Z Kuşağının İrade Zayıflığının Temelinde Yatan 3 Gerçek 

Hepimiz hayatta iyi şeyler yapmak isteriz. Ancak çok az insan gerçekten iyi şeyler yapar. Hepimiz hayatın erken dönemlerinde büyük hayaller kurarız. Ancak az sayıda insan gerçekten hayallerine ulaşır. Hepimiz hayatımızda bir şeyleri kısmen veya kökten değiştirmek isteriz. Ancak çok az insan değiştirmek istediği şeyleri gerçekten değiştirir. Neden bazı insanlar hayatı daha dolu ve daha anlamlı şekilde yaşarken, bazı insanlar günübirlik hayatlar sürerek geçirir ömrünü? İnsanları bu konuda birbirinden farklı kılan şey nedir? Neden kimi insanlar hedeflerine ulaşmak için çabalayıp anlamlı başarılar elde ederken, kimisi ya hiç harekete geçmemekte ya da başladığı işin sonunu getirememektedir?

Değişimin önündeki en büyük engel nedir? Çevre mi, zekâ düzeyleri mi, büyüdükleri aile mi, içinde yetiştikleri sistem mi, genetik faktörleri mi, küresel ısınma mı, kader mi, televizyon mu, fakirlik mi, eğitim düzeyleri mi, yoksa özgür iradeleri mi? Aynı çevrede yetişen, aynı aile ortamında büyüyen, benzer zekâ düzeylerinde olan veya aynı koşullarda bir hayat sürdüren ancak birbirinden oldukça zıt özellikler sergileyen çok insan var. Bu insanları farklılaştıran şey nedir? Amerika Birleşik Devletleri’nde her yıl ülke genelinde yapılan “Amerika’da Stres” araştırmasında ilginç bir sonuca ulaşıldı. İnsanlara “sağlıklı bir hayat sürdürme, başarıya ulaşma ve bunun için yaşamınızdaki gerekli değişikleri yapmanızın önündeki en büyük engeller nelerdir” sorusu sorulduğunda, katılımcıların %31’i irade gücü eksikliği, %22’si zaman eksikliği, %16’sı değişimin bedelleri, %12’si ise stres cevabını verdiler. Buna göre insanlar değişimin gerekliliğine ve önemine inanıyor ancak irade zayıflığını bunun önündeki en büyük engel olarak görüyor. Aynı araştırma ülkemizde yapılsa, büyük ihtimalle insanlardan “ne yapmam gerektiğini biliyorum ama harekete geçemiyorum, hep iyi başlıyorum ama sonunu getiremiyorum, kendimi kontrol etmekte zorluk yaşıyorum, tembellik yapıyorum, her şeyin farkındayım ama nereden başlayacağımı bilemiyorum, sanırım güçlü bir iradeye sahip değilim” şeklinde cevaplar alırız.

İnsanlar genel olarak yeterince güçlü bir iradeye sahip olmadıklarından ve kendilerine hâkim olamamaktan yakınır. Peki, gerçekten bugünün insanı geçmişe göre daha mı zayıf bir irade gücüne sahip? “Bugünün gençleri” veya “Z kuşağı” şeklinde başlayan yorum ve değerlendirmelerin doğruluk payı nedir? İnsanlar gittikçe iradesiz hale mi geliyorlar? Görünen o ki bu mesele sadece bizim zamanımızın meselesi değil. Bundan neredeyse 2500 yıl önce yaşamış olan Aristoteles’e atfedilen bir ifadede “Bugünlerde gençler kontrolden çıkmış durumda. Kaba bir şekilde yemek yiyorlar. Yetişkinlere karşı saygısızlar. Ebeveynlerine karşı çıkıyorlar ve öğretmenleri sinirlendiriyorlar” ifadeleri geçiyor. “Bugünün gençlerine” yönelik bu şikâyetlere farklı dönemlerde, farklı toplumlarda rastlamak mümkün. Çok uzağa gitmeden bugüne baktığımızda birçok yetişkin ve yaşlıdan, gençlerin zaafları üzerine uzun uzun demeçler dinleyebiliriz.

Yakın bir zamanda yapılan bir araştırma da bu soruya cevap arıyor: Bugünün çocukları 50 yıl önceki çocuklara göre kendini kontrol etme ve haz erteleme konusunda daha mı kötü durumda? Bunun için araştırma sürecinde zihinsel gelişim üzerine çalışan 260 uzmanın görüşüne başvurulmuş ve onlara bu soru sorulmuş. Teknolojinin hayatımızın her alanına girmesi, ekran karşısında geçen sürenin uzaması, obezitenin artması, dikkat problemleri, sosyal-bilişsel gelişimle ilgili sorunlar genel olarak haz ertelemenin zayıfladığını düşündürüyor. Bu veya başka sebeplerden, 260 uzmanın %84’ü çocuklarda haz erteleme becerisinin 50 yıl öncesine göre düştüğünü ifade etmiş, az bir kısmı ise değişmemiş veya yükselmiş olabileceğini belirtmiş. Yapılan çalışmada, irade eğitimi ve haz erteleme konusunda en sık kullanılan Marshmallow testlerine ilişkin sonuçlar ve daha önce yapılmış başka araştırmaların bulguları kullanılmıştır. Bütün bu çalışmalara ilişkin meta-analiz sonuçları, bugünün çocuklarının haz erteleme konusunda geçmişteki çocuklara göre anlamlı olarak daha iyi olduğunu ortaya koymuştur. Araştırmacılar bu sonucun yeni kuşaklarda zekânın artması, okul öncesi eğitim olanaklarının çoğalması, sağlık koşullarının düzelmesi, daha iyi eğitim olanakları, yaşam standartlarının giderek yükselmesi, test mantığına alışma, genetik değişim gibi çeşitli faktörlerle ilişkili olabileceğini tartışmaktadır. Sosyal bilimlerde araştırma sonuçları mutlak ve genel geçer değildir elbette.

Başka yer ve zamanda, farklı gruplarla yapılan araştırmalardan daha farklı sonuçlar elde edilebilir. Ancak onlarca çalışmanın meta-analizini içeren bu çalışma, bize haz erteleme ve kendini kontrol etme konusundaki inançlarımızın düşündüğümüz gibi olmayabileceğini göstermektedir. Buradan hareketle “bugünün insanı kendini daha fazla kontrol ediyor, hazlarını daha çok erteliyor ve daha iradeli davranıyor” diyebilir miyiz? Bunu söyleyebilmek için de elimizde yeterince kanıt yok şimdilik. Ama bilimsel araştırma sonuçlarını bir kenara bırakıp, kendimizi ve insanları toplumsal hayatın içinde gözlemlemeye çıktığımızda, bugün irademizi iyi şekilde kontrol edebildiğimiz ve haz ertelemeyi zorlanmadan başardığımız söylenemez. Gerçekten irade gücümüz zayıflamamış olsa bile, bugün insanların çoğu irade zayıflığından ve kendini istediği şekilde kontrol edememekten yakınmaya devam ediyor. Bu yüzden irade konusu her boyutuyla ele alınmayı hak eden önemli sorun alanlarımızdan birini oluşturuyor.

İrade gücü bizi hedeflerimize ulaştıracak bir güçtür ancak kendimizi bu konuda yetersiz hissettiğimiz için hayatımızda ihtiyaç duyduğumuz anlamlı değişimleri gerçekleştiremiyoruz. Bugünün çocuklarını ve gençlerini birçok açıdan eleştirebiliriz ancak sadece eleştirmenin bize de onlara da anlamlı bir faydası görünmüyor. Onları çeşitli genelleyici ifadelerle yaftalayıp eleştirmek en kolay yoldur ve aslında çoğumuz bunu yapmayı tercih ediyoruz. Oysa araştırma sonuçlarının da ortaya koyduğu üzere, karşımızda daha eğitimli, daha zeki ve birçok açıdan önceki kuşaklara göre daha fazla imkâna sahip yeni bir nesil var. Bu neslin en büyük sorunlarından birisi ise anlam, amaç ve motivasyon eksikliği. Belki de bizim irade zayıflığı olarak düşündüğümüz şeyin temelinde bunlar yatıyor. Bütün bu sebeplerden dolayı da irade gücü konusu son yıllarda yeniden önem kazanan kavramlardan biri haline geldi.

Dr. Ferhat Kardaş (Bu yazı, yazarın “İrade Eğitimi” adlı kitabından alınmıştır.)