

Korku ve cesaret

PSİKOLOJİK AÇIDAN ÇOK KORKULU OLMAK DA ÇOK KORKUSUZ OLMAK DA RİSK UNSURUDUR



BİLGE SELÇUK
@byagmurlu
Koç Üniversitesi

Kurtuluş Savaşı'nda Ayasuluğ (bugünkü Selçuk) kasabasını düşmandan kurtaran bölüğün başındaymış Ali Sadık dedem. İnegöllü olduğu halde Selçuk soyadını bu nedenle almış. Ailemizin Mersinli olan anne tarafı da düşman işgalini ve Kurtuluş Savaşı'nı yaşayanlardan. Fransızların yaklaştığı haberi gelince, o zamanlar genç kız olan anneannem dahil köyün tüm çocukları, kadınları dağlara kaçmışlar. Anababasını zaten küçük yaşta yitirmiş olan anneannem yanında kardeşi koşarlarken, bir düşman topu patlamış yakınlarda; ölenler olmuş; anneannem bayılmış, bir kulağı sağır kalmış. Anneannemin kardeşi Veli Dayı da düşmanı defetmek için çetelere katılan gençlerdenmiş. Maraş, Antep, Urfa gibi Mersin de ordunun girmediği, düşmanla yerel çetelerin çarpıştığı şehirlerden. Dağlara çekilenler çarpışanlara destek vermiş, böyle kurtarılmış bölge.

Küçük ailemizin yiğit savaş gazileri o günlerden çok söz etmezlerdi aslında; ettiklerindeyse yaşanan büyük yokluk ve zorlukları anlatırlardı. Açlık, susuzluk, haber alamama ve daha başka şeyleri... Kurumuş at pisliklerini avuçlarında uflayıp içinden çıkan arpaları ceplerinde gizli gizli biriktirip yediklerini anlatırdı Veli Dayı. Ama korktuklarından söz ettiklerini hiç duymadım. Oysa biri ailesini İnegöl'de bırakmış, Ayasuluğ'da çarpışan genç bir alaylı asker, diğeri anasız babasız düşmandan kaçan bir genç kız, öteki düşmanla savaşırken aklıtan ölmemeye çalışan bir delikanlı... Korku hissetmemeleri mümkün mü, elbet hissetmişlerdir.

Çünkü korku sağlıklı bir duygudur, tehditlerin farkında olmamızı, tehlikeli durumlarda varlığımızı sürdürebilmemizi sağlar. Ancak çok nadir hastalıklarda görülmez korku; beynin bazı bölümlerinin zedelendiği çok ağır travmalarda da azalır bu his. Ama normal koşullarda herkes korku hissedebilir.

Yine de, hayatta kalmaya dair bu çok temel işlevine rağmen, korku olumsuz bir duygu olarak tanımlanmaktan kurtulamaz. Korkulu çocuklara, 'olumsuz duygulanımı yüksek' çocuklar denir. Günlük hayatta korku gösterene takılan çok olur, daha acımasızlar korkuyla alay eder. Ana babalar, korkusuz çocuklarından da şikayet ediyor görünür ama, o yakınmada bir övgü iması da vardır.

Aslında psikolojik açıdan çok korkulu olmak da, çok korkusuz olmak da risk unsurudur. Korkulu mizaca sahip kişilerin kaygı, depresyon ve psikosomatik problem yaşama ihtimali daha yüksektir. Korku endişeyi artırır, kişiyi paralize eder, istemediği durumları ses çıkaramadan kabul etmesine sebep olur. Depresyon bu değiştirilemeyen, bir anlamda baş eğilen kötü koşuldan çıkamama halinde hissedilir. Korkusuz çocuklar ise dürtüsel davranırlar, saldırganlık ve antisosyal özellikler (psikopati de denebilir) geliştirme ihtimalleri daha fazladır.

Her iki durumda da ortak bir sorun, beynin stresi kontrol etmekten sorumlu bölgesindeki işlev bozukluğudur. Birinde kontrol aşırıdır, diğesinde ise çok az. Stresi düzenleyememek ise aklın kullanımını güçleştirir. İdeal olan korku his-

setmek ama bu korkuyu uygun şekilde düzenleyerek hareket edebilmektir, ki bu cesarettir. Tehdit algısı altında cesaret gösterebilmek, ancak korkunun akla hükmetmesini önleyerek mümkün olur.

Ama korku hissi o kadar yaşamsal ve kuvvetlidir ki, korkuyu bastırıp harekete geçebilmek her zaman kolay olmaz. Bu farkındalık, korkuyu otoritenin en kuvvetli silahı yapar. Otorite, insanları ürkütüp hareketsiz bırakmayı başarırsa istediği idareyi zahmetsizce sürdürebilir. İşini bilen yöneticiler korku kaynakları yaratmada ve yaymada mahirdirler.

Aslında insanlıktan bile eskidir bu yöntemler: Sürünün başı olduğunu kanıtlamak isteyen goril diğerlerini bas-kılamak için durduk yere göğsünü yumruklar, bağırp çağırır. Karşısına dikilme ihtimali olanı alaşağı da ederse izleyenler daha çok korkar; despot gorile itiraz etmemek bir yana, tebaasında yer almak için yarışanlar bile olur. Uluorta insanların canına kastedilmesi, şablon dışı konuşanlara 'hain' denilerek saldırılması bu korku salma stratejisinin parçasıdır.

Fakat tehdit karşısında sinmek kabadaydan kurtuluşu imkânsız hale getirir. Zorbalığa maruz kalanlar korkularına yenilip karşı durmazlarsa zorbalığın hem şiddeti artar, hem zorbaların sayısı. Bunu yuva çocuklarının ilişkilerinde bile gözlemleriz. Korkunun akılla birleşerek planlı bir harekete dönüşmesi bunun için şarttır; zorba başka türlü altedilemez. Bunun için ziraat mektebini bitiren Ali Sadık Selçukların bazen alaylı asker olması gerekir. Bunun için çarpışamayacak olan Emine Ardaların geri safa çekilerek lojistik destek vermesi gerekir. Veli Metinlerin aç kalmayı göze alarak savaşmaya karar vermesi bundandır. Bunların hepsi korku hisseden ama korkusuyla gerektiği gibi başedebilen cesur insanların hareketleridir, ve aslında cesur toplulukların.

Evrin sürecinde insan beyninin en fazla gelişen bölgesi kontrolü ve plan yapmayı sağlayan ön korteks olduğuna göre, bugün korkumuzu akılla birleştirerek cesaretle hareket edebilmemiz daha da mümkün. İnsanın bunun için potansiyeli yüksek. Tehlike ve tehdit algısının yükseltildiği dönemlerde korku hissediyor olmamız elbette doğal, ama vicdanın harekete geçirdiği, korkuyu sağduyuyla yönetebilen cesur bir topluluk her türlü olumsuzluğun üstesinden gelebilir; yani gelebiliriz.

