Bilinçdışı işleme kavramı tam olarak yeni değil, Sigmund Freud [insan zihni modelini 1915'te yayınlanan "](https://journalpsyche.org/understanding-the-human-mind/)*Bilinçdışı* " adlı makalesinde tanıttı. Ancak Freud'un görüşü, bilinçdışı ve bilinçaltı katmanların temel amacının bilgi edinme ve işleme yerine bilgiyi depolamak olduğu yönündeydi. Görünüşe göre Freud bilinçdışı zihni hafife almıştı. Geçtiğimiz yirmi yılda yürütülen çok sayıda psikolojik ve nöropsikolojik araştırmaya göre (dünya genelinde 100'den fazla bağımsız araştırmacı tarafından toplanan verilerden oluşuyor), bilinçli zihnimizde olanlar buzdağının sadece atasözü niteliğindeki görünen kısmı; ***bilinçli düşünmemiz, algılamamız ve öğrenmemiz toplam zihinsel aktivitemizin yalnızca küçük bir kısmını oluşturuyor*** , geri kalanı ise tamamen bilinçdışı. Bu fikir ilk olarak 35 yıl önce Roy Lachman, Janet Lachman ve Earl Butterfield tarafından yazılan "Bilişsel Psikoloji ve Bilgi İşleme" kitabında ortaya atılmıştı:

*"Yaptığımız şeylerin çoğu bilinçsizce gerçekleşir. Düşünmenin bilinçli olması kural değil, istisnadır; ancak doğası gereği [yani başka hiçbir şeyi deneyimleyemediğimiz için] bilinçli düşünce tek tür gibi görünür. Tek tür değildir; azınlıktadır." (sayfa 207)*

Anlaşılan o ki, zihinlerimiz gerçekten de bedenimizin bilgisayarları gibi işliyor; ancak ***bilinçli zihnin rolü, daha önce düşünülenden çok daha mütevazı*** . Kesinlikle merkezi bir işlemci (veya CPU) değil, dış dünyayla etkileşime giren bir arayüz sunan bir dizi çevresel aygıt. İşlemlerin asıl büyük kısmı, bedenimizin gerçek CPU'su olan bilinçdışı zihinde gerçekleşiyor. ***Zihinlerimiz de aynı şekilde çoklu görevlerde yetenekli*** ; çevremizde olup bitenlerin bir kısmını deneyimlemekle meşgulken, zihnimiz çevremizde bulunanların geri kalanının çoğunu özümsemekle meşgul.

***Bilinçli zihinlerimiz, bilinçsiz zihinlerimizden çok daha yavaş çalışır*** ve genel olarak bilgiyi işlemede daha az becerikli, görevde daha az verimlidir. Bu nedenle, bilinçsiz zihnin bilinçli zihinden daha zeki olduğu söylenebilir.

Bilinçdışı zihin, zihinsel işlemlerimizin büyük bir kısmından sorumlu olduğu için, kişiliğimizin, zevklerimizin, yeteneklerimizin vb. büyük bir kısmının gelişiminden de sorumlu olduğu söylenebilir. ***Özünde, varlıklar olarak nasıl işlev gördüğümüzü belirler*** .

Bilinçdışı zihin, sosyal etkileşim söz konusu olduğunda bu kadar çok "söylenmemiş kurala" sahip olmamızın ve bunları anlamamızın sebebidir. Bunun mükemmel bir örneği dildir; dilbilgisi, anlambilim (veya sözdizimi) kuralları, deyimsel gelenekler, sayısız kişisel özellik ve kişinin yerel ortamından kaynaklanan belirli dil gelenekleri, çevremizdekilerle etkili bir şekilde iletişim kurmak için bilmemiz gerekenlerin büyük bir kısmını oluşturur. ***Tüm bu bilgilerin bilinçli zihin tarafından işlenmesi gerekseydi, basit bir sohbetin oluşması saatler, hatta günler alırdı.*** Dilin bu yönlerini bilinçdışı olarak öğrenmemiz, doğuştan geldiği kadar gereklidir de.

Pek çok kişinin dilbilgisini bu kadar zor bulmasının temel sebeplerinden biri, bilmemeleri değil, neden veya nasıl bildiklerini bilmemeleri ve bu yüzden virgülleri neden koyduklarını, sadece bu şekilde "kulağa daha hoş geldiği" dışında bir açıklama getirememeleridir. Ve bu kurallar bilinçli olarak öğretildiğinde, çoğu insanla etkili bir şekilde iletişim kurmak için bilinmeleri gerekmediği için, genellikle kolayca unutulurlar.

Yukarıdaki, bilinçdışı bilgi yapılarının günlük hayatımızda oynadığı rolün sadece küçük bir örneğidir; aslında bu yapılar neredeyse her düşünce ve eylemin temelini oluşturur ve bilinçli zihnin ürettiği her şeyin dayanağı olarak görülebilir. Bu nedenle, bilinçaltının *çoğunlukla uyuduğumuzda veya başka bir trans haline girdiğimizde eriştiğimiz gizemli bir diyar olduğu fikri özünde kusurludur* ; ***bilinçdışı zihin hayatımızın her uyanık anında aktiftir*** ve onsuz çevremizdeki dünyayı anlamamız neredeyse imkansızdır. Genel olarak konuşursak, sahip olduğumuz her algı, vardığımız her sonuç, yüz binlerce bilinçdışı bilgi parçasının işlenmesine dayanır.

Tüm bu bilgilere bilinçli olarak erişemiyoruz çünkü; bu o kadar bunaltıcı bir hal alırdı ki, işlev göremeyecek (ya da en azından hızlı bir şekilde işlev göremeyecek) bir noktaya kadar dikkatimiz dağılırdı; bu da vahşi doğada hayatta kalmamıza çok ters düşerdi; çünkü hayatta kalmamız çoğunlukla saniyenin çok küçük bir kısmında hayat kurtarıcı kararlar almaya bağlıdır.

Ayrıca, bilinçdışı zihindeki ve bilinçli zihindeki bilgiler tam olarak örtüşmediğinde, yani mantığımız ve inançlarımız bize bir şey söylerken "içgüdülerimiz" bize başka bir şey söylediğinde, zihinsel hastalıkların ve güçlü duygusal çatışmaların ortaya çıkma olasılığı yüksektir. Örneğin, panik içgüdüsü yaşayan bir kişi, bunu bilinçli olarak açıklamak için bir sebep arayacaktır (örneğin, "Kalp krizi geçiriyorum!"), bu da paniği daha da kötüleştirir. Bu süreç, tekrar tekrar, panik bozukluğunun gelişmesinin arkasında yatar.

Bilinçdışı zihnin yalnızca dış çevreden edindiği bilgilerden oluştuğu ve aşağıdaki süreçlerden sorumlu olduğu düşünülmektedir:

1. bilinçdışı öğrenme ve kişilik özelliklerinin gelişimi;
2. bilinçdışı öğrenmemizin yargılarımız, kararlarımız ve duygularımız (hem hislerimiz hem de tepkilerimiz) üzerindeki bilinçdışı etkisi; ve
3. Bilinçdışı bilgi sistemlerinde kendiliğinden meydana gelen çeşitli organizasyonlar ve yeniden organizasyonlar.

Üçüncü noktada da belirtildiği gibi, bilinçdışı bilgi sistemlerimiz katı olmaktan uzaktır; sürekli değişirler ve biz de onlarla birlikte değişiriz; bu da kişiliğin gelişimi ve değişimi olarak yorumladığımız şeye yol açar. Genellikle bu değişimler, bir bilgisayarın dış çevreyi işlemede giderek daha verimli hale gelmek için kendini yeniden düzenlemesi olarak görülebilir, ancak bazı durumlarda aynı süreçler, akıl hastalığı olarak adlandırdığımız uyumsuzluk durumuna yol açabilir.

**Yazar Hakkında** : Dr. Robert Williams bir psikoloji araştırmacısı ve öğretim görevlisidir. Austin'deki Teksas Üniversitesi'nden Psikoloji alanında doktora derecesine sahiptir ve Amerikan Psikanalitik Derneği (APsaA) üyesidir.