

Yaşlandıkça Zaman Neden Daha Hızlı Geçer?

Bir saatin zamanı ölçmesi ile insan beyninin zamanın nasıl geçtiğini anlaması birbirinden oldukça farklı biçimde çalışır. Bu nedenle zaman algısını laboratuvar ortamında test etmek güçtür. İnsanların yaşlandıkça öznel zaman algılarında zamanın giderek daha hızlı geçtiğini hissetmeleri psikologlar tarafından belgelenmiş olsa da bunun nedeni konusunda henüz bir fikir birliğine varılmış değil.

Bir hipoteze göre zaman algımız, belleğimizden ve ne kadar yeni deneyim yaşadığımızdan etkilenir. Örneğin, erken yaşlardaki ilk basketbol maçını yapma ya da okuma yazma öğrenmenin verdiği heyecan gibi yeni deneyimler beyinde çok sayıda kalıcı veri kaydedilmesini tetikler. Yani bu yaşlarda geriye dönüp bakıldığında hatırlanacak çok olay vardır. Günlerini, haftalarını, aylarını benzer biçimde yaşayan yaşlı bir kişinin beyinde ise daha az veri kaydedilir; yani hatırlanacak daha az anı bulunur. Bu da yaşlılıkta beyin benzer veriler içeren zaman dilimlerini bir araya toplamasıyla ve zamanın hızla geçip gitmiş gibi hissedilmesiyle sonuçlanır.

Diğer bir hipotez, yaşlandıkça zamanın hızla geçmesi ile vücut kimyasının değişmesi arasında bir bağlantı kuruyor. Yaş ilerledikçe insan beyni motivasyon ve ödül gibi durumlarla ilişkilendirilen bir nörotransmitter olan dopamini daha az üretir. Farelerle yapılan deneyler, dopamin miktarının zaman algısını da etkileyebileceğini gösteriyor. Bir deneyde dopamin üreten hücreleri baskılanan farelerin duydukları iki ses arasındaki süreyi daha hızlı akmış gibi algıladıkları tespit edildi. Düşük dopamin düzeyine sahip Parkinson hastalarıyla yürütülen çalışmalar, bu nörotransmitterin insanlarda da benzer bir etkiye yol açabileceğini gösteriyor.



Beyindeki sinyal işleme fiziğine dayanan güncel ve daha kapsamlı bir yaklaşım ise yaşlandıkça zamanın hızlanmasını, görsel bilgiyi işleme hızımızın yavaşlamasıyla ilişkilendiriyor. Bu yaklaşıma göre, yaşlandıkça beyindeki nöron ağlarının boyutu ve karmaşıklığı artıyor, dolayısıyla elektrik sinyallerinin daha uzun mesafeler katetmesi gerekiyor. Bu da sinyal işlemenin daha fazla zaman almasıyla sonuçlanıyor. Dahası, yaşlanan beyinde nöronlar arasında biriken ve elektrik sinyallerinin akışına direnç gösteren maddeler nedeniyle işlem hızı daha da yavaşlıyor. Görsel algı özelinde düşünüldüğünde, bu durum birim zamanda zihinde oluşturulabilen görüntü sayısının yaş ilerledikçe azaldığına işaret ediyor. Her yeni zihinsel görüntünün algılanması arasında daha fazla gerçek zaman geçmesi gerektiği için de zaman daha hızlı akıyormuş gibi hissediliyor.

Kaynaklar

Bejan, A. (2019). Why the Days Seem Shorter as We Get Older. *European Review*, 27(2), 187-194.

sciencefocus.com/science/why-does-time-speed-up-when-you-get-older

scientificamerican.com/article/why-does-time-seem-to-speed-up-with-age