

7. BÖLÜM

KİŞİLİK GELİŞİMİ

Öğr. Gör. Emine İNCİ

1988 yılında Selçuk Üniversitesi Kız Sanat Eğitimi Yüksek Okulundan Anaokulu Öğretmeni olarak mezun olmuştur. 1990 yılında Aliğa Belediyesi Kreş ve Anaokulu'nun kurucu Müdürlüğüne atanmıştır. 1997 yılına kadar aynı kurumda yönetici olarak görev yapmıştır. Selçuk Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesinde lisansını tamamlamıştır. 1997 yılında Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, İlköğretim Bölümü, Okulöncesi Öğretmenliği ABD'nda öğretim görevlisi olarak çalışmaya başlayan yazar, 2002 yılından itibaren Adnan Menderes Üniversitesinde aynı kadroda görev yapmaktadır. Yaratıcı drama üzerine çalışmaktadır.



ÖĞRENME HEDEFLERİ

Bu bölüme çalıştıktan sonra;

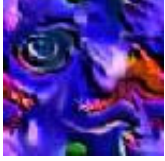
1. Kişilik, karakter ve mizaç kavramları arasındaki ilişkileri ve farklılığı açıklayabilecek.
2. Kişilik gelişimini açıklayan farklı yaklaşımları kavrayarak, öğrencilerinin kişilik gelişimlerini değerlendirebilecek,
3. Kişilik gelişimi yaklaşımları ile ilgili kuramsal bilgileri eğitim ortamında uygulamaya koyabilecek,
4. Kişilik gelişimi yaklaşımları göre, değişik yaş gruplarındaki kişilerin davranış nedenlerini anlamlandırabilecek,
5. Kişilik gelişim yaklaşımları çerçevesinde, karşılaşılan davranış sorunlarına çözüm önerileri geliştirebilecek,

Kavramlar

Kişilik

“İnsanın en ayırt edici özelliği onun bireyselliğidir. Onun gibi bir kişi dünyaya gelmemiştir ve bir daha da gelmeyecektir.”

GORDON ALLPORT



Yakın tarihlerde yaşadığımız Avrupa kupası final karşılaşmalarında, Türkiye de ve diğer ülkelerde yaşananları hemen hemen herkes yakından takip etmiştir. Milli takımın galibiyeti insanları mutlu etti, coşkulu bir şekilde başarıyı kutladılar. Malubiyet ise insanların ortak üzüntüsü oldu. Bütün ülkeyi ilgilendiren bu tür olayların insanlarda benzer tepkiler yarattığını çevremizde gördük ve yazılı ve görsel basından takip ettik. İnsanların temelde ne kadar benzediğini göstermek için bu olay örnek olarak verilebilir.

Fakat bu tür olayları detaylı bir şekilde değerlendirecek olursak, böyle bir olayda bazı insanların, bu büyük çoğunlukla aynı davranmadığını da tanık olduk. Bazıları dost ve arkadaşları ile galibiyet sevincini kendi arasında, kimseye rahatsızlık vermeyecek bir şekilde yaşarken, bazıları ise hayat memat meselesi haline getirip adam dövüp insan öldürdüler, havaya kurşunlar yağdırıp küçük çocukların yaralanmalarına ve ölümlere neden oldular. Bu da bize insanların bazı yönlerden benzer olmadıklarını ve pek çok kendine özgü farklılıklara sahip olduklarını gösterir. İşte bizim konumuzda bu kendine özgü farklılıklardır ve bu farklılıklar, kişilik dediğimiz kavramın bir parçasıdır.

Bu örnekten sonra kişilik nedir? Diye soracak olursak, kişiliğin bütün herkese yanıt olabilecek tek bir tanımını vermek oldukça güçtür. Çünkü psikologların üzerinde anlaştığı tek bir kişilik tanımı yoktur. Bu nedenle burada birden fazla tanımdan bahsedeceğiz. *Kişilik*; bireyin kendine özgü ve ayırıcı davranışlarının tümüdür⁽²¹⁾. Bir başka ifade ile insanları biricik kılan davranışları ve bu davranışları ortaya çıkaran faktörlerin bütünüdür. Cüceloğlu'na göre (1994) kişilik; bireyin iç ve dış çevresiyle kurduğu, diğer bireylerden ayırt edici, tutarlı ve yapılaşmış bir ilişki biçimidir. Kişiliğin diğer bir tanımı ise; bireyin kendisinden kaynaklanan tutarlı davranış kalıpları ve kişilik içi süreçler şeklindedir⁽¹⁰⁾. Kişilik; Kişinin fiziksel ve toplumsal çevrelerle etkileşim tarzını tanımlayan ayırt edici ve belirleyici düşünce, duygu ve davranış örüntüleri olarak tanımlanır⁽⁴⁾.

Yukarıdaki tanımlar incelendiğinde; bireyin davranışlarının diğerlerine göre ayırt edici, tutarlı, yapılaşmış ve kişilik içi süreçler gibi ortak noktaları olduğu saptanabilir. Bu tanımlardaki ortak noktaları, biraz ayrıntılandırarak olursak, bir ki-

şinin davranışlarının diğer insanlara göre farklı olmasının birçok nedeni vardır. Bu nedenleri iki grupta toplayabiliriz: Bunlar, genetik ve çevresel faktörlerdir. Bu faktörler, doğum anından itibaren etkilidir. Ana babalar çocuklarına hem kendi genlerini hem de içinde yaşadıkları çevreyi sunarlar. Bunlar ana babanın kendi genlerinin işlevleridir.

Örneğin, yüksek zekâya sahip ana babaların çocukları da büyük bir olasılıkla yüksek zekâya sahip olacaklardır. Aynı zaman da yüksek zekâya sahip ana babalar çocukları için daha uyarıcı bir çevre hazırlayacaklardır. Hem çocukları ile etkileşerek, kitaplar okuyarak, müzik dersleri aldırarak, geziler düzenleyerek, hem de diğer deneyimler çocuğun kişiliğini olumlu etkileyecektir. Kalıtım-çevre etkileşiminin, kişilikteki ayırt edici özelliklerin ortaya çıkmasında pozitif bir etkisinin olduğu söylenebilir. Çünkü her birey farklı genotipe ve çevreye sahiptir. Aynı şekilde, düşük zekâlı ana babalardan doğan çocuklarda büyük bir olasılıkla kalıtsal dezavantajların yanında onlara sağlanan çevrede bu paralelde olacağı için kişilik özellikleri bakımından farklılıklar göstereceklerdir.

Tutarlı davranış kalıplarıyla anlatılmaya çalışılan ise; bu davranış kalıplarının her zaman ve her durum içinde gözlenebilecek olmasıdır. Her zaman başkalarına yardım eden bir kişi için, yardıma ihtiyacımız olduğunda onu yanımızda bulursak “tam da senden beklediğim bir davranıştı” diye bir yorumla ona bu kişilik özelliğini ifade etmiş oluruz. Fakat bazen insanlar genel kişilik özelliklerini her ortamda göstere-meyebilirler. Çok konuşkan, dışa dönük bir insanın ciddi ortamlarda çok konuşması beklenen bir davranış değildir.

Yapılanmış kavramıyla kişiliğin çok sayıda özelliğin bir araya gelerek oluşan bir bütün olduğunu ve bütünü oluşturan özellikler arasında bağlantılı bir örüntünün olduğunu ifade etmiş oluruz. Diğer bir ifadeyle bir insan için “iyi kalpli, yardım sever, duyarlı, hassas, sakin, uysal” vb. Özellikleri sayarsak bir çelişki görmeyiz. Bu şekilde kişiliği tanımlanan bir insanın özellikleri birbiriyle uyumlu ve tutarlıdır. Bütün bu özelliklere ek olarak “saldırgan” özelliğini eklersek özellikler arasında uyumlu ve tutarlı bir örüntünün olmadığı görülür⁽¹³⁾.

Kişilik içi süreçler, nasıl davranacağımızı ve hissedeceğimizi etkileyen ve içimizde gelişen bütün duygusal, güdüsel ve bilişsel süreçleri kapsar⁽¹⁰⁾. Buraya kadar kişilik psikologlarının da üzerinde uzlaşamadıkları kişilik kavramını açıklamaya çalıştık. Konunun akışı içinde kuramların anlatılmasıyla bu konudaki görüşünüzün netleşeceğini umuyorum.

Karakter

“Bize insan davranışından daha tanıdık ve daha önemli gelen bir şey yoktur. Buna karşın, insan davranışının en iyi anladığımız şeylerden biri olduğunu söyleyemeyiz.”

B.F. Skinner



Karakter, kişilikle eş anlamda ve kişiliğin ahlaki yönünü anlatmak için kullanılır. Enç (1980) karakteri “Törel ve törel değerlerle ilgili olarak, kişinin güçlülere karşın, göreceli, düzenli ve sürekli tepki yapmasını sağlayan özelliklerden oluşan dizgilenmiş bütünlük” şeklinde tanımlamıştır. Diğer bir tanımda ise karakter, kişiye özgü davranışların bütünü olup insanın bedensel, duygusal ve zihinsel etkinliğine verdiği değer olarak ifade edilir⁽²⁰⁾. Çocuğun davranışlarına, çevrenin verdiği tepkiler karakterin biçimlenmesinde önemli bir yere sahiptir. Karakter, insanın içinde yaşadığı çevrenin toplumsal değerlerinden ve ahlak kurallarından oluşur, aile, okul, çevre içinde çocukluk çağından itibaren gelişmeye, şekillenmeye başlar. Genellikle içinde yaşanılan toplumda, iyi, güzel, doğruyu tercih etmek olumluluk olarak değerlendirilir. İyi, güzel ve doğru zaman içinde toplumdan topluma ve gruptan gruba değişebilir. Fakat insan hakları ve eşitliği üzerine temellenmiş toplum kuralları ve değerleri her toplumda ve grupta varlığını korur. Çünkü bu değerler ve kurallar insanın kendisiyle ve çevresiyle uyumlu ve çatışmasız yaşamasının anahtarıdır.

Karakter eğitimle olumlu ve güzel bir şekillenme gösterebilir. Havuz ne kadar temizse içinde yaşayan balıklarda o kadar temizdir. Örneğin bir toplumda başkalarının haklarına saygı gösterilmesi geçerli bir kurala, çocuk ilk yaşlardan başlayarak bunları kişiliği içinde özümser ve benimser. Birey, ahlak ilkelerini ve toplumun değerlerini özümlediği ve etkili bir davranış düzenlemesi yaparak, eylemde bulunduğu zaman karakter ortaya çıkmaya başlar. Çocuğa sunulan doğru, iyi, güzel olan değerler onun kişiliğinin bir parçası haline gelir.

Mizaç

Oyun parkına gidip orada oynayan çocuklar gözlemlendiğinde, daha 2-3 yaşındaki çocukların bile aralarındaki davranış farklılıkları olduğu gözlemlenir. Daha dikkatli bir gözlemlerle, bazı çocukların hareketli, bazılarının sakin, bazılarının da neşeli ya da sık sık ağladıkları görülebilir. Bu farklılıkların nedenlerini düşünmeye başlanır. Tabi ilk akla gelen günah keçileri olan ana babalardır. Çünkü her çocuğun evde gördükleri tepkilerin değişik olduğu düşünülür.

Bu konuda yapılan araştırmalar, genel davranış tarzlarının doğuştan geldiğini göstermektedir. Bu genel davranış tarzlarının oldukça kararlı olduğunu ve kişinin yaşamı boyunca kişilik özelliklerinin gelişimini etkilediği ileri sürülmektedir. İn-

sanlar, belirli davranış türlerine karşı oldukça geniş eğilimlerle dünyaya gelmektedirler. Psikologlar bu genel davranışsal eğilimlere **mizaç** adını verir. Allport, mizacı “bireyin kendine özgü duygusal doğaya sahip olma olgusu olarak tanımlamıştır⁽¹⁰⁾. Mizacı, kalıtsal temeli olan özellikler, çoğunlukla da aşırı duygusallık ve etkilenebilirlik ile bağlantılı davranışların sonucu olan ve erken yaşlarda ortaya çıkan bireysel özellikler olarak tanımlamaktadır⁽⁵⁾. Psikologlar doğuştan gelen bu genel eğilimlerin kararlı kişilik özelliklerine nasıl dönüşeceğini, kişinin kalıtsal eğilimlerinin ve içinde yaşadığı çevrenin karmaşık bileşkesine bağlamaktadırlar.

Mizaç araştırmacıları incelendiğinde, hem yetişkinlere hem de çocuklara uygulanabilen, geniş kabul görmüş bir mizaç modeline göre; mizacın üç boyutu olduğu ifade edilmektedir.

Mizaç ve Karakter özelliklerinizin oluşmasında etkili olan faktörleri hiç düşündünüz mü?

Bunlar; **duygusallık, etkinlik ve sosyalliktir.**

MODEL	ÇOCUKLUK	YETİŞKİNLİK
Duygusallık: Duygusal tepkilerin yoğunluğunu açıklamaktadır.	Çok sık ağlayan ve korkan, öfkelenen çocukların bu boyutu yüksektir.	Morali çabuk bozulan ve sinirlenen yetişkinler de genel duygusallığı yüksek insanlardır.
Etkinlik: Kişinin genel enerji düzeyini açıklamaktadır.	Sürekli hareket eden çocuklardır. Hareketli oyunları tercih ederler. Bir süre oturmaları istendiğinde kıpırdanmaya ve huzursuzlaşmaya başlarlar.	Etkinlik huyu yüksek olan yetişkinler hep ayakta, boş zamanlarında hareketli şeylerle ilgilenirler. Zamanlarının çoğunda meşguldürler.
Sosyallik: Kişinin başkalarıyla yakınlık kurma ve etkileşime girme eğilimini anlatır.	Cana yakın çocuklardır, birlikte oynayacak arkadaş arar. İnsanlardan hoşlanır ve anında yanıt verir.	Bu huya sahip yetişkinlerin de çok sayıda arkadaşı vardır ve onlarla zaman geçirmekten hoşlanır.

Bu araştırma sonucuna göre; bebeklerin farklı mizaçlarda olduğu ve mizacın büyük oranda kalıtsal temele dayandığı söylenebilir.

Bir başka araştırma da ise; okulöncesi çocuğunun huylarına bakarak yetişkinlikte nasıl bir insan olacağını belirlemesi üzerine çalışılmıştır. Bu çalışmada Yeni Zelanda'nın Dunedin şehrinde 1 Nisan 1972 ve 31 Mart 1973 yılları arasında doğmuş bebeklerin % 91'nin 3 yaşındayken huyları ölçülerek, üç huy tarzına rastlanmıştır. **Uyumlu, kontrolsüz ve çekingen** huy grubuna sahip bebeklerin ergenliğe ve yetişkinliğe geçiş yıllarındaki kişilik gelişimi ve davranışları incelenmiştir. Uyumlu çocuklar; sağlıklı ve uyum gösteren birer yetişkine dönüşmüşler-

dir. Kontrolsüz çocuklar; ilkokul yıllarında ve ergenlikte, kavga etme, yalan söyleme, okulda ve evde kurallara karşı çıkma sorunları yaşamışlardır. Genç birer yetişkin olduklarında, yasalara uymakta, iş bulmakta ve ilişkileri devam ettirmekte sorunlar yaşamışlardır. Çekingen çocukların ise büyürken kaygı duyma ve telaşlanma sorunları görülmüştür. Yetişkin çağında da, fazla sosyal ilişkisi olmayan, depresyona yatkın kişiler olmuşlardır. Mizaç, yetişkin kişiliğinin ve davranışının tek belirleyicisi olmasa da bu ve diğer araştırmalar huylarımızın, kişilik gelişiminde önemli rol oynadığını göstermektedir⁽¹⁰⁾.

Araştırmacılar, mizacın süreklilik gösterip göstermemesinin, çocuğun kalıtsal özellikleri ile çevre arasındaki etkileşiminin bir işlevi olduğunu vurgulamışlardır. Çocuğun mizacı ile ev ortamı arasındaki uyumun, sağlıklı gelişimin anahtarı olduğuna inanan araştırmacılar, zor bir çocuğun ana babası mutlu ve istikrarlı ev yaşamı sağladığında, çocuğun olumsuz zor davranışları yaşı ilerledikçe azalır görüşünü ileri sürmüşlerdir. Thomas ve Chess, bir örnek olay olarak Carl'ı ele almışlardır. Carl, yaşamının ilk birkaç ayından 5 yaşına kadar zor mizaçlı olmuştur. Carl'ın babası, oğlunun "sert" mizacını iyilikle karşıladığını ve onun yeni durumlara başlangıçta gösterdiği olumsuz tepkilere izin verdiği için, Carl'ın giderek "kolay" hale geldiğini. Carl 23 yaşına geldiğinde kesinlikle "kolay" mizaç grubunda sınıflandırıldığını. Bununla birlikte, Carl'ın özgün mizacının yaşam koşullarının her değişmesinde tekrar ortaya çıktığını belirtilmiş. Örneğin, çocukluğunun geç bir döneminde piyano dersleri aldığı ve üniversiteye başladığında zor mizaç özelliklerinin görüldüğünü ifade etmiştir⁽⁴⁾.

Özetleyecek olursak, yetişkin kişilikleri hem kalıtsal mizaç hem de çevre tarafından belirlenmektedir. Hatta mizaç çevreyi etkilemekte, çevre de huyun kararlı kişilik özelliklerine dönüşümünü şekillendirmektedir. Ancak yine hiçbir çocuk, anne babasının ve toplumun hiçbir etkisinin olmayacağı bir şekilde, önceden belirlenmiş bir kişilikle dünyaya gelmez.

Kişilik Kavramına Altı Yaklaşım

Bölüme başlarken, önce kişilik kavramı tanımlanmaya çalışıldı. Fakat psikologların üzerinde anlaştıkları ortak bir tanımın olmadığından bahsedilmişti. Bu nedenle birden fazla tanım üzerinde duruldu. Bu kısımda ise; böylesi anlaşılması güç olan kişilik kavramı farklı yaklaşımlar ve kuramlarla açıklanmaya çalışılacaktır. Bunlar psikanalitik yaklaşım, ayırıcı özellikler yaklaşımı, biyolojik yaklaşım, insancıl yaklaşım, davranışsal /sosyal öğrenme yaklaşımı ve bilişsel yaklaşımdır. Kişilik konusunda bütün yaklaşımları öğrendikçe, her yaklaşımın kişilik kavramıyla ilgili farklı bir sorunuzun yanıtını bulacak, kendi kişiliğinizin yanı sıra çevrenizdeki insanların davranışları ve nedenleri konusunda da daha bilinçli olmanızı sağlayacaktır.

Psikanalitik Yaklaşım (Sigmund Freud 1856-1939)



Psikanalitik yaklaşımın yaratıcısı **Sigmund Freud**'dur. Psikolojik rahatsızlıkları tedavi etmek için psikoterapi sistemini geliştirmiştir. Asıl mesleği nörolog olan Freud "sinir" bozukluğu olan hastaları tedavi etmiştir. Bu yöntemde başarısızlığa uğrayınca "Hipnoz" tekniğini kullanmıştır⁽⁴⁾. Rahatsızlıkların çoğunun fiziksel değil psikolojik kökenli olduğunu fark etmiştir. Hipnozla yaptığı deneyler aracılığıyla rahatsızlıkların nedenlerinin, beynimizin bilinç düzeyine kolaylıkla çıkmayan kısmında gömülü olduğunu anlamıştır. **Hipnoz** tekniğinde hastalar sorunlarını baskı-

sız ve açıkça anlatabiliyorlar, uyandıklarında ise rahatlık duyuyorlardı. Freud, genellikle histeri hastaları üzerinde bu yöntemi kullanmaya devam etti. Histeri, çoğunlukla körlük, sağırılık, yürüyememe ve konuşamama gibi fiziksel belirtilerle kendini gösteren bir rahatsızlıktır. Fakat bu yöntemin sınırlılıkları onun başka yöntemler aramasına neden olmuştur⁽¹⁰⁾. Freud, giderek hipnozdan vazgeçerek ve hastalarını uyanırken, düşünce düzenini ve ahlak kurallarını gözetmeksizin özgürce konuşmaya yöneltti. Bu yöntemle hastalar içsel engellerini yenebiliyorlar, unutulmuş anılarına inebiliyor ve giderek sorunlarını açıkça tartışabilir bir duruma gelebiliyorlardı. **Bu yeni yöntemle serbest çağrışım ve bu yöntem aracılığıyla hastaların içsel dünyalarına inerek kendilerini daha iyi tanımalarına ve daha sağlıklı bir uyum düzeyine erişebilmelerine olanak sağlayan ilkelere de psikanaliz adı verildi⁽¹⁹⁾. Freud hastalarıyla çalışırken önemli bir keşifte bulunmuştu. Hastalarıyla yaptığı serbest çağrışım sırasında ortaya çıkan anıların genellikle çocukluk yıllarında yaşanmış sarsıcı cinsel deneyimler olmasıydı. 1900 ve 1910 yılları arasında libido adını verdiği teorisini geliştirmiştir. Freud hastalarından ilham alarak keşfettiği cinsel güç özelliğini libido ile açıklamıştır. Ona göre her birey doğuştan içgüdüsel bir yapıda olan libido ile doğmaktadır⁽²⁵⁾. Freud'un nevrozların nedeninin cinsel nitelikli çatışmalardan kaynaklandığını belirtmesi o dönemde çok yadırganmıştır.**

Freud ruhsal yapıyı buzdağına benzetmiştir. Buzdağının suyun üzerinde kalan küçük bölümüne bilinç bölgesi, suyun yüzeyine yakın kısmına bilinç öncesi ve suyun altında kalan büyük bölüme ise bilinçdışı adını vermiştir. Bilinçdışı alanındaki ihtiyaçlar ve istekler, bastırılmış düşünceler, davranışlara yön vermektedir. Bilinci çözümlemeye yönelik yaklaşımın, insan davranışlarına yön veren güdülerin anlaşılabilmesi için yeterli olamayacağı gerçeğini de ortaya koymuş oluyordu. Hastalarının iç dünyalarına inebilmek için kullandığı diğer bir veri ise rüyalar. Freud rüyaları, "bilinçaltına giden ana yol" olarak tanımlamıştır. Bilinçaltı dürtülerini anlamak için hastaların rüyalarındaki simgeleri yorumlamıştır. Freud **"bastırma"**

savunma mekanizmasını psikanalizin temel taşlarından biri olarak tanımlamıştır. Ancak savunma mekanizmalarını tanımlamak öğrencilerine kalmıştır. Freud, yapısal kişilik kuramı, topografik kuram ve psikososyal gelişim kuramını geliştirerek psikolojinin gelişimine büyük katkılarda bulunmuştur.

Topografik Kuram

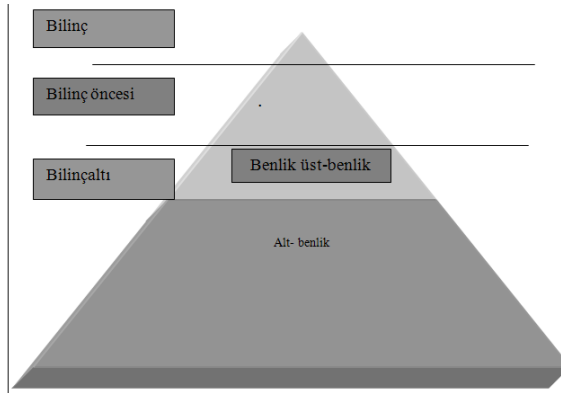
“Masum rüyalar...kuzu postuna bürünmüş birer kurttur. Bunları çözümlemeye kalkıştığımızda göründüklerinin tam tersi gibi oldukları ortaya çıkar”

SİGMUND FREUD



Psikanalitik kuramı geliştiren Sigmund Freud, yirminci Yüzyılın en büyük entelektüel simalarından biridir. Psikanalitik kişilik değerlendirmesi, bilimsel kuram olarak eksiklikleri ne olursa olsun bugüne kadar oluşturulmuş en kapsamlı ve etkin kişilik kuramı olarak kalmaya devam etmektedir. Nörolog olan Freud, geleneksel tıp prosedürlerini kullanarak “sinir” bozuklukları olan hastaları tedavi etmiştir. Bu uygulamalar başarısızlığa uğradığı için **hipnoz tekniğini** kullanmış, ancak daha sonra bu teknikten vazgeçmiş ve **serbest çağrışım** yöntemini keşfetmiştir. Bu yöntemde hastadan aklına gelen her şeyi, ne kadar saçma ya da sıkıcı olduğuna bakmadan söylemesi istenir. Bu sözlü çağrışımları dikkatle dinleyen Freud, bilinçdışı arzu ve korkuların dışavurumu olarak gördüğü tutarlı temaları keşfetmiştir(4).

Freud bu sistemi bir buzdağına benzetmiştir. Buzdağının üstünde görünen küçük bölüme **bilinç** adını vermiştir. Bu bölümde kolaylıkla hatırlayabildiğimiz deneyimlerimiz ve o anki farkındalıklarımız yer almaktadır. Size bir soru sorulduğunda anında yanıt verebiliyorsanız bu bilgi bilinçte yer almaktadır.



Şekil 1. Alt-benlik, Benlik ve Üst-benliğin Üç Bilinç Düzeyine Göre İlişkisi.

Bilinç hatırladıklarımızı temsil etmektedir. Suyun altında kalan daha büyük kısmı oluşturan bölüme ise **bilinç öncesi** ve **bilinçdışı(-altı)** ismini vermiştir. Bu bölüm, zorlukla hatırlayabildiklerimizi ve hatırlayamadıklarımızı temsil etmektedir. Bilinç öncesi, bireyin yaşantılarına dikkatini yoğunlaştırarak hatırlayabildiklerini temsil etmektedir. Şu anda bir lise arkadaşınızın ismini hatırlamaya çalışıyorsanız ve hatırladıysanız, bu bilgi bilinç öncesinden bilinç düzeyine gelmiştir. **Bilinçaltı**, hatırlayamadıklarımızı temsil etmektedir⁽¹⁷⁾.

Bilinçaltı farkında olmadığımız arzu, istek, dürtü, duygu, düşünceleri temsil etmektedir. Bilinçaltındaki bu arzu, istek, dürtü, duygu ve düşünceler sürekli davranışı etkiler, ne var ki biz bu etkinin farkında olmayız⁽¹³⁾. Freud, bütün düşüncelerin, duyguların ve eylemlerin nedenleri olduğunu açıklamış ve bunların çoğuna doyuma ulaşmamış dürtülerin ve bilinçdışı arzuların yol açtığını da ileri sürmüştür. Rüyaların, nüktelerin, unutma ve dil sürçmelerinin, yasaklanan itkilerin ya da gerçekleşmemiş arzuların tatminiyle, psikolojik gerilimin giderilmesine hizmet ettiğini öne sürmüştür⁽⁴⁾.

Yapısal Kişilik Kuramı

"Alt- benlikle olan ilişkisinde, benliğin rolü at sırtındaki bir adam gibidir. Atın daha üstün gücünü sürekli denetlemek ama bir yandan da gitmek istediği yöne doğru atı sürmek zorundadır"

Sigmund Freud



Freud zamanla topoğrafik kuramın insan davranışlarının nedenlerini açıklamada yetersiz kaldığını fark etmiştir. Bilinç, bilinç öncesi ve bilinçaltı öğelerin varlığını bilmek bireyle ilgili fikir vermektedir. Fakat davranışa yön veren güç ile ilgili konu karanlıkta kalmaktadır. Freud, bu konudaki eksiklikleri gidermek amacıyla yapısal kuramı geliştirmiştir. Yapısal kurama göre, kişilik biyolojik temele dayalı **id, ego, süper ego olmak üzere üç sistemden oluşmaktadır**. Bu üç sistem sürekli birbiriyle etkileşerek insan davranışlarını yönlendirmektedir.



Davranışlarınız üzerinde hangi sistemin daha etkili olduğunu düşününüz?

İd (İlkel Benlik, İlk Ben); kişiliğin doğuştan var olan, mantıksız, bilinçsiz, hırslı ve bencil ögesidir. Her durumda zevk almaya çabalar. Beklemeyi bilmez, bebeklerin kişiliği bir anlamda tamamen id'dir denilebilir. Bebekler mantıksal tutarlılık,

toplumsal sınırlamalar, koşullar veya diğer insanların sorunlarıyla ilgilenmezler. **Beslenmek, altlarının değiştirilmesi,** dokunulmak veya kucağa alınmak istedikleri zaman sabırsızlıkla ağlarlar⁽⁸⁾. Freud, saldırganlığın temel bir biyolojik dürtü olduğuna inanıyordu. Cinsel ve saldırgan dürtülerin de kişiliğin yaşam boyunca en önemli içgüdüsel belirleyicileri olduğuna inanıyordu. İd, bu dürtülerin derhal doyurulmasını ister. Çocuktaki gibi zevk ilkesi üzerinde işler; dışsal koşullara bakmaksızın, haz almaya ve acıdan kaçınmaya çalışır.

Ego (Ben, Benlik); bireyin ne olduğu, ne olmak istediği ve çevresinde nasıl tanındığı konularındaki bilinçli bölümü, başka bir deyişle, kişiliğinin en önemli savunma düzenlerinin işlediği bölümdür ⁽²¹⁾. **İki yaş ve daha küçük çocukların, kişilik yapısının ikinci kısmı ego gelişmeye başlar. Ego gerçeklik ilkesine göre hareket eder. Benliğin birinci görevi, alt-benliğin dürtülerini (açlık, susuzluk, saldırganlık vb.) tatmin etmek; ama bunu yaparken içinde bulunulan durumun gerçeklerini de dikkate almaktır.** Çünkü alt-benliğin dürtüleri genellikle toplumsal olarak uygun olmayan biçimde ortaya çıkar, benliğin görevi dürtüleri bilinçaltında tutmaktır. Benliğimiz, beynimizin bilinç, bilinç öncesi ve bilinçaltı kesimlerinde serbestçe hareket edebilir⁽¹⁰⁾. İdden gelen taleplerin, değerler sistemi (süperego) ile çatışmasını önlemeye çalışır. Dolayısıyla ego kişiliğin yürütme aygıtıdır. İdin taleplerinin gerçekler (nesnel) dünyası ve süperego arasındaki çatışma durumlarında bireyin kaygısını azaltmaya yönelik savunma mekanizmalarını geliştirir.

Süperego; Kişiliğin üçüncü ve son gelişen kısmı süperegodur. Çocuk beş yaşına geldiğinde oluşur. Bu sistem çocuğa ana babası tarafından aktarılan geleneksel değerlerin ve toplumsal kuralların içsel temsilcileridir. Üst-ben bize neyi yapabileceğimiz ve yapamayacağımız konusunda kısıtlamalar getirir. Bütün açıklanan sistemleri örnekleyecek olursak, eğer arkadaşınızın evindeyken masanın üzerinde duran bir miktar para görürseniz, alt benliğiniz bu parayı almanızı ister. Benliğiniz parayı yakalanmadan nasıl alabileceğinizi bulmaya çalışır. Parayı kimseye yakalanmadan almanın bir yolunu bulsanız bile üst-benliğiniz bunu yapmanıza izin vermez. Para çalmak, yakalanmadan yapılsa bile, toplumun ahlaki değerlerine aykırıdır. Süper ego kişiliğin ahlaki yönüdür. İki alt sisteme ayrılır. Bunlar kişiliğin vicdan boyutu ve benlik ülküsüdür. Süper egonun üç temel işlevi ise, idden gelen dürtüleri bastırmak ve ketlemek, egoyu gerçekçi amaçlar yerine törel amaçlara yöneltmeye çalışmak ve kusursuz olmaya çabalamaktır ⁽³⁾.



Freud'a göre sağlıklı bir ruh yapısı için egonun temel işlevlerini yerine getirmesi gerekir. İd, ego, süper ego dengeli ve uzlaşır durumda ise bireyin davranışlarının sağlıklı olması beklenir. Gerçeklik ilkesine göre hareket etmeyen id veya süper ego'nun baskın olması durumunda ruhsal bozukluklar meydana gelir. Ya birey toplum kurallarını kendi üzerinde hakim kılarak kendi ihtiyaçlarını aşırı şekilde bilinçaltına atarak

sıkıntı yaşar ya da toplum kurallarını bir kenara iterek ilkel ihtiyaçlarını ne pahasına olursa olsun karşılamaya çalışır. Her iki durumda da ruhsal dengenin bozulması söz konusudur ⁽²⁵⁾.

Psikoseksüel Gelişim Dönemleri

Freud, yetişkinlikte sahip olduğumuz kişiliğin temellerinin, yaşamımızın ilk beş ya da altı yılındaki deneyimlerimizle oluştuğunu savunur. Yetişkin kişiliğimizin oluşmasında çocukluk yıllarının önemli olduğunu ifade eder. Freud, psikolojik olguları genellikle cinsel bir çerçeve içinde yorumlamıştır. Freud'a göre, her birimiz çocukluğumuzda birtakım gelişim dönemlerinden geçeriz. Her dönemin belirleyici özelliği, cinsel yönden birincil derecede duyarlı bölgedir ve her evrenin yetişkin kişiliğine bir etkisi olduğu için bu dönemlere **psikoseksüel gelişim dönemleri** adı verilir. Gelişim dönemlerinin önemi **Saplanma** kavramında yatmaktadır. Freud, kişiliğin libido adı verilen psişik enerji ile harekete geçtiğini inanıyordu. Freud çocukların bu psikoseksüel dönemlerden geçerken bazı zorlukları ve krizleri aşmak zorunda olduğunu, ancak psikolojik olarak işlev görmeye devam edebilmek için, bu krizleri aşarken benliğimizin ekonomik davrandığını ve az miktarda libido kullandığını ifade etmektedir. Çocukların, bu dönemlerin birinde sarsıcı bir deneyim ya da aşırı derecede tatmin yaşadığında, orada bol miktarda libido saplanır. Bu durumda benlik de normal yetişkin işlevlerini sürdürebilmek için normalde, gereken enerjiden daha azıyla yetinmeye çalışır.

Oral Evre; yaşamın ilk 18 ayı boyunca devam eder. Bebeğin ihtiyaçları, algılamaları ve kendilerini anlatım yolları daha çok ağız, dudaklar ve dil gibi organlar aracılığıyla gerçekleşir. Bu dönemde bu organlar, cinsel yönden birinci dereceden duyarlı bölgeleri oluşturur. Ağız bölgesinde algılanan başlıca duyular, açlık, susuzluk, anne memesi ya da onun yerine geçen nesnelerin oluşturduğu ve hoşlanma duygusu yaratan dokunma uyarımları, yutma ve doymaya ilişkin duyulardır. Oral dürtülerin iki ögesi bulunur. **Libidoya yönelik öge (oral erotizm)**, oral gerginliğin yarattığı açlık, susuzluk gibi ihtiyaçlara son vermeyi amaçlar. Amaca ulaşması **oral doyum sağlar**. Emzirme sonunda gözlemlendiği gibi, bir rahatlama ve suskunluk yaratır. **Saldırgan öge (oral erotizm)**. Oral dönemin son aylarında oral erotik öğelerle birlikte varlığını sürdürür. Oral saldırganlık ısırma, çiğneme, tükürme ve ağlama tepkileriyle anlatım bulur. İnsanda var olan yıkıcı eğilimlerin ilk belirtileridir⁽¹⁹⁾. Oral dönemdeki temel haz kaynağı emme olduğu için çocuğun memeden erken ayrılması ya da uzun emzirilmesi bu döneme bağımlı olmasına neden olur. Emme gereksinimleri daha sonraki yıllarda da devam eder⁽²⁾. Bahsedilen sorunlar, psişik enerjinin saplanmasına ve oral kişilik özelliklerinin gelişmesine neden olur. Oral kişiliğe sahip yetişkinler, diğer insanlara bağımlı olur. Öte yandan dişler çıktıktan sonra yaşanan bir saplanma, yetişkin insanda aşırı saldır-

ganlığa yol açar. Bu tip insanlar genellikle ağız yoluyla tatmin olmayı isterler. Çok sigara ve içki içen ya da ellerini sürekli ağzına götüren yetişkinler oral kişilikli olarak nitelendirilebilir.

Anal evre; Freud yaşamın ikinci yılına anal evrenin başlangıcı demiştir. Bir buçuk yaşından üç yaşına kadar sürer. Erken ve geç olarak iki ayrı gelişme zamanına ayrılabilir. Freud bu evrede çocuğun dışkıyı tutmaktan ve bırakmaktan haz aldığına inanıyordu. Doyum kaynağı dışkı yolunun sonundaki kaslardır. Amaç, dışkılama, tahrip ve yok etmedir ⁽²¹⁾. Geç dışkılama döneminde, dışkılama, tahrip, yok etme amacına tutma ve saklama da eklenir. Çocuk dışkılama üzerindeki denetimi artırarak kendinin olan bir nesneyi dışarı vermeme alışkanlığı kazanır. Erken dışkı döneminde benlik **egonun** gelişmesi son aşamada olup, geç dönemde **üst benlik (süper ego)** gelişmeye başlar. Her iki dönemde de nesne ilişkisi kendine dönük ve özseverdir.

Anüs kasları üzerinde denetim kazanma, oral dönemin edilgin var oluş biçiminden etkinliğe doğru geçişi de içerir. Bu dönemde yer alan tuvalet eğitimi sırasında, dışkıyı tutma ya da boşalma konusunda anne ile olan çatışmalar sonucu çocuk, bir yandan bağımlılık duyguları, öte yandan ayrılma, bireyselleşme ve bağımsızlaşma isteklerini içeren karşıt duyguları birlikte yaşar. **Değerli bir nesne olarak algılanan dışkıyı tutmaktan ya da bir armağanmışçasına anneye sunmaktan duyulan cinsel temelli hoşnutluğa anal erotizm** denir. Dışkıyı güçlü ve yıkıcı bir silahmışçasına saldırgan duygularla püskürtme eğilimine **anal sadizm** denir ⁽¹⁹⁾. Bu hazlar, çocuğa tuvalet eğitimi vermeye çalışan ana babayla çatışmasına yol açar ve bunlar çocuğun dayatılmış ilk denetim deneyimini oluşturur ⁽⁴⁾.

Anal dönemdeki tuvalet eğitimi anne-çocuk ilişkisi çok önemlidir. Çünkü bu dönemde çocuğun özerklik girişimleri sadece dışkının denetimi ile sınırlı değildir. Çocuk yürüyebilmekte, ellerini kullanabilmektedir. Denetleyebildiği alan artmıştır. Anne çocuğun diğer özerklik çabalarını denetleyebilmektedir. Ancak, annenin temel ilgisi tuvalet eğitimi üzerinde yoğunlaşmıştır. Çocuğun dışkıyı denetleyebilmesi ve denetleyemediği durumlarda suçlanmaması, utandırılması çocuğun özerklik duygusunun gelişmesine yardımcı olur. Çocuğun, suçlanması ve utandırılması özerklik kazanma, bireyselleşme yolunda ilk engellerden birini oluşturur. Anal dönemde tuvalet eğitimi barışçı yollardan kazandırılması çeşitli sorunlara zemin oluşturur. Bu dönemdeki sarsıcı tuvalet eğitimi, burada bir saplanmaya ve anal kişiliğe yol açabilir. Anal kişiliğe sahip kişiler, tuvalet eğitiminin ne şekilde geçtiğine bağlı olarak, aşırı derecede düzenli, inatçı, cimri ya da cömert olabilirler.

Fallik (erkeklik organı) Evresi; Üç -altı yaş arasındaki bu dönemde, penis ve klitoris cinsel yönden en duyarlı bölgedir. Bu evrede çocuklar genital organlarıyla oynamaktan haz almaya başlarlar. Erkekler ve kadınlar arasındaki farklılıkları gözlemlerler ve uyanan cinsel isteklerini karşı cinsten olan ebeveyne yöneltirler⁽⁴⁾. Freud Yunan mitolojisinden esinlenerek, kız çocuklarının yaşadığı çelişkiye Elektra Kompleksi, erkek çocuklarının yaşadığı çelişkiye Oedipus Kompleksi adını vermiştir⁽¹³⁾. Mitolojide geçen bu trajedi ise şöyledir; Sophocles'in trajedisinde konu olarak işlenen Kral Oedipus, Teb kentinde saltanat süren Kral Laios ve Kraliçe Jocasta'nın erkek çocuklarıdır. O zamanın kâhinleri Kral Laios'a yeni doğan Oedipus'un büyüyünce kendisini öldüreceğini ve annesiyle evleneceğini söylemeleri üzerine Kral, çocuğun dağ başında ölüme terk edilmesini buyurur. Dağ başında çocuğu sağ olarak bulan çobanlar onu Korent Kralına götürürler. Çocuğu olmayan Kral, Oedipus'u büyütür. Kâhinler Oedipus'a Teb kentine dönmemesini, yazgısı gereği babasını öldürüp annesiyle evleneceğini söylerler. Bu uyarılara aldırmayan Oedipus yola çıkar. Yolda yaşlı bir adamla kavga eder, yaşlı adam babasıdır ve babasını öldürür. Teb kentine varır. Teb kentinin kapısında karşılaştığı yarı aslan yarı kadın biçimindeki canavarın sorduğu sorulara cevap vererek onun kendi kendisini öldürmesine neden olur. Bu arada Teb'te Jacosta'nın erkek kardeşi Creon egemendir. Tahtını, kız kardeşi Jacosta'yı kenti canavarlardan kurtaracak kişiye bağışlayacağını duyurmuştur. Oedipus bilmeyerek annesiyle evlenir ve kral olur. Doğal afetler, salgın hastalıklar nedeniyle ülkenin durumu kötüye gitmeye başlar. Kral kâhinlere başvurur ve gerçeği öğrenir. Bunun üzerine Oedipus ve Kraliçe kendisini cezalandırır⁽²¹⁾.

Freud'a göre, Oedipus trajedisi insanların çocukluk döneminde karşılaştıkları büyük ve önemli bir karmaşanın toplum bilincine ve buradan da mitolojiye yansımalarıdır. Freud buna **Ödip (Oedipus) veya ödipal çatışma** adı vermiştir. **Freud bu dönemde küçük erkek çocuğun annesine, kız çocuğunun ise babasına karşı enestçe bir istek duyduklarını belirtmiştir.** Küçük çocuklar bu durumla ilgili bazı korkular yaşarlar. **Erkek çocuklarda, babalarının onların düşüncelerini öğrenip penislerini kesmelerinden korkması anlamına gelen bir iğdiş edilme - kastrasyon korkusu** veya kastrasyon anksiyetesi gelişir. Eğer erkek çocuk kız kardeşinin cinsel organını görürse, korktuğu şeyin kız kardeşinin başına geldiğini zanneder. **Kız çocuklar ise erkek cinsel organını gördüklerinde penis kıskançlığı yaşar.** Bu, kıskançlık bir penise sahip olma arzusunun yanı sıra, olmamasından kaynaklanan bir aşağılık duygusunu da içinde barındırır. Freud çocukların bu dönemden çıkmalarını şu şekilde açıklamaktadır. Çocuklar bu dönemde karşı cinsiyetteki ebeveyne duydukları isteklerini bastırırlar. Diğer ebeveyn olduğu sürece bu isteklerinin asla gerçekleşmeyeceğini anlarlar. Daha karşıt tepki geliştirme tekniğiyle, aynı cinsteki ebeveynle kendisini özdeşleştirirler^(4&10).



Freud'a göre, normal gelişim için komplekslerin çözüme ulaşması, son derece önemlidir. Kendi cinsinden ana babasıyla özdeşleşme kuran çocuk, uygun toplumsal rolleri, sosyal değerleri, kuralları, toplumun işleyiş biçimini öğrenmeye başlar. Bu aşamada çocuğun ana babasından öğrendiği toplum kuralları, kendisi yetişkin olunca uyması gereken toplum kurallarının aynısıdır. Toplum kuralları üst-ben'in temelini oluşturur. Fallik aşamasında çocuğun çelişkiyi çözüme ulaştırması, yalnız üst ben'in sağlıklı bir biçimde gelişmesine yol açmakla kalmaz, aynı zamanda, çocuğun yaşamının yetişkinlik döneminde uygun cinsel ilişkiler geliştirmelerine de olanak sağlar⁽¹³⁾.

Latent (gizil) Dönem; altı – on iki yaşlarına kadar süren dönemdir. Latent kelime anlamı olarak, gizli - saklı demektir. Freud'a göre, libido bu dönemde belirli bir bölgede yoğunlaşmamıştır. Cinsel yönden sakin bir dönemdir. Libidonun nereye yoğunlaşacağı birazda çocuğun önceki dönemlerdeki yaşantıları ile ilgilidir. Önceki dönemlerde, özellikle Fallik dönemde, olumsuz yaşantılar geçirilmiş ise, libido bu dönemde, cinsel organlardaki yoğunluğunu sürdürür⁽²⁶⁾. Sağlıklı geçen bir önceki dönemden sonra çocuklar kendileriyle daha az ilgilidirler ve dikkatlerini çevreleriyle başa çıkmaları için gereken becerilere yöneltirler⁽⁴⁾. Bu dönemde ilgileri yavaş yavaş karşı cinse kaymaya başlar. Fallik dönemde kendisi ile ilgili sorduğu sorular yerini yavaş yavaş karşı cinsle ilgili sorulara bırakır.

Fallik döneminde kendi cinsiyetinden ebeveynle özdeşim kuran çocuk, Latent dönemde ise kendi cinsiyetiyle ilgili toplumsal rolünü bu dönemden başlayarak giderek güçlendirmektedir. Gizil dönemde ana-babası dışında öğretmenleri ve diğer yetişkinlerle de özdeşim kuramaya başlayan çocuğun ilgisi, sosyal, entelektüel beceriler edinme üzerinde yoğunlaşır. Gizil dönemin başarılı bir şekilde sonuçlanması çocuğun öğrenme ve sosyal beceriler edinme çabalarını kolaylaştırmaktadır. Çocuğun bu ve benzer durumlardaki başarılı deneyimleri ise onda giderek özerklik duyguları geliştirmektedir⁽¹¹⁾.



Kişiliğinizi değerlendirerek, saptadığınız özelliklerinizin nedenlerini hiç düşündünüz mü? Bebekliğinizle ilgili annenizle konuştunuz mu?

Ayırıcı Özellik Yaklaşımı

“Eğilimler kesinlikle her zaman tutarlı değildir. Olsaydı ne kadar sıkıcı olurdu ve hiç tutarlı olmasalardı ne büyük kargaşa yaşanırdı.”

GORDON ALLPORT

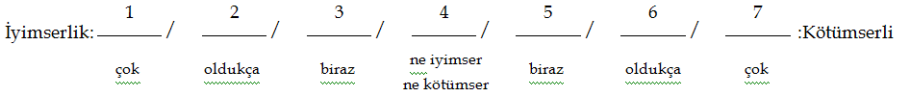
Günlük yaşam içinde, bizden birinin kişiliğini tanımlamamız istediğinde, olasılıkla onun kişisel özellikleriyle ilgili zeki, dışa dönük, dürüst vb. sıfatlar kullanırız. Başka birinin özelliklerini belirtirken yaptığımız aslında o kişinin ayırıcı özelliklerini belirtmemizdir. Bu soruya yanıt verirken ayırıcı özellikler yaklaşımını kullanmış oluruz.

Kişilik psikologları, kişisel özellikleri gündelik yaşamda kullanma tarzlarımızı sistematikleştirmeye çalışmışlardır. Ayırıcı özellikleri belirlemek ve tanımlamak için yapılan ilk çalışma **tipolojidir**. Bu konuda üç tür kişilik önerilmiştir.

- 1. Mezomorf:** Kuvvetli, kasları gelişmiş beden yapısı olan, kaba, gürültülü, ağır bedensel faaliyetlere ilgi duyan kişilerdir.
- 2. Ektomorf:** İnce, uzun beden yapısı içinde, sakın, utangaç ve çekinik kişilik tipidir.
- 3. Endomorf:** Kısa ve tombulca beden yapısı içinde, neşeli, yaşamından memnun, arkadaş canlısı kişilik tipidir⁽¹³⁾. Burada amaç, kaç tip insan olduğunu keşfetmek ve her bir kişinin tipini belirlemektir. Bu üç tipin hem dış görünüşlerinin hem de kişiliklerinin birbirinden farklı olduğu öne sürülmektedir. Eski Yunanlılar insanları dört gruba ayırmışlardır mutlu, mutsuz, sinirli, soğukkanlı. Bu çalışma kişilik tiplerine yönelik bir çalışmadır. Günümüzde bu yaklaşımı kullanan araştırmacı kalmamıştır denilebilir. Bu yaklaşım, bir gruptaki insanların davranışlarının diğer gruptaki insanların davranışlarından tamamen farklı olduğunu belirtir. Biraz bir grupta, birazda diğer grupta olmanız mümkün değildir; ya bir grupta ya da diğer grupta olmak zorundasınızdır. Bu sınıflandırmaların doğruluğu şüphelidir. Bu nedenle tip yaklaşımı bu tür sınırlılıklarından dolayı artık yerini ayırıcı özellik yaklaşımına bırakmıştır.

Ayırıcı özellik yaklaşımını ilk ortaya atan kişi **Gordon Allport** olmasa da, kişilik psikolojisinde kullanmaya başlayan ilk kişidir. **Ayırıcı özellik, bir insanın belirli bir kişilik özelliğini ne derece gösterdiğine göre kişiyi sınıflandıran bir kişilik boyutudur.** Diğer bir tanım ise; **insanların ayıcı özellik sürekliliğinde**

diğer insanlara göre nerede bulunduğunun görülmesine yardımcı olur. İlk olarak, kişilik psikologları bir süreklilik üzerinde gösterilebilecek bir dizi davranış belirlemişlerdir. Örneğin; İyimserlik ve kötümserlik, bir uçta iyimserlik ile diğer uçta kötümserlik noktası tanımlanır. Bunu görselleştirerek anlatacak olursak aşağıdaki şekilde gösterebiliriz.



Ayırıcı özellik psikologları, herhangi bir kişiyi bu süreklilik içinde bir yere yerleştirebileceğimizi ifade eder. Hepimiz az ya da çok iyimser, az ya da çok kötümserizdir. Eğer çok sayıda kişiyi değerlendirip ortaya çıkan sonuçları bu süreklilik içinde uygun noktalara yerleştirecek, sonuçların normal dağılımını görebiliriz. Yani çok az insan, aşırı yüksek ya da aşırı düşük puan alır ve insanların çoğu, dağılımın orta noktalarına denk gelir⁽¹⁰⁾.

Ayırıcı özellik yaklaşımı iki önemli varsayım üzerinde durur. *Birincisi*, bu yaklaşımın psikologları, kişilik özelliklerinin zaman içinde değişmez olduğunu kabul eder. Yani bugün dışa dönük bir insanı önümüzdeki ay, önümüzdeki yılda ve onu izleyen yıllar boyunca da aynı özelliği göstereceğini varsayarlar. Bu konuda yapılan araştırmalardan elde edilen sonuçlar, insanların yetişkinliğe ulaştıktan sonra da sahip olunan özellikler açısından yüksek oranda tutarlılık göstermesidir.



**Sizi arkadaşlarınızdan farklı kılan ayırıcı özellikleriniz nelerdir?
Nedenleri düşündünüz mü?**

İkinci varsayım ise; kişilik özelliklerinin durumlara göre de kararlılık gösterdiği. Örneğin, iyimser insanlar iş yaşamlarında da olumludurlar, aile yaşamlarında da iyimserdirler. Bu insanların kötümserlikleri iyimserliklerine göre normalden daha düşük düzeydedir. Ayırıcı özellik araştırmacıları, kişinin belli bir durumda göstereceği davranışı kestirmekle ilgilenmez. Bunun yerine ayırıcı özellik sürekliliğinde belirli bir noktaya denk gelen kişinin nasıl davranacağını kestirmek isterler. Dışa ve içe dönüklük ölçeğinden kişilerin farklı puanlar alması mesela az puan alanın içe dönük, çok puan alanın dışa dönük olduğunu gösterir. Ayırıcı özellik psikologlarının böyle bir araştırmayı yapmalarındaki amaç, iki değişik gruba giren insanların genel farklılıklarını belirlemektir. Dışa dönük bir insanın, insanlarla beraber olma isteğinin yüksek olması ve içe dönük insanın ise daha sessiz, sakın ve durgun bir hayatı tercih etmesi gibi davranışları saptamaktır.

Ayırıcı özellik yaklaşımının bir özelliği de davranışın altındaki mekanizmalara diğer kuramlara göre daha az değinmesidir. Araştırmacılar, insanların neden o şekilde davrandıklarını açıklamaktan çok, kişiliği tanımlamaya ve davranışı kestirmeye odaklanırlar. Kişiliği ayırıcı özellik yaklaşımıyla ele almanın bir yararı da, insanlar arasında karşılaştırma yapmadır. Örneğin, bir kişinin olgun olduğunu söylüyorsak gerçekten pek çok insandan daha olgun olduğunu belirtmiş oluruz.

Ayırıcı özellik yaklaşımının kullanım alanı oldukça geniştir. Akıl sağlığı konusunda çalışanlar hastalarına teşhis koyarken, düzenli bir şekilde ayırıcı özellik ölçümlerini kullanırlar. Endüstriyel ve örgütsel psikologlar da işe alma ve terfi kararlarında kişilik özellikleri ölçümlerinden yardım alırlar. Meslek danışmanları kişilere uygun mesleklerin seçimi konusunda rehberlik yaparken ayırıcı özellik yaklaşımı ölçümlerinden yararlanmaktadırlar. Verilen bilgilerden anlaşılabileceği gibi geniş bir kullanım alanı olduğu söylenebilir⁽¹⁰⁾.

Biyolojik Yaklaşımı (Hans Eysenck 1916-1997)

“Kişilik psikologları davranışı kestirebilir mi? Elbette kestirebiliriz, yani bazen.”

WALTER MISCHELL

Yakınlarımızın ya da hiç tanımadığımız bir kişinin bebeğini ilk gördüğümüzde, anne ya da babasına benzetmeye çalışırız. Bebeği, ya annesine ya babasına ya da her ikisine benzetiriz. Hatta ikisine de benzemiyorsa espri yaparız bebeğiniz yoksa hastanede mi karıştı, size hiç benzemiyor diye yani atalarıyla bebek arasında bir benzerlik arar ve bulmaya çalışırız. Bizim kültürümüzde bu konuyla ilgili atasözleri de bulunur; kenarına bak bezini al, anasına bak kızını al gibi. Gelinler genellikle çocuklarında sevmedikleri bir özellik varsa onu eşinin ailesinden birine ve genellikle de kayıvalideye benzetirler. Bu örneklerin sayısını arttırmak mümkündür. Örneklerde görüldüğü gibi çocukların anne babalarının özelliklerini miras aldığı düşüncesi toplumda oldukça yaygındır. Kalıtımın sadece boy uzunluğu, göz rengi gibi dış görünüş özellikleri değil, kişiliğimizi de etkilediği görüşü benimsenir.

Toplum uzun yıllardır kişilik gelişiminde biyolojinin rolünü kabul etmiş görünse de 30–40 yıl öncesine kadar psikologların çoğu yeni doğmuş bebeklere “boş bir levha, boş bir kap” gözüyle bakıyorlardı. Ancak bu görüş son 20–30 yılda oldukça değişmiştir. Bebekler artık “çiçek açan tohumlar” olarak görülmektedir. Şu anda hiçbir psikolog çocukların dünyaya geldiklerinde kişiliklerinin tam olarak oluşmuş olduğunu söyleyemez ama kişiliğin biyolojik kalıttan etkilenmediğini söyleyecek fazla psikolog da yoktur⁽¹⁰⁾.

Yakın zaman önce, insan kişiliğinin diğer insan özellikleri gibi nesiller boyu sürmüş olan evrimsel gelişimin bir ürünü olduğu görüşü de kabul görmeye başlamıştır. Biyologların, türlerin fiziksel özelliklerinin evrimsel işleyişin bir sonucu olup olmadığını sorguladıkları gibi bazı psikologlar da kişiliğin belirli özelliklerini anlamak noktasında bu soruyu sormuşlardır. Biyolojik etmenlerin kişilik üzerindeki etkisinin hızla benimsenmesi, akademik psikologlar arasında davranışçılığın etkisinin gittikçe azalmasından kaynaklanmıştır.



Bu kısımda, psikologların kişiliği açıklamada kullandıkları üç biyolojik kavramdan söz edilecektir. Kişiliği **biyolojik yaklaşımla açıklamaya çalışan psikologların başında Hans Eysenck** gelmektedir. Eysenck yaklaşımında, birinci olarak etkili bir kişilik modeli olarak kabul gören kişilik kuramında, kişilikteki bireysel farklılıkların **fizyolojik** farklılıklardan kaynaklandığını öne sürmüştür. İkinci olarak, **mizaç** dediğimiz genel eğilimlerdeki farklılıklar açıklanacak, üçüncü olarak yeni bir yaklaşım olan **evrimsel kişilik psikolojisine** bakılacaktır. Bu yaklaşımı kullanan psikologlar kararlı insan davranışlarını açıklamak için biyolojinin **doğal ayıklama** kavramını kullanır. Eysenck kişilik özelliklerinin altında yatan şeyi keşfetmekle uğraşmıştır. Bütün özellikleri dışa dönüklük- içe dönüklük, nevrotiklik ve psikotiklik olarak belirtilen üç temel kişilik boyutunda ele alınacağını açıklamıştır. Eysenck'in araştırma stratejisini kişilik öğelerini hiyerarşik olarak sıralanabilecek çeşitli birimlere bölmek oluşturmaktadır. Bu stratejideki temel yapı, belirli davranışları içeren belirli **tepki düzeyidir**.

Örneğin bir kişiyi uzun süre izlersek, bu kişinin sosyal ortamlara, tartışma gruplarına ve partilere katıldığını görüyorsak Eysenck'in tanımına göre bu kişi sosyalleşme özelliği göstermektedir. Sosyalleşme gibi özelliklerin kişiliğin daha geniş boyutunun altında ele alınabileceğini belirtmiştir. Yani sosyal insanlar aynı zamanda atılgan, aktif, canlı ve heyecanlı tiplerdir. Bu özelliklerin hepsine birden Eysenck'in dışa dönüklük adını verdiği **süper ayırıcı özelliği** demiştir. Araştırmacılar, dışa dönük ve içe dönükleri, uyarıcılara gösterdikleri farklı tepkilere göre tanımlar. Fizyolojik farklılıklarından dolayı içe dönükler kalabalık bir ortam uyarıcısı karşısında rahatsız olurlar. Dışa dönükler ise aynı uyarıcıyı oldukça hoş bir deneyim olarak görmektedir. Dışa dönükler yavaş ilerleyen bir filmi ya da hafif müziği sıkıcı bulur; çünkü bu uyarıcılar onlara hafif gelir⁽¹⁰⁾.

Eysenck'in modelinde ikinci ana boyut **nevrotiklik**dir. Bu boyuttan alınan yüksek puan, duygusal davranma eğiliminin göstergesidir. Nevrotiklik boyutu yüksek olan insanları kararsız, duygusal, küçük engellenmeler ve sorunlar karşısında

bile güçlü duygusal tepkiler veren, normale dönmeleri uzun zaman alan insanlar olarak nitelendirmiştir. Bu kişiler kolaylıkla heyecanlanırlar, öfkelenirler ve depresyona girerler. Bu boyutun diğer ucuna düşenler ise beklenmedik davranışlarda bulunmazlar ve duygusal iniş çıkış yaşamazlar.

Eysenck'in modelinde üçüncü boyut **psikotiklik**dir. Bu boyuttan yüksek puan alan kişiler, bencil, saldırgan, mesafeli, soğuk, anlayışsız, başkalarıyla ilgilenmeyen, genel olarak başkalarının haklarına ve iyiliklerine kayıtsız olarak tanımlanır⁽¹⁰⁾. Eysenck (1900) bu özelliklerin zaman içindeki tutarlılığından bahsetmiş, bununla ilgili bir dizi araştırmalar yapmıştır. Bu araştırma sonuçları incelendiğinde; denekler 45 yıllık süre içinde tutarlı düzeyde dışa dönüklük – içe dönüklük özellikleri sergilemişlerdir⁽¹⁰⁾. Elbette tek başına bu bulgu, dışa dönüklük-içe dönüklüğün biyoloji tarafından belirlendiğini göstermez. İnsanlar yaşamları boyunca ya da bu kişilik özelliğinin gelişimi boyunca benzer ortamlarda kalmış olmaları söz konusudur.

Bu nedenle, Eysenck görüşünü desteklemek için farklı kültürler arası araştırmaların sonuçlarından da yararlanmıştır. Araştırmacıların değişik kültürel ve tarihe sahip pek çok ülkede yaptıkları araştırmalar, kişiliğin bu üç boyutuna rastlandığını söylemişlerdir⁽¹⁰⁾. Bu araştırmaların sonucunu; eğer biyolojik etmenlerin baskın rolü olmasaydı, kültürler arası benzerlik söz konusu olamazdı diye açıklamışlardır.

Günümüzde araştırmacılar **mizacı**; kişinin yaşam deneyimlerine bağlı olarak farklı kişilik özelliklerine dönüşebilen, genel davranış ve duygu durumu kalıpları olarak tanımlamışlardır. Bu genel eğilimlerin kararlı bir kişilik özelliğine nasıl dönüşeceğini, kişinin kalıtsal eğilimlerinin ve içinde yetiştiği çevrenin etkileşimine bağlı olduğunu belirtirler. **Mizaç**, belirgin kişilik özelliklerinden daha geniş kişilik eğilimlerini yansıtır. Psikologlar; genel davranış eğilimlerinin, belirgin özelliklere nasıl dönüştüğünü şu şekilde açıklamışlardır. Bu eğilimlerin kişinin büyüdüğü çevreyle girdiği etkileşime bağlı olarak, belirgin özelliklere dönüştüğünü ifade etmişlerdir. **Mizaçtaki** bireysel farklılıklar genellikle yaşamın birinci yılında gözlenebilir ve kişinin yaşamı boyunca aynı şekilde kalır.

Küçük çocuklarla çalışan herkes, bazı çocukların çekingen bazılarının ise rahat çocuk tanımına uyduğunu kabul edecektir. Acaba bunlar sabit tarzlar mıdır, yoksa bir geçiş süreci midir? Erken çocukluk davranışlarından, çocuğun yetişkinlikteki davranışını kestirmemiz mümkün müdür? Bir araştırmada 4 aylık bebeklerden oluşan bir grupta çekingen olan ve olmayan bebekler belirlenmeye çalışılmış⁽¹⁰⁾. Bebekleri etkinliklerine, kol ve bacak hareketlerine, dil çıkartma ve ağlamalarına bakarak sınıflara ayırmışlardır. Bütün çocukların, 9, 14 ve 21 aylıkken, alışık

olmadık olaylar karşısındaki korkaklık düzeyleri ölçülmüştür. 4 aylıken çekingen olarak belirlenmiş çocuklar, sonraki testlerde gittikçe artan korku belirtileri göstermişler. Olası çekingen çocuk olarak tanımlanan bebeklerin % 40'ı, 14 ve 21 aylık olduğunda da sık korku belirtisi göstermişlerdir, çekingen olarak tanımlanmayan çocuklarda böyle bir belirti ortaya çıkmamıştır. Bu araştırmanın bulguları çocuklardaki çekingenlik tarzının erken yaşlardan itibaren kararlılık göstermeye başladığını doğrular.

Bu mizaç farklılığı çocukluktan sonra da bireyi etkilemeye devam eder mi? Bu konuda yapılan bir başka araştırmada, araştırmacı 21 aylık çocukların alışıldık durumlarda gösterdiği korku tepkilerini ölçmüş, sonra aynı çocuklar 4 yaşına geldiğinde tekrar ölçüm yapılmış ve 5.5 yaşına geldiklerinde tekrar laboratuara alınmışlar ve bazı durumlarda gösterdikleri tepkiler incelenmiştir. 5.5 yaşındaki çocukların davranışları daha önceki çekingenlik sonuçlarıyla karşılaştırılmıştır. Daha önceki iki teste çekingen davranış kalıbı gösteren çocuklar, aynı kalıbı 5.5 yaşında da göstermişlerdir. Diğer bir değişle yeni bir durum karşısında anne ya da babasına sarılan çocuklar, dört yıl sonra da benzer bir davranış tarzı göstermektedir. Çekingen çocuklar çekingen birer yetişkine mi dönüşecektir? Bu araştırma yaşları 8 ve 12 arasında değişen çocuklar üzerinde yürütülmüştür ⁽¹⁰⁾. Aynı denekler 10 yıl sonra, genç yetişkinlik dönemine girmek üzereyken yeniden teste tabii tutulmuştur. Araştırmacı iki ölçüm arasında yüksek ilişki bulmuştur. **Yani sessiz ve kaygılı çocuklar, yetişkin olduklarında da bu özelliklerinin çoğunu taşımaya devam etmişlerdir.**

Evrimsel Kişilik Psikolojisi kuramının savunucuları, kaygı gibi evrensel insan özelliklerini açıklamak için evrimsel kuramdan ödünç aldıkları **doğal ayıklanma** sürecini kullanırlar. Bu psikologlar insan doğasının özelliğini anlayabilmek için, yerine getirdiği evrimsel işlevi anlamamız gerektiğini savunmaktadırlar. Evrim kuramına göre, türlerin içinde yaşadıkları çevrenin zorluklarına karşı gelmelerine ve türlerinin devamını sağlamalarına yardımcı olan fiziksel özellikler evrim gösterir. Bu süreçte anahtar rolü **doğal ayıklanma** oynar. Yani türlerin bazı üyeleri, kalıtım yoluyla geçmiş ve kendilerini aşırı iklim koşulları, avcı hayvanlar, kıtlık gibi doğal çevreden gelecek tehditlere karşı korumalarını sağlayacak bazı özelliklere sahiptir. Bu kişilerin çevre koşullarıyla başa çıkamayan kişilere göre üreme ve genlerini kalıtım yoluyla kendi çocuklarına aktarma olasılığı daha yüksektir. Nesiller boyu sürmüş bu evrim sürecinin sonucunda ortaya, türlere özgü bazı özellikler çıkmıştır. Hayatta kalmalarını sağlayacak özellikler geliştirebilen türler gelişir, bunu yapamayanların soyu tükenir ⁽¹⁰⁾.

Evrimsel kişilik kuramına göre doğal ayıklanma süreci insanlarda bazı fiziksel özelliklerin ortaya çıkmasını sağladığı gibi, bazı **psikolojik mekanizmaların** da

ortaya çıkmasını sağlamıştır. Bu psikolojik mekanizmalar, insanlığın ortak sorunları ya da gereksinimleriyle etkili bir şekilde başa çıkmalarını sağlayan insani işlevlerdir. Doğal ayıklanma süreciyle hayatta kalma ve türümüzü sürdürme şansımızı arttıran mekanizmalar kalmış, böyle bir işleve sahip olmayanlar ise ortadan kaybolmuştur.

Örneğin, öfke atalarımıza egemenliklerini kabul ettirmek ve düşmanlarını alt etmek gibi davranışlarda yardımcı olmuştur⁽¹⁰⁾. Yani öfkenin ortak insan özelliği olması gayet mantıklıdır. İnsan doğası, insanoğlunun şu ana kadar hayatta kalmasını sağlamış psikolojik mekanizmaların bütünü olarak düşünülebilir. Bu yaklaşımı savunanlar, bütün insani özelliklerin yararlı olduğunu savunmaz. Hatta bazı psikolojik mekanizmaların ileride soyumuzun tükenmesine yol açabileceğini de kabul ederler. Ancak, bu arada evrimsel kişilik psikolojisi, insan kişiliğinin temel özelliklerini anlayabilmemiz için bizlere oldukça yararlı bir bakış açısı kazandırmıştır.

İnsancıl Yaklaşım

“Kendimi Olduğum Gibi Kabul Ettiğimde Değişebilirim”

CARL ROGERS

İnsancıl yaklaşım, 1950 ve 1960’lı yıllarda ABD’de doğdu. Özellikle orta sınıfta maddesel bolluğun yanındaki ruhsal boşluk ve anlamsızlığı gören insancıl psikologlar, daha önce bilimsel olarak pek ele alınmayan sevgi, anlam, yaratıcılık ve özgerçekleştirim olgularını incelemeye başladılar ⁽⁷⁾. Bunun yanı sıra 20. yüzyılın ortaların psikolojide insanlığa dönük iki farklı bakış açısı bulunmaktaydı. Bunlardan biri Freud’cu görüştür. Bu görüşe göre hepimiz sürekli olarak bilinçaltından davranışımızı yönlendiren cinsel ve saldırgan içgüdülerin etkisi altındayızdır. Diğer görüş ise davranışçı yaklaşımdır. İnsanı büyük bir fareden pek farklı görmeyen, farenin laboratuvar uyarıcısına tepki göstermeye koşullandırması gibi, insanların da üzerinde denetim kuramadıkları çevresel uyarıcılara tepki gösterdiğini öne sürmüşlerdir. Yani insanlar kişisel bir seçim ve eğilimlerinden dolayı değil, o an ya da daha önceden içinde bulundukları duruma göre, belli bir biçimde davranırlar ⁽¹⁰⁾.

Kişilik kuramlarının hiçbirisi, özgür irade ve insan onuru gibi insan kişiliğinin önemli boyutlarına değinmemişlerdir. Davranışın, kişisel seçimlerden çok, altbenlik dürtülerinin ya da öğrenme öykülerinin etkisi altında olduğu söylenmiştir. İnsancıl yaklaşım, insanların kendi eylemlerinden ve büyük oranda sorumlu olduğunu varsaymaktadır. Bazen olaylara karşı otomatik bir tepki göstersek ve bilinçaltı dürtüler tarafından güdülensek de, her an kendi yazgımızı belirleme ve eylemlerimize karar verme gücüne sahibizdir.

İnsancıl Psikolojinin Kökleri; İnsancıl psikoloji birçok değişik kaynaktan beslenmesine rağmen, kökleri temel olarak iki alanda yatar, bu kökler, Avrupalı varoluşçu felsefe ve **Carl Rogers** ile **Abraham Maslow** gibi Amerikalı Psikologların çalışmalarıdır. Carl Rogers, insan doğasını temelde olumlu ve yapıcı olarak kabul eder, insanın tek başına değerliliğini ve gücünü esas alır ⁽¹⁵⁾. Carl Rogers yaklaşımında şu sorunun yanıtını aradı ve bu sorunun yanıtı Rogers'ın çıkışı oldu. Terapistlerin, danışanları adına sorunlarının ne olduğunu ve nasıl çözüleceğine karar verme becerisini kullanma sınırları ne olmalıydı. Rogers yıllar sonra bu konudaki düşüncesini şu şekilde belirtmiştir. "Ne kadar akıllı olduğumu kanıtlamak zorunda kalmazsam, hastanın beni yönlendirmesine izin vererek daha iyi sonuç elde edebileceğimi düşünmeye başladım" şeklindedir⁽¹⁰⁾.

Abraham Maslow içinse bu yaklaşımı geliştirme tutkusu, II. Dünya Savaşını özen-dirme yürüyüşlerini izlerken geldi. "insanoğlunun savaştan, ön yargıdan ve nefretten daha büyük şeylere yetkin olduğu kanıtlamaya" karar verdi⁽¹⁰⁾. Maslow insanı, gelişme gücünü kendinden alan, oluşum halinde olan bir varlık olarak görür⁽²¹⁾. İnsancıl yaklaşım kuramcıları, bir yaklaşımın insancıl olarak nitelendirilmesi için, o kuramda şu dört ögenin bulunup bulunmadığına bakmak gerektiğini belirtmişlerdir. **1. Kişisel sorumluluğa** yapılan vurgu, **2. "Şimdi ve burada"** ya yapılan vurgu **3. Bireyin fenomenolojisine** yapılan vurgu **4. Kişisel gelişim** üzerine yapılan vurgu. **Kişisel sorumluluk;** insancıl yaklaşımın kişilik bakış açısının özü, insanlar o an ne yapmak istiyorlarsa o isteklerini yansıtan kişisel tercihlerine uygun davranışlarda bulunurlar. İnsanlar etkin olabilecekken, pasifliği tercih edebilir. Dürüst olabilecekken, yalan söyleyebilir, insanlarla yaşabilecekken, kendileriyle baş başa kalmayı tercih edebilirler. Bütün bu tercihlerin faturasını da yine tercihleri yapan kişi öder. Bütün bu tercihler insanın kendi sorumluluğundadır. İnsancıl psikologlar kişilerin kendi yaşamlarını etkin bir şekilde yönlendiren bazı fiziksel kısıtlamalar hariç her şeyi değiştirme özgürlüğüne sahip varlıklar olarak görürler. İnsancıl psikoterapi'nin genel amacı, yapmak istedikleri her şeyi yapma ve olmak istedikleri her şeyi olma gücüne sahip olduklarını, danışanlarına kabul ettirmektir.

Şimdi ve Burada, insancıl bakış açısına göre, yaşamlarımızı olduğu gibi kabul etmeyi öğrenmedikçe, asla potansiyelimizi tam olarak kullanan kişiler olamayız. Geçmiş ya da gelecek üzerine düşünmek yararlı olabilir ama bu konuda çok fazla zaman kaybedilmemesi ve insanların geçmişlerinin esiri olmaması gerektiği görüşü egemendir. Geçmiş deneyimlerimiz, kişiliğimizi ve davranışlarımızı mutlaka etkiler, ancak bu deneyimlerin olabileceğimiz şeyleri etkilemesine izin verilmemelidir görüşünü savunurlar. Bu yaklaşıma göre, **bugün, geriye kalan hayatımızın ilk günüdür.**

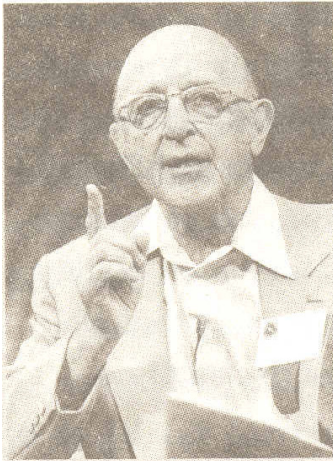
Bireyin Fenomenolojisi, kimse sizi sizden daha iyi tanıyamaz görüşü doğrultusunda danışanlarına yardımcı olurlar. İnsancıl terapistler hastalarının “nereden geldiklerini” anlamaya çalışmaları ve kendilerine yardım etmelerini sağlama çabasını göstermişlerdir. İnsancıl psikologlar, terapistlerin danışanlarının adına çözüm üretmelerine ve karar vermelerini kabul etmezler. Terapi boyunca danışanlar kendilerini anlamaya çalışır ve sorunlarını çözmek için uygun bir strateji geliştirir ve kararlarını verirler. Bir başkasının sizin yerinize karar vermesi hem tatmin edici olmaz hem de etkili bir yöntem olmaz düşüncesindedirler.

Kişisel gelişim, “İster gelişim eğilimi, ister kendini gerçekleştirme dürtüsü, isterseniz var olmaya dönük bir hareket diyebiliriz”

CARL ROGERS

İnsancıl psikolojiye göre yaşam sadece temel gereksinimlerimizi karşılamaktan ibaret değildir. Dört dörtlük her şeye sahip olduğumuz bir yaşamın insanı mutlu etmediğini ya da bu mutluluğun uzun sürmediğini kabul etmektedirler. İnsanlar gelişimlerini olumlu bir yönde sürdürmeye güdülenmişlerdir. İnsan, kendi başına bırakıldığında, hayatın yükü altında ezilmezse, kendini tatmin eden bir varoluş noktasına doğru ilerler. Carl Rogers bu noktaya, potansiyelini tam kullanan kişi adını vermiştir. Abraham Maslow ise kendini gerçekleştirme kavramını kullanmıştır. Kendini gerçekleştirmiş bir birey olmanın yolu, “olabileceğimiz her şeyi olmaktan” geçer görüşüdür⁽¹⁰⁾. Rogers, kişinin bu bitmek bilmeyen kendini keşfetme sürecini “olma süreci” olarak tanımlar.

Carl Rogers’ın Benlik Kuramı (Carl Rogers 1902-1987)



Rogers kuramını, klinikteki hastaları ya da danışanlarıyla yaptığı çalışmalarla geliştirdi. Rogers, kişilerin büyüme, olgunlaşma ve olumlu değişim yönünde gösterdikleri içsel eğiliminden etkilendi ve insan organizmasını güdüleyen temel gücün kendini gerçekleştirme eğilimi olduğuna inandı. Bu eğilim, organizmanın bütün kapasitelerini yerine getirme ya da gerçekleştirme yönünde bir eğilim olduğunu ifade etti. Rogers’a göre, öz ben ve ideal benlik bir arada benlik yapısını oluşturmaktadır. Benlik, kişinin kendisine ve kendisi ile doğrudan ilişkili olan herkes ve her şeye dair düşüncelerinin, duygularının, değer ve kanılarının kompozisyonundan oluşan ve kişiliğin öznel yanıdır. Benliğin merkezini öz ben oluşturur⁽²⁷⁾. Biyolojik kökenli gerçek içsel yaşantılar kaynaklarını özben’den almaktadırlar.

Özben yapı olarak “kötü” değil “iyi”ye yöneliktir. Kötü olarak nitelendirilen tutum, düşünce ve davranışlar temel gereksinimlerin doyurulmaması ve engellenmesi sonucu oluşurlar. Bu, nedenle özben olumlu özellikler taşıyan bir yapı olduğundan onu baskı altına almaktan çok, cesaretlendirmek ve gerçekleşmesine uygun bir ortam sağlamak gerekmektedir⁽¹⁰⁾.



Gerçek benlik ve ideal benlik özelliklerinizi hiç değerlendirdiniz mi? İdeal benliğinize kavuşmanız için neler yapıyorsunuz?

Rogers benlik bilincine önem verir. Bir kimsenin benlik bilinci onun kendisiyle ilgili düşüncelerini, algılarını ve kendisini nasıl gördüğünü açıklar. “ben kimim” ve “ne yapabilirim” yanıtıdır. Bazen sahip olunanlarla bu soruya verilen yanıt arasında tutarsızlık olabilir. Örneğin: Zeki olmayan bir kişinin kendisini zeki görmesi, zeki olan bir kişinin de kendini zeki olarak görmemesi. Bu kişinin sahip olduğu benlik ile tasarladığı, olmak istediği, idealindeki benlik arasındaki tutarsız olarak değerlendirilebilir. Olumlu benlik bilinci geliştirmemiz için *koşulsuz sevgi* içinde yetişmemiz gerekir. Yaptığımız bir yanlıştan dolayı cezalandırılabiliriz. Ama insan olarak her zaman hatalarımızın dışında seilmeye ve saygı duyulmaya değer varlıklarızdır. Örneğin, bu şartlarda düşük not alan bir çocuğa seni sevmiyorum demek onun benliğinde büyük yaralar açabilir. Düşük not almışsın bunun nedenlerini neler olabilir düşün, bu nedenleri ortadan kaldırırsan iyi not alabilirsin, ben sana güveniyorum diye konuşmak çocuk için olumsuz bir etki yaratmaz. Çocuğun üzerinde bıraktığı etki annem, babam beni seviyor ve bana güveniyorlar düşünce-si oluşacaktır. Diğer sınavlarına daha çok çalışarak daha yüksek notlar alabilecektir. Çocuklarla ilgili değerlendirmeler, benliklerine yönelik değil, davranışlarına yönelik olmalıdır.

Yapılan davranışlarla, benlik bilinci arasında bir farlılık varsa, bu tutarsızlık sonucunda kaygı ortaya çıkar. Kendisini zeki gören fakat çalışmadığı için derslerinde başarısız olan bir öğrenci başarısızlığının nedenlerini kendi dışındaki faktörlerle ilgili görüyorsa, bunu akla uygun biçime sokar. Ben zekiyim aslında ama öğretmenler beni sevmediği için başarısız oluyorum diye açıklayabilir. Oysa öğrenci başarısızlığını kendi ders çalışmamasının nedeni olarak görür ve bu tutumdan vazgeçer, derslerini çalışırsa doğru davranmış olur. Rogers bireyin kendini aldatmaya başlamasıyla kaygı düzeyinin artacağını ve zamanla bireyin benlik bilincinin temelinden sarsılacağını söyler.

Rogers’a göre, herkesin çok seveceği, hoşlanacağı kişiliğe ilişkin bir fikri vardır. Bu sahip olmak istediğimiz ideal olan ve idealize ettiğimiz benliktir. Bu yaklaşıma göre, insan daima, ideal benliğe ulaşma çabası içindedir. Tasarladığımız, olmak

istediğimiz bir kişilik için çabalarız. İdeal benlik gerçek benliğe yaklaştıkça, kişi doyum ve mutluluk yaşar.

Abraham Maslow ve Kendini Gerçekleştiren Kişilik (1908–1970)

“Kendini gerçekleştiren bireylerin özgür iradesi, ortalama insanlarınkinin üstündedir”

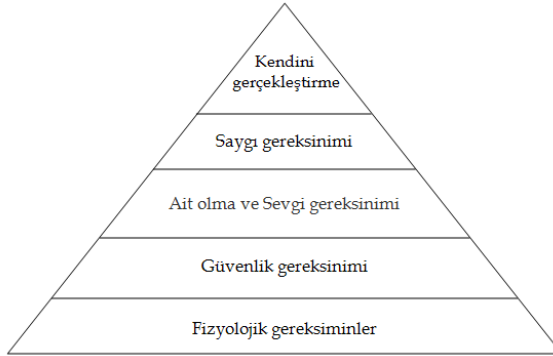
ABRAHAM MASLOW



Abraham Maslow psikolojinin, kişiliğin mutlu ve sağlıklı boyutuna nasıl katkıda bulunabileceğini düşünmüştür⁽¹⁰⁾.

Freud'un insan doğasına dönük karamsar ve kasvetli görüşlerinin yerine, iyimser ve neşeli bir tablo çizmeye çalışmıştır. Maslow kişilik kuramında iki güdüden bahseder. Biri, gerek duyulan bir nesnenin eksikliğinden duyulan **yetersizlik güdüsüdür**. Açlık, susuzluk gibi temel gereksinimler bu sınıfa girer. Diğeri ise, karşılık beklemeden sevmek ve kişinin kendini gerçekleştirmesi gibi gereksinimler

de **büyüme gereksinimleri** olarak tanımlanmıştır.



Şekil 2. Maslow'un Gereksinimler Hiyerarşisi



Çevrenizdeki insanları kendini gerçekleştirme tutumları açısından değerlendirdiniz mi?

Maslow, **yetersizlik ve büyüme** gereksinimlerini beş ana sınıfa ayırmıştır; böylece yaygın olarak bilenen **gereksinimler hiyerarşisi** ortaya çıkmıştır. Bu gereksinimleri öncelik sırasına koymuştur. Yüksek düzeydeki gereksinimlerden önce düşük düzeydeki gereksinimleri tatmin etmemiz gerekir. Örneğin sabah kalktığınızda önce kahvaltı etmeyi düşünürsünüz, güzellik salona gidip bakım yaptırmayı düşünmezsiniz. Açlık ihtiyacınızı karşıladıktan sonra güzellik salonuna gitmeyi düşünebilirsiniz. Çok süslü bir bayan ya da erkek olsanız bile. İnsanlar, yaşamları boyunca, kendini gerçekleştirme gereksinimi baskın hale gelene kadar, bu hiyerarşide ilerler.

Fizyolojik gereksinimler; açlık, susuzluk, nefes almak ve uyumak en önemli gereksinimler olup yaşamsal öneme sahiptirler. Daha yüksek gereksinimlere doğru ilerlemek için önce bunları tatmin etmemiz gerekir. **Güven gereksinimlerimiz;** emniyet, istikrar, korunma, yapı ve düzen, korku ve karmaşadan kurtulma gereksinimidir. **Ait Olma ve Sevgi Gereksinimleri;** arkadaş, eş ve hatta çocuk sahibi olma ihtiyacıdır. **Saygı Gereksinmesi;** Maslow bu gereksinimi de ikiye ayırmıştır. **Kendini yeterli ve başarılı algılama gereksinimi,** beğenilme ve saygı duyulma gereksinimi. Maslow **saygı duyulmanın,** hak edilmiş bir saygı olması gerektiğine dikkat çeker. Saygıdeğer ve yetkili kişi konumuna ulaşırken, yalan söylenip insanlar kandırılmamalıdır. Para, eş ve arkadaşlara sahip bir insan; öz saygı ve beğenilme gereksinimini karşılayamazsa aşağılık duygusuna kapılır ve cesareti kırılır. **Kendini Gerçekleştirme Gereksinimi:** Maslow'a göre, bütün gereksinimler karşılandığı zaman, yeni bir hoş mutsuzluk ve rahatsızlık başlar. Bu insanlar mutluluk ve memnuniyetin bütün kaynaklarına sahip oldukları halde. Kendilerini geliştirme çabasına girerler. Bu özelliği taşıyan kişiler hayattan ne istediklerini, hayatlarının nereye doğru gittiğini ve neyi başarmak istediklerini sorarlar. Çok az insan, potansiyellerini tam olarak geliştirebildikleri bir konum olan, kendini gerçekleştirme noktasına ulaşır. Tek yapılması gereken, bu gizil güce doğru ilerlemektir⁽¹⁰⁾.

Kendini Gerçekleştirmeye Götüren Davranışlar

- Yaşamı bir çocuk gibi tam bir özümleme ve yoğunlaşmayla yaşamak.
- Güvenli tarzlara takılıp kalmaktansa yeni bir şeyler denemek.
- Deneyimleri yorumlarken, geleneğin, otoritenin, çoğunluğun sesinden çok, kendi duygularını dinlemek.
- Dürüst olmak; "oyunculuk" tan ya da rol yapmaktan kaçınmak.
- Görüşleri çoğu insanın görüşleriyle çakışmıyorsa, gözden düşmeyi göze almak.
- Sorumluluk sahibi olmak.
- Karar verdiği şey ne olursa olsun o konuda çok çalışmak.

Kendini Gerçekleştirenlerin Karakteristikleri

- Gerçekliği etkin biçimde algılamak ve belirsizliği giderebilmek.
- Kendisini ve başkalarını olduğu gibi kabul etmek.
- Düşünce ve davranışta kendiliğindenlik.
- Ben merkezli olmaktan çok problem merkezli olmak.
- İyi bir mizah anlayışına sahip olmak.
- Yüksek düzeyde yaratıcılık.
- Bilinçli olarak görenek dışı olmamakla birlikte, özkültürün içselleştirilmesine direniş.
- İnsanlığın refahıyla ilgilenmek.
- Yaşamın temel deneyimlerini derinlemesine değerlendirmek.
- Az sayıda insanla derin, doyurucu kişisel ilişkiler kurmak
- Yaşama nesnel bir bakış açısından bakmak⁽⁴⁾.

Piramidin en üst tepesinde yer alan kendini gerçekleştirme aşamasına herkes ulaşamayabilir. Ressamlar, sanatkârlar, yazarlar, şairler bu aşamaya gelerek, yaşamlarının en önemli doruk deneyimlerini gerçekleştirmiş kimseler arsına girerler. Kendini gerçekleştirmiş kimseler her zaman tanınmış kimseler olmak zorunda değildirler; yaşamını son derece anlamlı gören ve yaşamın her dakikasını doyarcasına yaşayabilen herkes, ister tanınmış ister tanınmamış olsun, bu aşamayı gerçekleştirmiş olarak algılanabilir. Kendini gerçekleştirmiş ve insanlığa örnek olmuş üç kişi; Mustafa Kemal Atatürk, Albert Einstein ve Helen Keller'dir⁽¹³⁾.

Davranışsal / Sosyal Öğrenme Yaklaşımı

Davranışçılık, 1970'lere kadar etkili olmuş bir akımdır. Genel olarak davranışçılık akımının amacı, gözlenebilir davranışları incelemek ve davranışı ortaya çıkaran etkileri saptamaktır. Davranışçılar, davranışların incelenmesi sırasında, davranışı ortaya çıkaran ya da organizmayı etkileyen koşulların (uyaran) ve bu koşullarda gözlenen davranışların (tepki) üzerinde odaklaşırlar. Davranışçılara göre "uyaran-tepki" (U-T) bağının nasıl oluştuğunun anlaşılması ile davranışların kontrol edilmesi ve biçimlendirilmesi mümkün olacaktır⁽¹⁾.

Davranışçılık akımının temsilcilerinden **WATSON** psikolojinin, gözlemlenebilir, kestirilebilir ve kontrol edilebilir açık davranışları incelemesi gerektiğini savunmuştur. Bu akımın temsilcileri zihinsel süreçlere hiç değinmeden, gözle görünen davranışları kestirmeye çaba harcamışlardır. Watson kişiliği, alışkanlık sistemlerimizimizin son ürünü olarak görmektedir. Başka bir deyişle, yaşamlarımız boyunca

belirli bir uyarıcıya az çok kestirilebilir bir biçimde tepki göstermeye koşullanırız. Geçmişte yaşadığımız farklı deneyimler, uyarıcılara verdiğimiz tepkilerin özelliklerini de şekillendirir, bu nedenle yetişkinlerin kişiliği birbirinde farklılık gösterir.

Watson, çevre yeteri kadar kontrol edilebildiği takdirde, psikologların bir çocuğu istedikleri gibi bir yetişkin haline getirebilecekleri düşüncesindeydi. “ Bana bir düzine sağlıklı çocuk ve onları yetiştirebileceğim, koşulları belirli bir ortam sağlayın; herhangi birisini seçip doktor, avukat, sanatçı, hatta dilenci ve hırsız olacak şekilde yetiştirebilirim⁽¹⁰⁾ demiştir. İnsanların geçmişlerine ya da toplumsal sınıflarını bakılmaksızın herkese eşit olanak tanınmasını destekleyen bir geleneğe sahip Amerika’da bu düşünce tarzı çabucak benimsenmiştir. **Watson’un** mirası bir başka önemli psikolog olan B. F. Skinner tarafından sürdürülmüştür.

Pavlov (Klasik Koşullanma)

Skinner kendi davranışçılık anlayışını radikal davranışçılık olarak tanımlanmıştır. Koşullanmayı ikiye ayırarak incelemekte yarar görmüştür, klasik (Pavlovcu) Koşullanma ve edimsel (araçsal) koşullanma.

“Eğer insan davranışı konusunda yanılmıyorsam, bir birey yalnızca bir türün ve bir kültürün, o türden ve o kültürden daha fazlasını yaratma yoludur.”

B. F. Skinner

Şartlanmadan önce

Nötr uyarıcı	Tepki yok	Şartsız uyarıcı	Şartsız uyarıcı
<u>zıl</u>		<u>et</u>	<u>salva</u>

Şartlanma sırası

Nötr uyarıcı	Takiben	Şartsız uyarıcı	Şartsız uyarıcı
<u>zıl</u>		<u>et</u>	<u>salva</u>

Şartlanmadan sonra

Şartlı uyarıcı	Şartlı tepki
<u>zıl</u>	<u>salva</u>

Şekilde görüldüğü gibi; deneyin ilk aşamasında, şartlanmadan önce, köpek **nötr uyarıcı** olan zil sesine karşı tepki göstermemektedir; **şartsız uyarıcı** olan ete karşı ise, **şartsız tepki** göstermiş salya salgılamıştır. İkinci aşamada olan şartlanma esnasında, şartsız uyarıcı olan et, **şartlı uyarıcı** olan zil sesiyle birlikte verilmektedir. Sonuçta, yine şartsız tepki olarak, salya tepkisi ortaya çıkmaktadır. Üçüncü ve son aşamada ise, şartlı uyarıcı haline gelen zil sesi tek başına verilmekte ve köpek bu sefer, salyayı **şartlı tepki** olarak salgılamaktadır⁽²³⁾. Bu uyaran- tepki bağının

kurulması olarak tanımlanır. Kurulan bağ koşullama işlemi belli sayı ve yoğunlukta tekrarlanarak pekiştirilmektedir. **Pekiştirme**, öğrenilen tepkinin organizmaya yerleşmesi ve aynı şekilde devam etmesi için yapılan işlemidir⁽¹⁶⁾. Bağı kurulabilmesi için deneyde köpeklere sadece zil sesi verilmeye başlandığında daha az salya salgılamışlar hatta daha sonra salya salgılamayı bırakmışlardır. Koşullu uyaran-tepki ilişkisinin dereceli bir şekilde ortadan kaybolmasına **sönme** denir.

Uyarıcılar ve yaşadığımız olaylar genelde çevremizdeki başka şeylerle beraber kastsızca eşleştiği için davranışlarımızı etkileyen uyaran tepki ilişkilerinin çoğundan haberdar olmayız. Araştırmalar yiyecek, giysi ve arkadaş seçiminizin bile bu süreçle belirlenebileceğini söyler. Eğer bir yakınınızı trafik kazasında kaybetmişseniz, araba kullanma konusunda korkularınız olabilir. Bu acı olayla, araba kullanma arasında olumsuz koşullama geliştirmiş olabilirsiniz. **Koşullamada bir diğer ilke genellemedir**. Genelleme, aynı türden olay ya da birbirine benzer uyarıcıya karşı daha önce verilen tepkinin verilmesidir⁽¹⁶⁾. Köpeğin zil sesine ve zil sesine benzeyen bütün seslere salya tepkisi göstermesi genellemeye örnek verilebilir. **Genellenmenin tersi ayırt etmedir**. Ayırt etme, organizmanın koşullama sürecinde kullanılan koşullu uyarıcıyı diğerlerinden ayırt ederek tepkide bulunma eğilimidir⁽²⁴⁾. Çocuğun ilk sosyal çevresi anne ve babasıdır. Aynı zamanda ihtiyaçlarını da karşılayan kişiler anne babasıdır. Çocuğun ihtiyaçlarını hangisi itirazsız yerine getiriyorsa çocuk bunu en kısa zamanda öğrenecektir. İhtiyaçlarının karşılanması için başvurduğu kişide o ebeveyni olacaktır. Çünkü çocuk o ebeveynin diğerine göre tüm isteklerini karşıladığını ayırt etmiştir.

Skinner (Edimsel Koşullanma)

"Mutluluk... edimsel pekiştirmenin bir yan ürünüdür. Bizi mutlu eden şeyler bizi pekiştiren şeylerdir."

B. F. SKINNER

Gerçek yaşamdaki davranışların çoğu öğrenilir, çünkü bunlar ortamda edinilir ya da ortamı etkilerler⁽⁴⁾. İnsanlar ve hayvanlar daha çok kendi ortamlarında eylemde bulunurlar. Organizma değişik davranışları denedikten sonra, belirli bir davranışı bir kez gerçekleştirdiğinde, bu eylem yarattığı sonuçlara bağlı olarak tekrarlanacaktır. Yapılan davranış çevre tarafından onay görüyorsa o davranış tekrarlanır. Edimsel koşullanma, belirli bir davranışın belirli bir hedefe ulaştırdığını öğrenmekten ibarettir. Bu konuyla ilgili yapılan deneyde, hayvan gelişigüzel bir şekilde kafeste dolaşır, kafesi koklar, etrafı tırmalar, dolaşır, davranışları amaçlı değildir. Ancak, eğer davranışlarının birinin ardından fareye yiyecek verilirse, davranış sıklaşacaktır.

Davranışın sıklığını arttıran sonuca **pekiştirme**, azaltan sonuca ise **cezalandırma** denir. Psikologlar bir davranışın sıklığını arttırmak için iki tür pekiştirme çe-

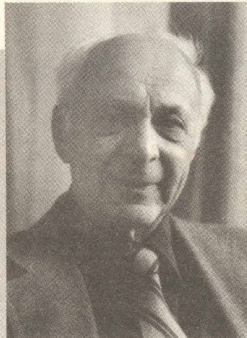
şidi olduğunu belirtmektedirler. **Olumlu pekiştirme** ile davranış artış gösterir; çünkü ardından bir ödül gelmektedir. Çok çalışmanın sonunda başarılı olan çocuk daha sonra da çalışmasına devam edecektir. Bir davranışın sıklığını **olumsuz pekiştirme** kullanarak yani davranış ortaya çıktığında hoş olmayan uyarıcıyı ortadan kaldırıp artırabiliriz. Bir ipi çektiklerinde elektrik şokunun bittiğini anlayan fareler, ipi çekmeyi daha çabuk öğreneceklerdir. İstenmedik davranışın yok edilmesi için cezalandırma kullanılır. Cezalandırma uygun davranışı öğretmez, sadece istenmedik davranışların sıklığını azaltır. Oyuncağını aldı diye küçük kardeşine vuran çocuğu cezalandırmak yerine, ona öfkesiyle baş edebilmesi için gerekli becerilerin öğretilmesi daha doğrudur.

Sosyal Öğrenme Kuramı

1950 ve 1960 yıllarında davranışçılık, ilkelerini benimsemiş psikologlar tarafından dahi sorgulanmaya başlanmıştır. Öğrenme deneme-yanılma yöntemiyle gerçekleşmiş olsaydı, hayatta kalma olasılığımız çok düşük olurdu görüşündedirler. İnsanların “Kendi başarılarından ve başarısızlıklarından öğrenmelerini bekliyorsak kimse çocuğuna yüzmeyi, yetişkinlere araba kullanmayı öğretmesin” demişlerdir⁽¹⁰⁾. Psikologlar, davranışçı yaklaşımı konu açısından dar kapsamlı olduğunu düşünmeye başladılar. Böylece geleneksel davranışçılıktan Sosyal Öğrenme Yaklaşımı doğmaya başladı.

Bu kuramcıların ortaya koyduğu kavramlardan biri **davranış- çevre- davranış** etkileşimleridir. İnsanların size nasıl davrandığı **çevre**, kısmen sizin nasıl davrandığınızın bir sonucudur **davranış**. Doğal olarak sizin nasıl davrandığınız da kısmen insanların size davrandığının bir sonucudur. Bu döngü bu şekilde devam eder. İnsanlar sadece dışsal ödüllere güdülenmezler. İçsel ölçütlerle ulaşmak ya da kişisel hedeflere ulaşmak kişiler için pekiştirici olabilir. Sosyal öğrenme kuramcılarının çoğu, koşullanma ve kişilik tanımlarına içsel kavramları da eklemiştir.

Julian Rotter'in Sosyal Öğrenme Kuramı (1916- ...)



Rotter'a göre, İnsanların davranışlarının nedenlerinin hayvan davranışlarına göre çok daha karmaşık olduğunu ileri sürer. İnsanların belli ortamda nasıl tepki göstereceğini kestirmek için algılar, beklentiler ve değerler gibi değişkenleri de göz önünde bulundurmalıyız demiştir. Rotter, insan kişiliğini açıklamak için **davranış potansiyeli**, **beklenti** ve **pekiştirme değeri** gibi kavramları kullanmıştır⁽¹⁰⁾.

Davranış Potansiyeli (DP) = Beklenti (B) + Pekiştirme Değeri (PD)

Şekil 3. Rotter'in Basit Davranış Kestirme Formülü



Öğretmen olduğunuzda nasıl bir eğitim ortamı oluşturacağınıza karar verdiniz mi?

Davranış potansiyeli; belirli bir ortamda belirli bir davranışın ortaya çıkma olasılığıdır. Örneğin, Arkadaşlarınızla çıktığınız yemekte bir arkadaşınızın size kaba davrandığını düşünün, çok üzülürsünüz elbette. Arkadaşınızın davranışı karşısında nasıl davranırsınız? İlk aklıma gelenler ya o ortamı terk edersiniz ya da siz de karşınızdaki kişinin seviyesine inip onun gibi davranmayı uygun görebilirsiniz ya da onunla bu davranışının nedenlerini konuşabilir sizden özür dilmesini isteyebilirsiniz. Görüyorsunuz böyle bir durumda yapabileceğimiz birden fazla davranışa sahibsiniz. **Arkadaşınızın yaptığı kabalağa vereceğiniz tepkiye karar verirken, yapacağınız davranışın potansiyelini düşünürsünüz. Arkadaşınıza karşı yapacağınız her davranışın bir potansiyeli vardır. O zaman kararınızı davranışın potansiyelini düşünerek karar vermelisiniz.**

Bir davranışın potansiyelinin gücünü belirleyen değişkenler ise, beklenti ve pekiştirme değeridir. Beklenti, bir iş yaparken bunun bize getirilerini düşünürüz. Çocuk yuvasında öğretmenin tüm isteklerini yapan çocuğun sizce öğretmenin beklentisi ne olabilir? Çok çalışmanın size ne yararı olacağını düşünürsünüz. İnsanlar bir davranış, o davranıştan bir sonuç beklediği için yapar, birey için bu davranıştan elde edeceği sonucun bir değeri vardır⁽¹³⁾. Rotter bu kestirimlere beklentiler adını vermektedir. Beklentilerimizi büyük oranda daha önce yaşadığımız olaylara göre oluştururuz. Öğretmeni tarafından takdir edilmeyen çocuğun bundan sonra ödüllendirilme beklentisi düşük olacaktır. Derslerini çok çalışarak beklentilerinize kavuşmuşsanız bundan sonra da elde edeceğiniz ödül beklentiniz yüksek olacaktır. Sabahlara kadar çalışıp, başarılı bir şekilde okulunuzu bitirip bir işe girmişseniz, yöneticinizin vereceği dosyaları da sabahlara kadar incelemek ve bitirmek artık sizin davranışınız haline gelecektir. Bu örnek, beklentilerin nasıl kararlı davranış kalıplarına, kişiliğe dönüştüğünü açıklamaktadır. Rotter'a göre, bir kişinin davranışlarındaki tutarlılık, iyi tanımlanmış ve kararlı beklentilerin bir sonucudur.

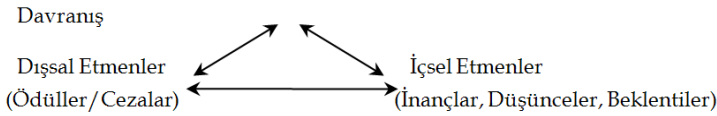
Pekiştirme değeri, bir pekiştireci diğerine tercih etme derecemiz olarak tanımlanmaktadır. Üniversitede okuyan öğrencisiniz, yoğun bir ders ve sınav dönemi geçirmişsiniz, dönemi de iyi bitirmişsiniz. Ne yaz okulu derdiniz ne de alttan dersiniz kalmış. Çeşitli ödülleri olan bir yarışmaya katılıyorsunuz. Yarışmayı kazandığınız takdirde, Beş yıldızlı bir otelde beş arkadaşınızla birlikte bir haftalık tatil

ya da bu tatilin karşılığında nakit para ya da yazın iki ay süreliğine İngiltere’de dil okulu kazanacaksınız. Yarışmaya kazandınız, siz bu seçeneklerden hangisine karar verirdiniz. Bunu belirleyen etken sizin için pekiştirme değeri hangisinin daha yüksekse kararınızın belirleyicisi o olacaktır. Doğal olarak belirli bir sonuca vereceğimiz pekiştirme değeri, zaman ve duruma göre değişiklik gösterebilir.



Sosyal- Bilişsel Kuram (Albert Bandura 1925-...)

Albert Bandura, insanoğlunun yaşamın getirdiği her türlü uyarıcıyı edilgin bir şekilde alan varlık olduğunu söyleyen radikal davranışçı görüşü kabul etmez. İnsanların çevresel olaylara tepki göstermesi, ödül ve cezanın sonucunda bazı davranışları öğrenmesi doğaldır. Ancak, insanlar sadece insanlara özgü bazı becerilere de sahiptir. İnsanların davranışının açıklanmasını hayvan deneylerine indirgemeyi kabul etmemektedir. İnsan davranışlarının en önemli nedenlerinin ve insan kişiliğinin kaynaklarının göz ardı edildiğini ifade etmektedir. Bandura’nın yaklaşımı düşünmeyi ve bilginin simgesel işleyişini içerdiği için, yaklaşımına sosyal-bilişsel yaklaşım demiştir⁽¹⁰⁾.



Şekil 4. Bandura’nın Karşılıklı Belirleyicilik Modeli

Karşılıklı belirleyicilik; Bandura, davranışın hem içsel hem de dışsal etmenler tarafından belirlendiğini kabul etmiştir. Bandura bunun yerine **karşılıklı belirleyicilik** kavramını kullanmıştır. Ödül ve ceza gibi, davranışın dışsal belirleyicileri ile inançlar, düşünceler ve beklentiler gibi içsel belirleyiciler, etkileşimli etmenlerin oluşturduğu bir sistemin parçasıdır. Bu etmenler sadece davranışı değil, aynı zamanda sistemin kendisini de etkiler. Sistemin her parçası “davranışlar” dışsal etmenler ve içsel etmenler sürekli birbirini etkiler.

Davranış Üzerindeki Bilişsel Etkiler; Bandura, günlük eylemlerimizin çoğunun **kendini düzenleme** adını verdiği süreçler tarafından düzenlendiğini ifade etmiştir. Bandura, radikal davranışçıların çevresel koşulların uygun bir şekilde ayarlanmasıyla her türlü eylemi yapabilecek hale geleceğimiz savına karşı çıkmıştır. “Barışçı bir insanı savaşçıya, koyu dindar bir insanı bir tanrı tanımaza çevirmeye çalışan herkes bir süre sonra, davranışı denetlemede kişisel kaynakların varlığını fark edecektir” demiştir. Bandura, insanların içsel ödüllü hedefler doğrultusunda çalıştığını savunmuştur. Yarışlara katılan bir sporcunun ödülü, kişisel bir hedefe ulaşmak ya da sadece yarışı tamamlamaktan alınan başarıya ve öz değer duygula-

rını yaşamaktır. Bunun tersi de olabilir kişi, başarısızlıkları ve hataları karşısında kendini cezalandırabilir. Kendini değersiz ve kötü hissedebilir.

Gözlemleyerek Öğrenme; Bandura, kuramında insan davranışlarını ve kişiliğini anlamaya yönelik çalışmalarda, dolaylı ya da gözlemleyerek öğrenme üzerinde durmuştur. Başka insanların eylemlerini gözlemleyerek, okuyarak ya da duyarak da öğrenebileceğimizi açıklamıştır. Davranışların çoğunun pekiştirme ve cezalandırma gibi yavaş süreçlerle öğrenilemeyecek kadar karmaşık olduğu görüşündedir⁽¹⁰⁾. Örneğin, küçük çocukların yemek yemeği öğrenmeleri zor ve karmaşık bir beceridir. Çocukların yemek yemeyle ilgili her davranışını pekiştirmek zorunda olsaydık, çocuklar bu beceriyi öğrenemezlerdi. Çocuklar hangi davranışın ödüllendirmeye yol açtığına dikkat ederek ve başkalarını izleyerek, yemek yemeyi öğrenebilirler.

Bandura yaklaşımında, **öğrenme** ve **performans** arasındaki farkı da ortaya koymuştur. Gözlemsel yöntemlerle öğrenilen davranışların mutlaka yerine getirilmesi şart değildir. Üniversiteye başlayana kadar hiç yemek yapmamıştım. Ama annem yemek yaparken, sürekli onun yanında olur yardım ederdim. Üniversitede okurken evde kalıyordum. Yemek sırası bana geldiğinde bazı yemekleri yapabiliyordum iyi gözlemlediklerimi tabi, bazı yemekler kolay olsa da gözlememişsem ya da annemim mutfağında pişirilmiyorsa bilmiyordum. Arkadaşlar yemek yapma sırası bana geldiğinde makarna pişirmemi istemişlerdi. Bende hiç kimseye sormadan nasıl olsa kolay diye makarnayı yaptım, fakat bazı püf noktaları bilmiyordum. Suyuna tuz koymadığım için kötü olmuştu. Tabi arkadaşlarımın ondan sonra dedikleri şey makarna bile yapmasını bilmiyorsun, sen yemek yapmadan ne anlarsındı. Ev arkadaşlarımla yılbaşını evde kutlayacaktık. Neler yapacağımızı düşünürken, iç pilavlı tavuk yapmaya karar vermiştik. Herkes bilmediğini söylüyordu ben ise yapabileceğimi söylediğimde arkadaşlar hadi canım sen de, makarna yapmasını bilmeyen bir kişi nasıl yapar diyorlardı. Ben de annemi çok iyi gözlemlediğim için tereddüt yaşamadan yapabileceğimi söylemiştim. İlk kez yapacaktım ama kendime güveniyordum. Arkadaşlarımın da yardımıyla onlara istedikleri gibi bir yılbaşı tavuğu çıkardım. Bu örneğin, Bandura'nın gözlemleyerek öğrenme kuramına ait açıklamalarıyla örtüşmekte olduğunu düşünüyorum.

Bandura'ya göre, ilk kez yapacağımız bir hareketin sonucuna dair beklentilerimizi, yine çevremizde örnek aldığımız modellerin davranışlarının, ödüllendirilmelerine ya da cezalandırılmalarına bakarak belirleyebiliriz. Ödüllenen davranışları tekrarlarız, cezalandırılan davranışları ise tekrarlamayız. Bandura'nın (1965), **bu konuyla ilgili yaptığı deneyde, anaokulu öğrencilerine, bir yetişkinin yine bir yetişkin boyutundaki plastik bebek üzerinde dört değişik saldırganca eylem gerçekleştirdiği bir televizyon programı izletilmiştir. Adam bebeği yan çevirdi, üstüne oturdu ve burnuna yumruk atarken “ İşte, tam burnu-**

nun üstüne, güüm güüm” diye bağırdı. Sonra yerden kaldırdı, kafasına bir tokmakla vurdu. Yaptığı her tokmaklama hareketiyle birlikte “ Yere yapış bakalım” diyordu. Tokmaktan sonra, adam bebeği tekmeyle odanın diğer ucuna fırlattı ve sık sık “Uç bakalım” diye bağırdı. Son olarak adam bebeğin üzerine plastik toplar attı ve her bir topu atarken “güm” sesini çıkardı.

Filmin üç değişik sonu vardı ve değişik gruplara değişik birer son izletildi. Bir grup çocuk, filmin sonunda bir başkasının gelip saldırgan adamı içecek, şeker ve övgüyle ödüllendirdiğini izledi. Başka bir grup, filmin sonunda adamın rulo yapılmış bir gazeteyle hafifçe dövülerek bir daha saldırganca davranmaması konusunda uyarıldığını izledi. Üçüncü grup ise saldırgan davranışların sonuçlarıyla ilgili bir bilgi almadı. Sonra çocuklara 10 dakika serbest oynama süresi verildi. Odadaki oyuncaklar arasında bebek ve görmüş oldukları saldırgan davranışları gerçekleştirmelerine yarayacak malzemeler vardı. Bir gözlemci küçük bir pencereden, çocukların az önce gördükleri dört saldırgan davranıştan hangilerini yapacaklarını izledi. Daha sonra çocuklara yerine getirdikleri her saldırgan davranış için meyve suyu ve küçük oyuncaklar verildi. Bunun nedeni, çocukların isterlerse davranışı yapıp yapamayacaklarını görmektir. Peki, çocuklar modeli izleyerek bu davranışı öğrenmişler miydi?

Deneyin sonucunda, neredeyse bütün çocuklar, saldırganlığı öğrenmişler. Ancak Bandura’nın kestirdiği gibi, tek başlarına bırakıldıklarında davranışı yerine getirip getirmeyecekleri, bekledikleri sonuca bağlıydı. Şiddet uygulayan kişinin ödüllendirildiğini gören çocuklar, aynı kişinin cezalandırıldığını gören çocuklara göre davranışları yerine getirmeye daha eğilimliydi. Çocuklar çok değişik insanların örneklediği davranış modellerinden anne, baba, kardeşler, arkadaşlar, televizyon ve kitap kahramanlarından öğrenirler ve her biri kendine özgü davranış kalıpları ve beklentiler geliştirir⁽¹⁰⁾.

Bilişsel Yaklaşım

Bilişsel kişilik yaklaşımının açıklamasına geçmeden önce bilişsel kuramı hatırlamanın yararlı olacağı kanısındayım o nedenle önce bilişsel kuramı kısaca hatırlayalım. Klasik davranışçılar öğrenmenin temelinde, çağrışım ilkelerinin yattığını kabul ederler. Zihinsel yaklaşımı benimseyenlere göre öğrenmenin temelinde organizmanın algılaması, hatırlaması ve düşünmesi, başka bir ifadeyle süreçler yatar. Öğrenme sürecindeki organizma, neyin ne ile ilişkili olduğunu algılar, anlar ve daha sonra gerektiğinde, daha önce algılamış olduğu ilişkileri hatırlar ve ona göre davranır⁽³⁾. Piaget’e göre, yaşam “sürekli olarak, giderek karmaşılaşan formların yaratılması ve bu formların, giderek çevreyle dengelenmesi”dir. Inhelder ve Piaget’ ye göre (1964); insanlar çevreyle etkileşimde bulunarak, bu etkileşimden o

anki ilgilerine göre anlamlar çıkarıp şemalar oluşturarak ve bilgiyi işleyerek öğrenir⁽¹⁾.

Düşünmenin ana işlevleri “**örgütlenme**” ve “**uyum**” dur. Bu işlev bütün organizmalar da aynıdır. Örgütlenme ve uyum, düşünme mekanizmasının birbirini tamamlayan iki sürecidir. Bu sürecin içsel yönünü **örgütlenme**, dışsal yönünü **uyum** oluşturur. Örgütlenme ve şema aynı anlamda kullanılan kavramlardır. Şemalar düşünmenin temel taşlarıdır. Basit ya da karmaşık olabilir. **Şema**, örgütlenmiş davranış veya düşünce örüntüsüdür. Çocuğun çevresiyle etkileşerek geliştirdiği davranış ve düşünce kalıplarıdır⁽⁶⁾. Diğer bir tanım ise şema, bireyin dış dünyaya ilişkin uyarıcıları, zihninde nasıl organize ettiğini gösteren bilgi yapısıdır. Bir bakıma, yeni bilgiyi anlamlandırma, dönüştürme, yerleştirme kılavuzudur ⁽²²⁾.

Uyum: Piaget’e göre, “ organizma ve çevresi arasındaki dengedir. Uyumda **özümleme** ve **uygu** olmak üzere iki süreç işler. Uyum, özümleme ve uygu arasında bir dengedir. Piaget çocukların bir evreden diğer evreye özümleme ve uyma süreçleriyle geçtiklerine inanmaktadır. **Özümleme**, var olan şemaların çevrenin öğeleriyle birleşmesidir. Yani yeni bilgilerin eskilere uydurulmasıdır. **Uygu** ise, var olan şemaların değiştirilmesi ya da yeni şemaların oluşturulmasıdır. Var olan şemalar, yeni öğrenilenlerin birleşmesine elverişli değilse buna gereksinim duyulur. Örneğin, Dört yaşındaki Sarah ilk kez Hindistan cevizi gördüğünde ona “ saçlı taş” adını verebilir ve onunla bu anlayışa uygun biçimde oynayabilir. Var olan şemalarını ve kavramlarını kullanarak yeni bir durumla başa çıkmaktadır. Bu da Piaget’in özümleme dediği şeydir. Eğer Sarah bir Hindistan cevizi gördükten sonra Hindistan cevizinin ne olduğuna ilişkin anlayışını değiştirirse kendini bu yeni nesneye uydurmaktadır⁽¹⁸⁾. Aslında özümleme süreci de hiçbir zaman saf değildir. Çünkü yeni öğeleri önceki şemalara yerleştirirken zeka sürekli olarak öncekileri yeni öğelere uyacak biçimde değiştirir. Piaget’in kuramında önemli yeri olan bir başka süreç **dengeleme**dir. Dengeleme, olgunlaşma, tecrübe ve sosyalleşme süreçlerini bir araya getirerek zihinsel yapıyı inşa ve yeniden inşa etmedir⁽¹²⁾. Zihinsel süreç aslında özümleme ve uygunun dengelenmesidir. İnsan düşüncelerini asıl geliştiren bu dengeleme sürecidir.

Bilişsel Kişilik Yaklaşımı

Üniversite öğrencisisiniz arkadaşlarınızla bir öğrenci partisine katılıyorsunuz, orada yiyorsunuz, içiyorsunuz, sohbet ediyorsunuz, eğleniyorsunuz, yeni kişilerle tanışıyorsunuz.

Parti bittikten sonra gecenin kritiğini yapıyorsunuz. Bazı arkadaşlarınız gecedan çok memnun kalıyor, her şeyi mükemmel görüyor. Ortam, insanlar nezihti, yiyecekler lezzetliydi, çok eğlendim, bir daha olursa yine gelirim, böyle bir partiyi kaçırmam derken, diğer bir grup ise hiç hoşnut olmayabilir. Onlar ise insanların

çok gelişi güzel davrandıklarını, çalışanların ve işletme yöneticilerinin tavırlarını eleştirebilirler. Eğlenemediklerini, mutlu olmadıklarını belirterek bir daha böyle bir geceye katılma konusunda düşüneceklerini söyleyebilirler. Siz de eğer böyle bir olaya tanık olsanız, arkadaşlarınızın aynı ortamla ilgili nasıl böyle farklı düşündüklerini anlayamazsınız. Bu farklar o gecede kendini gösterdiği gibi bundan sonraki tepkilerini de etkileyecek ve davranışlarının belirleyicileri olacaktır.

Bilişsel kişilik yaklaşımına göre, kişilik farklılıklarının nedeninin insanların bilgi işleme süreçlerinin farklı olmasında kaynaklandığı doğrultusundadır. Bu kuram yakın zaman önce, **George Kelly** tarafından geliştirilmiştir.

George Kelly'nin Kişisel Yapılar Kuramı (1905 – 1967)



George Kelly'in kuramı, insanoğlunun benzersiz olduğu görüşüyle başlar. Kelly bu bakış açısına “bilim adamı- insan” adını verir. Kelly, insanların tıpkı bilim adamları gibi sürekli olarak kendi dünyaları ile ilgili hipotezler geliştirip bunları sınadıklarını belirtir. Bilim adamlarının inceledikleri şeyleri kestirmeye ve kontrol etmeye çalışmaları gibi, hepimiz yaşamımızda mümkün olduğu kadar çok şeyi kestirmeye ve kontrol etmeye çalışırız. Olayların neden yaşandığını ya da çevremizdeki insanların nasıl davranacaklarını bilmek, rahatsız edici olabilir. Kestirebilirlik gereksinimi-

mizi karşılamak için Kelly'nin şablon eşleştirmesine benzeyen bir sürece gireriz. Yani dünya ile ilgili görüşlerimiz bizim için birer şablondur. Bu şablonları karşılaştığımız olaylar üzerine koyarız, Eğer uyarlırsa, şablonları bir daha kullanmak üzere saklarız. Eğer uymuyorsa, bir dahaki seferi daha iyi kestirmek için üzerlerinde bazı değişiklikler yaparız⁽¹⁰⁾. Örneğin, gözlemlerinize dayanarak bir kişi ile ilgili hipotezler geliştirebilirsiniz. Bu kişinin saygılı ve cana yakın olduğu şeklinde olabilir. Zamanla bu kişiyle farklı ortamlarda bulunursunuz ve daha fazla gözlemlerde bulunma ve tanıma şansınız olabilir. Eğer bu kişi gerçekten saygılı, cana yakın ise hipotezinizi destekler nitelikte davranıyorsa, hipoteziniz doğrulanıyor demektir. Hipotezinizi doğrulayan şablonları daha sonra da kullanabilirsiniz ama doğrulanmıyorsa bu hipotezi ya atıp yeni hipotez geliştirirsiniz ya da bu hipotezde bazı değişiklikler yaparsınız. Kelly olayları yorumlamak ve kestirmek için kullandığımız bilişsel yapıları **kişisel yapılar** olarak adlandırmıştır. Hiçbir insanın kişisel yapıları bir başka insaninkine benzemez ve hiç kimse zihnindeki yapılarını birbirine benzer biçimde düzenlemez. Bu yapılar çift kutuplu olarak düzenlenir. İnsanlar ilgili nesneleri kendi yapılarına göre ve/veya şeklinde sınıflandırır. Örneğin birisiyle yeni tanıştığımızda, kişinin zihnimizdeki imgesini oluştururken cana yakın-soğuk, güzel- çirkin, kibar- kaba gibi kişisel yapıları kul-

lanınız. Bu kutupları kullanarak kişinin özelliklerini sadece bu iki kutupla sınırlandırmayız. Ayrıntılara ineriz, cana yakın, güzel, kibar gibi özelliklerini belirledikten sonra, akıllı, sağduyu sahibi gibi yorumlarla kişinin neye benzediğini anlamaya çalışırız. Değerlendirmelerimiz siyah- beyaz sınırlaması içinde kalmaz, gri tonları da yorumlamaya çalışırız. Kelly **kişisel farklılıklarının** büyük oranda insanların **dünyayı yapılandırma** şekillerindeki farklılıktan kaynaklandığını belirtmiştir. İki kişi aynı insanın kişiliğiyle ilgili yorum yapsak, her iki kişinin de o kişiyle ilgili tanımlamaları farklı olacaktır. Bu doğrultuda o kişiye karşı tepkilerimizde farklı olacaktır. Bu yapıları sürekli kullanacağımız için insanlarla etkileşime girme şeklide bu iki kişinin farklı olacaktır. Diğer bir deyişle, davranışlarımızdaki kararlı kalıplar, dünyamızı oluşturmada benimsediğimiz kararlı biçimin bir sonucudur.

Kelly (1955) kuramını, tek ve basit bir varsayım üzerine kurmuştur. Temel varsayım diye adlandırdığı görüşünü şu şekilde ifade etmiştir. **Bir kişinin bilgi işleme biçimi, olayları bekleyiş şekline göre psikolojik olarak yönlendirilir**⁽¹⁰⁾. **Psikolojik Sorunlar;** Kelly'de kişilikle ilgili görüşlerini psikolojik rahatsızlıkları, anlamak ve iyileştirmek için kullanan bir psikoterapisttir. Ancak Kelly, psikolojik rahatsızlıkları geçmişte yaşanan sarsıcı deneyimlerden kaynaklandığı görüşünü kabul etmez. İnsanların psikolojik sorunlar yaşamasının nedenlerini yapılandırma sistemlerindeki arızalardan kaynaklandığını öne sürer.

Kelly psikolojik sorunların kaynağında kaygının yattığına inanır. Kişisel yapı kuramı içerisinde geleceği kestiremediğimiz zaman kaygı ortaya çıkar. Diğer bir deyişle, kişisel yapılandırmamız çevremizdeki olayları anlamlandırmada başarısız olursa kaygıya kapılırız. Örneğin, bazı insanların neden o şekilde davrandığını ya da bazı durumlarda nasıl davranacağını bilemezsek kafamız karışır, kaygılanırız. Esas sorun yapılandırma sistemimizin mükemmel olmamasıdır. Bazı nedenlerden ötürü, yapılandırmamız olayları kestirmekte bazen başarısız olabilir. Sağlıklı insanlar, eski ve yetersiz yapıların yerine sürekli yeni yapılar koyarlar. Bazı durumlarda yapılandırma sistemimiz çok yetersiz kalabilir. Bunu nedeni deneyim eksikliğidir. Üniversiteye geldiğiniz ilk yılı düşünün, başka bir şehirde yaşama konusunda zorluklar ve uyum sorunları yaşamışsınızdır. İlk günlerde yaşadığınız zorlukların nedeni, karşılaştığınız yeni durumlarla başa çıkmanızı sağlayacak uygun yapılara sahip olmamanızdır.

Bilişsel Kişilik Değişkenleri; Walter Mischel tarafından geliştirilmiş bir kuramdır. Mischel karşılaştığımız olayların karmaşık bir **bilişsel -duyuşsal birimler** sistemiyle etkileşime girerek davranışımızı belirlediğini ileri sürer. Bu modelde bilişsel duyuşsal birimler, kişiliğimizin temel öğelerini oluşturan zihinsel simgelerdir. Bu modele göre kişiliğimizdeki birimler, durumla etkileşime girerek davranışı oluşturur. Bilişsel kişilik kuramcıları durumun davranışı başlattığını ka-

bul ederler. Psikologların ilgisini çeken şey durum ve tepki arasındaki öğelerdir. Mischel'e göre, kişinin davranışının durumu etkileyeceği olmasıdır. Bilişsel modelde, davranıştaki bireysel farklılıkların nedeni olarak her birimizin belli başlı, farklı zihinsel temsiller taşımamız olarak görülür. Bu zihinsel ulaşılabilirlik davranışımızı etkilediği için iki insan aynı duruma farklı tepkiler gösterebilir. Bilişsel duyuşsal birimlerin erişilebilirlikleri de farklıdır. Belleklerimizde sakladığımız çeşitli bilgi türlerine ulaşmak bazı insanlar için kolay, bazıları için zordur. Sonuç olarak belirli bir durumu nasıl yapılandırdığımız ve bu yapılandırmaya nasıl tepki gösterdiğimiz, hangi bilişsel sınıfların harekete geçtiğine bağlıdır. Bir kişinin ki-bar bir davranışını, bir başkası pasiflik olarak algılayabilir.

Şemalar; bilgiyi algılama, düzenleme, işleme ve kullanmamıza yardım eden var-sayımsal yapılardır. Çevremizde çok fazla uyarıcı vardır. Bizler şemaları kullanarak kendimiz için önemli şeyleri ayırt etmeyi, gerisini önemsememeyi sağlayan sistemler geliştiririz. Şemaların ana işlevleri çevremizdeki şeyleri algılamamıza yardımcı olmaktır. Doğal olarak son derece önemli bir olay yaşandığında ya da birisi dikkat çekici bir özelliğe sahip olduğunda herkes bunu fark eder. Eğer biz o bilgiye işlemeye hazır durumda değilsek dikkatimizi çekmeyecektir. İki arkadaş yolda yürürken yanınızdan güzel ve çekici bir bayan geçtiğinde hemen bakarsınız, yanınızdaki arkadaşınıza geçen bayanın ne kadar güzel ve çekici olduğunu sordunuzda, arkadaşınızdan gelen cevap sizin için hayal kırıcı olabilir. Onun dikkatini çekmemiştir. Sizin ve arkadaşınız arasındaki fark, farklı şemalar kullanmanızdır. Arkadaşınız o bilgiyi işlemeye hazır değildir.

Şemalar bize bilgiyi düzenleyebileceğimiz ve işleyebileceğimiz bir yapı sunar⁽¹⁰⁾. Örneğin, kardeşinizle ilgili iyi tanımlanmış bir kardeş şemasına sahip olabilirsiniz, onun temel özelliklerini tanımlayabilirsiniz, yeni bilgileri ekleyebilirsiniz, onunla ilgili bir soru sorulduğunda yanıt vermeye hazırsınızdır. Tanıdığınız ancak çok bilgi sahibi olmadığınız bir kişi ile ilgili bir soru sorulduğunda da yanıt vermekte zorlanırsınız çünkü o kişiyle ilgili şemanız yetersizdir, bu eksikliği kapatmak için uzun zamana ihtiyacınız olabilir. Daha çok tanıdığınız kişilerle ilgili bilgiler iyi organize olmasa bile, diğer bilgiler arasından o bilgileri çok çabuk çekip çıkarabilirsiniz.

Bilişsel Kendilik Temsilleri, hepimiz çok erken yaşlardan itibaren kim olduğumuza dair bilişsel bir temsil geliştiririz. Psikologlar geliştirilen bu temsillere **kendilik algısı** adını verirler. Araştırmacılar, diğer kişilik yapıları gibi kendilik algılarımızın da zaman içinde kararlılık gösterdiğini bulmuştur⁽¹⁰⁾. Kişilerin yapmaktan hoşlandıkları hobileri farklıdır. Bazılarımız arkadaşımızdan görür farklı bir uğraşı alanı içine gireriz, mesela spor yapmak, baştaki hevesimizle bir müddet devam ederiz ama bir süre sonra bırakırız. Bunun nedeni maymun iştahlı olmak

değil, bunu kendilik şemamıza dahil edip etmemiş olmamızdır. Kendilik şemamıza dahil ettiğimiz şeyler, o etkinliği sürdüreceğimizi belirler.

Kendilik şemaları kendimizle ilgili bilgileri düzenlemek ve işlemek için kullandığımız **bilışsel kendilik** temsilleridir. Kendilik şemanız davranışın sizin için, en önemli boyutlarından oluşur. Yaşamımızda her şey eşit derecede önemli olmadığı için yaptığımız her şey kendilik şemamızın bir parçası olmaz. Sizinle ilgili temel bilgiler kendilik şemanızın çekirdeğini oluşturur. Psikologlar için asıl önemli olan insanların sahip olduğu benzersiz özelliklerdir⁽¹⁰⁾. Spor yapmaya dönecek olursak, sağlıklı yaşamak ve güzel bir vücut sizin için önemli ise, şartlarınız ne olursa olsun artık spor yaparsınız. Kimse sizi bunu yapmaktan alıkoyamaz. Çünkü artık bu özellikleri kendilik şemanıza eklemiştinizdir. Bağımsızlık sizin kendilik şemanızın bir parçası olabilir, bir davranışta bulunduğunuz da bu davranışınızla bağımsız davranmış olup olmadığınızı sorgularsınız. Ama bir başkası için bağımsız davranmak önemli değilse davranışını bu boyutta değerlendirmek aklına gelmez. Bu örnekte, bağımsızlık sizin kendilik şemanızın bir parçasıdır; ama bir başkasının olmayabilir. Kendilik şemalarını oluşturan öğeler kişiden kişiye değiştiği için kendimizle ilgili bilgiyi farklı işleriz. Kendilik şemalarımızdaki bu bireysel farklılıklar yüzünden de hepimiz farklı davranırız. Sonuç olarak, verilen konu için güçlü bir şemaya sahip insanların, belleklerindeki bilgiyi geri çağırma, bilginin düzensiz saklandığı bir konuya göre daha hazır olmalarını bekleyebiliriz.

Olası kendilikler, davranışlarımızın, sadece şu anda kendimiz hakkında sahip olduğumuz zihinsel temsillerle yönlendirilmediği, ayrıca bir gün edinebileceğimiz zihinsel temsillerin de bu süreçte etkili olabileceğidir. Olası kendilikler bir gün olabileceğimiz insanın zihinsel temsilleridir. Bu temsiller hep iyi olmaz, gelecekte daha rahat ve güzel bir yaşamı zihninizde temsil edebileceğiniz gibi daha olumsuz ve kötü koşulları olan yaşamın temsilini de taşıyabilirsiniz. Olası kendilikler iki önemli işleve sahiptir⁽¹⁰⁾. **Birinci işlev** olarak olası kendilikler gelecek davranışlar için teşvik oluşturur. Karar verirken, yapacağımız seçim bizi gelecekteki kendiliklerimizden birine yaklaşıyor mu, yoksa bunlardan uzaklaşıyor mu diye kendimize sorarız. **İkinci işlevi** de, kendi davranışımızın ve yaşamımızdaki olayların anlamını yorumlamamıza yardımcı olmasıdır. Bizleri olası kendiliğimize yaklaştıran olaylara karşı, olası kendiliğimizle ilişkili olmayan olaylara göre çok daha güçlü duygusal tepkiler gösteririz.

Olası kendilikler ve yaşanabilecek sorunlu davranışlar arasındaki ilişki, genç suçlular üzerinde yapılan bir araştırmada gösterilmiştir. Nasıl bir insan olmak istediğimize karar vermek, erişkinliğin önemli bir parçasıdır. Bu araştırmada, genç suçluların üçte birinden fazlasının suçlu olası kendiliğini geliştirmiş oldukları görülmüştür. Bu erişkinlerin çok azı iş bulmak ya da bir okula gitmek gibi geleneksel

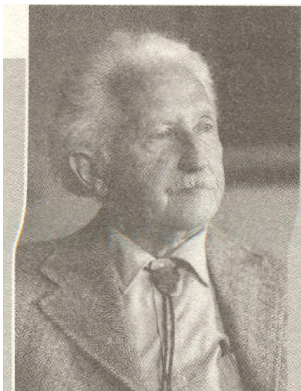
hedefleri olası kendiliklerine dahil etmişlerdir. Eğer bu olası kendilikler, genç suçluların ileride birer yetişkin suçluya dönüşmesi bizi şaşırtmamalıdır⁽¹⁰⁾.



Gerçek kendilik, olmak istediğiniz ve olmanız gereken kendilik temsillerinize göre özelliklerinizi değerlendirip, olmak istediğiniz kendilik tasarımınız için neler yapıyorsunuz?

Benlik Farklılığı; adı verilen yaklaşıma göre, kendilikle ilgili üç değişik zihinsel temsilimiz vardır. Birinci olarak hepimizin bir **gerçek kendilik** temsili vardır. Olduğunuz ya da olduğunuza inandığınız kişiyle ilgili bilgileri içerir. İkinci olarak hepimizde **olmak istenen kendilik** temsili vardır ve bu da olmak istediğiniz insanın zihinsel imgesini içerir. Hiçbir insanın gerçek kendiliği ile olmak istediği kendiliği bir başkasınınkine benzemez. Üçüncü olarak **olmamız gereken kendilik** temsili vardır. Bu kendilik, çeşitli kaynaklardan anne, baba, din vb. güçlerin sizin için belirlediği görevleri ve yükümlülükleri yerine getiren kişidir. Kendilikle ilgili üç farklı zihinsel temsili bir örnek üzerinde görelim, üniversite öğrencisi bir kişi, kibar, dışa dönük, çalışkan ve sorumluluklarının farkında, her dönemi ve her yılı ders bırakmadan tamamlamak istemektedir. Bu öğrencinin olmak istediği kendilik algısıdır. Fakat bu öğrencinin, her yıl alttan dersi kalmakta, duruma göre çok kaba ve bencil olabilmekte ve kaymakam olmak istemektedir. Bu ise gerçek kendilik temsidir. Ailesinin dersleri konusunda beklentileri, öğrencinin olmak istediği kendilik temsiliyle aynıdır. İnsanlara karşı saygılı, örnek bir kişiliğe sahip olmasını, siyasete atılıp politikacı olmasını istemektedirler. Bu da öğrenci için olması zorunlu kendilik temsidir. Eğer sahip olduğumuz kendilik algımız ile olmak istediğimiz kendilik algısı arasında farklılık çok fazla ise öğrencinin, uyumsuzluk, gerginlik, kaygı ve suçlulukla bağlantılı duygular yaşaması kaçınılmazdır.

Eric Erikson'un Psikososyal Gelişim Kuramı (1902–1994)



Psikanalist olan Eric Erikson Freud'un kuramına farklı bir bakış açısıyla yaklaşarak kuramı geliştirmiş ve genişletmiştir. Freud kızı Anna Freud ile çalışmıştır. Freud'un kişilik gelişimi tanımı, üst-benliğin ortaya çıktığı dönem olan altı yaş civarında son bulur ve yetişkin kişiliklerimizin temel özellikleri bu dönemlerde son şeklini alır diye belirtmiştir. Erikson ise, bu görüşü reddetmiştir, bu görüşünü "Eğer her şey çocukluk dönemiyle açıklanırsa, o zaman her şey bir başkasının kusuru olarak değerlendirilir ve insanın kendi sorumluluğunu üstlenme gücüne duyulan güven de küçüm-

senmiş olur” şeklinde ifade etmiştir⁽¹⁹⁾. Kişilik gelişimini kişinin yaşamı boyunca devam ettiğini belirtir. Hepimizin geçtiği sekiz aşamanın olduğu ve hepsi de kişilik gelişiminde yaşamsal önem taşıdığı görüşündedir⁽¹⁰⁾. Erikson’a göre bu sekiz dönemde insanın atlatması gereken kriz ve çatışmalar vardır. İnsanların sağlıklı bir kişilik kazanmasında bu krizlerin ya da çatışmaların başarılı olarak atlatılması önem taşımaktadır. Bir evredeki krizin başarılı olarak atlatılması, kendinden sonraki evre için sağlıklı temeller oluşturur. Eğer bu dönemdeki kriz tam olarak çözülmezse birey o dönemde saplanıp kalmaz. Yaşamının daha sonraki dönemlerinde çözümleninceye kadar varlığını devam ettirir⁽²⁴⁾. Bu kısımda, insanın kişilik gelişimini sekiz evrede açıklayan Eric Erikson’un kuramının sadece erken çocukluk yıllarını içine alan ilk dört evresi ile ilgili bilgilere yer verilecektir.

I. Temel Güvene Karşı Güvensizlik; doğumdan bir yaşına kadar sürer. Bu dönemde, bebeğin, kendisine ve çevresine karşı güven geliştirip geliştiremeyeceği belirlenir. Annenin çocuğun yanında olması ve ihtiyaçlarını karşılaması bebekte **güven duygusu** oluşturur. Bebeğin, ihtiyaçlarına karşı gösterilen duyarsızlığın derecesi güvensizlik oranını belirler. Anne, bebeğin zaman zaman bozulan dengesini onu besleyerek ve bakımını sağlayarak korumaya çalışır. Annenin gülümsemesine bebek de karşılık verir ve sıcak bir ilişki sürdürülür. Bebek böyle bir etkileşim sonucunda, ihtiyaçlarının sürekli karşılanacağına inanmaya ve annesine güvenmeye başlar. Bebek anneye karşı güven duygusu geliştirirse, diğer insanların ve çevresinin de güvenilir olduğuna inanır.

Bebeklik	→ Güvene Karşı Güvensizlik (0-1)
Yürümeye Başlama	→ Özerkliğe Karşı Utanma ve Şüphecilik (2-3)
Erken Çocukluk	→ Girişkenliğe Karşı Suçluluk Duygusu (3-6)
İlkokul Çağı	→ Başarıya Karşı Suçluluk Duygusu (6-12)

Şekil 5. Erikson’un Erken Çocukluk Dönemi Gelişim Aşamaları

Bu dönemden başlayarak annenin kişiliğinde var olan, toplumun aktardığı değerler ve kurallar, bebekle olan ilişkisini farkında olmadan etkiler.



Her insanın neden biricik olduğunu hiç düşündünüz mü?

İlk altı ayda bebek zaman ilerledikçe, isteklerini annesinden nasıl karşılayacağını yollarını öğrenir. İleriki yaşamındaki vericiliğini de bu temel üzerinde geliştirir. Bebek çevre üzerindeki egemenliğini arttırdıkça bazı girişimlerinin engellendiğini ve bazı şeylerin verildiğini fark etmeye başlar. Bu ilişki içinde ya ihtiyaçlarının

karşılanacağı inancıyla bir güven duygusu geliştirir ya da isteklerinin çoğunu elde edemeyeceği duygusundan kaynaklanan bir **güvensizliği** yaşamaya başlar. Bebek ikinci altı ayında dişlerinin çıkmaya başlamasıyla, annenin memesini ısırma kalkıştığında memenin uzaklaştığını fark eder, memeden kesilmesi süreci başladığında da çocuk üzüntü ve özlem yaşar. Eğer çocukta güçlü bir güven duygusu oluşmuşsa, bu özleme eşlik eden duygu umuttur. Bu duyguyu geliştirememişse umutsuzluk yaşar⁽¹⁹⁾.



II. Özerkliğe Karşı Utanma ve Şüphencilik; iki yaşından üç yaşına kadar süren bu dönemde en önemli olay çocuğun tuvalet alışkanlığını kazanmasıdır. Aynı zamanda bebek konuşma ve yürüme gibi iki önemli yeterlilik kazanır. Çocuk bu yeterlilikleri sayesinde çevresini araştırmaya başlar. Kendisi için tehlikeli olup olmadığına bakmadan keşfe çıkar. Her şeyin kendisine ait olduğunu düşünür. Aksini kabul etmez bunu davranışlarına da yansıtır. En küçük engellemede kendini yere atar, tepinir. Yeni sahip olduğu bu yetenekleri sayesinde özgürlüğün tadını çıkarır. Annesine bağlı olmakla birlikte, sahip olduğu yetenekleri sonuna kadar kullanır. Bebek artık özerktir. Bebeğin bu sınırsızlıkları anne tarafından engellenir, bunun sonucunda anne ve bebek arasında sürtüşmeler başlar. Çocuk kurallara baş kaldırmaz. Çocuk bir yandan anneye bağımlı kalma isteğini korurken, diğer taraftan da her istediğini yapmak ister. Anneye boyun eğme ve baş kaldırma arasında bocalar. Bu dönemde karşıt duygular yaşar. Tuvalet eğitiminde de bu kendini gösterir. Tutma ve bırakma gibi iki karşıt duyguyu birlikte yaşar. Anne çocuğunun bütün istediklerini yapmasını ister. Çocuk özerk tutumuna aykırı olan bu isteklere direnç gösterir. Anne tutumunu sertleştirirse çocuğun direnmesi baş kaldırmaya

dönüşür. Bebeklik döneminin edilgenlik ve çaresizliğine karşı bir tepki olarak tuvaletini annesine karşı kullanır, uygun olmayan yerlere idrar ve kakasını bırakır. Her işini kendisi yapmak ister bunu ben yapacağım diye ifade eder⁽²⁸⁾. Çocuk bu dönemde neyi yapıp, neyi yapamayacağı konusunda annesini ve çevresini test eder. Çocuğun öz saygısını yitirmeden kendi kontrolünü kazanabilmesi için, gerekli esnek ortam sağlanmalıdır. Kendi ihtiyaçlarını karşılaması için yapabildiği ölçüde desteklenmeli ve teşvik edilmelidir. Böylece, çocukta bağımsızlık duygularının temelleri atılır. Kendi kendini kontrol etme, öz saygı bu dönemde oluşturulur. Aksi tutum sergilendiğinde, sınırlandırılan, korunan, kontrol edilen çocuk kendi yeteneklerinden şüphelenme, utanma ve bağımlılık davranışları gösterir.

III. Girişkenliğe Karşı Suçluluk Duygusu; Bu dönem üç yaşından altı yaşına kadar sürer. Çocuğun artan bedensel ve dil becerileri, onun sosyal ve fiziksel çevresini daha fazla araştırmasına neden olmaktadır. Çocukta girişkenliğin artmasıyla, problem olan davranışları da artar. Çocuğun hareketliliği kısıtlanmadan girişkenlik duygusunun gelişmesine olanak tanınmalıdır. Çocuğun kendini keşfedebilmesi için gerekli yaşantıların sunulması girişkenliğin gelişmesi için önemlidir⁽²⁴⁾. Çocuğun doğal merakından dolayı rencide edilmesi ve engellenmesi çocukta suçluluk duygusu geliştirmektedir.

Bu dönemde çocuğun merakı cinsel konularda da devam eder. Karşı cinsten anne ve babaya karşı geliştirilen cinsel içerikli ilgi sonunda çocuk düş kırıklığına uğrar. Reddedilmesini yanlış bir girişimde bulunmuş olmasına bağlarsa kendisini suçlu hisseder. Fakat çocuğun her yaptığı şeyin onaylanması ahlak gelişimini olumsuz etkileyebilir. Çocuğun yapması ve yapmaması gerekenler konusunda denge iyi kurulmalıdır. Çocuk kendi yapmak istedikleri ile anne-babasının yapmasını istedikleri arasında farklılığı görmeye başlar. Giderek anne-babasının isteklerini kendine mal eder ve onlara aykırı düşen davranışlarda bulunduğu anda kendini cezalandırır.

IV. Başarıya Karşı Aşağılık Duygusu, Bu dönem altı yaşından on iki yaşına kadar sürer. Çocuksu istekleri hemen hemen sona ermiştir. Oyundan çok, akademik ve sosyal yönden kendi durumunu arkadaşları ile kıyaslayarak doyum sağlamak ister. Bu dönemde gerek anne-babaların, gerekse öğretmenlerin çocuğun başarılı olma gereksinimini karşılamaları önemlidir. Bu dönemde çocuk için çevrenin beğenisi ve takdiri önem taşır. Çocukların yeteneklerinin üzerinde başarı beklemek, onların başarı duygularını geliştirebilmeleri açısından engelleyici bir etmendir. Kolay ve kısa sürede ulaşabileceği hedefler koyarak, çocuğun başarı duygusu yaşaması sağlanmalıdır. Çocuk başarılı olursa, yeterli duyguları gelişecek ve böylece toplumun aktif ve başarılı birer üyesi olma yolunda sağlam adımlar atabilecektir. Başarısızlık halinde ise yetersizlik duygusu ortaya çıkar. İleride üretken ve mutlu olma olasılığı azalır. Bu aşamada, yani ergenlik yıllarının bunalımı başlama-

dan önce, başarma duygusu kazanır, kendi gücüne ve yeteneğine dönük bir inanç geliştirir ya da aşağılık duygusuyla birlikte kendi yetenek ve becerilerini takdir edemez hale gelebilir.



Freud ve Erikson'un gelişim kuramlarının benzerlik ve farklılıklarını düşününüz.

ÖZET

Kişilik; kişinin fiziksel ve toplumsal çevrelerle etkileşim tarzını tanımlayan ayırt edici ve belirleyici düşünce, duygu ve davranış örüntüleri olarak tanımlanır. İnsanlarının kişiliklerinin farklı olmasının nedeni iki faktöre bağlıdır. Bu faktörler; çevre ve kalıttır.

Karakter, kişiye özgü davranışların bütünü olup insanın bedensel, duygusal ve zihinsel etkinliğine verdiği değer olarak ifade edilir. Karakter, insanın içinde yaşadığı çevrenin toplumsal değerlerinden ve ahlak kurallarından oluşur, aile, okul, çevre içinde çocukluk çağından itibaren gelişmeye, şekillenmeye başlar.

Mizaç, kalıtsal temeli olan özelliklerdir. Çoğunlukla da aşırı duygusallık ve etkilenebilirlik ile bağlantılı davranışların sonucu olan ve erken yaşlarda ortaya çıkan bireysel özellikler olarak tanımlanmaktadır. Yetişkin kişilikleri hem kalıtsal mizaç hem de çevre tarafından belirlenmektedir. Hatta mizaç çevreyi etkilemekte, çevre de huyun kararlı kişilik özelliklerine dönüşümünü şekillendirmektedir.

Psikanalist yaklaşımın kurucusu Freud'dur. Hastalarını tedavi ederken **hipnoz** ve **serbest çağrışım** tekniklerini kullanmış ve hastalarını, bilinçaltındaki düşüncelerinden faydalanarak iyileştirmiştir. İnsan davranışlarını; yapısal kuram, topografik kuram ve psikoseksüel gelişim evreleri gibi kuramlarla açıklamaya çalışmıştır. Yapısal kurama göre davranışın id, ego ve süper ego gibi sitemlerin etkileşimiyle meydana geldiğini açıklamıştır. Topografik kuramda ise bilinç, bilinç öncesi ve bilinçaltı üzerinde açıklamalarda bulunmuştur. Yetişkinin kişiliği üzerinde altı yaşına kadar geçirilen psikoseksüel evrelerde yaşanan deneyimlerin etkili olduğunu savunmuştur.

Ayırıcı özellik yaklaşımı; bir insanın belirli bir kişilik özelliğini ne derece gösterdiğine göre kişiyi sınıflandıran ve kişilik boyutlarını belirleyen bir yaklaşımdır. **Ayırıcı özellikler,** insanların ayırıcı özellik sürekliliğinde, diğer insanlara göre nerede bulunduğunu görmemize yardımcı olur.

Kişiliği, biyolojik yaklaşımla açıklamaya çalışan psikologların başında **Hans Eysenck**

gelmektedir. Eysenck kuramını, bireysel farklılıklar, mizaç, evrimsel kişilik psikolojisi kavramlarıyla açıklamıştır. Bu yaklaşımı benimseyen psikologlar kararlı insan davranışlarını açıklamak için biyolojinin doğal ayıklama kavramını kullanırlar. Eysenck kişilik özelliklerini dışa dönüklük- içe dönüklük, nevrotiklik ve psikotiklik olarak belirtiren üç temel kişilik boyutunda ele alarak açıklamıştır.

İnsancıl yaklaşımı benimseyen psikologlar Carl Rogers ve Abraham Maslow'dur. Rogers, insan organizmasını güdüleyen temel gücün kendini gerçekleştirme eğilimi olduğuna inanmıştır. Bu eğilim, organizmanın bütün kapasitelerini yerine getirme ya da gerçekleştirme yönünde bir eğilimdir şeklinde açıklamıştır. Rogers'a göre, öz ben ve ideal benlik bir arada benlik yapısını oluştururlar. Benlik, kişinin kendisine ve kendisi ile doğrudan ilişkili olan herkes ve her şeye dair düşüncelerinin, duygularının, değer ve kanılarının kompozisyonundan oluşan ve kişiliğin öznel yanıdır. **Maslow**, yetersizlik ve büyüme gereksinimlerini beş ana sınıfa ayırmıştır; böylece yaygın olarak bilenen gereksinimler hiyerarşisi ortaya çıkmıştır. Bu gereksinimler alt seviyeden başlanarak tatmin edilerek, çok az insanın potansiyellerini tam olarak geliştirebildikleri bir konum olan, kendini gerçekleştirme noktasına doğru ulaşır. Tek yapılması gereken, bu gizil güce doğru ilerlemektir.

Davranışçı yaklaşımı savunan kuramcılar, insan davranışları üzerinde çevrenin etkisini açıklamışlardır. Geleneksel davranışçılık iki tür koşullanmadan söz eder. Bunlar, klasik koşullanma ve edimsel koşullanmadır. Rotter ceza ve ödül gibi beklentilerin ve belirli pekiştirenlerle verilen değerlerin, hangi davranış seçeneklerinin gerçekleştirileceğini kestirmek için kullanıldığını belirtmiştir. Bandura, içsel durumların, çevrenin ve davranışın karşılıklı olarak birbirini etkilediğini ifade eder.

Bilişsel kişilik yaklaşımı, tutarlı davranış kalıplarını insanların bilgi işleme yolları ile açıklar. Kelly insanları, kendi başlarına ne geleceğini kestirimlerde bulunmaya çalışan bilim adamlarına benzetmiştir. Kelly bu süreçte kullandığımız bilişsel yapıları kişisel yapılar olarak tanımlamıştır. Psikolojik sorunların kaygıdan kaynaklandığını, kaygının da kişinin olayları kestirememesinden doğduğunu öne sürmüştür.

Kişiliği açıklamaya çalışan diğer kuramcı ise Eric Erikson'dur. Kuramında, benliğin olumlu işlevini vurgular. Erikson yaşamımız boyunca geçirdiğimiz sekiz kişilik gelişim aşamasından bahseder. Her bir aşamada bir bunalımla karşılaşılır ve çözmek için karşımıza çıkan iki yoldan birini seçeriz. Seçtiğimiz bu yollar bizim kişiliğimizi oluşturur görüşündedir.

KAYNAKÇA

1. Açıkgöz, Ü, K. (2008). **Aktif Öğrenme**. 10. Baskı. İstanbul: Biliş Yayıncılık
2. Akyol, K. A. (2007). **Eğitim Psikolojisi**. Ankara: Anı Yayıncılık.(Ed: Ayten Ulusoy)
3. Arı, R. (2005). **Gelişim ve Öğrenme**. 2. Baskı. Ankara: Nobel Yayıncılık
4. Atkinson, R ve R.C. 4, E.E. Smith, D.J. Bem ve S.N. Hoeksema. (2006). **Psikolojiye Giriş**. (Çeviren: Yavuz Alagon). 3. Basım. Ankara: Arkadaş Yayınevi. Çeviren: Yavuz Alagon.
5. Aytar, G, A. (2007). **Eğitim Psikolojisi**. Ankara: Anı yayıncılık. Editör:Ayten Ulusoy
6. Bacanlı, H. (2001). Gelişim ve Öğrenme. 5. Baskı. Ankara: Nobel Yayınları.
7. Bakırcıoğlu, R. (2007). **Çocuk Ruh Sağlığı ve Uyum bozuklukları**. 2. Basım. Ankara: Anı Yayıncılık
8. Bayhan, S. P. Artan, İ. (2004). **Çocuk Gelişim ve Eğitimi**. İstanbul: Morpa Yayınları
9. Baymur, F.(1994). **Genel Psikoloji**. 11. Basım. İstanbul: İnkılap yayınları
10. Burger, J, M. (2006). **Kişilik**. (Çeviren: İnan Deniz Erguvan Sarıoğlu),1. Basım. İstanbul: Kaknüs Yayıncılık.
11. Can, G. (2002). **Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi**. (Ed: Binnur Yeşilyaprak).1. Baskı. Ankara: Pegem Yayıncılık
12. Charles, C. M. (1999). **Öğretmenler için Piaget İlkeleri**. (Çeviren: Gülten Ülgen). 2. Baskı. Ankara: Anı Yayıncılık
13. Cüceloğlu, D. (1994). **İnsan ve Davranışı**. 5. Basım. İstanbul: Remzi Kitabevi
14. Enç, M. (1980). **Ruh Bilim Terimleri Sözlüğü**. T.D.K. Ankara
15. Erden, M. Akman, Y. (2004). **Gelişim ve Öğrenme**. 13. Basım. Ankara: Arkadaş Yayınevi
16. Ersanlı, K. (2007). **Eğitim Psikolojisi**. 3. Basım. Ankara: Pegem A yayıncılık. Editör: Binnur Yeşilyaprak
17. Freud, S. (1911). **The Interpretation of Dreams**. 3. Baskı. Plain Label 18- Books.
18. Gander, M. J ve Gardiner, H. W. (2004). **Çocuk ve Ergen Gelişimi**. (Çeviren: Bekir Onur, Nermin Çelen ve Ali Dönmez) . 5. Baskı. Ankara: İmge Kitabevi
19. Gençtan, E. (2002). **Psikanaliz ve Sonrası**. 10. Basım. İstanbul: Metis yayınları.
20. Hançerlioğlu,O. (1998). **Ruhbilim Sözlüğü**. İstanbul: Remzi Kitabevi
21. Köknel, Ö.(1983). **Kaygıdan Mutluluğa Kişilik**. IV. Basım. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi
22. Küçükkaragöz, H. (2007). **Eğitim Psikolojisi Gelişim- Öğrenme-Öğretim**. (Ed: Binnur Yeşilyaprak). 3. Baskı. Ankara: Pegem Yayıncılık

23. Selçuk, Z. (2005). **Gelişim ve Öğrenme**. 13. Basım. İstanbul: Nobel Yayıncılık
24. Senemoğlu, N. (2005). **Gelişim Öğrenme ve Öğretim Kuramdan Uygulamaya**. 12. Baskı. Ankara: Gazi Kitabevi.
25. Seven, S. (2008). **Çocuk Ruh Sağlığı**. 1. Baskı. Ankara: Pegem Akademi
26. Yapıcı, Ş. Yapıcı, M. (2005). **Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi**. Ankara: Anı Yayıncılık
27. Yavuzer, Y. Demir, Z. ve Çalışkan, M. (2006). **Eğitim Psikolojisi Gelişim Ve Öğrenme**. 2. Basım. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım
28. YörükoğluA. (1997). **Çocuk Ruh Sağlığı**. 21. Basım. Ankara: Özgür Yayınları