

- [*Din Eğitimi*] -

DANIEL GOLEMAN
DUYGUSAL ZEKÂ

(İstanbul: Varlık Yayınları, 2016)

Çeviri: Banu S. YÜKSEL

Ahmet GÜL

Lisans Öğrencisi, Balıkesir Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi
Balıkesir, Türkiye
Undergraduate Student, Balıkesir University, Faculty of Theology,
Balıkesir, Turkey
agul97000@gmail.com



Emotional Intelligence (Duygusal Zekâ) adıyla son dönemlerin popüler kavramlarından Emotional Intelligence (EQ)'yu kendine isim olarak almış olan eserin tanıtımına başlamadan önce yazar ve eseri hakkında genel bilgiler sunmak yerinde olacaktır.

Kitabın ilk sayfasından alıntı yaparak yazar hakkında şunları söylemek mümkündür:

Daniel GOLEMAN, yıllarca New York Times'da beyin ve davranış bilimleri konulu makaleler yazmış ve Harvard Üniversitesi'nde ders vermiştir. Merkezi Rutgers Üniversitesi'nin Profesyonel ve Uygulamalı Psikoloji Okulu'nda bulunan ve duygusal zekâ becerilerini geliştirmenin en iyi yöntemlerini bulmayı amaçlayan örgütlerde Duygusal Zekâ Konsorsiyumu'nun eş başkanlığını yapan GOLEMAN, profesyonel gruplara ve üniversite kampüslerinde öğrencilere konferanslar vermektedir. Times'daki makaleleriyle iki kez Pulitzer Ödülü'nü kazanan yazarın layık görüldüğü diğer ödüller arasında, Amerikan Psikoloji Derneği'nin Kariyer Başarı Ödülü de bulunmaktadır.

Yazarın eserleri: *Vital Lies, Simple Truths* (Hayati Yalanlar, Basit Gerçekler), *The Meditative Mind* (Düşünen Zihin), *The Creative Spirit* (Yaratıcı Ruh), *Working with Emotional Intelligence* (İşbaşında Duygusal Zekâ), *Primal Leadership* (Yeni Liderler) ve *Social Intelligence* (Sosyal Zekâ).

İkinci olarak ise eser hakkında vereceğimiz genel bilgileri şöyle sıralayabiliriz:

Esere, 10. Yıl Baskısına Önsöz ve Aristo'nun Çağrısı isimli yazılarla başlanmıştır. Sonrasında ise beş bölümde konu işlenerek ve en sonunda ise altı adet EK'le konu desteklenip, "Kaynakça" ve "Notlar" bölümüyle sonlandırılmıştır.

Yazar, önsözde "Duygusal Zekâ" kavramıyla tanışmasını konu edinirken, bu kavramın ilk çıktığı o dönemde üstünlük vasfının IQ ile ölçüldüğünden bahsetmektedir. GOLEMAN, bu kavram konusunda yapılan çalışmaların sayısının on beş yıl gibi kısa bir zaman dilimi içerisinde büyük bir artış gösterdiğini belirtmektedir. "Duygusal Zekâ" kavramının büyük ilgi görerek bazı ülkelerde eğitim programlarına dâhil edilip, dünya çapında yayıldığını ifade eden yazar, bu uygulamanın okullardaki çocuklar üzerinde yaptığı olumlu katkılarını yüzdelerle ifadeler ile anlatmaktadır. Yazar, gelecekte bu kavramın insanların hayatları üzerinde büyük etkiler doğuracağını düşünmektedir.

"Aristo'nun Çağrısı" başlığını taşıyan yazıda ise yazar, yıllarca aklından çıkaramadığı bir olayı anlatmaktadır. Yazar, çok sıcak bir günde sıcaktan ve trafiğin yoğunluğundan dolayı sinirlerin gerildiği bir anda şoförün otobüs-teki yolcuların ruh halini değiştiren ve keyif almalarını sağlayan bir davranışından söz etmektedir. Şoförün bunaltıcı sıcakta, çevresinde olan biten olay-

lar ve mağazalar hakkında yolculara bilgiler sunmasının, yolculuk bitiminde yolcuların yüzünde tebessüme dönüştüğünü ve duygusal dünyalarındaki değişime şahit olduğunu dile getirmektedir.

Bu olayın tersini ise yazar gazete yazıları üzerinden ifade etmeye çalışmaktadır. Gazeteleri açtığımızda insanın duygu dünyasında olumsuz etki yapan bazı yazıların yer almasının, aslında biz dikkat etmesek de hayatımızda olumsuz değişiklikler meydana getirebildiğini söylemektedir. Bu sözleriyle yazar, hayatımızda yaşadığımız muğlaklığın ana sebebine de bir nevi dikkat çekmektedir.

Sözlerine bilimsel bulgularla devam eden yazar, yapılan buluşlarla ve gelişen teknolojiyle beyin üzerinde çalışma yapmanın kolaylaştığı ve bu ilerlemenin alanla ilgili kafamızdaki soru işaretlerine ışık tutar nitelikte değişimleri beraberinde getireceği görüşündedir.

Birinci bölüm, ilk olarak “Duygular Neye Yarar” ve ikinci olarak da “Duygusal Korsanlığın Anatomisi” isimli başlıklardan meydana gelmektedir.

Yazar, ilk ana başlık olan “Duygular Neye Yarar” isimli ana başlık altında duyguların insan eylemlerindeki etkisine, sosyal çevrenin duygularımız üzerindeki rollerine değinirken, aynı zamanda insan beynini Darwinist bir yaklaşımla ele alıp zaman içerisindeki evrimleşme sürecinden bahsederek, duygu konusuna açıklık getirmeye çalışmaktadır.

İnsan, yaşadığı olaylar karşısında oluşan duygularıyla hareket yönünü ve amacını seçmektedir. Yazar, ilk başlık altında anlatılan konunun içerisinde, bir çiftin, boğulmak üzere olan çocuklarını kurtarmak için kendilerini feda etmelerini, organizmanın evrimsel süreç içerisinde soyun devam etmesi için kendince geliştirdiği bir savunma mekanizması olarak görmektedir. Bu olayda çiftte oluşan korku duygusunun aslında organizmanın kalıtımında yer alan bir soy ilkesinden kaynaklandığına dair bazı açıklamalar yapan yazar, çevredeki olaylar neticesinde insan bedeninin olaylar karşısındaki verdiği tepkilere göre duygu analizi yapmaktadır.

İkinci başlık olan “Duygusal Korsanlığın Anatomisi” yazısında yazar, insan beynindeki bazı bölümlerin anatomik yapısı hakkında bize bilgiler sunmaktadır. Bu yapılar, insanda oluşan duyguların beyindeki fizyolojik yolculuğunu gözler önüne sermektedir. Bu yapılarda, yaşanan olaylar etrafında oluşan verilerin akışı ve bu verilerin işleyişi hakkında genel-geçer bulgularla duygu dünyamızın oluşumuna somutsal bir bakış açısı getirilmeye çalışılmıştır.

İkinci bölümde ise yazar, nörolojik bulguların, kitabın başlığını da oluşturan duygusal zekâ denilen temel yaşam becerisinde nasıl bir etki yaptığından bahsetmektedir. Örneğin duygusal dürtülerimiz ya da bir başkasının ne-

ler hissettiğini anlayabilme gibi gündelik yaşamımızda sıkça karşılaştığımız bu durumlar hakkında, zengin örneklerle açıklama getirmektedir.

Aynı zamanda yazar ikinci bölümde insanın zekâsını sadece IQ testleri ile ölçmenin doğru sonuçlar vermeyeceğinden bahsetmektedir. Bu durumun sebebi ile ilgili olarak duygusal zekâyı dikkat çekmektedir. Duygusal zekâ ise EQ olarak bilinmektedir. Bir bakıma IQ ile EQ karşılaştırılmaktadır. IQ'da insanın bilişsel özellikleri ön plandayken EQ'da daha ziyade duyuşsal özellikler ve becerilerin ön planda olduğuna dikkat çeken yazar, "İnsan IQ'sunun %80'ini anneden; %20'sini babadan almaktadır." diyerek IQ'nun kalıtsal özelliklerinden de bilgiler sunmaktadır. Yazar araştırmalar sonucunda IQ'nun, insan hayatındaki başarılarına etkisinin %20 oranında olduğunu belirtmektedir. Geriye kalan %80 oranında başka etkenler vardır. Sosyal hayat, çevre, aile, yetenekler, arkadaş-dost ortamı, şans... Bu etkenlerden sadece bazılarıdır. Yani IQ'nun dışında kalan her şey diyebiliriz.

Yazar duygusal zekâyı, kişinin kendi duygularını anlaması, başkalarının duygularıyla empati kurması ve bütün bunları yaşamı zenginleştirecek biçimde düzenleyebilme yetisi olarak tanımlamaktadır.

Üçüncü bölümde, yazar duygusal zekâyı derinlemesine incelemektedir. Yazar, duygusal zekâyı geliştirebilmek için duygulara gem vurmanın tersine, duyguları akışına bırakmak gerektiğinden bahsetmektedir. Hatta bu konuda son dönemlerin en meşhur ressamlarından Bob ROSS'u örnek göstermektedir. Bob ROSS, resimlerinde duygularını akışına bırakabilen bir ressamdır.

Bu bölümde birçok duyguya da yer veren yazar, bu duyguların insan hayatındaki yeri ve etkilerine de açıklık getirmektedir. Örneğin öfke: Öfkesine yenik düşen insanlar daha sonra yaptıklarının farkına vardıklarında, utanç ve pişmanlıkla savaşmak zorunda kalırlar. Bir diğer örnek de tasalanma örneğidir. Yazar tasalanmayı, olabilecek aksaklıkların ve bunlara karşı alınacak önlemlerin bir provasası olarak tanımlamaktadır.

"Fırsatlara Açılan Pencereleler" başlığı ile dördüncü bölüme başlayan yazar, bu bölümde duygusal zekânın temelinden bahsetmektedir. Bu temelden bahsederken, çocukluk döneminde ev ve okul yaşantımızın duygusal zekâmız üzerinde bıraktığı izleri örneklemelerle anlatmaktadır. Bu dönemin bizde bıraktığı izlerin, tüm yaşamımız boyunca bizimle var olabileceği hakkındaki düşüncesini örnek delillendirmeler ışığında izah etmektedir.

Dördüncü bölümde yazar, çocukluğumuzu geçirdiğimiz aile ortamından bahsederken, anne ve babamızın duygusal zekâlarının gelişmiş olmasının bizleri olumlu yönde etkilerken, bu durumun tam tersinin de olabileceğini belirtmektedir. Aynı zamanda anne-babanın çocuğuna duygusal zekâ hususunda bazı temel unsurları öğrenmede katkı sağlayabileceğini de belirten

yazar, bu unsurları şöyle sıralamaktadır: Duygularını kontrol altında tutabilmek, duyguların farkına varıp bunları idare edebilmek, empati gösterebilmek, ortaya çıkan hislerle baş edebilmek.

Anne-babaları da kendi arasında, hisleri tamamen göz ardı edenler, fazlasıyla serbest bırakanlar, saygı göstermeyenler şeklinde üçe ayıran yazar, bu ayrımlar altında anne-babaların davranışlarına örnekler vermektedir.

Son bölüm olan beşinci bölüm, “Duygusal Okuryazarlık” ana başlığını taşımaktadır. Kitabın bu bölümünde ise yetişme dönemi içerisinde duygusal manada çevresiyle uyumayı beceremeyenlerin ileriki yaşlarda karşılaşacakları olumsuz durumlar hakkında bilgi veren yazar, duygusal zekâ konusunda bireydeki eksikliklerin, çeşitli depresif sıkıntıları da beraberinde getireceğini dile getirmektedir. Duygusal zekâ konusunda çalışmalarda bulunan bazı okullarda öğrencilere sorunsuz ve güzel bir hayat yaşamaları için gerekli duygusal ve sosyal becerilerin öğrencilere nasıl aktarıldığına dair belgeler sunan yazar, duygusal okuryazarlık eğitiminin ilk olarak ailede başlamakta olduğundan bahsederken, ailelerin bu konuda yetersiz kalması durumunda, bu konuda temellerin sağlam olması açısından okullarda pekiştirilmesi gerektiğini vurgulamaktadır.

Yazar, okulların ve öğretmenlerin akademik bilgilerin yanı sıra duygusal okuryazarlık eğitimi vermeleri gerektiğini vurgularken, bunun temel sebebi ise sadece akademik açıdan elde edilen başarının insanı mutlu etmede yeterli olmamasından kaynaklanmaktadır. Bu bakımdan öğretmenlerin okul içinde ve okul dışında öğrencilere örnek olduğu ortadadır. Öğretmenler bu konuda öğrenci-öğrenci, öğrenci-öğretmen etkileşiminde rol gösterici olmalıdır. Eğer öğretmenler sadece akademik bilgilerin üzerinde dururlarsa, öğrencilerin IQ’sunu geliştirmesinde faydalı olurken, EQ’suna fayda sağlamayacaklardır. Aynı zamanda yazar, derslerde ne öğretildiğinden ziyade nasıl öğretileceği hususunda yoğunlaşmakta, öğretimden ziyade eğitim hususunun üzerinde durulması gerektiğini vurgulamaktadır. Bu sebepledir ki duygusal okuryazarlık eğitiminde öğretmenlere büyük görev düşmekte ve bu eğitimin başarısında bir bakıma öğretmenin niteliği de etkili olmaktadır.

Duygusal zekâsı yüksek olan bir öğretmenin, öğrencilere güzel bir model oluşturuyor olmasının, ailede kazanılamayan ya da eksik kalan duygusal okuryazarlığın okulda üst düzeye çıkartılarak bireyin eksikliklerinin giderilmesinde büyük katkısı olduğunu görmekteyiz.

“Duygusal Zekâ” ve yazarı hakkında verdiğimiz bilgilerden sonra genel bir değerlendirme yaptığımızda sonuç olarak şunlar söylenebilir: Geniş çaplı bir araştırmanın sonucu olarak ortaya çıkan bu eser, hem duygusal zekâ konusunda hem de konuya ilişkin verdiği zengin örnekler bakımından önem

arz etmekte ve konu ile ilgili kaynak kitap olarak kullanılabilir bilgiler içermektedir. Lâkin, yazar eserinde duygusal zekâ kavramına, örnekler ışığında açıklama getirmeye çalışırken Darwinist bir yaklaşım içerisinde insan doğasına yaklaşmaktadır. Bu yaklaşım içerisinde ne kadar doğru sonuçlar elde edilebileceği konusu tartışılmalıdır.

Aynı zamanda bu eser kendi yazıldığı dönem içerisinde değerlendirildiğinde, o günün bilimsel araştırma ve bulguları ışığında konuya önemli açıklamalar getirmiş ve zihinlerde farklı görüşlerin oluşmasına katkıda bulunmuş olsa da günümüz teknolojisi ve bilimsel bulguları tekrar dikkate alınarak aynı kavram üzerinde araştırma yapıldığında farklı sonuçlarla ve bulgularla karşılaşılabileceği göz ardı edilmemelidir.