

KLİNİK KORKUNUN YERLEŞMESİNDE İNKUBASYONUN ROLÜ

Dr. SEVDA BULDUK

İstanbul Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü

Spesifik bir obje, durum veya düşünceye bağlı korkulara fobi denmektedir. Fobiler ısrarlı bir gerçek dışı korkular olup spesifik uyarılarla ortaya çıkarlar. Marks'a (11) göre, iradi kontrol eksikliği, fobilerin bir işareti olarak düşünülür. Bir çok kişi için, gayet zararsız olan durumlarda bile, fobik kişinin aklı, başka alternatifler olmasına rağmen o siteden kaçma davranışmadır. Çünkü, fobik korku bir kez ortaya çıktığında, dayanılmaz ve kontrol edilemez hale gelir. Bu nedenle, korkulan siteden «uzaklaşma» stratejisi geliştirmek, fobik kişi için korkuyla başa çıkmanın bir yoludur. Fobisi olan kişi de objektif bir biçimde bakıldığında, siteden zararlı olduğunu, kaçma davranışının bir temeli olmadığını farkındadır. Fobililerde görülen, yansıtma (reflection), üzerinde düşünme (deliberation), sözel ve kognitif kontroller, normal hayatın sekteye uğramasını karakterize eder. Sonuç olarak, fobililer kendi otomatik olarak çıkarılmış anksiyetelerinin çaresiz kurbanları haline gelirler (11).

Diğer patolojik davranışlarda olduğu gibi, fobik reaksiyonların da doğasını anlayabilmek için oluşturulan bilimsel izahların, istenmeyen davranışı elimine etmek için sağlıklı, kalıcı ve ekonomik bir terapi geliştirme imkânı sağlayacağı düşünülmektedir.

İlk defa 1900'lü yılların başında, Batı Avrupa kültürü içinde yetişmiş olan Freud, her ne kadar patolojik davranışa bilimsel olarak yaklaştığını iddia etsede, kabiliyeti ve cesareti övgüye layık olmakla birlikte Belof'a (2) göre yaklaşımı bilimsel değildir.

Çünkü ona göre, Marx'm ekonomik motifte ısrar edişii «sosyalizmi» nasıl bilimsel yapamazsa, Freud'un seksüel motivde ısrar edişide, «Psikolojiyi» bilimsel yapamaz. Aynı yıllarda davranışları anlamada, bilimsel bir yaklaşığa duyulan ihtiyaçla, Amerika'da, Pavlov'un geliştirdiğı klasik şartlanma prensipleri büyük etkiler yaratmıştır. Pavlov prensiplerinin günlük hayatta karşılaşılan problemlere nasıl uygulanacağı, patolojik davranışların sebeplerini anlamada klasik şartlanma modelinin işe yarayıp, yaramayacağı, üzerinde düşünölen, tartışılan konular olmuştur. Patolojik davranışlara bilimsel temelden yoksun bir yaklaşışın zaman kaybına ve fazlaca yanılmaya sebep olacağı düşünölenek, etkili bir mücadele için bilimsel metodlarla keşfedilen bilgiden yararlanılması uygun görölmektedir (1). Watson ve Rayner (7), nevrozların orijinini açıklama ve tedavisinde, Pavlov tipi şartlama ve sönmeme prensiplerini dikkate alan öncü kişiler olmuşturlar. Bunların yanı sıra, Jones'un çocuklarla yaptığı çalışmalar, teorisinin pratikteki yararlılığını göstermiştir.

Watson fobilerle ilgili teorisini (7), bir «şartsız tepki» (UCR) olan, korku, acı tepkisini doğuran «şartsız uyararı» (UCS) oluşturan, travmatik korku yaratan olayın ortaya çıkışı üzerine temellendirmiştir. Tesadüfen aynı mekân ve zamanda bir arada bulunan «şartsız uyararıla» (UCS) nötr uyararılar (CS), bu zamansal ve mekansal yakınlıktan dolayı, şartsız uyararılarla eşlenerek, şartlı uyararılara dönüşürler. Korku tepkisini doğuran şartsız uyararının, şartlı uyararına benzer tepkiler ortaya çıkarmasının sebebi, nötr uyararıların şartlı uyararılara dönüşmüş olmasıdır. Bu nedenle şartlı tepkiler (CR) şartlanmaya sebep olan etki ortadan kaldırılmadıkça belli bir müddete bağılı olmaksızın devam ederler. Fobilerin bu tarz bir klasik şartlanma paradigması ile açıklanmasına yönelik bazı itirazları, Eysenck şöyle dile getirmektedir (7).

— Teoriye yapılan klinik itirazlardan biri şudur; Savaş nevrozları gibi, şiddetli travmatik olaylardan kaynaklanan fobik reaksiyonların, sivillerin hayatında da görölmelerini açıklamak güçtür. Çünkü, savaş gibi oldukça travmatik olayları, günlük hayatta yaşayan insanların sayısı çok fazla değildir. Ayrıca vakaların çoğunda, fobik reaksiyonu başlatıcı olaylar bu kadar aşırı değildir.

dir, üstelik bunlar derhal kuvvetli bir şartlı tepki üretmezler. Daha ziyade şartlı uyarandan üretilen anksiyete de sinsi bir artış görülür. Bu artış yıllar alabilir ve çok uzun bir süre sonra klinik anksiyete durumuna ulaşabilir.

— Diğer bir itiraz da klasik şartlanma modelindeki sönme olgusuyla ilgilidir; Eğer sönme dikkate alınır, uzun süreli bir nevrozun gelişimi imkânsız olmalıdır. Muhtemelen, kişi, gayet sık bir şekilde, bu uyarana eşlik eden bir şartsız uyarandan olmaksızın, şartlı uyarana maruz kalmaktadır. Bu durum şartlı tepkinin, göreceli olarak, derhal sönmesine yol açmalıdır. Örneğin, kedi fobisinden mustarip birini düşünelim. Kişi muhtemelen gayet sık bir şekilde, herhangi bir tehdit edici sityasyon olmaksızın, kediyle karşı karşıya kalacaktır. Bu tarz karşılaşmaların herbiri, sönme beslemelidir, dolayısıyla fobi ortadan kalkmalıdır.

— Teoriye yönelik üçüncü bir önemli itiraz noktası da şudur; Pavlov tipi şartlama prensipleriyle, şartlı tepkinin, şartsız tepkiden daha kuvvetli oluşunu izah etmenin bir yolu yoktur. Eysenck'e göre de klinik vakalara göz attığımızda, dile getirilen bu itirazda olduğu gibi «başlatıcı şartlanma deneyimi» sıklıkla daha zayıf şartlı ve şartsız tepkilere yol açar. Şartlı tepki, sinsice gelişen nevrozlardan sonra, mental hastalığı meydana getirecek kadar kuvvetli olur. Bundan dolayı, gayet tipik bir biçimde, fobi vakalarında, şartlı tepki, orijinal şartsız tepkiden daha kuvvetli olur. Bilinen «Klasik Şartlama Prensiplerine» göre bu imkânsız görünmektedir. Bu üç itirazında ortak noktası, şartlı tepkilerin zamanla gelişiyor olmalarına atıfta bulunmalarıdır. Eysenck (7) klasik teorik paradigmaya uygun düşmeyen bu anomaliyi Grant'm A ve B tipi Pavlov şartlamaları arasındaki farkla açıklar. Bu tip sönmenin olmadığı fobik reaksiyonları B tipi Pavlov şartlaması ile açıklamak daha uygundur. Çünkü B tipi şartlamada şartsız uyarandan kendisi motivasyon sağlar ve tamamlanmış/tüketilmiş şartsız tepkiler çıkarır. Böylece şartlı tepki kısmen, şartsız tepkinin yerine geçer. Bu tip şartlamada şartlı tepki ve şartsız tepki benzer veya özdeşirler. A tipi şartlanmadan tipik bir biçimde farklıdır. Örneğin birçok tekrarda köpeğe morfin zerketme sonucunda (8), köpekte şartsız uyarandan yapılan tepkilerin aynısını, deneycinin köpeğe ellemesi, enjeksiyon hazırlıkları çıkarabilmek-

tedir. Yani şartsız uyarana yapılan, tepkilerin birçok bileşeni, şartlı tepkinin gileşenleri olarak görülebilmektedir. Anık'a (1) göre burada yerine geçmeden bahsedebiliriz.

Deneycinin şartlı uyaranın, şartsız uyarın tarafından takip edilmediği şartları düzenlemesine rağmen, belirli şartlar altında, şartsız tepkinin kendisi, şartsız tepkiye eşit bir takviye olarak rol oynayabilir. Böylece sönmenin meydana gelmemesi, tersine bir biçimde şartlı tepkinin gücünde bir artış söz konusu olabilir. Bu artış inkubasyon olarak adlandırılmıştır. Şartlı tepkinin gücündeki bu artışın, inkubasyon fenomeniyle izah edilmesi, nevrozların klasik şartlamayla açıklanabilmesine imkan sağlamıştır. İnkubasyon, B tipi Pavlov şartlanmasına dayanılarak, teorik olarak açıklanabilen bir prosestir. Bu prosesin geçerliliği bir çok insan ve hayvanla yapılan deneysel çalışmalarla doğrulanmıştır (7).

Diven (3) tarafından 1930'da insan deneklerle yapılan çalışmada da inkubasyon etkisi görülmüştür. Diven'm çalışmasına yapılan itirazları gözönüne alarak, Bindra ve Cameron da (3), bu çalışmadan 15 yıl sonra benzeri bir çalışma yapmıştır. Bu araştırmacılar da araya giren zamanın, şartsız uyarınla eşlenen, nötr uyarına karşı yapılan tepkinin gücünde bir artışa sebep olduğunu göstermiştir. Araştırmacılara göre, şartlı uyarının yarattığı etkideki bu artış, ancak inkubasyon fenomeni ile izah edilebilir. Bindra ve Cameron, halk arasında söylenegelen «attan düşen kişinin korkusunun üstesinden gelmesinin en kolay yolunun, mümkün olan en kısa zamanda tekrar ata binmesidir» deyişine dikkat çekerek, şu fikri formüle etmişlerdir. Acı verici bir sityasyona maruz kalan kişinin, aynı sityasyonla yeniden karşılaşmasında, hissedeceği «korku ve anksiyete», araya giren zamanın miktarına bağlı olarak artan biçimde orijinal sityasyonla asosiyede edilir. Anksiyete ve korkudaki bu artış ise «inkubasyon etkisi» olarak ifade edilir. Yapılan çalışmada böyle bir etki tespit etmiş olmalarına rağmen, bu etkinin doğası, kesin olarak tespit edilememiştir. Bindra ve Cameron, inkubasyon etkisinin, sadece korku ve anksiyete yaratan durumlara mı özgü, yoksa diğer uyarınlarda da ortaya çıkabilecek genel bir olgu mu olduğu sorusunu» muhtemelen korku yaratan uyarınlarla özgüdür» diyerek cevaplamışlardır.

Eysenck'e göre (8), Napolkov'un araştırması, inkubasyon etkisini en iyi anlatan deneysel çalışmadır. Napolkov'un köpeklerle yaptığı çalışmada, tepki ölçümü olarak kan basıncı kullanılmıştır. Şartsız uyaran köpeğin kulağı arkasından ateşlenen bir tabanca sesi, şartlı uyaran ise köpeğin kulağının arkasına bir kuş tüyü ile dokunmadır. Orijinal, şartsız uyaran verildiğinde, köpeğin kan basıncı günlük yaşamındaki seviyede cereyan etmektedir. Yirmibeş tekrardan sonra ise şartsız tepki hızla azalır ve köpekte hiçbir reaksiyon olmaz. Şartlı tepkinin durumu ise çok farklıdır. Şartlı ve şartsız uyarının sadece bir kez eşlenmiş olmasına rağmen (single trial conditioning), bu tek denemeden sonra köpeğin sadece şartlı uyarana maruz kalışlarında, kan basıncında artışlar tespit edilmiştir. Yüz tekrardan sonra, kan basıncındaki artış 250 mlm'ye ulaşmıştır. Bu durum sönmenin tamamen zıttı doğrultuda olup, inkubasyon etkisiyle açıklanabilecek bir fenomendir.

Eysenck'e (8) göre sönmeden ziyade, inkubasyona sebep olan şey «şartsız tepkinin gücü, şartlı uyarana maruz kalman süre» gibi faktörlerdir. Bu değişkenlerin her biri ile ilgili hem teorik, hem pratik kanıtlar mevcuttur.

Davey'e (4) göre, bir şartlanma episodunu takiben şartsız uyarının değeri, bir biçimde enflasyona uğratılmış olabilir, böylece, müstakbel tekbaşma şartlı uyaran (CS-alone) takdimleri, bu enflasyon dolayısıyla daha kuvvetli bir şartlı tepki uyandırır (evoke). Bu enflasyonun etkili olabileceği çok sayıda muhtemel yol vardır. Beck ve diğerlerine göre, birinci yol, şartlama episodunu takiben bazı nörotik bireylerin akıllarında, travmayı tekrar (rehearse) etmeleridir. Bu tekrar etme olgusu, olayların aversif veya travmatik muhtevası üzerine odaklaşan anksiyete bozukluğu olan bireylerin eğilimiyle kombine edilir. Davey'e göre, olayların travmatik veya aversif yönlerini alarak proseslemeye kuvvetli eğilimi olan bireylerde, kendi korku reaksiyonlarının kuvvetini aşırı tahmin etmeye eğilimli bireylerde, inkubasyonun etkisi çok daha hakim olabilir.

Eysenck (8) ise, inkubasyonun etkisinin kişilik özellikleriyle ilişkili olduğunu, yüksek içe dönük nörotiklerde daha fazla etkili olacağını ifade eder. Ancak sadece şartlı uyarana maruz kalma

müddetinin de inkubasyonun olup olmayacağını tayin eden, kritik bir değişken olduğunu belirtir. Fakat bu değişken sabit değildir, şartlı uyarının gücüne göre değişir. Eğer şartlı tepkinin gücü, maruz kalma noktasının üstünde ise inkubasyon meydana gelir, eğer şartlı tepkinin gücü kritik noktanın altında ise sönme meydana gelir. Bu tarz bir izah şartlı uyarana maruz kalma müddetini canalcı önemli bir element yapar. Kısa - vadeli süre kısmen şartlı tepkinin kuvvetli olduğunda «inkubasyona», uzun - vadeli süre ise «sönmeye» yol açacaktır. Süre ve uyarının yarattığı, tepkinin gücüne ilişkin izah, korku uyandıran uyarılara maruz kalan herkeste, neden fobilerin yerleşmediğinin anlaşılmasını sağlayabilir.

Eysenck'in, fobilerin oluşumunu, klasik şartlama paradigmasıyla açıklayan «obje veya sınıtyasyonlara ilişkin fobik korkular, bu obje ve sınıtyasyonların, travmatik ve acı verici tecrübelerle asosiy edilmiş olmaları dolayısıyladır» ifadesini kabul eden Öhman ve Deitz (10) gibi araştırmacılar, klinik korkunun etyolojisinin, laboratuvarında taklit edilebileceğini iddia etmişlerdir. Bu iddia ise, klinik korkunun laboratuvarında yerleştirilemeyeceği, «Küçük Albert» olayı gibi denemelerin başarısızlıkla sonuçlandığı iddiasına ters düşmektedir. Öhman ve Soares'in elektrodermal tepkilerle, şartlanmış korku yerleştirmeye yönelik çalışması da bu iddiaların karşısında yer almaktadır. Yine de laboratuvarında korkunun yerleştirilmesinin güçlkle gerçekleştirileceği görüşü, bize gözardı edilemeyecek bir görüş olarak görünmektedir. İnsan deneklere, laboratuvarında korkunun yerleştirilmesine ilişkin bu güçlük inkubasyonda etkili olabileceğine dikkat çekilen, kişilik ve şartlı uyarana maruz kalma süresi ile ilişkili olabileceği gibi Dawson, Schell ve Öhman'm şu açıklamaları ile de ilişkili olabilir : (11)

— İnsanlarda Pavlov tipi şartlama uyarana bağıllığın (stimulus contingencies), otonomik tesirlerinden ziyade, sözel beklentiler (verbal expectencies) gibi iradeli bir şekilde kontrol edilen değişkenlere daha çok bağılıdır. Fobik bozukluklarda tipik bir şekilde görülen kognisyonlar ve şartlanmış davranış arasındaki tefriki hesaba katmaması sebebiyle, Pavlov tipi şartlama, fobiler için sınırlı bir model sağlar. Ancak fobilerin şartlı tepkileri temsil ettiği temel fikrine sadık kalarak, Seligman bu ikileme ze-

kice bir çözüm getirmiştir. Seligman'm geliştirdiği «Taking taste-aversion learning» kognitif beklentileri bertaraf eden, uyarılar arasındaki bilgisel ilişkilere duyarlı olmayan paradigmatik bir örnektir. Bu tarz bir öğrenme modeli Pavlov tipi şartlamanın geleneksel görüşüyle daha uyumlu olur. (11)

Kanaatimizce laboratuvar şartlarının yarattığı bozucu etkiler, daha incelikli deney şartlarının düşünülmesiyle ortadan kaldırılabilmektedir. Modelin tam manasıyla oluşturabilmek için, ona teorik çatıyı temsil edecek şekilde yapılacak indirgemeler belki daha fazla uğraşmayı gerektirebilir. Ancak bu tarz şartlanmış korkuların yerleşmesinde kritik dönemler varsa (yaş gibi) veya kritik ruh halleri varsa (stress altında olma gibi) laboratuvar çalışmaları, şartlanmış korkuyu tüm boyutlarıyla açıklamayabilecektir ya da en azından bunları da hesaba katmak gerekecektir.

Öst (11), korkunun kazanılmasına ilişkin Rahman'm teorisini temel alarak bir ölçek geliştirmiştir. Bu ölçek, korkunun 3 yolla geliştiği fikri doğrultusunda düzenlenmiştir. POQ (Phobie Origin Quastionarie) korkunun şu 3 yoldan hangisiyle kazanıldığı ölçmeye yöneliktir. 1 - Şartlama yoluyla kazanılan korku, 2 - Dolaylı yolla kazanılan korku (vicarious learning), 3 - Olumsuz malumatın (negative information), sebep olduğu korku.

İsveçli fobik örneklem grubunun POQ skorlarını inceleyen Öst hastaların % 60'ının şartlama tipi aversif hayat tecrübelerini direkt olarak hatırladıklarını tespit etmiştir. Öst ve Hughold'in örneklerindeki hayvan, sosyal ve klastrofobik hastaların %58'i, fobilerini, şartlanma deneyimlerine, % 17'si dolaylı öğrenmeye (vicarious learning), % 10'u ise olumsuz malumata yönelik öğrenmeye atfetmişlerdir (11). Bu araştırma sonuçları da klinik vakaların çoğunda travmatik olaylara rastlanmadığı iddialarına ters düşmektedir.

İNKUBİSYONUN NÖROBİYOLOJİK VE NÖROANATOMİK İZAHİ

Eysenk ve Kelly tarafından öne sürülen hipotez, fobiler gibi kalıcı bozukluklarda (8), hormonal seviyedeki bireysel değişikliklerin rol oynayabileceğidir. Dawis'e (5) göre, amygdala ve onun

birçok efferent projeksiyonunun, şartlanmış korkunun yansıtılması ve kazanılmasının her ikisini de ihtiva eden bir «merkezi korku sistemi»ni temsil edebileceğine işaret etmektedir. Birçok duyumsal malumat, amygdalanın basai ve lateral çekirdeklerinden girer ve amygdalanın merkezi çekirdeğine yansıtılır.

Le Doux (9) ve diğerlerine göre, emosyonel hafıza, inkubasyonda önemlidir. Emosyonel hafıza, duyumsal korteksin yokluğunda (dekortike hayvanlarda) muhtemelen talamo-amygdala projeksiyonları yoluyla oluşur. Bu nedenle rölatif bir şekilde silinmez. Korteks bozulmamış ve işler halde olduğunda, emosyonel hafıza bu yollarla oluşuyorsa, deneysel sönmenin niçin hafıza değişkenlerinden ziyade, performans üzerinde işlediğinin görülmesi izah edilebilir.

Laboratuvar hayvanlarında, söndürülen responsların sıklıkla spontan bir şekilde geri gelmesi ve şarksız uyarın olmaksızın, şartlı uyarana yeniden maruz kalmanın CS'ün emosyonel gücünü yeniden getirmesi, Rescorla ve Heth'e göre emosyonel hafızanın kazanılma şekliyle ilişkili olabilir (9). Le Doux ve diğerlerine göre, insanda, «enfantil emosyonel hafıza», «yetişkin korkuları» ve «fobiler» uykuya yatabilir. Bu uykuya yatma durumu, yıllarca, stress dolayısı ile eski halini alıncaya kadar sürebilir. Emosyonel davranış söndürülebilir, fakat altında yatan assosiasyonlar kaybolmazlar. Emosyonel tepkilerin davranışsal sönmesi korteks tarafından geçici bir baskıyla oluşturulabilir. Davranışsal baskıya rağmen Subkortikal (talamo-amygdala) alanların, emosyonel assosiasyonlarını sürdürmesi, insanda affektif bozuklukların niçin bu denli güç düzeltilebildiğini izah etmeye yardımcı olabilir.

Kanaatimizce bütün bu izahlar fobilerin kazanılmasını ve inkubasyonu belli bir seviyeye kadar açıklamaktadır. Ancak belirli fobilerin insanlarda neden daha fazla görüldüğünü, bazı fobilerin neden daha düşük frekansla görüldüğünü açıklamak bu kaynaklara göre, mümkün olmamaktadır. Temelde nötr obje ve sitüasyonlara geliştirilen fobik reaksiyonların, frekans açısından belli obje ve sitüasyonlarla sıklıkla eşleniyor olması, çevremizdeki objelerin nötrlüğünün, bireyden bireye değişmekten ziyade bizim ortak yaşantı, algı ve ortak sinir yapılarımız açısından değerlendirildiğinde tamamen nötr olmayabileceğini düşündürmektedir.

Organizmanın canlılığını koruması en temel ve en kuvvetli motivasyon kaynağı olduğuna göre canlılığı tehdit eden herhangi bir uyarının, tek tekrarlı ve uzun süreli bir şekilde fobik reaksiyon yaratması, motivasyonel güçle de ilgili olabilir. Belki türün varoluşunu tehdit eden ortak geçmiş yaşantılarının, genlere kodlanması ve bunun sonraki kuşaklara nakledilmesi sonucu, bazı obje ve situasyonlar daha az nötr olabilir. Ya da acaba herhangi bir obje pür bir şekilde nötr olabilir mi? Şartlı uyarılarla, şartsız uyarı arasındaki ilişki, aynı modalitelere hitap etme, şartlı uyarının, şartsız uyarıyı temsil etme gücü açısından, objelerin herbirinin belli bir nötrlüğe sahip olması söz konusu olabilir. Buna bağlı olarak ilgimizi çeken bir diğer soru da doğal bir situasyonda, aversif uyarılarla eşlenebilecek birden fazla obje varken, organizmanın neden belirli bir objeyi seçip, kuluçkaya yattığı ile ilgilidir. Bunun cevabı, aversif uyarı ortaya çıktığında, tam da «o» objeye dikkat ediliyor olmasının getirdiği bir senkronizasyon olabileceği gibi, yukarıda da belirttiğimiz gibi objelerin nötrlük farkı da olabilir. Ortamdaki diğer objeler arasından seçilen ve fobiye sebep olan objenin, öğrenmedeki «kapatma» (blocking) etkisiyle ilişkisi bulunabilir. Rescorla'ya (12) göre bir şartlı tepki ile bir şartlı uyarının bağlanabilmesi için, organizmanın situasyonu ince bir şekilde değerlendirmesi sözkonusudur. Çünkü organizmalar, ortamdaki bir çok uyarana açıktırlar, bu uyarılar arasından, şartsız uyarıyı güvenilir bir şekilde predikte eden bir şartlı uyarıyı seçerler. Organizma, situasyonu değerlendirdikten sonra bir şartlı uyarı hakkında şartsız uyarılarla ilgili mümkün olan en iyi prediktörü (yani bağlılığı bildiren) şartsız tenbihin geleceğini bildiren en iyi sinyal olarak değerlendirirler.

Rescorla'nın formüle ettiği bu hipotez fobik obje için de geçerli olabilir düşüncesinden hareket ederek, belki de bu tür objelerin aversif uyarıyı en iyi predikte eden objeler olduğunu söyleyebiliriz.

Bir diğer soru da, eğer, belirli kişilik tipleri aversif öğrenme sonucu, fobik reaksiyon geliştirmeye ve inkubasyona yatkınsa neden bu kişilerin hayatında, birçok fobik reaksiyon yaratan obje yok? Yetişkin bir kişinin hayatında, o döne-

me kadar yaşadığı aversif tecrübelerin ve metin içinde bahsettiğimiz diğer şartların yerine gelmesi, bir ya da birkaç objeyle sınırlı kalabilecek bir ihtimaliyetle mi vukubulmaktadır, yoksa geçmiş yaşantılardaki kronolojik sıralamada önceliği alan şartlanma deneyimiyle seçilen obje, sonraki, bu tarz yaşantıların da odak noktası mı olmaktadır. Yani yaşam boyunca, fobi geliştirmeye eğimli kişilerin tüm tatsız yaşantılarına tekabül eden bir «günah keçisi» obje mi sözkonusudur.

Wolfsohn'un (6) yaptığı çalışmalar, Pavlov tipi asosiatif öğrenmenin obje, uyarıcı ve konteks bazında üç temel unsuru olduğunu göstermektedir. Asosiatif öğrenmenin bu üç unsuru korku davranışında rol oynayan uyarıcılar açısından da önemli olabilirler.

R E F E R A N S L A R

- 1- Arık, A. - (1991) «Öğrenme Psikolojisine Giriş», İ. Ü., Edebiyat Fak. Basımevi, İstanbul.
- 2- Belof, J. - (1973) «Psychological Sciences : A Review of Modern Psychology» Crosby Lockwood Stoples, London.
- 3- Bindra, D. ve Cameron, L. - (1993) «Changes in experimentally produced anxiety with the passage of time; Incubation effect», Journal of Exp. Rsync. Vol : 45, No : 3, pp : 197-203.
- 4- Davey, G. C. L. - (1989) «UCS relation and conditioning models of Acquired Fears», Behaviour Res. Therapy, Vo : 27, no : 5, pp: 521-528.
- 5- Dawis, M. - (1992) «A Neural Systems Approach to the Study of the Amygdala, Fear and Anxiety» in «Experimental Approach to Anxiety and Depression», Ed. by. J. M. Elliot, D. J. Heal & C. A. Marsden, John Wiley & Sons Ltd.
- 6- Domjan, M. - (1992) «Adult Learning and mate choice : Possibilities and Experimental Evidince» Amer. Zool, 32, pp: 48-61.

- 7- Eysenck, H. J. - (1987) «Behaviour Therapy» in «Theoretical Foundation of Behaviour Therapy», Ed. by H. J. Eysenck and I. Martin pp : 3-35 Plenum Press, New York.
- 8- Eysenck, H. J. & Kelly, M. J. - (1987) «The interaction of neuro-hormones with Pavlovian A and B Conditioning in the causation of Neurosis, Extinction and Incubation» in «Cognitive Processes and Pavlovian Conditioning in Humans», Ed by. G. Dawey, John Wiley & Sons pp. 251-272.
- 9- Le Doux, J. E. - Romanski, L. & Xagorasis, A - (1990) Indelibility of Subcortical Emotional Memories, J. of Cognitive Neuroscience, 3, 238-243.
- 10- Marckelbach, H., Ruiters, C., Hoult M. A., Hoekstra, R. (1989) «Conditioning Experiences and Phobias» Behaviour Res. Therapy, Vol : 27, No : 6 pp. 657-662.
- 11- Öhman, A. & Soares, J. F. - (1993) «On the Autonomic Nature of Fear Conditioned elektrodermal Responses to Masked Fear-Relevant Stimuli», Journal of Abn. Psyc., Vol : 102, No : 1, pp : 121-132.
- 12- Schwartz, B. «Psychology of Learning and Behavior», W. W. Norton Comp., N. Y., 1979.

