

## MÜZİK EVRİMSEL UYUM MU?

"Müzik ruhun gıdasıdır" derler. Çünkü öylesine derinden işler ki duygu dünyamıza, sevincimiz de hızımız da müzikle katlanıp çoğalabilir. Hızlı ritimlerle coşkuya kapılıp, yavaş ritimlerle hıçkırıklara boğulabiliriz. Peki, en basit tanımıyla sesin hareket ve biçim kazanmış formu olarak betimlenen müziğe bu gücü veren kuvvet ne olabilir? İçinde büyüdüğümüz kültürel değerler mi, yoksa doğanın ta kendisi mi? İşte, bu soruyu irdeleyen bilim insanlarının uğradığı ilk durak hiç kuşkusuz evrim oluyor. Öne sürülen kuramların müziğin kültürel değerler çerçevesinde evrimsel bir değer taşıdığına işaret ediyor.

Her ne kadar evrim çoğu zaman fizyolojik işleyişler çerçevesinde değerlendirilse de, hayatta kalma savaşında en az biyolojik evrim kadar önemli bir başka süreç daha bulunuyor: "Sosyal evrim". Sosyal evrim tutumlarımız, psikolojik yatınlıklarımız, duygularımız ve düşünce şekillerimiz üzerinde hiç de yadsınamayacak etkiler yaratabiliyor. Dolayısıyla günlük hayat içerisinde birbirimizle kurduğumuz iletişim de tıpkı beden kimyamız gibi evrimle şekillenen uyumsal karakter

terler gösteriyor. Tüm bu süreçleri göz önünde bulundurduğumuzda müziğin evrimsel uyumdaki rolü ne olabilir?

Hiç kuşkusuz müziği yemek yeme, su içme gibi birebir hayatta kalımla bağdaştırmamız pek mümkün değil. Ancak davranışlarımızın belirlenmesinde büyük rol üstlenen "haz" duygusu ve beynin ödül merkezleri pekâlâ müzikle ilişkilendirebiliriz. Öyle ki, her yıl büyük miktarlarda bütçe ve zaman, insanların duygu dünyalarına derinlemesine işleyen müziksel faaliyetlere harcanmaya devam ediyor. Çünkü "haz" duyduğumuz uyaranlar bizlerde alışkanlık ve ileri süreçte bağımlılık yaratıyor. Bir anlamda müzik, yokluğunda yoksunluk hissettiğimiz duygusal bir tatmin sağlıyor.

Elbette ki müzik ve evrim arasında kurulabilecek köprü, duygusal tatminle sınırlı değil. Bilim insanları, müziğe karşı yetenek göstermenin ya da güzel bir sese sahip olmanın bir anlamda sağlık belirtisi olarak kabul edilebileceğini öne sürüyor. Eğer ki bilinçaltımızda böyle bir varsayım bulunuyorsa, bunun eş seçiminde etkili olabileceğini iddia ediyorlar. Sesi güzel olan birine karşı ilgi duyma olasılığımızın daha yüksek olacağı öngörülüyor. Müziğin evrimle ilişkisine dair bir diğer tezse müziğin insanları kaynaştıran bir

sosyal aktivite olarak işlev gördüğü üzerine odaklanıyor. Bu tez, folklorik müzikleri de düşündüğümüzde daha büyük bir anlam kazanıyor. Aynı ezgiler, o ezgilerle büyümüş bir topluluktaki herkeste benzer duygular oluşturabiliyor. Bir anlamda o topluluktaki birlik ve beraberlik duygusunu pekiştiriyor. Algısal gelişime katkısıysa müziği değerli kılan bir diğer etmen olarak gösteriliyor. Ezgiler, bir şekilde duyma duyumuzu geliştiren zengin bir uyaran olarak görülüyor.

Kısacası müziğin evrime hizmet eden pek çok işlev barındırdığını söylememiz yanlış olmayacaktır. Bu etmenlerse bilim adamlarını müziğin evrimsel bir uyum mekanizması olduğu konusunda düşünmeye itiyor.



## YALANIN İPUÇLARI

Günlük hayat içerisinde kimi zaman gerçek his, tutum ya da tercihlerimizi saklamak, kimi zaman bireysel çıkarımlar elde etmek, kimi zamansa yaptığımız hataların cezalandırılmasından kaçınmak adına yalanlar söyleyebiliriz. Söylediğimiz bu yalanlarla burnumuz Pinokyo misali uzamasa da, uzmanlar bazı ipuçlarının bizleri yalan söylediğimize ilişkin ele verdiğini söylüyor.

1.) Mikro ifadeler: Duygusal olarak heyecan uyandıran herhangi bir olay sonrası ilk saniyede verdiğimiz istem dışı yüz ifadeleri. Bu tepkileri kontrol edebilmemiz çok zor. Dolayısıyla, gerçek hislerimizin bir yansıması olarak oldukça bilgilendirici kabul edilebilir. Örneğin, birine bir konu hakkında fikrini sordüğümüzde öncelikle kaşlarını çatmış hemen ardından gülümseyerek bize katıldığını söylemişse yalan söylediğini düşünebiliriz. Çünkü verdiği ilk mimik üzerinde kontrol sahibi değilken, belli bir süre sonrasında verdiği yüz ifadesi bilincli bir kontrolün ürünü oluyor.

2.) Sözel olmayan ifadelerin birbirleriyle uyumsuzluğu: Yüz ve beden ifadelerinin tümünü aynı anda kontrol edebilmek mümkün olmadığından yalan söyleyen bir kişi örneğin yüz mimiklerini uygun bir şekilde ayarlayabilse bile karşısındaki kişinin gözlerine bakmaktan çekinebiliyor. Psikologlar, ağız ve çevresindeki mimikleri dilediğimiz gibi şekillendirebildiğimizi belirtirken, gözlerimiz üzerinde bu denli bilincli bir kontrol yetim�in olmadığını vurguluyorlar.

3.) Göz teması: Yalan söyleyen kişiler gözlerini genellikle daha sık kırıyorlar ve göz bebekleri doğruyu



söyledikleri zamanlarla karşılaştırıldığında görece büyüyor. Kimi zaman, yalancı dürüst bir insan taklidi yaparak normalden daha fazla göz teması da kurabiliyor. Böyle durumlarda göz teması kurmaktan kaçınmamaya çalışırken, istemsiz olarak bunu abartabiliyor.

4.) Ses tonunda değişim: Yalan söyleyen kişilerin ses tonlarında bir yükseliş gözlemlenebiliyor. Bunun yanı sıra herhangi bir soruya verecekleri yanıt süresi uzayıp, olayları anlatırken sıkça duraklayabiliyorlar.

Kaynak: Baron, R.A. & Kalsher, M. J. (2005). Psychology from science to practice. sf. 432.

## AKADEMİK BAŞARI

Akademik başarı, bilgiyi nasıl kodlamış olduğumuzdan o bilginin geri çağırılma sürecine dek pek çok etmenin etkisi altında kalıyor. Kilit noktaysa ödül olarak neyi gördüğümüz. Örneğin öğrendiklerimizi yalnızca iyi notlar almak adına kodluyorsak, başarıya giden yol bir yerde tkaniyor. Etkili öğrenme ve haliyle başarıda anahtar sözcük "öğrenmeyi sevmek".

Çünkü psikolojideki öğrenme teorilerine göre kodlanan bilgiyle ödül arasındaki zaman ne kadar kısaysa öğrenme de o kadar iyi oluyor. Başarının bir diğer anahtarıysa motivasyon: Psikolojide canlıyı üretmeye, mevcut durumunu korumaya ya da herhangi bir eylemi engellemeye iten durum olarak tanımlanıyor. Bu motivasyona sahip olmak da bizim söz konusu alanda kendimizi ne derece yeterli gördüğümüzle yakından ilişkili.

Sonuç olarak, eğer ki bir alanda başarılı olmak istiyorsak öncelikle yaptığımız işi sevmeliyiz. Daha sonra ise, o işi yapabileceğimize inanmalıyız. Eğer ki biyolojik olarak da herhangi bir kısıtlanma söz konusu değilse, amaca ulaşamamız için hiçbir neden yok!

