalizm, toplumları ve insanları sınıflara ayırmıştır. Biz ve ötekiler duygusunu körükleyerek insanları ve toplumları, askeri, siyasi ve ekonomik bir yarış içerisine sokmuştur. Bu yarış, teknolojiden beslenmektedir. Aşırı yarışmacılık, aşırı yarışmacı toplumları buna bağlı olarak da terör, şiddet ve savaşları doğurmuştur.

2.3.1. İnsan Doğasında Aşırı Yarışma , Saldırganlık ve Şiddet

Yarışma, teknolojik ve ekonomik gelişmeyi sağlayan en önemli güdülerden biridir. İlkel insanlar (Tarih öncesi) tutkulu bir mülkiyet uğraşı ya da 'varlıklara' karşı bir kıskançlık geliştirmek için hiçbir olanağa sahip değillerdi; çünkü ne dört elle sarılacak özel mülkiyet ne de kıskançlığa neden olacak kadar önemli ekonomik farklılıklar vardı. Buna karşılık, yaşam biçimleri, işbirliğini ve barışçıl yaşantının gelişmesine uygundu. Başka insanları sömürme arzusunun oluşması için hiçbir dayanak yoktu (Fromm, 2000:206). Yukarıdaki tüm bu nedenler ilkel insanı aşırı yarışmacılıktan uzak tutuyordu.

Toplumların yorulmak bilmez ilerleyişi, araştırma, icat etme gibi iki güçlü içgüdümüzü alabildiğine koy vermeyi gerekli kılmıştır. Bunlar bize atalarımızdan kalan biyolojik mirasın ayrılmaz parçalarıdır. Yapma ya da doğa karşıtı bir yanları yoktur. Büyük güçlülüğümüzün olduğu kadar, büyük güçsüzlüğümüzün de kökeninde bu iki içgüdü yatmaktadır (Morris,1986:9).

Araştırmacı ve icat etme içgüdüleri yanında , yarışma ve değerlendiriliyor olma duyguları da aşırı yarışmacılığa, neden olabilmektedir.

Başkalarının varlığı dürtüyü, uyarılmayı ya da güdülenmeyi artırır. Bu yaklaşım bir denence olarak var olsa da ve bu etkiyi ortaya çıkarmak için tam olarak ne tür bir dürtünün ve ne tür özgül koşulların gerekli olduğu konusunda sorular var olsa da. Başkalarının varlığı hiç değilse insanlarda yarışmacılığı ve değerlendiriliyor

olma duygusuna yol açmaktadır. İnsanlar her toplumsal durumu yarışmacı olarak yorumlamak eğilimindedirler (Freedman ve Diğerleri, 2003:576).

Freedman, Sears ve Carlsmith (2003) bu iki duyguyu şöyle açıklamaktadırlar : İki kişi bir odada bulunduklarında, açık herhangi bir neden bulunmamasına karşın, her biri diğerine karşı yarışmacı duygular yaşayabilir. Örtülü bir yarışmacılığın bulunduğu, üçüncü birinin edimlerini (performansını) karşılaştırdığını ya da diğer kişinin kendisiyle yarıştığını düşünebilirler. Bu olasılıklar bir tarafa bırakılsa bile, birey kendi edimini diğer kişinininkiyle karşılaştırabilir ve ondan daha iyi yapmak isteyebilir, böylece de ne yaptığına bağlı olmaksızın diğer kişinin varlığı içsel bir çeşit *yarışmaya* yol açabilir.

Başkalarının varlığının uyandırdığı diğer ve belki de daha önemli bir güdü de *değerlendiriliyor olma duygusudur*. Herhangi bir toplumsal durumda reddedilmekten korktuğumuzu ve sevilip kabul edilmek isteğimiz, bir geçek olarak ortada durmaktadır. Öyle görülüyor ki, bu güdüler gerçekten bir başkasıyla birlikte olduğumuzda daha güçlüdür. Orada bir başkası daha bulunduğunda her zaman sizi yargılıyor olması olasılığı da vardır. Görünüşünüze, davranışlarınıza ya da belirli bir işteki ediminize (eforunuza) bakıyor olabilir. Diğer kişi gerçekte sizinle tümüyle ilgisiz de olabilir fakat sizi değerlendiriyor olduğunu varsayma yönünde bir eğilim vardır. Değerlendirmeye ilişkin bu duygu, bireyin güdülenme düzeyini artırır ve sözü edilen türde etkilere yol açar (Freedman ve Diğerleri, 2003:577).

Gerek araştırma güdüsü ve icat etme güdüsü, gerekse yarışmacılık ve değerlendiriliyor olma duyguları, teknolojik ilerlemeyi ve ekonomik gelişmeyi sağlayan önemli güdülerden ve duygulardandır.

Aşırı yarışma getirdiklerinin yanında daha çok götürmektedir. Aşırı uyarılma nedeniyle ruh sağlığı bozulmaktadır. Bugünkü dünya savaşlarının nedeni ulusların ekonomik çıkar çatışmalarıdır. E. Fromm'a göre çağdaş insanın saldırganlığı ilkel insana göre daha fazladır (Ankay, 1998:26).

Yukarıdaki açıklamalar, yarışmacılığın insan doğasında var olduğunu ortaya koymaktadır. Ancak bu yarışma duygusu insanlarda, daha güzeli, daha iyiyi yaratmak ve insanın yaşamsal ihtiyaçlarını karşılamak yönünde kullanılması durumunda yararlı olabileceği şeklindedir. Günümüzde gerek insanlar arası, gerekse ulusların kendi aralarındaki aşırı yarışmacılık, saldırganlığı ve şiddeti artırmaktadır.

Saldırganlık, sözcüğü etimolojik anlamda Latince ‘ad’ (doğru) ve ‘gradi’ (adım) sözcüklerinden oluşmuştur. İngilizce’de ‘agression’ olarak ifade edilen sözcük, ileriye doğru hareket etmek anlamına gelir. İngilizce karşılığı ‘regrediden’ gelme ‘regression’ sözcüğü ise geriye doğru hareket etme anlamına gelir.

Saldırganlık doğrudan ya da araçsal nedenlere bağlı olarak, kültürel ortam tarafından saldırganca kabul edilen, kişisel acı ve maddi zarar sonucu doğuran davranışlardır (Ankay, 2002:1).

Saldırganlık konusunda çeşitli görüşler bulunmaktadır. Bu görüşlerin bir birleriyle benzer yönleri olduğu gibi, farklı yönleri de vardır. Bu görüşler üç ana başlık altında ele alınmaktadır. Bunlar, *biyolojik görüşler, çevreci görüşler ve eklektik görüşlerdir*.

Doğuştan ve biyolojik görüşün temsilcilerinden çoğu Charles Darwin’in evrim teorisinden esinlenmişlerdir. Bunların içerisinde Lorenz ve Freud daha çok etkili olmuşlardır. Lorenz’e göre insanlarda içgüdüsel bir enerji birikimi olmakta, yeterince enerji birikmişse, bir uyarıcı olmasa bile patlamaya dönüşerek saldırgan davranışlar meydana gelmektedir. Lorenz, bugünkü uygar insanın, saldırganlık dürtüsünü yeterince boşaltmamanın acısını çektiğini belirtmektedir. Freud’a göre saldırganlık, insanın doğasından kaynaklanmakta, bunu bir içgüdü olarak nitelendirmektedir. Eros ve Thanatos (ölüm, yıkıcılık) bir içgüdü olarak, süper-ego (üst benlik) ise toplumsal değerlerin insan üzerindeki yansıması olarak etkili olmaktadır ve bu ikisi sürekli çatışma halindedir. Bunun sonucu olarak da ya nevrozlar ya da kültürel ürünler oluşmaktadır (Ankay, 1998:200).

Saldırganlığı çevreci görüş açısından ele alanlar arasında Margaret Mead, Bandura ve Dollard yer almaktadır. Mead, savaşın biyolojik bir gereklilik değil kültürel bir buluş olduğunu savunmuştur. Mead, savaşı düello ile karşılaştırmış her ikisinin de anlaşmazlıklarla uğraşmak için birer kültürel buluş olarak betimlemiştir. Bandura ise taklidin, örnek almanın ve öğrenmenin saldırganlık üzerindeki rolünü vurgulamaktadır. Dollard ise “engellenme-saldırganlık” hipotezini ortaya koymuştur. Bu hipoteze göre ise, saldırgan hareketler çevredeki engellemelere tepki olarak yapılmaktadır. Buradaki saldırgan hareketlerde bireysel ayrılıkların da önemi vardır (Morgan, 1988:390 - 392).

Saldırganlığı eklektik (duruma göre en faydalı) görüşe göre ele alan araştırmacılar arasında önemli olanlar ise, Erich Fromm ve Bertrand Russel’dir.

Erich Fromm saldırganlığın içgüdü veya koşullanma ürünü olduğu hakkındaki görüşleri eleştirerek, her iki tür saldırganlığa da yer vermiştir. Ancak içgüdü olarak kabul edilen zararsız saldırganlık (yumuşak saldırganlık) hayvanlarda ve insanlarda yiyecek ve korunma gereksinimi nedeniyle vardır. Kırıyıcı ve yıkıcı saldırganlık ise yalnız insanda vardır ve açgözlülüğün ürünüdür. Politik sistemlerdeki farklılıklar kaldırılmak suretiyle insan yıkıcılığı da önlenabilir.

Saldırganlık konusunda Bertrand Russel, Fromm’un görüşlerinde olduğu gibi, hem kalıtımı hem de eğitimi kabul etmektedir (Ankay, 1998:205).

Batılı bir psikiyatrist olan Howard C. Cutler, MD. Budist bir rahip olan Dalai Lama ile yapmış olduğu geniş kapsamlı konuşmalar sonucunda yazmış olduğu “Mutluluk Sanatı” adlı eserinde, Dalai Lama saldırganlığı şöyle açıklamakta. “Esas doğamız iyi ve şefkatli olmaktır. Tabii ki, sadece zihinlerimizde değil aynı zamanda aile içinde, diğer insanlarla aramızda, sosyal, ulusal ve küresel seviyede de kavga ve çekişmelerin varoldukları gerçeğini yadsıyamayız. Bu açıdan bakıldığında bazıları, insan doğasının temelde saldırgan olduğu sonucunu çıkarabilir. Yine de inancım insan doğasının temelde şefkatli ve iyi olduğu yönündedir. Öfke, şiddet ve saldırganlık tabii ki ortaya çıkabilir, fakat bence daha ikincil ya da yüzeysel seviyededirler”.

“Saldırganca davranılsa bile, bu tür kavgaların insan doğasından çok insanın akıl düzeyinin bir sonucu olarak, yani dengesiz bir zeka, aklın ya da hayal gücümüzün yanlış kullanılması nedeniyle meydana geldiklerine inanıyorum. Bu nedenle, temel ve asıl doğamızın iyilik olduğuna ve zekanın daha sonradan gelen bir gelişim olduğuna inanıyorum. İnsan zekası, şefkatle doğru bir şekilde dengelenmeden gelişirse o zaman yıkıcı olabilir. İnsanı felakete götürebilir. Ne kadar şiddet uygularsak ya da ne kadar çok kötü şey yaparsak yapalım hem içsel hem de dışsal kavgalarımızın nihai çözümünün, iyi ve şefkatli olan temel insan doğamıza dönmekte yattığına inanıyorum.” (Cutler ve Kutsal Lama, 2001:65).

Ünlü bir zooloji bilgini olan Desmond Morris primatlar üzerinde yaptığı araştırmalar sonucunda, ki insanı da bu aileden olan bir tür olarak ele almıştır, saldırganlığı şöyle açıklamaktadır: biyolojik düzeydeki tür – içi saldırganlıkların amacı düşmanı öldürmek değil sindirmektir. Yenik düşen, hayatına son verecek darbeleri atlatır çünkü ya dize gelmiş ya da kaçmıştır. Her iki halde de saldırganlık sona erer. Sorun çözülür ama kazanmakta olan tarafın yenilen tarafın yatıştırıcı işaretlerin göremeyecek kadar uzakta olduğu durumda saldırı olanca şiddetiyle devam eder. Dövüşü son vermek için ya düşmanın önümüzde diz çöküşünü ya da kaçıp gidişini gözlerimizle görmemiz gerekir. Oysa çağdaş saldırganlığın erişilmez uzaklığında bunları görmek imkansızdır ve bu yüzden de hiçbir hayvan türünde rastlanmayan toptan bir katliam sürüp gitmektedir. Ne gariptir ki kendi kendini mahvetmek olarak niteleyebileceğimiz bu davranışı destekleyip yardım eden de türümüze özgü bir evrimden geçen işbirlikçi niteliğimiz olmuştur. Bu önemli özelliğimiz av peşinde koştuğumuz dönemde çok yararlı olmuşsa da, şimdi bize karşı cephe almıştır. Karşılıklı dayanışmaya olan eğilimimiz tür – içi saldırganlıklarda kitleyi ayaklandırmak için kullanılmaya başlanmıştır. Av sırasındaki bağlılık dövüşte bağlılığa dönüşmüş ve savaş doğmuştur. Geçirdiğimiz uzmanlaşmış av-öldürücü evrim sonucu otomatik olarak rakip av- öldürücü bir nitelik kazandığımız, doğal bir içgüdü ile rakiplerimizi öldürdüğümüz öne sürülmüştür. Veriler bunun aksini kanıtlamaktadır. Hayvan, öldürmek değil, yenmek ister. Saldırganlığın amacı yok etmek değil, hakim olmaktır ve bu konuda

diğer türlerden temel bir farklılık gösterdiğimiz söylenemez (Morris, 1985:174 - 175).

Saldırgan davranışlar ve şiddet eylemleri, öfke, kaygı, korku gibi duygu durumlarının sonucudur. Bir düşünceyi zorbalıkla şiddet kullanarak kabul ettirme tarihinde pek çok örnekleri görüldüğü gibi geri tepen bir silah olmuş, karşı şiddet doğurmuştur. Böylece şiddete şiddetle karşı çıkma kısır döngüsü süregelmiştir. İletişim çağının getirdiği hızlı toplumsal değişim; toplumsal yapıyı ve kültürü oluşturan sistemin sarsılması; ekonomik ve politik çalkantı, toplumların kargaşa içinde kalmasına yol açmıştır. Bireysel ve toplumsal kargaşa, saldırgan davranışların ve şiddet eylemlerinin kaynağıdır. Bu kaynak insanlık tarihi boyunca saldırgan davranışlar ve şiddet eylemlerini beslemiştir (Köknel, 2000:20)

Şiddet (Violence) sözcüğü genel anlamda aşırı duygu durumunu, bir olgunun yoğunluğunu, sertliğini, kaba ve sert davranışı nitelendirir. Özel olarak, saldırgan davranışları, kaba kuvveti; beden gücünün kötüye kullanılmasını; yakan, yıkan, yok eden eylemleri; taşlı, sopalı, silahlı saldırıları, birey ve topluma zarar veren etkinlikleri belirler (Köknel, 2000:20)

Yukarıdaki saldırganlık ve şiddetin tanımlarına bakıldığında şiddet; saldırganlığın özgürlüğüdür denilebilir.

Saldırgan davranışlar ve şiddet eylemlerini içeren örneklerin, ekonomik, eğitim ve kültür düzeyi düşük olan toplum kesimlerinde bulunan erkekler arasında daha çok bulunduğu gözlemlenmiştir. Çoğunluklar gecekondu kesiminde yaşayan, iç göçlerle buralara gelip yerleşmiş olan insanlar karşılaştıkları engelleri aşmak, sorunları çözmek için saldırgan ve şiddet eylemlerinden yararlanırlar. Saldırgan davranışlara ve şiddet eylemlerine ilişkin örnekler çoğaldıkça, bunların etkinliği görüldükçe bireylerin bunları benimsemesi, toplumsal boyutlara ulaşması, genelleşmesi, yayılması artar. Toplum saldırgan davranışlar ve şiddet eylemleri ile ilişki, iletişim, bağlantı kuran, bunların yolunu, yöntemini oluşturan, eğitimi, öğrenimini veren bir okul durumuna gelir (Köknel, 2000:48).

Yukarıdaki açıklamalara göre; gecekondü kültürünü ve iç göçleri yaratan esas belirleyici teknolojinin hızla artmasıdır. Ekonomik dengesizlik ve bu dengesizlik sonucu ekonomiden eşit yararlanamayan ya da daha az yararlanan insanların aşırı uyarılmaları ya da yetersiz uyarılmaları sonucu veya hemen doyurulması insandaki saldırganlığın ve şiddetin belirleyicilerindendir. Olumsuz koşullarda yetişen insanların sağlıklı kişilik geliştirmeleri daha zor olmaktadır.

Köknel “Şiddet” adlı eserinde, kişiliğin, değişme, gelişme ve olgunlaşma sürecinde, kişiliği oluşturan katmanlarda yer alan olumsuz etkenler kişilik bozukluğuna yol açar demektedir. Kişilik bozukluğu gösteren insanlar ruhsal yaşantılarındaki çatışma, çelişme nedeniyle başkalarıyla, içinde yaşadıkları aileye, yakın ve uzak çevreyle, toplumla, kültürle sağlıklı ilişki kuramazlar. Toplumun davranış kalıplarına, davranış örneklerine uyum sağlayamazlar. İçgüdülerden, dürtülerden kaynaklanan davranışları bastıramazlar, denetleyemezler, engelleyemezler. Bu nedenle gerekli gereksiz kızıp öfkelenirler. Doğaya, insanlara, nesnelere yönelik saldırılar yapar, şiddet eylemlerinde bulunur (Köknel, 2000:49) (Burada dışa vurma savunma mekanizması kullanılmaktadır. Bu savunma mekanizmasını antisosyal kişilik bozukluğu olan kişiler de kullanmaktadır.)

Saldırganlık ve şiddetin bulunduğu ortamlar, kişilik bozukluklarının da ortaya çıkmasına zemin hazırlamaktadır. Bu bozukluklardan önce korku ve kaygılar normalin dışına taşabilmektedir. İyi bir çocukluk dönemi geçirmeyen kişi geç çocukluk ve gençlik çağında ve daha sonraki çağlarda bozuk bir kişilikle yaşadığı toplumda yerini alabilir. Amerika psikiyatri birliği psikiyatride hastalıkların tanımlanması ve sınıflandırılması el kitabında (DSM – IV – TR) yer alan kişilik bozukluklarından paranoid, antisosyal, şizotipal ve şizoid kişilik bozukluklarında, saldırganlık ve şiddet, kişilik yapısının temel davranış biçimini oluşturur. Bu kişilik bozuklukları biyolojik nedenlerden de olabilmektedir. Bu açıklamalara göre her toplum kendi antisosyal, paranoid, şizoid ve şizotipal v.b kişilerini yaratabilmektedir.

Yukarıdaki açıklamalar sonucunda, insandaki saldırganlığın, doğasında yumuşak saldırganlık olarak var olduğudur. Ancak teknolojinin aşırı yarışmacılıkla

birlikte hızla artması, insan ruh sağlığını bozmakta bu da insandaki sosyal ve doğal dengeyi bozmaktadır. Buna bağlı olarak da insan doğasında olmayan kısıpıcı ve yıkıcı bir saldırganlığın ortaya çıkmasına neden olabilmektedir.

2.3.2. Terör, Şiddet ve Savaş

‘Terör’ (tedhiş) sözcüğü dehşet, korkutma, yıldırma anlamında kullanılır. Belirli bir alt kültüre dayanan görüşü, gücü, yetkeyi baskıyla, korkuyla, zorla kabul ettirmek amacıyla sistemli biçimde şiddet kullanmayı içerir. Bu sözcük ilk kez Fransız Devrimi'nde devrimcilerin kralcılara, kralcılarının devrimcilere karşı giriştikleri şiddet eylemleri sırasında siyasal nitelik kazanmıştır. Terörist (tedhişçi) ise, başkalarına dehşet, korku veren, terörle ilgili, terör yanlısı, terör eylemlerine katılan insandır. Terörizm (tedhişçilik), yıldırma siyaseti olup, bireylerin ya da toplumsal alt kültürlerin başkalarına, topluma yönelik siyasal şiddet eylemlerinin tümüne verilen addır. Bu şiddet eylemi, ülkeyi bölmek, siyasal rejimi yıkmak, bir siyasal görüşü egemen kılmak amacına yönelik olabilir. Cinayet, rehin alma, patlayıcı yerleştirme, toplu katliam, soykırım, en sık kullanılan terörizm yöntemleridir. Böylece toplum korkutulur, yıldırılarak (terörize edilerek) duyarsızlaştırılır. Günümüzdeki terör eylemlerinin altında ülkeleri bölmek, parçalamak amacının bulunduğu kabul edilmiştir.” “Savaş (harp) (cenk) sözcüğü çatışma, çekişme, didişme, karşılık,mücadele anlamında kullanılır. Sözlük anlamıyla savaş, iki ya da daha çok ülkenin birbiriyle diplomatik ilişkiyi keserek, silahlı kuvvetlerle giriştikleri çatışma, kavga olup, saldırı ya da savunma amacıyla yapılır.” (Köknel, 2000:26)

Daha önceki bölümlerde saldırganlığın doğal olanının, yumuşak saldırganlık olduğu ifade edilmiştir. Şiddetin ise saldırganlığın özgürlüğü olduğu belirtilmiştir. Buna göre saldırganlık gibi şiddetin de türlerinin olması gerekmektedir. Yani hangi tür saldırganlıkta ne tür şiddet kullanılır.

Çağdaş psikanalistlerden Erich Fromm (2000) şiddeti:

- a- Oyuncu şiddeti
- b- Tepkisel şiddet
- c- Dengeleyici şiddet
- d- Arkaik (ilkel) 'kana susamışlık' olarak sınıflandırmıştır.

Oyuncu şiddeti, şiddetin yıkım amaçlamayan, nefret ve yıkıcılıkla güdülenmeyen daha çok hünerlerini göstermek çabasıyla kullanılan türlerinde görülür. İlkel kabilelerin savaş oyunlarından, Zen Budistler'in kılıç dövüş sanatına kadar birçok yerde görülebilir. Bu gibi dövüş oyunlarında amaç öldürmek değildir; sonuçta rakiplerden birisi ölmüş bile olsa bu sanki 'yanlış yerde duran' rakibin hatasıdır.

Tepkisel şiddet, oyuncu şiddetinden daha büyük bir pratik öneme sahiptir. Tepkisel şiddetle kişinin kendisinin veya başkalarının yaşamını, özgürlüğünü, onurunu, mülkiyetini korumak için başvurduğu bir şiddet türüdür. Bu şiddet türü ölümün değil yaşamın hizmetidir. Amacı yok etmek değil korumaktır. Sadece usdışı tutkuların değil ayrıca bir ölçüde ussal bir hesabın da ürünüdür. Dolayısıyla bu şiddette amaçla araç arasında belli bir orantı söz konusudur. Sık, sık tehdit altında olma duygusu ve sonuçtaki tepkisel şiddet gerçekliğe değil, insan aklının yönlendirilmesine dayanır; zaman, zaman siyasi ve dini liderler taraflarını bir düşman tarafından tehdit edildikleri konusunda ikna eder ve böylece öznel bir tepkisel düşmanlık yaratırlar. Bu yüzden haklı ve haksız savaşlar arasındaki ayırım son derece kuşkuludur, çünkü genellikle her bir taraf kendi konumunu saldırıya karşı bir savunma konumu olarak sunmayı başarır.

Dengeleyici şiddet, patolojik (hastalıklı) bir şiddet biçimidir. Gücsüz bir insanda üretken etkinliğin yerine konan bir şiddet türüdür. Kökleri güçsüzlükte yatır ve güçsüzlüğe karşı dengeleyici olan bir şiddettir. Yaratmayan insan yok etme duygusunu taşır. Dengeleyici şiddetle yakından ilintili bir şey de ister hayvan olsun ister insan, bir canlı üzerinde tam ve mutlak bir kontrol sahibi olma itkisidir. Sadizimin özü bu itkidir. Dengeleyici şiddet yaşanmamış sakat bir yaşamın zorunlu sonucudur. Bu şiddet türü yaşamın hizmetinde değildir. Yaşamın yerine konan

patolojik bir olgudur. Yaşamdaki sakatlığı ve boşluğu gösterir. Dünya tarihinde bu tür şiddeti kişiliğinde bulunduran ve gerek kendi toplumuna gerekse başka toplumlara büyük acılar yaşatan liderlere rastlamak mümkündür. Hitler buna en güzel örnektir.

Arkaik (ilkel kana susamışlık), ilerlemekten ve tam anlamıyla insan olmaktan korktuğu ölçüde yaşamı aşmanın bir yolu olarak öldürme tutkusudur. Öldürmek, öldürmenin mantıksal bir seçeneğidir. Bu kana susamışlık bireylerde gözlemlenebilir; bazen fantazilerde veya rüyalarda bazen ağır ruh hastalık durumlarında veya cinayetlerde. Savaş zamanlarında normal toplumsal ketlemeler ortadan kalktığında belli azınlıklarda gözlenebilir. Arkaik anlamda yaşamın dengesi olabildiğince çok öldürmek ve yaşamı kana doyunca, öldürmeye hazır olmaktır. En derin gerileme düzeyinde yaşamın olumlanması ve aşılmasıdır. Öldürmenin ya da öldürülmenin yaşamı yöneten kutuplaşma olduğudur. Eski toplumlardan Aztekler'in Tanrı'ya kurban vermeleri buna örnektir. Tanrı'ya kurban vermekle yaşamın devam edeceğine inanılmaktadır (Fromm, 2000:26 - 29)

Erich Fromm'un şiddet türleri ile ilgili yapmış olduğu sınıflamaya bakıldığında zaman ilk ikisinin yani oyuncu şiddeti ile tepkisel şiddetin yumuşak saldırganlığın özgürlüğü olduğunu, diğer ikisinin de yani *dengeleyici şiddet ve arkaik (ilkel) 'kana susamışlık'* ise hastalıklı bir yapıyla günümüzde yer alan yıkıcı saldırganlığın özgürlüğü olduğu görülebilmekte.

Daha önce de belirtildiği gibi yumuşak saldırganlık bütün canlılarda içgüdü ve dürtü olarak kabul edilmiş doğal bir saldırganlık türüdür. Yıkıcı saldırganlık ise sonradan öğrenilmiş hastalıklı bir saldırganlık türüdür. İnsanın evrimleşme sürecine bakıldığında zaman sanki de teknolojinin hızla artmasına bağlı olarak doğmuş ve yaşamda yerini almıştır. Ünlü zoolog D.Morris'i (1985) 'Çıplak Maymun' adlı eserinde yukarıdaki bu görüşü doğrularcasına bir görüş ortaya koymaktadır.

Morris, Çıplak Maymun adlı eserinde; 'bir tür yaşamını sürdürmeye niyetliyse kendi türünden hayvanları öldürmesi kadar ters bir tutum olamaz' demiştir. Tür içi saldırganlıkların kısıtlanması ve denetlenmesi zorunludur. Türün

avlanma silahları ne kadar kuvvetli ve amansızsa, tür-içi çatışmaları önleyici tedbirlerin de o kadar sıkı ve sağlam tutulması gerekmektedir. Morris, primatlarla bunun bir türü olarak kabul ettiği insan arasında mukayese yaparak primatların en önemli doğal silahlarının dişleri olduğunu insanların ise elleri olduğunu anlatmaktadır. Onların tutup ısırıklarını bizler tutup sıkar ya da yumruklarız. Silahsız dövüşte ısırmanın önemli olduğu tek dönemin çocukluk çağı dönemidir. Bunu nedeni de, çocukların kol ve el kaslarının yeterince gelişmiş olmamasıdır. Morris'e göre yapma silahlar önceleri diğer türlere karşı kendini korumak için ya da avlanmak amacıyla geliştirilmiştir. Tür-içi çatışmalarda kullanılması, ikinci derece bir eğilim olarak belirlemiştir. Ancak bu silahlar bir kere ortaya çıktıktan sonra, herhangi bir acil durumda, fazla düşünmeksizin el atılan bir araç haline gelmiştir (Morris, 1985:173)

Teknoloji ürünü silahların önemli unsurlarından birisinin saldırgan ile düşmanın arasındaki mesafenin uzatılmasıdır. Ateşli silahların ortaya çıkmasıyla dramatik bir başarı sağlanmış, ama yine de durulmamış, uçaklardan atılan bombalarla menzil iyiden iyiye genişlemiş, giderek arazi roketleriyle saldırganın yumruğu olağanüstü uzaklığa ulaşabilmiştir. Bunu sonucu olarak da amaç rakiplerin yenilmesi olmaktan çıkıp, ayırt etmeksizin yok edilmesine dönüşmüştür (Morris, 1985:174). Bu, canlı doğasına aykırı bir durumdur. Daha önceki konuda da ortaya konulduğu gibi doğal olan yumuşak saldırganlıktır. Bu da insanın kendini korumasına ve varlığını sürdürmesine yöneliktir. Bu konuya verilebilecek en dramatik örnek, Amerika Birleşik Devletleri'nde 11 Eylül 2001'de meydana gelen ve ünlü ikiz kulelerin yıkılması ve binlerce insanın ölümüyle sonuçlanan terör olayıdır. Orada ölen insanlarla teröristler arasında hiçbir bağ bulunmamaktaydı. Birbirlerini tanımamaktaydılar. Terörü gerçekleştirenler ABD'den uzak Ortadoğu kökenli insanlardı. Morris'in de dediği gibi, saldırganla ve düşman arasındaki mesafe uzamış yumruğun yerini teknoloji harikası uçaklar almıştır. Daha önce de belirtildiği gibi 'şiddet şiddeti doğurur' kısır döngüsü, bu olaydan sonra ABD'nin Afganistan'a savaş ilan etmesi ile devam etmiş, ardından Irak da bu savaşın içine dahil edilmiştir. Yani terör savaşı doğurmuştur. Her iki durumda da saldırgan ve şiddet olaylarını görmek mümkündür.

Terör, şiddet ve savaş insanların büyük korkular yaşamalarına neden olmaktadır.

Korku ve kaygı, insanın günlük yaşamının önemli bir parçasıdır. Bu nedenle, insanın korkması, korkulu durumları yaşaması hayatın doğal gereğidir. Belli ölçüler içinde korku insanın bedensel, ruhsal, toplumsal durumunu, rolünü, yerini kollaması, korunması, denge ve düzen içinde sürdürmesi uyumunu sağlaması için gerekli bir duygudur. Dolayısıyla yararlıdır.

Kişiden kişiye değişen belirli bir sınırdan sonra korku insanın tüm davranışlarında egemen olur. Belirli ölçüler içinde bireyin insanca duygularla yaşamasını sağlayan korku, bu ölçüler bozuldukça, daralıp genişledikçe, büyüyüp küçüldükçe kişinin bütün günlük yaşamını, amaçlarını, beklentilerini, duygularını, düşüncelerini, inançlarını etkileme başlar. İnsana haz ve mutluluk veren, neşe, sevinç, umut gibi bütün duygularını silip götürür. Karamsar, kötümser, endişeli, kaygılı, korkularla çevrilmiş bir insan çıkar karşımıza ve giderek kişinin ruh sağlığı bozulur. Ruhsal bozukluk ve hastalıklar görülür. Ruhsal bozukluk ve hastalıklarda ortaya çıkan korku durumuna fobi denilir. Ayrıca insanın içinde bulunduğu koşullar kaygı düzeyini artırarak sınırlarını genişletirse genel kaygı bozuklukları da ortaya çıkabilir. Obsesyonlar (saplantılar) ve kompulsiyonlar (takıntı, zorlayıcı) bunlardandır. Bu tip saplantılı, takınaklı zorlu düşünce ve hareketler korkulardan kaynaklanır (Köknel, 1992:16-18).

Tüm bu açıklamalardan sonra, terör, şiddet, aşırı yarışmacılık ve yıkıcı saldırganlığın olmadığı bir dünyada insan ruh hali ve yaşamı nasıl olurdu? Düşüncesine yönelmek insanın araştırıcı yönünün doğası gereğidir. Bunu öğrenebilmek ve araştırabilmenin yolu bahsedilen hastalık yapıcı davranışlardan uzak bir yaşamı benimseyen insanları incelemekten geçer.

Amerika Birleşik Devletleri'nde sayıları yüz bini bulan Amishler savaşa ve teknolojiye direnen insanlardır. Yaşamın savaşa ölmeyecek kadar kutsal, dünya ise teknolojiyle kirletilmeyecek kadar fedakardır görüşünü benimsemişlerdir. Dıştan bakıldığı zaman orta çağ insanını andıran görünüşleri altında yüzlerinde eksik olmayan tebessüm, günümüzün surat asıcı hastalığı stresten habersiz olduklarını

gösterir. Amishler belki de dünyanın ilk savaş karşıtlarıdır. Savaşa insani açıdan ve ahlaki açıdan karşıdırlar. Dünya o kadar büyük ki herkesi doyuracak kadar cömerttir. Bu yüzden savaşa gerek olmadığını söylüyorlar. Savaşa karşı direnişleri ve bu konudaki boyun eğmez tutumları askeri üniformayı çağrıştırdığı gerekçesiyle düğme kullanmayı dahi reddediyorlar. Teknolojiyi reddettiklerinden yaşamlarını ilkel yöntemlerle sürdürmektedirler. Tarlalarını karasabanla sürüp ekmektedirler. Televizyon, çamaşır makinesi gibi elektrikli ev aletlerini kullanmıyorlar. Evleri doğal olarak döşenmiştir. Çiçeklerin yerinin bahçe olduğunu söyleyerek ev içerisinde kesinlikle çiçek bulundurmamaktadırlar (Cumhuriyet, 1991: sayı 268). Günümüz insanı ise savaşlarla, terör ve şiddet olaylarıyla kendine yabancılaşmayı ve yalnızlığı yaşarken doğaya yabancılaşmasını da telafi etmek için apartman dairelerini botanik bahçesine çevirmektedir.

2.4. AŞIRI UYARILMA

İnsan ve hayvan organizmasında öğrenmenin olabilmesi ve harekete geçebilmesi için, optimal düzeyde bir uyarılmışlık durumunun olması gerekir. Aşırı uyarılma veya yetersiz uyarılma öğrenmeyi olumsuz etkilemekte bu da stresi artırmaktadır.

Bir canlı etkin hale gelmek için belli dış uyaranlara ihtiyaç duymaktadır. Ancak tam anlamıyla canlı bir kişi etkin bir hale gelmek için ille de belirli bir dış uyarana gereksinme duymaz; o kendi uyarılarını kendisi yaratır. Tıpkı beş yaş dolaylarındaki çocukların kartondan, taşlardan, tahtalardan, bildikleri her şeyden kendi dünyalarını yarattıkları gibi. Ne var ki, altı yaşından sonra çocuk edilgen hale gelmekte ve edilgen kalabilecekleri, yalnızca tepki gösterebilecekleri bir biçimde uyarılmak isterler. Geliştirilmiş oyuncaklar isterler ve kısa bir süre sonra bunlardan sıkılırlar. Arabalar, giysiler, gezilecek yerler ve sevgililer konusunda büyüklerinin davrandıkları gibi davranmaya başlarlar (Fromm, 1993:303)

Organizmanın yaşamını sürdürebilmesi için gerekli olan su gibi, yiyecek gibi maddeler ya da uyku gibi koşuldan mahrum bırakılmışsa, organizmanın bu durumuna *gereksinme* hali adı verilir. Bu durum organizmayı gergin bir duruma sokar ve harekete hazırlar. Organizmanın bu durumuna *dürtü* hali denir. Bu gergin hal organizmayı gereksinmesini giderme yönünde harekete iter. Gereksinme giderildikten sonra organizmanın gerginliği azalır ve organizma normal hale geçer (Cüceloğlu, 1999:231) Yani fizyolojik ihtiyaçlara duyulan gereksinim dürtü halini ortaya çıkarır. Uyarıcılar fizyolojik ihtiyaçları karşılamaya yöneliktir.

Bazı davranışlar, biyolojik temel olmadan çevredeki uyarıcılardan da kaynaklanır. Örneği, aç olmadığınız halde güzel bir pastayı (uyarıcı) tatmak istemek gibi bireyin ilgisini çeken ve onu davranışa sürükleyen bu tür uyarıcılara *özendirici uyarıcı* adı verilir. Özendirici uyarıcılar, çevremizde bulunan ve organizmayı belirli bir davranışta bulunmaya yönelten, çekici eşya ya da olaylardır. Bu davranışlar herhangi bir biyolojik gereksinmeden kaynaklanmazlar. *Dürtü*, organizmanın tamamıyla içine önem verir, özendirici uyarıcılar ise organizmanın dışındadır ve organizmayı kendine doğru çeker (Cüceloğlu, 1999:231).

Günümüzde teknolojinin artması özendirici uyarıcıların artmasına neden olmuştur. Televizyon, arabalar, çeşitli elektrikli aletler ve elektronik cihazlar bunlardandır. Bu tür ürünlerin özendiriciliğinin artması için reklam dünyası ve sektörü doğmuştur. Reklam saldırılarına maruz kalan insan aşırı uyarılarak ihtiyacı olmadığı halde evinde bulunan aynı üründen almaya zorlanmaktadır. Bu durum onun için taksitli bir yaşamın stresiyle baş başa kalmasını sağlamıştır. Ankay'a (1998 : 69) göre stresin normallerin dışına taşması kimi hallerde sürekli üzüntü, kaygı nedeniyle ülser, gastrit, hipertansiyon, şeker ve kalp hastalıklarına, kanser ve akıl hastalıklarına neden olabilmektedir.

Ortalama Amerikalı yetişkin günde en az 560 reklam bildirisinin saldırısına uğramakta, bunlardan yalnızca 76'sını algılayabilmektedir (Ankay, 1998:69). Reklamları izledikten sonra daha önce hiç kullanılmayan bir maddeyi kullanmaya başlamak ve kullanılan bir markayı başka bir markayla değiştirmek teknolojinin çarkının da hızla dönmesine neden olmaktadır.

İnsanlar, çevrelerinde değişiklik yaratmak isteyen canlılardır. İnsan, etrafında fazla gürültü olduğu zaman sakin bir yere çekilmek ister, etraf sakin olduğunda ise gürültülü toplantılara ya da diskoya gitmek hoşuna gider. Buna göre organizma belirli bir optimal düzeyde uyarılma ister. Bu uyarılma düzeyine *optimal uyarılma düzeyi* denir (Cüceloğlu, 1999:231). İnsanın aşırı uyarılması ya da yetersiz uyarılması onda bir dengesizlik yaratır ve stres düzeyini artırır. Bu durum insan ruh sağlığını olumsuz etkiler.

Günlük yaşamda, insan organizması ve hayvan organizması belli bir dinlenme düzeyine gereksinim duydukları gibi belli bir düzeyde de heyecanlanma ve uyarılmaya gereksinim duyarlar. İnsanların heyecanlanmaya büyük bir istekle karşılık verdiklerini ve heyecan aradıkları görülmektedir. Heyecan üreten uyarıların sayısı sonsuzdur. İnsanlar ve kültürler arasındaki fark, yalnızca ana heyecan uyarılarının büründüğü biçimde yatar. Kazalar bir cinayet, bir yangın, bir savaş, seks bu tür heyecan kaynaklarıdır (Fromm, 1993:300). Her insan içinde yaşadığı kültüre göre uyarıları algılamakta ve ona göre de tepki vermektedir.

Fizyologlar, uzun süreli belleğin beyindeki belirgin anatomik değişiklikler sonucunda geliştirilebileceğini ortaya koymuşlardır. Deneylerle zenginleştirilmiş çevrede bulunan deneklerin, uzun süreli belleklerinin geliştiği gösterildi. Zenginleştirilmiş çevre; oyuncaklar, sosyal olaylar, fiziksel meydan okumalar, v.b. içeren çevreden oluşmaktaydı. Zenginleştirilmiş çevre kişinin beyinde anatomik değişikliklere neden olmaktadır. Özellikle serebral korteks ve beyincik bölümlerinde. İzole edilmiş ortamlarda yetişen canlılarla, zenginleştirilmiş çevrede yetişen canlıların beyin yapıları incelendiğinde; zenginleştirilmiş çevrede yetişen canlıların, beyin sinir hücrelerinin beslenmesi ve bakımında rol oynayan temel destek hücrelerinde (nöroglial) artış olduğu, nöronlardaki (sinir hücresi) dallanmaların daha kompleks olduğu, sinaptik (iki nöronun bağlandığı yer) yapıda değişiklikler olduğu görüldü. İzole edilmiş ortamlarda yetişen hayvanlar, ve zenginleştirilmiş ortamda yetişen hayvanlar test edildiğinde ve öğrenme kapasiteleri kıyaslandığında daha erken öğrendikleri gözlemlendi. Hayvanların beyni incelendiğinde ise öğrenme kapasitesi ve zenginleştirilmiş çevrenin neden olduğu beynin, yapısal değişiklikleri arasında doğrudan bir bağlantı olduğu ortaya çıktı. Öğrenmeye ne kadar yatkınlık varsa beyindeki değişiklikler o kadar fazlaydı.

Yukarıda anlatılan çalışmalar önceleri sadece genç hayvanlar üzerinde yapıldığından yetişkinlerle ilgili herhangi bir açıklama yoktu. Fakat yakın geçmişteki çalışmalar gösterdi ki orta yaşlı ve yaşlı hayvanlara da zenginleştirilmiş çevre sağlanırsa aynı değişiklikler gözlenir. Bu olay gençlikte sağlanan nöron bağlantıları kalıbının, bir zamanlar sanıldığı gibi kalıcı ve değişmez olmadığını ortaya koydu. (Vander ve Diğerleri,1990:720-721).

Yukarıdaki açıklamada zenginleştirilmiş ortamlarda uyarıcı çokluğundan ve çeşitliliğinden söz edilebilir. Farklı kültürlerle karşılaşmak ya da farklı kültürlerde yaşamak zorunda kalan insanlardaki uyum güçlüklerini bu temel yaklaşımda da aramak mümkündür. İzole edilmiş ortamlarda yetişen insanların, yetişirken karşılaştıkları uyarıcılarla zenginleştirilmiş ortamlarda yetişen insanların uyarıcıları arasındaki farklılıklar yaşamda zaman, zaman olumsuzluklara da yol açmaktadır. Teknolojinin hızla artması ile kurulan modern şehirlere çalışmak ve para kazanmak için gelen kırsal kesimlerdeki insanların uyum zorlukları çekmelerindeki

nedenlerden birisi de bu olabilir. Daha sakin, uyarıcı zenginliği daha az bölgelerden şehirlere gelen insanların, bir anda daha fazla uyarıcıyla karşılaşması onun stres düzeyini normallerin dışına taşırmaktadır. Belki de bulunduğu çevrede suç işlememiş birisi aşırı uyarıcılarla karşılaştığında suç işleyebilecektir. Örneğin, şehirde modern giyimli bir bayan, izole edilmiş bir ortamdan gelen kişide uyarılmışlık durumunu artıracak ve suç işlemesine neden olabilecektir veya bu zenginleştirilmiş çevre içerisinde o kişinin beyininde zaman içerisinde yukarıda bahsedilen yapılanmalar gerçekleşecek ve o kişi modern yaşama uyum sağlayacaktır.

Aynı durum, şehirlerde yaşayan insanlar için de belli koşullarda ortaya çıkabilir. Beyindeki değişikliklerin hızı ile teknolojinin artış hızı arasında farklılıklar yaşanırsa modern yaşamın insanı da belirli düzeylerde aşırı stresle karşı karşıya kalabilir. Reklam dünyasının büyüklüğü ve çeşitliliği, yeni ürünlerin ne kadar büyük bir hızla arttığını ve değiştiğini göstermesi açısından örnek oluşturabilir.

E.Fromm (1993: 301), farklı uyaran türünün, kişiyi etkin olması için kışkırtan bir uyarının bulunduğundan söz etmektedir. Fromm'a göre iki tür uyaran mevcuttur. Bunlar; *basit uyarılar* ve diğeri de *harekete geçirici uyarılardır*. Basit uyaran bir dürtü üretir. Bir başka deyişle, kişi bu uyaran tarafından yönlendirilir. Bu tür uyarılar, belli bir eşiğin ötesinde yinelenirlerse artık kaydedilmezler ve uyarıcı etkilerini yitirirler. Tıpkı odadaki duvar saatinin sesini bir süre sonra fark etmemek gibi. Sürekli uyarılma ya uyarının yoğunluğunun artmasını ya da içeriğinin değişmesini gerektirir; belli bir yenilik ögesi gereklidir. Sanayi toplumlarındaki çağdaş yaşam hemen, hemen bütünüyle *basit uyarılarla* işbirliğini sürdürür. Uyarılan şeyler cinsel arzu, açgözlülük, sadistlik, yıkıcılık, özseverlik gibi dürtülerdir. Filmler, televizyon, radyo, gazeteler, dergiler ve meta pazarı bu uyarılara aracılık eder. Genelde reklamcılık, toplumsal olarak üretilen arzuların uyarılmasına dayanır. Mekanizma her zaman aynıdır; basit uyarılmaya karşı dolaysız ve edilgen karşılık. Etkisiz hale gelmemeleri için uyarıların sürekli olarak değiştirilmemeleri gereğinin nedeni burada yatar.

Harekete geçirici uyaran ise bir uğraşla sonuçlanır. Başka bir deyişle kişi bir erek için etkin biçimde uğraş verir. Bu uyaranlar aynı kalmazlar; bunlara verilen üretken karşılıktan dolayı her zaman yenidirler, her zaman değışkendirler. Uyarılan kişi uyaranlara canlılık kazandırır ve her zaman bunlardaki yeni yönleri keşfederek onları değıştirir. Uyaranla uyarılan arasında karşılıklı bir ilişki vardır. Örneğin, güzel bir romanı okumak ve uyaranları her zaman canlı tutar. Okuyucuyu uyandırır ve bilinçliliğini artırır. Öte yandan ucuz (kötü) bir romanı ikinci kez okumak sıkıcıdır ve insanın uykusunu getirir.

Harekete geçirici uyarılmanın bir doyum noktası yoktur. Uyaran ne denli harekete geçiriciyse uyarıcı niteliğini o denli uzun süre korur ve yoğunlukta, içerikte değışiklik yapmayı o denli az gerektirir. Harekete geçirici uyaranlara, üretken biçimde karşılık verme yeteneğine sahip olan kişiler hemen hiçbir zaman sıkılmazlar. Ancak sibernetik toplumda bunlara çok az rastlanır (Fromm, 1993:301-306).

Günümüzde basit uyaranların teknoloji harikalarıyla artırılması insandaki stres düzeyini artırmakta, ruh sağlığını bozmaktadır. Bu durumun ortadan kaldırılması ancak harekete geçirici uyaranlara üretken biçimde karşılık vermekle mümkün kılınabilir. Yani insan edilgen durumdan çıkıp etken bir duruma geçmelidir. Teknolojinin hızla artması, basit uyaranlar pazarının artmasına ve çoğalmasına neden olmaktadır. Üretilen gerekli ya da gereksiz ürünlerin pazarlarını artırmak uğruna günümüz insanı reklam bombardımanına maruz kalmaktadır. Aşırı basit uyarılmayı artıran reklamlar insandaki etkenliği azaltmakta ya da ortadan kaldırmaktadır, tüketici toplumların hızla artmasına neden olmaktadır. Öğrenmenin gerçekleşmesinde klasik koşullama, edimsel koşullama ve bilişsel öğrenmede uyarıcılar, basit uyaranlar ve insanı edilgen duruma sokan uyaranlardır. Halbuki harekete geçiren uyaranlar, insanı etken duruma getiren uyaranlardır. Bu tür uyaranların çoğaltılması etken insanı edilgen insana hakim kılacaktır.

Edilgen insan basit uyaranlarla kızgınlık, öfke, zalimlik ya da yıkma tutkusu tarafından heyecanlandırılabilir ve bu tür heyecanlanma bireyin bir çaba göstermesini gerektirmez (Fromm, 1993:304)

Aşırı basit uyarılmaya karşı üretmeden tüketen insanlar tüketici toplumlar yaratmış, insandaki etkinliği köreltmıştır. Hiç bir şey üretemeyen bireyler günümüzde stresle boğuşmak zorunda bırakılmıştır. Freud'un da belirttiği gibi çağımız nevrotik insanını doğurmuştur. İnsandaki bireysel yaratıcılığı geliştirmek harekete geçirici uyarıların düzeyini istenilen düzeye getirebilecektir. Reklamların basit uyarıcılarını etkisiz kılacak, stresle baş edebilmek daha kolay olabilecektir.

2.5. AŞIRI BİREYSELLEŞME, ÖZGÜRLÜK VE YALNIZLIK

İnsanın avcı ve toplayıcı toplumlardan endüstriyel toplum yapısına gelene kadar olan dönemlerde bire bir insan ilişkilerindeki işbirlikçilik sayesinde insanlarda günümüzdeki gibi yalnızlık duygusuna rastlamak pek mümkün değildir. Endüstrileşme günümüz insanını bireyselleşmeye ve yalnızlığa itmiştir. İnsanların daha özgür olmak (kendine ayırdığı boş zaman) adına çoğu üretimde yerini makinelere kaptırması işsizlik sorunu gibi insanlar arası ilişkiler için de sorun olmuştur.

2.5.1. Yalnızlık ve Soyutlanma

Yalnızlık duygusu ve beraberinde getirdiği psikolojik sorunlar günümüz endüstriyel toplumlarında yaşayan insanların başlıca sorunları arasındadır. Gelişmiş Batı toplumlarında insanlar arasındaki uzaklık giderek daha da derinleşmektedir. Nükleer aile kavramı, boşanma oranlarının artması ve insanların geç evlenmesi yalnız yaşayan insanların artmasına yol açarken, insanlar arasındaki ilişkilerin yüzeyselleşmesi ve çalışma hayatındaki rekabet, aradaki uzaklığı artırmaktadır.

1940'lı yıllarda Amerika Birleşik Devletleri'nde yalnız yaşayan insan sayısı sadece %8'ken bugün her dört ev sahibinden biri yalnız yaşamaktadır. ABD'de yetişkin nüfusun %25'i yalnızlıktan şikayetçidir. Fransa'da insanların yarısı bir şekilde yalnızlığı yaşamaktadır. İngiltere'de yapılan bir araştırmaya göre de 2000 yılı ile birlikte İngiltere nüfusunun %30'unu yalnız yaşayanlar oluşturmaktadır.

Yalnızlık duygusu ve yol açtığı rahatsızlıklar ile ilgili araştırmalara, makalelere Batı ülkelerindeki yayınlarda oldukça sık rastlanıyor. 1996 yılında Edingburgh Üniversitesi'nde nöro-psikolog David Week, "The Guardian" gazetesinde yer alan bir yazısında 17 yıllık meslek hayatında kendisine endişe ve depresyon nedeniyle başvuran insanların büyük bir kısmının yalnız olduklarına dikkat çekiyor ve depresyonun şiddeti ve insanların kendilerini ne kadar yalnız hissettikleri arasında sıkı bir ilişki olduğunu belirtmektedir. (Cumhuriyet Dergi, 1996:10).

Büyük şehirlerde, bunca kalabalık ortamların bulunduğu yerlerde insanların kendilerini yalnız hissetmeleri pek de normal bir durum değildir. İnsanlar geçmişten bugüne işbirlikçi yanlarından dolayı sosyal bir varlık olabilme özelliği kazanmışlardır. Kalabalıklar içerisinde yalnız bireylerin oluşmasına neden olan hızlı teknolojik artış insanların, nasıl ki sevdikleri birisini kaybetmeleri sonucu fiziksel ve duygusal bir üzüntü tepkisi olan hüzne kapılmaları gibi, kalabalık metropolitan şehir insanları da birbirlerini yitirmenin hüznünü yaşamaktadırlar.

İlkel toplumlarda ve hala doğal ortamlarda yaşamayı başaran insanların dünyasında yalnızlığa ve depresyona yer yoktur.

Yalnızlık ve depresyon arasındaki güçlü bağı, Batılı antropologların ilkel kabilelerde yaptıkları incelemeler sonucu çıkan bulgular, bu kabilelerde depresyon vakasına hiç rastlanmamış olmasıdır. Araştırmacılar Yeni Gine’de bir kabilede depresyona hiç rastlamamışlardır. Bu kabilede tek başına yaşam yerine herkes akraba ve arkadaşlarıyla iç içe yaşıyor, kapalı kapılar ardında olan biten olmadığı gibi, insanlar birbirlerinin sevinç ve kederlerinden haberdar. Bu topluluklarda kişisel sorun kavramına yer yoktur (Cumhuriyet Dergi, 1996:12). Depresyonun rastlanmadığı insanlar sadece ilkel kabilelerde değildir. Amerika Birleşik Devletlerinde Pennsylvania, Ohio ve Indiana başta olmak üzere oralarda doğal bir yaşamı benimseyen Amishler’de de depresyona rastlamak mümkün değildir. Amishler, savaşı ve teknolojiyi tamamıyla reddediyorlar. Yaşamı ve doğayı, teknoloji ile kirletilmeyecek kadar kutsal görüyorlar. Doğayla iç içe doğal olarak yaşamayı seçmişlerdir. Onlar için her şey doğal olmalı. Tümü çiftçilik yapıyor. Elektrik kullanmıyorlar. Dolayısıyla elektrikli araç gereçleri yok. Hayatımıza nüfuz eden radyo, televizyon, çamaşır ya da bulaşık makinesi, buzdolabı, elektrikli süpürge ve akla gelebilecek tüm diğer elektrikli ve elektronik eşyalar, onlar için “insanı dünyaya bağlayan gereksiz ıvır zıvırlardır”. Soba ile ısınıp, kandil ile aydınlanıyorlar. Otomobilleri yok, ulaşımı at arabaları ile sağlıyorlar. Uzak mesafeli haberleşmelerini bile postayla yapıyorlar. Çiftçilikteki metotlarından dolayı üretimleri de doğal olmakta, üstelik son yıllarda doğal beslenme arayışlarının hızlandığı Amerika’da ilkel yöntemlerle çiftçilik yapmaları onlara avantaj sağlıyor. Teknoloji kullanımındaki düşünceleri iki temel oturuyor. Birincisi, dünyaya gerekli olmayan fiziki şeylere bağlanıp, yaşamı karmaşıktırmak istemiyorlar. İkincisi,

eğer üretim ve yaşamda araç-gereç kullanılacaksa, bunlar, doğaya uyumlu, başka toplumlardakinden ayrı ve özgün olacak. (Cumhuriyet Dergi, 1991:sayı. 268).

'Aşırı Uyarılma' başlığı altında ele alınan 'basit uyarılar' ve 'harekete geçiren uyarıların' bu tür toplumlardaki yeri irdelenecek olursa görülecek ki Amishler'de basit uyarılara (biyolojik olanların dışında) pek yer yoktur çünkü onları uyaracak günümüz teknolojisini reddediyorlar. Öte yandan yaşamlarını doğal yönden sürdürmeye çalışmaları ve her şeyi doğal koşullarına uygun yürütmeye çalışmaları, harekete geçirici uyarıların her zaman var olduğuna ve bir sonraki hedefleri için harekete geçebildikleri söylenebilir. Örneğin, toprağı sürüp ekmek için yapacakları karasaban herhangi bir televizyon reklamının etkisiyle değil bir ihtiyaçtan dolayı kendi uyarıları doğrultusunda işbirliği içinde şekillenecektir. Bundan dolayıdır ki, bu tür insanların doğasında yalnızlığa ve depresyona yer yoktur.

Gün geçtikçe metropollerde yaşayan insan, kendini dost arkadaş ilişkilerinden soyutlar bir duruma getirdi. Artık daha bireysel düşünüp daha bireysel yaşıyor. Buna en güzel örnek New York'taki bekar barlarında kurulan tek gecelik arkadaşlıklardır. Bunun nedeni, tüketim geleneğine uygun olan günlük derine inmeyen ilişkilerdir.

Metropol insanı içgüdülerini bastırmak bir yana, içgüdülerine yabancılaşmayı yaşıyor. Modernleşme uğruna insanın sadece hayvani içgüdülerine değil arkadaşlık, cömertlik ve centilmenlik gibi yönlerinde de ket vuruldu.

Time dergisinde yer alan bir haberde, Kapitalizm yalnız ürünler değil insanları da sınıflandırıp birbirlerinden uzaklara serpiştirmiştir. Artık internet ile ya da en azından telefonla ya da faksla iletişim kuruluyor. Fakat hepsinde bir eksiklik var. O da insan insana ilişki (Cumhuriyet Dergi, 1996:12).

Psikolojik danışma alanında da son zamanlarda gerek telefonla terapi gerekse bilgisayarlar aracılığıyla e-terapi yapılmaya başlanmıştır. Bu durum insan ilişkilerine ve insan sıcaklığına duyulan ihtiyaca pek de cevap verebilecek bir yöntem değildir. Çağımız insanının insan ilişkilerindeki sıcaklığa ihtiyaç duyduğu bir dönemde böyle yöntemler avuntudan başka bir şey değildir.

Bireyselliğin yüceltildiği, kapitalist sistemin şaha kalkması Amerika'da insanlar arasındaki temassızlığın yarattığı boşluk daha sonra dokunma terapileriyle giderilmeye çalışılmaktadır (Cumhuriyet Dergi,1996:13). E-terapi veya telefonda terapi bu durumda nasıl etkili olabilir.

2.5.2 Psikoterapi Gereksinimi

Psikolojik danışmanlık insanı merkez alan bir meslektir. Teknoloji arttıkça ve bilgi çoğaldıkça insana ilişkin sorunlar da artmaktadır. İnsanın dışındaki dünya giderek zenginleşmekte ve renklenmektedir. Ancak insanın içindeki dünyayı besleyen kaynakların kuruması söz konusudur. Boşanmalar artmaktadır. İnsanların hala önemli bir çoğu zihinsel dinginliğini uyuşturucu maddede aramaktadır. Depresyon hala en yaygın ve bedeli en ağır hastalıkların başında gelmektedir. Şiddet ve şiddete dönük araçlar belki de tarihin hiçbir döneminde olmadığı kadar artmıştır.

İnsana ilişkin sorunların böylesine arttığı ve çatallaştığı bir zamanda psikolojik yardım mesleklerine çok iş düşmektedir (Altıntaş ve Gültekin, 2003:285).

Psikolojik yardım mesleklerinde görev yapan uzmanların, ruh sağlığındaki koruyucu ve iyileştirici kısımlarında etkin uğraş vermeleri gerekmektedir. Ruh sağlığının salt iyileştirici kısmıyla uğraşmak, günümüz insanının kronik bir ruhsal hastalığa yakalandığını kabullenmek olur. Tabii ki, psikolojik yardıma ihtiyacı olan insanlara en etkin psikolojik danışmanlık hizmetleri vermek görev olmalı; ancak, sorunların ortaya çıkmaması ve ruh sağlığının bozulmaması için koruyucu tedbirler almak daha önemli ve daha ekonomiktir. Bu da ancak, teknolojik avuntularla değil insan doğasını iyi anlamak ve bilmekle gerçekleşebilir. Böyle bir yaklaşım, insan ruh sağlığındaki sorunlara ya da onu bekleyen sorunlara çözüm getirebilir.

İnsan ruh sağlığının bozulmasında temelde, esas belirleyicinin yanlış kullanılan teknoloji olduğu halde 'çivi çiviye söker' mantığıyla sorunlara çözüm aramak olumlu sonuç vermeyecektir.

Bilgisayarın ve internetin insanın dünyasına girmesiyle birlikte psikolojik danışmanlık alanında da kullanılmaya başlanmış ve 'e-terapi' olarak adlandırılmıştır.

E-terapi kavramı, elektronik ortamda yapılan terapi ve danışmanlık uygulamalarını ifade etmek için kullanılmaktadır. Son zamanlarda giderek yaygınlaşan bir danışmanlık ve terapi uygulaması olarak psikolojik danışma alanında çalışan uzmanların tartışma konularından biri haline gelmiştir.

1996 yılında yapılan bir araştırmada ABD'de yaklaşık 250 adet e-terapi yapan web sitesinin olduğu ortaya konulmuştur (Altıntaş ve Gültekin, 2003:289). Bu durum psikolojik yardım isteyen insanların yoğunluğunu göstermesi bakımından sitelere ne kadar talep gösterdikleriyle açıklanabilir. Uzmanlar e-terapi konusunda sorunları etik, yasal ve standartizasyona ilişkin sorunlar olarak ortaya koymaktadır.

İster internet yoluyla isterse telefonda terapi olsun bu tür yöntemlerle danışanlara hizmet vermek insan - insana verilecek psikolojik danışmanlıktaki sıcaklığı ortadan kaldıracaktır. Bazı becerilerin ortadan kalkmasına da neden olacaktır. Örneğin, fiziksel olarak etkin dinlemek, asgari düzeyde teşvik gibi. E-terapi tıpkı bir mektuba benzetilebilir. İnsanlar yüz yüze konuşurken kullanılan sözcükler insan sıcaklığıyla birlikte daha özgür ifade ediliyorlar. Ancak aynı iki insan arasında geçen güzel bir konuşmayı mektupla birbirlerine anlatmaları istense sanki belli kurallara ve kalıplara sığdırılmışçasına seçilecek özenli kelimelerle bunu ortaya koymaya çalışacaklar. Belki de özden uzaklaşacaklardır.

Günümüzde teknolojinin hızla artması ve tüketilen değil tüketen teknoloji boyutunu kazanması gün geçtikçe insan ruh sağlığını olumsuz etkilemektedir. İnsanı kalabalıklar içerisinde bile yalnızlığa itmekte. Bu yüzden de psikoterapiye olan ihtiyaç artmaktadır. Psikolojik danışmanlığı sadece danışan - danışman ilişkisiyle insanlara yardım olarak görmemek gerekir. Günümüz koşullarına göre insanı tekrar tanımlamamız gerekmekte. Günümüzde psikolojinin tanımı bile gelişen koşullara göre genişletilmiştir. Amerikan Psikoloji Birliği (APA) Aralık 1999 tarihinde yayınlamış olduğu bültende, psikolojinin yeni tanımını "insan davranışlarının temelinde olan, fiziksel ve ruhsal sağlığın altında yatan bilişsel süreçlerin anlaşılmasına ve değerlendirilmesine yönelik bir bilim ve uygulama

alanı” olarak değiştirmiştir ve 2000 ile 2010 yılları arasını da “Davranış Bilimleri” dönemi olarak ilan etmiştir. APA yetkilileri bunun nedeninin ‘sağlık’ , ‘eğitim’, ‘güvenlik’, ‘trafik’, ‘politika’, ‘demokrasi’ ve ‘sosyo – ekonomik gelişme’ gibi önemli toplumsal temaların bireyin ve grupların davranışlarıyla oluştuğunun, artık yadsınamaz bir gerçek olduğunun anlaşılmasına bağlamaktadırlar (Kıbrıs, 2004:8). Genelde davranış bilimlerinin günümüzde bu kadar önem arz etmesi, özelde ise psikolojik danışmanlıktaki önem, salt yardım isteyen insanlara yardım için değil günümüz insanının yaşam kalitesini artırmaya yönelik bir uğraş içine girmesi gerekmektedir. Buradaki yaşam kalitesinin hangi temelerde aranacağı önemli. Eğer insanın teknolojiyi nasıl tüketeceği konusunda çalışmalar yapılacaksa insan doğasındaki gerçeklere iyi bakmak gerekecek. Ancak bu yönde başarı sağlanırsa tüketen teknoloji, tüketilen teknolojiye dönüştürülebilecektir.

2.6. MADDEYE TAPMA, BENCİLLİK VE MUTLULUK

“Endüstri çağı başladığından beri insanları ayakta tutan ve güven kaynağı, sınırsız bir gelişmenin, insana her istediğine ulaşabilme olanağı vereceği vaadiydi. Doğa insan egemenliğine girecek, sınırsız bir maddesel bolluk insana olabilecek en büyük mutluluğu getirecek ve kısıtlanmamış gerçek özgürlüğe ulaşılacaktı. İnsanların ve hayvanların güçlerinin önce mekanik sonra da nükleer enerji ile karşılanması, hatta insan zihninin yerini giderek bilgisayarlara bırakması, endüstriyel gelişimin, sınırsız üretim ve sınırsız tüketimi sağlayacağı yolundaki inancın güçlenmesine yol açmıştır. Sınırsız üretim, mutlak özgürlük ve kısıtlanmamış mutluluk üçlemesi gelişmenin temelini oluşturuyordu. Günümüzde giderek yayılan hayal kırıklığını daha iyi anlayabilmek için bu büyük vaadin genişliğine ve endüstri çağında maddesel ve ruhsal alanlarda ulaşılan gelişmelere göz atmak yeterlidir. Yaşamın efendisi olmak düşü, herkesin bürokrasi makinesinin birer çarkı olması karşısında suya düşmüştür. Ekonomik gelişmenin artarak büyümesi yalnızca zengin ulusların bir imtiyazı olarak kalmıştır. Onlarla fakir uluslar arasındaki fark giderek dev boyutlara ulaşmıştır. Ayrıca teknik gelişmeler bir yandan çevre ve doğa kirlenmesini yaratırken öte yandan da tüm insanlığın sonu olabilecek atom savaşı tehlikesini doğmasına yol açmıştır.” (Fromm, 1982:18).

Günümüzde nükleer silahsızlanmaya gidilmesindeki uluslar arası istek ikinci dünya savaşında Nakasaki ve Hiroşima’ya atılan atom bombalarının etkilerinin ne kadar geniş boyutlu olduğunun görülmesi üzerine ortaya çıkan bir istektir. Burada süper devletlerin liderlerinin aslında oradaki acı olaylardan üzüntü duyduklarını söylemek güç, eğer öyle olmuş olsaydı bombalama olayı da gerçekleşmezdi. Esas neden bu süper ülkelerin olası bir nükleer saldırı karşısında kendilerinin de çaresiz kalabileceklerindendir. Süper devlet liderlerine silahsızlanma çağrısı yapmak yerine sığınaklarını yıkmalarını söylemek soruna daha radikal çözüm getirecektir.

1952 yılında Nobel Barış Ödülü’nü kazanan Albert Schweitzer, “*üstün insan gücünün artmasıyla birlikte, gerçekte zararlı ve acınacak insan haline gelmiştir.*

İnsanın üstün insan olmak istemesi gerçekte, insan dışı bir varlık olmasına neden olmuştur” dedi.

Büyük vaadin gerçekleşmemesindeki nedenlere bakıldığında zaman, endüstrileşmenin kendi içinde ekonomik ve çelişik durumların olduğu görülür. Yaşamın tek amacının mutluluk ya da bir başka deyişle maksimum hazzı ulaşmak olarak görmek bu çelişiklerden birisidir. Bir diğeri ise sistemin kendi varlığını koruyup sürdürebilmesi için desteklemek zorunda olduğu, bencillik, yalnızca kendi çıkarını düşünmek, açgözlülük ve sahip olma ihtirası gibi karakter özelliklerinin uyumu ve barışı sağlayacağı inancıdır (Fromm, 1988:20)

Mutluluğu elindeki maddi varlıklarla ölçer duruma getirilen insan her geçen gün mutluluğu yakalamak için daha çoğa sahip olma kısır döngüsünü yaşamaktadır. İnsanın yaşamındaki anlam arayışını maddelere indirgemesi, dost ve aile ilişkilerinin de yozlaşmasına neden olmuştur.

Cutler ve Kutsal Lama ‘Mutluluk Sanatı’ adlı eserlerinde sağlıklı olmak gibi, mutluluğun diğer kaynaklarından birinin maddi olanaklar ya da biriktirilen paralar da etken birer sebeptir. Başka bir etken olarak da dostlar ve yoldaşlara sahip olmak da önemli. Tüm bunların mutluluğun kaynağı oldukları görüşünü savunuyorlar. Ancak kişilerin bunları mutluluğun kaynağı olarak kullanabilmesi için bir anahtar görevi gören ‘zihinsel tutumların’ önemine dikkat çekmektedirler ve bunun hayati derecede önemli olduğunu açıklamaktadırlar. Doğru zihinsel tutum olmadan, zihnin etkenine dikkat etmeden bu şeylerin uzun vadedeki mutluluk duygusu üzerinde çok küçük etkilerinin olabileceğini ortaya koyuyorlar. Örneğin, içinde nefret dolu düşünceler ya da öfke barındıran birisinin sağlığının bozulabileceğini, ayrıca zihinsel olarak mutsuz ya da hayal kırıklığına uğranmışsa fiziksel konforun da pek yardımının dokunamayacağını açıklamışlardır. Diğer yandan ise kişi, eğer sakin barış dolu bir zihinsel tutumunu koruyabilmişse sağlık kötü bile olsa mutlu bir insan olunabilir. Çok varlıklı birisi bile yoğun bir öfke ve nefret hissettiği anda tüm sahip olduklarını atmak ve kırmak isteyebilir (Cutler ve Kutsal Lama, 2002:33).

Fazla kazanmakla (maddi) mutlu olunamayacağı konusunda araştırmalar yapılmaktadır. Bu yapılan araştırmalardan birisi de California Üniversitesi tarafından yapılmıştır. California Üniversitesi'nin (USC) uzun bir süre içerisinde yaptığı çalışma sonucunda parayla mutluluk arasında bir ilişki olmadığını saptadı. USC'nin 'mutluluğun açıklaması' isimli çalışmasına göre "zengin olmak insanları mutlu etmiyor". Çalışma bazı psikologların teorilerinin aksine işsiz olsun, boşanmış olsun insanın bir noktada mutlu olmasını sağlayabilecek herkes için geçerli bir mutluluk reçetesi olmadığını ortaya koyuyor. USC'den 1500 yüz kişi ile 1974'ten beri yürütülen çalışmanın sonuçlarını analiz eden Richard Easterlain "pek çok kişi daha fazla çalışırsa daha mutlu olacağı yanılsamasını yaşıyor" dedi. Çalışmada şu ifadeler kullanıldı: *"Ailemiz, sağlığımız pahasına bütün yatırımı para kazanma üstüne yapıyor... Oysa şunu fark etmiyoruz. Kazandığımız parayla birlikte maddi gereksinimlerimiz de artıyor."* Araştırma, mutluluğun genel olarak sevdiğimiz insanlarla geçirdiğimiz özel zamanlar ve sağlıklı bir yaşamla yakalandığını ortaya koyuyor. Çalışma samimi, iyimser, yüksek bir ahlak anlayışı, özsaygı, özdenetime sahip insanların daha fazla mutlu olma eğiliminde olduğunu da gösteriyor (Cumhuriyet, 2003:3). Bu araştırma göstermiştir ki, mutluluk teknolojinin yarattığı maddi dünyada değil, birebir insan ilişkilerindeki sıcaklığın bulunduğu eş, dost, aile ilişkilerinde bulunmaktadır.

"Bugün maddesel anlamda çok gelişmiş toplumlar vardır. Fakat bu toplumların üyesi olan pek çok insan kendini mutlu hissetmemektedir. Güzel bir refah örtüsünün hemen altında, hayal kırıklığına, gereksiz kavgalara, uyuşturuculara ya da alkol bağımlılığına ve en kötüsü intihara dek götüren bir tür zihinsel huzursuzluk vardır. Diğer yandan eğer içsel niteliğe, sakın bir zihne, içinde belli bir dengeye sahipseniz, normalde mutluluk için gerekli olduğuna inandığınız çeşitli dışsal olanaklar eksik olsa bile, mutlu ve neşe dolu bir hayat yaşamak mümkündür." (Cutler ve Kutsal Lama, 2002:33).

Gerek Cutler ve Lama'nın ortaya koyduğu görüşler, gerekse Kaliforniya Üniversitesi'nin yapmış olduğu araştırmalar ışığında, mutluluğun maddi değerlerden çok manevi değerlerde saklı olduğudur. İnsan, yaşamında maddi hedeflere ulaşmayı amaç haline getirmemeli ancak bunlar yaşamın bir aracı olarak

görülmelidir. Öte yandan, manevi değerler ise mutluluğun gereği olarak amaç edinilmelidir. Bu da ancak insanın içinde yaşadığı çevrede birebir insan ilişkileriyle oluşturduğu zenginlikle olur. Günümüz teknolojisi her geçen gün giderek artırdığı maddi dünya sayesinde manevi değerlere ket vurmaktadır.

Teknoloji yarattığı her ürünü insanın dünyasına sokmak, yani pazar alanını genişletmek için her yola baş vurabilmektedir. Reklamlar bunlardan sadece biridir. Üretilen her ürüne(maddeye) sahip olma isteği bireysel bencilliği de beraberinde getirmektedir. Fromm'a (1982: 25) göre; "bölüşmek yerine, sahip olmak kişiye haz verir. Sahip olmak tek hedef olunca, insan giderek daha açgözlü ve ihtiras sahibi olur çünkü ne kadar çok şeyi olursa o kadar çok mutlu olacağını sanır. Böylelikle kişi herkese karşı bir düşmanlık beslemeye başlar. Kandırmak istediği müşterileri, iflasa sürüklemeye çalıştığı rakipleri ve sömürmeyi arzuladığı işçileri, hep onun daha az şeye sahip olmasına yol açtıkları için bencil kişinin düşmanlarıdır. Bu tür düşünen insanın, arzuları sonsuz olduğu için hiçbir zaman rahat ve huzuru bulamayacağı bellidir. Onun tüm yaşamı, kendinden çok şeye sahip olanları kıskanmak ve kendinden az varlığı olanlardan da korkmakla geçecektir." (Fromm, 1982:25).

Çağdaş kültürün belirgin özelliği, bencilliği yasaklamış olmasıdır. Bencil olmanın günah, başkalarını sevmenin de erdem olduğu öğretilmiştir. Ancak bu öğreti çağdaş toplumun gündelik hayatı ile açıkça çelişmektedir. Gerçekten de insanın kendini düşünmesinin kamu yasasının temeli olduğu fikri, yarışmacı bir toplumun dayanmış olduğu bir ilkedir. Bir kültürde bu derece açık bir şekilde çelişen iki ilkenin yan yana öğretilmesi şaşırtıcı bir şeydir. Bu çelişkinin bir sonucu bireydeki karışıklıktır. Bu iki öğreti arasında kişilik parçalandığı için, kişiliğin bütünleşmesi süreci ciddi şekilde engellenmiştir. Bu karışıklık çağdaş insanın şaşkınlığının ve çaresizliğinin en önemli kaynaklarından.

İnsanın kendine karşı duyduğu sevgi başkalarına duyduğu sevgi ile bağlantılıdır. Bencillikle kendini sevmenin karıştırılmaması gerekmektedir. Bencil kişi yalnızca kendisiyle ilgilenir. Her şeyin kendisinde olmasını ister. Vermekten hiç zevk duymaz, yalnızca almaktan hoşlanır. Dış dünyaya yalnızca ondan elde edebileceği şeyler açısından bakar; başkalarının ihtiyaçları onun için önemli değildir. Sevme yeteneğinden büsbütün yoksundur. Bencillik insanın kendine

duyduğu sevgi birbirinin aynı olmak şöyle dursun, gerçekte birbirinin karıştıdır. Aslında bencil bir insan kendini çok fazla değil, çok az sever. Bencil insanın yaratıcılıktan yoksun oluşunun bir belirtisi olarak ortaya çıkan “Kendinden hoşlanmama ve kendine ilgi göstermeme” onu bomboş ve engellenmiş bir hale sokar.

Freud, bencil bir insanın kendine aşık olduğunu, sevgisini başkalarından çekip kendine yönelttiğini ortaya koymuştur.

Bencilliğin özel bir niteliği de; nevrotik bir özgecilik (alturizm) (nevrotik bir şekilde hep başkalarını düşünmek) ile ilgili olanıdır. Böyle bir nevrotik özgecilik ruh çöküntüsü, yorgunluk, çalışma yeteneksizliği, sevgi ilişkilerindeki başarısızlık gibi durumların bir kimsede karşımıza çıkan bir nevroz durumudur. Kişi çoğu zaman bunun bir rahatsızlıktan çok kendiyle gurur duymasına yol açmaktadır. Mantık ‘bencil olmayan insan kendisi için hiçbir şey istemez’ mantığıdır. Bencil olmamasına rağmen mutsuz olduğunu ve yakınları ile olan ilişkilerinin tatmin edici olmadığını görünce şaşırır (Fromm, 1993:159). Fromm’a (1993: 220) göre mutluluk, insanın varlığı, problemine bir çözüm, bir cevap bulmuş olduğu belirtisidir. Kendi imkanlarını yaratıcı bir şekilde geliştirmek, böylece hem dünya ile birleşmek, hem de kendi benliğinin bütünlüğünü korumak... Enerjisini yaratıcı bir şekilde harcamakla, insan kendi güçlerini artırmak ve “tükenip bitmeden yanmak” imkanını bulmak olur.

Çağımızın insanı, mutluluğu kendi yarattığı yapay dünyada başkalarının yaratıp önüne sunduklarında aramaktadır. Ancak bunlar, geçici birer avuntu olarak ve bir sonraki istekler zincirini ortaya koyarak varlıklarını sürdürmektedir. Teknolojinin yarattığı ürünlere (hazır olarak) ulaşmak için daha çok çalışıp daha çoğuna sahip olma itkisi insandaki bireysel yaratıcılığı ortadan kaldırmaktadır. Halbuki bireysel yaratıcılığı gelişmiş insan, bunlara tapmak ve geçici mutluluklar elde etmek yerine kendi uyarılarını kendisi yaratabilecektir. Bu da tüketimini yaşamsal gerekleri düzeyine çekmesine neden olacaktır. Yani edilgen durumdan çıkıp etken bir birey durumuna gelmesini sağlayacaktır. Kısaca şunu söylemek mümkündür: Eğer insan mutlu olmak için maddeye yaşamsal ihtiyaçlarının

dışındaki maddeye yönelmeyi amaç olmaktan çıkarırsa ve amacın mutlu bir çevrede yaşamak olduğunu kavarsa işte o zaman gerçek mutlu bir insan olabilecektir.

2.7. BOŞANMA

Aile kurmak için yapılan sözleşmelere tören ve törelere evlenme denir. Çağdaş toplumlarda aile kurmak için yapılan törenler resmi ve biçimseldir. Çağdaş toplumlarda aile, bireysel ve özel kurum olmaktan çıkmış devletin denetiminin arttığı bir kurum haline gelmiştir. Evlilik birliğinin ortadan kalkmasına boşanma denir (Ankay,1998:180).

Boşanma süresinden, gerilimlerden çocuklar zarar görmektedir. Çocuklarda güvensizlik duygusu artmaktadır. Düzensiz aile ortaya çıkmakta ve suçlu çocuklar sayısal olarak artış göstermektedir. Suç işlemeyenler ise topluma küskünlük içinde ve hüzünlü bir yaşam sürmektedirler. Çocukların boşanmadan sonra ana babaları ile ilişkileri iyi gitmemektedir. Anne ile yaşayan çocukların pek azı babaları ile düzenli ilişki kurabiliyor. Babalar eşlerinden sonra çocuklarla ilişkilerini sürdürmek istememektedirler. Hatta çocukların nafaka parasını ödemek istemiyorlar. Unutulmamalıdır ki, baba sevgisi de anne sevgisi kadar çocuğun ruhsal gelişiminde önemli bir yer tutar. Babadan ilgi ve sevgi göremeyen çocuklarda güvensizlik, özsaygısını yitirme, terkedilmişlik duyguları gelişmektedir. Annenin baba rolünü de üzerine almasıyla çocuklarla ilişkisi sağlıklı olamamaktadır. Yapılan araştırmalar boşanmış aile çocuklarında ruhsal uyumsuzluk oranının yüksek olduğunu göstermektedir. Bu uyumsuzlukların en önemlileri ruhsal çökkünlük, okul başarısızlığı ve çeşitli davranış bozukluklarıdır (Tezcan, 1996:156).

Yukarıdaki açıklama boşanmanın eşler için olduğu kadar çocuklar için de örseleyici bir olay olduğunu ortaya koymaktadır.

Geleneksel toplumlarda boşanma yaygın değilken özellikle endüstrileşmiş toplumlarda bu oran çok yüksektir. Bu oran 1991 yılında Amerika'da binde 4.70, Türkiye'de 1994 rakamlarına göre binde 0.92'dir. Bu tür bir eğilimin temel nedenleri, geleneksel aileyi güçlü kılan, ekonomik, dinsel ve eğitsel bağların zayıflamış ve değerlerini yitirmiş olmasında yatar. Ailenin birçok fonksiyonlarını başka kurumlara devretmesi, ailenin görevlerini azaltmış üyeler arasındaki duygusal

bağların da giderek zayıflaması ailenin parçalanmasına neden olmuştur (Özkalp ve Diğerleri, 2001:110).

Teknolojinin hızla ilerlemesi endüstrileşmiş toplumlarda kadın ve erkeğin daha çok çalışmasını gerekli kılmıştır. Buna bağlı olarak da çocuklarına ayırdıkları zaman da eşzamanlı olarak azalmıştır. Onların yerine çocukla bakıcısı veya kreşlerdeki sorumlular daha fazla zaman geçirmektedir. Bu durum çocuğun özdeşim kuracağı anne babanın yerini başkalarına bırakması anlamına gelir. Her ne kadar küçük çocuklar kendi çevrelerinde bulunan kişileri de benimseyebiliyorlarsa da, ilk özdeşim kurdukları kişiler kendi anne ve babaları olması, onların ileride sorunlarını ebeveynleriyle daha rahat çözebilmeleri açısından önemlidir.

Boşanma, çocukları etkilediği gibi boşanan iki eşi de etkilemektedir. Boşanma sonucunda bu kişilerde ruhsal bozukluklar meydana gelmektedir. Boşanmış kadınların üçte ikisi, erkeklerinse üçte birinde ruhsal sorunlar görülmektedir (Ankay, 1998:181) .

Boşanmaya bireysel nedenler, toplumsal nedenler ve bilinç dışı etkenler de yol açmaktadır. Bireysel nedenlerin başında erken yaşta evlenmeler gelmektedir. Erken yaşta evlenme erken boşanmalara neden olmaktadır. Evlilik süresinin uzunluğu da bir faktördür. Yani uzun yıllar beraber yaşama boşanma oranlarını da artırmaktadır. Erken boşanmalar evliliğin ikinci ve üçüncü yıllarında gerçekleşmektedir. Amerika'da genellikle evliliğin altıncı yılından sonra boşanmalar artmaktadır. Toplumsal nedenlere bağlı boşanmalarda ise özellikle toplumların ekonomik refah dönemlerinde artış göstermekte buna karşın durgunluk ve savaş dönemlerinde azalmakta hatta durmaktadır. Refah ve zenginlik insanları yaşamda kalmak ve para kazanmak gibi sorunlardan uzak tutmakta eğlence ve iyi vakit geçirme nedeniyle eşiyle birlikte olmama aile düzeninin sarsıp boşanmalara neden olmaktadır. Kadınların çalışıp kazanması ve ekonomik bağımsızlığını elde etmesi uyumsuz bir evliliği sürdürmektense boşanma tercihini artırmakta ve ailede çözümler meydana gelmektedir. (Özkalp ve Diğerleri, 2001:111). Ankay'a (1998: 181) göre "boşanmaya neden olan kavgaların temelinde bilinç dışı etkenler de rol oynamakta ve bunlar eşler tarafından bilinmemektedir. Örneğin bir eş vaktiyle

babasına ya da kardeşine duymuş olduğu düşmanlık duygularını, özdeşim sonucu kocasına aktararak yoğun bir düşmanlık duygusu duyabilir. En ufak bir olayı büyütebilir. Öç almak için boşanma davası açabilir.

Boşanma yukarıda belirtildiği gibi hem çocuklar üzerinde hem de eşler üzerinde olumsuz etkileri olduğu belirtilmiştir. Boşanmanın içinde olduğu ilk yıl hem çocuk hem de boşanan çiftler için en karışık ve zor yıllardan biridir. Boşanma kız ve erkek çocukları farklı derecelerde etkilemektedir. Araştırmalar erkek çocukların boşanmadan daha çok etkilendiğini gösterir. Erkek çocuklar kendilerini daha yalnız hissederler; çevreden onlara gösterilen ilgi daha azdır. Boşanan ailelerde çocuklar genellikle annenin yanında kaldığından kızlar bir anne modelini sürekli görebilir, ancak erkek çocuklar baba modelinden yoksun kalırlar. Bu olumsuz etki, annenin geniş bir aileden geldiği durumlarda bir başka deyişle dede, amca, teyze, hala veya dayının sürekli çevrede bulunduğu durumlarda ortadan kalkar (Cüceloğlu, 1999:382). Günümüzde teknolojinin hızla artması geniş aile modellerini de yavaş, yavaş ortadan kaldırmaktadır. Bu durum ise boşanmış aile çocuklarının, geniş ailenin olumlu etkilerinden faydalanma şansını da ortadan kaldırmaktadır.

Boşanan çiftlerin boşanmadan etkilenmesi kısa ve uzun süre içerisinde izlendiğinde şu sonuçlar görülür : boşanmanın ilk aylarında, özellikle ilk iki – üç ay içinde her iki taraf da en zor devrelerini geçirirler. Erkekler ekonomik açıdan daha bağımsız olduklarından ve genellikle çocukların bakımını üzerlerine almadıklarından kısa süreli olumsuz etkiden kendilerini daha çabuk kurtarırlar. Anne sadece kendi başının çaresine bakma durumunda değildir. Ayrıca çocukların bakımını da düşünmek zorundadır. Bu durum kadına yeni ekonomik külfetler ekler ve kadın birçok yönden baskı altına girer (Cüceloğlu, 1999:384).

Anne babaların yaptıkları tartışmalara çocukları karıştırmamalı ve onları araç olarak kullanmamaları gerekir. Aksi halde çocuklar boşanmanın kendi yüzünden olduğunu düşünerek suçluluk duygusu duyabilirler. Çocuklar boşanma olayını arkadaşlarından gizlemektedirler. Boşanma nedeniyle örselenen çocuğun okul başarısı düşmektedir. Kimi hallerde çocuk; kendini kanıtlamak ya da tekrar

birleşme umudu gerçekleştirme için kendini yıpratırcasına çalışarak olağanüstü başarı gösterebilmektedir (Ankay, 1998:182). Yani bu olumsuz olayı “ödünlemeye” gidebilmektedir.

Boşanma olayı bazı kişilerde alkolizme, suç ve intihara neden olmaktadır. İsveç’te yapılan bir araştırmada boşanmış aile çocuklarının boşanmamışlara göre iki kat daha fazla suç işledikleri saptanmıştır. Kişilik bozukluklarından en çok antisosyal tipte boşanmalar olmaktadır. (Aşırı sorumsuz ve bencillik nedeniyle). Paranoid (sert, acımasız, soğuk, aşırı kıskanç) , obsesif (aşırı titiz, soğuk, cimri, sevgisiz) ve histerik kişilik bozukluklarında da (şıpsevdi ve gösterişe düşkünlük) boşanmalar çok görülmektedir (Ankay, 1998:183).

Teknolojinin hızla artması endüstrileşmiş toplumların artmasına neden olmakta ve geleneksel toplumları ortadan kaldırmaktadır. Bu durum geleneksel aile yapılarını da etkilemekte hatta ortadan kaldırmaktadır. Endüstrileşmiş toplumlarda aile kendi fonksiyonlarını başka kurumlara kaptırmış böylece sorumlukları azalmıştır. Ailenin normal düzeydeki sorumlulukları onun duygusal bağlarını güçlü kılan bir fonksiyondur. Bunun ortadan kalkması aile içi duyguların zayıflamasına ve ortadan kalkmasına neden olmaktadır. Bu durum ailelerin parçalanmasında önemli bir rol oynar.

2.8. SUÇ

Toplumsal normlara uymayan davranışlara suç ya da sapkın davranış denilmektedir. Bir davranışın suç olabilmesi için toplum tarafından suç olarak tanınması gerekir. Ayrıca bir fiilin suç sayılabilmesi için bir devletin ceza hukukunun ihlalinin ortaya çıkması gerekmektedir. Yani suçta devlet tarafından ortaya konulan resmi toplumsal normlara karşı çıkma söz konusudur. Suç ceza hukuku tarafından fiilin niteliğine, şiddetine, yapan kişinin yaş durumuna, suça iten sebeplere göre farklı biçimlerde sınıflandırılabilir. (Özkalp ve Diğerleri, 1998:149-156).

Suç çeşitleri beş temel kategoriye ayrılır. Bunlar:

- Şiddet ve adam öldürme ile ilgili suçlar.
- Mala karşı işlenen suçlar.
- Mağduru olmayan suçlar.
- Organize suçlar.
- Profesyonel kişilerce işlenen suçlardır.

Şiddet ve adam öldürme ile ilgili suçlardaki şiddet, Aşırı Yarışmacılık, Saldırganlık ve Şiddet başlığı altında belirtildiği gibi dengeleyici şiddet olarak ortaya çıkmaktadır. Bu şiddet türü güçsüz bir insanda üretken etkinliğin yerine konan bir şiddeti anlatır ve kökleri güçsüzlükte yatan güçsüzlüğe karşı dengeleyici olan bir şiddettir. Amerika Birleşik Devletleri Federal Araştırma Bürosu (FBI) 1992 yılındaki istatistiksel verilere göre Amerika'da her 22 saniyede şiddetle ilgili bir suç; her 22 dakikada bir cinayet, her 5 dakikada zorla tecavüz, her 47 saniyede bir soygun, her 28 saniyede ise adam dövme ya da zorlama suçu işlenmektedir. Bu tür suçların artma eğilimi iki nedene bağlı olarak açıklanmaktadır. Bunlardan birincisi toplum yapısında meydana gelen çöküntülerdir. Örneğin boşanma, ayrı yaşama, uyuşturucu kullanma, iyi eğitim görememe, işsizlik, iyi bir çevrede yetişmeme gibi. Diğer bir faktör ise silah taşıma ve bulundurma özgürlüğüdür. Günümüzde yaklaşık

60 milyon Amerikalıda silah bulunmaktadır. İnsanların silah bulundurmalarının birinci nedeni kendini korumadır. İkinci neden ise bireysel hak ve özgürlüklerdir. Diğer bir ifade ile hak ve özgürlüklere saygılı olan toplum bireyin silah edinme hakkına karışmamaktadır. (Özkalp ve Diğerleri, 2001:156-157)

Şiddet ve adam öldürme ile ilgili suçların nedenlerine bakıldığı zaman bu tür nedenlerin belli koşullar altında antisosyal kişilik bozukluklarına ve paranoid kişilik bozukluklarına iyi bir çevresel neden hazırladığı söylenebilir.

Daha önceki Aşırı Yarışmacılık, Saldırganlık ve Şiddet başlığı altında yer alan konuda Morris 'yapma silahların bir kere ortaya çıktıktan sonra, herhangi bir acil durumda fazla düşünülmezsizin el atılan bir araç haline getirildiği belirtilmiştir'. Yukarıda belirtildiği üzere silah taşımanın birini nedeni kendini korumadır. Ancak herhangi bir şekilde yıkıcı saldırganlıkla karşılaşan ve silah taşıyan herhangi bir kişi olaydan kaçıp kurtulma şansını denemek yerine silahını kullanmayı tercih edebilmektedir. Böylece şiddete şiddetle karşılık vermiş olmaktadır.

Ankay (2003: 10) Kıbrıs Gazetesine verdiği demeçte, KKTC'de (Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti) 16 yaşından küçük çocukların şiddete olan eğiliminin ve suç işlemesinin hızla arttığına işaret etmiştir. 2000 yılında 25, 2001 yılında 14, 2002 yılında da 21 çocuğun adam öldürme, adam öldürmeye teşebbüs, vahim yaralama, darp ve tecavüz gibi nedenlerden ötürü yargı önüne çıktığına ve çeşitli cezalara çarptırıldığına, 2002 yılı içerisinde yaşı 16'dan küçük 217 çocuğun çeşitli suçlardan mahkemelik olduğuna, 78 çocuğun soygun yapmak, ev ve dükkan açmak, sirkat gibi suçlar işlediğine dikkat çekti. Ankay, Yüksek Mahkeme Genel Sekreteri tarafından hazırlanan 2002 faaliyet raporuna göre 2001 yılında Gazi Mağusa'da 74, Girne'de 57, Lefkoşa'da 43, Güzelyurt'da 9, Lefke'de 3 çocuk mahkemelik oldu. Ankay, özellikle şiddete yönelik suçların önlenmesi için ailelerin şiddet içeren filmleri çocuklara izletmemesi, aile içinde anne ve babanın şiddete baş vurmaması gerektiğini, aile içi kavgalar sürekli olursa ve amaç haline dönüşürse, çocuklarda suç işleme eğiliminin artacağını belirtti. Ankay, toplumsal değişme koşullarında

kuralların önemini yitirdiğini ve çocuk suçlarının toplumdaki kuralızsızlık nedeniyle arttığını, suçları önleyebilmek için ekonomiyi ve toplumu yönlendiren politikacıların tutumlarının değişmesi gerektiğini vurgulayarak suçlulara ceza vermenin caydırıcı olmadığını, psikolojik nedenlere bağlı olan suçların olumsuz koşulların değiştirilmesi ile önlenebileceğini belirtti. Aileden gelen yanlış eğitimin, boşanma, terk, annesizlik ya da babasızlığın çocuklarda psikolojik sorunlar meydana getirdiğini, psikolojik nedenlerin toplumsal nedenlerin bir uzantısı olduğunu ifade etti (Kıbrıs, 2003:10).

Teknolojinin günümüzde hızla ilerlemesi bir toplumda , olumlu ya da olumsuz gelişmelerin ortaya çıkmasında esas belirleyici olarak etkili olabilmektedir. Psikolojik nedenler ise toplumsal nedenlerin bir uzantısı olarak ortaya çıkmaktadırlar. Aşırı yarışmacılığa bağlı olarak hızla artan teknoloji birçok toplumsal ve bireysel farklılıklarla sorunlarını da beraber getirmekte ve psikolojik nedenlere bağlı suçların da artmasına neden olabilmektedir.

Mala karşı işlenen suçlar , bir kişinin bir başkasına ait olan bir malı çalması, ona zarar vermesi söz konusudur.

Bu tür suçlar özellikle 16-25 yaş grubundaki gençler tarafından yoğunlukla işlenmektedir. Amerika ve Kanada'da çoğu soygunlarda elde edilen kanıtlar, soygunların, fakir, eğitimsiz, alkol veya uyuşturucu bağımlısı olan ve yaşamla ilgili planları olmayan, suçun sonuçları hakkında herhangi bir fikri bulunmayan insanlar tarafından işlendiğini göstermektedir (Özkalp ve Diğerleri, 2001:158).

Hırsızlık, bir davranım bozukluğudur. Ankay'a (1998:164) göre "çocuklara eğitim yoluyla mülkiyet duygusu aşılmalı ve böylece kendisine ait olanla olmayanı ayırt etmesi sağlanmalıdır. İlkel toplumlarda bireysel mülkiyet yoktur. Mülkiyet fikri, sonraki devirlerde ortaya çıktığı için insanlar, savaş ve anarşik olaylarda kolaylıkla yağmalama girişimlerinde bulunabilmektedir. Mülkiyet duygusunun eğitim yoluyla yeterince verilmediği durumlarda hırsızlık olaylarında daha fazla rastlanmaktadır. Anne baba, çocuğuna olumsuz bir hırsızlık modeli oluşturuyorsa çocuğun hırsızlıktan vazgeçmesi çok zordur."

Hırsızlığa neden olan en önemli etmenlerden biri de psikolojik ya da biyolojik olumsuzluktur. Çocukların gelişim sürecinde, fizyolojik güdülerine (özellikle beslenme) doyum sağlanmamışsa hırsızlığın tohumları atılmış olur. Doyumsuzluk kimi hallerde sevgi, kendini kanıtlama, başarısızlık ve kıskançlıktan kaynaklanabilir. Haksızlığa uğradığını düşünen çocuklar, bu haksızlığı hırsızlık yoluyla ödünlemeye çalışabilirler. Cezalandırılmak isteyen çocuklar da hırsızlık yaparak hapse girer ve suçluluk duygusundan kurtulurlar (Ankay, 1998:164).

Araştırmacıya göre yukarıdaki açıklama ışığında, ilkel insanda, mülkiyet olmadığından mala karşı işlenen suçların da olamayacağıdır. Teknolojinin hızla artması insanlarda daha çok bir şeylere sahip olma duygusunu artırmaktadır. Yine teknolojinin , buna bağlı olarak da kapitalizmin yaratmış olduğu insanlar arası gelir farklılıklarının özellikle aşırı yoksul aile çocuklarına mülkiyet duygusunun eğitim yoluyla verilmemesi durumunda, bir davranım bozukluğu olan hırsızlığın ortaya çıkabileceğidir.

Mağduru olmayan suçlar, bu tür suçlarda suçlu başkalarına doğrudan zarar vermez. Daha çok kişi kendisi mağdur olmakta ve bu yönde bir suç işlemektedir. Fahişelik, alkolizm, uyuşturucu kullanma gibi suçlar bu tür suçlardandır. Bu tür suçları işleyen insanlar genelde kanunlara saygılıdır. Ancak belki de bulundukları toplumda ahlak normlarını ihlal etmekte bundan dolayı da çevrelerinde rahatsızlık vermektedir. Bu nedenle de yapılan şikayetler sonucunda polis devreye girerek bunlara müdahale etmektedir. Bu tür suçları işleyen kişiler kendilerini suçlu görmemektedir. Bu tip davranışların suç sayılmasının nedeni, örneğin, uyuşturucular gibi bazı maddelerin kanun dışı sayılması, karaborsaya yol açması ve kanun dışı satılarak bazı kişilerin bu yolla büyük paralar kazanmasındandır. Bir diğer nedeni ise bu tür maddelerin satılabilmesi için organize kanun dışı suç şebekelerinin devreye girmesidir (Özkalp ve Diğerleri, 2001:158).

Mağduru olmayan suçlar, daha çok kişinin ahlak normlarına uyum göstermemesi, toplumsal törelere karşı gelmesi, normal aile yapılarına aykırı

olmasın nedeniyle sosyal yapıya zarar verebilmektedir. Bu tür suçlarda doğrudan zarar görmüş mağdur bulmak çok zordur.

Organize suçlar, bu tür suçlar genelde belirli bir grup tarafından işlenmiş her türlü gayrı meşru nitelikteki suçları içermektedir. En önemli nokta bunları düzenleyen grubun çok gizli olması, bazen milli bazen de milletler arası bir nitelik taşımasıdır. Bunun en güzel örneği de mafya oluşturmaktır. Bu tür suçlara bazı sosyologlar “beyaz yakalı suçlar” kavramını da kullanmaktadır. Beyaz yakalı suçlar toplumda saygınlığı yüksek kimselerce işlenmekte ve bu kişiler iş hayatlarında hileli işler yaparak kanunlara karşı gelmektedirler. (Antisosyal kişilik bozukluğu olan kişiler bu tür suçlara yönelebilir). Organize suç şebekelerini hem gelişmiş hem gelişmekte olan ülkelerde hatta komünist ekonomilerden bile görmek mümkündür (Özkalp ve Diğerleri, 2001:159).

Bu tür suçlara hemen, hemen tüm toplumlarda rastlansa bile daha çok bu suçlar, yasalarla insan haklarının korunup kollanamadığı toplumlarda ortaya çıkabilmektedir. Kişi, haklarının, içinde yaşadığı toplum yasalarına göre karşılık bulamadığı durumlarda, haklarını elde etmek için bu tür organize suçlarda mafya oluşturan kişilerin, hak arayıcı ve adalet dağıtıcı olarak görülmesine neden olmakta ve bu tür oluşumlara sosyal bir işlevlik kazandırmaktadır. Ancak unutulmamalıdır ki insan iyiyi, doğruyu, yanlışı ve kötüyü yaşadığı toplum içerisinde öğrenir. Özellikle gelişme döneminde bulunan çocuklar için iyiler kötü, kötüler de iyi olarak algılanır ve benimsenirse o toplum suç makinesi yetiştiren bir toplum haline gelir. Uluslar arası terörizmin kaynağını bu noktada aramak yanlış olmasa gerek.

Teknolojinin hızla ilerlemesi gelişmiş ve gelişmekte olan toplumlarda suç oranlarının artmasına neden olmaktadır. Her ne kadar işlenen suçların türleri bu iki toplum yapısında farklılıklar gösterse de genel olarak suçların tümünde bir artış gözlemlenmektedir.

İkinci dünya savaşından sonra özellikle batı toplumlarında sanayileşmeye paralel olarak suçlarda hızlı bir artış olmuştur. ABD’de 1960-1970 yılları arasında şiddet olaylarında %159, mala ilişkin suçlarda ise %75 artış olmuştur. Bu ülkede

tutuklananların %43'ü 18 yaşından küçüktür. Ayrıca cinayetlerin %10'u , cinsel suçların %9'u gençler tarafından işlenmektedir (Yörükoğlu; akt; Ankay, 1998:184).

Kentleşme ve teknolojik gelişmeler, pek çok sorunu da beraber getirmiştir. Örneğin, teknolojisi ve buna bağlı olarak ekonomisi gelişmiş Batı Uluslarında şiddet eylemleri, intiharlar, boşanmalar, uyuşturucu bağımlılığı, cinsel suçlarda çok büyük artışlar olmuştur. Refah düzeyi artan insanların daha mutlu olmaları beklenirken, tam tersi olması ve bir takım olumsuzlukların sergilenmesi önemli bir gelişki teşkil etmektedir. Bunun alternatifi teknolojiden vazgeçmek , “*bir lokma bir hırka*” değildir. Zaten bu mümkün de değildir. Burada teknolojinin yaratacağı sakıncaları bilimsel olarak saptayıp ona göre bir önlem alınması düşünülmelidir (Ankay, 1999:27).

Ankay çocuk hukuku adlı eserinde suçluların nedenlerini dört grupta göstermiştir. Bunlar; *yapısal ve biyolojik nedenler, psikolojik nedenler, ekonomik, toplumsal ve kültürel nedenler, coğrafi nedenlerdir.*

Yapısal ve biyolojik nedenler; epilepsi, psikopati, iç salgı bezi düzensizlikleri, beden yapısı, zeka ve kalıtım, kromozom sapmaları (xyy), toksin enfeksiyon, organik beyin sendromları, beyin ırları, vücut biyokimyasındaki değişiklikler, organik kökenli cinsel sapma, ergenlik, menapoz ve andropoz sorunları, hamilelik esnasında annenin uyuşturucu, sigara, antibiyotik kullanması, radyasyon alması, çocuklukta meydana gelen fiziki örselenmeler gibi nedenlerdir.

Psikolojik nedenler; bu gruptaki nedenlerin en önemlisi anne babanın çocuğa olumlu bir model oluşturmamasıdır. Reddetme, aşırı koruma, tutarsızlık, kardeş kıskançlığı, dağılmış aile çocukları (terk, boşanma, ölüm gibi), anne baba geçimsizliği, her insanın geçirdiği psikolojik gelişim aşamalarında saplanmalar, okul başarısızlıkları, nevrozlar, psikozlar ve cinsel sapmalar başlıca etkendir.

Ekonomik, toplumsal ve kültürel nedenler; bu gruptaki nedenler makro düzeyde ve daha belirleyicidir. Bunlar arasında ekonomik krizler ve enflasyon, savaş, kuraklık ve sınıflar arası dengenin bozulması, kentleşme ve buna bağlı göçler, anomi ve yabancılaşma, kültürel farklılıklara bağlı kuşaklar arası çatışma, dış göçlere bağlı kimlik bunalımı, çekirdek ailenin sorunları, siyasi otorite boşluğu

ya da siyasi otoritenin yanlış kullanılması, hızlı toplumsal değişimler, kitle iletişim araçlarının olumsuz etkileri sayılabilir.

Coğrafi nedenler; bu tür nedenler diğerlerine göre suçu daha az etkilemektedir. İklimler, basınç, nemlilik, yüzey şekilleri, demografik nedenler (nüfus artışı) coğrafi nedenler arasında sayılabilir. Suçlar, sıcak yaz aylarında daha çok işlenmektedir (özellikle saldırganlık suçları) (Ankay, 1999:28).

Son 200 yıl içinde suç örneklerinin belirgin bir değişim gösterdiği gözlenmiştir. Toplumlar modernleştikçe suçla ilgili davranışlarının oranlarında belirgin bir artış görülmektedir. Özellikle Endüstri Devrimiyle birlikte, kırsal kesimden kente başlayan göç bu artışı belirgin bir biçimde etkilemiştir. Şehirlerin hızlı büyümesi özellikle mala karşı işlenen suçlarda kesin bir artışa neden olmuştur. Mal ve mülke sahip olma isteği bir çok toplumda malların üretim ve tüketiminin artışıyla birlikte büyük önem kazanmıştır. Tüketim toplumuyla birlikte etrafta çalınacak birçok mal çeşidinin olması ve toplumun kendi kendini kontrol etme olgusundaki azalma, çeşitli gelir eşitsizlikleri suça ilişkin davranışları daha da artırmıştır. Dünya toplam nüfusunun %85'ine sahip gelişmekte olan ülkeler son 35 yıl boyunca insanlık tarihinde görülen en büyük suçsal davranışlarda bulunan toplumlar kategorisinde yer almaktadır. Bu olgu 21.yy'da da devam edecek olursa her yıl binlerce insan tecavüze uğrayacak, dövülecek veya cinayete kurban gidecektir. (Özkalp ve Diğerleri, 2001:148).

Yapılan araştırmalar göstermiştir ki mala karşı işlenen suçlarla ilaç bağımlılığı ve fahişelik türü suçlar ülkelerin gelişmişlik düzeylerine göre farklılıklar göstermektedir. Hollanda Adalet Bakanlığı'nca yapılan bir çalışmada İngilizce konuşulan ABD, İngiltere ve Avustralya suç davranışlarının en yüksek olduğu ülkeler arasındadır. Örneğin New York'ta yaşayan bir birey Tokyo'da yaşayanlardan yaklaşık 200 kez daha fazla hırsızlığa uğramaktadır. Araştırmacılar mala karşı işlenen suçların oranı ile ülkenin zenginlik düzeyi arasında pozitif bir ilişki bulmuşlardır.

Gelişmekte olan ülkelere bakıldığında zaman ise özellikle uyuşturucu ilaç bağımlılığı, mala karşı işlenen ve fahişelik türü suçlarda artış görülmektedir.

Kentlerdeki hızlı büyüme suçun geniş alanlarda işlenmesi için büyük fırsatlar yaratmaktadır. Diğer bir deyimle suç işleme ortamlarının uygunluğu nedeniyle kentlerdeki suç oranı gittikçe artmaktadır (Özkalp ve Diğerleri, 2001:148).

2.9. UYUŞTURUCU BAĞIMLILIĞI

Teknolojinin ilerlemesi insanın mutluluğunu artıracakı düşünülmüştür. Ancak günümüz insanı yarattığı teknolojinin olumsuzluklarını yaşarken yapay dünyasında yapay mutluluk aramaya yönelmiştir. İnsanın biyolojik ve sosyal yönü arasında oluşan dengesizlik onu yeniden kendi yaşamında mutlu edecek arayışlar içerisine itmiştir. İnsanın doğal yönünü inkar etmesi, yapay bir dünyanın doğmasına neden olmuştur. Bu dünya insanın her geçen gün ruh sağlığını etkilemektedir. Yaşadığı hayattan haz alamayan, zevk alamayan insan bunu yapay yollarla sağlamaya çalışır. İşte uyuşturucu maddelerin zararları bilinmesine rağmen, bunlar haz ve zevk almak için kullanılmaktadır. Gerek yazılı gerekse görsel basında zaman, zaman uyuşturucu tedavisi gören kişilerin konuşmalarına ya da söylediklerine tanık oluyoruz. Bağımlının sözlerinde ‘uyuşturucu kullandıktan sonra kendimi başka bir dünyada hissediyorum.’ sözleri dikkat çekicidir. Demek ki, beğenilmeyen bir dünya var ki, başka bir dünya aranmaktadır.

Kişi mutsuzluğundan kaçıp kurtulmak ya da sıkıntılı tekdüze olan yaşamını renklendirmek, ona heyecan katmak için madde kullanmaya başlar. Bir kez aldıktan sonra ise madde kısa sürede psikolojik etkisini gösterir. Psikolojik etkilenme sürecine giren birey, giderek bunu düzenli kullanır ve alışkanlığa dönüştürür. Madde psiko - aktif etkisini yapmaktadır. Psikolojik etki sürecini içermesi nedeniyle, sözü edilen maddelere ‘psiko - aktif maddeler’ denir. Psiko - aktif; biliş, duyuş veya duyu ve davranışları etkileyen anlamına gelir. Madde kullanımının duyuşsal haz, duyuşsal tolerans ve duyuşsal yoksunluk özellikleri maddeyi kullanmada en büyük rolü oynar. Bu üç özellik ‘muhalif veya karşıt süreç’ bağımlılık olarak anılır. Başlangıçta kullanıcı haz arar çünkü gerçek yaşamda bulamamıştır. Zevk almayı ister ve alır da.

Ancak üçüncü aşamaya ilerledikçe, yani maddeyi almama isteğine uygun olarak ona direnince yoksunluk belirtileri görülmeye başlar. Bu belirtiler çok acı verici ve rahatsız edicidir. Kişi bu rahatsızlık ve acı verici etkiden kurtulmak için bu kez maddeye döner. Sürecin başı ile sonu birbirine muhalif – karşıt aşamalardır.

Uyuşturucu madde kullanımında rol oynayan üç özellik;

- Duyuşsal haz aşaması: Tüm alışkanlık ve bağımlılık yaratan psiko - aktif maddeler başlangıç aşamasında haz vericidir. Olumlu duygu ve heyecan yaratırlar. Örneğin; alkol, bir takım engel ve yasakları aşırır; utangaçlığı yener ve sorunları erteler; eroin, kişiye coşku verir, heyecansal düzeyini yükseltir. Bu hoş duygulanımlar maddeyi geri çağırır.

- Duyuşsal tolerans aşaması: Kullanıcı bir süre sonra maddeye tolerans geliştirdiğini fark eder. İlk aşamada duyduğu hazzı aynı miktar ve yoğunlukta sağlayamadığını görür. Bu aşamadan başlayarak her kullanımda 'ilk uçuşu' yakalayabilmek için daha çok miktar maddeye gereksinim duyar. İşte bu noktada bağımlılığa ilk adım atılmış olur.

- Duyuşsal yoksunluk aşaması: Uzunca bir aşırı kullanım sonrası, kişi bu alışkanlık karşısında suçluluk duymaya başlar. Çoğunlukla dış baskılar bu duyguları başlatır. Kişi alışkanlığını bırakmak ister. Ancak bu aşamada bir de organizmanın fizyolojik bağımlılığı gelişmişse yoksunluk tepkilerinin belirtilerini yaşar. Bunlar aşırı tedirginlik ve paniklerdir ve çok rahatsız edicidirler. Bu kez de acı ve rahatsızlıktan kaçınmak için madde aramaya başlar, her ne pahasına olursa olsun onu bulmaya çalışır (Özkalp ve Diğerleri, 2001:305).

Modern şehirlerde kalabalıklaşarak beton yığınları arasında basit uyarıcılarla yaşayan insan her geçen gün can sıkıntısı ile yaşamaya mahkum olmuştur. Can sıkıntısını rahatlatmanın yolu olarak da ruhsal uyuşturucuları kullanmaya başlar. Bu alışkanlık onlu yaşlarda başlar ve ileri yaş gruplarına doğru, özellikle de toplumsal bakımdan oturmamış ve yapacak hiçbir ilginç işleri (harekete geçiren uyarıcı yaratmak açısından önemli) olmayan kişiler arasında yayılır. Uyuşturucu kullananlardan birçoğu, özellikle de daha derin ve daha içten bir yaşam deneyimine özlem duyan gençler, uyuşturucu kullanmanın 'kendilerine büyük heyecan verdiğini' ve deneyim ufuklarını genişlettiğini öne sürerler. Ne var ki, uyuşturucu almak onların karakterlerini değiştirmez; dolayısıyla da çektikleri can sıkıntısının kalıcı köklerini ortadan kaldırmaz. Kişiyi daha yüksek bir gelişme durumuna yükseltmez; bunu başarmanın tek yolu kendi benliği içinde sabırlı, gayretli çalışma

yolunu tutmak, nasıl yoğunlaşmak ve eğitim görmek gerektiği konusunda kavrayış ve bilgi kazanmaktır (Fromm, 1993:311).

Alkol de bir uyuşturucudur. Uyaran bir madde olarak bilinirse de aslında bir narkotiktir. Uyaran etkisi, duygu ve davranışlar üzerinde kortikal kontrole etki eden narkotik etkisinin bir sonucudur. Sosyal etkinliklerde alkol, saldırganlık davranışları meydana getirebilir. Davranışsal etkilerine bakıldığında ise orta dozda alındığında bile beden koordinasyonunda bozulmalara, tepkisel yavaşlamaya, yargılama, hesaplama gibi üst bilişsel süreçlerin bozulmasına neden olur. Alkol, uzun süreli kullanımına bağlı olarak zararlı etkiler ortaya çıkarır. Kronik alkol alımı diye kısaca tanımlanabilecek, alkolizm, organizmanın her dokusuna zarar verir, hasarlara yol açar. Beslenme bozukluğuna yol açar. Ciddi psikolojik veya psikiyatrik bozuklukların baş göstermesi de bir diğer uzun kullanıma bağlıdır (Özkalp ve Diğerleri, 2001:306).

Dünya Sağlık Örgütü'ne göre (WHO) alkolik, içkinin işine değil de işinin içkiye engel olduğunu düşünen kimsedir. Çoğu kez iş yerinde de içilir ve işinden olur. Aile düzeni bozulur. Eşi ve çocuklarıyla iletişimi kopar. Ailede kavga eksik olmaz. Çoğu kez eşlerin boşanmalarıyla sonuçlanır. Boşanma ise içkiye başlamanın ve artırmanın en önemli nedenlerinden biridir (Ankay, 1998:167).

Çağımızda, özellikle sanayileşmiş Batı ülkelerinde uyuşturucu madde tüketimi hızla artmakta ve bunu önlemek için pek çok para harcanmaktadır. ABD'de 15 milyon alkolik bulunmakta, alkolün etkisiyle yılda 25 bin kişi trafik kazasından, 20 bin kişi intihar ya da cinayetten, 25 bin kişinin alkole bağlı organik hastalıklardan öldüğü tahmin edilmektedir. 1980'li yılların sonlarında kişi başına yıllık alkol tüketimi litre olarak şöyledir: Fransa: 15, İtalya: 14, İspanya: 13, Federal Almanya: 12, Rusya: 12, ABD: 10, İngiltere: 9, Japonya: 5, Türkiye: 2,5 (Köknel; akt; Ankay, 1998:167).

Alkolizm beş kümede incelenmektedir; Bunlar, Alfa tipi, Beta tipi, Gamma tipi, Delta tipi ve Epsilon tipleridir.

- Alfa tipi: Sorunlarını, sıkıntılarını, bunalımlarını hafifletmek için fazla içki kullananlardır. Denetimlerini yitirmezler ve yoksunluk belirtileri görülmez. Psikolojik bağımlılık olmakla birlikte fiziki bağımlılık yoktur.
- Beta tipi: Aşırı içki kullanımı sonucunda, mide, bağırsak ve karaciğer bozuklukları görülür. Fiziki bağımlılık yoktur.
- Gamma tipi: Önce psikolojik, sonra fiziki bağımlılık görülür. *Bilinç denetimi kalkar. Alkol kesildiğinde yoksunluk belirtileri görülür. Organik bozukluklar gelişir.*
- Delta tipi: Sürekli alkol alırlar. Kesilirse yoksunluk belirtileri görülür. Fiziki bağımlılık oluşmuştur. Ağır organik psikolojik bozukluklar görülür. Alkole direnç artmıştır. (tolerans seviyesi yükselmiştir).
- Epsilon tipi (dipsomani): Zaman, zaman periyodik olarak içme krizleri biçiminde görülür (kompulsif). Depresyonu kaldırmak için aşırı bir tutkuyla, belirli dönemlerde sürekli olarak içilir. Bunu bir tür intihar girişimine benzetenler vardır. Kronik alkoholizm grubuna girer ve delta tipine dönüşebilir.

Alkolik kişiler başkalarıyla gerçek duygusal ilişkiler kuramaz. Depresyon belirtisi olan yalnızlık, güvensizlik, değersizlik, aşırı bağımlılık (oral kişilik) duygusu taşırlar. Başkalarına karşı örtülü saldırganlık duygusu taşırlar. Cinsel yönden olgunlaşmamış tiplerdir (Geçtan; akt; Ankay, 1998:168)

Madde bağımlılığı kapsamına giren maddeler şunlardır: Alkol, kokain, eroin, morfin, esrar, amfetaminler, hallüsinojenler (LSD), kafein, nikotin, hipnotikler ve uçuşu maddelerdir (Ankay, 1998:170).

Madde bağımlılığı Amerika Psikiyatri Birliği tanı ölçütlerine (DSM – IV: 96) göre 12 aylık bir dönem içerisinde herhangi bir zamanda ortaya çıkan ve kendini yedi türde belirten en az üçü ile kendini gösteren bir bozukluk türüdür.

Bu yedi tür belirti: İstenen etkiyi sağlamak için belirgin olarak artmış miktarda madde kullanma gereksinmesi. (Bu belirtiler, A ve B tanı ölçütlerinden; genel olarak terleme, titreme, uykusuzluk, sanrı, saldırganlık, bulantı, kusma, sinirlilik, kan basıncında yükselme ve epilepsi nöbetleridir.) Yoksunluk

semptomlarından kurtulmak ya da kaçınmak için aynı maddenin ya da benzerinin alınması. Maddenin yüksek miktarda ve uzun dönem süresince alınması. Madde kullanımını bırakmak için ya da denetim altına almak için boşa çıkan çabalar. Maddeyi sağlamak, kullanmak ya da etkilerinden kurtulmak için çok fazla zaman harcamak (uzun süre arabayla dolanmak, tedavi olma yöntemlerini aramakla geçirilen zaman.). Madde kullanımı yüzünden mesleki ve sosyal etkinlikler bırakılır ya da azaltılır. Maddenin zararlarından dolayı ortaya çıkan fiziki ya da psikolojik sorununun ne olduğunu bildiği halde madde kullanımını sürdürmek. (DSM – IV, 2001:96 – 97)

Madde bağımlılığına neden olan etkenler arasında kalıtım, aile ve kültür, model yoluyla koşullanma, kişilik yapısı, iç salgı bezleri düzensizlikleri, vitamin eksikliği gibi nedenler sayılabilir. Kalıtımın iyi bir belirleyici olduğunu kabul etmek mümkündür. Soyağacında içki içmeyenlerin bulunması, bağımlılık riskini azaltmaktadır. Anne baba ve önceki kuşakların madde bağımlısı olması, sonraki kuşaklarda ve özellikle erkek çocuklarda bağımlılık riskini artırmaktadır.

Sosyal öğrenme yaklaşımına göre içki içme model yoluyla öğrenilmekte ve pekiştirilmektedir. Bandura televizyonda görülen sembolik modellerin de en az gerçek modeller kadar etkileyici olduğunu deneysel olarak kanıtlamıştır. Bu yüzden televizyonda gösterilen filmlerde alkol ve uyuşturucu kullanım sahnelerinin veya görüntülerinin çocuklar tarafından izlenmesi sakıncalar doğurabilir. Son zamanlarda alkolü içki ve sigara reklamlarına televizyonda sansür uygulanması sevindirici bir olaydır.

Kaygı ve zorlanma sonucunda alınan uyuşturucu kısa bir süre rahatlama sağlar. Ancak bu geçicidir. Daha sonraki kaygılardan kurtulmak için daha fazla uyuşturucu almak gerekecektir. Bu kısır döngü kişiyi madde bağımlısı yapar.

Madde bağımlılığı ile iki yönde mücadele edilmelidir. Bunlardan birincisi insanların bu tür maddelere ulaşmasını engellemek için bu işten kar sağlayanlar tarafından kurulan uyuşturucu kaçakçılığının önünü kesmektir. İkincisi ise koruyucu önlemler olabilir. Yani daha henüz bağımlılık hali oluşmadan bunun kişinin ya kendi başına ya da profesyoneller tarafından engellenmesi için çalışmak.

Aksi halde bağımlılık hali için sağaltım alternatiflerini denemek veya ceza yasalarını zorlamak fazla bir netice vermeyecektir (Ankay, 1998:74 – 175).

Toffler 'Gelecek Korkusu' adlı eserinde şu ifadelere yer vermiştir.

“ Sanatta, bilimde gösterdiği bunca başarıya karşın, ABD’de binlerce gencin gerçeklerden kaçabilmek için ilaç (drug) kullandıkları bir ülkedir. Aynı ülkede milyonlarca ana baba da beyin yıkayan televizyonun veya alkolik sersemliğin güvencesine sığınmıştır. Bir çok yaşlı kişi bitki benzeri yaşayıp, yalnızlık içinde ölmektedir. Aileden ve mesleki sorumluluklardan kaçış bir çıkış yolu olmuştur. Kitleler kaygılarını Miltown, Librium, Equanil ya da diğer uyuşturucu ilaçlarla bastırmaktadırlar. Bilse de bilmese de böylesine bir ülke gelecek şokuna uğramış demektir.” (Toffler; akt; Ankay, 1998:20).

Teknolojinin gelişmesiyle insanların daha mutlu olacakları, her derde deva olacağı yutturmacası gün geçtikçe gerçekliğini yitirmektedir. Doğal koşullardan uzaklaşıp yaratılan yapay dünyanın kötü gerçeklerinden kaçmak haz ve zevk almak için madde bağımlılığına yönelen insanın, kurtuluşu burada araması ölüme mahkum bir insanın 'af yanılması'ndan' farksızdır.

2.10. DEPRESYON VE İNTİHAR

Doğada ve doğal koşullarda canlılar depresyona girmez, intihar etmez. İlkel kabilelerde yapılan araştırmalarda depresyona ve intihara rastlanmamıştır. Günümüz modern şehirlerinde ise bunlar gün geçtikçe artmaktadır. İnsanlara yaşadıkları ortamlarda haz ve zevk alarak mutlu yaşamak ister. Modernleşme adına, daha rahat bir yaşam sağlayacağı düşüncesiyle yaratılan aşırı teknoloji, beton yığınlarıyla oluşan büyük şehirleri yaratmıştır. Bu ortamlarda insanlar aşırı basit uyarılmaya maruz kalmakta, elde etmek istediklerinin bir kısmını olsun yaratmak yerine hazır olarak elde etmektedir. Bu durum insandaki 'harekete geçirici uyaranların' oluşmasına ya da ortadan kalkmasına neden olmaktadır. Şehirlerdeki bu yaşam tarzı insanın haz ve zevk duygusunu ancak anlık sağlamakta, daha sonra ise yine aynı can sıkıntılı yaşama geri dönmektedir. İnsanın yaşamda anlam arayışını ortadan kalkması, yaşamında anlamsızlık yaratmaktadır. Bu da insanda ümitsizlik, karamsarlık, yetersizlik, kendine güvensizlik, çaresizlik, suçluluk gibi sorunların ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Bunların tümü bir depresyonun varlığını ortaya koyabilecek belirtilerdir.

Depresyon ya da depresif bozukluk bir duygu durum bozulukluğudur ve tedavi gerektirir. Dört boyutta ele alınabilir. Bunlar, duygusal boyut, düşünsel boyut, fiziksel boyut ve ciddiyet derecesidir.

- **Duygusal Boyut:** Bu boyutta depresyonu yaşayan kişiler en az iki hafta boyunca devam eden karamsarlık, iştahsızlık, sıkıntı ve keder duygularından yakınırlar. Bu duyguların gün boyu aynı yoğunlukta kalmaları gerekmez. Bazı kişiler, sabah bu şekilde kalkar akşam üstüne doğru kendilerini daha iyi hissedebilirler.

- **Düşünsel Boyut:** Kişinin kendi dünyası ve geleceği hakkındaki düşüncelerinde farklılıklar vardır. Kişi kendisini işe yaramaz, yetersiz, başarısız olduğunu düşünür. Bu yüzden benlik saygısı ve kendine olan güveni sarsılır. Karar vermede güçlük çeker. Geçmişte yaptığı hatalar ve kusurlar üzerinde takılıp çeşitli suçlar veya bağışlanmaz günahlar işlediğini düşünebilir Dünyayı 'acıdan başka hiçbirşey getirmeyen' , engelleyici, hayar kırıklığına uğraticı bir yer gibi algılar.

Acıların ve eziyetlerin sonsuza dek süreceği gibi bir beklentisi olduğu için mutsuzluğa kapılır. Durumunu değiştiremeyeceği inancı onu intihara götürebilir.

- **Fiziksel Boyut:** Fiziksel belirtiler de yukarıda açıklanan iki boyuttaki psikolojik belirtiler kadar üzücüdür. Bazen uyukuya dalma sorunu olurken bazen de gecenin ortasında uyanma ya da çok erken saatlerde uyanma gibi sorunlar olabilir. Ender de olsa uyku süresinde artış olabilir. İştahta azalma ya da artma olabilir. Enerji kaybının yanı sıra bazen ya kısmen ya da tümüyle cinsel ilgi kaybı yaşanabilir.

- **Ciddiyet Derecesi:** Depresyon ciddi ve acı veren bir rahatsızlıktır. Ciddiyet derecesi kişiden kişiye değişebilir. Depresyon geçirmiş birisi, bu tür bir rahatsızlığı geçirmiş ya da geçirmekte olan birini tanıyabilir çünkü aynı belirtileri kendisi de yaşamıştır. Depresyonun farklı ciddiyet derecelerini tanımlamak için farklı terimler kullanılır. Genelde depresyonun her türü için farklı tedavi yaklaşımları önerilir. Depresif rahatsızlıklarda iki önemli boyut vardır. İlk boyutta depresyonun 'ciddiyet derecesi' kriter olarak alınır. Bu rahatsızlık bazen öylesine ciddi boyutlarda olabilir ki, depresyondaki kişinin düşünceleri gerçeğe bağlantısını tümüyle yitirir. Suçluluk ve rahatsızlık düşünceleri ile birlikte, katı inanışlar da fazlasıyla abartılır. Örneğin, 'dünyadaki tüm kötülüklerin nedeni benim' gibi. Bu tür düşünceler, yanılsama (delüzyon) olarak tanımlanır. Zaman zaman bunlara anormal algılar (halüsinasyonlar) da eşlik edebilir. Örneğin, ortalıkta kimse olmadığı halde, 'sen kötüsün, cezalandırılmalısın' diyen suçlayıcı bir ses duyduğunu söylemek gibi. Depresyonu bu yoğunlukta yaşayan birisi bazen öylesine yavaşlar ki, hareket edemez, konuşamaz duruma gelir. Bazen de hasta yerinde durmaz, sürekli ellerini ovuşturur, ya da yüzülmüş gibi kızarana kadar derisinin bir yerini ovar. Bu tür depresyonlar '*psikotik*' olarak sınıflandırılır. Bunlar '*nevrotik*' depresyon türleri kadar sık görülmezler. En iyi tedavisi hastahaneye yatırılmalarıdır.

İkinci boyuttaki ayırım rahatsızlığın 'tarihçesine' göre yapılır. Bazen depresif rahatsızlık aynı kişide sık sık tekrarlayabilir. Eğer her rahatsızlık dönemi bir depresyon ise bu durum tek kutuplu (unipolar) depresyon olarak adlandırılır. Bazen de hasta bir rahatsızlık dönemi (epizodu) boyunca depresyon belirtileri gösterirken, diğer bir dönem boyunca aşırı neşeli ve şen olabilir. Taşkınlıklarda bulunabilir. Konuşmasında bir artış ve hızlanma olabilir. Uyku gereksinmesinde azalma olabilir.

Dikkatsiz harcamalar yapıp aşırı cinsel etkinlikler ve toplumsal kurallara uymayan davranışlar içine girebilir. Depresyon dönemlerindeki bu tür davranışlar 'manik' davranışlar olarak adlandırılır. Eğer depresyon dönemleri, bu tür manik davranışların olduğu dönemlerle yer değiştirerek seyrederse, rahatsızlık çift kutuplu (bipolar) ya da 'manik – depresif rahatsızlık' olarak adlandırılır. (Blackburn, 2000, s.9 – 14).

İntihar olasılığı depresif rahatsızlıklarda oldukça yüksektir. Bu olasılık, bazen yalnızca bir ölme isteği olarak kalırken çoğunlukla da ciddi intihar girişimlerine dönüşebilir. İngiltere'de her yıl yüz bin kadın ve erkekte 16'sı intihar etmektedir. Her ölümle sonuçlanan intihara karşılık 50'den fazla intihar girişimi olmaktadır.

İntihar ya da intihar girişimlerinin hepsinin depresif rahatsızlıkla bağlantısı olmamasına karşın depresyondaki umutsuzluk ve çaresizlik duygularının yoğunluğu nedeniyle bu rahatsızlığı yaşayanlardaki risk depresyonda olmayanlardan otuz kat yüksektir. Kadınlarda depresyona rastlanma sıklığı erkeklerinkinin yaklaşık iki katıdır (Blackburn, 2000:13-15).

İntiharın (özkıyım) tanımını yapmak güçtür. Freud'a göre intihar, saldırganlık güdüsünün insanın kendisine yönelmesidir. Freud'un bu tanımlaması ilkel insanda neden intihar vakalarına rastlanmadığı açısından önemli olabilir. Saldırganlık ve şiddet başlığı altında, saldırganlık; koruyucu saldırganlık ve yıkıcı saldırganlık olarak iki tür olduğu açıklanmıştır. Koruyucu saldırganlık, canlının dolayısı ile insanın yaşamına hizmet eden bir saldırganlık türüdür ve insanın kendisini, ailesini koruması ve yaşamını sürdürmesine hizmet eder. Yıkıcı saldırganlık ise insanın doğal yaşam koşullarından uzaklaştıkça koruyucu saldırganlığın giderek yıkıcı saldırganlığa dönüştüğü bir türdür ve hastalıklı bir saldırganlık türüdür. Bu noktadan hareketle intihar olaylarının modernleşen insan yaşamında artması ya da ortaya çıkması yıkıcı saldırganlığın insana dönmesi şeklinde düşünülebilir. Yani modernleşme ile yıkıcı saldırganlık ve intihar arasında bir bağ kurulabilir.

Araştırmacılar intihar olaylarının kırsal bölgelerde, kentlere oranla daha az olduğunu ortaya koymuşlardır (Morris, 1986:74). Bu durum kentlerle, kırsal

kesimlerin teknolojiden ne kadar etkilendikleriyle açıklanabilir. Cinayet sadece insanlara mahsustur. Sebepsiz yere öldürme gibi. Doğada hiçbir canlı beslenme ve kendini koruma amacı dışında, özellikle kendi türünden birini öldürmez. Bu özellik sadece insanda görülür.

İntiharla cinayet arasında da ilişki vardır. Cinayet oranı yüksek ülkelerde intihar olaylarının az olduğu görülür. İntiharların çok olduğu yerde ise cinayetler azalır. Sanki ortada harcanması gereken bir saldırganlık birikimi var da kendine şu ya da bu biçimde bir yol arıyordur (Morris, 1986:75). Metropolitan şehirlerdeki aşırı stres düzeyi insandaki saldırganlıkta belirleyici rol oynamaktadır.

Kitle iletişim araçlarının (özellikle televizyonun) intiharla ilgili yayınları, bir model oluşturması bakımından, intihar olaylarını artırmaktadır. Gazetelerde, intihar olaylarını yayınlayan gazetelerin etkisi altında kalarak intihar eden kimselere rastlanmaktadır (Ankay, 1998:75).

İntiharın, ne olduğuna ve sebeplerine bir yaklaşım da Durkheim tarafından yapılmaktadır. Durkheim intiharı "Bir insanın, doğuracağı sonucu bilerek olumlu ya da olumsuz bir eyleme, doğrudan doğruya veya araçlı olarak kendi kendini ölüme sürüklemesidir". Şeklinde dir.

Aşırı bireycilik yalnızlığa neden olmakta, toplumsal bağlar gevşemektedir. Bu durumu Durkheim "bencil" intihar olarak adlandırmıştır. Durkheim intiharı üç türe ayırmıştır. Bunlar: Bencil, Elcil ve Anomik türlerdir.

Bencil intiharlar, toplumsal bağların gevşemesi ile oluşur. Toplumsal bağları daha güçlü olan katoliklerde intihar, protestanlardan daha azdır. Evliliklerde toplumsal bağ, bekar ve dullara göre daha güçlü olduğundan intihar daha azdır.

Elcil intiharlar; toplumsal bağların aşırı güçlü olmasından ileri gelir. Toplumsal bağların daha güçlü olduğu askerlik mesleğinden intiharların daha fazla görülmesi bundandır.

Anomik intiharlar; toplumlardaki kargaşa dönemlerinde artmaktadır. Bunun istatistiksel dayanağı da devrimlerden ve göçlerden sonra intiharlarda büyük artış görülmesidir (Ankay, 1998:178)

Depresyon gibi, şizofreni gibi akıl hastalıklarında intihar olaylarına sıklıkla rastlanmaktadır. Alkol ise intihar girişimini kolaylaştırır ve cesaretlendirir (Ankay,1998:178).

Freud, intiharı saldırganlık güdüsünün insanın kendisine yönelmesidir şeklindeki açıklaması şu dayanağa göre olmuştur. Bu davranışın ortaya çıkmasında, eyleme dönüşmesinde, benlik (ego) ve üst benlik (süper ego) arasındaki çatışmadan kaynaklanan kaygı (anksiyete) önemli rol oynar. İntiharı düşünenlerde, bu düşünceyi davranışa ve eyleme dönüştürenlerde benlikten gelen dürtülere, eğilimlere ve isteklere bağlı davranış kalıplarıyla üst benliğin cezalandırıcı, suçlayıcı davranış kalıpları çatışır. Bu çatışmanın yarattığı kaygı saldırgan dürtüleri, eğilimleri, istekleri harekete geçirir. Ancak üstbenliğin baskısı bunların dışarı yansımaları engeller. Saldırgan dürtülerin, eğilimlerin, isteklerin benlik içinde kalmasını sağlar. Yok edici nitelikte olan bu güçler bireyin kendi öz benliğine yönelir. Kişinin kendisini yok etmesini, öldürmesini amaçlayan davranışlar, eylemler ortaya çıkar (Köknel, 1998:328).

İntihar olayları, doğada doğal koşullarda yaşayan hayvanlarda görülmemektedir. İnsan, ise doğal ve sosyal yön arasındaki dengeyi koruyamayarak doğal yönünü inkar edencesine modernleşmesi, doğal olmayan depresyon ve intiharı da doğurmuştur. İnsanlarla hayvanlar arasında zeka düzeyi açısından da büyük bir fark vardır. Yaratıcılık, araştırmacılık, yorumlama, sorgulama, planlama gibi özelliklerin olması onu farklı kılmaktadır. Bunlardan bir diğer önemli fark insanın yarını da değerlendirip ne yapabileceğini ve ne yapması gerektiğini planlayabilme özelliğidir. İnsandan başka hiçbir canlı yarını planlayarak hareket etmez. (içgüdüsel hareketlerini bununla karıştırmama gerekir). Sadece doğan günle batan gün arasında gününü yaşar. Bu özellikle insanlarda yoktur. Bu durum hoş olmayan duyguları bir sonraki günlere taşımasına neden olmaktadır. Bu da sorunlu insanlarda olumsuzlukların birikerek ruh sağlığının bozulmasına neden olur. Bu yönümüzdeki önemi kavrayarak aşırı yarışmacı, bencil, davranışlardan uzak kalarak daha çok paylaşımcı yönümüzü ön plana çıkararak mutlu olmanın yolları aranmalıdır. Çevremizde yaratacağımız değişikliklerin olumlu ve olumsuz yönlerini önceden

kestirebildiğimiz için, doğamıza ve yaşamımızdaki gerçeklere uygun olanları yaşama geçirmek çağımızın depresyonlu insanını rahatlatacaktır.

2.11. ÇEVRE SORUNLARI

Son yıllarda psikologlar, çevre koşullarının, özellikle kalabalığın kişinin duygu, düşünce ve davranışlarını nasıl etkilediğini araştırmaya başlamışlardır. Psikolojinin yeni bir alanı olan çevre psikolojisi bu ihtiyaçtan doğmuştur. Bu yeni alan şehirlerin kuruluşunda binaların mimari yapılarının planlanmasında, iş yerleri ve parkların nasıl düzenleneceği konusunda çalışmalar yapmaktadır.

İnsanın modernleşme adına büyük beton şehirleri kurması ve oralarda hızla artarak çoğalması, her geçen gün insan ruh sağlığını olumsuz etkilemektedir.

İnsanoğlu yaşamını doğal çevreye bağlı olarak sürdürürken aynı zamanda geliştirdiği teknoloji ile onu çeşitli biçimlerde etkiler. Modern endüstriyel toplumda insan doğanın hakimidir. Onu etkiler ve değiştirir. Ancak bu değişimleme sırasında çoğu zaman da ona zarar verir. Zamanla bozduğu çevre onun yaşamını etkiler. Hatta insanın yaşamını olanaksız kılar (Özkalp ve Diğerleri, 2001:180)

İnsan davranışlarının ortaya çıkmasında kalıtım gibi çevre de önemli bir faktör oluşturmaktadır. Çevre genetikle bir bütünlük teşkil etmektedir. Örneğin Bandura saldırganlığın, çevre koşullarına bağlı sosyal öğrenme ile de oluşabileceğini vurgulamıştır. Bazı hastalıklar yine çevre koşullarının yarattığı olumsuzluklar sonrası ortaya çıkan stres düzeylerine göre kendini göstermektedir. Tıpkı şizofrenide olduğu gibi.

İnsanların çokluğu, büyük binalar, kalabalık caddeler, fazla gürültü ve olanak çeşitliliği kırsal yerleşim merkezlerinin görece sessizlik ve hareketsizliğinden daha farklı bir duygusal durum ve davranış üretir (Freedman ve Diğerleri, 2003:621).

Modern kentlere sıkışan insan, kalabalıklar içerisinde yalnızlık yaşamaktadır. Bu durum insanın insana yabancılaşmasını getirmektedir. Hayvanat bahçesine kapatılan hayvanlar da yapayalnızdır, ya da doğal şeklinden çok farklı bir toplumsal grup içerisine kapatılmıştır. Yakındaki kafeslerde başka hayvanları görür, seslerini duyar ama gerçek ilişki kuramaz. Kentlerdeki insanların modern koşulları da buna çok benzer. Kent yaşamının insanı yalnızlığa sürüklemek gibi bir

tehlikesi vardır. Kişisellikten yoksun bir kalabalık içinde insan yok olup gidebilir. Doğal aile topluluklarının bozulması, ilişkilerin bozulmasına, kırılmasına ve incinmesine neden olmaktadır. Bir köyde bütün insanlar birbirlerinin kişisel dostu, hiç olmazsa kişisel düşmanıdır. Aralarında yabancı yoktur. Kentlerde ise çoğu insan komşularının adını bile bilmez. Bu durum modern kentlerde oturan insanlarda büyük bir üzüntü ve gerilim yaratır (Morris, 1986:40). şehirlerde depresyon ve intihar olaylarının artmasının nedenlerinden biri de budur.

Davranışların iki ana nedeni vardır. Bunlar kalıtım ve çevredir. İnsanın her geçen gün içinde yaşadığı çevreyi değiştirmesi ve ona hükmetmek istemesi her zaman onun için olumlu sonuçlar doğurmamaktadır.

İnsan içinde yaşadığı ortamla sürekli iletişim etkileşim durumundadır. Bu ortamdan gelen fizyolojik iletilerin, uyarıların etkisi altında yaşamını sürdürür. Fizyolojik iletiler fiziksel ve kimyasaldır. Fiziksel nitelikler; insanın içinde yaşadığı ortamın ısısı, nemi, ışığı, rüzgarı, seli, elektrik yüklü iyonlarıdır. Kimyasal nitelikte ise; soluk alınan havada, içtiği suda, yiyeceklerde bulunan organik ve inorganik maddelerdir. Kimyasal ve fiziksel iletilere belirli ölçülerde gereksinim vardır. Ancak belirli ölçüler aşıldığı zaman insan organizması için zararlı etkenler olurlar. Fizyolojik iletilerin bir bölümü ise, insan organizması için her ölçü ve durumda zararlı ve zehirlidir. Radyasyon, karbon monoksit , kükürt dioksit bunlardandır. Fiziksel ve kimyasal uyarılar bir sınırdan sonra tüm insanlar için zararlı etken olur. Bedensel ve ruhsal hastalıklara yol açar. Doğada yaşayan insanın doğaya en büyük zararı kendi bedeninden çıkan atıklarla başlar. Katı ve sıvı olan bu atıklar toprağı, suları kirletir; kirlenen doğa hastalık yapan mikroorganizmaların kolay üreyip yayılmasına yol açar. Bu atıklara, çöpler, besin atıkları ve diğer çevre kirletici öteberi de eklendiğinde insanın doğaya verdiği zarar daha da artar. Kırsal yöreler ve küçük kentlerde hatta altyapısı iyi olmayan bazı büyük kentlerin dış kesimlerinde bu atıkları toplayacak kanalizasyonun olmaması, çöplerin sokaklara atılması, içme ve kullanma sularının kirlenmesine mikroorganizmaların çoğalmasına neden olmakta bu da salgın hastalıkların başlamasına neden olmaktadır (Köknel, 1998:84)

Dünya nüfusunun hızla artması kentlerdeki insan yoğunluğunu da artırmaktadır. Artan insan sayısına bağlı olarak imar alanında da artışlar olmaktadır. Bu durum daha sıkışık bir betonlaşmayı ve çevredeki azalan doğal ortamları da tümünden ortadan kaldırmaktadır. Artan insan sayısı atıkların artmasına ve kirlilik düzeyinin de artmasına yol açmaktadır. Ayrıca insanın içinde bulunduğu doğal çevre bundan olumsuz etkilenmektedir. İnsanın doğal yönünü inkar edercesine ortaya koyduğu bu yaşam şekli ruh sağlığını giderek bozmakta ve hastalık yapıcı ortamları hazırlamaktadır.

Teknolojinin gelişmesi ve sanayileşmeden kaynaklanan çevre kirliliği doğayı ve dolayısıyla da insan sağlığı için tehlikeli ortamlar oluşturmaktadır. Bu atıklar zararlı sıvı veya gaz durumunda olabilirler. Bu sıvı ve gazlar, akarsuları, denizleri, gölleri ve bitki örtüsünü kirletirken öte yandan atmosferde zararlı maddelerin toplanmasına yol açmaktadırlar. Bu sanayi atıkları içinde bulunan klor, kükürt dioksit, karbon monoksit gibi baca gazları hava kirlenmesine ve doğanın bitki örtüsünün bozulmasına yol açmaktadır (Köknel, 1998:85). Bu zararlı gazlar besin zincirlerine girip bazı canlıların nesillerinin tükenebilmesine yol açmakta ve asit yağmurlarına da neden olmaktadır.

İnsanın çevresinde yarattığı kirlilik ruh sağlığı gibi fizyolojik yönünü de etkilemektedir. Edingburg Tıp Araştırma Konseyi'nin 577 erkek üzerinde yaptığı araştırmada, 12 yıllık bir zaman diliminde erkeklerdeki sperm oranının %24 oranında azaldığı önümüzdeki yüzyılda babalık işlevinin yerine getirilemeyebileceği ifadece edilmiştir. Buna neden olarak da çevre kirliliği ve teknolojinin olumsuz etkileri gösterilmiştir (Ankay, 1998:27). Bu durum insanın doğayı değiştirmesi ile birlikte belki de dünyanın milyonlarca yıl devam eden evrimsel gelişimine zarar vermesi sonucu kendi türünün de tehlike altına girmesini sağlamıştır.

Sovyetler Birliği'nin dağılması ile birlikte sosyalist bloktaki çevre sorunlarının sanıldığından çok daha büyük olduğu ortaya çıktı. Kapitalist sistem çevre sorunlarına daha duyarlı olduğu ortaya çıktı. Buna rağmen dünyanın çevre sorunlarının büyüdüğü de bir gerçek (Cumhuriyet,1990:18). Kapitalist sistemde sayıları çok olmamakla birlikte, insanların dikkatini çevre sorunlarına çekmeye

alışan bazı sivil toplum örgütlerinin varlığı ve birçok bilim adamının uğraşının bu duyarlılığı yarattığını söylemek mümkün. Doğu bloku kapalı bir kutu olarak kapitalist süper devletlerle girmiş olduğu teknoloji yarışını, insanın emeğini teknolojiye dönüştürmek için kullanmıştır. Bu durum orada yaşayan insanları, etken değil, edilgen bir duruma getirmiştir. Edilgen insanın, evre için duyarlı olması mümkün değildir.

Günümüzde endüstri ülkeleri ile geri kalmış ülkeler arasında evre ile ilgili sorunlar yaşanmaktadır. Çok gelişmiş sanayi ülkeleri kendi ülkelerindeki sanayi atıklarını ne yapacaklarını şaşırmış durumdalar. Yeni üretimlerini çevreye zarar vermeyecek şekilde üretebilmek amacıyla yeni teknolojiler yaratmak için milyarlar harcıyorlar. Oysa dünyanın birçok yerinde eski metotlarla (sanayi tipinde) retimler yapılıyor. Bunlar çevreyi korumaya yönelik değildir (Cumhuriyet,1990:18)

Günümüzde politikacıların kalkınmışlık anlayışları bulundukları bölgedeki fabrikalarla, bina artışlarıyla ve yüksek binalarla ortaya konulmaktadır. Bu anlayış ‘daha doğal bir çevrede yaşama mantığına dnşmezse’ her geçen gün insan yaşamı daha da güçleşecektir. Büyük ve yüksek gökdelenler arasında bir nokta gibi kalan yeşil alanlar avuntudan başka bir şey değildir. Ağacın büyüklüğü ve güzelliği aşağıdan bakıldığı zaman anlam kazanır. Yoksa yüksek binalardan bir bakış onların bir nokta gibi algılanmasından başka bir şey değildir.

2.11.İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Aşağıda belirtilen ilgili araştırmalara A.Ankay'ın "Ruh Sağlığı ve Davranış Bozuklukları" adlı eserinden ulaşılmıştır.

Kıbrıs'ta daha önce yapılmış araştırmalar içerisinde, 'Stoa' öğretisinin kurucusu Kıbrıslı Zenon (M.Ö 336-264) felsefi temellere dayanarak uygarlığın insanları erdemden uzaklaştırdığı yaklaşımını ortaya koymuştur.

Yurtdışında yapılan araştırmalardan ulaşılanlar ise:

A.Toffler (1981) 'Gelecek Korkusu' adlı eserinde teknolojinin tamamen inkar edilemeyeceğini ancak insanın yeni teknolojileri de aptalca ve bencilce kullandığını ortaya koyarak, teknolojinin ekonomik yararlarını bir an önce elde etmek uğruna insanın çevresini fiziksel ve sosyal bir yangın yerine çevirdiğine dikkat çekmiştir.

E.Fromm (1978) ise 'Psikanaliz ve Zed Budizm' adlı eserinde; bugünkü çağdaş insanın teknolojinin esiri olarak duygularını yitirmiş olmanın bunalımını çektiğini ileri süren çağdaş psikanalistlerdendir.

Teknolojinin insan ruh sağlığını nasıl etkilediği konusunda H. Marcus (1968) endüstriyel uygarlığın, dünyanın her yerinde insanın insana baskısının giderek yayılmakta olduğunu, 'Aşk ve Uygarlık' adlı eseriyle ortaya koymuştur.

Ünlü siyaset bilimcisi M. Duverger, (1977) üretimin gelişmesine koşut olarak, doğa kirlenmesi ve tahribinin ortaya çıktığını, hayatın ortak yönlerinde gerilemeler olduğunu, reklamcılığın egemen bir duruma geldiğini, kültürsüzleşmelerin yaşandığını, yani genelde hayatın nitel yönünün başarısızlığa uğradığını 'Batının İki Yüzü' adlı eseriyle ortaya koyan bilim adamıdır.

B. Russell ve Dora (1979) 'Endüstri Toplumunun Geleceği' adlı eserlerinde ise çağımıza, geçmiş çağlara göre, iyi kötü her iki yönde de değişik bir özellik kazandıran etkenlerin en önemlisinin bilim olduğunu ortaya koyarak, bilimin bir takım kötülükleri yanında, insanlığın geçmişte ulaşabileceğinden çok daha iyi koşullara kavuşturacak olan etkenin yine bilim olacağını belirtmişlerdir. Ancak bugün için dünyanın görünümünün korku verici olduğu, üstelik de durumun yakın zamanda daha da kötüye gidebileceği şeklindedir.

Ünlü psikolog Daniel Goleman (1998) ise insanın teknolojik gelişmeye bağlı olarak bundan nasıl etkilendiğini 'Duygusal Zeka' adlı eserinde; çağımızda ebeveynlerin çocuklarına ayırdıkları zamanın azaldığına, çocukların, coğrafi hareketliliğin artmasıyla geniş ailelerini tanımadan büyüdüklerine dikkat çekmiştir. Bunun sonucu olarak da, çocuk suçlarında, intiharlarda, uyuşturucu kullanımda, depresyonda, boşanmalarda artışlar olduğunu belirtmiştir.

Ünlü psikanalistlerden Karen Horney ise 'Çağımızın Nevrotik Kişiliği' adlı eserinde, çağımızı, doğanın kirlenmesinin, aşırı yarışmanın, savaş histerisinin, manevi değerlerin aşınmasının, aşırı uyarılmanın, yabancılaşmanın, uyuşturucu bağımlılığının arttığı şeklinde tanımlamaktadır.

BÖLÜM III

YÖNTEM

3.1. ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

Bu araştırmada, kaynak tarama yoluyla içerik analizi yöntemi kullanılmıştır.

BÖLÜM IV

SONUÇ VE ÖNERİLER

4.1. SONUÇ

İnsanın doğaya karşı, güçsüz ve aciz kalması onu değiştirip hükmedilecek bir duruma getirmiştir. Bu durumu teknolojiyi geliştirerek ve kullanarak sağlamıştır. Her ne kadar teknolojinin ilerlemesi insan yaşamına kolaylıklar kazandırmışsa da yine aynı teknoloji, kendi çıkmazlarını da insanın yaşamına ortak etmiştir. İnsan davranışları geçmişten günümüze incelendiği zaman, insanda var olan davranışların, giderek onu rahatsız edecek kadar değişikliklere uğramasına da neden olmuştur. Gerek ilkel insanda gerekse hayvanlarda günümüz insanında olduğu kadar tür – içi bir yok ediciliğin varlığına rastlanmamaktadır. Yani teknolojinin ilerlemesi, insan türünün yine kendisi tarafından tehlike içine sokulmasına neden olmuştur. Tabii ki, sadece insanın kendini tehlikeye atması yanında, dünyada diğer canlıların varlığı da bu teknoloji ile insan tarafından tehlikeye atılmıştır.

Ana malcılık mantığının insanları ve toplumları sınıflara ayırması, dünyayı ortak paylaşım duygusundan uzaklaştırmıştır. İnsanlar arası ve toplumlar arası yıkıcı saldırganlığın ortaya çıkmasına neden olmuştur. Günümüzde devam eden savaflara yol açmıştır. Halbuki, ne yıkıcı saldırganlık ne de savaşlar (örgütlenmiş tür içi yıkıcı saldırganlık) insanın doğal yapısında var olan şeyler değildir.

Gerek insanlar gerekse toplumlar, daha çok birşeylere sahip olmak adına, teknolojiyi kullanarak bir birleriyle yarışarak paylaşmayı unutmuşlardır. Bencilleşen bireyler ve toplumlar yaratılmıştır. Doğayı yok ederek doğal (biyolojik) yönünü unutan insan, yaşamında doğal olmayan davranışlarla bunu ortaya koymaya başlamıştır. İntiharlar artmıştır. Depresyon ve madde bağımlılığı artmıştır. Boşanmalar artmıştır. Bunlar, teknolojinin artmasıyla insan ruh sağlığının giderek bozulduğunun doğrulayıcılarıdır. Yapılan araştırmalar davranış bilimlerine her geçen gün daha fazla ihtiyaç duyulduğunu ortaya koymaktadır.

4.2. ÖNERİLER

4.2.1. Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Alanında Hizmet Veren Kişilere

- 1- Okullardaki şiddet ve saldırganlık olaylarını önleyici programların daha etkin ve bilimsel olarak ele alınıp çözümü yönünde çalışmalar yapılabilir.
- 2- Anne babalara, gerek saldırganlık ve şiddetin zararları, gerekse çocuğun gelişimine bağlı olarak ilgi ve ihtiyaçlarının neler olduğu konusunda bilgilendirilmeleri için programlar düzenlenebilir.
- 3- Psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetleri alanında uğraş verenlerin özellikle teknolojinin insan ruh sağlığına zararları ve bu zararların önlenmesi için hizmetiçi eğitimlerle kendilerini teknolojinin insan ruh sağlığına zararları konusunda geliştirebilirler.

4.2.2. Eğitimi Yöneticilerine

- 1- İnsanın ruh sağlığının her geçen gün bozulması insanın psikolojik yardıma olan ihtiyaçlarını da artırmaktadır. Okullarda yardıma ihtiyacı olan öğrencilere daha iyi ve yeterli düzeyde yardım sağlayabilmek için psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetleri artırılabilir.
- 2- Yaratılmış tüketici toplumlar, daha bilinçli bireylerin yetiştirilmesi ile ortadan kaldırılabilir. Bu, ise eğitim yoluyla sağlanabilir. Eğitim kurumlarında yapılacak düzenlemelerle bilinçli bireyler yetiştirilmesi yönüne gidilebilir.
- 3- Eğitim ve öğretim programlarının uygulanmasında yer alan öğretmenlere hizmet içi eğitimlerle insan davranışları alanında bilgilendirme çalışmaları yapılabilir.

4.2.3. Eğitim Programcılarına ve Uzmanlarına

1- Eğitim ve öğretim programlarında kullanılan ders kitaplarında, bencilliği, saldırganlığı ve şiddeti çağrıştıracak konuların düzeltilmesi yönünde çalışmalar yapılabilir ve bu konuda programlar hazırlanabilir.

2- Bireylerin kendi uyarılarını yaratabilmesi ve etken birer birey olabilmesi açısından özellikle okullarda öğrencilerin el becerilerinin geliştirilebilmesi için programlar hazırlanabilir.

3- Eğitim ve öğretim programlarının, çocukların birbirleriyle kıyasıya yarış içerisine sokulduğu düzeyden çıkarılıp kendi kendilerini daha iyi geliştirmek için çaba harcayabilecekleri düzeye getirilebilmesi için, düzenlemeler yapılabilir.

4.2.4. Yazılı ve Görsel Basın Yayın Yöneticilerine

1- Televizyon programlarının planlanmasında yetkililer, eğitim ve öğretimden sorumlu birimlerle birlikte psikolojik ekip komisyonları oluşturabilirler ve programlara birlikte şekil verebilirler.

2- Çocuklar için televizyon programlarında yer alan çizgi filmlerin uzmanlar tarafından denetimlerinin yapılmasına imkan yaratarak şiddet, saldırganlık, bencillik gibi unsurların olup olmadığı konusunda görüş ortaya koymalarına imkan sağlanabilir.

3- Yazılı ve görsel yayınlarında saldırganlık, şiddet, uyuşturucu kullanımı, alkolün yarattığı olumsuzluklar üzerine eğitici toplumsal programlar yapılabilir.

4.2.5. Anne ve Babalara

1- Ailelerin önemli bir fonksiyonu da çocuklarını yetiştirmek ve yaşadıkları topluma uygun hale getirmektir. Çocuk ilk eğitimini aile içinde alır. Aileler çocuklarına çeşitli doğru davranışları öğretirken onları olumsuz etkileyecek şeylerden uzak tutmak isterler. Bu yüzden de televizyon programlarında seçici davranabilirler. Çocukların vaz geçemediği ve dünyasında önemli bir yet tutan oyuncaklarda saldırganlık ve şiddet araçlarının yerine alternatif oyuncaklara karşı (saldırganlık ve şiddet çağrıştıramayan) özendirici olunabilir ve onların alınmasında çocukları yönlendirebilirler.

2- Bilgisayar ve internet dünyamıza girdikten sonra faydalarının yanında zararlarının da olduğu düşünölmeli özellikle bilgisayardaki oyunlarda şiddet saldırganlık ayrıca çocukların ulaşmaması gereken görüntü ve bilgiler için anne babalar bilgisayarın ve internetin verimli kullanımı yönünde yönlendirici ve denetleyici olabilirler.

4.2.6. Oyuncak Yapımcılarına

1- Saldırganlık ve şiddet içeren film kahramanlarının oyuncaklarının yapımı yerine çocukların daha çok ilgisini çeken hayvan figürlü oyuncaklara daha fazla önem verilebilir.

2- Saldırganlık ve şiddet 'araçlarının' oyuncakları yapılmayabilir.

KAYNAKLAR

- ALTINTAŞ, Ersin ve GÜLTEKİN, Mücahit. (2003). **Psikolojik Danışma Kuramları**, İstanbul: Motif Matbaacılık.
- AMERİKAN PSİKİYATRİ BİRLİĞİ, (2001). **DSM – IV – TR**, (Çev. Ertuğrul Köroğlu), Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- ANKAY, Aydın. (1998). **Ruh Sağlığı ve Davranış Bozuklukları**, Ankara: Turhan Kitabevi Yayınları.
- ANKAY, Aydın. (1999). **Çocuk Hukuku**, Ankara: Turhan Kitabevi Yayınları.
- ANKAY, Aydın. (2002). **Psiko – Siyasal Yönüyle Saldırganlık ve Terör**, Ankara: Turhan Kitabevi Yayınları.
- BLACKBURN, M. Ivy,(2000). **Depresyon ve Başaçıkma Yolları**, (Çev. Neslihan Rugancı ve Nesrin Şahin), İstanbul: Remzi Kitabevi.
- CUMHURİYET , **Hak Ettiğimizden İyi Yerdeyiz**, 14 Temmuz 1990, s.4.
- CUMHURİYET, **Zengin Olmak Mutlu Etmiyor**, 27 Ağustos 2003, s.3.
- CUMHURİYET DERGİ, **Metropol, Yaşlı Adam**, 12 Mayıs 1996, s.10.
- CUTLER, C. Howard . ve KUTSAL LAMA DALAI. (2002). **Mutluluk Sanatı**. (Çev. Güneş Tokcan), İstanbul: Kitab Matbaacılık.
- CÜCELOĞLU, Doğan. (1999). **İnsan ve Davranışı**, İstanbul: Remzi Kitabevi.
- ÖZKALP ENVER ve DİĞERLERİ. (2001). **Davranış Bilimlerine Giriş**, Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Açık Öğretim Fakültesi Yayınları.
- FREEDMAN, J.L, SEARS, D.O ve CARLSMITH, J.M (2003). **Sosyal Psikoloji**. (Çev. Ali Dönmez), Ankara: İmge Kitabevi.
- FROMM, Erich. (1982). **Sahip Olmak Ya Da Olmamak**. (Çev. Aydın Arıtan), İstanbul: Arıtan Yayınevi.
- FROMM, Erich. (1993). **İnsandaki Yıkıcılığın Kökenleri I**. (Çev.Şükrü Alpagut), İstanbul: Payel Yayınevi
- FROMM, Erich. (1995). **İnsandaki Yıkıcılığın Kökenleri II**. (Çev.Şükrü Alpagut), İstanbul: Payel Yayınevi.

- FROMM, Erich. (2000). **Sevgi ve Şiddetin Kaynağı**. (Çev.Selçuk Budak), Ankara: Öteki Matbaası
- KIBRIS, **Çocuk Suçlarında Artış**, 9 Temmuz 2003, Çarşamba, s.10.
- KIBRIS, **10 Mayıs Psikologlar Günü**. (MERTAN, Biran), 9 Mayıs 2004, Pazar, s.8: Lefkoşa
- KÖKNEL, Özcan. (1992). **Korkular, Takıntılar, Saplantılar**, İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- KÖKNEL, Özcan. (1998). **Zorlanan İnsan**, İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- KÖKNEL, Özcan. (2000). **Bireysel ve Toplumsal Şiddet**, İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- KÖKNEL, Özcan. (2000). **Günlük Hayatta Ruh Sağlığı**, İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- MORGAN, T. Clifford. (1988). **Psikolojiye Giriş Ders Kitabı**, (Çev. Hüsnü Arıcı ve Diğerleri), Ankara: Meteksan Yayınları
- MORRIS, Desmond. (1985). **Çıplak Maymun**. (Çev. Nuran Yavuz), İstanbul: İnkılap Kitabevi.
- MORRIS, Desmond. (1986). **İnsanat Bahçesi**. (Çev.Nuran Yavuz) , İstanbul: İnkılap Kitabevi.
- RADİKAL EKİ, **Teknoloji Fetişizmi**, 17 Ekim 1996, s.6.
- TEZCAN, Mahmut. (1996). **Eğitim Sosyolojisi**, Ankara: Feryal Matbaası.
- VANDER, J. Arthur, SHERMAN, H. James ve LUCIANO, S. Dorothy. (1990). **Human Physiology**, United States of America: McGraw – Hill Publishing Company.