

SOSYAL BİLİŞ

İnsanlar sosyal dünyalarını nasıl değerlendirirler? Ne yapacaklarına nasıl karar verirler?

Amadou Diallo vakası (3 Şubat 1999)

Batı Afrikalı bir göçmen olan Amadou Diallo gecenin ilerleyen saatlerinde biraz hava almak için apartmanın merdiven boşluğuna çıkar. O sırada devriye gezen dört sivil polisten biri, Onu tecavüz suçundan aranmakta olan bir zanlının robot resmine benzetir. Polisler arabadan iner ve tam o sırada içeri girmekte olan Diallo'ya durmasını söylerler. Polisler ona doğru yaklaşırken Diallo da büyük bir olasılıkla kimliğini çıkarmak için elini cebine götürür. Bunu gören polisler telaşlanırlar ve hiç tereddüt etmeden 41 el ateş ederler ve Diallo'yu orada öldürürler

Timothy Thomas vakası (7 Nisan 2001)

Cincinnati'de bir polis memuru 19 yaşındaki Timothy Thomas'ı bir sokak arasında kıstırmış, ellerini havaya kaldırmasını istemişti. Thomas daha bunu yapmaya fırsat bile bulamadan polis memuru silahını ateşledi ve Thomas'ı orada öldürdü

Sean Bell vakası (25 Kasım 2006)

New York'un Queens bölgesindeki bir gece kulübünün önünde Sean Bell'e 50 el ateş eden polisler, Bell'in orada ölmesine neden oldu.

- Amerika polisi tarafından silahla öldürülen bu kişiler Afrika kökenli Amerikalılardı ve bu olaylar sırasında silahlı değillerdi. **Polisler bu kişilere ateş etmeye nasıl karar verdiler?**

SOSYAL BİLİŞ

İnsanlar sosyal dünyalarını nasıl değerlendirir, ne Şekilde hareket edeceklerine nasıl karar verirler?

Sosyal psikolojinin konularından biri, insanların sosyal bilgiyi nasıl seğtikleri, yorumladıkları, anımsadıkları ve kullandıkları da dahil olmak üzere, kendileri ve sosyal dünya üzerine düşünme biçimlerinin (sosyal biliş) incelenmesidir.

SOSYAL BİLİŞ

Sosyal biliş: İnsanların kendileri ve sosyal dünya ile ilgili düşünme Őekilleri; yargı ve kararlara varırken sosyal bilgileri seğme, yorumlama, anımsama ve kullanma biçimleri

Temel varsayım

İnsanlar genellikle dünya hakkında doğru izlenimler edinmeye çalışırlar ve çoğu zaman da bunu başarırlar. Ancak, Diallo vakasında olduğu gibi bazen de yanlış izlenimlere kapılır, ölümcül hatalar yaparlar.

İnsanların sosyal dünyaları hakkında nasıl düşündüklerini ve izlenimlerinin ne kadar doğru olduğunu anlamak için iki sosyal biliş türünü ayırt etmek gerekir.

İki farklı sosyal biliş türü

1. Otomatik düşünme

Bilinçdışı, kasıtsız, istemsiz ve çabasız düşünme

2. Kontrollü düşünme

İnsanlar bazen kendileri ve çevreleri üzerinde durup düşünürler, doğru davranış için düşüncelerini dikkatle gözden geçirirler. Bu ikinci sosyal biliş türü daha fazla çabayı ve düşünceleri tartmayı gerektiren kontrollü düşünmedir

Otomatik Düşünme (Düşük eforlu düşünme)

İnsanlar yeni bir durumu genellikle hızlı ve doğru bir şekilde değerlendirebilirler.

Şu anda nerede ve kimlerle birlikte olduğunuz, biraz sonra neler olabileceği ve sizin ne yapmanız gerektiğini hızla ve doğru bir şekilde değerlendirebilirsiniz. Bu işlemler için durup uzun uzun düşünmemiz gerekmez. Böyle olsaydı yaşamı sürdürmek çok zor olurdu.

Otomatik Düşünme (Düşük eforlu düşünme)

Bir yere giderken nerede duracağımızı, nerede karşıdan karşıya geçeceğimizi, vb. düşünmek için bilinçli çözümlemelere çok fazla gerek duymayız.

İnsanlar hakkında da fazla çaba harcamadan hızlı bir şekilde izlenimler edinebilir, bunun için uzun uzun düşünmeye gerek duymayız.

Bunları, geçmiş deneyimlerimiz ve dünyaya ilişkin bilgilerimizle çevremizi otomatikman analiz ederek yapıyoruz.

Şemalarla Otomatik Düşünme

Otomatik düşünme, önceki deneyimlerimiz ile bağlantı kurarak yeni durumları anlamamıza yardım eder. Örneğin ilk kez karşılaştığımız bir kişinin nasıl biri olduğunu anlamak için her şeye en baştan (sıfırdan) başlamayız; onu bir «üniversite öğrencisi» olarak sınıflandırır ve buna göre değerlendirir ve davranırız.

Nesneleri ve durumları anlamlandırmak için de aynı şekilde davranırız. Örneğin öğrenci kantinine gittiğimizde masaya oturup garsonun sipariş almasını beklemek yerine gidip içeceğimizi kendimiz alırız. Önceki deneyimlerimiz bize bu durumda nasıl davranmamız gerektiği konusunda yardımcı olur.

Şemalar

Şema, bir kavram ya da uyarıcı hakkında örgütlü ve yapılandırılmış bir bilişler takımıdır.

Şema, belli bir kavram veya uyarıcı hakkındaki bilgileri, ona ilişkin farklı bilişler arasındaki ilişkileri ve özgül örnekleri içerir

Şemalar dünyaya ilişkin bilgilerimizi ve yeni durumlara ilişkin yorumlarımızı düzenlemek için kullandığımız temel bilgileri ve izlenimlerimizi içerir

Şemalar, sosyal dünya ile ilgili bilgilerimizi düzenleyen zihinsel yapılardır. Bu zihinsel yapılar, farkına vardığımız, üzerinde düşündüğümüz ve anımsadığımız bilgileri etkilemektedir.

İnsanlar içinde yaşadıkları çevreyi yorumlamak için şemalardan yararlanırlar (daha önce edindikleri, depoladıkları bilgileri kullanırlar) Bu süreç genellikle hızlı, etkili, otomatik olarak (yani niyetlenilmeksizin veya farkında olmaksızın) işler.

Şema Türleri

Benlik Şemaları

Kişilerin kendileri hakkında düşünürken üzerinde odaklaştıkları boyutlardır. Örneğin bağımsızlık – bağımlılık boyutu. Bu boyutta örneğin kendini bağımsız bir kişi olarak gören bir kişi, bağımsızlığını korumaya, bunu sürdürme ve gösterme yönelik davranışlar yapar.

Kişi şemaları

İnsanlar hakkındaki yapılardır. Belli bir kişi (örneğin A. Lincoln) veya belli bir özelliğe sahip insanlar (örneğin dışadönük) hakkında olabilir.

Rol Şemaları

Belli bir roldeki insanlar hakkında (örneğin profesör, garson, sevgili, vb.) sahip olduğumuz örgütlü ve soyut kavramları temsil eder.

Olay Şemaları (Kalıp / senaryo)

Sık karşılaşılan olaylar (bir lokantada yemek yeme, duş alma, dönem sonu sınavına girme, vb.) hakkındaki şemalara kalıp (senaryo) denir.

Şemalar

İrk ve cinsiyet gibi bir sosyal gruba atfedilen şemalar genel olarak kalıpyargılar (stereotipler) olarak adlandırılır.

Kalıpyargılar, Diallo örneğinde olduğu gibi polisin hızlı ve otomatik bir şekilde karar verip siyahi gençlere ateş etmesinde rol oynayan önemli bir faktördür.

Kalıpyargılar

- Kalıpyargılar (stereotipler) cinsiyet, ırk, sosyal sınıf gibi bir sosyal gruba atfedilen şemalardır.
- Kalıpyargılar, belli kişi veya durumlarda nasıl davranacağımıza ilişkin kararlarımızı etkiler.



Polis memurunun ikilemi: Siz olsanız nasıl davranırdınız?

Birkaç saniye gibi kısa bir süreligine ekrana yansıyan fotoğraftaki adamın elinde silah varsa «**ateş et**» düğmesine basınız.

Adamın elindeki nesne bir silah değilse «**Ateş etme**» düğmesine basınız.

Birinci Fotoğraf: Elinde silah olan bir zenci yetişkin

İkinci Fotoğraf: Elinde herhangi bir cisim (silah değil) olan bir zenci yetişkin

Üçüncü Fotoğraf: Elinde silah olan bir beyaz yetişkin

Dördüncü Fotoğraf: Elinde herhangi bir cisim (silah değil) olan bir beyaz yetişkin

Polis memurunun ikilemi



Polis memurunun ikilemi



İnsanlara ateş etme hataları

	Siyah Amerikalı	Beyaz Amerikalı
Elindeki nesne bir silah	Ateş et (10 Puan) Ateş etme (-40 Puan)	Ateş et (10 Puan) Ateş etme (-40 Puan)
Elindeki nesne bir silah değil	Ateş etme (+5 puan) Ateş et (-20 Puan)	Ateş etmez (+5 puan) Ateş et (-20 Puan)

Denekler genellikle silahsız Afrika kökenli (siyah) Amerikalılara ateş etme hatasına düşüyorlar (Correll ve ark., 2002).

Şematik Bilgi İşleme: Avantajları

Şemalar bilgi işleme sürecini kolaylaştırır

Şemalar anımsamayı kolaylaştırır

Şemalar bilgi işlemeyi hızlandırır

Şemalar otomatik çıkarsamayı kolaylaştırır

Şemalar bilgi ekler

Şemalar yorumlamayı kolaylaştırır

Şemalar beklentilerin biçimlenmesine yol açar

Şemalar duygu içerir

Şematik Bilgi İşleme: Dezavantajları

Bir şema veya kurama uyan bilgileri, üzerinde fazla düşünmeden kabul etme

Birbiriyle ilişkisiz, fakat şema ile tutarlı bilgiler ekleyerek düşüncedeki boşlukları doldurma

Çok iyi uymadıklarında bile şemaları kullanma (uygulama)

Şemaları değiştirmeye isteksiz olma

Yanlış yorumlara, gerçekçi olmayan beklentilere, katı tepki verme biçimlerine neden olma

Şemalara neden gerek duyarız? (Şemaların İşlevleri)

Şemalarımız olmasaydı, karşılaştığımız her şeyi her seferinde yeniden anlamlandırmamız gerekirdi.

- Şemalar bilgi işlemede yardımcı olur. Uyarıcının hangi yönlerinin önemli olduğunu tanımamızı kolaylaştırır
- Bilgiyi daha iyi anımsamamızı, örgütlememizi, şema ile ilişkili bilgiyi çok çabuk işlememizi sağlar
- Şemalar, yeni bilgiyi yapılandırır ve örgütler
- Yeni deneyimleri geçmişte oluşturulan şemalara bağlayabilir ve böylece bir süreklilik duygusu yaşarız.
- Dünyayı anlamlandırmak, düzenlemek ve «boşlukları doldurmak için» şemalara gerek duyarız.

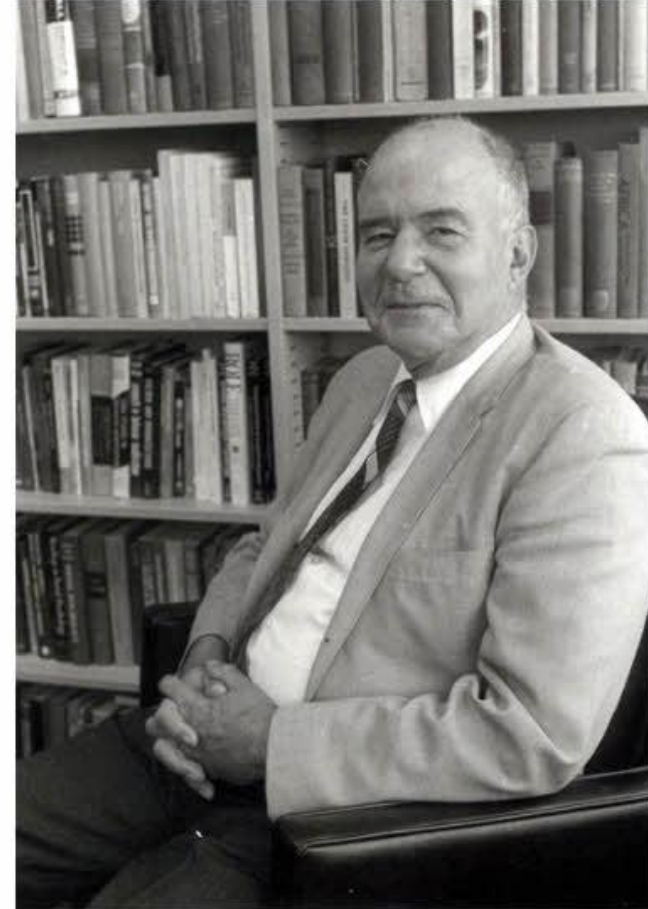
Şemaların işlevleri: Boşlukları doldurmak

Tanıyanlar onu şöyle tarif ediyor:

Üretken, eleştirici, **cana yakın**, pratik,
kararlı

YA DA

Üretken, eleştirici, **oldukça soğuk**,
pratik, kararlı



Hangi şemalar kullanılır? «Erişilebilirlik» ve «hazırlama»

Abuk-sabuk konuşan ve dengesiz davranışlarda bulunan biriyle karşılaşırsanız, bu kişinin sarhoş olduğunu mu yoksa akıl hastası olduğunu mu düşünürsünüz? Bunu belirleyen faktörlerden biri, şemaların «erişilebilirlik» özelliğidir.

Erişilebilirlik; belirli şema ve kavramların zihinde ne kadar ön planda olduğu ve bunu dünya ile ilgili yargılara varırken kullanma olasılığıdır.

Örnek: Adam alkolik mi yoksa hasta mı?

Erişilebilirliği artıran faktörler

Bazı şemalar **geçmiş deneyimlerimizden** dolayı kolayca erişilebilir durumdadırlar. Örneğin ailenizde bir sarhoş varsa, örnekte verilen dengesiz davranışları olan kişiyi sarhoş olarak; ailenizde akıl hastası varsa bu kez onu akıl hastası olarak algıyorsunuz.

Bir durum eğer **mevcut hedeflerinizden** biriyle ilişkiliyse o şemaya daha kolay erişilebilir. Örneğin o günlerde eğer patolojik psikoloji dersine çalışıyorsanız, dengesiz davranışları olan kişiyi sarhoş olarak değil, akıl hastası olarak algıyorsunuz.

Yakın zamanlarda yaşanan **yeni deneyimler** bazı şemaları daha kolay erişilebilir hale getirir. Örneğin o gün bir akıl hastasının yaşadıklarını konu alan «Guguk kuşu» adlı filmi izlemişseniz, dengesiz davranışları olan kişiyi akıl hastası olarak algıyorsunuz. Aksine, eğer biraz önce bahçede elinde şişesiyle içki içen birini görmüşseniz, örnekteki adamı sarhoş olarak algıyorsunuz.

Erişilebilirliği artıran faktörler: Hazırlama

Hazırlama; kısa bir süre önce yaşanan deneyimlerin, kişinin bir şemaya, ayırıcı özelliğe ya da bir kavrama erişilebilirliğini artırması.

Örnek: Daha önce farklı sözcük listeleri ezberletilen deneklerin Donald hakkındaki izlenimleri arasındaki farklılaşma.

A grubundaki deneklerden, metni okumadan önce ezberlemeleri istenen kelimeler:

- maceracı, kendine güvenen, bağımsız, kararlı.

B grubundaki deneklerden, metni okumadan önce ezberlemeleri istenen kelimeler

- İhtiyatsız, burnu havada, soğuk, inatçı

Donald hakkındaki izlenimler

«Donald zamanının büyük bir bölümünü kendisinin heyecan olarak adlandırdığı bir arayışın peşinde geçirir. Bu güne kadar iki büyük dağa tırmanmış, azgın nehirlerde rafting yapmış, çarpışan araba yarışlarına katılmış, teknelerden anlamadığı halde tek motorlu bir sürat teknesi kullanmıştır. Şimdilerde kendine yeni heyecanlar aramaktadır. Paraşütle atlamak veya yelkenliyle okyanusu geçmek gibi seçenekler üzerinde düşünüyor. Donald'ın pek çok şeyi iyi yapabilecek yetenekte olduğunu tahmin etmek zor değil. Fakat iş görüşmeleri dışında, insanlarla ilişkilerinin çok da iyi olduğu söylenemez. Kimseye ihtiyacı olmadığını düşünür. Kafasına koyduğu şeyi ne yapar, eder, tamamlar. Değişiklik kendi yararına olduğunda bile fikrini değiştirdiği pek ender görülür»

Donald ile ilgili izleniminiz nedir?

A Grubu: «Donald, zorluklara meydan okumayı seven, hoş bir adamdır» (olumlu değerlendirme)

B Grubu: Donald, gereksiz tehlikelere atılan, gösteriş budalası bir adamdır» (olumsuz değerlendirme)

Hazırlama, bilinçdışı ve otomatik bir işlem.

Bilinçli olarak algılanmayan mesajlar, inanç ve tutumları etkiler. Örnek:

- Bilgisayar ekranına çok kısa bir süre için «düşmanca» ve «kaba» sözcüklerinin yansıtıldığı grup (Grup A)
- Bilgisayar ekranına çok kısa bir süre için «su» ve «arasında» gibi nötr sözcüklerin yansıtıldığı grup (Grup B)

«Donald, kapısını çalan satıcının içeri girmesine izin vermedi» cümlesini okuyan A ve B grubundaki deneklerin Donald ile ilgili algıları, okudukları metne bağlı olarak olumlu veya olumsuz yönde farklılaşmıştır.

Şemaları gerçek kılmak: Kendini doğrulayan kehanet

İnsanların bir başkasının nasıl olduğuna dair beklentileri vardır ve bu beklentileri bu kişiye karşı davranışlarını etkileyerek kişinin ona en baştaki beklentileri ile tutarlı bir şekilde davranmasına yol açar. Böylece beklentiler de gerçekleşmiş olur.

Kendini doğrulayan kehanet

Rosenthal ve Jacobson (1968), bir ilkokulda bütün öğrencilerin katıldığı bir test yaptılar. Öğretmenlere bazı öğrencilerin çok başarılı olduğunu ve gelecek yıllarda «patlama yapacaklarını» söylediler. Aslında patlama yapacakları söylenen öğrenciler rastgele seçilmişlerdi.

Belirli aralıklarla sınıflarda gözlem yaptılar ve her yıl sonunda öğrencilere bir zeka testi uyguladılar.

Kehanet doğrulanmıştı: Patlama yapacakları söylenen öğrenciler diğer öğrencilere göre çok daha fazla ilerleme göstermişlerdi. Beklenti, gerçeğe dönüşmüştü.

Kendini doğrulayan kehanet

Kendini doğrulayan kehanet bilinçli, kasıtlı bir hareket değil; otomatik düşünmenin bir örneğidir.

Dikkatimizi karşıımızdaki kişiye bilinçli olarak odakladığımızda kendini doğrulayan kehanet sorununu aşabiliriz.

Kendini doğrulayan kehanet, şemalarımızın değişime karşı oldukça dirençli olduğunu da göstermesi açısından ilginçtir.

Zihinsel kestirme yollar (Heuristics)

Günlük yaşamımızda karar vermemiz gereken durumlarda ilk olarak bütün seçenekleri listeleyip daha sonra bunların arasından en iyisini seçmek gibi bir yola başvurmayız. Bu çok zaman alıcı, yorucu ve uygulanabilir olmayan bir işlemdir.

Kişiler veya durumlarla ilgili karar verirken önce seçenekleri azaltır, az sayıda seçenek arasından birine karar veririz. Bunu da zihinsel stratejiler ve kısa yolları kullanarak yaparız. Ancak bu kısa yollar her zaman en iyi karara varmamızı sağlamaz.

Zihinsel kestirme yollar (Heuristics)

Heuristic, insanların hızlı ve etkin bir şekilde yargıya varmak (çıkarsama yapmak) için başvurduğu kısa yollardır.

Zihinsel kestirme yollar her zaman bizi doğru çıkarımlara (yargılara) götürmeyebilir.

- Duruma uygun olmayan bir kestirme yok kullanmış olabiliriz ya da kestirme yolu yanlış uygulamış olabiliriz.

Zihinsel kestirme yollar (Heuristics)

- 1. Ulaşılabilirlik kestirme yolu (Mevcut sezgisel kestirme yol)**

Çıkarsama yaparken, çabuk anımsayabildiğiniz (hemen aklımıza gelen) bilgi miktarından yararlanma. Örnek: Üniversiteli gençler arasında sigara içme davranışı ne kadar yaygın bir davranıştır?
- 2. Temsil edicilik kestirme yolu**

Bilgiler, ilgili şemanın «tipik» temsilcisine ne ölçüde benziyor? Örnek: Ayşe hanım bir kütüphaneci olabilir mi? (istatistik ne işe yarar?)
- 3. Benzeştirme kestirme yolu**

Belli bir sonucun akla gelme kolaylığından yararlanma. Örnek. Derse geç kalırsam öğretim üyesi ne tür bir tepki gösterir?
- 4. Dayanak noktası ve uyarılama kestirme yolu**

Benzer bir olaya ilişkin bilgiyi dayanak noktası olarak çıkarsama yapma. Örnek: Bu sınıfta kaç öğrenci var?

Temsil Edilebilir sezgisel kestirme yol
(A ve B birbirine ne kadar benziyor?)

Temsil Edilebilir sezgisel kestirme yol,
insanların bir şeyi tipik bir duruma ne kadar
benzediğine göre sınıflandırdığı zihinsel bir
kısa yoldur.

Örnek: Çok şakacı, neşeli, burnu kavisli bir
gencin Karadeniz bölgesinden olma olasılığı
nedir?

Ulaşılabilirlik (Mevcut sezgisel kestirme yol)

Bir yargının akla en kolay gelen düşünceye dayandırıldığı zihinsel karar ölçütüdür.

Örnek: Lokantada verdiği siparişten farklı bir yiyecek getiren garsona itiraz etmeyen bir arkadaşınızın «hakkını aramayan bir kişi» olduğunu mu düşünürsünüz?

Cevabınız, arkadaşınızın benzer durumlarda nasıl davrandığına ilişkin hemen aklınıza gelen davranış örneklerine bağlı olarak değişecektir.

Ulaşılabilirlik (Mevcut sezgisel kestirme yol)

Dr. Robert Marison, 9 yaşındaki hastası Nicole'u görür görmez hemen **Akut Aralıklı Porfiri (AAP)** teşhis koymuştu. Daha önce muayene olduğu 12 doktor, onca laboratuvar tetkiklerine rağmen hastalığı teşhis edememişti.

Dr. Robert Marison'un hastalığı teşhis etmedeki başarısı, kısa süre önce bu hastalığı taşıyan tarihsel bir kişiliğin hayat hikayesini yazmış olmaşıydı.

- (Bu arada, doktorlar da insandır ve örneğin akşam TV'de izledikleri bir filmdeki hastalıktan etkilenerek hastaya teşhis koyabilirler!).

«Doğru tanıyı koyabilmemin nedeni kusursuz bir hekim ya da çok iyi bir dinleyici olmam değildi. Başkalarının yapamadığı bir Şeyi yapmıştım çünkü Nicole ile tam anlamıyla doğru yerde ve doğru zamanda karşılaşmıştık».

Ulaşılabilirlik (Mevcut sezgisel kestirme yol)

Çoğu zaman kendi özelliklerimize ilişkin yerleşmiş şemalarımız yoktur. Bu nedenle de kendimizle ilgili yargılara varırken kendi davranışlarımızla ilgili en kolay anımsadığımız örneklere dayanırız.

Davranışlarımızla ilgili örnekler hatırlamakta zorlanmamız durumunda kendimizle ilgili yargılarımız bundan etkilenir.

Özet: İnsanlar kendileri ve başkaları hakkında yargılara varırken mevcut sezgisel kestirme yolları
–akıllarına belirli örneklerin ne kadar kolay geldiği
– kullanırlar

Temel oran bilgisi

Popülasyondaki farklı kategorilere ait üyelerin görülme sıklığı ile ilgili bilgi.

İnsanlar temel oran bilgisini yeterince kullanmazlar. Örneğin belli bir kişiyle ilgili bilginin genel kategoriye ne kadar temsil edebildiğine daha fazla dikkat ederler (Kahneman ve Tversky, 1973).

Bilinçdışı düşünmenin gücü

Otomatik düşünmenin özelliklerinden biri bilinçdışı olmasıdır. Aslında her şeyi bilinçli olarak düşünmek zorunda kalsaydık yaşam çok zor olurdu.

Kokteyl etkisi: Kalabalık bir ortamda adınız söylendiğinde daha kolay fark edersiniz.

Bilinçdışı düşünmenin gücü

Bağıl değerlendirmenin yapılacağı bir sınav öncesinde bir arkadaşınız anlamadığı konuları kendisine anlatmanızı istiyor. Bunu yaparsanız sizin alacağınız not düşebilir.

Bir yandan arkadaşınıza yardım etmek, diğer yandan sınavda yüksek not almak istiyorsunuz. Hangi yönde davranırdınız?

Cevap: Yakın zamanda hangi amacınız etkinleştirilmişse (okuduğunuz bir kitap, gördüğünüz bir sahne veya film, vb.) o yönde davranırsınız.

Bilinçdişı düşünmenin gücü

Size verilen 10 doları tanımadığınız biriyle bölüşmeniz söyleniyor. Paranın ne kadarını kendinize ayırırdınız?

Bu soruya vereceğiniz cevap, deneysel işlem öncesinde hangi düşüncenin etkinleştirildiğine bağlıdır.

Örneğin bir süre önce kutsal bir yerin önünden geçerek deney ortamına gelmiş olmanız kararınızı etkiler mi?

Sosyal bilişte kültürel farklılıklar

Kültürün sosyal biliş üzerindeki etkileri araştırılmaktadır.

Şemaların içeriği, yaşadığımız kültürden etkilenir. İçinde yaşadığımız kültür bize dünyayı anlama ve yorumlama biçimimizi etkileyen zihinsel yapılar (şemalar) aşılır.

Örnek: Bir sığır yetiştiricisi sürüdeki bütün hayvanları tek tek tanır, başka sürüye karışan hayvanını kolayca bulur ve geri alır. Oysa kentliler için bütün sığırlar birbirine benzer 😊

Bütünselci Düşünme X Çözümleyici Düşünme

Kültür, insanların kendi dünyalarını anlamak için otomatik olarak kullandıkları düşünme biçimlerini etkiler

Kültür, düşünme biçimlerinin hepsini değil, bilinçdışı düşünme ya da şemaları kullanma gibi tüm insanlarda gözlemlenen otomatik düşünme biçimlerini etkiler.

Bütünselci Düşünme X Çözümleyici Düşünme

Resimlere hızla göz atın ve bu iki resim arasındaki farkı söyleyin.





Bütünselci Düşünme X Çözümleyici Düşünme

Çözümleyici Düşünme Tarzı: İnsanların çevrelerindeki bağlamı düşünmeden nesnelere özelliklerine odaklandığı düşünme biçimi; bu düşünme biçimi Batı kültüründe yaygındır.

Bütünselci Düşünme Tarzı: İnsanların genel bağlama, özellikle de nesnelere arasındaki ilişkilere odaklandığı düşünme biçimi; bu düşünme biçimi Doğu Asya kültürlerinde (Örneğin Çin, Japonya ve Kore) yaygındır.

Bütünselci Düşünme X Çözümleyici Düşünme

Doğu ile Batı farklı felsefi geleneklere bağlıdır.

Doğu düşüncesi, her şeyin birbiriyle ilişkili olduğunu vurgulayan Konfüçyus, Taoizm ve Budizm geleneğini temsil etmektedir. **Batı düşüncesi** ise nesnelere bağlamlarından bağımsız olarak yöneten yasalara odaklanan Yunan felsefe geleneğini, yani Aristo ve Platon geleneğini yansıtmaktadır.

Totem aslında bir kontrol yanılsamasıdır.

Otomatik düşünme, yaşamımızın büyük bir bölümünde hakimdir. İnsanların eylemlerini bilinçli olarak denetlediklerini zannetmesi aslında bir yanılgıdan ibaret olabilir.

Eylemlerimizi aslında otomatik düşünme veya çevre kontrol ediyor olabilir. Oysa insanlar bazen olaylar üzerinde daha fazla kontrol sahibi olduklarını zannederler. Totemler bu şekilde oluşur.

Piyango biletini kendisi seçen kişiler kazanacaklarına neden daha fazla inansınlar ki?

Kontrollü sosyal biliş: Yüksek eforlu düşünme

Kontrollü düşünme; bilinçli, kasıtlı, istemli ve eforlu (çaba gerektiren) düşünmedir.

İnsanlar bir kerede tek bir şeyi bilinçli, kontrollü bir şekilde düşünebilirler

İnsanlar kontrollü düşünceyi bilinçli bir şekilde başlatabilir veya devre dışı bırakabilirler.

Örnek: ABD'de polisler trafikte siyahileri daha sık durdurup kontrol ediyorlar. «İrk profili çıkarma» denen bu olgu, otomatik düşünceden farklıdır.

Karşılgusal düşünme: (Geçmişini zihinde yapma-bozma)

İnsanlar ne zaman kontrollü düşünmeye başlar? Hedefi çok az bir farkla kaçırdığımız olumsuz olaylardan hemen sonra karşılgusal düşünme devreye girer.

Örnek: Yarışmalarda 3. olanlar 2. olanlardan daha mutlu görünüyorlar!

Karşılgusal düşünme; olabilecekleri hayal etmek için geçmişin bir yönünü zihinde değiştirme olarak tanımlanır

Düşünceleri bastırma ve ironik bilgi işleme

İnsanlar belli bir konuyu düşünmemeye çalıştıklarında neler olur? Örneğin ayrıldığı sevgilisini, patronuyla olan nahoş karşılaşmayı, mutfaktaki tatlıları, vb. düşünmemeye çalışan bir kişi bunu başarabilir mi?

Otomatik düşünme ve kontrollü düşünme etkileşimine bağlı olarak sonuç değişir: Otomatik düşünme, zihne gelmesi istenmeyen düşünceleri izler ve yakalar; kontrollü düşünce de bunları zihinden uzak tutmaya çalışır.

Bazı koşullarda (örneğin yorgunluk, stres, vb.) kontrollü düşünce görevini yakamaz, o zaman da düşünmek istemediğimiz düşünceler zihnimize üşüşür.

İnsan düşünüşünü geliştirmek

Kontrollü düşünme, özellikle sıra dışı durumlarda otomatik düşünceyi devre dışı bırakır ve yönetimi ele alır. Ancak kontrollü düşünmede de hata yaparız. Örneğın kendi yargılarımızın doğruluğuna gereğinden fazla güvenir. Buna «aşırı güven engeli» denir. Bunu önlemek amacıyla insanlara kendi bakış açılarının tam tersini öne süren görüşler okuması önerilmektedir.

İnsanlara günlük yaşamlarında kullanacakları umuduyla istatistik ve yöntembilim öğretilmesini de doğru akıl yürütme ve düşünme becerilerini olumlu yönde etkilediğı saptanmıştır.