



DUYGULARIN AYNASI

YÜZ İFADELERİ

Hepimiz, her gün belki de yüzlerce kez karşımıza çıkan yüzleri “okuruz”. Birisi bizden hoşlandığını söylediğinde, bu sözlerinde içten olup olmadığını anlamak için onun gözlerinin içine bakarız. Yeni biriyle tanıştığımızda, üzerinde bıraktığımız izlenimi anlayabilmek için yüzünü inceleriz. Birinin gözleri parlayarak gülümsediğini görürsek, eğlendiğini düşünürüz. Elbette, bir gülümseme başka biçimlerde de yorumlanabilir. Başı önüne düşmüş, dudaklarının köşeleri gerilmiş, abartıyla gülümseyen birini gördüğümüzde, ona kötü bir şaka yaptığını ve onun da buna alayla karşılık verdiğini düşünebiliriz. Birine kısa bir süre gülümse-dikten sonra bakışlarını kaçırarak yere çeviren birini gördüğümüzdeyse, belki de onun karşındakine kur yaptığını. Bu kararlara varmak için, o insanların söylediklerini duymaya gereksinimimiz yoktur. Yüz ifadeleri öyle güçlü bir iletişim aracı ki, insanların yüz ifadelerinden ne düşünüp ne hissettiklerini anlamanın bazı kuralları olmalı! Gerçekten de insan yüzü, duyguların dışı vurulmasında kullanılan evrensel bir “işaret sistemi”ne sahip. Araştırmalar gösteriyor ki, gezegenin hangi köşesinde yaşarlarsa yaşasınlar, tüm insanlar, bir başka insanın yüz ifadesinden, korku, şaşkınlık, öfke, tiksinti, üzüntü, ıstırap ya da keyif gibi temel duyguları tanıyabiliyorlar: ABD’deki California Üniversitesi’nden Paul Ekman’sa, çok özel biri; tıpkı korku dolu bir yüz ifadesinin öfkeli bir yüzden kolayca ayırt edilebildiği gibi, Ekman da 15 farklı keyif ifadesini birbirinden kolayca ayırt edebiliyor. O, dünyanın en ünlü “yüz okuyucusu”.



1872 yılında Charles Darwin, “İnsanda ve Hayvanlarda Duyguların İfadesi” adlı kitabında, tüm memeli canlıların duygularının yüzlerinden okunabileceğini yazmıştı. Paul Ekman, 1960’lı yıllarda yüz ifadeleri üzerinde çalışmaya başladığında, kimsenin yüz ifadelerini okumanın “kurallarını” bilmediğini farketmiş. Ekman, farklı yüz ifadeleri takınmış kadın ve erkek fotoğraflarını yanına alıp, Japonya, Brezilya ve Arjantin gibi farklı kültürlere sahip ülkelerde araştırmalar yapmaya başlamış. Gittiği her yerde, insanların bu yüz ifadelerinin ne anlama geldiğini tanımlayabildiklerini, dahası bu tanımların birbiriyle tutarlı olduğunu görmüş. Peki ya bu durum, endüstrileşmiş ülkelerde yaşayan ve aynı filmleri, benzer televizyon programlarını seyreden insanların, benzer kültürel kuralları öğrenmesinden kaynaklanıyorsa? Bunu anlamak için, Ekman bu kez, endüstrileşmiş ülkelerin kültürüyle bağı olmayan insanların yaşadığı, Papua Yeni Gine ormanlarındaki uzak köylerin yolunu tutmuş. Bu insanların da fotoğraflardaki yüz ifadelerini yorumlamakta zorlanmadıklarını gözlemiş.

Ekman, yüz, fizyolojik bir sistemin parçası olduğuna göre, bu sistemin kurallarının öğrenilebileceğini düşünmüş. Yüzün her bir kıvrımını ve çizgisini öğrenmeye koyulmuş. İnsanların yüz ifadelerinden oluşan bir video arşivi oluşturmaya başlamış, Bugün bu arşiv, laboratuvarındaki üç odayı dolduracak kadar geniş. 1970’li yıllarda Ekman ve California Üniversite-

si’nden Wallace Friesen, insanlara ait her bir yüz ifadesini tanımlayıp yorumlamaya yarayan bilimsel bir yöntem geliştirmişler. “Yüz Hareketi Kodlama Sistemi”, kısaca “FACS” (Facial Action Coding System) olarak adlandırılan bu sistem, “yüz bilimi”nin en önemli aracı durumunda. CD-ROM olarak da yayımlanan FACS atlasında, yüz kaslarının yapabileceği 43 hareket ya da “hareket birimi”yle, bu hareketler birleştirilerek yapılan 10.000’den fazla yüz ifadesi yer alıyor. Tüm dünyada, aralarında nörologlar, psikiyatristler ve psikologların da bulunduğu 500’den fazla kişi, Ekman’ın bu kodlama sistemini kullanmak üzere eğitim almış. Ekman Dalai Lama’dan, haberalma teşkilatı uzmanlarına kadar pek çok farklı meslekten kişiyle birlikte çalışmalar yürütüyor. Yüz ifadeleri konusundaki birikimi, ona film endüstrisinde de önemli bir rol kazandırmış. Araştırmacı, Pixar ve Industrial Light & Magic’den animatörlere, çizgi film kahramanlarının yüz ifadeleri konusunda danışmanlık yapıyor.

Yüz ifadelerimiz, duygularımızla doğrudan bağlantılı. Bir uyarıcının insan yüzünde bir ifade yaratması, bir saniyenin dörtte biri kadar kısa bir sürede gerçekleşiyor. Özellikle gülümsemede zamanlama çok önemli: gülümserken kullandığımız kasların % 90’ı, hızlı seğiren liflerden oluşuyor. Örneğin, kaşlarımızı çevreleyen kasların % 50’si böyle. Ekman, farklı yüz ifadelerinin ve bu ifadeleri yorumlama becerisinin, evrim sürecinin bizlere ka-

zandırdığı evrensel bir özellik olduğunu düşünüyor: Eğer neresine bakmanız gerektiğini biliyorsanız, yüzlerden öğrenilecek çok şey var.

Ekman’a göre insanlarda bunun ortaya çıkış nedeni, yüz ifadelerinin “dürüstlük işaretleri” olarak işlev görmesiydi. Topluluklar halinde yaşayan atalarımız, bu işaretleri okumada ustalaşmışlardı. İçlerinden birinin ötekileri aldatmak ya da yalan söylemek amacıyla uydurma bir yüz ifadesi takındığı ortaya çıktığında, o kişi, kendini tehlikelerle dolu bir dünyada yapayalnız bulabilirdi. Tüm öteki davranışlar gibi, yüz ifadelerinin de kendi evrimsel geçmişi var. Sözelimi gülümseme, belki de en eski doğal yüz ifadelerimizden biri. Araştırmacılar, insanlardaki gülümsemenin kökeninin, primatlarda görülen ve günümüzden 30 milyon yıl önce ortaya çıktığı sanılan “korku sırtışı”na dayandığını düşünüyorlar. Ekman ve Friesen’in hazırladığı sistemde, karşısındaki kişiye kur yapmaktan, kibarca tahammül etmeye kadar farklı mesajlar veren 50 farklı gülümseme tipi bulunuyor. Peki ama, yüzlerimiz bu kadar çok çeşitlilik gösteren ve ince ayarlanmış mesajlar göndermek üzere evrimleşmişse, yüzleri okumada bundan daha iyi olmamız gerekmiyor mu?

Araştırmacılara göre, bunda insan evriminin son aşamalarında gerçekleşen önemli bir değişimin etkili olduğu açık: Dilin ortaya çıkışı. Dilin geçmişinin, günümüzden 50.000 yıl önceye dayandığı sanılıyor. Sözlerin ve seslerin zengin dünyası, insanları karşılıklı olarak yüz ifadelerini derinleme-





sine okumaktan uzaklaştırmış olabilir. Bu görüşü destekler nitelikteki bir araştırmada, felç hastalarının ve konuşmalara odaklanmalarını engelle-

yen bir beyin hasarı geçirenlerin, yüz ifadelerini okumada sağlıklı insanlara göre çok daha başarılı oldukları görülmüş.

“Mikro Yüz İfadeleri”nin Gizli Dünyası

Duygular söz konusu olduğunda biz insanlar birbirimize hem çok benzeriz, hem de hiç benzemeyiz. Benzeriz, çünkü tüm insanlar duygularını temelde aynı yollarla ifade eder. Farklılıklarımızın altında yatan neden de, duyumadıklarımızla yaptıklarımız, bunları dışa vurma biçimlerimiz ve gözlemlerimizin, deneyimlerimiz ve kalıtsal özelliklerimizce biçimlendirilmesi. Peki, insanların kişilik özelliklerini, alışkanlıklarını, o anda akıllarından neler geçirdiklerini bir bakışta yüzünden anlayabilmek herkes için olası mı? Sıradan insanlara sorulduğunda çok büyük bir çoğunluğun, karşısındakinin o an ne hissettiğini ya da ne düşündüğünü yüzüne bakarak anlayabileceğini düşündüğü görülmüş. (Örneğin bu anketlerden birine göre, insanların % 90'ı yüzleri okumada başarılı olduğunu düşünüyor). Gerçekteyse, araştırmalar gösteriyor ki, birçok insan yüzleri okumada, özellikle de yabancıların yüzlerini okuma konusunda hiç de sandığı kadar başarılı değil. ABD’de yapılan araştırmalarda, polis memurlarının, hatta ulusal istihbarat örgütünde çalışan uzmanların bile, insanların yüzlerine bakarak doğruyla yalanı ayırt etmede rasgele tahminlerden daha iyi olmadıkları görülmüş. Tıp uzmanlarının, hastalarının acı çekip çekmediklerini yüzlerinden anlamada sıradan insanlardan daha az beceri sahibi olduğunu gösteren araştırmalar da var.

Ancak, yarı yarıya kaybetmiş olduğumuz yüz okuma becerisini geri kazanmak, sandığımızdan çok daha kolay olabilir. Ekman’ın öğrencileri, video kayıtlarından, ekranda yalnızca birkaç sani-

yeliğine gösterilen insan yüzlerinde, yüz ifadelerinin altında yatan duyguları okumayı öğreniyorlar. Bir sonraki aşamaysa, saniyenin beşte birinden daha kısa bir süreliğine gösterilen ifadeler. Ekman bunları, “mikro yüz ifadeleri” olarak adlandırıyor. Ona göre mikro yüz ifadeleri, istemsiz olarak yapıldığı ve sözcüklere dökülmeden ve belki de asla dökülmeyecek olanları açığa çıkardığı için, karşılıklı bir konuşmada en önemli kanalı oluşturuyor. Ekman, yalan söyleyen insanların gerçek duygularının mikro yüz ifadeleriyle dışarı sızdığını düşünüyor. Ekman ve Friesen, mikro yüz ifadelerini ilk kez, bir hastanede depresyon tedavisi gören ve hafta sonu izinli olarak çıkmak isteyen bir hastanın video görüntülerini izlerken keşfetmişler. Kayıtlarda, hastanın oldukça neşeli olduğu görülmüştü. Ancak, görüntüler yavaş çekimde izlendiğinde, araştırmacılar, hastanın gülümseyen yüz ifadesinde, son derece keskin bir ümitsizlik olduğunu bulmuşlar: ağzının kenarlarının aşağı doğru çekildiğini, kaşlarının yukarı doğru kavis yaptığını yakalamışlar. Şans eseri, doktorlar hastanın o hafta sonu dışarı çıkmasına izin vermemişler. Daha sonradan, hastanın o hafta sonu eve giderek intihar etmeyi planladığı ortaya çıkmış.

Mikro yüz ifadelerini yakalamayı öğrenmek, gerçekten de güçlü bir araca sahip olmak demek. FACS, Özellikle güvenlik sistemlerinde kullanım açısından umut vaat ediyor. Sistem, yüz ifadelerini bileşenlerine ayırdığı için, bu yolla bilgisayarlar yüz ifadelerini okumanın öğretilebileceği düşünülüyor. Ancak, Ekman’a göre insan yüzünün karmaşıklıklarına verilecek en iyi yanıt, bilgisayarlar değil, insan zihninde aranmalı. Özellikle bazı insanlar, yüzleri okuma konusunda çok yetenekli olabiliyor. Uzun yıllar süren çalışmaları sırasında Ekman, böyle 30 kadar insanla tanışmış ve onlarla çeşitli çalışmalar yürütüyor. Bu grupta yaptığı çalışmalarda, Atina sokaklarında feneriyle dolaşarak dürüst bir insan yüzü arayan Diogenes’e ithafen “Diogenes Projesi” adını vermiş.

Ekman’a göre, bugün yüz ifadelerimizin evrimleşmiş olduğu dünyadan çok daha farklı bir dünyada yaşadığımız için, yüzleri okuma konusunda başarısız olmayı sonradan da “öğrenmiş” olabiliriz. Artık, tanıdık yüzlerden oluşan küçük bir topluluğun üyesi olmak yerine, her gün yüzlerce yeni yüzle karşılaşılıyor; kalabalıkla başa çıkabilmek, ya da başkalarının özel yaşamlarına müdahale etmemek için, yabancıların yüzlerine bakmamayı öğrendik. Tanıdık yüzleri okuma konusundaysa, her zaman olmasa da, genellikle daha başarılıyız. Öte yandan çağdaş yaşamın insanları, yüz ifadeleriyle çevreye gönderdikleri işaretlerde her zaman dürüst olmamaya teşvik ettiği de açık. İfade-siz bir tavır takınmak, özel yaşamımızı ve iç dünyamızı korumanın yollarından biri.

Ekman tüm dünyaya, evrim sürecinde yarı yarıya kaybetmiş olduğumuz yüz okuma becerisini geri kazanmanın ve insanların duygu dünyasını anlama becerimizi geliştirmenin olası olduğunu gösterdi. Ekman’a göre, yüz ifadeleriyle duygular arasındaki bağlantının farkına varmak, duygu dünyamızı zenginleştirebilir; başkalarında gördüğümüz ve hissettiğimiz duygulara verdiğimiz tepkilerde daha fazla kontrol sahibi olmamızı sağlayabilir. Ne de olsa, yüzler, insanların kalplerine açılan birer pencere.

Aslı Zülal

Kaynaklar
Coniff, R. “Reading Faces” Smithsonian, Ocak 2004
Gladwell, M. “The naked face” http://www.gladwell.com/2002/2002/_08_05_a_dface.htm (orj.: The New Yorker, 5 Ağustos 2003)
<http://www.paulekman.com>

