

GEREKİSİNİM-DUYGU ORGANİZASYONU: BİR DENEME

Kamran Aliyev*, Vesile Şentürk Cankorur**

* Araş. Gör Dr., Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı

** Prof. Dr., Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı

ÖZET

Bilim dünyasında duygu kavramı geniş biçimde ele alınmış ve duyguya ilişkin çeşitli teoriler öne sürülmüştür. Bu teorilerde duygu ve gereksinim birbirinden bağımsız işlevler olarak tartışılmıştır. Ancak duygu ve gereksinim arasındaki ilişkinin yeterince sorgulanmadığı izlenimi edinilmiştir. Örneğin; hangi duygu hangi gereksinimle ilişkilidir sorusu tartışılabilir. Kanımızca duygu ve gereksinim arasındaki ilişki bilim dünyasında ilgi çekmemiş ve bu ilişkiye yeterince odaklanılmamıştır. Bu yazıda duygu tanımlarına ve gereksinimle duygu arasındaki ilişkiye yeni bir önerme getirilmeye çalışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Gereksinim, Duygu, Gereksinim-Duygu Organizasyonu

NEED-EMOTION ORGANİSATION: AN ESSAY

ABSTRACT

In the world of science, the concept of emotion has been widely discussed and various theories regarding emotion have been proposed. In these theories, emotion and need are discussed as independent functions. However, the impression was that the relationship between emotion and needs has not been sufficiently questioned; for example, which feeling is related to which need is still questionable. We think the relationship between feelings and needs has not attracted interest in the scientific world and this relationship has not been focused enough. In this text, we suggest a new proposition to the relation between emotion definitions and needs.

Keywords: Need, Emotion, Need-Emotion Organisation

Gereksinim - Duygu Organizasyonu

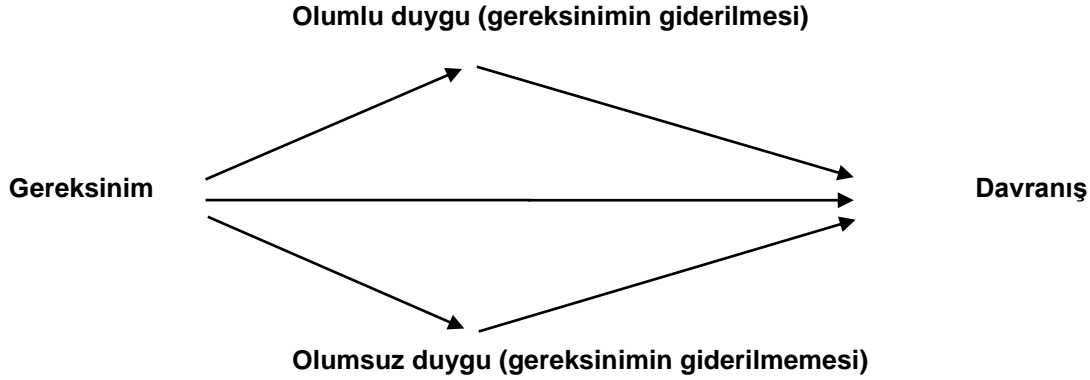
Bilim dünyasında duygu daha geniş yer almış ve duyguya ilişkin çeşitli teoriler öne sürülmüştür (Myers 2004). Freud; libido ve tanatos duygusunu tanımlarken (Freud, 1923), Fromm aşk duygusu üzerinden teoriler sunmaktadır (Fromm, 1941). Adler ise eksiklik duygusuna odaklanmış bu duyguya ilişkin önermelerde bulunmuştur (Adler, 1927). Bu örnekler arttırılabilir. Gereksinimler konusunda ise en geniş bilgi veren Maslow olmuştur; Abraham Maslow 1943 yılında ortaya çıkardığı "İhtiyaçlar Hiyerarşisi" kuramında insanın yaşam içerisinde motivasyonunu oluşturan güdülerinin kendi içerisinde bir sistemi olduğunu ve bunların da 5 ana grupta toplandığını söylemiştir: fizyolojik ihtiyaçlar, güvenlik ihtiyaçları, ait olma ve sevgi ihtiyacı, saygı ihtiyacı ve en üst düzeyde - kendini gerçekleştirme ihtiyacı (Maslow, 1943). Bu teorilerde duygu ve gereksinim birbirinden bağımsız işlevler olarak ele alınmıştır. Kanımızca duygu ve gereksinim arasındaki ilişki bilim dünyasında ilgi çekmemiş ve bu ilişkiye yeterince odaklanılmamıştır; örneğin hangi duygu hangi gereksinimle ilişkilidir sorusu tartışılabilir. Bu yazıda gereksinim ve duygu tanımlarına ve aralarındaki ilişkiye yeni bir önerme getirilmeye çalışılmıştır.

Duygu (emotion) ve gereksinim (need) psikolojide ve tıpta insan psikolojisinin temel işlevleri arasında tanımlanmaktadır. *Duygu*; bireyin ruh halinde, içsel ve çevresel tesirlerle etkileşimden doğan kompleks psikofizyolojik ve davranışsal bir değişimdir." (Sternberg, 1998; James, 1884). *Gereksinim* de benzer biçimde; karşılandığında haz, karşılanmadığında acı ve hüznün veren; karşılandıkça şiddetini kaybeden, zaman içinde kendini tekrarlayan, alışkanlık haline gelebilen, sınırsız ve öznel olan ihtiyaçtır. " olarak tanımlanmaktadır.

"*Duygu*, bireyin ruh halinde biyokimyasal (içsel) ve çevresel tesirlerle etkileşimden doğan kompleks psikofizyolojik bir değişimdir" tanımı genel özellikler taşımaktadır, özgüllük taşımamaktadır. Bu tanım düşünce ve algı için de kullanılabilir. Bu denemede bir önerme olarak ele alınan *Gereksinim-Duygu Organizasyonu (GDO)* varsayımında "*Duygu*, bireyin gereksinimlerinin giderilmesinden/giderilmemesinden (olumlu/olumsuz) doğan veya gereksinimlerin giderilmesine/giderilmemesine verilen bir tepkidir, kompleks psikofizyolojik durumdur." biçiminde kavramlaştırılmaktadır.

Gereksinim-Duygu Organizasyonu (GDO), gereksinim (ihtiyaç, arzu, istek, dilek) ve duygudan oluşmaktadır. Gereksinim giderildiğinde olumlu duygu oluşurken gereksinim giderilmediğinde olumsuz duygu oluşur. Duygu gereksinim organizasyonu algılama ve düşünce ile birlikte insan davranışını belirler. Örneğin yemek isteği gereksiniminin giderilmesinden; tokluk hissi (pozitif, hoşnut duygu) ve tam tersi yemek isteği gereksiniminin giderilmemesinden açlık hissi (negatif, hoşnutsuz duygu) oluşur. Davranış olarak yemek arama davranışı yemek isteği gereksiniminden kaynaklanır.

Duygusal sistemin nasıl çalıştığı, nasıl tetiklendiği, nasıl organize olduğu, psikopatolojinin nasıl oluştuğu bilimde tartışmalıdır ve GDO varsayımı bu tartışmalara katkı sağlayabilir.



Şekil: Gereksinim ve duyguların etkileşimi.

GDO varsayımına göre; temel gereksinimler ve bunların türevi olan gereksinimler, bu gereksinimlerin oluşturduğu duygular, bu gereksinim ve duyguların oluşturduğu düşünceler, gereksinim, duygu ve düşünce kompleksinin ortaya çıkardığı davranışlar ve tüm bu unsurların birbiriyle etkileşimleri ile ortaya çıkan bir yapı/organizasyon söz konusudur.

Temel gereksinimler içerisinde, yaşamak isteği ve türünü sürdürme içgüdü, sevme-sevilmeye içgüdü, ölme içgüdü yer alırken; temel gereksinimlerden türeyen gereksinimler ise sosyal gruba aidiyet gereksinimi, liderlik gereksinimi, güzel olma gereksinimi olarak sıralanabilir. Temel ve türev gereksinimler olumlu/olumsuz duyguları oluşturmaktadır.

GDO varsayımına örnekler:

- Fiziksel gereksinimlerin (yeme, cinsellik) giderilmesinden rahatlama hissi (hoşnutluk duygusu) oluşurken fiziksel gereksinimlerin giderilmemesinden açlık, üşüme, rahatlayamama duyguları (hoşnutsuzluk duygusu) oluşur. Davranış olarak uygun fiziksel koşullar arama davranışı fiziksel gereksiniminden kaynaklanır. Cinsel gereksinimlerin giderilmesi/giderilmemesi sosyal düzenlemeler ile farklı boyutlara taşınmış ve aşk, özlem ve kıskançlık duygularına dönüşmüştür.

- Yaşamak isteği gereksiniminin giderilmesi güvenlik hissi (hoşnutluk duygusu) ve giderilmemesi ile korku, endişe, öfke hissi (hoşnutsuz duygusu) oluşur. Davranış olarak güvenlik arayışı, çevreye uyum ve merak davranışı yaşam gereksinimlerinin giderilmesine yöneliktir.

- Sosyal gruba ait olma gereksiniminin giderilmesi güvenlik hissi (hoşnutluk duygusu) ve tam tersi sosyal gruba ait olma gereksiniminin giderilmemesi güvenme ve reddedilme korkusuna (hoşnutsuzluk duygusu) neden olur. Güvenlik arama davranışı (yetişkinde çocuksu-nevrotik davranış) sosyal gruba ait olma gereksiniminden kaynaklanır.

- Sosyal iletişim gereksiniminin giderilmesinden - iletişim zevki, sempati, aşk hissi (pozitif, hoşnut duygu) ve tam tersi sosyal iletişim gereksiniminin giderilmemesinden - özlem hissi (negatif, hoşnutsuz duygu) oluşur. Davranış olarak sosyallik davranışı, sosyal iletişim gereksiniminden kaynaklanır.

- Güzellik gereksiniminin giderilmesinden - hayranlık hissi (pozitif, hoşnut duygu) ve tam tersi güzellik gereksiniminin giderilmemesinden - iğrenme hissi (negatif, hoşnutsuz duygu) kaynaklanır.

- Lider olmak gereksiniminin giderilmesinden - kibir, (pozitif, hoşnut duygu) ve tam tersi lider olmak gereksiniminin giderilmemesinden - öfke, kıskançlık, aşağılanmış hissi (negatif, hoşnutsuz duygu)

kaynaklanır. Davranış olarak ünlü olmak, şan, önderlik araması davranışı lider olmak gereksiniminden kaynaklanır.

- Özgürlük (azad olma) gereksiniminin giderilmesinden - tutku, risk hissi (pozitif, hoşnut duygu) ve tam tersi özgürlük gereksiniminin giderilmemesinden - öfke, inatçılık hissi (negatif, hoşnutsuz duygu) kaynaklanır. Davranış olarak kararlılık, üreticilik, sorumluluk davranışı özgürlük gereksiniminden kaynaklanır.

- Mükemmel olmak gereksiniminin giderilmesinden - gurur, kıvanç hissi (pozitif, hoşnut duygu) ve tam tersi mükemmel olmak gereksiniminin giderilmemesinden - utanç, eksiklik hissi (negatif, hoşnutsuz duygu) kaynaklanır.

- Kendini yüksek amaca adanmak gereksiniminin giderilmesinden - İyilik, kutsal aşk hissi (pozitif, hoşnut duygu) ve tam tersi kendini yüksek amaca adanmak gereksiniminin giderilmemesinden - vicdan, suç hissi (negatif, hoşnutsuz duygu) kaynaklanır. Davranış olarak yüksek değerler arayışı ve kendini ona adanması davranışı kendini yüksek amaca adanmak gereksiniminden kaynaklanır.

Eros-Tanatos ve Gereksinim-Duygu Organizasyonu (GDO) varsayımı

Freud'e göre içgüdüler iki temel kökene dayanır; Eros (yaşama içgüdü, libido) ve Tanatos (ölüm içgüdü). Freud, tüm duygu ve düşüncelerin Eros ve Tanatos enerjisi ile ilişkili olduğunu varsayar. Olumlu duygular ve düşünceler libido enerjisinden kaynaklanır. Sevgi ve daha yüksek duygular libidonun sublimasyonu ile gelişir. Öfke duygusu (agresyon) Tanatos enerjisinden kaynaklanır (Freud, 1923).

GDO varsayımı duygu ve gereksinimleri psikodinamik teorilerden farklı bir bakış açısı ile ele almaya çalışmaktadır. GDO varsayım açısından olumlu duyguların tek kaynağı libido değildir; başka duygu kökenleri de bulunmaktadır; türünü sürdürme içgüdü, sevmeye-sevilmeye içgüdü gibi. GDO varsayımına göre öfke ölme isteğinden (tanatostan) doğmamıştır; farklı gereksinimlerin (yaşamak isteği veya lider olma isteği gibi) karşılanmamasından kaynaklanan olumsuz bir duygudur. GDO varsayımı Eros ve Tanatosu dikotomik bir biçimde ele almaz; Eros ve Tanatos duygu köklerinin yer aldığı bir yelpazede yer alan iki uç olabilir ve bu yelpazede belki bu iki içgüdüün karışımından oluşan başka kökenler veya tamamen ayrı kökenler de bulunabilir. Örneğin sevmeye-sevilmeye duygusu bazen olumlu bir duygu iken bazen olumsuz bir duyguya hatta hastalıklı bir ruh haline dönebilir.

Psikopatoloji ve GDO varsayımı

GDO varsayımına göre avolusyon, asosyalite, apati, anhedoni, aloji; gereksinimlerin belirgin derecede azalması ile ilişkilidir. GDO varsayımına göre dezorganize davranış kişinin gereksinimleri (gereksinimlerin azalmasından dolayı olabilir) ile duyguları arasındaki ilişkinin bozulması ile ortaya çıkar ve bu durum anlamsız davranışların ortaya çıkmasına neden olur. GDO varsayımına göre Hebefrenik şizofrenide duygular kişinin iç kaynak gereksinimlerinden kopmuştur ve duygular yalnız dış uyaranlara ya da bellekten kaynaklanan önemli çağrışımlara aşırı tepki vermektedir (örn; ekolali).

İki uçlu duygudurum bozukluğunda gereksinimlerin artışı söz konusudur. Gereksinimlerin artışı duyguların şiddetini arttırmaktadır. Artmış gereksinimlerin giderilmesi artmış olumlu duygu (mani) oluştururken giderilmemesi olumsuz duygu (depresif) oluşturmaktadır, kısmi giderilmesi olumlu ve olumsuz duyguları aynı anda oluşturmaktadır (karma).

Başka bir deyişle, şizofrenide gereksinimler azalmakta, iki uçlu duygudurum bozukluğunda ise aksine gereksinimler artmaktadır.

GDO varsayımına göre depresyon gereksinimlere verilen duygu yanıtının bozulmasıdır; olumlu duyguların belirgin azalması (isteksizlik, zevk alamama, dikkat dağınıklığı) ve olumsuz duyguların artmasıdır (keyifsizlik, duygusallık, sinirlilik, suç hissi, aşırı kaygılar, aşırı ağrı hissi, sürekli yorgunluk hissi).

Sonuç olarak, kanımızca mevcut bilgilerimiz duygusal sistemin nasıl çalıştığını, nasıl tetiklendiğini, nereden kaynaklandığını, nasıl organize olduğunu, psikopatolojinin nasıl oluştuğunu yeterince açıklayamamaktadır. Gereksinim duygu davranış organizasyonu denemesi bu tartışmalara katkı sağlayabilir.

KAYNAKLAR

Adler, A. (1927). *Understanding human nature*, New York: Greenberg.

- Freud, S. (1923). *The ego and the id*. Standart Edition, 19: 1-66.
- Fromm, E. (1941). *Escape from Freedom*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Fromm, E. (1973). *The Anatomy of Human Destructiveness*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- James, W. (1884). What is an Emotion? *Mind*, Vol. 9, No. 34, pp. 188-205.
- Myers, D.G. (2004). *Theories of Emotion*. Psychology: Seventh Edition.
- Maslow, A.H. (1943). A Theory of Human Motivation *Originally Published in Psychological Review*, 50, 370-396.
- Sternberg, R. (1998). *In Search of the Human Mind*, 2nd (Eds.) Harcourt, Brace, p 542.