

Yalancının Mumu...



Yüzümüz, duygularımızın aynası. Araştırmalar gösteriyor ki, tüm insanlar, dünyanın hangi köşesinde yaşarlarsa yaşasınlar, başka insanların yüz ifadelerinden, korku, şaşkınlık, mutluluk, öfke ve tiksinti gibi duyguları kolayca anlayabiliyorlar. Peki, bir insanın yalan söylediğini nasıl anlarız?

Dünya çapında yapılan bir araştırmada araştırmacılar, 60 farklı ülkeden 2000 kişiye şu soruyu yöneltmişler: “Bir insanın yalan söylediğini nasıl anlarsınız?” İster Botswana’dan olsun, ister Belçika’dan, araştırmaya katılanların çoğunun ilk aklına gelen yanıt aynıymış: “Yalan söyleyen kimseler, gözünüzün içine bakamazlar.” Öyle mi dersiniz? Keşke! Ama ne yazık ki bu her zaman doğru değil.

Bilim Yalanı Yakalayabilir mi?

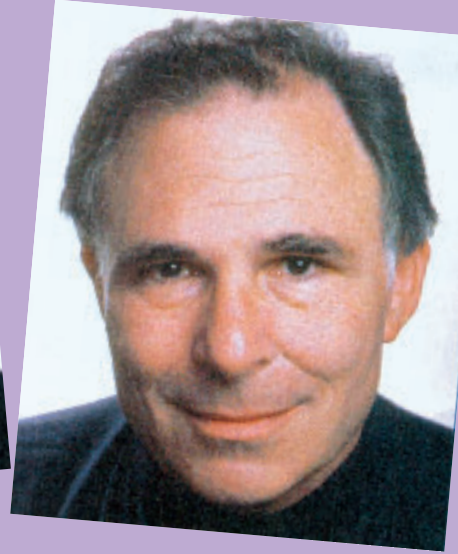
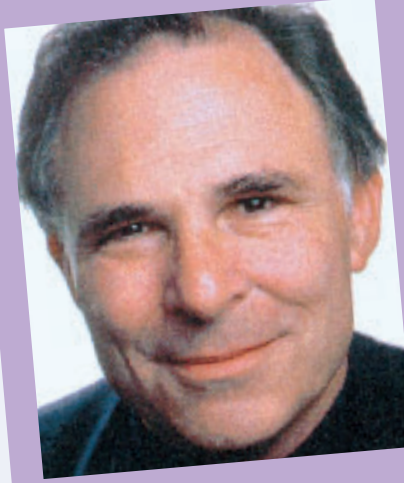
Belki de. Bu, psikolojinin ilginç araştırma konularından biri. Bazı araştırmacılar, yalan söyleyen insanları ele verebilecek ipuçlarının peşine düşmüşler. Çeşitli araştırmalarda, bir insanın yalan söylediğine işaret edebilecek bazı ipuçları bulunmuş. Örneğin, bazı insanlar yalan söylerken gözbebekleri büyüyor ve sesleri daha yüksek çıkıyor. Bazıları, doğru söyleyenlere göre daha kısa

cümleler kuruyor ve anlattıkları olayın ayrıntılarından daha az söz ediyorlar. Dahası var; kimi insanların, yalan söylerken bazı şeyleri anımsayamadıklarını daha az belirttikleri ve önceden söylediklerini daha az düzeltme eğiliminde oldukları görülmüş. Bir araştırmacı, bu durumu şöyle özetliyor: Yalancıların anlattıkları genellikle gerçek olamayacak kadar iyi oluyor. Çünkü, öykülerinin eksik yönleri olursa yalan söylediklerinin anlaşılabileceğini düşünüyorlar. Ancak, bu söylediklerimizin her zaman geçerli olmadığını da belirtelim. Çünkü, yalan söyleyen her insan aynı biçimde davranmıyor. Kimi zaman, doğruyu söyleyenler de yalan söyleyenler gibi davranabiliyorlar. Aklınız karıştı değil mi?

Daha açık söylemek gerekirse, yalan söyleyen birini, doğruyu söyleyen birinden ayırdetmenin kesin bir yolu yok. Herhangi birinin yalan söylüyor olabileceğine işaret eden ipuçları var. Ancak, bu ipuçları da her zaman yeterli olmuyor. İşte bu nedenle olsa gerek, insanların çoğu, bir insanın doğruyu söyleyip söylemediğini anlamada hiç de sandıkları kadar başarılı değiller. Araştırmalarda, insanların yalanla doğruyu ayırdetmede % 55 oranında başarılı oldukları görülmüş. Yani, 100 denmeden yalnızca 55’inde kimin doğru, kimin yalan söylediğini doğru bilebiliyoruz.

Bazıları Yalanı Yakalamada Çok Usta

ABD’deki San Francisco Üniversitesi’nden Maureen O’Sullivan, yalan konusundaki araştırmalarıyla tanınmış bir araştırmacı. Bugüne kadar 13.000 kişiyle, yalan söyleyeni bulma araştırmaları gerçekleştirmiş. Bu araştırmalara katılanlar arasında terapistler, polis memurları, sanatçılar gibi birçok farklı meslekten insanlar varmış. Sonuç olarak, özel ajan-



Yalancı Gülümsemeyi Bulun!

Bütün gülümsemeler mutluluk ya da hoşnutluk anlamına gelmez. Doğumgününüzde hiç istemediğiniz tuhaf bir armağan aldığınızdaki gülümsemenizi; ya da, kalabalık bir lokantada, işi başından aşkın bir garsonun, siparişinizi beşinci kez değiştirdiğinizdeki gülümsemesini düşünün! Bu gülümsemelerde sanki bir şeyler eksik gibidir. Sorumuz şu: Gerçek bir gülümsemeyle, gerçek olmayan, içten gelmeyen bir gülümsemeyi ayırdedebilir misiniz? Yukarıdaki fotoğrafları inceleyin ve hangisinin gerçek, hangisinin yalancı bir gülümseme olduğunu tahmin etmeye çalışın.

Birçoğumuz, bir insanın yalan söyleyip söylemediğini anlamada zorlanırsınız. Ancak, bir gülümsemenin gerçek olup olmadığını bulmak hiç de güç değil. Özellikle de, neye bakmanız gerektiğini bilerseniz. Araştırmacılar, gerçek gülümsemelerin yalnızca dudakları değil, gözlerin kenarlarını da kapsadığını belirtiyorlar. Çok basit, gerçekten gülümseyen bir insanın o anda göz kenarları da kırışıyor. Gülümseme içten değilse, göz kenarlarında kırışıklık olmaz. Çünkü, bu kırışıklığa neden olan göz kaslarının istemli olarak kontrol edilmesi güçtür. Yani, soldaki fotoğraftaki gerçek bir gülümseme.

lar ve üst düzeyde polis memurları dışında, birçok insanın yalan söyleyeni bulma konusunda çok iyi olmadığını görmüş; ancak, 15 kişi dışında! Deneylere katılan 13.000 kişinin yaklaşık binde birini oluşturan bu 15 kişi, yalan söyleyen kimseleri bulma konusunda gerçekten de çok başarılıymış. Araştırmacı, bu insanların yalan söyleyenleri bulma konusunda ne tür ipuçlarına dikkat ettiklerini ortaya çıkarmaya çalışmış. Ancak, bu insanların her birinin farklı ipuç-

"Bu takım elbisenin bedeni tam size göre efendim, inanın çok yakıştı!"





larına dikkat ettiklerini görmüş. Bu 15 kişinin yaşam öykülerini incelediğinde, hepsinin de geçmişte çok farklı yerlerde yaşamış, çok farklı insanlarla tanışmış ve başkalarının duygularını anlamaya önem veren insanlar oldukları anlaşılmış. Peki ya makineler? Makineler kimin yalan söylediğini saptayabilir mi?

Yalan Makinesi

Polisiye filmlerde kimi zaman suçluların yalan makinesi testine sokulduğunu görürüz. "Poligraf" olarak da adlandırılan bu makine, aslında yalanı değil, insanların belli yaşamsal işlevlerini ölçer. Terleme, kan basıncı ve solunum hızı gibi. Bu makine, yalan söyleyen bir insanın kan basıncının yükseleceği, terlemeye başlayacağı gibi varsayımlardan yola çıkılarak geliştirilmiş. Teste giren kişiye, belli sorular sorulur. Sorulara yanıt verirken kan basıncı yükselir, terler ya da solunumu hızlanırsa, yalan söylediği varsayılır. Keşke her şey bu kadar kolay olsaydı! Ancak, ne yazık ki, yalan makineleri her zaman doğruyu söylemez. Kimi yalancıların yalan makinelerini atlatılabildiği biliniyor. Kimi dürüst insanların da yalan makinesine bağlandıklarında heyecanlandıkları için kan basınçları artıp solunumları hızlanabiliyor. Bu nedenlerle, yalan makineleri bir kimsenin doğruyu söyleyip söylemediğini bulmada etkili araçlar değil. Siz siz olun, filmlerde gördüklerinize her zaman inanmayın...



Beyin Görüntüleri Yalan Söylemez!

Yalan makineleri yanılabılır, ama beyin görüntüleri asla. ABD'deki Temple Üniversitesi'nden araştırmacılar, yalan makinesinin yerini alabilecek yeni bir yöntem üzerinde çalışıyorlar: beyin görüntüleme. Bunun için, tıpta çeşitli hastalıkların tanısında kullanılan işlevsel manyetik rezonanslı görüntüleme aygıtından yararlanıyorlar. Yaptıkları araştırmada, yalan söyleyen insanların beyinlerinde, normalde etkin olmayan bir bölgenin etkinleştiğini görmüşler. Araştırmacıların dikkatini çeken bir başka noktaysa, yalan söyleyenlerin beyinlerinde, doğru söyleyenlere göre daha geniş bir alanın etkinleştiği. Bu durumun, insanları aldatmaya yönelik sözler söylemenin çok fazla çaba gerektirmesinden kaynaklandığını düşünüyorlar.

Aslı Zülâl

Kaynaklar:

Lock, C. "Deception detection: Can science spot a lie?"

Muse, Nisan 2005

Tenenbaum, D. "Have we been lying to you?" <http://whyfiles.org>, 14 Ekim 2004

"Brain scanner is a lie detector" <http://news.bbc.co.uk>, 20 Kasım 2004



Gizli Duyguları Bulma Testi

Yüzleri okumada ne kadar iyisiniz? Birinin yalan söylediğini hemen anlayabilecek kadar mı? Birçoğumuz başka insanların yüzlerine bakarak o an ne hissettiklerini anlamada ustayızdır. Peki, ya karşımızdaki kişi duygularını gizlemeye çalıştığında ya da belli belirsiz bir yüz ifadesi takındığında?

İnsanlar, duygularını kontrol altına almaya çalıştıklarında, örneğin üzüntülerini bastırmaya çalıştıklarında, üzgünlük ifadesi hâlâ yüzlerinde bir yerlerde; ancak çok daha az belli olur. Ya da, üzüntümüzü gizlemek için gülümsemeye çalıştığımızda, üzgünlük ifadesi saniyenin beşte biri gibi kısa bir süreliğine yüzümüzden gelip geçer. Sayıları az da olsa, kimi insanlar bu tür yüz ifadelerini okumak konusunda özel bir beceri sahibidir. Yüz ifadelerini okuma becerinizi sınamaya ne dersiniz? Gizli duyguları okuma testine hoşgeldiniz! Öncelikle bir kâğıt ve bir kalem alın. Kâğıdın en üstüne şu sözcükleri yazın: Kızgınlık, korku, üzüntü, tikslenme, küçümseme, şaşkınlık ve beğenme. Aklınıza gelen başka duyguları da bunlara ekleyebilirsiniz. Daha sonra, 1'den 12'ye kadar olan rakamları alt alta yazın. Her rakamın yanına, üzerinde o rakam bulunan fotoğrafın size çağrıştırdığı duyguları yazacaksınız. (Kâğıdın üzerine yazdığınız sözcükler yeterli gelmezse, başka sözcükler de kullanabilirsiniz.) Testimiz çok basit. Her bir fotoğrafı kısa bir süreliğine inceleyin ve yüz ifadelerinin size çağrıştırdığı duyguyu kâğıda yazın. Fotoğraflardan birine bakarken ötekileri bir kâğıt yardımıyla kapatmanızı öneririz. Yanıtlarınızı x. sayfadaki yanıtlarla karşılaştırarak

kontrol edebilirsiniz.

Bu test, Paul Ekman adlı bir araştırmacının yazdığı bir kitaptan alınma. 20 - 30 yıldır insanların yüz ifadeleriyle duyguları üzerinde çalışan Ekman'a göre, yüz ifadelerinden insanların gizli duygularını okumayı öğrenmek mümkün. Zaten kitabında da bunları anlatıyor. Hatta, yüz ifadelerini okumayı öğreten bir CD bile hazırlamış. Yanıtlarınız arasında yanlışlar olursa sakın üzülmeyin. Çünkü, pek çok insan bu fotoğraflardaki duyguların en fazla sekizini bilebiliyor. Ancak, Ekman'a göre insanın bu konuda kendi kendini geliştirmesi mümkün.



Gizli Duyguları Bulma Testi'nin Yanıtları:

1. Hafif üzüntü. / 2. Tiksinti. / 3. Biraz hoşnutluk. / 4. Hafif bir kızgınlık ya da kararlılık. / 5. Hafif korku. / 6. Üzgün, altüst olmuş. / 7. Gizlenmeye çalışılan bir öfke. / 8. Korku ya da şaşkınlık. / 9. Kontrollü bir öfke ya da hafif kızgınlık. / 10. Kaygı ya da kontrollü korku. / 11. Kontrollü bir öfke ya da kızgınlık. / 12. Tepeden bakma, kendini beğenmişlik.