

AYNA NÖRONLAR VE MEDYA



Bir davranışı gerçekleştiren insan ile onu izleyen birinin beyinlerinde aynı aktivasyonun gerçekleşmesi mümkün mü? Ayna nöronlar, bunu mümkün kılarak iki kişide de aynı aktivasyonu gerçekleştiren özel beyin hücreleridir. Ayna nöronlar sayesinde diğer insanlarla empati kurabiliyor, davranışları taklit edebiliyor ve bir takım davranışları öğrenebiliyoruz.

Ayna nöronlar beynimizde “Broca” bölgesinde bulunmaktadır. Bu nöron sistemi sadece biz bir hareketi yaptığımızda değil aynı zamanda o hareketi yapan bir insanı gördüğümüzde, gözlemlediğimizde de aktif hale gelir. Bir başka deyişle ayna nöronlar gördüğümüz davranışların birer kopyasını beyne kaydeder. Deneyimin insanların gördüklerinden elde ettiği çıktı olduğu tanımı göz önüne alındığında ayna nöronlar aracılığıyla gözlemlediğimiz hareketlerin; daha aynı davranışta bulunulmadan insan zihninde deneyim olarak işlendiği çıkarımını yapabiliriz. (Uzby, 2015)



Ayna nöronların önemli bir işlevi de medyada maruz kaldığımız görsellerde ortaya çıkmaktadır. Medyada, birçok hareketi içeren davranış kalıbı sürekli olarak ekrana taşınır. Ekran karşısında bu görüntülere maruz kalan birey, ayna nöron sistemi vasıtasıyla yansıtılan görüntülerin içeriğine paralel olarak bir takım zihinsel deneyimler edinir (Demirtaş, 2022).

Diğer bir deyişle bir insan bir diziyi izlediğinde o dizide gördüğü davranışlar zihinsel ortamda simule ediliyor diyebiliriz. Hatta son çalışmalar gösteriyor ki sadece görsel değil aynı zamanda yazılı ve sözlü ifadeler de beyinde aynı aktivasyonu gösteriyor. Örneğin şiddet görüntülerine maruz kalınması ile bu tarz bir görüntünün sözlü veya yazılı ifadesine maruz kalınması beyinde benzer aktivasyonlar gösteriyor.



Bir gerilim filmi izlediğinizde katilin kaçan insanlara yaklaştığı, macera filmlerinde kahramanın ölümle burun buruna geldiği sahnelerde; dikkatinizin arttığı, kalp atışınızın ve nefes alışverişlerinizin değiştiği gibi deneyimleri birçoğunuz yaşamıştır ya da bir dram filminin en duygusal sahnesinde belki gözleriniz dolmuştur. İzleyiciler bu sahnelerle birlikte o an davranış olarak gerçekleştirmedikleri eylemlerin veya durumların duygularını hissediyorlar, çoğu zaman kendilerini izledikleri yayınlardaki oyuncuların yerine koyuyorlar. Türk dizi tarihindeki bazı karakterler için yas tutuluyor, lokma döktürülüyor, hatta gıyabında cenaze namazı kılınıyor. Bazıları sıradan bazıları da yüzümüzde tebessüm oluşturan bu deneyimlerin arkasında ayna nöronların beyindeki karmaşık fonksiyonları yer almaktadır. Filozof Deleuze'in beyin ve sinema hakkındaki sözlerini hatırlayalım: "Beyin ekrandır. Sinema tam da imgeyi harekete geçirdiği için ya da daha doğrusu görüntüye kendi kendine bir hareket kazandırdığı için, beynin devrelerinin izini sürmeyi ve yeniden izlemeyi asla bırakmaz." (Deleuze, 1998)



Sonuç olarak ayna nöronlarla ilgili yapılan araştırmalar gösteriyor ki maruz kaldığımız görsel – işitsel öğelerin bir simülasyonunu zihin ortamında yaşıyoruz. Dizi, film, haber vb. gibi yayınları izlerken ayna nöronlar marifetiyle zihnimizde tıpkı

ekrana gelen olay ve durumları deneyimlemiş gibi nöron aktivitesi oluyor. Bundan sonra izlemek için bir diziyi ya da filmi seçerken şunu düşünelim: Acaba beynime hangi deneyimi kaydetmek istiyorum?

Kaynakça

Uzbay, İ. T. (2015). Beyni Anlamak Sadece Nörobilim ile Mümkün Mü? Beyin Yüzyılında Nörolojik Bilimlerden Sosyal Bilimlere Yeni Açılımlar, Yeni Yaklaşımlar. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi(1), 119-155. <https://doi.org/10.32739/uskudarsbd.1.1.12>

Deleuze, G. & McMuhan, M. (1998). The brain is the screen: Interview with Gilles Deleuze on “the time-image”. *Discourse*, 20(3), 47-55.

Demirtaş, H. (2022) Filmleri nasıl algılar ve hissederiz: ayna nöronlar, empati ve sinemada özdeşleşme, *İletişim psikolojisi*, 93-111.