



**T. C.
ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
DİN PSİKOLOJİSİ BİLİM DALI**

**KENDİNİ ALDATMA
VE DİNDARLIK ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA**

(Yüksek Lisans Tezi)

Büşra KILIÇ

BURSA 2011

T. C.
ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
DİN PSİKOLOJİSİ BİLİM DALI

KENDİNİ ALDATMA
VE DİNDARLIK ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

(Yüksek Lisans Tezi)

Büşra KILIÇ

Danışman

Prof. Dr. Hayati HÖKELEKLİ

BURSA 2011

TEZ ONAY SAYFASI

T. C.

ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim/Anasanat Dalı, Din Psikolojisi Bilim Dalı'nda 700921007 numaralı Büşra KILIÇ'ın hazırladığı "Kendini Aldatma ve Dindarlık Üzerine Bir Araştırma" konulu Yüksek Lisans ile ilgili tez savunma sınavı,/...../ 20.... günü -saatleri arasında yapılmış, sorulan sorulara alınan cevaplar sonunda adayın tezinin/çalışmasının (başarılı/başarısız) olduğuna (oybirliği/oy çokluğu) ile karar verilmiştir.


Üye

(Tez Danışmanı ve Sınav Komisyonu Başkanı)
Prof. Dr. Hayati HÖKELEKLİ
Uludağ Üniversitesi
İlahiyat Fakültesi



Üye

Prof. Dr. Mehmet Emin AY
Uludağ Üniversitesi
İlahiyat Fakültesi



Üye

Doç. Dr. İbrahim GÜRSES
Uludağ Üniversitesi
İlahiyat Fakültesi



Yedek Üye

Doç. Dr. Vejdi BİLGİN
Uludağ Üniversitesi
İlahiyat Fakültesi

Yedek Üye

Doç. Dr. M. Akif KILAVUZ
Uludağ Üniversitesi
İlahiyat Fakültesi

...../...../ 20....

ÖZET

Yazar Adı ve Soyadı : Büşra KILIÇ
Üniversite : Uludağ Üniversitesi
Enstitü : Sosyal Bilimler Enstitüsü
Anabilim Dalı : Felsefe ve Din Bilimleri
Bilim Dalı : Din Psikolojisi
Tezin Niteliği : Yüksek Lisans Tezi
Sayfa Sayısı : ix + 92
Mezuniyet Tarihi : .../.../2011
Tez Danışman(lar)ı : Prof. Dr. Hayati HÖKELEKLİ

Bu araştırma, kendini aldatma ve dindarlık arasındaki ilişkiyi konu edinmiştir. Buradaki amaç, hem bir paradoks haline gelmiş olan kendini aldatma kavramının daha net bir şekilde anlaşılmasına yardımcı olmak, hem de dindarlık ve kendini aldatma arasındaki dinamik ilişkinin boyutlarının ortaya çıkarılması adına bir adım atmaktır.

Bu çalışma, ilk bölüm teorik çerçeve ve ikinci bölüm deneysel kısım olmak üzere iki bölüme ayrılmıştır. İlk bölüm klasik kaynak taraması tarzıyla inşa edilirken, ikinci bölümde anket yardımıyla ölçümler yapılmıştır. Kullanılan anket de iki bölüme ayrılmıştır: 20 sosyal arzu edilebilirlik ölçeği (soruluk kendini aldatma ölçeği), 16 soruluk dindarlık ölçeği. Çalışmanın sonunda bu iki farklı anketin sonuçları SPSS 16 kullanılarak karşılaştırılmıştır.

Kendini aldatma insanların hatta tüm canlıların hayatini sürdürmesinde önemli rol oynayan bir kavramdır. Bu yüzden henüz bir kavram gibi görünen yapısının çözümlenebilmesi için üzerinde daha pek çok araştırmanın yapılması gerekmektedir. Umarız, yapmış olduğumuz bu çalışma bu konu üzerine dikkatleri çeker ve konunun farklı araştırmacılar tarafından ele alınmasına vesile olur.

Anahtar kavramlar: Kendini Aldatma, Dindarlık, Benlik..

ABSTRACT

Name and Surname : Büşra KILIÇ
University : Uludag University
Institution : Social Science Institution
Field : Sciences of Philosophy and Religion
Branch : Psychology of Religion
Degree Awarded : Master
Page Number : ix + 92
Degree Date :/..../2011
Supervisor (s) : Prof. Dr. Hayati HÖKELEKLİ

This research's subject is the correlation of self deception and religiousness. The aim of that research is both to clarify the concept of self deception which became a paradox and to expose the aspects of the dynamic relation between the self deception and religiousness.

That study consists of two different section: a theoretical chapter and a survey chapter. The first section is formed with the classic source search style and in the second part some surveys are fulfilled. Two different scales were used in this survey part. One of them has 20 questions which are about self deception and the other one has 16 questions which are about religiousness. At the end of the study, that two different survey's results were compared using SPSS 16.

Self deception is a very important concept for all to continue to live. So a lot of researcher must search this subject and then may we can understood exactly what self deception is. I hope our study'll take attention to this topic and make some researchers study about it.

Key words: Self deception, Self, Religiousness...

ÖNSÖZ

Kendini aldatma kavramı, insanlık tarihinin başlangıcıyla yaşıttır denilebilir. Hatta daha kapsamlı bir bakış açısıyla gözlediğimizde, bütün canlı sisteminde kendini aldatmayla ya da genel anlamda aldatma-aldanma kavramlarıyla karşılaşmaktayız.

Aldatma, yalan, hile gibi kavramlar bizde çirkin ve yakışsız çağrışımlara sebep olduğu için, ilk etapta kendini aldatma olgusuna olumsuz anlamlar yükleyebiliriz. Fakat, konunun detaylarına indikçe görmekteyiz ki, aldatma-aldanma ilişkisi hayatliyetin devamını sağlama, sosyal ilişkileri sürdürülebilir forma sokma gibi mühim noktalarda aktif rol oynamaktadır. Gündelik hayatta farkında olarak ya da olmayarak sıkça başvurduğumuz yahut başvurduğuna şahit olduğumuz kendini aldatma olgusunun, sadece bu özelliği sebebiyle bile araştırılmaya değer olduğunu düşünmekteyim.

Çalışmamız, genel olarak iki bölümden oluşmaktadır. İlk bölümde teorik incelemeler yapılmış olup, ikinci bölümde amprik çalışmaya yer verilmiştir. Teorik boyut başlığı altında, kendini aldatmanın detaylı tanımları yapılarak, farklı araştırmacıların kendini aldatmaya karşı yaklaşımlarına değinilmiştir. İkinci bölümde yaptığımız alan araştırmasına ve sonuçlarına yer verilmiştir. Amprik bölümde ölçme aracı olarak iki farklı ölçek kullanılmıştır: BIDR sosyal arzu edilirlilik ölçeği ve dindarlık ölçeği. Verilen cevaplar SPSS 16 programı dahilinde karşılaştırılmış, yorumlanmış ve tablo haline getirilmiştir.

Son olarak, tezimin vücut bulmasında büyük destekleri olan hocalarıma karşı minnetimi belirtmek isterim. Özellikle, bu çalışmayı yapabilmem için gerekli alt yapıyı rahle-i tedrisine borçlu olduğum muhterem hocam Hayati HÖKELEKLİ'ye, çalışmamın her aşamasıyla bizzat ilgilenen kıymetli hocam Akif HAYTA'ya ve de bu alanı seçmemde büyük etkisi olan değerli hocam İbrahim GÜRSES'e müteşekkirim.

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAY SAYFASI.....	ii
ÖZET	iii
ABSTRACT	iv
ÖNSÖZ.....	v
İÇİNDEKİLER.....	vi
TABLolar LİSTESİ	viii
GİRİŞ.....	1

BİRİNCİ BÖLÜM

TEMEL KAVRAMLAR

A. KENDİLİK, SAHTE KENDİLİK.....	3
1. Benlik, Kendilik, Kişilik	3
2. Sahte Kendilik.....	7
3. Kendini Aldatma	9
B. KENDİNİ ALDATMA VE DİNDARLIK.....	38
1. Kendiliği Bozan Davranışlar: Yalan, Aldatma, Gösteriş, Sahtelik.....	38
2. Dindarlık ve Aldatma	53

İKİNCİ BÖLÜM

ARAŞTIRMA SONUÇLARI VE DEĞERLENDİRME

A. ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ	59
1. Araştırmanın Sınırları.....	59
2. Evren ve Örneklem	59

B. ÖLÇME ARAÇLARI	60
1. Dindarlık Ölçeği.....	60
2. BIDR Sosyal İstenirlik Ölçeği	60
D. BULGULAR.....	61
1. Örneklem Grubu ve Özellikleri.....	61
a. Örneklemin Yaş Gruplarına Göre Dağılımı	61
2. Kendini Aldatma İle İlgili Bulgular	63
3. Dindarlık ile İlgili Bulgular.....	71
C. YORUM VE DEĞERLENDİRME.....	77
SONUÇ.....	80
BİBLİYOGRAFYA	82
EKLER	84
ANKET FORMU	84

TABLolar LİSTESİ

- Tablo 1. Örneklemin Yaş Gruplarına Göre Frekans Dağılım Tablosu
- Tablo 2. Örneklemin Cinsiyete Göre Frekans Dağılım Tablosu
- Tablo 3. Örneklemin Eğitim Düzeyine Göre Frekans Dağılım Tablosu
- Tablo 4. Örneklemin Ekonomik Gelir Düzeyine Göre Frekans Dağılım Tablosu
- Tablo 5. İç GÜdümlü Dindarlık ve Kendini Aldatma Korelasyon Tablosu
- Tablo 5.1. İç GÜdümlü Dindarlık ve Kendini Aldatma Ortalama Tablosu
- Tablo 6. Dış GÜdümlü Dindarlık ve Kendini Aldatma Korelasyon Tablosu
- Tablo 6.1. Dış GÜdümlü Dindarlık ve Kendini Aldatma Ortalama Tablosu
- Tablo 7. Dine Karşı Olumsuz Tavır ve Dindarlık Korelasyon Tablosu
- Tablo 8. Yaş ve Kendini Aldatma Korelasyon Tablosu
- Tablo 8.1. 25-35 Yaş Arası Kendini Aldatma Ortalama Tablosu
- Tablo 8.2. 35-45 Yaş Arası Kendini Aldatma Ortalama Tablosu
- Tablo 8.3. 45-55 Yaş Arası Kendini Aldatma Ortalama Tablosu
- Tablo 8.4. 55-65 Yaş Arası Kendini Aldatma Ortalama Tablosu
- Tablo 9. Kadınların Kendini Aldatma Ortalama Tablosu
- Tablo 9.1. Erkeklerin Kendini Aldatma Ortalama Tablosu
- Tablo 10. Eğitim Düzeyi ve Kendini Aldatma Korelasyon Tablosu
- Tablo 10.1. İlkokul Seviyesi Kendini Aldatma Ortalama Tablosu
- Tablo 10.2. Ortaokul Seviyesi Kendini Aldatma Ortalama Tablosu
- Tablo 10.3. Lise Seviyesi Kendini Aldatma Ortalama Tablosu
- Tablo 10.4. Yüksek Öğretim Seviyesi Kendini Aldatma Ortalama Tablosu
- Tablo 11. Ekonomik Gelir Düzeyi ve Kendini Aldatma Korelasyon Tablosu
- Tablo 11.1. Düşük Gelir Seviyesi Ortalama Tablosu

- Tablo 11.2. Orta Gelir Seviyesi Ortalama Tablosu
- Tablo 11.3. Yüksek Gelir Seviyesi Ortalama Tablosu
- Tablo 12. Yaş ve Dindarlık Korelasyon Tablosu
- Tablo 12.1. 25-35 Yaş Arası Dindarlık Ortalama Tablosu
- Tablo 12.2. 35-45 Yaş Arası Dindarlık Ortalama Tablosu
- Tablo 12.3. 45-55 Yaş Arası Dindarlık Ortalama Tablosu
- Tablo 12.4. 55-65 Yaş Arası Dindarlık Ortalama Tablosu
- Tablo 13. Kadınların Dindarlık Ortalama Tablosu
- Tablo 13.1. Erkeklerin Dindarlık Ortalama Tablosu
- Tablo 14. Eğitim Düzeyi ve Dindarlık Korelasyon Tablosu
- Tablo 14.1. İlkokul Seviyesi İç Gündümlü Dindarlık Ortalama Tablosu
- Tablo 14.2. Ortaokul Seviyesi İç Gündümlü Dindarlık Ortalama Tablosu
- Tablo 14.3. Lise Seviyesi İç Gündümlü Dindarlık Ortalama Tablosu
- Tablo 14.4. Yüksek Öğretim Seviyesi İç Gündümlü Dindarlık Ortalama Tablosu
- Tablo 15. Ekonomik Gelir Düzeyi ve Dış Gündümlü Dindarlık Korelasyon Tablosu
- Tablo 15.1. Düşük Gelir Seviyesi Dış Gündümlü Dindarlık Ortalama Tablosu
- Tablo 15.2. Orta Gelir Seviyesi Dış Gündümlü Dindarlık Ortalama Tablosu
- Tablo 15.3. Yüksek Gelir Seviyesi Dış Gündümlü Dindarlık Ortalama Tablosu
- Ek Tablo 1. Araştırma Grubunun Kendini Aldatma Ortalama Tablosu
- Ek Tablo 2. Teizm Frekans Dağılım Tablosu

GİRİŞ

Bu araştırmanın konusunu, kendini aldatma kavramı ile dindarlık arasında bir ilişkinin olup olmadığı, varsa ne tür bir ilişkinin söz konusu olduğunun ortaya konulması gayreti oluşturmaktadır. Kendini aldatma kavramının, bireylerin gündelik hayatlarını sarmalamış olması sebebiyle, araştırılmaya değer bir konu olduğu düşünülmektedir. Buna rağmen bu konu, özellikle ülkemizde çok az çalışılmış olup, bu araştırmada olduğu gibi daha önce dindarlıkla ilintili olarak incelenmemiştir.

Bu araştırmanın önemi kendini aldatmanın, gündelik hayatta sıkça kullanılan ve canlılığın devamı için önemli roller icra eden bir mekanizma oluşunda gizlidir. Araştırmanın başlangıcına sebep olan soru, kendini kandırmanın farkındalıkla ilişkisini aydınlatmaya yönelikti. Fakat birkaç makale incelemesinden sonra detaylı bir kendini aldatma tanımı ihtiyacı doğdu. Böylelikle, çalışmamın amacını öncelikle kendini kandırma mekanizmasının bileşenlerini tayin edip tanımlama ve sonrasında kendini kandırma olgusunun kişinin dindarlığındaki yansımalarını bulabilme çabası oluşturdu.

Kendini aldatma kavramı, günümüze kadar çokça tartışıla gelmiş bir kavram olması sebebiyle, pek çok farklı tanımlamalara sahiptir ve belli bazı noktalarda araştırmacılar fikir ayrılığına düşmüşlerdir. Kendini aldatma mekanizmasının bilinçli bir süreç içerisinde mi yoksa bilinçsiz bir süreçte mi kullanıldığı meselesi araştırmanın temel ayrılık noktalarından biridir. Daha da ötesinde, bazı septik düşünürler böyle bir mekanizmanın var olmasının mümkün olmadığını düşünmektedirler. İşte bu şekilde belli bazı tartışma odaklarını içinde bulunduran kendini aldatma kavramı, tam da bu üzerinde uzlaşamaz yapısı sebebiyle, pek çok araştırmacı tarafından bir paradoks olarak nitelendirilmiştir.

İşte bu tartışmalı yapısı sebebiyle kendini aldatma, üzerinde daha fazla çalışılması gereken bir konudur. Ülkemizde kendini aldatma kavramı Ahmet ALTAN tarafında detaylı bir şekilde incelenmiş, bu konudaki tartışma ve fikir ayrılıklarına yeterince değinilmiştir. Kendini aldatmanın dini inanç ile ilişkisini konu edinen bir çalışma olan Ali KUŞAT'ın araştırması ise bir ikinci araştırma olarak nitelendirilebilir. Fakat maalesef ülkemiz sınırları içerisinde, bu konuda bir üçüncü çalışmaya rastlanamamaktadır. Batı'da ise bu konuda pek çok çalışmaya rastlamak mümkündür. Özellikle Herbert Fingarette'in çalışması konunun karmaşıklığını gidermek adına önemli bir araştırmadır. Ayrıca, kapsamı farklı olsa da Batı kaynaklı pek çok farklı çalışma bulunmaktadır. Bu çalışmalar kendini aldatma

kavramını, benlik kontrolü, özgüven, kendini tanıma gibi pek çok farklı kavramla ilintili olarak incelemiştir. Din ve kendini aldatma arasındaki ilişkiyi konu edinen araştırmanın eksikliği ise gerek Batı’da, gerekse ülkemizde yapılacak kısa bir kaynak taraması süreciyle anlaşılacak kadar açıktır.

Araştırmanın hipotezleri şu şekilde sıralanabilir:

- İç güdümlü dindarlık eğilimi gösteren kişilerin kendini aldatma eğilimlerinin daha az olması beklenmektedir.
- Hayat tecrübesinin kendini aldatma düzeyiyle doğru orantılı bir ilişkisi olduğu düşünüldüğünden, yaş arttıkça kendini aldatma puanında da artış gözlenmesi beklenmektedir.
- Kadınların kendini aldatma mekanizmasını erkeklere oranla daha fazla kullandığı sonucunun çıkması beklenmektedir.
- Eğitim düzeyi yükseldikçe kendini aldatma düzeyinde azalma olması beklenmektedir.
- Ekonomik gelir düzeyi arttıkça kendini aldatma düzeyinde de artış olması beklenmektedir.
- Yaş arttıkça dindarlık düzeyinde de artış olması beklenmektedir.
- Eğitim düzeyi arttıkça iç güdümlü dindarlık düzeyinde de artış beklenmektedir.
- Ekonomik gelir düzeyi ile dış güdümlü dindarlık arasında doğru orantılı bir ilişki beklenmektedir.
- Kadınların dindarlık düzeyinin erkeklere oranla daha yüksek çıkması beklenmektedir.
- Katılımcıların ortalama olarak kendini aldatma düzeylerinin yüksek olması beklenmektedir.

BİRİNCİ BÖLÜM

TEMEL KAVRAMLAR

A. KENDİLİK, SAHTE KENDİLİK

1. Benlik, Kendilik, Kişilik

Benlik

Benlik, kişinin kendi kişiliğiyle ilgili düşünceleri ve kendisini görüş tarzıdır.¹ Benlik, kişiyi diğer kişilerden ayırt eder ve kişiler arası farklılıkları vurgular.² William James'e göre benlik, genel anlamda, kişinin kendisine ait her şeyin toplamıdır. Horton Cooley ise kişinin ben, beni, bana, benimki ve kendim ifadeleriyle anlattığı her şeyin benlik olarak kabul edilebileceğini ifade etmiştir.³ Ona göre benlik sosyal etkileşim içerisinde, kişinin diğerlerinden aldığı tepkiyle ilintili olarak ortaya çıkar. Dolayısıyla ona göre kişinin sahip olduğu sosyal rollerin sayısı benlik sayısına eşittir.⁴ Benlik, kişinin kendisine dair algısını yansıttığından bilişsel, içgörüselsel ve etkileşimseldir. Kişinin kendisini ve kendisi dışındakileri algılayış tarzı onun genel tutum ve davranışlarını etkiler. Kişiliğin bütün özelliklerinin benlikte tam olarak temsil edilmesi, kişiliğin bazı özelliklerinin farkına varılıp bazılarının ise hiç tanınmaması sebebiyle, imkânsız olmasa da çok zor bir süreçtir. Özellikle, bazı insanlar kendi iyi ve olumlu özelliklerini görme, kötü ve olumsuz özelliklerini ise hiç dikkate almama gibi bir eğilim taşırlar ya da birtakım özellikleri hakkında yanlış bilgiler edinirler. İşte kişinin tam veya eksik, doğru ya da yanlış, kendi kişiliğine ilişkin algıları, kanıları ve kendi kendisini görüş tarzı benlik kavramıyla ifade edilir. Kısaca benlik, kişiliğin öznel yanı olarak tanımlanabilir.⁵

¹ Hayati Hökelekli, **Psikolojiye Giriş**, Düşünce Kitabevi Yayınları, İstanbul, 2008, s. 166.

² Nuran Hortaçsu, **Ben Biz Siz Hepimiz**, İmge Kitabevi, Ankara, 2007, s. 11.

³ Horton Cooley, nkl. Hasan Bacanlı, **Kendini Ayarlamannın Psikolojisi**, MEB Yayınları, İstanbul, 1997, s. 10.

⁴ Bacanlı, a.g.e., s. 8.

⁵ Hökelekli, a.g.e., s. 166.

Freud benlik konusunda psişik yapıyı id-ego-süperego şeklinde sınıflandırmaktadır. Burada ego büyük ölçüde kişiliğin bilinçli kısmıdır ve kişinin kendisine dair bilinçli izlenimini ifade etmektedir. Dolayısıyla psikanaliz literatüründe benlik yerine egonun ele alındığı söylenebilir.⁶ Benlik, içsel yaşantının tümünü kapsadığı için karmaşık bir kavramdır. Bu karmaşık kavram çözümlenmeye çalışılırsa benliğin, “Ben neyim? Ben ne yapabilirim? Ne gibi yeteneklere sahibim? Benim için neler değerlidir? Hayattan ne istiyorum?” gibi bazı soruların cevaplarını içerdiği söylenebilir.⁷

“Ben kimim?” ve “Ben ne yapabilirim?” sorularının cevabı gerçek benliği, erişilmek istenen ahlaki düzey ile emel ve ideallerle ilgili olanı da ideal benliği meydana getirir. Bu ikisi arasındaki ilişkinin ruh sağlığını önemli ölçüde etkilediği kabul edilmektedir. Benliğin nasıl algılandığı ahlaki düşünme üzerinde etkilidir. Bir kişinin gerçek yaşantısı ile nasıl davranması gerektiğine dair düşünceleri arasında bir uyum söz konusu olmalıdır.⁸ Bir insan benlik tasarımına uygun davranabildiği ölçüde kendini rahat hisseder ve ideal benliğine aykırı davranışlarda bulunduğu ölçüde kaygıya düşer. Tutum-davranış arasındaki tutarlılık her zaman mümkün olmayabilir. Bu durumda benlik aykırılığında söz edilmektedir. Polonoff bu durumu benliğin kendisini aldatması olarak nitelendirmektedir.⁹

Kişinin kendini aldatmaya başlamasıyla kaygı düzeyi daha da artar ve zamanla benlik bilinci kökten sarsılır. Yani ruh sağlığı yerinde olan kimsenin, kendi benlik tasarımına az çok uygun davranabilen kimse olduğu söylenebilir. Benlik bilişsel ve duyuşsal olmak üzere iki boyuta sahiptir. Bu her iki boyut interaktif bir ilişki içerisinde. Benliğin duyuşsal yönü, kendisini nasıl değerlendiğini içerir ve benlik saygısını gösterir. Benlik saygısı, toplum içindeki davranışlarımızı etkileyen ve olaylar karşısında nasıl tepki vereceğimizi belirleyen önemli bir psikolojik yapıdır. Ayrıca benlik saygısı, kişisel değerimizin farkında olmak ve bunu koruyup geliştirmek için uygun davranış ve yönelimler geliştirme kapasitesini de kapsamaktadır. Bu açıdan ruh sağlığı ile yakından ilişkili bir kavram olarak benlik saygısı, sahip olduğumuz yetenek ve kapasiteleri olumlu olarak görme ile yaşanan olumlu bir benlik algılamasını ifade eder.¹⁰

⁶ Bacanlı, a.g.e., s. 6.

⁷ Feriha Baymur, **Genel Psikoloji**, İnkılap Kitabevi Yayınları, İstanbul, 1972, s. 285.

⁸ Hökelekli, a.g.e., s. 168.

⁹ David Polonoff, nkl. Bacanlı, a.g.e., s. 13.

¹⁰ Hökelekli, a.g.e., s.172.

Kendilik

Benlikle alakalı bir diğere önemli kavram kendiliktir. Kendilik kişiliğın çekirdeğı, algıların ve girişimlerin merkezidir. Gerçek kendilik ise, erken intrapsişik gelişimde ortaya çıkar, latent evrede ve ergenlikte gelişir, nihayet yetişkinlikte gerçekliğe eklenmesi gerekir. Gerçek kendiliğın eklenmemiş yönleri yıllar boyunca sessiz kalıp, yaşamın sonraki dönemlerinde aniden yüzeye çıkabilir.¹¹

Erken dönem analistleri kendiliğı etkin biçimde çalışan bir postulat olarak varsayıyorlardı. Jung kendiliğı, başlangıçtan beri var olan bir tasarım ya da bireyin birlik, bütünlük ve en büyük hayallerine olan ihtiyacını ifade eden bir arketip olarak tanımlamıştır. Hartmann kendiliğı bütüncül bir kişi, id, ego ve süper egonun üçlü yapısının bir parçası olan egoyu ise bir sistem ve kendilik temsili de kendiliğın intrapsişik temsili olarak tanımlamıştır. Kernberg, kendiliğı bütüncül bir kişi olarak ifade etmek için karakter terimini kullanmış ve kendilik terimini de, egodaki nesne temsillerinin toplamıyla yakın temasta olan intrapsişik kendilik temsillerinin toplamını işaret etmek için kullanmayı tercih etmiştir. Kohut ise kendiliğı nesne temsilleri ve libidosundan ayrı bir çizgide kendi gelişimi olan ve kendilik nesnelere oluşun bir yapı olarak değerlendirmiştir. Ona göre kendiliğın nesneden ayrılması söz konusu olmadığı gibi, kendilik nesnelere ilkelikten olgunluğa doğru yetişkinleşmektedir.¹²

Gerçek kendiliğın yapısının anlaşılmasını kolaylaştırmak için aşağıdaki tanımlar işlevsel olacaktır:

Kendilik Tasarımı: Kişinin belirli bir zaman ve özel bir durumda kendine dair sahip olduğu imge “kendilik tasarımı” olarak tanımlanır. Bu tasarımın bilinçli ya da bilinçdışı, gerçekçi ya da çarpık olması mümkündür.

Kendilik Temsili: Kendilik tasarımından daha uzun süreli bir şema olan “kendilik temsili”, ego tarafından, bireyin farklı zamanlarda edindiğı gerçekçi veya çarpık çok sayıdaki kendilik tasarımından oluşur.

¹¹James Masterson, **Gerçek Kendilik**, Çev. Pınar Üzeltüzenci, Litera Yayıncılık, İstanbul, 2010, s. 17.

¹² Masterson, a.g.e., s. 34.

Aşırı Düzenli Kendilik Organizasyonu: Bu terim çeşitli ikincil kendilik tasarımı ve temsillerinin örüntülenmesini ve düzenlenmesini ifade etmek için kullanılır. Terim bu iki eylemi birbirine bağlar, bunlarla birlik ve bütünlük hissinin oluşumunu sağlar.

Bütün Kendilik: Bireyin gerçeklik içindeki, fiziksel ve zihinsel organizasyonunu içeren bütün kişiliği; kişinin kendisi dışındaki diğer kişi ve nesnelere farkını ortaya koyan kendi şahsiyetidir.¹³

Winnicott'un ifade ettiği üzere hakiki kendilik, spontane davranış ve kişisel fikrin kaynağıdır ve sadece hakiki kendilik yaratıcı olabilir. Spontane davranış ise hakiki kendiliğin hareket halindeki şeklidir. Gerçek kendilik, egonun paralel bir partneri şeklinde var olur ve kendine ait bir gelişim seyrine, kapasite ve kendi psikopatolojisine sahiptir. Kendilik ve ego, aynı koşumda iki at gibi, birbirlerine paralel bir şekilde, birlikte gelişir ve çalışırlar. Eğer ego gelişiminde bir durma söz konusu olursa, kendilikte de olur. Kendiliğin bir yönü, egonun temsili bir kolu olarak görülebilir. Benzer şekilde, egonun bir tarafı da; istem ve iradeli olduğu için ve bireyleşme dileklerinin aktive edilmesi sonucu, kendiliğin yardımcı uzantısı olarak görülebilir. Ne var ki asıl işlevi intrapsişik dengeyi sağlamak olduğundan, aslında rolü bundan çok daha önemlidir. Gerçek kendiliğin işleyişini anlarken, tıpkı partneri ego gibi, bu kendiliğin de esas olarak gerçekliğe yöneldiğini akılda tutmak önemlidir. Jahoda'ya göre, çevresine aktif bir şekilde hükmedebilen ve belirli bir ölçüde karakter sergileyebilen kişi, hem dünyayı hem de kendiliği doğru bir şekilde algılayabilir.¹⁴

Kendilik çoğu zaman bilinç öncesidir, ama bilinçli hale getirilebilir. Diğer bir deyişle, ego çoğu zaman bilinçdışıyken, kendilik her istediğinde, kalp ve beynin hiçbir zaman bilinçli bir şekilde planlayıp gerçeğe dönüştüremediğimiz şeyleri yapması gibi, bizim için çalışır. Bilinçli 'ben'i ve varlığıyla ilişkisi dahilinde kendiliği görmezden gelmek; insanın kendilik bilincinin merkezini ve sonuç olarak kendilik analizini mümkün kılan kapasitesini yok etmek demektir. Gerçek kendiliğin içeriği biyolojik ve genetik miraslardan, çocuğun kendi vücudundan gelen algısal duyumsamalarından, çevresiyle başa çıkabilme konusunda giderek iyileşen becerisinden ve de şefkatli bir nesneyle etkileşimlerinden meydana gelir. Nihai kimlik ya da kendilik, ergenliğin sonunda; geçmişteki bireylerin herhangi biriyle özdeşimin düzenlemesiyle sabitlenir. Bu kimliğin kendilik yönü ise; geçici olarak karışmış kendiliklerin, bir grup sosyal rolün başarılı bir

¹³ Masterson, a.g.e., s. 42.

¹⁴ Masterson, a.g.e., s. 53.

şekilde içselleştirildiği deneyimler sonucu ortaya çıkar. Kendilik yönü sabitlenmez ve hayatın ileriki safhalarında oluşacak değişikliklere açık olmayı sürdürür.¹⁵

Kişilik

Kişilikle ilgili herkes tarafından kabul görmüş bir tanım bulunmamakla birlikte, genel olarak kişilik, bireyin iç ve dış çevresiyle kurduğu, onu diğer bireylerden ayırt eden, tutarlı ve yapılaşmış bir ilişki biçimi olarak tanımlanabilir.¹⁶ Kişilik, doğuştan yaşamın sonuna kadar bir oluşum süreci içerisinde yer alır.

Kişilik insanın bütün ilgilerinin, tutumlarının, yeteneklerinin, konuşma tarzının, dış görünüşünün ve çevresiyle uyum biçiminin özelliklerini içeren bir terimdir. Bu denli kapsayıcı bir kavram olması sebebiyle kişilik çok farklı şekillerde tanımlanmıştır. Bu çeşitli tanımları Getzel üç bölüme ayırmıştır:

a. **Kişiliğin Davranışsal Tanımları:** Davranışçı psikologlar, kişiliği bir insanın kendine has ve az çok her zaman gözlenebilen davranış ve alışkanlıklarının tümü olarak tanımlarlar. Örneğin, Watson, kişiliği bir insanın alışkanlıklarının toplamı olarak açıklar.

b. **Sosyal Uyarıcı Olarak Kişilik:** Bir kısım psikologlar kişiliği toplumsal açıdan incelerler. İnsanların başkaları üzerinde ne gibi etkiler yapmakta ve ne tür izlenimler bırakmakta olduklarını araştırırlar. Mesela, Mark May'e göre kişilik, bir bakıma insanın toplumda oynadığı çeşitli roller ve bu rollerin diğer insanlar üzerinde bıraktığı etkilerin tümüdür.

c. **Derinlik Psikologlarına Göre Kişilik:** Bu görüşe göre, insanın gözlenebilir ve ölçülebilir bütün özellikleri birtakım iç etmenlerden ileri gelmektedir. Bir insanın gerçek kişiliği iç alemindeki dinamik güçlerin kendine has özellikleri ile açıklanabilir.¹⁷

2. Sahte Kendilik

Kendilik ele alındıktan sonra, değinilmesi gereken bir kavram olarak sahte kendilik söz konusu olmaktadır. Sahte bir öz benliğe sahip insanları Miller “-miş gibi kişilikler” olarak adlandırır. Bunlar kendi benliklerine o kadar yabancılaşmışlardır ki dışarıya gösterdikleri tavırda erimişlerdir. Maskelenmiş benlik anlayışının arkasında diğeriyle çok

¹⁵ Masterson, a.g.e., s. 51.

¹⁶ Doğan Cüceloğlu, **İnsan ve Davranışı**, Remzi Kitabevi, 2. Basım, İstanbul, 1991, s. 405.

¹⁷ B.k.z., Baymur, a.g.e., s. 274.

az teması olan gerçek birey gizlenmiştir. Bu kendi varlığına yabancılaşma, bireyin yaşam durumlarının şartlarına uyum sağlama sürecinin bir sonucudur. Gerçek benlik yaşanmadığından gelişemez ve farklılaşamaz.¹⁸

Kendini aldatma narsistik kişilikle de ilintilidir. Narsistik kişilik yapısındaki birey kendisinin çok önemli olduğunu düşünür ve sınırsız güce veya üstün bir zihinsel performansa sahip olduğuna inanır. Kendini aldatan birey de kendini sürekli olduğundan daha iyi bir konumda algıladığı için giderek kendini daha fazla beğenmeye ve diğer insanları küçümsemeye başlayabilir.¹⁹

Borderline ve narsistik hastalıklar kendilikle ilgilidir. Borderline kişilik bozukluklarında gerçek kendiliğin tüm kapasiteleri bir dereceye kadar bozulmuştur: Kendiliği, destekleyici kendilik iddiasıyla spontane bir şekilde aktive etme, kendilik değeri, kendilik aktivasyonu ve otoriteyi kabul etme, kendini haklı hissetme, yoğun duygulanımları yatıştırabilme, kendiliğin biricik bireyleşme isteklerini belirleyip onları gerçeklikte aktive etme, bir kararlılık oluşturup onu sürdürebilme ve yaratıcı olabilme kapasiteleri gibi.

Çıkar ve arzular toplamı olan heva, havalanıp benliği bütünüyle kaplayınca doğru değerlendirme kapasitesi olan vicdanını örter ve giderek kendini yeterli görmeye başlar. Her türlü ahlaksızlığın önemli bir kaynağı işte budur. İnsan kendini yeterli görünce azar.²⁰

Bu hastalık tarafından bozulmuş kendilikler, destekçi ve gerçekçi kendilik iddialarıyla gerçek hayattaki zorluklara tepki vermek için gerçek kendiliklerini kullanmazlar; bunun yerine sahte savunmacı tekniklerine yönelirler. Bu da kaçınma, pasiflik, inkar ve fanteziyle oyalanmaya yol açarak, kendilik saygısı eksikliğini beslemeye devam eder. Böyle durumlarda kendiliğin süreklilik, bütünlük ya da birlik algısı da yoktur. Dolayısıyla kendilik temsillerinin ağırlıklı olarak fantezilere dayandığı ve terk depresyonuyla gelişim becerisizliğinden kaçınma ihtiyacının ürünü olan bir psikopatoloji yer almaktadır. Amaçları da acıya karşı savunmak ve gerçeklikle karşı karşıya

¹⁸ Barbel Wardetzki, **Uçlarda Yaşayanlar**, Çev. Feyza Sarper Öztürk & Mukaddes Ögünmez, Sistem Yayıncılık, İstanbul, 2010, s. 40.

¹⁹ Ahmet Akın, **Kendini Aldatma**, Nobel Yay., Ankara 2010, s. 34.

²⁰ İlhami Güler, "Vicdanın Kendini Kandırma Halleri Olarak Vicdansızlık", **Eskiye**, Sonbahar 2010, s.19.

gelmemektir. Fazlasıyla katı ve çeşitli çevresel rollerle uzlaşma sağlama becerisinden yoksundurlar.²¹

3. Kendini Aldatma

Kendini aldatma noktasında çeşitli tanımlamalar yapılmıştır. Mitchell kendini aldatmayı “bireyin kendisi veya başka bir birey tarafından objektif biçimde incelenmesi durumunda gerçekçi olmadığı kolayca anlaşılabilir bir inancı incelemeyi kabul etmesi ve ısrarla savunması” olarak ele alırken, Paulhus kendini aldatmanın psikometrik boyutuna dikkat çeker ve şöyle bir tanımlamada bulunur: “Kendini aldatma, ölçek maddelerine verilen cevapların gerçekle ilişkili olmamasına rağmen cevaplayan kişinin gerçekle ilişkisi olduğuna inandığı ve pozitif ön yargılar içeren bir cevaplama sürecidir.” Paulhus’a göre kendini aldatma sürecinde birey bilinçdışı bir eğilimle kendini mevcut durumundan daha olumlu bir konumda ve gerçekte olduğundan daha fazla beceriye sahip olarak algılamaktadır. Yine Paulhus bir çalışmasında kendini aldatmanın içeriğinden söz ederken, iç görü eksikliği, aşırı güven, bilişsel katılık, benliğe hizmet etmeyi inkar etme gibi kısa tanımlamalar da yapmıştır. Denilebilir ki, genel anlamda kendini aldatma; bireyin uyumsuz ve kötü yönlerini kendinden gizlemesidir.²²

Kendini aldatma mefhumunu konu edinen çalışmalara bakıldığında, tartışmanın belli başlıklar etrafında döndüğü görülür. Bir grup araştırmacı, kendini aldatmanın bireyin benliğinin, bir bölümü aldatan bir bölümü aldanmış olmak üzere, ikiye bölünmesiyle gerçekleştiğini savunurken; diğer bazı araştırmacılar kendini aldatmanın gerçekleşebilmesi için böyle bir bölünmeyi şart koşmamışlardır. Kendini aldatmanın bilinçli bir süreç mi yoksa bilinçsizce ortaya çıkan bir süreç mi olduğu da tartışmanın başlıklarından biridir. Bazı araştırmacılar kendini aldatmanın amaçlı ve kasıtlı olduğunu ileri sürerken, bazıları bilinç dışı bir süreçle gerçekleştiğini iddia etmiştir. Bir grup septik araştırmacıya göre ise kendini aldatmanın tam anlamıyla mümkün olması söz konusu değildir.²³

Araştırmacılar kendini aldatma sürecini açıklamaya çalışmışlar fakat kendini aldatmanın paradoksal yapısından dolayı bu noktada yeterli olamamışlardır. Bu paradoksal yapı şu noktada söz konusudur ki; birey bir yandan durumla ilgili gerçeği bilmek ve

²¹ Masterson, a.g.e., s. 55.

²² B.k.z., Akın, **Kendini Aldatma**, a.g.e., s. 1.

²³ Akın, a.g.e., s. 3.

kendini aldatmak için yaşadığı durumun bazı yönlerini bilinçli biçimde reddetmek zorundayken, aynı zamanda aldatmanın gerçekleşebilmesi için gerçeği göz ardı etmek zorundadır. Bir hususta aynı anda hem gerçeği bilme hem de görmezden gelme zorunda kalmak tam bir paradokstur. Zihnin bilinçli olarak farkına varıldandan daha fazla bilgi içerdiği yönündeki varsayım, Freud ve Jung gibi teorisyenlerin çalışmalarında odak noktasını oluşturmaktadır. O zamandan beri bu bilginin bir kısmının istekli olarak bilinçlilikten gizlenebileceği görüşü kişilik teorilerinde yer almaktadır.

Freud kişinin, aynı zamanda hem aldatan hem aldanan konumunda olabileceğini öne sürmüştür. Dinamik bilinçdışı, bireyin bilinçli olarak ulaşamadığı, kaygıya sebep olan bütün düşünceleri içinde barındırır. Freud'a göre kendini aldatma dinamik bilinçdışının bireyi anksiyete yaşatan olaylardan koruma gayesiyle bilincin gerçeğe ulaşmasını bir şekilde sınırlaması ve anksiyete yaşatan durumu daha az anksiyeteye sebep olacak bir durumla değiştirmesiyle gerçekleşir. İki insanın birbirini aldatmasına benzer şekilde, dinamik bilinçdışı da bilinci aldatır. Ayrıca Freud'un bastırma kavramıyla kendini aldatma yapıları itibarıyla benzerlik göstermektedir; ikisi de bireyi rahatsız eden bilgiyi farkındalıktan uzaklaştırma çabasındadır.

Bilişsel psikoloji bilinçdışını, bireyin dikkat etmediği ancak dikkat aracılığıyla bilinçli olarak ulaşılabilen ve tüm fikir ve düşüncelerin bulunduğu bir yer olarak görmektedir. Bilişsel kuramcılardan Baars ise kendini aldatma kavramını Freud'dan farklı biçimde açıklama yoluna gitmiştir. Baars zihinsel eylemlerin hemen hemen hepsinin bilinçdışı olduğunu iddia etmiştir. Birey zamanla bir eyleme alışıkça ilgili eylem otomatik bir hal alır ve bu durumda birey artık o eyleme bilinçli olarak dikkat etme gereği duymaz. Baars bireylerin kendileriyle ilgili inanç, beklenti ve amaçlar geliştirdiklerini ve bunların yaşamlarının temelinde giderek otomatik ve bilinçdışı varsayımlar haline geldiğini ileri sürmüştür. Bu varsayımlar, bireyin hem diğerleriyle olan etkileşimlerini hem de diğerlerine ilişkin algılamalarını etkilemektedir. Birey bilinçsiz bir biçimde kendisine ait bir algılama alanı geliştirerek dikkatini öz saygısını zedeleyebilecek duygu ve düşüncelerden uzaklaştırıp kendisini aldatır.²⁴

Ford, Bridwell ve Morgan da Freud gibi düşünmektedir. Onların da ifade ettikleri üzere, kendini aldatma süreci iki bilinçdışı amaç olan öz-saygıyı korumak ve benliğin

²⁴ Akın, a.g.e., s. 16.

geçmişle tutarlı olmasını sağlamak üzere işleyen bir mekanizmadır. Aynı zamanda bu süreç bilinçli farkındalıktan bağımsız olarak gerçekleşir. Söz konusu bilinçdışı süreç, psikoanalitik teorinin dinamik bilinçdışı kavramına dayalı olarak gerçekleşmekten çok, bilinçli farkındalıktan bağımsız olarak işleyen ve uzun yıllardan beri varlığını sürdüren amaçların otomatik ve bilinçsiz biçimde işlemesiyle gerçekleşir.²⁵

Sartre'ın ise kendini aldatmayla ilgili düşüncesi şöyle özetlenebilir: “Kendini aldatma, bilincin kendi olumsuzlamasını dışa yöneltmek yerine, kendine doğru yöneltmesidir. Kendini aldatma, bir olumsuzlama olması yönünden yalana benzer. Yalancı, yalan söylerken gizlediği, söylemediği doğrunun ne olduğunu bilir. Bir insan, bilmediği bir şey hakkında yalan söyleyemez, bu olanaksızdır. Yalancı, doğruyu kendi içinde evetleyen, sözlerinde deşilleyen kişidir. Yalancı aldatmaya niyetlenmiştir ve bu niyetini kendinden gizleme gereğini duymaz. Kendini aldatma da insanın kendi kendine söylediği bir yalan olarak tanımlanabilir. Fakat aralarındaki fark şudur ki; kendini aldatma içinde olan biri, tatsız bir doğruyu örtbas etmekte ya da tatlı bir yalanı doğruymuş gibi sunmaktadır. Kendini aldatma içinde kişi doğruyu ötekenden değil, kendisinden gizliyordur. Yalandaki aldatan-aldatılan ikiliği kendini aldatmada ortadan kalkar. Yalancı ile yalananın söylendiği kişi, aynı kişidir: bu yalancı olarak kişinin, aldatılan olarak kendisinden gizlediği doğruyu bildiği anlamına gelir.”²⁶ Üstelik kişinin yalanı kendisinden daha dikkatli biçimde gizleyebilmesi için, aynı zamanda gerçeği çok iyi bir şekilde bilmesi gerekmektedir.²⁷

Camus'a göre bireyler, yaşamlarını anlamlı ve tutarlı bir hale sokmaya çalışırlar ve olayları yorumlamada kendileri için bir anlam ifade eden açıklamaları kabul etme eğilimindedirler. Birey kendisi için en anlamlı ve uygun olan açıklamayı seçip kabul ederek diğer alternatifler üzerinde düşünmekten sakınır. Böyle bir durumda, bireyin seçiminin bilinçli ve yaptığı açıklamanın olaya yönelik en uygun açıklama olup olmaması onun için önem taşımaz. Yaptığı açıklama bireye doğru gibi görünür çünkü bu açıklama bireyin iki önemli bilinçdışı ihtiyacına karşılık vermektedir: Öz-saygıyı korumak ve geçmiş yaşantılarıyla tutarlı olmak.²⁸

²⁵ Akın, a.g.e., s. 17.

²⁶ Hilmi Yavuz, **Felsefe Yazıları**, Yazko Yayınları, 2. Kitap, 1982, s. 105-110.

²⁷ Akın, a.g.e., s. 25.

²⁸ Akın, a.g.e., s. 18.

a. Savunma Mekanizmaları

Her birey hayatında en az bir kere, birden fazla anlama gelebilen, belirsiz ve süregelen bir durumla baş etmek zorunda kalır. Tehlike tahmini stres duyarlılığına yol açtığı zaman, bu, bireyin beyninin stres hormonları ve tehlike ile ilgili endişeleri içinde kaynadığı anlamına gelir. İşte bu durum, kaygı olarak adlandırılan şeydir.²⁹ Daha terimsel anlamda kaygı, nedeni açık olmayan korku, giderilmeyen isteklerden doğan sıkıntı ya da güvensizlikten doğan tedirgin edici duygu olarak tanımlanır.³⁰

Duygusal sorunlarla başa çıkma, genel olarak kaygının hafifletilmesi anlamına gelmektedir. Eğer kaygı hafifletilmezse dikkat alanına zorla girecektir. Lazarus, kaygıyı hafifletmede alkol gibi yatıştırıcıların etkili olabileceğini belirtiyor. Yatıştırıcılar, kaygıyı hafifletmelerinden dolayı gerçek bir ödül gibidirler. Fakat kazanılmış ödül gibi olan yatıştırıcılar zamanla bağımlılık yapar. Aynı şekilde, bireysel kaygıları yok etmek için kullanılan zihinsel hilelerin de bağımlılık yaptığı söylenebilir. Zihinsel yatıştırıcılar, bireylerin olayları oldukları gibi görebilme kabiliyetlerini dikkati azaltmak suretiyle köreltir. Kaygı zihinde büyük bir yer işgal ediyorsa, üzeri zihinsel hilelerle ustalıkla kapatılmış olsa bile, zihinsel verim bundan zarar görür.³¹

Birey sistemi hem kişiyi erkenden uyaran bir radar hem de kaygıları savuşturmak için verilen çabaları sıraya koyan güçtür. Daima ihtiyatlıdır ve Sullivan'ın söylediği gibi, bireyin neyin farkına varamayacağını farkına varır. Fakat Sullivan dünyanın kaygının kaynağının kişinin davranışlarıyla yok olmasına her zaman izin vermediğini ileri sürer. Örneğin, bir bebek, istediğini her zaman almayacağını anladığında ilk hayal kırıklığı deneyimini yaşar. Bebeğin, elde edilemeyecekleri keşfetmesi de güçsüz olduğu durumları keşfetmesi de kaçınılmazdır ve bu durum kaygıya sebep olur. Bebek bu kaygı türünü, Sullivan'ın güvenlik operasyonları olarak adlandırdığı yolla kontrol etmeyi öğrenir. Kendini sakinleştirmek için kendi farkındalığının işine karışır.³²

Bastırmayla aynı paralelde bir amaç üstlenen savunma mekanizmaları, ego tarafından, id, süperegö ve dış dünyadan gelen tehditleri savuşturmak ve bu tehlikeleri

²⁹ Daniel Goleman, **Hayati Yalanlar Basit Gerçekler**, Çev. Betül Yanık, ARION Yayınevi, 3. Baskı, İstanbul, 2006, s. 68.

³⁰ Orhan Hançerlioğlu, **Ruh Bilim Sözlüğü**, Remzi Kitabevi, 4. Basım, İstanbul, 2003, s. 223.

³¹ Goleman, a.g.e., s. 72.

³² Goleman, a.g.e., s. 147.

takip eden kaygıyı azaltmak amacıyla kullanılan mekanizmalardır.³³ Pek çok kişi günlük yaşamında bu mekanizmaların en az birini kullanır.³⁴ Savunma mekanizmaları, bilinçdışı süreçler olduğundan kişi bunları kullandığının tam anlamıyla farkına varmaz.³⁵ Kısaca savunma mekanizmaları, kişinin sırlarını kendisinden saklama metodudur.

Bastırma bir güç olarak değil de, geçmiş seçimlerin şimdiki seçimler tarafından gizlenmesiyle oluşan bir durum olarak düşünüldüğünde daha iyi anlaşılabilir. Bastırılanın içeriği genelde daha çok ilgi ve görünürlük kazanan diğer zihinsel içerik ve süreçlerin arkasında gizli kalır.³⁶ Freud'un Bastırma adlı makalesinde tanımladığı üzere, bastırma, basit olarak, bir şeyi reddetmek ve o şeyi bilinç dışında tutmaktır. Bastırma, farkındalığı azaltarak zihinsel acıları dindirir. Acı veren anlar veya tehlikeli dürtüler, zihinsel ıstırapı hafifletmek için bastırılırlar. Fakat bu taktiğin tam anlamıyla başarılı olduğu söylenemez. Zira kendilerine karşı savunulmuş acılar dikkati çarpıtırlar ve kişiliğin doğru yoldan sapmasına neden olurlar.³⁷ Freud'a göre, bastırmanın cezası tekrarlanmadır. Baş edilemeyen acı verici deneyimleri bilinçsiz olarak, tekrarlanırlar. Kişi kendisini tekrarladığını neredeyse hiç fark etmez, çünkü tekrarlanan şemalar, tekrarlandıkları gerçeğini farkındalıktan uzak tutarlar. Bir yandan kişi bunu daha önce yapmış olduğunu unuttur, diğer bir yandan da tekrar yapmakta olduğunun pek farkına varmaz. Bu, tamamen kendini aldatmadır.³⁸

Freud'un görüşüne göre bu savunma mekanizmalarının kendilerine has özellikleri ne olursa olsun, bastırma ile tek bir araç ve amaç paylaşırlar: Bunların hepsi acılardan sakınmak için gerçekleri değiştirip bozmaya yarayan bilişsel aygıtlardır.³⁹ Savunma mekanizmaları, doğru bilgiyi yansıtarak veya başka kalıba sokarak duygusal tepkileri düzenler ve benlik saygısını oluşturur. Bunlar gerçek ile çatışmadıkları sürece iyi bir başa çıkma yöntemi olarak kullanılabilirler. Her bir savunma mekanizması kişinin kendini kandırma sürecini destekler.⁴⁰

³³ Banu Yazgan İnanç, Eşef Ercüment Yerlikaya, **Kişilik Kuramları**, Pegem Akademi, 3. Baskı, Ankara, 2010, s. 26.

³⁴ E. Jerry Phares, "Introduction to Personalty", **Harper Collins Publishers**, Thrid Edition, New .york, 1991, p. 86.

³⁵ Goleman, a.g.e., s. 159.

³⁶ Stephen A. Mitchell, **Psikanalizde İlişisel Kavramlar**, İstanbul Bilgi Üni. Yay., İstanbul, 2009, s. 267.

³⁷ Goleman, a.g.e., s. 160.

³⁸ Goleman, a.g.e., s. 165.

³⁹ Goleman, a.g.e., s. 167.

⁴⁰ Charles Ford, **Yalan! Yalan! Yalan! "Yalancılığın Psikolojisi"**, Çev. Şerife Küçükakal, HYB Yayıncılık, Ankara, 1996, s. 34.

Aşağıda, psikanalitik literatürde tanımlanan en yaygın savunmalardan bazılarının kısa tanımlarını bulacaksınız:

İnkar Etme: Benlikte kaygı yaratacak bir durumun, gerçeğin ve doğrunun reddedilmesidir. Hastalık belirtilerini bir türlü kabul etmek istemeyen insanlar buna örnek olarak verilebilir.

Çarpıtma: Kişinin iç dünyasının ihtiyaçlarını karşılamak için dış dünyanın gerçeğini kendine göre şekillendirmesidir. Çarpıtma çoğu kez dini inançlara alet olmuştur. Oldukça dinine bağlı bir kişinin, Tanrının onu hastalıklara karşı koruyacağına inandığı için hiç ilaç almadan kanseri yeneceğine dair umut taşıması çarpıtmaya örnek teşkil edebilir.

Yansıtma: Kişinin kendi kabul edilmeyecek düşünce ve duygularını bir başkasına atfetmesi ya da yansıtmasıdır. Yansıtmaya günlük hayatta çokça rastlanır. Kocasını sinirli olmakla suçlayan bir kadının esasında kendisinin sinirli olması gibi.

Pasif Saldırganlık: Kişinin saldırganlığını kendisine yöneltmesidir. Pasif saldırganlık sergileyen kişi, başkalarına kendilerini suçlu hissettirmek için kendi kendisini incitebilir. Aşırı zeki olmasına rağmen, ailesinin sürekli başarısına odaklanmasından sıkılan bir gencin tüm sınavlarından kalması buna örnek gösterilebilir.⁴¹

Düş Kurma: Kişinin doyurulmamış isteklerinin düş kurma yoluyla doyurulmasıdır. Küçük bir çocuğun güç sembolü olan oyuncak silahlarla oynayarak güçlü bir komutan olduğunu hayal etmesi gibi.⁴²

Gerileme: Bir travma ya da başarısızlık anında çözüm önceki gelişim evrelerine ya da davranış tarzına dönmek olabilir. Bir çocuğun bir travmayla karşılaşmasının, onun çok daha az olgun bir tarzda davranmasına sebep olması gerilemeye örnek teşkil edebilir.⁴³

Bellek Çözülmesi: Katlanamaz duyguları bilinç dışına iterek hata ve kötü deneyimleri sınıflandırma mekanizmasıdır. Kötü bir tecrübe ve şok yaşayan insanlar yaşadıklarıyla ilgili çok az şey hatırlarlar. İdama tanık olan gazete muhabirlerinin olayı takip eden günlerde bellek çözülmesi yaşamaları bu hususa örnektir.

Yer Değiştirme: Kişinin, korku ve aşırı kaygı duyduğu bir olayı, kontrol altına alabileceği başka bir olay ile değiştirmesidir. Aşırı hükümler annesi ile karmaşık ve

⁴¹ Ford, a.g.e., s. 36.

⁴² İnanç&Yerlikaya, a.g.e., s. 29.

⁴³ Phares, a.g.e., s. 87.

bunaltıcı bir ilişkisi olan adam, annesini ziyarete gitmemesini klostrofobisine bağlayarak açıklamaya çalışması gibi.

Mantığa Bürünme: Kişinin benlikçe kabul edilmeyen davranışlarını haklı göstermek için makul açıklamalar bulmaya çalışması ve bunlara inanmasıdır.⁴⁴ Nazi Almanya'sındaki doktorların davranışları buna örnek olabilir. Kendilerini insan hayatını kurtarmaya adanmış olan bu doktorlar, Yahudilere karşı acımasızca ve tıp ahlakına uymayacak şekilde davranmışlardır. Dr. Edward Wirths, yıllarca Auschwitz'de başhekim olarak çalışmış, kimlerin gaz odasına gidip öldürüleceğine karar vermiştir. Halbuki, Wirths yakınları tarafından sevecen bir koca ve baba olarak tanımlanmıştır. Dr. Wirths nazi doktoru olmasını, ülkesine karşı sorumluluklarını yerine getirmek mantığıyla açıklayarak duygularından arındırmış, böylelikle yaptıklarına mantıklı bir bahane türetmiştir.⁴⁵

Karşı Tepki Geliştirme: Kabul edilemeyecek nitelikte olan güdü, istek ve korkuların zıttı olan duygular ve davranışlar geliştirmektir. Yüksekten korkan birinin paraşütle atlama sporunu yapmaya karar vermesi karşıt tepki geliştirmeye örnek gösterilebilir.

Bastırma: Kaygı ve hüznü yaratan duyguları ve fikirleri bastırmak, bilinçdışına hapsedmektir. Örneğin, toplum tarafından kabul görmeyen saldırgan dürtülerin bilinç düzeyine çıkması bastırma ile engellenir.

Umut Besleme: Gelecekte olması mümkün ruhsal rahatsızlıklara karşı gerçekçi planlar geliştirmektir. Ayrıca, perdelenmiş zevklerden haz duyma kapasitesidir. Tıp ya da hukuk öğrencisinin çalışmasının ödülünü gelecekte alacağı umuduyla çalışmak için saatlerini tüketmesi buna örnektir.

Yüceltme: Güdüsel dürtülerin, toplum tarafından kabulünün sağlanması ve şekle sokulmasıdır. Genç yetişkin erkeklerin, enerji ve saldırganlıklarının, toplumda kabul görmeleri için spora kanalize edilmesi gibi.

Dalga Geçme: Kişinin kendine gülebilmek, kendisiyle dalga geçme kabiliyetini betimler. Alaydan farklılığı ise diğer insanlara karşı sadistçe saldırıyı içermemesidir. Şaka yapmayı öğrenen kişi, kişisel başarısızlıkları ve kimsenin kusursuz olmadığını, benlik saygısını yitirmeden kabul etmiş demektir.

⁴⁴ İnanç, & Yerlikaya, a.g.e., s. 27.

⁴⁵ Ford, a.g.e., s. 37.

Savuma mekanizmalarını en iyi hayata geçirebilen kişilerin, olgun ya da nevrotik kişiler olduğu söylenebilir. Ford ve Spaulding savunma mekanizmalarını hayata geçirmenin, olgunluk ve kişinin savunma sisteminin esnekliği ile yakından ilgili olduğunu ileri sürer. Savunma mekanizmaları dikkatli bir şekilde incelenecek olursa, Vaillant tarafından geliştirilen olgunluk çizelgesindeki aşamaların(Narsizim-Toyluk-Nevrotik-Olgunluk) kişinin kandırmasıyla paralel gittiği anlaşılacaktır.⁴⁶

“Birinci aşamada (narsisizm), gerçek çarpıtılmakta ve inkar edilmektedir. Bu aşamada kendini kandırma o kadar fazladır ki, kişi gerçeğin bile ne kadar gerçek olduğunu test eder. İkinci aşamada (toyluk), kişi, düşüncelerin ve duyguların uyumsuzluk neticesinde mi, yoksa reddedilip başkalarına yansıtılmasından mı oluştuğunun farkında bile değildir. Üçüncü aşamada (nevrotik) kendini kandırma zihinsel davranışların bir kılıfa sokulmaya çalışılması ile ortaya çıkar. Kişinin, duygu ve düşüncelerinin farkındalığına varmasında artış gözlenir. Fakat, karışık ve anlaşılmaz ayrıntılar, ufak parçalara ayrılarak bilinçten uzakta tutulur. Kendini kandırma aktif olarak en çok bu aşamada ortaya çıkar. Dördüncü aşamada (olgunluk) ortaya çıkan kendini kandırma ise daha kontrollü olup kolaylıkla yaşama aktarılabilir. Ayrıca, ilişkilerde kuvvetlendirici rol oynar. Sağlıklı bir ruhsal yapı için kişinin bir dereceye kadar kendini kandırması gerekebilir. Her şeyin ötesinde, kişinin gerçekliğini gözden geçirecek dereceye kadar kendini kandırması oldukça tehlikelidir.”⁴⁷

b. Kendini Uyarılama, İzlenim Yönetimi

Uyma, kişinin gerçek veya hayali grup baskısını hissederek, diğer kişilerden sözlü bir istek veya emir olmadığı halde düşüncelerini veya davranışlarını diğerlerinin yönünde değiştirmesi, onlara uymasındır.⁴⁸

Bireylerin uyma davranışı gösterme sebepleri şu maddelerle özetlenebilir:

a) İnsanlar toplumun onayına ihtiyaç duydukları için diğerlerine uyma eğilimi gösterirler. Sosyal psikologlara göre, insanları uyum davranışı göstermeye iten sebep, onların grup içinde olmaya güdülü olmalarıdır.

b) İnsanlar doğru bilgiyi elde etmek, belirsiz durumlarda doğru karar verme olasılıklarını yükseltmek için gruba uyarlar.

⁴⁶ Ford, a.g.e., s. 39.

⁴⁷ Ford, a.g.e., s. 41.

⁴⁸ Nuray Sakallı, **Sosyal Etkiler “Kim Kimi Nasıl Etkiler”**, İmge Kitabevi, 2. Baskı, Ankara, 2006, s. 32.

c) Bazı bireyler kendi yeteneklerine güvenmemeleri sebebiyle diğerlerini takip ederek, onlara uymayı seçerler.

d) Grubun çekiciliği de bireyin uyum davranışına etki eder. İnsanlarda çekici, ünlü gruplara girme ve onlara bağlanma isteği gözlenmiştir.⁴⁹

Charles Ford'un öne sürdüğü üzere grup kendini aldatmaya sebep olan faktörlerden biridir. Ona göre grupça düşünmenin altında tehlikeli boyutta kendini kandırma yatar. Kişi sosyal ihtiyaçlarını karşılayabilmek için kendi bağımsız yargılarını bir kenara bırakır ve grubun taleplerine teslim olur. Daha güçlü ve etkili bireyler grubu etkileri altına alırlar. Grupça düşünme, ilk olarak Yale Üniversitesi'nden sosyal psikolog Dr. Irving L. Janis tarafından hatalı grup kararları alınmasını betimlemek için ortaya atılmış bir terimdir. Grupça düşünme sendromunun özellikleri şu şekilde sırlanabilir: İncinmeyeceğine ilişkin bir sanrı, gruba hiç sorgulamadan duyulan inanç, grupça uyarıları ve diğer gerekli bilgileri göz ardı eden bir mantığa bürünme gayreti, düşmanın çok zayıf ve aptal olduğuna ilişkin basmakalıp inanışlar, grup kararlarından sapmalara sansür uygulama, çoğunluk kararına uymak bağlamında yaratılan hayali iş birliği, grubun hedeflerini sorgulayanlara baskı uygulama vs. Yapılan deneysel bir çalışmayla grupça düşünme süreci temsili karar verme gruplarında test edilmiştir. Leona grup lideri konumundaki kişinin belirlediği seçeneği önceden ilan etmesinin grubun daha sonra aynı karara varmasına neden olduğunu ifade eder.⁵⁰

Genel olarak, grup-birey ilişkilerini inceleyen çalışmalar ve kuramsal yaklaşımlar iki kısımda toplanabilir: İlki bireyin grup normlarına uyması ile ilgili araştırmalar, ikincisi ise grubun bireyin tutum değişimiyle ilişkisini inceleyen araştırmalardır.⁵¹

Grubun Birey Üzerindeki Normatif Etkisi: Bu etki, örnek bir araştırma sonuçlarıyla anlaşılabilir. Dittes ve Kelley yaptıkları bir deneyde bir çalışma grubu oluşturmuş ve bunlar bir süre beraber çalıştıktan sonra, grup üyelerinin her birine grubun kendisini ne derece kabul ettiği, ona ne kadar değer verdiği hakkında bilgi verilmiştir. Aslında grup içinde birbirinden çok da farklı olmayan bu deneklerin bazılarına “grup seni seçti, sana değer veriliyor, grup içinde kalman isteniyor” şeklinde bilgi verilirken, diğer bazılarına

⁴⁹ Sakallı, a.g.e., s 39.

⁵⁰ Ford, a.g.e., s. 231.

⁵¹ Çiğdem Kağıtçıbaşı, **Yeni İnsan ve İnsanlar**, Evrim Yayınevi, 10. Baskı, İstanbul, 2006, s. 262.

“seni isteyenler de var, istemeyenler de var, ortadasın, durumun ileride iyileşebilir de kötüleşebilir de” şeklinde bilgi verilmiştir. Üçüncü kısım üyelere ise “grup seni seçmedi, grup içinde olman fazla değerli görülüyor” denmiştir. Aslında bu bilgilerin hepsi asılsızdır ve grup içinde deneysel olarak statü farklılaşması ve hiyerarşi oluşturmak için kullanılmıştır. Bu üç statü kesimi için de grup normuna en fazla uyma davranışı, kendilerini grubun kısmen kabullendiğini sanan orta düzeydekilerde görülmüştür. Bu üyeler grubun desteğini bir dereceye kadar kazanmışlardır, ama durumları çok da sağlam değildir. Bundan dolayı da yerlerini sağlamlaştırmak ve statülerini yükseltmek için bu üyeler grup normlarına en içten bağlanmışlar ve büyük bir hevesle normlara uyma davranışı göstermişlerdir. Kişilerin bu davranışları grup içinde görüldüğü gibi yalnızken de görülmüştür. Anlaşıyor ki bunlarda benimsemeyle uyma söz konusudur. En alt statü düzeyindeki grup üyelerinde de ortadakiler kadar olmasa da uyma davranışı görülmüştür. Ancak bu üyeler sadece grup içindeyken grup normuna uygun davranmışlar, yalnız oldukları zaman ise norma aldırış etmemişlerdir. Demek ki bu kesimde benimseme değil de itaat ile uyma söz konusudur. En üst statüde olanların uyma davranışının ortadakilerden daha az olduğu görülmüştür. Çünkü grup tarafından kabullenilen lider güven duygusu içindedir, kazanabileceği kadar statü kazanmış demektir. Statüsünü yükseltmek için normlara çok fazla uyması gerekmez.⁵² Bu küçük grup deneyinin sonuçlarının toplum için de önemi vardır. Örneğin, bu araştırma sonucundan yola çıkarak, orta sınıf üyelerinin ya da orta sosyo-ekonomik düzeyde olan kimselerin toplumsal normlara en çok uyanlar oldukları söylenebilir.

Grubun Bireysel Tutum Değişimine Etkisi: Grubun, üyelerinin tutum değişimini artırması da engellemesi de mümkündür. Eğer bu tutum değişimi grup normu doğrultusunda grup bunu artırıcı rol oynar, eğer grup normuna ters düşüyorsa, grup bu tutum değişimini engelleyici rol oynar.⁵³ İkinci Dünya Savaşı sırasında Lewin’in yaptığı bir klasik uygulamalı araştırma da bu konuda aydınlatıcıdır. Araştırmada denek olarak ev kadınları seçilmiştir. Amaç ise savaş yıllarında besin maddelerinin muhtemel azalmasına karşı önlem olarak kişileri alıştıklarının dışında besinleri yemeye ikna etmektir. Deneklere, sakatat adı verilen iç organların da yenebildiği, bunların besleyici yönden zengin olduğu ve bunlardan lezzetli yemekler yapılabileceği anlatılmıştır. Fakat denekler iki gruba ayrılmış

⁵² Ford, a.g.e., s. 263.

⁵³ Ford, a.g.e., s. 265.

ve gruplardan birine bir beslenme uzmanı konferans verirken, diğetine aydınlatıcı kısa bir konuşma yapıldıktan sonra grup tartışması açılmış ve tartışma sonunda grup bir karara varmıştır. Altı ay sonra araştırması yapıldığında, konferans grubundaki ev kadınlarının yalnızca %3'ünün evlerinde bu tür yemekleri yaptıkları, tartışma grubundaki ev kadınlarının ise %32'sinin iletişime uygun hareket ettikleri görülmüştür. Bunun sebebi, konferans grubundaki deneklerin diğeri dinleyicilerin tutumlarını değiştirip değiştirmediklerini bilmedikleri için evlerine döndüklerinde bu etleri yemek istemeyen aile halkına karşı, tek başlarına kalmaları ve yeni fikri savunamamalarındandır. Tartışma grubundakiler ise deneyden sonra kendi evlerinde karşılaştıkları karşıt propagandaya, aynı fikri paylaşan grubun desteğini arkalarında hissederek direnç gösterebilmişlerdir. Grup desteğinin ne denli önemli bir etken olduğu burada da görülmektedir.⁵⁴

Mark Syder, bireyler arasındaki farklılıkları kendini uyarlama olarak adlandırdığı bir kişilik özelliğiyle açıklamaya çalışmıştır. Kendini uyarlamayla kast edilen şey; bireyin, kişisel davranışına rehberlik etmede dışsal ve durumsal bilgilere dikkat etmesi durumudur. Kendini uyarlama, sözel olsun ya da olmasın, benlik sunumunu gerektirmektedir.

“Syder’a göre kendini uyarlama süreci ile kişi;

- a) Gerçekte yaşadığı duygusal durumu daha yoğunlaştırılmış ifadelerle sunabilir.
- b) Gerçek duygusal durumuyla benzerlik taşımayan herhangi bir duygusal durumunu sunabilir.
- c) Uygun olmayan duygusal durumunu gizleyerek, ifadesiz görünebilir.
- d) Uygun olmayan duygusal durumunu gizleyerek, uygun olanı yaşıyormuş gibi görünebilir.
- e) Hiçbir şey yaşamamasına karşın, bir şeyler hissediyormuş gibi davranabilir.”

Kendini uyarlama düzeyi yüksek kişiler, kendileriyle ilgili izlenimi büyük ölçüde ayarlayıp kontrol edebilmektedirler. Kendini uyarlama düzeyi düşük olanlar ise gerçekten düşündükleri ve hissettikleri neyse onu ifade etmektedirler.

Bireyleri, kendini yüksek düzeyde uyarlayamamaya yönelten durumsal nitelikler şöyle sıralanabilir:

⁵⁴Kağıtçıbaşı, a.g.e., s. 266.

- a) Bilinmedik olan ve sosyal karşılaştırma kaynakları içeren,
- b) Kişinin içsel durumunu bulanıklaştıran ya da karışıklık yaratan,
- c) Kişinin tutumlarının toplumsal açıdan arzulanır olmadığını ima eden,
- d) Başkalarının görüşlerine duyarlı hale getirmeye çalışan ya da referans grup normlarıyla uyuşmaya motive eden çevreler.⁵⁵

Smith ve Christensen izlenim yönetimini, bireyin gerçek benliğine uygun olmadığı halde kendisini daha olumlu bir şekilde sunmak için bilinçli biçimde çabalaması olarak tanımlarken, kendini aldatmayı ise bireyin oldukça pozitif bir benlik imajı oluşturmak ve bu imajı korumak için daha az bilinçli veya daha dürüst biçimde çabalaması olarak tanımlamıştır. Genellikle bilinç dışı süreçte gelişmekte olan kendini aldatma bu özelliğiyle İzlenim yönetimden farklıdır. Aslında her ikisi de, bireyin kendisini gerçekte olduğundan daha olumlu göstermesine ilişkin bir önyargı içermektedir. Ancak izlenim yönetiminde bu önyargı daha bilinçli ve amaçlı bir şekilde ortaya çıkmaktadır. Ayrıca izlenim yönetimi, durumuna bağlı olarak değişime daha fazla direnç gösteren kendini aldatmadan farklı olarak bireyin kendisini diğerlerine pozitif bir şekilde sunmasını gerektiren durumlarda daha etkilidir.

İzlenim yönetiminde birey, kendisini diğerlerine gerçekten olduğundan daha olumlu bir şekilde sunarak, toplum tarafından arzu edilen ve kabul gören davranışlarını gerçekte olduğundan daha fazla, olumsuz ve kabul görmeyen davranışları ise gerçekte olduğundan daha az ortaya çıkarmaktadır. Bu eğilimin, bireyin benlik imajını diğerlerinin gözünde artırması amacıyla doğrudan ilişkili olduğu söylenebilir. Ayrıca izlenim yönetimi, içgörü yoksunluğunu yansıtan bir kişilik boyutu ve bireyin öz-sunumunu başarılı biçimde şekillendirmesine izin veren bir beceri olarak da görülebilir.⁵⁶

c. Kendini Aldatmanın Psikodinamiği

Kendini aldatmanın tasavvur edilebilecek en sıradan ve bilinen zihinsel etkinlik türlerinden biri olduğu söylenebilir. Sonuçlar olağan üstü olsa da uygulanma biçimi zihnin herhangi normal, bilinen ve gündelik bir etkinliğinden daha fazla açıklama gerektirmez. Fingarette, kendini aldatmanın bir paradoks gibi görünmesini, insan zihninin sıradan

⁵⁵ Arzu Araz, **Kişiler Arası İlişkilerde Benlik Sunumu**, Varlık Yayınları, İstanbul, 2005, s. 103.

⁵⁶ Akın, a.g.e., s. 14.

meseleler için nasıl çalıştığının doğru tetkik edilmemesinden kaynaklandığını öne sürmektedir. Bu sebeple ona göre açıklanması gereken zihnin genel olarak nasıl çalıştığıdır. Bu doğru şekilde kavrandığında kendini aldatma kavramı sorunlu olmaktan çıkacaktır.⁵⁷

Basit anlaşılır olması için, mesele şu şekilde ifade edilebilir: Normalde yazı yazarken kişi düşüncelerini kağıda dökmek için karmaşık fizik ve imla kurallarını dikkate alır, ama dikkatini bunlar üzerinde yoğunlaştırmaz. Bununla birlikte, kişinin tüm bunları bilerek, zekice ve koşullara uygun olarak yaptığını söylemek yerinde olacaktır. Ama bu sırada dikkatini hep o sıradaki düşüncelerine ve onları ifade edecek doğru sözcükleri seçme işine yoğunlaştırır. Sözcükleri kafasında belirginleştirdikten ve onları yazmaya karar verdikten sonra, yazmanın kendisi artık otomatiktir. Daha genel anlamda, meselenin ana noktası, zorunlu olarak kişinin dikkatini bir şey üzerinde yoğunlaştırmadan o şeyi dikkate alabileceğidir.

Kişinin dikkatini yoğunlaştırmadığı şeyleri dikkate almasının mühim bir sonucu, yaptığı şeylerin ayrıntılarını daha sonra anlatamamasıdır. Böylece daha sonra kişi yazdıklarının basılı bir kopyasını okuduğunda, ne zaman ve nerede yazdığını anımsayabilir ve genel olarak masada oturarak yazdığını anımsayabilir. Fakat herhangi bir sayfadaki bir yerde belirli bir parmak ve kol hareketine ilişkin hiçbir şey hatırlamaz ya da çok az şey hatırlar. Bu tür deneyimler, dikkatimizi başka bir yere yönlendirmişken, kafamızın gerisinde karmaşık ve oldukça uzun süreli projeleri yürütebilmek gibi normal ve genel olarak fark edilmeyen bir kapasitemiz olduğunu mükemmel bir biçimde anlatır. O halde kısaca zihnin işleyişinin konuyla ilgili doğal öyküsü budur.⁵⁸

Yazı yazarken kişinin kulağına dış çevreden pek çok gürültü gelir. Bu gürültüler yazıyla ilgili olmadığından dolayı kişi bu gürültülerin farkında değildir. Öncelikle kişi gürültüleri dikkate alır, daha sonra onların projesiyle alakasız olduğunu kavrar ve dikkatini gürültüden uzaklaştırır. Kasıtlı bir şekilde dikkatini gürültülere yöneltmeye direnir ve aynı zamanda dikkatini bu kasıtlı direncine yöneltmekten de kaçınır. Sonuç olarak, hem gürültüler hem de kişinin onlara yönelik tutumu onun ilgi alanı dışında kalır. Ne parmaklarını ve kolunu nasıl kullandığının bilincinde, ne de dikkatini araba gürültülerinden uzaklaştırdığının bilincindeydi. O halde buna gerçek niyet denilebilir mi? Burada can alıcı

⁵⁷ Herbert Fingarette, **Kendini Aldatma**, Ayrıntı Yayınları, İstanbul, 2003, s. 142.

⁵⁸ Fingarette, a.g.e., s. 147.

nokta kişinin zeki bir şekilde duruma uyarlanan bir şey yapmasıdır. Onu yapmak istedi ve bu kasıtsız değildi. Bir amacı ve bu amaca sahip olmak için bir nedeni vardı. Bu, gürültülerden rahatsız olmasına, bu gürültülerin dikkatini çekmesine izin vermeme isteğinin etkili bir uygulamasıydı. Bilinçli olmaması, yani dikkatini yöneltmeden yaptığı bir şey olması dışında, kasıtlı davranış olarak adlandırılan davranışın bütün özelliklerine sahiptir.⁵⁹

İşlemekte olan zihnin ikinci bir önemli özelliği, dikkatin merkezinde neyin bulunduğunu genel olarak anımsayabildiği halde, genellikle dikkatin çevresel kısımlarında veya ilgi alanının tamamen dışında olan şeyleri anımsamayarak giderek güç, hatta imkansız bulmasıdır. Dikkat, kişinin içinde bulunduğu duruma ilişkin değerlendirmeleri temelinde aktif ve seçici bir şekilde yönlendirilir. Esasında dikkate alınan ve zekice karşılık verilen her şey dikkat alanının içinde olmak zorunda değildir. Kişi içinde bulunduğu durumu dikkate alabilir ve ilgilerine uygun olan bir koşulu tespit edebilir, ama dikkatini onun üzerinde yoğunlaştırırsa zihinsel dengesi ciddi şekilde bozulabilir. Kişi dikkatini o yöne yöneltmekten kaçınmak için bunu bir neden olarak kabul eder. Yoldan geçen arabaların dikkat dağıtma potansiyeli taşıyan gürültülerine dikkatini yoğunlaştırmaktan ve bunu böyle bir şey yaptığına dikkatini yoğunlaştırmadan yaptığı gibi, duygusal olarak travmatik olabilecek bir şeyi de dikkate almayabilir. Bu nedenle dikkatini ona yöneltmekten kaçınabilir ve bütün bunları böyle bir şey yaptığı olgusuna dikkatini yoğunlaştırmadan yapabilir.

Fingarette, bütün bunlarda hiçbir özel zihinsel kurnazlık olmadığını, genel olarak koşullara ve kişinin çıkarlarına bağlı olarak dikkatini şu ya da bu yöne yöneltmesi için nedenler değişse de, söz konusu zihinsel kabiliyetin esas itibarıyla aynı olduğunu ve problematik olmadığını savunur. Ona göre kendini aldatmada nihai sonucun anlamının, aldatmaya yönelik olmayan daha genel zihinsel durumlardan çok farklı olduğu doğrudur. Ancak, genel varsayımın aksine, zihnin kendini aldatma durumlarını üretme yolu, aldatıcı olmayanlar için kullandığı yol ile aynıdır. Örneğin kişinin utanç verici bir şey yaptığını varsayalım. Davranışını ve bunun kendisi için anlamını dikkate alır, fakat bu özel utanç onu derinden yaraladığı için, kendilik duygusu sebebiyle, dikkatini olay üzerinde, en azından olayın utanç verici özellikleri üzerinde yoğunlaştırmaktan kaçınır. Böylelikle olayın üzerindeki etkisini azaltır ve kendisine duyduğu saygıda travmatik bir yara

⁵⁹ Fingarette, a.g.e., s. 146.

açılmasından korunur. Elbette bunun bir bedeli vardır: Davranışı tam ilginin sağladığı berraklık ve derinlikle değerlendirme fırsatını yitirir. Ayrıca daha az güvenilir bir hafızaya sahip olur ve dolayısıyla olayları, bu konuda yaptıklarını daha kolay bir şekilde rasyonalize edebilir. Nihai olarak da tüm bunlar nedeniyle meseleyle yeterince verimli bir şekilde ilgilenemez.⁶⁰

Fingarette'e göre kendini aldatanlar şöyle metotlar kullanırlar: Kişi kendisi hakkında arzu edilmeyen inançlara sahiptir, fakat onlar üzerine odaklanmaz ve böylece onları gizler. Fingarette şunda çok açıktır ki, zekice adapte olunmuş davranışın kasıtsız olmadığını, kasıtlı olması gerektiğini düşündüğümüzde büyük bir yanlış yapmış oluruz.⁶¹

Tüm insanların kendini aldatma eğiliminin son derece yüksek olduğu araştırmacılarca genel kabul gören bir önermedir. Çünkü her birey bazen mantık dışı olsa da tüm inançlarına sağlam duygusal bağlarla bağlıdır. Trivers gibi bazı evrimsel biyologlar, aldatmanın insan davranışının doğal bir parçası olduğunu ve bu durumun bireylerde kendini aldatmaya yönelik bir içgüdünün gelişmesini sağladığını öne sürmektedir. Ayrıca kendini aldatmanın bireye sağladığı bir avantaj da söz konusudur: Birey kendi yalanına inandığında bireyin diğer bireyleri bu yalanın doğruluğuna inandırabilme şansı yüksek olacaktır. Trivers'a göre tüm insanlar, hem kendilerini aldatma hem de bu kendini aldatma eğiliminin farkında olma becerisine sahiptir. Newton ve arkadaşları ise kendini aldatmanın insanların yaşam mücadelesinde sıklıkla gözlemlenen bir olgu olduğunu söylerler ve basit bir örnek olarak savaş durumunda tarafların motive olmak için kendi güçlerini gerçekte olduğundan daha fazla, düşmanın gücünü ise gerçekte olduğundan daha az olarak algılama eğilimlerini vermişlerdir. Kendini aldatma farkındalığa ulaşarak olumsuz ancak doğru olan bilişlere izin vermeyen bir süreç haline gelmekte ve bilinçli farkındalıktaki inançları etkilemektedir. Kendini aldatma sürecinde bireyin benliğine ilişkin olumsuz algılarının bilince ulaşması engellenir ve bu algılar daha olumlularıyla yer değiştirir.⁶²

Bilinçdışı algılama ile algısal savunma kavramlarında da bir paradoksla karşılaşılmaktadır. Bu paradoksta da bireyin bir uyarı algılamaktan kaçınması için öncelikle o uyarıyı algılaması gerektiği ön kabulü mevcuttur. Algılamak için öncelikle

⁶⁰ Fingarette, a.g.e., s. 150.

⁶¹ Rachel Brown, "The Emplotted Self: Self-Deception and Self-Knowledge", **Philosophical papers**, 32: 3, 279-300.

⁶² Akın, a.g.e., s. 24.

algılanan nesnenin farkında olunması gerektiği görüşü, bilinçdışı algılama ile algısal savunma kavramlarını birbirleri için bir paradoks haline getirmiştir. Bu fenomenin varlığını öne süren teorisyenler, bilişin farkındalık dahilinde olması gerektiğini varsaymanın doğru bir bakış açısı olmadığını savunmuştur. Geniş bir kaynak taraması sonucunda Nisbett ve Wilson bu görüşü desteklemiş ve bilişin içerik ve süreç açısından farkındalık sınırları dahilinde bulunmasının zorunlu olmadığını iddia etmiştir. Bilişin farkındalık sınırları içinde olması gerektiği tezinin reddedilmesi kendini aldatmanın varlığının kabul edilmesi anlamına gelmektedir.

Sackheim ve Gur kendini aldatan bireyin iki çelişkili inanca sahip olmasının ve bu inançlardan birisinin farkındalığının dışında bulunmasının zorunda olduğunu ileri sürmektedir. Bu durumun paradoksal, mantıksal, felsefi ve psikolojik zeminde imkansız olduğuna inanılmaktadır. Bu sebepten ötürü geleneksel kendini aldatma teorilerine alternatif olarak geliştirilen teoriler, kendini aldatmanın ana mekanizmasının, bireyin mevcut inançlarıyla çelişen kanıtları görmezden gelmesi olduğunu iddia etmektedir.⁶³

Sackheim ve Gur psikolojik savunmalar ve bilinçliliğin doğası hususunda araştırmalar yapmıştır. Bu araştırmacılar bilinçliliğin anlaşılmasında kendini aldatma sürecine büyük önem atfetmiştir. Bireyin kendisiyle ilgili çelişkili farkındalığını azaltması için kendini aldatma bireyi teşvik etmekte tehdit edici ve kısmen bir psikolojik savunma işlevi yaparak anksiyeteyi azaltmaktadır. Fingarette, kendini aldatma için gerekli olan temel ölçütün amaçlılık olduğunu ifade etmektedir. Ona göre eğer birey bir yolunu bulup rahatsız edici olan gerçeğin varlığını ortaya koyan kanıttan kaçmak için kendini bu kanıtın aksine inanmaya ikna etmişse net biçimde kendini aldatmaktadır.⁶⁴ Bir kendini aldatma örneği olarak bir araştırmacının elde ettiği verilerin mevcut teorilerin hiçbiri tarafından açıklanamayacağını öne sürmesi de gösterilebilir. Bu inancın yanlış olabilmesi muhtemeldir fakat yine de kendi başına kendini aldatma değildir. Ancak daha sonra bazı araştırmacılar, bu araştırmacıya elde ettiği verilerin çeşitli teorilerle net biçimde açıklanabileceğini gösterdiği düşünülürse, bu durumda araştırmacının karşı kanıtlar ve bulgular öne sürmesi ve aksini kanıtlayan tüm delillere rağmen hiçbir teorinin kendi verilerini açıklayamayacağını kesin olarak belirtmesi tam olarak kendini aldatmadır. Buradaki kritik nokta kendini aldatmanın, kasıtlılık içermesidir, çünkü birey kendini

⁶³ Akın, a.g.e., s. 26.

⁶⁴ Akın, a.g.e., s. 30.

kandırdığını ve gerçeğin farklı olduğunu net biçimde gösteren kanıtlar açıkken hala kendi görüşünde ısrar etmektedir.

Kendini aldatan kişi kendi sahtekarlığını algılayamayan, kendi yarattığı sis perdesi hakkındaki gerçeği göremeyen biri olarak tanımlamaktadır. Bu kişinin derinlerde doğru olmadığını bildiği halde, öyküye bir şekilde içtenlikle inandığı söylenir. O bir şeyi kendisine öyleymiş gibi gösterir. Fingarete kendini aldatan kişinin kendi aldatmasının farkında olmadığını söyler ve tam psikanaliz diliyle bilinçdışı arzularından ve fantezilerinden söz etmeye başlar.⁶⁵

White farkına varmanın veya bilincinde olmanın kişinin yaptığı bir şey olmadığını söyler. Kişi bunları yapmaya karar veremez ya da bunları yapmayı reddedemez; bunları iyi ya da kötü, sistematik olarak ya da gelişigüzel yapamaz. Ona göre, birine bir şeyin neden farkına ya da bilincine vardığını sormanın anlamı yoktur. Fingarete de, bilincinde olma hususunu aydınlığa kavuşturmak için, bilinci bir tür zihinsel ayna olarak değil, angaje olunan haliyle dünyanın bir özelliğini izah etme becerisinin uygulanması olarak tanımlamayı önermektedir. Bu beceriyi uygulama ustalığı, derecesi ve yatkınlığı bireylere göre belirgin bir şekilde değişiklik göstermektedir.⁶⁶

Kişi her zaman, her yaptığını dile getirmez, getiremez. Yürüdüğü, bisiklete bindiği, araba kullandığı, giyindiği, yutkunduğu zaman bu becerileri genellikle iyi, zaman zaman ustalıkla uygular. Fakat çoğunlukla yaptığı şeyi kendisine bile izah etme gereği duymaz. İzah etme gereği duyduğunda bunun özel bir nedeni olur. Yanlış bir hamle yapmak gibi... Dolayısıyla denilebilir ki, bir şeyi izah etmek, o şeyin belirtik bir şekilde farkında olmaktır; o şeye bilinçli bir dikkat göstermektir.⁶⁷

Tam tersi bir durum düşünülecek olursa görülür ki, bazen kişiler angajmanlarının belirtik bir biçimde bilincine varmaktan kaçınır ve bundan kaçındıklarının belirtik bir biçimde bilincine varmaktan da kaçınırlar. Zaten çoğu zaman kendini aldatan kişi, normal olarak uygun olduğunda dahi dünyadaki angajmanının bir özelliğini izah etmekten inatla kaçınmak gibi bariz bir özelliği olan kişidir. Bazen bu izah etme yeteneksizliği olarak yorumlanır. Kendini aldatan kişi gerçeği kendisine itiraf etmekten acizdir. Fingarete

⁶⁵ Fingarete, a.g.e., s . 37.

⁶⁶ Fingarete, a.g.e., s . 40.

⁶⁷ Fingarete, a.g.e., s . 45.

kişilerin bilmemelerinde bir tür samimiyet olduğunu, bunun sadece ikiyüzlülük, yalan ya da başkalarını kandırma olmadığını savunur. Ama öte yandan bir anlamda istese gerçeği kabul edebileceğini de itiraf eder. Bu izah etme yeteneksizliği tamamen kabul edilen bir politikaya bağlıdır, bir beceri ya da güç eksikliği değildir.⁶⁸ Örneğin; kişinin bir projeyi gerçekleştiremediğini varsayalım. Kişi bunu kendisine izah etmemek için güçlü ve karşı konulmaz bir nedenin söz konusu olduğunu fark eder. Sonuç olarak bunu izah etmeme politikasını benimser. Öte yandan, bu politika kişiyi, duruma ilişkin böyle bir değerlendirme yaptığını ve bu taktiği benimsediğini de izah etmemeye mecbur eder. Çünkü değerlendirmesini izah etmesi, kendisini başarısız bulduğunu ve bunu kendisine bile itiraf etmemek için nedenleri olduğunu ve bu nedenlerin şu ya da bu olduğunu izah etmesi anlamına gelecektir. Değerlendirmesinin sonucunda benimsenen politikayı izah etmesi, başarısız olduğu halde, politikasının şimdi bunu kendisine bile izah etmemek olduğunu da izah etmesi anlamına gelecektir. Her iki durumda da -değerlendirmeyi ya da politikayı izah etmek durumunda- bu, kişinin benimsediği politikanın kesinlikle terk edilmesi demek olacaktır. Bu nedenle, bir angajmanı izah etmeme politikasının benimsenmesi bir kendini saklama politikasıdır denilebilir.⁶⁹

Kendini aldatan kişinin dünyaya angaje olma biçimi ile angajmanlarına ilişkin olarak kendisine ve başkalarına yaptığı açıklamalar arasındaki fark bir içtenlik problemini doğurur. Fakat Fingarette böyle bir sorun olmadığını şu şekilde açıklar: “İçtenliğe ilişkin tipik ölçütler, kişinin başkalarına söyledikleri, kendisine söyledikleri ve olayları gerçekte ele alış biçimi arasındaki uyum ya da uyumsuzluğa ilişkindir.”⁷⁰ Kendini aldatan kişi, gerçeği izah etmeyi reddetme noktasında durmaz. Olaylara ilişkin olarak sunduğu açıklamayı ve olayların gerçek biçimini, açıklamasını mantıklı kılacak bir tür uyum içinde tutmak için öyküler uydurmak zorundadır. Ancak bize söylediği uydurma öyküler de kendisine söyledikleriyle aynıdır. Kendini aldatan kişinin içtenliğin ayırt edici bir işareti olarak bize de kendisine söylediklerini söylediği için samimi olduğu, inkarlarına kendisinin de inandığı düşünülür. Fakat kişinin bunu uygulamadaki amaçlılığı ne yaptığının farkında olduğu gerçeğini düşündürür. Böylelikle kendini aldatmanın tipik bir formülüne ulaşılmış olunur. “Bir şekilde söylediğine inanıyor, ama aslında gerçekten inanmıyor.”⁷¹

⁶⁸ Fingarette, a.g.e., s. 47.

⁶⁹ Fingarette, a.g.e., s. 48.

⁷⁰ Fingarette, a.g.e., s. 51.

⁷¹ Fingarette, a.g.e., s. 60.

Murphy ise, kendini aldatmayı kişinin kendisine karşı samimiyetsizliği olarak yorumlar. Ona göre sorun olan kendini aldatmanın sadece geleneksel değerlerle uyumsuzluğu değil, aynı zamanda kasıtlı bir cehalet ve kişinin rasyonalizasyonlarının yetersiz oluşudur. Kişinin rasyonalizasyonlarını açığa çıkaracak olan her neyse onu kasıtlı olarak dışarıda bırakacağını ileri sürmek paradokssaldır. Çünkü bu, kişinin aslında bu rasyonalizasyonların farkında olduğunu, kişinin karşı nedenleri belirlemeye muktedir olduğunu ve sonra onları dikkate almayı reddettiğini varsayar. Bu tam olarak kendisine karşı bölünmüş kendiliktir.⁷²

Kendini aldatan kişinin içtenlikle yadsıdığı şeyi aslında bildiği şeklindeki paradoksal hakikatle yeni bir paradoks daha ürer: “Ahlaki paradoks”. Zira bilgisizlik ve körlük kişiyi suçsuz çıkarır, oysa bilgi, içgörü ve öngörü kişiye suç yükler.⁷³ Benzer bir problem de dini açıdan bakıldığında görülecektir. Kişinin bir şeyi farkında olmaksızın yapması onun üzerinden sorumluluğu kaldırırken bilinç devreye girdiği an mükellefiyet söz konusu olur. Örneğin, oruç tuttuğunun farkındalığını bir anlığına yitiren kişi orucunu bozacak bir eylemde bulunduğu, bir bilinç durumu söz konusu olmadığından oruç hükmen bozulmamış kabul edilir. Aynı şekilde farkında olmaksızın yapılan hiçbir hareket dini bir sorumluluğu getirmez.

İnsanın yalan söylemesi için iki kişilikli olmasına dair o güne kadar hakim olan görüş filozof Immanuel Kant tarafından da dile getirilmiştir: “Niyetini saklamak için insanın ikinci bir kişiliğe ihtiyacı vardır, karşılaştığı çelişkinin farkında olarak bilerek yalan söyler.” Sosyolog Niklas Luhman kendini kandırma olayını “günlük hayatın karmaşasını azaltmak” olarak tanımlıyor, yani ciddi anlamda karmaşık olan hayatla başa çıkmak için hileye başvurmak. Yunanlı stoacı Seneka bile kendine yalan söylemenin kesinlikle iyileştirici bir yanı olduğunu belirtmiş buna örnek olarak da sevdiği bir insanın ölümüne dayanmak zorunda kalan birini göstermiştir. Seneka, kişinin kendisini kandırarak, ölen yakınının bir seyahate çıktığını ve yakında döneceğine inanmasını tavsiye eder. Leipzig Üniversitesi’nden Sosyal Psikolog Hartmut Blank, geçmişimize hatıraları saptırarak ve pembe gözlüklerle bakma eğilimimizi, geçmişe hatalı bakış olarak adlandırır. Bu eğilim, kişilik özelliklerimizden bağımsız olarak hepimizde vardır. Bunun nedeni zihnimizin sadece olayları hatırlamasıdır. Yani, sınav öncesinde yaşanan korku ve kendinden emin

⁷² Fingarette, a.g.e., s. 74.

⁷³ Fingarette, a.g.e., s. 120.

olamama gibi duygular ve ruh haliyle ilgili bir şey hatırlanmaz. Bu nedenle sis bulutları içinde kalmış anılarımızı yeniden yorumlamak, çarpıtmak hatta tamamıyla tersinden hatırlamak çok kolaydır.⁷⁴

Kendini aldatma, bireyin benlik imajını korumak için içsel önyargılarını içeren hatalı bir benlik tanımını yansıtmakta ve oldukça pozitif bir öz sunum biçimini ifade etmektedir. Burada bireyin kendine yönelik pozitif ayrımcılığı ve kendi tarafını tutması söz konusudur.

Kendini aldatmayı tercih ettiğinde kişi, tehlike verici gerçeklerle yüzleşmek yerine ilgisizlik içine batar. Kendini aldatmaya karşı meyil ve hileli sözler psikolojik ve sosyal hayatın yapısına yayılır. Fakat evrimci sosyo-biyologların iddiasına göre, her nasılsa bir nebze hile birey için bedeli çok büyük olabileceği halde, zaman içerisinde türlere faydalı olmuştur.⁷⁵

Bazı sosyobiologlar hipotez olarak kendini aldatmanın insan evriminde büyük ölçüde olumlu bir rol oynadığını ileri sürmektedirler. İddialara göre kendini aldatmanın evrimsel etkileri hususunda pek çok örnek bulunmaktadır. Kuramsal tarih öncesi avcı ve toplayıcılar, verimsiz savunma alanında meyve veya bazı küçük hayvanları aramaktayken, biri diğerini uzak bir tepede daha iyi yiyecekler bulabileceğine inandırır. Aslında en iyisi, o anda buldukları yerdedir. Sadece tek bir kişiye yetecek kadar yiyecek bulunan bir yerde iki kişi yiyecek arıyorsa, içlerinden biri diğerini başka bir yerde yiyecek aramaya ikna ederek hayatta kalma şansını yükseltebilir. Bu yüzden böyle bir yalan, etik olmadığı halde, çok büyük bir genetik değere sahiptir. Bu, evrimdeki kendini aldatmanın her zaman başkalarını zarara sokma gayesinde olması gerektiği anlamına gelmez. Kendini aldatma, sosyal bağları kuvvetlendirebileceği gibi onları idare de edebilir. Gelişimsel psikolog Kenneth Kaye, ebeveyn-bebek etkileşimlerini konu alan bir çalışmada şöyle bir sonuca varmıştır: Anne-babaların, minik bebekleriyle kendilerini anlıyormuşçasına konuşmaları, jest ve mimiklerle onlarla iletişime geçmeleri bir kendini aldatma olabilir. Ebeveynlerin gerçekte göründüklerinden çok daha fazla şey biliyormuş gibi davrandıkları bebekleriyle bu oyunu oynamaları, olumlu bir hata olarak evrimin gelişimi için iyidir. Bu yolla, bebek ihtiyacı olan dersleri kesin olarak alır. Ayrıca denilebilir ki kendini aldatma, erdem sahibi hareketlerin bütün türlerini idare edebilir. Örneğin kahramanlık anlarında yiğitlik, “silahtan

⁷⁴ Mayer, a.g.e., s. 54.

⁷⁵ Goleman, a.g.e., s. 355.

korkmuyorum” sözlerinde toplanan kendini aldatmanın çeşitlerine bağlı olabilir. Aynı olumlu kendini aldatmanın günlük muhtemel şekli, daha kuvvetli bir rakibe karşı sayı kazandıktan sonra kendinden emin bir tavır takınan tenis oyuncusunda görülebilir. Böyle zamanlarda üstünlüklerin mantıklı olarak tartılması göz korkutucu olabilir.⁷⁶

Goleman, evrimci biyologların aksine, kendini aldatma mekanizmasının zararının faydasına baskın geldiğini iddia etmektedir. Golemanın ifadesiyle “Bütün algı eylemleri bir seçim eylemidir. Evrimde, bir tür olarak hayatta kalmamız kısmen kurnazca seçim yapma yeteneğimize ve kurnazca kendimizi kandırmamıza bağlı olabilir. Fakat bilinçdışı zihnin bilince yol gösterme kapasitesi geri tepebilir. Bu kendini aldatma gücü kaygıdan korunmak için seferber edildiği zaman problem başlar: Kör noktaların tuzağına düşerek avlanırsınız ve bilmemizin daha iyi olacağı bilgi bölgelerinden habersiz olarak kalırsınız; o bilgi bazı acılar getirirse bile...” Fakat yine de, türlerin gelişiminde ve uygarlaşmasında, kaygıdan sakınmak için farkındalığın sesini kısmak bir aşamaya kadar faydalı ve hatta gerekli bir eylemdir. Fakat her doğal model gibi bu da daha büyük bir bütünün dinamik dengesi içerisinde işlemelidir. Ancak yine de itiraf edilmelidir ki hayati yalanlara tutunmak aynı derecede trajik olabilir.⁷⁷

Türk toplumunda yerleşmiş “Her hakikat her yerde söylenmez” şeklinde bir özdeyiş vardır. Yani inkar ve gerçek arasında da bazı optimal dengeler mevcut olmalıdır. Sıradan bir kimseyi hayati yalanından mahrum edildiğinde aynı zamanda onun mutluluğu da çalınmış olabilir. Yetmişli yılların başlarında pek çok terapistin içinde bulunduğu durum, tam anlamıyla yüzleşmenin tedavi edici olduğuna dair bir inancı teşvik etmekteydi. Grup terapistler, çarenin kendini açığa çıkarmada yattığıyla ilgili şeyler söylemlerde bulunuyorlardı. Bugün geçerli olan görüşe göre ise gerçek, insanların psikolojik savaşlarındaki bir başka yaylım ateşi olabilmektedir. Franz Boas “İnsanoğlunun insanlık için yapabileceği tek şey, tatlı da olsa acı da olsa, gerçeği daha öteye götürmektir.” demiştir. Fakat şu da unutulmamalıdır ki, gerçeğin acı veren bilgileri dışarıda bırakan örtüleri çekip açma olasılığı olduğu zaman tehlikeler çok daha büyük olabilir.⁷⁸

Yalanın ilişkilere etkisi yüzeysel olarak ele alındığında çelişkili olarak algılanabilir. Deneysel kanıtlar yalanın yakınlığa ve samimiyete ket vurduğunu ve ilişkiyi

⁷⁶ Goleman, a.g.e., s. 358.

⁷⁷ Goleman, a.g.e., s. 362.

⁷⁸ Goleman, a.g.e., s. 364.

sonlandırdığını ortaya koymaktadır. Fakat tam aksine bazen çiftlerden birinin, diğerinin benlik saygısını korumak için yalan söylemesi gerekmekte ve böylece ilişki bitmekten kurtulmaktadır. Bu zıtlık deneysel durumlarda yalanın ya tarafsız ya da olumsuz algılanması yoluyla çözüme ulaşır. Sonuç şudur ki duymak istediklerini duyan insanlar kendilerine gelen yanlış bilgiyi yalan olarak algılamazlar.⁷⁹

d. Kendini Aldatma ve Psiko-Sosyal Uyum

Kendini aldatmanın insan psikolojisi için gerekli olup olmadığı noktası tartışılmaktadır. Bazı araştırmacılar kendini aldatmanın uyumlu olduğunu savunurken, bazıları en azından dozda gerçekleşmesi durumunda psikolojik sağlığa olumlu etkisi olabileceğini iddia etmektedir.

Geliştirdikleri kendini aldatma modelinde Peterson ve diğerleri bireyin mevcut inanç ve planlarının doğruluğuna sıkı sıkıya bağlanmasının, bu bağlanışın hatalı olabileceğini gösteren diğer tüm olasılıkları incelemesini engellediğini, dolayısıyla kendini aldatmanın uyumsuzluğa yol açtığını ortaya atmışlardır. Peterson ve diğerleri kendini aldatan bireylerin hatalı olduklarını vurgulayan kanıtlara gerekli dikkat ve özeni göstermede başarısız olmalarının kısa vadede daha az olumsuz duygular yaşamalarına ve stresten uzaklaşmalarına yardımcı olduğunu savunmuşlar, ancak kendini aldatan bireylerin hatalarını görmezden gelmeleri, nerede yanlış yaptıklarını anlamalarını ve bu yanlışlıkları nasıl düzeltebileceklerine ilişkin içgörü kazanmalarını engelleyebileceği için bu durumun uzun vadede uyumsuzluğa yol açabileceğini belirtmiştir. Kendini aldatmanın kısa ve uzun vadedeki etkileri değişiklik gösterebilmektedir. Örneğin, Paulhus kendini aldatma düzeyi yüksek olan bireylerin, sosyal etkileşimlerde diğer bireyler üzerinde olumlu bir ilk izlenim bırakmalarına rağmen ilişkinin genişlemesi durumunda aynı bireyler tarafından olumsuz değerlendirildikleri yönünde bir bulgu elde etmiştir. Araştırmacılar tarafından ileri sürüldüğü üzere kendini aldatma sonucunda ortaya çıkan kendilik değerinin abartılması, bireyin benlik imajını tehdit eden dış bilgilere kapalı olmasına neden olmaktadır. Bu durum bireyin gelişim ve öğrenme düzeyine zarar verebilmektedir. Kendilik değerini olduğundan yüksek algılayan bireylerin, kişilerarası ilişkileri başlatma ve sürdürmede sorunlar yaşama olasılığı da azımsanmayacak boyuttadır. Bu bireyler kendilik algılarıyla

⁷⁹ Ford, a.g.e., s. 238.

çelişen bir geri bildirim aldıklarında, değerlendirmeyi yapan kişiye yönelik düşmanca tutumlar sergileyebilirler.

Uzun yıllar önce Allport, “Bireyin kendine ilişkin tarafsız bir bakış açısına sahip olması, arzu edilen bir kişilik özelliğidir. Bireyin diğerlerine ilişkin tarafsız bir bakış açısına sahip olabilmesi için öncelikle kendisiyle ilgili yaşantılarda objektif olması gerekmektedir.”⁸⁰ sözleriyle kendini aldatma mekanizmasının uyumsuzluğuna vurgu yapmıştır. Hogan bu bakış açısını reddederek kendini aldatmanın uyumlu bir mekanizma olduğunu öne sürmüş ve kendini aldatmaya yönelik görüşlerini şöyle dile getirmiştir: “Uyumlu bireylerin kendilerine yönelik olumlu önyargıları olduğunu, kendileri için yapılan küçük eleştirileri görmezden geldiklerini, başarısızlıklarını tolere edebildiklerini, olumsuz düşüncelerden kaçındıklarını ve sorumluluklarını yerine getirebileceklerine inandıklarını kanıtlayan onlarca araştırma vardır.” Bu alanda yapılan araştırmalardan elde edilen bulguların bir bölümü, Hogan’ın görüşlerini desteklemektedir. Bu araştırmalarda bireyin kendilik değerini arttırmasının uyum, iyimserlik, öz-yeterlik, psikolojik sağlık ve öz-saygı ile pozitif ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır. Öte yandan kendini aldatmadan yoksun olmanın depresyon gibi olumsuz değişkenlerle ilişkili olduğu bulunmuştur. Taylor ve Brown ise bu husustaki görüşlerini şöyle ifade etmektedirler: “Kendini aldatma bireyin kendine yönelik pozitif yanılsamalar geliştirebilme ve onları devam ettirebilme becerisi, düzeltilmesi ve değiştirilmesi gereken hatalı bir süreç olmaktan çok, desteklenmesi gereken değerli bir insani kaynak olarak görülmelidir.” Kendini aldatmanın psikolojik sağlık ile uyumlu bir mekanizma olduğunu savunan Taylor ve arkadaşları, kendini aldatan bireylerin yaşama daha sağlıklı biçimde uyum sağladıklarını ve hatalı olduklarını gösteren kanıtlara yeterli düzeyde esnek tepkiler verdiklerini savunmaktadırlar. Bu araştırmacılar gerçekliği çarpıtabilme yeteneğine sahip kişilerin öz-saygılarının, kişisel yeterliliklerine ilişkin inançlarının ve geleceğe yönelik iyimser bir bakış açısı edinme oranlarının diğerlerine nazaran daha yüksek olduğunu ifade etmişlerdir. Ayrıca Taylor ve Brown, pozitif yanılsamaların bireyin kendisini yaşamın acımasız gerçeklerinden korumasında tampon işlevi göreceğini öne sürmüştür. Rorty doğru zamanda, doğru gerekçeyle ve doğru yöntemle kullanılması şartıyla kendini aldatmanın uyumlu olduğunu iddia etmiştir. Tüm bu olumlu yaklaşımlara rağmen Taylor ve Brown, pozitif yanılsamaların her zaman istenilir olmadığını, aşırı düzeyde yaşanması durumunda uyumsuz olabileceğini de ifade etmiştir.

⁸⁰ B.k.z. Akın, a.g.e., s. 38.

Onlara göre bazı aldatıcı kendini algılama ve çarpıtmalar son derece yıkıcı olabilir ve ciddi psikolojik sorunlara yol açabilir.⁸¹

Tüm bu farklı görüşlere yer verdikten sonra söylenmelidir ki; kendini aldatma son derece riskli bir yaşantıdır. Psikolojik sağlığı yerinde olan ve amaçlarına ulaşmada gerçekçi adımlar atan bireylerin yaşadıkları kabul edilebilir düzeyde kendini aldatmanın, bu bireylerin psikolojik iyi olma düzeylerine katkıda bulunma olasılığına rağmen, kendini aldatma yaşantılarının davranışları tarafından desteklenme olasılığı düşük olan ve başarılı yaşantıları daha az tecrübe eden bireylerin kendilerini aldatması son derece tehlikeli sonuçlara yol açabilir.⁸²

Azımsanmayacak sayıda araştırmacı, depresyonun bir dizi bilişsel çarpıtmadan müteşekkil olduğunu ve bu çarpıtmaların depresif bireylerin gerçekdışı olumsuz ve işlevsel olmayan bir benlik algısı geliştirmesine neden olduğunu ileri sürmüştür. Lewinsohn, Mischel, Chaplin ve Barton, bu araştırmacıların aksine depresif bireylerin algıladıkları sosyal becerileri ile objektif gözlemcilerin bu bireylerin sosyal becerilerine ilişkin verdikleri bilgilerin birbirleriyle daha tutarlı olduğunu bulmuştur. Ayrıca bu çalışmada depresif olmayan bireylerin sosyal becerilerini, gerçekte olduğundan daha yüksek düzeyde algıladıkları görülmüştür.⁸³ Benzer bir sonuca Alloy ve Abramson da yaptıkları araştırmada ulaşmışlardır. Elde ettikleri sonuçlara göre depresif bireyler, depresif olmayanlara kıyasla daha gerçekçi ve doğru bir kontrol algısına sahiptirler. Freud da depresif bireylerin, kendilerine yaptıkları suçlamalarda haklı ve diğer bireylere göre gerçeği görmede daha keskin bir göze sahip olduklarını ifade etmiştir. Depresif bireylerin benliklerine hizmet eden yüklemeye yanlılıklarından yoksun olduklarını öne süren bulguları inceleyen Abramson ve Martin durumun kendini aldatma eksikliğinin bir göstergesi olabileceğini belirtmiştir. Sackeim, daha psikanalitik bir üslupla depresyonun temelinde kendini aldatıcı süreçlerin kullanılmamasının yer aldığını öne sürmüştür. Bu araştırmacı kendini aldatmanın patolojik bir süreç olarak değerlendirmek yerine bir tür savunma mekanizması şeklinde kavramsallaştırabileceğini savunmuştur. Sackeim'e göre kendini aldatma, bireyin uyumlu bir öz-saygı düzeyine sahip olmasına ve depresyondan uzaklaşmasına yardımcı olmaktadır. Bu nedenle Abramson ve Martin ile Sackeim

⁸¹ Akın, a.g.e., s. 40.

⁸² Akın, a.g.e., s. 42.

⁸³ Akın, a.g.e., s. 51.

depresyonun kendini aldatma sürecindeki bir aksaklıktan kaynaklandığını öne sürmüştür.⁸⁴ Tüm bu açıklamalardan sonra kısaca denilebilir ki, doğru öz-bilgi psikolojik iyi olma için vazgeçilmez bir unsur değildir.

Sackeim ve Gur, birlikte yaptıkları bir çalışmada kendini aldatmayı bireyin birbiriyle çelişen iki inanca sahip olduğu ancak bunlardan yalnızca birinin bilinçli farkındalıkta bulunduğu bir süreç olarak tanımlamıştır. Kendini aldatma, olumsuz fakat gerçek olan bilişleri farkındalıktan uzaklaştırma işlevi görmekte ve böylece hangi inancın bilinçli farkındalıkta kalacağını belirlemektedir. Bireyi rahatsız eden bilginin farkındalık dışında tutulmasını sağlayan çeşitli savunma mekanizmalarının aracılık yaptığı düşünüldüğü için, kendini aldatmanın bu mekanizmaların temelini oluşturan genel bir süreç olduğu varsayılmaktadır.

Erez, Johnson ve Judge kendini aldatmanın öznel iyi olmayı etkilediğini öne süren bir teori geliştirmiştir. Bu teoriye göre bazı bireyler kendini aldatmayı mutluluklarını korumak ve geliştirmek için kullanma eğilimindedir. Bu bireyler ya kendilerine ve çevrelerine ilişkin olumlu eğilimlere ya da oldukça yüksek düzeyde kontrol beklentilerine sahiptirler. Olumlu eğilimlere sahip olması durumunda birey gerçekdışı biçimde çevresini kontrol edeceğini bile düşünmektedir. Buna paralel olarak uyarıcıları olumlu değerlendirme ve çevreleri üzerinde kontrole sahip olduklarını düşünme eğiliminde olan bireyler, olumlu ve arzu edilen ipuçları ararken, olumsuz ve istenmeyen ipuçlarını göz ardı etmektedir.⁸⁵

Kendini aldatmanın öznel iyi olmaya katkıda bulunduğunu gösteren kanıtlar vardır. Örneğin; kendini aldatma, bireyin bir durumu olumlu değerlendirme olasılığını arttıran zihinsel mekanizmalardan biridir ve kendini aldatan bireyler, kendilerine ilişkin pozitif saygı elde etmek için sürekli biçimde yaşam olaylarını çarpıtmaktadırlar. Aynı şekilde öznel iyi olmanın da kendini aldatmaya yol açtığını gösteren kanıtlar vardır. Öznel iyi olma duygusuna yüksek düzeyde sahip olma, bireyin olumsuz bilgiyi görmezden gelerek kendini aldatmasına yol açabilir. Çünkü benlik saygısının yeterince güçlü olması tampon işlevi görerek olumsuz bilginin etkisini azaltmaktadır. Benliğini olduğundan daha iyi konumda algılayan bireyler, benliğe zarar verme ihtimali olan bilgilerle karşılaştıklarında, olumlu kazanım ve özelliklerini dikkate alarak bu tehdidi etkisizleştirmeye çalışırlar. Dolayısıyla

⁸⁴ Akın, a.g.e., s. 52.

⁸⁵ Akın, a.g.e., s. 56.

güçlendirilmiş bir benlik, kendini küçülten kanıtların etkisini azaltması sebebiyle bireyin kendini aldatmasına yol açabilir.⁸⁶

Taylor ve Brown, doğru öz-bilgiyle psikolojik iyi olma arasında pozitif bir ilişkinin olmadığını, stres ve depresyon arasında bir ilişkinin olabileceğini ileri sürmüştür. Öz-bilginin bazı türlerinin kazanılmasının üretkenliği ve psikolojik iyi olma duygusunu geçici bir süre engellemesine rağmen pozitif yanılsamalardan dolayı psikolojik sorunlar yaşayan bireylerin gördüğü zarara göre daha az sıkıntı verici olduğu görüşü daha makul görülmektedir. Psikolojik acı ve sıkıntıların tüm formları uyumsuz veya sağlıksız olmaktan çok, insanoğlunun yaşamla yüzleşmeyi öğrenmesinin basit bir sonucu olarak görülebilir. Bu durumda, acı çekme gerçeğe temas kurmanın yollarından birisi olarak öne çıkar.

Kendini kandırmanın benlik saygısının artması ve depresiflikten kurtulmaya yardımcı olması yanında çok zararlı yönlerinin olduğu da söylenmelidir. Kendini kandırma kişinin kendisinin zarar görmesine sebep olabileceği gibi, başkalarına da zarar verebilir. Kişi göğsündeki yumruları görmezlikten gelebilir veya tansiyon ilacını birkaç hafta kullanıp daha sonra bırakabilir. Daima sağlıklı olduğunu düşünmek ve ciddi bir hastalığı kendine yakıştıramamak insana özgü bir özelliktir. Her doktor tedavi edilebilmesi mümkün hastalıkların hastaların iş işten geçinceye kadar belirtileri görmezden gelmeleri sebebiyle onarılmaz bir noktaya geldiğine şahit olmuştur.⁸⁷ Aynı şekilde, kendini aldatma mekanizması, başkalarının yaşantılarını da olumsuz yönde etkileyebilir. Tampa bağlantılı Florida hava Yolları'na bağlı 900 sefer sayılı uçak Washington Hava Alanı'ndan korkunç bir kar fırtınası altında havalanır ve birkaç dakika sonra bir köprüye çarpar, 78 kişi ölür. Trivers ve Newton karakutu bulununca uçağın pilot kabininde geçen konuşmaları dinlediklerinde, uçağın düşmesinin kısmen pilotun kendisini kandırması, kısmen de pilot yardımcısının pilotun yetersiz kararlarını desteklemekle gösterdiği yetersizlik olduğu sonucuna varırlar. Pilot tehlike sinyallerini inkar ederek görmezden gelmiştir. Benzer davranış örüntülerine diğer uçak kazalarında da rastlanmıştır. Pilotların kendilerini kandırmaları, her şeyi başarabileceklerini düşünmeleri, sonuçta felaket getirmiştir.⁸⁸

Kişinin benlik saygısını yükseltmesi ve yalan söylemesi arasında sıkı bir ilişki vardır. Kendisini kandırarak, özürler sunarak, mantığa bürünerek ve bazen de hepten inkar

⁸⁶ Akın, a.g.e., s. 58.

⁸⁷ Ford, a.g.e., s. 227.

⁸⁸ Ford, a.g.e., s. 229.

ederek kişi onu etkisi altına alan dış olayları, içselleştirir. Bunun tersine dış dünyaya karşı iyi hissediyormuş gibi görünmek için duygularını gizler, yanlış bilgi verir ve rol yapar. Başkalarına daha sevimli ve cazip görünebilmek amacıyla mantığa bürünerek ve özürler öne sürerek benlik saygısını korumaya çalışır. Benlik saygısını koruma adı altında başarılarını abartır, başarısızlıklarını hem kendisinden hem de başkalarından gizler.

Kendini kandırmanın benlik saygısını ve ruhsal sağlığı denetlemeye yardımcı olabileceğini öne süren pek çok araştırma sonucu vardır. Örneğin, Alloy ve Abramson depresyonda olmayan kişilerin depresyonda olan kişilerin aksine olaylar üzerindeki kontrolleri konusunda kendilerini aldattıklarını öne sürmüştür. Alloy ve Abramson, araştırmacıların kendileri tarafından yönlendirilen bir seri oyunun yer aldığı deneysel bir çalışma yaparlar ve sonuçta görürler ki; oyunların sonuçları iyi olursa depresif olmayan denekler sonucun sorumluluğunu üstlerine almışlardır. Onun sonuçları iyi olmadığında ise depresif olmayan denekler kontrolün ellerinde olmadığını vurgulamışlardır. Depresif olmayanların aksine, depresif denekler kontrollerinin derecesini değerlendirmekte daha tutarlı ve doğru davranmışlardır.

Araştırmacılar, iyi sonuçlardan kendine pay çıkarırken, kötü sonuçların sorumluluğunu başka etkenlere yüklemeyi benlik saygısını artırmak üzere geliştirilmiş bir mekanizma olarak ele alırlar. Alloy ve Abramson başka bir çalışmalarında, yine depresif olmayan kişilerin rastgele seçilmiş bir durum üzerinde kontrollerinin ne olduğunu değerlendirmekte daha gerçekçi bir yaklaşımları olan depresif kişilere göre kendilerini daha fazla kandırdıklarını doğrulamışlardır. Depresif olmayan kişilerin kendilerini depresif kişilerden daha çok kandırdıkları yolundaki iddia, depresif kişilerin diğer insanlar üzerinde bıraktıkları etkileri depresif olmayan kişilere göre daha doğru değerlendirdiklerini öne süren Lewinsohn ve meslektaşlarının çalışmalarıyla tekrar kanıtlanmıştır. Depresif olmayan kişiler kendilerini diğerlerinin onları gördüğünden daha pozitif algırlarlar. Depresif kişiler ise kendilerini daha az sosyal yeterlikleri olan kişiler olarak tanımlarlar. Depresif kişilerin kendilerini bu derece doğru algılamalarının tedavi sürecinde azalma gösterdiği gözlenmiştir.⁸⁹

Sackheim ve Gur, kişinin kendini değerlendirmesine dayalı psikolojik testlerden alınan psikopatolojik puanlar ve kendini kandırma arasında negatif bir ilişki olduğunu

⁸⁹ Ford, a.g.e., s. 224.

iddia etmektedir. Ayrıca onlara göre kendini kandırma ve psikopatoloji arasındaki ilişki diğer kandırma ve yalan çeşitleriyle psikopatoloji arasında olduğundan çok daha güçlüdür. Taylor ve Brown kendini aldatma ve kuruntulara kapılmayla ilgili makaleleri gözden geçirdikleri çalışmalarında “akli sağlığı yerinde olan insanların gerçeği benlik saygılarını yüceltecek doğrultuda yonttukları ve kişisel yarar ve gelecekle ilgili iyimser bir bakış açısı sağlama konusunda kiskanılacak kapasiteye sahip oldukları” sonucuna ulaşmışlardır.⁹⁰

Hartung’un öne sürdüğü üzere kendini kandırma benlik saygısını yücelterek benlik imgesi ve gerçek arasındaki uyumsuzluk nedeniyle ortaya çıkan tansiyonu hafifletir. Hartung kendini kandırma konusundaki düşüncelerini şöyle ifade eder: “Kişinin kendisini yetersiz hissettiği alanlarda zorla da olsa bir yer edinebilmek için benlik saygısını şişirmesi kendini kandırmanın ta kendisidir.” Bunun tam zıddı bir durum ise kişinin bir başkasına bağımlı olarak kendini aldatmasıdır. Örneğin, çok başarılı bir kadın gölgesinde yaşamak zorunda olduğu bir adamla evlenirse, benlik saygısını kocasına kanalize ederek kendini kandırmış olur. Böylelikle içsel sorunlar ve rahatsızlıklar azalmış olur. Bu çeşit kandırma bazı insanların toplum tarafından sunulan rolleri ve eşitsizlikleri nasıl kolaylıkla kabullendiklerini açıklar. Hartung, kişinin kendini bir başkasına bağlı olarak kandırması olasılığının diğer kendini kandırmalardan daha yüksek olduğu üzerinde durur.⁹¹

Bireyin kim olduğuna, nerede olduğuna, ne yaptığına ve çevresinde olup bitenlere ilişkin farkındalık sağlaması son derece önemli bir unsurdur. Birey kendisiyle ilgili eylem ve olayların özelliklerine yönelik farkındalık düzeyi arttığı oranda durumun gerekliliklerine ilişkin sorumluluk alabilir ve tepkilerini daha doğru biçimde değerlendirebilir. Bireyin kim olduğuna, ne yaptığına çevresinde neler olup bittiğine ilişkin farkındalığının azalması ise genellikle kötü olarak değerlendirilir. Kendini aldatıcı stratejiler, benlikle alakalı bilgileri benliğe hizmet edecek şekilde seçen, sınırlayan ve organize eden bilişsel filtreler olarak düşünülebilir. Filtreleme sonucunda benliğin çok az yönü ortaya çıkar ve bireyin öz-farkındalığının törpülenmesine neden olur. Normal bir birey, tepkilerinin ahlaki sonuçlarına ilişkin farkındalığa sahip olmasına rağmen kendini aldatan birey bu bilgileri filtrelediği için onlara ulaşamaz. Bu da kendini aldatma

⁹⁰ Ford, a.g.e., s. 225.

⁹¹ Ford, a.g.e., s. 227.

stratejilerinin bireyin benliğiyle, diğer bireylerle ve dünyayla bağlantısını sağlayan sosyal, duygusal ve kişisel ilişkilerine zarar vereceği şeklinde yorumlanabilir.⁹²

Ahmet Akın'a göre ise kendini aldatma kavramsal olarak, hem negatif hem de pozitif çarpıtmaları bünyesinde barındırmaktadır. İlmli düzeyde yaşanan kendini aldatma, bireyin benliğine hizmet ettiği ve amaçlarına ulaşmasına yardımcı olduğu için olumlu bir çarpıtma olarak yorumlanabilir. Ancak aşırı düzeyde kendini aldatma, akıldışı bir temele sahip olduğu için negatif bilişsel çarpıtmalarla karakterize edilebilir. Yapılan araştırmaların sonuçlarına göre orta düzeydeki depresif bireyler, daha doğru ve dengeli bir benlik algısına sahiplerdir. Bu durum ise bazı bireylerin kendini aldatmada başarısız olmasının, psikolojik anlamda sağlıksız sonuçlara yol açtığını göstermektedir. Lazarus bu hususa cevap mahiyetinde olması adına, Albert Ellis'in şu sözlerini aktarmıştır: "Bireyin akıldışı ve gerçekçi olmayan bir bakış açısına sahip olması, onun kesinlikle sorunlu olduğunu göstermez." Gerçekten ılımlı pozitif yanılsamaların kişilerarası ilişkilerdeki yaygınlığı, bu çarpıtmaların uyumlu ve bireyin benlik duygusunu yönetmesinde önemli bir yere sahip olduğunu göstermektedir. Fakat benliğe yönelik aşırı çarpıtmalar ve uç düzeyde bir kendini aldatma, hem sosyal yapı içinde daha az karşılaşılan hem de psikopatolojik gösterge olma ihtimali daha yüksek olan yanılsamalardır.⁹³ Ahmet Akın kendini aldatmanın uyumluluğu noktasında şöyle düşünmektedir: "Kendini aldatma bireye, yaşam projelerine ilişkin dengeli ve pratik bir bakış açısına sahip olma fırsatını asla vermez. Ayrıca bireyin; yaşamını planlaması ve gözden geçirmesi için gerekli olan uzmanlığı kazanmasını, karşıdaki bireyin kendisinininkinden farklı olan ahlaki duyarlılıklarına açık olmasını ve kendini, diğerlerini ve dünyayı kabul etmesine yardımcı olan gerçekçi bir bakış açısı kazanmasını engeller." Ona göre aldatmanın yarattığı yüksek öz-saygı, kişisel yeterlilik ve psikolojik iyi olma gibi olumlu duygular her zaman en önemli olan ve bireyi eylem, plan ve amaçlarını belirlemeye güdüleyen duygular değildir. Psikolojik iyi olma ve öz-doyumdan olma pahasına da olsa gerçeklik birey için son derece önemlidir.⁹⁴

⁹² Akın, a.g.e., s. 75.

⁹³ Akın, a.g.e., s. 82.

⁹⁴ Akın, a.g.e., s. 77.

B. KENDİNİ ALDATMA VE DİNDARLIK

1. Kendiliği Bozan Davranışlar: Yalan, Aldatma, Gösteriş, Sahtelik...

Gösteriş

Gösteriş, riya ve müraat kelimeleriyle aynı anlama gelir. Gösteriş(riya), görmek, gözlemlemek, sezmek, farkına varmak gibi manalara gelen raa kökünden türemiştir. Teşhir etmek amacıyla yapılan davranışı, başkaları görsün diye bir davranışta bulunmayı, ikiyüzlülüğü, içten pazarlıklılığı, bir şeyin veya bir davranışın sahtesini yapmayı ifade eder. Bu bağlamda görme ile gösterme arasındaki bağlantıdan söz edilebilir. Görme, göstermeyi, gösterme gösteriyi ve gösteri de gösterişi besleyebilir. Gözle görünen şeye önem verildiği ölçüde toplum içinde gösterişçilik artar.⁹⁵

Gösteriş, kişinin düşündüğünün aksine davranışta bulunması, kendini gerçekte olduğu gibi değil de bunun aksi vasıflarla muttasıf göstermesidir. Burada niyet mühim bir rol üstlenir. Gösterişli eylem, ihlaslı eylemde olduğu gibi niyetle paralellik arz etmez. Niyet-amel ilişkisinin dindarlıkta ayırıcı bir vasıf olarak kullanıldığını şu hadisten anlayabiliriz: “Mü’minin niyeti, amelinden, münafığın ameli ise niyetinden hayırlıdır.”⁹⁶

Gösterişçi, yaptığı gösterişle insanlara, onların hoşuna gidecek tarzda bir mesaj vermek ister. Gösterişçiliğin sunduğu benlik toplumsal normlarla uyumludur. Fakat bu uyumluluk bir hesaba dayanır, samimi değildir.⁹⁷ İnsanlar sosyal ilişkilerinde maskelere başvururlar. Her birey diğerleriyle ilişki kurarken dikkatli olmaya ve kendini korumaya gerek duyar. Fakat bazı kişiler sürekli maske takarken, bazıları buna daha az gerek duyar. Kendine güveni fazla olan kişiler, maske takmaya genellikle daha az ihtiyaç duyarlar. Gösterişçi öyle bir maske takar ki aslında kendisi o maskenin gösterdiğinden, çok farklı biridir.

İnsan başkaları tarafından kabul görmek için sosyal benliğini sergiler. Sosyal benlik, diğer insanları düşünerek oluşturulan düşünce, duygu ve davranışların biçimidir. Bir de insanın iç benliği, iç benlik bilinci vardır. Bu da görünüş, düşünce, duygu ve

⁹⁵ Ejder Okumuş, **Gösterişçi Dindarlık**, ARK Kitapları, İstanbul, 2002, s. 30.

⁹⁶ Taberani, **Mu’cemu’l-Kebir**, c. 4, s. 291.

⁹⁷ Okumuş, a.g.e., s. 34.

davranışların kişiyi etkileyiş biçimidir. Sosyal benlik ve iç benlik birbiriyle sürekli etkileşim halinde olup aralarında hiç bitmeyen bir diyalog bulunmaktadır. Dışa dönük sosyal benliği, ferdin yaşantısının tümünü etkisi altına almışsa, bu kişi en yakın dost veya arkadaşlarının yanında bile davranışlarını sürekli başkalarının onayını düşünerek sergiler. Bu tür bir insan dış merkezlidir denilebilir. Oysa sosyal benliği ve iç benliği arasında denge kurabilmiş bir kimse duygu ve düşüncelerini, ortam ve konuştuğu kişi buna uygunsa, açıkça ortaya koyabilir.⁹⁸

Gösterişin hayatın hemen her alanında at koşturduğu düşünüldüğünde, dindarlığın da gösteriş amacıyla yapılabileceği ve dolayısıyla gösterişin dindarlıkla sentezlenerek gösteriş dindarlığı veya gösterişçi dindarlık gibi kavramların ortaya çıkacağı anlaşılır. Gösterişçi dindarlık tipi dış güdümlü dindarlık modeli içinde düşünülebilir. Dış güdümlü dindarlık modelinde din, dindarın davranışlarının birinci derecede belirleyici unsuru olmayıp başka amaçlar için bir araç konumundadır. Gösterişçi dindarlık, teşhirci dindarlığı, dindarlıkta riyayı, ikiyüzlülüğü, Allah rızası için yapılmayan ihlatsız işleri ve samimiyetsiz ibadetleri ifade eder. Görünüşte uğruna amelde bulunan yaratıcı değil, insanlardır. Bu yüzden bu tip dindarlığa fonksiyonel dindarlık da denilebilir.⁹⁹

Gösterişçi dindarlık çeşitli şekillerde tezahür edebilir. Ahlaki gösterişçi dindarlık, sosyo-ekonomik gösterişçi dindarlık, siyasal gösterişçi dindarlık vs. Bunların dışında ameli gösterişçi dindarlık, itikadi gösterişçi dindarlık biçimleri de düşünülebilir. Ameli gösterişçi dindarlık, Allah rızası için yapılması gereken bir eylemi, aksine insanların rızasını gözetip beğenisini amaçlayarak samimiyetsizce yapmayı ifade eder. İtikadi gösterişçi dindarlık ise içinde taşıdığı küfrü gizleyip iman ettiğini dışa vurmak demek olan nifakı ifade eder. Ayrıca gösterişçi dindarlık gizli ve açık olmak üzere iki tip olarak da kategorileştirilebilir. Gösterişçi dindarlığı amaçlarına göre de ayırmak mümkündür: Prestij kazanmak için, mevki sahibi olmak için, şöhret elde etmek için, insanların malları ve imkanları üzerinde tasarrufta bulunmak için, zulmetmek için vs.¹⁰⁰

Dinlerin gösterişçi dindarlık hakkındaki yorumları gayet kesindir. Kur'an da aynı şekilde rıyanın her türlü kötülenmiştir. Gösterişle yapılan ibadetin her türlü İncil'de de reddedilmiş, kötülenmiş ve yasaklanmıştır. Hakeza hadisler de rıya üzerinde çokça durmuş

⁹⁸ Okumuş, a.g.e., s. 36.

⁹⁹ Okumuş, a.g.e., s. 45.

¹⁰⁰ Okumuş, a.g.e., s. 64.

ve mü'minleri riyanın tehlikelerine karşı uyarmıştır. Dinler, olması gereken, insan fitratına uygun olarak nitelendirdiği samimi dindarlığı talep eder. Hadislerde riya şirk, küçük şirk ve gizli şirk olarak tanımlanmış, amelde Allah'a başka bir şeyi ortak koşmak anlamına geldiği ifade edilmiştir.¹⁰¹

Gösterişçilik bir bakıma nifakı içine alan bir kavramdır. Nitekim Kur'an, gösterişçiliği münafıkların davranışlarıyla ilişkilendirerek onların insanlara gösteriş yaptıklarını zikreder: "Münafıklar, Allah'ı aldatmaya çalışırlar. Allah da onların bu çabalarını başlarına geçirir. Onlar, namaza kalktıkları zaman tembel tembel kalkarlar, insanlara gösteriş yaparlar ve Allah'ı pek az anarlar. (4/142)" Riya, gösterişçiliğin her türlüünü kapsamına alırken, nifak gösterişçiliğin özellikle itikadi boyutuyla ilintilidir. Dolayısıyla denilebilir ki, her nifak aynı zamanda riya iken, her riya nifak değildir. Dini terminolojide nifak, kişinin ısrar ettiği küfrünü gizleyerek iman açığa vurmasına denilir.¹⁰² Nifakta aslolan aldatmak ve ikiyüzlülüktür. Münafıklardan söze ederken Kur'an, münafıkları tanımlarken onların kalplerinde hastalık olduğunu sıkça vurgular.

Hangi açıdan bakılırsa bakılsın, psikolojik ve sosyolojik bağlamda gösterişçi dindarlığın anormal bir durum ve hastalık olduğu söylenebilir. Dini davranışın normali tabii dini davranıştır. Oysa gösterişçi dindarlıkta, aldatma, yapaylık, çelişki, tutarsızlık, ikiyüzlülük vs. vardır. Münafıklığın temel özelliğinin gösteriş ve ikiyüzlülük olduğu düşünülürse de gösterişin bir hastalık olduğu sonucu çıkarılabilir.¹⁰³

Gösterişçi dindarlığı pek çok psikolojik nedene dayandırmak mümkündür. Bu nedenleri genel olarak şöyle sıralayabiliriz: Kişilik zaafı veya bozukluğu, kalp hastalığı, tatminsizlik, çıkar beklentisi, güvensizlik ve kendini gerçekleştirme, kibir, şöhret-makam kazanma arzusu, özentî-öykünme ve taklit, ihlatsızlık veya ihlas eksikliği, övülme-öğünme arzusu, haset, dünya sevgisi ve cimrilik, kendini beğenme ve bencillik, galibiyet arzusu, şüphe ve tereddüt, karakter bozukluğu, savunma mekanizmaları, paranoya, çelişki, korku ve korkaklık, günahkarlık ve suçluluk duygusu, kompleksler, bilinçsizlik, bilmemek vs.¹⁰⁴

¹⁰¹ Okumuş, a.g.e., s. 71.

¹⁰² Okumuş, a.g.e., s. 78.

¹⁰³ Okumuş, a.g.e., s. 83.

¹⁰⁴ Detaylı bilgi için bkz. Okumuş, a.g.e., s. 6.

Kişi inanmadığı ve benimsemediği şeyleri insanlara güzel görünmek amacıyla yapıyorsa, gösterişçi bir davranış sergiliyor demektir. Bu bağlamda gösterişçiliğin toplumsal uyumu ihlal ettiği söylenebilir. Bu açıdan bakıldığında gösterişçi dindarlığın bir tür olumsuz sapma olduğu söylenebilir.¹⁰⁵ Ayrıca, Toplumsal ilişkilerin ve Allah'a karşı ibadetin yaygın bir şekilde yapay ve gösterişe dayalı olduğu bir toplumda sosyal bütünleşmenin varlığını sürdürmesi oldukça zor görünmektedir. Gösterişçi dindarlar aldatıcıdır. Bu bağlamda Kur'an, münafıkların Allah'ı ve mü'minleri aldatmaya çalışmalarını ifade eder. "İnsanlardan, inanmadıkları hâlde, "Allah'a ve ahiret gününe inandık" diyenler de vardır. Bunlar Allah'ı ve mü'minleri aldatmaya çalışırlar. Oysa sadece kendilerini aldatırlar da farkında değillerdir." (2/ 8-9)

Son olarak, gösterişçi dindarlığın sonuçları olarak şunlar dile getirilebilir: İkiyüzlü-çifte kişilikli insan oluşumu, yapay ilişkilerin ortaya çıkması, güven bunalımı, anomi ve yabancılaşma, sapma, çatışma, nifak, fitne-fesat-fisk, amellerin iptali, gösterişçi tüketimin artışı, dünyevileşme, bilgisizliğin artışı vs.¹⁰⁶

Yalan

İster kabul edilebilir küçük ve beyaz yalanlar olsun, ister büyük ve ciddi yalanlar olsun, her kesimden her çeşit insan çok çeşitli konularda yalan söyler.¹⁰⁷ Bir kişi çocuklarına tabağındaki yemeği bitirmediğinde yemeğin ağlayacağından bahsederken, onu kandırdığını bilmesine rağmen, bunu bir yalan olarak değerlendirmez. Benzer şekilde, bir sihirbaz gösterisini izlerken kişi kendisine yalan söylediğinden yakınmaz. Fakat gazetede daha önceden güvenini kazanmış meşhur bir politikacı ya da ünlü birinin bir dolandırıcılık suçundan hüküm giydiğini okursa hiddetlenir

Yalanın pek çok farklı tanımı yapılmıştır. En doğru ve kapsamlı tanımlar şu öğeleri içermektedir:

Niyet: Bir kimsenin sözleri yalan olarak değerlendirilmesi için, birini kandırma kastının olması gerekir. Kişi söylediği şeyin dürüstçe doğru olduğuna inanıyorsa fakat sonra bu bilginin yanlış olduğu ortaya çıkıyorsa, yalan söylemiş olmaz, bu sadece bir hatadır.

¹⁰⁵ Okumuş, a.g.e., s. 205.

¹⁰⁶ Detaylı bilgi için bkz. Ejder Okumuş, a.g.e., s. 8.

¹⁰⁷ Paul Seager, Sandi Mann, **Yalan "İlişkilerde, İşte ve Yaşamda Yalanı Yakalamak"**, Çev. Onur Doğan, Sel Yayıncılık, İstanbul, 2010, s. 9.

Başarı: Bir şeyin yalan sayılması için, illa bundan sadece yalan söyleyen kişinin haberdar olması gerekmez. Aldatılmaya çalışılan kişi söylenenin gerçek olmadığını bilse bile, yalan hala geçerlidir. Önemli olan yalan söyleyen kişinin diğerini kandırdığı düşüncesini taşımasıdır.

Ön Bilgi: Hedefteki kişinin verilen bilginin ya da gösterilen şeyin gerçek olmadığına dair önceden bilgilendirilmiş olmaması gerekir. Örneğin televizyondaki sihirbaz yalan söylüyor olmaz, nitekim bir şekilde insanları kandırdığı zaten açıktır.

Bu kriterler baz alındığında, yalanın kapsamlı bir tanımı şudur: Yalan, başarılı olsun veya olmasın, söyleyenin aslında doğru olmadığını bildiği ve söylenen kişiye gerçek olmadığını bildirilmediği bir inanç yaratmak için sarf edilen kasti bir çabadır.¹⁰⁸ Yalan bir bilinç durumudur. Bilmeden yalan söylenemez, ancak yanlış bir şey söylenebilir. Burada, yalan söyleyen kişinin mutlak doğrunun ne olduğunu bilmesi de gerekmez; kendi doğru bildiği şeyleri bilinçli olarak çarpıtması yeterlidir. Yalan her zaman nesnel doğruya gönderme yapmaz, öznel doğrular yeterlidir.¹⁰⁹

Dünya üzerindeki en dürüst yaratıkların insanlar olmadığı doğrudur ve eğer söylenen yalanların çoğu küçük beyaz yalanlar olsaydı, bu durum o kadar da kötü addedilmezdi. İnsanların sürekli gerçeği söylediği bir dünyada evliliklerin, arkadaşlıkların ve hatta belki insanlığın bile uzun süre ayakta kalması çok zordur. Bununla birlikte esas kaygı uyandırması gereken büyük ve kötü yalanlardır ve bunlardan sakınılması gerektir.¹¹⁰

İngilizcede yalanla eş anlamlı yüzlerce kelime vardır. Karpman, gerçek ve doğru kelimeleriyle eş anlamlı kelimelerin sayısının olduğunu buna karşın, yalan kelimesiyle eş anlamlı kelimelerin sözlükleri dolduracak kadar çok olduğunu ifade eder.¹¹¹ Yalan ile aynı anlamı taşıyan yüzlerce kelimenin oluşu, yalanın sınıflandırılmasını gerektirmektedir. Aşağıdaki terimler yalanı çeşitlemek bağlamında oldukça yaygın olarak kullanılmaktadır:

Beyaz Yalanlar: Kişinin muhataplarıyla ilişkilerini iyi tutmak için, tasarlamadan o anda söylediği yalanlardır. Örneğin; “Merhaba, bugün nasılsın?” sorusunu her halükarda “İyiyim, sen nasılsın?” diye cevaplandırmak.

¹⁰⁸ Seager&Mann, a.g.e., s. 11.

¹⁰⁹ Cem Aktaş, **Bireysel Hak Toplumsal Görev ve Kaçınılmaz Durum Olarak Yalan**, Cogito, S. 16, Güz 1998, s. 230.

¹¹⁰ Seager&Mann, a.g.e., s. 12.

¹¹¹ Seag&Mann, a.g.e., s. 22.

Muziplik İçin Söylenen Yalanlar: Böyle yalanlar, karşıdaki kişiyi eğlendirmek, güldürmek için söylenir. Amaç dalga geçerek, hoşça vakit geçirmektir. Çokça abartı içerebilirler. Örneğin; “Davetine geldiğim için ne kadar mutluyum anlatamam. Beni aradığında Monte Carlo’da tatildegdim. Tabi ki, tatilimi yarıda kesip hemen partine koştum.” (Bu cümle yan komşusu tarafından bir akşamüstü, bahçede mangala davet edilen biri tarafından söylenmiştir.)

Başkalarını Korumak İçin Söylenen Yalanlar: Kişinin başkalarının çıkarlarını gözetmek, sonradan üzölmeyi önlemek ve kendi benlik saygısını garantiye almak için söylediğı yalanlardır. Örneğin; “Bunun size acı verdiğini biliyorum; ama unutmayın ki cennette birlikte olacağız.” (Bu cümle, hastane rahibi tarafından, aşırı dozda kokain almaktan ölen kızlarının arkasından ağlayan anne-babaya söylenmiştir.)

Savunma İçin Söylenen Yalanlar: Bireyin kendisini ve yeri geldiğinde diğere insanları korumak, saldırı ve cezaya karşı önlem almak, kendi benlik saygısını yitirmemek için söylediğı yalanlardır. Örneğin; “Ne olduğunu anlayamadım. Bilgisayar birdenbire tuhaf sesler çıkarmaya başladı.” (Kazara bilgisayardan çok önemli bir dosyayı silen sekreter tarafından patrona söylenmiştir.)

Kırıcı Yalanlar: Kişinin karşıındaki kişiyi üzme, kırmak ve kendisine avantaj sağlamak için söylediğı yalanlardır. Örneğin; “Öyle bayağı bir adamdı ki, bana bir yemek bile ısmarlamadı.” (Bir kadın tarafından, kendisini bir kere çıktuktan sonra bir daha aramayan kişinin arkasından söylenmiştir.)¹¹²

Patolojik Yalanlar: Patolojik yalanlar bazen kişiye çok az yarar sağlarken, bazen ise hiç yarar sağlamayabilir. Hatta kişi, doğruyu söylemesinin kendisi için daha avantajlı olacağı durumlar da dahil yalan söyler. Bu yalanlar önceden düşünölmeksizin, o anda öylesine söylenen yalanlardır. Başka bir ifadeyle, söyleyen kişinin gelişimini ve yaşamını kötü etkileyen, onu zor duruma sokan yalanlar, patolojik yalanlar olarak adlandırılabilir.

Yanılı Fantezisi: Patolojik yalanın başka bir türüdür. Yalancı, hem geçmişini, hem bugünü hem de geleceğini kapsayan hikayeler uydurur. Önce hikayeler inandırıcı gelirken, zamanla tutarsızlıklar ortaya çıkar ve hikayeler niteliklerini kaybetmeye başlar. Fanteksi ve gerçeğin usta bir sentezi olmaları sebebiyle hikayelerin uydurma olmadığını belirlemek güçtür. Anlatan kişinin duygusal boyutu hikayenin içeriğı ile uyuyuyorsa, hikaye daha

¹¹² Ford, a.g.e., s. 27.

inandırıcı bir görünüme kavuşur. Örneğin; yanlış fantezisi geliştiren kişi babasının vefatına sebep olan anı müthiş bir keder içinde anlatabilir ve daha sonra hikayenin uydurma olduğu ortaya çıkabilir. Uydurdukları yalanlar yüzlerine vurulduğunda, yanlış fantezisi geliştirenler psikolojik bir rahatsızlıkları olmadığı imajını vermek için doğruyu söylemediklerini kolaylıkla itiraf ederler. Fakat açıklama yaparken bile yeni hikayeler uydurmaya başlarlar. Böyle kişilerin ağızından doğru bir söz çıktığına tanık olmak bir hayli zordur.

Kişinin diğer bireylerden sakladığı gerçekler de yalanın zuhuruna sebebiyet verebilir. Bilinen anlamıyla sır, bir veya birden fazla kişi tarafından bilinen ve bilinçli olarak başka insanlardan saklanan bilgiye denir. Bir şeyleri kendinde saklı tutmaya çalışan kişi, yalan söylemek durumunda kalabilir. Ayrıca, bir sırrı saklamanın kendinin kandırma ile de bağlantısı olduğu söylenebilir. Çünkü kişi, sırrı sadece kendini korumak için sakladığına odaklanarak kendini kandırma sürecine girer.¹¹³

İletişim sözcüklerden ibaret değildir. İnsanlar duygularını göstererek ya da saklayarak, jest ve mimiklerini kullanarak, iletişim kurabilir. Muhatabın kandırırken nasıl sözcükler kullanılabiliyorsa, sözsüz iletişim de aynı amaca yönelik olarak kullanılabilir. İletişimde, sözler kullanılmayınca hatırlamak zor olduğundan, bu tür yalanlar daha kolay unutulmaktadır. Yalan üzerine yapılan çalışmaların sözel olmayan iletişimi dikkate almaksızın geçerli sonuçlar verebilmesi mümkün değildir. Bunlardan bazıları şöyle tanımlanabilir:

Azımsama, kişinin, çok güçlü yaşanan bir duygusallığı önemsizmiş gibi gösterme eğilimidir. Örneğin; bir öğrencinin yaklaşan önemli bir sınavı sebebiyle oldukça kaygılı olmasına rağmen, çevresine sakin ve serinkanlı göstermeye çalışması gibi.

Yüceltme, kişinin muhatabını etkilemek için duygularını mübalağalı bir şekilde yansıtmasıdır. Örneğin; eşinin ilgisizliğinden şikayetçi olan bir kadının var olan rahatsızlığını abartarak ilgi çekmeye çalışması gibi.

Tarafsız kalma, hiç renk vermeyen bir yüz ifadesiyle olaylara tepkisiz kalma bu tekniğe girer. Psikologlar ve psikiyatrisiler hastalara önyargısız yaklaştıklarını göstermek için böyle bir ifade takınırlar.

¹¹³ Ford, a.g.e., s. 29.

Yerine kullanma, negatif bir duygu taşınmasına rağmen, memnun bir yüz ifadesi takındır. Bir dükkan sahibinin aşırı talepleri olan bir müşteriye karşı, belki de hiç alışveriş etmeyeceğini bildiği halde sürekli gülümser bir tavırla hizmet etmeye devam etmesi gibi.¹¹⁴

Nörolojik Bozuklukların Yalanla İlişkisi

Bazı kişilik bozukluklarının genetik nedenlere dayandığına dair birtakım iddialar ve bu iddiaları destekleyen araştırma sonuçları bulunmaktadır. Hastalık derecesinde yalan söyleyen bir hastanın raporunda, ön lobların görevlerini tam olarak yerine getirmemesi hastanın bu durumunun müsebbibi olarak gösterilmektedir. Otuz beş yaşındaki bu hastanın yalan söyleme alışkanlığı, aşağı yukarı 25 yaşındayken başlamıştır. Söylediği yalanlar, pamuk kutusunu nereye koyduğu gibi basit yalanlardan tutun da ödevini bitirip teslim ettiğine dair ciddi yalanlara kadar çeşitlilik göstermiştir. Hasta, yalanları ağzından çıkana kadar fark edemediğini belirtmiştir. İki hafta arayla yapılan iki spect taraması sonucunda, duyumsal dürtüden sorumlu beyin bölgesi olan sağ hemitalamus ve bu dürtüyü sosyal yaşama geçiren sağ alın korteksinde anormal bir faaliyet düşüklüğü belirlenmiştir.¹¹⁵

Bu hususta yapılan araştırmalar, belirli kişilik bozukluğu özelliklerinin bilişsel işlev bozukluğu geliştirilmesinden kaynaklandığını doğrular. Burgess, nöropsikolojik testleri, hastaların kişilik bozukluklarını saptamak için kullandıklarını ifade etmiştir. Elde edilen bulgular, belirlenen bazı nörobilişsel bozukluğun bazı tip kişilik bozuklukları ile benzeştiğini ve bu bozukluğun sonucunda kişinin başa çıkma mekanizması olarak sıkça yalana başvurduğunu ortaya koymaktadır.

Bazı araştırmaların sonuçları insanlarda yalanın kalıtsal olma ihtimalini savunan teoriyi desteklemektedir. Bond ve Robinson daha önceki çalışmaları taramışlar ve aile üyelerinin benzer tipte yalanlar söylediklerini ortaya çıkarmışlardır. Bunun genlerden kaynaklandığını savunan araştırmacılar, biyolojik faktörlerin yalan söylemeyle ilintisi olduğu sonucuna varmışlardır. Kalıtımın psikolojik yaşama etkisini ölçen başka bir bulgu 265 ikizin incelendiği bir deneyden gelmektedir. Rowe gençler arasında suçu araştırmış ve sosyal sınıf, çocuk yetiştirme metotları gibi genel çevresel faktörlerin etkin olmadığını bulmuştur. Önemli etkenler arasında, aile içi yaşantı ve genetik faktörler göze

¹¹⁴ Ford, a.g.e., s. 31.

¹¹⁵ Ford, a.g.e., s. 56.

çarpmaktadır. Genetik faktörlerin kapsamı içinde, yalan ve kişinin mizacına yönelik özellikler de belirlenmiştir.¹¹⁶

Herkesin yalan söylediği, insanlar arasındaki yegane farkın ne sıklıkta, neyi amaçlayarak ve ne dereceye kadar yalan söyledikleri olduğu söylenebilir. Yalan dürtüsünü etkileyen faktörler arasında şunlar gösterilebilir:

Cezadan Kaçmayı Sağlayan Yalanlar: Çocukluğun ilk yıllarında başvurulan yalan çeşitlerinden biridir. “Vallahi, bugün hiç çikolata yemedim.”

Özerklik Duygusunu Sağlama Bağlayan Yalanlar: Yalanla özdeşleştirilen en önemli gelişim davranışı bireyselleşmedir. Çocuklar, ebeveynlerini kandırma becerilerini geliştirterek, ebeveynlerinin onların düşüncelerini kontrol edemeyeceklerini öğrenirler. Daha ileri yaşlarda başkaları tarafından kontrol edilmeyi engellemek ve bağımsız bir birey olabilmek için benzer yöntemler kullanılarak gayret sarf edilir.

Saldırganlık Sergileyen Yalanlar: Toplumda en çok öfke uyandıran durumlardan biri kişinin kendine yalan söylendiğini fark etmesidir. Bu, insanda, aptal yerine konma, aldatılma ve kandırılma duygularını uyandırır. Yalan söylenen kişi yalanı tarif ederken son derece esef verici bir durum ve kişinin özlük haklarına karşı girişilmiş bir saldırı olarak betimler. Yalan, karşıdaki kişinin doğruyu hak etmediği düşünülerek ya da yalan mı, yoksa doğru mu olduğunu anlayacak kadar zekaya sahip olmadığı göz önünde bulundurularak söylenir. Bursten, bu durumu bir kişinin diğerine karşı üstünlük kurma çabası olarak tanımlar. Bu yüzden yalanlar sözel saldırganlık olarak algılanır.

Güçlü Olmayı Sağlayan Yalanlar: Çok bilgiye sahip olan kişi, çevresini ve diğer insanları kontrol etme noktasında daha hakimdir. Eğer bilgi güçlü olma ile eş değerde görülüyorsa, diğerlerinin gücünü azaltmanın yolu insanları yanlış bilgilendirerek ya da ihtiyaçları olan bilgiyi saklı tutmaktır. Eğer bireyler veya gruplar rakiplerini yanlış tanırlarsa güçten kayba uğrarlar. Böylelikle yalan yanlış bilgi aktarımı bir kişinin kendi gücünü artırmak için karşısındakinin gücünü kasten kırma teşebbüsü olarak algılanır.¹¹⁷

Başkalarını Alt Etmeyi Sağlayan Yalanlar: Birisini kandırdıktan sonra duyulan haz, güç elde etmenin bir başka boyutudur. Ekman, birisini başarıyla kandırmaktan alınan hazzın alını çizerken, Bursten bu duyguyu birisini alt etme kavramı ile açıklar.

¹¹⁶ Ford, a.g.e., s. 58.

¹¹⁷ Ford, a.g.e., s. 82.

Dileklerin Gerçekleşmesini Sağlayan Yalanlar: Bu tür yalanlara 4-7 yaşları arasında oldukça sık rastlanır. Bu yaştaki çocuklar gerçekleri sorgulayamadıklarından olsa gerek dilek ile gerçeği karıştırırlar. Çocuklar bir hayalin yüksek sesle dile getirilmesinin, onun gerçekleşmesi olduğuna inanırlar. 5 yaşındaki bir çocuğun annesinin kendisini sevmesi için söylediği bir yalan buna örnek gösterilebilir: “Anneciğim, büyüünce seni saraylarda yaşatacağım.” Çocukların dileklerinin gerçekleşmesi için söyledikleri yalanlar oldukça normal görülebilir; fakat, bu tür yalanlar yetişkinlik döneminde de devam ederse patolojik sonuçların ortaya çıkmasına sebep olabilir.

Kişinin Kendini Kandırmasını Sağlayan Yalanlar: İnsanlar davranışlarını ve yaptıklarının sorumluluğunu mantığa bürüme yoluyla açıklamaya başvurarak gerilimden uzaklaşmaya çalışırlar. Bu yüzden, gerçek dürtülerini, güdülerini, ihtiyaçlarını ve kabiliyetlerini hem kendilerinden, hem de diğer insanlardan gizleme eğilimindedirler. Bir genç, üniversitenin işletme yüksek lisans programına kabul edilmemesinin sebebini, kendisine karşı güdülen kin olarak belirtmiştir. Aslında gencin hem sınav sonucu hem de üniversite bitirme puanı diğer adaylara nazaran oldukça düşüktür. Fakat o, kişisel başarısızlık ve eksikliklerini kabullenerek sorumluluğu yüklenmek yerine önyargılı bir yaklaşımın kurbanı olduğunu ileri sürerek kendini kandırma yolunu seçmiştir.

Başkalarını Yönlendirmeyi Sağlayan Yalanlar: Kişinin başkalarını etkileme gayreti içeren dürtülerden kaynaklanan yalanlardır. Bir satıcının daha fazla mal satabilmek için müşterilerine söylediği yalanlar bu grupta incelenebilir.

Başkalarına Yardımcı Olmayı Sağlayan Yalanlar: Kişi karşısındakilere acı, keder ve utanç vermek istemediğinde bazı tatsız gerçekleri saklama yoluna girebilir. Böyle zamanlarda yalan ve kandırma ya da doğrunun saptırılması, başkalarının duygularına saygı duymamanın bir göstergesi olabilir. Fakat, S. Bok, insanların ancak kendilerine ait duyguları koruyabileceklerini iddia eder. O halde başkalarını düşünerek söylenen yalanlar kişinin kendini kandırmasından ileri gidemez denilebilir.¹¹⁸

Başkalarının Kendilerini Kandırmalarına Yardımcı Olan Yalanlar: Kişi farkında olarak ya da olmayarak başkalarının kendilerini kandırmalarını sağlayacak yalanlar

¹¹⁸ Ford, a.g.e., s. 86.

söyleyebilir. Yalanın temelde şu iki şeyin bileşiminden oluştuğu söylenebilir: Yalan söyleme niyeti ve yanlış bilgi. Fakat, yalanın söylendiği kişinin kandırılmaya açıklığı yalana başvurulmasını arttırabilir. Bu bir örnekle şöyle açıklanabilir: Hastane baş hekimine doktorlardan birinin bazen gün boyunca etrafta hiç görünmediği konusunda bir şikayet ulaşır. Ayrıca, doktorun sabahları ellerinin titrediği ve nefesinin içki koktuğu rapor edilir. Başhekim, doktoru odasına çağırıp, bütün bunların doğru olup olmadığını sorar. Doktoru dinledikten sonra gönül rahatlığıyla, tıraş sonrası losyonunu fazla kaçırdığına kani olup onu geri gönderir. Bu örnek yalanın dinamik bir işlevselliği olduğunu ortaya koyar. Alkolik doktor gerçeği inkar ederek yalana başvurur. Burada ne sadece yalan söyleyen, ne de yalanın söylendiği kişi suçludur. Kandırma çift yönlü olup dinamik bir işlevsellik söz konusudur.

Rol Karmaşasının Yol Açtığı Sorunları Çözümleyici Yalanlar: Grover, sorunlarla başa çıkmak ve rol karmaşasını çözmek için yalanın çıkar yol olarak görüldüğünü ileri sürer. Örneğin, rol karmaşası şirketin taleplerinin çalışanın değer yargılarına uymaması ya da tam tersi durumda ortaya çıkabilir. Şirket, bünyesinde yer alan pazarlamacıya ahlaki olmayan birtakım satış tekniklerini denemesi için baskı yapılabilir. Çözüm olarak pazarlamacı, kendi inandığı metodu kullanıp patronlarını onların önerdiği yöntemi kullanarak müşteriyi nasıl baskı altında tuttuğu konusunda kandırma yolunu seçebilir. Her birey yerine göre değişik rollere bürünür ve bu roller kimi zaman bireyin sahip olduğu diğer rollerle, kimi zaman da başkalarının rolleriyle çatışır. Örnekte geçen bir şirkette çalışan bireylerin davranışları toplumu oluşturan insanların sergilediği davranışlara genellenebilir.

Benlik Saygısını Korumayı Sağlayan Yalanlar: Beceri ve başarıları beklentilerinin altına düşen, benlik saygıları düşük kişiler sık sık başarısızlık duygusu ve aşağılık kompleksi yaşarlar. Heinz Kohut'un adlandırdığı gibi bu durumda birey gözle görülür bir başarı elde etmek için öz benliğinin gönderdiği baskıyı hisseder, başarısız olursa kendini küçük görür ve suçluluk duygusu hisseder. Benlik saygısını koruma istediği ve öz benliği talepleri arasındaki uçurumu kapatmak isteyen kişi yalana başvurur; sosyal ilişkiler kurarken ve günlük hayatta gerçeği süsleyerek, abartarak ve hayal ürünü başarılar yaratarak kendisini daha başarılı ve zeki gibi gösterir.¹¹⁹

¹¹⁹ Ford, a.g.e., s. 90.

Patolojik Yalanlar

Yalan ve kendini aldatma günlük yaşamın ve insan ilişkilerinin değişmez iki parçasıdır denilebilir. Patolojik yalanlar, düşünmeden söylenen veya içten gelen bir hisle kasten söylenen, kişinin hiçbir ihtiyacını karşılamayan, hatta kendini kandırmasına neden olan yalanları içermektedir. Patolojik yalan, söylendiğinde kötü şeyler olacağından, olumsuz sonuçlara sebep olacağından emin olunsa bile söylenen yalanlardır.¹²⁰ Patolojik yalanlar, yalan müptelalığından yanılgı fantezisine kadar geniş bir alana uzanır.

Patolojik yalanın en aşırı ucu, fantezi ve gerçeğin kesişimi olan yanılgı fantezisi. Yanılgı fantezisi insanı büyüleyen bir sendromdur. Yanılgı fantezisi, doğru ve uydurmaca arasında gidip gelen abartılı hikayelerden oluşan bir patolojik yalan çeşididir. Hayal gören psikotik kişinin tersine yanılgı fantezisi geliştiren kişi, ters bir durumla veya herhangi bir sorunla yüz yüze gelince anlattığı hikayeden vazgeçer ve aniden hikayeyi değiştirir. Hikayeleri uzun süre devam eder ve yeterince tekrar edilip doyum noktasına ulaştığında, yalanları söyleyen kişinin kendisi de uydurduğu hikayelere inanmaya başlar. Psikiyatr ve psikologlar, yanılgı fantezisini kimlik duygusu oluşturmak, korumak ve artan kaygıya karşı direnebilmek olarak yorumlarlar.¹²¹ Patolojik yalan söyleme (ya da yalan alışkanlığı) başlı başına bir dürtü kontrol edememe problemidir. Patolojik yalanlar dürtü kontrolü probleminden ortaya çıkan diğer problemler gibi beynin fonksiyon eksikliğinin ürünüdürler. Zamanın üçte birinde beynin fonksiyonunun durması yanılgı fantezisine sebep olmaktadır.¹²²

Bilerek yalan söyleyen kişilerin benlik saygıları düşüktür. Yalan, kısa süreli de olsa, kişinin alkol ve uyuşturucu aldıktan sonra hissedilen duyguları hissetmesini sağlar. Tekrarlanan yalan başarısızlığın nedenini başkasına yükleyerek, benlik saygısının artmasına yardımcı olur. Uyuşturucu ve alkol bağımlıları da çokça yalan söyleyenler arasındalar. Alkol ve uyuşturucu bağımlıları hem yalanlarıyla kendilerini, hem de başkalarını kandırırlar. Yalan ve alkol öylesine iç içedir ki, alkolle başa çıkma toplantılarının ele aldığı temel konulardan biri de yalandır. Alkolden kurtulma yollarını araştıran Strom ve Barone kendini kandırmanın aktif bir bağımlıyı tanımladığının altını çizmişlerdir. Aktif alkoliklerin benlik saygısı yüksektir ve içki limitini kontrol altında

¹²⁰ Ford, a.g.e., s. 119.

¹²¹ Ford, a.g.e., s. 122.

¹²² Ford, a.g.e., s. 127.

tutabildiklerine inanırlar. Aksine, alkolden kurtulmaya çalışanlar (bir yıldan fazla süredir uzak duranlar) kendilerini daha az kandırırlar. Bağımlılıktan kurtulabilmek için kişinin öncelikle kendine ve başkalarına karşı nasıl dürüst olunacağını öğrenmesi gerekmektedir.¹²³

Yalanın Psikolojik Temelleri

Yalanın kalıtsal olduğuyla ilgili kanıtlar, içgüdüsel olduğunu da gözler önüne sermektedir. Yalanı kolaylaştıran fizyolojik süreçlerin genetik ve gelişimsel faktörlerden etkilendiğini düşünmek mantıklıdır. Bhide ve Stevenson insanların dürüst olmadığıyla ilgili yaygın kaniya rağmen her söylenenin ilk görüşmede doğru olarak kabullenilmesinin gerektiğinin üzerinde dururlar. Bu yazarlar, çoğu insan dürüst olduğunda, dürüstlük baz alınarak davranıldığını öne sürerler.

Benlik duygusu başkalarıyla yapılan fikir ve duygu alışverişiyle gelişir. Kişi başkaları üzerinde bıraktığı ve bırakacağı izlenimi yönlendirmeye çalışır. Kendisi ve başkaları için gereksiz acı ve utanca sebep olmamak için duygusal tepkilerini gizlemeyi öğrenir. Seçilen anılar, yalanlar ve iki yüzlü ilişkiler kişinin sorunlarla başa çıkmasını kolaylaştıran uydurma hayat hikayesini doğrular ve her türlü sorununa siper vazifesi yapar.

Zaman zaman gelişim süreci sapsmalara uğrayabilir. İnsanın doğasından kaynaklanan biyolojik faktörler, kötü ebeveyn ya da çevresel faktörler benliğin normal oluşumuna ket vurabilir. Neticede iç benlik dış dünyanın beklentilerine uyum sağlayamayabilir. Artan gerilimle başa çıkabilmek için kişi yalana başvurabilir veya olduğundan başka biri gibi davranabilir. Diğer bir mekanizma ise kişinin kendisine yalan söylemesidir. Sağlıklı bir kişi sanrılarını makul düzeyde tutarken, narsisist kişilerde bu tür tepkiler kişisel bozukluklarla bağlantılı olarak normal insanlardakinden farklıdır. Bazı insanlar ise yalnızca çok stresli zamanlarında gerçekle bağlarını koparırlar ve yalanlarını bir düzene sokmakta güçlük çekerler.¹²⁴

Yalanın Ahlaki Boyutu

Yalanın ahlaka aykırı olduğu düşüncesi genel kabul görmüş bir düşüncedir. S. Bok gibi bazı araştırmacılar yalanı kınamış ve insan hayatı üzerindeki negatif etkileri üzerinde durmuşlardır. Yalanla ilgili onca negatif görüşe rağmen yalanın yaşamımızın bir parçası ve

¹²³ Ford, a.g.e., s. 130.

¹²⁴ Ford, a.g.e., s. 245.

insan ilişkilerinin temel taşı olduğu herkes tarafından az çok bilinen bir gerçektir. Nietzsche'ye göre "Güçlü insan hep yalan söyler. Elllerinde güç olmayan insanlar ise aldıkları bilgilerle yönetilirler. Bu yüzden devletler, tarikatlar, özel şirketler ve sosyal kurumlar sosyal ihtiyaçları karşılama dürtüleriyle doğruluk doktrinlerini oluştururlar. Fakat adaletli bir paylaşım söz konusu değildir. Örneğin özel şirketler çalışanlardan dürüst ve açık olmalarını beklerler; ama onları kapalı kapılar ardında yapılan toplantılar hakkında bilgilendirmezler. Bu yüzden doğruluk ahlakı halka yaptırım olarak sunulur. Güç sahibi olan insanların söyledikleri yalanların çalıştıkları kurumların menfaati gözetilerek söylendiğine inanılır. Fakat diğer taraftan sıradan insanların söyledikleri yalanların çalıştıkları kurumlara zarar verdiği düşünülür.¹²⁵

Ebu Bekir Razi'ye göre, insanların hevasına engel olması ve ahlakına, hayat şekline sırf akıl nazarından bakması mümkün değildir. Çünkü herkes kendisini kendi dışındaki her şeyden daha çok sever, kendi yaptıklarını onaylar ve iyi kabul eder. Bunun sonucunda da insan, neredeyse kendisindeki hataları ve kötü huyları ayırt edemez duruma gelir. Bunları ayırt edemeyince de onlardan kurtulması mümkün olamaz. Razi, Kendisini yalan söylemeye zorlayan bir durum ve elde etmek istediği büyük bir şey olmadığı halde yalan söyleyen kişinin yalancı diye isimlendirilmesi ve ondan uzak durulmasını iyi ve doğru bulur. Çünkü küçük ve değersiz amaçlar uğruna yalan söylemeyi hoş gören ve ona yönelen kimsenin büyük menfaatler söz konusu olduğunda yalan söylemesi ve hatta daha kötü eylemlerde bulunması çok daha kolaydır.¹²⁶ Michael Shermer ise, yalanın derecelerinin olduğunu ve bütün yalanların aynı muameleye tabi tutulamayacağını savunmaktadır. Ona göre, küçük beyaz yalanlar sıradan ve çoğunlukla zararsız olduğundan, 0.1 ya da 0.2 yalan olarak derecelendirilebilirken, bazı şeylerin saklandığı kasıtsız yalanlar 0.3 ya da 0.4 yalan olarak listelenebilir. Kasıtlı yalanlar 0.5 ya da 0.6 yalan olarak sınıflandırılabilir. Büyük yalanlar -0.7 ila 0.9 aralığında yer alanlar- çok ciddidir ve bu nedenle küçük beyaz yalanlardan daha ahlaka aykırı görünebilir. Shermer, bir yalanın ahlaklı mı, ahlaksız mı, yoksa ahlak dışı mı olduğu noktasında kuşkuya düşüldüğünde, yalanın öğrenilmesi durumunda muhatabın ne hissedeceğinin ve söylenen yalan sonucunda muhatabın

¹²⁵ Ford, a.g.e., s. 250.

¹²⁶ Ebu Bekir Razi, **Ruh Sağlığı**, Çev. Hüseyin Karaman, İz Yayıncılık, 2. Baskı, İstanbul, 2008, s. 99.

mutluluk ve özgürlüğünün azalacağını mı yoksa artacağını mı sorgulanmasının yerinde olacağını savunmaktadır.¹²⁷

Solomon'a göre, yalan her şeyden önce, kişinin kendisine ve başkalarına yaklaşımını ortaya koyar. Bazı yalanlar zararlı, hatta ahlaka aykırıdır, bazıları da değildir. Nyberg, yalanla ilgili olarak "Yalan, doğrunun egemen olduğu bir dünyada ara sıra ortaya çıkan basiretli bir hata olarak tolere edilmemelidir. Yalan, daha çok dünyayı düzene sokmak için başvuru, birbirinden farklı bireylerin aralarındaki problemlerini çözmelerini sağlayan, acıyla başa çıkabilmeye yardımcı olan, bireyselliği yakalayabilmeye destek veren ve insanı yaşama bağlayan bir mekanizma olarak algılanmalıdır." demiştir. Solomon ve Nyberg ile aynı doğrultuda, yalan ve kendini kandırmayı, doğaları gereği, ahlaka uygunluk veya aykırılıkları bağlamında tanımlamak bir hayli güçtür. Çünkü hem yalan hem de kendini kandırma, kendimizle ve başkalarıyla olan ilişkimizin ayrılmaz parçalarıdır.¹²⁸ Dolayısıyla ne tamamıyla insan ve sosyal yaşamı için faydalı ne de tamamıyla zararlı bir yapıya sahip oldukları söylenebilir.

Yalan Söyleme ve Kendini kandırma Arasındaki ilişki

Kişinin kendini kandırmasının daha usta bir yalancı olmasına yardım eden bir mekanizma olduğu iddiası herkes tarafından kabul görmüştür. Kendini aldatan kişilerin mesajlarını yerine ulaştırmakta aldatmayanlara nazaran daha başarılı olduklarına ilişkin sayısız örnek verilebilir. Kendilerini kandıran bireyler daha samimi davranabilir ve duygularını açığa çıkaracak sözel olmayan davranışları daha iyi yönlendirebilirler. Kişinin başkalarına söylediği yalanlar da kendisini kandırmasını kolaylaştırır. Kişi daha güçlü ve akıllı olduğu imajını yaratmak için yalan söyleyebilir. Yalan, aşırı durumlarda ilgi odağı olmak isteyen kişi için sahte yeni bir kimlik yaratılmasına ya da bir olay örgüsünün üretilmesine yardımcı olur. Bu patolojik aşırılıklar yalanın kendini kandırmayı desteklediğini gözler önüne sermektedir. Kendini kandırma süreci, başkalarına yalan söylemesi ve başkalarının kendini kandırması için ortam yaratan dinamik bir süreçtir.

Duymayı arzu ettikleri şey söylendiğinde insanlar yalan olsa bile bunu yalan olarak algılamazlar. Genellikle insanlar onurlarını kıran şeyleri yalan olarak kabul ederler. Bu yüzden en önemli yalan becerisinin insanlara duymak istedikleri şeyleri söyleyebilmek

¹²⁷ Michael Shermer, **İyilik ve Kötülüğün Bilimi**, Çev. Sinem Gül, İstanbul, 2007, s. 83.

¹²⁸ Ford, a.g.e., s. 252.

olduğu ileri sürülebilir. Ayrıca başkalarının duygularını ve benlik saygılarını hırpalamamak için yalan söylemek, yakın ilişkiler kurmak için gerekli görülür. Bu yüzden kişi benlik saygısını korumak için kendisine yalan söyler ve benlik saygılarını korumalarına yardım etmek için başkalarına da yalan söyler.¹²⁹

2. Dindarlık ve Aldatma

a. Kur'an'da Kendini Aldatma

Kur'an-ı Kerim'de kişinin kendini aldatmasını konu alan ayet-i kerimeler ve İslam alimlerinin bunlar hakkındaki yorumlarına bu bölümde yer vermeyi çalışmamıza açıklık getirmesi bakımından uygun gördük:

“Kendilerine: 'Yeryüzünde bozgunculuk yapmayın' dendiği zaman, 'Bizler sadece ıslah edicileriz' derler.”¹³⁰

"Şu yeryüzünde fesatçılık yapmayın, fesat çıkarmayın, ortalığı ifsat etmeyin." diye uyarı ve kötülükten yasaklama yapıldığı zaman "hayır biz fesatçı değil, ıslah edici adamlarız, fesat değil, yalnız ıslah ve ıslahat yapan kimseleriz" demektedirler, böyle demişlerdir ve böyle derler. Bilhassa Ebu's-Suûd'un da açıkladığı üzere, bunu derken yaptıkları fesatçılıkları, inkâr ile örtmek isterler. Bundan asıl maksatları ise yaptıkları şeylerin fesatçılık değil, bizzat ıslah olduğunu iddia etmektir. Çünkü bunlar hak ve gerçeği seçemediklerinden ve seçmek istemediklerinden, bozmayı düzeltmek sanırlar.

Devam eden ayette Allah Mü'minleri fesatçıların sözlerine karşı uyarır: “İyi bilin ki, asıl bozguncular kendileridir, lakin farkında değillerdir.” (2/11) Elmalılı Hamdi bu farkında olmayışı bir kalp hastalığına yormuş ve ayeti şöyle daha bir açık hale getirmeye çalışmıştır: “Ey iman ehli! Sakın aldanmayınız, uyanık durunuz, bunlar fesatçılar güruhunun kendisidirler. Bu muhakkak, fakat bunlar böyle olduklarını hissetmezler, buna da bilinçleri olmaz. Bunların bugün şuurları olmadığı gibi yarın da yoktur. Dedik ya kalp hastalığı, şüphe hastalığı onlara her şeyi ters gösterir.” Burada bahsetmekte olduğu kalp hastalığını, yalanı artık bir şiar haline getirmiş insanların bir problemi olarak nitelendirir ve şöyle bir açıklamada bulunur: “Bunlar, devamlı yalan söylerler, imanları yokken "imanımız var" dedikleri gibi, eğriyi doğru, doğruyu eğri gösterirler. Azaplarına sebep de

¹²⁹ Ford, a.g.e., s. 247.

¹³⁰ Bakara 2/11.

özellikle budur. Çünkü yalan, önce dünyada büyük bir vicdan azabına sebeptir. Yalancılar, su üstünde bir yonga gibi çalkalanır ve her an bir iğneli beşikte yatıyor gibi yaşar. Gerçi dünyada bu da bir alışkanlık olur ve o azap git gide bir çeşit tatlılığa döner, onu -adeta- kaşındırır. Bununla beraber bu kaşınmanın tadı bir uyuz hastalığının kaşıntıları gibi kanatan, boğucu elemelerle karışık bir tattır. Fakat bunun ve bu yalan alışkanlığının ahiretteki azabı büsbütün dehşet vericidir. Çünkü yalan söyleye söyleye kalp, devamlı yalancı intibalarla kaplanır. Ruh artık bununla gelişir. Ruhî hayat bir evham (kuruntular) âlemi, bir batıllık sahası olur kalır. Hak nuru oraya, ara sıra yanardöner bir yıldız böceği halinde görünen bir fener gibi gelir. Artık o kalp ve onun gözleri, kulakları fayda ve zararı, hayır ve şerri seçemez olur. Kâr der, zarara koşar; iyilik der, şerre koşar; bahçeyi ateş görür kaçar, ateşi cennet sanır atılır.”

“Ayetlerimiz gözlerinin önüne serilince: 'Bu apaçık bir sihirdir' dediler. Kendileri de bunların hak olduklarını kesin olarak bildikleri hâlde, sırf zalimliklerinden ve büyüklük taslamalarından ötürü onları inkâr ettiler. Ama bozguncuların sonunun nasıl olduğuna bir bak!”¹³¹

Bu ayette kibrin büyük bir aldatma sebebi olduğu söylenmektedir. Psikolojik açıdan bakıldığında da şişkin bir ego gerçeği yalın olarak görmede bir engeldir. Büyük benlik algısı kişinin kendisini diğerlerinden üstün görmesine, diğerlerine taraflı bakmasına ve çevresindeki gerçekliği doğru bir şekilde yorumlayamamasına sebep olur. Bu da kişinin kendi içerisinde bir aldatma faaliyetinin baş göstermesi demek olur.

“(Ey Muhammed!) Eğer sana kâğıda yazılı bir kitap indirseydik, onlar da elleriyle ona dokunsalardı, yine o inkâr edenler, “Bu, apaçık büyüden başka bir şey değildir” diyeceklerdi.”¹³²

Bu ayetin nüzul sebebiyle ilgili Hamdi Yazır şunları söylemiştir: “Bu âyetin iniş sebebi Abdullah b. Ebi Ümeyye olmuştur. Resulullah'a karşı açıkça inat ederek, "Sana iman etmem, tâ ki göğe çıkasın, sonra bir kitap indiresin ki, onda; 'Aziz olan Allah'tan Abdullah b. Ebi Ümeyye'ye diye yazılmış olsun ve bana, seni tasdik etmemi emretsin ve bununla beraber bunu da yapsan tasdik edeceğimi sanmıyorum" demişti. Fakat sonra iman etmiş ve Tâif'te şehit olmuştur. İşte nefislerinde hakka inanmamak kararını verip hak

¹³¹ Neml 27/13-14.

¹³² En'am 6/7.

delillere iltifat etmeyen ve bundan dolayı Peygamber'in doğruluğuna inanmayan ve inanmak istemeyen kâfirler, peygamberliği bir sihir, bir göz boyacılığı, bir hilekârlık kabilinden göstermek istedikleri için Muhammed Aleyhisselâm'ın mucizelerine ve özellikle Kur'ân'ın i'cazı karşısında ilk söz olarak: "Bu açık bir sihir" dedikleri gibi, istedikleri şekilde, elleriyle tutulur mücessem bir kitap, bir mektup da indirilmiş olsa ona da aynı şekilde: "Bu açık bir sihir" derlerdi.”

Ayetten açıkça anlaşıldığı üzere Allah inanmak istemeyenlerin inanmadıklarını söylemektedir. Yani bazıları kibir, eskiyi koruma gibi bazı özel nedenlerden dolayı inanmak istememiş ve buna bahane olarak inanmadıkları şeyin bir hakikati olmadığına kendilerini inandırmaya çalışmışlar, yani apaçık bir kendini kandırma faaliyetine girişmişlerdir.

Kendilerine kitap verdiklerimiz, onu (Peygamberi) kendi öz oğullarını tanıdıkları gibi tanır. Kendilerini ziyana sokanlar var ya, işte onlar inanmazlar. Kim Allah'a karşı yalan uydurandan, ya da O'nun âyetlerini yalanlayandan daha zalimdir? Şüphesiz ki, zalimler kurtuluşa eremez. Bir gün hepsini toplarız, sonra ortak koşanlara, 'İddia ettiğiniz ortaklarınız nerede?' deriz. Sonra, 'Rabbimiz Allah'a and olsun ki bizler ortak koşanlar değildik' demekten başka çare bulamazlar. Bak, kendilerine karşı nasıl yalan söylediler ve iftira edip durdukları şeyler (uydurma ilâhları) onları nasıl yüzüstü bırakıp kayboluverdi? İçlerinden, (Kur'an okurken) seni dinleyenler de var. Onu anlamamaları için kalpleri üzerine perdeler (gereriz), kulaklarına ağırlık koyarız. Her türlü mucizeyi görseler de onlara inanmazlar. Hatta tartışmak üzere sana geldiklerinde inkâr edenler, "Bu (Kur'an) evvelkilerin masallarından başka bir şey değil" derler.¹³³

“Sanki göz göre göre ölüme sürükleniyorlarmış gibi, gerçek ortaya çıktıktan sonra bile seninle tartışıyorlardı.”¹³⁴

Yukarıdaki ayetlerde de insanların hükümlerini ön kabulleri üzerine bina ettiklerine işaret edilmektedir. İnsanlar gerçek ne kadar su yüzüne çıksa da, onu görmezlikten gelip inanmak istediklerine inanarak kendilerini kandırırlar.

“Kendisine Allah'ın âyetlerinin okunduğunu iştir de, sonra büyüklük taslayarak sanki onları hiç duymamış gibi direnir. İşte onu elem dolu bir azap ile müjdele!”¹³⁵

¹³³ En'am 6/20-25.

¹³⁴ Enfal 8/6.

Bu ayette de kafirlerin kibirleri sebebiyle inanmadıkları, inanmamadaki ısrarlarının onları Cehenneme sürüklediği anlatılmaktadır. Kafirlerin inanmamadaki ısrarları da aslında bir kendini aldatma sürecine dayandırılabilir. Kafirler bazı ayetlerde de belirtildiği üzere Hz. Muhammed'i çok iyi tanımakta ve içten içe O'nun mesajının hak olduğunu bilmekteydiler. Abdullah bin Ebi Ümeyye örneğinde olduğu gibi kafirler kendilerinin doğru tarafta olduklarına kendilerini kati bir şekilde inandırmış ve iknalarına sebep olabilecek tüm delillere algılarını kapatmışlardır. Savunduğu inancın doğruluğuna inancı tam olan kişi diğerlerinin delillerini dinlemekten, onlar üzerinde düşünmekten çekinmez, elindeki mutlak doğruluğuna olan inancının verdiği güvenle açık bir tavır sergiler. Demek ki kafirler Hz. Peygamber'in mesajının doğruluğundan rahatsız oluyor, onu bastırmak ve ona inanmaktan beri olmak için bir takım psikolojik savunma mekanizmaları kullanıyorlardı.

“...Uydura geldikleri şeyler dinleri konusunda kendilerini aldatmıştır.”¹³⁶

Hamdi Yazır bu ayetin tefsirini şöyle bir örnekle yapmıştır: Resulullah Yahudilerin dershanelerine gitmiş, kendilerini imana davet eylemişti. Nuaym b. Amir, Hars b. Zeyd, "Sen hangi dindesin?" diye sordular, Peygamber efendimiz de "İbrahim dini üzereyim." buyurdu. Bunun üzerine onlar, "İbrahim Yahudi idi." demelerine karşılık, Resulullah, "Haydi aramızda Tevrat hakem olsun, ona başvuralım." diye çağrıda bulundu. Bu teklife "evet" demekten çekindiler. Aynı durum "recm" meselesinde de olmuş idi. Burada bu olaylara işaret olunarak "Onlar, kendilerine ilim geldikten sonra ancak birbirleriyle anlaşmazlığa düştüler." (Câsiye, 45/17) âyetiyle de açıklandığı şekilde, bunların bile bile hakka karşı direnmeleri ve şiddetli aldanmaları ve iftiralara ve nihayet feci akıbetleri, uyarmak ve korkuya düşürmek için gösterilmiştir.

“Kim, Rahmân'ın Zikri'ni görmezlikten gelirse, biz onun başına bir şeytan sararız. Artık o, onun ayrılmaz dostudur. Şüphesiz bu şeytanlar onları doğru yoldan saptırırlar. Onlar ise doğru yolda olduklarını sanırlar.”¹³⁷

Bu ayette de insanların her zaman düşündükleri gibi olmadıklarını anlıyoruz ki, kişinin üzerinde düşünmeksizin sürekli ben doğrudum, ben iyiyim, ben dindarım gibi olumlu imajları kendisine atfetmesi de kendini aldatmanın bir vechidir.

¹³⁵ Casiye 45/8.

¹³⁶ Âli İmrân 3/24.

¹³⁷ Zuhruf 43/36,37.

“Dünya hayatında, çalışmaları boşa gitmiştir, oysa onlar güzel iş yaptıklarını sanıyorlardı.”¹³⁸

Yine bu ayette de insanların kendilerini gerçekte olduklarından daha olumlu değerlendirme eğiliminde olduklarından söz edilmektedir. İnsan yapısı gereği kötüyü kendisine konduramaz ve olayları algılamak istediği gibi algılar. İşte bu da kendini aldatma olarak nitelendirdiğimiz şeydir.

O kâfirler, nefislerine zulmederlerken melekler onların canlarını alır da onlar teslim olup, “Biz hiçbir kötülük yapmıyorduk” derler. (Melekler de şöyle diyecekler:) “Hayır! Allah sizin yapmakta olduklarınızı hakkıyla bilmektedir.”¹³⁹

Bu ayette de insanın kendini aldatma potansiyelinin sınırsızlığına vurgu yapılmıştır. Anlıyoruz ki insan, artık son durak olan tüm gizlerin açığa çıkacağı hesap gününde bile hakikatin değil kendisini aklayacak yorumların peşindedir.

b. Aldatma ve Dindarlık Etkileşimi

Kişinin her konuda kendini kandırabileceğine, insanların gündelik hayatta buna sıkıca başvurduklarına önceki bölümlerde değinilmişti. Doğal olarak, bu kadar yaygın bir mekanizmanın, din gibi insan hayatında ciddi öneme sahip olan bir alana temas etmemiş olması mümkün değildir.

Kendini aldatan kişi, daha önce de bahsedildiği üzere, benlik saygısını, daha önceden edindiği bilgileri, imajını vs. sarsacak olan doğruyu reddeder; kendisini bunun aksine inandırmaya çalışır. Bir başka açıdan bakılacak olunursa görülür ki, insanlar yanlış davranışlarını dinin açıklamalarıyla desteklemeye çalışmaktadırlar. Birden fazla eşe sahip olan bir erkeğin, bu davranışını İslami temellere dayandırarak açıklaması bu hususa örnek olarak gösterilebilir. Benzer şekilde, zaman zaman kişinin kendi sorumsuzluk yahut dikkatsizliğini başından savmak için dini kullanabildiği göze çarpar. Aşırı hızlı araç süren bir kişinin caddeden karşıya geçmekte olan bir yayaya çarpmasını, “Benim yapabileceğim bir şey yoktu, Allah yazmıştı” diyerek önemsizleştirmeye çalışması gibi.

¹³⁸ Kehf 18/ 103,104.

¹³⁹ Nahl 16/ 28.

Dinin ibadetlerden müteşekkil olduğunu düşünen bazı kimselerin, yaptıkları ibadetler sebebiyle kurtuluşa ereceklerini düşünmeleri ve dinin diğer boyutlarının gereklerine aldırış etmemeleri, hatta aykırı davranışlarda bulunmaları da kendini aldatma örneği olarak gösterilebilir.

Dindarlık noktasında başvurulan kendini aldatma örneklerini çoğaltmak mümkündür. Fakat bunların dışında dinin, kendini aldatma mekanizmasını sekteye uğrattığı noktalar da vardır. İnsan yapısı gereği koşulsuz sevgiye muhtaçtır. Koşulsuz sevginin olmadığı yerde insanın sağlıklı bir kişilik geliştirmesi zordur. İşte dinin insana atfetmiş olduğu büyük değer sayesinde kişi, sağlıklı bir benlik gelişimi geçirerek, sahteliklerden, sapkınlıklardan, aldatma ve aldanmacalardan kendisini korumuş olur.

Kaygı, kendini aldatma hususunda aktivatör görevi yapar denilebilir. Kişi ne kadar yüksek kaygıya sahipse, kendini aldatmaya da o kadar çokça başvurur. Din ise kaygıyı dağıtan, insanı avutan açıklamalarıyla kişiyi aldatmacalardan uzak tutar. Ayrıca din, insanın rol model ihtiyacını da öne sürdüğü doğru örneklerle karşılayarak, kişinin sapkın kişi veya nesnelere bağlanarak kendilerini aldatmalarını engellemiş olur.

Özetle, dindarlığın içerisinde kendini aldatma mekanizması için fazlaca malzeme barındırdığı gerçektir. Fakat bununla beraber, din içerisinde kendini aldatmayı dizginleyecek formüller de barındırmaktadır. Kısaca, kendini kandırma ve dindarlık arasında dinamik bir ilişkinin var olduğu söylenilebilir.

İKİNCİ BÖLÜM

ARAŞTIRMA SONUÇLARI VE DEĞERLENDİRME

A. ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

Elinizdeki metin, farklı kaynakların taranmasıyla kavramsal bir çerçeve oluşturmaya teşebbüs eden teorik bir çalışmanın ve anket yöntemi kullanarak yapılmış bir alan araştırmasının sentezidir.

Teorik bölümde tamamıyla dökümantasyon sistemi kullanılmışken, ikinci bölümde katılımcıların doldurmuş olduğu anketler ve sonuçları değerlendirilmektedir. Bu kısımda ölçüm için iki farklı ölçek kullanılmıştır: Dindarlık ölçeği ve BIDR (Balanced Inventory of Desirable Responding). Veriler SPSS 15 ile temel olarak kendini aldatma ve dindarlık ilişkisi bağlamında incelenmiştir.

1. Araştırmanın Sınırları

Bu çalışma, her şeyden önce belli bir zaman diliminde yapılmıştır. Dolayısıyla yapıldığı yıl olan 2011 yılıyla sınırlıdır. Ayrıca soruların iyi anlaşılması ve sağlıklı cevaplar alınabilmesi için, katılımcı grubu genellikle lise ve üzeri eğitim seviyesine sahip, yetişkin bireylerden oluşmaktadır. Bu araştırma yalnızca Bursa ili sınırları içerisinde ikamet eden kişiler üzerinde yapılan incelemeleri kapsamaktadır. Dolayısıyla bu çalışma Bursa ile sınırlıdır.

Kendini aldatma noktasında pek çok etken söz konusuysen, bu çalışmada daha belirleyici olduğu düşünülen yalan, sahtelik, aldatma ve gösteriş mefhumları üzerinde daha fazla durulmuştur.

2. Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın ideal evreni Türkiye yetişkinleridir. Evrenini ise Bursa'da yaşamakta olan yetişkinler oluşturmaktadır. Örneklem grubu ise Bursa'da ikamet eden

çeşitli meslek ve yaş gruplarına dahil 216 yetişkinden müteşekkildir. Eğitim seviyesi olarak özellikle lise ve üzeri eğitim düzeyine sahip olan katılımcılar tercih edilmiştir.

B. ÖLÇME ARAÇLARI

1. Dindarlık Ölçeği

Bu çalışmada kullanılan dindarlık ölçeğinin aslı Allport ve Ross'un geliştirmiş olduğu *İç Güdümlü- Dış Güdümlü Dindarlık Ölçeği* dir. Bu ölçek, Batı'da yapılan pek çok çalışmada kullanıldığı gibi, Türkçe'ye uyarlanarak ülkemizde de daha önce kullanılmıştır. Bizim kullandığımız haliyle ölçekte beş adet iç güdümlü dindarlık, beş adet dış güdümlü dindarlık, beş adet dine karşı olumsuz tavır ve bir tane de teizm ölçümü için olmak üzere toplam 16 soru bulunmaktadır. Katılımcılar bu sorulara 7'li likert tipi cevaplandırma sistemiyle yanıt vermiştir.

2. BIDR Sosyal İstenirlik Ölçeği

Bu çalışmada, BIDR sosyal istenirlik ölçeğinin ilk 20 sorusu katılımcıların kendini aldatma düzeylerinin tespiti için kullanılmıştır. Ölçek Batıda pek çok farklı çalışmada kendini aldatma ölçümü için kullanılmış olup, güvenilirliği test edilmiştir. Burada da yanıtlamak için 7'li likert sistemi kullanılmış ve her bir soru için işaretlenen 5 ve üzeri katılma derecesi 1 puan olarak hesaplanmıştır. Bu ölçekten alınan 7 puan ve üzeri skor kendini aldatma göstergesi olarak değerlendirilmiştir.

D. BULGULAR

1. Örneklem Grubu ve Özellikleri

a. Örneklemin Yaş Gruplarına Göre Dağılımı

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Geçerli 25-34	106	49,1	50,5	50,5
35-44	61	28,2	29,0	79,5
45-54	27	12,5	12,9	92,4
55-65	16	7,4	7,6	100,0
Total	210	97,2	100,0	
Kayıp System	6	2,8		
Toplam	216	100,0		

Tablo 1.

Görüldüğü üzere örneklem grubunun büyük bölümünü 25-35 yaş arası kesim oluşturmaktadır. Onu takiben %28,2 lik oranla 35-45 yaş grubu gelmektedir. En az katılımcının bulunduğu yaş grubu ise 55-65 yaş arasıdır.

b. Örneklemin Cinsiyete Göre Dağılımı

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Erkek	80	37,0	38,1	38,1
Kadin	130	60,2	61,9	100,0
Total	210	97,2	100,0	
Missing System	6	2,8		

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Erkek	80	37,0	38,1	38,1
Kadin	130	60,2	61,9	100,0
Total	210	97,2	100,0	
Missing System	6	2,8		
Toplam	216	100,0		

Tablo 2.

Katılımcıların 80 kişiyle %37'si erkeklerden, 130 kişiyle %60,2'si kadınlardan oluşmaktadır.

c. Örneklemin Eğitim Düzeyine Göre Dağılımı

Eğitim Durumu

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
İlkokul	13	6,0	6,1	6,1
Ortaokul	10	4,6	4,7	10,7
Lise	96	44,4	44,9	55,6
yuksekokretim	95	44,0	44,4	100,0
Toplam	214	99,1	100,0	
Kayıp veri	2	,9		
Toplam	216	100,0		

Tablo 3.

%44,4'lük oranla katılımcıların çoğunu lise düzeyinde eğitim görmüş kişiler oluşturmaktadır. Daha sonra % 44 ile yükseköğretim, daha sonra %6'lık oranla ilkokul ve en son olarak da % 4,6'lık oranla ortaokul düzeyi eğitim sahipleri gelmektedir.

d. Örneklemin Ekonomik Gelir Düzeyine Göre Dağılımı

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 500-1499	105	48,6	52,2	52,2
1500-2499	68	31,5	33,8	86,1
2500 üzeri	28	13,0	13,9	100,0
Total	201	93,1	100,0	
Missing System	15	6,9		
Toplam	216	100,0		

Tablo 4.

Araştırma grubunun çoğunluğunu 105 kişiyle düşük gelir düzeyine sahip kesim oluşturmaktadır ki, 105 kişi örneklemin % 48,6'sını oluşturmaktadır. Daha sonra 68 kişiyle orta gelir düzeyine sahip olanlar ve en son 28 kişiyle yüksek gelir düzeyine sahip bireyler oluşturmaktadır.

2. Kendini Aldatma İle İlgili Bulgular

a. İç Güdümlü Dindarlık ve Kendini Aldatma

- İç güdümlü dindarlık eğilimli gösteren kişilerin kendini aldatma eğilimlerinin daha az olması beklenmekteydi.

	Value	Asymp. Std. Error ^a	Approx. T ^b	Approx. Sig.
Interval by Interval Pearson's R	,307	,071	4,366	,000 ^c
Ordinal by Ordinal Spearman Correlation	,296	,069	4,199	,000 ^c
N of Valid Cases	185			

Tablo 5.

Asimp. Sig. değeri $0,000 < 0,05$ olduğu için sonuç istatistiksel olarak anlamlı görünmektedir. Yani iç güdümlü dindarlık ile kendini aldatma arasında pozitif yönlü zayıf bir ilişki saptanmıştır.

Geçerli	140
Kayıp	20
Ortalama	11,04

Tablo 5.1.

Tabloda görüldüğü üzere iç güdümlü dindarların kendin aldatma ortalaması 7'den büyüktür ve bu kendini aldatmanın varlığına işaret etmektedir.

b. Dış Güdümlü Dindarlık ve Kendini Aldatma

Dış güdümlü dindarlara bakacak olursak;

		Value	Asymp. Std. Error ^a	Approx. T ^b	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	-,033	,073	-,442	,659 ^c
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,016	,075	-,216	,829 ^c
N of Valid Cases		183			

Asimp. Sig değeri $0,829 > 0,05$ olduğu için dış güdümlü dindarlık ve kendini aldatma arasında istatistiksel olarak anlamlılık görünmemektedir. Yani dış güdümlü dindarlık ile kendini aldatma arasında ilişki saptanmamıştır.

Geçerli	23
Kayıp	1
Ortalama	10,17

Tablo 6.1.

Dış güdümlü dindarların kendini aldatma ortalamasının iç güdümlü dindarlara göre daha düşük olduğu görünmektedir.

c. Dine Karşı Olumsuz Tavır ve Dindarlık

Dine karşı olumsuz tavır ile kendini aldatma arasındaki korelasyona bakılacak olursa;

		Value	Asymp. Std. Error ^a	Approx. T ^b	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	-,018	,068	-,247	,805 ^c
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,053	,074	-,718	,474 ^c
N of Valid Cases		183			

Tablo 7.

Asimp. Sig. 0,474 > 0,05 olduğundan aralarında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görünmemektedir.

d. Yaş ve Kendini Aldatma

- Hayat tecrübesinin kendini aldatma düzeyiyle doğru orantılı bir ilişkisi olduğu düşündüğümünden yaş arttıkça kendini aldatma puanında da artış gözlenmesi beklenmektedir.

Yaş ve kendini aldatma korelasyon tablosuna göre;

	Value	Asymp. Std. Error ^a	Approx. T ^b	Approx. Sig.
Interval by Interval Pearson's R	-,059	,076	-,805	,422 ^c
Ordinal by Ordinal Spearman Correlation	-,090	,075	-1,224	,222 ^c
N of Valid Cases	185			

Tablo 8.

Asimp. Sig. Değeri 0,222 > 0,05 olduğundan istatistiksel olarak aralarında anlamlı bir ilişki görünmemektedir.

Ortalama sonuçlarına bakacak olursak en yüksek kendini aldatma düzeyinin en yaşlı grup olan 54- 65 yaş grubunda olduğu gözlemlenmektedir.

25-34 yaş kendini aldatma ortalaması;

Geçerli	91
Kayıp	15
Ortalama	10,80

Tablo. 8.1

Yukarıda da görüldüğü üzere 25-34 yaş ortalaması 10,80'dir. Kendini aldatma sınırının 7 olduğu göz önünde bulundurulursa, bu ortalamanın yüksek bir kendini aldatmaya işaret ettiği söylenebilir.

35-44 yaş kendini aldatma ortalaması;

Geçerli	55
Kayıp	6
Ortalama	10,29

Tablo 8.2.

10,29 ortalama bir önceki yaş grubuna göre düşük de olsa, 7'den büyük olduğu için kendini aldatmaya işaret eder.

45-54 yaş kendini aldatma ortalaması;

Geçerli	24
Kayıp	2
Ortalama	10,50

Tablo 8.3.

Bu yaş grubunun ortalaması tabloda da görüldüğü üzere 10,50'dir. Bu ortalama bir önceki gruptan yüksek olup, neredeyse yüksek derecede bir kendini aldatmaya da işaret eder.

55-65 yaş kendini aldatma ortalaması;

Geçerli	15
Kayıp	1
Ortalama	10,13

Tablo 8.4.

10,13'lük ortalama ile bu yaş grubu diğer yaş grupları içerisinde en az kendini aldatma ortalamasına sahiptir. Fakat sınırın 7 olduğu düşünüldüğünde 10,13 de hiç düşük bir kendini aldatmaya işaret etmez.

e. Cinsiyet ve Kendini Aldatma

- Kadınların kendini aldatma mekanizmasını erkeklere oranla daha fazla kullandığı sonucunun çıkması beklenmekteydi.

Kadınların kendini aldatma ortalaması;

Geçerli	111
Kayıp	19
Ortalama	10,32

Tablo 9.

Kadınlar 10,32 ortalamayla erkeklere oranla daha düşük kendini aldatma mekanizması kullanıcıları olarak karşımıza çıkıyorlarsa da; 10,32 az bir kendini aldatma oranını yansıtmaz.

Erkeklerin kendini aldatma ortalaması;

Geçerli	75
Kayıp	5
Ortalama	11,19

Tablo 9.1

Erkekler 11,19 ile yüksek bir kendini aldatma ortalamasına sahip.

Görüldüğü üzere beklenenin aksine erkeklerin kendini aldatma ortalaması kadınlarınkinden daha yüksek çıkmıştır.

f. Eğitim Düzeyi ve Kendini Aldatma

- Eğitim düzeyi yükseldikçe kendini aldatma düzeyinde azalma olması beklenmektedir.

Eğitim düzeyi ile kendini aldatma korelasyon sonucu;

	Value	Asymp. Std. Error ^a	Approx. T ^b	Approx. Sig.
Interval by Interval Pearson's R	,109	,062	1,497	,136 ^c
Ordinal by Ordinal Spearman Correlation	,117	,069	1,608	,109 ^c
N of Valid Cases	188			

Tablo 10

Asimp. Sig. değeri $0,109 > 0,05$ olduğundan aralarında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır.

Eğitim seviyesi ilkokul olanların kendini aldatma ortalaması;

Geçerli	13
Kayıp	0
Ortalama	9,85

Tablo 10.1.

İlkokul seviyesinde eğitim görmüş olan grup en az kendini aldatma ortalamasına sahip olan gruptur. Belki bu durum eğitim seviyesi arttıkça rasyonelliğin artması ve bununla birlikte bir takım zihni mekanizmaların kullanılmasının artması sebebine dayandırılabilir.

Eğitim seviyesi ortaokul kendini aldatma ortalaması

Geçerli	8
Kayıp	2
Ortalama	11,00

Tablo 10.2.

Eğitim seviyesi ortaokul olan grubun kendini aldatma ortalaması ilkokula göre daha fazla, yüksek öğretim görmüş olanlara göre daha azdır. Burada da eğitim seviyesi arttıkça kendini aldatma düzeyinin de artmakta olduğu anlaşılmaktadır.

Eğitim seviyesi lise olanların kendini aldatma ortalaması;

Geçerli	86
Kayıp	10
Ortalama	10,20

Tablo 10.3.

Eđitim seviyesi lise olan grubun kendini aldatma ortalaması ortaokul seviyesinde eđitim almıř olan gruba oranla dūřuktur.

Eğitim seviyesi üniversite olanların kendini aldatma ortalaması;

Kayıp	81
Geçerli	13
Ortalama	11,14

Tablo 10.4.

Yüksek öğretim görmüş bireylerin oluşturduğu bu grup 11,14 ile diğer gruplar içerisinde en yüksek kendini aldatma oranına sahiptir. Bu sonuç beklediğimiz aksini göstermektedir. Bu, eğitim düzeyi arttıkça sosyalleşmenin ve onun bir getirisi olan dışa dönük yaşama yorulabilir. Çünkü sosyal ortamda bulunma kişiyi uyum sağlamaya iter.

g. Ekonomik Gelir Düzeyi ve Kendini Aldatma

- Ekonomik gelir düzeyi arttıkça kendini aldatma düzeyinde de artış olması beklenmekteydi.

Ekonomik gelir düzeyi ve kendini aldatma korelasyon tablosu;

	Value	Asymp. Std. Error ^a	Approx. T ^b	Approx. Sig.
Interval by Interval Pearson's R	-,033	,070	-,434	,665 ^c
Ordinal by Ordinal Spearman Correlation	-,052	,073	-,692	,490 ^c
N of Valid Cases	178			

Tablo 11.

Asimp. Sig. 0,490 > 0,05 olduğu için aralarında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır.

Düşük gelir seviyesi kendini aldatma ortalaması;

Geçerli	93
Kayıp	12
Ortalama	10,80

Tablo 11.1.

Görüldüğü üzere grupların arasında en yüksek kendini aldatma ortalamasına 10,80 ile düşük gelir seviyesine dahil olan grup sahiptir. Kendini aldatma mekanizması bir telefoni mekanizması olarak da kullanıldığı için, düşük gelir seviyesine dahil olan grubun kendisini eksik bulduğu noktalarda kendini aldatmaya başvurmuş olması ihtimal dahilindedir.

Orta gelir seviyesi kendini aldatma ortalaması;

Geçerli	59
Kayıp	9
Ortalama	10,42

Tablo 11.2.

Orta gelir seviyesine dahil olan grup 10,42 kendini aldatma ortalamasıyla düşük gelir düzeyi grubundan daha düşük, yüksek gelir düzeyi grubundan ise daha yüksek kendini aldatma ortalamasına sahiptir.

Yüksek gelir seviyesi kendini aldatma ortalaması;

Geçerli	26
Kayıp	2
Ortalama	10,62

Tablo 11.3.

Görüldüğü üzere en yüksek kendini aldatma ortalaması, düşük gelir seviyesine sahip grupta çıkmıştı ve yüksek gelir seviyesine sahip grup 10,62 kendini aldatma ortalaması ile diğer iki grubun arasında yer almaktadır.

3. Dindarlık ile İlgili Bulgular

a. Yaş ve Dindarlık

-Yaş arttıkça dindarlık düzeyinde de artış olması beklenmektedir.

Yaş ve dindarlık korelasyon tablosu;

	Value	Asymp. Std. Error ^a	Approx. T ^b	Approx. Sig.
Interval by Interval Pearson's R	,096	,067	1,376	,170 ^c
Ordinal by Ordinal Spearman Correlation	,101	,070	1,442	,151 ^c
N of Valid Cases	205			

Tablo 12.

Asimp. Sig. Değeri 0,151 > 0,05 olduğundan aralarında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir.

25-34 yaş iç güdümlü dindarlık ortalaması;

Geçerli	104
Kayıp	2
Ortalama	3,17

Tablo 12.1.

Görüldüğü üzere 3,17 iç güdümlü dindarlık ortalamasıyla 25-34 yaş arası katılımcı grubu, diğer gruplara kıyasla daha düşük bir ortalamaya sahiptir.

35-44 yaş iç güdümlü dindarlık ortalaması;

Geçerli	60
Kayıp	1
Ortalama	3,50

Tablo 12.2.

35-44 yaş grubu 3,50 ortalamayla 24-34 yaş grubundan daha yüksek iç güdümlü dindarlık ortalamasına sahiptir.

45-54 yaş grubu iç güdümlü dindarlık ortalaması;

Geçerli	24
Kayıp	2
Ortalama	3,67

Tablo 12.3.

45-54 yaş grubu katılımcılar 3,67 iç güdümlü dindarlık ortalamasıyla, en yüksek iç güdümlü dindarlık ortalamasına sahip gruptur.

55-65 yaş grubu iç güdümlü dindarlık ortalaması;

Geçerli	16
Kayıp	0
Ortalama	3,25

Tablo 12.4.

En yüksek iç güdümlü dindarlık ortalaması 45-54 yaş arasında görülmüştür. 3,25 ile 55-65 yaş grubunun ortalaması ise diğer gruplara kıyasla daha düşüktür.

b. Cinsiyet ve Dindarlık

- Kadınların dindarlık düzeyinin erkeklere oranla daha yüksek çıkması beklenmektedir.

Kadınların dindarlık ortalaması;

Geçerli	127
Kayıp	3
Ortalama	3,46

Tablo 13

3,46 ortalama ile kadınlar erkeklere göre daha yüksek iç güdümlü dindarlık ortalamasına sahiptirler.

Erkeklerin dindarlık ortalaması;

Geçerli	78
Kayıp	2
Ortalama	3,28

Tablo 13.1

Yukarıda görüleceği üzere, hipoteze paralel şekilde, kadınların dindarlık ortalaması kadınlara nazaran daha yüksek çıkmıştır.

c. Eğitim Düzeyi ve Dindarlık

- Eğitim düzeyi arttıkça iç güdümlü dindarlık düzeyinde de artış beklenmektedir.

Eğitim düzeyi ile dindarlık korelasyon tablosu;

	Value	Asymp. Std. Error ^a	Approx. T ^b	Approx. Sig.
Interval by Interval Pearson's R	-,035	,073	-,507	,613 ^c
Ordinal by Ordinal Spearman Correlation	-,010	,071	-,146	,884 ^c
N of Valid Cases	209			

Tablo 14.

Asimp. Sig. 0,884 > 0,05 olduğundan eğitim düzeyi ve dindarlık arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlenmemektedir.

İlkokul seviyesi iç güdümlü dindarlık ortalaması;

Geçerli	13
Kayıp	0
Ortalama	4,00

Tablo 14.1.

4,00 ortalamayla tüm grupların içerisinde en büyük iç güdümlü dindarlık ortalaması ilkokul düzeyinde eğitim almış olan grupta saptanmıştır.

Ortaokul seviyesi iç güdümlü dindarlık ortalaması;

Geçerli	9
Kayıp	1
Ortalama	3,89

Tablo 14.2.

Ortaokul seviyesinde eğitim almış olan grubun iç güdümlü dindarlık ortalaması ilkokul düzeyindekilere göre biraz düşük olmakla birlikte, lise ve üniversite düzeyindekilerden yüksektir.

Lise seviyesi iç güdümlü dindarlık ortalaması;

Geçerli	94
Kayıp	2
Ortalama	3,14

Tablo 14.3.

En az iç güdümlü dindarlık ortalaması bu grupta tespit edilmiştir. Fakat diğer gruplara oranla düşük sayılsa da iç güdümlü dindarlık sınırı 3 olduğundan bu grup da iç güdümlü dindarlığa sahip bir grup olarak tanımlanabilir.

Üniversite seviyesi iç güdümlü dindarlık ortalaması;

Geçerli	92
Kayıp	2
Ortalama	3,41

Tablo 14.4.

Üniversite seviyesi iç güdümlü dindarlık ortalaması 3,41 ile iç güdümlü dindarlık barajını aşmıştır.

d. Ekonomik Gelir Düzeyi ve Dış GÜdümlü Dindarlık

- Ekonomik gelir düzeyi ile dış güdümlü dindarlık arasında doğru orantılı bir ilişki beklenmektedir.

Ekonomik gelir düzeyi ve dış güdümlü didarlık korelasyon tablosu;

	Value	Asymp. Std. Error ^a	Approx. T ^b	Approx. Sig.
Pearson's R	,033	,081	,448	,654 ^c
Spearman Correlation	-,025	,075	-,342	,733 ^c
N of Valid Cases	192			

Tablo 15.

Asimp. Sig. değeri 0,733 > 0,05 olduğundan, ekonomik gelir seviyesi ve dindarlık arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Burada ekonomik gelir düzeyinin, dış güdümlü dindarlığa sebebiyet verebileceği düşünülmektedir. Ama

Düşük gelir seviyesi dış güdümlü dindarlık ortalaması;

Geçerli	100
Kayıp	5
Ortalama	1,31

Tablo 15.1.

Orta gelir grubu dış güdümlü dindarlık ortalaması;

Geçerli	66
Kayıp	2
Ortalama	1,12

Tablo 15.2.

Yüksek gelir grubu dış güdümlü dindarlık ortalaması;

Geçerli	26
Kayıp	2
Ortalama	1,58

Tablo 15.3.

Tablodan anlaşılacağı üzere

- Katılımcıların ortalama olarak kendilerini aldatma düzeylerinin yüksek olması beklenmektedir.

Geçerli	190
Kayıp	26
Ortalama	10,61

Ek Tablo 1

Üstteki tablodan da anlaşıldığı üzere genel olarak katılımcıların kendini aldatma ortalaması yüksek çıkmıştır. Bu da demektir ki araştırmaya katılanların çoğu gündelik hayatta kendini aldatma mekanizmasına başvurmaktadır. Kendini aldatma insanın tabii savunma mekanizmalarından biri olması hasebiyle, katılımcıların çoğunun kendini aldatma ortalamalarının yüksek çıkması, beklenmekte olan bir sonuçtu. Böylelikle kendini aldatmanın bireyler tarafından sıkça kullanılan bir mekanizma olduğu iddiaları, bu araştırmayla da bir destek daha bulmuştur.

C. YORUM VE DEĞERLENDİRME

Yapılan alan araştırması sonuçları SPSS ile değerlendirildiğinde elde edilen neticelerin çoğu, beklenenin aksini göstermiştir. Öne sürülen pek çok hipotez doğrulanmamıştır. Bunun nedeni olarak kendini aldatmanın pek çok farklı değişkenin etkisi altında olması gösterilebilir.

Öncelikle kendini aldatmanın insanlık için ahlaki bir zaaf alanı ve insani olgunlaşma için bir görev olduğundan dolayı, genel olarak katılımcıların çoğunun kendini aldatma ortalamasının yüksek çıkması beklenmişti ve sonuçlar da hipotezimizi doğrulamış oldu. Araştırmamız gösteriyor ki, insanların çoğu ama az ama çok, kendini aldatmaya başvurmaktadır. Bu da, kendini aldatma konusunun çalışılmasının yerinde bir karar olduğunu ortaya koymaktadır.

İç güdümlü dindarların kendini aldatma ortalamalarının diğerlerine kıyasla daha az çıkması bekleniyorken, dış güdümlü dindarların kendini aldatma ortalamasının daha az çıktığı görülmüştür. Buna farklı açıklamalar yapmak mümkündür. Fakat bize göre en makul açıklama, dış güdümlü dindarların dışa yönelik, diğerlerine bağımlı bir yaşam sürme ihtiyacıdır. Dış güdümlü dindarlar iç güdümlü dindarlara göre gerçeklerle daha sık yüzleşmek zorunda kalırlar ve bu durum dış güdümlü dindarların kendini aldatma mekanizmasını daha az kullanmalarına neden olmaktadır. Yani bir dış güdümlü dindar, amaçlarına ulaşabilmek için sosyal gerçekliğe açık olmalıdır.

Hayat tecrübesinin ve yaşanan acıların artışıyla, yaşın ilerleyip acziyetin ve kayıpların artmasıyla kendini aldatma düzeyinde de –bir telafi mekanizması olması hasebiyle- artış olması beklenmekteydi. Fakat elde edilen sonuçlara göre yaşın artışıyla kendini aldatma düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır. Hipotezimizin aksine, yaş gruplarına göre kendini aldatma ortalamasına bakıldığında, en düşük kendini aldatma ortalamasının en yaşlı grup olan 55-65 yaşa ait olduğu görülmektedir. Anlaşılan o ki artan hayat tecrübesi, kişiye daha realist bir bakış açısı kazandırmaktadır ve belki insanın kişiliğine daha çok söz geçirebilme gücünü kazandırmaktadır.

Kadınların erkeklere göre daha detaycı düşünceleri, erkeklere nazaran daha duygusal ve kararsız tabiatlı olmaları sebebiyle kadınların kendini aldatma mekanizmasına daha fazla başvuracağını beklemekteydik. Fakat araştırmalar gösteriyor ki, erkekler kadınlardan daha çok kendilerini aldatıyorlar. Bu durum belki yüksek özgüvenin kendini aldatmayı tetiklediği gerçeğine dayandırılabilir. Çünkü erkek, her açıdan bağımsızlığını ilan etmiş, kendi ayakları üzerinde durabilen, aileyi yöneten ve her açıdan kadından daha çok söz sahibi olan taraf olduğu için bir kadına oranla özgüveninin daha yüksek olması beklenmektedir. Daha yüksek özgüven ise kendini

aldatmayla karakterize edildiğine göre erkeklerin neden daha çok kendilerini aldattıklarını anlamak çok zor olmasa gerektir.

Araştırmanın diğer bir bağımlı değişkeni eğitim seviyesidir. Alınan eğitim kişinin olaylara bakış açısını, yorum tarzını ve hatta karakterini etkilediğinden bu değişken de önemli bir değişkendir. Ön görülen hipotezlerde eğitim seviyesi yükseldikçe, kendini aldatma mekanizmasına ihtiyacın azalması beklenmekteydi. Ancak araştırma sonuçları gösterdi ki, eğitim seviyesi ve kendini aldatma arasında anlamlı bir ilişki gözlenmemektedir. Fakat, kendini aldatma ortalamalarına bakıldığında en düşük ortalamanın, ilkokul seviyesinde eğitime sahip olan gruba ait olduğu görülmektedir. Bu da beklenenin aksine, alınan eğitimin kişideki özgüveni artırması, kişiye daha fazla self kontrole sahip olunduğunu düşündürmesi sebebiyle kendini aldatma ve eğitim seviyesi arasında ters bir orantı olduğu söylenebilir.

Gelir düzeyi yükseldikçe kendini aldatma düzeyinde de artış beklenmekteyken, iki değişken arasında anlamlı bir ilişki tespit edilemedi. Fakat yine ortalamalara baktığımızda gelir düzeyi en düşük olan grubun diğerlerine göre kendini aldatmaya daha çok başvurduğu görülmektedir. Bu gelir düzeyi yüksek olan bir bireye nazaran daha düşük olan bireylerin daha fazla telafiye ihtiyaç duymalarından, kendilerini eksik hissettikleri noktalarda kendini aldatmaya başvurarak belli bir rahatlama yaşamalarından kaynaklanıyor olabilir.

Yaşın artmasıyla dindarlık seviyesinde de bir artış beklerken yine anlamsız bir ilişki elde edilmiştir. Fakat ortalamalara bakıldığında en genç grubun, teorimize paralel olarak, daha az dindar olduğu görülmektedir. Kişi yaşlandıkça, ölüme yaklaştığını hissetmekte ve yaptıklarını bir şekilde telafi etme, diğer alem için hazırlıklar yapmaya başlarlar. Bu net bir şekilde din ile daha haşır neşir olmayı gerektirir. Ayrıca kişi, kaybı arttıkça ve akli yoluyla açıklayamadığı tecrübelerin sayısı çoğaldıkça bir açıklamaya ihtiyaç duyar ve bu açıklamayı kutsal kaynaklı olan dinden bekler ve beklentileri karşılandıkça dine bağlanır. Yaşın artışıyla dindarlık seviyesindeki artış belki bu şekilde bir açıklama bulabilir.

Eğitim düzeyi arttıkça iç güdümlü dindarlıkta, muhakeme ve doğruyu bulma gücünün artmasına paralel olarak bir artış beklemekteydik. Fakat yine anlamlı bir ilişki elde edilemedi. Ancak ortalama tablolarına bakıldığında teorimizin aksine en yüksek iç güdümlü dindarlık oranının en az eğitim alan gruba ait olduğu görülmektedir. Daha az eğitim alan kişilerin dindarlığındaki bu farklılığın nedeni belki inançta akılcılığın az olması ve alışkanlıklara bağlı bir hayat tarzı ile hareket edilmesi olabilir.

Kadınların erkeklere nazaran daha dindar olduğu hipotezlerimiz arasında yer almaktaydı ve araştırma sonucumuz da bu hipotezimizi destekledi. Buna sebep olarak kadınların daha güçlü

duygulanımlar yaşamaları gösterilebilir. Bu açıdan duygusal bir bakış açısına sahip olan kadının, mantığın hakim olduğu erkeğe nazaran daha dindar gözüküyor olması tabii görünmektedir.

SONUÇ

Görüldüğü üzere, kendini aldatma bireyin günlük yaşamının olmazsa olmaz parçalarından biridir. Bunun mücadele edilmesi gereken bir durum olduğunu ileri süren araştırmacılar olmakla birlikte, belli ölçüde varlığının bireyin psikolojik sağlığı açısından faydalı olduğunu iddia edenler de mevcuttur. Bu hususta bizim bu çalışmadan destek alarak söyleyebileceğimiz şudur: Kendini aldatma hem fayda hem zarar kapısını açabilecek bir maymuncuk kavramdır. Eğer bilinçli bir şekilde bir hayat düsturu olarak kullanılmazsa kişinin mutluluğuna katkı sağlayacaktır.

Aslında bu çalışma, yapılan araştırmalar sonucunda kendini aldatmanın mümkün olmadığını ortaya koyma amacına kısa bir süre de olsa sahip olmuştur. Özellikle yapmış olduğum Kur'anî incelemelerin beni bu paralelde düşünmeye ittiğini söylemeliyim. Çünkü Kur'an'ı Kerim'de Allah ısrarla insanların bile bile yaptıkları hatalardan ve buna rağmen kendilerini günahsız addedişlerinden çokça bahsetmektedir. Başlangıçta eğer bile bile bir şey yapıyorsa, bunu aldatma olarak nitelendirmenin yanlış olacağını düşünmekteydim. Önceki bölümlerde değindiğim üzere, kandırma-kandırılma ilişkisinde kandırılan tarafından habersizliği çok büyük önem taşır ve eğer hala bir kişinin bir durum hakkında bir şeyden haberdar olmaması sebebiyle bilmeksizin bir kandırma olayının olabileceğine inanmıyorum. Fakat şu anda kendini aldatmanın, kişinin kendisini rahatsız eden herhangi bir konuda farklı bir şeye inandırma çabası olduğunu düşünüyorum. Yani bilmeksizin bir aldatma eyleminin, hele ki bunun kişinin benliğine karşı girişilmiş bir şey olmasının mümkünatı bulunmamaktadır. Çünkü aksi takdirde böyle bir durum pek çok açıdan büyük sorunlara yol açar ki bunlarda biri İslam hukuku alanına dokunur. Kendini aldatma, Batı'da uzun süre tartışılmış ve henüz tam olarak sonuca bağlanamamış bir konu olması hasebiyle, kaynak taramaları yaparak hakkında hüküm vermek bir hayli zordur. Hali hazırda kendi bünyesinde pek çok çıkmaz taşıyan bu kavram, en çok bilinçli mi yoksa bilinçsiz bir süreç mi olduğu noktasında tartışmalara sebep olmuştur. İşte bu noktada ilahiyat alanını da ilgilendiren bir soru zuhur etmektedir: Peki birey bu eylemden sorumlu tutulacak mı? İşte bu noktada yapılan Kur'anî araştırmalar kendini aldatmanın bilinçli bir süreç olduğu izlenimini uyandırmaktadır. Allah (c.c.) ayet-i kerimelerinde insanların bile bile, inatla yüz çevirdiklerini; hakikati bilmelerine rağmen çıkarları yönünde hareket ettiklerini vurgulamaktadır.

Kendini aldatmanın anlaşılmasının zorluğunu vurgulayan araştırmacılar olduğu gibi, çok sıradan günlük bir faaliyetten zihinsel arka plan olarak farklı olmadığını iddia eden araştırmacılar da bulunmaktadır. Tüm bunların dışında kendini aldatma diye bir şeyin olmadığını savunan

araştırmacılar da var. Bu noktada önemli olan tanımı iyi belirlemektir. Eğer kendini aldatma aslını bildiği halde, herhangi bir sebeple kişinin gerçeğe aykırı bir inancı benimsemesiye, günlük bir eylemin zihinsel arka planından çok da farkı bir arka plana sahip olmadığı söylenebilir. Fakat kendini aldatmadan kastımız kişinin birtakım gerçekleri, kendisinin de haberi olmaksızın kendisinden saklamasıya, ben bunun ancak patolojik vakalarda görülebileceğini, normal insanlara özgü bir durum olmadığını savunmaktayım.

Yurt dışında yapılan araştırmalarda kendini aldatmanın psikolojik boyutu, kesin bir karara varılamamış da olsa, az çok açıklanmaya çalışılmıştır. Fakat, kendini aldatmanın dindarlıkla ilişkisi hiç konu edilmemiştir. Türkiye’de zaten çok sınırlı sayıda yapılan kendini aldatma çalışmaları da dindarlıkla ilişki kurmayı konu edinmemiştir. Bu sebeple, bu çalışmanın en zorlayıcı noktası kaynak ve ölçek bulma noktasıydı.

Yaptığım araştırma sürecinde dindarlık ve kendini aldatma arasındaki dinamik ilişkiyi anlamak zor olmadı. İki de insan hayatını öylece kuşatmış olan iki kavram olmaları hasebiyle önem teşkil etmekte ve birbirlerini etkilemektedirler. Dindarlık kendini aldatma için bünyesinde fazlasıyla malzeme bulundurmaktadır. Pek çok nokta da din kendini aldatmayla aynı işlevi görebilmekte, bazen kendini aldatmaya sebep olacak zihinsel süreçleri hazırlayabilmekte, bazen de tam aksine kendini aldatmanın işlevselleşmesine engel olabilmektedir.

Birbiriyle bunca alakalı bu iki kavramın henüz yeterince ilgi çekmediğini görmek şaşkınlık vericidir. Umarız bizim yapmış oluğumuz bu çalışma dikkatleri bu konu üzerine çeker ve konunun layıkıyla araştırılmasına vesile olur. Bu konu günlük hayatın bu kadar içindeyken araştırılması, sadece dindarlıkla değil farklı değişkenlerle de ilişkilerinin incelenmesi, kullanımının doğru şekillerinin belirlenmesi gerekmektedir.

BİBLİYOGRAFYA

- AKIN, Ahmet, **Kendini Aldatma**, Nobel Yay., Ankara 2010.
- AKTAŞ, Cem, **Bireysel Hak Toplumsal Görev ve Kaçınılmaz Durum Olarak Yalan**, Cogito, S. 16, Güz 1998.
- ARAZ, Arzu, **Kişiler Arası İlişkilerde Benlik Sunumu**, Varlık Yayınları, İstanbul, 2005
- BACANLI, Hasan, **Kendini Ayarlamamın Psikolojisi**, MEB Yay., İstanbul, 1997, s. 10.
- BAYMUR, Feriha, **Genel Psikoloji**, İnkılap Kitabevi Yayınları, İstanbul, 1972.
- BNARDETZKİ, Barbel, **Uçlarda Yaşayanlar**, Çev. Mukaddes Öğünmez, Sistem Yay., İstanbul, 2010.
- BROWN, “Rachel, ‘The Emplotted Self: Self-Deception and Self-Knowledge’”, **Philosophical papers**, 32: 3, 279-300.
(<http://www.informaworld.com/smpp/content~db=all?content=10.1080/05568640309485128>)
- FINGARETTE, Herbert, **Kendini Aldatma**, Çev. Türker, Alev, Ayrıntı Yayınları, İstanbul, 2003.
- FORD, Charles, **Yalan! Yalan! Yalan!; Yalancılığın Psikolojisi**, Çev. Küçükakal, Şerife, HYB Yayıncılık, Ankara, 1996.
- GOLEMAN, Daniel, **Hayati Yalanlar Basit Gerçekler**, Çev. Yanık, Betül, ARION Yayınevi, 3. Baskı, İstanbul, 2006.
- GÜLER, İlhami, “Vicdanın Kendini Kandırma Halleri Olarak Vicdansızlık”, **Eskiye**, Sonbahar 2010, s.19.
- HANÇERLİ, Orhan, **Ruh Bilim Sözlüğü**, Remzi Kitabevi, 4. Basım, İstanbul, 2003.
- HÖKELEKLİ, Hayati, **Psikolojiye Giriş**, Düşünce Kitabevi Yayınları, İstanbul, 2008.
- İNANÇ, Yazgan- YERLİKAYA, Eşef, **Kişilik Kuramları**, Pegem Akademi, 3. Baskı, Ankara, 2010.

- KAĞITÇIBAŞI, Çiğdem, **Yeni insan ve İnsanlar**, Evrim Yayınevi, 10. Baskı, İstanbul, 2006.
- MASTERSON, James, **Gerçek Kendilik**, Çev. Üzeltüzenci, Pınar, Litera Yayıncılık, İstanbul, 2010.
- MAYER, Claudea, **Yalana Övgü**, çev. Nihal Ünver, Phoenix Yayınevi.
- OKUMUŞ, Ejder, **Gösterişçi Dindarlık**, ARK Kitapları, İstanbul, 2002.
- RAZİ, Ebu Bekir, **Ruh Sağlığı**, Çev. Hüseyin Karaman, İz Yayıncılık, 2. Baskı, İstanbul, 2008.
- PHARES, Jerry, “ Introduction to Personalty”, **Harper Collins Publishers**, Thrid Edition, New .york, 1996.
- SAKALLI, Nuray, **Sosyal Etkiler; Kim Kimi Nasıl Etkiler**, İmge Kitabevi, 2. Baskı, Ankara, 2006.
- SEAGER, Paul, MANN, Sandi, **Yalan**, Çev. Doğan, Onur, Sel Yayıncılık, İstanbul, 2010.
- SHERMER, Michael, **İyilik ve Kötülüğün Bilimi**, Çev. Gül, Sinem, İstanbul, 2007.
- STEPHEN, A. Mitchell, **Psikanalizde İlişkisel Kavramlar**, İstanbul Bilgi Üni. Yay., İstanbul, 2009.
- YAVUZ, Hilmi, **Felsefe Yazıları**, Yazıko Yay., 2. Kitap, 1982.
- YAZIR, Elmalılı Hamdi, **Hak Dini Kur'an Dili**, Zaman Yay., İstanbul.

EKLER

ANKET FORMU

Bu araştırma Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü yüksek lisans öğrencisi Büşra KILIÇ tarafından, Prof. Dr. Hayati HÖKELEKLİ'nin danışmanlığını yürüttüğü bir çalışma kapsamında yapılmaktadır ve sonuçları tamamen bilimsel amaçlı kullanılacaktır. Lütfen her maddeyi dikkatlice okuyup, samimi ve gerçeğe uygun cevaplar veriniz. Sizden, kimliğinizle ilgili aşağıda sorulmakta olanlar haricinde bir bilgi vermeniz istenmemektedir. İlgi ve yardımlarınız için teşekkür ederiz.

Yaşınız:

Cinsiyetiniz: Kadın Erkek

Eğitim Düzeyiniz: İlkokul Ortaokul Lise Yüksek Öğretim

Ekonomik Gelir Düzeyiniz: 500-1500TL 1500-2500TL 2500TL ve üzeri

AÇIKLAMA: Aşağıdaki maddeler, kendinizi değerlendiriş tarzınızla ilgilidir. Vereceğiniz cevabın doğruluğu ya da yanlışlığı söz konusu değildir. Lütfen her ifadenin sizi ne kadar tanımladığını, o ifadenin karşısında yer alan sayılardan sizin için uygun olan yalnızca bir tanesine çarpı koyarak belirtiniz.

1-----2-----3-----4-----5-----6-----7

Kesinlikle

Kararsızım

Kesinlikle

Katılmıyorum

Katılıyorum

1. İnsanlar hakkındaki ilk kanaatlerim genellikle doğru çıkar.	1	2	3	4	5	6	7
2. Kötü alışkanlıklarımdan herhangi birini bırakmak benim için çok zordur.	1	2	3	4	5	6	7
3. Diğer insanların hakkımda ne düşündüğünü umursamam.	1	2	3	4	5	6	7
4. Kendime karşı her zaman dürüst değilimdir.	1	2	3	4	5	6	7
5. Bir şeyi neden sevdiğimi her zaman bilirim.	1	2	3	4	5	6	7
6. Duygularım harekete geçtiğinde, tarafsız düşünmemi engeller.	1	2	3	4	5	6	7
7. Bir kez ben kararımı verirsem, diğer insanlar	1	2	3	4	5	6	7

nadiren fikrimi değiştirebilir.							
8. Hız limitini aştığımda güvenilir bir sürücü değilimdir.	1	2	3	4	5	6	7
9. Tamamen kaderimin kontrolünde yaşıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
10. Rahatsız edici bir düşünceyi kovmak benim için çok zordur.	1	2	3	4	5	6	7
11. Kararlarımdan dolayı asla pişmanlık duymam.	1	2	3	4	5	6	7
12. Hızlı karar veremediğim için bazı fırsatları kaçırdığım olur.	1	2	3	4	5	6	7
13. Oy veriyorum, çünkü benim oyumun bazı şeyleri değiştireceğine inanıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
14. Ebeveynim beni	1	2	3	4	5	6	7

cezalandırırken her zaman adil değildi.							
15. Tamamen mantıklı bir insanım.	1	2	3	4	5	6	7
16. Eleştirileri nadiren olumlu karşılarım.	1	2	3	4	5	6	7
17. Kararlarımdan çok eminimdir.	1	2	3	4	5	6	7
18. Bazen bir sevgili (arkadaş, dost) olarak görevlerimi yerine getirdiğimden şüphe ederim.	1	2	3	4	5	6	7
19. Bazı insanların beni sevip sevmemeleri benim için sorun oluşturmaz.	1	2	3	4	5	6	7
20. Yaptığım şeyleri neden yaptığının her zaman farkında değilimdir.	1	2	3	4	5	6	7

AÇIKLAMA: Aşağıdaki maddeler, din hakkındaki düşüncelerinizle ilgilidir. Yalnızca şu andaki düşüncelerinizi değil, genel tutumunuzu öğrenmek istiyoruz. Lütfen her ifadenin sizi ne kadar tanımladığını, o ifadenin karşısında yer alan sayılardan sizin için uygun olan yalnızca bir tanesine çarpı koyarak belirtiniz.

1-----2-----3-----4-----5-----6-----7

	Kesinlikle	Kararsızım	Kesinlikle	Katılmıyorum		Katılıyorum							
1. İbadet ederken Allah'ın huzurunda hissettiğim duyguların birçoğunu gündelik hayatımda da yaşadığımı söyleyebilirim.	1		2		3		4		5		6		7
2. Hayat tarzımı tamamen dini inançlarımın belirlediğini düşünüyorum.	1		2		3		4		5		6		7
3. Çok özel engeller olmazsa bütün dinî ibadetlerimi yerine	1		2		3		4		5		6		7

getirmeye özen gösteririm.							
4.Karşılaştığım toplumsal sorunları dini inançlarıma dayanarak çözmeye çalışırım.	1	2	3	4	5	6	7
5. Günlük hayatımda kararlar verirken Allah'ın hoşnut olup olmayacağını göz önünde bulundurmaya çalışırım.	1	2	3	4	5	6	7
6. Dinî inançlar, sadece hayatın acıları, sıkıntıları, felâketleri ve başarısızlık durumlarında bir işe yarar.	1	2	3	4	5	6	7
7. Allah'a ibadet etme ihtiyacını	1	2	3	4	5	6	7

sadece çaresiz kaldığım, acılı ve sıkıntılı anlarımda hissediyorum.							
8. Çoğu zaman, sosyal ve ekonomik refahımı yükseltmek ve şahsî arzularıma ulaşmak için inançlarımdan yararlanmayı zorunlu bulurum.	1	2	3	4	5	6	7
9. Bence dinî ibadetlerin gerekli olması, sadece insana sağladığı çeşitli faydalardan dolayıdır.	1	2	3	4	5	6	7
10. İbadetlerin asıl amacı, insanın rahat, huzurlu ve mutlu bir hayat sürmesine	1	2	3	4	5	6	7

yardımcı olmasıdır.							
11. Allah, alemi yaratan, kuşatan ve kullarının halini bilen sonsuz varlıktır.	1	2	3	4	5	6	7
12. Var olan her şey bir yaratıcı tarafından değil de, tabiat kanunlarına göre kendiliğinden meydana gelmiştir.	1	2	3	4	5	6	7
13. Kâinatın Allah tarafından yaratılmış olduğuna inanıyorum. Fakat daha sonra Allah'ın yarattıklarına müdahale ettiğine inanmıyorum.	1	2	3	4	5	6	7

14. Allah'ın varlığı ve yokluğu ilgi alanımın dışındadır.	1	2	3	4	5	6	7
15. Allah'ın varlık ve yokluğunun bilinebilmesi bana göre mümkün değildir.	1	2	3	4	5	6	7
16. Allah'ın varlığına inanmakla birlikte bazı şüphelerim bulunmaktadır.	1	2	3	4	5	6	7