

İrade(sizlik) Bulaşıcıdır!

Gizem Karlılar

Okurabiye yemediniz diye kendinizi tebrik etmeden ya da yediniz diye kendinize kızmadan önce çevrenize bakın. Georgia Üniversitesi'nde yapılan yeni bir çalışma iradenin -ya da iradesizliğin- bulaşıcı olduğunu gösteriyor.

Daha çok yeni yayımlanan, yüzlerce gönüllüyü kapsayan bir çalışmada araştırmacılar iradeli birini izlemenin hatta onu düşünmenin bile diğerlerinin irade göstermesini daha olası kıldığını buldu. Araştırmacılar bunun tersinin de doğru olduğunu gözlemledi, yani iradesiz kişiler diğerlerini de olumsuz yönde etkiliyor. Bu etki o kadar güçlü ki, iradeli veya iradesiz bir kişinin ismini ekranda sadece 10 milisaniye kadar izlemek bile gönüllülerin davranışlarını değiştirmiş.

"Bu çalışmadan çıkarılacak sonuç, olumlu sosyal etkileri seçmenin iradeyi geliştirmeye yardımcı olabileceği" diyor, Georgia Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nde konuk doçent ve makalenin baş yazarı Michelle vanDellen. "İrade göstererek çevrenizdeki diğer kişilerin de aynısını yapmasına yardım ediyorsunuz."

İnsanlar çevrelerindeki insanların davranışlarını taklit etmeye eğilimli; sigara ve ilaç kullanımı, obezite gibi özellikler de toplumsal ağlar aracılığıyla yayılma eğiliminde. Ancak vanDellen'in çalışmasının iradenin davranışlar aracılığıyla bulaştığını gösteren ilk çalışma olduğu düşünülüyor. Yani, örneğin düzenli olarak spor yaparak irade gösteren bir kişiyi düşünmek mali ve mesleki hedeflerinize veya sizin açınızdan irade gerektiren herhangi bir şeye bağlı kalmanızı daha olası hale getiriyor.

VanDellen'in bulguları, yayımlanan çalışmanın ortak yazarı, Duke Üniversitesi'nden Rick Hoyle'la birlikte iki yıl boyunca yürüttükleri beş ayrı çalışmanın sonuçlarından oluşuyor.

İlk çalışmada araştırmacılar rastgele 36 gönüllüden ya iradeli ya da iradesiz bir arkadaşlarını düşünmelerini istedi. İradeli arkadaşlarını düşünenler, kendi kendini kontrol becerisinin ölçüldüğü deneylerde sıkça kullanılan, bir şeyi

sıkıca kavrama görevini daha uzun bir süre sürdürdü, ancak iradesiz bir arkadaşlarını düşünmeleri istenen deneklerde durum bunun tam tersiydi.

İkinci çalışmada 71 gönüllüden kimisi biraz ötede duran bir tabaktan kurabiye almak yerine önlerinde duran bir tabaktan havuç olarak iradelerini kontrol edenleri, kimi gönüllüler de havuç yerine kurabiye yiyenleri izledi. Gönüllülerin bu kişilerle onları izlemekten başka hiç bir etkileşimi yoktu, ama daha sonra yapılan bir irade kontrolü deneyindeki performansları, kimi izlemelerinin istendiğine bağlı olarak farklılaştı.

Üçüncü çalışmada 42 gönüllüden iradeli ve iradesiz arkadaşlarının birer listesini yapmaları istendi. Daha sonraki bir aşamada, denekler bilgisayarda iradelerini ölçmek için hazırlanmış bir testi yaparken, bilgisayar ekranında o isimler yalnızca 10 milisaniye süreyle gösterildi; bu süre isimlerin okunamayacağı kadar kısa ama isimleri akla getirmeye yetecek bir süreydi. Ekranda iradeli arkadaşlarının isimleri gösterilenler teste daha başarılı olurken, iradesiz arkadaşlarının isimleri gösterilenler daha başarısız oldu.

Dördüncü çalışmada vanDellen rastgele 112 kişiden iradeli, iradesiz ve -kontrol grubu olarak da- kısmen dışa dönük karakterli arkadaşları hakkında kısa yazılar yazmalarını istemiş. Daha sonra yapılan bir irade kontrolü testinde iradeli arkadaşları

hakkında yazanlar en iyi sonucu alırken, iradesiz arkadaşları hakkında yazanlar en kötü sonucu almış. Dışa dönük karakterli arkadaşları hakkında yazan kontrol grubu ise bu iki grup arasında bir sonuç almış.

117 gönüllüyü içeren beşinci çalışmada araştırmacılar, iradeli arkadaşları hakkında yazmaları istenen kişilerin, iradeyle ilişkili örneğin "başarı", "disiplin" ve "çaba" gibi sözcükleri seçmekte diğer gruplardaki deneklerden daha hızlı olduğunu buldu. VanDellen iradeli ya da iradesiz insanlara maruz kalmanın, kendi kendini kontrol etmekle ilgili düşüncelere ulaşılabilirliğini etkilediğini, bu bulgunun da iradenin bulaşıcı olduğunu düşündürdüğünü söylüyor.

VanDellen "etkinin büyüklüğünün bir partide fazladan kurabiye yemek ya da yememek, yorucu bir iş gününün ardından spor salonuna gitmek ya da gitmemek arasındaki fark kadar anlamlı olabileceğini" söylüyor. "Bu etki insanları kendi eylemlerinin sorumluluğundan kurtaracak kadar da güçlü değil, ancak baştan çıkmaya karşı ya da o yönde bir dürtme gibi görev yapıyor. Kendi başarısızlıklarımız için başkalarını suçlamanın mazereti olamaz tabii. Evet, bir şey beni dürtüyor ama yanımdaki arkadaşım da eline bir kurabiye alıp bana zorla yedirmiyor; son karar bana ait."

http://www.eurekalert.org/pub_releases/2010-01/uog-sic011310.php

