



AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ



Buket CAN

DAVID HUME'UN FELSEFESİ BAĞLAMINDA KADINLARDAKİ DOĞUM
KORKUSUNUN (TOKOFOBİ) FELSEFİ DEĞERLENDİRMESİ

Felsefe Ana Bilim Dalı
Yüksek Lisans Tezi

Antalya, 2021



AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ



Buket CAN

DAVID HUME'UN FELSEFESİ BAĞLAMINDA KADINLARDAKİ DOĞUM
KORKUSUNUN (TOKOFOBİ) FELSEFİ DEĞERLENDİRMESİ

Danışman

DR. ÖĞR. ÜYESİ Ekin KAYNAK İLTAR

Felsefe Ana Bilim Dalı

Yüksek Lisans Tezi

Antalya, 2021

Akdeniz Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne,

Buket CAN'ın bu çalışması, jürimiz tarafından Felsefe Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans Programı tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan : Prof. Dr. Kamile KABUKCUOĞLU

Üye (Danışmanı) : Dr. Öğr. Üyesi Ekin KAYNAK ILTAR

Üye : Dr. Öğr. Üyesi Süleyman Ertan TAĞMAN

Tez Başlığı: David Hume'un Felsefesi Bağlamında Kadınlardaki Doğum Korkusunun
(Tokofobi) Felsefi Değerlendirmesi

Onay : Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Tez Savunma Tarihi : 19/01/2021

Mezuniyet Tarihi : / / 20...

Prof. Dr. Suat KOLUKIRIK
Müdür

AKADEMİK BEYAN

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “David Hume’un Felsefesi Bağlamında Kadınlardaki Doğum Korkusunun (Tokofobi) Felsefi Değerlendirmesi” adlı bu çalışmanın, akademik kural ve etik değerlere uygun bir biçimde tarafımda yazıldığını, yararlandığım bütün eserlerin kaynakçada gösterildiğini ve çalışma içerisinde bu eserlere atıf yapıldığını belirtir; bunu şerefimle doğrularım.

İmza

Buket CAN





T.C.
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU
BEYAN BELGESİ



SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ'NE

ÖĞRENCİ BİLGİLERİ	
Adı-Soyadı	Buket CAN
Öğrenci Numarası	20185231005
Enstitü Ana Bilim Dalı	Felsefe ABD
Programı	Felsefe
Programın Türü	(X) Tezli Yüksek Lisans () Doktora () Tezsiz Yüksek Lisans
Danışmanın Unvanı, Adı-Soyadı	Dr. Öğr. Üyesi Ekin KAYNAK ILTAR
Tez Başlığı	David Hume'un Felsefesi Bağlamında Kadınlardaki Doğum Korkusunun (Tokofobi) Felsefi Değerlendirmesi
Turnitin Ödev Numarası	1494642233

Yukarıda başlığı belirtilen tez çalışmasının a) Kapak sayfası, b) Giriş, c) Ana Bölümler ve d) Sonuç kısımlarından oluşan toplam 62 sayfalık kısmına ilişkin olarak, 26/01/2021 tarihinde tarafımdan Turnitin adlı intihal tespit programından Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Çalışması Orijinallik Raporu Alınması ve Kullanılması Uygulama Esasları'nda belirlenen filtrelemeler uygulanarak alınmış olan ve ekte sunulan rapora göre, tezin/dönem projesinin benzerlik oranı;

alıntılar hariç % 3

alıntılar dahil % 11'dir.

Danışman tarafından uygun olan seçenek işaretlenmelidir:

(+) Benzerlik oranları belirlenen limitleri aşmıyor ise;

Yukarıda yer alan beyanın ve ekte sunulan Tez Çalışması Orijinallik Raporu'nun doğruluğunu onaylarım.

(-) Benzerlik oranları belirlenen limitleri aşıyor, ancak tez/dönem projesi danışmanı intihal yapılmadığı kanısında ise;

Yukarıda yer alan beyanın ve ekte sunulan Tez Çalışması Orijinallik Raporu'nun doğruluğunu onaylar ve Uygulama Esasları'nda öngörülen yüzdeleri sınırlarının aşılmasına karşın, aşağıda belirtilen gerekçe ile intihal yapılmadığı kanısında olduğumu beyan ederim.

Gerekçe:

Benzerlik taraması yukarıda verilen ölçütlerin ışığı altında tarafımda yapılmıştır. İlgili tezin orijinallik raporunun uygun olduğunu beyan ederim.

...../...../.....

Dr. Öğr. Üyesi Ekin KAYNAK ILTAR

İÇİNDEKİLER

ÖZET	ii
SUMMARY	iii
TEŞEKKÜR	iv
ÖNSÖZ	v
GİRİŞ	1

BİRİNCİ BÖLÜM

DAVID HUME'UN EPİSTEMOLOJİSİ VE NEDENSELLİK ELEŞTİRİSİ

1.1. Bilgi.....	8
1.1.1. Hume'da Bilginin Temeli: Algı	8
1.1.2. İzlenimler ve İdeler	10
1.1.3. Benzerlik, Bitişiklik, Neden ve Etki	12
1.1.4. İdeler Arası İlişkiler ve Olgusal Durumlar	14
1.2. David Hume'un Nedensellik Eleştirisi	16
1.2.1. Tümevarım	16
1.2.2. Nedensellik.....	19
1.2.3. Nedenselliğin Kaynağı: Alışkanlık	27

İKİNCİ BÖLÜM

DAVID HUME'UN PERSPEKTİFİNDEN DOĞUM KORKUSU

2.1. Korku	31
2.2. Koşullama	36
2.3. Doğum Korkusu Nedir?	45
2.4. Doğum Korkusunun Nedenleri ve Sonuçları	46
2.5. David Hume'un Perspektifinden Doğum Korkusu	51

SONUÇ	58
KAYNAKÇA	62
Ö Z G E Ç M İ Ş	65

ÖZET

Felsefe tarihinin şüphesiz ki en önemli filozoflarından biri David Hume'dur. Bunda hem Hume'un ortaya koymaya çalıştığı tutarlı empirizmi hem de nedensellik eleştirisi etkili olmuştur. Hume, nedensellik eleştirisi ile pozitif bilimlerin temelini de sorgulamaktadır. Diğer yandan Hume, insan zihninin önemli bir parçası olan nedenselliği ele alarak insan doğasını anlama noktasında kılavuz olmaktadır. Özellikle canlılar için son derece önemli olan korku duygusunu ve koşullama kavramını ele alırken Hume'un nedensellik eleştirisi yol gösterici olmaktadır. Koşullama kavramı, korkunun öğrenilen bir duygu olduğunu vurgularken nedensellik kavramı ise korkunun doğası hakkında ipuçları vermektedir. Çalışmanın temel odak noktası ise dünya genelinde kadınlarda yaygın olarak görülen doğum korkusu (tokofobi) dur. Doğum korkusu, kadını etkileyen bir problem olmakla birlikte aileyi ve toplumu da etkileyen son derece önemli bir sorundur. Doğum korkusunun farklı nedenleri bulunmaktadır fakat doğum korkusu temelde öğrenilen bir korku olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu nedenle doğum korkusunun nedenleri, sonuçları ve mücadele yolları ele alınırken Hume'un nedensellik eleştirisi önemli bir kaynaktır.

Anahtar Sözcükler: David Hume, Nedensellik, Koşullama, Kadın, Doğum Korkusu.

SUMMARY

PHILOSOPHICAL EVALUATION OF THE FEAR OF CHILDBIRTH (TOCOPHOBIA) IN THE CONTEXT OF DAVID HUME'S PHILOSOPHY

Undoubtedly one of the most important philosophers in the history of philosophy is David Hume. In this both the consistent empiricism that Hume tried to put forward and the criticism of causality were effective. Hume also questions the foundation of positive sciences with his critique of causality. On the other hand Hume is guiding the point of understanding human nature by addressing causality, which is an important part of the human mind. Hume's critique of causality is guiding, especially when dealing with the sense of fear and conditioning, which are extremely important for living things. While the concept of conditioning emphasizes that fear is learned emotion, the concept of causality gives clues about the nature of fear. The main focus of the study is fear of childbirth (tocophobia), which is common in women worldwide. Although the fear of childbirth is a problem affecting women, it is also an extremely important problem affecting the family and society. There are different reasons for the fear of childbirth but the fear of childbirth is basically a learned fear. Therefore, Hume's critique of causality is an important source when discussing the causes, consequences, and ways of dealing with the fear of childbirth.

Key Words: David Hume, Causality, Conditioning, Woman, The Fear of Childbirth.

TEŞEKKÜR

Lisans ve yüksek lisans eğitimim boyunca birikimlerini, deneyimlerini esirgemeyen ve her zaman desteğini hissettiğim değerli danışman hocam **Dr. Öğr. Üyesi Ekin KAYNAK ILTAR'a**, tez çalışmam boyunca bana destek veren ve çalışmamda beni yüreklendiren değerli hocam **Prof. Dr. Kamile KABUKCUOĞLU'na**, hayatım boyunca sevgisini ve desteğini esirgemeyen **aileme** ve bu süreçte sevgisiyle ve anlayışıyla yanımda olan değerli eşim **Eyyüp CAN'a** teşekkürü bir borç bilirim.



ÖNSÖZ

Doğum korkusu (tokofobi), kadınların yaygın olarak yaşadığı bir sorundur. Doğum korkusu kadının gebelik öncesinde, gebelik boyunca ve doğum sonrasında birçok problem yaşamasına da neden olmaktadır. Doğum korkusunun çeşitli nedenleri olmakla birlikte yıkıcı birçok sonucu da bulunmaktadır. Bu sonuçlardan en önemlileri sezaryen doğum oranlarının artması ve annenin doğum sonrası yaşadığı psikolojik sorunlar olarak görülmektedir.

Doğum korkusunun temeli ele alındığında ise “öğrenme” kavramı karşımıza çıkmaktadır. Öğrenme kavramı ise psikolojide koşullama ve nedensellik kavramları ile ele alınmaktadır. Nedensellik denilince kuşkusuz akla ilk gelen filozof Hume’dur ve çalışmanın temelinde bulunan nedensellik, koşullama, korku gibi kavramlar Hume’un perspektifinden ele alınmıştır. Hume’un felsefesinde nedenselliği ele alarak insan zihnine ışık tutması kayda değer felsefi bir çabadır.

Bu çalışmanın amacı esas olarak felsefi bakış açısıyla doğum korkusunu nedenleri, sonuçları ve mücadele yolları ile ele almaktır. Çalışmanın odak noktası ise hem David Hume’un felsefesi ve nedensellik eleştirisi hem de doğum korkusu hakkındaki literatürün değerlendirilmesi olmuştur. Bu nedenle öncelikle doğum korkusunun fiziksel, psikolojik boyutlarına değinilmiş ve sonuç olarak çalışmanın konusu David Hume’un felsefi perspektifinden değerlendirilmiştir.

Antalya, 2021

Buket CAN

GİRİŞ

Korku, canlılık kadar eski bir duygudur. Korku, canlılara hem yaşam için gerekli güdülenmeyi sağlamış hem de tehlikelere karşı sürekli dikkat kesilmeyi öğretmiştir. Ne var ki bu kadar hayati bir öneme sahip olan korku duygusu yoğun bir şekilde hissedildiğinde beraberinde birçok sorunu da getirmektedir. Bu sorunlar “korku” duygusunu aşır psikolojinin terminolojisiyle ifade edilecek olursa “fobi” haline gelmektedir. Özellikle modern dönemde korkularımız çeşitlenmiş ve daha da görünür hale gelmiştir. Bunda tarihsel, kültürel ve bilimsel gelişmelerin de etkisi vardır.

İşte bu korkularımızdan biri kadınların sıklıkla yaşadığı belki de kökeni çok eski olan fakat bizim için literatürde yeni sayılabilecek “doğum korkusu (tokofobi)” dur. Peki doğum korkusu nedir? Doğum korkusu en geniş anlamıyla doğum öncesi, doğum esnası ve de doğum sonrasında yaşanan korku olarak tanımlanmaktadır (Wijma, Wijma ve Zar’dan akt. Çiçek ve Mete, 2015: 263). Bir başka tanımda ise doğum korkusu vajinal doğumun neden olduğu kaygı ve endişe olarak tanımlanmaktadır (Lukasse, Schei ve Ryding’ten akt. Bolsoy vd., 2019: 82). Kısacası doğum korkusu varlığını salt gebelik sürecinde hissettirmeyip gebelik öncesinde ve sonrasında da kadının hayatını etkilemektedir. Annenin yaşadığı bu sıkıntı bebeğe, eşe ve dahası topluma yansımaktadır.

Her kadın fizyolojik açıdan farklı olduğu için her gebeliğin de farklı süreçler içerdiği yaygın bir ifadedir. Bundan dolayı her kadının yaşadığı korkunun nedenleri ve düzeyi de farklı olmaktadır. Fakat genel bir çerçevede belirtecek olursak doğum korkusunun nedenlerini üç ana başlık altında toplayabiliriz : Sosyodemografik, obstetrik ve psikososyal nedenler (Çiçek ve Mete, 2015: 263-265). Sosyodemografik özellikler yaş, medeni durum, eğitim ve gelir düzeyi gibi etkenleri kapsamaktadır (Çiçek ve Mete, 2015: 263). Obstetrik özellikler gebelik haftası, doğum ağrısı ve önceki doğum deneyimlerini içermektedir (Çiçek ve Mete, 2015: 264). Sosyal destek, eş desteği, öz-yeterlilik, post travmatik stres bozukluğu, düşük benlik algısı, çocukluk çağı istismarı ise psikososyal nedenler arasında gösterilmektedir (Çiçek ve Mete, 2015: 265).

Doğum her ne kadar doğal bir süreç olsa da kadınlar farklı nedenlerle doğum korkusunu yaşamaktadırlar. Fakat korku yoğun şekilde yaşandığında birçok olumsuz durumu da beraberinde getirmektedir. Mete (2013: 93), doğumda ağrı duyacağını düşünme ve doğum korkusu yaşamamanın kadınların doğum şeklini belirlemede önemli bir faktör olduğunu belirtmektedir. Dahası annenin yaşadığı bu korku doğumdaki ağrı ve stresle daha da artmakta ve fetüsün sağlığını da etkilemektedir (Lucio, Silva, Rodrigues, Veiga ve Vaacchi’dan akt.

Mete, 2013: 94). Ayrıca doğum korkusunun bebek sağlığı açısından da zararlı olan sonuçları olmakta ve anne bebek arasındaki bağları da etkilemektedir. Doğum korkusu yaşayan kadınlar ve bebekleri arasındaki ilişkide de güçlükler ortaya çıkarmaktadır (Areskog ve ark.'dan akt. Çiçek ve Mete, 2015: 265). Doğum korkusunun bir diğer sonucu ise kadınların sezaryen ile doğum yapma tercihlerinin artmasıdır (Fenwick ve ark.'dan akt. Çiçek ve Mete, 2015: 265). Son yıllarda sadece ülkemizde değil tüm dünyada artan sezaryen doğumlara şaşdırmamak gerekir. Eskiden salt sağlık problemleri sebebiyle tercih edilen sezaryen doğumlar son yıllarda doğum hakkında artan korkular sebebiyle de tercih edilmektedir.

Modern psikolojinin Pavlov'dan beri konuştuğu bir kavram vardır: "koşullama". Bu kavram, canlıların hem zihinsel süreçlerini hem de davranış örüntülerini açıklamak açısından son derece önemli bir kavramdır. Dikkatlice ele alındığında koşullama kavramının hem beklentilerimizi hem de korkularımızı belirlediği görülmektedir. Çünkü aynı koşulların aynı durumları yaratacağı zihinde bir kalıp olarak kabul edilmektedir. Bu bağlamda doğum korkusunu nedenleri ve sonuçlarıyla ele alındığında bazı nedenlerin koşullama yoluyla korku yarattığı görülebilmektedir. Bu bakımdan koşullama yoluyla edinilen bu korkuların söndürülmesi de mümkün görünmektedir ve bu doğrultuda doğum korkusu yaşayan kadınlara psikoeğitim verilebilmektedir. Çiçek ve Mete'ye (2015: 266) göre doğum korkusu azalan kadınların doğum ağrısı, doğum komplikasyonları, doğum süresi, oksitosin kullanımı, sezaryen doğum oranı, yenidoğan komplikasyonları ve postpartum psikolojik sorunlar da azalış gösterecektir.

Doğum korkusuyla mücadele etmede en önemli araçlardan biri doğuma hazırlık sınıfları olarak karşımıza çıkmaktadır. Mete ve arkadaşlarının (2017: 202) yaptığı bir araştırmada doğuma hazırlık sınıflarında doğum eyleminde korku, gerginlik, ağrı ve ağrının nasıl olumluya çevrilebileceği, doğum eyleminin nasıl olduğu ve buna hazırlık süreci, doğum esnasında kullanılan gevşeme yöntemleri ve doğum sonrası süreç hakkında bilgi verilmiştir. Sonuç olarak doğuma hazırlık sınıflarının doğum tercihlerini etkilediği ve doğuma hazır oluşu arttırdığı ortaya konmuştur (Mete ve ark., 2017: 205). Bolsoy ve arkadaşlarının (2019: 88) yaptığı bir çalışmada ise doğum korkusu yaşayan kadınlara verilen psikoeğitimin sonuç üzerindeki etkileri araştırılmış ve bu eğitimin vajinal doğum ve pozitif doğum deneyimi, doğum korkusu ve doğum sonrası depresif semptomlar üzerinde olumlu sonuçlar doğurduğu saptanmıştır. Gerçekten de hem anne-bebek hem aile hem de toplum açısından bu korkunun üstüne gidilmesi ve mücadele edilmesi gerekmektedir. Bu mücadeleler sonucunda olumlu sonuçlar alındığı takdirde mutlu anneler, babalar ve bebekler olacak dolayısıyla mutlu

ve sağlıklı bir toplum oluşacaktır. En önemlisi de doğum hakkındaki düşünceler zihinlerde “önyargı” olmaktan çıkacak, doğum daha çok doğal ve olumlu bir süreç olarak görülecektir.

Çalışmamızın temel konusu olan doğum korkusundan bahsettikten sonra korku kavramının felsefeyle soruşturulması için korkunun felsefedeki yerini irdelemek sanıyoruz doğru bir yaklaşım olacaktır. Peki korku kavramının kökeni nereden gelmektedir ve korku insanlara ne ifade etmektedir? Korkunun felsefe tarihindeki yeri nedir? Denebilir ki korkumuzun olguları dönemselsel olarak değişmektedir yani içinde bulunduğumuz dönemin kültürel, sosyal ve tarihsel yapısına uygun olarak şekil almaktadır. Bu durum felsefe tarihinde de açıkça görülmektedir. Örneğin İlk Çağda nedenini bir türlü bulamadığı ve anlamlandıramadığı doğa olaylarından korkan ve bunun nedenlerini merak eden insanın, doğaya bilimsel gözle baktığında ve nedenleri anlamaya çalıştığında korkusunun nesnesi değişmiştir. Mitolojik öğelerle doğayı anlamlandırmayıp “logos” ile düşünmeye başlamıştır. Benzer şekilde dönemin getirdiği kültürel, dinsel ve bilimsel görüşler ışığında bu durum Orta Çağda da Yeni Çağda da devam etmiştir. İlk Çağı ele alacak olursak, korku ve merak duygusu insanlar üzerinde o kadar baskın olmuştur ki felsefe bile ilk olarak insan doğası üzerine değil ama doğa üzerine düşünmekle başlamıştır. Kranz (2009: 27) eski Hellen filozoflarının kendilerini verdikleri ilk sorunun dünya sorunu ve temel sorunun da “dünyanın temel maddesi nedir?” olduğunu belirtmektedir. Kısacası felsefe “varlık” alanıyla sahneye çıkmıştır. Ancak bu soruna belli başlı yanıtlar verildikten sonra felsefenin temel konularından olan bilgi ve değer problemine geçilebilmiştir.

Bilgi ve değer konusuna geçmekle beraber esasen felsefenin merkezine “insan” da girmeye başlamıştır. Bilgi felsefesi, bir başka deyişle epistemoloji, Yunanca bilgi anlamına gelen “*episteme*” ve söz, anlam, açıklama anlamına gelen “*logos*” kelimelerinden türemiştir. Epistemoloji, bilginin insan zihninde nasıl oluştuğunu ele almayı, bilgiyi salt bilgi olmak bakımından ele alarak bilgi kavramının kendisini inceleyip aydınlatmaya çalışır (Cevizci, 2018: 11). Fakat bilgi felsefesi, felsefe tarihi boyunca farklı gelişim seyri izlemiştir. Özellikle modern felsefenin kurucusu kabul edilen Descartes ile birlikte felsefenin merkezine “özne” konmuştur ve bilgi daha da önemli hale gelmiştir. Modern felsefenin bir diğer farkı da modern filozofların bilimi temellendirmeye çalışırken önce bilgidir başlaması daha sonra varlığın neliğini belirlemeye geçmeleridir (Cevizci, 2018: 12). Çünkü modern felsefe için temel soru varlığın neliğinden çok varlığın bilgisine nasıl ulaşıldığı ve bu bilginin hangi yapıda olduğudur. İşte burada aklımıza esas olarak felsefesinde bilgi ve özneyi konu alan David Hume gelmektedir. Hume’un çalışmamıza temel dayanak noktası oluşturacak iki kitabı vardır

ve bunlar da doğrudan insan zihnini ve bilgi süreçlerini ele almaktadır: *İnsan Doğası Üzerine Bir İnceleme ve İnsanın Anlama Yetisi Üzerine Bir Soruşturma*.

David Hume (1711-1776) denilince aklımıza ilk olarak empirizm (deneycilik) ve nedenselliğe yaptığı sert eleştiriler gelmektedir. Empirizm; doğrudan, somut deneyimin bilginin tek kaynağı olduğunu ve bilginin doğruluğunu sınavıp değerini belirleyen tek yöntem olduğunu savunan bir bilgi felsefesi akımı olarak tanımlanmaktadır (Cevizci, 2003: 99). David Hume'un da felsefedeki yeri ve önemi, deneyimi merkezi bir noktaya koyması ve bilimin temel aldığı nedenselliği eleştirmesinden gelmektedir. Esasen bilginin temeline deneyimi koyan Hume'un deneyimden elde ettiğimiz bilgilere kuşkuyla yaklaşması ve bilim için temel olan nedensellik fikrini eleştirmesi dikkat çekici bir noktadır. Öyle ki Hume *Ahlak İlkeleri Üzerine* adlı eserinde insanların olgu ve gözlemlerle temellenmeyen her türlü etik sistemi dahi reddetmeleri gerektiğini belirtmektedir (Hume, 2019: 20). Diğer yandan Hume (2017:55) zihnimizin dar ve kısıtlı olduğunu bu bakımdan kavramlarımızı doğanın çeşitliliği ve kapsamının uzandığı boyutlara kadar genişletemeyeceğimizi belirtmektedir. Hume'a (2016: 269) göre insan doğası biricik insan bilimidir ve felsefede en çok gözardı edilmiş konudur. Hume'un asıl amacı deneyim temelli bir felsefeyle insan zihninin işleyişini anlamaya çalışmak ve insanın olduğu tüm alanlarda tutarlı bir felsefe ortaya koymaktır.

Hume'un felsefesinde "algı" kavramı merkezi bir öneme sahiptir. Öyle ki zihin tüm malzemesini algıdan almaktadır. Hume, insan zihninin tüm algılarını iki sınıf altında toplamaktadır : izlenimler ve fikirler (ideler). İzlenimler direkt olarak duyu yoluyla elde ettiğimiz dolaysız algı malzemeleri iken düşünceler izlenimlerin zihindeki yansımaları hatta taklitleridir. Bu bakımdan aralarında bir canlılık, dirilik farkı bulunmaktadır (Hume, 2019: 16). Örneğin sıcak bir nesneye dokunduğumuzda elimizin yanması bir izlenimdir bu bakımdan da insan duyusunda çok canlı bir iz bırakır. Fakat bir süre sonra bu acı duygusu zihnimizde yandığımız anki kadar bir acı duygusu uyandırmamaktadır. Çünkü izlenim artık bir fikir(ide) haline gelmiştir. Etkisi ve canlılığı ilk duyum anındaki gibi olmamaktadır. Sadece zihnimizde acı fikri yer almaktadır. Hume (2019: 22) daha sonra bu fikirler arasında üç tür bağlantı olduğunu söyler : benzerlik, zaman ve mekanda bitişiklik, neden ve etki. Üç tür bağlantı ilkesini de fikirler için önemli görmesine karşın Hume, "*Neden ve Etki*" ilkesine ayrı bir parantez açmaktadır.

Hume insan zihninin tüm nesnelere iki gruba ayırır : Fikirlerin İlişkileri ve Olgusal Durumlar. Hume'a (2019: 23) göre geometri, cebir, aritmetik bilimleri, kısacası sezgiyle ya da tanıtlama yoluyla keskin olan her ifade fikirlerin ilişkilerine dahildir. Fikirlerin ilişkileri, süphe götürmez biçimde kesin bilgi değeri taşımaktadırlar. Olgusal durumlar ise doğrulanamaz

niteliktedir ve fikirlerin ilişkileriyle kıyaslandığında aynı niteliği taşımazlar. Olgusal duruma ait her önerme tersini de içermektedir (Hume, 2019: 23). İşte burada karşımıza Hume’u belki de felsefi açıdan önemli bir konuma koyan “nedensellik eleştirisi” ortaya çıkmaktadır. Nedensellik, kabaca benzer koşulların benzer durumlarda aynı sonuçları vermesi denebilir. Hume (2019: 24) her olgusal duruma ilişkin muhakemelerimizin temelinde neden etki ilişkisi olduğunu belirtmektedir. Örneğin $2+2=4$ ifadesi matematiksel bir ifadedir ve fikirlerin ilişkisine dayanmaktadır. Kesinliğinden şüphe duyulmamaktadır. Fakat doğayla ilgili her türlü önermelerimiz olgusal durumları içermektedir. “Her şimşek çaktığında yağmur yağar” gibi bir ifade kullanacak olursak bunun tersi de mümkündür. Fakat insan zihni bu gibi durumlarda önermenin tersinin olanaklılığını düşünmemektedir. İşte Hume da bunun sebebinin “*neden ve etki*” olduğunu savunmaktadır. İnsan zihni her olgusal durumu zorunlu ilişki taşıyan bilgi gibi kabul etmektedir.

Hume, ortaya koyduğu felsefeyle beraber güçlü bir deneycilik örneği ortaya koymaya çalışsa da kuşkuculuğa da felsefesinde yer açmaktadır. Hume’un kuşkuculuğu tam da neden ve etki düşüncesinde ortaya çıkmaktadır. Nedensellik düşüncesi, özellikle modern bilimlerin doğuşuyla beraber felsefede de önemli hale gelmiş fakat Hume’dan önce kimse nedenselliği sorgulamaya girişmemiştir. Tüm doğa bilimlerinin temel dayanak noktası olarak kullandığı nedensellik ilkesi ve tümevarım, yıllarca bilim için zorunluluk fikrini içinde barındıran bir yöntem olarak kullanılmıştır. Hume’un yaptığı nedensellik eleştirisi bilimlere çok büyük bir soruşturma olmakla beraber insan zihninin de işleyişini anlamak bakımından değer taşımaktadır. Bilim de insan zihni de sözgelimi hiçbir zaman yarın Güneş’in doğmayacağını ya da suyun normal şartlar altında 100 derecede kaynamayacağını kabul etmemektedir. Fakat Hume bu tip önermelerin her zaman çelişğinin de mümkün ve “olası” olduğunu savunmaktadır.

Hume nedensellik fikrinin kökenini sorgulamaya başlar ve bunun temelinde aklın olmadığını belirtir. Hume (2016: 165) doğuştan düşünceler ilkesinin daha önce çürütülmüş ve artık evrensel olarak yadsınmış olduğunu da belirtmektedir. Bunu söyleyerek Hume, felsefenin temel eğilimlerinden olan akılcılığı(rasyonalizm) da eleştirmektedir. Eğer nedensellik fikrine akıl yoluyla ulaşmış olsaydık kesinlik taşıyor olurdu o halde nedensellik fikrine deneyim yoluyla ulaşırız. Çünkü deneyim yoluyla ulaştığımız her bilgi (olgusal durumlar) çelişğini de beraberinde barındırmaktadır. Fakat deneyim de iki olgu arasındaki nedensellik fikrini vermemekte, salt iki olgunun gözlemine bize sunmaktadır. Örneğin lambanın butonuna bastığımda ışığın yandığını görürüm ve zihin derhal ikisi arasında bir nedensellik ilişkisi kurar fakat böyle bir ilişkiden söz edemeyiz. Sadece butona bastığımızı ve

ışığın yandığını deneyimleyebiliriz. O halde deneyim de nedensellik fikrinin kaynağı değilse nedensellik fikri nereden gelmektedir? Hume'un cevabı : “*Alışkanlık*”tır. Hume (2019: 42) belli bir edimin ya da işlemin tekrarı sonucunda herhangi bir muhakeme ya da anlama süreci olmaksızın aynı edimi ya da işlemi tekrar eğilimi doğurmasına “alışkanlık” demektedir. Burada tabii ki tekrarın ne sıklıkla gerçekleştiği nedensellik açısından önemlidir. İşte nedensellik üzerine tüm bilgilerimiz akıl yoluyla değil ama deneyimin bize sağladığı tekrarlar sonucunda “*alışkanlık*” yoluyla elde edilmektedir. Herhangi iki olguyu sıklıkla ve tekrarlı bir biçimde gördüğümüzde alışkanlık nedeniyle bunun her zaman böyle olacağını sanarız. Alışkanlık zihinde öyle güçlü izler bırakır ki nedensellik ile elde edilen bilgi zihinde adeta zorunluluk taşıyan bir bilgi haline gelir.

Hume; felsefesinde insan zihnini, bilgi işleme süreçlerini ve nedenselliği ele alarak salt felsefede değil birçok bilim alanında -özellikle de psikolojide- yeni bir bakış açısı kazandırmakta, kılavuzluk yapmaktadır. Daha önce de sözünü edilen özellikle psikoloji alanında öneme sahip “koşullama” kavramı da ele alındığında nedensellik düşüncesinin bu kavram üzerinde baskın olduğu görülmektedir. Koşullama yoluyla edindiğimiz korkular, alışkanlık yoluyla neden ve etki ilişkisi kurularak edinilir ve bunlardan kurtulmak için mücadele verildiğinde bu zorunluluk taşımayan neden ve etki ilişkisi söndürülmeye çalışılır. Örneğin bir defa asansörde kalan bir kişinin korku duygusu zihninde oluşur, bu kişi tekrar ve tekrar asansörde kalırsa bu korku daha da kuvvetlenir ve bir fobi haline dönüşür. Burada önemli olan kilit nokta iki şey arasında kurduğumuz zorunlu bağlantıdır. Hume'un deyişiyle, zihin iki olgu arasında tekrara bağlı olarak bir zorunluluk olduğu fikrine kapılır fakat bir defa asansörde kalmak hep asansörde kalmak anlamına gelmemektedir. Tezimizin ana konusu olan “*doğum korkusu*”nun nedenlerini ele aldığımızda altında yatan faktörlerin çoğunun nedensellik ilişkisiyle kurulmuş olduğu görülmektedir. Aynı şekilde doğum korkusuyla baş eden kadınlar bu zorunluluk fikrini ve nedensellik düşüncesini yıkmaya çalışmaktadır.

Bu çalışmanın amacı da doğum korkusuna salt fizyolojik açıdan yaklaşmayıp korkuyu felsefi olarak ele almaktır. Bu doğrultuda yukarıda belirttiğimiz sebeplerden ötürü Hume'un felsefesinin perspektifinden konuya yaklaşmanın uygun olacağı düşünülmektedir. Çalışmanın birinci bölümünde genel olarak Hume'un epistemolojisinden ve Batı felsefesi bağlamında nedensellik eleştirisinden söz edilecek, ikinci bölümünde korku, doğum korkusu, bu korkunun nedenleri ve sonuçları üzerinde durulacak ve Hume'un perspektifinden konu irdelenecektir. Sonuç bölümünde ise Hume'un bakış açısından doğum korkusunu ele almanın ve bununla baş etmenin olanaklılığı gösterilmeye çalışılacaktır. Literatür taramalarında doğum korkusunu felsefi perspektiften ele alan herhangi bir çalışma bulunmamaktadır. Bu nedenle çalışmamızın

hem Hume'un felsefesini anlamak hem de bu çerçeveden korkuyu ve özellikle de doğum korkusunu ele almak bakımından katkı sağlayacağını umuyoruz.



BİRİNCİ BÖLÜM

DAVID HUME'UN EPİSTEMOLOJİSİ VE NEDENSELLİK ELEŞTİRİSİ

1.1. Bilgi

Felsefe, merak ve şüphe duygusuyla doğaya yönelerek başlamış daha sonra bilgi ve değer alanında ilerleyerek gelişimini sürdürmüştür. Her ne kadar felsefe varlık alanıyla ürün vermeye başlasa da “bilgi” alanı özellikle modern felsefeyle beraber önemli hale gelmiştir. Bunda gelişen bilimlerin de etkili olduğu görülmektedir. 18. yüzyıl filozoflarından olan David Hume da varlık alanını anlamak için öncelikle bilgiden yola çıkmaktadır. Hume’un felsefedeki önemi hem güçlü bir empirizm ortaya koymaya çalışmasından hem de bilimlerin temel dayanağı olan nedensellik fikrine getirdiği eleştirilerden kaynaklanmaktadır.

1.1.1. Hume’da Bilginin Temeli: Algı

Felsefe tarihinde iki önemli epistemoloji kuramı sürekli çatışma yaşamıştır. Bunlardan biri bilginin elde edilmesinde aklı savunan rasyonalizm diğeri ise bilginin elde edilmesinde deneyi savunan empirizmdir. Rasyonalizmin kökleri çok eski olmakla beraber empirizmin özellikle bilimlerin gelişim gösterdiği modern dönemde ivme kazandığı görülmektedir. Empirizmin üç önemli ismi vardır: John Locke, David Hume ve George Berkeley. Hume’un epistemolojisini daha iyi irdelemek için kısaca empirizme, empirist filozoflara ve algı kavramına değinmek doğru olacaktır.

Cevizci, *Felsefe Terimleri Sözlüğü*’nde algıyı şu şekilde tanımlamaktadır: “Evler, arabalar, ağaç türünden sıradan nesnelere, duyuşal olarak uyarılmanın ardından, fark veya idrak etme; dış dünyayı duyuşal yoluyla, iç yaşantıları ise içebakışla kavrama yetisi.” (Cevizci, 2003: 16). Daha sonra Hume’un epistemolojisinde de değinileceği gibi algıda sadece duyuşlar devrede olsa da bunun sonucunda bir iç yaşantı kazanılmaktadır, en azından Hume’un epistemolojisi için bu durum geçerlidir. Kısacası algı, bilginin ana malzemesinin kaynağını oluşturmaktadır. Rasyonalizmde de algı önemli bir kavram olmakla beraber zihin süreçleri, bilgi elde etmede ağır basmaktadır.

Rasyonalizmde bilginin kaynağı, kişinin zihin süreçleriyle açıklanmaktadır. Bir başka deyişle bilinç sahibi insanın, kendi dışında ve farklı kurullarla işleyen varlık dünyasında olup bitenleri kendindeki mevcut bilgiler ve farkına varabildiği kurullar vasıtasıyla anlamak ve kavramak durumunda olduğu kabul edilmektedir (Ural, 2011: 271). Oysa ki empirizm için durum tam tersidir. Bilginin biricik kaynağı dış dünyadan duyuşlarla elde ettiğimiz malzemelerdir. Empirizmin en önemli isimlerinden olan John Locke’a (2013: 78) göre

duyular öncelikle tikel olan ideleri alırlar ve boş olan odayı düşemeye başlarlar; zihin adım adım onları belleğe yerleştirir ve adlandırır. Locke burada “boş oda” ile “zihin” kavramını belirtmektedir. Zihnin boş bir tahta olduğunu düşünürsek her duyum malzemesi bir çividir ve her çiviye çaktığımızda tahta dolmaktadır. Kısacası insan zihni edindiği her yeni “deneyim” ve “algı” ile beraber bilgi haznesini genişletmektedir. Berkeley ise empirizme farklı bir pencereden bakarak cansız varlıkların varolmasını insan zihnine bağlamaktadır. Berkeley bu konuda şöyle demektedir: “Düşünmeyen şeylerin saltık varlığı konusunda onların algılanmasıyla herhangi bir ilişki kurmadan söylenenler, bence bütünüyle anlaşılmaz. Düşünmeyen şeylerin varlığı algılanmaktadır.” (Berkeley, 2013: 47). Berkeley de her ne kadar varlıkların bağımsız varoluşunu kabul etmese de merkeze “algı”yı koymaktadır.

Hume’un epistemolojisi için de aynı durum söz konusudur ve Hume (2016: 215) algılarımızın biricik nesnelimiz olduğunu söyleyerek bilginin temelinde deneyimi koymaktadır. Hatta nedenselliği açıklamaya çalışırken dahi deneyimin ötesine geçemeyeceğimizi söylemektedir: “Ve gerçi deneylerimizi en sonuna dek izleyerek ve tüm etkileri en yalın ve en az sayıda nedenlerden açıklayarak tüm ilkelerimizi olanaklı olduğu ölçüde evrensel kılmaya çabalamamız gerekse de, gene de açıktır ki deneyimin ötesine geçemeyiz.” (Hume, 2016: 18). Rasyonalistlerin (özellikle de Platon’un) doğuştan ilkeler teorisine karşılık empiristlerin cevabı her zaman algı olmaktadır. Yukarıda sözünü ettiğimiz tüm empirist filozoflar, sözcümleri görme yetisi olmayan ve daha önce hiç elma görmemiş bir insanın elmanın ne olduğuna dair veya duyma yetisi olmayan bir insanın sesin ne olduğuna dair herhangi bir bilgisi olamayacağını savunmaktadır.

Her ne kadar empirist filozoflar temele algıyı koysalar da epistemolojilerinde akıl da önemli bir yer tutmaktadır. Algı bize bilgi için kullanacağımız malzemeyi vermekte fakat son durumda akıl bunları işlemektedir. Locke (2013: 98) anlığımızı düşüncenin bütün gereçleriyle donatan şeyin ya dışsal duyulur şeyler üzerinde ya da zihnimizin algıladığı ya da düşündüğümüz şeyler üzerine yaptığı içsel işlemlere yönelik gözlemler olduğunu belirtmektedir. Aynı durum Hume’un felsefesi için de geçerlidir. Hume algının bir bölümünü duyu verisi yani izlenim olarak diğer bölümünü ise düşünce olarak ayırmaktadır. Dahası Hume (2016: 27) izlenimi de duyum izlenimi ve derin düşünme izlenimi olarak ayırarak zihne görev yüklemektedir. Bu kavramlar daha sonraki bölümlerde detaylıca ele alınacaktır.

1.1.2. İzlenimler ve İdeler

Hume, bilginin biricik nesnesi olarak gördüğü algıyı iki gruba ayırır: İzlenimler ve Düşünceler (İdeler). Hume'un felsefesinde izlenim, kendini zihne ilk kez gösteren duyum, tutku ve duygularımız olarak kabul edilmektedir (Hume, 2016: 21). İzlenimin düşünmedeki ve uslamadaki zayıf imgeleri ise *Düşünce* olarak ele alınmaktadır (Hume, 2016: 21). Örneğin karşıda görmüş olduğum ev şuan ve burada bana duyularım aracılığıyla bir veri sunmaktadır ve buna izlenim denir. Bu ev izlenimi, evi duyularımla algılamadığımda fakat yine de zihnimde varolduğunda düşünce olarak varlığını sürdürmektedir. Hume işte tam da burada izlenim ve düşünce arasında bir ayrım olduğunu ve bu ayrımın da canlılık ve dirilikten kaynaklandığını belirtmektedir. Hume (2019: 16) bu nedenle fikirlerin daha cansız algılar olduğunu, duyuların ya da hareketlerin herhangi birini düşündüğümüzde bilincinde olduğumuz şey olduğunu söylemektedir. Örneğin mutfığa girdiğimde annemin yaptığı kekin kokusunu tüm canlılığıyla duyular yoluyla algılarımla. Fakat bu koku varlığını yitirdiğinde zihnimde düşünce olarak yani annemin kekini her düşündüğümde cansız bir algı olarak bilincimde olan bir şey olarak kalmaktadır. Fakat asla izlenim kadar canlı bir şey olarak yer alamayacak sadece onun kopyası olacaktır.

Öyleyse Hume'da bilginin başlatıcısı izlenim olarak kabul edilmektedir denirse yanlış söylenmiş olmaz. Bir idenin zihinde oluşması için öncelikle bir izlenimin ortaya çıkmış olması gerekir yani izlenimin ideye önsel olması söz konusudur. Hume aslında bunu vurgulayarak bir bakıma bilginin geldiği temelin de duyu olduğunu vurgulamaktadır. Bu konuda Hume şöyle demektedir:

Bu bağımlılığın hangi yanda yattığını bilebilmek için ilk ortaya çıkışlarının düzenini irdelediğimde, değişmez deneyim yoluyla yalın izlenimlerin her zaman kendi karşılık düşen düşüncelerinden önce geldiklerini, ama hiçbir zaman aykırı sıra içinde ortaya çıkmadıklarını bulurum. Bir çocuğa bir kırmızı ya da bir portakal, tatlı ya da acı düşüncesini vermek için nesnelere sunar, ya da başka bir deyişle ona bu izlenimleri iletirim; ama düşünceleri uyandırarak izlenimleri üretmeye çalışma gibi saçma bir yola başvurmam (Hume, 2016: 24).

“Örneğin biri kör ya da sağır doğduğu zaman, yalnızca izlenimler değil ama bunların karşılık düşen düşünceleri de yiter; öyle ki hiçbir zaman anlıkta ikisinden hiçbirinin en küçük izi bile ortaya çıkmaz.” (Hume, 2016: 25). Hume bu sözleriyle bilginin oluşumu için hem izlenime vurgu yapmakta hem de rasyonalizmin doğuştan ilkeler teorisine de karşı çıkmaktadır. Sözelimi mavi rengini daha önce hiç görmeyen birinin mavi hakkında en ufak bir bilgisi yoktur. Bu diğer tüm duyuların algıladığı izlenimler için de geçerlidir.

İde ise Hume'a göre basit ve karmaşık ideler olmak üzere ikiye ayrılır. Hume'a (2019: 17) göre zihin her ne kadar sınırsız özgürlüğe sahip görünse de duyumun ve deneyimin bize sağladığı malzemeleri birleştirme dönüştürme, arttırma veya azaltma yetisinden daha fazlasına sahip değildir. Basit ideler yukarıda belirtildiği gibi onlara karşılık düşen ve temsil ettikleri yalın izlenimlerden türerler (Hume, 2016: 24). Fakat karmaşık idelerin onlara denk düşen izlenimleri yoktur. Peki karmaşık idelerin kaynağı izlenim değil de ide midir? Hume sağlam bir empirizm kurmak adına kuşkusuz karmaşık idelerin kökeninde de izlenimi görerek şöyle demektedir:

Şöyle ki düşüncelerimiz izlenimlerimizin imgeleri iken, birincil düşüncelerin imgeleri olan ikincil düşünceler oluşturabiliriz, ve bu onlara ilişkin bu usamlamanın kendisinden çıkar. Bu, sözcüğün gerçek anlamında, kuralın bir dışlanması olmaktan çok bir açıklamasıdır. Düşünceler, yeni düşüncelerde kendilerinin imgelerini üretirler; ama ilk düşüncelerin izlenimlerden türetilmeleri gerektiği için, tüm yalın düşüncelerimizin ya dolaylı ya da dolaysız olarak kendi karşılık düşen izlenimlerinden doğdukları olgusu yine doğru kalır (Hume, 2016: 26).

Örneğin uçan bir fil düşünürüm. “Uçmak” ve “fil” izlenimlerle elde etmiş olduğum idelerdir ve ikisi de bu haliyle basit yapıdadırlar. Fakat zihnim iki basit ideyi birleştirerek, dönüştürerek, arttırarak veya azaltarak yeni ve karmaşık yapıda bir ide üretir. Fakat yine de karmaşık idemizin kaynağına baktığımızda tek tek basit idelerden ve izlenimlerden geldiğini keşfederiz. Bu durum, Hume açısından ele alındığında soyut tüm kavramlar için de geçerlidir. Cevizci'ye (2020: 176-177) göre Hume zihnin basit idelerden birtakım entelektüel işlemler yoluyla soyut ve birleşik idelere yükseldiğini öne sürerek sadece bütün idelerin izlenimlerden doğduğunu değil insan zihninin yaratıcı işlemlerini de açıklamaktadır. Daha önceki bölümlerde de belirtildiği gibi Hume bilgi sürecinde zihni yok saymamakta aksine kompleks düşüncelerin oluşumu için felsefesinde zihne büyük bir yer ayırmaktadır.

Hume, düşüncelerin oluşumuna geçmeden önce izlenimleri irdelemenin daha doğru olacağını düşünerek izlenimleri iki grup altında toplamaktadır : *Duyu İzlenimleri ve Derin Düşünme İzlenimleri*. Hume'a (2016: 27) göre duyu izlenimleri ruhta bilinmeyen nedenlerden ötürü kökensel olarak doğar. Derin düşünme izlenimleri ise büyük ölçüde düşüncelerimizden doğmaktadır (Hume, 2016: 27). “Bir izlenim ilkin duyulara çarpar, ve sıcaklık ya da soğukluk, susuzluk ya da açlık, şu ya da bu tür haz ya da acı duymamıza yol açar. Bu izlenimin anlık tarafından alınan bir eşlemi vardır ki, izlenim sona erdikten sonra kalır; ve buna bir düşünce deriz.” (Hume, 2016: 27). Daha sonra bu iki izlenim türünün arasında da önsellik ilişkisi olduğunu söyleyerek derin düşünme izlenimlerinin yalnızca onlara karşılık düşen düşüncelere önsel olduğunu, duyumunkilere ise sonsal olduğunu ve onlardan türediğini

belirtmektedir (Hume, 2016: 27). Örneğin keskin bir nesneyle elim kesildiğinde bir acı izlenimi elde ederim ki bu da duyu izlenimidir. Bu acı izleniminin anlık tarafından eşlemi alınır, bir acı düşüncesi oluşur ve bu da derin düşünme izlenimidir. Hume her ne kadar açıkça belirtmese de duyu izlenimi -tıpkı izlenim ve idede olduğu gibi- derin düşünme izleniminden daha canlı ve diridir.

Hume, tüm bunları irdeledikten sonra *Bellek ve İmgelemin* düşüncelerini ele almaktadır. Hume'un epistemolojik görüşlerinden açıkça bilinir ki izlenim anlıkta bir düşünce yaratmaktadır fakat bunu nasıl yaptığı konusunda Hume, bellek ve imgelem arasında mutlak bir ayırım koyarak şöyle açıklamaktadır: “Ve bunu iki ayrı yolda yapabilir: ya yeni görünüşü içinde ilk diriliğinin önemli bir derecesini koruduğu, ve bir izlenim ve bir düşünce arasında biraz ara bir konumda olduğu zaman; ya da o diriliği bütünüyle yitirdiği, ve tam bir düşünce olduğu zaman.” (Hume, 2016: 28). Hume (2016: 28) birincisine bellek ikincisine ise imgelem diyerek belleğin imgelemden çok daha canlı ve diri olduğunu da belirtmektedir. Örneğin bizim için güzel geçen bir gün ilk olarak zihnimizde izlenimden kaynaklanan bir düşünce yaratmaktadır. Aradan az bir süre geçtiğinde anılar hala yeni ve tazedir işte buna da Hume'un felsefesinde bellek denir ve henüz canlılığını koruduğu için bir izlenim ile bir düşünce arasında bir yerde durur. Fakat aradan uzun bir zaman geçtikten sonra o artık bellek olmanın ötesine geçer ve imgelem haline gelir. Çünkü bellekteki anılar eski canlılığını ve tazeliğini yitirir, hatırlamaya zorlasak da zihnimizde deneyimlerimizi ilk günkü kadar şeffaf bir zemine yerleştiremeyiz.

Hume'un epistemolojisini ve özellikle de nedenselliğe yaptığı eleştirileri anlamak bakımından onun temele koyduğu algı, izlenim, ide, bellek ve imgelem gibi kavramları ele aldık. Şimdi ise ideler (düşünceler) arasındaki bağlantıları kuran ilkeleri irdelemek sanıyoruz ki doğru olacaktır. Böylelikle nedensellik fikrine bir adım daha yaklaşmış olacağız.

1.1.3. Benzerlik, Bitişiklik, Neden ve Etki

Hume, izlenimler üzerine derin bir soruşturma gerçekleştirmiş, daha sonra ise düşünceleri sorgulamaya geçmiştir. Hume'un bilgi anlayışından yola çıktığımızda izlenimlerin, idelerin kökenleri oldukları kabul edilmektedir. Fakat Hume, idelerin de kendi içerisinde birtakım ilişkiler ağı sayesinde yeni ideler ürettiğini belirtmektedir. İşte tam da burada idelerin yeni ideler üretirken sahip olduğu birtakım ilkeleri ele alacağız.

Hume (2019: 22) ideler (düşünceler) arasında üç bağlantı ilkesi olduğunu söylemektedir: *Benzerli (Resemblance)*, *Zaman veya Mekanda Bitişiklik (Contiguity)*, *Neden*

ve Etki (*Cause and Effect*). Öncelikle belirtmemiz gerekir ki Hume'un felsefesi açısından *Neden ve Etki* ilkesi ayrı bir yer tutmaktadır fakat ilk ikisi için Hume şunu belirtmektedir:

İnanıyorum ki bu ikelerin düşünceler arasında bir çağrışım ürettiğini, ve bir düşüncenin görünüşü üzerine doğallıkla bir başkasını getirdiğini tanıtlamak çok zorunlu olmayacaktır. Açıktır ki, düşüncemizin gidişinde, ve düşüncelerimizin değişmez çevrimlerinde, imgelemimiz kolayca bir düşünceden onu andıran bir başkasına geçer, ve yalnızca bu nitelik düşlem için yeterli bir bağ ve çağrışımdır. Benzer olarak açıktır ki, duyular nesnelere değiştirilmede onları düzenli olarak değiştirmeye ve birbirlerine *bitişik* olarak almaya zorlanırken, imgelem uzun bir alışkanlık yoluyla aynı düşünme yöntemini kazanmalı, ve nesnelere tasarlarken, uzay ve zaman bölümleri boyunca gitmelidir (Hume, 2016: 30).

Örneğin bir resim gördüğümüzde o resim düşüncelerimizi doğal olarak aslına götürür (benzerlik), bir binada bir daireden bahsedildiğinde doğal olarak düşünce başka dairelerden de konuşmaya başlar (bitişiklik), bir yarayı düşünürsek yol açtığı acıyı da düşünmekten kendimizi alıkoyamayız (neden ve etki) (Hume, 2019: 22). Örnekleri daha da genişletecek olursak, bir heykeltıraşın yaptığı heykel bize o heykelin gerçeğini düşündürür çünkü benzer iki şey arasında zihnim hemen bağlantı kurmaktadır. Bir adres tarif ettiğimizde adresin yakınlarındaki bilinen yerlerden de bahsederiz çünkü zihin bir yeri, bitişiklikteki diğer yerlerle daha kolay kavramaktadır. Neden ve etki ilişkisine gelirsek o aslında tüm duygu ve düşüncelerimizi etkilemektedir. Örneğin sobayı düşündüğümüzde verdiği sıcaklığı ve yanma hissini de beraberinde düşünürüz. Sıcaklık neden yanma hissi ise onun sonucudur.

Hume, bu üç düşünce ilişkileri arasında neden ve etki ilişkisine ayrı bir parantez açmaktadır. Nedensellik, bu üç ilişki türü içinde en kapsamlı (*extensive*) olanıdır (Hume, 2016: 31). “Belirtmek yeterlidir ki, düşlemede daha güçlü bir bağlantı üretmek ve bir düşünceyi bir başkasını daha kolayca çağırılmaya götürmek için nesnelere arasındaki neden ve etki ilişkisinden başka hiçbir ilişki yoktur.” (Hume, 2016: 30). Sözelimi benzerlik ve bitişiklik ilkesi yeni bir şey üretmezler fakat neden ve etki ilişkisine baktığımızda ortaya daha yeni ve gözlemlenen iki şeyden daha farklı bir şeyin ortaya çıktığı görülmektedir. Kısacası zihin, daha üretken hale gelmektedir.

Cevizci'ye (2020: 177) göre Hume, insan zihninin yaratıcılığının temeline bu üç yasayı koyarak insan düşüncesinin birtakım düzenli kalıpları olduğunu anlatmak istemektedir. Gerçekten de bir empirist olarak Hume'un zihne bu denli görev yüklemesi dikkate değer bir durumdur. Ayrıca Hume'un neden ve etki ilişkisine bilimlerin hızla geliştiği dönemde köklü eleştiriler yapması da daha önce felsefe tarihinde görülmemiş bir girişimdir ve bu bakımdan da üstünde durulması gereken önemli bir noktadır. Fakat burada nedensellik ilişkisine daha

fazla değinmeyeceğiz çünkü kavram, çalışmamızın temel odak noktasını oluşturduğu için daha sonraki bölümlerde detaylı şekilde ele alınacak ve çözümlenecektir.

1.1.4. İdeler Arası İlişkiler ve Olgusal Durumlar

Hume, felsefesinde adeta özel bir yer ayırdığı nedensellik fikrine geçmeden önce insan aklının nesnelere soruşturmaya geçmektedir. Hume (2019: 23) insan aklının nesnelere *Fikirlerin İlişkileri ve Olgusal Durumlar* olarak ikiye ayırmaktadır. Hume bu ayrımı yaparak aslında insan zihninin edindiği bilgilerin kesinliğini soruşturmakla kalmayıp aynı zamanda neden ve etki ilkesine giden yolda bir kılavuz da sunmaktadır. Ayrıca edinilen verilerin ne kadar güvenilir olduğunu, hangisine bilgi hangisine olasılık denebileceğini de açıklamaktadır.

Hume'a göre fikirlerin ilişkileri, tanımlayabileceğimiz türden zihin nesnelere *İnsanın Anlama Yetisi Üzerine Bir Soruşturma* adlı eserinde geometri, cebir, aritmetik yani sezgi ya da tanımlama yoluyla elde ettiğimiz tüm ifadelerin bu türden olduğunu belirtmektedir (2019: 23). Fakat Hume için geometri ayrı bir yerde durmaktadır. *İnsan Doğası Üzerine Bir İnceleme* adlı eserinde geometrinin ilk ilkeleri nesnelere genel görüşlerinden çıkarıldığı için geometrinin hiçbir zaman eksiksiz bir kesinliğe ulaşamayacağını söylemektedir (Hume, 2016: 85). Devamında da şöyle demektedir: “Öyleyse geriye içlerinde bir usamlama zincirini herhangi bir karışıklık derecesine dek götürebilmemize karşın gene de eksiksiz bir sağlamlık ve pekinliği koruyabildiğimiz biricik bilimler olarak cebir ve matematik kalır.” (Hume, 2016: 86). Esasen Hume'un matematiğe mutlak bir şekilde güvenmesi, matematiğin ilkelerinin salt mantıksal akıl yürütmelere dayanıyor olmasından kaynaklanmaktadır. Yine burada bir empirist olarak Hume'un zihne ve zihnin usamlamalarına bilgi konusunda ne kadar değer verdiği açıkça görülmektedir. Fakat Hume'un geometriye bu kadar şüpheyle yaklaşmasının nedeni geometrinin dış dünyadan ürettiği bir şeyler olduğu fikridir. Demek ki Hume için dış dünyanın verisi güvenilemez türdendir ve burada da söz konusu olgusal durumlar karşımıza çıkmaktadır.

Fikirlerin ilişkileri ne kadar doğrulanabilir ve kesinse olgusal durumlar da bir o kadar kesinlik taşımamaktadır. Nitelik bakımından ikisi birbirine zıttır. Fikirlerin ilişkileri, kesinliğinden emin olduğumuz mantıksal akıl yürütmelerden doğan yargılar iken olgusal durumlar, çelişğini de kendi içinde barındıran ve kesinlik taşımayan yargılardır. Dış dünyaya ait tüm yargılarımız da olgusal durumlar kategorisi içinde yer almaktadır. Hume'a (2019: 23) göre her olgusal durumun tersi mümkündür çünkü hiçbir zaman çelişki taşımaz ve zihin tarafından kolaylıkla gerçekmiş gibi algılanmaktadır. Örneğin “*Bütün bitkiler fotosentez yapar.*” önermesi “*Bütün bitkiler fotosentez yapmaz.*” önermesi kadar doğruluk payı

taşımakta ve çelişki içermemektedir. O ana kadarki bilgimiz bize birinci önermenin doğru olduğunu söyleyebilir -ki bilimler bu yöntemle ilerlemektedir- fakat edineceğimiz yeni bir bilgi ikinci önermenin de doğru olabileceğini kanıtlayabilir. Bu nedenle olgusal durumlar kesinlik taşımamakta çıkarıma dayanmaktadırlar. Öktem'e (2004: 31) göre olgusal durumlardan elde ettiğimiz yargıların kesinlik taşımamasının nedeni, varlığa ilişkin ve a posteriori olmaları, deney ve gözlemlerle elde edilmeleridir. Bilginin biricik kaynağı olarak deneyi gören bir filozof olarak Hume'un deneyden gelen yargılardan bu denli şüphe duyması da onun felsefesindeki kuşkuculuğu bir kez daha göstermektedir. Hatta geometriye güvenmeme sebebini de dış dünyanın bilgisine duyduğu şüpheye bağlamaktadır.

Hume (2019: 59) ikizkenar üçgenle çeşitkenar üçgen arasındaki ayrım çizgilerinin erdemle kusur, doğru ile yanlış arasındaki ayrım çizgilerinden daha kesin olduğunu belirtmektedir. Aslında Hume bu örneği vererek fikirlerin ilişkileri ve olgusal durumlar arasındaki keskin ayrımı vurgulamaktadır. Sözelimi " $3*5=15$ " önermesi, "*Bütün bitkiler fotosentez yapar.*" önermesinden daha fazla kesinlik içermektedir. Matematiksel işlemlerin aksi mümkün değil iken dış dünyaya ilişkin bilgilerimizin aksi mümkün görünmektedir. Hume, bu ayrımı yaparak fikirlerin ilişkilerinin yargılarının "*bilgi*", olgusal durumların yargılarının ise "*olasılık*" olduğunu açıkça belirtmektedir. "Görölmüş olması gerekir ki bütün bu beklenenler yalnızca olasıdır; onların gerçekleşmeleri gerektiği bakımından bir kanıt aramamalıyız, arayacağımız şey yalnızca bunların gerçekleşecek gibi olduklarını destekleyen bir sebeptir." (Russell, 2019: 77). Fakat iki şeyin bir arada bulunması bize olgusal durumların kesinliği hakkında bir kanıt vermemektedir bu yüzden bekleyebileceğimiz tek şey olasılıktır (Russell, 2019: 79).

Peki olgusal durumlara bir başka deyişle dış dünyaya ait yargılarımız bilgi değil sadece olasılıktan ibaret ise hem insan zihni hem doğa bilimleri niçin bu yargıları kesin ve doğru olarak kabul etmektedir? Olgusal durumların kökeni nedir? Hume'a (2019: 24) göre yalnızca neden ve etki ilişkisi sayesinde belleğin ve duyuların verilerinin ötesine geçilebilmektedir. Dış dünyanın kesin bir yasa ile işliyormuş gibi görünmesinin sebebi de budur. Neden ve etki ilişkisinin kendisi kesinlik taşımamasına rağmen bu ilişki iki olgu arasında bir kesinlik varmış gibi göstermektedir. Hume (2019: 24) daha önce olgusal durumları dolayısıyla neden ve etki ilişkisini ne Antikçağ ne de modern filozofların ele alıp geliştirdiğini söyleyerek kendisinin bu soruşturmayı yaparken birçok kılavuzdan ya da yönlendirmeden yararlanacağını belirtmektedir. Daha önce de belirtildiği gibi felsefede ilk defa nedensellik kavramının bu denli irdelenip eleştirilmesi Hume'da görölmektedir. Belki de

Hume'un felsefesinin özellikle de epistemolojisinin bu denli dikkate değer oluşu bu yüzdendir denebilir.

1.2. David Hume'un Nedensellik Eleştirisi

1.2.1. Tümevarım

David Hume'un nedensellik eleştirisi, onun felsefesinde önemli bir yer tutmakta ve epistemolojisinin temelinde yer almaktadır. Diğer bilimlerde ve özellikle de felsefe gibi beşeri bilimlerde filozofun görüşlerini anlamak için dönemin koşullarını da dikkate almak gerekmektedir. Bu bakımdan Hume'un nedensellik eleştirisini anlamak ve irdellemek için bilimsel paradigmalara kısaca değinmenin ve tümevarım kavramının üzerinde durmanın doğru olacağını düşünmekteyiz.

Hume'un yaşadığı dönem, doğa bilimlerinin bağımsız birer alan olarak gelişim gösterdikleri bir dönemdi. Bilimsel gelişmeler hem insanların gündelik hayatına hem de medeniyete önemli ölçüde katkılar sağlıyordu. İnsanlar bilime güveniyor, bilimsel olmayana kuşkuyla yaklaşıyorlardı. Bu durum felsefi kuramlarda da kendini göstermiştir. Pozitivizm gibi metafiziği reddeden felsefi akımlar ortaya çıkmış; felsefe, olaylara bilimin perspektifinden bakmaya başlamıştı. Bu da bize gösteriyor ki bir döneme hakim olan bilimsel paradigma, o dönemin hakim olan felsefi bakış açısını da doğrudan etkilemektedir. Diğer herkes gibi Hume da bilimlerin bu gelişiminden etkilenmiş fakat onu sorgulamaktan da vazgeçmemiştir. Bilimlerin temel dayanak noktası olan tümevarım ve nedensellik fikrini eleştirmekten kaçınmamıştır. Nedensellik ve tümevarım kavramları sıkı sıkıya birbirine bağlıdır. Bu nedenle ilk önce tümevarım ilkesi üzerinde duracağız.

Tümevarımı tanımlayacak olursak: "Genelden özele, tümelden tikele giden, genel yasadan örnek ya da özel bir uygulamasını çıkarsayan tümdengelim karşıt olarak , özelden genele, tek tek olgulardan genel yasalara ulaşan tekil gözlem önermelerinden sınırlanmamış genellemelere yükselen akılyürütme türü, genelleme." (Cevizci, 2003, 398). Tümdengelimsel akıl yürütmelerde sonuç önermelerden zorunlu olarak çıkarsanabilmekte fakat tümevarımsal akıl yürütmelerde sonuç önermelerden zorunlu olarak çıkarsanamamaktadır. Örneğin: "*Bütün insanlar ölümlüdür. Ali bir insandır. O halde Ali de ölümlüdür.*" bir tümdengelim örneğidir yani tümel bir yargıdan tek tek yargılara ulaşılmaktadır ve sonuç önermelerden zorunlu olarak çıkmaktadır. Fakat "*Gözlemlediğim 1. bitki fotosentez yaptı. Gözlemlediğim 2. Bitki fotosentez yaptı. Gözlemlediğim 3. bitki fotosentez yaptı. Gözlemlediğim n. bitki de fotosentez yaptı. O halde tüm bitkiler fotosentez yapar.*" bir tümevarım örneğidir ve sonuç her zaman zorunluluk taşımamaktadır.

Tümevarım, gözlemediğim tikel olgulardan hareketle genel bir yargıya ulaşılarak yapılmaktadır. İnsanlar için gündelik hayatta genel yargılara ulaşmak ve bunun sonucunda genel davranış kalıpları ortaya koymak önem taşımaktadır. Hume'a (2019: 37) göre bir çocuk muma dokunup acı duyumu hissettiğinde, elini bir daha muma yaklaştırmamaya dikkat eder ve görünüşü benzer olan başka nedenlerden de benzer etkiler bekler. Örneğin ilk acı deneyimini mum ile yaşayan çocuk daha sonrasında büyük bir alevden de aynı acı duyumunu alabileceğini düşünmektedir. Deneyimin sayısı arttıkça da yapılan genelleme daha kuvvetli hale gelmektedir. İlk başta bir olayı diğerinden çıkarsamak mümkün olmasa da çok sayıda tekbiçim deneyimin ardından bu mümkün görünmektedir (Hume, 2019: 77). Tümevarımı güvenilir ya da en azından kabul edilebilir bir ilke yapan ve bilimler için geçerli kılan da iki olgu arasında benzer sonuçların devamlı olarak görülmesidir.

Tümevarım kavramı ilk olarak mantıkta bir akıl yürütme türü olarak karşımıza çıkmaktadır ve kökeni çok eskiye dayanmaktadır. Fakat daha sonra özellikle fizik, kimya, biyoloji gibi doğa bilimlerinin bağımsız birer bilim dalı olarak gelişmesiyle beraber tümevarım kavramı da önem kazanmıştır. Doğa bilimlerinin biricik bilimsel yöntemi deney, gözlem yapmak ve tümevarım ilkesiyle sonuca ulaşmak olmuştur. Kısacası benzer deney ve gözlemler benzer sonuçları her zaman oluşturuyor ise o bir bilimsel bilgi haline gelmektedir. Örneğin “*Su, yüz derecede kaynar.*” önermesi belli sayıda deney ve gözlemin tutarlı sonucundan başka bir şey değildir. Hem gündelik hayatta hem de bilimsel dünyada tümevarım ilkesi kesinlik taşıyan bilgiymiş gibi kabul görmektedir. “Bilimin işi, devim yasalarıyla yerçekimi yasası gibi, bizim deneyimiz sınırları içinde ayrıklamaları bulunmayan tekdüzelikler bulmaktır.” (Russell, 2019: 78). Bilimin hem kendi gelişimi hem de insanlığa faydası düşünülecek olursa birtakım kabullerinin olması kaçınılmazdır. Dahası bilim; evren, insan, doğa hakkında genel yasalara ulaşma çabasıdır. Ayrıca bilim, varsayımlarda bulunarak gelecek hakkında tahminlerde bulunma amacı da taşır. Tümevarımın ne olduğuna dair Russell şu iki maddeyi açıklamaktadır:

- (a) Belli bir A türünden bir şey, belli başka bir B türünden bir şeyle birlikte bulunmuş ve B türünden bir şeyden ayrı olarak hiç görülmemişse, A ile B'nin birlikte bulunmalarının sayısı büyüdükçe, bunlardan birinin görüldüğü yeni bir durumda birlikte bulunmalarının olasılığı da büyür. (b) Aynı koşullar altında, birlikte bulunma durumlarının yeterli bir sayıya ulaşması, yeniden birlikte bulunma olasılığını kesinliğe yaklaştırır ve bu olasılık kesinliğe doğru sınırsız olarak yaklaşır (Russell, 2019: 80).

Hem insanların gündelik hayatı hem de bilim dünyası için bu denli öneme sahip tümevarımı şüphe götürmez şekilde kabul etmemizin sebebi nedir? Russell'ın da

açıklamasında belirttiği gibi cevap iki şeyin beraber görülme sıklığıdır. Örneğin yaşadığım süre boyunca Güneş'in her gün doğup battığını görürüm bu yüzden yarın Güneş'in doğmayacağını düşünmem çünkü böyle bir gözlemim hiç olmamıştır. Ya da hiç boşlukta bırakıldığında yere düşmeyen bir cisim görmem çünkü yerçekimi, etkisini hep göstermektedir. Tüm bunlar gözlemlerimin sıklığı sonucu oluşmakta ve zihnimde bir genelleme yapmamı sağlamaktadır. Russell'a (2019: 76) göre örneğin devim yasalarının etkinliklerini sürdüreceklerine dair inancımız bilgimizin ulaşabildiğince eskilerden beri bunu sürdürüp gelmiş olmalarından gelmektedir. İnsan zihni, aksinin gerçekleştiğini görmediği için aynı sonuçları beklemektedir. "Açıktır ki bir nesneye aykırı etkiler eşlik ettiğinde, bunları yalnızca geçmiş deneyimimiz yoluyla yargılar ve her zaman ondan doğduklarını gözlemiş olduğumuz şeyleri olanaklı görürüz." (Hume, 2016: 143). Kısacası genellemede aykırılıklar olsa da bu durum sonucu çok fazla etkilememekte, zihin geçmiş durumları muhtemel görmektedir.

Peki bizi tümevarıma götüren şey nedir? bu noktada yine nedensellik kavramı karşımıza çıkmaktadır. Cevizci'ye (2020: 178) göre 17. yüzyılın büyük bilimsel devrimini yaratan önemli etmenlerden birisi olan yeni bilimsel yöntem de bu inanca dayanmaktadır ve bilimin, dolayısıyla da bilimsel yöntemin kaydettiği olağanüstü büyük başarılar nedensel zorunluluk inancını her geçen gün daha da güçlendirmiştir. Tümevarım, bir başka deyişle nedenselliğin genellemesidir; bir şeyin bir başka şeyle nedensellik bağı ile bağlı olduğunun varsayılmasıdır. Burada şu soru haklı olarak aklımıza gelmektedir: "Tümevarım kesin bilgiler içermekte midir yoksa sonuçları kuşkulu mudur?" Tümevarıma Hume'dan önce, mutlak bilgi içeren bilimsel yöntem olarak bakılmaktaydı. Fakat Hume'un nedensellik eleştirisi ile birlikte tümevarımın sonuçları açısından kuşkular doğmaya başlamıştır. Çünkü ilk defa Hume ile beraber tümevarımın temelinde olan nedensellik ilkesi hakkında eleştiriler ortaya çıkmıştır. Russell, tümevarımla ilgili o ünlü hindi örneğini vererek şöyle demektedir: "Böylece, gerçi içgüdülerimiz yarın güneşin doğacağına bizi inandırır fakat hiç beklemediği anda boynu burulan piliçten daha iyi durumda olmayabiliriz." (Russell, 2019: 78). Eğer benzer nedenlerden farklı sonuçlar doğduğu görülürse bu durumda bu sonuçlar geçmiş geleceğe taşırken göz önünde bulundurulmalı ve olayın olasılıkları belirlenirken dikkate alınmalıdır (Hume, 2019: 57).

Örneğin çoğunlukla hava bulutlu olduğunda yağmurun yağdığı görülmektedir. Bu yargıya bir genelleme yaparak ulaşılır fakat eleştirel şekilde yaklaşılacak olursa havanın bulutlu olması yağmurun yağmasını zorunlu kılmadığı anlaşılabilir. Dahası böyle bir ilişkinin zorunluluğuna nasıl ulaşıldığı da önemli bir sorudur. Bu ilişkinin her zaman aynı

şekilde gerçekleşeceğine ilişkin bir “bilgi”den çok bir “inanç” beslenmektedir. Böyle bir genellemeye, birbirinin tamamlayıcısı olan, olaylar arasında bir nedensellik ilişkisi olduğu inancı ile *bu ilişkinin her zaman aynı kalacağı* inancı ile ulaşılmaktadır (Öktem, 2004: 33). Birincisi bizi nedensellik problemine ikincisi ise tümevarım problemine götürmektedir (Öktem, 2004: 33-34). Tümevarımın geçerliliğine olan inancımız eğer ki mantıksal bir zorunluluğa dayanmıyorsa öteki inançlarımızdan pek de farklı olamamaktadır (Öktem, 2004: 35). Bu da bilimin ortaya koyduğu yasaların ne kadar güvenilir olduğu dahası insan zihninin çevirmeye alıştığı nedensellik çarkının da ne kadar geçerli olduğu sorusunu ortaya çıkarmaktadır.

Elbette ki insanların sıkı sıkıya bağlı kaldığı bazı düşünce kalıplarını yıkmak kolay olmamaktadır. İnsanlar gündelik hayatta aynı şeyleri deneyimlemeye alışmaktadır. Bilim de bunu doğrulayacak şekilde ilerlemekte ve genellemeler üzerinden kendini geliştirmektedir. Alışlagelmiş şekilde düşünmek bir bakıma konfor alanından çıkmamak demektir ve bu da insanları zihinsel anlamda yormamaktadır. Fakat David Hume bu zor yola girerek konfor alanından çıkmakta, kendisini mutlak şekilde kabul edilen “nedensellik” ilkesini sorgulamaya başlamıştır. Hume, bu sorgulama sonunda zihinlere yeni perspektifler sunacaktır.

1.2.2. Nedensellik

Felsefe tarihinde “neden” fikri esasen çok eskilere dayanmaktadır. Antik Çağ felsefesi ele alındığında insanların yaşadığı doğaya merak ve şüphe duygusuyla yaklaşım olan bitenin arkasındaki nedeni arama konusunda çabaları görülmektedir. İnsanların aradığı şey aslında değişen düzenin ardında değişmeyen fakat tüm bu değişen düzenin de nedeni olan ilkeyi aramak olmuştur. Değişmeyen bu nedene (arkhe) filozofların farklı cevapları olmuştur ve hepsi de evreni açıklama çabası taşımaktadır. Orta Çağda ise insanlar, varolan her şeyin nedeni olarak Tanrı’yı görmüşler ve evreni din ile açıklamaya çalışmışlardır. Din ile felsefe evreni açıklamada baskın hale gelmiştir. Fakat modern dönemle beraber bilimlerde bir sıçrayış yaşanmış ve insanlar din ve felsefenin yanı sıra yaşadıkları evreni doğa bilimleri ile kavramaya çalışmışlardır. İşte bu dönemde doğa bilimlerinin de etkisiyle evrende olup biten şeylerin arkasındaki nedenler deney ve gözlemlerle açıklanmaya başlamıştır. Bir önceki bölümde değinildiği gibi nedensellik ve tümevarım gibi kavramların doğa bilimlerinde önemli hale geldiği görülmektedir.

Bilimlerin ilerleyişi felsefeyi de derinden etkilemiş; bilgi konusunda deneyi temele alan empirizm, pozitivizm gibi bilgi kuramları ortaya çıkmıştır. 17. yüzyılın en önemli empiristlerinden biri şüphesiz ki David Hume’dur. Hume, giriştiği felsefi sorgulamalarla

sadece yaşadığı dönemde değil günümüzde bile adından söz ettirmeyi başarmıştır. Bunda kuşkusuz ortaya koyduğu empirizm kadar nedenselliğe yaptığı eleştirilerin de katkısı büyüktür. Doğa bilimlerinin yöntem olarak kabul ettiği tümevarım ve nedensellik gibi kavramları empirizmine zarar verip vermeyeceğini düşünmeden eleştirmiştir. Bu bakımdan Hume, insanların zihninde deneyin verdiği bilginin ne kadar güvenilir olduğu konusunda da sorular meydana getirmiştir. Belki de Hume’u Hume yapan da mutlak kabul gören nedensellik ilkesini bu denli eleştirmesi olmuştur. Hume, nedensellik eleştirisiyle beraber sadece bilimlere değil insan zihninin işleyişine karşı da yeni bakış açıları geliştirmiş; bizi, çok güvendiğimiz birtakım kalıpları yıkmaya davet etmiştir. Bu nedenledir ki kendisinden sonra ivme kazanan psikoloji ve sosyoloji gibi beşeri bilimlerde de Hume’un ele aldığı kavramları görmek ve onun bakış açısından irdelemek mümkün olmaktadır.

Hume’un nedensellik eleştirisine geçmeden önce, nedensellik kavramının ne olduğu üzerinde durmak doğru olacaktır. Nedensellik şöyle tanımlanmaktadır: “Zaman dizisi içinde, biri olmadan diğersinin de ortaya çıkamayacağı iki olay, fenomen ya da süreç arasındaki ilişki.” (Cevizci, 2003: 282). Ayrıca Cevizci, *Felsefe Terimleri Sözlüğü*’nde nedensellik eleştirisine de yer vermiştir ki bu da Hume’un nedensellik eleştirisinin felsefe tarihinde ne denli önemli olduğunu bir kez daha göstermektedir: “Nedensellik konusunu felsefe tarihinde ilk kez sistematik ve eleştirel bir biçimde ele alan ünlü İngiliz empirist filozofu David Hume’un nedenselliği epistemolojik bir düzlemde analize tabi tutan eleştirisiyle romantiklerin nedenselliği daha çok ontolojik düzlemde değerlendiren eleştirileri.” (Cevizci, 2003: 283).

Peki Hume nedenselliği nasıl tanımlamaktadır? Daha önceki bölümlerde de değinildiği üzere Hume, bilginin kaynağında algıyı görmekte ve algıyı da izlenim ve fikirler olmak üzere ikiye ayırmaktadır. İzlenimler, bizim bilgilerimizin başlatıcısı konumundadır ve idelerin kaynağıdır. İdelerde ise insan zihni aktif konumdadır ve üç tür bağlantı ilkesi bulunmaktadır. Bunlar *benzerlik*, *bitişiklik*, *neden ve etki* ilkeleridir. Fakat Hume neden ve etki ilkesine ayrı bir parantez açmıştır. Hume’a göre neden ve etki, olgusal durumlar dediği dış dünyaya ilişkin bilgilerin de temelinde bulunan ilişki türüdür. Hume, “*İnsan Doğası Üzerine Bir İnceleme*” adlı eserinde nedensellik ile ilgili şöyle demektedir:

Bu düşünme yoluna göre, özdeşlik üzerine ve zaman ve yer ilişkileri üzerine yapabileceğimiz herhangi bir gözlemi usullama olarak almamız gerekir; çünkü bunlardan hiçbirinde anlık gerçek varoluşu ya da nesnelerin ilişkilerini ortaya çıkarabilmek için duyular için dolaysızca bulunanın ötesine geçemez. Böyle bir bağlantıyı üreten, ve böylece bir nesnenin varoluş ya da eyleminden onun herhangi bir başka varoluş ya da eylem tarafından izlendiği ya da öncelendiği inancasını verebilen yalnızca *nedensellik*dir (Hume, 2016: 88).

İdeler arasında bulunan benzerlik ve bitişiklik gibi bağlantı ilkeleri zihnimizde yeni bir şeyler üretmezken, nedensellik ilkesi varoldan başka bir şey ortaya koymaktadır. Sözgelimi iki nesnenin benzer olması ya da yer ve zaman bakımından bitişik olması bizde herhangi bir yeni fikir üretmezken ateşe dokunduğumuzda elimizin yanması bizde yeni bir şey olan acı duyumunu ortaya çıkarmaktadır. Dikkatlice incelendiğinde görülecektir ki acı duyumu ne ateşten ne de elimizin yanmasından türemekte, acı duyumu diğer ikisinden ayrı ve yeni bir şey olarak nedensellik ilişkisiyle türetilmektedir. “O zaman burada salt düşüncelere bağımlı olmayan o üç ilişkiden duyularımızın ötesinde izlenebilecek ve bizi görmediğimiz veya duyumsamadığımız varoluşlar ve nesnelere konusunda bilgilendirecek olan biricik ilişkinin *nedensellik* olduğu görünür.” (Hume, 2016: 89). Hume, “*İnsanın Anlama Yetisi Üzerine Bir Soruşturma*” adlı eserinde de nedenselliğe değinmekte ve olgusal durumlara ait tüm muhakemelerin nedensellik ilişkisine dayandığını belirtmektedir (Hume, 2019: 24). O halde dış dünyaya ilişkin tüm yargılarımız nedensellik içermekte ve yeni bir olguyu meydana getiren de yine bu ilişki olmaktadır.

Nedensellik kavramını gelin biraz daha açalım. Bir A nesnesi ve bir de B nesnesi olduğunu düşünelim. A ve B'nin bitişik ve ard arda gerçekleşmesinin görüldüğü her durumdan sonra bunların her zaman bitişik ve ard arda gerçekleşeceği düşünülmektedir. Örneğin Güneş doğduğunda aydınlığın, battığında ise karanlığın olacağı düşünülmekte; bahar geldiğinde çiçeklerin açması kışın ise yaprak dökmesi beklenmektedir. Doğa bilimleri bunları mutlak doğru olarak kabul etmekte ve tümevarım ilkesiyle doğruluklarını genellemektedir. Dahası bu doğrular insan hayatı için de mutlaklık taşımakta, gündelik bilgi türlerinin çoğunu bu doğrular oluşturmaktadır. Fakat Hume, böyle bir genellenmenin yapılamayacağını, bunun bir bilgiden çok bir olasılık, bir inanç olduğunu savunmaktadır. Nitekim Hume, temelinde nedensellik ilkesinin bulunduğunu söylediği olgusal durumlara ait tüm yargılarımızın da bilgi değil olasılık olduğunu belirtmektedir. Ayrıca Hume (2016: 146) her olasılığın karşıt bir olanağının da olduğunu savunmaktadır. Hume nedenselliğin bir bilgi olmadığını savunarak sadece insan yaşamını değil ama bilimlerin yöntemlerini de kökten eleştirmektedir.

Hume'a göre iki nesneyi nedensellik ile bağlamak için elimizde hiçbir sebep yoktur. İnsanlar için çok kesinmiş gibi görünse de örneğin bahar geldiğinde çiçekler açmayabilir, kış geldiğinde yapraklar dökülmeyebilir veya Güneş battığında karanlık olmayabilir. Nedenselliğe dair hiçbir yargı insan zihnine bilgi sunmamaktadır. Bu nedenle “*Her A nesnesi görüldüğünde B nesnesi de zorunlu olarak görülecektir.*” denemez. Bundan dolayı Hume'a göre doğa bilimleri de aynı koşullar altında aynı nedenlerin aynı sonuçları meydana getireceğinin olanaklı olduğunu söyleyememektedir. Kısacası Hume'un nedensellik eleştirisi,

tümevarımın güvenilirliği ve geçerliliği üzerine de büyük soru işaretleri oluşturmaktadır. “Buna göre, irdeleme üzerine bulacağız ki bir nedenin zorunluğu için üretilmiş olan her tanıtlama bir aldatmaca ve safsatadır.” (Hume, 2016: 94). Bunca yıldır kabul edilen doğrular aslında doğru değil midir? Hume için bu sorunun cevabı çok açıktır: İnsanlar doğruluğu kesin olmayan inançlar ve önkabullerle yaşamaktadırlar. Önemli olan asıl soru, bu inançların veya önkabullerin altında yatan sebepler ve insan zihninin bu sebepleri düşünme yapısıdır. İşte Hume’un temel felsefi derdi de budur.

Farkında olunmasa da zihin her gün alışlageldik şekilde düşünmeye ve davranmaya programlanmıştır. Yaşamın içinde bu alışlagelmişlik durup sorgulanmamaktadır. Örneğin hava bulutlu olduğunda yağmur yağacağını düşünerek şemsiyemi alırım, elma yediğimde aldığım tadın her zaman aynı olacağını düşünürüm ya da sıcak bir şeye dokunduğumda elimin yanacağını varsayarım çünkü geçmiş deneyimlerim bana hep bunun böyle olduğunu göstermiştir. Dahası zihin tümevarımsal bir çıkarım yaparak bunun hep böyle olacağını varsaymaktadır. Kısacası nedensellik demek bir şey ile birlikte bir başka şeyin de gerçekleşeceğini düşünmek demektir. Bu tıpkı korku duygusu gibi davranış örüntülerimizi düzenleyen bir ilke konumundadır. Hume’un da amacı, bu nedensellik ilkesinin insan zihninde nasıl ortaya çıktığını açıklamaktır. Ayrıca Hume nedensellik kavramını ele alırken kavramın bilimsel anlamının yanı sıra gündelik anlamına da değinmektedir. Hume’a kadar nedensellik fikri eleştirilmemiştir fakat Hume ilk defa bu kavramın güvenilirliği konusundaki şüphelerini dile getirerek bir bakıma zihinleri konfor alanından çıkmaya davet etmektedir.

Hume’un bu davetine ilk cevap veren Alman filozof Immanuel Kant olmuştur. Kant’a (2000: 5-6) göre Hume, aklın apriori olarak ve kavramlar aracılığıyla nedensellik fikrini düşünmesinin olanaksız olduğunu karşı çıkılamaz şekilde kanıtlamıştır; çünkü nedensellik zorunluluk içerir ama bir şey olduğu için başka bir şeyin de zorunlu olarak olmasının nasıl gerektiği, dolayısıyla böyle bir bağlantılılık kavramının a priori olarak nasıl getirileceği bilinmemektedir. Belki de Hume’un fikirleri olmasaydı Kant’ı mutlak bir rasyonalist olarak felsefe sahnesinde görmek mümkün olabilirdi. Nitekim Kant, Hume’un kendi felsefesindeki önemini şu ünlü sözleriyle vurgulamaktadır: “İtiraf ederim ki, beni yıllar önce dogmatik uyuklamamdan ilk defa uyandıran ve araştırmalarım kurgusal felsefe alanında bambaşka bir yön vermemi sağlayan, DAVID HUME’un bu hatırlatması olmuştur.” (Kant, 2000: 8). Hume’un deneyciliğinden etkilenen Kant, felsefesinde hem apriori hem de aposteriori kavramları sorgulamaya başlamakta ve özellikle deneyim kavramının üzerine eğilmektedir. Kant, nedensellik ilkesinin ve diğer doğa yasalarının deneyimden türemediğini savunmaktadır. Bu ilkeler deneyimlerin bir araya toplanmasından çıkarılamamakta; tek tek

algıların, deneyimlerin değerlendirilmesi bunlara dayanmaktadır (Heimsoeth, 2014: 75). Nedenselliği aklın bir işlevi veya mantıksal muhakeme ilişkisi olarak görmeyen Hume'un aksine Kant, nedenselliğin a priori olduğunu savunmaktadır. Kant, tıpkı Hume gibi insan zihninin tüm malzemesinin kaynağını dış dünya olarak görmektedir fakat apriori kavramını ortaya atması bakımından Hume'dan ayrılmaktadır. Ayrıca nedenselliğin kaynağının deneyim olmadığını söyleyerek Hume onu dogmatik uykusundan uyandırmıştır.

Hume, nedenselliğin gündelik hayattaki işlevlerine karşı çıkmamaktadır. Yaşama zarar vermediği sürece alışlagelmiş şekilde davranmak ve olan biteni nedensellik fikri ile düşünmek faydalıdır. "Yaşamlarımızı her gün bildiğimizi kabul ettiğimiz şeylerle riske atarız. En iyi ihtimalle inanmak için gerekçelendirmemiz var görüşüne geri dönmek ve bu duruşu gözden geçirmek rahatsız edici olurdu." (Audi, 2018: 8). Örneğin hiçbir insan yarın Güneş doğacak mı diye şüphe duymamaktadır. Güneş hep doğmuştur ve yarın da doğacaktır fikriyle yaşanmaktadır. Aksi takdirde deneyimin her olgusundan şüphe duymak zihin için oldukça yorucudur. Tümevarımla yaşamak hem insan zihni için hem de doğa bilimleri için daha kolay ve yararlı bir yol olarak görünmektedir. Fakat Hume; felsefi bir soruşturmaya girerek klasik düşünme tarzını bir kenara bırakmış, kavramın temelini araştırmaya koyulmuştur.

Peki nedensellik fikri nereden gelmektedir ve bu fikrin kökeni nedir? Hume, ister içsel ister dışsal olsun varolan her şeyin neden ve etki olarak düşünüldüğünü fakat neden ve etkinin de varlıklara ait olan bir nitelik olmadığını belirtmektedir (Hume, 2016: 89). Nesnelere arasındaki ilişkileri Hume üçe ayırmaktadır: *Bitişiklik (Contiguity)*, *Ardışıklık (Priority)* ve *Zorunlu Bağlantı (Necessary Connection)*. "İlk olarak nedenler ya da etkiler olarak düşünülen tüm nesnelere bitişik olduklarını, ve hiçbir şeyin onun varoluş zamanından ya da yerinden biraz bile olsun uzaklaştırılmış bir zamanda ya da yerde işlemsel olamayacağını bulurum." (Hume, 2016: 89-90). Ardışıklık ilişkisi ise neden ve etkinin arasında bir öncelik olmasından kaynaklanmaktadır. Bir sonucun açığa çıkması için zorunlu olarak öncelikle bir nedenin varılması gerekmektedir. Hume (2019: 90-91) böyle bir öncelik ilişkisi olmadığı yani neden ve etki eş zamanlı olduğu takdirde tüm nesnelere eş zamanlı olmak zorunda olacağını belirtmektedir. Ki bu da mümkün görünmemektedir. Örneğin lambanın butonuna basıldığında ışığın yandığının görülmesi zihinde bu ikisi arasında nedensellik ilişkisi olduğunu düşündürmektedir. Çünkü butona basma eylemi ışığın yanmasından daha önce gerçekleşmiştir yani öncelik ilişkisi bulunmaktadır. Bu da birinin neden diğerkinin ise etki olarak algılanmasına neden olmaktadır. Ayrıca buton ve ışık uzay ve zamanda birbirine bitişik görülmektedir ve aralarında zorunlu bir bağlantı bulunduğu dair bir inanç vardır. Hume nesnelere arasındaki bu üç tür ilişkiyi maddeler halinde açıklamaktadır:

1. Neden ve etki uzay ve zamanda bitişik olmalıdır.
2. Neden etkiye önsel olmalıdır.
3. Neden ve etki arasında değişmez bir birlik olmalıdır. Başlıca bu niteliktir ki, ilişkiyi oluşturur. (Hume, 2016: 179).

Hume, üçüncü ilişki türü olan zorunlu bağlantıya ayrı bir parantez açar ve şöyle der: “Bir nesne bir başkasının nedeni olarak görülmezsizin ona bitişik ve önsel olabilir. Göz önüne alınması gereken bir ZORUNLU BAĞLANTI vardır; ve bu ilişki yukarıda sözü edilen öteki ikisinden çok daha önemlidir.” (Hume, 2016: 91). Örneğin iki nesneyi birbirine bitişik ve ardışık olarak duyumsadığımızda bunlar arasında zorunlu olarak nedensellik olduğunu, birinin neden diğerinin ise etki olduğunu düşünmek için bir mecburiyetim yoktur. Fakat zorunlu bağlantı fikri zihnimde öyle bir etki uyandırır ki bu iki şey arasında zorunlulukla neden ve etki ilişkisi olduğunu düşünmekten kendimi alamam. Hume, bitişiklik ve ardışıklık üzerine değil ama açıkça zihinde yeni bir fikir uyandıran zorunlu bağlantı ilişkisi üzerine bir sorgulamaya geçer. Bu sorgulamadan önce nedenselliğin temeline değinir.

Zorunlu bağlantı ilişkisini anlamak için Hume, öncelikle nedensellik fikrinin nereden türediğini sorgulamanın doğru olacağını düşünmektedir. Hume için burada sorulması gereken iki önemli soru bulunmaktadır. Niçin varoluşunun başlangıcı olan her şeyin zorunlu olarak nedeninin olması gerektiğini söyleriz (Hume, 2016: 92). Niçin belli nedenlerin zorunlu olarak belli etkileri olduğunu düşünürüz; ve birinden ötekine yaptığımız o çıkarsamanın ve ona duyduğumuz inancın doğası nedir (Hume, 2016: 92). Nedensellik fikrini zihinde uyandıran şey ne nesnenin kendisi ne de mantıksal muhakemelerdir. Bu konuda Hume şöyle demektedir: “Hiçbir nesne duyulara gözüktüğü nitelikleriyle onu yaratan sebepleri ya da ondan doğacak sonuçları açığa seremez; keza aklımız da deneyimlerimizin yardımı olmaksızın olgusal durum ve gerçek varoluş hakkında hiçbir çıkarımda bulunamaz.” (Hume, 2019: 25). Nedenselliğin kaynağında akıl olduğunu söylemek Hume’a göre hatalı bir girişimdir. Eğer öyle olsaydı bu dünyaya birdenbire gelmiş olsak ilkin bir bilardo topunun diğerine çarpmasıyla onu hareket ettireceğini çıkarsayabilirdik ve kesin bir dille konuşmak için olayın tekrardan gerçekleşmesini beklememize gerek kalmazdı (Hume, 2019: 26). Bir empirist olarak Hume’un akla bu denli karşı çıkışı haklı bir tepki olarak görülebilir. Bu nedenle Hume nedensellik fikrinin kökeninde deneyimi görür:

Öyleyse salt DENEYİM yoluyla ki bir nesnenin varoluşunu bir başkasından çıkarsayabiliriz. Deneyimin doğası şudur. Nesnelerin bir türünün varoluşunun yineleyen örnekleri ile karşılaşmış olduğumuzu anımsarız; yine anımsarız ki bir başka nesnelere türünün bireyleri her zaman onlara eşlik etmiş, ve onlarla ilgili olarak düzenli bir bitişiklik ve ardışıklık düzeni içinde var olmuşlardır. Böylece

alev dediğimiz nesne türünü görmüş olduğumuzu, ve *sıcaklık* dediğimiz duyum türünü duyumsamış olduğumuzu anımsarız. Benzer olarak tüm geçmiş durumlardaki değişmez birlikteliklerini anımsarız. Doğrudan doğruya birini *neden* ve ötekini *etki* olarak adlandırır, ve birinin varoluşunu ötekinden çıkarırız. Bize tikel nedenlerin ve etkilerin birlikteliklerini öğreten tüm o durumlarda, hem nedenler hem de etkiler duyular tarafından algılanmıştır ve anımsanırlar: Ama onlarla ilgili olarak uslamamada bulunduğumuz tüm durumlarda yalnızca birinin algılanması ya da anımsanması söz konusudur, ve öteki geçmiş deneyimimiz ile uyum içinde sağlanır (Hume, 2016: 100-101).

Burada önemli olan geçmiş deneyimlerin tekrar etme sıklığıdır. Gerçekten de bir şeyin sıklıkla aynı şekilde olageldiğini deneyimlemek nedensellik fikrinin en yaygın kanıtlarından biri gibi görülmektedir. Ne var ki Hume (2016: 101) bir geçmiş izlenim ne kadar tekrar ederse etsin örneğin zorunlu bağlantı fikri gibi yeni bir şey doğuramayacağını ve bu tekrar eden izlenimlerin sayısının tek bir izlenimden daha fazla şey ifade etmeyeceğini belirtmektedir. Yarın sabah Güneş doğmamış olabilir, baharda çiçekler açmayabilir veya ateş duyusal olarak sıcaklık ve acı hissi vermeyebilir. Bunlara ilişkin tek söylenebilecek şey, gerçekleşme olasılığı taşıyor olduklarıdır. Yani bunlar hakkında ideler arası ilişkilerde olduğu gibi kesin yargılara varılamamaktadır. Çünkü iki şey arasında oluşturulan nedensellik ilişkisi ne nesnenin özünden ne de mantıksal muhakemelerden gelmektedir. Hume'a göre nedensellik ilişkisinin özünde imgelem önemli bir yer tutmaktadır. İmgelem, sözcükten düşünceye geçmeye öyle alışıktır ki, birinin işitilmesi ile ötekinin tasarlanması arasında bir kıpılık gecikme bile olmamaktadır (Hume, 2016: 106). Hume'a göre imgelem zihnin işleyişi için son derece tehlikelidir: "Us için hiçbir şey imgelemin uçuşlarından daha tehlikeli değildir, ve felsefeciler arasında hiçbir şey ondan çok yanlışlığa yol açmamıştır." (Hume, 2016: 264). Hume, aslında yaptığı bu vurguyla kendi dönemine kadar nedenselliği bir zorunluluk olarak görenlere ve ayrıca rasyonalistlere de bir gönderme yapmaktadır.

Hume'a göre olgusal durumların temelinde nedensellik ilişkisi yatmaktadır. Dış dünyaya ilişkin yargıları içeren olgusal durumlar kanıtlanabilen, kesin bilgi olmaktan çok olasılık olarak nitelendirilmektedir. Bu olasılığı, Hume'un perspektifinden ele aldığımızda "inanç" olarak da görebilmek mümkündür. Hume'a (2019: 45) göre bir insan eğer iki tür nesnenin her zaman bir arada olduğunu görürse (ısı ve alev, kar ile soğuk) duyular aleve ya da kara maruz kaldığında sıcaklık ya da soğuk bekler ve böyle bir niteliğin gerçekten varolduğuna inanarak ortaya çıkacağına *inanır*. Fakat insan zihni, bunu bir olasılık gibi görmekten çok mutlak ve değişmez bir bilgiymiş gibi görmeye yatkındır. İşte Hume'un da asıl merak ettiği şey bu yatkınlığın altında yatan sebeplerin ne olduğudur.

"Hume'a göre, a idesinden b idesine veya a izleniminden b izlenimine ilişkin inanca geçmek zorunda olduğumuz duygusu bizde "**zorunlu bağ**" fikrinin de kaynağını oluşturur."

(Öktem, 2004: 37). “İkinci bir gözlemden şu yargıyı çıkarıyorum ki, bulunan izlenime eşlik eden ve bir dizi geçmiş izlenim ve birliktelik tarafından üretilen inanç, bu inanç, diyorum, usun ya da imgelemin herhangi bir yeni işlemi olmaksızın dolaysızca doğar.” (Hume, 2016: 115). Zorunlu bağlantı fikrinin kaynağı olan bu inanç, Hume’a göre çok sayıda deneyim sonucu açığa çıkmaktadır. Örneğin bir adam ilk defa iki bilyardo topunun çakışmasını gördüğünde olaylardan birinin diğeriyle bağlantılı olduğunu söyleyemez sadece ikisinin bir arada olduğunu söyleyebilirdi (Hume, 2019: 74). Birden fazla deneyimden sonra zihin öyle bir inanç oluşturmaktadır ki benzer bir olay görüldüğünde benzer sonuçların gerçekleşeceği beklenmektedir. Sobaya ilk defa dokunan bir bebek, elinin yanacağını düşünmemektedir. Fakat bir kez sıcaklık duyumunu elde ettikten sonra sobayı her gördüğünde sıcak olduğunu düşünür ve sobaya dokunmaz. Soba sıcak dahi olmasa bebek öyle olduğuna dair bir inanç geliştirir.

“Zorunluluk düşüncesi belli bir izlenimden doğar. Duyularımız tarafından iletilen ve o düşüncüyü ortaya çıkarabilen hiçbir izlenim yoktur. Öyleyse belli bir içsel izlenimden, ya da derin düşünme izleniminden türetilmiş olmalıdır.” (Hume, 2016: 172). Kısacası zihin, zorunluluk fikrini üretirken aktif durumda görünmektedir. Zorunluluk fikrinin kaynağının duyum izlenimi olmadığını Cottingham da şu sözlerle vurgulamaktadır:

Fiili gözlemlerimizde zorunluluk idesine karşılık gelen hiçbir şey yoktur: varsayılan “kuvvet”, “etkinlik” veya “üretken güç” nedenleri hakkında hiçbir duyusal izlenime sahip değiliz. Fiili olarak gözlemlediklerimizin tümü, olaylardaki belirli yineleme ve düzenliliklerdir; bu sonuç Hume’un konumunun can alıcı noktasıdır. Bir kömür parçasını ne zaman ateşin üzerine koysak onun yandığını gözliyoruz. Ama tüm gözlediğimiz de budur. Bundan daha ileri giden zorunluluk fikri için hiçbir deneyci doğrulama veya güvence yoktur; bu zorunluluk fikri hiçbir duyusal izlenimden çıkmış değildir (Cottingham, 2003: 91).

Deney sadece iki nesnenin varlığını duyumsatmakta dolayısıyla bir izlenim yaratmakta, bunların bitişik ya da ardışık olduğunu göstermekte fakat bundan fazlasını yapamamaktadır. Örneğin butona basıldığında ışığın yandığı görülmekte fakat bu duyum bana iki ayrı şeyi yani butona basmak ve ışığın yanması bilgisini vermektedir. Ne var ki her butona basıldığında ışığın yanacağı bilgisini hiçbir zaman verememektedir. Bir başka deyişle boşluğa bırakılan bir cismin yere düştüğünü görmek her zaman boşluğa bırakılan cismin yere düşeceği bilgisini sunmamaktadır. Deneyimin sunduğu şey ya birinin diğeriyle bitişik olduğu ya da ikisinin ardışık şekilde gerçekleşiyor olduğudur. Öyleyse zorunlu bağlantı fikrinde deney geçerli bir kaynak olarak görülememektedir. O halde zorunlu bağlantı fikrinin altında tam da Hume’un belirttiği gibi içsel veya derin düşünme izlenimi olduğu söylenebilmektedir. Fakat

her içsel ya da derin düşünme izleniminin temelinde zorunlu olarak duyum izlenimi yer almaktadır. Bu da Hume'un perspektifinden bakıldığında bir bilgi olmaktan çok bir olasılığa ve inanca karşılık gelmektedir.

İki nesnenin zorunlu bağlantı taşıdığını düşünmek “güç”, “kuvvet”, “enerji” gibi kavramları da beraberinde getirmektedir. Fakat Hume'a göre hiçbir nesnenin kendisi nedensellik fikrini doğuracak denli bir güç taşımaz. Dahası bu gücü doğuran insan aklı da değildir. “Şimdi hiçbir şey insan anlığının iki nesnenin bir düşüncesini bunların arasında herhangi bir bağlantı tasarlayacak ya da onları birleştiren güç ya da etkerliği seçik olarak kavrayacak bir yolda oluşturmasının olanaksızlığından daha açık değildir.” (Hume, 2016: 169). Örneğin havanın bulutlu olmasıyla yağmurun yağması Hume'a göre bir zorunluluk değil ama bir olasılık taşımaktadır. Fakat iki şeyin zorunlu bir birliktelik taşıyor gibi görünmesini sağlayan güç ya da kuvvet, ne havanın bulutlu olmasından ne de yağın yağmurdan kaynaklanır, onun biricik kaynağı bu iki şeyin sıklıkla tekrar ediyor oluşudur. Hume'un felsefi derdi benzerlik ya da bitişiklik ilkesiyle ilgili değildir. Hume'a (2016: 175) göre daha ileri gider ve bu nesnelere bir güç ya da zorunlu bağlantı yüklersek, bu hiçbir zaman onlarda gözlemlenemeyecek bir şeydir ve bunun düşüncesini onları düşünürken içsel olarak duyumsadıklarımızdan çıkarıyor olmalıyızdır.

Zorunlu bağlantı fikrinin soruşturmasından sonra açıkça denebilir ki bu fikrin kaynağında ne mantıksal muhakemeler ne nesnenin kendisi ne de salt izlenim bulunmaktadır. İzlenim, zihnin her yargısı için olmazsa olmaz önsel bir koşuldur fakat zorunlu bağlantı her ne kadar izlenimden elde edilse de bu, nihai olarak içsel veya derin düşünme izleniminden kaynaklanmaktadır. Zorunlu bağlantının altında yatan neden, bir inanca dayanır. Bu inancın kökeninde ise “ALİŞKANLIK” bulunur.

1.2.3. Nedenselliğin Kaynağı: Alışkanlık

Nedenselliğin temelinde ne aklı ne de nesnenin kendisini bulan Hume, temelde alışkanlığın yer aldığını ileri sürmektedir. Bu alışkanlık, zorunlu bağlantı düşüncesinin temelinde yer alan aynı nedenlerin aynı sonuçları doğuracağı inancının da kaynağını oluşturmaktadır. Alışkanlığı doğuran şey de esasen iki şeyin beraber sıklıkla tekrar ediyor oluşudur: “Şimdi herhangi bir yeni uslamlama ya da vargı olmaksızın geçmiş bir yinelemeden çıkan her şeye ALİŞKANLIK dediğimiz için, bulunan herhangi bir izlenim üzerine doğan tüm inancın yalnızca o kökenden türemiş olduğunu pekin bir gerçeklik olarak saptayabiliriz.” (Hume, 2016: 115). Sözelimi yerçekimi kanunu gereği boşluğa bırakılan her cismin yere düştüğünü görmek yeniden aynı sonuca ulaşılacağı konusunda bir alışkanlık

geliştirmektedir. Aynı koşullar altında aynı sonuçların ortaya çıkacağı konusunda *beklenti* oluşmaktadır.

Hume'a (2016: 116) göre nedensellik ilkesi, imgelem üzerinde işleyen alışkanlıktan ibarettir. Tüm uslamamalar alışkanlığın etkileridir ve alışkanlığın imgelemi dirileştirme ve bize herhangi bir nesnenin güçlü bir tasarımını verme yoluyla olmaksızın hiçbir etkisi bulunmamaktadır (Hume, 2016: 157). Dahası Hume'a (2016: 262) göre alışkanlık öyle bir ilkedir ki, beni gelecek için aynı şeyi beklemeye belirlemekte ve imgelem üzerinde etkili olmak için deneyimle işbirliği yaparak, beni belli düşünceleri başkalarından daha yeğîn ve daha diri bir yolda oluşturmaya götürmektedir. O halde denebilir ki alışkanlık, zihnin olasılıkları kesin bilgiymiş gibi algılamasını sağlayan bir ilkedir ve tüm yanılısamların, geçmişî geleceğe taşımının temelinde de bu ilke yer almaktadır. Varolandan yeni bir şey üretmeyi sağlayan zorunlu bağlantı düşüncesini üreten de yine bu alışkanlık ilkesidir.

İnsan zihni, alışkanlıklar ile düşünmeye öylesine alışmıştır ki, bir süre sonra bu yönelim insan zihnini tekdüzeliğe sokmakta, konfor alanına hapsetmektedir. Bu da dış dünyada olup bitenlere karşı kalıp yargılar geliştirmeye neden olmaktadır. Bu düşünce yöneliminden kopmak o kadar da basit değildir çünkü alışkanlıkları kazanmak kolay fakat değiştirmek ise bir o kadar zordur. Hume'a (2016: 127-128) göre çocukluğumuzdan beri alışkanlık zihnimize öylesine kök salar ki ne usla ne de deneyimle onları silip atmak mümkündür, dahası her defasında alışkanlık nedenselliğe baskın çıkmaktadır. Genellemelerimizin temelinde de alışkanlık ilkesi yer almakta, bilim genellemeler ile varsayımlar üzerinden hareket etmektedir. Alışkanlığın herhangi bir mantıksal zemini olmadığı düşünüldüğünde, tümevarımın temelinin de mantık (logic) değil psikoloji olduğu görülecektir (Öktem, 2004: 36).

İnsan zihni alışkanlığı bilgiymiş gibi görmeye ilişkin psikolojik bir yatkınlık içerisindedir. Deneme yanılma yoluyla elde edilen gündelik bilgilerin hemen hepsinde bu yatkınlık görülmektedir. Örneğin hastalık durumunda faydalı olacağı düşünülerek nane limon içilir fakat nane limonun hastalığa iyi geleceği düşüncesi kesin bir bilgi olmaktan çok deneyim sonucu ortaya çıkan bir inançtır. Peki psikolojik bir yatkınlıkla yaşamak insan hayatı için zararlı mıdır? Hume, alışkanlığın insan yaşamının düzenliliği için gerekli bir öge olduğunu şu sözlerle vurgulamaktadır:

Bu müttekabiliyeti etkileyen ve insan yaşamının her koşulunda vesilesiyle davranışlarımızın düzenlenmesi ve türümüzün kendini idame ettirmesi için fevkalade gerekli olan bu ilkenin adı alışkanlıktır. Bir nesnenin varlığı, alışkanlık gereği onunla bir araya getirilen bu nesnelerin fikrini derhal uyandırmamış olsaydı, tüm bilgi hazinemiz belleğimizin ve duyularımızın dar alanıyla sınırlı kalırdı ve

hiçbir zaman araçları amaçlara uydurmayı başaramaz ya da doğal güçlerimizden iyilik yapmak veya kötülükten sakınmak için istifade edemezdik (Hume, 2019: 53).

Hume, nedensellik kavramını epistemolojisinin temeline koyarak sadece felsefi bir çaba içine girmekle kalmamakta aynı zamanda kendisinden birkaç yüzyıl sonra bağımsız bir disiplin olarak gelişecek olan psikoloji bilimine ait kavramları ve konuları da işlemektedir. Hem insanlar hem de hayvanlar için nedensellik kavramı psikolojide büyük bir önem taşımaktadır fakat psikoloji bu nedensellik ve tümevarım kavramlarını “koşullama” kavramı ile karşılamaktadır. Psikolojide koşullama, bir A olayı ile bir B olayının sıklıkla beraber gerçekleştiğini gördükten sonra “alışkanlık” sayesinde bu iki olayın her zaman beraber gerçekleşeceği inancını oluşturan yegane kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Psikoloji bilimine göre, hem edimsel öğrenmeler hem davranış kalıpları hem de korkular bu alışkanlıktan yani koşullamadan meydana gelmektedir. Hume, nedensellik kavramını ele alarak belki de psikolojiye yeni ufuklar açmayı başarmıştır. O, iyi bir empirist olmanın yanı sıra felsefesinde son derece kuşkucu bir tavır da sergilemektedir. Hume, alışkanlığın insan zihnine yeni kapılar açtığını vurgulamaktadır.

Alışkanlık, salt insan yaşamı için değil ama hayvanlar için de hayati önem taşımaktadır. Tıpkı insan yavruları gibi hayvan yavruları da doğduğu andan itibaren yaşadığı çevreye adaptasyon sağlamak için alışkanlıklarına güvenmektedir. Sözgelimi hayatta kalmak için ne ile besleneceğini bilir, barınmak için hangi alanların güvenli olacağını öğrenir. Bunların ediniminde elbette ki içgüdü de alışkanlıkla beraber büyük önem taşımaktadır. Aynı durum insanlar için de geçerlidir. Yaşamı idame ettirmek için nelerin tehlikeli nelerin güvenli olabileceği deneyim yoluyla öğrenilmektedir. Bu, bir süre sonra alışkanlık yoluyla bilgi haline dönüşmekte ve rutin hale gelmektedir. Fakat her alışkanlık yoluyla öğrenilen bilgi, yaşam için faydalı olmayabilir. Korkunun koşullama yani kısaca alışkanlık yoluyla öğrenilmesi buna örnektir. Daha önce de belirtildiği gibi korku, insan hayatı için vazgeçilmezdir ve hayati önem taşıyan birtakım davranış kalıpları oluşturmayı sağlamaktadır. Fakat korku, insan zihnine yanlış sinyaller gönderen davranışlara da neden olmaktadır. “Alışkanlık bizi düşüncelerin yanlış bir karşılaştırmasına götürebilir.” (Hume, 2016: 128).

Peki alışkanlık yoluyla edinilen, herhangi iki olay arasında kurulan nedensellik fikri gücünü yitiremez mi? Hume, bu konuya çok değinmemekle beraber şöyle demektedir: “Andırımın bozulması ile orantılı olarak olasılık azalır; ama gene de andırımın herhangi bir izi kaldığı sürece belli bir kuvvet taşımaya sürdürür.” (Hume, 2016: 156). Hume’un bu sözünden de anlaşılıyor ki alışkanlık yoluyla edinilen bilgiler kolaylıkla silinememektedir. Aynı durum her görüldüğünde yine zihinde aynı beklentiler oluşmaya devam etmektedir. Fakat Hume,

andırımın bozulmasıyla beraber olasılığın da azalacağını belirterek insan zihnine bir olanak da açmaktadır. Bu olanak, psikoloji biliminde “koşullamanın söndürülmesi” olarak da geçmektedir. İki şey arasında “yanlış bir karşılaştırma” yaparak korku yaşayan insanlar, genellikle bu korkunun ortadan kalkması için bu yanlış karşılaştırmanın farkına vararak yerine daha sağlam ve güvenilir bağlar kurmaktadır. Günümüzde korkular için sıklıkla uygulanan bilişsel davranışçı terapiler de bunu amaçlamaktadır.

Hume, nedenselliği psikolojik bir yatkınlık olarak görerek beşeri bilimlerin önemine de dikkat çekmektedir. En önemlisi de merkeze bilgiyi ya da varlığı değil, “insan”ı koymaktadır. Özellikle yaşadığı dönemde doğa bilimlerinin hızlı yükselişi düşünüldüğünde Hume, insanı ele alarak zihnin bilinmeyenlerine yönelmektedir. Psikoloji ve sosyoloji bilimlerinin bağımsız birer bilim olmalarından önce Hume’un insan doğasına ait kavramları ele alıyor olması da kayda değer bir çaba olarak görülmelidir. O, sadece insan zihninin işleyişini açıklamaya çalışmamakta aynı zamanda hem insanların hem de hayvanların yaygın davranış kalıplarının altında yatan sebepleri anlamayı da kolaylaştırmaktadır. Hume’u bu perspektiften ele almak niçin çağını aşan bir filozof olduğunu anlamanın da kilit noktasıdır.

İKİNCİ BÖLÜM

DAVID HUME'UN PERSPEKTİFİNDEN DOĞUM KORKUSU

2.1. Korku

Korku, canlılar için en temel duygulardan biridir. Canlılara hem yaşam için gerekli olan güdülenmeyi sağlamış hem de tehlikelere karşı sürekli dikkat kesilmeyi öğretmiştir. Korku, şu şekilde tanımlanmaktadır: “Bir tehlike veya tehlike düşüncesi karşısında duyulan kaygı, üzüntü.” (<https://sozluk.gov.tr/> erişim tarihi: 19.09.2020). Köknel (1998: 16) ise korkuyu canlının gördüğü, duyduğu, işittiği, tasarladığı tehlikeli durum, tehdit, nesne, olay karşısında gösterdiği ruhsal tepki olarak tanımlamaktadır. Yunanlar ise korku ve fobi kavramlarının farklı olduğunu belirtmek için bilinçli, denetlenen bir korku anlamında *deos* kavramını, kaçış duygusuyla beraber yoğun ve akıldışı bir korku anlamına gelecek şekilde de *phobos* kavramını kullanmaktaydı (Andre, 2019: 20).

Korku kavramının her ne kadar kendisi insanlar için ürkütücü bir duygu olarak kabul edilse de korku yaşam için vazgeçilmezdir. Bilinçli bir varlık olarak insan, hiçbir şeyden korkmak istemez fakat ne var ki insan olmanın gereği de korkmak, sevmek, utanmak, üzülme... Köknel (1998: 16) insanın korkularından arınmak istedikçe öteki duygulanımları yaşamaktan da uzaklaşacağını belirtmektedir. Korkunun hayatımızdaki rolü ve işlevi düşündüğümüzden çok daha fazladır. Andre, korkunun hayatımız için ne denli gerekli olduğunu şu sözlerle dile getirmektedir: “Korku, alarm işareti gibi bir şeydir ve işlevi bütün alarm işaretleri gibi bizi bir tehlike konusunda uyarmak ve bu tehlikeye karşı en etkili biçimde mücadele etmemizi sağlamaktır. Mesele, bu alarm işaretinin olabildiğince iyi ayarlanıp ayarlanmadığıdır.” (Andre, 2019: 17).

Bir ceylan düşünelim. Bu ceylan için yaşam alanındaki en büyük tehlike yırtıcı hayvanlardır. Ceylan, hayata gözlerini açtıktan sonra yaşam için tehdit oluşturacak unsurlar ile yavaş yavaş tanışır. Aslanlar da bu tehdit unsurlarından biridir. Aslan, yaşam döngüsü için ceylanı avlamaya çalışırken ceylan ise hayatta kalmak için aslandan kaçmak zorundadır. Ceylan için bir kıpırtı, aslanın varlığına dair bir ipucu ceylanda korkunun uyanması için yeterlidir. Ceylan bu korkuyla birlikte uyarılır ve kaçma davranışında bulunur. Böylece korku ona hayatta kalma şansını verir. Aynı durum insan için de söz konusudur. Örneğin yolda yürürken aniden üzerimize doğru gelen bir araba gördüğümüzü, son derece ısrarlı ve sık bir şekilde çalan korna sesi duyduğumuzu düşünelim. Bu duyular bize gerçek bir tehlikenin yaklaşıyor olduğunu bildirerek zihnimizde ve bedenimizde derhal korku duygusu uyandıracak

ve bizi alarm durumuna geçirecektir. Bu esnada sağlıklı bir zihin ve beden için tek bir seçenek bulunmaktadır: kaçmak.

Korku, tehlikelere karşı bir uyarı sistemi olmanın yanında aynı zamanda tedbir almanın ve güdülenmenin de en önemli kaynaklarından biri olarak karşımıza çıkmaktadır. Örneğin normal seviyelerde sınıfta kalma korkusu yaşayan bir öğrenci, başarılı olmak için yeterli gayreti gösterir ya da gelecek korkusu taşıyan biri için disiplin ve düzen kaçınılmazdır. Korku aynı zamanda tedbir almanın da altında yatan sebeplerden biridir. Eğer yaşanan bölgede sıklıkla doğal afetler meydana geliyorsa ve bundan endişe duyuluyorsa insanlar barınma alanlarını tedbirler olarak daha korunaklı hale getirir. Burada sözü edilen tedirginlik ve kaygı, insan hayatının devamını sağlamak için büyük önem taşımaktadır.

Korku aynı zamanda canlılığın en temel duygularından biri olarak karşımıza çıkmaktadır. Korkunun büyük bir kısmı öğrenme yoluyla edinilmektedir ve canlılar en çok bilinmeyenlerden korkmaktadır. Canlılar kendilerine yabancı olan nesne, olgu veya durumlarla karşılaştığında direkt olarak tedirginlik hissetmektedir. İlk Çağlarda insanlar, bugün bilim ile çok basit şekilde açıklanabilen doğa olaylarından çok korkmaktaydı. Çünkü bu olaylara yabancıydılar ve nedenini açıklayamıyorlardı. Örneğin yağmur yağmasını, şimşek çakmasını mitolojik öğeler ile anlamlandırmaya çalışıyorlardı. Fakat daha sonra bunun mantıksal bir açıklamasının olabileceğini düşünerek olaylara daha olgusal açıdan yaklaştılar. Fakat medeniyet geliştikçe elbette ki korkular bitmedi. Çünkü her zaman bir bilinmeyen ortaya çıktı ve sadece korkunun nesnesi değişti.

Örneğin Orta Çağda insanlar, korkularını din ve felsefe ile açıklamaya çalışmaktadır. Evrene ve insana ilişkin görüşler bu iki alanın ekseninde yoğunlaşmaktadır. Modern dönemde ise özellikle sanayi inkılabı ve Fransız ihtilali gibi sosyolojik olaylarla birlikte insanların sosyolojik kökenli korkuları da ortaya çıkmaya başlamaktadır. İnsanların yönetim, iş, aile gibi konularda kaygıları ve korkuları artmaktadır. Bunun en büyük kanıtlarından biri her geçen gün yeni fobilerin ortaya çıkıyor olmasıdır. İnsanlık, gün geçtikçe korkularını yenmiyor aksine yeni korkular üretiyor gibidir (Burkovic ve Tan, 2016: 20). Her dönem korkuların altında yatan nedenler değiştikçe korkuların hissedilme şiddeti de değişmektedir. Örneğin günümüz modern toplum insanların en büyük korkularından biri gelecek korkusudur fakat ne var ki bundan bin yıl önce gelecek korkusunun bu denli yoğun hissedilmediğini söylemek yanlış olmaz. Korku, toplumsal ve bireysel olarak çeşitlilik göstermekle beraber her zaman varlığını korumaktadır.

Peki canlılık için bu denli öneme sahip korku duygusu ne zaman “fobi”ye dönüşmekte ve hangi durumlarda organizmaya zarar vermektedir? Korku ne kadar normal ve gerekli bir

duyguysa fobi de o kadar gereksiz ve zarar verici bir durumdur. “Fobi ise gerçekte korku yaratmayacak bir objeye, aktiviteye veya duruma karşı duyulan aşırı korku ve durumdan kaçınma davranışında bulunma hali.” (Burkovik ve Tan, 2016: 20). Yunanca *phobos* kelimesinden türeyen kavram kaçma, havalanma, uçma, dehşet, telaşlı korku veya panik anlamlarına gelmektedir (Köknel, 1998: 20). “Korku bütün endişelerimizin alfa ve omegası gibidir.” (Andre, 2019: 32). Korku ile fobinin arasındaki en önemli fark da korkunun gerçek bir tehlike durumunun karşısında ortaya çıkıyor olması fobinin ise gereksiz bir nedenden ötürü tetiklenen kaygı yaratıyor olmasıdır. Fobi büyük ölçüde yaşam kalitesini bozmakta ve özgürlüğe engel olmaktadır. Bu fobilerden kurtulmak o kadar da kolay olmamaktadır.

Fobide hissedilen korku duygusunun birtakım fiziksel ve duygusal belirtileri olmaktadır. Her canlının yaşadığı korkunun altında yatan nedenler ve bu korkunun hissedilme şiddeti farklılık göstermektedir. Bu nedenle belirtilerin de subjektiflik taşıdığını söylemek doğru olacaktır. Korku, fiziksel ve duygusal belirtileri de göz önüne alınarak şu şekilde tanımlanmaktadır: “Gerçek veya beklenen bir tehlike ile yoğun bir acı karşısında uyanan ve çöşku, beniz sararması, ağız kuruması, solunum ve kalp atışı hızlanması vb. belirtileri olan veya daha karmaşık fizyolojik gelişmelerle kendini gösteren duygu.” (<https://sozluk.gov.tr/> erişim tarihi: 19.09.2020). Korku anında ortaya çıkan en yaygın duygusal belirtiler huzursuzluk hissi ve kaygıdır (Burkovik ve Tan, 2016: 24). Esasen korku ile beraber ortaya çıkan duygulanımlar birçok fiziksel belirtiyi de ortaya çıkarmaktadır. Herhangi bir fobisi olan kişi, korku duyduğu an bu belirtileri hızlı bir şekilde zihninde ve bedeninde hissetmektedir. Korkunun fiziksel belirtileri şu şekilde sıralanmaktadır:

- Çarpıntı (kalp basıncı veya kalp atışının artması)
- Yüz kızarması
- El ve vücutta terleme
- Terleme
- Tükürük salgısının azalması
- Kas gerginliği
- Başın çeşitli yerlerinde basınç hissi (bazen sağa ya da sola doğru kafanın sarkmaya başlar gibi olması hissi)
- Baş ağrısı
- Nefes darlığı
- Tıkanma hissi
- Ağız kuruluğu
- Gözbebeklerinin büyümesi
- Yutkunma güçlüğü
- Sık sık idrara çıkma

- İştahsızlık
- Mide ve bağırsak sorunları
- Bulanık görme
- Vücut ısısında ani değişim (Burkovik ve Tan, 2016: 23-24).

Korkunun kişi üzerindeki duygusal etkileri ise şu şekilde sıralanmaktadır:

- Dikkatleri patolojik bir biçimde korkularına odaklanmıştır, çevrelerine bakmazlar, çevrelerini gözetlerler;
- Kuşkulama durumunda alarm vermeyi tercih ederler, geç korkmaktansa boş yere korkmayı tercih ederler;
- Sürekli felaket senaryoları yazarlar, korunmak için en kötüsünü önceden kestirmeyi ve hatta abartmayı tercih ederler;
- Korku duyuları içinde boğulurlar (Andre, 2019: 81).

Korku ile karşı karşıya gelen bir canlı için iki seçenek vardır: *Savaş* ya da *Kaç!* Fobide korkunun şiddetli ve yoğun bir şekilde bir duruma, nesneye veya olaya ilişkin yönelmesi söz konusudur ve bu durumda korkuyu yaşayan çoğu kişi için savaşmak değil kaçmak çok daha kolay ve rahatlatıcı bir yol olarak görülmektedir. Çünkü fobi yaşayan bir kişi, korkunun yukarıda sayılan fiziksel ve duygusal etkilerini çok yoğun bir şekilde hissetmektedir. Bu nedenle risk almamak, insan zihni için en mantıklı seçenek gibi görülmektedir. Fakat ne var ki kaçmak, korkunun çok şiddetli olarak hissedilmesini engellemekle beraber tehlikenin kesinlikle var olduğunu ve bu tehlikeyle karşılaşıldığında korkunun da mutlaka ortaya çıkacağı inancını sarsmamaktadır (Andre, 2019: 25). Örneğin kapalı alan korkusu (klostrofobi) olan biri için asansöre binmek büyük bir endişe ve korku yaratır. Kişi asansörü kullanması gerektiği her durumda kaçmayı tercih eder. Fakat ne var ki bu kaçış, kişiyi sadece “o an” için kurtaracak fakat korkunun zihninde ve bedeninde varlığını sürdürmesini devam ettirecektir. Korkunun kaynağından kaçmanın korkuların esiri olmayı sürdürmekten başka hiçbir işlevi yoktur ve korkudan kaçmak, yaşam kalitesini büyük ölçüde düşürmektedir. Korkuyu yaşayan kişi için en yorucu olan da budur. Nitekim var olan bir korkuyla mücadele etmenin tek yolu ise onunla yüzleşmektir, ondan kaçmak değil.

Korku konusunda en yaygın tartışmalardan biri de korkunun kaynağıdır. Korku doğuştan mı gelmektedir yoksa deneyimle mi öğrenilmektedir? Bu konuda geçmişten günümüze farklı görüşler ortaya atılmaktadır. Birinci görüş korkunun kaynağının biyolojik olduğunu savunurken ikinci görüş korkunun yaşam deneyimleriyle beraber öğrenildiğini savunmaktadır. Üçüncü görüş ise korkunun hem doğuştan gelen hem de öğrenilen bir

boyutunun olduğunu belirtmektedir. Korkunun kaynağına ilişkin soruşturma yapmak, korku ile mücadele etmenin yollarını bulmak ve korkuyla yüzleşmek bakımından çok önemli bir rol oynamaktadır.

Bazı korkularımızın kaynağının biyolojik temelli olduğu görüşü haklılık taşımaktadır. Örneğin insanlar yılandan fareler ise kediden korkmaktadırlar (Andre, 2019: 27). Bu tür korkular, yeterli tehlike sinyalinin vererek türün hayatta kalmasını sağlamaktadır. Korkunun öğrenilen bir duygu olduğunu savunan görüş ise Watson'ın öğrenme teorisinden gelmektedir. "Bu teoriye göre, daha önce kaygı uyandırmayan bir uyarı, kaygı verici bir uyarıya bir araya geldiğinde, öğrenme yoluyla, kaygı veren bir uyarıya dönüşür." (Burkovic ve Tan, 2016: 121). Örneğin daha önce suda boğulma tehlikesi atlatmayan biri yüzmekten korkmaz. Fakat bir ya da birden fazla boğulma tehlikesi atlatmış biri için su artık korku uyandıran tehlikeli bir uyarı olarak öğrenilir. Gündelik hayatta yaşanan bu gibi örnekleri genişletmek mümkündür. Bu yaklaşım oldukça davranışçı bir yaklaşımdır ve korkuya oldukça pozitivist yaklaşmaktadır. Anne baba modellerinin gözlemlenmesi de korkuların öğrenilmesi ve aktarılmasında büyük rol oynamaktadır (Andre, 2019: 59). Annesinin babasının uçaktan korktuğunu gören çocuğun uçaklara karşı bir fobi geliştirmesi de muhtemeldir.

Korkunun en temel kaynaklarından biri de şüphesiz ki yaşamdır. İçinde yaşadığımız toplum ve kültür ise en önemli eğitim araçlarıdır. "Biyologlar, insanın biyolojik yapısında son on bin yıldır anlamlı bir değişiklik olmadığını size hemen söyleyebilir. Ne var ki, on bin yıl önceki insan toplumunun yaşayış biçimiyle bugünkü insanın yaşayış biçimini karşılaştırdığımızda, arada son derece önemli farklar olduğunu görürsünüz." (Cüceloğlu, 2019: 138). Bunun en net örneklerinden biri Covid-19 pandemi sürecidir. Yaşanan pandemi süreciyle beraber insanların çoğunda toplumsal yaşamda ortaya çıkan birçok korku da gelişmektedir. Ayrıca korkunun oluşmasında kişilerin psikolojik arka planı da etkili olmaktadır. Kısacası korku, tek boyutu olmayan bir duygudur ve çok yönlü ele alınmalıdır. Günümüzde korkunun kaynakları şu şekilde ele alınmaktadır:

- Biyolojik: Hiç kuşkusuz çok büyük korkular hissetme bağlamında biyolojik yatkınlıklar vardır;
- Psikolojik: Bu yatkınlıkların yansıması eğitim üsluplarıyla, yaşam olgularıyla, çevre modelleriyle kolaylaştırılabilir veya yumuşatılabilir;
- Sosyal: Bazı kültürler ve toplumlar da rahatsızlıkların gelişmesinde ağır basabilir (Andre, 2019: 67).

Korkunun kaynağı konusunda yaklaşımlar hiç kuşkusuz bilimlerin yaklaşımları doğrultusunda değişmektedir. Korkunun oluşumu konusunda canlıların biyolojik faktörlerinin

yanı sıra psikolojik ve sosyal faktörler de büyük önem taşımaktadır. Korkuyu açıklamada hem davranışçı modeller hem de bilişsel modeller bulunmaktadır. Psikolojik ve sosyal faktörlerin korkuyu meydana getirmesinde en önemli kavramlardan biri “koşullama”dır. İkinci bölümde korkunun öğrenilmesi konusunda davranışçı ve bilişsel modellere değinilecek ve koşullama kavramı ele alınacaktır.

2.2. Koşullama

Korku üzerinde her ne kadar biyolojik faktörler belirleyici olsa da çoğunlukla korku sonradan öğrenilen bir duygu olarak karşımıza çıkmaktadır. Psikoloji tarihinde korkunun öğrenilmesi konusunda iki farklı yaklaşım bulunmaktadır: davranışçılık ve bilişselcilik. Korkunun öğrenilmesi konusunda Pavlov ve Watson’ın davranışçı kuramları karşımıza çıkmaktadır. Fakat daha sonra korku konusunda davranışın yanı sıra bilişsel faktörlerin de etkili olduğunu söyleyen bilişselcilik kuramı ortaya atılmaktadır. Bu bölümde öğrenme konusunda bu temel iki kuram ele alınacaktır. Hume, insan doğasına ait bir felsefe ortaya koymak bakımından insan bilimleri -özellikle psikoloji- için şüphesiz ki önemli bir filozoftur. Bu kuramlara geçmeden önce bilimlerde etkili olan empirist ve pozitivist felsefi yaklaşımları ele almak doğru olacaktır.

Şüphesiz ki tarih boyunca felsefe ve bilim sürekli etkileşim haline girerek birbirini beslemiştir. Denebilir ki bir felsefi kuram geliştiği zaman bunun mutlaka bilimlerde de yansımaları görülmüştür. Örneğin 17. yüzyıldan sonra empirizm ve pozitivism, bilimleri etkileyen temel felsefi yönelimler olarak karşımıza çıkmaktadır. Empirist ve pozitivist görüşler, genel olarak varlık ve bilgi alanlarını olgulara bağlamakta ve metafizik olana şüpheyle yaklaşmaktadır. “Ve bu şekilde 17. yüzyıldan 19. Yüzyıla dek olan dönem boyunca insanların bilimsel metotlarla incelenebilen makineler gibi çalıştığı düşüncesi yerleşti. Bedenler makinelere benzetildi, bilimsel bakış açısı egemen oldu ve hayat mekanik yasalarına tabii tutuldu.” (Schultz ve Schultz, 2007: 67). Pozitivizmin ivme kazanması insanı ele alan beşeri bilimler dahil tüm bilimlere etki etmeye başlamıştır ve uzun süre de etkisini sürdürmeye devam etmiştir.

Psikoloji de pozitivism ve empirizmden etkilenen sosyal bilimlerden biridir. Hatta empirizmi, psikolojinin ilk gelişim döneminde şekillenmesinde en büyük rolü oynayan felsefi yaklaşım olarak görenler de vardır (Schultz ve Schultz, 2007: 82). Empirizm, uzun bir süre felsefede etkisini gösteren rasyonalizm akımından sonra “deneyim” kavramının hem varlık hem de bilgi alanı için ne denli önemli olduğunu vurgulamakta ve bu bakımdan temel amacı insanı anlamak olan psikoloji biliminin gelişmesi için bir kılavuz sunmaktadır. Empirist

filozoflar, duyum süreci, bilinç deneyimleri elemanları ve bu elemanların çağrışım yoluyla karmaşık zihinsel deneyimler şeklinde sentezlenmesi ve bilinç gibi kavramlar üzerinde yoğunlaşmaktadır (Schultz ve Schultz, 2007: 99). Bu inceleme alanları da psikolojinin hızla gelişmesinde etkin bir faktör olmaktadır. Fakat diğer empirist filozoflara kıyasla Hume, pozitivist bir empirizm ortaya koymaktan kaçınmakta, doğa bilimlerinin temel dayanak noktası olan nedensellik ilkesini ve tümevarım yöntemini eleştirmektedir. Hume'un eleştirdiği esas nokta nedensellik ve tümevarımın ne kadar güvenilir olduğudur. Türkçapar, pozitivism ve tümevarımın psikoloji bilimi için ne kadar güvenilir olduğu konusunda şu sözleri dile getirmektedir:

Pozitivizmin bu yaklaşım biçimi, pratik anlamda günlük yaşamın birçok alanında ve psikoloji, tıp gibi uygulamalı bilimlerde oldukça iyi biçimde işler. Ancak bu tür uygulamalı bilimlerde çoğu kere iyi işlemesine rağmen tümevarım ve doğrulamaya dayalı pozitivismin hem pratik hem de felsefi açıdan bazı sorunları vardır. Bu sorunların başında, uygulamaya dönük bir sorun olan doğrulama yanlılığı (*confirmation bias*) gelir. Bireyler inançlarını destekleyen doğrulayan örnekleri arar ve aykırı örnekleri görmez. Görmek istemediğimizi görmeyiz. Tümevarımcılığın önemli bir diğer sorunu ise bir bilimsel konunun veya "gerçek-hakikate" ulaşmak için ne kadar gözlem yapmaya gereksinimimiz olduğunun net olmamasıdır (Türkçapar, 2020: 21).

Türkçapar, tümevarımın hem psikolojik yönünü hem de gözlemsel yönünü ele almaktadır. Tıpkı Hume gibi olayların görülme sıklığının, olaylar hakkında kesin bilgi verme konusunda mutlak bir yöntem olarak görülmesinden şüphe duymaktadır. Aynı zamanda kişilerin psikolojik olarak görelî eğilimleri olduğunu söylemekte ve olgusal yaklaşmanın kesinlik taşıyabileceğini belirtmektedir. Fakat psikoloji bilimi kurulduğu yıllarda yapılan çalışmalar, pozitivist anlayış içinde yürütülüyor ve insanın temel zihinsel süreçleri de deney ve gözleme tabii tutuluyordu. Öğrenme de bu süreçlerden biridir ve başlangıçta bu süreç, deney ve gözlem metoduyla ele alınmıştır.

Psikolojide öğrenme kavramını pozitivist yaklaşım ile ele alanlar davranışçılardır. Davranışçılara göre öğrenme, büyük oranda çevresel etkenlerin sonucudur ve davranışçılar öğrenme yerine **koşullama** kavramını kullanmaktadır (Ormrod, 2020: 33). Esasen koşullama kavramı psikolojiye Ivan Pavlov ile beraber girmektedir. İvan Pavlov (1849-1936) bir Rus fizyoloğudur ve çalışmalarının çoğunu köpeklerin koşullanmaları konusunda yürütmüştür. Aslında Pavlov öğrenme üzerine çalışmamış, köpeklerin salgı bezlerinin fizyolojisi konusunda araştırmalar yapmıştır. Fakat çalışmaları esnasında köpeklerin birtakım şeyleri öğrendiklerini keşfetmiştir. Pavlov, köpeklere et gösterip salgı bezlerini incelemiştir. Eti gören köpeklerin salgı bezlerinin miktarı artmıştır. Bu, fizyolojik bir tepkidir. Fakat Pavlov

köpekler et ile beraber zil sesi dinletmiş sonrasında ise eti göstermesine gerek kalmadan sadece zil sesini dinlettiğinde köpeklerin salgı bezlerinin faaliyetinin arttığını görmüştür. Kısacası köpek, başta tamamen birbiriyle alakasız gibi görünen iki şey (et ve zil sesi) arasında bir bağ olduğunu öğrenmektedir. Zil sesi bir bakıma köpekte bir beklenti oluşturmaktadır. “**Klasik koşullanma** adı verilen bu durum, ele alınan davranış basit bir refleks tepki de olsa (salya akması) psikoloji tarihinde ilk defa bir davranışın neden ortaya çıktığına ilişkin sağlam-deneysel bir bilimsel açıklama getiriyordu.” (Türkçapar, 2020: 37).

Esasen koşullama kavramı, Hume’un nedensellik olarak adlandırdığı zorunluluk fikri ile aynı anlama gelmektedir. Pavlov, köpeğe sıklıkla zil ile eti birlikte verdiğinde köpekte zilden sonra yemeğin geleceğine dair bir beklenti oluşmaktadır. Hume da iki şey arasında sıklıkla gerçekleşen birlikte oluşun insan zihninde psikolojik bir yatkınlık olarak görülen alışkanlığı oluşturduğunu savunmaktadır. Burada çağrışım kavramı önemli bir yer tutmaktadır. “Pavlov bu tepkiye *koşullu tepki (conditional response)* adını verdi. Bu tepki koşullu idi çünkü yiyeceğin görüntüsü ile daha sonra onu yeme faaliyeti zihinde birleştirilerek bir çağrışım oluşturmuştu.” (Schultz ve Schultz, 2007: 397). Pavlov’un köpek deneyinde zil uyarıcı salya ise tepkidir. Davranışçılar genellikle öğrenmeyi uyarıcı ve tepki arasındaki ilişki olarak tanımlamaktadırlar ve bundan dolayı davranışçılık bazen **U-T psikolojisi** olarak da geçmektedir (Ormrod, 2020: 33). Hume’un perspektifinden ele alacak olursak köpek zilin neden yemeğin ise sonuç olduğunu öğrenmektedir. Her zil sesini duyduğunda zorunlu olarak yemeğin geleceğini düşünmektedir. Ne var ki zil ile yemek arasında zorunlu bir bağ olduğunu söylemek mümkün değildir.

Tıpkı Güneş’in her gün doğduğu görüldüğünde gelecekte de her gün doğacağına ilişkin inanç oluşturmak gibi klasik koşullamada da iki şeyin sıklıkla birlikte görülmesi de bir inanç oluşturmaktadır. Sözgelimi köpek zil ile yemeğin beraber verileceğini bilmemekte fakat buna inanmaktadır. Zil ile yemek ne kadar sık birlikte verilirse bu inanç pekiştirilecektir. Peki canlıların bu nedensellik inancı sarsılabilmekte midir? Aynı şekilde et verilmeden yalnızca zil veya ışık gibi bir uyarıcı verilirse koşullu tepki olan salgılama kuvvet kaybedecektir ve bir süre sonra tepki tamamen yok olacaktır ; buna *sönme (extinction)* denmektedir (Cüceloğlu, 2019: 141). Esasen sönme, zil ile etin birlikte görülmemesinden sonra inancın aşamalı olarak zihinde kaybolmasıdır. Kısacası *nedensellik* bağı zayıflamakta ve yok olmaktadır. Bu da bir yönden Hume’un nedenselliğe ve tümevarıma getirdiği eleştirileri akla getirmekte ve bu kavramlar üzerinde düşündürmektedir.

Ne var ki Pavlov ve diğer davranışçı psikologlar, öğrenmeyi pozitivist şekilde ele almaktadır. “Bütün insan ve hayvan davranışları bu şekilde, ruhsal kavram ve terimlere

başvurmadan anlatılabilir. Davranışçı psikoloji davranışın nesnel olarak araştırılması yoluyla, belirli bir tepkinin öncesinde gelen uyarıcının önceden tahmin edilmesi amacını gerçekleştirebilir.” (Schultz ve Schultz, 2007: 436). Davranışçılar, insan davranışını pozitivist bir şekilde uyaran ve tepki ilişkisi olarak görmekte ve davranışta bilişsel faktörleri dikkate almamaktadırlar. Hatta Pavlov laboratuvarında fizyoloji terminolojisini değil de psikoloji terminolojisi kullanan çalışan sayısını dahi azalmıştır (Schultz ve Schultz, 2007: 402). Bu da dönemin psikolojik yaklaşımlarının ne denli pozitivist bakış açısıyla geliştiğini göstermektedir. Hume her ne kadar empirist bir filozof olsa da nedenselliği insan zihninin psikolojik bir yatınlığına bağlayarak bilişsel faktörlerin de etkili olduğunu ortaya koymaktadır. Bu bakımdan insana dair fikirlerinde davranışçılar gibi pozitivist bir tavır takınmamaktadır.

Korkuların da öğrenme gibi koşullama yoluyla öğrenildiğini söylemek yanlış olmayacaktır. Bu bakımdan Pavlov’un koşullama kavramını ortaya atması insan zihninin korku konusunda bilinmeyen davranışçı yönlerini anlamak bakımından güzel bir başlangıç sayılabilmektedir. Örneğin daha önce köpeklerden hiç korkmayan bir çocuk, bir köpek tarafından ısırıldıktan sonra köpeğe karşı fobi geliştirebilir. Bunu köpek ve ısırık arasında bir nedensellik ilişkisi kurarak yapacaktır ve gelecekte de köpek gördüğü her an ısırılma korkusu zorunlu bir sonuçmuş gibi zihninde ve bedeninde korku uyandıracaktır. Burada karşımıza Pavlov’un çalışmalarından etkilenen ve insanlarda korku duygusunun öğrenme yoluyla ortaya çıktığını savunan Watson karşımıza çıkmaktadır.

John Watson, tıpkı Pavlov gibi canlıların öğrenme süreçlerinin uyaran tepki ilişkisine bağlı olarak geliştiğini savunmaktadır. Watson korkunun insanlarda öğrenildiğini gösteren “Küçük Albert” deneyini yapmıştır. Albert, herhangi bir nesneye veya duruma karşı korkusu olmayan bir bebektir. Albert’e yüksek sesle beraber fare gösterilmiştir. Albert başlangıçta sesle fare arasında bir bağ kurmamıştır ve fareye dokunmaya devam etmiştir. Fakat birkaç denemeden sonra Albert ses ile fare arasında bir ilişki kurarak fareye karşı şiddetli bir korku geliştirmiştir. Dahası Albert o andan itibaren beyaz olan çoğu nesneye karşı (örneğin tavşan, yün, sakal) bir korku hissetmeye başlamıştır. “Pavlovyen klasik koşullanmanın insan öğrenmelerinde de geçerli olduğunu gösterilmesi de 1920 yılında Watson tarafından gerçekleştirildi. Watson “Küçük Albert” deneyiyle insanlarda fobik tepkilerin klasik koşullanmayla açıklanabileceğini deneysel olarak gösterdi.” (Türkçapar, 2020: 38). Watson Pavlov’dan farklı olarak yaptığı deneyle insanlarda ortaya çıkan birtakım tepkilerin nedenlerini ortaya koymaktadır. Watson’ın deneyinin temel odak noktası birbirinden farklı iki şeyin sıklıkla beraber sunulmasının kişide öğrenmeyi gerçekleştirip gerçekleştirilemeyeceğidir.

Hume'un perspektifinden ele alındığında Albert ilk başta çok alakasız gibi görünen ses ve fare arasında sıklıkla beraber gerçekleşmeleri sonrası tekrar beraber gerçekleşecekleri konusunda beklenti oluşturmaktadır. Bir süre sonra Albert ses ile farenin zorunlu bir bağ ile birbirlerine bağlı olduğuna inanacaktır. Deneyimlerin sıklığı bu inancı daha da kuvvetlendirmektedir.

Klasik koşullanmanın gerçekleşmesi için en önemli şey ilişkiyel yanlılık ve bitişiklik olarak görülmektedir (Ormrod, 2020: 38). "Pavlov, koşulsuz uyarıcı ile koşullu hale gelecek uyarıcı ile hemen hemen aynı zamanda verildiğinde klasik koşullamanın gerçekleştiğini savunur. Yani, koşullamanın gerçekleşebilmesi için iki uyarıcı arasında **bitişiklik** olması gerekir." (Ormrod, 2020: 38). Yani zorunluluk taşıyormuş gibi görünen nedensellik ilişkisinin ortaya çıkması için zil ile etin veya ses ile farenin zamansal olarak bitişiklik taşıması gerekmektedir. Buradan hareketle çok net biçimde görülecektir ki Hume'un nedenselliğin temelinde gördüğü bitişiklik ilkesi, Pavlov ve Watson'ın canlıların davranışlarını anlama konusunda yaptığı açıklamalarda karşımıza çıkmaktadır. Denebilir ki Hume'un insan zihnine dair ortaya koyduğu görüşler bilinçli ya da bilinçsiz salt felsefeyi değil psikolojiyi de derinden etkilemektedir.

Peki koşullama yoluyla öğrenilen davranışları veya spesifik korkuları yok etmek mümkün müdür? Pavlov'un deneyi düşünüldüğünde eğer koşullama gerçekleştikten sonra köpeğe sadece zil dinletilir ve yemek verilmezse bir süre sonra tekrarların da etkisiyle koşullu tepki (salya) gerçekleşmeyecektir. Bu olaya sönme denmektedir. Sönme şu şekilde tanımlanmaktadır : "Klasik koşullanma paradigmasında kişinin koşullanmış olduğu uyarının uygulanması sonrası koşulsuz uyarının belli bir süreyle verilmemesiyle, öğrenilmiş veya koşullanmış tepkinin ortadan kalkmasıdır." (Türkçapar, 2020: 87). Hume'un perspektifinden bakıldığında küçük Albert ses ile farenin birlikte sunulmadığını gördükten sonra aşamalı olarak ikisi arasında zorunlu bir nedensellik bağının olduğu inancını kaybedecektir. Dolayısıyla o nesneye karşı korkusu da azalacaktır. Fobiler ile mücadelede de aynı durum söz konusudur. Örneğin kişi asansörde kaldıktan sonra asansöre karşı bir fobi geliştirdiyse aşamalı şekilde bu korkusunu yenebilmektedir. Burada kilit nokta birbiriyle alakasız iki şeyin her zaman aynı ilişkiyi kurmayacağı, aynı nedenlerin her zaman aynı sonuçları doğurmayacağına bilincine varılmasıdır.

Davranışçılık insanların tepkilerini bilimsel yollarla açıklamasına rağmen öğrenmeyi uyaran tepki ilişkisine bağlamakla son derece pozitivist bir tavır takınmakta, genel olarak kişilerin bilişsel arka planını yok saymaktadır. Zihinsel süreçlerin de aktif rol oynadığı duyguları bile anlamlandırma konusunda davranışçılığa başvurmaktadırlar. "Uyarıcı (örneğin bir tehlikenin varlığı) dahili beden değişikliklerine ve öğrenilmiş uygun açık tepkilere sebep

olur. Bu görüş, heyecanın bilinçli algısının olmadığı veya iç organlardan gelen duyular yığını olduğu anlamına gelir.” (Schultz ve Schultz, 2007: 440). Davranışçılara göre öğrenme ve duygular üzerinde herhangi bir biyolojik faktörün rolü bulunmamaktadır. Fakat davranışçılar bu görüşleri, insanların aynı ortamda aynı uyaranlara farklı cevaplar vermeleri söz konusu olduğunda tökezlemektedir (Türkçapar, 2020: 67). İşte tam da burada psikolojide bilişselci kuram karşımıza çıkmaktadır.

Davranışçı kuram, canlıların öğrenmelerini uyaran-tepki ilişkisine bağlamakta yani mekanik bir süreç gibi ele almaktadır. Ayrıca insanı da öğrenme sürecinde edilgin olarak görmektedir. Davranışçı kuramcılara göre insanların duyguları da uyarana karşı tepki olarak açığa çıkmaktadır. Fakat davranışçı kuram insan zihninin bilişsel süreçlerini yok saydığı için zamanla bilişsel kurama ihtiyaç duyulmuştur. 70li yıllarda davranışçı kuramın yanı sıra bilişselci kuram gelişmeye başlamıştır. Psikologlar insan öğrenmesinin değişik boyutlarını keşfettikçe sadece davranışı incelemenin yeterli olmayacağını, insanın bilişsel süreçlerinin de hesaba katılmak zorunda olduğunu anlamışlardır (Ormrod, 2020: 6). Psikologların bundan sonraki aşamada esas odak noktaları insanların aynı uyaranlara niçin farklı tepkiler verdikleri olmuştur.

Bu yaklaşıma göre, birey edilgin bir uyaran alıcısı değildir. İnsan zihni çevreden gelen uyarıcıları etkin bir biçimde işler ve onları yeni biçimlere dönüştürür. Biliş, insanın bilgi edinmesini, plan yapmasını, problem çözmesini sağlayan algı, hafıza vb. süreçleri açıklamak amacıyla kullanılan bir kavramdır. Bilişsel yaklaşımın amacı zihinsel süreçlerin nasıl örgütlendiğini ve çalıştığını açıklamaktır. Bu yaklaşım bir anlamda davranışçılığın yetersizliğine bir tepki olarak doğmuştur ve insan davranışlarının yalnızca U-T bağı çerçevesinde açıklanamayacağı ileri sürülmüştür (Selçuk, 2003: 122).

Bilişselci yaklaşım, insanın davranışlarını değerlendirebilmenin onun zihinsel süreçlerini, duygu ve düşünce dünyasını bilmekten geçtiğini vurgulamaktadır. Kuram bir bakıma insanı mekanik bir biçimde ele alan davranışçılara tepki olarak doğmuştur. Her insanın içine doğduğu kültür, aile ve toplum yapısı, geçirdiği eğitim süreçleri, deneyimleri farklıdır ve tüm bu öğeler düşünce ve davranışları büyük ölçüde etkilemektedir. Bilişselci kuram, tüm bunları dikkate alarak öğrenme süreçlerini açıklamayı hedeflemektedir. “Sonuç olarak, davranışçılar öğrenmeyi şartlı ve şartsız uyarıcının bitişikliğine bağlarken, bilişsel yaklaşımıcılar öğrenmeyi şartlı uyarıcı meydana geldiğinde bunu şartsız uyarıcının izleyeceği şeklindeki beklentiye bağlarlar.” (Selçuk, 2003: 133). Daha önce Hume’un da epistemolojisinde belirttiği gibi iki şeyin bitişik olması bizde nedensellik fikrini doğurmaktadır fakat nedenselliği insan zihninde zorunlu bir bağ imiş gibi gösteren de “beklenti”dir. Beklentiyi ise birçok bilişsel süreç etkilemektedir. Aynı durum duygular için de

geçerlidir. Örneğin korkuların nedenleri ve sonuçları subjektiflik taşımaktadır ve buna bağlı olarak korkunun hissedilme yoğunluğu da farklılık göstermektedir. Bu farklılığın nedeni ise bilişsel süreçlerdir.

Türkçapar'a (2020: 300) A-B-C modelinde göre duygusal tepkilerimizin başlatıcısı çevresel koşul ve olaylardır; bu olaylar sorunların ortaya çıkmasında belli bir oranda pay sahibidir fakat duygusal ve davranışsal tepkinin nitelik ve şiddeti nihai olarak bilişsel düzeneklere bağlıdır. A-B-C modeline göre A dünya, B bu dünyayı arkasından gördüğümüz mercecek ve C de ortaya çıkan görüntü olarak ele alınır, bu dünyayı her birimiz sahip olduğumuz merceceklerden görebiliriz çünkü doğumdan itibaren merceceklerimiz yaşadığımız çevrenin ve olayların etkisiyle şekillenmektedir (Türkçapar, 2020: 301). Nedensellik ilişkisini kurmamızı sağlayan da bu merceceklerdir. Bilişsel kuramın vurguladığı esas nokta da budur. Uyarılar tek başına yeterli değildir, önemli olan onu şekillendiren biliştir. Korkunun öğrenilmesinde de genel olarak hem uyarılar hem de bilişsel süreçler etkilidir. Bu konuyu Burkovik ve Tan bir örnekle açıklamaktadır:

Genelde insanlar zihinlerinden geçen düşüncelerin net bir şekilde farkında değildirler ve olayla sonuç (örneğin, korku duygusu) arasında doğrudan bir bağ olduğunu düşünürler. Oysa kişinin duygularını, tepkilerini belirleyen olayın kendisi değil, kişinin o olayı zihninde nasıl canlandırdığıdır. Örneğin içeriden gelen pencere sesi üzerine kişinin zihninde, "Rüzgar çıktı, cam çarptı," düşüncesi belirirse yaşadığı duyguyla, "Camdan hırsız giriyor," düşüncesi belirildiğinde yaşadığı duygu aynı olmayacaktır. Dikkat edilirse olay aynı (pencerenin sesi) ama zihinde oluşan duygular çok farklıdır (Burkovik ve Tan, 2016: 172).

"Bilişsel kuramın temel ilkelerinden biri, çevreden gelen uyarılarla ortaya çıkan sonuçlar arasında bir aracı olduğu, bunun da insanın bilişsel sistemi olduğudur. İkinci önemli ilke insanlarda öğrenmenin hayvanlardan farklı olarak büyük ölçüde sosyal öğrenmeye bağlı olduğudur." (Türkçapar, 2020: 45). Yani birbirinden tamamen bağımsız iki farklı şey arasında nedensellik ilişkisini kuran tam olarak bilişsel süreçlerimizdir. Sosyal öğrenme de bu nedensellik ilişkisinin kurulmasında önemli bir rol oynamaktadır. Örneğin köpeklere karşı fobisi olan bir çocuk düşünelim. Köpeklerden korkan çocuk bu korkuyu ya geçmiş yaşantılar sonucu ya da herhangi bir yakınını rol model alarak öğrenmektedir. Burada önemli olan bir diğer nokta çocuğun zihninde bu deneyimleri nasıl işlediği yani algı, hafıza gibi süreçlerin ne denli aktif rol oynadığıdır. Çünkü köpek korkusu doğuştan gelen bir korku değildir. Burada köpeklere karşı fobiyi oluşturan hem bir uyarı hem de zihinsel süreç bulunmaktadır. Benzer şekilde belirli bir yiyeceğe karşı fobisi olan bir kişinin bu korkusunun temelinde geçmiş yaşantıların olması muhtemeldir. Örneğin balık yerken boğulma tehlikesi geçiren biri, bu

tehlikeyi atlattıktan sonra da balık yemekten korkacak ve olabildiğince kaçma davranışında bulunacaktır. Burada da kuvvetli bir uyarın ve bu korkunun oluşumunda etkili olan algı süreçleri devrededir. Kısacası korkunun oluşumunda hem uyarınlar hem de bilişsel süreçler aktif rol oynamaktadır.

Bilişsel kuramın gelişimi ile beraber insanı pozitivist bir şekilde ele alan psikoloji de bakış açısını değiştirmekte, bilişsel süreçlerin de vurgulandığı görülmektedir. Hume, şüpheli bir empirist filozof olarak zihne yapılan bu vurguyu çok önceleri kendi felsefesinde ele almıştır. Hume, bilginin edinilmesinde algıyı merkeze koymakla beraber zihne de önemli bir yer ayırmaktadır. Öyle ki ideleri üreten nihai olarak insan zihnidir. Hume'a göre bize koşullamanın temeli olan nedensellik fikrini veren de psikolojik yatınlıklardır. Bilişsel kuram bunu daha da ileri götürerek hayatı anlamlandırma şekillerinin, öğrenmenin, duygusal ve düşünsel süreçlerin de bu yatınlıklardan kaynaklandığını savunmaktadır. Geçmiş yaşantılar, bellek ve algı zihinde bir birikim meydana getirmekte ve korkular da bu yolla oluşmaktadır. Davranışçılık ve bilişselcilik, korkuların oluşumunu anlamının iki önemli ayağıdır ve bunlar insan zihnini daha geniş perspektiflerden ele almayı olanaklı kılmaktadır.

İnsanın yapısını davranışçı kuramın yanı sıra bilişselci kuram ile ele almak, insanın hem düşünce ve davranışlarını anlamayı kolaylaştırmakta hem de yaşadığı birtakım sorunlarla nasıl mücadele etmesi gerektiği konusunda insana rehberlik etmektedir. Nitekim günümüzde birçok fobinin tedavisinde bilişsel davranışçı terapiler uygulanmaktadır. Kişi farkında olarak veya olmayarak zihninde korkunun nesnesine ilişkin nedensellik örüntüsü kurmaktadır. Fakat sonradan öğrenilen korkularımızın zorunlu hiçbir nedeni yoktur ve bilişsel davranışçı terapiler bu nedensellik ilişkisini kırarak aslında korkunun nedeninin zorunluluk taşımadığını göstermeyi amaçlamaktadır. Kısacası bilişsel davranışçı terapi yanlış sinyaller veren zihin kalıplarımızı düzelterek yerine daha rasyonel ilişkiler koymayı hedeflemektedir. “Bilişsel davranışçı terapi sadece birey üstünde yoğunlaşan, geçmişin unsurlarının anlaşılmasından çok arazlar ve çevreye uyarlanma çabasına öncelik verir.” (Andre, 2019: 159). Kişi, bilişsel süreçlerinin farkına vararak kendisine sıkıntı veren herhangi bir durumla karşılaştığında geçmiş yaşantıların geleceğe dönük beklenti yaratmasına izin vermeden bu durumla mücadele etmesini öğrenmektedir.

Davranışçı terapiye göre korkunun oluşumunu anlamak için uyarın-tepki ilişkisine bakmak yeterlidir ve korkunun giderilmesinde de uyarın-tepki ilişkisine odaklanılmalıdır. Örneğin davranışçılar yükseklik korkusu olan birinin korkusunun altında yatan nedeni geçmiş uyarınlara bağlamakta ve yüksekliğe maruz kalmanın da bu korkunun giderilmesinde kilit rol oynadığını kabul etmektedirler. Davranışçı kuramın eleştirildiği esas nokta da budur. Bilişsel

davranışçı terapi ise uyaran-tepki ilişkisinin önemini kabul etmekle beraber korkuların oluşumunda bilişin de rol oynadığını savunmaktadır. Nitekim her insanın korkusunun altında yatan nedenlerin ve korkunun şiddetinin farklı olduğu düşünülürse bilişsel davranışçı terapinin yaklaşımının da haklı olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır. Bilişsel davranışçı terapinin kurucusu Albert Ellis, bireylerin içinden kendi kendilerine söyledikleri düşüncelerin, onların hislerini ve davranışlarını önemli ölçüde etkileyeceğini belirtmektedir (Cüceloğlu, 2019: 495). Bir olay karşısındaki tutum ve davranışlar, o olayı algılayış ve zihinde yorumlama şekli ile yakından ilgili görülmektedir. Bu konuda Türkçapar çarpıcı bir örnek vermektedir:

Örneğin herkesin rahatlıkla, hatta zevk alarak oturduğu ve film izlediği bir sinema salonunda korkuya kapılan ve bir an önce kendini dışarıya atmaya çalışan agorafobik bir hastayı ele alalım. Bu kişiye göre yaşadığı sıkıntının nedeni sinemada olmasıdır. Fakat bu durumda şu soru cevapsız kalmaktadır: Eğer sinema salonu sıkıntı yaratma gücüne sahipse neden salondaki insanların çoğu o anda rahatken fobik hasta korku duymaktadır? Aynı ortamda bulunan diğer insanların rahat olabilmesi, araya giren başka bir etkenin duygusal tepkide asıl belirleyici olduğunu göstermektedir. Aradaki bu farkı, fobik kişinin sinema salonunda korkuyu yaşarken zihninde olup bitenleri incelediğimizde anlarız (Türkçapar, 2020: 64).

Fobileri oluşturan temeller de olaylar arasında kurduğumuz gerçeklik payı olmayan ilişkilerdir. Bilişsel davranışçı terapi, uyguladığı tekniklerle daha sağlıklı düşünce kalıplarını geliştirmeyi amaçlamaktadır. Kişi korkunun nedenini bulduğu noktada aşamalı olarak kendine bu nedenin aslında korkulacak bir şey olmadığını da telkin edecektir. Bilişsel davranışçı terapinin amacı, hem çevresel hem de bilişsel faktörleri bir arada değerlendirmek ve mücadelede esas olan düşünce yapısını değiştirmektir. Örneğin böcek fobisi olan kişiler, böcek gördüklerinde büyük bir korku yaşamakta ve bu korku fiziksel belirtilerle seyretmektedir. Kişi, zihninde böceğe farklı anlamlar yüklemektedir. Bilişsel davranış terapisine göre uyaran-tepki ilişkisini (böcek-korku ilişkisi) sürdüren şey biliş yani kişinin zihninde kurduğu nedensellik ilişkisidir. Fobik kişi için böcek büyük bir korku nesnesi olarak kabul edilmektedir. Fakat böceğin zorunlu olarak korkuya neden olması gerçekliği olmayan bir durumdur. Bu korkuyla mücadele etmenin tek yolu da böcek ile korku arasındaki bu ilişkinin ortadan kaldırılmasıdır. Bilişsel davranışçı terapi hem uyaran-tepki ilişkisine hem de kişinin düşünce kalıplarına odaklanarak bu korkuyu ortadan kaldırmayı hedeflemektedir. Korkuya hem davranış hem de biliş açısından yaklaşmak onun temelden yok edilmesini sağlamakta, kişiye daha sağlıklı bir düşünce yapısı kazandırmaktadır. Hume'un felsefesi bağlamında ele alındığında korkunun nesnesi ile korku arasında zorunlu bir ilişki olmadığı kavranacak ve korkuya ilişkin düşüncelerin *olasılıklardan* ibaret olduğu görülecektir.

2.3. Doğum Korkusu Nedir?

Doğum, canlılığın devamını sağlayan en doğal süreçtir. Doğum, her ne kadar biyolojik bir süreç olsa da aynı zamanda çoğu kadın için bir korku faktörü olarak görülmektedir. “Gebelik olayının sonu, kontrol edilemeyen doğum eylemi ile bittiği için bir kadının gebe kaldıktan sonra yaşadığı en büyük stres doğum eylemi üzerine olmaktadır.” (Barut ve Uçar, 2017: 108). Nitekim bir şeyi bilmemek ve kontrolün elinde olmaması, korku duygusunun en önemli nedenlerindedir. Doğum korkusu (tokofobi), genel olarak kadınların hamilelik ve doğumla ilgili yaşadığı korku ve anksiyeteleri belirtmek için kullanılan bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır (Dencker ve ark., 2019: 100). Bazı kaynaklarda ise tokofobi, hamile kalmaktan veya çocuk doğurmaktan korkma olarak tanımlanmaktadır (Burkovik ve Tan, 2016: 230). Ayrıca tokofobi, hem doğum öncesi hem de doğum sonrası etkileyen bir korku olarak da tanımlanmaktadır (Wijma, Wijma ve Zar, 2001: 76). Tokofobi kavramı ise Yunanca “*tokos*” yani “doğurma” kavramından gelmektedir ve hekimlerin uzun zamandan beri bildiği bir rahatsızlıktır (Andre, 2019: 332).

Esasen doğum korkusunu tanımlamak zordur. Çünkü her kadının yaşadığı doğum korkusunun altında yatan nedenler ve hissettiği korku düzeyleri farklılık göstermektedir. Doğum süreci bilinmeyen birçok faktörü içerdiğinden her kadının doğumdan korkması son derece doğaldır. Fakat doğum korkusu nedeniyle doğumdan kaçmak fobik bir durumu temsil etmektedir. Fobi durumunda ise kadının zihnine ve bedenine hükmeden gerçekdışı unsurlar bulunmaktadır. “Gebelik boyunca kadınlar fizyolojik ve psikolojik değişiklikler yaşarlar. Gebeliğin ilk trimesterinde yaşanan psikolojik değişikliklerden en baskın olanı kadının gebe olup olmaya ilişkin yaşadığı ambivalans duygulardır.” (Şahin ve ark., 2009: 58). Tokofobi, kadının doğum öncesi, doğum ve doğum sonrası sürecinde birtakım sorunlar yaşamasına neden olmaktadır. Doğum, kadın için çok özel olan bir deneyimdir. Tokofobinin getirdiği tüm olumsuzluklar bu özel deneyimin sağlıklı bir şekilde yaşanmasını da engellemektedir. Ayrıca doğum hakkında oluşan fobi düzeyindeki korkular normal korku gibi düşünülmekte bu da sorunun yaygınlaşmasını sağlamaktadır. Nitekim tokofobi, tüm dünya çapında kadınlarda yaygın olarak görülen psikolojik rahatsızlıklardan biridir. Önemli olan doğum korkusunun kadının sağlığı için sorun yaratacak boyutlara ulaşıp ulaşmadığının anlaşılması yani korkunun fobiye dönüşüp dönüşmediğinin tespit edilmesidir.

Tokofobi, primer (birincil) tokofobi ve sekonder (ikincil) tokofobi olarak iki grup altında incelenebilmektedir. “Her türlü kişisel doğurma deneyiminden önce “birincil” denen biçimde ortaya çıkabilir. Bu tür sıkıntıları olan genç kadınlar risk almamak için cinsel ilişkiye girmezler ya da gebeliği önleyici ilaç kullanırlar, bu ilaç rejimine çok sıkı biçimde uyarlar.”

(Andre, 2019: 332-333). Nullipar (daha önce doğum yapmamış) kadınlar ile multipar (daha önce doğum yapmış) olan kadınların yaşadığı tokofobi nedenleri de farklı olmaktadır. “Tokofobi, “ikincil” de olabilir, yani yeni doğan sıkıntısı ya da çocuğun ölümü veya bir jinekolojik kaza ile geçen çok kötü bir doğumdan sonra da ortaya çıkabilir.” (Andre, 2019: 333). Yani sekonder tokofobide geçmiş deneyimler büyük önem taşımaktadır. Bazı durumlarda ise tokofobi diğer psikolojik rahatsızlıklarla birlikte seyredabilmektedir. “Korku, DSM 5’e göre belirli bir fobiyi karşılayabilir. Bazı kadınlarda korku özeldir ve yalnızca doğum olayıyla ilgilidir. Diğerlerindeyse doğum korkusu diğer kaygı problemleri ile paralel olarak var olur.” (Wijma, 2003: 141).

Tokofobinin işlevi nedir? Kadınlarda travmatik doğumdan sonra tokofobi gelişebileceğini anlamak zor değildir. Ama nullipar kadınlarda ve asla gebe kalmamak için önlem alacak kadar aşırı korku yaşayan bazı kadınlarda tokofobi niçin vardır? Evrimsel bir bakış açısıyla düşünülecek olursa korku ve kaygı, hayatımıza fayda sağlar hatta hayatımızı kurtarır. Fobilerin doğuştan geldiği, insanlığın evrimi boyunca geliştiği düşünülür yani potansiyel bir tehlikeyle karşı karşıya kalır kalmaz bu can güvenliği işlevini hızla geliştirebilmeye hazırlıklı olarak doğarız. Ama saf biyolojik terimlerle ifade edilirse varoluşumuzun en temel amacı çoğalmaktır. Bu nedenle tokofobi bir paradokstur (Wijma, 2003: 142).

Doğum, son derece doğal bir süreçtir. Bu süreci korku dolu bir kabusa çeviren tokofobidir. Doğum, sadece insan türünün devamı için değil hayvan türlerinin de devamı için gereklidir. Fakat hayvanlarda tokofobi olduğunu söylemek mümkün değildir. Hayvanlar türün devamı için çoğalır ve buna karşın korku beslemezler. Bu nedenle tokofobi, diğer fobiler gibi sonradan öğrenilen bir fobidir. Kadınlar psikolojik, kültürel, sosyal vb. birçok nedenden ötürü doğuma karşı önyargılar geliştirmektedir. O halde hem nullipar hem multipar kadınların korkusunun altında yatan dolaylı sebepler bulunmakta ve bu sebeplerin araştırılması gerekmektedir.

2.4. Doğum Korkusunun Nedenleri ve Sonuçları

Korku, oldukça subjektif bir duygu olarak karşımıza çıkmaktadır. Korkuyu etkileyen birçok etmen vardır ve bu etmenleri de kişinin içinde yaşadığı aile, toplum, kültür ile ele almak gerekmektedir. Tüm bunlar göz önüne alındığında ise doğum korkusunun altında yatan birçok farklı unsur olduğu görülmektedir. En önemlisi de nullipar ve multipar kadınların yaşadığı doğum korkusunun altında yatan nedenlerin ve sonuçların farklı olmasıdır. Dahası kadınların yaşadığı bu korkunun şiddeti de farklılık göstermektedir. Çalışmanın bu bölümünde doğum korkusunun araştırmalar sonucunda elde edilen genel nedenleri ve sonuçları ele alınacaktır.

Doğum korkusunun farklı nedenleri olmakla beraber birtakım sınıflandırmalar yapmak mümkündür. Kadının yaşı, medeni durumu, gelir düzeyi ve eğitim düzeyi gibi faktörler sosyodemografik nedenler olarak sayılmaktadır (Çiçek ve Mete, 2015: 263). Obstetrik özellikler ise parite, gebelik haftası, doğum ağrısı ve öncelik doğum deneyimleri gibi nedenlerden oluşmaktadır (Çiçek ve Mete, 2015: 264). Önceden yaşanan depresyon, panik bozukluk gibi rahatsızlıklar ve yakın tarihte bir durum sonucunda ortaya çıkmış duygusal krizler de psikososyal nedenler olarak karşımıza çıkmaktadır (Sjögren, 1997: 268). Öz yeterlilik algısı da psikososyal nedenlerden sayılabilmektedir. “Öz yeterlilik algısı da doğum korkusunu etkileyebilmektedir. Korku düzeyi yüksek olan gebeler yüksek düzeyde çaresizlik, düşük kontrol etme yeteneği ve düşük özsaygıya sahiptir.” (Barut ve Uçar, 2018: 108). Doğum korkusunun nedenleri arasında yaralanma korkusu, bedenin doğum için yetersiz olmasının hissedilmesi de gösterilebilmektedir (Sjögren, 1997: 268). Katlanılamaz fiziksel ağrı *beklentileri* de kadınların %44’ü tarafından neden olarak gösterilmiştir (Sjögren, 1997: 268). Ayrıca kadınlar olumsuz doğum deneyimleri ve bilgi aktarımları sonrasında da spesifik olarak fobi geliştirebilmekte ve doğum eyleminden önce doğuma karşı olumsuz bakış açıları oluşabilmektedir (Wijma, 2003: 142).

Gebelikte meydana gelen doğum korkusunun nedeni biyolojik ağrı korkusuna, kişiliğe veya geçmiş deneyimlere bağlı psikolojik nedenlere, destek sistemlerinin eksikliğine ve ekonomik yetersizliklere bağlı sosyal sebeplere ya da daha önceki doğum deneyimlerine dayandırılabilir (Nerum’dan akt. Körükcü ve ark., 2017: 153). Buradan hareketle diğer tüm fobi durumlarında olduğu gibi doğum korkusu yaşayan kadınların da bu korkudan kaçınma davranışı sonucu sezaryen doğumu tercih ettikleri söylenebilmektedir. Doğumda yaşanan ağrı ise doğum korkusunun en temel nedenlerinden biri olarak karşımıza çıkmaktadır. Nullipar kadınlar en çok daha önce deneyimlemedikleri ağrı hissinden ve doğum sonrası süreçten korkmaktadır. Doğum en doğal süreç olmasına karşın anne adayları için korku dolu bir serüven olarak da algılanabilmektedir.

Doğum yapacak olan annede stres yaratan birçok durum söz konusudur. Birçok anne ve baba adayları toplumsal öğrenme yoluyla doğumu, olumsuz olarak algılamaktadırlar. Doğum, ağrılı, kanamalı ve tehlikeli bir durum olarak algılanmaktadır. Bu nedenle anne adayının doğuma odaklandığı gebeliğin son üç ayında stres düzeyleri artmaktadır. Doğum eyleminin başlaması ile anne adayının stresi daha da artmaktadır. Doğum hemen hemen her toplumda heyecan yaratmaktadır. Bu durum doğum yapacak olan kadınların etrafında heyecanlı, stresli birçok kişinin bulunmasına neden olur. Kadının hastaneye gelmesi, bilmediği bir ortama girmesi, bilmediği tanımadığı bir ekip ile karşılaşması anksiyetesini arttıran bir diğer faktördür (Mete, 2013: 96).

Doğuma ilişkin bakış açıları hemen hemen her toplumda doğumu doğal bir süreç olarak değil de korkunç ve acılı bir süreç olarak göstermektedir. Korkulara ilişkin yargılar aile, toplum ve kültürden doğrudan etkilenmektedir. “Algılama kalıpları toplum içinde yaşar ve çocuklara öğretilerek kuşaktan kuşağa kültürün bir parçası olarak aktarılır.” (Cüceloğlu, 2019: 391). Medyanın bu denli etkili bir şekilde kullanıldığı ve erişimin çok kolay olduğu günümüz toplumlarında ise korkuları salt aile ve toplum değil medya da etkilemektedir. Örneğin bir yandan anneliğe ve doğuma ilişkin bilgilere erişim sağlamak kolaylaşmış iken diğer yandan doğuma yönelik korkuların yaygınlaşması da kolaylaşmaktadır. Burkovik ve Tan (2016: 84) ise filmlerin konu itibari ile fobileri işlerken bir yandan da fobi kaynağı işlevi gördüklerini belirtmektedirler. Kadının doğum sürecinden korkmasının bir diğer nedeni ise hem özel hem kamusal alanda üstlendiği birtakım rollerdir. Bu roller kadın üzerinde bir baskı oluşturabilmekte ve özellikle doğum sürecinde yalnızlık hissetmesine yol açmaktadır. Bu noktada kadının yükünü hafifletecek ve bu süreci daha sağlıklı yaşamasını sağlayacak en önemli faktör ise eşinin tutumudur.

Melender (2002: 108) ise yaptığı araştırma sonucunda doğum korkusunun nedenlerini beş genel unsura indirgemektedir: olumsuz ruh hali, başkaları tarafından anlatılan olumsuz doğum hikayeleri, endişe verici bilgiler, hastalıklar ve çocuklarla ilgili problemler. Daha önce bir veya daha fazla doğum deneyimi yaşamış ve sezaryen tercih etmiş kadınlarda yani multiparlarda sıklıkla doğum ve gebeliğe karşı oluşan olumsuz deneyimler doğum korkusunun en önemli nedeni olarak görülmektedir (Melender, 2002: 108; Sjögren, 1997: 268; Dencker ve ark., 2019: 110). Gerçekten de olumsuz doğum deneyimine sahip olmak korkunun şiddetini de belirlemektedir. Rouhe ve arkadaşlarının (2008: 70) yapmış olduğu çalışmada önceki doğum deneyimlerinin doğum korkusunun şiddetini belirlemede büyük bir etkisi olduğu saptanmıştır. Storksens ve arkadaşlarının (2013: 321) 1357 multipar kadınla yapmış oldukları çalışmada önceki negatif doğum deneyimleri ile doğum korkusu arasında sıkı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bu noktada kadının doğum korkusunu ortaya çıkaran şey bir sonraki doğum deneyiminde de aynı şeyleri yaşayabileceği inancı ve beklentisidir.

Diğer fobi durumlarında olduğu gibi tokofobide de kadınların yaşam kalitesinin düştüğü görülmektedir. Tokofobi, salt doğum sırasında açığa çıkan bir korku olmayıp doğum öncesi ve sonrasında anne için uzun süren bir sıkıntı halini de yaratabilmektedir. Ayrıca tokofobi, kadının çok özel olan annelik deneyimini de yaşamasını engellemekte, doğal bir süreç olan doğumu da bir felaket senaryosuna çevirmektedir. Dahası stres beraberinde birçok fiziksel problemi de getirmektedir. Yani korku sadece stres yaratmakla kalmayıp anne ve bebek sağlığını da olumsuz etkilemektedir. “Doğum eylemi sırasında anksiyete yaşayan

kadında oksitosin salınımı azalır, adrenalin seviyesi artar. Bunun sonucu olarak uterus kontraksiyonları düzensiz ve etkisiz olur. Bunun sonucunda doğum eylemi uzar ve zorlaşır.” (Mete, 2013: 96). Korku aynı zamanda kadının duygu dünyasını da doğrudan etkilemektedir.

Doğum korkusunun en yaygın sonuçlarından biri de anne adaylarının acıdan ve olumsuz doğum beklentilerinden kaçmak için sezaryen doğumu tercih etmeleridir. Yapılan araştırmalarda (Waldenström ve ark., 2006: 641; Nieminen ve ark., 2009: 813) doğum korkusu ile sezaryen doğum tercihlerinin birbirleriyle doğrudan ilişkili olduğu saptanmıştır. Anne ve bebek için tehlikeli bir durumda yapılması gereken sezaryen doğumlar günümüzde doğum korkusu yaşayan kadınların tercihi haline gelmektedir. Doğum korkusu tüm dünyada yaygındır ve bu sorun sezaryen doğumların da tercih edilme oranını arttırmaktadır. Son yıllarda tüm dünyada artan sezaryen doğumlar da bunun en belirgin kanıtıdır. Doğum korkusunun doğum sonrasında açığa çıkan birtakım problemlere neden olduğu da bilinmektedir. Doğum korkusu doğum sonrasında postpartum depresyon, posttravmatik stres bozukluğu gibi negatif psikiyatrik etkilere neden olabilmekte (Storksens ve ark. akt., Körükcü ve ark., 2017: 153) aynı zamanda seksüel bozukluklara, gelecek doğumlara ilişkin olumsuz düşüncelere ve anne bebek ilişkisinin bozulmasına da yol açabilmektedir (Goodman ve ark. akt., Körükcü ve ark., 2017: 153).

Doğum korkusunun hem nedenleri hem de olumsuz sonuçlarının çok boyutlu olduğu görülmektedir. Sağlıklı ebeveynler, bebekler ve en önemlisi sağlıklı nesiller için doğum korkusuyla mücadele edilmesi gerekmektedir. Bu mücadele hem annenin doğum sürecini olumlu yönde etkileyecek hem de mutlu bebeklerin olmasını sağlayacaktır. Burada en önemli nokta doğumun son derece doğal bir süreç olduğunun farkına varılması ve doğuma ilişkin tüm önyargıların ortadan kaldırılmasıdır. Doğum korkusunun azaltılmasında ve yok edilmesinde birçok yöntem uygulanmaktadır. En önemlisi de doğumdan önce gebelere doğum ile ilgili eğitimler verilmesidir (Mete, 2013: 96). Anne adayları bu eğitimler ile yaşadığı bu sürecin daha da bilincine varacak, psikolojik ve fizyolojik kökenli değişimlerin nedenlerini anlamlandırabileceklerdir. Korku, bilginin olmadığı konularda daha fazla karşımıza çıkmaktadır. Bu eğitimler anneye doğum ile ilgili yeterli bilgiyi de sunmaktadır. Mete ve arkadaşları (2017: 202) Dokuz Eylül Üniversitesi’nde yaptığı bir araştırmada doğuma hazırlık sınıflarında uygulamanın yanı sıra teorik kısmı da ele alarak doğum eylemine yaklaşımın tarihçesi, doğumda korku, gerginlik, ağrı ve ağrının nasıl olumluya dönüştürüleceği, doğum eyleminin nasıl olduğu, bu sürece nasıl hazırlanılması gerektiği, doğumda kullanılacak gevşeme yöntemleri ve doğum sonrası süreç hakkında da bilgi vermektedir. Bolsoy ve arkadaşları (2019: 88) doğum korkusu yaşayan kadınlara uygulanan psikoeğitim çalışmalarını

derlemiş ve sonucunda antenatal psikoeğitimin vajinal doğum ve pozitif doğum deneyimi, doğum korkusu ve postnatal depresif semptomlar üzerine olumlu etkilerinin olduğunu saptamıştır.

Doğum korkusuyla baş etmenin en temel unsurlarından biri de gebenin öz yeterliliği olarak görülmektedir: “Baş etme yeteneği ne kadar fazla ise doğum ağrısı o kadar az hissedilir. Ayrıca yüksek öz yeterlilik doğum komplikasyonlarının azalmasına, bebeğin sağlıklı bir şekilde doğmasına neden olur.” (Barut ve Uçar, 2018: 108). Ayrıca gebelerin doğum korkusunu azaltmada doğum ortamının da uygun koşullara göre ayarlanması önemli bir faktördür (Mete, 2013: 97). Doğum korkusunun en olumsuz sonuçlarından biri de korku nedeniyle sezaryen doğum tercihleridir ve doğum korkusuyla baş etmenin en temel amaçlarından biri de bu sezaryen doğum tercihlerini azaltmak, gebelerin normal doğuma yönelmesini sağlamaktır. Mete ve arkadaşlarının (2017: 205) yaptığı araştırma sonucunda doğuma hazırlık eğitimleri sonrasında gebelerin sezaryen doğum yerine normal doğumu tercih etme oranlarının ve doğuma hazır oluşuklarının arttığı saptanmaktadır. Burada en önemli nokta eğitimin hem uygulamalı hem teorik olup gebelerin hem fizyolojik hem de psikolojik süreçleri yönetebilmesidir. Bunun sonucunda doğum, korkulu bir süreç olmaktan çıkacak, korkunun beraberinde getirdiği fizyolojik etkiler de azalacaktır.

Doğum korkusu yaşayan kadınlara uygun bakım verilirse doğum korkuları azalabilir. Doğum korkusunu azaltmak için kadınlar gebe kalmayı planladıkları andan itibaren ele alınıp, gebelik ve doğum süresince bakım devam etmelidir. Doğum korkusu azalan kadınların doğum ağrısı, doğum komplikasyonları, doğum süresi, oksitosin kullanımı, sezaryen doğum oranı, yenidoğan komplikasyonları ve postpartum psikolojik sorunlar azalır. Ayrıca doğuma hazır oluşuk artarken, doğuma uyum ve doğumdan memnuniyet artar, anne-bebek ilişkisi güçlenir ve emzirme olumlu yönde etkilenir (Çiçek ve Mete, 2015: 266).

Doğum korkusunun neden olduğu en önemli sorunlardan biri korkuya bağlı sezaryen doğum tercihleridir. Doğum korkusuyla baş etmek korkuya bağlı sezaryen doğum tercihlerini azaltmak ve doğum memnuniyetini arttırmak açısından büyük önem taşımaktadır. Rouhe ve arkadaşlarının (2013: 82) yaptıkları çalışmada nullipar gebeler ile yapılan psikoeğitim grup terapilerinin vajinal doğum oranlarını ve doğum memnuniyetini arttırdığı saptanmaktadır. Doğum korkusu her ne kadar sezaryen doğum tercihleriyle doğrudan ilişkili olarak görülmesi de olumsuz doğum deneyimiyle bağlantılıdır (Waldenström ve ark., 2006: 645). Doğum korkusunun olumsuz etkilerini azaltmak için bu korkunun erken teşhis edilmesi önemlidir. Olumsuz doğum deneyimlerinin önceden belirlenmesi yeterli tedaviyi sağlayacak ve sonraki doğum deneyimlerinde yaşanacak olan korkuyu engelleyecektir (Storksen ve ark., 2013: 323).

Doğum korkusunun oluşmasında en büyük etkenlerden biri önceki doğum deneyimleridir. Bu nedenle özellikle olumsuz doğum deneyimine sahip gebeler ele alınmalıdır (Melender, 2002: 110).

Diğer patolojik korku durumlarında olduğu gibi doğum korkusunda da korkunun bilişsel ve davranışsal nedenlerini belirleyip sağlıklı olan düşünceler ve davranışlar geliştirmek büyük önem taşımaktadır. Şiddetli doğum korkusu için bilişsel davranışçı terapiler önerilmektedir (Nieminen ve ark., 2009: 813). “Bilişsel davranışçı terapi, danışanın bilişsel ve davranışsal alanında değişiklikler yaparak onun için sorun olan durumları azaltmaya çalışır.” (Türkçapar, 2020: 297). Buradan da anlaşılacağı üzere doğum korkusu ile mücadele etmek için sadece davranışsal etkileri ele almak yeterli olmamaktadır. Davranışsal etkilerin yanında bilişsel faktörleri de ele almak gerekmektedir. Örneğin olumsuz doğum deneyimine sahip multipar gebe adayları veya olumsuz doğum hikayelerinden etkilenen nullipar gebe adaylarının korku faktörlerini incelerken bu deneyimlerin bilişsel yapıda işleme süreci ele alınmalı ve daha sağlıklı düşünce yapıları oluşturulmalıdır. Bilişsel davranışçı terapinin temel amacı budur.

Doğum korkusu ile mücadele etmek kadınların yaşam kalitesini arttırmakta ve aile ilişkilerini güçlendirmektedir. Bunun yanı sıra doğum korkusunun üstesinden gelmek sonraki doğum deneyimlerinin daha sağlıklı yaşanmasını sağlayacaktır. Doğum korkusunu anlamak ve bu korkuyla mücadele etmek için konuya kapsamlı bir perspektiften yaklaşmak, her türlü etkeni ele almak gerekmektedir.

2.5. David Hume’un Perspektifinden Doğum Korkusu

Doğum korkusu ile mücadele etmek için öncelikle sorunun kaynağını tespit etmek gerekmektedir. Doğum korkusu ele alındığında fiziksel ve zihinsel birtakım nedenleri olduğu görülmektedir. Doğum korkusuna salt pozitivist bir anlayışla yaklaşmamak gerekir. Çünkü patolojik anlamda korkuları oluşturan en önemli unsur deneyimlerin verilerini işleyen zihindir. Bu nedenle zihne yönelmek kaçınılmazdır. Bu çalışmanın da amacı insan zihnini sorgulamak üzere yola çıkan David Hume’un perspektifinden doğum korkusunu ele almaktır.

David Hume, felsefesinde esas olarak insan zihnine yönelmekte ve zihnin işleyişini açıklamaya çalışmaktadır. İnsan zihni hayatın her anında birtakım yasalara ve düzene göre işlemektedir ve Hume bu konuya eğilmektedir. Hume, insan zihni diye bir şeyin olup olmadığını değil bu doğanın neye benzediğini sorgulamaktadır (Magee, 2001: 161). Hume, insan zihnine dair yaptığı soruşturma sonucunda şüpheciliğinde haklı olduğunu göstermektedir. “Başka bir deyişle, Hume dünyanın nasıl olduğunu değil de, aklın nasıl

olduğunu göstermekte ve onun iddialarından birçoğunun tümüyle yanlış olduğunu kanıtlamaktaydı.” (Magee, 2001: 156). Hume, aklın iddialarının yanlış ve hatta aklın sunduğu bilgilerin “olası” olduğunu nedensellik ilişkisinden yola çıkarak savunmaktadır. Nedensellik, Hume’un felsefesinin temelinde yer almakta ve hem bilimin hem de insan zihninin işleyişini açıklama noktasında kilit bir rol oynamaktadır.

Hume’un felsefesi esasen insan zihnini ele alması bağlamında modern bilimlere yol gösterici olmaktadır. Özellikle insanın duygu, düşünce ve davranışlarını inceleyen psikoloji bilimi için Hume’un eleştirdiği kavramlar büyük önem taşımaktadır. Esasen nedensellik kavramı ile ilk olarak Pavlov’un ortaya attığı koşullama kavramı ortak anlamlar barındırmaktadır. Koşullama, iki şey arasında zorunlu bir nedensellik ilişkisi olduğunu düşündürmektedir. Koşullamanın sunduğu yargıları kesin bilgi olarak kabul etmenin sebebi de yeni bir yargı üreten nedensellik ilişkisidir. Patolojik anlamda korkuların temeli ise zihinde iki şey arasında zorunlu bir ilişki fikrini üreten koşullama kavramıdır. Tam da bu nedenle Hume’un nedensellik kavramına getirdiği eleştirileri anlamak koşullama kavramının ve korku duygusunun nasıl ortaya çıktığını ortaya koymak bakımından önemlidir.

Öncelikle Hume’un duygular konusunda ortaya koyduğu düşünceleri ele almak doğru bir yaklaşım olacaktır. Empirist filozoflara göre tüm bilgilerin temeli algı olduğu için duyguların temelinde de algı ve deneyim vardır. Örneğin empirist filozof olan Berkeley’e göre ağaç, taş, kitap gibi idea öbekleri bunlara benzer duyulur şeyler oluşturmakta ve bunlar da hoşla giden veya gitmeyen sevgi, nefret, üzüntü, sevinç gibi tutkular uyandırmaktadırlar (Berkeley, 2013: 44-45). Benzer yaklaşım Hume’un felsefesinde de karşımıza çıkmaktadır. Hume tutkuların kökeninde derin düşünme izlenimlerini görmektedir:

Bir izlenim ilkin duyulara çarpar. Ve sıcaklık ya da soğukluk, susuzluk ya da açlık, şu ya da bu tür haz ya da acı duymamıza yol açar. Bu izlenimin anlık tarafından alınan bir eşlemi vardır ki, izlenim sona erdikten sonra kalır; ve buna bir düşünce deriz. Bu haz ya da acı düşüncesi, ruha geri döndüğünde, yeni istek ve isteksizlik, umut ve korku izlenimleri üretir ki, bunlara haklı olarak derin-düşünme izlenimleri denebilir, çünkü ondan türemişlerdir. Bunlar yine bellek ve imgelem tarafından eşlemlenir ve düşünceler olurlar; bunlar belki de kendi paylarına başka izlenim ve düşünceler doğurur (Hume, 2016: 27).

Hume’un perspektifinden ele alındığında korku duygusunun kaynağı da diğer tüm duygular gibi deneyime dayanmaktadır. Doğum korkusu yaşayan kadınlarda doğumun ağrılı ve zorlu bir süreç olduğunu düşünmek de doğum ile ilgili deneyimlerden kaynaklanmaktadır. Anne adayları ya doğumla ilgili olumsuz hikayeler görmekte ve duymakta ya da önceki doğumdan kaynaklanan olumsuz deneyimlerden dolayı korku yaşamaktadırlar. Bu deneyimler

ise canlılığını yitirdiğinde zihinde korku düşüncesi üretmektedir. Hume'a göre bu korku düşüncesi yeni bir korku izlenimi üretme gücüne de sahiptir. "Böylece bir acı, örneğin gut acısı gibi bir acı, keder, umut ve korku gibi tutkulara götürebilir. O zaman önümüzde kökensel ya da birincil bir izlenimden, e.d. belli bir bedensel acıdan türemiş tutkular, ikincil izlenimler bulunur." (Copleston, 1998: 126). Dahası bir tutku ortaya çıktığı zaman andırımlı izlenimlerin çağrışımlı ilkesinin gücüyle andırımlı tutkular dizisinin ortaya çıkmasına neden olmaktadır (Copleston, 1998: 128). Örneğin doğum deneyiminden korkan anne adayları benzer olarak doğum sonrası süreçte bebek ile gelişecek olan ilişkisi konusunda da birtakım korkular besleyebilmektedir.

Hume'a göre (2016: 194) tutkular, duygular, acılar, hazlar kökensel olarak aynı temele dayanmakta ve aralarında ne gibi ayırım gözlersek gözleyelim tümüde izlenim ya da algı olarak görünmektedir. Hume, ideler konusunda imgeleme ayrı bir parantez açmaktadır. "Yine açıktır ki, renkler, sesler vb. kökensel olarak çelikten doğan acı ile ve bir ateşten duyulan haz ile aynı zemin üzerinde durur; ve aralarındaki ayırım algıya ya da usa değil ama imgeleme dayanır." (Hume, 2016: 196). Örneğin olumsuz doğum deneyimine sahip veya doğumla ilgili travmaları olan anne adayları imgeleminde yeni düşünceler oluşturabilmekte ve gelecekteki doğum deneyimleri için korku yaşamaktadır. Hume'a göre ideler izlenimlerin yansımaları olduğu için izlenimler kadar canlılık taşımamaktadır. Fakat Hume (2016: 21) uykuda, ateşte, delilikte veya ruhun çok yeğin heyecanları durumunda idelerin izlenimlere yaklaşabileceğini belirtmektedir. Yine doğum korkusu bağlamında düşünülecek olursa korku duygusu çok güçlü bir şekilde hissedildiğinde bir izlenimmiş gibi capcanlı yaşanabilmektedir. Ayrıca Hume (2019: 67) duygu ve tutkuların üzerindeki otoritenin fikirler üzerindeki otoriteden çok daha zayıf olduğunu vurgulamaktadır. Hume bu ifadeyle bir bakıma duyguların zihinsel olarak yanlış yönelimlere daha çok eğilimli olduğunu da belirtmektedir. Kısacası insan zihni korku duygusunu hissettiğinde bunun birtakım olumsuz düşünceleri de beraberinde getirmesini engelleyememekte ve korkuyu kontrol etmekte güçlük çekmektedir.

Korkunun büyük bir çoğunluğu öğrenme yoluyla kazanılmaktadır. Öğrenmede ise daha önce değinilen "koşullama", "nedensellik", "tümevarım" gibi kavramlar büyük önem taşımaktadır. Korkunun hem fiziksel hem de zihinsel nedenleri bulunmaktadır. Empirist felsefenin ve özellikle de Hume'un empirizminin perspektifinden ifade edilecek olursa doğum korkusunun en temel nedeni öncelikle doğumla ilgili olumsuz algılara ve deneyimlere sahip olmaktır. Anne adayları doğumun acılı ve sancılı bir süreç olduğunu işitsel, görsel birtakım kaynaklardan veya çevresinden duyduğu olumsuz hikayelerden edinmektedir. Multipar kadınlarda ise korkunun oluşmasında bu nedenlerin yanı sıra doğrudan olumsuz doğum

deneyimlerinin etkisi de bulunmaktadır. Örneğin anne adayları ilk doğumunda kendisi veya bebeğinde herhangi bir sağlık problemi yaşarsa bu durum, doğum sonrası sürecini ve en önemlisi de doğum ile ilgili düşüncelerini etkileyerek doğum korkusunu ortaya çıkarabilmektedir. Bu da annenin doğuma ilişkin birtakım önyargılar geliştirmesini sağlamakta ve bir sonraki doğum deneyiminde şiddetli korkular yaşamasına neden olmaktadır.

Hume'un insana dair araştırdığı en önemli felsefi soruşturma zihnin nedensellik ilkesini nasıl kuruyor olduğudur. Nedensellik ilkesi Hume'un felsefesinin temelini oluşturmaktadır. Koşullama kavramının temelinde inildiğinde nedensellik ilişkisinin yer aldığı görülmektedir. Nedensellik ilişkisi tümevarım ilkesinin de temelinde yer almaktadır. İnsan zihni geçmiş deneyimler ile gelecek hakkında olumlu veya olumsuz beklentiler oluştururken tümevarımsal akıl yürütmeler yapmaktadır. Hume'a göre nedensellik ilkesinin temelinde ise alışkanlık yatmaktadır ve alışkanlık ise insan zihninde beklenti oluşturmaktadır. Bu beklenti, geçmişteki olayların gelecekte de aynı şekilde gerçekleşeceği üzerinedir. Kısacası hem nullipar hem multipar kadınlarda doğum korkusunun oluşmasını sağlayan şey de bu nedensellik ilişkisinin oluşturduğu beklentidir. İster doğrudan ister dolaylı deneyim yoluyla olsun doğum korkusu yaşayan kadınlar aynı nedenlerin aynı sonuçları doğuracağını düşünmektedir. Örneğin bir başkasının yaşadığı olumsuz doğum deneyiminin kendisinin başına da geleceğini düşünmekte ve doğumun kendisi için de çok zorlu bir süreç olarak geçeceğini sanmaktadır. Veya daha önceki doğumunda sağlık problemleri yaşamış anne adayları sonraki doğumunda da zorunlu olarak bunları yaşayacağını düşünmekte ve doğum deneyiminden olabildiğince kaçmaktadır. Dahası doğum eylemi gerçekleşse bile doğum sonrası süreçte birtakım sorunlar yaşayabilmektedir. Tüm bu süreçler, doğum ile acı duygusu arasında zorunlu bir nedensellik ilişkisinin kurulduğunu düşündürmektedir. Bu ilişkiyi üreten de sıklıkla doğum ile acı duygusunun deneyimlenmiş olmasıdır. Bu da anne adaylarında doğuma dair olumsuz beklentiler oluşturmaktadır.

Nedensellik ilkesinin ve koşullama kavramının öğrenme psikolojisinde ne denli önemli kavramlar olduğu daha önce ele alınmıştır. Koşullama kavramı önce Pavlov'un sonrasında ise Watson'ın kuramında yerini almaktadır. Watson, insan zihninde korkunun öğrenilmesinde koşullama kavramını açıkladığı için büyük önem taşımaktadır. Belki de Watson'ın çalışmaları korkuyu anlamak açısından psikolojideki ilk çabalardan biridir. Koşullamada önemli olan nedensellik ilkesinin süreklilik taşıyor oluşu yani tümevarımsal yapıda olduğudur. Zihnin alışılmış yapılarla düşünmesinin bazı durumlarda işlevsel olduğunu Hume da reddetmemektedir fakat bu düşünme tarzı insan zihnine birtakım zararlı

fikirler de katmaktadır. Tıpkı doğal ve işlevsel olan korku duygusu ile patolojik korku yani fobi durumunda olduğu gibi. Örneğin soba ve yanma hissini deneyimleyen bir çocuk, ikisi arasında bir nedensellik ilişkisi kurarak sobadan kaçınma davranışı sergiler. Bu yaklaşım insan zihni için işlevsel olabilmektedir. Fakat bir defa olumsuz bir doğum deneyimi yaşamış veya doğum ile ilgili olumsuz hikayelere sahip olan bir kadın için doğuma yönelik genel bir korku oluşturmak işlevsel olmamaktadır.

Hume'a (2016: 130) göre insan anlayışına tüm eylemlerin başlıca kaynağı ve devindirici ilkesi olarak acı ve haz algısı yerleştirilmiştir. Aslında insanlar bu acı ve haz duygusuna göre yönelimde bulunurlar. İnsan doğası gereği acıdan kaçmaktadır. Ayrıca korkular başka korkuları da doğurabilmektedir. Bunun sebebi de insan zihninde korkuya karşı bir inancın oluşmuş olmasıdır. İnsan zihni, tıpkı her gün Güneş'in doğacağını beklemek gibi tehlikeli olarak görülen durumların zorunlu olarak korku oluşturacağını varsaymaktadır. Korkuya ilişkin spesifik deneyimler ise korkunun şiddetlenmesine neden olmakta ve korkunun oluşumuna dair inanç oluşturmaktadır. Hume, inanç ile tutku arasında bir yakınlık olduğunu söyleyerek esasen korkunun oluşumunu da bizlere açıklamakta ve korkunun zihinsel yönüne vurgu yapmaktadır.

Inanç tutkularımızı uyandırmada hemen hemen saltık olarak gerekli olduğu için, tutkular da kendi paylarına inanca oldukça yandaşırlar; ve yalnızca hoş duygular ileten olgular değil, ama çok sık acı verenler de bu nedenle daha kolayca inanç ve görüş nesnelere olurlar. Korkuları kolayca uyarılabilen bir korkak karşılaştığı her tehlike açıklamasını kolayca onaylar; tıpkı kederli ve melankolik yatkınlığı olan bir kimsenin başat tutkusunu besleyen her şeye safça inanması gibi. Etkileyici herhangi bir nesne bulunduğu zaman, alarmı verir, ve ona uygun tutkuyu hemen belli bir derecede uyarır; özellikle o tutkuya doğallıkla eğilimli kişilerde. Bu duygu kolay bir geçiş yoluyla imgeleme geçer; ve etkileyici nesneye ilişkin düşüncemiz üzerine yayılarak, bizi o düşünceyi daha büyük bir kuvvet ve dirilik ile oluşturmaya ve sonuçta onu önceki dizgeye göre onaylamaya götürür (Hume, 2016: 131).

Hume'un ifadelerinden de anlaşılacağı üzere korkuyu oluşturan temel neden algı ve deneyimlerdir. Korkuya ilişkin bu algılar zihinde korku duygusunu oluşturmakta ve böylece imgelemde de korku duygusu uyanmaktadır. Bu korku duygusu beraberinde yeni düşünceler de üretebilmektedir. Hume, duyguların bu oluşum sürecini de dikkate alarak duyguların kaynağını derin düşünme izlenimi olarak görmektedir. "Ama bakış açısını nesnelere algılara değiştirdiğimiz zaman, o durumda izlenim neden olarak ve diri düşünce etki olarak görülecektir; ve zorunlu bağlantıları birinin düşüncesinden ötekinkine geçtiğini duyumsadığımız o yeni belirlenimdir." (Hume, 2016: 175). İnsan zihni verilenle yetinmemekte ve varolana ilişkin yeni düşünceler geliştirmektedir. Hume, felsefesinde insan

zihninin bu eğilimine yönelmektedir. Burada önemli olan husus zihnin yeni düşünce tarzlarını nasıl yaratıyor olduğudur. Hume tüm bunları nedensellik ve alışkanlık kavramları ile açıklamaktadır. Hume, bu kavramları felsefesinin temeline koyarak belki de psikoloji adına ilk önemli adımları atmış olmaktadır.

İnsan zihni alışkanlıklar ile düşünmeye yatkındır ve Hume bu zihnin işleyişini anlamak istemektedir. Fakat temelinde alışkanlığın olduğu nedensellik ilkesi zorunluluk taşımamaktadır. Hume, nedenselliğin insan yaşamında önemli bir öge olduğunu fakat bunun zorunluluk değil olasılık taşıdığını da belirtmektedir. “Ve bunlar daha özel inançlarımızı koşullandırır. Ama bu sonuncular kaçınılmaz ve zorunlu değildirler: onları sınımamız ve değiştirmemiz olanaklıdır.” (Copleston, 1998: 99). Esasen gündelik hayatta alışkanlıklarla hareket etmek insanlara kolaylıklar sunmaktadır. Fakat nedensellik ilkesi bazı noktalarda zihnin hatalı işlemesine neden olmaktadır. Tıpkı korkuların ortaya çıkmasında olduğu gibi. Anne adayları, doğum ile ağrı, korku kavramlarını nedensellik ilkesi ile bütünleştirerek doğum ile ilgili önyargıların ve korkuların oluşmasını sağlamaktadır. Kadınlar ister primer ister sekonder olsun tokofobinin nedenleri ve sonuçları arasında koşullama yapmaktadır. Tıpkı Pavlov’un köpeklerle ilgili yapmış olduğu koşullama çalışmasında olduğu gibi anne adayları doğum ile kötü senaryolar arasında bağ kurmaktadır. Fakat doğum ile korku arasında zorunlu bir ilişki bulunmamaktadır. Hume’un deyişle bu insan zihninin hatalı bir işleyişinden yani nedensellik ilkesinden kaynaklanmaktadır.

Hume’un felsefesine göre alışkanlık yani bir bakıma geçmiş deneyimlerin sunduğu tümevarımsal akıl yürütmeler bizde nedensellik fikrinin oluşmasında son derece önemli bir etkidir. “İlk olarak *gelecek geçmişi andırır* sayıtlısının herhangi bir tür uslamlama üzerine kurulmadığını, ama bütünüyle bizi gelecek için kendilerine alışmış olduğumuz o aynı nesnel zincirini beklemeye belirleyen alışkanlıktan türetildiğini belirtebiliriz.” (Hume, 2016: 143). Ne kadar çok sayıda birbiriyle bağlantılı olduğu düşünülen iki şeyi deneyimlersek nedensellik düşüncesi de o kadar kuvvetli olmaktadır. Hume’a (2016: 170) göre andırımlı örneklerin çokluğu bağlantı gücünün özünün kendisini oluşturmaktadır ve onun düşüncesinin doğduğu kaynaktır. Günümüzde bilgi alışverişinin son derece şeffaf olduğu düşünüldüğünde anne adaylarının da doğum ile ilgili doğru veya yanlış birçok bilgiye ulaşmalarının mümkün olduğu görülecektir. Esasen bilginin bu denli kolay ulaşılabilen bir şey olması aynı zamanda doğum ile ilgili doğru bilgilere ulaşmayı da kolaylaştırmaktadır. Nitekim korkuyu yenmenin temel aşamalarından biri korkuyu tanımak ve bilmektir.

Anne adayları için korkuyla mücadele etmede hem doğum ile ilgili teorik bilgiler hem de pratik uygulamalar büyük önem taşımaktadır. Hume’un perspektifinden ele alındığında

anne adayının korkuyla mücadele etmesi için öncelikle gerekli olan doğum ile korku arasındaki nedensellik ilkesinin ortadan kaldırılmasıdır. Kısacası geçmiş deneyimlerin oluşturduğu olumsuz beklentilerin ortadan kaldırılması temel noktadır. Anne adayı, daha önceki doğum deneyiminde yaşamış olduğu olumsuz durumların zorunlu olarak diğer doğum deneyiminde de ortaya çıkmayabileceğini düşünebilmelidir. Veya hiç doğum yapmamış yani nullipar kadınlar da doğumun zorunlu olarak ağrıyı, acıyı getireceği fikrine kapılmamalı ve doğumun canlılık için son derece doğal bir süreç olduğunu kavramalıdır. Hume'a (2016: 170) göre benzer ardışıklık ve bitişiklik ilkeleri içindeki benzer nesnelere yinelenmesi onlardan herhangi birinde yeni bir şey açığa sermemektedir çünkü ondan hiçbir çıkarsama yapılamamaktadır. Fakat ne var ki insan zihni bu ayrıma kolaylıkla varamamaktadır. Doğum doğal bir süreç olmasının yanı sıra son derece subjektif bir süreçtir. Bu nedenle doğum öncesi, doğum ve doğum sonrası sürecin sancılı ve korku dolu bir süreç olduğunu düşünmek son derece hatalı bir yaklaşımdır.

SONUÇ

Canlılığın özünde bulunan korku duygusu, insanlara ve hatta hayvanlara kimi zaman fayda sağlamakta kimi zaman ise zarar vermektedir. Doğal nedenler ile oluşan, oldukça sağlıklı bir duygu olan korku duygusu, canlılık için zorunlu bir duygudur. Dahası korku duygusu, yaşamın tehlikelerine karşı canlılığı koruyan yegane kalkanlardan biridir. Fakat korkunun kimi durumlarda patolojik olduğu ve canlılığa zarar verdiği de yadsınamaz bir gerçektir. Korkunun zararlı bir süreç haline dönüştüğü fobi durumlarında ise kişiler zihnen ve bedenen zarar görebilmektedir. Bu fobilerden biri ise günümüzde tüm dünyada kadınların sıklıkla yaşadığı doğum korkusu (tokofobi) dur.

Canlılığı tehlikelere karşı koruyan ve doğal bir duygu olan korku duygusu esasen beden ve zihnin sağlıklı işlediğinin de bir göstergesidir. Çünkü canlılık herhangi bir tehlike karşısında korku duyarak bir bakıma savunma mekanizmasını da aktif hale getirmektedir. Fakat korkunun nesnesi ve tehlikenin kaynağı her zaman gerçeklik taşımamaktadır. İşte bu durumda korkular fobiler haline dönüşmektedir. Fobilerin en önemli kaynağı ise zihnin hatalı nedensellik ilişkileri kurması ve genellemeler yapmasıdır. Pavlov'un çalışmaları sonucu psikoloji bilimine giren koşullama kavramı da fobileri anlamada kilit rol oynamaktadır. Koşullama, temelde iki şey arasında zorunluluk taşımayan bir nedensellik ilişkisi kurulmasından ve bu ilişkinin genellemesinin yapılmasından kaynaklanmaktadır. Bilimler kendi bakış açılarından baktıklarında evrende bir nedenselliğin olduğunu ve bunun zorunluluk taşıdığını söylemektedir. Fakat aynı durum insan zihni için geçerli midir? Fobilerin oluşumu noktasında en önemli sorulardan biri de budur.

Kavramsal çerçevede ele alındığında fobilerin de kaynağı olan nedensellik, koşullama ve tümevarım gibi kavramlar bizi felsefe tarihindeki en ünlü empiristlerden birine -David Hume'a- götürmektedir. Hume, insan zihninin işleyiş biçimlerini ele almakta ve neredeyse felsefesinin tümünde nedensellik kavramını açıklamaya çalışmaktadır. Hume'un temel felsefi derdi ise yukarıda belirtilen soru üzerine yoğunlaşmak, insan zihninin ve özellikle de nedensellik kavramının doğasını açıklamaya çalışmaktır. Hume, nedensellik kavramını ele almadan önce esas olarak insan zihninin bilgiyi nasıl elde ettiğini açıklamaya çalışmaktadır. Hume'a göre tüm bilgilerimizin kaynağı algıdır ve bu nedenle bilgi söz konusu olduğunda temelde yer alan algıdan başka bir şey değildir. Bir empirist filozof olarak Hume, dış dünyaya ilişkin ne kadar deneyim sahibi olursak o kadar da bilgi sahibi olabileceğimizi dolaylı yoldan belirtmektedir. İnsan zihni deneyimledikçe düşünür, bağlantılar kurar ve zenginleşir.

Hume'un felsefesinde bilginin iki ayağı bulunmaktadır: izlenimler ve ideler. İzlenimlerin kaynağı doğrudan algılardır, idelerin kaynağı ise izlenimlerdir. Temele inildiğinde idelerin de kaynağının algılar olduğu görülecektir. İzlenimlerin kaynağı doğrudan algılar olduğu için izlenimler idelerden daha canlı ve diridirler. Fakat idelerde ise insan zihninin oldukça aktif olduğu görülmektedir. Çünkü zihin izlenimlerden elde ettiği idelerden farklı ideler ortaya çıkarabilmektedir. Bunlara Hume felsefesinde karmaşık ide denmektedir. Hume, izlenimleri de iki grupta incelemektedir. Doğrudan duyular ile elde ettiğimiz izlenimlere duyu izlenimi, zihnin bu duyu izlenimleri üzerine düşünmesiyle ortaya çıkan izlenimlere ise derin düşünme izlenimi demektedir. Hume, korku da dahil tüm duyguların ortaya çıktığı yer olarak derin düşünme izlenimini işaret etmektedir. Zihin öncelikle duyular aracılığıyla bir izlenim elde etmekte daha sonra bu izlenimden edindiği duyguları başka benzer durumlara atfetmektedir.

Hume'a göre bilginin iki farklı alanı vardır: ideler arası ilişkiler ve olgusal durumlar. İdeler arası ilişkiler, doğruluğundan şüphe edilmeyen yani kesin bilgilerin olduğu alandır. Örneğin matematiksel önermeler bu bilgi türüne bir örnektir. Olgusal durumlar ise insanın bilgi edindiği bir başka alandır fakat bu alanın bilgisinden şüphe edilmektedir. Çünkü dış dünyaya ilişkin bilgilerin olduğu bu alanda kesinlikten değil ancak ve ancak olasılıktan söz edilebilmektedir. Dış dünyaya ilişkin bilgilerimiz söz konusu olduğunda üç ilişki türü bulunmaktadır: *benzerlik*, *bitişiklik*, *neden ve etki*. Hume'a göre dış nesnelere ilişkin bilgiyi oluşturan da birbirine benzer iki şeyi algılamak veya bitişik olan iki şeyi deneyimlemektir. Fakat Hume, neden ve etki düşüncesine diğer ikisinden farklı bir anlam yüklemektedir. Nedensellik bilgi elde etme aşamasında en önemli noktadır ve olasılığı kesin bilgi olarak sunan da bu ilkedir. Fakat olgusal durumlara ilişkin bilgiler kesin bilgi içermediği, olasılıktan ibaret olduğu için nedensellik ilişkisi de insan zihnini kesin bilgiye götürmemektedir. O halde nedenselliğin zorunluluk taşıdığını düşündüren şey nedir? Hume'a göre nedenselliğin kaynağı alışkanlıktır. İnsan zihni nedenselliğin zorunluluk barındırdığını kabul etmekte ve bu kabule göre yaşamaktadır. X ile Y'nin sıklıkla bir arada gerçekleştiğini deneyimleyen insan zihni, bir süre sonra X ile Y arasında zorunlu bir bağıntı olduğunu kabul eder. X ile Y arasındaki zorunlu bağıntı fikrini veren şey deneyimden kaynaklanan alışkanlıktır. Kısacası nedensellikten elde edilen hiçbir bilgi kesinlik taşımamaktadır, alışkanlığın bir ürünüdür.

Hume'un adının felsefe tarihine büyük harflerle yazılmasının sebebi de nedenselliğe getirdiği bu eleştirilerden dolayıdır. Felsefe tarihinde ilk defa Hume ile beraber nedensellik kavramı irdelenmiştir. Hume, nedenselliğe getirdiği eleştirilerle salt felsefede kendine özgü bir yaklaşım sergilemekle kalmamış aynı zamanda nedenselliği bir zorunluluk olarak ele alan

ve tümevarımı yegane bilimsel yaklaşım olarak gören bilimlere de köklü eleştiriler getirmiştir. Hume insanı temel almakla insan psikolojisine de ışık tutmaktadır. Bu nedenle nedensellik ve tümevarım kavramlarıyla yakından ilişkili “koşullama” kavramı da Hume’un nedensellik eleştirisi bağlamında ele alınabilmektedir. Psikolojiye ilk olarak Pavlov’un köpek deneyiyle giren kavramın zamanla insan davranışları ve korkunun öğrenilmesi konusunda da etkili olduğu saptanmıştır. Ne var ki koşullama ile öğrenilen bilgilerin de her zaman kesinlik taşımadığı görülmektedir. Dahası koşullamanın en dikkat çekici yanı ise kesinlik taşımayan nedensellik ilişkisi üzerinden genellemeler yapılmasıdır. Esas olarak korkuyu fobiye dönüştüren de budur. İnsan zihni, korku yaratan bir durumla karşılaştığında bunu nedensellik ilişkisiyle zihne kodlayarak genellemeler yapmakta ve bu durumun her zaman ve her koşulda korku yaratacağına dair inanç geliştirmektedir. Bu inancın kaynağı ise alışkanlıktır.

Doğum, biyolojik bir süreç olmakla beraber birçok farklı nedenden dolayı korku da yaratan bir süreçtir. Çoğu korku gibi doğum korkusunun da öğrenilen bir korku olduğu görülmektedir. Her doğum hikayesi birbirinden farklıdır ve doğum korkusunun altında yatan nedenler de çeşitlilik göstermektedir. Doğum korkusu primer ve sekonder olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Bu ayrım, anne adayının daha önce gebelik deneyimi olup olmamasına bağlıdır. Daha önce doğum yapmamış (nullipar) kadınlar ile doğum yapmış (multipar) kadınların doğum korkusunun nedenlerinde temel farklılıklar olmaktadır. Nullipar kadınlar direkt olarak doğum deneyimini yaşamasalar da bu deneyime ilişkin gördükleri, duydukları her şey onların korkusunu etkileyebilmektedir. Anne adayı, kendisinin de doğum öyküsünün ağırlı ve korkulu geçeceğine inanmaktadır. Kısacası doğum hakkında dolaylı yoldan da olsa deneyimler elde etmek kadınların hatalı nedensellik bağları kurarak koşullama yoluyla korkuyu öğrenmesi anlamına gelmektedir. Buna primer tokofobi denmektedir.

Multipar kadınlarda ise doğum korkusu en yaygın olarak geçmiş doğum deneyimlerine bağlı ortaya çıkmaktadır. Anne adayının özellikle önceki doğum deneyiminde fiziksel birtakım sorunlar geçirmesi sonraki doğum deneyimleri konusunda önyargılar geliştirmesine ve korku duymasına yol açmaktadır. Buna ise sekonder tokofobi denmektedir. Burada da önceki doğum deneyimi ile sonraki doğum arasında hatalı bir nedensellik ilişkisi kurulmakta ve anne adayı tekrardan aynı sorunları yaşayacağını düşünmektedir. Yani zihin, koşullama sonucu genellemeler yapmaktadır. İster primer ister sekonder tokofobi olsun anne adayı yaşadığı doğum korkusu sonucunda doğumdan kaçmakta, normal doğum yerine sezaryen doğum tercih etmekte veya doğum yapsa da doğum sonrası birtakım sorunlar ile karşı karşıya kalmaktadır. Tüm bunlar sağlıklı aile yapısının oluşmasında en büyük engellerden biridir.

Doğum korkusuyla baş etmenin en önemli noktası, korkunun düşünsel izlenimlerine yönelmektir. Hume'un perspektifinden ifade edilecek olursa doğum korkusunu oluşturan nedensellik ilişkisini ele almak ve bu ilişki sonucunda ortaya çıkan koşullamayı incelemek gerekmektedir. Anne adayına zarar veren bu korku, esasen yararlı ve doğal bir korku duygusu değildir. Anne adayı, doğrudan ya da dolaylı şekilde kurmuş olduğu hatalı nedensellik zincirinin bir sonucu olarak korku yaşamaktadır. Fakat bu korkunun nedeninin hiçbir kesinliği yoktur. Sadece "olasılık"tan ibarettir. "Alışkanlık" sonucu doğum ile ilgili edindiğimiz tüm bilgiler, zihinde doğumun acılı bir süreç olduğuna dair önyargı oluşturmaktadır. Hume'a göre alışkanlıklar çok kuvvetlidir ve bu nedenle alışkanlıklar ile edinilen bilgilerin kesinlik taşımadığını kabul etmek oldukça zordur. Dahası korku duygusu da son derece güçlü bir duygudur. Fakat Hume'un perspektifinden bakılırsa belki de insan doğası daha da anlaşılır hale gelecek ve korkular ile mücadelede büyük başarılar elde edilecektir.

KAYNAKÇA

- Andre, C. (2019). *Korkunun Psikolojisi*. (Çev. İ. Yerguz), Say Yayınları, İstanbul.
- Audi, R. (2018). *Epistemoloji*. (Çev. M. Tuncel), Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara.
- Barut, U. ve Uçar, T. (2018). “Gebelerde Doğum Öz Yeterlilik Algısının Doğum Korkusu ile İlişkisi”. *Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 11(2): 107-115.
- Berkeley, G. (2013). *İnsan Bilgisinin İlkeleri Üzerine Bir İnceleme*. (Çev. L. Özşar), Biblos, İstanbul.
- Bolsoy, N. Çelik, N. ve Şimşek, H. N. (2019). “Doğum Korkusu Yaşayan Kadınlarda Psiko-Eğitim Obstetrik ve Maternal Sonuçları İyileştirir mi? Sistemantik İnceleme”. *DEUHFED*, 12(1): 82-90.
- Burkovik, Y. ve Tan, O. (2016). *Korkacak Ne Var! Korkunun Psikolojisi*. Timaş Yayınları, İstanbul.
- Cevizci, A. (2003). *Felsefe Terimleri Sözlüğü*. Paradigma Yayınları, İstanbul.
- Cevizci, A. (2012). *Felsefenin Kısa Tarihi*. Say Yayınları, İstanbul.
- Cevizci, A. (2018). *Bilgi Felsefesi*. Say Yayınları, İstanbul.
- Çiçek, Ö. ve Mete, S. (2015). “Sık Karşılaşılan Bir Sorun: Doğum Korkusu”. *DEUHFED*, 8(4): 263-268.
- Copleston, F. (2000). *Felsefe Tarihi Berkeley-Hume*. (Çev. A. Yardımlı), İdea Yayınevi, Eskişehir.
- Cottingham, C. (2003). *Akılcılık*. (Çev. B. Gözkan), Doruk Yayınları, İstanbul.
- Cüceloğlu, D. (2019). *İnsan ve Davranışı - Psikolojinin Temel Kavramları*. Remzi Kitabevi, İstanbul.
- Dencker, A., Nilsson, C., Begley, C., Jangsten, E., Mollberg, E., Patel, H., Wigert, H., Hessman, E., Sjöblom, H. ve Sparud-Lundin, C. (2019). “Causes and Outcomes in Studies of Fear of Childbirth: A Systematic Review”. *Women and Birth*, 32: 99-111.
- Heimsoeth, H. (2014). *Kant’ın Felsefesi*. (Çev. T. Mengüşoğlu), Doğu Batı Yayınları, Ankara.
- Hume, D. (2019). *Ahlak İlkeleri Üzerine*. (Çev. N. Demir), Fol Kitap, Ankara.
- Hume, D. (2017). *Denemeler*. (Çev. B. Karakaş), Pinhan Yayıncılık, İstanbul.

- Hume, D. (2016). *İnsan Doğası Üzerine Bir İnceleme*. (Çev. A. Yardımlı), İdea Yayınevi, İstanbul.
- Hume, D. (2019). *İnsanın Anlama Yetisi Üzerine Bir Soruşturma*. (Çev. F. B. Aydar), İş Bankası Kültür Yayınları, İstanbul.
- Kabukcuoğlu, K. Körükcü, Ö. Deliktaş, A. ve Aydın, R. (2017). “Gebelikte Psikososyal Sağlık Durumu ile Doğum Korkusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”. *Clin Exp Health Sci*, 7: 152-158.
- Kant, I. (2000). *Gelecekte Bilim Olarak Ortaya Çıkabilecek Her Metafiziğe Prolegomena*. (Çev. İ. Kuçuradi, Y. Örnek), Türkiye Felsefe Kurumu, Ankara.
- Köknel, Ö. (1998). *Korkular Takıntılar Saplantılar*. Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul.
- Kranz, W. (2009). *Antik Felsefe*. (Çev. S. Y. Baydur), Sosyal Yayınlar, İstanbul.
- Locke, J. (2013). *İnsan Anlığı Üzerine Bir Deneme*. (Çev. V. Hacıkadiroğlu), Kabalcı Yayıncılık, İstanbul.
- Magee, B. (2001). *Büyük Filozoflar - Platon'dan Wittgenstein'a Batı Felsefesi*. (Çev. A. Cevizci), Paradigma Yayınları, İstanbul.
- Melender, HL. (2002). “Experiences of Fears Associated with Pregnancy and Childbirth: A Study of 329 Pregnant Women”. *BIRTH*, 29(2): 101-111.
- Mete, S. (2013). “Stres, Hormonlar ve Doğum Arasındaki İlişki”. *DEUHYO ED*, 6(2), 93-98.
- Mete, S. Çiçek, Ö. Aluş Tokat, M. Çamlıbel, M. ve Uludağ, E. (2017). “Doğuma Hazırlık Sınıflarının Doğum Korkusu, Doğum Tercihi ve Doğuma Hazır Oluşluğa Etkisi”. *Türkiye Klinikleri*, 9(3): 201-206.
- Nieminen, K., Stephansson, O. ve Ryding, EL. (2009). “Women’s Fear of Childbirth and Preference of Cesarean Section – A Cross Sectional Study at Various Stage of Pregnancy of Sweden”. *Acta Obstetricia et Gynecologica*, 88: 807-813.
- Ormrod, J. E. (2020). *Öğrenme Psikolojisi*. (Çev. Edt. M. Baloğlu), Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara.
- Öktem, Ü. (2004). “David Hume ve Immanuel Kant’ın Kesin Bilgi Anlayışı”. *Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Dergisi*, 44(2): 29-55.

- Rouhe, H., Salmela-Aro, K., Toivanen, R., Tokola, M., Halmesmaki, E. ve Saisto, T. (2012). "Obstetric Outcome After Intervention for Severe Fear of Childbirth in Nulliparous Women – Randomised Trial". *BJOG*, 120: 75-84.
- Rouhe, H., Salmela-Aro, K., Halmesmaki, E. ve Saisto, T. (2009). "Fear of Childbirth According to Parity, Gestational Age and Obstetric History". *BJOG*, 116: 67-73.
- Russell, B. (2019). *Felsefe Sorunları*. (Çev. V. Hacıkadiroğlu), Say Yayınları, İstanbul.
- Schultz, D. P. ve Schultz S. E. (2007). *Modern Psikoloji Tarihi*. (Çev. Y. Aslay), Kaknüs Yayınları, İstanbul.
- Selçuk, Z. (2003). *Gelişim ve Öğrenme*. Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- Sjögren, B. (1997). "Reasons for Anxiety About Childbirth in 100 Pregnant Women". *Journal of Psychosomatic Obstetrics and Gynecology*, 18(4): 266-272.
- Storksen, HT., Garthus-Niegel, S., Vangen, S. ve Eberhard-Gran, M. (2013). "The Impact of Previous Birth Experiences on Maternal Fear of Childbirth". *Acta Obstet Gynecol Scand*, 92: 318-324.
- Türkçapar, H. (2020). *Bilişsel Davranışçı Terapi: Temel İlkeler ve Uygulama*. Epsilon Yayınevi, İstanbul.
- Ural, Ş. (2011). *Bilim Tarihi*. Çantay Kitabevi, İstanbul.
- Waldenström, U., Hildingsson, I. ve Ryding, EL. (2006). "Antenatal Fear of Childbirth and Its Association with Subsequent Caesarean Section and Experience of Childbirth". *BJOG*, 113: 638-646.
- Wijma, K. (2003). "Why Focus on "Fear of Childbirth"?". *Journal of Psychosomatic Obstetrics and Gynecology*, 24(3): 141-143.
- Zar, M., Wijma, K. ve Wijma, B. (2001). "Pre- and Postpartum Fear of Childbirth in Nulliparous and Parous Women". *Scandinavian Journal of Behaviour Therapy*, 30(2): 75-84.
- <https://sozluk.gov.tr/>, (erişim tarihi:19.09.2020).

Ö Z G E Ç M İ Ş

Adı ve SOYADI	Buket CAN
Doğum Yeri – Tarihi	
EĞİTİM DURUMU	
Mezun Olduğu Lise	Antalya Muratpaşa Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi
Lisans Diploması	Akdeniz Üniversitesi / Edebiyat Fakültesi / Felsefe Bölümü
Tezsiz Yüksek Lisans Diploması	-
Proje Konusu	-
Yüksek Lisans Diploması	Akdeniz Üniversitesi / Sosyal Bilimler Enstitüsü / Felsefe ABD
Tez/ Dönem Projesi Konusu	David Hume'un Felsefesi Bağlamında Kadınlardaki Doğum Korkusunun (Tokofobi) Felsefi Değerlendirmesi
Doktora Diploması	-
Tez/Dönem Projesi Konusu	-
Yabancı Dil / Diller	İngilizce, Almanca
BİLİMSEL FAALİYETLER	
İŞ DENEYİMİ	
Stajlar	75. Yıl Cumhuriyet Anadolu Lisesi
Projeler	-
Çalıştığı Kurumlar	Özel Antalya Bilge Eğitim Temel Lisesi Özel Konyaaltı Bil Anadolu ve Fen Lisesi
E-Posta	