

Merak Etmek

Mine İmren [Ahi Evran Üniversitesi Psikoloji Bölümü Araştırma Görevlisi

Çocuklar her konuyu merak eder.

“Neden dinazorlar yok oldu?”, “Neden insanlar uçamaz?” gibi
“Neden...?” ve “Nasıl...?” ile başlayan birçok soru sorarlar.
Çocukken çevremizdeki her olup biteni ne kadar merak ettiğimizi,
aklımızda bir sürü soru ile gezdiğimizi ve sürekli sorular
sorduğumuzu hatırlayalım.

Peki ya şimdi?

Eskisi kadar meraklı mıyız?

Neden merak ederiz?

Merak etmenin faydaları neler?

Merak neden yaşımız ilerledikçe azalıyor?





Çocuklar çevrelerini keşfetme ve anlamlandırma sürecinde bilgiye ihtiyaç duyar. Merak duygusu ise öğrenme yolculuğunun itici gücüdür. Bu nedenle uzmanlar, çocukların soru sorma yoluyla bilgi edinme çabasının desteklenmesinin, çocuğun bilişsel ve dil gelişimini olumlu yönde etkileyebileceğine inanıyor.

Merak etmek, içsel bir dürtü ile bilgi arama davranışı olarak tanımlanabilir. Yani temelinde bilgiye erişme ihtiyacı yatar. Yaşadığımız dünyayı anlamak ve anlamlandırmak için ihtiyaç duyduğumuz her türlü bilgi bu kapsamda değerlendirilebilir. Merak konusundaki çalışmalar farklı merak türleri olduğunu ortaya koyuyor. Örneğin entelektüel merak, bilimsel bilgiler hakkında; spesifik merak, arabalar, kuşlar, taşlar gibi belirli bir konu hakkında; insanlar arası merak ise diğer insanlarla ilgili bilgiler hakkında merak olarak sınıflandırılıyor.



Meraklı Beyin

Peki merakın beynimizdeki etkileri neler? Yapılan bir araştırmada merak düzeyi davranışsal olarak ölçüldü. Araştırmaya katılan deneklere önemli olmayan konularla ilgili sorular okutuldu ve bu sırada beyin görüntüleme teknikleri ile beyinlerindeki değişimler incelendi. Sonuçta, merakın beyinde ödül beklentisi durumunda etkin olan ve kaudat çekirdekleri olarak isimlendirilen bölgeleri aktifleştirdiği anlaşıldı. Yani merak sonucu elde edilen bilgilerin, beyin tarafından ödül olarak algılanıyor olabilir. Araştırmada ayrıca katılımcılar soruların cevabını yanlış tahmin



ettiklerinde, beyinlerinde bellek ile ilişkili bölgelerin etkinliği arttı ve doğrusunu öğrendikleri bu yeni bilgileri daha iyi hatırladılar.

Neden Bazı İnsanlar Daha Meraklıdır?

Bazı insanların diğerlerinden daha meraklı olmasının nedeni deneyime açık olma ve yenilik arayışı gibi bazı faktörlerden kaynaklanıyor olabilir. Bu özellikler merak duygusunu da besliyor. Aynı zamanda neden yaşımız ilerledikçe daha az merak ettiğimizi de açıklıyor. Çünkü deneyime açık olma ve yenilik arayışı, yaşla birlikte azalma eğilimindedir. Dolayısıyla yaşımız ilerledikçe merak duygumuzdaki azalmanın nedeni bu değişim olabilir.

Çocukluğun ilk dönemlerinde çevremizdeki her konuda bilgi edinme ihtiyacı hissederiz. İlerleyen yaşlarda bu ihtiyaç azaldıkça daha az merak etmeye başlarız. Ayrıca olgu ve olaylar arasında bağlantı kurma ve akıl yürütme becerisi kazandığımız için merak duygusu daha az yoğunlukta ortaya çıkıyor olabilir.

Özellikle entelektüel merak ile yaş arasında ters orantılı bir ilişkili olduğunu gösteren araştırmalar var. Bunun nedenlerinden biri, yaşla birlikte gerçekleşen bilişsel değişimler. Merak, bilişsel kapasite



gerektiren bir duygu. Yaş ilerledikçe bilimsel kapasite ihtiyacı yüksek olan aktivitelere ilginin azalmaya başladığı düşünülüyor. Entelektüel merak bilişsel açıdan “malîyetli” olduğundan, bilişsel kapasitenin yeterince yüksek olmadığı durumlarda merakta da azalma gerçekleşiyor. Bu nedenle yaşımız ilerledikçe bilişsel açıdan aktif kalmamızı sağlayacak okuma gibi faaliyetleri sürdürmek gerekiyor.



Merak Etmenin Faydaları Neler?

Çocukluk döneminde merak, çocukların bilgi edinme, akıl yürütme, neden-sonuç ilişkisi kurabilme, kendini ifade etme ve iletişim kurma gibi konulardaki becerilerini geliştiriyor. Bu nedenle uzmanlar, çocukların merak duygularının ve soru sorma davranışlarının özellikle desteklenmesi ve teşvik edilmesini öneriyor.

Aynı zamanda merak ile akademik alanda daha başarılı olma arasında da olumlu bir ilişki var. 6.200 çocukla gerçekleştirilen

bir araştırmada, daha meraklı olan çocukların özellikle okuma ve matematik konularında daha başarılı olduğu belirlendi.

7-16 yaş arası çocuklarla yapılan bir çalışmada ise katılımcılara “Güneş sisteminde kaç gezegen var?” gibi çeşitli sorular sunuldu. Daha sonra çocuklardan, hangilerini en fazla merak ettiklerine göre soruları oylamaları istendi. Ardından bu sorularla ilgili bir bellek testi yapıldı. Çalışmanın bu aşamasında çocukların daha fazla merak ettiklerini belirttikleri sorularla ilgili bilgileri çok daha iyi hatırladıkları görüldü. Genç ve yaşlı yetişkinlerle yapılan çalışmalar da bu sonuçları destekliyor. Yani tüm yaşlarda merakımızı daha fazla

uyandıran konularla ilgili bilgiler, hafızamızda daha iyi muhafaza ediliyor.

Merak ayrıca psikolojik açıdan iyi hissetme hâli ile de ilişkilendiriliyor. Uzmanlara göre bu durumun nedenlerinden biri hevesli, enerji dolu ve hareketli hissetme gibi olumlu duygu durumlarının merak ettiğimiz konu üzerine araştırma yaparken tetiklenmesi olabilir.

Yapılan çalışmalar, merak etmenin her yaşta bilişsel ve psikolojik açıdan faydalı olduğunu gösteriyor. “Merak kediyi öldürür.” şeklinde bir deyim vardır. Ancak araştırmalar uygun seviyedeki merakın insanlar açısından son derece işlevsel olduğunu gösteriyor. ■

Kaynaklar

- Kang, M. J. vd. “The wick in the candle of learning: Epistemic curiosity activates reward circuitry and enhances memory.” *Psychological Science*, Cilt 20, Sayı 8, s. 963-973, 2009.
- Robinson, O. C., Demetre, J. D. ve Litman, J. A. “Adult life stage and crisis as predictors of curiosity and authenticity: Testing inferences from Erikson’s lifespan theory.” *International Journal of Behavioral Development*, Cilt 41, Sayı 3, s.426-431, 2017.
- Dellenbach, M. ve Zimprich, D. “Typical intellectual engagement and cognition in old age.” *Aging, Neuropsychology, and Cognition*, Cilt 15, Sayı 2, s. 208-231, 2008.
- Kahraman, Ö. G. ve Ceylan, Ş. “Bilimi yaratan duygu: Çocukların fen ve doğaya ilişkin konulardaki bilgi ve merakları.” *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, Cilt 19, Sayı 1, s. 207-230, 2015.