

Yaratıcılık ve İki Uçlu Bozukluk



Psik. Zeynep MAÇKALI¹, Dr. Sinan GÜLÖKSÜZ², Dr. Timuçin ORAL³

ÖZET

Yaratıcılık ve psikopatoloji arasındaki ilişki antik dönemlerden bu yana ilgi çekici bir konudur. Yaratıcı kişilerin özelliklerinin betimlendiği incelemelerin ardından yirminci yüzyılın son çeyreğine denk gelen dönemden itibaren araştırmacılar duygudurum bozuklukları ve yaratıcılık arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar yapmaya başlamışlardır. Başlangıçta çalışmalar sanatçıların biyografik metinlerine dayandırılmış ve elde edilen bulgular yaratıcılık ve psikopatoloji arasında ilişki olabileceğini işaret etmiştir. Geriye dönük incelemelerin kısıtlılıkları araştırmacıları bu alanda sistematik çalışmalar geliştirmeye yöneltmiştir. Sanatsal yaratıcılığa odaklanan sistematik çalışmalarda gerek duygudurum bozukluklarının yaygınlığı, gerekse yaratıcılık süreci incelenmiştir. Bir grup çalışmacı ise bu ilişkiyi afektif mizaçlar bağlamında ele almışlardır. Doksanlı yılların sonuna doğru yaratıcılığın kapsamı genişletilmiş ve gündelik yaratıcılık kavramı ortaya atılmıştır. Bu tanımlamanın ortaya çıkması, araştırmacıları sıradan (sanatçı olmayan) bireylerde yaratıcı sürecin bileşenlerini incelemeye yönlendirmiştir. Bu derlemede ise öncelikle yaratıcılık ve yaratıcı sürecin tanımlamalarından bahsedilmiş, ayrıca iki uçlu bozukluk açısından yaratıcı süreç irdelenmiştir. Daha sonra yaratıcılık ve iki uçlu bozukluk arasındaki ilişki mevcut çalışmalar (biyografik, sistematik, psikobiografik ve afektif mizaçlar) ışığında değerlendirilmiştir. Ayrıca yaratıcılık ve psikopatoloji arasındaki bağlantıyı açıklamak üzere geliştirilen yeni bir model olarak "Paylaşılmış Yatkınlık Modeli" de tanımlanmıştır. Son olarak, araştırmaların yöntemsel kısıtlılıkları, bu kısıtlılıkları gidermeye yönelik önerilere yer verilmiştir.

Anahtar Sözcükler: Yaratıcılık, sanat, iki uçlu bozukluk, afektif mizaç, yaratıcı süreç

SUMMARY Creativity and Bipolar Disorder

The relationship between creativity and bipolar disorder has been an intriguing topic since ancient times. Early studies focused on describing characteristics of creative people. From the last quarter of the twentieth century, researchers began to focus on the relationship between mood disorders and creativity. Initially, the studies were based on biographical texts and the obtained results indicated a relationship between these two concepts. The limitations of the retrospective studies led the researchers to develop systematic investigations into this area. The systematic studies that have focused on artistic creativity have examined both the prevalence of mood disorders and the creative process. In addition, a group of researchers addressed the relationship in terms of affective temperaments. Through the end of the 90's, the scope of creativity was widened and the notion of everyday creativity was proposed. The emergence of this notion led researchers to investigate the associations of the creative process in ordinary (non-artist) individuals. In this review, the descriptions of creativity and creative process are mentioned. Also, the creative process is addressed with regards to bipolar disorder. Then, the relationship between creativity and bipolar disorder are evaluated in terms of aforementioned studies (biographical, systematic, psychobiographical, affective temperaments). In addition, a new model, the "Shared Vulnerability Model" which was developed to explain the relationship between creativity and psychopathology is introduced. Finally, the methodological limitations and the suggestions for resolving these limitations are included.

Key Words: Creativity, art, bipolar disorder, affective temperament, creative process.

Geliş Tarihi: 30.11.2012 - **Kabul Tarihi:** 02.05.2013

¹Psik., Psikoloji Bl., Hacettepe Üniv. Ankara. ²Uzm., Psikiyatri Bl., Yale Üniv. Tıp Fak., Psikiyatri Bl., New Haven, ABD; Maastricht Üniv. Medikal Merkezi, Hollanda. ³Prof., Psikoloji Bl., İstanbul Ticaret Üniv. İstanbul.

Psik. Zeynep Maçkalı, e-posta: zeynepmackali@hacettepe.edu.tr

“Delilik, özgür bir kafanın yığıtçe çıkışları, yüce ve görülmedik bir erdemin ortaya attıklarıyla çok yakın kapı komşusudur”.
(M. de Montaigne)

GİRİŞ

Yaratıcılıkla psikopatoloji arasındaki ilişki antik dönemden beri tartışılmaktadır. Aristoteles, felsefe, politika ve sanat alanlarında yaratıcı olan kişilerin melankoliye yakalanmış olduklarını söylemiştir. Melankolinin Aristoteles tarafından yaratıcılık yönünde olumlanmasının iki etkisi olduğu söylenebilir: İlki, sanatçıların yaşadıkları duygudurum dalgalanmalarını anlamlandırmalarına olanak sağlamıştır. Diğeri ise, araştırmacıların bu alandaki ilgilerini sürdürmelerine dayanak sağlamıştır (Jamison 1993, Teber 2004, Lloyd-Evans ve ark. 2006). Andreasen (1987), Ludwig (1992), Richards ve arkadaşları (1988) ve özellikle Jamison (1989,1993) gibi araştırmacıların yaratıcılık ve psikopatoloji özellikle duygudurum bozuklukları- arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalar bu alana olan ilgiyi arttırmıştır. (Oto)biyografik metinlerle çalışılması veya geriye dönük incelemeler yapılması gibi yöntemsel kısıtlılıklarla birlikte yapılan araştırmalar, iki uçlu (İU) bozukluk ve yaratıcılık arasında yakın bir ilişki olabileceğini işaret ederken, Rothenberg (2006) bu yaygın inanın tersini savunmuş, üretkenlik ve öfori ortak paydayı oluştursalar da, İU bozuklukta düşüncelerin mantıktan uzak, davranışların tepkisel ve dağınık olduğunu söylemiştir. Ayrıca Rothenberg (2006), yaratıcılıkta üretkenliğin bir amaca hizmet ettiğini, öforinin ise yaratılan üründen kaynaklanan başarı duygusuyla ilintili olduğunu savunmaktadır. Yaratıcılık ve İU bozukluk arasındaki olası ilişki günümüzde hâlen tartışılmalı önemli bir konudur. Bu derlemede, “yaratıcılık, manik depresif bozukluk/iki uçlu bozukluk, yaratıcı süreç, manik depresif/iki uçlu bozukluk; creativity, manic depressive illness/bipolar disorder; creative process, manic depressive illness/bipolar disorder” anahtar kelimeleri kullanılarak, bu iki kavramı ve aralarındaki ilişkiyi inceleyen konu ile ilgili/ilişkili kitaplar ile PubMed, ProQuest, Science Direct ve PsycINFO veri tabanları taranmıştır. Alan yazın taraması sırasında öncelikle son 20 yıllık çalışmalar incelenmiş, daha sonra araştırmaların işaret ettiği doğrultuda geriye dönük taramalar yapılmıştır. Derlemede ulaşılan kaynaklar doğrultusunda yaratıcılık ve İU bozukluk arasındaki ilişki tartışılacaktır. Öncelikle yaratıcılık ve yaratıcı süreç kavramlarının açıklamalarına değinilecek, ardından yaratıcı süreç İU bozukluk bağlamında ele alınacaktır. Daha sonra yaratıcılık ve İU bozukluk arasındaki ilişkiyi açıklayan psikolojik görüşlere yer verilecek ve bu ilişkiyi inceleyen araştırmalar -biyografik, sistematik, mizaç-kişilik, psikobiografik olarak- tartışılacaktır. Ayrıca yaratıcılık ve psikopatoloji arasındaki ilişkiyi temel alan yeni bir yaklaşım olan “Paylaşılmış Yatkınlık Modeli” ele alınacaktır.

Yaratıcılık

Yaratıcılık bir grup yazar tarafından (Feist 1998, Murray ve Johnson 2010) yeni ve faydalı (veya uyumlu) davranışlar ya da düşünceler olarak tanımlanırken, Mednick (1962) yaratıcılığı, birbirleriyle uzaktan ilgili olguları, uyaranları yeni ve faydalı şekilde sentezleyebilme becerisi olarak tanımlamıştır. Tusa (2003) ise yaratıcılığın kapsamını genişletmiş, yaratıcı süreci var olmayan, hayali bir şeyin keşfedilmesinin ardından ürün olarak ifade edilmesi şeklinde tanımlamıştır. Rollo May’e (1975) göre yaratıcılık “yapma, varlığı ortaya çıkarma süreci”dir. Winnicott açısından ise yaratıcılık canlılığın, yaşam enerjisinin, kişinin varoluşundaki parçaların bütünleşmesinin bir ifadesidir (Winnicott 1971, Levine 1992).

Andreasen (2005) yaratıcılığın üç bileşeninden bahsetmiştir: özgünlük, işe yararlık ve yaratma. Özgünlük, yeni ilişkiler, bakış açıları ve farkındalıklar şeklinde tanımlanmıştır Sanatsal yaratıcılık açısından işe yararlık, bir başkasında yeni, farklı duygular uyandırması, etkile(n)me yoluyla yeni çağrışımlar oluşturmaya anlamına gelmektedir. Son bileşen olan yaratma ise ürün oluşturmakla ilgilidir. Andreasen (2011) ayrıca, yaratıcılığı farklı aşamaları olan bir süreç olarak da tanımlamıştır. Süreç, bilgilerin ve becerilerin bir araya getirildiği hazırlık ile başlar, kuluçka ile devam eder. Bu aşamada kişi problemi çözmek için aktif olarak uğraşmaya da, bilinçdışında çeşitli bağlantılar kurulmaya başlanır. Kuluçka aşaması ilhamı doğurur, yani kişi aniden sorusunun cevabına ulaşır. Süreç, elde edilen içgörülerin ve kavrayışların işe yarar şekilde bütünleştirildiği üretim aşaması ile son bulur.

Rothenberg ise (2001) yaratıcı sürece dair üç kavramdan söz etmektedir: eklemlleme, Janusian süreç ve eşmekansal süreç. Eklemlleme sürecinde ayırma ve birleştirme bir aradadır ve bir sanat eserinin birbirinden farklı parçalarının yeni, farklı bir biçimde bütünleştirilmesi anlamına gelmektedir. Janusian süreç, birden çok zıtlığı aynı anda düşünebilme becerisi olarak; eşmekansal süreç ise aynı mekandaki iki ya da daha fazla farklı öğeyi birlikte düşünerek, yeni bir unsur, öğeyi tasarlama becerisi olarak tanımlanmıştır.

Eysenck (1993) kişilik özellikleri ve yaratıcılık arasındaki ilişkiyi incelediği kuramında, kişilik boyutu olarak psikotik olmanın hem psikozun hem de yaratıcılığın oluşumundaki temel faktör olduğunu belirtmiştir. Yaratıcılık ve psikoz arasındaki ortak özelliğin aşırı bilişsel kapsayıcılık olduğunu savunmuştur. Bu kavramla kastedilen, birbirinden çok farklı bilişsel unsurları alışılmadık, fakat işe yarar şekillerde bir araya getirme becerisidir. Bu bağlamda, Fodor (1999) bir dizi sözcüğün ortak olarak çağrıştırdıkları olağandışı çağrışımları ölçen bir test kullanarak yaratıcılığı incelediği araştırmasında, eşik altı duygudurum belirtileri olan kişilerin daha hızlı ve daha fazla sayıda mantıklı, fakat uzak çağrışımlar yapabildiklerini saptamıştır. Aşırı bilişsel kapsayıcılık ile ters bağlantı gösteren gizli ketlenme, yaratıcılık ile de benzer bir ilişki gösterir. Gizli

ketlenme azaldıkça, yani bir konuda ilgisiz görülen detaylar da göz önüne alındıkça yaratıcılık artmaktadır (Burch ve ark. 2006, Glazer 2009). Eysenck'in kuramındaki bir diğer kişilik özelliği olan deneyime açıklık ise yaratıcılıkla orta derecede ilişkili bulunmuştur (Feist 1998). Murray ve Johnson (2010), deneyime açıklığın yeni düşüncelere, deneyimlere duyarlılıkla; motivasyonun ise yaratıcı başarılarla ilişkili olabileceğini aktarmıştır. Nowakowska ve arkadaşları da (2005) İU hastaların sağlıklı kontrollere göre deneyime daha açık olduklarını belirtmişlerdir. Furnham ve arkadaşları (2008) yaratıcılık ölçütlerinden biri olarak ele aldıkları ıraksak düşünme (bir konu üzerine pek çok farklı fikir yara-tabilme becerisi), dışadönüklük ve açıklık kişilik özellikleri ile hipomani arasında önemli derecede anlamlı bir ilişki saptamışlardır.

Psikanalitik kuram ise yaratıcılığı açıklarken birincil ve ikincil düşünce süreçlerinden bahsetmektedir. Freud'a göre (1915) ilkel, dürtülerden temellenen ve gerçeğe yönelik olmayan birincil düşünce sürecinde anlatımlar karmaşıktır, simgeseldir, dağınıktır ve anlam bütünlüğü yoktur (Alper 2002). Birincil süreç, düşüncelerin akıcılığına ve esnekliğine olanak sağlar, ıraksak düşünmeyi kolaylaştırır (Glazer 2009). Birincil düşünce süreci bilişsel ve duygusal öğelerden oluşmaktadır. Duygusal öğeler yaratıcı düşüncenin oluşumunda önemli bir role sahiptirler. Aslında birincil düşünce süreci psikotik bozukluklarda rastlanan bir düşünce yapısını temsil etmekle birlikte, sanatsal yaratıcılık için birincil ve ikincil süreç uyumlu şekilde çalışmaktadır (Cebeci 2004). Yaratıcı düşünce, çağrışımların akıcılığı, ilkel düşüncelerin ve imgelerin varlığı nedeniyle birincil düşünce süreçleriyle ilişkilendirilmektedir (Russ 2000). İkincil düşünce sürecinde ise mantık ve anlam arayışı ön plandadır, düşüncelerin bir başkasına anlamlı bir şekilde iletebilmesi amaçlanır (Alper 2002).

Martindale'e (1989) göre yaratıcılık, serbest çağrışımların ve mantık dışı düşüncenin yer aldığı bir kutup ile soyut, gerçekle ilişkili, mantıksal düşüncenin olduğu diğer kutup arasındaki gidiş-gelişlerde gerçekleşir. İlk kutupta dikkat odaklanmadığından birincil düşünce süreci daha ön plandadır, yaratıcı malzemenin farkına burada varılır. Diğer kutup ise yaratıcı düşüncelerin doğrulanmasında görev alır, dikkat daha odaklıdır, diğer kutba göre kortikal uyarılma daha yüksektir. Glazer (2009) ise Martindale'in teorisinin Jamison'ın bulgularıyla birlikte manik ve depresif süreçleri açıkladığını ifade etmektedir: Yaratıcı kişi manik dönemde uçan düşüncelerinin farkına varır, hafif derecede depresifken bu uçan fikirlere anlamlı bir bütünlük verebilir. İU bozuklukta birincil düşünce süreçlerinin şizofrenidekine göre daha az ilkel olduğu, daha bütünlüşmüş bulunduğu ama duygu öğelerinin daha ön planda olduğu söylenmiştir (Russ 2000). Çeşitli araştırmacıların yaratıcılığın hipomanik dönemlerde artması, olumlu duygudurumların gizil yaratıcılığı desteklemesi gibi bulguları bu düşünceyi destekler niteliktedir (Jamison 1993, Richards 1990, Isen ve ark. 1987).

İki uçlu bozuklukta yaratıcı sürecin özellikleri

Çeşitli çalışmalar yaratıcı sürecin özelliklerinden, çağrışımların akıcılığı ve olumlu duygulanımın (positive affect) İU bozukluk için de geçerli olduğundan bahsetmektedir (Murray ve Johnson 2010). Yaratıcı süreç, çağrışımlardaki akıcılık, ıraksak düşünme ve bilişsel aşırı kapsayıcılık açılarından hipomanik özelliklerle ilişkilendirilmektedir (Fodor 1999, Furnham ve ark. 2008). Andreasen ve Powers (1974) manik dönemdeki hastalar ve şizofreni hastaları ile yazarları bilişsel aşırı kapsayıcılık açısından değerlendirdiklerinde, şizofreni hastalarıyla yazarların benzer bir düşünce biçimine sahip oldukları varsayımlarının tersi bir sonuç elde etmişlerdir. Yazarlar ile manik durumdaki hastaların düşünce biçimlerinin; büyük gruplara ayırmak, sınıflandırma sürecinde değişiklikler yapmak veya aralarında belirsiz bir ilişki olan kavramları da sınıflandırma sürecinde göz önüne almak gibi açılardan benzediklerini görmüşlerdir. Öte yandan, Andreasen ve Powers (1974) yazarların sınıflandırma yaparken hayal ürünü fikirlerini kontrol edebilirlerken, manik durumdaki katılımcıların kavramları tuhaf veya "kendilerine göre" nedenlerle sınıflandırabildiklerini gözlemlemişlerdir.

Solovay ve arkadaşları (1987) manik dönemdeki hastalarla sağlıklı bireyler ve şizofreni hastalarının düşünce süreçlerini karşılaştırdıkları çalışmalarında manik hastaların birleştirici düşünceye (combinatory thinking) daha eğilimli olduklarını bulmuşlardır. Birleştirici düşünce ile kastedilen; düşüncelerin, imgelerin aykırı bir şekilde birleştirilerek, aşırı ve detaylı bir hale gelmesidir. Manik hastaların birleştirici düşünce süreçleri bazen mizahi, bazen küstahlığa varan bir uçarılıkla kendini göstermektedir (Goodwin ve Jamison 2007). Schuldberg (1990, 2001) ise hipomanik özelliklerin yaratıcı performansı arttırdığını bulmuş ve bunların yaratıcı düşünceler, tutumlar ve davranışlarla ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Yaratıcı düşünce sürecini şizofrenideki dağınık çağrışımlardan çok hipomanik düşünce uçuşmalarına benzetmiştir (Goodwin ve Jamison 2007). Olumlu duygu açısından bakıldığında, hipomani ve manide olumlu duyguların anormal şekilde yükseldiği bir tablo görülmektedir (Alloy ve ark. 2006, Urosevic ve ark. 2008). Murray ve Johnson (2010) da dışadönüklüğün temel bir özelliği olan olumlu duygulanım belirtilerinin manik dönemlerin -her ne kadar daha şiddetli yaşansa da- yordayıcısı olduğunu aktarmışlardır. Yazarlar, olumlu duygunun yaratıcılık ve İU bozukluk arasındaki ilişkide önemli bir rol oynadığını iddia etmektedirler. Araştırma bulgularından hareketle, kişinin kendini iyi hissettiği zaman bir olaya, duruma dair hafızasındaki bilgileri pek çok farklı açıdan bağlantılandırabildiği için dikkat odağının genişlediği ve böylece pek çok olası açıklama getirebildiği şeklinde bir önerme oluşturmuşlardır. Fodor (1999) ise hafif şiddette belirtiler tarifleyen kişilerde olumlu duyguları güçlendiren deneyimlerin (ör. çok başarılı olduğu bir anısını yazmak) yaratıcılığı arttırdığını, bu bağlamda sadece hasta olmanın yaratıcılık için yeterli olmadığını

belirtmiştir. Pronin ve Wegner (2006) manik düşünce sürecinin en belirgin özelliklerinden biri olan düşünce hızlanması ve olumlu duygu arasında pozitif bir ilişki olduğu hipotezini araştırdıkları çalışmada, düşünce hızı arttıkça olumlu duyguların da arttığını; ayrıca kişilerin kendilerini daha yaratıcı, daha enerjik ve daha güçlü hissettiklerini bulmuşlardır.

Biyografik çalışmalar

Yaratıcılık ve psikopatoloji ilişkisini inceleyen çalışmaların büyük bir çoğunluğunda sanatçıların yaşam öykülerinden faydalanılmıştır. Bu bölümde sadece yaratıcılık ve İU bozukluk bağlamındaki çalışmalara yer verilecektir. Trethowan (1977) 60 bestecinin yaşamlarını incelediği çalışmasında, 30 bestecinin melankolik mizaçlı olduğunu, bu kişiler arasında ise en yaygın ve belirgin olarak duygudurum bozukluğu görüldüğünü ifade etmiştir. Lester (1993) ise 20. yüzyılda yaşamış ve öyküym sebebiyle ölen 13 ünlü yazar üzerine yaptığı çalışmada, bu grupta en çok duygudurum bozuklukları ve alkol kötüye kullanımının görüldüğünü belirtmiştir.

Jamison (1993) 1705 ile 1805 yılları arasında doğmuş, 36 İngiliz ve İrlandalı şaire ait otobiyografi, biyografi, tıbbi kayıtlar ve aile öyküleriyle ilgili kaynakları taradığı çalışmasında, şairlerde ve ailelerinde duygudurum bozuklukları, intihar ve hastaneye yatışların dikkate değer ölçüde yüksek olduğunu görmüştür. Altısı akıl hastanelerine yatırılmışlardır ve bu oranın araştırmada kapsanan zaman diliminde yaşayan genel nüfustakinden 20 kat fazla olduğu belirtilmiştir. Şairlerin yarısından çoğunda duygudurum bozukluğu olduğunu düşündüren bulgular saptanmış, yaklaşık %25'inin İU bozukluğu olduğu bildirilmiştir. Altı şairde ise siklotimi ve İU-II bozukluğun olabileceği ifade edilmiştir. Dört şairin ise yinelenen depresif dönem yaşadıkları belirtilmiştir. O dönemde Britanya'da İU bozukluğun %1, siklotiminin %1-2, majör depresif bozukluğun %5 oranında görüldüğü göz önüne alınarak, örnekleme oluşturan şairlerde İU bozukluğun 30 kat, siklotimi veya İU-II bozukluğun 10-20 kat fazla görüldüğü sonucuna varılmıştır.

İki uçlu bozukluk ve yaratıcılık üzerine sistematik araştırmalar

İki uçlu bozukluk ve yaratıcılık arasındaki ilişkiyi inceleyen ilk çalışmalardan biri Juda tarafından yapılmıştır. Juda (1949), çalışma için 1927-1943 yılları arasında yaklaşık 5000 kişi ile yüz yüze görüşmeler yapmıştır. Yüz on üç Alman sanatçı (mimar, heykeltıraş, ressam, müzisyen, şair) ve 181 bilim adamından oluşturulan örneklemin %1,3'ünde "manik-depresif psikoz" saptanmıştır. Diğer araştırmalardan farklı olarak, "manik-depresif psikoz"un daha çok bilim adamlarında görüldüğü belirtilmiştir.

Yaratıcılığın ruhsal bozukluklarla ilişkisine dair ilk sistematik çalışma olan Andreasen'in (1987) Iowa Çalışması'nda,

30 yazar (27 erkek, 3 kadın) demografik olarak eşleştirilmiş değişik meslek gruplarından kişiler ile karşılaştırılmış ve yazarlarda yüksek oranda duygudurum bozukluğu, özellikle İU bozukluk (%43) olduğu saptanmıştır. Yazarların %80'inin hayatlarının bir döneminde duygudurum bozukluğu dönemi yaşamış oldukları, kontrol grubunda ise bu oranın %30 olduğu bulunmuştur. Yazarların birinci derece akrabalarında duygudurum bozukluğu ve yaratıcılık yaygınlığı anlamlı derecede yüksek bulunmuştur.

Jamison (1989) 47 İngiliz şair, roman yazarı, oyun yazarı, biyografi yazarı veya plastik sanatçıdan oluşan örneklemin %87'sinde yaratıcılık açısından üretken dönemlere duygudurumda yükselmenin eşlik ettiğini göstermiştir. Jamison (1993) bu yaratıcı dönemlerin bilişsel, duygusal ve davranışsal açıdan hipomani ölçütlerini karşıladığını ifade etmiştir. Ayrıca, hafif şiddetteki hipomaninin yaratıcı süreç için olumlu etkileri olduğunu; depresif dönemlerde ise mantığa dönük, eleştirel, kısıtlayıcı düşünceler egemen olduğundan, hipomanik zihnin güdülediği hayal gücünün dizginlendiği çıkarımında bulunmuştur.

Richards ve arkadaşları (1988) gündelik yaratıcılık kavramını ortaya atmışlardır. Bu kavramı sadece ünlü olmak açısından değil pek çok başka alanda var olan potansiyelin yaratıcı bir şekilde ortaya konması şeklinde tanımlamışlardır (Richards ve Kinney 1997). Psikiyatrik tanı ölçütleri göz önüne alınarak tasarlanan ilk çalışma niteliği de olan bu araştırmada İU-I ve siklotimik hastalar ile bunların birinci dereceden akrabalarının gündelik yaratıcılık puanları kontrol grubundakilere göre anlamlı derecede yüksek çıkmıştır. En yüksek yaratıcılık siklotimikler ve normal akrabalarda görülmüştür. Çalışmalar ışığında hafif şiddette belirtilerin yaratıcılık açısından bir avantaj yaratabileceği sonucuna varmışlardır (Richards 1993, Richards ve Kinney 1997).

Arnold Ludwig (1992) ise 1960-1990 yılları arasında New York Times Book Review'da yaşam öyküleri yayınlanan 1005 sanatçıyı incelediği çalışmasında psikoz, mani ve psikiyatri hastanelerine yatışın en çok şairlerde görüldüğünü; bestecilerin de yüksek oranda psikoz ve depresyon tanısı aldığını belirtmiştir. Sanatçıları iş adamı, bilim adamı gibi diğer meslek gruplarından oluşan kontrol grubuyla karşılaştırdığında, psikoz, duygudurum bozukluğu, alkol kötüye kullanımı ve intihar girişiminin sanatçı grubunda 2-3 kat fazla görüldüğünü saptamıştır. Schildkraut ve arkadaşları da 1994 yılında New York Okulu'ndan 15 soyut dışavurumcu görsel sanatçı ile yaptıkları çalışmalarında, örneklemin yaklaşık yarısında duygudurum bozukluğu olduğunu bulmuşlardır.

Ludwig (1994) 59 kadın yazar ve onların birinci dereceden akrabalarını demografik özellikler açısından eşleştirilmiş 59 kadın ile kıyaslamış ve kadın yazarlarda gerek duygudurum bozuklukları gerekse panik atak, madde kötüye kullanımı, yaygın anksiyete ve yeme bozukluklarının daha yaygın

görüldüğü saptanmıştır. Ayrıca, kadın yazarların annelerinde ruhsal bozuklukların görülme oranı daha yüksek bulunmuştur. Genel olarak, kadın yazarların yaratıcılıklarının çocukluk dönemlerindeki fiziksel veya cinsel kötüye kullanım öyküleri, annelerindeki ruhsal bozukluklar ve ebeveynlerinin yaratıcılık düzeyleriyle ilişkili olduğu çıkarımı yapılmıştır. Kadın yazarlarda yüksek oranda görülen ruhsal rahatsızlıklar yaratıcılık ve psikopatoloji arasındaki ilişkiyi düşündürmesine rağmen, ailesel ve çevresel faktörlerin de önemli unsurlar olduğu sonucuna varılmıştır.

Mumcu (1997) ise sanatsal yaratıcılık ve duygudurum bozukluğu arasındaki ilişkiyi 54 sanatçı (müzisyen- yazar/şair- plastik sanatçı) ile bir bankanın genel müdürlüğünde çalışan ve herhangi bir psikiyatrik hastalığı bulunmayan 33 sağlıklı kişide incelemiştir. Sanatçılarda ve ailelerinde (anne, baba, kardeş ile anne ve baba tarafından ikinci derece akrabalarda) duygudurum bozukluğunun daha sık görüldüğü ve sanatçıların ailelerinde daha fazla yaratıcı kimseler olduğu saptanmıştır. Yaratıcı üretkenliğin en çok manik/hipomanik dönemlerde arttığı, depresyonda ve kısmen ötimide azaldığı gözlenmiştir. Yaratıcı eylemler ile mevsimsellik arasında anlamlı bir ilişki elde edilmiş, ayrıca duygudurum bozukluğu olan sanatçıların yaratıcı eylemlere küçük yaşlarda başladıkları görülmüştür.

Frantom ve Sherman (1999) genetik açıdan İU bozukluk riski taşıyan kişilerde yaratıcılığı incelemişlerdir. Araştırma değişkenlerinden biri olan duygulanım dengesizliği, İU bozukluk tanısını karşılamayan, eşik altı davranışsal belirtiler olarak tanımlanmıştır. Elli dört görsel sanatçı ile yapılan çalışmada, aile üyelerinde duygudurum bozukluğu olan katılımcıların duygulanım dengesizliği gösterme olasılıklarının daha yüksek olduğu ve duygulanım dengesizliği ile yaratıcılık arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Erkek ve kadın görsel sanatçılar arasında ise bir fark saptanmamıştır.

Shapiro ve Weisberg (1999) İU olmak ile yaratıcılık arasındaki ilişkinin ünlü olmayan yaratıcı kişiler için ne kadar genellebilir olduğunu bir üniversite örnekleminde araştırmışlardır. En yüksek yaratıcılık puanlarını hipertimi ölçütlerini karşılayan (eşik altı yükselmiş duygulanım veya hafif şiddette depresyon) katılımcıların aldığı, siklotimi ölçütlerini karşılayan veya siklotimik örüntüleri olan kişilerin yaratıcılık değerlerinin beklenildiği gibi yüksek olmadığı, hatta puanlarının ötimik katılımcıların puanlarından anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur. Hipomanik veya öforik belirtilerin yaratıcılıkla ilişkisinin olduğu, buna karşılık depresif belirtilerin yaratıcılık üzerinde baskılayıcı bir etkisi olduğu görülmüştür. Ayrıca, yaratıcılık puanlarıyla en fazla ilişkili olan hipomanik belirtilerin artmış enerji, düşünsel akıcılık, heyecan arayışı ve tepkisel ile kendini göreve adanmışlığı saptanmıştır.

Simenova ve arkadaşlarının (2005) çalışması da yaratıcılık ve İU bozukluğun kalıtsal geçişini destekler niteliktedir. Ayrıca bu araştırma sağlıklı kontrollere göre İU bozukluğu

olan ebeveynlerin İU bozukluğu olan çocuklarının daha yaratıcı olduklarını da göstermektedir. Öte yandan hastalık süresi ile yaratıcılık arasındaki negatif ilişki, tekrarlayan manik dönemlerin okul başarısını ve psikososyal işlevselliği olumsuz etkileyerek yaratıcılığı da azalttığı şeklinde açıklanmıştır.

Tremblay ve arkadaşları (2010) ise ünlü olmayan, İU tanılı hastalarda mesleki yaratıcılığı araştırmışlardır. Amerikan Epidemiyolojik Alan Araştırması'nda (Epidemiological Catchment Area Study/ECA) toplanan verilerden yararlandıkları çalışmalarında İU bozukluğu olan kişilerin daha yaratıcı mesleklere (örneğin müzisyenlik veya yazarlık) sahip olduklarını ve bu kişilerin işlerinde yaratıcı eylemlerde bulunma olasılıklarının daha yüksek olduğunu saptamışlardır.

Afektif Mizaçlar ve Yaratıcılık

Akiskal ve Mallya (1987) affektif mizacın duygudurum bozukluklarına yatkınlığın oluşmasında önemli bir rolü olduğunu iddia etmişlerdir. İki uçluluk eşik altı duygulanım izlerinden ağır duygulanım bozukluğuna uzanan bir süreklilikte tariflenerek beş temel afektif mizaç (depresif, hipertimik, siklotimik, huzursuz, kaygılı) tanımlanmıştır (Akiskal ve Akiskal 2005).

Akiskal ve Akiskal (1988) ödül kazanmış 20 Avrupalı yazar, şair, ressam ve heykeltıraştan oluşan örneklemin yaklaşık üçte ikisinin hipomani veya siklotimi, yarısının ise bir majör depresif dönem yaşadıklarını görmüşlerdir. Ayrıca, tanı (İU, tek uçlu, anksiyete) ve meslek (doktor, avukat, yönetici, sanatçı vb) açılarından heterojen, ayaktan tedavi gören hasta grubunda kontrol grubundakilere göre mimarlar ve sanatçılarda siklotiminin 3-4 kat fazla görüldüğünü saptamışlardır (Akiskal ve ark. 2005).

Strong ve arkadaşları (2007) duygudurum bozukluğu hastalarını, yaratıcılığı yüksek olan kişileri ve sağlıklı kontrolleri karşılaştırmışlardır. Nevrotiklik/siklotimi/distimi ve açıklık ile yaratıcılık arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Nevrotiklik/siklotimi/distimi duygusal deneyime zemin oluşturmaları açısından; nevrotiklik olumsuz duygulanımla, siklotimi ise duygulanımın değişebilir olmasıyla ilişkili olduğundan yaratıcılık sürecinde avantaj sağlamaktadır. Açıklığın ise bilişsel esnekliğe olanak sağladığından yaratıcılığı beslediği düşünülmektedir.

Santosa ve arkadaşları (2007) ise ünlü olan yaratıcı sanatçılardan oluşmayan bir grubu, İU kişiler ve sağlıklı kontroller ile karşılaştırdıklarında, İU kişilerin ve yaratıcı kontrol katılımcılarının yaratıcılık puanlarının daha yüksek olduğunu görmüşlerdir. İU hastaların tek uçlu hastalara göre daha yaratıcı oldukları sonucuna varmışlar, bunun da mizaç/kişilik farklılıklarıyla ilişkili olabileceği çıkarımını yapmışlardır. Bu çıkarım da Nowakowska ve arkadaşlarının (2005) çalışmasında belirtildiği üzere, İU hastaların tek uçlu hastalara göre daha siklotimik; sağlıklı kontrollere göre ise deneyime daha açık

oldukları bulgusuna dayandırılmıştır. Ayrıca, her iki değişken de yaratıcılık ile ilişkilidir (Strong ve ark. 2007). Srivastava ve arkadaşları (2010) ise İU bozukluk ve yaratıcılık arasındaki ilişkideki duygusal ve bilişsel bileşenleri incelemişlerdir. Diğerlerinden farklı olarak, açıklık faktörünün yanı sıra sezgiyi de bir başka bilişsel değişken olarak almışlardır. Ayrıca, İU ve tek uçlu hastalar ile yaratıcı özelliği olan karşılaştırma grubunun siklotimi ve nevroz puanlarının yüksek olduğunu göstermişlerdir. Araştırmanın sonucunda bilgileri sezgi yoluyla işlemlemenin pozitif ayırt etme yoluyla yaratıcılığı arttırdığı önermesini ortaya koymuşlardır.

Psikobiyografik çalışmalar

Anthony Storr (1992) “Yaratma Dürtüsü” isimli kitabında yaratıcılık ve psikopatoloji arasındaki ilişkiyi mizaç/kişilik yapıları ekseninde ve psikanalitik/psikodinamik kuram çerçevesinde ele almıştır. Manik-depresif mizaç ve yaratıcılığı incelediği bölümde Honore de Balzac’ın hayatı ve yaratıcı sürecinden bahsetmiştir. Storr’a göre manik-depresif mizaçta öz saygı diğer insanlarla kurulan ilişkilerle yakından ilgilidir; sevilmemek, beğenilmemek ve reddedilmek büyük kaygı yaratmaktadır. Annesi ile ilişkisinde fiziksel ve duygusal yoksunluk olduğunu belirtmiştir. Annesinin yokluğu Balzac’ın ruhsal dünyasında oluşan depresif boşluğun dol(a)mamasına sebep olmuştur, öyle ki Balzac bütün hayatı boyunca ünlü olmak ve sevilmek arzusunu sürdürmüştür. Bu bağlamda Storr, Balzac’ın bir arkadaşına yazdığı mektuptan “bütün erkekleri kendine boyun eğdirmek ve bütün kadınları kendini sevmeye zorlamak” ifadesini aktarmıştır. Ayrıca Balzac yaşadığı ruhsal değişimlerde kendini ya her şey ya da hiçbir şey sanmaktadır. “Tipik mani karakteristiği” olarak değerlendirdiği, her şeyi aşırı boyutlarda yaptığını (çok para harcaması, sürekli borç içinde olması, aşırı çalışarak borçlarını ödemek zorunda kalması), devamlı olarak gelecek beklentileriyle gerçek hayattaki gerçekliği karıştırdığını aktarmıştır. İradesini güdülemek için borçlarını kullanması “dışsal bir ego”ya ihtiyaç duyduğu şeklinde yorumlanabilir. Ayrıca Storr, Balzac’ın ya aşırı çalışması ya da aşırı eğlenmesini, kendini doğuştan soylu sayarak adına “de” eklemesini, süslü giyinmesini, parasının yetmeyeceği şeyleri satın almasını, çok konuşmasını manik coşkunluk olarak gördüğünü ifade etmiştir. Son olarak Storr, Balzac’ın aşırı çalışarak eserlerini ortaya koymasını temeldeki depresyondan korunmak için yaratıcı bir üretkenlik içinde olduğu şeklinde yorumlamıştır.

Weisberg (1994) duygudurum ve üretkenlik arasındaki ilişkiyi incelemek için İU bozukluğu olduğu düşünülen Robert Schumann’ın kariyerini incelemiştir. En çok beste ürettiği yıllarda, 1840’da 25, 1849’da 28, 1851’de 16 bestesi olduğu ve bu yıllarda hipomanik olduğu, depresyon dönemlerinde ise çok az beste ürettiği saptanmıştır. Fakat eserlerini kaliteleri açısından değerlendiren uzmanlar hipomanik ve depresif olduğu yıllar arasında önemli bir fark bildirmemişlerdir. Her

ne kadar Schumann’ın ürettiği beste sayısı hipomanik olduğu dönemlerde artmış olsa da, bu eserlerin niteliğinde önemli bir farklılık olmaması, maninin yaratıcılığı arttırdığı önermesini desteklememektedir.

McDermott (2001) ise Emily Dickinson’un eserlerindeki dönemsellik ile duygudurumdaki değişimler arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Yirmi sekiz ile otuz beş yaşları arasındaki dönemde yazdığı şiirler değerlendirmeye alınmıştır. İlk dört senelik dönemde bahar ve yaz aylarında daha fazla yaratıcı ürünler çıkartırken, sonbahar ve kış aylarında bu sayının azaldığı görülmüştür. Dickinson en acı çektiği, ıstırap duyduğu ölümleri kış aylarında yaşadığından, bu dönemde ölüm düşüncelerinin de arttığı ifade edilmiştir. Bu durum ikinci dört senelik dönemin başlarında yaşadığı duygusal krizle sekteye uğramıştır. “Terör” olarak adlandırdığı bu dönemde yaratıcılığının ateşlendiği, yoğun bir şekilde yazdığı belirtilmiştir. Büyükbabasının da duygudurum dalgalanmaları yaşadığı bilindiğinden, üretkenliğindeki dönemsel ve mevsimsel değişiklikler Dickinson’da da İU bozukluk olduğunu düşündürmektedir.

Bir başka biyografik çalışmada, Holm-Hadulla ve arkadaşları (2010) Goethe’nin çalışmalarını, mektuplarını ve etrafında bulunmuş kişilerin onu anlattıkları metinleri incelemişlerdir. Çeşitli psikiyatristler tarafından “manik-depresif psikoz”, “şizofrenik tip psikotik bozukluk”, “döngüsel psikopati” gibi tanımlar konulsa da, Holm-Hadulla ve arkadaşları Goethe’nin hayatı boyunca şizofrenik belirtileri olmadığını ve özellikle yaratıcı dönemlerinde manik belirtiler göstermediğini belirtmişlerdir. Uzun süren depresif dönemler tarifleyen Goethe için distimi tanısı düşünülmüştür. Distimik duygudurumunun yanı sıra, yaratıcı ve üretken olduğu dönemlerin varlığı İU-II bozukluğu akla getirmektedir. Otobiyoğrafisindeki bilgiler ışığında, her ne kadar bir romana başlamadan önce veya roman yazarken hipomanik olduğunu düşündüren belirtiler tariflemese de, majör depresif dönemlerinin erken yaşta başlaması (14 yaşındayken), çok sayıda depresif dönem yaşaması, tekrarlayan özkıyım düşünceleri ile üretkenliğinin arttığı, düşüncelerinin hızlandığı dönemlerinin olması İU-II tanısını akla getirmektedir.

Yaratıcılık ve psikopatoloji arasındaki ilişkiyi ele alan yeni bir yaklaşım: Paylaşılmış Yatkınlık Modeli

Montaigne’in yukarıdaki sözünde dile getirdiği gibi, yaratıcılık ve delilik yakın birer kapı komşusu mudur? Bu soruya cevap olabilecek önermeleri barındıran “Paylaşılmış Yatkınlık Modeli” (Shared Vulnerability Model) Carson (2011) tarafından ortaya konulmuştur. Bu model, gerek tek başına yaratıcılığın, gerekse yaratıcılığın şizofreni (Gershon ve ark. 1988, Berrettini 2000), duygudurum bozuklukları (Jamison 1989, Post 1994) veya alkol bağımlılığı (Kendler ve ark. 1993) gibi bozukluklarla ilişkisinin katılsal olduğu önermesinden temellenmektedir. Carson (2011) yaratıcı süreçlerin bu

bozukluklarda ortak genlerle bağlantılı olabileceğini ve aynı zamanda bazı genlerin ruhsal hastalığın ortaya çıkışını baskılayabileceğini öne sürmektedir.

Paylaşılmış Yatkınlık Modeli, beynin prefrontal ve subkortikal bölgelerinde oluşan nörotransmitter (dopamin ve serotonin) dengesizliğini ve genetik farklılıkları yatkınlık oluşturan faktörler olarak tanımlamıştır. Psikopatoloji ve yaratıcılıkta ortak olan faktörler, kişinin bir malzemeyi “bilinçli bir farkındalıktan” çok daha alt seviyelerde işlemleyebilmesine yatkınlık sağlamaktadır. Koruyucu bilişsel faktörler ise bu arttırılmış dikkatin kontrolü ve yönetilmesinde rol alırlar. Diğer bir deyişle, koruyucu faktörler tuhaf ya da sıra dışı düşüncelerin meta bilişsel olarak kontrol edilmesi ve kişinin bu düşüncelerden yaratıcı şeyler üretmesine yardımcı olur (Tablo 1).

Özetle, Paylaşılmış Yatkınlık Modeli’ne göre biyolojik yatkınlık diğer yatkınlık faktörleriyle birlikte (gizli ketlemenin azaltılması, yenilik arayışında artış, aşırı nöral bağlanma) uyarıların değişen bilinç durumlarında işlenebilmesini sağlamaktadır. Yüksek IQ, bilişsel esneklik gibi koruyucu faktörlerin yatkınlıyı faktörlerle etkileşimi yaratıcılığı arttırırken, ruh sağlığının korunmasına da yardımcı olmakta ya da belki psikopatolojik tablonun ağırlaşmasını önlemektedir.

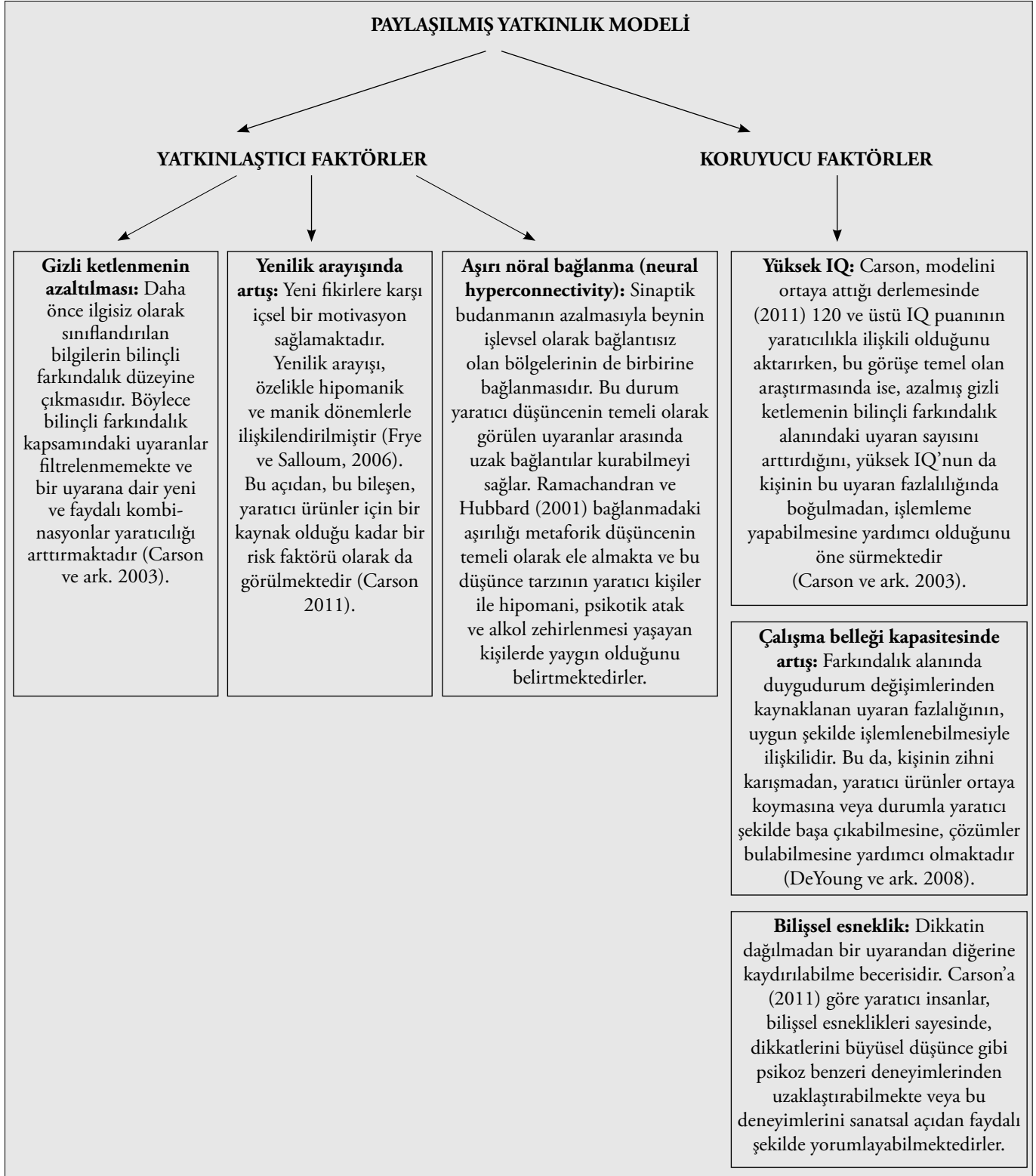
TARTIŞMA

Yaratıcı süreç Rollo May’in (1975) de bahsettiği gibi bir “edim”, fiziksel bir eylem içerse de, vücudun aşırı uyarılmadan ortaya çıkan duygusal deneyimi taşıyabilme becerisini gerektirir, çünkü fiziksel coşkunluk arttıkça materyale biçim vermek, onu kontrol etmek zorlaşır. Bu durumun duygudurum bozukluklarını, özellikle de İU bozukluğun dalgalanmalarını akla getiriyor olması, ister istemez bu iki durum arasında bir ilişki aranmasına neden olmuştur. Oysa tüm çalışmalar ve psikobiyografik değerlendirmelerden çıkan ortak sonuç; ne depresif dönemdeki cansızlık halinin, ne de manik dönemdeki kaotik durumun kişinin yaratıcı eylemler ortaya koymasını besleyebilecek olduğudur. Çeşitli araştırmacılar yaratıcılık dönemlerinin farklı farklı olduğuna vurgu yapmışlardır. Jamison (1989), Richards ve Kinney (1997), Mumcu (1997), Shapiro ve Weisberg (1999) yaratıcılığın hipomanik dönemlerde arttığını, depresif dönemlerde ise baskılandığını ortaya koymuşlardır. Richards ve Kinney (1990) ise yaptıkları faktör analizleri sonucunda en yaratıcı dönemlerin duygusal, düşünsel ve davranışsal özelliklerinin, duygudurum belirtilerinin olmadığı dönemler olduğunu, yani Jamison’ın (1989) bulgularına paralel olmadığını göstermişlerdir. Bunun yanı sıra, kendilerini normal hissettikleri zamanları en yaratıcı oldukları dönemler olarak gören yaratıcı kişilerin iyilik hali olarak adlandırdıkları dönemlerdeki güven, isteklilik ve yoğun duyguların hipertimik bir tabloya karşılık gelmemesini de “gerçek yaratıcı normallik” diye bir ara bölge olup olamayacağı biçiminde tartışmaya açmışlardır.

Duygudurum bozuklukları ile yaratıcılık arasındaki ilişkiye eserlerin içeriklerindeki farklılık yönünden bakmak da olasıdır. Örneğin Wadeson (1980) tek uçlu ve İU hastaların yaptıkları resimler incelendiğinde iki grubun birbirinden farklı stilleri olduğunu görüleceğini, depresyondaki kişilerin resimlerdeki renk azlığının dikkat çekici olduğunu, resimlerin daha fazla boş alan içerdiğini hatta figürlerin çoğunun tamamlanmamış olduğunu söylemektedir. Hatta daha da ileri giderek daha az çaba kullanılarak çizildikleri yorumunu yapmaktadır. Tıpkı hastalığın kendisi gibi, yaratıcı tutumun da ayna görüntüsü özelliği taşıdığını, İU hastaların depresyondayken benzer resimler çizdiğini ama manik döneme girerken resimlere genelde canlı ve sıcak renklerin egemen olduğunu ifade etmiştir. Görsel sanatlarda görülenlerin edebi yansımaları da tek uçlu ve İU olan yazarların romanlarındaki konu, tema, sunuş biçimi, mekan-zaman-kısa ilişkisi ve ideolojik-psikolojik boyutlar açısından değerlendirildiğinde benzer özellikler taşımaktadır. Örneğin İU hastalığı olan yazarların tek uçlu yazarlara göre ölümü daha çok konu edindikleri, tek uçlu yazarların hastalığı olmayanlara kıyasla kendilerinden çok başka insanlardan daha fazla bahsettikleri ve tek uçlu bozukluğu olan yazarların düşünsel kelimeleri (bilmek, anlamak) daha fazla kullandıkları iddia edilmiştir (Forgeard 2008).

Yaratıcılık ve psikopatoloji tartışmasının önemli sorularından biri de tedavinin yaratıcılığı ketyip ketlemediği meselesidir. Paylaşılmış Yatkınlık Modeli açısından tedavi, yatkınlık faktörleriyle ilişkili belirtilerin tedavi edilmesi, yaratıcılıkla ilişkili koruyucu faktörlerin güçlendirilmesi veya genel yaratıcılığın arttırılmasını sağlamaktadır. Bazı araştırmacılar, yaratıcı kişilerin sahip oldukları biyolojik ve bilişsel yatkınlıkları sayesinde değişen bilinç durumlarına sahip olduklarını ve belirtilerin tamamen giderilmesi yerine kısmen kontrol altına alınmasının uygun olacağını önermektedirler (Carson 2011). Nitekim kimi yazarlar İU bozukluğu olan kişinin yaratıcı potansiyelinin azaldığını ya da yok olduğunu düşünerek lityumu bırakabildiğini söylerken (Post 2000), kimileri de serotoninerjik ilaçların yaratıcı eylem için gerekli olan hedefe yönelik motivasyonu ketlediğini, bunun yerine farklı nörotransmitter sistemine yönelik ve motivasyonu arttıran antidepresanların buna çare olabileceğini belirtmektedirler (Flaherty 2011). Psikoterapi girişimlerinin yaratıcılık üzerindeki etkileri üzerine sistemli bir çalışma olmadığı gibi, İU bozukluk ve yaratıcılık ilişkisinde psikoterapinin etkisini araştıran bir çalışmaya da ulaşılamamıştır. Kristeva (1987) depresyonu “simgesel düşüşlerin etkinleştirdiği nörofizyolojik bir rahatsızlık” olarak tanımlamaktadır. Dilin oluşmasından önceki erken dönemlerden temellenen depresif boşlukla çalışabilmek, analiz edebilmek ve yeni simgesel anlamlar oluşturmak üzerine kurulu psikoterapi çalışması öncesinde gerekli nörofizyolojik zeminin yeniden sağlamak için antidepresanlara ihtiyaç olduğunu belirtmektedir. Bu bağlamda bir başka görüş olarak, Kohut (1971) ise, psikanalizin sanatsal kapasiteyi arttırarak, sanatsal

TABLO 1. Paylaşılmış Yetkinlik Modeli.



yaratıcılığı perçinlediğini, öte yandan sadece sanatçı olma yolunda arzu duyan kimselerin psikanaliz yoluyla bu tutumlarının farkına vardıklarını belirtmiştir.

Yaratıcılığı farklı açılardan ele almaya çalışan bu çalışmaların sonuçları ışığında yaratıcılıkta da kalıtsal bir geçiş

olduğunu, duygudurumda hafif şiddetteki yükselmelerin yaratıcı süreci beslediğini ve yaratıcı kişilerde İU bozukluğun görülme olasılığının daha yüksek olduğunu belirtebiliriz. Öte yandan, mevcut çalışmaların kısıtlılıkları da göz önünde bulundurulmalıdır. Bunların ilki ve belki de en önemlisi

yaratıcılığın kesin bir tanımının olmayışıdır. Çalışmaların bir kısmı sanatsal yaratıcılığı incelerken (ör. Mumcu 1997), bir kısmı sanatçı olmayan kişileri de örnekleme katarak gündelik yaratıcılığı (Richards ve ark. 1988) ele almaya çalışmışlardır. Ayrıca yaratıcılığın ölçülmesinin kolay olmaması, yaratıcılığı ölçen genel-geçer bir ölçüm aracının olmaması ise (Torrance Yaratıcı Düşünme Testi'nin şimdiye kadar geliştirilen en iyi test olduğu iddia edilmektedir.) dikkati çeken bir diğer kısıtlılıktır. İkinci olarak, erken dönem çalışmaların niteliksel araştırma metodlarıyla desenlenerek, (oto) biyografik metinlere, (yarı)yapılandırılmış görüşmelere dayandırıldığı göze çarpmaktadır (ör. Trethowan 1977, Jamison 1989, 1994). Bu araştırmalar yaratıcılığın yaygınlığını, yaratıcı sürecin nasıl deneyimlendiğini, bunu etkileyen faktörleri detaylandırsa da, özbidirimlere dayalı olduğundan nedenselliği açıklamakta sınırlı kaldığı söylenebilir. Frosch (1996) geriye dönük veya psikobiyografik çalışmaların ikinci ve üçüncü kaynaklara dayandırılmakta olduğunu ve birinci kaynakların bile tarihsel bağlamları kapsamında ele alınmaları ve farklı kültürel özelliklere de dikkat edilmesi gerektiğini savunmaktadır. Yukarıda söz edilen pek çok erken ve geç dönem 20. yüzyıl araştırmasına karşın, biyografi temelli çıkarımların yaratıcılık ve İU bozukluk arasındaki ilişkiyi sağlam bilimsel temellere

dayandıramayacağı için geçersiz bir tahminden öteye geçmeyeceği pek çok yazarın ortak görüşüdür (Rothenberg 1993, Poole 2003, Schlesinger 2004). Bunların yanı sıra, kontrol grupları kullanılarak desenlenen çalışmalar da (ör. Andreasen 1987, Ludwig 1992, Tremblay ve ark. 2010) tanımlayıcı bulgular sunmaktan öteye geçmemektedir.

Sonuç olarak, yaratıcılık ile İU bozukluk arasında bir ilişki olabileceğini düşündüren pek çok çalışma olsa da, nedensellik ilişkisi kurabilmek için yaratıcılığın farklı boyutlarını da kapsayan, tüm dünyada kullanımı kabul görecektir ölçüm araçlarını kullanan farklı, daha homojen ve büyük örneklemli konu alan çalışmalar gereklidir. Örneğin, iyi gidişli ve kötü gidişli İU hastalardan oluşan büyük bir örneklemin iki ayrı grup olarak, yaratıcılık açısından kontrol grubu ile karşılaştırılacağı bir araştırma desenlenebilir. Böylece çoklu ilaç kullanımı, bilişsel yıkım gibi kötü gidiş göstergelerinin yaratıcılık üzerindeki karıştırıcı etkileri kontrol edilebilir. Bugün hem klinisyenler hem de yaratıcı sanatçılar tarafından İU bozukluğun olumlu özelliklerden biri olarak kabul gören yaratıcılığın (Galvez ve ark. 2011) takip ve tedavi sürecinde dikkate alınması, İU sanatçının ya da sanatsal yaratıcılık özellikleri taşıyan tüm hastaların bu yönlerine verdikleri önem ve atıfların dikkate alınması kişinin tedaviye uyumunu olumlu yönde etkileyecektir.

KAYNAKLAR

- Alloy BL, Abramson LY, Walshaw PD ve ark. (2006) Cognitive vulnerability to unipolar and bipolar mood disorders. *J Soc Clin Psychol* 25:726-55.
- Akiskal HS, Akiskal K (1988) Re-assessing the prevalence of bipolar disorders. *Clinical significance and artistic creativity* 3:29-36.
- Akiskal KS, Akiskal HS (2005) The theoretical underpinnings of affective temperaments: implications for evolutionary foundations of bipolar disorder and human nature. *J Affect Disorders* 85:231-9.
- Akiskal HS, Mallya G (1987). Criteria for the "soft" bipolar spectrum: treatment implications. *Psychopharmacol Bull* 23:68-73.
- Akiskal KS, Savino M, Akiskal HS (2005) Temperament profiles in physicians, lawyers, managers, architects, journalists, and artists: a study in psychiatric outpatients. *J Affect Disorders* 85:201-6.
- Alper Y (2002) Freud'dan bugüne yaratıcı-sanatçı psikodinamiğine bakış. 11. Anadolu Psikiyatri Günleri, Tam Metin Kitabı.
- Andreasen NC, Powers S (1974) Overinclusive thinking in mania and schizophrenia. *Brit J Psychiat* 125:452-6.
- Andreasen NC (1987) Creativity and mental illness: Prevalance rates in writers and their first degree relatives. *Am J Psychiat* 144:1288-92.
- Andreasen NC (2005) Yaratıcı beyin dehanın nörobilimi (Çev. K Güney). Arkadaş Yayınevi, Ankara, 2009.
- Andreasen NC (2011) A journey into chaos: Creativity and the unconscious. *Brain, Mind and Consciousness: An International, Interdisciplinary Perspective*, AR Singh, SA Singh (Ed), MSM 9:42-53.
- Berretini WH (2000) Susceptibility loci for bipolar disorder: overlap with inherited vulnerability to schizophrenia. *Biol Psychiat* 47:245-51.
- Burch GS, Hemsley DR, Pavesi C ve ark. (2006) Personality, creativity and latent inhibition. *Eur J Personality* 20:107-22.
- Carson SH (2011) Creativity and psychopathology: A shared vulnerability model. *Can J Psychiat* 56:144-53.
- Carson SH, Peterson JB, Higgins DM (2003) Decreased latent inhibition is associated with increased creative achievement in high-functioning individuals. *J Pers Soc Psychol* 85:499-506.
- Cebeci O (2004) Psikanalitik edebiyat kuramı. İthaki, İstanbul.
- DeYoung CG, Flanders JL, Peterson JB (2008) Cognitive abilities involved in insight problem solving: an individual differences model. *Creativity Res J* 20:278-90.
- Eysenck HJ (1993) Creativity and personality: Suggestions for a theory. *Psycholog Inq* 4:147-78.
- Feist GJ (1998) A meta-analysis of personality in scientific and artistic creativity. *Pers Soc Psychol Rev* 2:290-309.
- Flaherty AW (2011) Brain illness and creativity: Mechanisms and treatment risks. *Can J Psychiat* 56:132-43.
- Fodor EM (1999) Subclinical inclination toward manic-depression and creative performance on the Remote Associates Test. *Pers Indiv Differ* 27:1273-83.
- Forgeard M (2008) Linguistic styles of eminent writers suffering from unipolar and bipolar mood swings. *Creativity Res J* 20:81-92.
- Frantom C, Sherman MF (1999) At what price art? Affective instability within a visual art population. *Creativity Res J* 12:15-23.
- Freud S (1915) İçgüdüler ve yazgıları. *Metapsikoloji-I*, (Çev. A Yıldırım) İdea, İstanbul, 2012.
- Frosch WA (1996) Creativity: is there a worm in the apple? *J Roy Soc Med* 89:506-8.
- Furnham A, Batey M, Anand K ve ark. (2008) Personality, hypomania, intelligence and creativity. *Pers Indiv Differ* 44:1060-9.
- Frye MA, Salloum IM (2006) Bipolar disorder and comorbid alcoholism: prevalence rate and treatment considerations. *Bipolar Disorders* 8:677-85.

- Galvez JF, Thommi S, Ghaemi SN (2011) Positive aspects of mental illness: A review in bipolar disorder. *J Affect Disorders* 128:185-90.
- Gershon ES, DeLisi LE, Hamovit J ve ark. (1988) A controlled family study of chronic psychoses: schizophrenia and schizoaffective disorder. *Arch Gen Psychiat* 45:328-56.
- Glazer E (2009) Rephrasing the madness and creativity debate: What is the nature of the creativity construct? *Pers Indiv Differ* 45:755-64.
- Goodwin FK, Jamison KR (2007) *Manic-depressive Illness: Bipolar Disorders and Recurrent Depression*, Oxford University Press, 2. baskı.
- Holm-Hadulla RM, Roussel M, Hofmann FH (2010) Depression and creativity- The case of the german poet, scientist, and statesman J. W. Goethe. *J Affect Disorders* 127:43-9.
- Jamison KR (1989) Mood disorders and patterns of creativity in British writers and artists. *Psychiatry* 52:125-34.
- Jamison KR (1993) *Touched with Fire: Manic-depressive Illness and The Artistic Temperament*. Simon and Schuster, New York..
- Juda A (1949) The relationship between highest mental capacity and psychic abnormalities. *Am J Psychiat* 106:296-307.
- Isen AM, Daubman KA, Nowicki GP (1987) Positive affect facilitates creative problem solving. *J Pers Soc Psychol* 52:1122-31.
- Kendler KS, McGuire M, Gruenberg AM ve ark. (1993) The Roscommon Family Study IV: affective illness, anxiety disorders, and alcoholism in relatives. *Arch Gen Psychiat* 50:952-60.
- Kohut H (1971) *Kendiliğin Çözümlemesi*. (Çev. C Atbaşoğlu, B Büyükkal, C İşcan). Metis Yayınları, İstanbul, 2004.
- Kristeva J (1987) *Kara Güneş Depresyon ve Melankoli*. (Çev. N Demiryortan). Bağlam Yayıncılık, İstanbul, 2009.
- Lester D (1993) *Suicide in Creative Women*. Nova Science Publication Inc., Commack, NY.
- Levine SK (1992) *Poesis The Language of Psychology and The Speech of The Soul*. Jessica Kingsley Publishers, Canada.
- Lloyd-Evans R, Batey M, Furnham A (2006) Bipolar disorder and creativity: Investigating a possible link. *Advances in Psychology Research*, A Columbus (Ed), Nova Press, New York.
- Ludwig A (1992) Creative achievement and psychopathology: Comparison among professions. *Eminent Creativity, Everyday Creativity and Health*, MA Runco, R Richards (Ed). Ablex Publishing Corporation, USA.
- Ludwig AM (1994) Mental illness and creative activity in female writers. *Am J Psychiat* 151:1650-6.
- Martindale C (1989) Personality, situation, and creativity. *Handbook of Creativity: Perspectives on Individual Differences*, JA Glover, RR Ronning, CR Reynolds (Ed), Plenum Press, New York. s. 211-32.
- May R (1975) *Yaratma Cesareti*. (Çev. A Oysal). Metis Yayınları, İstanbul, 2007.
- McDermott JF (2001) Emily Dickinson Revisited: A study of periodicity in her work. *Am J Psychiat* 158:686-90.
- Mednick S (1962) The associative basis of the creative process. *Psychol Rev* 69:220-32.
- Montaigne M (2006) *Montaigne Denemeler Seçmeler*. (Çev. S Eyüoğlu). Cem Yayınevi, İstanbul.
- Mumcu C (1997) Sanatsal yaratıcılık ve duygudurum bozukluğu ilişkisi. Yayınlanmamış uzmanlık tezi, Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi.
- Murray G, Johnson SL (2010) The clinical significance of creativity in bipolar disorder. *Clin Psychol Rev* 30:712-32.
- Nowakowska C, Strong CM, Santosa CM ve ark. (2005) Temperamental commonalities and difference in euthymic mood disorder patients, creative controls, and healthy controls. *J Affect Disorder* 85:207-15.
- Poole R (2003) 'Kind of Blue': creativity, mental disorder and jazz. *Brit J Psychiat* 183:194-5.
- Post RM (1994) Creativity and psychopathology. A study of 291 world-famous men. *Brit J Psychiat* 165:22-34.
- Post RM (2000) Mood disorders: treatment of bipolar disorders. *Comprehensive Textbook of Psychiatry*, 7. Baskı, B J Sadock, VA Sadock (Ed), Lippincott Williams & Wilkins Publishers.
- Pronin E, Wegner DM (2006) Manic thinking: Independent effects of thought speed and thought content on mood. *Psychol Sci* 17:807-13.
- Ramachandran VS, Hubbard EM (2001) Synaesthesia- a window into perception, thought and language. *Journal of Consciousness Studies* 8:3-34.
- Richards R (1990) Everyday creativity, eminent creativity, and health: "afterview" for creativity research journal special issues on creativity and health. *Creativity Res* 3:300-26.
- Richards R (1993) Everyday creativity, eminent creativity and psychopathology. *Psychol Inq* 4:212-7.
- Richards R, Kinney DK (1990) Mood swings and creativity. *Creativity Res J* 3:202-17.
- Richards R, Kinney DK (1997) Mood Swings and Creativity. *Eminent Creativity, Everyday Creativity and Health*, MA Runco, R Richards (Ed), s.137-57.
- Richards R, Kinney DK, Lunde I ve ark. (1988) Creativity in manic-depressives, cyclothymes, their normal relatives and control subjects. *J Abnorm Psychol* 97:281-7.
- Rothenberg A (1993) Creativity: complex and healthy. *Psychol Inq* 4:217-21.
- Rothenberg A (2001) Bipolar illness, creativity and treatment. *Psychiat Quart* 72: 131-47.
- Rothenberg A (2006) Creativity-the healthy muse. *Medicine and Creativity* 368: 58-9.
- Russ S (2000) An evolutionary model of creativity: Does it fit? *Psychol Inq* 10:359-61.
- Santosa CM, Strong CM, Nowakowska C ve ark. (2007) Enhanced creativity in bipolar disorder patients: A controlled study. *J Affect Disorders* 100:31-9.
- Schildkraut JJ, Hirschfeld AJ, Murphy JM (1994) Mind and mood in modern art, II: Depressive disorders, spirituality and early deaths in the abstract expressionist artists of New York School. *Am J Psychiat* 151:482-8.
- Schlesinger J (2004) Creativity and mental health. *Brit J Psychiat* 184:184-5.
- Schuldberg D (1990) Schizotypal and hypomanic traits, creativity, and psychological health. *Creativity Res J* 3:218-30.
- Schuldberg D (2001) Six subclinical spectrum traits in normal creativity. *Creativity Res J* 13:5-16.
- Simenova DI, Chang KD, Strong C ve ark. (2005) Creativity in familial bipolar disorder. *J Psychiat Res* 39:623-31.
- Shapiro PJ, Weisberg RW (1999) Creativity and bipolar diathesis: Common behavioral and cognitive components. *Cognition and Emotion* 13:741-62.
- Solovay MR, Shenton ME, Holzman PS (1987) Comparative studies of thought disorder: I. Mania and schizophrenia. *Arch Gen Psychiat* 44:13-20.
- Srivastava S, Childers ME, Baek JH ve ark. (2010) Toward interaction of affective and cognitive contributors to creativity in bipolar disorders: A controlled study. *J Affect Disorder* 125:27-34.
- Storr A (1992) *Yaratma Dürtüsü* (Çev. İ Babacan) Yalnız Gidiş Yayınevi Yayıncılık, İstanbul.
- Strong CM, Nowakowska CM, Santosa P ve ark. (2007) Temperament-creativity relationships in mood disorder patients, healthy controls and highly creative individuals. *J Affect Disorders* 100:41-8.
- Teber S (2004) *Melankoli*. Say Yayınları, İstanbul.
- Tremblay CH, Grosskopf S, Yang K (2010) Brainstorm: Occupational choice, bipolar illness and creativity. *Economics and Human Biology* 8:233-41.
- Trethowan WH (1977) Music and mental disorders. *Music and Brain*, M Critchley, RH Herson (Ed) Heinemann, London, s. 398-442.
- Tusa J (2003) *On creativity: Interviews exploring the process*. Methuen, London.
- Urošević S, Abramson LY, Harmon Jones E ve ark. (2008) Dysregulation of the behavioral approach system (BAS) in bipolar spectrum disorders: Review of theory and evidence. *Clin Psychol Rev* 28:1188-205.
- Wadeson H (1980) *Art Psychotherapy*. John Wiley&Sons, USA.
- Weisberg RW (1994) A quasi-experimental test of the hypothesis that manic-depression increases creativity. *Psychol Sci* 5:361-7.
- Winnicott DW (1971) *Oyun ve Gerçeklik*. (çev. T Birkan) Metis Yayınları, İstanbul, 2007.