



DUYGU TEORİLERİNİN FELSEFİ TEMELLERİ

Serpil Kutlay

YÜKSEK LİSANS TEZİ

TÜRKÇE VE SOSYAL BİLİMLER EĞİTİMİ ANA BİLİM DALI

GAZİ ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

EYLÜL, 2021

TELİF HAKKI VE TEZ FOTOKOPİ İZİN FORMU

Bu tezin tüm hakları saklıdır. Kaynak göstermek koşuluyla tezin teslim tarihinden itibaren(....) ay sonra tezden fotokopi çekilebilir.

YAZARIN

Adı : Serpil

Soyadı : Kutlay

Bölümü : Türkçe ve Sosyal Bilimler Eğitimi Ana Bilim Dalı

İmza :

Teslim Tarihi :

TEZİN

Türkçe Adı : Duygu Teorilerinin Felsefi Temelleri

İngilizce Adı: Philosophical Foundations Of Theories Of Emotion

ETİK İLKELERE UYGUNLUK BEYANI

Tez yazma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyduğumu, yararlandığım tüm kaynakları kaynak gösterme ilkelerine uygun olarak kaynakçada belirttiğimi ve bu bölümler dışındaki tüm ifadelerin şahsıma ait olduğunu beyan ederim.

Yazarın Adı Soyadı: Serpil KUTLAY

İmza:.....

JÜRİ ONAY SAYFASI

Serpil Kutlay tarafından hazırlanan “Duygu Teorilerinin Felsefi Temelleri” adlı tez çalışması aşağıdaki jüri tarafından oy birliği / oy çokluğu ile Gazi Üniversitesi Türkçe ve Sosyal Bilgiler Eğitimi Anabilim Dalı’nda Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Danışman: Doç. Dr. Mehmet Ali DOMBAYCI

Türkçe ve Sosyal Bilimler Ana Bilim Dalı, Gazi Üniversitesi

Başkan: Prof. Dr. Galip YÜKSEL

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı

Gazi Üniversitesi

Üye: Prof. Dr. Hasan Haluk ERDEM

Eğitimin Felsefi, Sosyal ve Tarihi Temelleri Ana Bilim Dalı

Ankara Üniversitesi

Tez Savunma Tarihi: 31/08/2021

Bu tezin Türkçe ve Sosyal Bilgiler Eğitimi Anabilim Dalı’nda Yüksek Lisans tezi olması için şartları yerine getirdiğini onaylıyorum.

Prof. Dr. Yücel Gelişli

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürü

TEŞEKKÜR

Araştırma sürecinde desteğini, rehberliğini eksik etmeyen ve yetişmemde büyük emeği olan değerli hocam ve danışmanım Doç. Dr. Mehmet Ali Dombaycı'ya teşekkürlerimi ve saygılarımı sunuyorum. Eğitim sürecim boyunca her daim desteğini hissettiren başta ağabeyim Hadi Kutlay olmak üzere tüm aileme teşekkürlerimi sunuyorum. Bu zorlu süreçte moral ve motivasyon desteğini benden esirgemeyen dostlarım Gamze Gücük, Selma Dolu ve Kübra Duyan'a teşekkür ediyorum.

DUYGU TEORİLERİNİN FELSEFİ TEMELLERİ

(Yüksek Lisans Tezi)

Serpil Kutlay

GAZİ ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Eylül 2021

ÖZ

Bu çalışmanın temel amacı duygu teorilerinin felsefi temellerini ortaya koymaktır. Çalışma altı bölümden oluşmaktadır. İlk bölüm olan giriş kısmında problem durumu, araştırmanın amacı, önemi, sayıtlar, sınırlılıklar ve ilgili araştırmalara yer verilmiştir. İkinci bölümde bu çalışma için kullanılan yöntem ortaya konulmuştur. Araştırmanın yöntemi, evren ve örneklem, veri toplama teknikleri ve verilerin çözümlemesi açıklanmıştır. Üçüncü bölümde duygulara ilişkin elde edilen veriler sunulmuştur. Dördüncü bölümde felsefe tarihinde kendi döneminde öne çıkan ve görüşlerinde duyguya yer veren filozofların fikirleri ortaya konulmuştur. İlkçağ felsefesinde Platon, Aristoteles ve stoa felsefesi, modern dönem felsefesinde Descartes, Spinoza, Hobbes ve Hume, 19. yüzyıl felsefesinde Schopenhauer ve Nietzsche, varoluşçuluk felsefesinde ise Kierkegaard, Sartre, Heidegger düşünceleri duygu bakımından incelenmiştir. Beşinci bölümde dört duygu teorisi; evrimsel, fizyolojik, bilişsel ve psikanalitik teorileri psikoloji çalışmaları dahilinde açıklanmış ve ardından dördüncü bölümden elde edilen veriler ışığında felsefi temelleri ile birlikte ele alınmıştır. Son bölümde ise çalışmaya ilişkin ulaşılan sonuç ve önerilere yer verilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Duygu, felsefe, duygu teorileri, duygu felsefesi

Sayfa Adedi : 149

Danışman : Doç. Dr. Mehmet Ali DOMBAYCI

PHILOSOPHICAL FOUNDATIONS OF THEORIES OF EMOTION

(M.S. Thesis)

Serpil Kutlay

GAZI UNIVERSITY

GRADUATE SCHOOL OF EDUCATIONAL SCIENCES

September 2021

ABSTRACT

The main purpose of this study is to reveal the philosophical bases of the theories of emotion. The study consists of six chapters. In the first part, which is introduction, the problem situation, the purpose of the research, its importance, assumptions, limitations and related studies were given. In the second part, the method used for this study was presented. The method of the research, universe and sample, data collection techniques and data analysis were explained. In the third part, the data regarding emotions were presented. In the fourth chapter, the ideas of the philosophers who came to the forefront in their own period in the history of philosophy giving place to emotion in their views were given. Plato, Aristotle and stoic philosophy in the ancient philosophy, Descartes, Spinoza, Hobbes and Hume in the modern philosophy, Schopenhauer and Nietzsche in 19th century philosophy, and the thoughts of Kierkegaard, Sartre and Heidegger in existential philosophy were examined in terms of emotion. In the fifth part, four theories of emotion, which are evolutionary, physiological, cognitive and psychoanalytic theories, were explained within the scope of psychological studies and then they are discussed together with their philosophical foundations in the light of the data obtained from the fourth chapter. In the last section, the conclusions and recommendations of the study were given.

Key Words : Emotion, philosophy, theories of emotion, philosophy of emotion

Page Number: 149

Supervisor : Assoc. Prof. Dr. Mehmet Ali DOMBAYCI

İÇİNDEKİLER

TELİF HAKKI VE TEZ FOTOKOPİ İZİN FORMU.....	i
ETİK İLKELERE UYGUNLUK BEYANI.....	ii
JÜRİ ONAY SAYFASI	iii
TEŞEKKÜR.....	iv
ÖZ	v
ABSTRACT	vi
TABLolar LİSTESİ.....	x
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xi
BÖLÜM I	1
GİRİŞ	1
1.1. Problem Durumu.....	13
1.2. Araştırmanın Amacı	15
1.3. Araştırmanın Önemi.....	16
1.4. Sayıtlar	17
1.5. Sınırlılıklar	17
1.6. İlgili Araştırmalar	17
BÖLÜM II	19
YÖNTEM.....	19

2.1. Araştırmanın Yöntemi.....	19
2.2. Evren ve Örneklem	19
2.3. Veri Toplama Teknikleri.....	20
2.4. Verilerin Çözümlemesi ve Yorumlanması.....	20
BÖLÜM III.....	22
DUYGULAR.....	22
3.1. Duygu Kavramı.....	22
3.2. Duygu Nedir?	25
3.3. Duygu Sınıflandırmaları	32
3.4. Duygu ve Düşünce İlişkisi	35
BÖLÜM IV	40
FELSEFE TARİHİNDE DUYGULAR	40
4.1.İlkçağ Felsefesinde Duygular	40
4.1.1. Platon.....	41
4.1.2. Aristoteles.....	46
4.1.3. Stoa Felsefesi.....	52
4.2. Modern Dönem Felsefesinde Duygular.....	58
4.2.1. Rene Descartes.....	60
4.2.2. Baruch Spinoza.....	65
4.2.3. Thomas Hobbes	67
4.2.4. David Hume	70
4.3. 19. Yüzyıl Düşüncesinde Duygular.....	73
4.3.1. Arthur Schopenhauer	74
4.3.2. Friedrich Nietzsche.....	78
4.4. Varoluşçuluk Felsefesinde Duygular.....	81
4.4.1. Soren Kierkegaard	82

4.4.2. Jean Paul Sartre	86
4.4.3. Martin Heidegger	91
BÖLÜM V	96
DUYGU TEORİLERİ	96
5.1. Evrimsel Duygu Teorisi	99
5.2. Fizyolojik Duygu Teorisi	107
5.3. Bilişsel Duygu Teorisi	114
5.4. Psikanalitik Duygu Teorisi	121
BÖLÜM VI	130
SONUÇ	130
KAYNAKLAR	138

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1. <i>Duygu ve Duygu Durum Arasında Seçilmiş Farklılıklar</i>	23
Tablo 2. <i>Duyguya İlişkin Kavramların Tanımlanması</i>	24
Tablo 3. <i>Duyguların Yaşamsal Değeri</i>	27
Tablo 4. <i>Temel Duygular</i>	31
Tablo 5. <i>Temel Duygu Sınıflandırmaları</i>	33
Tablo 6. <i>Plutchik'in Temel Duygular Listesi</i>	33
Tablo 7. <i>Parrott üç Düzeyli Duygu Sınıflandırması</i>	34
Tablo 8. <i>Aristoteles Felsefesinde Duygular</i>	51
Tablo 9. <i>Descartes Felsefesinde Duygular</i>	64
Tablo 10. <i>Duygu Teorileri</i>	98

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. James-Lange Kuramında Duyguların Oluşumu.....	109
Şekil 2. Bilişsel Duygu Kuramında Duyguların Oluşumu.....	118



BÖLÜM I

GİRİŞ

İnsan evrende kendisini bilinçli bir varlık olarak keşfettiği andan itibaren, etrafındaki her şeyi merakla sorgulamaya başlamıştır. Evrende insanı “özne” konumuna getiren bilme, anlama ve anlamlandırma etkinlikleri olmuştur. İnsan, sahip olduğu bu yeti sayesinde bütün bilme edimlerinin hem öznesi hem de nesnesi olabilir durumdadır (Bayraktar, 2003, s. 6-9). İnsanın bilme edimini kendine yöneltmesi felsefe tarihinde özel bir problematik alanı doğurur. “İnsan felsefesi” olarak adlandırılan bu sorgulama alanı, “İnsan nedir?” sorusunu merkeze alır. Bu sorgulamadan hareketle insana ilişkin ilk olarak, akıl sahibi bir varlık olduğu vurgusu dikkat çeker. İnsan akıllı sayesinde düşünme, algılama, ayırt etme vb. birçok zihinsel etkinlikleri gerçekleştirir. Bu bakımdan akıl, insan için ayırt edici bir nitelik olarak kabul edilmiştir. Düşünce tarihinde akla büyük bir misyon yüklenir ve gerçeğe ulaşmada en güçlü araç olarak görülür. Bu nedenle doğru bilgi arayışında insana rehberlik etmesi gereken yetinin akıl olduğu fikri kabul görür.

Akla biçilen bu üstünlüğe karşı duyguların varlığı akıllı zayıflatıcı, yanlışla sürükleyen yapılar olarak değerlendirilir. Duygular ilkin insan varlığının sorunlu bir yanı olarak düşünce tarihinde boy gösterir. İnsanı yanıltma potansiyeline karşılık, bilgi arayışında başvurulması gereken bir kaynak olarak görülmez. Bilgi arayışını sekteye uğratan ve insanı yanlış yollara saptıran bir tehdit unsuru olarak değerlendirilmiştir. Bu tavır ilerleyen süreçte insanı anlama ve bütünsel yapıyı koruma noktasında eksik bir bakış oluşturmuştur (Güleç, 2018, s.12).

İnsan duygusal ve akılcı yanlarıyla bir bütün içinde anlaşılmalıdır. Düşünce tarihinde akla yapılan vurgu, duyguların geri planda kalmasına neden olmuştur. Bu tutum duyguların özel

bir problematik alan haline gelmesini engellemiştir. Gelişen süreçle birlikte nörobilim çalışmaları duygu ve akıl karşıtlığının tam aksine, bu iki yapının birbirini desteklediğini ve ortak bir işleyişe sahip olduğunu ortaya koymuştur. Sanıldığı gibi duygular insanı yanıltıp saptıran ve sekteye uğratan yapılar değildir. Duygular, insan olmayı özel kılan yetilerden biri olarak, anlamlı mesajlar içermektedir. Kişinin içinde bulunduğu durumun ilk sinyallerini veren bu yapı, davranışı ortaya çıkaran tepkileri organize etmektedir. Bunun yanı sıra kişiyi eyleme geçiren gücü aktive eder ve insanı eylemsel bir varlık olarak dünya ile uyumlu hale getirir (Greenberg, 2018, s. 11).

Duyguların doğasını çözümlemek, insan davranışlarının anlamını ve nedenini anlamak bakımından oldukça önemli bilgiler sağlar. Ayrıca insanın kendisini daha iyi tanımasının bir başka yolu da duygularını tanımadır. Kişi duygusal dünyasını tanıdığında, davranışlarının nedenine ilişkin bilgilere ulaşabilir ve günlük yaşamında tepkilerini buna göre ayarlayabilir. Kararların, yargıların, davranış ve tutumların altındaki nedenler duyguların analizi ile ortaya çıkarılabilir.

Duyguların tarihsel ilerleyişinde konunun çok farklı bakış açıları ile ele alınması, birbiriyle eş görülen farklı kavramların kullanımına neden olmuştur. Devinim, duygulanım, tutku, ruh hali vb. terimler, Yunanlar zamanından beri batı dillerinde yer edinmiştir. Bu terimlerin kullanım amacı her ne kadar aynı olsa da, semantik anlamları bakımından farklılık göstermektedir (Rosenwein & Cristianu, 2019, s.21). Duyguların İngilizcedeki karşılığı “emotion” sözcüğüdür. Kavramın Latince kökeni ise “motion” hareket, “ex” ön eki ise dışarı anlamına gelir. Anlaşıldığı üzere duygu kavramı kişiyi dışarıya doğru harekete geçiren bir anlam içermektedir. Burada, deneyimlenen duygusal yaşantının etkisi ile kişinin buna bağlı olarak dışarıya doğru bir tepki vermek üzere harekete geçtiği görülür (Tarhan, 2019, s. 46). Duyguların insanı eylem alanına taşıdığı ve harekete geçirdiği söylenebilir. Kavramın Türkçedeki karşılığı ise TDK’ya göre; duyularla algılama, his olarak tanımlanır. Belirli nesne, olay veya bireylerin insanın iç dünyasında uyandırdığı izlenim, bir anlamda önsezidir. Kendine özgü ruhsal bir hareket, hareketlilik anlamlarına da gelmektedir (Gökkaya, 2018, s. 27). Duygu kavramı batı dillerinde dışarıya doğru hareket olarak anlaşılırken, Türkçede ise içeriye doğru bir hareket anlamı ortaya çıkmaktadır. Kavramın bu anlamsal farklılığı duyguların deneyimi ve ifade edilişi noktasında, toplumsal karakteristik tutuma bağlı olabileceği düşünülebilir.

Duyguları ifade için kullanımda görülen farklılıkların yanı sıra duyguların tanımı ve kaynağı konusunda da farklı açıklamalar görülür. Bununla birlikte duygulara ilişkin genel bir bakış sunmak ve insan yaşamında ki yerini tayin edebilmek için konuyla ilişkili farklı perspektiflere ihtiyaç duyulur. Temelde kişiye iç görü sağlayan duygular, kişiyi ve yaşadığı dünyayı şekillendiren bir güce sahiptir. Bu güçle insan eylemlerini yönlendirebilir ve başkalarının eylemlerini etkileyebilir hale gelir. Bu süreçte birtakım kavramsallaştırma ve değerlendirmeler ortaya çıkar. Duygular kararları etkiler ve yargıları değerlendirici kılar. Bu nedenle duyguları sadece kişisel yaşamı etkileyen tek yanlı yapılar olarak görmek yanlıştır. Duygular insan yaşamının bütününe etkileyen çok boyutlu ve işlevsel yetiler olarak anlaşılmalıdır (Solomon, 2016, s.311-313).

Bu çok boyutlu yapıyı farklı yönleriyle ele almak ve bütünsel olarak insan yaşamında ki önemini ortaya koymak, son dönem çalışmalarında yoğun olarak işlenir. Yaşamsal değere sahip olan duygular, kişiye tehlike anında veya birçok farklı durumda hayati mesajlar verir. Goleman'a (2006) göre duygular bir his ve bu hisse üzümlü belirli düşünceler, psikolojik ve biyolojik durumlar, hareket eğilimi olarak tanımlanır. Temel duygulardan hareketle birçok farklı versiyonla çeşitlemeleri olan duygular da mevcuttur (s. 373-374). Caruso ve Salovey (2011) ise duygusal zekanın özelliklerine dikkat çeker. Bu özellikler arasında duyguların bilgi değerine sahip olduğu, karar ve yargıları etkilediğine dikkat çekilir. Cooper ve Sawaf (2003) ise duyguların sezgisel yanına dikkat çeker. Buna göre sezgisel akış olarak adlandırılan bu yapı, derin bir bilgi aktarımı yapar. Duyguların sezgisel yanı, organizmada rasyonel süreçten daha hızlı ve pratik işleyen bir bilgi akışına sahiptir. Bu akış sayesinde kişi, etrafında ona yaklaşan bir tehlikeyi fark edebilir ya da içinde bulunduğu herhangi bir duruma karşı kendisini savunmaya geçebilir. Ekman'a (2017) göre ise bir duygunun kişiyi etkisi altına almasıyla birlikte düşünce ve davranışlar bu duygunun yönlendirmesi altına girer. Duygular bazen kişi farkında olmaksızın onu olası bir duruma hazır hale getirebilir. Duyguların bu süreçteki işleyişi oldukça hızlı ve pratiktir. Zihinde bu sürecin işleyişinin nasıl geliştiği hala tam olarak açıklanabilmiş değildir.

Son dönem psikoloji çalışmalarında öne çıkan bir başka konu ise duygu ve düşünce etkileşimidir. 1950'ler itibari ile yoğunluk kazanan duygu ve biliş çalışmaları alana önemli katkılar yapar. 1990'da duygusal zeka kavramının ortaya çıkışı ile duyguların yönetimi fikri gündeme gelir. Duygusal ve düşünsel boyut organizmada birbirini destekleyen bir

işleyiş sürdürmektedir. Organizmaya ulaşan ilk duygusal veriler düşünsel boyuta yön verir. Duygusal verilerden hareketle üst bilişsel değerlendirmeye geçilir ve gerekli davranışın ortaya çıkması sağlanır (Neu, 2012, s.28). 1995'te Goleman'ın çalışmaları ile duygusal zeka özellikle iş hayatındaki etkin yönlerine dikkat çekilerek çalışılır. İnsan hayatının her alanında oldukça önemli bir yeri olduğu anlaşılan duygusal zekanın geliştirilmesi üzerine dikkat çekilir. Gelişen süreçte konuyla ilgili duyguların düzenlenmesi, duyguların yönetilmesi, duygusal okuryazarlık gibi yeni çalışma alanları oluşur.

İlk çağ düşüncesinden bu yana, insanı anlamak her dönemin öne çıkan konulardan biri olmuştur. İnsana ilişkin görüşler dönemin bilgi kabulleriyle farklı yorumları da beraberinde getirir. Antik dünyanın insanı kendisini evrenle bir bütün olarak görür ve onun bir parçası olarak ele alır. Orta çağ insanı kendini Tanrı'ya bağlar. Modern insan ise aklın gücüne inanır (Akarsu, 1979, s.109). Çağın gelişen ve değişen dinamiğinde filozoflar da insanı bu dinamiklere uygun biçimde yorumlar. Duygu söylemleri de bu değişkenlere bağlı olarak hakim olan düşüncenin etkisinde farklı terimlerce karşılık bulmuştur. Duygu (emotion) kavram olarak yeni bir tarihe sahiptir. Geçmiş çağlarda sıklıkla kavramın ilk anlam karşılığı olan “devinim” ve “hareket” ifadelerine yer verilir. Kavramsal farklılıklar zamana, coğrafyaya ve kültüre göre değişiklikler göstermektedir (Rosenwein & Cristiani, 2019, s.15). Duyguların felsefi tartışması ise ilk çağ filozofların ruh ve bedene ilişkin görüşlerince şekillenmiştir. Duygular, ruh ve beden ayrımının bir sonucu olarak görülür. Bu nedenle filozoflar konuyu ruh ve beden sentezinden hareketle ele alır (Taşdelen, 2010, s.135-136). Duyguların ele alınışında dikkat çeken bir başka nokta ise, temel bir duygu olarak arzunun davranışlardaki etkisi üzerinedir. Rasyonel bir varlık olarak kabul edilen insanın, arzu duygusundan nasıl korunması gerektiği üzerinde durulur. Çünkü arzu, insan aklını çelen ve onu yanlışla sürükleyen bir duygu olarak yorumlanır. Bu nedenle filozofların duygulara ilişkin üzerinde durduğu ilk nokta duyguların kontrolü ve arzuların bastırılması ile ilgilidir (Balanuye, 2019, s.138-139). Genel olarak felsefi öğretiler insan hayatındaki düzensizliğin nedenini kontrolsüz tutkulara bağlamaktadır. Bu sebeple filozoflar düşüncelerinde insanı tutkuların zararlarından koruyucu birtakım ruhani alıştırmaları konu edinir (Hadot, 2012, s. 22). Platon duygulara ilişkin görüşlerine ruhun bölümleri öğretisinden hareketle yer verir. Platon'a göre duygular bedensel olmakla ilişkilendirilir ve ruhun idealara ulaşmasında engelleyici bir unsurdur. Duygu ve tutkular kişiyi bedensel isteklere yöneltir ve ruhu bedensel olana çeker. Ruhun bu engelleyici

unsurdan korunması noktasında akılı öne çıkarır. Duygu ve tutkuların olumsuz etkilerine akıl aracılığı ile karşı konulur. Platon'a göre idelerin bilgisine ulaşmak bedensel olanın ötesine geçmekle mümkündür. Mutlak gerçeklik olarak görülen idealara yalnızca akıl ile ulaşılabilir. Bu nedenle duygu ve tutkuların zararlarından uzaklaşıp aklın rehberliğine itaat etmek gerekir (Bergson, 2020, s. 10-11). Bununla birlikte Platon haz ve acıyı zorunlu bir birliktelik olarak görür. Kişi eğer sınırsız hazların peşinde koşarsa zorunlu olarak acı ile karşılaşmak durumunda kalır. Haz ve acının nesnesini kişiye gerçeklik olarak sunması, ruhu bedene bağlayan temel sebeplerden biridir. Haz ve acı kişide her daim bir yanılsama yaratır. Bu nedenle gerçekliğin bilgisine haz ve acı ile değil, akılla ulaşılabilir (Platon, 2011). Buna karşı ruhu iyi eden ve mutluluğa götüren nihai şey erdemdir ve erdeme ulaşmak için ruhun düzenlenmesi gerekir (Özcan, 2016 s.66). Platon, erdem olarak ölçülülüğü tutkuları kontrolde tutan bir dizgin olarak konumlandırır. Bu dizgin sayesinde tutkular akıl sayesinde kontrol altına alınır (Platon, 2010, s. 129). Aristoteles ise felsefesinde duygulara geniş bir yer ayırır. Konuya ilkin ruhu anlamaya çalışmakla başlar. Çünkü ruhu anlamak ve bilmek, hakikate ulaşmak bakımından önem arz eden bir konudur. Bundan hareketle Aristoteles duyguları ruhtan bağımsız olarak, sadece bedensel olana indirgeyici bir tavırla ele almaz. Çünkü ona göre duygu durumları bir ruha sahip olmak bakımından ortaya çıkar. Aristoteles duyguları sadece dışsal bir nedenlere bağlamayı doğru bulmaz (Aristoteles, 2019, s.67). Ayrıca Aristoteles duyguların kişiyi harekete geçirmesi bakımından etkin olduklarına işaret eder. Çünkü kişiyi bir amaca yönelik harekete geçiren şey arzu ve pratik akıldır. Bu noktada pratik aklın akıl yürütmesi de arzuya bağlıdır (Aristoteles, 2019, s.209). Aristoteles'e göre önemli olan duyguları doğru zamanda, doğru ölçüde, doğru kişiye yöneltebilmektir. Bu açıklamalar özellikle duygunun kontrol edilebilirliğine dikkat çeker. Duyguların kontrol edilebilmesi için duyguların çözümlenmesi gerektiğini düşünen Aristoteles, duyguların ölçülü biçimde kullanımına işaret eder. Erdem konusunu da duygularla ilişkili olarak açıklar ve erdemli olmayı yapılan tercihlere bağlar. Bir şeyi seçmek konusunda ise üç şeyi önemli bulur. Bunlar; güzel ve yararlı olanlar, haz verici olanlar ve acı verici olanlardır. Eğer kişi bu üçünü gözetip, ölçülü davranıp orta yolu bulabilirse erdemli olur. Çünkü Aristoteles'e göre bir şeyin kötü olması eylemdeki azlık ya da fazlalıkla ilgilidir. Fakat haz ve acı konusunda ölçülü davranabilmek herkesin yapabileceği bir iş olmayıp güç bir durumdur. Burada kritik nokta yine kişinin duygularının doğasını çözümlemesine, haz ve acı noktasında neye meyilli olduğunu bilmesine bağlıdır (Aristoteles, 2010, s. 49). Aristoteles "Retorik" adlı eserinde duyguları

genel bir kavram olarak gördüğü “coşkular” adı altında ele alır. Coşkular insanların yargılarını değiştiren, haz ve acı ile birlikte işleyen genel bir ifade olarak görülür (Aristoteles, 1995, s. 98). Realist bir tavırla duyguları insani doğanın bir gereği olarak ele alan Aristoteles, duyguları geniş bir perspektifte değerlendirir. İlk çağ felsefesinde dikkat çeken öğretiler ortaya koyan Stoacı görüş ise her şeyi evrenle uyumlu biçimde açıklamaya gider. Buna göre evrendeki her şey birbiri ile bağıntılı ve uyum içerisindedir. İnsanı da buna uygun olarak, bütünün bir parçası olarak ele alır. Çünkü insanın doğası da kozmik bütünle uyum içindedir. Bu nedenle insan uyumu görmeli ve eylemlerinde buna uygun davranışı ortaya çıkarmalıdır (Aurelius, 2020, s.15). İnsan bu düzenin dışına çıkmamalı ve onu zarara uğratabilecek duygulara kapılmamalıdır. Stoa felsefesine göre kişinin duygulara kapılması ya da kapılmaması tamamen onun elindedir. Duygular kişide yanlış yargılara yol açan yapılar olarak görülür ve akılla faydalı olana dönüştürülebilir. Stoa felsefesi bu amaçla birtakım sağlıklı düşünme metotları ortaya koyar (Cicero, 2020, s.32). Epiktetos, kişiye arzuları noktasında elinde olan şeylere yönelmesini ve arzu edilen şeylerin de arzu edilmeye layık olup olmadıklarını bilmesi gerektiğini söyler (Epiktetos, 1989, s.19). Çünkü çoğu kez insanı kedere sürükleyen şey, duyguların kişide oluşturduğu fikirlerdir. Bu fikirler kişide zamanla yargılara dönüşür. Bu nedenle duyguların oluşturduğu yanlış yargıları doğru olanlarla dönüştürmek gerekir. Eğer arzu ve korkular yerli yerinde kullanılırsa, kişi herhangi bir zarara uğramaz (Epiktetos, 1989, s.101). Genel olarak ilk çağ felsefesi duyguların kontrolü fikri üzerinde durmaktadır.

Modern dönem filozofları ise akılcı tutumun etkisinde duyguları ele alır. Determinist bir yaklaşımda olan Descartes, 17. yüzyılda insanı düşünen bir varlık olarak sunar. Felsefesinde düşünen ben'e odaklanır ve düşünceyi maddesel bir zeminde açıklamaya gider (Baker, 2015, s.39). Descartes duyguları ruhu edilgin durumda etkileyen algılar olarak, kozalaksı bezde gerçekleşen etkileşime bağlı olarak ele alır. Buna göre kozalaksı bezde düşünme, algılama, duygulanma, isteme gibi bazı zihinsel işlevler gerçekleşir (Bahşi & Gökalp, 2019,s.335). Descartes duyguların oluşum nedenini bedensel süreçlere bağlamakla birlikte, ruhu edilgin durumda etkileyen, ruh ve beden etkileşimini sağlayan bir yapı olarak açıklar. Düşünen akıl ise duyguların kontrol merkezinde yer alır. Dönemin bir başka filozofu Spinoza ise evrende ki her şeyi Tanrı kavramına bağlı olarak açıklama getirir. Tanrı doğanın içinde içkin biçimdedir. İnsan doğasının da evrensel yasalara uygun olarak ele alınması gerektiğini düşünür. İnsana ilişkin her şeyin belirlenmiş yasalarca var

olduğunu düşünen Spinoza, duyguları da kullandığı geometrik yöntemle, mantıkla araştırır. Çünkü ona göre duygular da doğanın zorunluluğundan türeyen şeylerdir (Sunat, 2008, s. 80-81). Spinoza duyguları insan varlığını tehdit eden zarara uğratan yapılar olarak değerlendirmez. Duygular insan bedeninin eyleme geçiş gücünü arttıran, azaltan ve birtakım değişikliklere yol açan fikirlerdir (Balanuye, 2019, s. 142). Spinoz'a (2011) ruhun bedeni bilmesini, bedenin duygulanışlarına bağlar (s.100). Spinoza diğerlerinden farklı olarak beden üzerine düşünmek yerine, düşünmenin bedensel yönlerini açıklamanın daha doğru olacağını söyler. Çünkü düşünme, haz, duygulanım gibi etkilenimler zihinde olduğu gibi bedende de başka bir biçimde görülür (Baker, 2015, s. 106). Spinoza'nın beden üzerine yaptığı çıkış oldukça dikkat çekicidir. Ona göre bedeni yalnızca biyolojik olarak bilmek yeterli değildir. İnsan eylemlerini bilmenin bir yolu da bedeni bilmekten geçer. Spinoza bu tavrı ile bedeni ruhtan daha aşağı görmediğine işaret eder (Bumin, 2010, s. 84-85). Duygular yalnızca göstergeler yoluyla anlam oluşturmazlar. Bedensel karşılaşmaların bedende bıraktığı izler, bir tür bedensel hafıza ile anlam dünyası oluşturur. Böylelikle bedenler bilişsel süreçlerden önce birbirlerini tanıyabilir. Duyguların bedensel yapıyla güçlü bir iletişimi söz konusudur (Özer, 2016, s. 37). Bununla birlikte akli yargıları güçlü dayanaklar olarak gören Spinoza, insanın akıl rehberliğinde yaşamını sürdürmesi gerektiğini söyler. İnsanın yaşamsal gayesi hakikatin bilgisine ulaşmaktır ve bu noktada duyguların tanınması önemli bir aşamadır. Spinoza felsefesinde duygu açıklamaları genellikle akıl-duygu ilişkisi dahilinde ele alınır (Gökalp, 2019, s. 60-61). Materyalist felsefenin önemli ismi Hobbes ise duyguları da bu perspektifle açıklar. Atomik bireyci görüşü ile insanı da doğanın bir parçası olarak maddeleştirmeye kadar ileri götürür (Hobbes, 2007, s. 23). Mekanik işlevselci bir tavır takınan Hobbes, duyguların hoşlanma ya da rahatsız olma hallerine bağlı olarak ortaya çıktığını düşünür. Yani sevilen ya da nefret edilen şey bakımından duygular çeşitlilik gösterir. Hobbes'a göre insan doğası gereği kendi kişisel çıkarlarını gözetir ve kişi bir şeyi arzuladığında ona karşı sevgi, ondan kaçmak istediğinde ise nefret duygusu oluşur (Hobbes, 2007, s.47). Dönemin aydınlanma filozoflarından Hume ise felsefesinde duyum ve deneyim kavramlarına ağırlık verir. Hume felsefesinde dikkat çeken nokta ise ahlaki öğretilerin temeline akli değil, duyguları koymasındır. Çünkü İnsanı harekete geçirici olan şey haz ve acılardır. Bundan hareketle erdem ya da erdemsizlik temelde haz ve acıya bağlıdır. Ahlaken varılan birtakım yargılar duyguların çıkarımıdır (Hume, 2009). Hume'a göre ahlaki önerme, ahlaki yargılar akıldan ziyade hissetme ve duygular ile ilgilidir. Örneğin Hume'a göre fazilet veya yetkinlik

duygusu bir karakter yetkinliğinden elde edilen tatmin olma duygusunun ifadesidir (Açıkgöz, 2000, s.10).

19.yüzyıla gelindiğinde ise kötümser istenç felsefesi ile Schopenhauer dikkat çeker. Ona göre insan için var olmak, doğrudan bir kavrayış meselesidir. Bütün var olanlar özne ile kurulu ilişkide var olmaya devam eder. Buradan hareketle ortaya çıkan “tasarım olarak dünya” görüşü bir özne-nesne ilişkisi dahilinde ele alınır (Schopenhauer, 2013, s.7-8). Schopenhauer’a göre öznenin dünyayı algılaması bedeninin duygulanımları aracılığı ile mümkündür. Kişinin içsel doğasını oluşturan isteme, insanda bir takım duygulanımlar ve buna bağlı olarak yönelimler ortaya çıkarır. İnsan doğası gereği sürekli olarak geleceğe dönük yaşar ve bu kişide beklenti oluşturur. Bu beklenti hali duyguları ortaya çıkarır. Böylelikle kişi kaygı, tasa, korku ve umut gibi duygulanımları deneyimler (Schopenhauer, 2010, s. 18-19). Duyguların kaynağını isteme dayandıran Schopenhauer, kişinin sürekli arzularının peşinde koşmasını aldattıcı bulur. Çünkü mutluluk olarak vaad edilen şey büyük bir yanılsamadan ibarettir (Schopenhauer, 2010). Buna karşı yapılması gereken şey istence hayır demekten ve güçlü bir denetim mekanizması kurmaktan geçer (Schopenhauer, 2014). Schopenhauer’a göre insan davranışlarını yönlendiren üç duygu kötülük, bencillik ve merhamettir. Bu üç duygu kişide bazı yönelimler ortaya çıkarır. Bencillik kişiyi sadece kendi çıkarlarına, kötülük başkasının kötülüğünü istemeye, merhamet ise insanı iyiliğe yöneltir. Schopenhauer merhamet duygusunu etikle ilişkili olarak açıklar (Schopenhauer, 2007, s. 64). Nietzsche ise yaşadığı çağın dönem eleştirisi ile başlar. Ona göre 19. yüzyıl büyük bir çöküş içerisinde. Bu çöküş insanda anlam ve değer duygusunun yitimine sebep olmaktadır. Bu nedenle felsefesinde anlam ve değer duygusunun yarattığı nihilizmin unsurlarını tespit eder. Nietzsche’ye göre bu yozlaşma durumunun temel nedenlerinden biri, salt akıl vurgusu ile birlikte gelişen duygu ve içgüdülerinden insanın koparılışıdır. Akla yapılan vurgu insana ilişkin indirgeyici bir tavır yaratmış ve kendisine açılan diğer pencereleri kapamasına neden olmuştur (Nietzsche, 2014, s. 15). Nietzsche felsefesinde yaşamın ana ilkesi olarak beliren güç istenci, yaşamı zenginleştiren bir güç olarak duygularla ilişkilendirilir. Her şeyin temelinde yer alan güç istenci duyguların da kaynağını oluşturur (Nietzsche, 2014, s.103).

20. yüzyıl başları itibariyle duyguların bilişsel ve düşünsel süreçlerden ayrı olamayacağının ve insan yaşamının devam edebilmesi için hayati derecede öneme sahip olduğu görüşü kabul görmüştür (Çakar & Arbak, 2004, s. 24). Varoluşçuluk felsefesi ile

birlikte dönemin akılcı yaklaşımına karşı, insan varlığının anlamı sorgulanmaya başlar. Kierkegaard'a göre yaşanan çağ insanı tutkularından soyutlamakta ve yalnızca akli öğretileri öne çıkarmaktadır. Buna karşı insanı anlamak için önce tutkularını anlamak gerekir. Çünkü bilim yalnızca nesnel ölçütlere göre, belli kriterlere bağlı olarak insanı açıklamaya çalışır. Bu varoluşu bozan bir durumdur. Varoluş, tutkular temelinde ele alınması gereken özel bir alandır (Yaman, 2016, s.21-22). Kişiyi eyleme geçiren tutkularıdır. Kierkegaard tutku kavramını tüm duyguları içeren genelleyici ifade olarak kullanır. Buna göre kişiyi bir eyleme geçiren güç heyecan ve duygularıdır (Kierkegaard, 2013, s. 263). Kierkegaard felsefesinde yer yer kendi özelinde duygularında işlendiği görülür. “Korku ve Titreme” eserinde otantik insan olmayı tutkulu olmaya bağlar. Bu nedenle kitapta özellikle İbrahim’in ıstırabını betimler. İnanç ve bu yolda çekilen üzüntü, korku, kaygı gibi duyguları çözümler (Kierkegaard, 2002, s. 174). Varoluşçu felsefenin ateist kanadını şekillendiren Sartre ise klasik felsefenin özcü anlayışına karşı, insan için varoluşu öze göre önceler. Çünkü insan için önceden belirlenmiş bir amaç ya da anlam söz konusu değildir. İnsan özgürce yaptığı seçimleri ile kendi varoluşunu bizzat yine kendisi oluşturur. Sartre felsefesinde temele özgürlük fikrini yerleştirir (Sartre, 1985, s. 72). Sartre duyguların çıkışını bilincin dünya ile girdiği ilişkiye bağlar. Fenomenolojik yöntemi kullanarak duygunun bilincin asli yapısını ortaya çıkarabileceğini düşünür. Bu nedenle duyguyu bilince karşılık bulur ve insan gerçekliğinin araştırılmasında duyguları önemli bir kaynak olarak değerlendirir (Sartre, 2019, s. 16-27). Dünyaya karşı yönelimsel bir faaliyet sürdüren bilinç, bedeni aracılığı ile dünya ile ilişki kurar. Duygular da bilincin dünya ile kurduğu ilişkide ortaya çıkar. Duygular sayesinde kişi dünyayı belli bir tasarıda anlamaya yönelik stratejik yöntemler oluşturur. Özne, nesnesi ile kurduğu ilişkide dünyayı her an kendi eylemleri üzerinden duyguları aracılığı ile yeniden tanır ve anlamlandırır (Sartre, 2019, s. 46). Sartre'a göre duygusal deneyim ile dünyayı yeni bir boyutta kavrama hali söz konusudur. Duygular dünyanın niteliğini değiştirerek, onu yeni bir bakışta yapılandırır (Yazıcı, 2011, s.171). Varlığın anlamını derin bir sorgulamaya alan Heidegger, varlığa açılan kapı olarak değerlendirdiği insana özel bir açılım yapar. çünkü ona göre “Dasein” varlığının nedenini sorgulayabilir potansiyeldedir (Hühnerfeld, 2020, s. 78-79). Heidegger varlık üzerinde yapılan gözlemlerden hareketle, kişinin her daim bir ruh hali içinde olduğunu söyler. Bu nedenle ruh durumları, kişinin nasıl olduğuna ilişkin bilgileri içeren varoluşsal yönlerdir (Heidegger, 2004, s.200). Heidegger felsefesinde duygu ve heyecanları “ruh durumları” olarak adlandırır. Buna göre ruh durumları varoluşsal bir

dışavurumdur. Çünkü Dasein kendisini can sıkıntısı, sevinç, kaygı, korku gibi duygulanımlardan hareketle ruh durumlarında açığa çıkarır (Mulhall, 1998, s. 108-109).

Psikolojinin bağımsız bir disiplin haline gelmesi ve bilimsel yaklaşım ışığında hız kazanan sınıflandırmanın önem kazanmasıyla, duygular da bu kabul eşliğinde ele alınır. Çalışmalar zamanla içerik yaklaşımından ziyade süreç odaklı bir yaklaşıma doğru ilerlemiştir. Bu yaklaşımın temsilcilerinden James, duyguları birincil-organik değişimlerin değerlendirmesi sonucunda elde edilen ikincil-türetilmiş yapılar olarak ele almıştır (Mandler'dan aktaran Baran, 2011, s.3). 19. yüzyıl itibariyle fizyolojik kuramların dikkat çekmeye başladığı görülür. Özellikle Darwin'in görüşleri bu döneme önderlik etmiş ve şekillendirmiştir. "İnsan ve Hayvanlarda Duygunun İfadesi" adlı eserinde pek çok türün yüz ifadeleri üzerinde çalışmalar yapmış ve duygulardaki değişimlerin mimiklere yansımalarının benzer olduğunu ileri sürmüştür. Bundan hareketle de psikolojik evrimin yapısal ve anatomik evrimle bağlantılı olduğu fikri, evrimsel duygu kuramı taraftarlarınca savunulmuştur (Düzgüner, 2013, s. 271). Duygu teorilerini temelde ayırımına götüren şey ise, duyguların zihinsel süreçlerle mi yoksa bedensel süreçlerle mi başladığı noktası ile ilgilidir. Bu süreçte ilkin Darwin'in çalışmaları dikkat çeker. Darwin'in ortaya koyduğu evrim kuramı duygulara da bir açıklama getirir. 19.yy bilim çalışmalarına büyük bir etki yaratan evrim kuramı canlıların gelişimi üzerine yoğunlaşır. Doğal seçim olarak adlandırılan bu sürece göre organizma yaşadığı çevrenin şartlarına uyum sağlamak adına belli değişimler geçirir ve bu şartlara uygun davranışı ortaya çıkarır. Darwin bu seçim kuramına insanı da dahil eder (Gülje & Skırbekk, 2017, s. 443). Darwin'e göre insan da diğer türlerden farksız olarak bu değişime tabi olup, yaşadığı çevrenin koşullarına uyum sağlamak üzere uygun duygu, davranış, biyolojik yapı, ahlaki durum vb. birçok yere uyumludur. Ayrıca Darwin yaptığı çalışmalardan hareketle insan ve hayvanlarda belli duygusal ifadelerin benzer olduğunu ileri sürer. Bu görüş duyguların evrimi noktasında önemli bir kanıt olarak sunulur. 19.yy da dikkat çeken bir başka teori ise James'in ortaya koyduğu fizyolojik duygu teorisidir. James-Lange kuramı olarak adlandırılan bu kuram duyguları bedensel süreçlere bağlı olarak açıklama yapar. James ve Lange aynı dönemlerde birbirinden habersiz olarak benzer düşünceler ortaya koyar. Bu kuramda bedensel süreçler öne çıkarılırken, zihinsel süreçler ikincil konumda görülür (Damasio, 2006, s.142). Bu fizyolojik teoriye göre, organizmadaki fizyolojik kimyasal değişimler duyguların başlatıcısı sayılır. Duygusal yaşantı, iç ve dış uyarcıların sistemi etkilemesi sonucu ortaya

çıkar (Kavcar, 2011, s.14). James ve Lange kuramına alternatif olarak 1920’lerde Cannon ve Bard duygu görüşleri dikkat çeker. Cannon ve Bard insanların bedensel değişiklikleri algılamasada bazı duyguları deneyimleme durumlarının olabileceğini söyler. Bu görüşlerini desteklemek içinde felç geçiren insanların hareket kabiliyetinden yoksun olsalar da duyguları deneyimlemeye devam ettikleri örneğini gösterirler. Bu nedenle Cannon ve Bard duyguların hem fizyolojik hem de bilgi işleme sürecinden etkilendiğini savunur. (Er, 2006, s. 23-24). Fizyolojik duygu teorisine göre organizmada ilkin bir uyarımın etkisiyle fizyolojik bir takım değişiklikler meydana gelir. Daha sonra ise duygusal yaşantı ortaya çıkar (Cüceloğlu, 2006, s. 265). Fizyolojik duygu teorisinin felsefi temelini Descartes’ın duyguların oluşumu açıklamalarında güçlü benzer yanlar taşıdığı düşünülür. Çünkü Descartes’da duyguları bedensel hareketlenmelere bağlı olarak açıklar. Duyguları ruh ve beden etkileşiminin bir sağlayıcısı olarak görmesinin yanı sıra, başlangıç noktası olarak bedensel değişimleri ön plana çıkarır. Bu bakımdan fizyolojik duygu teorisi ile ortak fikirler taşıdığı görülür.

Fizyolojik duygu teorisinin zihinsel işlevleri ikincil plana koyan tavrına karşılık, bilişsel duygu teorisi insanı zihinsel bir varlık olarak değerlendirir. Fizyolojik temelli duygu teorisi duyguların oluşumunu çevresel etkilere bağlar. Bilişsel teoriye göre ise duyguların oluşumu zihinsel süreçleri içinde barındırır. Buna göre insanlar içinde bulunduğu çevreye karşı uyum sağlamaya yatkındır. Bu uyum sürecinde duygunun oluşumu aslında algılamayla başlar. Algılanan şey üzerinde değerlendirme yapılır. Bu değerlendirme sonucunda da duygular ortaya çıkar. Yapılan değerlendirmeler sonucunda organizma harekete geçer. Böylece duygular çevrenin değerlendirilmesine yardım ederek davranışı yönlendirir. Bu yaklaşıma göre duygular yapılan değerlendirmelerden hareketle olarak ortaya çıkar (Baran,2011, s.12). Schacter ve Singer zihinsel faktörler ve fizyolojik uyarılmaların etkileşiminin bir fonksiyonu olarak duyguların ortaya çıktığını söyler. Uyarılmalara karşı gösterilen tepkileri zihin yorumlamakta ve bedende ki fiziksel uyarılmayı hangi tür duyguyu ortaya çıkaracağını belirlemektedir. Bu durum da düşünce ile ortaya çıkan duygu uyumlu hale gelmektedir (Morris & Feldman’dan aktaran Güllüce, 2010, s.12). Zihnin işlevsel yapısına dikkat çeken bilişsel teori, fizyolojik teorisinin insanı pasif bir varlık olarak ortaya koymasına karşı onu aktif bir varlık olarak ele alır. Çünkü insan etrafında olanları anlayan, algılayan ve anlamlandıran aktif bir varlık olarak anlaşılmalıdır. Bilişsel duygu teorisi duygunun oluşumunda bilişsel yetilerin önemini

araştırır ve söz konusu duygu durumlarının da bilişsel değerlendirmeleri ortaya çıkardığını düşünür (Demir, 2008). Bilişsel duygu teorisinin felsefi temellendirmesi ise birçok filozofla ilişkilendirilebilir. İlk çağ filozoflarından Aristoteles duyguların sadece bedensel yapıya ait olamayacağını ve mutlak surette ruhla ilişkili olduğunu söyler. Duyguların doğasının detaylı bir analizini yapan Aristoteles, duyguların zihin ve eylemleri etkilediğini düşünür. Etiği de duygu ilişkisi dahilinde ele alır ve duyguların ahlaki yargılarla olan bağlantısını çözümler. Bazı görüşler Platon'un da duyguları özellik ruhun kısımları konusunda ele almasını bilişsel alanla olan yakın ilişkisine dayandırır. Stoa felsefesi ise duyguları bilişsel teori ile benzer biçimde, duygu-düşünce etkileşimi dahilinde ele alır. Buna göre duygular, düşünceleri etkiler ve bir takım yanlış yargılara yol açabilir. Kişiyi herhangi bir durumda zarara uğratan şey ise kişinin o duruma ilişkin edindiği fikirlerdir. Bu fikirlerin oluşumunda ise duygular etkindir. Yani duygu ve düşünce arasında karşılıklı birbirini etkileyen bir bağlantı olduğuna işaret edilir. Stoacılar duygu ve düşünce arasındaki bu bağlantıyı fark etmiş ve sağlıklı düşüncelerin akılcı düşüncelerle iyileştirilebileceğini düşünürler. Burada bilişsel yetileri kullanarak rahatsız edici düşüncelerden uzaklaşma fikri söz konusudur (İltar & Karabulut, 2020, s. 269). Bunun yanı sıra akılcı duygusal davranışçı terapi ve varoluşçu terapinin felsefi öğretilerden etkilendiği açıktır. Varoluşçu terapi, varoluşçu filozofların görüşlerine, akılcı duygusal davranış terapisi ise özellikle Stoacı görüşten etkilenir (Güleç, 2018). Spinoza'da duyguları insani doğanın bir zorunluluğu olarak değerlendirir ve sadece dışsal nedenlere indirgeyici açıklamaları eleştirir. Duyguyu anlık ile ilişkisinde ele alır ve duyguyu bir tür varoluş kuvveti olarak nitelendirir (Sunat, 2008, s.111).

Dikkat çeken duygu teorilerinden biri de psikanalitik duygu teorisidir. Freud'un çalışmaları ile ortaya çıkan bu kuram, kişiliğin gelişimini belli yaşlara vurgu yaparak dönemsel bir çözümleme yapar. Psikanalitik duygu teorisi ortaya koyduğu öznellik vurgusu ile bilinçdışı bilince taşınır. Buna göre bastırılmış bir takım duygular bilince gelerek davranışları etkiler (Chodorow, 2019, s. 249). Freud ruhsal süreçlerin gelişiminde temele haz duygusunu alır. Ona göre haz duyma ya da duymama zihinde sınırsız bir bölge ile ilişkili olarak duyguların yoğunluğunu belirler (Freud, 2014, s. 8-9). Freud'a göre insan sınırsız içgüdüye sahiptir ve bunlardan en baskın olanı cinselliktir. Cinsellik güdüsünü doğumdan itibaren kendini geliştiren bir yapı olarak ele alan Freud'a göre, davranışların temelinde genellikle bu güdü vardır (Stevenson, 2005, s.92). Psikanalitik duygu teorisi ise

felsefi zeminini Spinoza, Nietzsche, Schopenhauer ve Kierkegaard gibi isimlerden alır. Bu isimler felsefelerinde insan eylemlerinin yönlendiricisi olarak bilinç dışı süreçlere dikkat çeker. Schopenhauer ve Nietzsche insanı harekete geçiren dinamiklerin görüldüğünde öte daha başka etkileri olabileceğine ve davranışları etkileyebileceğine işaret eder (Tura, 2005, s.13). Freud'un kişiliğin oluşumuna ilişkin görüşlerinde en çok Spinoza etkisi olduğu görülür. Çünkü ortaya koyduğu kuramında, kullandığı birçok kavram Spinoza felsefesi ile benzerlikler taşır. Spinoza bedenin bütünüyle zihnin kontrolüne verilebileceği fikrine karşı, insanın tümüyle arzularının hakimi olabileceğini düşünmez. Bunun nedeni olarak da bilincin dışında yönlendirici kuvvetlerin olabileceğini düşünmesinden kaynaklanır (Balanuye, 2019, s. 147). Duygu teorileri süreç odaklı işleyişi öne çıkarır ve her bir teori bir duygu bileşenini diğerlerine göre öncelikli ve duygunun başlatıcısı sayar. Bu tavır duyguya ilişkin bütünsel bakışı yok etmiştir. Bu nedenle konuyu felsefi temelleri ile ortaya koymak ihtiyaç duyulan bütünsel bakışı yakalamaya olanak sağlayabilir.

1.1. Problem Durumu

“İnsan nedir?” sorusu felsefi bir problematik alan haline getirilişinden bu yana, her daim yeni cevaplara kapı aralayan özel bir soru olmuştur. İnsanı anlamaya yönelik yapılan ilk açıklamalar, akılcı bir varlık olduğunu vurgulamaktadır. Duyguların insan yaşamında ki öneminin anlaşılması ise yakın tarihlere dayanır. 19. yüzyılda psikolojinin bağımsız bir disiplin haline gelmesiyle, duygular özel bir çalışma alanı haline gelir. Bundan hareketle psikoloji duyguları bilimsel metotlar ışığında ele alır. Bu bakımdan felsefe ve psikoloji yöntem bakımından konuya farklı bir bakış sunmaktadır.

Duygular insan yaşamının her alanına yayılan etkin yapılar olması bakımından bütünsel bir bakışa ihtiyaç duyulur. Konuyu ilişkili alanlarla bütünsel olarak değerlendirebilmek için felsefi temellerini ortaya koymak gerekir. Psikoloji çalışmaları 19. Yüzyıl itibarıyla felsefe ile yollarını ayırmış ve bilimsel yaklaşım metotlarını benimser. Bununla birlikte psikoloji çalışmaları sınıflandırmacı bir tavırla olguları inceleyen bir disiplin haline gelir. İnsana ilişkin yürütülen çalışmalar özellikle davranışın nedenlerini ortaya çıkarmaya yöneliktir. Davranışın nedenlerini ortaya koyma çabası duygu çalışmalarına dikkat çeker. Duygu ve davranış arasındaki ilişkiyi saptamaya çalışan araştırmalar gündeme gelir. Duygu çalışmaları sınıflandırmacı tavırla birlikte süreç odaklı bir işleyişi öne çıkarır. Bu

alışmalar duygunun anlamından ziyade duyguyu ortaya çıkaran sürece ve organizmadaki işleyişe odaklıdır. Duygunun içeriğine karşı işleyişini önceleyen çalışmalardan hareketle ortaya çıkan duygu teorileri özellikle duygunun bileşenlerine dikkat çeker. Çünkü bir duygusal yaşantıyı ortaya çıkaran tek bir etken yoktur. Farklı bileşenlerin işleyişe dahil olmasıyla duygusal yaşantı gerçekleşir. Bu noktada bir duygu teorisi duyguyu belirli bir bileşene indirgeyen ve önceleyen bir tavırla duyguların işleyişine açıklama getirmeye çalışır. Örneğin fizyolojik duygu teorisi bedensel hareketleri, bilişsel teorisi zihinsel süreçleri, evrimsel teori evrim sürecini, psikanalitik teori ise bilindişi süreçleri nceler. Duygu teorisyenleri duygunun başlatıcısı olarak öncelenen bilişeni vurgular. Bu nedenle her bir teori duyguya ilişkin farklı pencere açan parçalı bir bakış sunar. Fakat duygunun doğasını çözümlmek için daha bütünsel bir bakışa ihtiyaç vardır. Ayrıca duygunun işleyişi ile duygunun anlamı ve içeriği de incelemeye dahil edilmelidir. Konuya ilişkin ihtiyaç duyulan bütünsel perspektife ulaşmak için konunun tarihsel ilerleyişini incelemek ve felsefi temellerini ortaya koymak gerekir. Çünkü duygu teorilerinin gündeme getirdiği duygu bileşenleri bundan yüz yıllar önce filozoflar tarafından ortaya atılan fikirlerle benzer yanlar taşır. Konuyu felsefe-psikoloji uzantısı dahilinde ele almak ihtiyaç duyulan bütünsel perspektife ulaşmayı sağlar.

Psikoloji alışmaları 19. yüzyıl itibari ile felsefe ile yollarını ayırmış olsa da ortaya çıkan duygu teorilerinin filozofların düşüncelerinden hareketle şekillendiği görülür. Örneğin, Aristoteles duyguların doğasının çözümlenmesini gerekli görür ve konuyu etik-akıl ilişkisi bağlamında ele alır. Ayrıca duyguların retorikteki etkisine dikkat çeken Aristoteles, bir duyguyu ortaya çıkaran nedenleri detaylı biçimde araştırır. Bir konu üzerinde insanları ikna etme yöntemlerini göstermek amacıyla “Retorik” adlı eserini kaleme alır. Stoa felsefesi ise duygu-düşünce etkileşiminin etkisini fark eder ve ruha iyi gelen uygun akıl yürütme tekniklerini geliştirmeye çalışır. Duyguların Psiko-fiziksel etkilerini ortaya koyan Descartes, duyguları zihin-beden etkileşiminden hareketle ele alır. Spinoza ise akıl ile ilişkilendirmelere karşı 18. yüzyılda ortaya çıkacak duyumlara dayalı bir duygu anlayışı oluşturur. Bu dönemde Hume insan zihninin içeriğini ve işleyişini anlamaya çalışır. İnsanın deneyimlerinin kaynağını araştırmakta duygular ve tutkular üzerine dikkat çeken belirlemeler yapar (Gökalp, 2010, s.3-12). 19. yüzyılda Nietzsche ve Schopenhauer felsefesi dönemin pozitivist yaklaşımına karşı güçlü bir eleştiri yapar. 20. yüzyıla geldiğinde ise varoluşculukla birlikte varlığın anlamı sorgulanır. İnsanın dünyadaki yeri ve

onunla kurduğu ilişkide duyguların önemi tekrar gündeme getirilir. Duyguların felsefi analizini yapmak ve insana bütünsel bir bakış sunmak adına duyguların felsefi çözümlemesi oldukça önemli sayılabilir. Ayrıca duyguların felsefi olarak çözümlenmesi kişiye daha anlamlı bir yaşam becerisi edinmesine katkı sağlar.

Literatür taraması yapılarak elde edilen bilgiler doğrultusunda bu çalışmanın ana problemi “Duygu teorilerinin felsefi temelleri nedir?” şeklinde belirlenmiştir. Ele alınacak alt problemleri ise şu şekildedir:

- Duygular, felsefe tarihi boyunca nasıl ele alınmaktadır?
- Duygu teorileri duyguyu nasıl işlemektedir?
- Duygu teorileri felsefi temellerini, hangi filozofların görüşlerinden hareketle ele almaktadır?

1.2. Araştırmanın Amacı

Çalışmanın amacı, insan doğasının bir realitesi olarak değerlendirilen duygunun doğasını ele almaktır. Bundan hareketle ilkin duygu kavramının diğer kavramlarla ilişkili olarak ortaya çıkan kullanım alanları incelemek, duyguların ne olduğuna ilişkin ortaya çıkan perspektifleri açıklamak ve duygu-düşünce etkileşimini ortaya koymak çalışmanın amaçlarındandır.

Duyguların felsefi tartışmasını filozofların görüşleri dahilinde ele almak amacıyla ilk çağ felsefesi, modern dönem felsefesi, aydınlanma felsefesi, 19. yüzyıl felsefesi ve varoluşçuluk felsefesindeki duygu açıklamalarını ortaya koyarak ilkin konuyu felsefe perspektifinden hareketle ele almak amaçlanır. Duygu teorilerinin felsefi temellerine ulaşmak amacıyla dönemin öne çıkan filozoflarının görüşleri incelenir. Bu noktada dönemsel bir incelemek yürütmek ve insana ilişkin deşen bakışı sunmak çalışmanın amaçlarından biridir.

Felsefi düşünceden hareketle tarihsel gidişata uygun olarak konuyu psikoloji uzantıları dahilinde incelemek araştırmanın bir diğer amaçlarındandır. Bu nedenle ilkin duygu teorilerini psikoloji merkezinde ortaya koymak ve ardından bu teorileri filozofların benzer fikirleri ile temellendirmelerini yapmak amaçlanır. Duygu teorilerini bu felsefi temellerden hareketle ele alarak, evrimsel duygu teorisi, fizyolojik duygu teorisi, bilişsel duygu teorisi

ve psikanalitik duygu teorisinin felsefi izlerini analiz etmek amaçlanmıştır. Bu noktada temel amaç konuya ilişkin bütünsel bir bakış sunmaktır.

Duygular felsefe ile psikolojinin ortak konusudur. Çalışmada bu ortaklık gözetilerek konuyu felsefenin bir uzantısı olarak psikoloji çalışmalarına bağlayarak ortaya koymak amaçlanır. Bu değerlendirmenin temel amacı psikolojinin ayrı bir disiplin haline gelmesiyle birlikte ortaya çıkan duygu teorilerinin felsefedeki izlerini ortaya koymaktır. Psikolojinin duygular meselesini ele alış tarzı ile felsefenin tarzı arasında oldukça büyük farklılıklar olduğu görülür. Psikoloji duyguları eylem alanı dahilinde bilimsel inceleme metotlarına uygun olarak ele almaktadır. Felsefe ise duyguya daha genel bir bakış açısı sunmakla birlikte konuyu etik, ahlak, haz, heyecan, ruh, beden, akıl vb. konularla geniş bir perspektif sunar. Bu bakımdan çalışmanın önemli amaçlarından biri de felsefe-psikoloji bütünlüğünü ortaya koymak ve felsefi psikoloji çalışmaların katkı sağlamaktır. Çünkü insanı ancak bu bütünlükte anlamaya çalışmanın uygun olacağı düşünülebilir.

1.3. Araştırmanın Önemi

Duygu ve biliş üzerine yapılan çalışmalar duygu-akıl çatışmasına karşılık, konuyu karşılıklı ilişkisi dahilinde ortaya koyar. Duyguların insan yaşamındaki hayati önemi bu çalışmalar ışığında açıklığa kavuşur. Organizmayı içinde bulunduğu duruma hazır hale getiren duygular, uygun tepkiyi ortaya çıkarmak adına kişideki fiziksel ve psikolojik süreçleri düzenler. Psikoloji çalışmaları neticesinde ortaya çıkan duygu teorileri; duygunun oluşumuna, yapısına ve işleyişine ilişkin bazı belirlemelerde bulunur. Her bir duygu teorisi kendi görüşü çerçevesinde bir duygu bileşenini önceleyerek konuya açıklık getirmeye çalışır. Psikoloji merkezinde ortaya çıkan bu teoriler felsefenin kopuk bir araştırma süreci içinde ilerlesede felsefi temelleri mevcuttur. Çünkü bu teorilerin beslendiği felsefi zemin ise filozofların görüşlerince şekillenir. Çalışma duygu teorilerinin felsefi temellerini ortaya koyması bakımından önemli görülür.

Çalışmanın dikkat çektiği bir başka nokta ise, felsefenin bir uzantısı olarak psikolojiyi “duygu” konusu özelinde kökleri ile anlamaya çalışmaktır. Araştırma felsefe ve psikoloji bağlantılarını duygu meselesi üzerinden ortaya koyması bakımından önemlidir. Bu bakışla felsefi psikoloji çalışmalarına yapacağı katkı bakımından önemli sayılabilir. Çalışma ele

aldığı konular bakımından özgünlük gösterir niteliktedir. Ele alınan konu, felsefe ve psikoloji ortaklığında geniş bir perspektife sahiptir.

Tezin önemi; Psikoloji-felsefe uzantılarını incelemek, duygu teorilerinin felsefi analizini ve felsefi temellendirmesini yapmaktır.

1.4. Sayıtlar

Araştırmada literatürden elde edilen bilgilerin doğru olduğu kabul edilmiştir.

1.5. Sınırlılıklar

Bu çalışmada duygu teorilerinin felsefi temellerini ortaya koymak amacıyla düşünce tarihinde dönemlerin değişen insan kabulleri dikkate alınmıştır. Bu nedenle felsefe tarihinin ilkçağ felsefesi, modern dönem felsefesi, 19. Yüzyıl felsefesi ve varoluşçuluk felsefesi dahilinde Platon, Aristoteles, Stoa felsefesi, Descartes, Hobbes, Spinoza, Hume, Schopenhauer, Nietzsche, Kierkegaard, Sartre ve Heidegger'in görüşleri ile sınırlandırılmıştır. Ayrıca duyguları psikoloji perspektifinden ele almak amacıyla incelenen dört duygu teorisi; evrimsel duygu teorisi, fizyolojik duygu teorisi, bilişsel duygu teorisi ve psikanalitik duygu teorisi ile sınırlandırılmıştır.

1.6. İlgili Araştırmalar

“Duygu teorilerinin felsefi temelleri” olarak ifade edilen bu çalışmadan önce duygu ve duygu teorilerini konu edinen kaynaklara ulaşılmıştır. Bu kaynaklar “duyguların ve duygu teorilerinin” tam olarak felsefi bir analizinin yapılmadığını göstermiştir. Duygular üzerine yapılan çalışmaların genel olarak psikoloji alanına yönelik olduğu, konuya ilişkin felsefi analizin yetersiz olduğu tespit edilmiştir.

Scarantino'nın (2005) yazdığı “*Explicating Emotions*” doktora tezinde duyguları ilişkili konuları bakımından ortaya koyar. Tez duygulara ilişkin açıklayıcı görüşlere yer verir. Daha sonra felsefe tarihinde duyguya ilişkin fikirleri olan filozofları inceler. Ayrıca duygu teorilerini bağlantıları ile ele alır. Scarantino duyguları felsefi ve teoriler bağlamında açıklama getirmesi bakımından araştırmayı destekleyicidir.

Emine Yaşarsoy (2006)'un yazdığı “Duygusal Zeka Gelişim Programının Eğitebilir Zihinsel Öğrencilerin Davranış Problemleri Üzerindeki Etkisi” yüksek lisans tezinde, duygu kuramları ile duygu, zeka ve eğitim bağlantılarını ortaya koymaktadır. Tez duygu-eğitim bakışı sunması bakımından araştırmayı destekleyici niteliktedir. Yaşarsoy (2006) bu çalışmasında davranışı ortaya çıkaran etkenler üzerine yoğunlaşmıştır.

Ayşe Zeynep Işık'ın (2007) yazdığı “Duygu-Biliş Etkileşim, Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Duygu Bilişin Üniversite Öğrencilerinde Cinsiyet, Yaş ve Bölüm Açısından İncelenmesi” doktora tezinde, duygu ve zekanın kavramsal temellerini, duygu kavramının gelişimini, duygu-biliş etkileşimini ortaya koymaktadır. Işık(2007), tezinde özellikle duygu ve biliş arasındaki etkileşimi incelemesi bakımından araştırmaya destekleyicidir.

Server Tuğba Demir'in (2008) yazdığı tezi “Duyguların ve Heyecanların Ontolojik Değerlendirilmesi” yüksek lisans tezinde duygu ve heyecan kuramlarını incelemekte ve filozofların görüşlerine yer vermektedir. Demir (2008) duyguları felsefi bir sorunsal haline getirmesi bakımından araştırmayı destekleyicidir.

Fatih Yavuz'un (2009) yazdığı. “ Duygusal Şemalar ve Leahy Duygusal Şema Ölçeğinin Türkçe uyarlaması” uzmanlık tezi öncelikle duygu kavramını, duyguların sınıflandırılmasını ve duygu teorilerinin ve duygusal işleme teorilerinin analizini içermektedir. Yavuz bu çalışmasında duygu üzerine incelemelerini yaptıktan sonra Leahy ölçeğini Türkçeye uyarlamıştır. Çalışmada özellikle duygu teorileri kısmında felsefi temellere de inmiştir. Bu bakımdan çalışma duyguların felsefi kökleri için destekleyici olmuştur.

Egemen Kuşçu'nun (2010) “Pathos Kavramının Aristoteles'in Felsefesindeki Yeri” yüksek lisans tezi pathos kavramını incelemeye alır ve duygulara Aristoteles'in görüşlerince yer verir. Kuşçu (2010) duyguyu kavramsal ve felsefi olarak incelemesi bakımından araştırmayı destekleyicidir.

Sevginar Vatan'ın (2014) yazdığı “Duyguların, Duygu Düzenlemenin, Obsesif İnançların, Düşünce Kontrolünün ve Bağlanmanın Obsesif Kompulsif Bozukluktaki Farklı Belirtilerdeki Rollerinin İncelenmesi” doktora tezi ise, obsesif kompulsif bozukluğu kontrolü incelemesinin yanında duygu kuramları, duygu bileşenleri ve duygu işlevlerini ortaya koymaktadır. Vatan(2014) ayrıca tezinde duygu düzenlemenin yöntemlerinin incelemesi bakımından araştırmayı destekleyicidir.

BÖLÜM II

YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Yöntemi

Araştırmanın temel amacı olan duygu teorilerinin felsefi temellerini ortaya koymak üzere konuyu bütüncül biçimde ele almayı hedefleyen nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Nitel araştırma gözlem, görüşme ve doküman analizi gibi nitel veri toplama yöntemlerini içeren, olguların doğal ortamda gerçekçi ve bütüncül biçimde ortaya konulmasına yönelik bir süreci izleyen araştırma yöntemidir. Nitel araştırma sosyal olguları bağlı bulundukları çevre içinde anlamayı ön plana çıkaran bir yaklaşımdır (Yıldırım & Şimşek, 2011, s. 39).

Nitel araştırma eğitim, psikoloji, sosyoloji, antropoloji gibi çeşitli alanlarda kullanılmaktadır. Araştırmacılar hangi alana ilişkin çalışma yaparsa yapsın öncelikle çalışmaya ilişkin kafalarında çalışma konusu ile bir fikir şekillenmelidir. Bundan hareketle bu fikirle ilgili alan yazın incelemesi, kullanılacak araştırma yöntemi, verilerin toplanması ve organize edilmesi, analiz edilmesi, bulguların ortaya konulması ve raporlaştırılarak çalışmanın yayınlanması aşamalarını içerir (Punch, 2005).

2.2. Evren ve Örneklem

Belgelere dayalı bir nitel araştırmada evren ve örneklem oluşturmak, nicel araştırmalara göre büyük farklılıklar ve zorluklar ortaya çıkarır. Nitel araştırmalarda genellikle “amaçlı örneklem” olarak adlandırılan örneklem türü tercih edilir. Nitel araştırmalarda kullanılan bu örneklem türü, belirli bir amaçla veya odaklanılan konuyla ilgili olarak önceden belirlemeler yapmayı içerir (Punch, 2005, s. 183). Bundan hareketle bu araştırma içinde odaklanılan konu; duygu teorilerinin felsefi temelleri olarak belirlenmiştir.

2.3. Veri Toplama Teknikleri

Bu araştırmada “Duygu teorilerinin felsefi temelleri nelerdir ve eğitime yansıması nasıldır?” temel problem durumunu incelemek üzere, yazılı belgeler kullanıldığı için araştırma yönteminin veri toplama tekniğı doküman analizine dayanır. Doküman analizi konuya ilişkin yazılı materyallerin kullanımını içerir (Yıldırım & Şimşek, 2006, s. 118-121). Doküman analizi nitel araştırmalarda gerek kendi başına gerekse görüşme ve gözlemle elde edilen bilgilere destek amacıyla kullanılan bir bilgi yöntemi olarak bilinir (Yıldırım, 1999,s.10). eğer doküman analizi ile çalışılmaya karar verildiyse dokümana ulaşma, doküman sınırlama, doküman orjinallliğini teyit etme, dokümanı detaylı okuma aşamaları gerekmektedir. Daha sonra içerik analizi yapılarak dokümandan elden edilen bilgiler çalışma içerisinde kullanılmaktadır.Nitel araştırmalarda çeşitli türdeki dokümanlar (belgeler, yazışmalar, fotoğraflar) kullanılabilir (Yıldırım & Şimşek, 2011, s. 89). Araştırmacılar ilkin kendinden önceki araştırmaları inceler ve bu bilgileri kendi araştırmasına dahil eder. Bu süreçte elde edilen verileri sentezleme söz konusudur (Kıral, 2020).

Doküman incelemesi araştırılması hedeflenen olgu veya olaylar hakkında bilgi içeren yazılı materyallerin analizini içerir. nitel araştırmalarda doğrudan gözlem ve görüşmenin olanaklı olmadığı durumlarda görüşme ve gözlemin yanı sıra araştırmaya yazılı materyaller de dahil edilir. Bu noktada hangi dokümanların önemli olduğu ve veri kaynağı olarak kullanılabileceğı araştırma problemi ile yakından ilişkilidir. Bu anlamda dokümanlar nitel araştırmalarda etkili bir şekilde kullanılması gereken önemli bilgi kaynakları olarak değerlendirilir (Yıldırım & Şimşek, 2011, s. 187-188). Araştırmada verilerin toplanması literatüre dayalı verilerin taraması ile elde edilmiştir. Konuya ilişkin kitap, makale, yazılan tezler ve diğeri yazılı kaynaklar çalışma konusuna uygun olarak incelenmiştir.

2.4. Verilerin Çözümlemesi ve Yorumlanması

Belgelerden yararlanarak toplanan veriler araştırmanın amacı, önemi ve probleminin bütünlüğü korunarak değerlendirilmiştir. Ulaşılan veriler literatür taraması ile elde edildiğı için araştırma betimsel analize dayanır (Yıldırım & Şimşek, 2006, s. 120). Betimleme neyin ne olduğunu, şeylerin nasıl başlayıp devam ettiğini ya da bir durumun neye

benzediğinin bir anlamda resmini çizmektir. Bu bakımdan betimleme karmaşık şeylerin kavranılabilir olmasını sağlayan bir çözümleme biçimidir (Punch, 2005, s. 16).

Betimsel analizde amaç, daha önceden belirlenen temalara göre elde edilen bulguları düzenlenmiş ve yorumlanmış biçimde okuyucuya sunmaktır. Bu amaçla ilkin elde edilen veriler sistematik ve açık biçimde betimlenir. Daha sonra yapılan bu betimlemeler açıklanır ve nede-sonuç ilişkisi verilerek belli sonuçlara ulaşılır (Yıldırım & Şimşek, 2011, s.224).Olayların nasıl olduğunu, ne olduğunu detaylı biçimde ortaya koymak ve “nedir?” sorusunu yanıtlamak betimlemedir. Bu nedenle betimleme yapılarak olay ve olguların araştırmalar yoluyla tanımlanması ve anlaşılması sağlanır. Bu noktada araştırmacı konunun ne olduğunu ortaya çıkarır ve tanımlar. Çünkü betimleme olmadan açıklama yapmak mümkün değildir (Erkuş, 2013, s.43).

Betimsel analiz dört aşamadan oluşmaktadır. İlk aşama betimsel analiz için bir çerçeve oluşturmaktır. Bu çerçeveye göre verilerin hangi temalar altında sunulacağı belirlenir. Eğer daha önceden belirlenmiş bir çerçeve yoksa betimsel analizi kullanmak güçleşir. İkinci aşama bu çerçeveye göre verilerin işlenmesidir. Burada veriler okunur, incelenir ve düzenlenir. Bu noktada verilerin anlamlı ve mantıklı biçimde bir araya getirilmesi söz konusudur. Üçüncü aşama bulguların tanımlanmasıdır. Bu aşamada verilerin anlaşılır biçimde tanımlanması gerekir son aşama ise bulguların yorumlanmasıdır. Burada tanımlanan bulguların açıklanması, ilişkilendirilmesi yapılır. Özellikle bulgular arasındaki neden-sonuç ilişkisi ortaya çıkarılır (Yıldırım & Şimşek, 2011, s. 224).

BÖLÜM III

DUYGULAR

3.1. Duygu Kavramı

Duygu kavramının daha iyi anlaşılabilmesi adına öncelikle eş değer görülen kavramlardan farkını ortaya koymak gerekir. Kavramın kullanımında bu denli farklılıklar görülmesinin temel nedenlerinden biri, tarih boyunca gelen bir kavram karmaşası olması ve duyguya ilişkin yapılan tanımların çokluğudur. Bunun yanı sıra duyguların deneyimlenmesi noktasında birtakım kültürel farklılıklar, dilin kullanımı gibi etkenlerde söz konusudur.

Duyguların tarihini insanlık tarihi kadar geriye götürmek mümkündür. Tarih boyunca duygu kavramı ile eş değer kullanımlar göstermiş farklı terimler olmuştur. Devinim, duygulanım, tutku, his, ruh hali gibi kendi özelinde kullanılan terimler, Yunanlılar zamanından beri batı dillerinin bir parçası haline gelmiştir. Bu terimlerin semantik alanlarının tam olarak aynı kapsama sahip olduğu söylenemez. İngilizcedeki “duygular” sözcüğü farklı araştırmalar için başka anlamlara işaret eder. (Rosenwein & Cristianı, 2019, s.21).

Duygu “emotion” kavramının batıdaki tarihsel ilerleyişinde, ilk karşılığını orta dönem Fransızca’da “fiziksel bir hareket, canlanma, tahrik olma” olarak bulunur. Kavramın eski Fransızca’da “ayaklandırma, kışkırtma” anlamına gelen “emouvoir” kelimesinden, Latince “çıkma, çıkarmak” anlamına gelen “emovere” kelimesinden türediği fikri üzerinde durulur (Yavuz, 2009,s.4). Duygu Avrupa dillerinde kullanılan “emotional” terimiyle ruhsal yaşantıları ve devinime işaret eder (Özdemir, 2015,s.12). Yani kavramın özünde bir duruma ilişkin eyleme geçmek üzere aktive olan harekete geçme enerjisinin bulunduğu söylenebilir. “Emotion” insanın içindeki bir takım şeyleri dışarıya yansıtması olarak

anlaşılır. Burada kişinin kendisini dışarıya doğru bir açılımı söz konusudur. Tarhan (2019) bunu şu biçimde betimler; bir arabanın farklı parçaları mevcuttur. Örneğin direksiyon, gaz pedalı ve motor gibi kısımlardan oluşur. Motor araca hareket verip çalıştırırken, direksiyon da araca yön verir. İşte beynin sağ lobu motor gibidir, organizmaya enerji ve hareket sağlar. Sol beyin ise direksiyon gibi gidilecek yönü belirler. Otomobilin şoförü ise ön beyindir. İkisini birden idare eder (s.46).

Frijda'ya göre duygu bir süreci içerir. Bir uyarıcıyla başlar, daha sonra bu uyarıcı kişi tarafından algılanır ve kodlanır. Kişinin deneyimleri sonucu oluşturduğu önceliklerine, beklentilerine, tutum ve kaygılarına göre farklı anlamlarla yüklü olarak değerlendirilir. Bu Tablo 1değerlendirme sonucunda duruma ilişkin uygun davranış hazırlığına geçilir. Bu hazırlıklara bazı fizyolojik ve psikolojik tepkilerin organize hali eşlik eder (Baran, 2011,s.4).

Tablo 1

Duygu ve Duygu Durum Arasında Seçilmiş Farklılıklar

Kriter	Duygu	Duygu Durum
Nedeni fark etme	Kişi nedenin farkındadır	Kişi nedenin farkında olamayabilir
Neden	Belirli bir neden üzerinedir	Neden daha az tanımlanır
Sonuçlar	Davranışsal veya dışavurumcudur	Büyük ölçüde bilişseldir
Kontrol	Kontrol edilemez	Daha fazla kontrol edilebilir
Sergileme	Sergilenir	Daha az görünür
Süre	Kısaadır	Uzundur
Yoğunluk	Yoğundur	Yayılmıştır
Amaçlılık	Bir şey hakkındadır	Özel herhangi bir şey hakkında değildir
İstikrar	Kısa süreli ve dalgalıdır	Daha stabildir
Zamanlama	Ortaya çıkar ve hızla kaybolur	Ortaya çıkar ve yavaşça kaybolur

Cirhinlioğlu, F.G. (2018). *Duygu psikolojisi*. Cirhinlioğlu, F.G. (Ed). Ankara: Nobel.

Ayrıma gidilmesi gereken ilk nokta, bir duygu ile duygu durumu arasındaki farklılıkların saptanmasıdır. Tablo 1’de verildiği üzere duygu ve duygu durumunu birbirinden ayırt eden belli kriterler söz konusudur. Buna göre duygular, duygu durumundan daha kısa süreli ortaya çıkar. Duygular belirli bir nedene bağlı olarak genellikle bir olay veya durumun ardından ortaya çıkar. Duygu durumu ise bir kişi veya olaydan kaynaklı olmayıp daha genele yayılmış bir süreci içerebilir. Bunun yanı sıra hisleri başlatan olay veya konuda uzaklaşıldığı taktirde duygular duygu durumuna dönebilir. Yani duygu durumunu tek bir olaya yüklemek yanlış olabilir. Duygu ve durumlarının birbirini etkilediği düşünülür ve

güçlü duygular derinleştikçe duygu durumuna neden olabilir (Cirhinlioğlu, 2018, s. 2-3). Goldsmith duygu durumun, duygudan farklılaştığı noktasına dikkat çeker. Duygu durum, duyguyla kıyaslandığında daha uzun bir süreci içermesi bakımından farklılaşır. Duygular daha kısa sürede deneyimlenir ve ana uygun tepkiler ortaya çıkarılabilir. Duygu ile beraber anılan bir başka kavram ise histir. Tomkins his kavramını bir duruma ilişkin ortaya çıkan farkındalık olarak tanımlar (Metin, 2019, s.2031). Hisler algılara dayalı olarak fiziksel durumlardan hareketle meydana gelir. Duygular ise bu hislerin kuvvetli karşılıkları ve daha yoğun biçimleridir. Hisler dışarıdan gelen uyarılara karşı verilen birtakım fiziksel tepkilere karşılıktır (Andersan'dan aktaran Çoruk, 2012,s.11). Duygu, hislerin görünür hale gelmesi ve bir ifadeye dönüşmesi olarak açıklanabilir. Bu ifadelendirme içsel durumun dışavurumu olarak ortaya çıkacağı gibi, toplum tarafından öğrenilmiş duygusal kalıplar biçiminde de ifade bulabilir. Öfke, utanç, yas gibi duygular kültürel farklılıklara bağlı olarak değişiklikler gösterebilir (Uslu, 2020, s.152).

Tablo 2

Duyguya İlişkin Kavramların Tanımlanması

Öznel terimler	Tanımlama	Eş anlamlıları
Duygulanım	Birey değişse de değişmediği düşünülen duyguların bilinçli öznel görünüşü ya da öznel olarak tecrübe edilen duyguların gözlenebilir şekilde ifadesi	His
His	Duygu hali ya da tepkisi; genelde akılsal olmayan düşünce ya da inançlar	Duygu Duygusal eğilim
Duygu	Uyarılma; bilinçliliğin duygusal görünümü, his hali, vücutta fizyolojik ve davranışsal değişiklikler yapan öznel nesnelere yönelmiş güçlü hisler olan bilinçli zihinsel tepkiler	His Duygusal eğilim
Duygusal eğilim	Hislerin başlattığı tutum, düşünce ya da yargılardır, özgün görüş ya da kavram	His Duygu Düşünce
Düşünce	Özel bir konuya ilişkin zihinde oluşan görüş yargı ya da değerlendirmelerdir. İzlenimden daha kuvvetli fakat pozitif bilgidir daha zayıf inançlar	His Duygusal eğilim

Myriam, M., Montero, C. S., Sutinen, E. & Pajunen, J. (2014). Are they different? Affect, feeling, emotion, sentiment and opinion detection in text. *Iee Transactions On Affective Computing*, 5, (2).

Tablo 2’de verildiği üzere duygulanım, his, duygu, duygusal eğilim ve düşünce arasında tanımsal farklılıklar olmasına rağmen benzer ifadeler kullanılır. Thoit’a göre duygunun dört ifadesi bulunur (Thoit’dan aktaran, Cirhinlioğlu, 2018, s. 88). Bunlar;

- 1- Durumsal uyarıcının ya da ortamın değerlendirilmesi söz konusudur.
- 2- Psikolojik ya da fizyolojik değişimler meydana gelir.
- 3- Anlamlı jestlerin belli ifadeleri ortaya çıkar.
- 4- Bu üç ögeden birinde ya da daha fazlasında kültürel niteliklere rastlanır.

Duyum (affect) sözcüğü ise uzun yıllarca duygu ile eş değer bir kullanım gösterir. Duyumun duygulardan kesin olarak ayrılışı bilişsel yaklaşımın duyguların oluşumda zihinsel işlevleri dikkat çekmesiyle açıklık kazanır (Rosenwein & Cristiani, 2019, s. 26). Ruh hali ve duygu arasındaki ayrım ise yine duygunun daha kısa süreli oluşuna dayanır. Ayrıca ruh halleri duygudan farklı olarak somut bir nedene bağlı olmaksızın kalıcılığını sürdürebilir boyuttadır. Örneğin bir şeyden ötürü sinirlendiğinde bunun nedeni söylenebilir. Fakat şu şeye karşı depresif bir ruh halim var denilmez (Demir, 2008, s.1).

Duygularla ilgili terimlerin temelleri üzerine yapılan tartışmaların halen devam ettiği görülür. Lazarus duyguların bilişler tarafından harekete geçirildiğini söylerken, Zajonc duyguların iç organlarda ortaya çıkan ve hissedilen tepkiler olduğunu ve bu yüzden bilişin sonuçlarından ziyade öncüllerini teşkil ettiğini belirler (Çoruk, 2012, s. 10). Duygunun oluşumu noktasında teorilerinin farklı açıklamalar içermesi, duyguyu açıklamak üzere kullanılan terimlerin netliğe kavuşmasını zorlaştırmaktadır. Yani duyguların bilişsel ya da fizyolojik kaynaklı olma durumu, duygunun kavramlaştırılma sürecini de etkilemektedir. Ayrıca ortaya çıkan kavram karmaşasının bir diğeri nedeni de dilin yapısı ile ilişkilidir. Duygusal yaşantının kişiye özgü bir hal içermesi, duygunun kavramsallaştırılmasında farklılık yaratan temel noktalardan biri olarak görülebilir.

3.2. Duygu Nedir?

Yaşamın zorluklarına karşı insan da çok boyutlu bir varlık olarak programlanmıştır. Farklı yetileri ile bu zorluklarla mücadele edebilir potansiyeldedir. İnsan yaşamın zor koşullarına karşı her daim ayak uydurabilir durumdadır. Doğası itibariyle uyum sağlama sürecinde birçok bileşenler devreye girer. Bu bileşenlerden biri de duygulardır. Duygular insanı

içinde bulunduğu duruma hazırlamak üzere harekete geçirici etkiye sahiptir. Bunun yanı sıra gösterdiği çeşitlilik sayesinde farklı durumları karşılayabilir niteliktedir.

Duyguların bu çok boyutlu ve öznel yapısı, insana avantaj sağlamasının yanı sıra, konunun bilimsel araştırılmasında güçlükler yaratmıştır. Duyguların incelenmesinin önüne geçen bir başka neden de akılcı tutum olmuştur. Duyguları akıl-duygu ilişkiselliğinde ortaya koyan araştırmalar; duyguların akla uygunluğu, duyarlılığı, bilgi taşıyıcı olmaları vb. keşiflerle duyguya karşı olan bakışı değiştirmiştir. Ayrıca duyguların insani değerlerin, etik ve ahlak gibi önemli konularda da temel alınması gerektiği gerçeği yadsınamaz (Yıldız, 2007, s. 130).

Duygu teorileri duyguların doğasını anlamak üzere ilk olarak “Duygular nasıl oluşur?” sorusunu gündeme getirir. Bu sorudan hareketle konuya ilişkin yapılan farklı açıklamalar neticesinde ayrışmalar ortaya çıkar. Yani bu soru duygulara ilişkin tartışmaları başlatan ve yeni cevapları beraberinde getiren tartışmalı bir sorudur. Duygu teorilerini ayrıma götüren temel nokta ise, duyguları fizyolojik bir sürecin mi başlattığı yoksa zihinsel süreçlerin mi öncelikli davrandığı konusu ile ilgilidir. Buna karşı fizyolojik duygu teorisi, süreci bedensel yapıya indirgeyerek ele alır ve zihinsel işlevleri ikincil konumda değerlendirmeye alır. Bilişsel teori ise duyguların zihinsel süreçlerden hareketle ortaya çıktığı fikrinin savunur.

Duyguların nasıl işlediğini anlamak için geniş bir perspektifle, diğer alanlarla ilişkisini ortaya koyarak ele almak gerekir. Çünkü ancak bu haliyle insanın sosyal yaşamındaki işlevselliği ortaya çıkarılır. Bunun için duyguların anlamlarına bakmak, nörolojik temellerini araştırmak, evrimsel gelişimine bakmak, sosyal bilimlerde, mantık, sanat, etik gibi alanlara da bakmayı gerektirir. Kişiyi anlayış ve iç görü yetisi veren duygular, dünyayı şekillendiren ve dünyayı yöneten bir tür stratejilerdir. Duygular dünya ile başa çıkma stratejileri olarak değerlendirilir. Başkalarının eylem ve tutumlarını etkileme, eylemleri harekete geçirme, yönlendirme araçları olarak tanımlar (Solomon, 2016). Ayrıca duyguların anlamları üzerine de dikkat çeken Solomon (2016) duyguların asıl olarak kavramsallaştırma ve değerlendirme yetileri içerdiğini düşünür. Ona göre duygular birer değerlendirme yargıları olarak ortaya çıkar. Duygular dünyaya yönelik olarak edinilen değerlendirme yargılarıdır ve işlevsel bir boyutta ele alınmalıdır. Çünkü duygular sayesinde yapılan kavramsallaştırmalarla ona belli yüklemeler yapılır ve bu yüklemelerle bir anlamda dünya şekillenir. Bu nedenle duyguları sadece içe dönük bireysel yaşanan

hisler değil, aynı zamanda dünyaya yönelik angajmanlar olarak görmek gerekir. Dünyaya yönelik angajman görüşü temelde varoluşsal bir bakışı da beraberinde getirir (Solomon, 2016, s.311-313). Solomon duyguların ele alınışında özellikle varoluşçu düşünceye dikkat çeker.

Tablo 3

Duyguların Yaşamsal Değeri

Duygu	Tetiklediği Davranış
Öfke	Saldırım!
Üzüntü	Yardım edin, yaralandım.
İğrenme	Onu yeme, zehirli.
Merak	Haydi, etrafa keşfe çıkalım.
Şaşkınlık	Dikkat edin!
Kabullenme	Güvenlik için gruptan ayrılmayın.
Neşe	Haydi birlikte olalım, çoğalalım.
Korku	Kaçın, tehlike!

Caruso, D.R. & Salovey, P.(2011). *Duygusal zeka yöneticisi* (S. Kaymak, Çev.). İstanbul: Crea.

Tablo 3'te görüldüğü üzere duygular yaşamsal değere sahip olan ve kişiyi etrafındaki duruma ilişkin bilgilendiren bir süreci içerir. Her duygunun kişiye iletmeye çalıştığı anlamlı bir mesaj bulunur ve onu bir davranışa sevk eder. Öfke içinde bulunulan duruma karşı tükenen tahammüle işaret eder. Üzüntü bir yardım çağrısıdır. İğrenme kişiyi zarar verici duruma karşı uzaklaştırıcı bir etki yaratır. Merak etrafındaki şeylerin bilgisini edinmeye yönlendirir. Şaşkınlık yaratan muhtemel durumlara hazırlar. Kabullenme güvenlik kontrolü sağlar. Neşe birliktelik halini güçlendirir ve korku ise etraftaki bir tehlikenin habercisi olarak ortaya çıkar (Caroso, Salovey, 2011, s. 44).

Duyguların ortaya çıkışında sosyal yaşantının da büyük bir etkisi vardır. Çünkü duygular bir olaya, kişiye, duruma bağlı olarak ortaya çıkar. Duygular her ne kadar kişiye özgü biricik yapılar olarak görülse de deneyimlenmesi bakımında bir dış çevreye ihtiyaç duyulur. Elbette kişinin içsel dünyasından hareketle ortaya çıkan duygular da vardır. Bunun yanı sıra duygular genellikle yönelimsellik içerir (Gökalp, 2010, s. 17). Duyguların yönelimsel bir hareket içermesi, duyguların bir nesnesi olduğunu işaret eder. Duygu ve nesnesi arasındaki bu yönelimsel ilişkinin çözülmesi duygunun ortaya çıkışını daha anlamlı hale getirebilir. Bu noktada etkin ve edilgen olan tarafın durumunu belirlemek önemli olabilir. Özne, nesneye anlam yükleyerek onu etken bir hale mi getirir? Yoksa

nesne kendinde etkin bir yapı mı barındırır. Örneğin, bir şey sevilebilir olduğu için mi, yoksa sevildiği için mi sevimlidir? Yani burada özne nesnesini belirleyen ve onu yöneten etken bir konumda mı yer alır, yoksa nesnenin de bireye kattığı şeyler var mıdır? (Demir, 2008, s.15). Ya da özne ve nesne arasında gelişen karşılıklı bir duygu alışverişi mi söz konusudur.

Duyguların aktarımı konusunda ise dil, bedensel hareketler, mimik ve jestler kullanılır. Bununla birlikte duyguların sağlıklı biçimde karşı tarafa iletilmesini sağlayan güvenli yol ise dildir. Duygular ve dil arasında sağlıklı bir bağ kurmak oldukça önem taşır. Sağlıklı iletişimin temeli dili kullanma becerisi ile yakından ilişkilidir (Gökalp, 2010, s.17). Duygunun deneyiminden hareketle başlayan kavramsallaştırma sürecinde, duyguların ifadesinde kavramlar ve karşıladığı anlamlar dikkat çeker. Örneğin duygu kelimesi batı dillerinde dışarıya doğru hareket anlamını içerirken, Türkçede ise insanın iç dünyasında oluşturduğu ruhsal hareketlilik anlamına gelir. Bu kısımda dil ve duygu ilişkisi bakımından çözümlenmesi gereken bir başka konudur. Bireyin subjektif yaşantısı içinde duyguları anlaması şu dört yolla mümkün olabilir; İlk olarak duyguların dilini çözümlmek gerekir. Duygular zaman zaman belirsiz ve güç biçimlerde ortaya çıkabilirler. Bu sebeple özellikle benzer duyguları anlamak için özel bir dil kullanımı gerekir. İkinci olarak, duygu deneyimlerinin bireysel olarak açıklanması gerekir. Bunlar subjektif açıklamalar olup objektiflik barındırmaz. Üçüncü yol ise, bireyin davranışlarının incelenmesi ile ilgilidir. Çünkü davranışlar duygular sonucu ortaya çıkar ve amaçlılık içerir. Ayrıca bazı duygulara özgü davranış kalıpları da bulunmaktadır. Son olarak ise psikolojik bir açıklama olarak duyguların bilişsel yapısını açıklamak gerekir (Ortany, Clore, & Collins'dan aktaran Yılmaz, 2002, s. 11).

Duyguları açıklayan görüşler duyguların ne olduğunu tespit etmeye ve oluşum sürecine ilişkin bilgiler vermeye çalışır. Goleman'a göre duygular bir his ve bu hisse özgü belirli düşünceler, psikolojik ve biyolojik durumlar ve hareket eğilimidir. Ona göre duygu nüansları onları tanımlamada kullanılan sözcüklerden çok daha fazladır. Duyguların fazlaca çeşitlemeleri, karışımları, ve mutasyonlarıyla yüzlerce duygudan söz edilebilir. Goleman temel duygulardan hareketle yani öfke, üzüntü, korku, zevk, sevgi, utanç gibi başlıca duygulardan sayısız mutasyonlarla duygunun akrabalarının halkalar halinde yayıldığını düşünür (Goleman, 2006, s. 373- 375).

Duyguları beyin olguları olarak gören bazı görüşlerce duygular, nörokimyasal düzeyde anlaşılmalıdır. Kendilerine özgü yapısal sistemleri içeren ve kendine özgü bir dili olan, nörokimyasal ve fizyolojik bir sistemden söz edilir. Le Doux limbik sistemde duygusal süreçleri yöneten bir ağ olduğunu, bedendeki bir çok fizyolojik süreci yönettiğini ve bu sistemin bağışıklığı, temel organları da etkilediğini düşünür. Le Doux'a göre beyinde duyguları üreten iki yol mevcuttur (Greenberg, 2018, s. 3-4). Bunlar;

- Amigdala ; Bir tehlike hissettiğinde beyine ve vücuda düşük (kısa) bir yol kullanarak sinyal gönderir.
- Talamus ; Bir tehlike hissedildiğinde aynı bilgiler talamus sayesinde neokortekse taşındığında bu bilgiler yüksek (uzun) yoldan iletilir.

Düşünen beyin duygusal tepkiyi durdurmak için herhangi bir teşebbüste bulunamaz. Çünkü amigdala kısa yolu kullanıp neokorteksin kullandığı uzun yoldan iki kat fazla hızlı sinyallerini iletir. Böylece otomatik duygusal tepkiler ortaya çıkar ve insan beyni iki önemli görevi ortaya çıkarır. Bunlardan birincisi duyguya sahip olmak, diğeri ise duyguları düzenlemektir (Greenberg, 2018, s.4).

Davidson ve Begley'e göre ise, her bireyin kendine özgü bir duygusal stili vardır. Fakat bu duygusal stilin temelde ortak altı boyutu vardır. Bunlar; dirençlilik boyutu, bakış açısı boyutu, sosyal sezgi boyutu, öz farkındalık boyutu, durumsal hassasiyet boyutu ve dikkat boyutudur. Buna göre herkes bu stilin her boyutuna sahip olmakla birlikte herkesde farklı derecelerde mevcuttur. Duygusal karakter bu altı bileşenin miktarına bağlı olarak değişir. Herkesin duygusal stili eşsiz ve kendine özgüdür (Davidson & Begley, 2018, s. 28-30).

Caruso ve Salovey duyguları çözümlemeye yönelik olarak duygusal tasarı şemasında dört ilke görüşünü benimser. Buna göre kişi ilkin duygularını tanımalı ve doğru biçimde tespit edebilmelidir. İkinci olarak içinde bulunulan duruma karşı duyguları doğru biçimde kullanabilmenin altını çizerler. Üçüncü ilkede ise duyguları anlama, duygunun vermeye çalıştığı mesajları fark edebilmek gerekir. Son ilke de ise duyguları yönetme konusuna dikkat çekerler. Duygu yönetimi sayesinde kişi hayatını duygusal açıdan daha pratik ve sağlıklı yaşayabilir (Caruso, Salovey, 2011, s. 61). Ayrıca Caruso ve Salovey (2011) duygusal zekanın şu altı ilkesine dikkat çekerler;

- Duygular bilgidir.
- Duygular görmezden gelinemez.

- Duygular saklanamaz.
- Karar ve tercihlerde etkilidirler.
- Duygular mantıklı olanı örnek alır.
- Evrensel duygular var ama yine de özgündürler.

Cooper ve Sawaf ise duyguların işleyişinde sezgisel yetiye dikkat çeker. Sezgisel yeti sayesinde kişi yaşamında bir değer ve anlam sistemi kurup varlığının temellerini oluşturabilir. Carl Jung sezgiyi mantığa ters olmayan fakat yine de mantığın dışında olan bir yapı olarak tanımlar. Sezgiler yaşamda derin bilgi aktarımı yapan ve daha gizil bir yapı içeren yetiler olarak anlaşılır. Sezgisel akış varlığın fark yaratabileceği yer, yani altıncı duyu olarak görülür. Bu altıncı duyu önsezisel akıştır. Duyguların organizmada ki işleyişi rasyonel işleyiştten çok daha hızlı ve pratiktir. Duygular, bilgi içermesi bakımından sebepsiz biçimde ortaya çıkmayacağı düşünülür. Yani her duygu belli bir nedene bağlı olarak bir mesaj iletmeye çalışır. Her duygu deneyimlenen bir yaşantıyla ilgilidir. Dikkat edilmesi gereken şey ise, duygusal bilgi ve dürtü akıntısının farkında olmaktır (Cooper & Sawaf, 2003). Duygular kimi zaman bilgi gönderebilmek için bu akışı kullanırlar. Bu akış sayesinde bazen tehlikeli bir durumdan kurtulur, bazen de doğru bir karara ilişkin sezgisel alana başvurulur. “Kalbin sesini dinlemek” söylemi bunu içeren bir açıklama olarak günlük hayatta yer edinmiştir.

Passon’a göre duygular iki amaca hizmet ederler. Bunlardan ilki bireyin harekete geçmesi için enerji elde etmektir. İkincisi ise bireyin içinde bulunduğu duruma karşı gereksinimini gidermesi için doğru davranışı ortaya çıkarabilmek bakımından yönlendirici, değerlendirici ya da manipüle edici fonksiyon göstermesidir (Tuğrul, 1999, s.13).

Ekman’a (2017) göre ise bir duygu başladığı andan itibaren kişiyi çemberine alır ve davranışlarını, düşüncelerini yönlendirir. Duygular bazen de ne yapılması konusunda düşünmeye gerek kalmadan kişiyi önemli olaylara karşı hazırlar. Örneğin; tehlikeli bir durum karşısında bilinçli bir şekilde düşünmek zorunda kalınsaydı o durumdan kurtulma şansı olmayabilirdi. İşte duygular daha kişi ne olduğunu fark etmeden onu, karşılaşılabilecek olası durumlara hazırlıklı hale getirir. Duygular kişinin refahını sağlamak için önemli durumlar karşısında verilen tepkilerdir. Duyguların bir duruma karşı ortaya çıkışı o kadar hızlıdır ki bu sürecin zihninde nasıl geliştiği fark edilmez. Aynı zamanda deneyimlenen duygulardan hareketle bazen uyumlu bazen de uyumsuz duygular ortaya

çıkar. Bu nokta da duyguları deneyimleme ve anlamlandırma süreci birey için etkilidir (s. 47-49). Duygular kişiye özgü oluşlarının yanı sıra evrensel duygular da vardır. Bireysel deneyimleri yansıtan kültürel çeşitlemelere ek olarak, evrimsel geçmişi yansıtan evrensel duygu davranışları da bulunmaktadır (Ekman, 2017,s. 329). Duygulara ilişkin geniş çaplı bir araştırma yapan Ekman, dünyanın farklı yerlerinde ki kültürleri inceler ve insanların bazı duyguları aynı yüz ifadelerini kullanarak ifade ettiği sonucunu çıkarır. Bu nedenle doğuştan gelen bazı duygular olduğunu düşünür. Bundan hareketle araştırmacılar her insanda mevcut olan temel duyguları belirlemeye çalışır.

Tablo 4

Temel Duygular

Temel Duygular			
Plutchik	Ekman	Tomkins	Izard
Neşe	Mutluluk	Zevk	Neşe
Kabulleniş			
Korku	Korku	Korku	Korku
Şaşırma	Şaşırma	Şaşırma	Şaşırma
Üzüntü	Üzüntü	Endişe	Endişe
İğrenme	İğrenme	İğrenme	
Kızgınlık	Kızgınlık	Kızgınlık	Kızgınlık
Tahmin		Merak	Hor görme
		Utanç	
		Hor görme	

Caruso, D.R. & Salovey, P.(2011). *Duygusal zeka yöneticisi* (S. Kaymak, Çev.). İstanbul: Crea.

Tablo 4’te verildiği üzere araştırmacılar temel duyguları belirleme konusunda bazı duygularda hem fikirdir. Bunun yanı sıra araştırmacıları ayırma götüren bazı duygu belirlemeleri de mevcuttur (Caruso & Salovey, 2011, s.103). Duygular ele alınırken genellikle temel duyguların dürtüsel yanları da düşünülür. Dürtüsel duygular açlık, susuzluk, üreme, saldırganlık gibi temel güdülerini ifade eder. Bu bakımdan duygular birincisi dürtüsel, diğeri psikolojik olarak iki başlık altında toplanabilir (Tarhan, 2019, s.29). Temel duyguların belirleniminde bu iki çalışma alanının göz önünde bulundurulduğu düşünülebilir.

3.3. Duygu Sınıflandırmaları

Duyguların sayısız tonu vardır. Bu nedenle bireyler aynı duygu içinde olsa dahi farklı bir duygusal yaşantıyı deneyimler. Çünkü herkes aynı duyguyu aynı tonda yaşayamaz. Ayrıca kişi bir duyguyu yaşarken diğer duygulardan da kendini soyutlayamaz. Farklı duygular değişik oranlarda ve değişik tonlarda deneyimlenir (Aktaş, 2004, s. 34). Bu nedenle duygulara ilişkin tüm bireyleri kapsayıcı bir sınıflandırma yapmak oldukça güçtür. Buna karşı araştırmacılar yine de tüm bireylerde görülen temel duyguları belirleme çabası içinde olmuştur. Duygusal yaşantı bir kavramsallaştırma sürecini içerir. Bu kavramsallaştırma sürecinden hareketle yapılan duygu sınıflandırmaları farklı yaklaşımları ortaya çıkarmıştır. Araştırmacılar genellikle duyguları temel ve karmaşık duygular olarak sınıflandırmaya gider (Vatan, 2014, s. 32).

Duygular içinde bulunulan duruma ilişkin önemli mesajlar verir. Bu sebeple duygular bir veri kaynağı olarak değerlendirilir. Duygulardan gelen mesajları doğru yorumlayabilmek için ilkin kişinin içinde bulunduğu ruh halini ve duyguyu tanıması gerekir. Duygular insan enerjisi, içtenliği ve güdüsünün önemli bir kaynağı olarak değerlendirilir. Bu bakımdan duygular kişi için adeta pusula görevi yapar ve yol gösterir. Bu rehberlik sürecinde duyguya ilişkin belli başlı bileşenler ortaya çıkar (Kılıçarslan, 2018, s. 28-29). Bunlar;

- 1- Öznel bileşen: Duygusal yaşantıyı deneyimleyen özneye ilişkin durumları içerir.
- 2- Bilgiye dayalı bileşen: Algılama, değerlendirme ve davranışları kontrol eden durumları içerir.
- 3- Psikolojik bileşen: Duyguya ilişkin bedensel ve içsel durumları içerir
- 4- Değişken Bileşen: Kişinin motor davranışlarını içerir. kaçma, saldırma ve yüz ifadesi vb. motor hareketleri kapsar.

Duygu bileşenleri duyguyu kavramsallaştırma sürecinde oldukça etkin unsurlar olarak belirir. Bunun yanı sıra bileşenler duygu sınıflandırmaların temelinde yer alır.

Duyguların adlandırılması ve temel duyguların belirlenmesi konusunda farklı çalışmalar mevcuttur. Buna ilişkin ortaya çıkan duygu modelleri temel duyguları ve bu duyguların karışımı ile oluşan bazı duygu belirlemelerinde bulunur. Plutchik, Ekman, Tomkins, Izard, gibi isimlerin temel duygu belirlemeleri aşağıdaki tabloda görülmektedir (Caruso & Salovey, 2011, s.103).

Tablo 5

Temel Duygu Sınıflandırmaları

James	Ekman	Izard	Plutchik	Watson	Panksepp
Korku	Korku	Korku	Korku	Korku	Korku
Hiddet	Kızgınlık	Kızgınlık	Kızgınlık	Kızgınlık	Kızgınlık
Keder	Üzüntü	Sıkıntı	Üzüntü	Sevgi	Panik
Sevgi	Neşe	Neşe	Neşe		Ümit
	Şaşırma	Merak	Benimseme		
	İğrenme	Şaşırma	Sezinleme		
		İğrenme	Şaşırma		
		Küçümseme	İğrenme		
		Utanma			
		Suçluluk			

Edwards, D.C. (1999). *Motivation & Emotion*. California: Sage Publications.

Tablo 5’de görüldüğü üzere araştırmacılar temel duygular konusunda bazı duygularda aynı fikirdeyken bazı duygularda ayrıma gider (Edwards, 1999, s.103).

Tablo 6

Plutchik’in Temel Duygular Listesi

Uyarıcı/Olay	Algılama/Bilişsel	Duygu	Davranış	Etki
Tehdit	Telike	Korku	Koşma	Korunma
Engel	Düşman	Öfke	Vurma	Yok etme
Potansiyel eş	Sahip olma	Mutluluk	Çiftleşme	Üreme
Değerli birini kaybetmek	İzolasyon	Üzüntü	Yardım için ağlama	Yeniden bütünleşme
Grup üyesi	Arkadaş	Güven	Eğitme, paylaşma	Üye olma
Tüyler ürperici nesne	Zehir	İğrenme	Kusma	Reddetme
Yeni bölge	Orada ne var?	Beklenti	İnceleme	Araştırma
Aniden gelen tuhaf nesne	Bu nedir?	Şaşırma	Tetikte olma	Uyum

Şahin, H. (2005). Öfke ve öfke denetiminin kuramsal temelleri. *Süleyman Demirel Üniversitesi Burdur Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(10), 1-22.

Tablo 6’da görüldüğü üzere Plutchik temel duyguları belirlemede algılama, uyarıcı, davranış ve etki gibi nedenleri ve bileşenleri incelemeye alır (Kenrick’dan aktaran, Şahin, 2005, s. 6).

Tablo 7’de görüldüğü üzere Parott (2001) duygu sınıflamasında temel duyguları birincil duygular olarak ve bunların dışında kalan duyguları ikincil ve üçüncü düzeyde ele alarak sınıflandırmıştır. Duyguları üç düzeyli bir yapıda işleyen Parott, her bir düzeyin soyut duygularını bir sonraki düzeyde somutlaştırmaya ve detaylandırmaya çalışır (Cirhinlioğlu 2018, s. 18-20).

Tablo 7

Parott Üç Düzeyli Duygu Sınıflandırması

Birincil Duygular	İkincil Duygular	Üçüncül Duygular
Sevgi/Aşk	Düşkünlük Arzulama/şehvet Özlem	Aşırı sevgi, düşkünlük, Aşk-sevgi, şefkat, hoşlanma, çekicilik, bakım verme, duyarlılık, merhamet, duygusallık Uyarılma, arzu etme, Aşırı cinsel arzu, tutku, sevdalanma Özlem
Neşe	Neşelilik Keyif Memnuniyet Gurur İyimserlik Büyülenme Rahatlanma	Eğlenme, saadet, neşelilik, şenlik, çoku, hoşnut, cümbüş, neşe, sevinmek, beğenme, hoşnutluk, mutluluk, bayram etme, coşma, doyum, kendinden geçme, mutluluktan uçma Çoşku, şevk, keyiff, heyecan, büyük heyecan, canlılık Memnuniyet, haz Gurur, zafer kazanmak Can atmak, umut etmek, iyimserlik Büyülenme, mest olma Rahatlama
Şakınlık	Şaşkınlık	Hayret etme, şaşkınlık, dona kalma
Öfke	İritasyon Çileden çıkma Hiddet Haset Tiksinme Eziyet	Kızdırma, iritasyon, kışkırtma, rahatsızlık, hysuzluk, suratsızlık Çileden çıkma, engellenme Öfke, hiddet, hakaret, büyük öfke, gazap, düşmanlık, vahşet, sertlik, nefret, iğrenme, küçümseme, kin gütme, intikam, hoşlanma, dargınlık Tiksinme, bıkınlık, aşağılama Haset, kıskançlık Eziyet
Üzüntü	Acı çekme Üzüntü Hayal kırıklığı Utanç İhmal Sempati	Izdırap, acı çekme, incitmek, keder Depresyon, ümitsizlik, çaresizlik, hüznün, kasvet, üzüntü, mutsuzluk, yas, tasa, gam, bedbahtlık, melankoli Bunalım, hayal kırıklığı, hoşnutsuzluk Suçluluk, utanç, pişmanlık, vizdan azabı Yabancılaşma, dışlanma, ihmal, yalnızlık, reddetme, sıla hasreti, yenilgi, keyifsizlik, güvensizlik, mahcubiyet
Korku	Dehşet Sinirlilik	Alarma, şok olma, ürkme, dehşet, panik, histeri, Kaygı, sinirlilik, gerginlik, endişe, sıkıntı, edirginlik

Cirhinlioğlu, F.G. (2018). Duygu psikolojisi. Ankara: Nobel.

3.4. Duygu ve Düşünce İlişkisi

Kişi olgunlaştıkça duyguları da bu gelişmeye uygun olarak dikkatini önemli değişmelere çeker ve bu durum düşünmeyi etkiler. İnsanın içinde bulunduğu ruh hali, düşüncelerinin olumlu ya da olumsuz oluşuna etki eder. Yani duygular belli bir boyutta düşünceleri şekillendirir. Duygularla düşüncelerin bu karşılıklı etkileşimine ilişkin, yani duygu-biliş üzerine birçok çalışma yapılmıştır. Biliş ve duygu çalışmalarından hareketle ortaya çıkan sonuçlar duygunun düşünceyi değiştirdiğini ortaya çıkarmıştır. İyi ruh hali ve kötü ruh hali düşünce dünyasında farklı değişimler yaratır. Ruh hali ve yargılama olarak ifade edilen bu etki, bireyin ruh halleri ve düşünceleri arasında duygulanımsal bir eşleşme meydana getirir. Düşüncelerin önceden kanaat getirilmiş değerlerini arttırdığı zaman ortaya çıkar (Göçet, 2006, s. 16).

Duyguların düşüncelerle ilişkisine bakılacak olursa, öncelikle duyguların organizmada ki işleyişini incelemek gerekir. Duygular karşılaşılan olaylara ilişkin oluşturulan ilk değerlendirmelerdir. Oluşturulan bu ilk değerlendirmeler sayesinde organizma içinde bulunduğu duruma ilişkin uygun tepki hazırlığına girebilir. İlk değerlendirmeden sonra bir üst bilişsel düşünce boyutunda değerlendirilmeye gidildiğinde ise, duruma yönelik uygun yargılar oluşturulur. Yaşanılan bir duygusal deneyim hem bedensel hem de düşünsel boyutta etkilerini gösterir. Duygulara bakıldığında öfke, korku, üzüntü, mutluluk... vs her duygunun insan bünyesinde oluşturduğu hem düşünsel hem de bedensel etkileri gözlemlenebilir. Greenberg ve Paisio duygu, güdü, biliş ve hareketi birleştirilmiş bütün bir program olarak düşünür. Buna göre otomatik olarak devreye giren bu program da daha önce işlenenler daha sonra devreye girer. Bu program kendi içinde her ne kadar parçalı bir işlev gösterebilir insan bünyesinde kendisini bir bütün olarak olara ortaya koyar. Bu sayede insan kendisini bir bütün içinde hissedebilir, arzular, düşünür ve hareket edebilir. Yani duygusal farkındalıktan sonra yaşıntıyı anlamlandırabilmek adına bir üst değerlendirmeye geçilir. Duygusal beynin dizaynında neyin ne zaman hissedileceği noktasında kontrol sahibi olmak mümkün değildir. Fakat sonrasında gelen olay akışının farkında olup onu kontrol etmek mümkündür. (Greenberg, 2018, s.25-29).

1990'lara gelindiğinde ise duygusal zeka kavramı popülerlik kazanır. Bu dönem de duygusal zeka yeteneğine sahip olma, onu geliştirme ve özellikle iş hayatındaki etkisine dikkat çekilir. Duygusal zeka kavramı ilk olarak Mayer ve Salovey tarafından kullanılır (Doğan & Şahin,2007,s.234). Goleman ise “Duygusal Zeka” adlı yapıtıyla, duygusal

zekanın iş dünyasındaki etkinliğine dikkat çeker. İnsanların duygularını düzenleme becerisi kazanmasıyla iş hayatında karşılaşılan zorluklara pratik çözümler üretebileceğini düşünür. Ayrıca duygusal zekanın bireye katkısının görünür biçimi olarak duygusal olgunluğa işaret eder (Dilci, 2015, s.45).

Duygular ve düşünceler içinde bulunulan durumu çözümlemenin farklı parçalarıdır. Bu farklı parçalar yapı olarak ayrı düşünülse de aynı amaç için uğraşırlar. Duygusal veriler düşünsel boyuta yön verici etkide olup organizmaya ulaşan ilk verileri sağlar. Elde edilen bu verilerden hareketle üst bilişsel işleme geçilir. Bilişsel boyuttan hareketle de uygun davranışa yönlendirilir. Düşüncelerin temelinde duygular mevcuttur. Yaşam da sosyal yapılar içerisinde duygu ve düşüncelerin karşılıklı ilişkisi dahilinde tepkiler ve davranışlar oluşturulur. Duygusal tepkilerin psikolojik anlamları belli bir ölçüde arkalarında görülen düşüncelere dayanır. Bu düşünceler ne kadar sınırlıysa duygusal deneyim ve de duygusal ifade etme çeşitliliği o derece sınırlıdır. Çünkü duyguların kavramsal bir boyutu da vardır. Duygular üzerine düşünmek, duyguların düşünceyi içermesi ve duyguların da bizzat bir düşünme türü olması bakımından karmaşık bir yapıdadır (Neu, 2012, s. 28-29).

Rasyonel düşünmenin bir gereği de duygulardır. Darwin duyguların, insanların problem çözmelerine yardımcı olması bakımından zamanla geliştiğini düşünür. Bu anlamda duygular yararlıdır çünkü insanları hayatta kalmak üzere belli ihtiyaçları gidermek için davranışa sevk eder. Ayrıca duygular ortama uyum sağlamanın da araçlarıdır. Her duygu kendi özelinde bir amaca yönelik işler. Örneğin tikslenme duygusu kişiye zarar verecek zararlı şeylerden kaçınmasını sağlar. Heyecan duygusu yeni bir işe atılımı sağlar. Utanç ve suçluluk gibi duygular toplumsal yaşamda ilişkileri denetleyici bir işlevdedir (Cirinli, 2018, s.4).

Duygu ve biliş üzerine yürütülen tartışmalara bakıldığında bu etkileşimin boyutunun anlaşılmasına çalışıldığı görülmektedir. Beck bilişin duyguları etkilediğini ve duygunun oluşumunda da etkili olduğunu düşünür. Le Doux duygu ve bilişin beyinde spesifik bir yerinin olmadığını fakat birbirleriyle nöronal düzeyde etkileşim içinde olduklarını söyler. Mclean ise bilişin ve duygunun beyinde farklı yerlerde olduğunu, duygu ve bilişin kaynağının farklı olduğunu düşünür. Greenberg ve Ekman ise duygunun bilişi etkilediğini düşünmektedir (Metin, 2019, s.2033).

Damasio ve Pearce'ye göre cerrahi müdahale ile en yüksek zeka bölgesi olarak bilinen ön lobların çıkarıldığı tıbbi vakalarda, hastaların standart zeka testlerindeki sonuçlarında çok küçük bir düşüklük görülmüştür. Genellikle hastalar iyileşmekte ve düşünce becerilerinde büyük bir sıkıntı yaşamamaktadırlar. Buna karşı amygdalaların çıkarılması sonucunda bireyin yaratıcı düşünme ve karar alma durumları bozulmuştur (Jensen'dan aktaran Işık, 2007, s. 24). Jensen ve Restok belirttiği üzere düşünce beynin içinde kafeslenmiş olmayıp bedenin her yerine dağılım gösteren bir yapıdadır. Beynin bir bilgisayardan çok hormon bezi gibi işliyor olması da yüksek bir olasılıktır. Beyin hormonlar üretir ve onlarla yıkanır ve onlar tarafından yönetilir (Işık, 2007, s.24). Duygular akılcı zihnin işleyişine katkıda bulunur, akılcı zihin ise duygusal verileri düşünsel boyutta kullanarak şekillendirir. Her duygunun kendine özgü bir düşünsel, tepkisel, fiziksel bir karşılığı vardır (Tuğrul, 1999).

Damasio duygusal tepkilerin bilişin cevherinde yer aldığını ve bilişle ilişkin tartışmaların merkezinde yine duyguların olduğunu söyler. Damasio gibi Le Doux'da duyguların dünya ile kurulan ilişkinin değerlendirilişi olarak, bilişin kökeninde yer aldığını söyler (Nebi, 2004, s. 49-50). Biliş ve duygu beraber çalışan mekanizmalardır. Duygular beynin kimyasal dengesi veya dengesizliği ile bağlantılı olup, bilişle hareket eden ve onlardan etkilenen bir yapı oluşturmaktadır (Fisher & Adams'dan aktaran Çeçen, 2002, s. 165).

Güney Kaliforniya Üniversitesindeki bir araştırmaya göre kalbin sesi olarak bilinen vicdanın yerinin beyinde bulunduğu, insanın hareketlerine yön veren kararlar alırken bunu bir robot gibi yalnızca kuru mantık kurallarına dayanarak yapmadığı, kalbin sesini ve vicdanını da dinleyerek duyguları hesaba kattığını, bu sırada beyin ön lobunda yer alan “ventroedial prefrontal corex” bölümünün rol oynadığı saptanmıştır. Güney Kaliforniya Üniversitesindeki araştırmaya göre beyinlerindeki bu bölge hasarlı olanlar, ahlaki ilkeleri söz konusu olduğunda kuru mantık kurallarına göre karar vermektedir (Işık , 2007, s. 26). Goleman (2006) biri duygusal diğeri akılcı olan iki zihnin ortak ve bir uyum içinde işlediğini söyler. Bu iki zihin bir denge halinde olup davranışları ortaya çıkarır. Duygu akılcı zihnin işleyişine katkı sağlar. Akılcı zihin de duygusal verileri işler ve değerlendirir. Bu anlamda duygular düşünceler için düşünceler de duygular için gereklidir(s.36).

Duygulara ilişkin son dönem araştırmalarda dikkat çeken isimlerden biri de Feldman Barrett'tir. Barrett ortaya koyduğu kurgulanmış duygu teorisinde, insan olmanın ne anlama geldiğine yönelik olarak modern bir fikir öne sürdüğünü söyler. Kurgulanmış duygu teorisi klasik görüşe karşı duyguların beynin kurgusu olduğu fikrini öne sürer. Her ne kadar

beynin büyük bir kısmı keşfedilmemiş olsada, Barrett nöronların beyindeki en önemli hücreler olmadığını, gliyal hücrelerin birçok şey yaptığı ve hatta sinapslar olmadan birbirleriyle iletişime geçtikleri keşfini gündeme getirir. Mide ve bağırsakları kontrol eden enterik sinir sistemi zihnin anlaşılmasında önemli adımlar atmaya devam etmektedir. Mide de bulunan mikropların ruh halleri üzerinde etkisi olduğu da bilinmektedir. Fakat bunun nasıl olabildiği henüz bilinmemektedir (Barrett, 2019, s. 414-415). Duygular geçmişteki insanlardan kalan miraslar değil, evrimin ortaya çıkardığı yapılardır. Duygular bilinçli bir çaba gerektirmeksizin ortaya çıkar. Fakat bunun yanında duygular öğrenmeden ve doğuştan bağımsız olduğu anlamına da gelmemelidir. Doğuştan olan şey insanların kavramlar aracılığıyla toplumsal gerçekliği oluşturmasıdır ve buna karşılık olarak kabul gören bu toplumsal gerçeklik, insanların beyinlerini şekillendirir. Duygular insan beyninin ortak oluşumu olan toplumsal gerçekliğin ürünleridir (Barrett, 2019, s. 398). Amigdala ile neokorteks arasındaki bağlantılar duygu ve düşünce işbirliğini sağlayan merkezlerdir. Bu devreler sayesinde etkili düşünme, karar verme gibi yetiler ortaya çıkar (Goleman, 2006, s.55). Damasio duygu ve düşüncelerin bulunduğu prefrontal-amigdala devresi sayesinde hoşlanılan ve hoşlanılmayan şeylerin farkına varılır. Eğer amigdaladaki duygusal bellekle bağ kopuksa insan için her şey belirsizleşir. Duygusal bilgi haznesine erişim koptuğunda insan karar vermek de güçlükler yaşar. Bu nokta da Damasio duyguların karar verme mekanizması için vazgeçilmez yapılar olduğunu söyler. buna göre duygular mantıklı olabilmek için gereklidir. duygusal zihin ve akılcı zihin birbiri ile işbirliği kurar. Duygu ve düşünce etkileşiminde içinde bulunulan duruma ilişkin uygun karar verilir (Goleman, 2006, s. 57).

Duygular iyi kavrayış ve doğru yargı için önemlidir. Duygusal durum sezgilerle bağlantılı olarak içsel gerçeği dinlemeyi ve onunla uyumlu olmayı gerektirir. Sezgisel yaratıcılık iç bilincin hissedilen yanıdır. Hissedilenlerin iyi kavrayış ve yargıdan uzak değildir. Bu anlamda duygular kuru mantığı tamamlayan yapılardır. Duygular sezgisel yanı olan bir mantık sunar (Cooper & Sawaf, 2003, s.6-7-8). İnsan herhangi bir konu hakkında yargıya varabilmesinde sağ duyunun yanı sıra sezgilerini de geliştirmesi gereklidir (Tarhan, 2010, s.48). Cüceloğlu (2021) ise karar alırken hep konfor alanında kalmayı önermez. Buna göre kişi keşif alanına çıkmalı ve bu nokta da duyguların rehberliğine güvenmelidir (s.174).

Duygusal gelişim de duyguları düşünce, davranış ve bağlam arasında ayırım yapılmalıdır. Bunun için bazı noktalara dikkat edilmelidir (Merlevede, Bridoux & Vandamme, 2003, s. 178). Bunlar ;

- 1- Duygulara belli bir mesafeden bakılmalı ve duyguya ilişkin deneyimi yeniden kurmak gerekir.
- 2- Duyguların anlamını bulmak gerekir.
- 3- Duyguların kişi üzerindeki etkisini bulmak gerekir.
- 4- Koşullanma sürecinde duygunun özel rolünü bulmak gerekir.

Duygular kavramsallaştırma ve değerlendirme yetileri içermesi bakımından dikkat çekicidir. Bu duyguların anlamları olduğuna ilişkin temel göstergelerden biridir. Duygular yaşamla uyumlu olarak belli kavramsallaştırmalarla kişinin dünyadaki yerini biçimlendirir. Solomon bu anlamda duyguları dünya ile girişilen angajmanlar olarak yargılar içerdiğini söyler. Buna göre duygular yaşama ilişkin değerlendirme yargıları inşa eder (Solomon, 2016, s.312- 313).

BÖLÜM IV

FELSEFE TARİHİNDE DUYGULAR

4.1.İlkçağ Felsefesinde Duygular

Tüm felsefi ekollere göre insan hayatının ıstıraplarla dolu olması, düzensizliği, bilinçsizliği tutkulardan kaynaklanır. Düzensiz arzular, abartılı korkular, aşırıya kaçan duygular insanı sekteye uğratan yapılar olarak kabul görmüştür. Filozoflar insanı sekteye uğratan bu yapıları kontrol altına alabilmek adına, farklı ruhani alıştırma pratikleri üretmiştir (Hadot, 2012, s.22). Örneğin Platon, Aristoteles ve Stoa felsefesinde tutkulardan kurtulma, aklın güvenli sularında yer edinen mükemmel insanı ortaya koyma çabası olarak karşımıza çıkar. Tüm ekoller kendi yöntem ve öğretileri ile insanı içinde bulunduğu huzursuz durumdan kurtarmaya çalışır. Ruhani alıştırmalar pratiği ilk olarak Sokrates diyalogda karşımıza çıkar. Diyalog muhataplarını içsel bir konuşmaya, kendi kendini tanımaya ve bir tür bilinç sınamasına çağırır (Hadot, 2012, s.36).

Sokrates kendinden önceki filozofların aksine felsefi tartışmaya yeni bir seyir kazandırmış ve dikkatleri insan üzerine çekmiştir (Robinson, 2020, s.44). Bundan hareketle felsefede insan sorunsalı gündeme gelir. Bu kısımda insan üzerine yürütülen felsefi tartışma ile birlikte, filozofların ruh ve beden ikilemi üzerine ortaya koydukları yorumlarından hareketle, duygulara dair fikirler açıklanmıştır. İlk çağ düşüncesinde duygulara ilişkin olarak Platon, Aristoteles ve Stoacıların fikirleri öne çıkmaktadır.

4.1.1. Platon

Platon, iki dünyalı varlık anlayışında varlık-oluş, gerçeklik-görünüş sorunsalına bir çözüm aramaya çalışır. Platon felsefesi temel olarak bu ayrıma dayanır. Bu öğretide değişimler içindeki değişmezliği, süreksizler içindeki sürekliliği, çokluk içindeki birliği ortaya koymaya çalışır. Platon bu ayrımları yaparken görünüşler dünyası ile idealar dünyasının sınırlarını net olarak belirler. Buna göre bir yanda değişikliğin söz konusu olmadığı, akıl tarafından sezilen idealar dünyası, diğer yanda da duyum yoluyla ilişki kurduğumuz değişen bir dünya mevcuttur. Platon görünüşler dünyasını yok saymamakla birlikte ona herhangi bir gerçeklik de atfetmez. Buna göre bütün esas gerçeklik idealara ve onun bilgisine aittir. İdealar dünyası görünüşler dünyasının kaynağıdır, oluşum sebebidir. Duyusal her bir nesne ideasından pay aldıkça varlığa gelmektedir (Ceylan, 2018). Gerçekliğin görünebilir ve dokunulabilir olandan çok uzak bir ilişkisi vardır. Platon'un görünüşler dünyasına hiçbir gerçeklik atfetmemesinin sebebi, görünüşler dünyasındaki duyumlama yoluyla edinilen bilgilerin yanıltıcı olmasından ötürüdür. Duyuların yanılsama yaratan bilgisine karşılık, akıl yoluyla ideaların bilgisine ulaşmak gerekir. Aksi halde gerçekliğe ve asıl olan idelerin bilgisine asla erişmek mümkün olmayacaktır. Bu noktada Platon'un ruh ve bedene yüklediği anlamı iyi ayırt etmek gerekir.

Platon'cu ruhani alıştırmanın ana teması ruhun kendi akli aracılığı ile saf düşünceye ulaşmaya çalışması olarak açıklanır. Bu noktada her türlü bireysellik içeren durumdan, evrenselliğe yükseliş söz konusudur. Bu görünüşler dünyasındaki insani uğraşların daha aşağı görülmesine karşı evrensel kapsayan, bütünü temaşasının ait olduğu ruhtur. Bu yükseliş, bireysel ve tutkulara sahip öznenin evrensel perspektifin nesnelliğine, yani saf düşünceye yükseliştir. Ruhun yüceliği düşüncenin evrenselliğinin bir ürünü olarak anlaşılır. (Hadot, 2012, s. 46-47). Platon, akılsal olana yoğunlaşarak saf düşünceye ulaşmayı amaçlar. Platon'a göre insana düşen görev, belli düşünce süreçlerinden hareketle iyinin ışığına ulaşmaktır. Onu mutlu bir ruh yapacak olan şey budur. İnsanı bu yorucu süreçlere sokan şey ise ruhun bedenle sentezidir. Beden insanı aşağıya çeken bir yapı olarak, sonsuz istemeyi getirir. Ruhun bu bedenleşme hali insanda birtakım unutuşlar yaratmıştır. İşte insan bu unutuşa karşı hatırlayışa geçmek durumunda olan akıl sahibi yegane varlıktır (Durant, 2014).

Platon'un ruh öğretisi parçalı bir yapı sunar. Buna göre ruh parçalı bir yapıda olup üç bölümden oluşur. Her insan da mevcut olan bu üç kısım; akıl, tin ve iştahadır. Platona'a

göre bu üç kısım farklı yetilerde olup, farklı işlevleri gerçekleştirir. Üçlü kısımda iştah ruhun arzulayan (açlık, susuzluk, cinsellik vb.) ve bedene ait fiziksel ihtiyaçlarını temsil eden parçasıdır. Akıl ise tını ve iştahı denetleyen kontrol merkezidir. Platon mutlak gerçeklik olan formlara ancak akıl sayesinde ulaşabileceğini düşünür. Tını ise daha çok aklın yanında yer alan Platon'un öfke ve kızgınlık olarak da nitelediği diğer kısımdır. Bu parçalı ruh öğretisine göre insan için en ideal olan aklın diğer parçalarla kurduğu uyumla ilişkidir (Stevenson, 2005, s. 37-38). İnsanın üç ayrı yanı vardır ve bu üç ayrı yan, ayrı amaçlara ve isteklere yönelir durumdadır. İnsan bir yanıyla bilgi edinir bir yanıyla öfkelenir bir yanıyla da bedensel ihtiyaçlara (açlık, susuzluk, cinsellik) yönelir (Platon, 2010, s. 316). Ruhu farklı kısımlara ayıran ve bu kısımlara farklı işlevler yükleyen Platon, ruhun kontrolünü akıla vermiştir. Burada temel olarak bedensel olandan uzaklaşmaya karşı ruhsal olanı önceleme söz konusudur.

Platon'a göre kusursuz bilmek, bedene hapsolmanın ötesinde onun sınırlarını aşmakla ilgilidir. İnsanın iç sesi tutkuları aşmayı ve bedenden uzaklaşmayı işaret eder. Platon tutkulardan kopmayı ve duyuların verdiği yanlış yönlendirmelerden düşünceye doğru yükselişe geçmeyi gerekli görür. Ancak bu şekilde ruh hem hareketin bir ilkesi, hem de hareketin ilkesi olmadan önce irade ve akıl olabilir. Platon için beden kendi kendine hareket edebilen bir yapıya sahip değildir. Bedenin her hareketinde ruhun mevcudiyetini gördüğünü ve onun sonsuz ve ölümsüz olduğunu düşünür (Bergson, 2020, s. 10-11). Duygulara dair fikirlerini ruh öğretisinden hareketle ortaya koyan Platon, Phaidon diyalogunda ruha ilişkin açıklamalar da bulunur.

Platon "Phaidon" (2011) diyalogunda ruh, beden, erdem, haz ve acılara yönelik düşüncelerini detaylı biçimde ele alır. Platona göre bedeni önemsemek yersizdir. Çünkü beden insanı yanlış düşüncelere yönlendirmekte ve yanıltmaktadır. Bu nedenle insan için önemli olan beden değil ruh olmalıdır. Bedenden ziyade ruha yoğunlaşmak ve ona kulak vermek gerekir. Ruhu bedenle olan birlikteliğinden olabildiğince kurtarmak gerekir. Çünkü ne zamanki ruh beden aracılığı ile bir araştırmaya koyulsa, beden tarafından en yüksek ölçüde yanıldığı görülür (s. 24-25). Doğrunun bilgisine, gerçekliğe yalnızca duyulardan ve bedenden kurtulma halinde ulaşmak mümkündür. Beden ve duyulardan gelen yanılsama ruhu yanlış yollara saptırır (Platon, 2011, s. 27). Platona'a (2011) göre ruh tanrısal olana benzer, beden ise ölümlü olana benzerdir. Bu sebeple ruh Tanrısal, ölümsüz ve yok edilemez bir yapıdadır. Beden ise tam tersine ölümlü, sonlu ve yok edilebilir

yapıdadır(s.63). Ölümü ve ölüm korkusunu bedene yönelten Platon'a (2011) göre, bedensel haz ve tutkularla bezenmiş olan beden ölüm anı geldiğinde endişe ile titrer (s.65). Platon ölüm korkusunun nedenini de bedensel olma ilişkilendirir ve yok olmayı beden bir endişesi olarak yorumlar.

Timias diyalogunda ruh ve bedenin oluşumunu anlatan Platon'a (2001) göre bir yandan gözle görülür vücudu, öte yandan gözle görülmeyen akıl ve ölümsüz olan şeylerin en yetkini olan ruh doğar. Ruhlar tenlere yerleşince karşılaştığı güçlü izlenimler karşısında doğal olarak duygulara, haz ve acı ile karışık sevgiye, korkuya, kızgınlığa ve tutkulara sahip olacaklardır. Buna karşı tutkularına egemen olanlar doğruluk içinde, tutkuların esiri olanlarsa eğrilik içinde yaşamaya mahkum olacaktır (s.36-44). Platon (2001) haz ve acıların aşırılığından ötürü akıl noksanlığı yaratır ve bu ruhun bir nevi hastalanması demektir. Haz ve acıların aşırılığına saplanmış kişi ömrünü delilikle geçirir. Ruhun çektiği acıların sebebi bedenin yarattığı haz ve acılardan kaynaklanır (s.104). Duyguları bedenli oluşa dayandıran Platon, onların akıl kontrolünde olması gerekliliğine dikkat çeker.

Ruh erdemi ve daha birçok şeyi önceden bilmekte, doğuştan bir takım bilgiler getirmektedir. Platon'a göre dünyaya gelirken bazı unutuşlar yaşandı, buna karşı yapılması gereken tek şey hatırlayışa geçmektir. Hatırlamak adına girişilen çabaya engel teşkil eden durumlardan biri bedene bürünmüş olmakla ilgilidir. Beden kişiye doğruya ulaşmada zorluklar yaratmaktadır. Bu zorluklar içerisine duyguları da dahil eden Platon korku, aşk, arzu gibi duygularla bedenin hayal ve anlamsızlıklarla dolduğunu söyler. Ruh bedenlenmenin yarattığı kötü karışımla adeta kirlenmekte ve doğruya ulaşmada engelleyici bir unsur olmaktadır. Beden her daim istekler peşindedir, insandan hep ona odaklanmasını ister ve sayısız taleplerde bulunur. Bu nedenle beden yanıltıcı ve yanlış yollara saptırandır. Bu durum doğruluğun saf bilgisine ulaşmada büyük bir engel teşkil eder. Platon bunun için felsefesinde bedenden kurtulmayı hedefler ve salt ruhun yönelimiyle hareket etmeyi gerekli bir koşul olarak ortaya koyar (Platon, 2011, s. 26-29). Bedenin duyusal dünyada duyular aracılığı ile yaptığı yönelimler, ruhu durağan olmayana doğru sürükler. Buna karşı ruh ancak araştırmasını salt kendi başına yaptığı zaman, kendi başına kaldığı zaman mutlak varlıkla olan yakınlığından ötürü ve onunla birlikte olduğunda bilgeliğe ulaşabilir. Ruhun bu haline temaşa adı verilir (Platon, 2011, s.6).

Platon (2011) haz ve acı arasında ki birlikteliği zorunlu bir ilişki olarak görür ve bu ikisini tek bir başa bağlanmış yaratık olarak tanımlar. Her kimse haz peşinde koşarsa, mecburi

olarak diğeri de yakalamak durumunda kalır. Hazzın karşıtı olarak gördüğü acıyı zorunlu bir birliktelik içinde değerlendirir (s.14). Platon'a (2011) göre kötülüğün en büyüğü haz ya da acıyı, bu duygunun esas nesnesinin gerçeklik olduğuna inanılması ile ortaya çıkar. Böyle olduğunda ruh bedene her zaman olduğundan daha çok bağlanır. Her haz ve acı bedeni ruha bağlayıcı unsurlar oluşturur (s.71-72). Gerçekliğin bilgisine ulaşmada ilkin haz ve acılardan uzaklaşmayı, buna karşı akıllı rehber tutmak gerektiğini söyleyen Platon, gerçekliğin bilgisine ulaşmayı akıl yürütmeye bağlar. Yapılması gereken arzulara teslim olmak yerine, akıllı esas kılarak ruhu yanlış yollara sapmaktan korumaktır. Bilgelige, ruh üstünlüğüne ermeyen beden zevklerine doyumakla yetinen kimseler yaşamları boyunca alçağa düşmeye mecburdur (Platon,2010, s. 325).

Platon felsefesinde iyi, erdem, mutluluk kavramlarını da derinlemesine incelemeye alır. Ona göre mutluluğun nihai noktası erdemdir. Ruh eğer kendi ruhaniyetini belirler ve ona ulaşırsa iyi ve erdemli bir yaşam sürer. Ruh iyi eden şey ancak erdem, mutsuz eden şey ise kötülüktür. Platon'a göre erdem ruhun kendini düzenlemesi olarak anlaşılır (Özcan, 2016, s.66). Platon "Devlet" adlı eserinde erdemlerden biri olan ölçülülüğe dikkat çeker. Bu noktada ölçülülüğü, isteklere tutkulara vurulan bir çeşit dizgin olarak nitelendirir. Akıl ve düşünce yoluyla sade ve ölçülü isteklerde bulunarak yaşamak, insanın aşırıya kaçmamasını ve kendisini tutmayı sağlayacaktır (Platon, 2010, s. 129). Platon felsefesinde ortaya koyduğu işlevselci tavır itibari ile bireysellikten önce toplumsal olmayı önceler. Bu fikir odağında ölçülü olmak hem bireysel yaşamda hem de toplumsal yaşamda temel erdemlerden biri olarak anlaşılır.

Platon (2019) Philebos diyalogunda bedene ait olan hazlar olduğu gibi sadece ruha ait olan haz ve acıların olduğunu da söyler. Hatta hem beden de hem ruhta olan haz ve acı karışımları olduğunu da dikkat çeker. Buna göre haz duygusu ne kadar çok bedene yayılırsa insan o denli çarpıklıklar göstermeye başlar (s.80-83). Platon bedenle ilgili olan hazları net bir tavırla olumsuz olarak değerlendirir. Bunlar kişinin dengesini bozan ve onu hataya düşüren etkiler yaratır.

Platonun ruha ait haz ve acıların varlığını kabul etmesini duyguların bilişsel temeli olabileceğine dair bir düşüncüyü akıllara getirir. Çünkü bizzat bedensel süreçlerin kendisi haz ya da acı değildir, bunlar fakına varılması gereken durumlar olarak ortaya çıkmaktadır. Duyguların bilişsel temelli olduğu düşüncesine vardığı bir başka nokta ise hoşlanma ve hoşlanmama halidir. Platon'a göre algılanan bedensel süreçlerden bazıları doğal olarak

algılanırken, bazıları ise hoşlanma veya hoşlanmama olarak değerlendirici bir algılama hali gösterir. Bu iki algılama biçimi birbirinden farklıdır. Çünkü ikinci durumdaki hoşlanma veya hoşlanmama hali tecrübelerle ilişkili bir kanıyı gerektirmektedir. Bu noktada bilişsel temelli bir açıklama ya rastlanıldığı söylenebilir. Platon ‘un yaptığı bir başka değerlendirici açıklama ise fikir ile haz arasındaki etkileşimle ilgilidir. Yaşanan bir tecrübe neticesinde haz ve acılar bir sonraki deneyimde daha önceden hissetmeye yardımcı olur ve daha önceki deneyimle yenisi arasında bir benzerlik bulur. Bu sebeple davranışların belirlenmesinde ve yönlendirilmesinde etkilidir. Öte yandan karmaşık hazlar ve üzüntüleri üç gruba ayıran Platon, bedene ait algılanan hazlar, ruha ait algılanan hazlar ve her ikisine ait algılanan hazlar olarak ayırır (Gökalp, 2019, s.19).

Platon’da insan hayatının nihai hedefi “eudaimonia” olup, ona yalnızca erdemli bir yaşam sürerek ulaşılabilir. Ahlaki doğrular kendileri ile ilgili olan idealara bütünüyle karşılık gelmektedir. Bu nedenle ahlaki yargıların öznel kanaatler bir takım kişisel duyguların dışı vurumu olması söz konusu olamaz. Ahlaki yargılar ancak ideaların ifadesi olarak anlaşılmalıdır Buna göre “adil, bilge, cesur, ölçülü” benzeri etik kavramlar idealarda temellenerek oluşan, zihinden bağımsız bir gerçekliktedir. Bu bakımdan ahlaki yargılar nesnel bir doğruluk değerine sahiptir (Cevizci, 2014, s.150). Platon için erdemli olma genel olarak felsefesinin nihai amaçlarından biri görülür. Bunun sağlayıcısı konumunda değinilmesi gereken bir başka konu ise, devlet felsefesi anlayışıdır. Parçalı öğreti anlayışını burada da başka bir versiyonla işleyen Platon, devlette yaşayanları üç gruba ayırır. Bunlar; köylüler, askerler ve yöneticilerdir. Parçalı ruh öğretisinde olduğu gibi burada da her bir parçanın amaç ve işlevi farklıdır. Platon’un devlet görüşü genel felsefi görüşüyle aynı amaçlar etrafında biçimlenmiş olup geneli itibarıyla tutarlılık gösterir. Devlet tüm unsurları kullanarak, en önemli varlık sebebi olan ‘en iyi düzeni’ amaçlamaktadır. Ancak ‘en iyi düzen’den anlaşılması gereken, en iyi düzene varılma isteği olup, içinde yine idealite barındırır. Platon’a göre devlet, birlikte yaşamayı özel çıkar ve yararlarına uygun gören bireyler topluluğu olarak işaret eder. Devlet birey ilişkisi bu nedenin bir sonucu olarak ortaya çıkar ve bir bakıma zorunlu bir ilişki içerir. Platon’a göre devletin kurulma sebebi insanın tek başına oluşuna karşılık kendi kendine yetmemesi, başkalarını gereksinim duymasına dayanır. İnsanın yaşamını sürdürebilmesi için temel ihtiyaçlarını karşılaması gerekir. Bu ihtiyaçlarının bir kısmını kendisi karşılayabilir ancak, karşılayamayacağı bir takım ihtiyaçları da vardır. Bireylerin bu gereksinimlerini

karşlamak için bir araya geldikleri noktada devlet dediğimiz bir düzen ve birlikte yaşamak durumunda olan topluluk ortaya çıkmaktadır (Bayoğlu, 2012, s.25-26).

4.1.2. Aristoteles

Aristoteles felsefe düşünce tarihinde diğer düşünürlerden ayrı bir öneme sahiptir. Bilgisi, özgünlüğü, sistematikliği ve felsefesi onu aşılması güç bir konuma yerleştirmiştir. Aristoteles felsefesi tüm bilimleri kuşatır nitelikte olup felsefe, mantık, psikoloji, politika, etik, estetik, retorik, vb. alanları ortaya koyar. Bu anlamda Aristoteles felsefesi aynı zamanda özgün ve yaratıcı bir sentez olarak değerlendirilir. Bunun yanı sıra temel kavramlar üzerine de günümüze değin ulaşacak bir felsefi terminoloji bırakır. Aristoteles tüm zamanları etkilemeyi başaran bir filozof olarak düşünce tarihine derin izler bırakır (Thilly, 2000, s. 174-175).

Aristoteles ruha ilişkin görüşlerinde Platon'dan oldukça farklı bir öğreti ortaya çıkarır. Platon'a kadar olan ruh teorilerinde, ruhu cismani olandan kurtarmaya dayalı bir felsefe hakimdir. Platon'la birlikte ruh kökten bir şekilde bedenden sökölür ve ruhtan daha aşağı bir yapı olarak değerlendirilir. Felsefesinde bireyselliği geri plana atan Platon, idealara ulaşmak için genele uygun yaşamayı gözetir. Aristoteles ise bunun aksine insanın bireyselliğini ön plana çıkarmaya çalışır. Bu sebeple özellikle ruh ve beden arasında sıkı bir dayanışma kurmaya çalışır. Aristoteles Platon'un aksine birbirine zıt konumlandırılan terimleri, birbirine nüfus etmesini sağlayarak, ilişkisel bağlamda ortaya yeni bir insan anlayışı ortaya çıkarır (Bergson, 2020, s.13). Platon felsefesini gökyüzünden yeryüzüne indiren Aristoteles, bütün varlıkların içinde bir biçim olduğunu düşünür ve bu sebeple de madde ile ilişkiselliğini felsefesinde yoğun biçimde işler (Mussenbrock, 2013, s.57). Ayrıca Aristoteles fiziki temâşasal bir faaliyette olup, ruhu gündelik kaygılardan kurtararak onu neşe ve sükunete yöneltir. Doğayı ve varlıkları büyük bir şevkle inceleyen Aristoteles, doğanın onu inceleyen kişilere inanılmaz zevkler yaşattığını düşünür. Buradan dikkat çeken nokta şeylere sebep veren nedenleri fark edebilmekle ilgilidir (Hadot, 2012, s. 47).

Aristoteles (2019) ruhu anlamayı ve onun bilinmesini oldukça önemli görür. Çünkü ruhu tanımak hakikate yapacağı katkı bakımından değerlidir. Aristoteles'in ruha ilişkin yürüttüğü çalışma onun varlığı, doğası ve onunla ilişkili her şeyi ortaya koymaya yöneliktir (31). Duyumsamak, bir görüş oluşturmak, iştah duymak, istemek ve genel olarak arzular

ruha ait yapılardır (Aristoteles, 2019, s.81). Aristoteles'in ruha ilişkin görüşleri beden, akıl, arzular, duyumsama, erdem gibi birçok konuya da açıklık getirir.

Aristoteles'e (2019) göre insan ruh ve bedenden oluşan birleşik yapı bir varlıktır. Burada dikkat edilmesi gereken nokta ruha yapılan vurgudur. Çünkü ruh bir beden değildir, beden bir şeydir. Bedende bulunur, fakat ancak belli bir bedende bulunur. Aristoteles burada her ruh ve beden birleşiminin aynı olmadığına dikkat çeker. Aristoteles ruh ve beden birleşiminin de belli özel nedenlere bağlı olduğunu düşünür. Çünkü ona göre bir şeyin yetkinliği onun uygun maddeye sahip olmasıyla ilgilidir. Ruh beslenme, arzulama, duyumsama, yer değiştirme, akıl yürütme gibi yetkinliklere sahiptir. Fakat bitki hayvan ve insan arasında bu yetkinliklerde farklılaşmalar mevcuttur. Örneğin bitkiler sadece beslenme hayvanlar ise, bundan fazla olarak duyumsama yetisine sahiptir (s.99-101). Duyumsama yetisi olması bakımından hayvanlarından arzu edebildiklerini düşünen Aristoteles, duyumsama yetisini duygularla da ilişkilendirir.

Aristoteles ruhun halleri (pathe) olarak ele aldığı duyguları, "ruhun etkilenimleri" olarak tanımlar. Bu noktada yaptığı ilk açıklama duyguların ruha mı yoksa bedene mi ait haller olduğunu tespit etmek üzerinedir. Aristoteles'e (2019) göre ruh halleri (pathe) bir beden olmadan ne bir etkide bulunma ne de bir etkiye maruz kalma durumu söz konusu değildir. Örneğin öfkelenmek, cesaretlenmek, iştah duymak genel olarak duyumsama ile ilişkilidir. Bu nedenle Aristoteles ruh hallerinin (pathe) bedenle ilişkili olduğunu düşünür. Söz konusu duygular olduğunda korku, acıma, sevgi, nefret, neşe vb. etkileri görülür, bunlar bedende de bir takım değişiklikler meydana getirmektedir. Örneğin öfkelenmek, belli bir durumda olan bedenin, bir gücün etkisiyle belli bir şeye yönelik hareketi olarak tanımlanabilir. Buna karşı örneğin akıl etme ruha ait bir hal olabilir niteliktedir. Fakat o da eğer hayalin bir çeşidiyse ya da hayal gücü olmadan mümkün olmuyorsa, bu durumda akıl etme dahi ruha ait bir hal olamaz (Aristoteles, 2019, s.35-37). Aristoteles'e (2019) göre duyular olmadan hayal gücünün ortaya çıkması mümkün değildir. Hayal gücü olmadan da yargılar oluşmaz, buna göre her görünün peşinden bir inanç gelir ve her inancın peşinden de bir ikna olmuşluk hali gelir. Hayal etmek duyunun ilineksel nesnesi bakımından bir görüş oluşturmada etkilidir (s.83). Aristoteles hayal gücü ve duyular arasındaki ilişkiyi fark eder ve hayal gücünün yargılara yol açtığını söyler. Bununla birlikte inancın bir tür bilme eyleminden ziyade ikna olma hali olduğunu söyleyerek duygulara işaret eder. Çünkü duyguları "Retorik" adlı eserinde bir kimseyi ikna etmenin araçları olarak ele almaktadır.

Aristoteles'e (2019) göre duygular, insanın ruhu aracılığı ortaya çıkan şeylerdir. Akıl yürütmek, sevmek, nefret etmek ruhun geçirdiği haller değil bir ruha sahip olmak bakımından ortaya çıkan hallerdir (s.67). Duyguları insan ruhundan dışsal bir yeti olarak görmeyen Aristoteles, akıl yürütmek gibi duyguları da ruha sahip olmak bakımından ortaya çıkan haller olarak değerlendirmesi oldukça önemlidir. Aristoteles duyguların etkilerini detaylı biçimde ele alır ve onların ortaya çıkardığı etkileri detaylıca analiz eder.

Aristoteles "Ruh Üzerine" (2019) adlı eserinde insanı harekete geçiren gücü araştırmaya koyulur. Ona göre insanı harekete geçiren akıl değildir. Kişiyi harekete geçiren şey arzular ve amaca yönelik olarak işleyen pratik akıldır. Pratik aklın teorik akıldan farkı amaçsal oluşudur. Her arzu bir amaca yönelik olup zaten pratik aklın başlangıç noktası da arzunun yönelik olduğu şeydir. Bu durumda pratik aklın akıl yürütmesi de arzu kaynaklıdır. Çünkü arzulanan hareket ettirir ve eyleme geçmede ilk hareket ettiren şey arzulayan kısımdır (s.209). Aristoteles'e göre ruhta hareket ettirici gücün arzular olması onu ruh ve beden ile ortak işlevler dahilinde ele alınması gerektiği sonucunu çıkarır. Bu anlamda duygular, ruh ve bedenin ortak konusu olarak işlenmelidir.

Aristoteles (2020) "Nikomakhos'a Etik" adlı eserinde haz ve acıların erdemle ilişkisini çözümler. Ona göre tüm eylemler ve tercihler amaçsallık içerir. Her şeyin bir yapılış amacı olduğuna göre, her birinin bir iyisi de olmak durumundadır. Bu noktada Aristoteles iyi olan şeyleri üçe ayırır; dışsal iyiler, ruha ait iyiler ve bedene ait iyilerdir. Burada ruha ait iyiler gerçek iyilerdir (Aristoteles, 2020, s.28-31). Hazları da ruhsal ve bedensel olarak ikiye ayıran Aristoteles,(2020) erdemleri de düşünce erdemleri ve karakter erdemleri olarak ikiye ayırır. Buna göre düşünce erdemleri zamanla eğitim sayesinde kazanılır. Karakter erdemleri ise, alışkanlık ile elde edilebilir (s.41). Karakter erdemleri etkilenimlerle ilgili olarak korku, cesaret, istek, kızgınlık, haz, acı, gibi duygular fazla ya da eksik olabilir. burada önemli olan uygun zamanda, uygun oranda ve uygun kişiye karşı hareket etmek önemlidir (Aristoteles, 2020, s. 48). Aristoteles yaptığı bu belirlemelerle duyguların kontrolü noktasına dikkat çekmeye çalışıyor denilebilir. Çünkü doğru zamanda, doğru oranda ve doğru kişiye karşı duygusal bir harekette bulunmak, duyguların kontrol edilebilirliğine işaret eder. Bu anlamda Aristoteles'in de duyguları düzenleme ve kontrol edilebileceği fikrine sahip olduğu dikkat çekicidir.

Aristoteles'e göre ruhta huy, etkilenim ve imkan olarak üç şey gerçekleşir. Hazzın ve acının peşinden gelen istek, korku, cesaret, kıskançlık, sevgi, nefret gibi duygular

etkilenimlerdir. Bu duygulardan etkilenmeyi sağlayan şey ise imkandır. Etkilenimlerin iyi ya kötü olması ise huydur. Yani bir şeye gereğinden fazla ya da az kızma hali duygularda ki ölçüsel farklılıkların nedeni huyla ilgilidir. Aristoteles duyguların belirleyicisinin kişiye bağlı olduğunu düşünür (Aristoteles, 2020, s.47). Duyguların yoğunluğu konusuna da sıkça dikkat çeker. Bu nokta da duyguların kişiyi hataya sevk eden sebebi ölçüyü kaçırmaya bağlanır. Bu sebeple duyguları çözümlemek oldukça önem arz eder. Duyguların ne olduğunu ve yapısını çözümlemek ölçüyü ayarlamak bakımından dikkat çeken bir kriterdir.

Aristoteles'e (2020) göre bir şeyi seçmek ya da seçmemek konusunda üç belirleyici şey bulunur; güzel ve yararlı şeyler, haz verici şeyler ve acı verici şeylerdir. İyi insanların seçimleri genelde doğruya yönelik ve başarılıdır. Kötü insanlar ise bu konuda başarısız olanlardır. Kötü insanların başarısızlıkları ve onları yanılgıya sokan şey hazla ilgilidir. Çünkü haz tercih edilebilecek her şeyin için de vardır. İşte bu nedenle erdem konusu özellikle haz ve acıyla ilgilidir. Buna göre hazzı ve acıyı iyi yönetebilen iyi, kötü şekilde kullananlar ise kötüdür (s.45). Sonuç olarak diyebiliriz ki erdemler tercihlerimizle ilgilidir. Erdemli olmak orta yolu bulmaktır. Çünkü kötülüğün sebebi etkilenimlerde ve eylemlerde fazlalık ya da eksiklik olma durumudur. Bununla beraber tüm etkilenimlerde ortası iyidir demek yanlıştır. Çünkü öyle etkilenimler vardır ki baştan yanlış ve hatalı olup ortasının makbul olma durumundan söz edilemez. Örneğin kıskançlık, utanmazlık, korkaklık, hazza düşkünlük gibi (Aristoteles, 2020, s. 49). Aristoteles erdemleri duygular ve eylemlere dayandırarak açıklamıştır. Yaptığımız eylemler sonucunda bazı duygular ortaya çıkar ve bu duygulardan hareketle çıkarılan sonuç neticesi ile erdemli ya da erdemsiz oluruz.

Platon çocukluktan itibaren güzel şeylerden haz almayı ve acı çekmeyi içeren bir eğitim anlayışı içindedir. Bu eğitimin verilmesi gerektiğini düşünen Aristoteles, erdemlerin haz ve acı ile ilişkisi bakımından iyi ya da kötü olmaya bağlı olduğunu düşünür. Haz ve acının eğitimiyle kişinin iyi ya da kötü yönelimine etkide bulunulabileceğini düşünen Aristoteles, haz ve acıların uygun biçim de isteme ve aklın fikirlerle uygunluğu ile iyi olunabileceğini düşünür. Ayrıca eylemlerimiz sonucunda ortaya çıkan haz ve acıların huyları ortaya çıkardığını düşünen Aristoteles, eylemlerin farklılaştığı durumda huylarında değişebileceğini vurgular (Aristoteles, 2020, s.42-44).

Haz ve acılar konusunda kendine hakim olma ölçülülük, olamama ise ölçüsüzlüktür. Elbette bu ölçüyü ayarlamak ve ortayı bulmak güç bir iştir. Bu nedenle az insanın yapabildiği güzel bir erdem olarak değerlendirilir. Aristoteles (2020) bunu yapabilmek

için, yani ortayı bulabilmek adına bazı tespitlerde bulunur. Bunu yapabilmek öncelikle kişinin nelere meyilli olduğunu bilmekle ilgilidir. Nelerden haz ve acı duyulduğunun bilinmesi kişiyi daha az hata yapmaya götürür (s.54). Aristoteles burada insanın kendini ve duygularını tanıması gerekliliğine dikkat çeker. Eğer kişi kendini bilir, haz ve acı noktasında neye karşı meyilli olduğunu tespit edebilirse kendi ölçüsünü de bulabilir. İnsanın duygular noktasında ölçülü oluşu, onu erdeme ulaştıracak yegane yoldur. Kişinin kendine hakim olması, tercihlerinde onu doğru seçimlere götürür. Fakat eğer kişi kendine hakim değilse isteklere yönelir. Bu noktada Aristoteles istek ve tercihin birbirinin karşıtı olduğunu söyler. Tercihler kişinin kendi doğası ve tercih edilenin doğası arasındaki uygunluğunda kendine hakim biçimde yöneldiği alandır. İstekler ise daha kontrolsüzce ve kişinin arzuların hakimiyeti altında olduğu zamanda yöneldiği alandır.

Duyguların detaylı biçimde tanımlarının ve ortaya çıkış sebeplerinin anlatıldığı “Retorik” adlı eserinde, Aristoteles (1995) duyguları genel bir kavram olarak gördüğü “coşkular” kavramı altında ele alır. Buna göre coşkular insanların yargılarını değiştiren ve aynı zamanda haz ve acı ile birlikte hareket etmek durumunda olan duygulardır (s.98). Aristoteles bir duygunun ortaya çıkışında hangi ruh halinde, hangi kişilere ve hangi nedenlerden ötürü bu duyguyu ortaya çıkarmanın çözümlenmesi gerektiğini söyler. Bu noktalardan birini, hatta ikisini bilmek yeterli değildir (s.100). Aristoteles retorik eserinde insanların içinde bulunduğu ruh hallerini çözümler. Duyguların yargıları etkilediğini düşünen Aristoteles, coşkular ve ahlaki niteliklerle ilgili olan çeşitli insan tiplerini incelemeye alır. Aristoteles’in (2020) duygular konusunda dikkat çektiği bir başka konu ise gençlik ve yaşlılık dönemi üzerinedir. Duygular daha çok gençlikte güçlü bir etki ortaya çıkarır ve kişiyi etkisine alarak ölçüsüz davranmaya yönlendirir. Bu nedenle kişi gençlik yıllarında çokça hataya sürüklenir Buna karşı yaşlılıkta ise daha tecrübeli olduğu için, daha az hata yapılır (s.103). İnsanın duygusal yaşantısında daha yoğun ve daha sakin geçirdiği dönemler üzerine belirlemeler yapan Aristoteles, daha çok gençlik yıllarında duyguların etkileyici olduğunu düşünür. Zamanla edindiğimiz tecrübe ve yaşla birlikte duyguların kontrolü ve daha az etkilenme söz konusudur.

Tablo 8

Aristoteles Felsefesinde Duygular

Öfke	Haksız yere yöneltilmiş duruma ilişkin öç alma dürtüsü
Küçümseme	Bir şeyin önemsiz olduğuna ilişkin güçlü kanı
Sakinlik	Öfkenin zıttı/ öfkenin yatışması
Dostluk	Kendinden önce diğerini düşünmek / onun için iyi şeyler dilemek
Düşmanlık-Kin	Öfkenin kişi ya da bir olayla ilişkili olma hali
Korku	Kişiye zarar verecek bir şeyin beklentisi içinde olma
Güven	Korkunun zıttı/ korkuya neden olan şeyin yokluğu
Utanç	Kendisinden ürktüğümüz ruhsal bir ayıp tablosu
Utanmazlık	Utanç durumunda hissedilmesi gereken şeyin hissedilmemesi
Sevecenlik	Karşılık beklemeksizin karşıdaki için yapılan yardım severlik
Zalimlik	Kendi çıkarlarınca eylemde bulunma/ sevecenliğin zıttı
Acıma	Kötü bir olayın onu hak etmeyen bir kişinin başına gelmesi
Hiddet	Hak edilmemiş iyi talihe duyulan kızgınlık
Kıskançlık	İyi şeylerden, talihlik karşısında duyulan acı
Gıpta	İyi şeylerin bizim doğamıza benzer kişilerde olduğunu görmenin verdiği acı

Tablo 8’de verildiği üzere, Aristoteles “Retorik” adlı eserinde duyguları tanımlamaya ve bir duyguyu ortaya çıkaran nedenleri incelemeye alır. Aristoteles Retorik’te tablo 8’de verilen duyguları işler (Aristoteles, 1995, s. 98-124).

Aristoteles tabiatın bir parçası olan insanı madde ile ruhtan meydana geldiğini kabul eder. İnsanı ruh ya da psişe olarak tanımlar ve insan ruhunun bütünlüklü vasfını dikkat çeker. Ruh ve beden arasındaki kopmaz bağı öne çıkarmaya çalışır. Aristoteles ruhun yetileri ile duygular arasındaki bağı açıklamaya çalışırken, duyguların irrasyonel ya da kontrolsüz etkenler olarak değerlendirilmesine karşıdır. İlişkisel bağlamda yürüttüğü çalışmaların da ahlaki erdemi şekillenmesinde duyguların etkili olduğu fikrindedir. Duygunun ruhun akıl dışı ve akılla ilişkili kısmı somut biçimiyle ahlaka yansır. Felsefesinde akli ve realist bir insan profili oluşturan Aristoteles akıl, duygular, erdem ve ahlaki yargılar arasında kurduğu parçalı ilişkili yapıda, güçlü bir duygu teorisi ortaya koyar (Gökalp, 2014). Aristoteles’in çalışmaları ve ortaya koyduğu düşünceler 17.yüzyıla dek uzayan bir güce sahip olmuştur. İnsan yaşamının ahlaki ve politik boyutlarını bir yandan da doğaya ilişkin kavramları bir tarafa ayırırken, diğer yandan aklın düşünsel ve güdüsel taraflarını doğa bilimleri ile temellendirmiştir. Temel süreçler düzeyinde bakıldığında Aristoteles

psikolojisi biyolojik temelli olup, Darwin'in geliştireceği düşüncelerin de temelini oluşturacaktır (Robinson, 2020, s.107-108).

Aristoteles hayatın amacının “eudamonia” olduğunu söyler. Kavram Yunanca kullanımında genel olarak dışsal zenginliğe gönderme yapan “iyi talih” anlamına gelir. Aristoteles de ise kavram bir tür etkinlik olarak ele alınır. Kendisine haz eşlik etse de “eudamonia” bir haz olarak düşünülemez. Bu yüzden daha yansız bir terim olarak “iyi durumda olma” olarak düşünülmelidir (Ross, 2011, s. 297). İnsana ilişkin açıklamalarında realist bir tavırda olan Aristoteles, duyguları da insani doğanın bir gereği olarak değerlendirir ve buna uygun biçimde çözümlemeye çalışır. Duyguları geniş bir perspektifte, detaylı olarak oluşum nedenlerini ortaya koymaya çalışır. Aristoteles duyguları ruh, beden ve erdem konuları odağında bu meselelerle ilişkisi dahilinde ele almaktadır.

4.1.3. Stoa Felsefesi

Helenistik dönemin ikinci büyük felsefesi stoacıların görüşleri ile şekillenir. Stoacı okul Helenistik-Roma çağında uzun bir tarihe sahiptir. Kıbrıslı Zenon, Kleanthes, Khrysippos, Panaetios, Poseidonos ve Romalı Cicero, Epiktetus, Marcus Aurelius stoa felsefesinin temsilcileridir. Stoacı görüş daha önceki filozofların görüşlerini sentezleyerek güçlü bir etik öğretisi kurar. Evrene yönelik yaklaşımlarından hareketle, dünyayı bir amaca göre düzenlenmiş rasyonel sistemde de bütünlük fikrini temele alırlar (Cevizci, 2020). Stoa felsefesi insanı doğa ile uyumlu bir varlık olarak ele alır. İnsanın yaşamı boyunca doğa ile uyumlu olması gerektiği vurgulanır. Çünkü insan özü gereği doğa ile uyumlu bir haldedir. Stoa felsefesini Platon ve Aristoteles felsefesinden ayıran konu ise, ruh üzerine düşünceleridir. Stoacı görüş ruhu parçalı ve akıldışı bölümlere sahip bir yeti olarak görmez. Buna göre ruh tek ve akli bir yeti olarak anlaşılmalıdır.

Stoa felsefesinde evren fikri önemli bir yere sahiptir. Evrene güçlü bir anlam yükleyen Stoacıların, bu anlamı çözümlemek için öncelikle “theoria” kavramını analiz etmek gerekir. Eski Yunanca da “to theion” kutsal, “oroa” ise görmek anlamına gelir. Bunların birleşimi olarak “theoria” ise, kutsal olanı görmek, yani temaşa etmek olarak karşılık bulur. Yunanlılar bunu kozmos olarak adlandırır. Temaşa etmek stoa felsefesinde adil ve güzel olan ahengi görmek demektir. Stoacılar için kozmik düzen ve ahenk canlı varlığı andırır.

Bütünün her bir parçası bu eşsiz düzende diğer her şeyle birlikte uyumlu bir nizam söz konusudur. Evren stoacılar için hem akli “logos” hem de kutsal “theion” olarak büyük mana ile yüklüdür (Güleç,2018, s.35-36). Stoacıların bu kozmik bakışı, insan doğasını da bu bütünün içine yerleştirir. Çünkü insanın ussal doğası ile kozmik perspektif uyum içindedir.

Doğa kontrol edilmesine uygun olmayan bir şeyi var etmez ve bu sürece katmaz. Bu nedenle iki nedenden ötürü kişi başına gelen şeylere katlanması gerekir. Kişinin başına gelen olaylar ona uygun düzenlenmiştir. En başından bu yana kişiye yazgılı şeyler, ilk nedenlerle birlikte örülmüştür. Bu bakımdan kişinin başına gelen şeyler bir anlamda evrenin refahına hizmet eder. Evrenin dengesini sağlayan nedenler vardır, eğer bu nedenlerden biri kopar ve evrenin bağlantısı, sürekliliği bozulursa evrenin kusursuzluğu zedelenebilir (Aurelius, 2020, s. 44). Doğanın her bir parçasında bulunan iyi, doğanın tüm parçalarını meydana getirir. Bütünün doğasını ve kişinin kendi doğasının ne olduğunu, bütünün içindeki yerini ve bu bütünle olan uyumunu bilmelidir. Buna uygun eylemlerde bulunmalıdır (Aurelius, 2020, s. 14-15). Aurelius ruhun doğaya uyumsuz olduğu durumları şu sebeplerle açıklar (Aurelius, 2020, s. 18). Bunlar;

- Ruhun bir insandan tiksinti duyması
- Öfke duygusu ile zarar vermeye teşebbüs edilmesi
- Zevk ya da acının etkisine girilmesi
- Rol yapılması, sahte davranılması, gerçeğin saptırılması
- Herhangi bir tutkunun amacı olmayan bir şeye yöneltilmesi

Stoa felsefesinde duygular, insan rasyonelitesine bağlı olarak ortaya çıkar. Duyguların insanda yanlış yargılara yol açtığını düşünen Stoacılar, kişinin akla uygun yaşaması gerektiğini özellikle vurgular. Bu nedenle Aristoteles’in duyguları etkilenimler olarak ele aldığı “pathos” kavramına dahi olumsuz bir anlam yüklemektedirler. Buna göre pathos akla itaatsizlik sonucu ortaya çıkan bir sapmadır. Pathosa kapılan kişiler doğaya uygun eylemlerde bulunmadıkları için, büyük bir mutsuzluğa sürüklenmek durumunda kalır (Özcangiller, 2009, s.63). Stoa felsefesine göre duygulara kapılmak ya da kapılmamak kişinin iradesine bağlıdır. Özdenetim fikrini öne çıkaran stoacı görüşte, yanlış yargıları akılla faydalı olana dönüştürmek mümkündür. Hatta bu insan için yaşamsal bir amaçtır. Çünkü madem en iyi olan mutlu bir yaşamdır. Bu durumda ona ulaşmak için çabala göstermek gerekir. Bu çabalardan biri de akli yetileri kullanmakla ilişkilendirilir. Bu

sayede kişi için gerçekten değerli olanın ne olduğunu bulmak mümkün olabilir (Cicero, 2020, s.32). Epiktetos (1989) insanın fikirlerinin, arzularının, eğilimlerinin ve eylemlerinin kişinin kendi elinde olduğuna vurgu yapar (s. 17). Stoa felsefesi duyguları yok sayan bir görüşe sahip olmamakla birlikte, onların kişiye verebileceği zararlara karşı akılsal olana dnştrlme fikri ne çıkarır. Aurelius (2020) kanaatin ortadan kaldırılmasıyla kötülüğe ilişkin şikayetin de ortadan kalkacağını, kötülüğe ilişkin şikayetin ortadan kalkmasıyla da zararın yok olacağını düşünür (s. 31).

Stoa felsefesine göre dört temel duygu vardır. Bunlar haz, acı, korku ve arzudur. Bu duygular insanda iyi ve kötü yargısı oluşturur. Buna göre haz ve arzu bir şeyin iyi olduğu yargısına, acı ve korku ise bir şeyin kötü olduğuna yönelik bir yargı oluşturur. Stoalılar duyguların zamansallık boyutu üzerine de dikkat çeker. Öyle ki haz ve acı şimdiki zamana yönelikken, korku ve acı ise gelecekte olana yöneliktir. Duyguları bir yargı olarak gören stoalılar için, bu yargılar zamansallık içinde olup şimdi ve gelecekle ilgili değer yargılarını kapsar niteliktedir (Yazıcı & Yazıcı, 2019, s. 13). Bu dört temel duygu dışında ortaya çıkan duyguların bunların karışımları olduğunu düşünen stoalılar bu duyguları haz, arzu, acı ve korku altında bir sınıflandırmaya gider (Stobaeus’dan aktaran Yazıcı & Yazıcı, 2019, s.13). Bunlar;

- Haz ile ilişkilendirilen duygular; kendini tatmin, düzenbazlık, diğer insanların talihsizliklerine sevinme
- Arzu ile ilişkilendirilen duygular; kızgınlık ve türleri, cinsel arzular, zlem, hasret, haz düşkünlüğü, onuru sevmek
- Korku ile ilişkilendirilen duygular; tereddüt, ıstırap, şaşkınlık, utanma, kafa karışıklığı, yozlaşmış inançlar
- Acı ile ilişkilendirilen duygular; şer, haset, kıskançlık, can sıkıntısı, zihinsel acı, sinirlenmek

Yunanlılar ruhun sarsılmaz temelini “euthynia” , yani “neşe, keyif” duygusunu koyar. Seneca buna dinginlik demeyi tercih eder. Bundan hareketle ruhun dinginliğini araştırmaya koyulur (Seneca, 2019, s.86). Seneca’ya (2019) göre bu ruh dinginliğine ulaşabilmek için gereksiz gürültüden kişinin kendisini uzaklaştırması, eşyaların süslü oluşuna değil gerekliliğini değerlendirmesi, yiyecek, içecek ve şehveti gerektiği kadar kullanması, uzuvlara bağlı olmayı öğrenmesi, nefsine hakimiyeti arttırması, lüks düşkünlüğünü bastırması, hırısı yumuşatması, kızgınlığı yatıştırması gerekir (s.101). Seneca (2019) için

zaafların sayısız özellikleri vardır, fakat ortaya çıkan tek bir sonuç vardı. Bu kendinden emin olamamaktır. Bunun sebebi ise insanın arzu ettikleri kadarına cesaret edememe, arzu ettikleri kadarına ulaşamama, yani korkakça ihtiraslardan ve onların kontrolsüzlüğünden ortaya çıkmaktadır (s.87). Cicero'ya (2020) göre ise sadakati, dürüstlüğü, doğruluğu ve cömertliği ile ölçülü bir yaşam süren ve arzu, şehvet, aç gözlülüğe yaşamında yer vermeyen kişi büyük bir tutarlılıkla bu özellikleri sergilediğinde iyi insan olur. Bu insanlar yaşmaları boyunca ellerinden geldiğince iyi yaşamın en iyi rehberi olan doğayı izler (s.8). Epiktetos'a (1989) göre de arzuların gayesi istediklerin elde etmek ve korkuların gayesi ise korktuklarını engellemektir. İnsanın menfaatine uymayan şeye karşı yalnız nefreti varsa düştüğü bir çukura bir daha düşmez. Fakat eğer ölümden, hastalıktan, fakirlikten korkarsan sefil olursun. Bu durumda yapılması gereken şey, korkuları doğru olanlarla yer değiştirmektir. Yani kişi elinde olmayan şeyleri olanlarla uygun biçimde değiştirmeyi öğrenmelidir. Arzulara gelince, eğer kişi elinde olmayan bir şeyi arzu ederse zarara uğramak durumunda kalır. Mümkün olan arzulara gelince, öncesinde bunlar içinde hangilerinin arzu edilmeye layık olduğunu bilmek gerekir (s.18-19).

Epiktetos (1989) insanı kederlendiren ve zarara uğratan şeyin onlar hakkında edinilen fikirler olduğunu düşünür. Örneğin ölümün kötü bir şey olduğu fikrinin oluşması gibi değerlendirmelerdir (s.20). Epiktetos arzular ve korkuların insan için uygun biçimde onun menfaatine uyacak bir şekilde dönüştürülebileceğine vurgu yapar. Şeyler hakkında edinilen bilgiler kişide fikirler olarak doğar ve daha sonra bunlar yargılara dönüşür. İşte bu noktada Epiktetos, şeyler hakkında yargılar olarak ortaya çıkan duyguların, yanlış yargılar olduğunu fark etmek ve bunların doğru olan yargılarla yer değiştirilmesi gerekliliğini vurgular. Bu anlamda Epiktetos kişinin arzularını ve korkularını yerli yerinde olması gerektiğine işaret eder. Epiktetos (1989) bu konu da şunları söyler “daha iyi duygulara, daha iyi düşüncelere sahip olmak için ne vakit yola çıktın? Fena bir huyunu düzeltmek için kime ne vakit birine başvurdun? Ne vakit ve hangi yaşta kanaatlerini tahlili etmeyi düşündün?”(s.101). Buradan anlaşılacağı üzere Epiktetos duygular için bir özdenetim fikrini kurmaya çalışır. İnsanı zora sokan duyguların aslında şeyleri yanlış muhakeme etmeye ve yanlış yargıların varlığına dayanır. Buna karşı yapılacak şey ise iradenin tutarlı kullanımıdır. İnsanın zarara uğraması kendi hatasıdır. Arzuların ve korkuların esiri olmak yerine, kişinin kendi doğasına uygun olanı yapması ve iradesini tutarlı kullanması gerekir. Yani düşüncelerin şekillendirilmesi tamamen kişinin elinde olan bir durumdur.

İnsan için erdem doğa ile uyumlu olan, değişmezlik ve sarsılmazlık taşıyan güçlü bir ışıktır. Bu nedenle erdem kaçınılmaz olarak kendisine karşı olan her şeyden nefret eder. Bu yüzden iyilik kötülüğe, ılımlılık şehvete, cesaret korkaklığa, karşıdır. İyi durumlarda mutlu olmak ve aksi hallerde rahatsızlık hissetmek iyi donanmış karakterin bir özelliğidir (Cicero, 2020, s.19). Ruh erdemin etkisiyle kendine uygun olan ve aynı ışığı taşıyan ruha yaklaşır. Bu temastan dostluk ve sevgi açığa çıkar. Cicero (2020) aralarında dostluk ağı bulunan insanların doğanın birbirine bağladığı özel bir çekim olduğunu düşünür. Bu öylesine özel bir bağlılıktır ki sadece birkaç kişi arasında tam bir sevgi bağı kurulabilir (s.9). Buna göre dostluk doğanın kurduğu bir bağlılık olduğu için ve doğaya uygun olduğu için içinde güçlü bir sevgi barındırır. Kişi ne karda erdemle donanmışsa dostluk kurmada o denli başarılı olur. Bununla birlikte arzularında aşırılığa kaçmış kişilerin dostluğuna güvenmek yersizdir. Bu konu da Epiktetos (1989) ise fayda ve şefkatin olduğu yerde merhamet ve sevginin de olduğunu söyler. Bu nedenle bir kimse ne kadar arzularını ve nefretini yaratanın tespit ettiği kaidelere göre düzenlerse o denli şefkati kuvvetlendirebileceğini düşünür (s.34).

Epiktetos (1989) insanı arzuları ile mücadeleye çağırır. Çünkü insan için kurtuluşun buradan geçtiğini düşünür. Bunun için her ne kadar uzun sürse de azgın arzularla mücadele etmek gerekirse bundan korkulmaması gerektiğini düşünür. Eğer onlarla mücadele ertelenirse zamanla bu kişinin normal haline gelir ve bu da insanı aşağıya çeker. Bu nedenle arzularla mücadele öncelikle hareketleri incelemeye almaya sonra da bunlarda ki yanlışları tespit etmeye gidilmelidir. kişiyi aşağıya çeken şeyin tıpkı bir hastanın yersiz iştahları olduğu gibi yersiz şeyler olduğunun farkında olunmalıdır. Buna karşı felsefe ile uğraşmak, yalnız ve gizli kalmak ve ruha hitap etmek gerekir (s.134). İnsanın kurtuluşu da bedbaht oluşu da kendi elindedir. Seneca (2019) ise bu mücadele de alışkanlıklara dikkat çeker. Ona göre alışkanlığın zamanla kişide kötülüklerden nefret edilen şeyler olarak görmeye karşı onları sanki çok önemsiz şeyler olarak görmeye neden olabileceği tehlikesi taşıdığını düşünür (s.103). Bu nedenle alışkanlık haline getirilen şeylerin iyi incelenmesi gerektiğine vurgu yapar. Bu noktada filozoflar insana yalnız kalmayı öğütler. Kişi kendisiyle kalıp olanı biteni tahkik etmeyi ve ruha ilişkin gerekli düzenlemelerin yapılması gerektiğini düşünürler. Arzuları disipline etmek kişiyi arzulamada doğaya uygun olmaya yönlendirir. Stoacı görüş yargıların yaşamda güçlü olduğuna ve yargıların da kişiye bağlı olarak ortaya çıktığını söyler. Bu temelde olayları görme ve değerlendirme biçimi kişiye

bağlıdır. Yargıların değişimi de bu şeyleri görme biçiminin değişmesi ile ilgilidir. Bu değişim olanı olması gerekene dönüştürme çabasıdır.

Hadot (2012) stoacı görüşün felsefi bir meditasyon alıştırması olduğunu söyler. Bu meditasyonlar sayesinde ekolün temel öğretilerini, psikolojik tesirleri ruh üzerinde etkili kılmaya çalışırlar. Özellikle Epiktetos ve Marcus Aurelius eserlerinde sıkça ruha hitap eden söylemlere başvurur. Bu meditasyon temelde ruhun kendi ile hakiki bir diyalog kurma alıştırmasıdır. Bu bilincin gözlemlenmesi olarak da düşünülebilir (s.127). Aurelius(2020) “İçini kaz, iyinin kaynağı içindedir ve sen kazdıkça fışkırmaya hazırdır” (s.73). Bu söylemler ruhun kendisine yönelmeye sevk eder.

Bir olayın çözümlenmesinde Marcus Aurelius, stoacı kategoriler olarak da bilinen, bir şeyin mevcudiyetine ilişkin şu soruların sorulmasını ister (Hadot, 2012, s.131). Bunlar;

- Bir şeyin maddesel unsuru nedir?
- Bir şeyin nedensel unsuru nedir?
- Bir şeyin kozmos ile bağı nedir?
- Bir şeyin doğal süresi nedir?

Bu belirlemeler ile şeylerin mevcudiyetine karşılık bir çözümleme yapma olanağı söz konusudur. Şeylerin doğasını çözümlmek onlara ilişkin oluşturulan yargıların şekillenmesinde etkilidir. Bir şeyin doğru bilgisine sahip olmak doğru fikirlere, doğru fikirlerde doğru yargılara kişi ulaştırır. Aurelius’a (2020) göre üç tür ilişki vardır. Bunlar kişiyi çevreleyen bedenle olan ilişki, Tanrısal nedenle olan ilişki ve bir arada yaşanılanlarla olan ilişkidir (s.82). Bu ilişkiler de nedensel bağlarla birbiri ile bağıntılıdır. Bağıntıların farkında olmak ve bütüne olan hizmetini fark etmek insan için amaçsal bir nedendir.

Daha iyi nasıl yaşanılabilir? Bu soru antik dönemin öne çıkan sorularından biridir. Stoacılar görüşlerinde insanı eylemleriyle ve düşünceleriyle tutarlı bir bütünlük içinde ruh dinginliğini sağlamaya çalışırlar. Yaşamı fizik, mantık ve etik üçlemesinde kozmik bütünü destekleyici alanlar olarak gören Stoa felsefesi görüşlerini buna uygun ve tutarlı biçimde ortaya koyar. Stoa felsefesinde çıkarımsal sekiz sağaltım metodu bulunduğunu söylenebilir (Karabulut & İltar, 2020,s.272-275). Bunlar;

- Doğa ile bütünsellik ilişkisi
- Kendine yeterli olma
- Erdemli ve iradeli çalışmak

- Kaygı ve tasaların üstesinden gelmek
- Ölümden korkmamak
- Filozofça davranmak
- Felsefi eylem
- Asıl değerli olanı bilmek

Stoa felsefesinde belirlenen bu metotların sağaltım amaçlı gündeme geldiği söylenebilir. Genel hatlarıyla stoacı görüş duyguları da bütünsel felsefe anlayışına uygu olarak ele alınmıştır.

4.2. Modern Dönem Felsefesinde Duygular

17. yüzyıl düşüncesinde insanı anlamak genel olarak dönemin ruhunu anlamayı gerektirir. İnsanın karanlıktan yüzünü döndüğü, yeni gelişmelerin, fikirlerin, buluşların, tekniğin ve dünyaya yeni bir bakışın oluşturulduğu, yeni bir zaman diliminden söz edilir. İnsanda bu yenilik duygusunu yaratan önemli gelişmeler, temellerini Rönesans felsefesindeki canlanma hareketinden alır. Yeniden bir canlanma olarak görülen Rönesans, yeni bir hareketliliği de beraberinde getirir. Yeni kıtaların keşfi, yeni doğa tasarımları, yeni uygarlıkların doğuşu yeni bir insan-doğa kabulünün önemli adımlarıdır. Bu yeni anlayışta özellikle insan – doğa ve ruh-madde ilişkisi modern dönemin en önemli problematik alanını oluşturur. 17.yüzyıl ise modernliğin, bilimin, yöntemin ve doğa tasarımının felsefesi olarak kendisini ortaya çıkarır. Bu yeni dönemin önemli gelişmelerinden biri de gelişen bunca yenilik hareketine karşılık, yeni bir logos bulma çabasıdır. İnsanlığın bu yeni dönem için yeni bir logos’a ihtiyacı vardır. Sanat, teknik, politika gibi hemen hemen her alanda yeni bir düşüncenin oluşumu ve yani kavramların türeyişi felsefede yeni bir logos üretme çabasını doğurmuştur. Descartes ile birlikte net olarak kendini şekillendiren bilen özne ve onun tasarımından oluşan dünya kavramları kendisini net belirlemelere yönelir. Eski kosmos anlayışının yıkılışı şimdiye kadar tanımlı olan dünya anlayışının da yıkılışı demektir. Artık yeryüzü ve gökyüzü eskilerin kabul gördüğü gibi kavranamaz onun yerine geçecek yeni bir evren anlayışı kabul görecektir. Dönemin makine-doğa tasarımı ve bütün bir Descartes metafiziği bu şemanın ontolojik temellerini temin etmeye çalışacaktır (Bumin, 2010s. 34-36).

Descartes düşünmeyi ve bunun bilinçli farkında oluşu, varoluşun alt temeli olarak değerlendirir. Bunu yaparken bedeni ruhtan ayıran Descartes, bedeni salt düşünmeyen vücut, mekanik parçalar olarak ayrıştırır. Descartes'ın yapmış olduğu bu yanlış vücut ile zihnin bir uçurumla birbirinden ayrılmasına sebep olmuştur. Descartes'ın bu yanlışlığı akıl yürütmeyi, ahlaki yargıları, duygusal kararları vücuttan ayrı olabileceği fikrini doğurmuştur. Descartes'ın zihnin en incelikli işlemlerinin biyolojik organizmanın işleyiş ve yapısından ayrı olarak düşünmesi, onun felsefesini yanlışlığı olmuştur (Damasio, 2006).

Modern dönemin bilim mottosu insanlığın bundan sonraki gelişiminde duygu ve düşünce hayatına önemli etkiler yapmıştır. Bilimin bu etkisi maddi ve manevi alanlara olan etkisini her daim göstermiş, fikir ve duygu sahasını da tesiri altına almıştır (Sayılı, 2010, s.224). 17. yüzyıl filozofları da bilimsel araştırmalarda diğer bilimlerle ölçüt birliği sağlanması bakımından matematik ve geometrinin verilerini örnek alır. Bu iki disiplin akıllı iyi kullanma ve doğruluk elde etme bakımından evrensel bir yöntem olarak kabul görmüştür. Dönemin bir diğer önemli filozofu Spinoza ise, matematiksel yöntemi erdem alanına kadar dahil etmiş, geometrik yöntemle etik üzerine önemli bir eser yazmıştır. 17. yüzyılda ilk kez akılsal olan deneysel olana uygulanmıştır. Bu matematiksel bir fizik doğurmuştur. İnsanlık teoriiyi pratiğe dahil edince doğaya karşı yeni bir tavır takınmaya başlamıştır. Bu yeni tavır insana ona boyun eğmek yerine doğanın efendisi olma fikrini oluşturacak ve teknoloji yaratma gücünü fark eden insanın yeni makineler üretmesini sağlayacaktır. Doğa-makine anlayışında, doğa bir makinedir. Eskilerin kutsal doğa anlayışına karşılık artık doğa, insanın kendisini ondan soyutladığı ve bir nevi artık ona yabancı olduğu bir yerdir. İnsan artık kendisini doğanın bir parçası olarak görmek yerine onun efendisi, sahibi olmak tutkusuna kapılacak ve onu kendi çıkarına kullanmaya yönelecektir (Bumin, 2010, s. 24-26).

Bütün bu gelişmeler ışığında temelleri atılan modern dönem bir yandan insanlık için büyük gelişmeleri bir diğer yandan da oluşacak düalizm sorunun aksaklıklarını gidermeye çalışılacaktır. Duygular üzerine erken modern dönem felsefi tartışmalara bakıldığında akıl ve iradeye dikkat çeken açıklamalar hakim olduğu görülür. Ayrıca önemli natüralist filozoflardan Hobbes ve Spinoza'da duyguların dizginleştirilmesi veya zararlı olan duyguların ortadan kaldırılması gerekliliğine dikkat çekmeye çalışmıştır. Akıl ve irade meselesinde monist/natüralist yaklaşımının bir sonucu olarak Spinoza, duyguların kontrolünde ve bastırılmasında zihnin irade gücünden çok anlama gücüne dikkat çekmiştir.

Spinoza keder verici duyguların mantıksal açıklamalarla değiştirilebileceğini ya da doğaya uygun olma fikrine uyumlu davranma durumunun keder verici duygulardan kişiyi koruyabileceğini vurgulamıştır (Aktaş, 2018, s.252). 18. yüzyıl ise aydınlanma felsefesi olarak insanın hem kendisi üzerinde hem de toplumsal yaşam üzerine büyük değişimler yarattığı yeni bir fikri ve felsefi süreci başlatmıştır. Bu dönem duygu söylemleri duygu ve etik ilişkisi merkezinde yer almaya başlamıştır. Hume ise duygu ahlak ilişkisini gündeme getiren dönemin önemli filozoflardan biridir. Hume ahlak din temelli midir, yoksa vahiy olmaksızın geliştirilebilir mi tartışmasına dahil olan isimlerdendir. Hume bu noktada iyinin ve kötünün dolayısıyla ahlaki erdemın akılla değil duyuyula, duyumsama ile ayırt edilebileceğini düşünür (Dağ, 2017, s.224).

4.2.1. Rene Descartes

17. yüzyılda insanın doğru bilgi arayışına girdiğı ve sağlam bir yöntem bulma çabası gündemdedir. Modern dönem felsefesinin önemli filozoflarından Descartes, yöntem ve bilgi anlayışı ile dönemin düşüncesine yön verir. Bu düşünce yeni bir insan anlayışını da beraberinde getirir. Ruh ve beden arasında niteliksel olarak bir bağ olmadığını ve birbirinden bağımsız yapılar olduğunu düşünür. Ona göre bedenin maddesel bir yönü bulunurken, ruh maddesel bir yan içermez. İnsan bedenini mekanik bir yapı olarak gören Descartes, ruh ve beden iletişimini ise kozalakısı bez aracılığıyla kurmaya çalışmıştır. Ruh ve beden arasında böyle bir düşünce inşa eden Descartes, duyguları da bu ayrıma dayanarak açıklamaktadır. Descartes ihtiraslara duygu ismini vermiş ve ihtirasları ruh ile beden arasındaki sıkı etkileşimin karışık ürünü olan algılarla açıklamıştır (Demir, 2008, s.44-45). Onun düşünen “ben’i” dikkati düşünmeye odaklamıştır. Descartes için “düşünen ben” fikri, insanı düşündüğü sürece sonsuzluk içinde bir yer bulabileceğini iddia eder. Örneğin duyumsamak, hissetmek, duygulanmak vb. şeyler insanı salt düşünmeye odaklar. Descartes bir düşünce materyalizminin başlatıcısı konumundadır. Düşünce materyalizmi, düşünceyi maddesel bir faaliyet olarak ele alır (Baker,2015, s.38-39). Hegel’e göre ise Descartes, uzun bir yolculuktan sonra varılan bir ada gibidir (Budak, 2010, s. 39). Descartes felsefesi döneminin izlerini taşır ve kendinden sonrakilere güçlü öğretilerini miras bırakır.

Descartes'ın duygulara ilişkin görüşleri ruh ve beden ayırımına dayanır. Felsefesinde önce ruh ve bedeni ayırır ve daha sonra bu ikisinin etkileşimini kurmaya çalışır. Bu sebeple duygulara ilişkin bilgileri elde edebilmek amacıyla ruh ve beden öğretisine odaklanmak gerekir. Buna göre ruh ve beden iki ayrı tözdür ve bunlardan ruhun tözü düşünce, bedeninki ise uzamdır (Descartes, 2007, s. 82). Ruh ve bedeni birbirinden nitelik bakımından tamamen ayıran Descartes, her ikisinin işlevlerini ve görevlerini de birbirinden farklı amaçlara bağlar. Buna göre düşünen ruh yer kaplamaz, yer kaplayan beden ise düşünemez. Descartes'ın ruhu konumlandırışı bedenden oldukça farklıdır. Ruh var olmak bakımından bedensel hiçbir niteliğe sahip olmaya ihtiyaç duymaz. Onun var olmak için ne uzama, ne bir şekle, ne de bir yerde olmaya gereksinimi vardır. Var olmak bakımından bedenden ziyade ruhu önceleyen Descartes'a göre, ruhta meydana gelen kavrama bedenden önce gelir. Düşünme gücü ruhta olup, doğrudan doğruya kendilikte ortaya çıkan bir şeydir (Descartes, 2007, s.54-55).

Descartes eskilerin kabul gördüğü ruh anlayışından farklı olarak, ruhu bilinç noktasından ele alır. Felsefesinde zihinsel bir ilkeye ulaşmaya çalışmış ve bu zihinsel ilkeyi bir sezgide gündeme getirmiştir. Ruh düşünmenin kendine dair bilinci üzerinde temellendiren Descartes da ruh, düşünme eylemiyle karışır ve bu eylemin her an devamını zorunlu kılar. Bu eylem düşünmenin ta kendisidir. Özne kendi varlığını zihinsel etkinliğinde bulur ve özellik sürekli bir algılama hali olarak ortaya çıkar. Ruh düşünmeyi bıraktığı anda var olmaktan da kesilir. Böylelikle düşünceyi de mutlak olarak uzamdan ve yer kaplayan bedenden ayırır. Descartes felsefesinde düşünce ve uzam birbirini dışlar vaziyettedir. Ruh ise zaman da var olmaya devam eder, ruh kendini sonsuz kez yineleyen “düşünme” eyleminde var olur. Böylelikle ruh kendini kavramaya ve zaman içinde sürekli olarak kavramaya devam eder. Ruha eylemsellik boyutu veren Descartes, bedeni ise uzamsallık boyutunda kavrar. Bu nedenle ruh ve beden oldukça farklıdır. Ruh düşünce yani bilinçtir beden ise bilinçsiz yer kaplayan maddedir. Bilinç ile kavranan ruh anlayışından bireysellik fikrini de oluşturan Descartes'a göre, bilinçle kavrama bütünden kendisini soyutlayıp bireyselliği ortaya çıkarır (Bergson, 2020, s.26-29). Descartes felsefesinde ilkin epistemolojik düzlemde hareket eder. Metodolojik bir yöntem olarak kullandığı şüphe ise, bu düzlemde devamı sağlayıcı bir unsur olarak görülür. Daha sonra şüphe edebiliyor olmak düşüncenin bir göstergesi olarak belirir. Böylelikle Descartes felsefesinde kişinin

kendi varlığını kavrayışı yine kendi bilinci üzerinden gerçekleşir. Bu tavır yeni bir öznellik anlayışını ortaya çıkarır.

Descartes'ın ortaya koyduğu özne anlayışında, özne kuşku yöntemini kullanarak kendi varlığının temelinde, Tanrı ve dış dünya ilişkisini kurar. Düşünen bir ben'in varlığı fikri, özneyi bireyselleştirici bir yola sokar. Bu fikir öznellik kavramının bir öz bilinç durumu olarak felsefi literatüre eklenmesine öncülük etmiştir. (Budak,2010, s. 37-38). Descartes bu görüşleriyle döneme yeni bir insan ve özne anlayışı getirir. Modern insan söylemi ilk olarak bu görüşler etrafında şekillenmeye başlar.

Descartes bedeni asla düşünen bir şey olarak kabul etmez. Sahip olunan bütün düşünceler sadece ruha aittir. Organların ısısının ve hareketinin kaynağı beden, düşüncelerin kaynağı ise ruhtur (Descartes, 2017, s.23). Descartes (2017) yaşanan süre zarfında herkesin kalbinde bir sıcaklık olduğunu, bu ateşin damarlarda ki kanla beslenen bir tür ateş olduğunu düşünür. Organların hareketini sağlayan maddi ilke de işte budur (s.28). Descartes ruh ve beden etkileşiminde kan dolaşımına dikkat çeker. Ruh ve bedenin etkileşimi, ruhun beden üzerindeki ana merkezi kozalakı bez sayesinde gerçekleşir. Ruh beden üzerinde etkiye geçebildiği bu noktada, ruhtan gelen mesajlar bedene ve bedenden gelen mesajlar ruha bu yol aracılığı ile iletilir.

Descartes ruha yüklenebilecek iki düşünce olduğunu söyler. Biri ruhun etkin olduğu düşünceler, diğeri ise ruhun edilgin olduğu türdeki düşüncelerdir. Descartes ruhun bu edilgin olma durumuyla duyguları kastedir. Ruhun etkin olduğu düşünceler iradi istekler olup, ancak ruhtan çıkar. Edilgin olan duygu durumları ise, sahip olunan her tür algı ya da bilgilerdir. Bunları asıl halleriyle meydana getiren ruh değildir, ancak ruh bunları temsil ettikleri şeylerden bilir. Bununla birlikte insan iki tür algıya sahiptir. Bunlar ruhun algıları ve bedenin algılarıdır. Duygular da ruhun algılarıdır ve ruha aittirler. Ruhtaki zerrelere özel uyarımı ile meydana gelir, güçlenir ve beslenirler (Descartes, 2017, s. 37-38). Descartes duyguları ruhu edilgin durumda etkilediği algılar olarak ele alır. Kozalakı bezde gerçekleşen ruh ve beden etkileşimi aracılığıyla düşünme, algılama, isteme, duygulanma, gibi zihinsel olaylar gibi bir takım yaşamsal işlevler gerçekleşmektedir (Bahşi & Gökalp, 2019, s. 335).

Duyguların fonksiyonel bir yanı olarak bedeni korumak gibi önemli bir görevi de vardır. Bununla birlikte duygular, insanı her zaman iyi olana yönlendirmediği gibi insanda ki

doğru yanlış algısını da etkileyebilir (Ünalı, 2013, s. 44). Descartes duygular ve ruh hallerini detaylı olarak ele alırken duyguların bedensel birtakım göstergelerini de ortaya koyar. Onun duyguları ele alışı psiko-fiziksel bir araştırma olarak değerlendirilir. Çünkü o duyguları hem ruhun edilgen durumları, hem de beden de ortaya çıkan fiziki etkileri bakımından ele alır. Descartes'ın fizyolojik tabanlı duygu görüşleri ruh ve bedenin bütünleşmesini değil, bu ikisinin birlikte düzenli işleyişine ve etkileşimine dayanır (Gökalp, 2019, s. 57).

Descartes'a göre farklı duyguların ortaya çıkış sebebi, her beynin aynı yaradılışa sahip olmayışı ile ilgilidir. Bütün duyguların amacı ruhu uyarıp, onu bedenin istediğı şeylere yöneltmektir. Duygular, ruha belli nesneleri bildirmek üzere kozalaksı bezde meydana gelen hareketlenme ile fark edilir (Descartes, 2017, s.54). Descartes'a (2017) göre kişide farklı duyguların uyanışının sebebi, kişiyle ilgili önemli olan durumlara bağılı olarak değiştiğini söyler. Çünkü duyguların bütün işi ruhun doğasını, yararlı olan şeyleri istemesine meyletmeyi sağlamakla ilgilidir (s.70). Descartes (2017) duyguların işlevsel amaçları olduğunu ve nesnelerin ruhu uyarım düzeyin, bu nesneler ve durumlara bağılı olarak değişkenlik gösterebilir. Duygular duyuları harekete geçirebilen nesnelerle ilintili olup, duyguların oluşum sürecinde de etkilidirler. Duygular bazı nesneler ve durumlarla birtakım ilişkilendirmeler yapabilir. Bu ilişkilendirmeleri ancak alışkanlıklar sayesinde değiştirebilir. Buna göre ruh onları terbiye ve idare etmek için gereken gayreti gösterirse duygular üzerinde mutlak bir hakimiyet söz konusu olabilir (s.67). Ruhun bedenle birlikte ortak yaşadığı hazlar duygulara bağılıdır. Bu yüzden duygularını harekete geçirebilen kişiler, bu yaşamın tadına en çok varan kişilerdir. Önemli olan bunları doğru kullanmayı bilmektir. Kişinin hayatında düştüğü yanılsamaların sebebi istemekle ilgilidir. İnsanlar bazen gerçeğı bilme isteğine bağılı olarak çabucak bir yargıda bulunmaya ve oldukça iyi bilmedikleri şeyleri gerçek olarak kabul etmeye sürüklenirler. Bu kişide yanılsamaya yol açar. Buna karşı ancak açık ve seçik olarak kavradığı şeyler üzerine yargıda bulunduğunda hiçbir zaman yanılsama ve aldanmaya düşmez (Descartes, 2007, s. 76).

Descartes (2017) duyguların doğasını ortaya koyduktan sonra, artık onlardan korkulması gereken bir şey olmadığını düşünür. Çünkü aslında hepsinin özünde iyi olduğunu ve aşırıya kaçılmadığı sürece ve kontrolü kaybedilmediğı sürece hiçbirinden sakınmaya gerek yoktur. (s. 192-193). Ruhun duyguların kontrolünü ele alabilmesi ve doğru kararlar verebilmesi için hakikatin bilgisinden ve alışkanlığından faydalanması gerekir. Hakikatin

bilgisini elde edebilen ruh, ihtirasları da aşırıya kaçmadan kontrolde tutabilir (Gökalp, 2004).

Tablo 9

Descartes Felsefesinde Temel Duygular

Hayret	Ruhun beklenmedik şeylerle karşılaşması
Sevgi	Ruhsal bir heyecan olarak ruhun kendisine uygun gördüğü şeylere katılması
Nefret	Ruhun zararlı ya da nahoş gördüğü şeyler
Sevinç	Ruhun tatlı heyecanı olarak iyiliği isteme
Keder	Ruhun tatsız uyuşuklu hali olarak kötülüklerden duyula rahatsızlık
Arzu	Geleceğe ilişkin bir iyiliğin varlığını ya da bir kötülüğün yokluğunu isteme

Tablo 9’da verildiği üzere Descartes duygulara yönelik yaptığı sınıflamada bu altı duyguyu temele alır. Geriye kalan tüm duygular bunların karışımı ya da türevleri olarak ortaya çıkmaktadır. Descartes altı duyguyu tanımlar ve diğerlerinin bunlardan hareketle nasıl oluştuğunu inceler (Descartes, 2011, s.47-74).

Descartes ahlak felsefesin de ahlak kurallarına ilişkin şu üç belirlemede bulunur (Descartes, 1992, s. 31-32) Bunlar;

- Hayatta her zaman yapılması gerekeni ve yapılmaması gerekeni bilmek için düşünceyi kullanmak
- Aklın öğütlediği her şeyi ihtiraslara kapılmadan yapmak için sağlam bir kararlığa sahip olmak
- Elden geldiğince akla göre hareket etmek

İnsanın ahlaki yargılarında bu belirlemeleri uygulamayı ve akli doğru kullanmayı önemser. Aksi halde insanın arzularla ulaşılabilceği ahlaki değerlerin kabul edilemeyeceğini düşünür. Yüce ve bayağı ruhlar arasındaki fark, bayağı ruhların esiri olmaları ve yüce ruhların ise akli doğru kullanmaları ile ilgilidir. bayağı ruhlar başlarına gelen olayları yalnızca tatlı ya da acı, bahtiyar ya da bedbaht muhakemesinde bulunurken, yüce ruhlar üstün bir muhakeme yeteneği gösterir. Yüce ruhlar her ne kadar ihtiraslara sahip olsalar da her zaman aklın hakimiyetindedir (Descartes, 1992, s.16).

Descartes felsefesinde duyguların fizyolojik boyutta değerlendirildiği söylenebilir. Çünkü Descartes felsefesin de duygular bedensel süreçlerden kaynaklanır. Ruh ve bedenin etkileşiminin bir nedeni olarak da duygulanımların ortaya çıkardığı etkilere işaret edilir.

Duyguların kontrolü ise akıldadır. Çünkü düşünüyor olmak, var olmanın temel nedeni olarak üstün bir eylem olarak nitelendirilir.

4.2.2. Baruch Spinoza

Spinoza felsefesinde birden fazla tözün varlığını kabul etmez ve bu durumun töze aykırı olduğunu düşünür. Spinoza'ya göre bu tek töz, doğada içkin olarak var olan Tanrı'dır. Evrendeki her şey Tanrı'ya bağlıdır. İnsan da ruh ve bedenden meydana gelen tek bir tözün farklı görünüşleri olarak varlığı bakımından Tanrı'ya bağlıdır.

Spinoza'ya göre birey mikro sonsuz ile makro sonsuz arasında ve sonsuzca daha karmaşık olan bireylerinde bir parçasıdır. Spinoza felsefesinde parçalar birbirinin dışında sonsuzca farklı şekilde var olur (Baker, 2015, s.43-44). Spinoza'da birey tümüyle bir bileşim olarak anlaşılır. Her birey diğerleri ile ilişkiler yumağında var olduğu için diğerleri ile arasında bir bileşim söz konusudur. Bireyciliğin ikinci kavramı ise kudrettir. Burada vurgu özellikle içsel olana yapılıdır (Deleuze, 2000, s. 175-176). Kudreti gerçekleştirenler ise duygulardır. Spinoza akıl problemini duygular probleminin özel bir kısmı olarak ele alınır. Buna göre akıl belli bir duygu tipidir. Akıl elbette fikirlerle temellenir ve tanımlanır. Fakat pratik akıl ayrımı yapan Spinoza'ya göre bu akıl, duygulanımın belli bir varlık tarzına dayanır. Çünkü kudreti gerçekleştirenler duygulardır (Deleuze, 2000, s. 123).

Spinoza'ya (2011) göre insan, ruh ve bedenden meydana gelmiştir ve insan bedeni onun hakkındaki duygulara uygun olarak mevcut olur (s. 89). Ruhun insan bedenini bilmesi de duygulanışların fikirleri ile mümkündür (Spinoza, 2011, s.100). Bu noktada ruh yalnızca bedenün duygulanışlarını değil, aynı zamanda bu duygulanışların fikirlerini de algılar. Bu bakımdan ruhun kendini bilmesi de bedenün duygulanışlarının fikirlerini algılamasına bağlıdır (Spinoza, 2011, s.102). Spinoza'ya göre dışsal bir nesnenin ilgisi o şeyin bedende ortaya çıkardığı etkiye bağlı olarak ortaya çıkar. Yani dışsal bir neden ve özne arasındaki etkileşime dikkat çekilir. Ayrıca beden de kendisindeki değişiklikleri kendisi dışındaki etkileşimlerden tanır (Sunat, 2008, s. 106).

Spinoza için duygular insan varlığını tehdit eden ve onu yanlış sürükleyen yapılar olarak ele alınmaz. Duygu ve arzu insana zarar verici yapılar olarak görülmez. Aksine Spinoza ortaya koyduğu “conatus” kavramı ile arzuya benzer bir anlam yükler. Bu bir anlamda yaşamda kalma arzusu olarak yorumlanır. Bu bakımdan Spinoza duyguları ruhun ve

bedenin etkileşimleri üzerinden mantıksal çıkarımlara bağlı olarak açıkladığı görülür (Balanuye, 2019, s. 140). Spinoza'ya göre her şey kendi varlığında sürüp gitmek üzere özü gereği çabalamaya zorunludur (Spinoza, 2011, s. 137). İnsanın tüm zihinsel durumları ve duyguları özü oluşturan conatusun gücünü arttırma ya da azaltmaya yönelik olarak sevinç ya da keder olarak tanımlanır (Güleç, 2018, s. 61). Spinoza için arzu insanın özünde var olan bir duygudur. Çünkü insan olmak demek arzu duymakla nedensel birliktelik getirir. Spinoza'ya göre temelde üç vardır ve diğerleri bu duyguların farklı karışımından ortaya çıkar. Bu üç duygu arzu, neşe ve kederdir (Baker, 2015, s. 97). Bu duygular bedenin eyleme gücünü arttırabilir ya da azalabilir, aynı şekilde bu duyguların yarattığı fikirler de zihinde eyleme gücünde değişimler yaratabilir. Spinoza duyguları da bedeni eyleme gücüne bağlı olarak üç grupta ele alır (Balanuye, 2019, s.142). Bunlar;

- 1- Bedenin eyleme gücünü arttıran duygular
- 2- Bedenin eyleme gücünü azaltan duygular
- 3- Bedenin eyleme gücünde bir farka yol açmayan duygular

Spinoza ilkin etkin ve edilgin olan arasında net bir ayrıma gider. Buna göre eğer bir şeyin nedeni doğrudan o kişiye bağlı olarak ve varoluş nedeni açık ve seçik biçimde algılanırsa bu etkin nedendir. Fakat bir şeyin nedeni dolaylı olarak algılanıyorsa bu edilgin nedendir (Güleç, 2018,s.60). Spinoza'ya göre duygulanış bedenin etkilenme gücünün artmasına, azalmasına, tamamlanmasına ya da indirilmesine sebep olan beden duygulanışlarını ve bunların fikirlerini anlar (Spinoza, 2011, s. 131). Spinoza'ya göre her beden öteki bedenlerle girdiği etkileşimde bedeninde bir takım değişimler ve zihinde ise bu değişimlerin fikirleri oluşur. Bu noktada Spinoza upuygun nedeni olunan duygulanışları “eylem”, upuygun olmayanları ise “tutku” olarak adlandırır (Balanuye, 2019, s.142). Spinoza felsefesinde insanın varlığını sürdürebilmesi için, nedensel biçimde bağlı olduğu dünyayı bilmek durumundadır. Dış dünya ile kurulan bağlantı yaşamın önemli bir yönü olarak anlaşılır. Bu anlamda insan için yaşamak bir çaba vermek demektir. Yaşamı boyunca kişi varlığını devam ettirme ve kendini gerçekleştirebilmek için uğraş vermek durumundadır (Cihan, 2004, s.180).

İnsanı da bütünün bir parçası olarak gören Spinoza duygular konusunu da insani doğanın bir gereği olarak ele alır. Duygular insanın dış dünya ile kurduğu ilişkide bedenin eyleme gücü üzerinde yarattığı değişikliklerden hareketle açıklama bulur. Duyguların doğasına

ilişkin önemli belirlemeler yapan Spinoza, duyguları insan yaşamının zorunlu doğasına bağlamaktadır.

4.2.3. Thomas Hobbes

Hobbes 17.yüzyıl felsefesinin kurucu isimlerinden biridir. Materyalist görüşü ile her şeyin maddi ve fiziki olduğunu ileri sürer. Ona göre var olan her şey madde olduğu için bundan hareketle var olan tüm süreçlerin işleyişi de mekanik olup bilinebilecek her şey duyularla mümkündür. Hobbes'un düşünce ve nesne arasında kurduğu nedensel ilişkiye duyular aracılık etmektedir. Fiziki nesneler duyuları etkiler, duyular da düşüncelere neden olur. Zihin ise duyum ve düşüncelerin toplamından ibarettir. Hobbes'da duyum ve düşünceler hareket halindeki maddeye indirgenmektedir (Cevizci, 2020). Hobbes'un varlık alanını maddi bir temele alması, bilime olan ilgisine dayanır.

Hobbes'un atomik bireyci görüşü maddi bir oluşum olarak anlaşılır. İnsan görüşü doğa görüşünün bir parçası olarak, insanda diğer cisimler gibi mekanik bir işleyişte ele alınır. İnsanı çözümlemeye epistemolojik düzlemde giriş yapan Hobbes, ilk olarak algıları ele alır. Algı insanın diğer insanlarla ve nesneler kurduğu ilişkide ortaya çıkar. İnsanı ele almanın başlangıç noktası olarak algılar, insan davranışlarının da hareketleridir. Hobbes algı ve hareket arsında güçlü bir ilişki olduğunu düşünür. Ona göre hissedilebilir denilen bütün niteliklerin sebebi hareket kaynaklıdır. Tüm bunlar algılamada ki farklı hareketlerden başka bir şey değildir. Algının nedeni ise dolaylı ya da dolaysız olarak ilgili organı duyulara iten nesnelerdir. Bu itiş vücuttaki sinirlerin, yayların ve zarların aracılığı ile beyne ve kalbe doğru hareket eder. Burada bir direnç veya kalbin kendini ifade etme çabasına neden olur. Bu çaba dışarıya yöneldiği için dışarıdaki bir madde olarak görülür. Bu görünüş insanların algı dediği şeydir. Algıyı oluşturanlar veya etki edenler; ışık, ses, koku, tatma ve vücudun diğer kısımlarında sıcaklık, sertlik, yumuşaklık, ve duygu denilen niteliklerden oluşur (Hobbes, 2007, s. 23).

Hobbes insanı materyalist görüşü çerçevesinde değerlendirmeye alır. İnsan varlığının tüm yanlarına maddesel bir temel kurmaya çalışır. İnsanı otomat, karmaşık makine, saat vb kavramlarla açıklayan Hobbes, insan eylemlerinin temelinde istemli devinimler ve hareketler olduğunu düşünür. Hobbes (2007) canlılarda iki tür hareketin var olduğunu söyler. Bunlar; iradi ve hayati hareketlerdir. Burada hayati hareket, doğuştan gelen ve hayat boyu devam eden hareket türü olarak kan dolaşımı, nabız, soluk alma, sindirim,

beslenme, boşaltım gibi hareketlerdir. İradi hareketler ise el, kol hareketleri, konuşmak, gitmek, gelmek gibi önceden zihninde tasarlanan hareketlerdir. Bu noktada Hobbes'un dikkat çektiği kavramlardan biri de, çaba kavramıdır. Çaba yürüme, konuşma gibi eylemlerden önce vücuttaki hareket başlangıcı olarak tanımlanır. Çaba ona neden olan şeye yönelik olarak iştah ya da ve arzu adını alır. Burada arzu daha genel bir ad olarak düşünülürken, iştah ise açlık, susuzluk gibi ihtiyaçları karşılayan bir addır (s.47). Hobbes "İnsan Doğası" adlı eserinde insan doğasına ait yetileri bedenın yetileri ve zihnin yetileri olarak ikiye ayırır. Bedenin yetileri; besleyici, güdüsel, üretici güçtür. Zihnin yetileri ise yaratıcı ve kavramsal güçtür (Hobbes'dan aktaran, Kurtuluş, 2018, s.21).

Hobbes'un (2007) hareket kavramı ile ilişkilendirdiği duygulara "Leviathan" adlı eserinde yer verir. İyiliğin ve kötülüğün görünüşü ve algısı olarak, haz ve hoşlanmayı iyiliğin, taciz ve rahatsızlığın ise kötülüğün görünüşü ve algısı olduğunu düşünür. Buna göre bütün iştah, arzu ve sevgilerde az veya çok hoşlanma, nefret duygusun da ise belli ölçüde rahatsızlık eşlik eder(s.49).

Hobbes bazı duyguları tanımlarıyla birlikte verir. Buna göre kişi bir şeyi arzuladığında ona karşı sevgi besler, aksine bir şeyden kaçındığında ise nefret duygusu ortaya çıkar. Organizmanın bir hareketi neticesinde nesneye yönelik ortaya çıkan şey olumlu ise hoşlanma değilse rahatsızlık duyulur. Burada nesneye ilişkin arzu ya da ondan kaçınma isteği söz konusudur. Bu bakımdan Hobbes'a göre hoşlanma veya haz iyiliğin bir görünüşü sayılır rahatsızlık ise, kötülüğün görünüşü olarak anlaşılır. Aklın hazları olarak sevinç, acı ve keder duyguları olarak gruplandırılan Hobbes'a göre, bu duyguların ortaya çıkışında farklı düşüncelere göre farklı adlandırılabilir. Umut arzu edilen şeye ulaşma isteği, arzu edilen şeye ulaşma ihtimali yoksa umutsuzluk ortaya çıkar. Kendisinden kaçınılan nesnenin zarar verebileceği düşünüldüğünde korku duygusu, o nesneye karşı koyma ise cesarettir. Ani bir cesaretlenme olarak öfke duygusu meydana gelir. Sürekli umut güven, umutsuzluk ise çekingenlik yaratır. Sevinç ve gülme yüz hareketlerinde ortaya çıkar ve kişinin anlık mutlu olma halidir. Mutluluk ise kişinin zaman zaman arzu ettiği şeyleri elde etmede sürekli bir başarı gösterme haline dayanır. Yüz kızarması olarak ortaya çıkan utanç duygusu ise bir yetenek eksikliğidir. Bir başkasının başına gelen felaketten ötürü kederlenmek ise acı duymadır (Hobbes, 2007, s. 47-55). Hobbes'a (2007) göre duyguların anlatım biçimleri düşünceleri ifade etme biçimiyle kısmen farklı kısmen de aynıdır. Hobbes bu nokta da duyguların dil arıcılığı ile ifade etme biçimlerini ele alır. Buna göre duyguları ifade edilışinde kullanılan bazı kipler var. Örneğın bildirme kipi, istek kipi ve emir kipleri

gibi, bununla birlikte bazı duyguların kendine özel anlatış biçimleri de mevcuttur. Duyguların en iyi işaretlerini ise yüz ifadelerin de, vücudun belli hareketlerinde ve insanın yöneldiği hedefler de görmek mümkündür (s.54).

Hobbes'a göre erdem yüceliği sebebiyle değer verilen önemli kavramlardan biridir. Düşünsel erdem ise, insanların övgüyle bahsettiği ve kendilerinde de olmasını istedikleri bir zihin yeteneği olarak zekadır. Zekayı doğal ve sonradan kazanılmış olarak ikiye ayıran Hobbes, bunları birbirinden ayırır. Buna göre doğal zeka eğitimsiz olarak pratik ve deneyimle kazanılan bir zeka iken, kazanılmış zeka ise eğitimle oluşur. Doğal zeka düşünme çabukluğu ve kararlı yönelimler ortaya çıkarır. Buna karşı düşünme yavaşlığı ve harekete geçme yavaşlığı ise Hobbes'da zihinsel bir kusur olarak görülür. İyi zeka, iyi muhakeme gücü ve hayal gücü gibi yetilerin insanlarda farklı yetilerde oluşunun sebebinin duygulara dayandırıan Hobbes, duyguların farklılığını ise bireysel farklılık ve düşünsel eğilimlerden ötürü kaynaklandığını düşünür (Hobbes, 2007, s.58-59). Duygular, istek ve tiksinden oluşan değişik biçimleri olarak kendilerini gösterirler. Duyguların bu çeşitlilikte ve farklı adlarda ortaya çıkmasının sebepleri; insanların arzu ettikleri şeye ulaşma ihtimaline dair görüşlerindeki farklılıklar, sevilen veya nefret edilen şey bakımından farklılıklar, bunların pek çoğunun birlikte düşünülmesindeki farklılıklar ve birbirlerini izlenmenin farklılığı bakımından değişikliklerdir (Hobbes'dan aktaran İşler, 2019, s.9-10).

Hobbes'a göre insan doğası kendi kişisel çıkarlarını düşünmeye ve bencillığe dönüktür. Hatta ona göre insanlık durumu, herkesin herkesle savaştığı verdiği bir tiyatro sahnesi gibidir. Yani Hobbes'un doğal durum dediği şey tam bir savaş durumudur (Billington, 2011, s. 57). Hobbes' a göre insanlar bir şeyi arzuladıklarında o şeye karşı sevgi besler. Aksine bir şeyden kaçındıkların da ise o şeye karşı nefret duygusu oluşur. Yani arzu ve sevgi aynı şey olmakla birlikte, arzu daima bir nesnenin yokluğa ilişkin duyulan bir duygudur. Sevgi de ise bunun tam tersi o nesnenin varlığı söz konusudur. Aynı şekilde nefrette de nesnenin varlığı söz konusudur. Arzu ve rahatsızlık hissetme insan da kaçınma ya da yaklaşma hareketleri yaratır. Bununla birlikte bu iki yönelime sevgi ve nefret duyguları da eşlik eder. İyi ve kötü kavramlarını arzu ve rahatsızlık duyguları üzerinden tanımlamaya çalışan Hobbes, herkesin kendine göre hissettiği duyguya göre iyi ve kötü çıkarımların da farklılık olduğu söyler. Kişinin yönelimi iyi ve kötüyü belirleyen durumdur ve bu nedenle herkes için geçerli iyi ve kötü kavramlarından söz etmek mümkün değildir. Bu çıkarım onda göreceli bir ahlak anlayışı oluşturur (Hobbes, 2007, s. 47-48).

Hobbes insan doğasında onu kavgaya sürükleyen üç neden olduğunu söyler. Bunlar; rekabet, güvensizlik, şan ve şeref elde etme duygularıdır. Buna göre birincisi insanı kazanç için, ikincisi güvenlik için, üçüncüsü de şöhret için diğer insanlarla mücadeleye sokar. Bu mücadele insanlar arasında şiddet yaratır. İnsanların doğal hakkı olan kendi doğasını koruma ve gücünü dilediği gibi kullanma hali onu diğer insanlarla büyük bir çatışmaya sokar. Buna karşı insanları savaşa değil de barışa yönelten duygular ise, ölüm korkusu, rahat bir hayat için gerekli olanların elde edilme arzusudur. Akıl sayesinde insanların araların da uzlaşabilecekleri şartlar belirleyerek bu çatışma haline bir çözüm getirebileceğimiz söyleyen Hobbes, aklın barışı sağlayacak şartları belirleyeceğini düşünür (Hobbes, 2007, s.94-96).

İnsanı ve davranışları mekanik bir görüşle ele alan Hobbes, felsefesin de esas olarak devletin oluşum sebebini insandan hareketle ele alarak devlet ve insanın özdeş doğasını ortaya koymaya çalışır. Bu yaklaşımı itibarıyla duygulara da mekanik ve işlevselci bir açıklama getirmeye çalışıldığı görülür. Döneminin felsefesinin izlerini taşıyan Hobbes, duyguları da buna uygun biçimde materyalist tavırla ele alır.

4.2.4. David Hume

David Hume dönemin aydınlanma önemli filozoflarından biri olarak, bilgi anlayışında ampirik ve çağrışımçı yaklaşımı benimser. Bilginin kaynağı noktasında duyumlara ve deneyime dikkat çeken Hume insan doğasının, zihninin ve anlama yetisinin detaylı bir araştırmasına girişir.

Duyu-deneyime dayandırdığı bilginin kaynağı ve zihnin işleyişini ikiye ayıran Hume, usun algılarını iki şekilde ele alır. Bunlardan ilki; düşünceler ya da ideallerdir. Bunlar algının daha az güçlü ve daha az canlı olan kısmıdır. İkincisi ise, izlenimlerdir. İzlenimler duyumsanan, sezilen ve duyguların da dahil olduğu daha canlı kısım. İzlenimleri ideallerden ayıran Hume, izlenimlerin imgelere dönüşü olarak ancak duyguları ya da devinimleri tekrar yeniden düşünüldüğünde ideallerin bilincine vardığını söyler. İdeaları izlenimlerin oluşturduğu iz ya da kopyaları olarak anlatır. Ona göre düşünmenin tüm gereçleri dış ya da iç duylardan hareketle oluşturulur. Hume akli duyu ve deneyimin verdiği bilgileri birleştirici, bütünleştirici ve oluşturucu yeti olarak tanımlar. (Hume, 2018, s. 22-23). Edinilen her türlü bilgiyi bu iki algı türü aracılığı ile duyumlar sayesinde elde edilir. İzlenimler güçlü idrakler olarak duyguların da dahil olduğu kısım. İdealar ise

hayal etme, imgeleme dayalı tasarımlardır. Hume insan zihninin bu iki kısımdan ibaret olduğunu düşünür.

Hume epistemolojisinde tutkuları merkezi bir konumda ele alır. Bedensel haz ve acılar tutkuların kaynağını oluşturur. Tutkuları tanımlama çabasına girmez, onları doğrudan ve dolaylı olarak ikiye ayırır. Bu başlık altında duyguların oluşturucu etkilerini ele alır. Buna göre doğrudan tutkular; istek, isteksizlik, keder, sevinç, umut, korku, umutsuzluk ve güven oluşturur. Dolaylı tutkular ise; gurur, kendini küçük görme, hırs, kibir, sevgi, nefret, kıskançlık, acıma, kin ve cömertlik duygularını oluşturur (Hume, 2009, s. 191-192). Hume, duyguların ve zihnin işleyişinin her insanda benzer olduğunu düşünür. Tutkuların farklılıklar göstermesinin sebebi tutkunun nesnesi, nedeni ve öznesi bakımından değişkenliklerden kaynaklıdır. Tutkuların deneyimi esnasında değişen tutku nesnesi, öznesi ve nedeni sebebiyle duygularda da farklılıklar oluşur. Tutkunun şiddeti noktasında da farklılıklar olacağını söyleyen Hume göre, bir tutkunun şiddeti nesnesinin yapısı ile ilintilidir.

İnsan zihni organizmayı harekete geçirici gücü, haz ya da acılar ile ortaya çıkarır. Duygular doğaldır. Bunlar duyular ve izlenimlerden hareketle ortaya çıkar. Duygular ve tutkular çağrışımın zamanıyla, davranışların ödüllendirici ve cezalandırıcı sonuçlarıyla, benzerlik, yakınlık ve neden ile düşünce yasalarına bağlı olarak üretilir. Hume da tutkunun epistemolojiye girişi inançla yakından ilgilidir. Bir şeyi bilme sahip olunan izlenimler ve düşünce sayesinde ve bilgi bir inanç meselesidir. İnanç duyu ve izlenimden farklı olarak, bu kişinin sahip olduğu bilgiye dair bir histir. Kişi belirli eylem çeşitlerine bir takım tutkularla karşılık verecek şekilde meydana gelmiştir. İştah, haz ve acılarla birleşerek idealara ve izlenimlere canlılık verirler. İşte bunlar bilgiye inanç katan unsurlardır (Robinson, 2020, s.297). Hume'a göre inançlar bellek ve duyularda bulunan nesnelerin diğer nesnelerle arasındaki alışılmış birlikte görünmeden oluşur. Ona göre inanç ruhun bir işlemi olarak sevgi duymaya ya da nefret etmeye sebebiyet verir (Hume, 2018, s. 64). Hume inancın, tutkuların deneyimlerine kattığı haz ve acılarla ortaya çıkan alışılmış birlikte görünme tasarımı olduğunu söyler. Haz ve acıların idea ve izlenimlere katılmasıyla bilgilere inancı dahil eder. Ne zaman belleğe ya da duyulara bir nesne ilişirse, us alışkanlığın gücü ile imgelemi genellikle o nesneyle birlikte görünen nesneyi düşünmeye yöneltir. Bu düşünmeye peşi sıra bir duygu da eşlik eder. Bu anlamda inanç, bir nesnenin imgelemin tek başına ulaşabileceğinden çok daha canlı, güçlü ve kararlı bir hale bürünür. İnanç, yargı gücünün idealarında da oldukça etkilidir. İşte bu sayede inancı eylemlerin ana

ilkesi olarak tasarlanır. (Hume, 2018, s. 6-67). İnancın yargı gücüne etkisine vurgu yapan Hume göre, bilgilere dahil edilen bir his olarak inanç, eylemlerimi de yönlendirici etkiye sahiptir.

Hume'un dikkat çektiği kavramlardan biri de alışkanlıktır. Ona göre alışkanlık insan yaşamının en büyük kılavuzlarından ve yol göstericilerinden biridir. Alışkanlık bu anlamda kişi için deneyimi yararlı kılan, gelecekteki olaylara ilişkin beklentiyi oluşturan önemli bir ilkedir. Eğer alışkanlığın etkisi olmasa, bellek ve duygularda aracısız bulunanlar dışında bütün olgular konusunda oldukça bilgisiz kalınırdı. Neredeyse doğal güçlerin nasıl kullanabileceği dahi bilenemezdi (Hume, 2018, s. 62). Zihin her zaman bir tutkudan onunla ilişkili başka bir tutkuya geçmeye yatkındır. Bu yatkınlık bir tutkunun nesnesi, ötekinin nesnesi ile ilişkili olduğunda kolayca ilerler (Hume, 2009, s.231). Bu geçişte etkili olan şey ise alışkanlıklardır. Bu anlamda alışkanlıklar insana yön verici bir konumdadır.

Hume'un (2009) dikkat çektiği kavramlardan biri de duygudaşlık kavramıdır. İnsan doğası için oldukça büyük bir öneme sahip olan duygudaşlık, kişiye sadece kendini değil başkalarını da düşünmesi gerektiğini hatırlatır. Duygudaşlık bir izlenime dönüştürülmüş dini bir tasarımdır. Bu tasarım kişiye gelecekle ilgili olarak başına gelebilecek olası bir olaya ilişkin başkasının kaygısını kendi kaygısı yapacak kadar etkilidir (s.260). Duygudaşlık kişiyi başka insanlara açar. Toplumsal hayatta oldukça önemli bir yer edinen bu kavram, insanlar arasındaki ilişkiyi kuvvetlendirir. Hume'a göre insanlar doğal olarak bencil olamaz. İnsanlar toplumsal yaşamda kendilerine en yakın olanlarla duygudaşlık kurar. Bu tarz insani duygusal taraflılık zamanla insanlar arasında bir çıkar çatışmasına yol açar. Ortaya çıkan bu çatışmayı önleyen unsur ise kültürün işleyişidir (Goodchild, 2005, s.35).

Hume'a göre erdemin akla uygunluğu felsefe tarihinde bilindik bir kabul olarak ortaya çıkar. Aklın ve tutkuların kavgasında erdem akıl yoluyla düzenlenmesi gereken eylemlerden oluşur. Fakat bu kabul Hume'a göre oldukça hatalıdır. Ahlakın akılla rasyonelleştirilme çabasına karşı ne ide ne de olgu meselelerinde aklın eylemin nedeni ve başlatıcısı olamaz (Cevizci, 2017, s. 130). Hume'a (2009) göre erdem ya da erdemsizliğin kanaati haz ve acı hislerine dayanır (s.393). Herhangi bir nesneden acı ya da haz beklentisinde bulunduğu zaman buna bağlı olarak bir hoşlanmaya ya da hoşnutsuzluk ortaya çıkar. Akıl yürütmenin burada ki görevi bu ilişkiyi saptamaya yöneliktir. Yani neden sonuç ilişkisi yoluyla nesnesi ile ağlantılı olan şeyi kavrar ve bu ilişkiyi saptamaya çalışır. Hume' a (2009) göre dürtü ustan doğmaz, yalnızca onun tarafından yönetilir. Bir nesneye

karşı olan yönelimdeki isteksizlik veya eğilim acı ya da haz beklentisinden doğar. Us yalnız başına hiçbir zaman bir eylem üretemeyeceği gibi bir istemeyi de ortaya çıkaramaz (s.277).Tutkuların temelindeki haz ve acıları ahlak görüşünde de temele alan Hume' a göre, değerler ve normlar bilgiden ziyade duyguların birer ifadesidir. Ahlaken varılan kanaatler duygulara dayanır. İnsan davranışlarını ahlaki olarak kötü ve iyi olarak tecrübe eder. Daha sonra varılan kanaatler neticesinde bu davranışların yapılması ya da yapılmaması gerektiğini fikrine varılır. Edinilen bu tarz ahlaki değerlendirmeler norm ya da değerlerden ziyade duygulardan hareketle ortaya çıkar. Hume'a göre normatif bir takım amaçlar, değerler ne doğru ne de yanlış olabilir. Çünkü bu alanlar akıl değil duygular üzerine temellenirler. Hume bu düşüncelerinin göreceli bir anlayış yarattığını da kabul etmez. Ona göre normatif alan söz konusu olduğunda ortak temellere dayanmak durumundadır. Örneğin bir olaya ilişkin tarafsız ve soğukkanlı bir tutum takınıldığında herkes aynı duyguları hisseder. İnsanların ortak olarak bazı durumlara ilişkin sahip olduğu hayranlık ve iğrenme gibi duyguları vardır. İşte bu duygular sayesinde de normatif alanda evrensel bir anlaşmaya gidilebilir. Buna ulaşmak adına şunları yapılabilir; tarafsız bir tutum içinde olma, eyleme ilişkin aynı duygulara sahip olma ve bir duygu ile doğru bir değerlendirme yapmaktır (Skırbekk & Gılje, 2017, s.305-306).

Rasyonel bir ahlak felsefesine karşı duran Hume, insanın ahlaki öğretilerinin nedenini haz ve acı temelinde ele alır. Hume bu fikirleriyle aydınlanma dönemini şekillendiren filozoflardan biri olur.

4.3. 19. Yüzyıl Düşüncesinde Duygular

19.yüzyıl düşüncesi dönemin pozitivist anlayışı ile şekillenir. Bilimsel metotların öne çıktığı bu dönemde insan da bu metotlara uygun olarak ele alınır. Olguların öne çıktığı ve nesnel ölçütlerin dikkate alındığı bu dönemde, insanın bu kurallara tabi olması beklenir.

Dönemin güçlü isimleri Schopenhauer ve Nietzsche ise, insanın sadece pozitivist anlayışın nesnel kriterlerine göre ele alınmasına karşı çıkar. Çünkü insan bu tek yanlı bakış açısıyla ele alınamayacak kadar özgün bir varlıktır. Nietzsche 19. yüzyıl avrupalısının büyük bir çöküş içinde olduğunu düşünür ve bu çöküşün nedenlerini ortaya koyar. Nietzsche'ye göre din arkasında bataklıklar bırakmakta, bilim kendi ölçütleri dışına çıkarak eritmekte ve kültür insanı dönüştürdüğü modern insan kalıbı ile sürü psikolojisi yaratmaktadır. Tüm bu nedenler insanı güdülerinden koparmış ve değer yargısını yok etmiştir. İnsanın biyo-psişik

varlığı göz ardı edilmiştir. Bu çöküşün en temel nedenlerinden biri ise Hristiyanlığın getirdiği insan ve dünya görüşüdür (Kuçuradi, 2016, s.94-95). Schopenhauer ise insanın bütünsel yapısına uygun olarak felsefesinde insanın temel doğasını anlamaya çalışır. İnsanın içsel doğasının istenç kaynaklı olduğunu düşünür ve bu kaynak diğer tüm süreçleri de etkiler niteliktedir (Schopenhauer, 2014, s.17).

4.3.1. Arthur Schopenhauer

Schopenhauer kötümser istenç felsefesiyle 19. yüzyıl düşüncesine damga vuran isimlerden biri olur. Dünyayı bir tasarım olarak kurgular ve dünyanın bu tasarımlardan ibaret olduğunu söyler. Felsefesinde özneye güçlü bir vurgu yapar. Ona göre dünya öznesiz hiçbir şey değildir. Schopenhauer, istenç ve tasarım olarak dünya görüşünün temelini, görünüş ve kendinde şey ayırımına dayandırır. Tasarım olarak dünya görüşü bu noktada “tasarım olarak dünya, görünüşe”, “istenç kavramı ise, kendinde şeye” karşılık gelir. Schopenhauer’da istenç kavramı tasarım felsefesinin dayanağı gibidir. Tasarım olarak dünya istencin dış yüzü, bir anlamda görünüşüdür (Koç, 2018, s. 23-24).

Schopenhauer (2013) “dünya benim tasarımımdır” ifadesiyle felsefesini bu temel cümle üzerine inşa eder (s.7). İnsan için dünyada var olmak bir kavrayış meselesidir. Bilme bakımından da bütün var olanlar, özne ile kurduğu ilişki de yani algılayanın algısıyla ilişkisinde nesne olarak var olmaktadır. Tasarım olarak dünya görüşünü özne-nesne ilişkisine dayandıran Schopenhauer, dünyayı başka bir şeyle ilişkide kavrar. Bu sebeple ancak özne tarafından koşullanır ve onun için var olur (Schopenhauer, 2013, s. 8).

Schopenhauer insanı anlamak adına bütünsel bir görüş ortaya koymaya çalışır. Şimdiye kadar insanı salt bilen özne olarak, insanın varlıksal yapısında beden ve istemenin ayrıştırılması üzerine yapılan açıklamalar eksik bir insan görüşü ortaya çıkarmıştır. Buna karşı Schopenhauer ise, bütünsel bir bakış sunmak adına bütün varlığın ve insanın temeline isteme kavramını koyar (Feslioğlu, 2019, s.1-2). İçsel bir doğa olarak istenç, tüm doğal süreçlerde kendisini gösterir. İsteme kendini en güçlü biçimde insanda göstermektedir. Kişi iç deneyim aracılığıyla kendi bedeninde var olan içsel istenç gerçekliğinden hareketle istenci dolaysız olarak bilir. Hem bir nesne hem de istenç olarak yaşamakta olan beden, istencin nesnelleşmesidir. Canlı ya da cansız bütün varlıklar istencin değişik biçimlerde görünüşleridir. Evrende ki tüm varlıklar içindeki istenci değişik biçimlerde açığa çıkarır (Schopenhauer, 2014, s. 17). “İsteme gövdenin a priori bilgisi, gövde de istemenin a

poteriori bilgisidir” diyen Schopenhauer, insan için bedensiz istemenin öz konusu olamayacağını söyler. Buna göre beden istemenin ön koşuludur (Schopenhauer, 2013,s.42).

Schopenhauer’a göre özne dünyayı algılamaya kendi bedenin duygulanımları aracılığıyla başlar. İçsel doğa olan isteme, insanda değişik duygulanımlar ve yönelimler yaratır. Bütün duygu ve heyecanların temel sebebi, insanın tüm yapıp etmeleri gelecek olan şeyler hakkındaki düşünce ve beklentisinden ötürüdür. İnsan henüz mevcut olmayanı, gelecekte olacakları düşünür. Böylelikle ortaya kaygı, tasa, korku ve umut denilen duygular ortaya çıkar (Schopenhauer, 2010, s.18-19). İnsan geleceğe dönük olarak sürekli istemin dürtüsünde yaşar ve her daim beklenti içinde olur. İnsan doymaz bir varlıktır ve ulaştığı her tatmin olma duygusunun ardından bir yenisine doğru yönelir. Schopenhauer’un vurgu yaptığı kavramlardan biri de iradedir. Genel olarak irade yaşama isteği, var olma iradesi olarak tanımlanır. İrade insanı sürekli olarak yaşama odaklı kılar ve sınırsız isteme dürtüsünde hareketlilik içinde kendini hissettirir. İrade kendi başına dünyaların efendisi olmaya çalışır. Her şey ona ait olsun ister, hiçbir şeyin bir parçası ile yetinmeyip sonsuz olanı istemekten vazgeçmez. İrade insan kılığına büründüğün de payına ne kadar küçük bir bölümün düştüğünü gördüğünde, istemsizce kendisinin de acıma duygusu uyanır. İşte insan bu sebeple her daim mutsuzdur (Schopenhauer, 2010, s. 68).

Schopenhauer’a göre dünyaya ilişkin bilgiler onun kendini insana sunduğu görünüşünden ibarettir. Bu nedenle sınırlı bir bilgi alanı mevcuttur. Schopenhauer’un bu noktada akıl konumlandırışı da oldukça pragmatik bir işlevdedir. Buna göre akıl iradenin parçalarından biridir. Bireyin yaşamını sürdürebilmesi için bir araçtır. Pratik işlevsel kullanım için tasarlandığından kendinde bireysel özellikler taşır. Bu sebeple içinde istek ve ilgiler taşıdığından, bedenin gereksinimlerini tatmin edecek şeylere yönelir (Aydoğan, 2009).

Schopenhauer’da aşk, oldukça detaylı şekilde ele alınan duygulardan biridir. Aşk güçlü bir duygu olarak, her ne kadar yüce bir duygu olsada temelde cinsiyet güdüsünden kaynaklıdır. Aşkın asıl amacı türün devamlılığını sağlamaktır. Gelecek neslin oluşumu için yaşama iradesi iki cinsi birbirine çeker, birbirine hoş gösterir ve yeni bir varlığın ortaya çıkmasını sağlar. Bu sebeple Schopenhauer’da aşkın kaynağı cinsel güdüdür. Gelecek nesil aşk dediğimiz cinsellik dürtüsünün tatminini gidermek için yapılan seçimlerden hareketle oluşur. Her insan türünün kusursuz bir örneğini meydana getirmek için karşı cinste kendinde ki eksiklikleri tamamlayacak kişileri seçer. Bu seçim belirli bir çiçeği seçen böceğin gösterdiği özenle, bir erkeğin kadını seçerken gösterdiği özenle çok benzer olup,

aynı iradenin birer ürünüdür. Yaşama iradesi kendini bir erkek ve kadının meydana getireceği yeni bir birey aracılığıyla nesnelleşmeyi ister. Aşk çoğu zaman cinsel ilişki bir yana bırakılacak olursa, sevenin kin duyabileceği, küçümseyebileceği, hatta tiksinebileceği kişileri sararak sevenin kendi bireyselliğinde çelişki yaratır. Ne varki türün iradesi bireysel iradeden daha güçlü olduğundan seven kişi kendine ters gelen şeyleri görmez olur. Kendisini tutkusunun nesnesine sonsuza kadar bağlar hale gelir (Schopenhauer, 2014, s.33). Cinsel sevginin temeline türün devamı fikri vardır. İki insan arasındaki bu çekim, adına aşk denilen bu şey Schopenhauer'da yeni bir bireyin yaşama iradesidir. Aşkı metafizik bir kavram olarak ele alınmasının sebebi, aşkın sanılanın tersine öznel ve bireysel olanı aşan, türe özgü bir başka iradenin görüşler dünyasının ötesinde bir amaca hizmet etmesinden ötürüdür (Güleç, 2018,s.88). Schopenhauer'da aşk, yaşam iradesinin kendini gösterme biçimlerinden biridir. Bu sebeple de oldukça önem arz eden bir duygu olarak değerlendirilir. Çünkü türün devamını sağlamak gibi özel bir amacı vardır. Aşk sayesinde gelecekte insan soyunun devamı güvence altına alınır. Böylelikle bireyin iradesi daha yüksek bir boyutta türün iradesi olarak ortaya çıkar. Aşkta biz de hayranlık uyandıran şey bundandır. Bu güçlü duyguya beraberinde eşlik eden duygular ise, acı ve ıstıraptır (Schopenhauer, 2014).

Acı ve ıstırapın asıl kaynak noktası ve çıkış nedeni istemdir. Çünkü her isteme duygusu bir yoklukla birlikte gelir ve bundan hareketle de acı oluşur (Schopenhauer, 2007, s.40). Schopenhauer'a göre mutluluk ancak tamamen doyuma ulaşmış olmayı gerektirir. Bu nedenle de aslında ulaşılması imkansız bir amaçtır. Zevkler ve hazlar arttıkça bunlara karşı duyarlılık azalır, alışılan şeylerin sürekli yinelenişinden zevk almamaya başlanır. Buna karşı acıya duyarlılık ise bunun tam tersi olarak artar. Çünkü alışkanlık yapan bir şeyin yokluğu mutlak surette kişiye acı verir (Schopenhauer, 2010, s.15). Bu sebeple insan hayatının mutluluğu neşe ve zevklerle değil, keder ve ıstırapın yokluğu ile ölçülebilir (Schopenhauer, 2010, s.17). Kişinin sürekli olarak arzularının peşinde koşup durması onu aldatır ve yanlış yollara sürükler. Sonuç olarak da bunlar insana neşe ve coşkudan ziyade sefalet ve ıstırap verir. Ölüm geldiğinde o an bütün temel çöker ve bütün arzuların büyük bir yanlış olduğu ortaya çıkar (Schopenhauer, 2010, s.12). Schopenhauer'a göre mutluluk denilen şey bir kuruntudan ibarettir. Hayatta var olan tek gerçek acıdır. İstemek temelde acı çekmektir ve yaşamak istemekten başka bir şey olmadığına göre, hayat boyunca acının varlığı ile yüzleşmek durumunda kalınır.

Acıdan kurtulmanın tek yolu yaşama iradesinin olumsuzlanması ile mümkündür. İstence hayır diyebilmek ve aşırılıktan uzak bir yaşam acıdan ve istemeden bizi kurtarabilir. Nirvana yaşamı görüşünde Schopenhauer, bir tür çileci yaşam etiği üzerine dikkat çeker. Kişinin kendinde istenç edimiyle bozulmayacak sağlam bir denetim kurmak gerekir. İstenç ile savaşta Schopenhauer bazı tavsiyelerde bulunur. Bunlar; felsefece düşünmek ve sanatla ilişki kurmaktır (Schopenhauer, 2014).

Schopenhauer'a göre insan davranışlarını harekete geçiren ve yönlendiren üç duygu vardır. Bunlar; kötülük, bencillik ve acıma veya merhamettir. Buna göre bencillik kişiyi sadece kendini ve çıkarlarını düşünmeye, kötülük ise başkasının kötülüğünü istemeye, merhamet ise, insanı insan yapan yegane duygu olarak iyiliğe yöneltir. Schopenhauer'a göre bencillik duygusu insanın kökeninde vardır ve insan davranışların çoğunun altında bu duygu yatar. Bütün bireyselliklerin kökeninde var olan bencillik, bireyi çoğu kez bencil amaçları doğrultusunda harekete geçirir (Schopenhauer, 2007, s. 64). Özü gereği sınırsız olan bencillik duygusun tek isteği acıdan ve yoksunluktan sıyrılmak, elden geldiğince mutlu olmak ve zevk almaya bakmaktır. Bencillik bir kişiyi şehvet, umut, ümitsi keder, rahatsızlık, öfke, korku, şüphe veya herhangi bir tutku biçiminde ele geçirerek etkisi altına alır (Schopenhauer, 2014, s.68). Bencilliğin üzerinde her insanın kalbinde olmak üzere az veya çok nefret, öfke, kin ve kötülük mevcuttur. Bunlar kişiyi ele geçirmek için uygun fırsatları kovalar (Schopenhauer, 2014, s. 20). Schopenhauer' a göre bir insanın iyi biri olup olmadığını, hayvanlara ve canlılara acı vermemek için gösterdiği çabadan anlaşılır. İnsan diğer insan ve canlılara ne derecede acıdan uzak tutuyorsa, kendisi de o derece iyi biridir (Schopenhauer, 2007, s.138).

Schopenhauer'a kökeni bencillikte ve kişisel çıkarlar da yatmayan insani bir eylem olarak merhamet duygusu, her türlü insani veya hayvani bencillikten uzak davranışın ifadesidir. Merhamet kişinin içindeki bencilliğe karşı olan duygudur. Merhameti etiğin temel kavramı olarak gören Schopenhauer'a göre, deneyim dünyasında edinilen bu duygu ahlak felsefesinin ampirik dünyadaki temel ilkesi sayılabilir. Schopenhauer'a göre insanlar duygu ve heyecanlarının baştan çıkarıcı gücüne sağlam ilkelerle sınırlar koymazsa, ahlak dışı dürtülerin tesirinde kalırlar. Bu nedenle ahlak felsefesinin temelinde merhamet kavramı yer alır (Atayman, 2004). Schopenhauer'a göre her insanın kalbinde fırsat bulduğunda başkalarına acı verme arzusu duyan hayvani bir yön vardır. Başkalarının başına gelen talihsizliklerden zevk alma insan tabiatının en kötü özelliğidir. İşte bu duygunun tam zıttı merhamet duygusudur. Merhamet duygusunun tam zıttı olan duygu ise kıskançlıktır.

Kıskançlıkta nefreti meydana getiren bir başka duygudur (Schopenhauer, 2014, s.23). Schopenhauer'a göre insanın başkalarına karşı taşıdığı kıskançlık ve duygudaşlık karakterine bürünen temel eğilimi, insanların ahlaki erdemlerinin ve kötülüklerinin ilk kez ayrıştığı kavşak noktasıdır. Bu birbirine taban tabana zıt nitelikler her insanda mevcuttur. Çünkü bunlar kişinin kendi payına düşenlerle başkalarının kısmeti arasında yaptığı karşılaştırmalardan kaynaklanır. Bu karşılaştırmaların neticesinin insanın ferdi karakterini etkilemesinin keyfiyetine göre bu niteliklerden biri ya da diğeri onun bütün eylemlerinin kaynağı ve ilkesi haline gelir (Schopenhauer, 2010, s.92). Schopenhauer'a (2014) göre insanın içinde taşıdığı kıskançlık ve duygudaşlık duyguları kişinin bireysel karakterini etkiler. Kıskançlık “sen- ben” kıyasına dayandığı için iki insan arasında kalın duvarlar örür. Duygudaşlık ise bunun tam aksine insanı karşısındakini anlamaya yöneltir ve böylelikle kıskançlığın ördüğü kalın duvarları kaldırır. Duygudaşlık “sen - ben” ayrımını ortadan kaldırdığı için, görünüşsel olarak ayrılığa karşı gerçekte bir olmayı insana hatırlatır (s.10). Schopenhauer'a göre hayatın başlangıcı ve sonu oldukça farklıdır. Başlangıç asılsız umutlarla, beklentilerle, çılgınca arzularla dolup taşar. Halbuki hayatın sonu bütün bunların büyük bir yanılsama olduğunu gösterir (Schopenhauer, 2010, s.72). Schopenhauer'ın etik anlayışı Hobbes'la başlayan modern etik düşüncesinin doğal bir sonucudur. Onun kötümser bakışında insan birinci davranış tarzında saf egoisttir. Fakat insan kendisinin dünyadaki tek irade olmadığını, başka iradelerinde bulunduğunu görmeye başladığında Hobbes'un egoizminden uzaklaşır. Bu noktada katıksız bir egoizmden insanları gözetken bir ilgi ve adalet duygusu yerini alır. Adil insan kendi iradesini gözetmekle birlikte diğer insanların iradesini ve haklarını da yadsımaz (Cevizci, 2014, s.281).

4.3.2. Friedrich Nietzsche

Nietzsche bir çöküş dönemi olarak adlandırdığı yaşadığı çağı, insani güdülerini yok etmesi ve anlam duygusunun kaybı sebebiyle döneme ve insana ilişkin bir çözümleme yapmaya çalışır. Nietzsche'ye göre insanın yapması gereken şey ilkin kendisiyle yüzleşmektir. Bu yüzleşme kişinin duygu ve güdülerini ile olan hesaplaşması olarak anlaşılabilir.

Nietzsche'nin felsefesi döneminin kabul gördüğü ahlak anlayışına, rasyonalizme, dine ve tüm değerlere bir karşı çıkıştır. Ona göre çağının insanı büyük bir bozguna uğramış olup, anlam ve değer bakımından hiçliğe sürüklenmektedir. 19. yüzyıl insanı büyük bir çöküşe geçmiş ve bu çöküş insanın anlam duygusunu yitirmesine sebebiyet vermekle birlikte,

onun yaşamını kökten yok olma tehlikesini doğurmuştur. Nietzsche çağının insanın bu anlam ve değer kaybından ötürü nihilizme sürüklendiğini düşünür. İnsanlığın bu sürüklenişinin sebeplerini araştırmaya koyulan filozofumuz, nihilizme sebep veren durumların tespiti ardından duruma ilişkin çözüm önerilerini felsefesinde ortaya koyar. Nietzsche'ye göre bu dönemde bilimle uğraşmak artık bir moda haline gelir. Bilimden anlaşılan şey ise sadece metot anlayışıdır. Bu anlayış felsefeyi de sadece salt bit bilgi teorisine indirger (Kuçuradi, 2016, s. 137).

Nietzsche'ye göre insanın bu yozlaşma halinin temel sebebi; insani bir takım içgüdülerinden ve duygularından koparılışı, salt akıllı bir varlık olarak tek yanlı bir bakış açısıyla yorumlanması ve bu nedenle de bütünselliğinden koparılışı ile ilgilidir. İnsanın sadece akılsallık boyutuna yapılan vurgu, kendisine tek bir pencereden bakmasına sebep olmuş ve insanın kendisine açılan diğer pencereleri kapalı tutmasına neden olmuştur. Nietzsche'ye göre bu olumsuzlukların başlangıcı Sokrates ve Platon ile başlar. İnsanı epistemolojik ve ontolojik boyutta sadece akılla temellendirme çabaları onun bütünselliğine vurulan ilk darbedir. Sokrates'çi "akıl=erdem=mutluluk" eşitlemesi insanın iç güdülerine karşı çıkan tuhaf bir antipatinin ürünüdür (Nietzsche,2014, s. 15). Nietzsche'ye göre felsefe, Sokrates ve Platon ile başlayan bir süreçte akılcı tutuma kapılmıştır. İnsanın kuru akılcı tavırdan kurtulması gerektiğini düşünen Nietzsche'ye göre, insanın bütünsel yapısına uygun olarak değerlendirilmesi gerekmektedir. Bundan hareketle çözümü tragedyada bulur. Tragedya insana ne olduğunu gösteren ve içinde bulunduğu yozlaşmış geleneklerden kurtulmasını sağlayacak fikri verir. Tragedyada ele alınan insan, karar özgürlüğü ile yalnız kalmış tek insan olarak kendini bulabilir. Tragedyada iki Tanrının simgelendiği iki temel ilke vardır. Bunlar; Dionysos ve Apollon'dur. Buna göre Dionysos değişmelerin ve ışığa kavuşmak isteyenlerin Tanrı'sı olarak, onun adına düzenlenen eğlencelerde coşku, sevinç, korku gibi güçlü duygular birbirine karışmış haldedir. Yani Dionysos taşkınlığın ve coşkunluğun simgesidir. Apollon ise denge ve ölçü içinde insanı taşkınlıklardan kurtaran ve bireyi kendi sınırlarında tutan Tanrı simgesidir. İşte Tragedya bu iki temsilin bağdaşması ile doğmuş bir sanattır. İnsan tragedya aracılığı ile kendini özgür biri olarak görürken bir yandan da alın yazısı olan baskıyı hisseder. Bu gerilimli durum onda Apollon ve Dionysos gerginliğinin çözümüne bağlı olarak ortaya çıkar. Bu nedenle insan varlığı trajiktir. İnsan evrenin karşısında kendini özgür bir varlık olarak duyumsayınca, evrenle insan arasındaki dengeyi fark eder. İşte tam bu noktada insan trajik bir varlık olarak ortaya çıkar (Akarsu, 1979, s.44-45). Nietzsche felsefesinde

özellikle bir sanat olarak trajediye dikkat çeker. Ona göre bu trajedi, aynı zamanda bir yaşam biçimi olarak anlaşılmalıdır. Bu yaşam biçimi en üstün olan yaşam biçimidir (Kuçuradi, 2009, s.25). İnsanın içine düştüğü varoluş sancısına bir çözüm olarak Tragedya sanatını gören Nietzsche, sanat ve tragedya aracılığı ile insanı duyguları ile yüzleştirmeye çalışır. Tragedya kişinin psikolojisini anlamaya yönelik bir yoldur (Nietzsche, 2019, s.67). Nietzsche yaşamı salt akılla kavramaya koyulan teorik insan tipine karşılık, yaşamı bütünüyle onaylayan ve kabul eden trajik insanı ortaya koyar. Akıl her durumda tehlikeli hayatın altını oyan bir güç olarak iç güdüye karşıdır. Nietzsche'ye göre trajik insan yeryüzünün anlam kaynağıdır. Dünyaya anlamını veren trajik insandır. Bununla birlikte trajik insan sağlamdır ve sürekli olarak sağlamlığını yenilemek durumunda olmalıdır. Trajik insan kendini bilen, tanıyan, kendi zevkleri ve değerleri olan, kendi değerlendirmelerini yapabilen ve kendi düşüncelerine sahip olmalıdır. Yani yapıp ettikleri içerisinde kendini bulan kişidir. Trajik insan soylu olmalıdır, fakat bu soyluluk nerden geldiği değil nereye gittiği ile ilgili bir soyluluktur (Kuçuradi, 2016, s. 73-74). Nietzsche'ye göre insan bir oluşum varlığıdır. İnsanın deneyimlediği ahlak, din, estetik tasarımlar, duygular ve heyecanlar insanın oluşum varlığı olması ile ilişkili olarak değişime açık şeylerdir. Kişi ancak kendinden hareket ederek iyi ya da kötü kavramlarına ulaşabilir. İnsanın belirli ölçütler dahilinde değişmez tek kabul etmek büyük bir hatadır. İnsanı ve duyguları bir kalıba sokmaya çalışmak yanlıştır (Nietzsche, 2010). Bu nedenle Nietzsche, tüm sistemcilerden şüphe ettiğini söyler. Çünkü ona göre sistem iradesi bir dürüstlük eksikliğidir (Nietzsche, 2014, s. 9).

Nietzsche'ye göre nihilizme yol açan sebepler; din, ahlak, decadence ve çileci idealdir. Nietzsche eserlerinde bu kavramları ayrıntılı biçimde ele alır ve değerlerin yeniden değerlendirmesini yapmaya koyulur. Her türlü çöküntüde egemen olan değer yargılarında yozlaşma söz konusudur. İnsanı bu yozlaşma ve çöküşten kurtarmanın yolu, kaybettiği anlam ve değeri tekrar ona kazandırmaktan geçer. Bunun için kişinin yaşamı bütünüyle olumlanması, hayatın getirdiği her şeye evet diyebilmesi gerekir. Yaşamın olumlanması ise Nietzsche felsefesinde güç istenci, bengi dönüş, üstün insan, sanat ve felsefe ile mümkündür.

Nietzsche'ye göre insan aşılması gereken bir şeydir. Bütün varlıklar kendilerini üstün varlık olarak tasarlar. İnsan da bunun gerisinde kalmamalı ve üstün insanı yaşamsal amaç edinmelidir. İnsan hayvan ve üstün insan arasındaki bir varlıktır. Eğer yaşamında üstün insana ulaşmayı amaçlamazsa geriye düşme ve hayvana dönüşme riski vardır (Nietzsche,

2014, s. 8). Mevcut olan aşılmalı ve yerine daha iyisi gelmelidir. Üstün insan yaşamı yükselten ve olumlayan bir düşüncenin ürünüdür. Nietzsche insanın keşfedilmesi gereken bir varlık olduğu düşünür. Fakat bu öyle kolay bir iş değildir. Daha zor olan şey ise, insanın kendi kendini keşfetmesidir. Bunun için yapılması gereken en önemli şeylerden biri kişinin kendisini hakiki ve sağlam bir sevgiyle sevmesini gerektirir. İnsan kendisine tahammül etmeyi öğrenmelidir. Fakat insanın kendisini taşıması oldukça güç bir iştir. Çünkü insana daha çocukluğundan itibaren iyilik, kötülük gibi ağır sözler ve değerler öğretilir (Nietzsche, 2014, s.177-178). Çağın insanını yeniden değerlendirmeye alan Nietzsche'ye göre bilmek kişinin kendisiyle bir şey arasında bağ kurması olarak anlaşılmalıdır. Yani bilme eylemi bir şeyin farkına varma, tespit etme ve belli çıkarımlar yapmak demektir. Fakat dönemin pozitivist yaklaşımı bilmek eylemini doğal yapısından saptırmaktadır. Buna göre bilme yalnızca şeylerin niceliklerine bağlayarak bilgini değerini sayılabilen, ölçülebilen, tartılabilen şeylerle ilgili görür. Buna karşı Nietzsche'ye göre ise bilmek doğrudan bütün değer duyguları ve nitelikle ilgili olmalıdır. Nietzsche yatığı açıklamalarla dikkatleri insan realitesinin asıl anlam ve değer ile ilgili olması gerektiğine çeker (Kuçuradi, 2016, s. 112-113).

Nietzsche felsefesinde yaşamın ana ilkesi olarak karşımıza güç istenci, yaşamı zenginleştiren kişiyi büyümeye, kendini aşmaya yönlendiren güçtür. Nietzsche bu noktada duyguları da güç istenci ile ilişkilendirir. Her şeyin temelinde olan güç istenci duyguların da temelindedir. Nerede yaşam varsa orada irade vardır, fakat bu yaşama iradesi değil güç iradesidir (Nietzsche, 2014, s. 103). Güç istenci yaşamın olumlanması olarak insanın kendisini aşma mücadelesi ile bütünüyle duygu yüklü bir süreci içerir.

4.4. Varoluşçuluk Felsefesinde Duygular

Varoluşçuluk felsefesi “varoluş” (existence) üzerine yaptığı vurgu ile, tüm dikkatleri var olana çeker (Foulquie, 1976, s.41). “Varoluş” insana özgü olan, özel bir gerçeklik alanıdır. Ancak var olanda kavranabilen varoluş, bir durum değil edimdir. Olabilirden gerçeğe geçiş etkinliği olarak kendini açan bu özel gerçeklik alanında, kişinin özgür edimi ve seçimleri söz konusudur. İnsan tüm yaşamı boyunca seçmek durumunda olan ve bu süreklilikte seçimleri ile kendini belirleyebilen yegâne varlıktır. Kişi böylelikle yapmış olduğu özgür seçimlerinden hareketle kendi özünü de seçmiş olur. Bu öz, kişinin seçimleri ile oluşur ve varoluştan sonra gelir (Foulquie, 1976, s.48-49). Varoluşçu düşünürler ancak

insan için varoluşun özden önce geldiğini dile getir ve böylece özcü anlayıştan sıyrılır. Bu anlamda varoluş, özgürlük ve bilinç odağında gelişen bir kendini inşa etme süreci olarak ele alınır (Taşdelen, 2011, s.32). Varoluşçuluk birey olarak insanı görmeyi hedefler. Bu amaç doğrultusunda insan yaşamının öznel yanı, amaç ve ilgileri nesnel hakikatten daha önemli görülür. Bu düşünce insanın kendi ilgi ve yetilerinden hareketle kendi yaşam değerlerini özgürce oluşturabileceği fikrindedir. Varoluşçuluk çizgisinin ayrıldığı temel noktalardan biri teist ve ateist konumlanışıdır (Stevenson, 2005, s.109-110).

İkinci dünya savaşının izleri insanlar üzerinde büyük bir bunalım ve karamsarlık hissi yaratır. Bu durum insanın kendi varoluşuna yabancılaşmasına neden olur. Varoluşçu görüş ilkin insanlar üzerinde etki eden bu duygulara vurgu yapar ve bu duygu durumlarını çözümlemekle başlar (Yıldır, 2019, s.3). 19. yüzyılda bilimci görüş etkisiyle her disiplin kendi alanında uzmanlaşmaya gider. Disiplinlerin ayrışması insana olan bütüncül bakışı yok etmiştir. Her disiplin kendi alanı içinde insanı incelemeye alır. Fakat ortaya çıkan verileri bütünleştirici bir faktör yoktur. Bu gelişen parçalı bakış ve salt akılcı tavır duyguları akla karşı ikincil konuma yerleştirir. Bu durum akıl ve duygular arasındaki karşıtlık fikrini güçlendirmiştir (Yaman, 2016, s.18-19). 20. yüzyılda varoluşçu görüş dönemin akılcı tavrına karşı insana bütüncül bir bakış sunmak için özellikle duygulara vurgu yapar. Varoluşun anlamını insanın deneyim alanı içinde keşfettiği duygu durumlarında arar.

4.4.1. Soren Kierkegaard

Varoluşçuluk felsefesinin teist kanadını şekillendiren Kierkegaard, dönemin ses getiren isimlerinden biridir. Kierkegaard felsefesinde ilk olarak, yaptığı dönem eleştirisi dikkat çeker. Yaşadığı çağı tutkusunu yitirmiş bir akıl çağı olarak yorumlar ve “tutku” düşüncesini felsefesini şekillendiren temel öğretilerden biri haline getirir. Kierkegaard için insan her şeyden önce bir tutku varlığı olarak görülmelidir.

Varoluşun anlamını yaşamın gerçekliğinden hareketle ortaya çıkarmaya çalışan Kierkegaard bu amaçla felsefesinde özellikle ruh hallerini vurgular.. Yaşamın gerçekliği bireyin öznel olarak deneyimlediği ruh hallerinde ortaya çıkar. “Çünkü benim içinde sükun bulduğum hakikat bendeydi ve benden türedi” (Kierkegaard, 2013, s.4). Kierkegaard’a göre bilim nesnellik ölçütü ile bilgisel bir ölçüt belirler ve böylece tüm bilgiler varoluşu

bozan bir soyutlama olarak belirir. Bu tavır son derece yanlıştır. Eğer düşünce hayal gücü ve duyguların onayından bahsetmezse varoluştan söz edilemez. Bireyin hislerini ve hayal gücünü kaybetmesi varoluşun sefil bir biçimi olarak akli kaybetmek kadar kötüdür (Kierkegaard'dan aktaran Blackham, 2005, s. 18-19). Kierkegaard'a göre insan varoluşuna karşı ortaya konan teorik görüşler kabul edilemez. Gerçekliği sadece akıl merkezine bağlayan bu yaklaşımlar önemli bir konuyu gözden geçirir. Varoluş tutkuları temele alan yaşayan, hisseden ve düşünen bireyin deneyimlerinden türer. Bu anlamda tutku ve düşüncelerin ortaklığına dikkat çeken Kierkegaard, varoluşu insan olmanın bütün özellikleri ile ele alır (Yaman, 2016, s. 21-22).

Kierkegaard soyuta karşı somutu, nesnel olana karşı ise öznel olanı daha değerli görür. Ona göre nesnel düşünce kişiselliği, tutkuları ve ilgileri yok eder. Kierkegaard varoluşu somut, öznel ve uyanık insanın yaşamı olarak tarif eder. Varoluş üzerinde düşünmeye elverişli olmayan, kavranamayandır. Bu anlamda Kierkegaard varoluşu akıl dışı olarak ele alır. Varoluşu düşünsel alanda kavramlarla çözümlemeye çalışmak yersizdir. Varoluş sadece tutkulu eylemlerde birden bire, bir anlığına kendini açar (Akarsu, 1979, s.115-116). Kierkegaard (2005) soyut kavramların tıpkı doğru bir çizgi gibi görünmez olduğunu, buna karşı onların anlaşılabilmesi için somut örneklerle ihtiyaç olduğunu söyler (s.134). Varoluşçu felsefesinde somut düşünceyi duyarlılığın ve hayal gücünün karışımında ortaya çıkan canlı bir düşünüm olarak işaret eder. Somut düşünce, uzam ve zaman dahilinde canlılık bulan duygu yüklü bir düşünümdür. Kierkegaard somut düşünceyi psişik, düşünsel, duygusal ve bedensel olanın somut birliğinde aynı düzleme yerleştirir (Cauly, 2006, s.67). Kierkegaard insanı bir tutku varlığı olarak nitelendirir. Kendisini öznel bir düşünür olarak tanıtmamasının asıl nedeni felsefesinde tutkulara ayırdığı büyük yere dayanır (Taşdelen, 2010, s. 137). Kierkegaard'ın "tutku" kavramını tüm duyguları içeren genelleyici bir kavram olarak kullandığı fikri hakimdir. Yer yer korku, kaygı, umutsuzluk vs. gibi kendi özelinde duygulara da felsefesinde yer verdiği görülür. Kierkegaard felsefesinde ele aldığı varoluş alanları (estetik, etik, din) karşıt doğal tutkular üzerinden açıklanır. Varoluşun her durağında farklı tutkular etkindir. Bu nedenle Kierkegaard'a göre insan bir akıl ve zihin varlığından önce tutku varlığı olarak ele alınmalıdır (Taşdelen, 2010, s. 137).

Kierkegaard'a (2013) göre yaşanan çağ tutkudan yoksun, akıl ve tefekkür çağıdır. Tutkusunu yitirmiş bu çağda hiçbir eyleme duygular dahil edilmez. Her şey aklın katı kurallarına göre hesap edilir. Bir olaya ilişkin daha eylem boyutu gelmeden bir yargıya ya

da karara varılır. Birey kendini düşüncenin derin sarmallarından çekip alacak kadar bile bir tutkuya sahip değildir. Çevresi onu ne özgürleştirmek için gerekli olayları sağlar ne de genel bir heyecan yaratır. Yaşanılan çağın temelinde “eylemsizlik gücü” vardır. Bu çağda insanlara sadece karar vermeyi kolaylaştırmak için dikkatli davranmanın kuralları ve hesap cetvelleri verilir (s.233-234). Kierkegaard’a göre tutkusuz bu çağ da hiçbir değer yargısı olmaksızın her şey temsili fikirlere dönüşmüş durumdadır (Kierkegaard, 2013, s. 238). Düşünen bu akılcı çağ güç ifadesini bir diyalektik maharete dönüştürür. Her şey düşünsel bir indirgeme ile sadece olgusal olarak var olamaya devam eder (Kierkegaard, 2013, s. 240). Kierkegaard insan eylemine anlam inşa etme sürecinde, akılcı tutumdan ziyade duygu ve tutkuların etkisini öne çıkarır. Ona göre eylem için gerekli olan unsurun akıl ve nesnellik değil tutku ve ihtiraslar olduğu fikrindedir (Gödelek, 2008, s.360). Kierkegaard’a (2013) göre bireyi kendi içsel gücüyle ileri iten gelişmemiş duygu ve heyecan şeklindeki fikirdir. Tutkusuz bireyde ise bu yoktur (s.263). Kierkegaard (2013) güçlü bir eyleminin aşamalarını şöyle açılır; ilkin kişiye dolaysız bir heyecan gelir ve daha sonra akılsal aşama onu takip eder. Bu noktada tefekkürü zararlı görmeyen Kierkegaard, eylemsel alanın heyecanla yerine getirilmesi gerektiğini düşünür. Ona göre dolaysız heyecan hesap yapmaz daha sonra gelen akıllılık ise daha yüce olana bürünür. Böylelikle en son en yüce en güçlü heyecan gelir (s.271).

Kierkegaard özgürlük edimini akla dayalı seçimlere bağlamaz. Özgürlük sonsuzluk tutkusu ile belirsizse doğru harekete geçmektir. Özgürlüğün özünü oluşturan şey, sonsuzluk tutkusu ile sürekli olarak devam eden atılımdır. Kierkegaard’a göre tutkular kişiyi doğru sonuca yöneltir (Foulquie, 1976, s.123). Özgürlük varoluşu oluşturmada sürekli olarak devam eden bir belirsizliğe karşı seçme hareketidir. Kierkegaard’a (2013) göre seçimin kendisi kişiliğin içeriğini belirler. Bu noktada seçilmesi gereken ile seçici arasında derin bir ilişki kurulur (s.12). Seçim anı kişi için oldukça ciddidir. Kişi daha seçim yapmadan, seçimin kişilikle ilgisi vardır. Kişi eğer bu seçimi yapmaz erteler ya da kaçarsa kişilik bilinçdışı ile bu seçimi yapar (s.13). Kierkegaard kişinin seçim yapma noktasında duyduğu enerji, samimiyet ve duyguların önemi oldukça önemlidir. “Eğer beni doğru anlarsan, seçimde, seçimin yapılmasında enerji, samimiyet ve tutku doğru seçim yapmaktan daha önemlidir. Böylelikle kişilik kendisini kendi içsel sonsuzluğunda ilan eder ve güçlenir. Bu yüzden bir kimse yanlış seçse bile, seçmede kullandığı enerji sayesinde, seçtiğinin yanlış olduğunu keşfedebilir” (Kierkegaard, 2013, s. 16). Kierkegaard (2013) seçimin iyi ya da kötü bir tercih olmasından çok bu seçimin kişi için anlam ifade etmesi gerektiğini vurgular

(s.17). Ona göre önemli olan kişinin dünyayı hangi kategoriler altında yaşama istediği ile ilgilidir. Bir seçim iradesi göstermez iyi ya da kötü bir tercih tapmış olmaktan daha önemlidir (Kierkegaard, 2013, s. 17). Kierkegaard yeterince ciddiyet ve yeterince tutkuyla seçim yapıldığı takdirde doğru alternatifini seçmenin garanti olacağını söyler (MacIntyre, 2001, s. 16). Ona göre kişi kendi hakikatine sahiptir ve onu sorgulayarak kendi başına bulabilir. Kierkegaard ezelden beri bildiği hakikati kısa bir anda keşfettiğini söyler. Ona göre zaman içinde “an” diye tarif edilen şeyin kararlaştırıcı bir anlamı vardır (s.5) Bu an geçici ve kısa oluşuna karşı son derece belirleyicidir. Kierkegaard (2013) Bu “an”ların özel bir anlamı olması gerektiğini söyler ve buna “zamanın doluluğu” ismini verir (s. 9-10). Kierkegaard’ın zamanın doluluğu olarak ifade ettiği bu özel “an”larda varoluşun anlamının keşfedildiğine işaret edilir, burada insana bir anda kendini açan varoluşudur. Kierkegaard bu an’ların pathos (duygulanım) yüklü olduğunu düşünür. Ona göre olmamak durumundan çıkıp mevcudiyet kazanmak pathos yüklü bir konudur (Kierkegaard, 2013, s.14).

Kierkegaard felsefesinin yapı taşlarından biri olarak inanç kavramı ise, tutku yüklü bir eylem olarak tarif edilir. Kierkegaard için inanç mevcudiyet kazanma duygusudur (Kierkegaard, 2013, s. 87). Kierkegaard bireyin varoluşunu tam olarak tamamlayabilmesi için inancı şart koşar. Kişi ancak bu biçimde içinde bulunduğu umutsuzluktan kurtulabilir. Bu anlamda inanç kavramı Kierkegaard felsefesinin bütünüyle destekleyicisi olarak ele alınır. Bunun yanı sıra Kierkegaard inancın da bir tür tutku olduğunu ve inanma eyleminin bütünüyle tutku içerdiğini düşünür. Ona göre inanç ve kuşku bir bilgi edimi değil, birbirine karşıt tutkulardır (Kierkegaard, 2013, s.87). Kierkegaard varoluşu insanın bütüncül doğasına uygun olarak açıklanması gerektiği fikrindedir. İnsan olmanın farklı yönlerinin de dahil edildiği, buna karşı bir diğerinin daha geri planda tutulduğu yaklaşımlara da şiddetle karşıdır. Kierkegaard’ın varoluşa tutkuları dahil etmesinin nedeni temelde objektif doğruluğa karşı oluşu ile ilgilidir. Ona göre bireyin olaylara içsel tutumunu dahil etmediği sürece o bilgi onun için anlamlı sayılmaz. Kierkegaard bu noktada özellikle kişiyi “insan olmanın anlamı nedir?” sorusuna yöneltir. Kişiye subjektif doğruluk alanı üzerine derin bir sorgulama başlatır (Yaman, 2016, s.25-26). Subjektif doğruluk denilen şey sadece kişiyi baz alan psikolojik doğruluk olarak tarif eder. Burada inancın objesi yanlış olabilir fakat kişinin ona inandığı doğrudur. Bu subjektif doğrulukta yalnızca o kişi içinde bulunduğu psikolojik durumu bilebilir. Kierkegaard’a göre subjektif doğruluk her durumda neye inanıldığı değil birey ve onun inancı arasındaki ilişkiye odaklıdır. Kierkegaard bu düşüncelerinden hareketle varoluşu korku, kaygı, umutsuzluk vb. gibi ruh halleri ile açığa

çıkarmaya çalışır. Ona göre bu ruh halleri yaşamın gerçekliği içindedir (Yaman, 2016, s.28-31). Yaklaşan fakat nedeni belirsiz olan güçlü bir duygu durumu olarak Kierkegaard'ın kaygı olarak adlandırdığı şey, genelleştirilmiş bir endişe hali olarak tarif edilir. İnsan için kaygı dünyada artık evinde hissetmeme duygusu olarak deneyimlenir (Hannay,2013, s. 234). Kierkegaard (2002) felsefesinde otantik insan faktörü, tutkulu bir birey olmaktan geçer. Çünkü ancak ona göre tutkuda bir nesil hem kendini hem de diğerini tam olarak anlar (s. 174). Bu nedenle Kierkegaard “korku ve titreme” adlı eserinde otantik insan olarak İbrahim’in ıstırabını betimler. İnanç ve bu inanç yolunda çekilen korku, üzüntü vb. gibi duyguları işler. (Kierkegaard, 2002, s. 174). Kierkegaard İbrahim’in İshak’ı kurban etmeye hazır oluşunu akıl ve inanç arasındaki ayrımı serilmeyerek betimler. Burada inanç ve akıl arasındaki gerilimi arttıran acı çekmeye ve tutkuya dönük içsel gerilim söz konusudur (Blackham, 2005, s. 12-13). Kierkegaard’a göre iman bir sıçrama, teslimiyet ve sonsuzluk hamlesi olarak en yüksek biçimde tutkunun gücüne ihtiyaç duyar (Taşdelen, 2010, s. 138).

4.4.2. Jean Paul Sartre

20. yüzyılda Fransa’da büyük ses getiren varoluşçu felsefe, edebiyat aracılığıyla insanın bu dünyadaki anlamını sorgulamaya başlar. Dönemin öne çıkan filozoflarından biri olan Sartre, görüşleri ile varoluşçu felsefenin ateist kanadını şekillendiren isim olur. Varoluşçuluk öğretisinde insansal varoluşu merkeze alan Sartre, insanın bu dünyadaki anlamsız varoluşuna dikkat çeker.

İnsanın sebepsiz ve amaçsızca kendini bulduğu bu dünyada yaptığı seçimlerle kendini oluşturması gerektiğini düşünür. Sartre klasik felsefenin bilindik öz anlayışına karşı insan için varoluşun özden önce geldiğini öne sürer.

Sartre’a göre insan için önceden belirlenmiş bir durumdan söz edilemez. Varoluşu özden önce gelen bir varlık olarak insan, önceden belirlenmiş ya da tanımlanmış değildir. İnsan dünyaya gelir, var olur, ve daha sonra kendi kendini belirler (Sartre, 1985, s.63). Önceden belirlenmiş bir amaç ve anlam yoktur. İnsan elinde önceye ve sonraya ait bir veri olmaksızın kendini bu dünyada bulur. Sartre insanı ilkin bu anlamsız çerçeve içinde resmeder. Daha sonra insanın yazgılı olduğu özgürlüğü bu çerçeveye ekler. Önündeki sayısız tercih ve seçeneklere karşı insan özgür bir varlıktır. “İnsan özgür olmaya mahkumdur, zorunludur. Çünkü dünyaya atıldı mı bir kez, tüm yaptıklarından sorumludur”

(Sartre, 1985, s.72).“Bekleyip duran şey toparlandı, üzerime atıldı, içime akıyor, dopdoluyum. Bir şey değilmiş, bekleyip duran şey kendimmişim. Özgürlüğe kavuşmuş, bağlarını koparmış varoluş üstüme taşıyor. Varoluşmaktayım” (Sartre, 2016, s.141). Sartre (2016) varoluşu insanın sıyırlamadığı bir doluluk olarak tarif eder (s.199). Buna karşı varoluş Sartre’a göre bir zorunluluk da değildir. Varoluş burada olmaktır. Yani bu bir olumsuzluktur. Var olanlar ortaya çıkar, onlara rastlayabiliriz fakat hiçbir zaman onları çıkarsayamayız (Sartre, 2016, s.195). “Bir yığın tedirgin, kendinden sıkılmış var olandan başka bir şey değildik. Burada bulunmam için tek bir neden yoktu, hiçbirimiz böyle bir neden ileri süremezdi. Utanç içinde bulunan ve belirsiz bir tedirginlik duyan her var olan, ötekini karşısında kendini fazlalık olarak hissediyordu. Fazlalık. Ben ben de fazlalıktım.”(Sartre,2016, s. 191).

Kişi kedisini sonradan yaptığı seçimlerle özgürce tasarlar. Sartre (1985) insanın kendini seçerken aynı zamanda bütün insanlığı da bu seçime ortak ettiğini düşünür. Yani kendimizi istediğimiz biçimde tasarlarlarken diğer insanları da bu tasarıya dahil ederiz (s.66). Sartre felsefesinde bu noktada öne çıkan kavramlardan biri de sorumluluktur. Ona göre yapılan bütün bireysel edimler tüm insanlığı bağlar niteliktedir. İnsan seçimleri ile adeta tüm, insanlara bağlanır. Hem kendini hem tüm insanlığı seçmek derin bir sorumluluk duygusunu da beraberinde getirir (Sartre, 1985, s. 67). “İnsan var değilse, olmakta ise ve olurken de bütün türün sorumluluğunu üstlenirse; önsel olarak verilmiş hiçbir ahlak ve hiçbir değer yoksa, üstelik her durumda hiçbir dayanağı bulunmuyorsa, hiçbir kılavuzun yardımı olmadan tek başına ve aynı zamanda herkes için karar vermek zorunda ise, bir davranışta bulunmak gerektiği zaman, nasıl bir iç sıkıntısı duymayabilir? Davranışlarımızdan her biri dünyanın anlamını değiştirir ve insanın evren içindeki yerini belirler. Her biri ile istesek de istemesek de evrensel bir değer ölçeği ortaya atarız” (Sartre’dan aktaran Foulquie, 1976, s.77). Sartre’a göre insanı diğer insanlara bağlayan bu güçlü sorumluluk duygusu, insanda derin bir iç sıkıntısı yaratır. “Canım sıkılıyor, başka bir şey değil. Ara sıra öyle şiddetle esniyorum ki gözlerimden yaş geliyor. Derin, kopkoyu bir sıkıntı bu, varoluşun ta kendisi, benim yapıldığım hamur” (Sartre, 2016, s.231). Sartre bu iç sıkıntısını “bulantı” olarak tanımlar. Sorumluluk duygusunun yarattığı ve varoluşun da kendini tam olarak hissettirdiği bulantı, işte tam bu noktada kendini açığa vurur. “Rahatlık ya da hoşnutluk duyduğumu söyleyemem, tam tersine beni eziyor bu. Ama amacıma ulaştım, öğrenmek istediğimi biliyorum artık. Ocak ayından beri başımdan geçenlerin tümünü anladım. Bulantı yakamı bırakmadı. O kadar çabuk bırakacağını da sanmıyorum.

Ama onu bir dert gibi duymuyorum artık. Bu geçici bir huysuzluk ya da hastalık değil, kendi öz varlığım” (Sartre, 2016, s. 188). Sartre “Bulantı” adlı eserinde varoluşunun verdiği bulantı halini ele alır. “Demek ki bulantı bu. Göz kamaştırıcı bir apaçıklık. Üzerinde kafa patlattım, yazılar yazdım. Şimdi biliyorum. Varım ve dünyanın var olduğunu biliyorum. Hepsi bu” (Sartre, 2016, s.183). Sartre varlığın şimdi ve burada oluşuna dikkat çeker. Varoluş şimdi ve burada olmaktan ibarettir. “Çevreme kaygılı gözlerle baktım, şimdiden başka bir şey yoktu. Şimdi var olandı, şimdi olmayan hiçbir şey varoluşmuyordu. Geçmiş var olan bir şey değildi” (Sartre, 2016, s.145).Sartre’a göre insan içinde yaşamak durumunda kaldığı dünyada kendi varoluşundan ötürü bulantı duyar. Bulantı hali kişiyi insansal varoluşuna doğru bir açılıma yöneltir.

Sartre felsefesinde duyguların kökeni, bilincin dünya ile girdiği ilişkiye dayanır. Sartre bilinçli olma ve bilinçli olmamayı birbirinden ayırır. Sartre “kendinde varlık”, “kendisi için varlık” ve “başkası için varlık” olarak üç varlık alanından söz eder. Kendisi için varlık insan bilincinin, ben’in varlığıdır. “Bilinç bir şeyin bilincidir. Bu demektir ki aşkınlık bilincin kurucu yapısıdır. Bilinç kendisi olmayan bir varlığa taşınarak doğar. Bizim ontolojik kanıt adını verdiğimiz şey işte budur” (Sartre, 2010, s.38). Bilinç yönelimsel bir faaliyet içindedir. Bilinçli olmak bir şeyin bilincinde olmaktır. Bilinç kendini diğer öteki şeylerden ayırır. Bilinç her zaman olmadığı bir şey için vardır (Blackham, 2005, s.114). Bu anlamda bilinç başka bir şeyin bilincin farkında oluşu olarak anlaşılır. Sartre bilincin yönelimsel hareketini fenomenolojik yöntemle açıklar. Husserl’in fenomenolojik yöntemi fenomenleri olduğu gibi betimlemeye ve anlamaya çalışır. Varoluşçular fenomenolojik yöntemi insan bilincini araştırmak için kullanır (Stevenson, 2005, s.111). Sartre’a (2019) göre fenomenoloji olguları değil, fenomenleri incelemeye alır. Burada fenomen olarak ele alınan şey “kendini ifşa eden” dir. Kendini ifşa etme bu anlamda görünür olmak demektir. Husserl’e göre bilincin var olması bir anlamda görünür olması demektir (s.16). Bilinç ancak fiziksel bir varlıkta bedende var olarak dünya ile ilişki kurabilir. Sartre için insanın şimdi ve burada bir durum içinde var olabilmesi için bir bedene ihtiyacı vardır. Ontolojik bir gereklilik olarak bilinç ancak bedensel bir varoluşta dünya ile ilişki kurabilir. “Bay Rolleban benim ortağımdı. Var olmak için onun bana, kendi varlığını hissetmek içinde benim ona gereksinimim vardı. Var olduğumu fark etmiyordum artık, kendimde değil onda varoluşuyordum”(Sartre, 2016, s.149). Öteki ile ilişkide beden kişi için somut bir başvuru kaynağıdır. Dünyadaki şeyler bedene dönüktür. Beden insan için hem bir bakış açısı hem

de bir başlangıç noktasıdır. Beden kavrayış dünyasının bir koşulu olarak eylemin ve seçimin zorunlu şartıdır (Blackham, 2005, s.123).

Fenomenolog için her insani durum incelenmeye değer ve anlamlıdır. Eğer insan mevcut anlamından soyutlanırsa, insan gerçekliğine ulaşmak mümkün olmaz. Bu anlamda duygular da dünyaya yönelen insan gerçekliği olarak görülür. Husserl’de duygunun bilincin asli yapısını ortaya çıkarabileceğini düşünür. Bu nedenle duygu bilince karşılık gelir. Bu nedenle insan gerçekliğinin araştırılması adına duygular önemli bir kaynak olarak görülür (Sartre, 2019, s.16-17). Sartre (2019) duyguyu bilincin varoluşsal bakışla insan gerçekliğini açığa vurma hali olduğunu düşünür. Duygular insan gerçekliğinin bir sonucu olarak algılamak oldukça yanlıştır. Aksine duygu insan gerçekliğinin ta kendisidir. Sartre duyguyu fizyolojik hareketin bir sonucu olarak gören kuramları eleştirir. Ona göre duygunun bir özü, belirli yapıları ve görünme biçimleri vardır. Varoluşsal anlamda duygu insansal varoluşun organize bir durumudur (s.18). Sartre duygulara ilişkin varoluşsal bir inceleme başlattığında dönemin psikolojik yaklaşımını da eleştirir. Ona göre psikoloji duyguları anlamada yetersizdir. Duyguyu salt bir olgu olarak gören ve anlamını yok sayan psikolojik tavır, insanı da varoluşsal anlamından koparır. Duygular sadece bir olgu ya da bedensel bir fenomen olarak ele alınamaz. Duygu, Sartre için varoluşsal anlamda insan gerçekliğini ortaya koyan organize yapılardır. Sartre’a (2019) göre fenomenolojik indirgeme (dünyayı araç içine alma) ile duyguları saf aşkınsal bir fenomen olarak incelenmelidir. Böylelikle bir duygu fenomenolojisine ulaşmak mümkün olacaktır. Sartre bu noktada her duyguyu kendi özelinde incelemeyi, varoluşsal anlamda duygunun özüne yönelik bir araştırma yapar (s.14).

Sartre (2019) “Heyecanlar Üzerine Bir Kuram Taslağı” adlı yapıtında duygulara ilişkin görüşlerine yer verir. Sartre burada duyguların dönüştürücü gücüne dikkat çeker. Dünyayı anlamak için yönelimsel bir faaliyet gösteren bilinç, beden aracılığıyla dünya ile ilişki kurar. Bilincin bu yönelimsel faaliyetine dahil olan duygular, bilinç durumları olarak tanımlanır. Duygu insan gerçekliğinin dünya ile kurduğu ilişkide ortaya çıkan bilinç durumlarıdır. Duygular dünyayı belli bir tasarıda anlamaya yönelik olarak stratejik bir faaliyette bulunur. Bu noktada duygunun öznesi ve nesnesi arasında kurduğu ilişki oldukça önem taşır. Dünyada karşılaştığı durumlara çözüm arayan özne, nesnesi ile kurduğu ilişkide dünyayı her an kendi eylemleri üzerinden tanır (Sartre, 2019, s. 46). Sartre, duyguların dünya ile kurulan ilişkide öznenin ilişki kurduğu nesneyi dönüştürdüğüne ve aynı zamanda bu dönüşüme kendisini de dahil ettiğini söyler. Sartre duyguların bu

dönüşümsel faaliyetini, dünyayı tanıma ve onu stratejik biçimde öznenin kendi yararına uygun olarak değiştirdiğini söyler. İşte bu nedenle duygular Sartre’da, anlamlı ve amaçsallık içeren bilinç durumları olarak görülür. Buradaki değişim nesnenin özsel yapısıyla ilgili bir değişim değildir. Öznenin nesnesine yönelimi ve bundan hareketle de davranışın değişimi söz konusudur. Burada özne nesnenin yapısını değiştirmeden, ona yönelik yönelimsel hareketini değiştirerek nesneye yeni bir anlam yükler. Duygularla nesnelere sonsuza dek süren tözsel bir nitelik yüklenir. Duyguların nesnelere yönelik bu yüklemeleri geleceğe yayılıp, dünyanın anlamı üzerine bir ifşa olur. Örneğin bir şeyin duygusal dokusu korkunçluksa onun kurucu ögesi bu olur. “korkunçluk” tam da korkunçluğun tözsel bir nitelik olmasıdır. Yapılan bu yükleme ile dünyada korkunçluk var olur. Böylelikle duygusal yüklemeler gündelik yaşantımızın bir olgusu değil, mutlağın sezgisi olurlar (Sartre, 2019, s.66).

Sartre’a göre dünya bilince iki şekilde kendini gösterir. Birincisi araçsal bütünlük dünyası, ikincisi ise araçsal olmayan bütünlük dünyasıdır. Sartre araçsal bütünlük dünyası derken neden-sonuç ilişkisinden türeyen belirlenmiş bir dünyadan söz eder. Araçsal olmayan bütünlük dünyası ile de büyülü olarak tanımladığı duygularla dönüştürülen dünyayı kast eder. Burada duygu, araçsal dünyanın yerini araçsal olmayan dünyaya bıraktığında belirir. Araçsal dünya duygularla büyülü bir dünyaya dönüştürülür. Sartre burada “sihir” kavramını da kullanır. Sihir, belirlenimci dünyanın dönüştürülmesi ve onun varoluşsal yapısını anlatmak için kullanılır. Sartre’a göre duygusal davranış diğer davranış türlerinden farklı olarak, dünyayı yeni bir boyutta kavramayı sağlar. Duygu, dünyanın niteliğini değiştirerek ve onu yeni bir bakışla yapılandırarak onu belirlenmiş (araçsal bütünlük dünyası) halinden sihir dünyasına taşır (Yazıcı, 2011, s.171). Sihirli olan dünyanın varoluşsal bir yapısı vardır. Sartre “sihir” kategorisinin toplumda insanların ruhlar arası ilişkilerini, öteki ile olan ilişkiyi yapılandırır. Sartre’a göre bu nedenle insan insan için daima bir büyücüdür (Sartre, 2019, s.68). Duyguyu kuran şey, nesne üzerinde onu sınırsızca ve farklı boyutlarda kavramasıdır. Duygularla aynı dünyayı korkunç, neşeli, hazin vs. şekillerde kavranır. Sartre’a göre bir düş aleminden nasıl söz ediliyorsa, duygu dünyasında da öyle söz edilmelidir (Sartre,2019, s.65). Bilinç belli bir biçimde dünyaya ilişkin taşıyamadığı bir durumu uykunun, düşün ve histerinin bilinçlerine benzeşerek kavramaya çalışır. Bilinç bu yeni dünya halini ona inanarak yaşadığı için tam bir düşteymiş gibi, histeri içindeymiş gibi kendi inancına tutulur. Bilinç bu inanç haline karşı koymaz aksine onu yaşamaya yaşamak ister. Bu anlamda ona maruz kalındığı söylenebilir. Büyülü

bir dünya ortaya çıkar ve sonra bilincin üzerine kapanarak onu sınıksız sarar (Sartre,2019,s.63-64).

Sartre (2019) duyguların bedeni bir büyü aracı gibi kullanarak sihirli bir dünya tasarladığını söyler. Sartre her duygunun ereksel bir amacı olduğunu düşünür. Bununla birlikte Sartre’a göre gerçek duygu her daim inanç eşliğindedir. Duygunun ve inanç birlikteliği nesnelere yönelik nitelikleri bir hakikat gibi kavramayı sağlar. Bu anlamda duygular bir inanç fenomenidir. Bilinç yarattığı bu yeni büyülü dünya içinde artık kendisini de dönüşmüş olarak bulur. Bilinç yeni dünyanın karşısında, yeni bir bilinçtir. Duyguyla hareket eden bilinç dünyayı ve varlığını mesafe olmaksızın kendi dünya görüşünden hareketle tasarlar (Sartre, 2019, s.61-62). Bu dönüşüm esnasında bilinç adeta beden değiştirir. Beden bu dönüşüme uygun davranışı ortaya çıkarır. İşte bedende ortaya çıkan fizyolojik değişikliklerin sebebi de budur (Sartre,2019, s.63).

Sartre göre duygular anlamlı ve amaçlı yapılar olduğundan dünyaya uyum sağlamak gibi stratejik bir işlevdedir. Sartre’a göre duygular dünyaya karşı seçimleri oluşturur. Bu seçimlerle dünyayı anlama ve anlamlandırma faaliyeti yürütülür.

4.4.3. Martin Heidegger

Varoluşçu felsefenin öne çıkan isimlerinden biri olan Heidegger, görüşlerinde varlığa ve insana yönelik yaptığı açıklamalarla yeni bir bakış açısı kazandırır. Felsefesinde kendine özgü kavramları ve üslubuyla dikkat çeker. Varlığın anlamına yönelik yürüttüğü felsefi sorgulamada insanı varlığa açılan bir veri kaynağı olarak görür. Heidegger insansal varoluşu varlığı anlamak bakımından ilgi odağı haline getirir.

Heidegger varlık ile var olmakta olan arasına bir çizgi çizer ve bu çizgiyi ontolojik mesafe olarak ifade eder. Varlığın anlamını kendinden öncekiler gibi soyut olarak ele almaz. Ona göre var olmakta olan varlığın anlamını sorgulayabilir potansiyeldedir. Varlığın anlamını sorgulayacak olan insandır. Bu nedenle Heidegger insanın varoluşunu varlıktan ayırır ve buna Dasein (var olma) adını verir (Mussenbrock, 2013, s.201). Heidegger “Varlık ve Zaman” adlı yapıtında varlığı detaylı biçimde ele alır. Varlığın anlamı üzerine yürütülen sorgulama da “Dasein” varlığa açılan kapı olarak tanımlanır. Heidegger’in “Dasein” olarak adlandırdığı insan, kendini dünyada bulan ve kaygı duyan bir varlıktır. Bu varlık yapı gereği varlığın neliğini sorgulayabilir potansiyeldedir. Heidegger’de “ekzistens-olmak” dünyada olmanın dışına çıkmak ve varlığa yönelmek anlamına gelir. Varlığa ilişkin bu

yönelimde ona eşlik eden kaygıdır (Hühnerfeld, 2010, s.78-79). Dasein kavramsal bir sorgulama ile açıklanamaz. Burada yürütülen sorgulama varlığın ontolojik boyutu üzerinedir. Heidegger'e göre varlığı ancak ontolojik bütünlüğünde kavramak mümkündür. Bu nedenle Dasein'ı bilgi nesnesi haline getirmek, varoluşsal bir sorgulamayı olanaklı kılmaz. Buna karşı Dasein ancak kendi varoluşsal yapısının analizi ile açıklanabilir (Çüçen, 2003, s.40). Dasein kendi varlığında otantik yapısının farkında olup buna yönelik seçimler yapabilir. Dasein kendini anlamasıyla varlığı açığa çıkarır. Dasein varlığı gereği dünya içinde öteki var olanlarla birliktedir ve bu onun varoluşsal bir gereğidir. Bu anlamda Dasein ilgi ve kaygı varlığıdır. Diğer öteki varlıklarla karşılaşmak, onlara ilgi duymak ve onlara karşı kaygı taşımak varoluşsal bir yetkinliktir (Çüçen, 2003). Heidegger, insanı "kaygı" olarak belirler. Var olan kendisini ancak ötekilerle kurduğu ilişki de görebilir (Pöggler, 2010, s.55). Öteki insanlar onlar için kaygılanan ve ilgilenen bir varoluşa sahiptir. Heidegger'e göre insanın bütün varlığı dünyasallık içerir. Beden sayesinde bu dünyada var olunur ve bilince var olma olanağı sağlayan şey de budur. Bilinç ne ise beden odur. Bedenden ötesi hiçliktir, sessizliktir (Foulquie, 1976, s. 89). Heidegger felsefesinde insansal varoluşa ilişkin kaygı, korku, ölüm, zaman, tarihsellik gibi yaşanan anın sorunlarını analiz eder (Pöggeler, 2010, s.25).

Kaygı duyan varlık olarak Dasein, her daim kendini "orada-varlık" olarak kendini ortaya koyar ve bu onu "dünya-içinde-varlık" yapar. Dasein'ın kaygı duyması varoluşsal bir ruh durumu olarak ortaya çıkar. Ruh hali her daim "orada-varlığın" varoluşsal yapılarından biri olarak kendini ortaya çıkarır. Dasein'ın ruh durumları olarak kendini açığa çıkarması bir nevi kendini anlamasıdır. Dasein'ın "orada-varlık" olduğunu anlaması ve söylemesi dünyanın bir arada olduğunun da bir göstergesidir. Dasein kendini "dünya-içinde-varlık" olarak kavradığında aynı zamanda "bir şey için-varlık" olduğunu da fark eder (Çüçen, 2003, s.72).

İnsansal varoluşun derin katmanlarını göstermek için varoluşsal çözümlemeler yapan Heidegger'e göre, insanı anlamak bilgisel bir yolla elde edilemez. Ona göre insan ruh durumlarında ortaya çıkar. Ruh durumlarını çözümlemek varlığın ne olduğunu ve ne olmakta olduğunu kişiye gösterir (Akarsu, 1979, s.124). Heidegger duyguları ve heyecanları ruh durumları olarak ifade eder. Heidegger'in "ruh hali" (befindlichkeit) olarak tanımladığı şey özsel olarak Dasein'ın kendisini ve dünyayı çıkarmasının bir yönüdür. İnsansal varoluşun en alışıldık varoluşsal dışavurumu, ruhsal durum fenomenlerinde görülür. Can sıkıntısı, sevinç, üzüntü, korku, kaygı Dasein'ın kendisini

duygulanımsal çıkarım olarak ortaya koymasıştır (Mulhall, 1998, s.108-109). Heidegger'e göre bir ruh durumu temel varoluşsal bir şey olarak görülmelidir. Varlığın üzerinde gözlemlenen değişken ruh halleri onun her durumda her zaman belli bir ruh durumunda olduğunu gösterir. Ruh durumları birinin nasıl olduğunu ve olacağını açıkça gösterem varoluşsal yönlerdir (Heidegger, 2004, s.200). Heidegger bu anlamda ruh durumlarını, varlığın nasıl olduğunu anlamak bakımından elde edilen veri kaynağı olarak gördüğünü söyler. Varlığın kendini açık ettiği ruh durumları bu nedenle varlığı anlamak bakımından onun en özel halidir. Ruh durumları var olan şeyin varoluşsal belirmesi olarak kavranmalıdır. Ruhsal durumlarda varlık kendini şimdide bulur ve bir şeye dönme ya da ondan yüz çevirme olarak kendini açığa serer. Ruh durumu "oradaki-varlığın" oradalığını ortaya koyar (Heidegger, 2004, s.201-202). Ruhsal durum "oradaki-varlığı" fırlatılmışlığı içinde açığa serer. Heidegger ruh durumlarının ne sadece içerden geldiğini ne de sadece yaşantılardan hareketle dışarıdan hareketle oluştuğunu düşünür. Buna karşı dünyadaki varlığın bir yönü olarak bizzat kendi varlığından türediğini düşünür (Heidegger, 2004, s.203). "Yalnızca varlık bilimsel olarak oradaki-varlığı nitelendirmekle kalmaz, aynı zamanda açığa sermesinin zemininde varoluşsal analitik ilkesel ve yöntemsel bir imlem taşır" (Heidegger, 2004, s.207). "Orada-varlık" olarak Dasein, ruh durumlarında kendini açık eder. Bu anlamda ruh durumları onun varoluşsal yapısını gösteren ve onu o yapan yönüdür. "Orada-varlığın" ruh durumunu en iyi biçimde ortaya koyan şey ise onun fırlatılmışlığıdır. Dasein kendini dünya içinde, atılmış olarak bulur. Kendini dünyada bulunduğu dünyada çevresinde kendi gibi başka varoluşlarla karşılaşır. Bu yeni karşılaşmalar Dasein'da yeni ruh durumları ortaya çıkararak onun kendini fark etmesini ve tanımasını sağlar (Çüçen, 2003, s. 72). İnsan için ruh hallerinden kaçış mümkün değildir. Ruh durumları varoluşu adeta belirli biçimlerde renklendirir. Dasein dünyadaki karşılaşmalarında kendi olanaklarını belli bir ruh durumu ile açığa çıkarır. Bu anlamda ortaya çıkan her ruh durumu ona etki eden bir şeyden hareketle açığa çıkar. Ruh durumları başkaları ile ilişkide hem onlardan etkilenme hem de onları etkileme gücüne sahiptir. Bu noktada ruh durumlarının sosyal yanıda görülebilir (Mulhall, 1998). Heidegger'e göre ruhsal durum, "oradaki varlığın" dünya içindeliğinin ve varoluşunun temel bir türüdür. Heidegger bu noktada duyularında ancak bir ruhsal durum içinde var olabileceklerine değinir. Buna göre duyulardaki uyarılma hali ancak ruhsal bir durumla, onun eşliğinde bulunur. Ruhsal durumlara göre dünyayı farklı titreşimlerle her daim aynı olmayan özgün

dünyasallığı içinde kavranır (Heidegger, 2004, s.205). Bu anlamda Heidegger'in ruh durumlarını yani duyguları işlevsel ve amaçsal yetilerde değerlendirdiği söylenebilir.

Dasein var olmayı kendi varlığında gerçekleştirme yetisine sahiptir. Kendi var olmasında varlığın anlamını sorgulayan varlık olarak Dasein, kendini diğer varlıklardan ayırır. Varlığın anlamı meselesi sadece Dasein'in varlığında, zamansallıkla birlikte var olur (Çüçen, 2003, s.55). Dasein'in temel ontolojik karakterlerinden biri de onun zamansallığı ile ilgilidir. Varlığın ontolojik yapısı zaman türleri açısından da ele alınabilir durumdadır. Zamansallığın üç boyutu arasında geçmiş, şimdi ve gelecek arasında en önemli rolü olan gelecektir. Çünkü gelecek önsel ve otantik olandır (Çüçen, 2003, s.118). Heidegger zaman kavramını Aristoteles'in zaman kavramından hareketle ele alır. Buna göre zaman hareket içinde sayılmış olan demektir. Zaman içinde önce ve sonra ayrımı yaparak onu bu şekilde hesaplama olanağına sahip olunur. Bu noktada zamanı hesaplayan birinin olması zorunludur. Heidegger'e göre zaman bir şey için zaman olarak ortaya çıkabilir. Zamanın bir şey için zaman olması Dasein'in zamansal varlığını ortaya koyar. Dasein zamanı ölümle ilişkili olarak, kendini ölüme çağıran bir şey olarak zamanı yaşar. Zamanı ölüm fikri odağında değişken ve göreceli olarak yaşar (Pöggeler, 2010, s.59-60). Ruh durumları ile Dasein'in zamanı tecrübe edişi arasında da güçlü bir ilişki vardır. Bir ruh halinden ötekine geçiş içinde zamansal bir aşama vardır. Ayrıca geçmiş, şimdi ve gelecek ruh durumları üzerinde değişkenliğe yol açabilir. Geçmişte tecrübe edilmiş bir ruh durumu şimdiyi ya da geleceği etkileyebilir ya da aksine geçmişte ortaya çıkan bir ruh durumu şimdi de etkisini yitirebilir ve geleceğe taşınmayabilir. Heidegger felsefesinde varlık ve zaman ilişkisi varlığın kendini ortaya çıkardığı her yönünde güçlü bir etkide kendini açılar

Heidegger'e göre Dasein'in ontolojik varoluşunu ortaya koyan ruh durumu ortaya çıkaran ruh durumu korku iken, ontolojik varlığını ortaya koyan ve belirleyen ruh durumu ise kaygıdır. Bu anlamda korku nesnesi belli olan bir ruh durumu olarak ortaya çıkarken, kaygı nesnesi belirsiz bir ruh durumudur (Çüçen, 2003, s.72). Belirsizlik, Dasein'i diğer varlıklardan ayıran temel bir oluşumsal neden olarak sayılabilir. Buna göre kaygının üç yapısal yönü vardır (Hühnerfeld, 2010, s. 82). Bunlar;

1-Dünyayı önünde bulma

2-Henüz içinde olma

3-Çevresinde olma

Burada dünyayı önünde bulan ve olduğu olan şey varoluşun kendisidir. Henüz içinde olma dünya içinde olma ona fırlatılmış olmaktır. Heidegger burada özellikle “bulunmaklık” terimini kullanır. Burada bulunmaklık her daim bir ruh durumu içinde var olmayı gerektirir. Son olarak çevresinde olma ise insanın daima şeyler içinde, çevresinde olmasını anlatır (Hühnerfeld, 2010, s. 82-83).

Heidegger şimdiye kadar ruhsal fenomenlerin duygu ve heyecan başlıkları altında felsefede irdelendiğini söyler. Bu araştırmayı ilk yapan kişi Aristoteles’tir. Aristoteles “Retorik” adlı yapıtında detaylı olarak duyguları ve oluşum nedenlerini incelemeye alır. Heidegger’e göre Aristoteles’in Retoriği kamusal alanın gereksinimi üzerine, ruhsal olana ihtiyaç olduğu için ortaya çıkar. Ruh durumlarının olanaklarını doğru yolda uyandırabilmek ve yönetebilmek için onları çözümlemeye ihtiyaç vardır. Heidegger’e duyguların bir yorumu da Stoa felsefesinde bulunur. Buna karşı Heidegger neredeyse Aristoteles’ten bu yana duyguların varlık bilimsel yorumunu ileriye taşıyabilecek tek bir adım dahi atılmadığını söyler (Heidegger, 2004, s.206). Heidegger duygulara ilişkin çalışmaların göz ardı edildiğine dikkat çeker. Varlığı ortaya koyan bir yön olarak duygular, uzunca bir dönem problematik alan olarak ele alınmamıştır. Heidegger’e göre duygular, ruhsal fenomenler olarak işlevsel yetilerdir. Bu nedenle Heidegger’e göre, ruhsal fenomenleri yeniden daha yenilikçi bir bakış açısıyla ele almak gerekir. Bu bakış açısı fenomenolojik araştırmanın değerli bir yanıdır. Fenomenolojik yorum oradaki varlığın kendisini kökensel olarak açığa serme olanağıdır (Heidegger, 2004, s.208).

BÖLÜM V

DUYGU TEORİLERİ

“Duygu” kavramının ortaya çıkışı, açıklaması ve güncel tanımları en geniş anlamda Thomas Dixon tarafından yapılır. Dixon’a göre “duygu” olarak kullanılan kavram yüzyıllardır “tutkular, duygulanımlar” olarak felsefî düşüncede yer almıştır. 19. yüzyıl çalışmalarında “duygu” kategorisi altında yürütülen araştırmalar ne basit duygulanımlar olarak ne de zihinsel durumları içerecek şekilde yeni bir başlangıç kazanır (Solomon, 2016, s.87).

Psikolojinin bağımsız bir disiplin haline gelmesi ile duygular bilimsel çalışma alanına dahil olur. 1980’lerin belirleyici bilimsel çalışmalarının ardından duygunun artık insan davranışları üzerindeki etkisi kabul edilmiştir. Bu kabul insan davranışlarını anlamak adına duygu araştırmalarını zorunlu kılmıştır. Duygu araştırmaları psikolojik süreçlerin işleyişine önemli katkılar yapar. Bu nedenle duygu teorileri araştırmaları da önemli bir alan olarak görülür (Coppin & Sander, 2013).

19. yy pozitivist yaklaşımı ve organizmacı tutum olarak adlandırılan bu perspektif genellikle duygunun anatomik veya genetik temelini saptamak, duyguların bedensel değişimlerle nasıl bağlandığını göstermek, kalıtsal duyguların insanın yaşamda kalma mücadelesindeki yerini saptamayı ve bilinçdışı süreçlerin duygu ve davranışlar üzerindeki etkisini göstermeye amaçlıdır (Lupton, 2002, s. 26). İlk olarak Darwin’in çalışmaları duygu kuramlarının oluşmasında dayanak noktası olarak yer alır. Evrimsel duygu teorisi temelde duygu evrimini gündeme getirir. Fizyolojik duygu teorisi ise, duygunun oluşumunu çevresel etkilere bağlar ve bedensel birtakım hareketlenmeleri zihne göre önceler. Bilişsel duygu teorisi insanı işleyen aktif bir zihin olarak değerlendirir ve

duyguların oluşumuna zihinsel süreçleri dahil eder. Psikanalitik duygu teorisi ise, davranışları yönlendirici etkin güç olarak bilinçdışı süreçleri işaret eder ve duyguların oluşumu da bu bilinçdışı süreçlere bağlanır. Duygu teorileri genel olarak kendinden önceki teorinin eksikliklerini gidermeye yönelik bir gelişim seyreder.

Duygular oldukça karmaşık bir yapıya sahiptir. Çünkü bir duygu içeriğinde birden fazla bileşeni barındırır. Duygu araştırmalarını zorlaştıran temel etkenlerden biri de duyguların farklı bileşenlere sahip olmasıdır (Plotnik, 2009, s. 359). Bunlar;

- 1- Uyarıcı (olay, nesne ya da bir düşünce)
- 2- Öznel yükleme
- 3- Fizyolojik değişimler
- 4- Davranış ortaya çıkarma

Duygusal yaşantı genel olarak kabul gören bu dört bileşenden meydana gelir. Duygu teorisyenleri özellikle bu duygu bileşenleri noktasında fikir ayrılığına düşer. Çünkü her bir teori duygunun oluşumunu açıklarken farklı bir bileşeni önceler. Örneğin fizyolojik teori bedensel etkileri öncelerken, bilişsel teori ise algıyı önceler. Duygu teorileri genel olarak süreç odaklı bir açıklama yapmaya çalıştığı için özellikle bu bileşenler arasında bir öncelik ve sonralık ilişkisi kurmaya çalışır. Bu nedenle duyguyu başlatan ilk etkinin, çevresel mi yoksa merkezi mi olduğu noktasında derin bir fikir ayrılığı vardır (Plotnik, 2009). Bunun yanı sıra teorisyenler duygunun biyolojik bir temeli olduğu konusunda hemfikirlerdir. Çünkü duyguların beyinle ilişkili bölümleri olduğu kanıtlanmıştır (Plutchik, 1991). Fakat duygunun doğası, duyguların sayısı, duygunun bileşenleri ve temel duygular konusunda hala derin bir fikir ayrılığı mevcuttur (Moors, 2009).

Duygu teorileri duygunun oluşumuna ilişkin açıklamalarında belli bir bileşeni önceler ve duygunun doğasını bu bileşenden hareketle indirgeyici bir tavırla ele alır. Duygu teorisyenlerinin öncelediği bileşenler ve duygu teorilerini oluşturan temel fikirler vardır (Solomon, 2002, s. 131-132). Bunlar;

- 1- Davranışsal ifadeler (duygunun ifadesi)
- 2- Fizyolojik tepkiler (hormonlar, sinir, kas devreleri)
- 3- Psikanalitik süreç (bilinçdışı süreçler)

4- Bilişsel tavır (değerlendirme, algılama, kişinin düşünceler)

5- Sosyal bağlam (kişiler arası ilişkiler)

Duygu teorilerinin temel fikir ayrılığı bir duygunun başlatıcısı olarak çevresel etkilerin mi yoksa merkezi etkilerin mi öncelenmesi ile ilgilidir. Çevresel teoriler duygunun başlatıcısı olarak vücutta meydana gelen fizyolojik değişimlerin duyguya yol açtığını öne sürer. Merkezi teoriler ise durumun değerlendirilmesi veya yorumlanmasının duyguları meydana getirdiğinin söyler (Plotnik, 2009, s. 360).

Tablo 10

Duygu Teorileri

Bakış Açısı	İnceleme Odağı	Temel Araştırma Konuları
Evrimsel Duygu Teorisi	Psikolojik adaptasyonlar	Evrin açısından duyguların işleyişi
Fizyolojik Duygu Teorisi	Bedensel tepkiler	Duygunun oluşumunda fizyolojik reaksiyonların etkisi
Bilişsel Duygu Teorisi	Zihinsel süreçler	Duygunun oluşumunda zihinsel süreçlerin etkisi
Psikanalitik Duygu Teorisi	Bilinçdışı etkiler	Bilinçdışı süreçlerin duyguya etkisi

Psikoloji çalışmaları duyguyu sınıflandırmacı bir yaklaşımla ele almaktadır. Bu nedenle duygunun özellikle fizyolojik, bilişsel ve biyolojik yönlerini önemser. Fakat duygusal yaşantı farklı bileşenleri içinde barındıran bütünsel bir yapıdadır. Üstelik duyguyu oluşturan bu bileşenler birbiri ile iç içe geçmiştir. Bu bütünsel yapıyı parçalarına ayırarak ele almak ve tek bir bileşen üzerinden açıklamaya gitmek duygunun bu çok boyutlu yapısını anlamakta güçlükler yaratır (Solomon, 2002, s. 131-132). Bu nedenle duyguları psikoloji-felsefe uzantılarını inceleyerek ele almak uygun olacaktır.

Duygu birkaç yüzyıldır kullanılan yeni bir kavram olarak değerlendirilir. Bundan önce felsefede genellikle “tutku” kavramının kullanımına rastlanır (Solomon, 1995, s. 177). Filozoflar ilkin tutkuları akıl ile karşılaştırmaya gider. Bu karşılaştırmada akıl daha güvenilir bir kaynak olarak kabul görmüş ve tutkular aklın kontrolüne verilmiştir (Solomon, 1995, s. 172). Filozofların duygulara dair söylemleri dönemin insan kabulü ile yakından ilişkilidir. İnsana yönelik yapılan yeni belirlemeler doğrudan yansımalarını duyguların işlenişinde kendini gösterir. Bu nedenle felsefe tarihindeki duygu açıklamalarını yerli yerince anlamının temel noktalarından biri, dönemin ses getiren

filozoflarının düşüncelerini incelemeyi gerektirir. Çünkü bu filozoflar döneminin düşüncesini şekillendiren güçlü isimlerdir. İlk çağ düşüncesi, modern dönem, 19. yüzyıl ve varoluşçuluk insana ve dolayısıyla duyguya bakışın değiştiği temel dönemlerdir. Filozofların psikoloji çalışmalarından yüz yıllar önce duygulara ilişkin belirlemeleri oldukça dikkat çekicidir. Çünkü duygu teorilerini oluşturan temel fikirler, filozofların görüşlerinde yer edindiği görülür. Platon ile başlayan süreçte duyguların doğasına dair temel fikirleri çıkarsamak mümkündür. Örneğin Aristoteles duyguların bilişsel boyutlarına dikkat çeker ve düşünmeyi etkilediğini vurgular. Stoa felsefesi duyguların yararlı olana dönüştürülmesi için sağaltım metotları geliştirir. 17. yüzyılda Descartes ve Hobbes fizyolojik teoriye benzer, bedensel süreçleri içeren bir görüşler ortaya koyar. Descartes ve Hume tutkulara, Spinoza ise “ affectus” terimiyle daha kontrol edilmesi güç güdülere gönderme yapar (Solomon, 2016, s.87). Spinoza, Nietzsche, Schopenhauer, Kierkegaard davranışı yönlendirici görülmeyen güçlerin olabileceği fikri üzerinde durur. Varoluşçuluk felsefesi insanı duyguları ile yüzleştirmeye çalışır. Birtakım psikoterapilerin temelleri bu görüşlerce şekillenir.

Yapılan incelemeler sonrasında özellikle dört duygu teorisini oluşturan temel fikirlerin filozofların görüşlerinde izlerinin bulunduğu söylenebilir. Bu nedenle evrimsel duygu teorisi, fizyolojik duygu teorisi, bilişsel duygu teorisi ve psikanalitik duygu teorisinin felsefi temellendirmeleri filozofların görüşlerince yapılabilir. Bu kısımda duygu teorilerini ilkin psikoloji çerçevesinde ele almak ve ardından filozoflarla benzer görüşlerine ulaşılmaya çalışılır. Filozoflar her ne kadar duygu teorileri ile benzer açıklamalar taşısa da duyguları geniş bir bakışla ruh, beden, etik ve akıl gibi alanlarla ilişkili biçimde, bütünsel bir açıklama yapar. Bu nedenle duygu teorilerini tek bir filozofun görüşlerine indirgeyerek açıklamak mümkün değildir. Çünkü filozoflar duyguları farklı yönleri ile ortaya koymaya çalışır ve temelde duygunun anlamını çıkarsamaya odaklıdır. Psikoloji ise duygu teorilerinde süreç odaklı bir yaklaşımla yalnızca duygunun işleyişini ortaya koymaya çalışır.

5.1. Evrimsel Duygu Teorisi

Doğanın işleyişini çözmek ve canlıların nasıl bir süreçten geçtiğini saptamak evrimsel kuramın temel meselesidir. Doğada canlılar arasında çetin bir hayatta kalma mücadelesi vardır. Tüm canlılar bu mücadelenin içerisinde. Doğanın dengesi de tam olarak bu

mücadele üzerine kuruludur. İnsanda bu sürece dahil olan bir türdür. Tüm canlılar doğanın bu kanununa uyum sağlayabilmek için evrim geçirmektedir. Bu evrim noktasında koşullara daha iyi uyum sağlayan genetik yapıya sahip olanlar bu mücadelenin galibi olurlar. Charles Darwin 1859'da "Türlerin Kökeni" adlı eseriyle bu "doğal seçim" yasasını anlatır (Bakırcı, 2014, s. 185-186).

Fizyolojik çalışmaların öne çıktığı 19. yüzyılda bilimsel çalışma alanına insanın dahil oluşu Darwin'in çalışmaları ile büyük bir gelişim gösterir. Darwin "Türlerin Kökeni" adlı yapıtı ile doğal ayıklanma fikrini ortaya koyar. Doğal ayıklanma görüşüne göre organik varlıklar zaman içinde farklılaşan şartlara uygun olarak bir değişim geçirir. Bu değişim ve farklılaşma ile zamanla aynı türler birbirinden çok farklı iki görünüm kazanır. Bu teori davranışların açıklanmasında önemli belirlemelerde bulunur. Buna göre organizma çevreye uyum sağlayabilmek ve adapte olabilmek için şartlara uygun davranışlar üretir. Darwin bu görüşü ile davranışı biyolojik bir bağlamda açıklamaya gider (Darwin'den aktaran Düzgüner, 2013, s. 271).

Darwin'in çalışmaları duyguyu kavramsallaştırma aşamasında son derece etkili bir kuram olarak değerlendirilir. Darwin'e göre duygular insan ve hayvanlarda ortak olup doğuştan getirilen içgüdüsel dürtüleri içeren ilkel fizyolojik uyarılma tepkilerine dayanmaktadır. Duygunun fiziksel dışavurumu olan ifadeler hayvanlardan insana taşınan sürekliliğin bir neticesidir. Duygular tehdit ve tehlikelere o anki koşullar içinde tepki vermek ve gelecekteki eylem veya niyetlerin işaretini sunmak yoluyla hayatta kalma mücadelesinde merkezi bir rol oynar (Lupton, 2002, s. 26-27). 19.yy ile başlayan değişim fikri evrim kuramını destekleyici bir süreci getirir. Aslında evrim ve değişim fikri Darwin'den önce dikkat çeken bir fikirdir. Evrimin düşünsel temelleri filozofların düşüncelerinde çok önceden yer edindiği bilinir (Bakırcı, 2014, s. 186).

Darwin'e göre duygular ilkel dürtülerin uyarılmasına dayanan benzer dışavurum ifadelerine sahip yapılardır. Duygulara bakıldığında tehdit ve tehlikelere karşı o anki koşullara göre tepkiyi ortaya çıkardığı görülür. Burada türün devamlılığını sağlayan ve çevreye uyumu destekleyen bir sistem olduğu açıktır. Bu sistem evrime hizmet etmek için vardır. insanın çevreye uyum sağlayabilmesi için sadece fiziksel değişimler geliştirmesi yeterli değildir. İnsanın içinde bulunduğu koşullara uyum sağlayabilmesi için duygularında evrimini zorunlu kılar. Örneğin şefkat, yardım, yakınlık, bağlılık ve güven duyguları

toplumsal dayanışmayı güçlendirdiği için nesilden nesile aktarılmıştır. Kaygı, korku, iğrenme gibi duygular ise yaşamda kalma gücünü destekler (Aktaş, 2004, s. 44-45).

Darwin kuramında dikkat çeken noktalardan biri insanı da bu sürece dahil etmesidir. Şimdiye kadar insan diğer canlılardan üstün bir konumdaydı fakat Darwin evrim kuramı ile insanın bu özel konumunu ondan almış ve diğer canlılarla eşit sisteme tabi tutmuştur. Artık insanın evrimi söz konusudur. Evrimsel psikoloji çalışmalar insan evrimi noktasında değişen fiziksel ve davranışsal özelliklere odaklıdır. Çünkü insan evriminde doğal seçim iki ana adaptasyon özelliğini önceler. Bunlar insana ilişkin değişkenlik gösteren fiziksel ve davranışsal özelliklerdir. İnsanın iki ayak üzerinde yürümeye başlaması ve beyninin büyümesi ile belirgin bir değişim geçirdiği düşünülür. Buna bağlı olarak düşünme, algılama, planlama, mantıksal çıkarım yapma ve hatırlama gibi yetiler gelişim göstermiştir. Ayrıca insan evriminin en önemli noktalarından biri olarak dilin ortaya çıkmasıdır. Dil topluluk arasındaki sosyal bağları güçlendiren temel bir etken olarak değerlendirilir. Dil kültürel evrimin doğal değişikliklere öğrenme yoluyla uyum sağlaması olarak ele alınır (Gerrig & Zimbardo, 2014, s. 55). Darwin insana ilişkin görüşleri ile yeni bir dönemi başlatan isim olarak değerlendirilir. Ona göre insanı diğer varlıklardan ayıran ve kutsanmasını gerektiren bir neden yoktur. Çünkü evrim gereğince canlı için geçerli ve uyumlu yetenekler kalıtımla yavruya aktarılırken, işe yaramayanlar elenir. Doğal seçim eldeki olanakları en iyi biçimde kullanmaya odaklıdır (Aktaş, 2004, s. 45).

Doğal seçim yasası çeşitliliğe neden olan evrimi gerçekleştiren yasadır. Bu süreçte yeni türler oluşur ve var olan türler yok olur. Değişimin dengesi bu yasa üzerinden işlemektedir. Popülasyon içerisinde bulunan farklılıklara varyasyon adı verilir. Bu varyasyon nedeniyle canlı farklı üstünlük ve zayıflıklara sahip durumdadır. Canlının hayta kalma mücadelesini şekillendiren bu üstünlük ve zayıflıklarıdır. Çevrenin değişimlerine karşı canlılar çoğa zaman buna birey bazında tepki verirler. Birey bazında olan geçici tepkilere modifikasyon denir. Evrim birey bazında meydana gelmez. Yani evrimleşenler modifikasyonlar değil popülasyonlardır. Bir popülasyonun ortamına uyum sağlamasına neden olan özellik değişimlerinin her birine adaptasyon denir. Adaptasyonların bir araya gelmesi bir türün farklılaşmasına neden olur. İşte evrim adı verilen süreç adaptasyonların toplamına eşittir. Genel hatları ile evrimin gerçekleşme süreci şöyle işler; canlılık içerisinde geniş bir biyoçeşitlilik vardır ve bunun temelinde de varyasyonlar bulunur. Bu varyasyonlar evrimin seçim mekanizmaları ile belli yönlerde çekilir. Bu yön çevre ve organizma ilişkisine

bağlıdır. Seçilim sonucunda türlerin popülasyonları içerisinde çeşitli adaptasyonlar meydana gelir ve her bir adaptasyon evrimin bir parçasını oluşturur. Bu adaptasyon bir araya gelerek de türün genetik ve fiziksel değişimine neden olur (Bakırcı, 2014, s. 194-197).

Evrimsel duygu teorisi bireyin çevreyle uyum sağlamak adına geçirdiği psikolojik mekanizmaları konu edinir. Darwin'in seçim kuramına göre bireyin fiziksel becerilerinde olduğu gibi zihinsel becerilerinde de milyonlarca yıl içinde gelişimler olduğunu kabul eder. Bu noktada araştırmacılar özellikle insan beyninin evrimleştiği çevresel faktörlere odaklıdır. Burada insanların karşı karşıya kaldıkları adaptasyon problemlerini belirledikten bunların zihinsel mekanizmaları ve psikolojik adaptasyonların işleyişine dikkat çekilir (Gerrig & Zimbardo, 2014, s. 12).

Darwin, en güçlü olanın hayatta kalma mücadelesini kazanabilmesi için duyguların da evriminin zorunluluğuna dikkat çeker ve tüm kültürlerde bu ifadelerin ortak olduğunu vurgular. Bunun yanı sıra bu benzerlik hayvanlarda da vardır. Darwin çalışmalarında davranışların nedenini açıklamayı, insan ve hayvanlarda istemsizce ortaya çıkan duygu ifadelerini anlamlandırmaya çalışır. Çünkü ona göre duygulardan gelen sinyallerin evrimin bir ürünü olarak yaşamda kalma mücadelesine destek verdiğini söyler (Barnes, 2013, s. 237).

Darwin insanın yapılarının, işlevlerinin, önemli özelliklerin ve duyguların da evrime dahil eder. Bu nedenle duyguları belirsiz kişisel durumlarla ilişkilendirmek yerine insan beyninin belirli işlevleri gerçekleştirmek üzere uyum sağlayan yönlerine odaklıdır. Darwin'e göre duygular dünyadaki belli yinelenen olaylara karşı tasarlanmış kalıtsal, uzmanlaşmış zihinsel durumlardır. Duyguları bu biçimde ele almak en uygunu olarak düşünülür. Çünkü insan türü tarih boyunca sayısız kez yırtıcı hayvanların saldırısına uğramış, aşık olmuş, savaşmış, sevdiklerinin ölümüne şahit olmuştur. Bu benzer yaşantılara karşı geliştirilen duygusal tepkilerin türün tüm üyelerinde görülmesi normaldir (Gerrig & Zimbardo, 2014, s. 370-371).

Darwin bu teori her bireyin genetik olarak koşullandırılmış ve aynı türdeki diğer bireylerin belli oranda farklılaşan özelliklere sahip olduğunu var sayar. Darwin tüm organizmaların çok fazla döl üretme kapasitesi olduğunu düşünür. Fakat döllerin hepsi hayatta kalmaz. Böylelikle bir hayatta kalma mücadelesi başlar ve bu mücadele de tesadüfi olarak bir

sonuca varılmaz. Zaman içinde mevcut çevreye en uyumlu özelliklere sahip bireyler hayatta kalma mücadelesini kazanır. Genetik olarak onlara miras kalan özelliklerle biyolojik olarak galip sayılır. Biyolojik evrim böylelikle devam eder ve bir sonraki kuşaklara bu genetik miras aktarılır. Böylelikle doğal ayıklanma sürekli olarak devam eder. Darwinizm getirdiği en büyük iddia; insanı da doğal seçilim tarafından yaratılmış diğer türlerle aynı kapsamda ele almasıdır. Bu anlamda Darwinizm tüm organizmaları aynı uyum sağlama sürecinin sonucu olarak değerlendirir. Bu bakışta dikkat çeken nokta ise insanın diğer türler arasındaki özel konumunun kaybolmasıdır. Darwin insanı da bu doğal seçilim sürecine diğer türlerden ayırt etmeksizin dahil ettiği için, insanın varlıklar arasındaki eşsiz durumu yok olur (Gilje & Skirbekk, 2017, s.442-443). Darwin evrim kuramı ile canlılara ilişkin kapsayıcı bir bakış açısı sunar. Buna göre tüm canlılar taşıdığı her bir özellik kapsamında biyolojik evrimle ilişkili olarak bir dönüşüm geçirir. İnsan da canlılık vasıfları gereğince ortaya koyduğu her bir niteliği bakımından bu değişim ve farklılaşmaya dahil olur. Böylelikle insana ilişkin duygu, davranış, ahlak, biyoloji vb. tüm alanlarda şartlara uygun olarak bir değişim geçirmesi söz konusudur. Bu teoriye göre insan duygusal davranışlarında da biyolojik evrime dahil olur. Duyguların evrimi görüşünce; zaman içerisinde organizmanın uygun tepkiyi üretebilmesi adına, duygusal yaşantının da buna uygun olarak bir değişim geçirdiğini vurgulamaktadır. Yani insan hem zihinsel hem bedensel hem de duygusal olarak bu dönüşüme tabidir.

Duygu gibi karmaşık yapıları bir sistemin aktarımı uzak ortak atalardan milyonlarca yıl alabilecek bir süreci gerektirir. Hiç bir niteliğin bir anda var olması ya da yok olması söz konusu değildir. Bir özelliğin var olabilmesi için genetik faktörün, çevrenin ve uygun süreçlerin devrede olması gerekir. Duygular da bu geniş perspektifle ele alınarak bütünü bir parçası olarak aşama aşama gelişim gösteren bir seyir izler. Radolph Nesse duyguları organizmanın belirli özel durumlara ilişkin uyum sağlama ve doğal seçilimle şekillenen yapıları olduğunu söyler. Duygular fizyolojik, psikolojik ve davranışsal boyutlarda doğal seçilime tabi olarak değişime uğramış, özelleşmiş işleyiş yollarıdır. Nesse doğal seçilim ile duygulara aracılık eden beyin sisteminin de şekillendiği fikrinin modern duygu kuramlarına bir temel oluşturduğunu söyler (Başbüyük & Başbüyük, 2018, s. 67). Evrimsel duygu teorisi duygunun evriminde sadece davranışsal boyuta bir değişim meydana geldiğini düşünmez. Duygu evrimi, beyinde ortaya çıkan bir takım kimyasal süreçlerin dahi bu değişime eşlik ettiği fikrindedir.

Darwin insan ve hayvanlarda benzer duygusal ifadeler görüşünü desteklemek üzere bazı noktalara dikkat çeker. Örneğin kullanışlı alışkanlık ilkesine göre alışkanlıklar çevresel şartlara uyum sağlamak için ortaya çıkar. Fakat eğer bu uyumu karşılayamazsa yok olur ve yerine yeni alışkanlıklar edinilir. Yani insanın edindiği alışkanlıklar temelde işlevseldir. Ayrıca sinir sisteminin otomatik olarak bazı ifadeleri ortaya çıkarması da benzerliği destekler niteliktedir (Shields & Matthew, 2011).

Yüz kaslarından gelen geri bildirimin duygusal hislere yol açtığı fikri Darwin'den başlayarak günümüze değin gelişimi devam etmiş bir teori olarak şekillenir. Bu teori yüz kaslarının ve derinin hareketlerinden gelen geri bildirim beyin tarafından farklı duygular olarak yorumlandığını öne sürer. Bu teorinin dört bileşeni şu süreci izler (Plotnik, 2009, s. 360). Bunlar;

- 1- Uyarıcı yüz kasları ve deride değişim oluşmasını tetikler
- 2- Beyin yüz kasları ve deriden geri bildirim alır.
- 3- Farklı uçlardan gelen geri bildirimler farklı duyguları hissetmeyi sağlar
- 4- Tepki gösterilir veya gösterilmez.

Darwin duyguları davranış biçimlerine göre üçe ayırır. Buna göre fiziksel ve bilişsel hisler olarak hareketliliğe yol açanlar, tükenmişlik duygusu ile pasif davranışa itenler ve son olarak bu ikisi arasında bir tutuma neden olanlardır. Öfke, sevinç gibi duygular insanı hareketliliğe sevk eder. Acı ve korku gibi duygular ise hareketsizliğe sevk eder. Bunlardan başka olarak daha nötr olan sevgi, şefkat gibi duygular da vardır ve daha açıklanmayan başka duyguların varlığı da söz konusudur (Darwin'den aktaran Torun, 2015, s.82).

Darwin'e göre “ tiksinti terimi en basit anlamıyla haz duygusu açısından hoş olmayan bir şey anlamına gelmektedir. Ancak tiksinti rahatsızlığa da yol açtığı için insan bu duyguyla birlikte kaşlarını çatır ve sanki kendisini hoş olmayan nesneye karşı koruyormuş ya da onu itiyormuş gibi bir hareket yapar. aşırı tiksinti ağız çevresinde kusma eylemine hazırlanırken yapılan hareketlere benzeyen hareketlerle dışa vurulur” (Darwin'den aktarab Atkinson vd., 2008, s. 403).

Darwin' göre “karmaşık duyguların pek çoğu hayvanlarda ve insanlarda ortaktır. Köpeğin efendisinin sevgisini başka yaratıklardan nasıl kışkırttığını herkes görmüştür. Ben, aynı

olguyu maymunlarda da gözledim. Bu hayvanların yalnız sevmekle kalmayıp, sevimlik istediklerini de gösterir. Hayvanlarda başkalarına imrenme de vardır. Beğenilmeyi ve övülmeyi severler. Efendisinin sepetini taşıyan köpek, bundan büyük gönül rahatlığı ve övünç duyar. Alımlama gücü ile sıkı ilişkisi bulunan heyecanlarda da benzer durumu görmekteyiz. Bunlar, yüksek zihinsel yetkinliklerin gelişim temelini oluşturduklarından çok önemlidir. Hayvanlar, köpeklerde görüldüğü gibi heyecanlanmaktan hoşlanırlar ve can sıkıntısı çekerler. Şaşmak, bütün hayvanlarda görülür. Hayvanların çoğu meraklıdır.” (Darwin’den aktaran Demir, 2008, s. 17-18). Darwin insan ve hayvanlar üzerinde yaptığı gözlemlerde ortak duygu belirtileri bulur. Darwin’e göre canlının ortaya koyduğu duygusal davranış biyolojik bir etkinlik olup canlının türünün devamını amaçlar. Darwin beden duruşları, yüz ifadeleri ve mimiklerin geçmişte iletişim kurmak için öğrenilmiş davranışlar olduğunu var sayar. Yaşamsal bir faaliyet olması bakımından da doğal seçilim yoluyla sonraki kuşaklara aktarılmıştır (Hess & Thibault’dan aktaran Baran, 2011, s.6). Darwin’e göre duyguların ifadeleri olarak ortaya çıkan bir takım yüz ve beden biçimleri insanların iletişimi için oldukça büyük bir önem taşır. Bu ifadeler toplum içinde insanlar arasında karşılıklı ilişkileri tesis eder. İnsanlar karşılaştığı kişilerle ilkin jest ve mimiklerine göre ona sevgi, güven, sakınma vb. duygusal davranışı ortaya çıkarır. Ayrıca Darwin kişinin ilk duygu şekillenmesinde jest ve mimiklerin olduğunu düşünür. Duygu ve düşüncelerin en açık biçimde ifadesi olarak jest ve mimikler insan için büyük önem arz eder (Darwin’den aktaran Torun, 2015, s. 83). Darwin’e göre organizma için sadece fiziksel bir değişim değil ruhsal ve davranışsal süreçlerde de değişim mevcuttur. Günü ve duyguları düzenleyen beyin mekanizmaların da doğal seçilim yoluyla aktarımı modern duygu kuramlarını şekillendiren fikirlerden biridir (Nesse & Ellsworth’dan aktaran Başbüyük & Başbüyük, 2018, s.62). Darwin duyguların ve duyguların ifadesi olan davranışların kalıtsal olarak aktarıldığını öne sürer.

Darwin’i takip eden Ekman, Izard gibi önde gelen araştırmacılar duygunun yüz ifadesi üzerine çalışmalara yoğunlaşır. Duyguların yüz ifadesi üzerindeki çalışmalar duygunun evrenselliğini kanıtlama çabası güder. Bu araştırmacılar belli temel duyguların olduğunu ve b duyguların da evrensel olduğu kabul eder (Shields & Matthew, 2011). Bu çalışmalardan biri Paul Ekman’a aittir. Ekman kültürler arası duygusal ifadeleri araştırırken fotoğraf kullanan ilk kişidir. Ekman’a göre hemen hemen tüm insanlar yüz dili konusunda benzer ifadelere sahiptir. Ekman ve arkadaşları ortaya koydukları verilerle ilk olarak Darwin’in bazı duygusal ifadelerin insan için evrensel olduğu savını kanıtlamıştır.

Buna göre bu ifadeler insan türünün evrimsel mirasının kalıtsal unsurları olarak değerlendirilebilir. Ekman yaptığı incelemeler neticesinde yedi temel duygunun (mutluluk, şaşırma, öfke, iğrenme, korku, üzüntü, aşağılama) ifadeleri kültürler arası insanlar tarafından tanımlanabilmektedir. Bu nedenle evrensellik savı bu yedi temel duyguya odaklıdır. Ekman’a göre evrimin ürünü olan beynin ortak katkılarını ve duygusal ifadedeki kültürü yansıtmak için evrensellekle ilgili tavrını “ nöro-kültürel” teori olarak geliştirir. (Gerrig & Zimbardo, 2014, s. 371-372). Ekman’ın modeli üç katlı bir yapı oluşturur. Bunlar yüz ifadesi, nörolojik süreç ve evrimdir (Solomon, 2002, s. 120). Ekman’a göre temel duyguların ortak özelliği hızlı ve otomatik olarak tetiklenmesi ve ortaya çıkmasıdır. Kendiliğinden ve aniden ortaya çıkan bu duygular kişinin hayatta kalması için temel görevlere cevap verebilecek şekilde evrimleştiği kabul edilir. Temel duyguların temel özelliklerinden biri de belirli ifade kalıplarına sahip olmasıdır (Coppin & Sander, 2013). Yapılan araştırmalar Darwin’in duygusal ifadelerin evrenselliği iddiasını daha net biçimde ortaya çıkarmıştır. Temel duyguların kalıtsal örüntülerle oluştuğu fikrini güçlendirmiştir (Atkinson vd., 2008, s. 403).

Bu kuramı benimseyen ve bundan hareketle duyguları sınıflandırmaya çalışan araştırmacılar olmuştur. Bunlardan Plutchik “psiko-evrimci yapı” adını verdiği duygu kuramı ile temel duyguların belirlemeye çalışır. Duygu bir uyaran karşısında çıkarsanan karmaşık reaksiyonlar dizisi olarak tanımlanır. Plutchik’e göre duyguları birincil temel duygular vardır ve bunlar hayatta kalma mücadelesiyle ilişkili davranışsal örüntüler içermektedir (Lupton, 2002, s. 28).

Darwin’den önce felsefi düşünce tarihinde değişimi ve dönüşümü kabul eden düşünürler vardır. Özellikle Nietzsche’nin güçlü olanın hayatta kalma fikri üzerine kurulu gücü isteme düşüncesi ile Darwin’in bazı görüşlerinin benzerlik gösterdiği söylenebilir. Fakat şimdiye dek insan yaratılmış türler içerisinde eşsiz ve özel bir konuma sahiptir. Darwinizm bu görüşten farklı olarak insanı da organik yaşamın gelişim sürecine dahil eder. Çevreyle olan karşılıklı etkileşim nedeniyle farklı türler ortaya çıkar. Bu bakımdan tüm türler için dinamik bir gelişim süreci söz konusudur ve bunlar arasında bir akrabalık vardır. Bu bakış açısıyla insan da bu dinamik gelişimsel evrim sürecine diğer türlerle aynı oranda dahil olur (Gölje & Skırbekk, 2017, s.442).

Evrimsel duygu teorisyenlerinin savunduğu temel duygular savı ve belirlemeleri Darwin'den çok önce Descartes tarafından ortaya altmış bir fikirdir. Descartes temelde altı duygu (hayranlık, sevgi, nefret, arzu, sevinç, üzüntü) olduğunu söylemiş ve diğer duygularında bu temel duygularının karışımından meydana geldiğini söyler (Coppin & Sander, 2013). Bunun yanı sıra Descartes bir duygunun bir durumun algılanışı biçiminde ortaya çıktığını da söylemektedir. Örneğin nefret duygusu bir nesnenin potansiyel zararının algılanmasından meydana geldiğini düşünür (Solomon, 2002, s. 127).

Ayrıca temel duygular savı üzerine fikir öne süren başka filozoflar da olmuştur. Hobbes ve Spinoza'da temel duygu belirlemeleri yapar. Hobbes'a göre de "iştah, arzu, aşk, tiksinti, nefret, neşe, keder" gibi duyguların temele alınabileceğini söyler ve bunlardan hareketle daha karmaşık duyguların oluşabileceğini öne sürer. Spinoza'da üç ilkel ve temel duygu belirlemesi yapar. Bu duygular "arzu, acı, hoşlanma" dır (Solomon, 2002, s. 116).

5.2. Fizyolojik Duygu Teorisi

Fizyolojik teori farklı kuramcılarının fikirleri ile ortaya çıkmıştır. Bu teori duygunun başlatıcısı olarak çevresel etkenleri bilişsel etkenlere göre önceler. Duygusal yaşantıyı başlatan süreç bir dış uyarıya bağlıdır. Burada duygusal yaşantının teorisyenlerin temel fikri olan fizyolojik bileşene indirgeyici bir tavırda ele aldığı görülür.

Duygusal yaşantının bileşenlerinden biri olan fizyolojik belirtiler duygulara ilişkin bilgi sağlayıcı bir alan olarak değerlendirilir. Ayrıca bu fizyolojik tepkiler organizmayı eyleme geçirmek için hazır hale getirmektedir. Organizmada fizyolojik belirtilerin işleyişi otonom sinir sistemiyle gerçekleşmektedir. Buna göre otonom sinir sistemi vücudu hem sempatik hem de parasempatik bölümlerle duygusal tepkilere hazırlıklı hale getirir. Bu bölümler arasındaki denge uyarılan dürtünün niteliğine ve yoğunluğuna bağlı olarak değişkenlik gösterebilir. Örneğin nahoş bir dürtüyle sempatik bölüm daha aktif hale gelirken, hoş bir dürtü ile de parasempatik bölüm aktif hale geçer. Korku ve öfke gibi güçlü duygular fizyolojik olarak vücudu hızlıca eyleme hazır hale getirir. Bu bir anlamda organizmada acil tepki sistemini harekete geçirir bir durumdur (Gerrig & Zimbardo, 2014, s. 373). Sempatik sistem organizmanın enerji gönderimini ayarlar. Duygusal yaşantıdan sonra heyecan yatıştırırken parasempatik sistem devreye girer ve organizmayı normal haline getirir. Fizyolojik duygu teorisyenleri fizyolojik uyarılma türünün duyguların organizmadaki

ifadelerine ilişkin bilgiler sağladığını düşünür (Atkinson vd., 2008, s. 391-392). Bu teori duygu zincirindeki en önemli rolü iç organ tepkilerine yani merkezi sinir sistemine göre daha yüzeysel olan otonom sinir sistemi eylemlerine bağlamaktadır (Gerrig & Zimbardo, 2014, s. 374-375).

Organizmada bu fizyolojik uyarılmayı sağlayıcı reaksiyonlar mevcuttur. Güçlü bir duygu aktivasyonunda organizma bu reaksiyonları gösterir (Atkinson vd. 2008, s. 39-392). Bunlar;

- 1- Kan basıncı artar ve kalp atışları hızlanır.
- 2- Solunum hızlanır.
- 3- Salya ve balgam salgısı azalırken terleme artar.
- 4- Kan şekeri daha fazla enerji sağlamak için artar.
- 5- Kan yaralanma durumunda daha hızlı pıhtılaşır.
- 6- Kan, mide ve bağırsaklardan beyine ve iskelet kaslarına doğru hareket eder.
- 7- Derideki tüyler ürpermeye yol açarak dikilir.

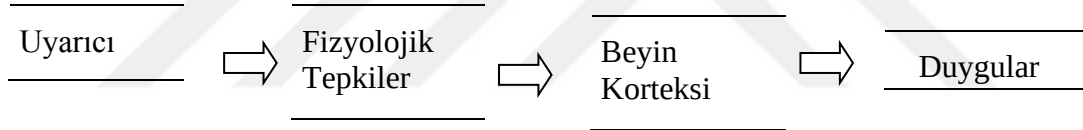
1884'te James ve Lange duyguya ilişkin bir psikolojik kuram geliştirir. Bu kuram duygusal yaşantının nasıl işlediğini açıklayan ilk kuram olması bakımından önemlidir. Buna göre organizmanın maruz kaldığı bir fiziksel uyarım duygulara yol açmaktadır. Uyarımın etkisiyle organizmada bedensel değişimler meydana gelir ve beyin bu değişimleri yorumlayarak bir duyguya dönüştürmektedir (Barnes, 2013, s. 238).

William James “Duygu Nedir?” adlı makalesi ile duygu tartışmalarını psikoloji çalışmalarına dahil eder. James duyguları fizyolojik süreçler kapsamında ele alır. Aynı yıl içerisinde James’ten habersiz olarak Carl Lange de duygulara ilişkin benzer açıklamalar getirir. Kuram bu nedenle James-Lange duygu kuramı olarak adlandırılır. James ve Lange (1884) aynı yıl içinde benzer düşünceler ile ilkin fizyolojik değişikliklerin daha sonra da duygusal yaşantının oluştuğunu öne sürer (Cüceloğlu, 2006, s. 265).

James-Lange kuramında belirli fizyolojik örüntülerin duygusal yaşantılara yol açtığı fikri hakimdir. Burada beyin vücuttaki fizyolojik değişimleri duygu veya his olarak

yorumlamaktadır. James ve Lange her bir duygunun altında farklı bir fizyolojik örüntünün yattığını düşünür. Böylelikle beynin bu örüntüleri yorumlayarak farklı duyguların meydana geldiği öne sürülür. James kuramını en basit haliyle şu şekilde örnekler; “bir ay ile karşılaşıldığında ondan kaçtığımız için korkarız. Korktuğumuz için kaçmayız.” Burada korkma duygusunun kaçma eyleminden sonra meydana geldiği görülür. James ve Lange kuramında duygusal yaşantıyı oluşturan bileşenlerin işleyiş sırası şöyledir (Plotnik, 2009, s. 360). Bunlar;

- 1- Uyarıcı
- 2- Fizyolojik değişimler
- 3- Beyin fizyolojik örüntüyü yorumlar ve bir duyguyu meydana getirir
- 4- Tepki gösterilir ya da gösterilmez



Şekil 1. James-Lange kuramında duyguların oluşumu. Kavcar, B.(2011). Duygusal zeka ile akademik başarı ve bazı demografik değişkenlerin ilişkileri;bir devlet üniversitesi örneği. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Duygusal yaşantının oluşum süreci ilk olarak bir dış uyarıcı ile başlamaktadır. Organizma bir uyarımın farkına varır ve bu uyarıcı bir takım fizyolojik reaksiyonlara yol açar. Beyin vücutta değişen fizyolojik örüntüyü fark eder ve bu örüntüye uygun olarak belli bir duyguyu meydana getirir. James’e göre onun kuramında bedensel değişiklikler doğrudan algıyı takip etmektedir. Çünkü beyin bu değişikliklere uygun duygular üretir. Örneğin kişi korktuğu için korkar. Ağladığı için üzülür (Plutchik, 1991). James’e göre bir uyaran duygusal korteksi harekete geçirir ve bir bedensel tepki yaratır. Bu anlamda duygusal deneyim bedensel tepkilerin bilinçli deneyiminden başka bir şey değildir. Burada bedensel tepkiler duygusal tepkilerden önce meydana gelir ve duyguların yoğunluğu bedensel tepkilerin yoğunluğuna bağlıdır (Moors, 2009, s. 635-636).

James'in yalıtılmış fizyolojik kuramı basit bir şekilde şöyle açıklanabilir; üzgün olunduğu için ağlanılır, ağlama gerçekleştiği için de üzüntü ortaya çıkar. Bir durumla karşılaşır onu kavrar ve doğal bir tepki olarak gözyaşı dökülür. Daha sonra dökülen göz yaşının farkına varılır ve böylece üzgün olma hali kavranılır (Neu, 2012, s.37).

William James duygulara ilişkin görüşlerini şu şekilde açıklar; “Doğal duygularla ilgili genel düşünce tarzımız bir durumu zihnen kavrayışımızın duygu denilen zihinsel etkilenişi uyardığı ve bu ikinci zihin durumunun bedensel ifadeye sebep olduğu yönündedir. Benim tezim ise buna karşıdır, bedensel değişimler doğrudan uyarıcı durumun kavrayışını takip eder ve bu arada ortaya çıkan aynı değişimleri hissetmemiz duygudur. Genel kanı şu yöndedir; talihimiz yaver gitmez, üzülmüş ve ağlarız, bir ayıyla karşılaşırız, korkar ve kaçırız, rakibimiz meydan okur bize, kızar ve saldırırız. Burada savunulan varsayım, bu olay silsilesinin doğru olmadığıdır, zihinsel bir durum başka bir zihinsel durumla anında tetiklenmez, bedensel ifadeler ilkin araya giriyor olmalıdır, daha akli olan yargı ise ağladığımız için kendimizi üzgün hissettiğimiz, saldırdığımız için kızdığımız, ürperdiğimiz için korktuğumuz ve üzgün, kızgın ya da korku dolu olduğumuz için ağlamadığımız, saldırmadığımız ya da ürpermediğimizdir.” (James'ten aktaran Neu, 2012, s. 36). James duyguları bedensel tepkilerin etkisi bağlamında ele alır. Bu noktada duyguların oluşum sebebi bedensel tepkinin bir sonucu olarak ortaya çıkar. James'e göre bedensel değişimlerin doğrudan ortaya çıkması halinde, ortaya çıkan tepkiler duyguyu oluşturur. James bu noktada zihinsel süreçlerin duygu oluşumunda bir etki yarattığına dikkat çekmez. James fizyolojik duygu teorisinde duygunun oluşumunu özellikle bedensel etkiler boyutunda, gözlemlenebilir bir olgu olarak ele aldığı düşünülür (Nahm, 1939, s. 459-460).

James'e göre duygusal bilinç bir nesne ya da düşünce tarafından doğrudan ortaya çıkan bir deneyim değildir. Doğrudan ortaya çıkan deneyimler doğaları gereği organik olarak değerlendirilir. James duyguları doğrudan tecrübe edilen organik yapılar olarak ortaya koymaz. Bu noktada birincil deneyim bedene, otonom uyarıma verilir. James'e göre duygular birincil deneyimden dolayı olarak türeyen yapılardır. Bu sistemde duygular birincil - organik değişimler sonucunda ortaya çıkan ikincil - türetilmiş yapılardır (Mandler'den aktaran Baran, 2011, s.2-3). James için ilk olarak bedenin otonom uyarımı tecrübe edişi duygusal yaşantının başlatıcısı ve etkin faktörüdür. Çünkü duygunun oluşumu için bedensel bir takım uyarılmaların alması gerekli görülür.

James'in duygu açıklamasında sadece bedensel süreçleri ön plana çıkarması ve zihinsel süreçleri devre dışı bırakması büyük bir eleştiri almasına sebep olmuştur. James'in teorisinde bir başka sorunda, duygu tarafından uyarılmış bir vücutta o duyguya karşılık gelen hissi yaratacak olan alternatif bir düşünceye ya da ek bir malzemeye değinmemiş olmasıdır. James teorisinde çevredeki belirli dürtülerin doğuştan ve değişmez bir mekanizma aracılığıyla harekete geçirdiği belirli bir bedensel tepki modeli olarak kendini gösterir (Damasio, 2006, s. 142-143). James duyguları bir takım bedensel süreçlerden ibaret görür ve duyguya ilişkin kısıtlı bir bakış açısı sunar.

James- Lange kuramına getirilen eleştiriler yeni kuramlara kapı aralamıştır. Cannon James-Lange kuramına itiraz etmiş ve duygunun işleyişine ilişkin yeni araştırmalarını ortaya koyar. Fakat Cannon- Bard olarak adlandırılan bu kuramda fizyolojik bir yaklaşımı benimser (Coppin & Sander, 2013).

William James'in fizyolojik duygu teorisinin yetersiz açıklamalarına karşı ilk görüş Cannon' dan gelir. Cannon duyguların farklılaşmasında salt otonom uyarımların etkin olduğu fikrine katılmaz. Cannon- Bard kuramında özellikle hipotalamusun fonksiyonları dikkat çeker. Heyecan verici bir olay ile karşılaşıldığında hipotalamus bundan etkilenir. Bu etkilenme ile hipotalamus iki görevi aynı anda gerçekleştirir. Yani fizyolojik değişimler ve duygusal yaşantı aynı anda birlikte gerçekleşir (Cüceloğlu, 2006, s. 267).

Cannon James'in teorisini şu noktalarda eksik bulur ve eleştirir (Moors, 2009, s. 636). Bunlar;

- 1- Belirli duygulara eşlik eden otonom tepkiler özgünlükten yoksundur. Örneğim hem korku hem de öfke aynı otonom tepkiler üzerinden ortaya çıkmaktadır.
- 2- Organizmaya yapay bir uyarılma verildiğinde gerçek duygular üretilmez. Örneğin adrenalin enjekte edildiğinde gerçek bir duyguyu meydana getirmez.
- 3- Periferik organların merkezi sinir sisteminden ayrılması duyguları ortadan kaldırmaz.

Cannon 1987'de geliştirdiği çalışmaları ile duygunun iç organlar, merkezi sinir sistemi ve duyguların algılanışı arasındaki bağlantılardan oluştuğunu öne sürer. Cannon bu düşünceleri ile James-Lange kuramının ötesine geçtiğini düşünür. Cannon'dan sonra bu kuram Bard tarafından genişletilir ve Cannon-Bard kuramı olarak adlandırılır. Bu kurama

göre uyarıcı ve duygular iki ayrı uyarım etkisine sahiptir (Barnes, 2013, s. 238- 239). Bunlar;

- 1- Merkezi sinir siteminde bir duygu hissi
- 2- Somatik ve otonom sinir sisteminde bir duygu ifadesi

Cannon-Bard kuramına göre duyguların yaşanması ve ifadelerinde paralel işleyen bir süreç söz konusudur. Cannon ve Bard duyguların hissedildiği aynı anda terleme, titreme, kas gerginliği gibi fizyolojik reaksiyonların da birbirine paralel olarak devreye geçtiğini düşünür. Örneğin “bir yılan görülür, korku duygusu yaşanır ve fizyolojik bir reaksiyon olarak titremeye başlanır” Cannon ve Bard’a göre bir uyarana aynı anda bir duygu ve fizyolojik reaksiyon verilir. Yani duygular ve fizyolojik reaksiyon bir öncelik sonralık sıralaması ile değil birbiri ile eş zamanlardan meydana gelmektedir (Plutchik, 1991). Cannon ve Bard bu düşünceleri ile James-Lange kuramından ayrılır.

Cannon James-Lange kuramına karşı merkezi sinir sistemi eylemine merkezci bir tavırla yaklaşır. Cannon’a göre duygu beynin uyarıcı girdisiyle tepki çıktısının arasına girmesini gerektirir. Talamustan gelen sinyaller duygusal his üretmek için korteksin bir bölgesine ve duyguyu dışa vuran bölgesine yol açar. Bard’da iç organ tepkilerinin duygu sırasında birincil gereklilikte olmadığı sonucunu çıkarır. buna karşı duygu-uyaran işleyişinde bir uyarıcının hem sempatik sinir sistemi yoluyla bedensel uyarımlara hem de korteks yoluyla öznel duygu tecrübesine neden olduğunu öne sürer. Cannon-Bard kuramına göre bir duygusal uyarıcı birbirlerine neden olmayan uyarım ve duygu deneyimi olmak üzere iki eş zamanlı tepki üretir. Bu kuram bedensel ve psikolojik tepkilerin birbirinden bağımsız olduğunu kabul eder (Gerrig & Zimbardo, 2014, s. 375).

Cannon-Bard kuramı nörofizyolojik bir kuram olarak değerlendirilir. Çünkü bu kuram içinde dış uyarıcı gerekli görülmektedir. Fakat burada James-Lange kuramından farklı olarak dış uyarıcılar bedense fizyolojik değişimleri başlatmadan önce beynin hipotalamus bölgesini etkilediği öne sürülür. Hipotalamusta iç salgı bezleri ile fizyolojik değişimleri ortaya çıkaran sinir sistemini devreye sokmaktadır. Burada dikkat çeken detay ise hipotalamusa gelmeyen uyarıcılar duygusal yaşantıyı başlatamaz durumdadır (Aktaş, 2004, s. 47).

Fizyolojik teori bedensel etkileri, duyguyu oluşturan birincil gereklilik olarak konumlandırır. Çünkü bedensel etkiler duyguya dair veri elde edilebilen olgular olması

bakımından önemli görülür. Duyguların organizmada yarattığı fizyolojik etkileri James'ten çok daha önce fark eden filozoflar vardır. 17. yy felsefesinde özneyi düşünen bir ben olarak ele alan tavır, düşünmeyi maddi bir formda açıklamaya çalışır. Dönemin yöntem anlayışı felsefenin seyrini de bu yöne çevirmiştir. Dönemi düşünceleri ile şekillendiren Descartes, duyguları da fizyolojik tabanlı bir tavırla ele aldığı görülür. Duygulara ilişkin açıklamalarında duyguların organizmada bir takım bedensel hareketlenmelere yol açtığını söyler. Duyguları ruhun edilgen durumları olarak açıklayan Descartes'a göre duygular bedensel bir takım istekleri, nesneleri, durumları ruha iletmek üzere kozalaklı bezde hareketlenmeler yaratır. Kozalaklı bezde meydana gelen bu hareketlenmelerle ruh ve beden etkileşimi kurulur ve ruh duyguları bu vasıta aracılığı ile tanır (Descartes, 2017, s. 54). Descartes duyguların açıklamasına ilişkin fizyolojik tabanlı bir sistem kurar. James ve Descartes duyguların zihinsel süreç kaynaklı oluşumuna karşıdır. Bu noktada iki görüş benzerlik taşır; her iki görüşe göre duygu bir çeşit algı olarak açıklanır. Ancak Descartes James'ten farklı olarak duyguya ilişkin görüşlerinde beyinde özel bir konumlama yapar. Buna göre ruh ve bedenin etkileşim kurduğu özel bir duygu merkezi olan kozalaklı bezdir. James ise bedende duygulara ilişkin bir merkez konumlandırması yapmaz (Yazıcı, 2006, s.9). Descartes duyguya ilişkin açıklamalarında duyguların psiko-fiziksel etkileri ve duyguların kontrolü konusuna dikkat çeker. Descartes ise, açıklamalarında duyguların kontrol edilmesi ve uygun kullanımı bilgelikle ilişkilendirilir. Descartes'a göre duygulara sebep olan nesnelerin kanda kamçılacağı hareketlerdir. Dikkatli bir uğraş sonucu insan aklı ile bu fizyolojik değişimleri kontrol edebilir ve ruhun hizmetine alabilir. Descartes duygulara ilişkin psiko-fiziksel bir inceleme yürütür (Gökalp, 2010, s.9). Descartes'ın bu söylemleri doğrultusunda duygunun çıkış noktasını bedensel hareketlenmelere bağladığı söylenebilir. Buna göre duygular organizmada bazı bedensel hareketlenmeler meydana getirir. Bu hareketlenmelerin işlevsel bir amacı da vardır. Ruha bir uyarımı (nesne, olay veya durum) iletmek üzere bu hareketlenme meydana gelmektedir. Bu noktada duyguların duygularla bağlantılı biçimde ele alındığı dikkat çeker. yani Descartes bir duygunun oluşumu için bedensel bir hareketlenmeyi gerekli görür ve buna neden olabilecek bir uyarımın gerekliliğine de işaret eder. Descartes söylemlerinde duygunun oluşum sürecinde bedensel etkilerin ve duyuların yer edindiği söylenebilir. Bu açıklamalardan hareketle fizyolojik teorisinin Descartes düşünceleri ile güçlü benzer yanlarının olduğu söylenebilir. Teorisinin felsefi bir zemini olduğu ve bu görüşlerce şekillendiği iddia edilebilir. Descartes'ın duygu açıklamaları salt fizyolojik bir bakış olarak değerlendirilmemesi

gerektiğini savunan görüşlerde vardır. Descartes'ın bedende kozalakı bez gibi özel bir ruh beden etkileşim merkezi belirlemesi onun düşüncelerinin işlevsel bir ekseninde düşünülebileceğine ilişkin görüşler vardır. Sausa'ya göre Descartes görüşlerinde işlevselci bir tutum taşır. Ona göre duygular ruhu etkileyen bedensel etkinlikler olarak tasarlanır (Sausa'dan aktaran Demir, 2008, s.48).

Fizyolojik teori ile benzer yanlara rastlanılan bir diğer filozofta Hobbes görüşleridir. Hobbes felsefesinde duyular, düşünce ve nesne arasındaki etkileşimi sağlayıcı bir unsur olarak konumlandırılır. Buna göre nesneler duyuları etkiler ve bunlar da bir takım düşünceler yaratır. Zihin denilen şey bu duyum ve düşüncelerin toplamıdır (Cevizci, 2020). Bu işleyişte hobbes hareket kavramına özel bir yükleme yapar. insana ilişkin açıklamalarında da bu hareket kavramına yer verir. Özellikle algı ve hareketlilik arasında doğrudan bir bağlantı olduğunu düşünür. Buna göre algıda meydana gelen farklı hareketlilik insanı bir davranışları ortaya çıkarır. algıda gerçekleşen bu hareketlenmelerin farklılığı diğer insan ve nesnelerle kurulan ilişkiden türer (Hobbes, 2007). Hobbes insan eylemlerinin ve istemenin temeline bu hareketlenmeleri yerleştirir. Duygular da bu hareketlenmelerle ilişkili olarak organizmada yaklaşma veya kaçınma davranışı yaratır. Hobbes felsefesinde hareket kavramı mekanik bir anlam taşımaktadır. Bu açıklama organizmada gerçekleşen fizyolojik değişimleri işaret ettiği söylenebilir. Ayrıca bu hareketlenmeleri bir takım bedensel yönleri olduğu da vurgulanır. Duygular da bu işleyişte açıklanmaktadır. Yani duyguların oluşumu da bir uyarıcının etkisiyle ona karşı organizmanın gösterdiği yaklaşma ya da kaçınma hareketi olarak açıklanır. Bu görüşlerden hareketle fizyolojik teorinin temele aldığı bedensel değişimler Hobbes felsefesinde de benzer biçimde ifadelendirildiği söylenebilir. Bunun yanı sıra Hobbes insan da meydana gelen bu kaçınma ya da yaklaşma hareketinin bireysel düşünce farklılıkları içerebileceğini de vurgulamaktadır. Hobbes duyguların ortaya çıkışını organizmada gerçekleşen değişimlere bağlar. İnsanı bir otomat olarak gören Hobbes için duyguların işleyişi de mekanik bir sürece tabi tutuludur.

5.3. Bilişsel Duygu Teorisi

1950'lerde dikkat, bellek, imge, düşünme, bilinç gibi anlamsal organizasyon konuları tekrar gündeme gelir. Bilişsel psikologlar algı, hafıza, dili kullanma, problem çözme, ve karar verme gibi üst zihin süreçlerini odak noktası haline getirir. Bu nedenle düşünceler

yapılan hareketin hem nedeni hem de sonuçları olarak ele alınır. Bilişsel bakışta kişi gerçeği objektif değil, subjektif bir gerçeklik olarak değerlendirir. Burada kişinin kendi düşünsel ve hayal dünyası merkezi konumdadır (Gerrig & Zimbardo, 2014, s. 11). Çünkü duygusal yaşantının ortaya çıkmasında geçmiş yaşantıları ve tecrübeleri önemli bir yer tutar. Duygusal deneyimi farklılaştıran temel nedenlerden biri geçmiş yaşantılardır. Geçmiş yaşantılar isimlendirme ile o an yaşanan duygu arasındaki bağ kurmaktadır (Arkonaç, 2003, s. 276). Bilişsel duygu teorisi bireyin geçmiş yaşantılarının duyguları yorumlama ve adlandırılmasına bir çerçeve oluşturmaya vurgu yapar. Bunun yanı sıra geri bildirim mekanizmalarını işlemeye de dikkat çeker (Barnes, 2013, s. 240).

Duyguların bilişsel bakışı Schachter'ın iki faktörlü kuramı ile başlar ve gelişerek devam eder. Schachter uyarılma belirtileri ve iç durumların birçok farklı duygu için benzer tepkiler verildiğinde sistemin farklılığı nasıl ortaya çıkardığını araştırmaya koyulur. İnsanların farklı duygularını ortaya çıkaran etkenleri ortaya koyan iki faktörlü duygu kuramını öne sürer. Schachter'e göre duygusal yaşantı fizyolojik uyarılma ve bilişsel değerlendirme olmak üzere iki faktörün etkisindedir. Her iki kısımda duygunun ortaya çıkması için gereklidir (Gerrig & Zimbardo, 2014, s. 375). Schachter ve Singer'e göre fizyoloji temelli teoriler duyguların çeşitliliğini açıklamakta yetersiz kalır. Ayrıca bu çeşitlilik iç organlara ait örüntülerdeki sayı ve çeşitlilikle uyumlu değildir. Fizyolojik teorideki uyumsuzluk ve yetersizlik araştırmacıları duygusal yaşantının içinde bilişsel faktörlerin olabileceği konusuna yöneltir. Bilişsel duygu teorisi fizyolojik teoriye bir tepki olarak gelişir (Barnes, 2013, s. 240). Bilişsel duygu teorisi fizyolojik kuramın insanı ve algılarını pasif ve ikincil bir konuma düşürmesine karşı bir tepki olarak ortaya çıkar. Bu görüşe göre insan anlayan, anlamlandıran bir varlıktır ve duygular konusunda da aktif rol oynar. Buna göre insan zihinsel süreçlerle uyarıcıdan gelen verileri işler ve anlamlandırır. Bilişselci görüş genel olarak insanın karşılaştığı durumları aktif şekilde algıladığı ve değerlendirdiği görüşü üzerinde durur. Böylelikle duygunun oluşumsal sürecine bilişsel fikirler de dahil olur (Demir, 2008).

Bilişsel duygu teorisi duygusal davranışın analizinde bağlamın değerlendirilmesi ve yargılanmasıyla ne derece ilişkili olduğunu saptamaya çalışır. Bilişsel teoriye göre insanlar hangi duygusal durum içinde bulunduklarına karar verirken fiziksel duyumlarla ilgili bir yargıda bulunur. Burada bedensel tepki, bağlam ve bireyin duyguyu tanıması arasındaki karşılıklı bağlantıları analiz eder. Burada devreye giren değerlendirme süreci bireyin olayın

kendi esenliğini nasıl etkilediğine yönelik kavrayışı söz konusudur. Bilişsel duygu teorisi duyguları işlevsel olarak ele alan ve sorunların üstesinden gelmeye dönük davranışlar olarak yorumlanır. Burada duygusal yaşantıyı değerlendirme sürecine dikkat çekilir (Lupton, 2002, s. 29-30).

Bilişsel duygu görüşünde Schachter, Arnold, Lazarus gibi isimler öne çıkar. Bilişselci görüş aynı uyarıcıya karşı farklı duygusal tepkilerin verilmesinde, bireysel farklılıkları öne çıkarır. Uyarıcı ve duygusal tepki arasındaki bilişsel değerlendirmeler bilişselci teorinin temel meselelerinden biridir. Bu noktada duygu-düşünce ilişkisi de gündeme gelir (Vatan, 2014, s.35). Magda B. Arnold duyguların bilişsel değerlendirmeler olduğunu öne süren ilk kişidir. Ona göre kişi duyguları açığa çıkarmadan önce onlara ilişkin iyi ya da kötü yönünde bir değerlendirmede bulunur. Bu görüşe göre duygunun bir ön koşulu olarak değerlendirici süreçler öne çıkar. Araştırmacılar her duygunun farklı değerlendirme kombinasyonu ile ilişkili olarak açıklanabileceğini öne sürer (Gökalp, 2018, s.140-141).

Frijda ise duyguların önemli olaylar tarafından tetiklendiğini düşünür. Bu anlamda belirli duyguların olayların uygunluğunu değerlendirilmesi bakımından ele alır. Ona göre duygusal süreç buna bağlı olarak oluşur. Burada duygunun bileşeni bir eylem eğilimine yol açan farklı işlem aşamalarına dayanır. Bu eylem eğilimi daha sonra bu duruma yanıt vermeyi sağlar. Frijda özellikle duygunun içeriğini analiz etmeye çalışır. bu noktada olayların birey için önemli görülmesi ve değerlendirilmesi bundan hareketle eylemi tetiklemesi söz konusudur (Coppin & Sander, 2013).

Değerlendirme kuramı insanların durumları değerlendirişini gündeme getirir ve öznel yaşantılara odaklanır. Değerlendirme kuramları genel olarak iki ayrıma dikkat çeker (Atkinson vd., 2008, s. 399-400). Bunlar;

- 1- Herkesin yaşadığı başlıca duygulara tanı koyan ve bunları yaratan durumları değerlendiren kuram
- 2- Değerlendirmenin başlıca boyutlarını ve bu değerlendirmeden kaynaklanan belirli duygulara tanı koyan kuram

Burada birinci madde de bir duygunun ortaya çıkmasında ki etken nedeni inceler. Örneğin üzüntü sevilen bir kişinin kaybın değerlendirilişi söz konusudur. İkinci madde de ise

değerlendirmelerin ayırt edilen boyutları ve bu boyutların duygusal sonuçları incelenir. Bilişsel değerlendirme kuramının temsilcilerinden Lazarus duygusal deneyimin sadece bireyin içinde veya beyninde ne olduğun dayanılarak ortaya koymanın mümkün olmadığını söyler. Bu nedenle duygusal deneyimin değerlendirilmesini çevreyle sürmekte olan etkileşimlerini gündeme getirir (Gerrig & Zimbardo, 2014, s. 376). Bu nedenle Folkman ve Lazarus kişiye çevreden gelen zararın ya da tehdidin değerlendirilmesi gerektiğini söyler. Bu noktada iki tür bilişsel değerlendirmeye dikkat çekilir (Folkman & Lazarus'dan aktaran Lupton, 2002, s. 30). Bunlar;

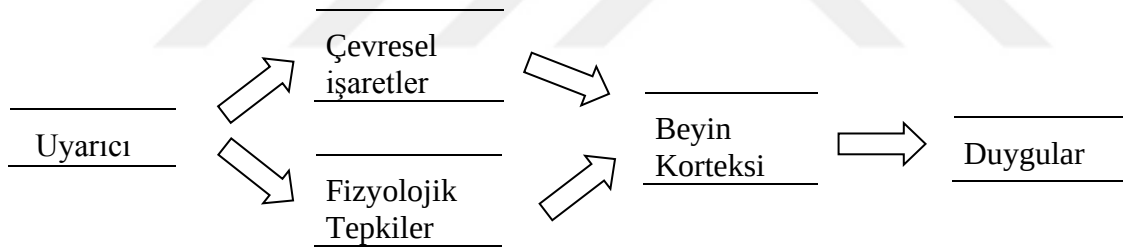
- 1- Birincil değerlendirme: “Bu karşılaşmada elimde ne var?” sorusu duygusal tepkinin niteliğine katkıda bulunan bir değerlendirme yapar.
- 2- İkincil değerlendirme: “Ne yapabilirim?” sorusu durumun gerektirdikleriyle uğraşmakta kullanılacak baş etme stratejilerini içerir.

Smithe ve Ellsworth duyguların tanımlanmasında en az altı boyutun dikkate alınması gerektiğini vurgular (Atkinson vd., 2008, s. 400). Bunlar;

- 1- Durumun arzulanabilirliği
- 2- Durulma ilgili beklentilerin gerektirdiği çaba
- 3- Durumun kesinliği
- 4- Kişinin duruma yöneltmek istediği dikkat
- 5- Kişinin durulma ilgili duygularının denetlenmesi
- 6- Kişinin durumdaki insan dışı güçlere atfettiği denetim

Schacter bedende oluşan fizyolojik değişikliklerle içinde, bulunulan durumu algılama ve anlayış arasında sürekli bir etkileşim olduğunu söyler. Ona göre bilişsel süreçler duygulara anlamlandırma ve adlandırmada önemlidir (Cüceloğlu, 2006, s.268). Schachter ve Singer deneyi bilişsel değerlendirme teorisini başlatır. Bu deneyde önce deneklerin yüksek nabız ve kan basıncı gibi fizyolojik uyarımlara yol açan adrenalin hormonu enjekte edilir. Ancak deneklere enjekte edilen maddenin vitamin olduğu söylenir ve fizyolojik uyarım yaşayacakları söylenmedi. Enjeksiyonların ardından denekler mutlu veya kızgın olmak üzere farklı duygusal durumlara sokulur. mutlu durumda olan denekler mutlu olduklarını

gösterirler. Kızgın durumda olan deneklerde kızgın yüz ifadeleri ile bunu gösterirler. Schachter ve Singer deneklerin fizyolojik uyarılarının hormon enjeksiyonundan kaynaklandığını bilmediklerini ve sebebi çevrelerinde aradıklarını söylediler. Yani denekler mutlu ya da kızgın olma hallerini çevresel sebeplere bağlamaya çalışır. Schachter ve Singer bilişsel teorisi olayları yorumlamak gibi bilişsel faktörlerin duygusal hisleri etkileyebildiğini ortaya koyar (Plotnik, 2013, s. 361). Bu teori bir duygunun oluşumunu kişinin verdiği kararlara bağlar. Bu nedenle bu teori de duyguyu belirleyici etken çevre koşullarıdır. İki faktör kuramı çevredeki ipuçlarının duyguları belirleyen şey olduğunu öne sürer. Bu bakımdan duyguların değişimi ortamın değişimine bağlanır (Plutchik, 1991). Schachter duyguda bilişin önceliği fikrini korur fakat bilişi, bilinçli bilişle eşitlemez. Bu nedenle Schachter'ın kuramında temel fikir duygusal yaşantının en başındaki bileşen bilişseldir. Yani bedensel tepkilerden önce bilişsel bileşen devrededir. Böylelikler bilişsel bileşen hangi uyarıların bir duyguya yol açtığını belirleyici etken haline gelir. Ayrıca bu bileşen hangi duygunun üretilmesi ve ne kadar yoğun olması gerektiğine de karar verir (Moors, 2009, s. 638-639).



Şekil 2. Bilişsel duygu kuramında duyguların oluşumu. Kavcar, B.(2011). *Duygusal zeka ile akademik başarı ve bazı demografik değişkenlerin ilişkileri; bir devlet üniversitesi örneği*. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Şekil 2’de görüldüğü üzere bilişsel duygu teorisi fizyolojik teoriden farklı bir işleyişe sahiptir.

Duygunun doğasına yönelik ortaya çıkan duygu kuramları yanlış bir ikilemi ortaya çıkarmıştır. Bilişselci kuramlar duyguların daima yargı içerdiğini söylerken duyumsal kuramlar ise, duygunun sadece beden durumları ile ilgili bilgi taşıyabileceklerini savunmuşlardır. Bu iki görüşte de kendi içinde açıklanması güçlükler ve boşluklar bırakmıştır. Duygular eğer bilişsel kuramcıların dediği gibi yargılar içeriyorsa sinirsel devrelerini açıklayamaz. Buna karşı bilişselci olmayan kuramların dediği gibi yargı

içermiyorsa duyguların hayattaki rolünü açıklamak güçleşir. Duyguyu bilişten ayırmaya çalışan kuramlar açıklama gücünden kaybetmek durumundadır. Duyguyu bilişle yakınlaştırmaya çalışan kuramlar ise sürekli karşı örneklerle savaşmak durumundadır. Bu ikilemi çözmek için bu iki kuramdan ötesine bakmak gerekir (Prinz, 2002 aktaran Düzen, 2006, s. 39-40). Duyguları belli bir görüşe indirgeyerek gelen açıklamalar her zaman eksiklikler barındırmak durumundadır. Buna karşı duyguları anlamak adına daha bütünsel ve geniş bir perspektife ihtiyaç vardır.

Bilişsel duygu teorisinin felsefî temelleri antik dönem filozoflarına kadar geriye götürülebilir. Aristoteles “Retorik” adlı eserinde duygulardan bahsederken yargıları öne çıkarır. Psikoloji çalışmaları özellikle 1960’lı yıllardan itibaren bu görüşe tekrar döner. Duyguların bedensel süreçlerden ibaret olmadığı ve belirli bir değerlendirme türü olduğu fikri gelişir (Rosewein & Cristianı, 2019, s.35). Duyguları akılla ilişkilendiren ve detaylı bir duygu analizi yapan Aristoteles, duyguların sadece akıl dışı kontrolsüz tepkiler olduğunu düşünmez. Duyguları akılla temellendiren ve bundan hareketle eylemlerde doğru olana yönelip erdemi ortağa çıkarmayı amaçlayan sistemde duygular önemli bir roledir. Aristoteles duyguları ne salt bedensel yapılar ne de bedenden bağımsız olarak değerlendirir. Duyguların varlığını ruh ve beden ilişkisi bağlamında ele alır. Buna göre duygular bedene aittir ve ruhun niteliği olan düşünme de bedenden bağımsız işleyemez. Yani duygular bahsi ruh ve beden birlikteliğine dayanır (Gökalp, 2019, s.100). Çağdaş psikoloji çalışmaları gündeminde özellikle duygu ve eylem konuları öne çıkar. Aristoteles çalışmaların da duygu ve eylem alanını özellikle “Retorik” adlı eserinde ele alır. Ayrıca Aristoteles’in ruhun nasıl işlediğini anlamaya yönelik belirlemeleri de çağdaş psikolojiye ışık tutan güçlü temeller arasında sayılabilir.

Bazı görüşlerce Platon’un düşünceleri de bileşenci bir tavır sunar. Duyguların bilme yetisi ile birlikte ele alınması gerektiğini söyleyen Platon, bu durumu ruhu parçalı bir yapıda ele alarak anlatır. Platon parçalı ruh öğretisinde her bir parçasının alanı ve işlevi farklıdır. İnsan eylemsel alanda ortaya koyduğu davranışlar parçalı ruh öğretisinin çatışmasının bir ürünüdür. Platon’cu bakışta davranışlar bireyin iç çatışmaları sonucunda ortaya çıkar. Bu noktada arzuların kontrolü akıla verilir. Akılsal yetiler duyguların kontrolünü sağlayan yetidir (Demir, 2008).

Bilişsel davranışçı yaklaşım içinde yer alan Akılcı duygusal davranış terapisi davranışların temelinde kişinin onları nasıl gördüğünü ve yorumladığının önemine vurgu yapar. Bu

anlamda düşünceler davranışta belirleyici rol oynar. Felsefi düşüncede davranış-düşünce ilişkiselliğini kuran iki önemli görüş bulunur. Bunlar Spinoza ve stoacı görüştür. Spinoza ve stoacı filozofların fikirleri akılcı duygusal davranış terapisinin temellerini aldığı yerdir (Can, 2009, s.10). Akılcı duygusal davranış terapisi özellikle stoacı felsefe ekolünden etkilenir. Epiktetos, rahatsızlık veren durumların ortaya çıkmasının sebebini bu duruma ilişkin bakış açısından kaynaklı olduğu fikrinden hareket eden akılcı duygusal davranış terapisi doğru ve güvenilir bilgi edinme yollarını araştırır. Bu noktada düşüncelerin doğruluğuna ilişkin inançlar önem arz eder. Ellis, mutsuzluğun en önemeli sebebini akılcı olmayan düşüncelerden kaynaklandığını söyler (Güleç, 2018, s.123-124). Stoacı görüş sağlıklı düşünme yollarını araştırır ve buna ilişkin sağaltım metotları kurar. Bu noktada temel amaç rahatsızlık veren düşüncelerin doğru yollarla akılcı olan düşüncelerle değişimi söz konusudur. Bu görüş kişi de varoluşsal bir iyileşme sağlamayı amaçlar. Epiktetos insanın sağ duyu farkındalığına dikkat çeker. Buna göre insan iradeli bir varlık olarak iyi ya da kötü olmayı kendi düşünce iradesi ile tercih edebilir. Epiktetos insanı sağ duyu farkındalığına çağırır. Özgürlük denilen şeyin de mümkün olmayan şeylerin değiştirilemeyeceğinin farkına varılması olarak görür (İltar & Karabulut, 2020, s.269).

David Hume aydınlanma döneminin ortasında “akıl tutkuların kölesidir” der ve tutkuların etkin gücüne dikkat çeker. Hume akıl ve tutku ikiliğine karşı uyuma işaret eder. Tutkular konusunda Aristoteles ve Hume “ahlaki duyarlılığı” etik teorisinin temeline yerleştirir ve bilişle ilişkili olduğuna dikkat çeker. Ahlaki yargıların akıldan ziyade tutkularla ilişkili olabileceğini söylerler. Çünkü erdem için gerekli olan duygulardır. Duygular kişide bir dünya görüşü yaratır ve bu görüşü benimser. İnsanlar yaşama bu pencereden bakar ve hayatlarına ilişkin kararlar bundan hareketle şekillenir. B anlamda duygu deneyimlerini hayatı etkileyen ve dünyanın boyutlandıran bir yapı olarak ele alınır (Solomon, 1995, s. 177). Tutkuları ahlaki öğretilerle bağlantıları dahilinde ele alan filozoflar özellikle ahlaki kararlarda tutkuların gücüne dikkat çeker. Bu tavır bilişsel duygu teorisi ile oldukça benzer yanlar taşır. Bilişsel değerlendirme teorisi de davranışlara neden olan duyguların başlatıcısı olarak bilişsel bileşeni önceler. Her iki yaklaşım birçok noktada benzer yönler gösterdiği söylenebilir. Değerlendirme teorisi bilinçli yargılara varmayı vurgular ve duygu-yargı arasında güçlü bir etkileşim kurulur. Hume felsefesinde zevk ve acı merkezi bir rol oynar. Bu temel onun etik teorisinde de etkilidir. Hume’a göre tüm tutkuların nedenleri ve nedensel sonuçları olan fikirlerle ayırt edilebilir. Bu nedenle kişiyi harekete geçiren asıl nedenler

akıl değil tutkulardır. Hobbes ve Spinoza'da bu noktada Hume ile aynı fikirdedir. Hobbes'a göre duygular kişiyi harekete geçiren hareketlerdir. Spinoza ise duyguları birtakım değişimler yaratan fikirler olarak ele alır. Hume felsefesi her ne kadar duyum vurgusu yapan fizyolojik çıkışlı bir tavır taşısa da duyguların işleyişine ilişkin geniş bir biliş bakışı taşımaktadır. (Solomon, 2002, s. 127).

Bilişsel duygu teorisi kapsamında yer alan varoluşçu terapi de temellerini varoluşçu felsefeden alır. Kendilerini varoluşçu psikologlar olarak adlandıran Binswanger, Boss, Frankl, May ve Yalom görüşlerinde Nietzsche, Heidegger, Sartre, Huserll ve Kierkegaard gibi varoluşçu filozoflardan etkilendiği görülür. Varoluşçu terapistler kişinin çoğunlukla varoluşsal bir kaygı yaşaması itibariyle ortaya çıkan panik ve korku duygularına odaklanır. Varoluşçu terapistler bireyin seçme özgürlüğü ile boşluk, kaygı ve sıkıntı veren duyguların olabildiğince yok edilmesine yönelik bir yaşam tarzı amaçlar (Güleç, 2018, s.146-147). Bu görüşlerin varoluşçu felsefenin de kurucu fikirleri olduğu açıktır.

5.4. Psikanalitik Duygu Teorisi

Psikanalitik duygu teorisi Freud'un klinik çalışmalarından hareketle şekillenir. Freud'un psikanalitik düşüncesini geliştirme süreci 19. yüzyıl sonları ve 20. Yüzyıl başlarına denk gelir. Bu dönemde Avrupa çevresinde çok sayıda bilimsel modelden etkilenir. Freud bu dönemde ortaya koyduğu soyut fikirleri özellikle psikolojik olguların nörofizyolojik ve mekanik kavramlarla anlaşılabilceği fikri ile desteklemiştir. Ortaya koyduğu fikirleri ile psikolojiyi biyoloji ve nörofizyoloji alanlarından sentezlemeye çalışır. Freud kuramında ilk olarak dürtü kavramına dikkat çeker. Dürtü kavramını fiziksel ve biyolojik etkileri olan psişik bir güç olarak yorumlar (Safran, 2014, s. 43-44). Davranışın geçiş deneyimler ve dürtüsel güçler çerçevesinde açıkladığı eylemlerin kalıtsal içgüdülerden, biyolojik itkilerden ve soysa yaşantıdaki çelişkilerini çözmeye çalışan psikolojik bir modeldir. Freud'un bu modeli insanı her daim mantıklı bir yapı olarak görmeyen ve bilincin farkında olmadığı şeyleri ortaya çıkarabilen bir canlı olarak gören ilk psikolojik model olması itibariyle önemlidir (Gerrig & Zimbardo, 2014, s. 9). Davranışların yönlendiricisi olabilecek içgüdü ve bilinçdışı süreçler psikoloji literatürüne girmeden çok önce felsefi düşüncede yer edinen bir fikirdir. Özellikle Schopenhauer, Spinoza, Nietzsche ve Kierkegaard gibi isimler eylemler üzerinde etkisi olan bu süreçlere farklı kavramlarla işaret eder.

Freud’a göre insan topluluklar halinde yaşamaya başlayınca sosyal yaşantılar edinmiştir. Bu sosyal yaşantılar içinde davranışları ve içgüdülerini doğrudan tatmin edici ifadeyi engellemek durumunda kalmıştır. Çünkü içgüdüsel ihtiyaçların tatmini ile sosyal yaşam arasında her zamana bir çatışma olmuştur. İnsan bu çatışma halinden kurtulmak için bazı stratejiler üretmiştir. Fakat bu stratejiler sağlıklı davranışları ortaya çıkarmaya neden olmuştur (Arkonaç, 2003, s. 383).

Psikanalitik teoriye göre davranışların bilinçli düşünce süreçlerinden ziyade aklın dışında gelişen bir bölgeden kaynaklanır. Akılsallığın ve bilinçli düşüncenin ötesinde olan bu bölgeyi “bilinçdışı” olarak adlandırır. Bu nedenle psikanalitik teoriyi hem bir sağaltım metodu hem de bilincin ötesindeki anlamaları analiz eden bir yapı olarak tasarlar. Çünkü duygusal yaşantının arkasında bilinçdışı süreçlerin etkin olduğunu öne sürer (Lupton, 2002, s. 50). Psikanalitik teori kişiliğin özünde bireyin zihnindeki harekete geçiren olayların yattığı fikri hakimdir. Bu bakımdan tüm davranışları güdülenmiştir ve tesadüfi biçimde kendiliğinden ortaya çıkan davranışlar söz konusu değildir. Buna göre her insan eyleminin bir nedeni ve altında yatan derin arzuları vardır (Atkinson vd., 2008, s. 415). Bilinç buz dağının görülen kısmından ibarettir. Fakat bunun yanı sıra bir de buz dağının su altında kalan kısmı vardır. Davranışların yönlendirilmesinde bu karanlık, görünmeyen ve kişinin farkında olmağı bölge etkilemektedir. Kişinin bu günkü duygu ve davranışları bebeklik yıllarına dek geriye giden bir incelemeyi gerektirir. Psikanalitik teoriye göre insan tek bir bağla veya tepkiyle düzelebilecek bir tasarıda değildir. İnsanın aklın ötesinde tuttuğu derin çelişkileri söz konusudur (Aktaş, 2004, s. 48).

Freud insanı bir enerji sistemi olarak tarif eder. Bu tasarıda sinir sistemi faaliyet halindeyken boşlatılmak üzere sınırlı miktarda enerjiyi kapsamaktadır. Çünkü nöronlar ancak belirli miktarda bir enerjiyi barındırabilirler. Asgari düzeyde bir miktar depolanır ve bunun üzerindeki her miktar stres ve gerilim üretir. Dolayısıyla bu enerjinin boşaltılmasına ihtiyaç duyulur. Eğer bu enerji bir yolla boşaltılmazsa sistem kendine başka bir yol arar. Bu nedenle cinsel enerji ile birleşmiş bir enerji haline gelir ve cinsel hazla ilgisi olmayan bir faaliyetle boşaltılır. Bunların engellenmesi insana sıkıntı verir. İşte insanlar bu temel enerjilerden gelen güçlü dürtülerin etkisindedir (Arkonaç, 2003, s. 382-383). Freud aynı anda işleyen iki farklı ruhsal işleyiş sürecini birbirinden ayırır. Bunlar;

- 1- Birincil süreç: Geçmiş, gelecek ve bu gün ayrımı yoktur. Farklı duygular tek bir imgeye sıkıştırılır. Rüya ve düşlemlerde etkindir.
- 2- İkincil süreç: Mantık ve bilinçle bağlantılıdır. Rasyonel ve planlı düşüncenin temelidir.

Freud bilinçdışını yalnızca travmalarla ilişkilendirmez. İçgüdüsel güçler ve arzularla ilişki kurar. Bu içgüdü ve arzulardan cinsellik ve saldırganlık öne çıkarılır. Bu noktada özellikle düşlemler benlik saygısı düzenleme, güvende hissetme, duygulanım düzenleme gibi ruhsal sürece hizmet eder. ayrıca düşlemler davranışları güdüler ve deneyimleri şekillendirdiği öne sürülür (Safran, 2014, s. 80-83). Duygular çoğu zaman yaşantının bilinç düzeyinden çok bilinçdışı düzeyinde yaşanılır. Bu nedenle duygular söze dökülmeden önce rüya ve fantezilerde ifade bulur. Dolayısıyla genellikle aklın dışından geldiği gibi söylemin dışından da gelebilir (Lupton, 2002, s. 51). Freud bu düşüncelerini daha sonra kişilik gelişimi ile ilişkilendirir. İd, ego ve süper ego kavramlarıyla bütünleştirir.

Freud'a göre çocuk gelişiminin çeşitli dönemleri içgüdü patlamasının etkisiyle vücudun bazı bölgelerinde merkezi bir yer edinir. Bu bölgelerden ilki ağızdır ve bu gelişim dönemi oral dönem olarak adlandırılır. Bu dönemde emme, beslenme ve diğer ağıza ait hazlar gösterilir ve doğumdan iki yaşına dek sürer. İki yaşından üç yaşına kadar ise anal dönem etkindir. Bu dönemde ebeveynler özellikle temizlik eğitime başlar. Üçüncü dönem içgüdüsel hayatın cinsel organlar üzerinde merkezileştiği fallik dönemdir. Bu evre beş ya da altı yaşlarına dek sürer. Fallik dönem sonralarına doğru çocuklar karşı cins ebeveynlerine daha dönük olurlar. Bu dönemde erkek çocuk anneye kız çocuk ise babaya yakınlaşır. Freud bu dönemlerin ayrımı noktasında önceliği içgüdülere verir. Bu güdülerin gelişimindeki değişiklikleri, bu dürtülerin tatmin edilmediği veya onlara karşı çıkıldığında ortaya çıkan durumların bilinç altında devam eden izlerine odaklanır (Arkonaç, 2003, s. 384-385).

Freud kökenini insan eylemini motive ederken dahi bilinç düzeyinde işlemediğini düşünür. Psikanalitik kuram öznelliği çoklu ve çelişkili gören bireye ilişkin bir bakış açısı geliştirir ve burada baskılanmış duygular her an bilince çıkmayı hazır bekleyen bir iç çatışma yaratır (Lupton, 2002, s. 55). Freud'a göre savunma mekanizmaları da düşünce, arzu, duygu ve düşlemleri bir şekilde bilinçdışına iterek duygusal açıdan kaçınmaya çalışan bir süreçtir. Kişi için tehdit edici arzu, duygu ve deneyimleri bilinçten uzak tutmak için çeşitli süreçler

devreye girer. Freud bu süreçleri “ savunma mekanizması” olarak kavramsallaştırır. Detaylı bir belirleme yapan Freud devreye giren bu mekanizmaları tanımlamaya gider. (Safran, 2014, s. 85-88). Bu savunma mekanizmaları şunlardır (Atkinson vd., 2008, s. 418). Bunlar;

Gerçekliğin inkarı: Kişiliği korumak için gerçekliği reddetmek

- Yer değiştirme: Bastırılmış duyguları özellikle düşmanlığı bu duyguları açığa çıkaran nesnelerden daha az tehlikeli olana yönelme
- Fantezi: Gerçekleşmemiş arzuları hayali imgelerle gidermek
- Özdeşim: tanınmış bir kişi ya da kurumlarla kendini özdeşirme
- Tecrit: Duygusal yüklemeyi acı veren durumlardan ayırmak bir nevi bölme işlemi yapmak
- Yansıtma: Yaşanılan zorlukların suçunu başkalarına atmak
- Akla uygunlaştırma: Sergilenen davranışın mantıklı ya da meşru olduğunu göstermeye çalışmak
- Tepki oluşumu: Tehlikeli arzuların ifade edilmesinin zıt kutupları ve davranış türlerini kabul ederek ve onları bariyer olarak kullanıp engellemek
- Gerileme: Daha çocukça tepkileri gelişimin erken safhalarına geri dönmek
- Bastırma: Acı verici duygu ve düşünceleri bilinçdışına gönderme
- İyiye yönlendirme: Bastırılmış cinsel arzuların yerini alabilecek toplum tarafından kabul gören şeylerle gidermek

Psikanalitik duygu teorisinde bastırılan duygular kişinin olduğu bu mekanizmalarla bir şekilde bilince taşınması olarak anlaşılır. Bu teoriye göre kişi korku kaygı, nefret ve kıskançlık gibi yoğun duygularla baş etmeye çalışırken bilinçdışı savunma mekanizmaları devreye girer. Bu anlamda insan davranışlarının analizinde bu mekanizmaların merkezi bir önemi vardır. Temel olarak bu savunma mekanizmaları acı verici duyguların başka insanlara ya da şeylere aktarımını konu edinir (Lupton, 2002, s. 52).

Freud'un bu düşüncelerini şekillendiren etken histerik hastaları üzerine yaptığı çalışmalarıdır. Histeri, organik temeli olmayan belli fiziksel tepkiler biçiminde ortaya çıkan bir rahatsızlıktır. Freud histerik belirtilerin travma sonucunda kesintiye uğrayan bastırılmış duyguların fiziksel belirtiler biçiminde oluştuğunu söyler. Freud bu hastalarda hipnoz yöntemini kullanarak kişinin yaşadığı olayla ilgili travmalarla ilgili anı ve bastırılmış duygularını iyileştirileceğini düşünür (Safran, 2014, s. 45).

Çünkü bilinçdışı kavramı sürekli olarak bilince çıkmayı hazır halde bekleyen baskılanmış dürtü, duygu, düşünce, fantezi biçimde insan ruhunu tetikler. Duygusal yaşantılar özelliğın motivasyonu ve eylemini tetikleyen merkezi bir konumdadır. Yani bilinçdışı duygusal tepkinin güçlü bir kaynağı olarak değerlendirilir. Burada özellikle rasyonel bir açıklama getirilemeyen duygular gündemdedir. Bu perspektif insan başkalarıyla olan ilişkilerinde özellikle ilk çocukluk dönemine dikkat çeker. Çünkü ilk çocukluk dönemindeki yakın aile bireyleri olan ilişkilerin yetişkinlik dönemine de etki ettiği öne sürülür (Lupton, 2002, s. 51-52).

Psikanalitik duygu teorisyenleri gelişen süreçte özellikle şu fikirlerde değişim gösterir (Atkinson vd., 2008, s. 412). Bunlar;

- 1- Ego savunması, özün gelişimi, bilinçli düşünce süreçleri ve kişisel yeterlilikte egonun görevlerine daha çok dikkat çekilir.
- 2- Genel cinsel dürtülerin ve libido enerjisinin önemi daha az vurgulanır.
- 3- Kültürün etkisiyle sosyal yaşamın kişiliğın gelişiminde daha etkili olduğu savunulur.
- 4- Kişilik gelişiminde sadece çocukluk dönemine değil tüm yaşam sürecine ait olduğu savunulur.

Freud sonrasında psikanalitik duygu teorisini düşünceleri katkı yapan araştırmacılar elbette vardır. bunlardan Klein nesne ilişkileri konusunda, ödip öncesi dönemde çocuk ve anne arasındaki ilişkinin bilinçdışı gösterimini gündeme getirir. Klein özellikle çalışmalarını bağımlı çaresiz çocuk konusunda yoğunlaştırır (Lupton, 2002, s.55). Adler göre ise duyguların üstesinden gelme işlemi bütün hayatı kapsar niteliktedir. Adler bireyin kendini yeterli hissedebilmesi adına bazı şeylerden vazgeçmek durumunda kaldığını

düşünür. Kişilikte bu mücadele kapsamında gelişen bir yapı olarak ele alınır. Horney ise geleneksel Freud düşüncesinden ayrı olarak cinselliğe yapılan vurguyu eleştirir. Bu noktada özellikle kadın perspektifi üzerinde durur. Jung ise bilinçdışı kavramının sınırlarını geliştirir. Ona göre bilinçdışı sadece bireysel yaşamda sınırlı bir durum değildir. Bu durum insan ırkına özgü temel psikolojik gerçeklerden oluşan ortak bir bilinçdışıdır (Atkinson vd., 2008, s. 419).

Sigmund Freud, psikanaliz kuramı olarak adlandırdığı sistemi ile insana ve bilince yeni bir bakış sunar. Freud kişiliğin oluşumunu gelişim dönemleri kapsamında ele alır ve bunu yaparken bilinci öne çıkarır. İnsan davranışlarının oluşumunda bilincin karanlık yönlerini işaret eder. Akademik dışında görüşlerini temellendirmeye çalışan Freud psikoloji tarihinin en çok konuşulan isimlerinden biri olmuştur.

Psikanaliz insanı anlamaya yönelik olarak yeni kavram ve yöntemler sunar. Rüyaların, şakaların, farkında olmadan söylenilen şeylerin ve ruhsal bunalımların arkasında bilinç dışı güdülerin olduğunu var sayar. Freud öznedeyne meydana gelen bir takım ruhsal bunalımların bilinç dışı güdü ve niyetlerin dışı vurumu olduğunu düşünür. Freud'a göre bilinçaltı kişinin habersiz olduğu yabancı bir yerdir. Ancak hastanın kendisi ve psikanalist ruhsal bunalımların bilinçaltı nedenlerine ulaşabilir. Freud'a göre bazen duygusal yüklü olaylar zihinde hafızanın doğrudan ulaşamayacağı bir bölgeye gönderilir. Buna sebep olan şey genellikle ilk çocukluk yıllarında yaşanmış bir travmadır. Psikanalist hasta ile kurduğu diyalog yöntemi ile bilinçaltında bastırılmış olan bu travmayı açığa çıkarmaya çalışır. Freud görüşleri ile özneye güçlü bir vurgu yapar. Ona göre bilinçli zihin, zihnin sadece bir parçasıdır. Bilinç süreçleri bilinçsiz etmenler tarafından denetlenir. Freud'a göre bilinçaltı kişiliğin özünü oluşturan yerdir (Gülje & Skirbekk, 2017, s.479).

Psikanalitik yöntem, insanların anlamlı bir yaşam hissi kazanması ve tehditkar bilinç dışı duygularla ve inanışlarla baş etmeyi amaçlar (Chodorow, 2019, s.26). Bir kuram olarak psikanaliz kişisel anlamın yaratımını açıklarken, kişinin yarattığı kişisel anlamlara dikkat çeker ve bunlara ilişkin kavrayışı önemser. Psikanalizin bir öznel anlam anlayışının yanı sıra bir de öznel tasavvuru vardır. Bu öznel tasavvura göre, bilinç dışı bilince taşımaktadır. Freud'a göre rüyalar bilinçaltına giden yollardır. Bu bakımdan rüyaların yorumu psikanaliz için bastırılmış duygu yüklü travmaların açığa çıkarılmasında önemlidir (Chodorow, 2019, s.248-249). Freud kuramı determinist bir yaklaşımdır. Buna göre hiçbir olay nedensiz şekilde meydana gelmez. İnsanın her yapıp ettiği nedenlidir. Ortaya

çıkan her ruh hali sebeplidir. Ayrıca Freud seçimler noktasında da tamamen özgür olunmadığını düşünür. Çünkü bilinçaltı süreçler kişiyi farkında olmadan belli yönelimlere sevk emektedir (Stevenson, 2005).

Psikanaliz ruhsal süreçlerin gerçekleşmesini temelde haz ilkesine dayandırır. Dayanılması güç ve rahatsızlık verici şeylerden kaçınarak hoşnutluk verici bir duruma geçilir. Freud haz ve rahatsızlığı zihinde sınırı olmayan bir bölge ile ilişkilendirerek açıklar. Burada açığa çıkarılması gereken nokta, duyguların yoğunluğu ve duygu yoğunluğunun yarattığı değişimler arasındaki bağlantıdır (Freud, 2014, s.8-9). Freud'un kişilik modeline göre kişilik; id, ego ve süper egodan oluşan bir sistem kurar. Davranış bu üçlü yapının çatışmasından doğar. Bu üçlü sistemde her biri diğerinden bağımsız çalışmamaktadır. Bunlardan id kişiliğin ilkel yönü olarak sınırsız ve kontrolsüz isteklerde bulunur. Freud bu kısmı saf libido veya irrasyonel tabiatın psişik enerjisi olarak tarif eder. Freud'a göre id bilinçsizdir ve çevre ile ilişki kurmaz. Buna karşı kişiliğin diğer yapıları ile ilişkidir. Ego ise organizmanın çevre ile ilişki kurduğu kısmıdır. Kişiliğin yürütme organı olan ego ortaya çıkan davranışı denetler. İd ile süper ego arasındaki dengeyi kurar. Ego idin isteklerini çevre ile uzlaştırmaya çalışır. Süper ego ise bir şeyin doğru ya da yanlış olduğuna ilişkin toplumsal düzeydeki ahlaki kararları verip onaylanan davranışları ortaya çıkarmakla yükümlüdür. Süper ego toplumsal normları gözetir (Gökalp, 2018, s.103-104).

İd temel dürtüler deposudur. Bu nedenle mantıksız ve tamamen dürtüsel biçimde hareket eder. İd arzulanan şeyin gerçekçi, sosyal yaşama uygun olmasına ya da mümkün olup olmadığını önemsemez. Onun için sadece bir an önce doyuma ulaşmak önceliklidir. Bu anlamda id zevk ilkesi yani kontrolsüzce işleyen bir arayış ifadesi olarak anlaşılır. Ego ise kişiliğin gerçeklik temelli işleyen yönüdür. Bu anlamda ego mantıklı seçimleri zevk alma isteğinin önünde tutan gerçeklik ilkesince işler. Süper ego ise toplumdan öğrenilen değerleri önemser. Sosyal açıdan hoş karşılanmayan eylemler süper ego tarafından yönetilir. Bu anlamda süper ego yapılması gerekenleri ve yapılamaması gerekenleri söyleyen bir iç ses gibidir. Bu nedenle çoğu zaman id'in isteklerine karşıdır. İd canının istediğini yapmak isterken süper ego ona karşı durmaya çalışır (Atkinson vd., 2008, s. 417). Freud'a göre id kişiliğin bilinçsiz yanıdır. Buna karşı bilinçli eylem alanı egoda gerçekleşir.

Freud'a göre insan sınırsız sayıda iç güdüye sahiptir. İnsanın sahip olduğu en baskın güdü cinsellik güdüsüdür. Freud kuramında cinselliğe fazlaca yer ayırır. Ona göre cinsel iç güdü

çocuklarda doğumdan itibaren kendini göstermeye başlar. Cinsel enerji olarak libido yetişkin yaşamında büyük önem taşır. Freud davranışların temelinde genellikle cinsellik güdüsünün yer aldığını düşünür. Freud’a göre ruhsal hastalıkların sebebi yaşanan travmatik olayların bastırılmasıdır. Bastırma kişinin ruhsal çatışmalardan sakınmaya çalıştığı savunma mekanizmasıdır. Bastırma kişi de gerçeklik algısını bozar. Bastırılan şey yok olmaz bilinçaltına gönderilir. Bilinçaltına gönderilen şey zamanla kişiyi ele geçirir ve bazı davranışları ortaya çıkarma da kişiye baskı kurar. Kişi zamanla nedenini bilmeden bu davranışları yapmaya zorunlu hisseder. Freud bastırılan şeylerin genellikle cinsel güdü kaynaklı olduğunu söyler (Stevenson, 2005, s.92-95). Freud’a göre genellikle toplum tarafından kabul görmeyen cinsel davranışlar kişi tarafından bastırılır. Bir savunma mekanizması olarak bastırılan şey yok olamaz ve zamanla kişiyi rahatsız edecek duygusal durum olarak kendini hissettirir.

Psikanalize ilişkin yöntemlerin ve kavramsal belirlemelerin ve bilinç dışı süreçlere yapılan vurgunun Freud ile başladığı kabul edilir. Ancak Freud öncesinde felsefe tarihinde bilinç dışı süreçlere dikkat çeken ve bazı kavramsal belirlemeler yapan filozoflar da vardır. Özellikle Schopenhauer ve Nietzsche’nin çalışmalarında insanları harekete geçiren dinamiklerin görüldüğünden öte görünmeyen güçlerin etkin güce sahip olduğu düşünülür. Bazı davranışlar ardında ilkel süreçlerin işlediği fikrine işaret edilir (Tura, 2005, s.13). Psikanalizin çıkış noktası duygusal hallerdir. Freud’un geliştirdiği psikanaliz kavramları ve öğretileri Schopenhauer felsefesinde karşılığı olan öğeler taşır. Freud’un “bilinç dışı, id, ego” gibi kavramları, Schopenhauer’un “İstenç ve Tasarım Olarak Dünya” adlı eserinde tutarlı bir bilinç dışı süreçleri geliştirdiği görülür (Baker, 2018, s. 142). Kişiliğin ilkel yanı olan id kavramı bilinçsizlik halinde olup saf libido olarak, Freud tarafında ifade edilir. İd’in görevi sisteme gerekli olan enerjiyi temin etmektir. Bu noktada Schopenhauer’un “kör irade” fikri Freud’da haz ilkesi ile bağlantılı olarak görülür (Gökalp, 2019, s. 86). İrade sadece kendini isteyen bir tür karanlık bilinçsiz bir güç gibidir. İnsanda kendisini dürtü olarak hissettirir ve böylelikle bilinçte izlerini bırakır. Schopenhauer’un irade kavramı Freud’un bilinçdışı kavramına karşılık gelir. Freud’de bedensel varlığın bilinçdışı bir kudretin etkisinde olduğu fikrindedir. Freud ve Schopenhauer’da irade ve bilinçdışı kavramları arasında güçlü bir benzerlik vardır (Atayman, 2004).

Freud’un insanlığın kültürel tarihini yeniden inşası Hobbes’un, Locke ve Rousseau’nun düşüncelerinde bulunan fikrinsel modellerle benzerlikler taşır. Freud’un insana dair bakışı

özellikle olumsuz antropolojisi Hobbes'un "insan insanın kurdudur" fikri ile benzerlikler gösterir (Gılje & Skirbekk, 2017, s.489). Freud sisteminde felsefe tarihindeki en büyük etkileniimi Spinoza'da görülür. Freud'un bir savunma mekanizması olarak belirlediği bastırma fenomeni, ilke olarak hazzı gerçekleştirmeye ve rahatsızlık verici şeylerden kaçınan ruhsal bir faaliyet olarak, Spinoza'nın "Conatus" öğretisi ile benzerlikler taşır (Baker, 2018, s.162-163). Freud'un insanın kendini her ne kadar özgür bir varlık olarak görse de davranışlarında bilinç dışı süreçlerin etkisinin varlığını işaret etmesinden yaklaşık 300 yıl önce Spinoza, bilinç dışının varlığını fark etmiş ve özgür iradenin en genel anlamıyla bir varlığın eylemlerinde ki tek belirleyici nedenin kendisi olmadığını öne sürer. Spinoza psikanalizin doğuşundan yüzyıllar önce bilinç dışının varlığını keşfetmiştir. Spinoza görüşlerinde arzuların kişiyi belirli tarzda davranmaya yönelttiğini ve bu nedenle özgür iradenin olmadığını ve belirli nedenler bağlamında eyleme geçildiğini ortaya koyar (Güleç, 2018, s.50-60).

Psikanalitik düşüncesini etkileyen ve Freud görüşlerini şekillendiren Schopenhaer ve Nietzsche "içgüdü" kavramını kendi felsefelerinde işler. Her iki filozofta temel dürtülerin önemini vurgular. Schopenhauer bu temel dürtüleri " irade /yaşama iradesi" kavramı altında incelemeye alır. Nietzsche ise "güç" olarak ifadelendirir. Her iki filozofta duyguların doğasına ilişkin bilinçsiz biyolojik dürtülerin varlığını ortaya koyar (Solomon, 2002, s. 131).

Varoluşçu felsefenin psikiyatri ile buluşması ikinci dünya savaşı ardından gerçekleşir. Boss ve Bins "Daseinanalysis" olarak geliştirdikleri tedavi yaklaşımıyla varoluşçu psikoterapinin kurucusu sayılırlar. Bu psikoterapi, varoluşçu felsefe ile çağdaş insan sorunları önemli bir boyut kazanır (Geçtan, 2019, s.31). Varoluşçu akım insanı olduğu gibi ve dünya ile ilişkiselliğinde kavramaya çalışır. Psikiyatri konumu açısından "varoluşçuluk" insanı anlama ve anlamlandırma fikirleri ile psikoterapi çalışmalarına ışık tutar niteliktedir. Psikanaliz temelli psikoterapi temelinde Heidegger'in ontolojik çözümlemelerinden esinlenir (Geçtan, 2019, s.25-26).

BÖLÜM VI

SONUÇ

Çalışmanın bu kısmında duygu teorilerinin felsefi temellerine ilişkin sonuçlara ulaşılmıştır. Bu çalışma duyguların felsefi düşüncede nasıl yer edindiği, dönemin düşüncesinde etkili olan filozofların duyguya ilişkin görüşleri, duygu teorilerinin psikoloji çalışmaları dahilinde nasıl ele alındığı ve duygu teorilerinin felsefi temelleri bağlamında ele alınmıştır. Bundan hareketle alt problemlere ilişkin ulaşılan bilgiler aşağıda açıklanmıştır.

Duygular insani doğanın bir gereği olarak anlaşılır ve bütünsel yapıyı tamamlayan bir parçadır. Duyguların çözümlenmesi insana ilişkin bütünsel bakışı ortaya koyması bakımından önemli görülür. Düşünce tarihinden bu yana gelişen akıl ve duygu karşıtlığı büyük bir yanılsamadır. Duygu ve akıl birbirine destekleyen yapılar olarak ortak bir işleyişe sahiptir. Duygu ve biliş çalışmaları duygunun düşünceleri şekillendirdiğini ortaya çıkarmıştır. Buna göre duygular organizmanın içinde bulunduğu duruma ilişkin ilk verileri edinir. Bu verilerden hareketle organizma duruma ilişkin uygun tepkiyi vermek üzere hazır hale getirilir. Bu ilk değerlendirmeden sonra üst bilişsel boyuta geçilir ve duruma ilişkin yargılar oluşturulur. Duygular hem bilişsel hem de fizyolojik sistemi etkiler. Duygunun karmaşık yapılı bir süreci içermesi araştırmacıların ortaya koyduğu açıklamalarda değişikliklere neden olmuştur. Duygunun oluşumu, işleyişi, tanımı, temel duyguların kabulü vb birçok konuda araştırmacılar fikir ayrılığındadır. Duyguların sayısız çeşitlemeleri bulunur ve duygunun deneyimlenmesi bireye özgü niteliktedir. Duyguların sınıflandırılmasının yarattığı güçlüğü karşı genel olarak duygular temel ve karmaşık yapılı olarak ikiye ayrılır. Bunun yanı sıra araştırmacılar temel duygular noktasında dahi fikir ayrılığındadır. Bu nedenle duygunun yeterince doğasını çözümlmek ve insan yaşamındaki

önemli rolünü tayin etmek oldukça güçtür. Bu araştırma ortaya konulan sonuçlar dahilinde duygunun doğasına ilişkin felsefe ve psikoloji çalışmalarını bütünlemeye çalışır.

Duygular felsefe ve psikolojini ortaklığında ele alınmalıdır. Çünkü ancak bu haliyle ihtiyaç duyulan bütünsel bakış elde edilebilir. Duyguların felsefi analizi ilk çağ filozoflarından başlayarak, 20. yüzyılda ortaya çıkan varoluşçu filozoflara kadar süren bir yol kat eder. Filozoflar ilk olarak duyguların çıkış nedenini ruh ve beden ayırımına dayalı olarak ele alır. İlerleyen süreçte duyguların varlığına ilişkin dönemin kabul gören düşünce anlayışına bağlı olarak şekillenmiştir. İnsanı anlama çabası ile başlayan süreçte, filozoflar bu anlama faaliyetine duyguları da dahil eder. Çünkü insanı anlamak, doğrudan duyguların doğasını anlamakla ilişkili olarak görülmüştür.

Duyguların düşünce tarihinde ilk yer alışı akıl ile karşılaştırılmasından hareketle ortaya çıkar. Filozoflar akla karşı duyguların kişiyi yanlış yönlendiren tehlikeli yapılar olarak değerlendirir. Özellikle güçlü arzu ve tutkuları her daim kontrol altında tutulması gerektiği düşünülür. İlk çağ filozofları tutkuların etkisinden korunma yollarına vurgu yapar. Bu nedenle akıl duyguların kontrol merkezi olarak konumlandırılır. Duyguların felsefi analizini yapan ilk filozof Platon'dur. Platon'a göre duygular kişide bedensel istekleri uyandırır. Bu nedenle bedensel yapıya aittir. Ruhun idelere ulaşmasında engel teşkil eden unsurlar olarak değerlendirilir. Ruhun idelere ulaşması için aklın rehberliğinden ayrılmamak gerektiği vurgulanır. Platon'un ruh ve beden arasında derin bir ayrım vardır. ruh sonsuz ve ölümsüzdür beden ise sonlu ve ölümlüdür. Ruhu bedene göre önceleyen Platon duyguları da bedensel olanla ilişkilendirerek olumsuz bir anlam yükler. Aristoteles ise duyguları ruhla ilişkilendirir. Duyguların yalnızca dışsal nedenlere bağlı olarak ortaya çıktığını düşünmez. Kişiyi harekete geçiren gücün akıl değil arzu olduğunu söyleyen Aristoteles detaylı bir duygu araştırması yapar. Duyguları ruh, beden, akıl ve etik bağlamında ele alır. Duyguların doğasının analiz edilmesi gerektiğini düşünen Aristoteles bir duyguya yol açan nedenleri ve duyguları "Retorik" adlı eserinde ele alır. Haz ve acının ahlaki öğretilerle ilişkili olduğunu vurgular. Ona göre akıl, duygu ve etik arasında güçlü bir bağlantılar vardır. Stoa felsefesi ise duygular konusunda özellikle özdenetim fikrine odaklanır. Kişinin iradesi doğrultusunda duyguların yönlendirilebileceği fikri öne çıkar. Duygular kişide birtakım yanlış yargılara yol açabilir fakat kişi u yanlış yargıları doğru olanlarla yer değiştirebilir. Stoa felsefesi yargıların dönüşümü fikri ile duygu ve düşünce

arasındaki ilişkiyi gündeme getirir. Duygu ve düşünce arasında karşılıklı bir etkileşimin olduğuna işaret edilir.

Modern dönem felsefesi, doğru bilgi arayışıyla gelişen yöntem ve tekniğin getirdiği yeni insan kabulü ile dikkat çeker. Dönemi düşünceleri ile şekillendiren Descartes ruh ve beden arasında derin bir ayrım yaratır. Bu ayrım tekrar ruhu bedene önceleyen bir tavır oluşturur. Buna göre beden mekanik bir işleyişe sahip düşünceden yoksun kısımdır. Bu tavır duyguların çözümlenmesinde değişimler yaratır. Duyguların analizi ruh ve bedenin algılanışı ile doğrudan ilişkilidir. Descartes’da ihtiraslar adını verdiği duyguları ruh ve beden ayrımından hareketle ele alır. Duyguları ruh ve beden etkileşimini sağlayan bir yapı olarak kozalaksı bezde konumlandırır. Buna göre duygular ruhu edilgin biçimde etkileyen algılar olarak yorumlanır. Duyguların oluşumu ise vücutta gerçekleşen birtakım hareketlenmelerle meydana gelir. Fizyolojik tabanlı bir duygu açıklaması yapan Descartes, duyguların nesnelerle girilen ilişkilerden türediğini düşünür. Fakat Descartes duygunun bedensel etkileri olduğu gibi psikolojik etkilerinde olduğunu düşünür. temel duygu belirlemeleri yapar ve temelde altı (hayret, sevgi, nefret, sevinç, keder, arzu) duygunun olduğunu diğer duyguların ise bunların karışımından hareketle meydana geldiğini söyler. Spinoza ise Descartes’ın yarattığı ruh ve beden ayrımına farklı bir yorum getirir. Bedene özel bir vurgu yapan Spinoza bedenin de birtakım bilgilere sahip olabileceğini gündeme getirir. Spinoza’ya göre ruh ve beden aynı tözün farklı görünümleridir. Ruhun bedeni bilmesini duygulanışların yarattığı fikirlere bağlar. Ruh bedenin duygulanışlarının fikirlerini algılamasıyla gerçekleşir. Duyguları bir tehdit unsuru olarak değerlendirmez. Aksine insan doğasının zorunluluğu olarak yorumlar. Özellikle “conatus” kavramına arzuya benzer anlamlar yükler. Bunu yaşamda kalma arzusu olarak yorumlar. Duygular conatusun gücünü arttıran, azaltan ve birtakım değişikliklere yol açan etkinliklerdir. Spinoza felsefesinde insan olmakla arzu duymak nedensel bir bağlamda ele alınır. Ona göre beden dış dünya ile kurduğu ilişkilerde duyguların harekete geçirici gücü ile hareket eder. Spinoza özellikle bedenin bildiği şeyleri vurgulayarak, kişiyi harekete geçirebilen bilinçdışı süreçlerin varlığına işaret eder. Hobbes ise mekanik işlevselci görüşü ile insanı dahi bir otomat olarak ele alır. Hareket kavramı felsefesinin kilit noktasında yer alır. Hobbes tüm görüşlerini neredeyse hareket kavramı ile ilişkilendirir. Duyguları da bununla ilişkili olarak ele alır. Buna göre kişi bir şeyden hoşlandığında o şeye yaklaşma hareketinde bulunurken ondan nefret ettiğinde ise uzaklaşma hareketinde bulunur. Duyguların

oluşumunu kanda gerçekleşen bir takım hareketlenmelerle açıklar. Hume ise bilginin doğasına ilişkin açıklamalarında duyum ve deneyime dikkat çeker. bunun yanı sıra Hume şimdiye kadar kabul gören erdem ve akıl uygunluğunu büyük bir yanılsama olarak değerlendirir. Erdemin temelinde aklın olmadığını düşünür. çünkü ahlaki öğretileri şekillendiren şey haz ve acılardır. Bu bakımdan eylemin temelinde de aklın değil haz ve acıların yer aldığını söyler. Hume dönemin akılcı tavrına karşı duyguları ahlaki ilkeler noktasında akla önceleyerek büyük bir ses getirir.

19. yüzyıl felsefesi pozitivist yaklaşımın ışığında şekillenir. Bilimsel ölçütler her şeye uygulanmaya çalışılır. insana dahi bu ölçütlerden hareketle sınırlar çizilir. Dönemin filozofları Schopenhauer ve Nietzsche akılcı tutumun insanı doğasından saptırdığını vurgular. İnsani doğayı bütünlüğünden koparıp, tek yanlı bir bakışa yaslanmak bir sapma meydana getirmiştir. Bu sapma ile birlikte insanın anlam duygusu zedenlemiştir. Schopenhauer ve Nietzsche insanın bu anlam duygusunu tekrar inşa edebilmek için duygulara ve bir takım güdülere işaret eder. Bu nedenle iki filozofta insanın içgüdü ve duygularına özel bir vurgu yapar. Schopenhauer'a göre her şeyin temelinde "istenc" yer alır. Yaşama iradesi olarak yorumladığı bu isteme kendini en güçlü biçimde insanda gösterir. Duyguların temelinde de bu isteme hali yer alır. Yaşama iradesi kişiyi bir takım isteklere yönlendirir. Bu istekler kişide geleceğe ilişkin beklentiye düşürür. İşte bu noktada duygular ortaya çıkar. Schopenhauer yaşama iradesinin her zaman bilinçli istemelerden oluşmadığını söyleyerek kişinin farkında olmadığı istemeleri için bilinçdışı süreçlere işaret eder. Nietzsche ise yaşadığı dönemi bir "çöküş" olarak nitelendirir. Yaşamı salt akılla kavramaya çalışmak, insanı bir kalıba sokmaya neden olmuş ve yozlaşma meydana getirmiştir. Güç istenci ile kişinin kendisini aşması gerektiği ve bu yozlaşma halinden kurtulması gerektiğini düşünür. çünkü insan keşfedilmesi gereken bir yapıdır. Bu noktada duygu ve içgüdüler özel bir anlam taşır. Yaşamın ana ilkesi olan güç istenci, kişiyi güdülerin farkına vardırıarak onu aşmasına yönlendirir. Nietzsche duyguların temeline güç istencini yerleştirir.

Varoluşçuluk felsefesi teorik yaklaşımlara karşı insan için varoluşun anlamını tekrar gündeme getirir. İnsanın belirlenmiş bir özden ziyade özgür edimleriyle kendi varoluşunu şekillendirildiği fikrini ortaya koyar. Varoluşun anlamını ortaya çıkaran unsurlardan biri de duygulardır. Bu nedenle Kierkegaard insanı ilkin bir tutku varlığı olarak ele alır. Ona göre yaşamın gerçekliği ruh hallerinde ortaya çıkar. Bu bakımdan varoluş düşünce, hayal gücü ve

duyguların onayından geçmek durumundadır. Kierkegaard felsefesinde “tutku” kavramı tüm duyguları içerir. Varoluşun her aşamasında tutkuların yer aldığını vurgular. Çünkü insanı bir eylem varlığı olarak ortaya çıkaran etken tutkularıdır. Sartre’da duygulara ilişkin özel bir konumlandırma yapar. Duyguların oluşumunu bilincin dünya ile girdiği ilişkiden hareketle meydana geldiğini söyler. Bilincin dünyayı anlamak üzere giriştiği yönelimsel faaliyet duyguları ortaya çıkarır. Duygular sayesinde kişi dünyayı belli bir tasarıda anlar. Bir anlamda duygular dünyayı anlamlandırmanın bir yoludur. Özne duyguları aracılığıyla nesnelere yaptığı yüklemelerle belli bir tasarı geliştirilir. Bu bakımdan Sartre duyguları anlamlı ve amaçlı yapılar olarak ele alır. Heidegger ise varlığın anlamını derin bir analize girer. Duyguları varoluşu açığa çıkaran yapılar olarak ele alır. “ruh durumu” olarak adlandırdığı duyguların varoluşa ilişkin bilgi sağlayıcı bir yan içerdiğini düşünür. Dasein her daim bir ruh hali içerisinde bu nedenle kendisini ruh durumlarından hareketle açığa çıkarır. Duyguları varoluşa ilişkin özel bir kaynak olarak nitelendirir. Varoluş felsefesi insana kaybettiği anlamı duyguları sayesinde tekrar ulaşabileceğini işaret eder.

Duygu araştırmaları psikolojinin bağımsız bir disiplin haline gelmesi ile felsefenin yaptığı içerik odaklı analizlerden süreç odaklı bir işleyişe evrilir. Özellikle duygu teorileri duygu bileşenleri üzerinden duygunun işleyişini gündeme getirir. Bunun yanı sıra psikoloji duygu çalışmalarına yeni başlangıç kazandırmaz. Sadece yöntem ve tekniğin getirdiği bilimsel araştırma metotlarıncı duyguyu ele alır. Felsefeden farklı bir yöntem kullanması duyguya ilişkin yeni fikirler ortaya çıkardığı anlamını taşımamalıdır. Çünkü felsefi düşüncede duyguya ilişkin birtakım belirmeler zaten yapılmıştır. Duygu teorisyenlerinin ortaya koyduğu görüşler bundan yüzyıllar önce filozoflar tarafından tartışılmış fikirlerdir. Bu bakımdan duygu araştırmalarını salt psikoloji çalışmalarından ibaret görmek yanlış bir tutumdur. Duygu teorilerinin felsefi izlerini ortaya koymak konuya ilişkin daha bütünsel bir kavrayışı sağlar.

19. yüzyılın pozitivist tavrı; duygu teorilerini duygunun anatomik durumunu saptamaya, bedensel süreçlerin duyguyu başlattığına, kalıtsal duyguların insan için yaşamda kalma mücadelesi verdiğine ve bilinçdışı süreçleri gündeme getirmiştir. Bu tavır esasen davranışı ortaya çıkaran etkenleri tespit etmeye yöneliktir. Bundan hareketle duygu ve davranış arasındaki ilişki çözümlenmeye çalışılmaktadır. Davranışı ortaya çıkaran süreci işleyen u tavır duygu teorilerini de bu yöne çevirir. Bu nedenle duygu bileşenleri arasında bir öncelik ve sonralık ilişkisi tesis edilmeye çalışılır. Fizyolojik duygu teorisi bu noktada duygunun

oluşum nedenini fizyolojik reaksiyonlara bağlar ve bedensel süreçlere indirger. James-Lange kuramı organizmada meydana gelen fiziksel uyarımların duyguya yol açtığını söyler. Buna göre fizyolojik değişiklikler sonrasında duygusal yaşantı meydana gelir. Duygular ikincil bir konumda yer alır. Çünkü fizyolojik değişimler olmadan bir duygunun meydana gelmesi söz konusu değildir. Duygusal yaşantının oluşum süreci bir dış uyarıcıya bağlıdır. Kuramın eksik yönlerini gidermeye çalışan Cannon yeni bir kuram ortaya koyar. Cannon ve Bard'ın geliştirdiği bu kuramda beynin işleyişi gündeme gelir. Buna göre beyin iki görevi aynı anda gerçekleştirir. Duygusal yaşantı ve fizyolojik değişimler aynı anda meydana gelir. Cannon ve Bard bu görüşleri ile fizyolojik değişimlerin duyguya göre önceliğini ortadan kaldırır. Duygu ile iç organlar, merkezi sinir sistemi ve duyguların algılanışı arasındaki bağlantılar ortaya konulur. Fizyolojik duygu teorisinin temel savı olan; duygunun başlatıcısı olarak fizyolojik değişimlerin gerekliliği fikri, Descartes'ın fizyolojik tabanlı duygu görüşleri ile oldukça benzer yönler içerir. Descartes duyguların organizmada birtakım bedensel etkiler yarattığını söyler. Ruhun duyguları algılayışı organizmada gerçekleşen fizyolojik değişimlere bağlanır. Her iki görüşte duyguyu bir çeşit algı olarak açıklar. Descartes'da duyguyu başlatan etkinin bedensel hareketlenmelerle ilişkili olduğunu düşünür ve bunun birtakım psikolojik belirtiler yarattığını söyler. Ayrıca Descartes James'ten çok önce temel duygu belirlemeleri yapar ve bunun dışında duyguların çeşitlemeleri olduğunu ortaya koyar. Benzer görüşler taşıyan bir başka filozofta Hobbes'tur. Hobbes nesnelerin duyuları etkilediğini bunlarında düşüncelere neden olduğunu söyler. Algıda meydana gelen hareketlilik duygularla ilişkilendirilir. Organizmada değişen fizyolojik reaksiyonlar duygulara neden olur. Duyguları mekanik bir sürece bağlayarak ele alan Hobbes ile fizyolojik duygu teorisi görüşleri arasında da oldukça benzerlikler vardır.

Evrimsel duygu teorisine göre duygular değişen çevre koşullarına uyum sağlamak üzere tasarlanmıştır. Duygular doğuştan getirilen, kalıtsal içgüdüsel durumlar içeren fizyolojik uyarılma tepkilerine dayanır. Bu bakımdan duygular organizmanın yaşamda kalma mücadelesi destekler nitelikte bir işleyişe sahiptir. Çünkü duygular o anki tehdit ve tehlikelere karşı organizmayı koruyucu tepkiler meydana getirir. Darwin evrim kuramına insanı da dahil eder. Evrime neden olan doğal seçim yasasına göre her canlı yaşamda kalma mücadelesi içinde çevreye uyum sağlamaya çalışır. İnsan için bu hayatta kalma mücadelesi duyguların evrimini de zorunlu kılar. Organizmanın uygun tepkiyi üretebilmesi

için duygusal yaşantının da buna uygun bir değişimi gerekli görülür. Evrimsel duygu teorisini kültürler arası yaptığı çalışmalarla geliştiren Ekman duygusal yüz ifadelerini inceler. Yaptığı incelemeler sonrasında yedi (Mutluluk, şaşırma, öfke, iğrenme, korku, üzüntü, aşağılama) temel duygunun evrensel olduğu savını kanıtlamaya çalışır. Evrimsel duygu teorisinin temel savı lan temel duygu belirlemeleri fikri Descartes tarafından ortaya konulmuş bir fikirdir. Descartes temelde altı duygu olduğunu ve diğer duyguların bunların karışımından meydana geldiğini söyler. Ayrıca evrimsel duygu teorisinin bir diğer temel savı olan; duyguların çevreye uyum sağlama sürecinde yaşamda kalma mücadelesine hizmet ettiği fikrine benzer bir fikir ortaya koyar. Buna göre Descartes bir duygunun nesnesinin potansiyel zararını algıladığını buna uygun tepki verdiğini söyler. Bu anlamda iki görüşünde güçlü benzerlikler taşıdığı görülür. temel duygu belirlemeleri yapan başka filozoflarda olmuştur. Hobbes (iştah, arzu, aşk, tiksinti, nefret, neşe, keder) yedi duyguyu temele alır. Spinoza ise üç (arzu, acı, hoşlanı) ilkel temel duygu olduğunu düşünür. Evrimsel duygu teorisinin yaşamda kalma savı bir güç mücadelesi olarak yorumlanır. Bu yoruma oldukça benzeyen bir görüş Nietzsche tarafından ortaya atılır. Nietzsche'nin gücü isteme düşüncesi bu teorinin öne sürdüğü güç mücadelesi ile benzer bir fikir birliği içindedir.

Bilişsel teoriye göre ise duyguların oluşumu zihinsel süreçleri içinde barındırır. Schacter ve Singer zihinsel faktörler ve fizyolojik uyarılmaların etkileşiminin bir fonksiyonu olarak duyguların ortaya çıktığını söyler. Uyarılmalara karşı gösterilen tepkileri zihin yorumlamakta ve bedendeki fiziksel uyarılmayı hangi tür duyguyu ortaya çıkaracağını belirlemektedir. Zihnin işlevsel yapısına dikkat çeken bilişsel teori insanı aktif bir varlık olarak ele alır. Çünkü insan etrafında olanları anlayan, algılayan ve anlamlandıran aktif bir varlıktır. Bilişsel duygu teorisi duygunun oluşumunda bilişsel yetilerin önemini araştırır ve söz konusu duygu durumlarının da bilişsel değerlendirmeleri ortaya çıkardığını düşünür. Bilişsel duygu teorisinin felsefi temellendirmesi ise farklı filozofların görüşleri ile ilişkilendirilebilir. İlk çağ filozoflarından Aristoteles duyguların sadece bedensel yapıya ait olduğunu ruhla ilişkili olduğunu söyler. Aristoteles, duyguların zihin ve eylemleri etkilediğini düşünür. Etiği de duygu ilişkisi dahilinde ele alır ve duyguların ahlaki yargıları etkilediğini söyler. Bazı görüşler Platon'un da duyguları özellik ruhun kısımları konusunda ele almasını bilişsel alanla olan yakınlığın göstergesi olarak yorumlar. Stoa felsefesi ise duyguları bilişsel teori ile benzer biçimde, duygu-düşünce etkileşimini gündeme getirir.

Buna göre duygular, düşünceleri etkiler ve bazı yanlış yargılar ortaya çıkarabilir. Kişiyi herhangi bir durumda zarara uğratan şey ise kişinin o duruma ilişkin edindiği fikirlerdir. Bu fikirlerin oluşumunda ise duygular etkin bir unsur olarak belirir. Yani duygu ve düşünce arasında karşılıklı birbirini etkileyen bir bağlantı olduğu görülür. Stoacılar duygu ve düşünce arasındaki bu bağlantıyı fark etmiş ve sağlıklı düşüncelerin akılcı düşüncelerle dönüştürülebileceğini düşünürler. Ayrıca akılcı duygusal davranışçı terapi ve varoluşçu terapinin felsefi öğretilerden etkilendiği açıktır. Varoluşçu terapi, varoluşçu filozofların görüşlerine, akılcı duygusal davranış terapisi ise özellikle Stoacı görüşten güçlü etkilenmeler taşır. Spinoza'da duyguları insani doğanın bir zorunluluğu olarak değerlendirir ve sadece dışsal nedenlere bağlamanın yanlış olduğunu düşünür. Duyguyu anlık ile ilişkisinde ele alır ve duyguyu organizmanın etkinliğini azaltan, arttıran bir güç olarak yormalar.

Psikanalitik duygu teorisi ortaya koyduğu öznellik vurgusu ile bilinçdışı süreçlerin güçlü etkisini gündeme getirir. Bu teorinin temel fikri bilinçdışı süreçlerin davranışı yönlendirdiği üzerine kurulur. Bu yönlendirme noktasında duyguların da etkisi vardır. Freud ruhsal süreçlerin gelişiminde temele haz duygusunu alır. Ona göre haz duyma ya da duymama zihinde sınırsız bir bölge ile ilişkili olarak duyguların yoğunluğunu belirler. Psikanalitik duygu teorisi ise felsefi zeminini Spinoza, Nietzsche, Schopenhauer ve Kierkegaard gibi filozoflarla şekillendirir. Bu filozoflar felsefelerinde insan eylemlerinin yönlendiricisi olarak bilinç dışı süreçlere dikkat çeker. Schopenhauer ve Nietzsche insanı harekete geçiren dinamiklerin salt akılla sınırlı olamayacağını birtakım güdülerin etkin olduğunu düşünür. Freud görüşleri ve kavramlarıyla benzerlik taşıyan filozof Spinoza'dır. Spinoza bedenin bütünüyle zihnin kontrolüne verilebileceği fikrine karşıdır. Çünkü kişinin tüm arzularını kontrol edebileceğini düşünmez. Buna karşı bazı kuvvetlerin güçlü yönlendirmeleri olabileceğini de farkındadır. Freud ve Spinoza hem görüş itibarıyla hem de yapılan kavramlandırmalar bakımından benzerlik taşır.

Konuyu felsefe-psikoloji uzantısı ile ele almak disiplinler arası çalışmalara katkı sağlar. Duygu gibi felsefe ve psikoloji ortaklığında yer alan konuların bütünsel olarak değerlendirilmesine ihtiyaç vardır. Çünkü bu bütünsel bakış yeni perspektifler yaratabilir niteliktedir. Bu nedenle alana katkı sağlayacak çalışmaların çokluğuna ihtiyaç duyulduğu saptanmıştır.

KAYNAKLAR

- Açıkgöz, H. M. (2000). 18. yüzyıl iskoç felsefe geleneğinde iki filozof portresi ve düşündürdükleri. *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (2), 1-24.
- Akarsu, B. (1979). *Çağdaş felsefe*. İstanbul: Milli Eğitim.
- Aktaş, A. (2018). Spinoza'nın duygu teorisine eleştirel bir yaklaşım: duygular, inançlar ve insanın özgürlüğü. *Beytulhikme: An International Journal of Philosophy*, 8(1), 251-272.
- Aktaş, H. (2004). *İnsanda duygusal yaşantı*. İstanbul: Palme.
- Aristoteles. (1995). *Retorik* (M. H. Doğan, Çev.). İstanbul: Yapı Kredi.
- Aristoteles. (2019). *Ruh üzerine* (Ö. Agün & Y. Sev, Çev.). İstanbul: Pinhan.
- Aristoteles. (2020). *Nikomakhos'a etik* (F. Akderin, Çev.). İstanbul: Say.
- Atayman, V. (2004). *Varolmanın acısı: Schopenhauer Felsefesine Giriş*. İstanbul: Don Kişot.
- Atkinson, R. L., Smith, E. E., Nolen-Hoeksema, S., Fredrickson, B., Bem, D. J., & Maren, S. (2008). *Psikolojiye giriş* (Y. Alagana, Çev.). İstanbul: Arkadaş.
- Aurelius, M. (2020). *Kendime düşünceler* (E. Ceren, Çev.). İstanbul: İş Bankası Kültür.
- Arkonaç, S. A. (2003). *Psikoloji: zihin süreçleri bilimi*. İstanbul: Alfa.
- Aydoğan, A. (2009). *Schopenhauer*. İstanbul: Say.
- Bahşi, K. Ş. & Gökalp, N. (2019). Henri Bergson düşüncesinde duygu. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(5), 331-345.
- Bakırcı, Ç. M. (2014). *Evrin kuramı ve mekanizmaları*. İstanbul: Evrensel.

- Baker, U. (2015). *Sanat ve arzu*. İstanbul: İletişim.
- Baker, U. (2018). *Kanaatlerden imajlara; duygular sosyolojine doğru*. İstanbul: İletişim.
- Balanuye, Ç. (2019). *Spinoza: Bir hakikat ifadesi*. İstanbul: Say.
- Baran, Z. (2011). *Genç sağlıklı yaşlı ve alzheimer tipi demanslı grupların duygusal bellek performansları açısından karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Barnes, J. (2013). *Temel biyolojik psikoloji* (A. Altındağ, Çev.). Ankara: Nobel.
- Barrett, L.F. (2019). *Beynimizin parmak izleri* (Y. Konyalı, Çev.). İstanbul: Timaş.
- Başbüyük, G.Ö., & Başbüyük, H.H. (2018). Duyguların kökeni; evrimsel biyoloji perspektifi. Cihirlioğlu, F.G.(Ed). *Duygu psikolojisi* içinden (s. 61-83). Ankara: Nobel.
- Bayoğlu, E. (2012). *Platon ve Aristoteles'in devlet anlayışlarının karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Bayraktar, L.(2003). *Bergson'da ruh- beden ilişkisi*. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Bergson, H.(2020). *Ruh teorileri* (B. Altıntaş, Çev.). İstanbul: Pinhan.
- Billington, R.(2011). *Felsefeyi yaşamak* (A. Yılmaz, Çev.). İstanbul: Ayrıntı.
- Blackham, H.J. (2005). *Altı varoluşçu düşünür* (E. Uşaklı, Çev.). Ankara: Dost.
- Budak, B.(2010). *Descartes ve öncesinde özne ve öznellik kavramları üzerine bir inceleme*. Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Bumin, T.(2010). *Tartışılan modernlik: descartes ve spinoza*. İstanbul: Yapı Kredi.
- Can, Ö. (2009). *Üniversite öğrencilerinin akılcı olmayan inançları ve karar verme stillerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Caruso, D.R. & Salovey, P.(2011). *Duygusal zeka yöneticisi* (S. Kaymak, Çev.). İstanbul: Crea.
- Cauly. (2006). *Kierkegaard* (Ergüden, Çev.). Ankara: Dost.
- Cevizci, A. (2014). *Etik-ahlak felsefesi*. İstanbul: Say.

- Cevizci, A.(2017). *Aydınlanma felsefesi*. İstanbul: Say.
- Cevizci, A.(2020). *Felsefe tarihi*. İstanbul: Say.
- Ceylan, T.(2018). Platon ontolojisinde metafizik ikicilik ve bunu hazırlayan felsefi ortam. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 22(3), 1509-1527.
- Chodorow, N.J.(2019). *Duyguların gücü* (J.Ö. Dirlikyapan, Çev.). Ankara: Metis.
- Cicero. (2020). *Dostluk üzerine* (C.Çevik, Çev.). İstanbul: İş Bankası Kültür.
- Cihan, M.(2004). Spinoza'nın insana bakışı. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14(2), 177-190.
- Cirhinlioğlu, F.G. (2018). Duygu psikolojisi. Cirhinlioğlu, F.G. (Ed). *Duygu psikolojisi* içinden (s. 1-27). Ankara: Nobel.
- Cirhinlioğlu, Z. (2018). Duygulara sosyoloji ile bakmak. Cirhinlioğlu, F.G. (Ed). *Duygu psikolojisi* içinden (s. 83-103). Ankara: Nobel.
- Cooper, R. K. & Sawaf, A.(2003). *Liderlikte duygusal zeka*. (Z.B. Ayman & B. Sancar, Çev.). İstanbul: Sistem.
- Coppin, G., & Sander, D. (2013). Contemporary theories and concepts in the psychology of emotions. *Emotion-Oriented Systems*, 1-31.
- Crıstianı, R & Rosenwein, B.H. (2019). *Duygular tarihi nedir* (K. Özdil, Çev). İstanbul:İslık.
- Cüceloğlu, D. (2006). *İnsan ve davranışı*. İstanbul: Remzi.
- Cüceloğlu, D. (2021). *Var mısın?*.İstanbul: Kültür Bakanlığı.
- Çakar,U. & Arbak,Y. (2004).Modern yaklaşımlar ışığında değişen duygu-zekâ ilişkisi ve duygusal zekâ. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6 (3), 23-48.
- Çeçen, R.(2002). Duygular insan yaşamında neden vazgeçilmez ve önemlidir?. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(9),164-170.
- Çoruk, A. (2012). *yönetim süreçleri açısından yöneticilerin duygu yönetimi davranışları*. Doktora Tezi, On Sekiz Mart Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Çanakkale..
- Çüçen, A. K. (2003). *Heidegger'de varlık ve zaman*. Bursa: Asa.

- Dağ, A.(2017). ahlakın sekülerleşmesinde david hume etkisi. *Kutadgubilig Felsefe-Bilim Araştırmaları Dergisi*, 36, 221-236.
- Damasio, A.R.(2006). *Descartes 'ın yanılgısı* (B. Atlamaz, Çev.). İstanbul: Varlık.
- Davidson, J. & Begley, S. (2018). *Beyninizin duygusal hayatı*. (B.Satılmış, Çev.). Ankara:Pegasus.
- Deleuze, G.(2000).*Spinoza üstüne on bir ders* (B. Ulus, Çev.). Ankara: Öteki.
- Demir, S. (2008). *Duyguların ve heyecanların ontolojik temelleri*. Yüksek Lisans Tezi, Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kocaeli.
- Descartes, R. (2011). *Ruhun ihtirasları* (Ö. Mahmut, Çev.). İstanbul: Kum saati.
- Descartes, R.(1992). *Ahlak üzerine mektuplar* (M. Karasan,Çev.).İstanbul: Milli Eğitim.
- Descartes, R.(2007). *Felsefenin ilkeleri* (M. Akın, Çev.).İstanbul: Say.
- Descartes, R.(2017). *Duygular ya da ruh halleri* (Ç. Dürüşken, Çev.).İstanbul: Alfa.
- Dilci, T.(2015). *Duyguların yönetimi*. Kayseri: Geçit.
- Doğan, S. & Şahin, F. (2007). Duygusal zekâ: tarihsel gelişimi ve örgütler için önemine kavramsal bir bakış. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 16(1), 231-252.
- Durant, W.(2014). *Felsefenin öyküsü* (E. Gürol, Çev.). İstanbul: İz.
- Düzen, N. E.(2006). *Duygu durumlarda yönelmişliğin ikili yapısı: bilinç oluşumunda bilişsel işlemler ve duygusal izlenimler etkileşimi*. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Düzgüner, S. (2013). Ruh-beden ve insan-aşkın varlık ilişkisine yönelik psikolojik yaklaşımın tarihi serüveni. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 45(45), 253-284.
- Edwards, D.C. (1999). *Motivation & emotion*. California: Sage Publications.
- Ekman, P. (2017). *Yalan söylediğimi nasıl anladın*. (E.İ. Akter, Çev.).İstanbul: Okyanus.
- Epiktetos. (1989). *Düşünceler*. (B.Toprak, Çev.). İstanbul: Milli Eğitim.
- Erkuş, A. (2013). *Bilimsel araştırma süreci*. Ankara. Seçkin.

- Er, N. (2006). Duygu durum sıfat çiftleri listesi. *Psikoloji Çalışmaları*, 26, 21-44.
- Feslioğlu, E. D. (2019). *Schopenhauer'da isteme meselesi ve insan*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Foulquie, P.(1976). *Varoluşçu felsefe* (Y. Şahan, Çev.). İstanbul: Gelişim.
- Freud, S. (2014). *Haz ilkesinin ötesinde* (M. Ökten, Çev.).Ankara: Tutku.
- Geçtan E. (2019). *İnsan olmak*. İstanbul: Metis.
- Geçtan, E. (2019). *Varoluş ve psikiyatri*. İstanbul: Metis.
- Gerrig, R. J., & Zimbardo, P. G. (2014). *Psikolojiye giriş: psikoloji ve yaşam* (G. Sart, Çev.).Ankara: Nobel.
- Goleman, D. (2006). *Duygusal zekâ*. İstanbul: Varlık.
- Goleman, D. (2006). *Hayati yalanlar basit gerçekler* (B. Yanık, Çev.). İstanbul: Arion.
- Goodchild, P.(2005). *Deleuze & Guattari arzu politikasına giriş* (R. Öğdül, Çev.). İstanbul: Ayrıntı.
- Göçet, E. (2006). *üniversite öğrencilerinin duygusal zeka düzeyleri ile stresle başa çıkma tutumları arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Gödelek, K. (2008). Kierkegaard'ın insan görüşü. *Journal of International Social Research*, 1(5).357-371.
- Gökalp, N. (2004). Descartes ve Spinoza düşüncesinde gerçek iyi kavramı. *Felsefe dünyası*, 2(40), 18-39.
- Gökalp, N. (2010). *Duygu ve etik*. Ankara: Ebabil.
- Gökalp, N. (2014). *İnsan felsefesi*. Ankara: Nobel.
- Gökalp, N. (2018). *Psikoloji felsefesi*. Ankara: Nobel.
- Gökalp, N. (2019). *Duygu felsefesi*.Ankara: Atlas.
- Gökkaya, F. (2018).Duyguları fark etme ve ifade etme. Cirhinlioğlu, F.G.(Ed). *Duygu psikolojisi* içinden (s.27-43). Ankara: Nobel.
- Greenberg, L. S. (2018). *Duygu odaklı terapi* (B.S. Çelik, Çev.). İstanbul: Nobel

- Güleç, C. (2018). *Psikofelsefe*. Ankara: Pusula.
- Güllüce, A. Ç. (2010). *Duygusal zekanın işyerindeki psikolojik taciz algısındaki rolünün bireyin tolerans düzeyi açısından incelenmesi*. Doktora Tezi, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Hadot, P. (2012). *Ruhani alıştırmalar ve antik felsefe* (K. Gürkan, Çev.). İstanbul: Pinhan.
- Hannay, A. (2013). *Kierkegaard* (N. Nirven, Çev.). İstanbul: İş Bankası Kültür.
- Heidegger, M. (2004). *Varlık ve zaman* (A. Yardımlı, Çev.). İstanbul: İdea.
- Hobbes, T. (2007). *Leviathan* (S. Lim, Çev.). İstanbul: Yapı Kredi.
- Hume, D. (2009). *İnsan doğası üzerine bir inceleme* (E. Baylan, Çev.). Ankara: Bilgesu.
- Hume, D. (2018). *İnsanın anlama yetisi üzerine bir soruşturma* (M. Özgen, Çev.). İstanbul: Biblos.
- Hühnerfeld, P. (2010). *Heidegger bir filozof bir alman* (Ö.Doğan,Çev.) İstanbul: Gündoğan.
- Işık, A.Z. (2007). *Duygu-biliş etkileşim ölçeğinin genişletilmesi ve duygu bilişin üniversite öğrenimlerinde cinsiyet, yaş ve bölüm açısından incelenmesi*. Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- İşler, E.(2019). *Thomos Hobbes ve J.J. Rousseau'da insan doğası ve barışın olanağı*.Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Karabulut, D. & İltar, E. (2020). Stoa felsefesinde sağaltımın izleri: bir pratik yaşam felsefesi, *Mediterranean Journal Of Humanities*, 265-277.
- Kavcar, B.(2011). *Duygusal zeka ile akademik başarı ve bazı demografik değişkenlerin ilişkileri: bir devlet üniversitesi örneği*. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kılıçarslan, F.(2018). *On adımda duygusal zeka*. İstanbul: Ağaç.
- Kierkegaard, S. (2002). *Korku ve titreme* (İ.Kapaklıkaya, Çev.).İstanbul: Anka.
- Kierkegaard, S. (2005). *Günlüklerden ve makalelerden seçmeler* (İ.Kapaklıkaya, Çev.). İstanbul: Anka.

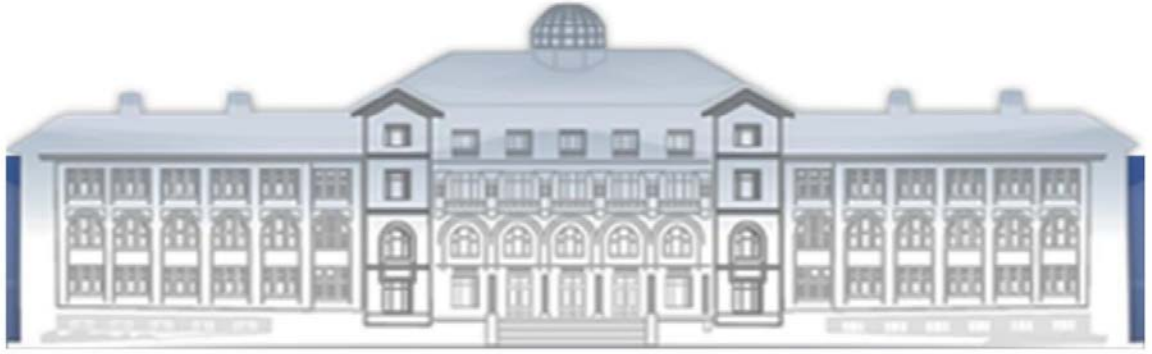
- Kierkegaard, S. (2013). *Etik-estetik dengesi kişiliğin gelişiminde* (İ.Kapaklıkaya, Çev.). İstanbul: Araf.
- Kierkegaard, S. (2013). *Felsefe parçaları ya da bir parça felsefe* (D. Şahiner, Çev.). İstanbul: İş Bankası Kültür.
- Kierkegaard, S. (2013). *Kahkaha benden yana* (N. Çatlı, Çev.). İstanbul: Ayrıntı.
- Kıral, B. (2020). Nitel bir veri analizi yöntemi olarak doküman analizi. *Siirt Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8(15), 170-189.
- Koç, E. (2018). Schopenhauer felsefesinde ölüm ve ölüm korkusu üzerine. *Dört Öge Dergisi*, 7(13), 21-41.
- Kuçuradi, İ. (2016). *Nietzsche ve insan*. İstanbul: TFK.
- Kuçuradi, İ. (2009). *Sanata felsefeyle bakmak*. İstanbul: TFK.
- Kurtuluş, A. (2018). *Hobbes'un insanı ele alma tarzına yönelik eleştirel bir bakış*. Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Kuşçu, E. S. (2010). *Pathos kavramının aristoteles'in felsefesindeki yeri*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Lupton, D. (2002). *Duygusal yaşantı: sosyo-kültürel bir inceleme* (M. Cemal, Çev.). İstanbul: Ayrıntı.
- MacIntyre, A. (2001). *Varoluşçuluk* (H. Hünler, Çev.). İstanbul: Paradigma.
- Merlevede, P.E., Vandamme, R. & Bridoux, D. (2003). *Yedi adımda duygusal zeka* (T. Kırca, Çev.). İstanbul: Say.
- Metin, A. (2019). Yüz ifadelerindeki duygular; derleme çalışması. *Uluslararası Toplum Araştırma Dergisi*, 10(17), 2030-2055.
- Moors, A. (2009). Theories of emotion causation: A review. *Cognition and Emotion*, 23(4), 625-662.
- Mulhall, S. (1998). *Heidegger ve varlık ve zaman* (K. Öktem, Çev.). İstanbul: Sarmal.
- Mussenbrock, A. (2013). *Felsefeyle terapi* (N. Ermiş, Çev.). İstanbul: Büyüldağ.

- Myriam, M., Montero, C. S., Sutinen, E. & Pajunen, J. (2014). Are they different? affect, feeling, emotion, sentiment and opinion detection in text. *Iee Transactions On Affective Computing*, 5, (2).
- Nahm, M. C. (1939). The philosophical implications of some theories of emotion. *Philosophy of Science*, 6(4), 458-486.
- Neu, J. (2012). *Gözyaşı entelektüel bir şeydir* (M. Çakan. & C. Çevik, Çev.). Ankara: Kabalcı.
- Nietzsche, F. (2014). *Böyle buyurdu zerdüşt* (F. Aydın, Çev.). İstanbul: Sis.
- Nietzsche, F.(2010). *Ahlakın soykütüğü üzerine* (A. İnam, Çev.). İstanbul: Gündoğan.
- Nietzsche, F.(2014). *Putların alacakaranlığında* (F. Gürbüz, Çev.). İstanbul: Sis.
- Nietzsche, F.(2019). *Ecco home* (D. Öztürk, Çev.). Ankara: Tutku.
- Özcan, M. (2016). *İnsan felsefesi*. Ankara: Bilgesu.
- Özcangiller, İ.B. (2009). *seneca'nın deira adlı eserinde öfke ve akıl*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Özdemir, M. (2015). *Eğitim fakültesi öğrencilerinin duygusal zekaları ile doyumlarının incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Özer, A. U. (2016). Sosyal bilimlerde duygulanımsal dönüşün felsefi arka planından bakarak duygulanımı anlamak. *Ethos Dergisi*, 9(1), 28,46.
- Platon. (2001). *Timaios* (L. Güney, Çev.). İstanbul: Sosyal.
- Platon. (2010). *Devlet* (S. Eyüboğlu, S. & M.A. Cimcoz, Çev.). İstanbul: Türkiye İş Bankası.
- Platon. (2011). *Phaidon* (A. Cevizci, Çev.). İstanbul: Gündoğan.
- Platon. (2019). *Philebos* (F. Akderin, Çev.). İstanbul: Say.
- Plotnik, R. (2009). *Psikolojiye giriş* (T. Geniş, Çev.). İstanbul: Kaknüs.
- Plutchik, R. (1991). *The emotions*. University Press of America.
- Punch, K. F. (2005). *Sosyal araştırmalara giriş* (Z. Etöz, Çev.). Ankara. Siyasal.

- Pöggeler, A.(2010). *Heidegger üzerine iki yazı* (D. Özlem, Çev.). İstanbul: Gündoğan.
- Robinson, D.R. (2020). *Psikolojinin felsefi temelleri* (D. Uludağ, Çev.). Ankara: Doğu Batı.
- Ross, D. (2011). *Aristoteles* (A. Arslan, Çev.). İstanbul: Kabalcı.
- Scarantino, A. (2005). *Explicating emotions*. Doctoral dissertation, University of Pittsburgh.
- Sartre, J. P. (1985). *Varoluşçuluk* (A. Bezirci, Çev.). İstanbul: Say.
- Sartre, J. P. (2010). *Varlık ve hiçlik* (G.Ç. Eksen, Çev.). İstanbul: İthaki.
- Sartre, J. P. (2016). *Bulantı* (S. Hialv, Çev.).istanbul: Can.
- Sartre, J. P. (2019). *Heyecanlar üzerine bir kuram taslağı* (K. Sarıalioğlu, Çev.). istanbul: Kırmızı kedi.
- Safran, J. D. (2014). *Psikanaliz ve psikanalitik terapiler* (G. Akkaya, Çev.). İstanbul: Okuyan.
- Sayılı, A. (2010). *Bilim tarihi*. İstanbul: Gündoğan..
- Schopenhaer, A. (2014). *İnsan doğası Üzerine* (E. Yıldırım, Çev.). İstanbul: Oda.
- Schopenhauer, A. (2007). *Merhamet* (Z. Kocatürk Çev.). İstanbul: Dergah.
- Schopenhauer, A. (2010). *Hayatın anlamı* (A. Aydoğan, Çev.). İstanbul: Say.
- Schopenhauer, A. (2013). *İsteme ve tasarım olarak dünya* (L. Özşar, Çev.). İstanbul: Biblos.
- Schopenhauer, A. (2014). *Aşk ve cinnet* (K. Kardeşler, Çev.).Ankara: Yason.
- Seneca. (2019). *Ruh dinginliği üzerine* (B. Demiriş, Çev.). Ankara: Doğu Batı.
- Shields, S. A., & Matthew, J. (2011). *History of Emotion Theory*.
- Skırbekk, G. & Gilje, N. (2017). *Antik yunan'dan modern döneme felsefe tarihi* (E. Akbaş & Ş. Mutlu, Çev.). Ankara: Kesit.
- Solomon, R. (2016). *Duygulara sadakat* (F. Çoban, Çev.). İstanbul: Nika.
- Solomon, R. C. (1995). Some notes on emotion," east and west". *Philosophy East and West*, 45(2), 171-202.

- Solomon, R. C. (2002). Back to basics: on the very idea of" basic emotions.". *Journal for the theory of social behaviour*.32(2).
- Spinoza, B. (2011). *Etika* (H. Z. Ülken, Çev.). Ankara: Dost.
- Stevenson, L. (2005). *Yedi insan doğası kuramı* (N. Arat, Çev.). İstanbul: Say.
- Sunat, H. (2008). *Spinoza ve psikanaliz ve hayat*. İstanbul: Yirmi dört.
- Şahin, H. (2005). Öfke ve öfke denetiminin kuramsal temelleri. *Süleyman Demirel Üniversitesi Burdur Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(10), 1-22.
- Tarhan, N. (2010). *Duyguların dili*. İstanbul: Timaş.
- Tarhan, N. (2019). *Duyguların psikolojisi ve duygusal zeka*. İstanbul: Timaş.
- Taşdelen, V. (2010). Kierkegaard psikolojisi: tutku. *Başka Psikiyatri Dergisi*, 4, 133-145.
- Taşdelen, V. (2011). Varoluş felsefelerinde varoluşun özden önceliği sorunu. *Beytülhikme An International Journal of Philosophy*, 1(1), 26-54.
- Thilly, F.(2000). *Felsefenin öyküsü* (İ. Şener, Çev.). İstanbul: İzdüşüm.
- Torun, T. (2015). Duyguların evrimi. *Süleyman Demirel Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (35), 79-91.
- Tuğrul, C. (1999). Duygusal zeka. *Klinik Psikiyatri Dergisi*.1,12-20.
- Tura, S. M. (2005). *Günümüzde psikoterapi*. İstanbul: Metis.
- Uslu, A. (2020).Duygu, his ve duygulanım ayırımına etkileşimci çözüm. *Feminist Tahayyül Akademik Araştırmalar Dergisi*, 1(2), 144,184.
- Ünaldı, N. (2013). *Descartes'ın etik anlayışı*. Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Vatan, S. (2014). *Duyguların, duygu düzenlemenin, obsesif inançların, düşünce kontrolünün ve bağlanmanın, obsesif kompulsif bozukluktaki Farklı Belirtilerdeki Rollerinin İncelenmesi*. Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yaman, Y. A. (2016). Kierkegaard varoluşçuluğunun kaynakları, *Özne*, 25, 9-33.

- Yaşarsoy, E. (2006). *Duygusal zeka gelişim programının, eğitilebilir zihinsel engelli öğrencilerin davranış problemleri üzerindeki etkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Yavuz, F.(2009).*Duygusal şemalar ve leayh duygusal şema ölçeğinin tükçe uyarlaması*. Uzmanlık Tezi, Ankara.
- Yazıcı, A. & Yazıcı, S. (2019). Stoacı duygu kuramının ontolojik ve epistemolojik temelleri, *Düşünme Dergisi*, 14,7-17.
- Yazıcı, A. (2006). William james'in descartes'in duygu kuramını eleştirisi. *Felsefe Dünyası*, (44), 146-158.
- Yazıcı, A. (2011). Sartre'in fenomenolojik duygu kuramı. *Akademik Araştırmalar Dergisi*, (49), 161-174.
- Yıldır, B. (2019). *Kierkegaard'da benlik üzerine bir inceleme*. Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Denizli.
- Yıldırım, A. & Şimşek, H. (2006). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin.
- Yıldırım, A. & Şimşek, H. (2011). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin.
- Yıldırım, A. (1999). Nitel araştırma yöntemlerinin temel özellikleri ve eğitim araştırmalarındaki yeri ve önemi. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 23(112).
- Yıldız, E.(2007).İnsan duygularına yeni bir yaklaşım: duygu sosyolojisi. *Yeni Düşünceler Dergisi*, 2, 129-146.
- Yılmaz, M. (2002). *Duygusal zeka düşünme becerileri eğitimin annelerin duygusal zeka düzeylerine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, On Dokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.



GAZİLİ OLMAK AYRICALIKTIR...