

PANKSEPP İÇİN DUYGULAR †*

*Uzm. Klinik Psikolog Gökçe Özkarar Gradwohl ***

*Çeviren: Emir H. Özel ****

Afektif Nörobilimin babası olan Panksepp, tüm bilimsel çalışmalarını subkortikal afektif sistemlerin rolünün kortikal bilişsel sistemlerin rolünden önce geldiğini göstermeye adanmış (Panksepp, 1998). Zeitgeist'in (zamanın ruhu), frontal lobun yürütücü rolünü zihinsel yaşamdaki en önemli faktör olarak gören davranışçılarının ve bilişsel sinirbilimcilerin yanında olduğu bir dönemde, afektif teorinin temelini attı. Yaşamı boyunca devam eden çalışmaları, bilim dünyasının “afektif bilinç” için farkındalık geliştirmesine yardımcı oldu (Panksepp, 2005). Afektif öngörüsü, 21. yüzyılda “afektif bilincin” zihinsel yaşamdaki en önemli role sahip olduğuna dair artan farkındalıkla doğrulandı (Watt, 2017; Davis ve Montag, 2018).

Onun afektif nörobilim teorisinin bu keskin öngörüsü, gücünü evrimsel perspektiften almış ve beynimizin oldukça eski subkortikal katmanlarının tüm memeliler tarafından paylaşılan ve hayatta kalmak için bir araç olarak işlev gören ilkel içgüdüleri ve duyguları koruduğunu iddia etmiştir (Panksepp, 1998). Beynimizin son zamanlarda gelişen bölgeleri (frontal lob) bir bakıma, bu çok eski katmanlar üzerine inşa edilmişti. Panksepp'in afektif nörobilim teorisi, sürünge beynin (ilkel beyin) paleomamal beynin (limbik sistem) altında yer aldığı ve paleomamal beynin de neo-memeli beyninin (neokorteks) altında yer aldığı evrim temelli “Üçlü Beyin Modeli” (MacLean, 1990; Panksepp, 2002) ile büyük ölçüde uyumluydu. Bu nedenle afektif nörobilim, üst katmanların alt katmanlar üzerindeki yürütme gücünü aşırı vurgulayan bilişsel sinirbilimin yukarıdan aşağıya yaklaşımının aksine aşağıdan yukarıya yaklaşımını dile getirdi.

Panksepp, bir bakıma sadece “duygularla” bağlantılı oldukları için değeri düşürülen ve baltalanan bastırılmış arkaik katmanların bilimsel savunucusu oldu. Ortodoks davranışçılara karşı “duyguları” savunma cesareti Estonya'daki İkinci Dünya Savaşı sırasındaki erken çocukluk travmalarından gelmiş olabilir (Sorensen, 2013). Bu üzücü deneyimler ona, insanlar duygularını aşırı bastırıldığında ve insanlar arasındaki duygusal bağları yok edildiğinde ortaya çıkan tehlikelerin farkında olmayı acı bir şekilde öğretmişti. Hayatının ilerleyen dönemlerinde kızının trajik kaybı ona çok büyük bir acı verdi ve karısıyla arkadaşlarının ilgisi sayesinde depresyonunu yendi. Bu sonsuz kederi, sosyal kayıptan sonra gelen ayrılık acısının (panik ve yas) nöral mekanizmalarını da içeren sayısız bilimsel çalışmayla süblime etti (Panksepp, 2010; Panksepp ve Watt, 2011). Kendi duyguları konusundaki farkındalığı afektif nörobilimin doğuşu, büyümesi ve olgunlaşması sırasında ona bilgece ilham verdi. Çalışmasının son on yılında, kendisi ve yakın meslektaşı Kenneth Davis bu bir ömürlük bulguları kişilik araştırmalarında afektif nörobilimsel bir yaklaşım oluşturmak için kullandı (Davis ve diğ., 2003; Davis ve Panksepp, 2011; 2018).

Kaynakça

- Davis, K. L., Panksepp, J., and Normansell, L. (2003). The affective neuroscience personality scales: normative data and implications. *Neuropsychanalysis* 5, 57–69. doi: 10.1080/15294145.2003.10773410
- Davis, K. L., and Panksepp, J. (2011). The brain's emotional foundations of human personality and the affective neuroscience personality scales. *Neurosci. Biobehav. Rev.* 35, 1946–1958. doi: 10.1016/j.neubiorev.2011.04.004

†Özkarar-Gradwohl FG (2019) Cross-Cultural Affective Neuroscience. *Front. Psychol.* 10:794. doi: 10.3389/fpsyg.2019.00794

*Sevgili Gökçe Özkarar Gradwohl'a makalesindeki Panksepp ile ilgili bölümü çevirmemize ve yayınlamamıza izin verdiği için teşekkür ederiz.

**Çınar Danışmanlık Merkezi, Türkiye Nöropsikanaliz Çalışma Grubu. <http://www.npsa-istanbul.com/>

***Adnan Menderes Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, Lisans Öğrencisi.

- Davis, K. L., and Panksepp, J. (2018). *The emotional foundations of personality: A neurobiological and evolutionary approach*. (New York, NY: WW Norton & Company).
- Davis, K. L., and Montag, C. (2018). A tribute to Jaak Panksepp (1943–2017). *Person. Neurosci.* 1:E9. doi: 10.1017/pen.2018.5
- MacLean, P. (1990). *The triune brain in evolution: Role in paleocerebral functions*. (USA: Springer).
- Panksepp, J. (1998). *Affective neuroscience: The foundations of human and animal emotions*. (Oxford: Oxford University Press).
- Panksepp, J. (2002). “Foreword: the MacLean legacy and some modern trends in emotion research” in *The evolutionary neuroethology of Paul MacLean: Convergences and frontiers*. eds. G. A. Cory, and R. Gardner (Westport, CT: Praeger), ix–xxvii.
- Panksepp, J. (2005). Affective consciousness: core emotional feelings in animals and humans. *Conscious. Cogn.* 14, 30–80. doi: 10.1016/j.concog.2004.10.004
- Panksepp, J. (2010). Affective neuroscience of the emotional BrainMind: evolutionary perspectives and implications for understanding depression. *Dialogues Clin. Neurosci.* 12, 533–545.
- Panksepp, J., and Watt, D. (2011). Why does depression hurt? Ancestral primary-process separation-distress (PANIC/GRIEF) and diminished brain reward (SEEKING) processes in the genesis of depressive affect. *Psychiatry* 74, 5–13. doi: 10.1521/psyc.2011.74.1.5
- Sorensen, E. (2013). *The animal mind reader*. (Washingtonstate Magazine. Summer issue).
- Watt, D. F. (2017). Reflections on the neuroscientific legacy of Jaak Panksepp (1943–2017). *Neuropsychoanalysis*. doi: 10.1080/15294145.2017.1376549