

BU BİR KOMPLO!

“Paranoyak olman, izlenmediğin anlamına gelmez!” vecizesini duymuşsunuzdur mutlaka. Toplumumuzda adeta ikili delilik seviyesine bizi ulaştıran bu bakış açısıyla daha da güçlenen komplo teorilerinin çıkış noktasını ve psikolojimiz üzerindeki etkisini araştırdık.

BELLİ KONULARLA SİSTEMLİ OLARAK İLGİLENMEK, bilgileri biriktirmek ve tüm parçaları anlamlı bir bütün oluşturacak şekilde birleştirmek bir komplo teorisi üretmenin altında yatan aşamalar olarak özetlenebilir.

Ama her şeyden önce, ‘Bana kül yutturamazsınız’ psikolojisiyle yetişmiş nesiller olarak komplo teorisi üretme konusunda doğal yollarla gelişen bir uzmanlık elde ettiğimizi kabul ederek işe başlamalıyız. Öyle ki, güvensizlik kaçınılmaz olarak paranoyayı da beraberinde getiriyor. Bu da demek oluyor ki şüphecilik sadece bireyleri değil toplumları da yavaş yavaş ele geçiriyor. Hiçbir şeyin görüldüğü gibi olmadığına dair inanç, bir yandan artarken politikadan ilişkilere uzanan bir skalayı da temelden sarsıyor. Artık her bir olayı gördüğümüz, bildiğimiz ya da sandığımız şekilde değil, arka planda dönen başka oyunlar, senaryolar ve işler olduğu duygusuyla yaşıyoruz. Bu sanal kurgular her geçen gün düşünce biçimimize sirayet ederek korkuların, endişelerin ve güvensizliğin had safhaya ulaşmasına önayak oluyor. Bu politik ve sosyal paranoya halinden kurtulmak, içinde bulunduğumuz şartlar dahilinde ne kadar mümkün bilemesek de konuyla ilgili bir uzmana danıştık. DBE Davranış Bilimleri Enstitüsü’nden Uzm. Klinik Psikolog Emre Konuk, son dönemde her türlü insan ilişkisindeki ve toplumdaki güvensizlik duygusunda görülen artışı şu sözlerle açıklıyor; “Kaygıyla birlikte geleceğin belirsiz olduğu düşüncesi yaygın yaşanıyor. Eski travmatik süreçler tetikleniyor. Kaos çok yakın bir tehlike olarak yaşanıyor. Karamsarlık yayılıyor. Kaygı, korku ve panik

analiz yapabilmeye becerimizi bloke eder. Eski zamanlara göre bu yoğunluk büyük ölçüde sosyal medya ile de ilgilidir. Sağduyunuzu işletseniz bile mahalle baskısı, yani genelin dışında yorum yapmak, bunu dile getirmek, tavır geliştirmek kolay olmaz.” Anlaşıldığı üzere, kaos, terör, gerginlik, ötekileştirme, çatışma... Tüm bu etkenler bir araya geldiğinde sağlıksız düşüncelerin bedenlerimiz üzerindeki hakimiyeti de artırıyor. Büyüklerimiz tarafından çocukluğumuzda duymaya alışık olduğumuz ‘Her duyduğuna inanma’ uyarısı naifliğini kaybettiğçe, gözümüzün önünde cereyan eden olaylar karşısında güvensiz bir tutum içine girmek artık günümüz gerçeklerinden biri haline geliyor.

KAPALI KAPILAR ARDINDA...

Peki, kendimizi her söylenene inanmama ve altında başka bir neden yattığını düşünme psikolojisinden sıyrılmak ve daha sağlıklı hissetmek adına neler yapabiliriz? Bu sorumuzu şöyle yanıtıyor Psikolog Konuk; “En büyük yanlış; gelecekle ilgili stratejilerimizi korku ve kaygı üzerine inşa ediyor olmamızdır. Bilmemiz gereken şey, yaşadığımız bu sürecin temelinde kaygı ve korkunun ağır bastığı. Tüm korkularda ana unsur, yaşantının irrasyonel oluşu. Bir kez asansörde kaldığımızda bütün asansörler tehlikeli hale gelir. Bizi olumsuz tetikleyen her şeyden, konuşmadan, ilişkilerden, insanlardan ve karamsar senaryoların şehvetinden uzak durmak, eğer becerbiliyorsak yeterli olacak. Bunu beceremiyorsak, hiç değilse bu ruh halimizi çocukların ve gençlerin yanında yansıtmamayı onları düşünerek deneyebiliriz.” İngiliz Psikolog ve King’s College Profesörü Patrick Leman insanların neden bu tip bir ihtiyaç içinde olabileceği hakkında bir çalışmada şunları söylüyor; “Tuhaf bir şekilde bazı komplo teorileri olayları, insanların güvenlik ve öngörülebilirlik ihtiyacını tatmin edecek şekilde açıklıyor. İnsanları en fazla

““ HİÇBİR ŞEYİN GÖRÜNDÜĞÜ
GİBİ OLMADIĞINA DAİR İNANÇ
HER GEÇEN GÜN ARTIYOR! ””



PSİKOLOG KONUK, TÜRK TOPLUMUNUN KOMPLO TEORİSİ ÜRETME SIKLIĞININ TEMELİNDE PEK ÇOK FAKTÖR YATTIĞINI SÖYLÜYOR:

“Hiçbir sosyolojik olay durup dururken, nedensiz ortaya çıkmaz. Yakın tarihimize baktığımızda bugünü açıklamak çok da zor olmaz. 100 yıl önce koskoca imparatorluk parçalandı, savaşlar verildi, göçler yaşandı, insanlar topraklarını bıraktı. Buna neden olan ülkelerle dost ve müttefik olarak yaşamak zorunda kaldık. Yani onlardan veya başkalarından her an her şey beklenir ve olabilir duygusuyla yaşadık.

Daha yakın tarihimize baktığımızda, somut düşmanların komünistler ve dinciler olduğunu düşündük. Sovyetler Birliği'nin dağılmasıyla komünist tehlikesi ortadan kalktı ama muhafazakarların her an ayaklanıp bir gün ülkeyi İran'a dönüştürecekleri korkusu hep canlı tutuldu. Aslında bu korkular tümüyle gerçeklikten uzak değildi. Sovyetler Birliği'nde bazı işçi sendikalarında çok etkiliydi, ayaklanma provaları yapılırdı. Ülke sağcı-solcu kavgalarıyla yıllarca yaşadı. 1970-1980 arası günde ortalama 25 kişi öldürülürdü. Sıkıntı, siyasilerin ülkenin ekonomik gelişmesine ve eğitime odaklanmak yerine birbirleriyle kavgaya odaklanmalarıydı. Çaresizlik içinde hep ordu işbaşına çağırıldı. Ülkemizde inanışlar yüzünden bir ayaklanma korkusunun dayanağı hiç olmadı. Çünkü Cumhuriyet'in kuruluşundan bu yana herkes ayaklandı ama bu tip ayaklanma hiç yaşanmadı. Son yaşadığımız mesele ise sosyal karşılığı olmayan din temelli bir hareket olmaktan çok, iyi organize olmuş bir mafya girişimi olarak görülebilir. Ancak adı geçen örgütün, bizim geleneksel komplo teorilerimizi ciddi biçimde besleyen bir rolü olduğu da bir gerçek.”

rahatsız eden şey belirsizlik ve geleceğin tahmin edilememesidir.” Öyle ki, herkes öngörülebilir bir ülkede yaşamak ister ve istikrarsızlık asılsız teorilerin üretilmesini tetikleyen güçlü bir etken haline dönüşür.

Aslında birçok toplumsal araştırmanın sonucunda çıkan sonuç şu ki, komplo teorileri sıklıkla okuma-yazma oranı düşük, analitik düşünceden yoksun ve bireysel bakış açısı olan toplumlarda üretiliyor. Gelir ve inanma düzeyleri arasında da güçlü bir ilişki bulunuyor. Aynı ilişki şekli, eğitim için de geçerli. Ayrıca herhangi bir komplo teorisine inanan insanların diğerlerine de inanma olasılığı yükseliyor.

Böyle bakıldığında görüyoruz ki hepimiz psikolojik bir savaşın içinde yer alıyoruz. Unutmayın, veri olmadan bilgi, bilgi olmadan herhangi bir konuda fikir sahibi olmak mümkün değil. Tam da bu yüzden kaynağı belirsiz ya da doğruluğu ispatlanmamış her türlü rivayet bize psikolojik anlamda zarar veriyor. Ruh halimizi olumsuz etkiliyor, özel hayatımızda daimi bir tehdit unsuru yaratıyor ve bireysel ilişkilerimizi sarsıyor. İnceden inceye karakterimize sızan bu 'hastalık' ancak yazılan senaryolar doğru çıktığında o kişinin vücudundan tamamen atılabiliyor. Aksi takdirde, sizden çok büyük güçlerin oynadığı dev oyunlar arasına sıkışmış küçücük bir piyon olduğunuzu hissetmek sizi hareketsiz kılmakla kalmıyor aynı zamanda çaresiz ve güçsüz de hissettiriyor. Eleştirel düşünce biçimini geliştirmek ve hakikatin peşinde koşmak bu durumun önüne set çekebilir ancak üzerinde yaşadığımız bu coğrafyanın da durumu oldukça güçleştirdiğini inkar edemeyiz. Ancak bu demek değil ki şüphe etmekten tamamen vazgeçmemiz gerekiyor. Her ne kadar şüphelilik psikolojide makbul kabul edilmese de, şüphenin rasyonel bir zekanın fonksiyonu olduğu gerçeğini de atlamamalıyız. Kilit nokta, zararsızlık çizgisini aşıp paranoya haline dönüşmesine izin vermemekten geçiyor. Zira bu teorileri kronikleşmiş bir şekilde üretmenin hem sosyal hem kişisel zararlara yol açtığını da unutmamak gerek. Çoğu zaman ayaklı gazete olarak gezmenin kimseye bir faydası olmamakla birlikte tasa katsayısını artırarak, gerçeklikten uzaklaşma ve kopma hali yaşattığı da bir gerçek. 'İşte, bunlar hep Amerika'nın oyunu' demeden önce, bu şekilde düşünmeye itilerek esas oyuna gelenin kendiniz olmadığımıza emin olun. Yanındakini, 'ajan o ajan' diye sorgulamadan önce bu tip teoriler üretmek esas kendinizin nereye ya da kimlere hizmet ettiğini düşünün. Tüm olayları objektif bakış açısıyla ve etrafınızdaki tüm sesleri susturarak okuyun, araştırın, dinleyin, değerlendirin. Komplo teorisi üretmeye vakit ayırmak yerine doğru veri, bilgi ve düşünceyle donanmanın ve nihayetinde mantık çerçevesinde bir tablo yaratmanın en sağlıklı yöntem olduğunu unutmayın.