Banu YAZGAN İNANÇ
Esef Ercüment YERLİKAYA

KİŞİLİK KURAMLARI



6. Baskı

PEGEM AKADEMİ

Prof. Dr. Banu Yazgan İnanç - Dr. Esef Ercüment Yerlikaya

KİŞİLİK KURAMLARI

ISBN 978-9944-919-78-4

Kitapta yer alan bölümlerin tüm sorumluluğu yazarlarına aittir.

© 2012,Pegem Akademi
Bu kitabın basım, yayın ve satış hakları
Pegem Akademi Yay. Eğt. Dan. Hizm. Tic. Ltd. Şti'ye aittir.
Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri,
kapak tasarımı, mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik, kayıt
ya da başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz.
Bu kitap T.C. Kültür Bakanlığı bandrolü ile satılmaktadır.
Okuyucularımızın bandrolü olmayan kitaplar hakkında
yayınevimize bilgi vermesini ve bandrolsüz yayınları
satın almamasını diliyoruz.

1.Baskı: Temmuz 2008
6. Baskı: Eylül 2012

Dizgi-Grafik Tasarım: Didem Kestek
Kapak Tasarımı: Gürsel Avcı
Baskı: Öz Baran Ofset
(Ankara-0312-3944560)

Yayınevi Sertifka No: 14749
Matbaa Sertifika No: 13264

İletişim

Karanfil 2 Sokak No: 45 Kızılay/ANKARA
Yayınevi: 0312 430 67 50 - 430 67 51
Yayınevi Belgeç: 0312 435 44 60
Dağıtım: 0312 434 54 24 - 434 54 08
Dağıtım Belgeç: 0312 431 37 38
Hazırlık Kursları: 0312 419 05 60
E-ileti: pegem@pegem.net

Prof. Dr. Banu YAZGAN İNANÇ

O.D.T.Ü Psikoloji Bölümünden mezun oldu. Yüksek lisans eğitimini London School of Economics and Social Sciences'da Sosyal Psikoloji alanında gerçekleştirdi. Doktora çalışmasını Hacettepe Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi'nde Psikolojik Danışma alanında yaptı. Halen Çukurova Üniversitesi'nde Profesör olarak görev yapmaktadır. Kendisi aynı zamanda yayınevimiz tarafından yayınlanmış olan Gelişim Psikolojisi isimli kitabın yazarlarındandır.

Çukurova Üniversitesi
Eğitim Fakültesi
Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı
01330 Balcalı Adana
binanc@cu.edu.tr

Yrd. Doç. Dr. Esef Ercüment YERLİKAYA

Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalında lisans eğitimini tamamlamıştır. Yüksek lisans ve doktora çalışmalarını Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'nde gerçekleştiren araştırmacı halen Çukurova Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümünde öğretim üyesi olarak görev yapmaktadır.

Çukurova Üniversitesi
Eğitim Fakültesi
Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı
01330 Balcalı Adana
yerlikaya@cu.edu.tr

Kişilikleriyle yaşamımı renklendiren dostlarıma,
Banu Yazgan İnanç

Kişiliğimin gelişiminde büyük katkıları olan anneme, babama, kardeşlerime

ve sevgili eşim Nurdan'a

Esef Ercüment Yerlikaya

ÖNSÖZ

Bu kitap kişilik kuramları alanını tanıtma amacıyla yazılmıştır. Ülkemizde üniversitelerin çeşitli bölümlerinde verilmekte olan kişilikle ilgili derslerde ele alınan konulara giriş düzeyinde bilgi sağlamayı amaçlamaktadır. Bunun yanında kitap, kişilik kuramları ve kuramcıları konusunda genel bir bakış açısı edinmek isteyen her türlü okuyucuya yardımcı olacaktır. Kitapta ele alınan kuramların çoğu ile ilgili yayınlanmış pek çok kitap bulunmaktadır. Ancak giriş düzeyinde konuları ele alan ve bütünsel bir bakış açısı sağlayan bir kaynağın bulunmayışı bu kitabın yazılmasında önemli bir etken olmuştur.

Kitapta kuramlar dört ana başlık altında toplanmıştır;

Birinci grupta psikodinamik kuramlar yer almaktadır: Freud, Adler, Jung, Horney, Fromm, Sullivan ve Erikson'un kuramları bu bölümde yer almaktadır.

İkinci grupta Skinner, Miller ve Dollard, Bandura ve Kelly'nin kuramları davranışçı ve bilişsel kuramlar başlığı altında toplanarak anlatılmıştır.

Üçüncü grup araştırma odaklı kuramlardan oluşmuştur. Bu bölümde Allport, Cattell, Eysenck ve McCrea ve Costa' nın kuramları yer almıştır.

Son bölüm ise insancıl/varoluşcu kuramlar olarak adlandırılmıştır ve Rogers, Maslow ve May'in kuramlarına bu bölümde yer verilmiştir.

Yaklaşık 15 yıldır verdiğim kişilik kuramları dersini son beş yıldır Ercüment Yerlikaya ile birlikte yürütmekteyiz. Bu süre içinde yavaş yavaş biçimlenen ve gelişen ders notlarını bir kitap haline getirme fikri her ne kadar 4-5 yıl önce ortaya çıkmışsa da kitabın tamamlanması bugün gerçekleşebilmiştir.

Bu kitabı yazarken derste kaynak kitap olarak başvurduğumuz bazı kişilik kuramları kitaplarını ayrıntılı olarak inceledik ve bunların içinden özellikle Robert Ewen, Larry Hjelle ve Daniel Ziegler, Jess Feist ve Gregory Feist'in kişilik kuramları kitaplarından çokça yararlandık.

Kuramcıların yaşam öyküleriyle kuramları arasında bağlantılar olduğunu düşündüğümüz için biyografilerine olabildiğince ayrıntılı olarak yer verdik. Kanımızca her biri birer dahi olan kişilik kuramcılarının görüşlerinin öğrenilmesi kişilik psikolojisi alanında bilgi edinmeyi amaçlayan okuyucu için bir temel oluşturacaktır. Okuyucu daha sonra kendi özel ilgi alanlarına uygun olarak ayrıntılı bilgi edinmek için kuramcıların Türkçeye çevrilmiş kitaplarına başvurabilir.

Kitabın amacına ulaşıp ulaşmadığını değerlendirecek olanlar alandaki otoriteler ve öğrencilerdir. Onların değerlendirmeleri bizler için ışık tutacaktır. Biz bu kitabı yazarken yeni şeyler öğrendik; alan bilgilerimizi tazeledik, bakış açılarımızı değerlendirip gözden geçirdik.

Araştırma Görevlisi Egemen Hanımoğlu'na Rogers ve Maslow'un bölümlerinin yazım aşamasında yaptığı yardımlar için teşekkür ederiz.

Sevgili Zeynep Aldemir Kılıç, yazım sırasında büyük bir yükü üstlendi. Güler yüzüyle, sabrıyla bize yardımcı oldu. Kendisine sonsuz teşekkürler.

Kuşkusuz esas teşekkürü sevgili öğrencilerimize borçluyuz. Onlarla derslerde yaptığımız tartışmalardan çok yararlandık. Onlara verdiğimiz sözü yerine getirebildiğimiz için çok mutluyuz. Bu kitabın sahibi aslında onlardır.

Kitabın basılmasında bize yardımcı olan Pegem Akademi'ye özellikle Sayın Servet Sarıkaya ve Sayın Gürsel Avcı'ya şükranlarımızı sunarız.

Banu YAZGAN İNANÇ
Esef Ercüment YERLİKAYA
Mart 2011
Adana

İÇİNDEKİLER

Önsöz v
İçindekiler vii

1. BÖLÜM
GİRİŞ

Giriş 1

2. BÖLÜM
PSİKODİNAMİK KURAMLAR

Sigmund Freud: Psikanaliz 11
Alfred Adler: Bireysel Psikoloji 39
Carl Gustav Jung: Analitik Psikoloji 61
Karen Horney: Nevrozlar ve İnsan Gelişimi 87
Erich Fromm: Özgürlükten Kaçış 111
Harry Stack Sullivan: Kişiler Arası İlişkiler Kuramı 131
Erik H. Erikson: İnsanın Sekiz Çağı 157

3. BÖLÜM
DAVRANIŞÇI VE BİLİŞSEL KURAMLAR

Burrhus F. Skinner: Radikal Davranışçılık 179
Neal E. Miller ve John Dollard: Eklektik Davranışçı Yaklaşım 195
Albert Bandura: Sosyal Bilişsel Kuram 207
George A. Kelly: Kişisel Yapılar Kuramı 223

4. BÖLÜM
ARAŞTIRMA ODAKLI KURAMLAR

Gordon W. Allport: Ayırıcı Özellik Kuramı 245
Raymond B. Cattel: Faktör Analitik Ayırıcı Özellik Kuramı 261
Hans J. Eysenck: Biyoloji Temelli Faktör Analitik Ayırıcı Özellik Kuramı 269
Robert R. McCrea ve Paul T. Costa: Beş Faktör Kuramı 285

5. BÖLÜM
İNSANCIL/VAROLUŞÇU KURAMLAR

Carl R. Rogers: Birey Merkezli Yaklaşım 295
Abraham H. Maslow: Kendini Gerçekleştirme Kuramı 311
Rollo R. May: Varoluşçu Psikoloji 331

Kaynaklar 345

1. Bölüm

GİRİŞ

İnsan davranışlarının altında yatan temel nedenleri bulmaya çalışan bilimsel çaba olarak tanımlanabilen psikolojinin kökleri antik çağa kadar dayanır. Bugün psikologların yanıt aradığı kimi sorular iki bin yıl önce de filozoflar tarafından tartışılmaktaydı. Psikolojinin felsefeden koparak ayrı bir disiplin haline gelmesinin başlangıç noktası ise Wilhelm Wundt'un ilk psikoloji laboratuarını kurduğu tarih olan 1879 yılı olarak kabul edilmektedir (Fancher, 1990). İlerleyen yıllarda insan davranışlarının nasıl inceleneceği konusunda farklı yaklaşımlar ortaya çıkmış ve bu konuda farklı görüşleri benimseyenler arasında ciddi anlaşmazlıklar, hatta ateşli tartışmalar yaşanmıştır (Morgan, 1977). İlerleyen yıllar birbirinden farklı yaklaşımların yanında farklı çalışma alanlarının da ortaya çıkmasına neden olmuştur. Günümüzde psikolojinin önemli çalışma alanlarından biri de kişilik psikolojisidir (Morgan, 1977; Morris, 1991; Cüceloğlu, 1993). Kişilik psikolojisinin temel amacı insanların davranışlarının nedenlerini ampirik ve bilimsel bir perspektifle açıklamaktır (Hjelle ve Ziegler, 1992). Kişilik psikolojisi, insanların kendilerine özgü davranış, düşünce ve duygu biçimleriyle ilgilenir. Günlük yaşam içinde kendisi ve çevresiyle her an etkileşimde bulunan birey bu etkileşimlerde bulunurken kendine özgü duygu, düşünce ve davranış özellikleri sergiler. Kişiye özgü bu duygu, düşünce ve davranış özelliklerinin incelenmesi kişilik psikolojisinin temel çalışma alanıdır. İnsan davranışlarını inceleyen uzmanların yanıt aradığı temel sorulardan biri de davranışlarımızın içinde bulunduğumuz durum tarafından mı yoksa sahip olduğumuz kişilik tarafından mı biçimlendirildiğidir. Bu sıkça tartışılan bir konu olmakla birlikte günümüzde kabul gören yanıt hem içinde bulunduğumuz durumun hem de kişinin kendisinin davranışların biçimlenmesinde etkili olduğudur. Günümüzde daha çok durumun davranışlarımızı nasıl etkilediği ve davranışların kişiyi nasıl yansıttığı üzerinde durulmaktadır (Berger, 2006). Kimi psikologlar insanların çevreden gelen taleplere genel olarak nasıl tepki verdiği konusuyla ilgilenirler. Bu araştırmacılar, aynı durumda bulunan herkesin aynı şekilde tepki vermediğini belirtmekle birlikte temel hedefleri insanların çoğununun ne yapacağını tanımlayan davranış modelleri geliştirmektir. Bu, psikolojinin bir başka alt dalı olan sosyal psikolojinin ilgi alanıdır. Kişilik psikolojisi, bir diğer uzmanlık dalı olan sosyal psikolojiyle yakından ilgilidir. Her iki uzmanlık dalı da insan davranışlarının nedenlerini incelerler ancak sosyal psikoloji belli durumlar karşısında tüm insanların vereceği ortak tepkileri

incelemeye yarayan yöntemler kullanarak bazı genel tepki kalıplarını belirlemeye çalışır. Kişilik psikolojisi ise aynı durumlarda insanların birbirinden farklı davranışlar sergilemesinin diğer bir deyişle bireysel farklılıkların incelenmesini amaçlar.

Kişilik psikolojisinin temel hedefi insanlar arasındaki bu farklılıkları incelemektir. Neden bazı insanlar içedönükken bazıları dışadönüktür? Neden bazı insanlar daha sosyalken diğerleri daha yalnızdır? Bazı insanlar neden depresyona daha yatkındır? Bu gibi sorular kişilik psikolojisinin yanıtlamaya çalıştığı sorulardır. Ancak bu anlatılanlar kişilik psikologlarının davranışların biçimlenmesinde içinde bulunulan durumun etkilerini yok saydıkları şeklinde yorumlanmamalıdır. Kişilik psikolojisi bir bireyin belli durumlarda nasıl ve neden öyle davrandığını inceleyerek o kişiyi diğerlerinden ayıran farklılıkları yani onun kişiliğini incelemeyi hedeflemektedir.

Kişilik Nedir?

Sıkça kullanılan bir sözcük olmasına ve bilimsel olarak incelenmesine ve açıklanmasına yönelik farklı yaklaşımların bulunmasına rağmen "kişilik" sözcüğünün psikologlar arasında üzerinde anlaşmaya varılmış genel bir tanımı yoktur. Aslında kişiliğin nasıl tanımlanacağı ve psikolojinin bu alt dalının hangi konuları kapsayacağı da kişilik psikologlarının devam eden tartışmalarındandır. Kişilik sözcüğü günlük dilde de oldukça sık kullanılır. Bir kimsenin 'kişiliksiz' olduğunu ya da onun 'harika bir kişiliği' olduğunu söylemişliğimiz ya da böyle ifadeleri duymuşluğumuz vardır.Günlük dildeki bu kullanım biçimiyle kişilik sözcüğü, diğerlerinin bizim üzerimizde bıraktığı izlenimi aktarmaya yarayan *değerlendirici* bir nitelik taşımaktadır. Bu şekilde belirtilmeye çalışılan şey o kişinin birlikte olunmak istenebilecek, etkileşime girilmek istenebilecek bir kişi olup olmadığıdır. Kişilik sözcüğünün günlük dildeki bir diğer yaygın kullanım biçimi ise *betimleyici* bir nitelik taşımaktadır. Bu kullanım biçiminde kişilik sözcüğü bir sıfatla birlikte kullanılır ki kullanılan bu sıfat sözü edilen kişinin en göze çarpan özelliğidir. Örneğin bir kimsenin "saldırgan bir kişiliği" ya da "uyumlu bir kişiliği" olduğu söylendiğinde kastedilen şey o kişinin bizim dikkatimizi en çok çeken özelliğinin bu olduğudur. Kişilik psikolojisi açısından kişilik sözcüğü günlük dildeki bu kullanımlarından çok daha kapsamlı ve farklı bir şekilde kullanılır. Ancak daha önce de belirttiğimiz gibi bu kapsamlı tanımların içeriği konusunda bir anlaşma söz konusu değildir. Allport'un (1937) gerçekleştirdiği literatür taramasında 50 civarında farklı kişilik tanımına rastlamış olması bu durumun çarpıcı bir göstergesidir. Her ne kadar üzerinde sözbirliği edilmiş ortak bir tanım olmasa da yapılan kişilik tanımları içinde ortak olan kimi öğelerin belirlenmesi mümkündür (Hjelle ve Ziegler, 1992).

Literatür incelendiğinde yapılan tanımların çoğunda bireysel farklılıkların öneminin vurgulandığı görülmektedir. Bu anlamda kişilik bir kimseyi diğerlerinden farklı kılan kendine ait nitelikleri temsil eder. Bunun yanında bir kimseyi diğerlerinden ayıran özel nitelikler ya da nitelikler bütünü ancak bireysel farklılıkların incelenmesi yoluyla anlaşılabilir.

Tanımların çoğunun içerdiği bir başka ortak öğe kişiliğin, bir çeşit kuramsal (hipotetik) yapı ya da organizasyon olarak ele alınmış olmasıdır. Açık ve gözlenebilir davranışlar kişilik tarafından organize edilmekte ve bütünleştirilmektedir. Diğer bir deyişle kişilik, davranışsal gözlemle elde edilen anlam çıkarmalara dayanan bir soyutlamadır.

Literatürdeki kişilik tanımlarının çoğu dikkati, kişiliği yaşam öyküsü ya da gelişimsel perspektifte incelemenin önemine çeker. Kişilik, genetik ve biyolojik eğilimleri, sosyal deneyimleri ve değişen çevresel koşulları içeren iç ve dış etkilere bağlı evrimsel bir süreci temsil etmektedir.

Tanımların çoğunun içerdiği bir diğer ortak öğe de kişiliği, kişinin tutarlı davranış kalıplarını açıklayan özellikler bütünü olarak yorumlamalarıdır. Bu durumda kişilik zamana ve durumlara karşı sabit ve süreğendir, zamandan zamana ya da durumdan duruma kişi içinde sürekliliği ifade eder.

Literatür incelendiğinde kişilik kuramcılarının kendi kuramsal yaklaşımları doğrultusunda farklı vurgular yaparak kişiliği farklı şekillerde tanımladıkları görülse de kişiliği konu eden genel yayınlarda yukarıda sözü edilen ortak öğeleri vurgulayan birbirine oldukça yakın kişilik tanımları olduğu da bir gerçektir. Bu bağlamda kişiliği *"bireyi diğerlerinden ayıran, bireye özgü, tutarlı ve yapılaşmış özellikler bütünü"* olarak tanımlamak mümkündür. Bu tanımın bazı yönleri üzerinde durarak kullanılan terimleri gözden geçirmekte yarar vardır. Tanımda kişiliğin "bireyi diğerlerinden ayıran, kendine özgü özellikler bütünü" olarak açıklanmasının nedeni kişilik derken kastettiğimiz şeyin bireyi başkalarından farklı kılan özellikler olmasıdır. Bu anlamda diğer insanlarla ortak olan yönlerimiz değil, bizi biz yapan ve diğerlerinden ayıran bize özgü özellikler bütünü vurgulanmaktadır. Bu özelliklerin bazıları tüm insanlarda ya da bir grup insanda bulunuyor olabilir, ancak bunların oluşturduğu örüntü kişiye özgüdür.

Tanımda yer alan önemli bir diğer vurgu da tutarlılıktır. Tutarlılıkla zaman içinde o kişinin benzer durumlarda davranışlarının pek değişmediği vurgulanmak istenmektedir. Örneğin bugün dışadönük olan bir insanın ileride de dışadönük olması beklenir. Ya da okulda rekabetçi olan bir öğrenci ileride iş yaşamında da rekabetçi olacaktır. Hatta onun bu rekabetçiliği sporda ve oyunda da kendisini gösterebilecektir. Tutarlılık, kişinin kaçınılmaz bir biçimde her zaman ve her durumda aynı şekilde davranacağı anlamına gelmemektedir. İnsan, kişiliği doğrultusunda içinde

bulunduğu duruma uygun şekilde tepkiler verme becerisine sahiptir, ancak davranışlarımız yalnızca içinde bulunduğumuz duruma verdiğimiz tepkilerden ibaret değildir. Diğer bir deyişle, kişinin davranışlarında kişiliğine bağlı bir tutarlık beklememiz doğaldır.

Yaptığımız kişilik tanımı içinde yer alan önemli bir başka vurgu da, bireyi diğerlerinden ayıran bu özelliklerin "yapılaşmış bir bütün" olmasıdır. Burada kastedilen şey kişiliğin çok sayıda özellikten oluşan bir sistem olduğu ve sistemi oluşturan bu özelliklerin birbirleriyle ilişkili ve bireye özgü bir örüntü oluşturduğudur. Diğer bir ifadeyle, kişilik özellikleri birbirleriyle uyum içinde ve tutarlı bir örüntü oluştururlar.

Kuram Nedir?

Kuram (teori) sözcüğü genellikle anlamı tam kavranmadan ve çoğunlukla da yanlış bir biçimde kullanılan ya da anlaşılan bir sözcüktür. Kimi zaman kuram sözcüğü gerçek ya da hakikat sözcüklerinin karşıtı olarak kullanılır. Ancak böyle bir yaklaşım kuram ve hakikat sözcüklerinin bilimsel yöntem içindeki anlamlarından oldukça uzaktır. Bilimsel yöntem açısından kuramlar, araştırmalar yapmaya ve elde edilen gözlemleri organize etmeye yarayan araçlardır. Gerçeklik ya da hakikat ise bilimin kapsam alanı dışındaki kavramlardır. Bilimsel nitelikli bir kuram; olguları açıklamak üzere araştırmacı tarafından oluşturulmuş birbiriyle ilişkili bir dizi kavram ve varsayımdan oluşan ve araştırmacıların tümdengelim yöntemini kullanarak sınanabilir hipotezler geliştirmelerini sağlayan kavramsal bir sistemdir. Bu tanımı biraz daha açacak olursak her şeyden önce, kuram, gerçeklik hakkında doğru mu yanlış mı olduğu bilinmeyen, kanıtlanmamış bir tahmindir. Kuramlar daha kesin bilgilere sahip olmadığımız durumlarda gerçekliği anlama, açıklama ve yordamada rehber görevi görürler. Kuramda yer alan önermeler geçerliği kanıtlanmış hakikatler değil geçerli olduğu varsayılan iddialardır. Bu, sınamaksızın geçerli varsayma yaklaşımı yalnızca bilisel yöntemin bir uygulama basamağı olarak işlev görür. Amaç bu iddiaları hiçbir zaman sınamadan olduğu gibi doğru kabul etmek değil, bilimsel yöntemle sınanabilir hipotezler oluşturabilmek için geçici olarak doğru kabul edilmiş genellemeler oluşturmaktır. Bu sayede gerçeklik hakkında araştırmacı tarafından oluşturulan bu açıklama çabası, bilimsel yöntemle doğrulanabilecek ya da yanlışlanabilecektir.

Bir kuram, kuramcı tarafından geliştirilen ve kavram olarak adlandırılan bir dizi terim ve ilkeyi içerir. Kuramcı da, yazar ya da mucit gibi yaratıcı bir eylem gerçekleştirmektedir ve diğer disiplinlerdeki yaratıcılar gibi o da kendisinden önceki öncülerin çalışmalarından faydalanır ve kuramını bu çalışmaların üzerine kurar. Kuramın mantıksal olarak tutarlı olabilmesi için

kavramların karşılıklı olarak ilişkili olmaları gerekir. Terimleri ve ilkeleri tanımlayıp açıklamanın yanı sıra kuramcı, onların birbirleri ile uyumlu bir biçimde nasıl tutarlı bir bütün oluşturduklarını da göstermelidir. Bu anlamda tek bir varsayım kuram olamayacağı gibi, birbiriyle ilişkili olmayan ya da tutarsız olan bir dizi varsayım da kuram sayılmayacaktır.

İç tutarlık ve yalın bir anlatıma sahip olma gibi özellikleri taşımanın yanı sıra iyi bir kuramın yerine getirmesi gereken bazı işlevler vardır ve bunları dört grupta toplamak mümkündür:

Betimleme: İnsan davranışı şaşırtıcı derecede karmaşık olduğu için faydalı bir kuram bize bu karmaşadan kurtulmamızda yardımcı olmalıdır. Uygun tanımlamalar sağlamalı, çok büyük miktardaki verileri organize etmeye yarayan bir çerçeve oluşturmalı ve dikkati önemli konulara odaklamalıdır.

Açıklama: İyi bir kişilik kuramı, olgu (fenomen) hakkında açıklamalar getirmelidir. Kişilikteki bireysel farklılıkların nedeninin ne olduğu, niçin bazı insanların diğerlerine göre daha patolojik özelliklere sahip olduğu gibi önemli sorulara yanıt verir nitelikte olmalıdır.

Yordama: Bir kuram aynı zamanda yordamalarda da bulunmalıdır ki bu sayede değerlendirilebilmeli ve geliştirilebilmelidir. Birçok psikoloğa göre bir kuramın en önemli özelliği gelecekteki olayları yordayabilme yeteneğidir. Çünkü kuramın bilimsel olarak geçerliliği, sunduğu bu tahminlerin ampirik olarak sınanabilmesi ve doğrulanabilmesi ile mümkündür. Doğrulanamayan yordamalar da kuramda değişikliğe gidilmesini sağlayarak kuramın gelişmesine yardımcı olur.

Kontrol: Değerli bir kuramın pratik uygulamalar önermesi de gerekir. Günlük yaşama uygulanamayan bir kişilik kuramının güncelliğini koruyabilmesi zordur. Faydalı bir kuram çevrenin kontrol ve değişimini kolaylaştırır. İnsan yaşamını geliştirici ve iyileştirici öneriler sunan bir kuram örneğin, çocuk yetiştirme, eğitim ve psikoterapi gibi alanlara uygulanabilecek bilgileri içeren bir kuram, güncelliğini de koruyabilecektir.

Neden Farklı Kişilik Kuramları Vardır?

İnsanoğlu evrendeki en karmaşık varlıktır ve psikologlar insan davranışını incelerken fen bilimcilerden (fizik, kimya, biyoloji) oldukça farklı bir şey gerçekleştirirler. İnsanoğlu kendi dışındaki nesneleri değil kendi yapısını, kendi doğasını ve özünü tanımlamaya ve anlamaya çalışır. Psikolojinin genç bir disiplin, psikolojiyi inceleme alanı olan insanın oldukça karmaşık bir varlık olması ve nesnel olarak incelenmeye çok uygun olmaması nedeniyle psikoloji uzun bir geçmişe sahip doğa bilimlerinin

ulaştığı kesinliğe ulaşamamıştır. Bu yüzden aynı olguyu açıklamaya çalışan birbirinden farklı yaklaşımların olması kaçınılmazdır. Bunun yanında insan, duygusal bir varlık olduğu için nesnel olarak incelenebilme ve inceleyebilme güçlükleri vardır (Karasar, 2004). Özellikle kendi kendini ya da türdeşlerini incelemeye kalkışınca, bu güçlükler daha da belirginleşir. Bilim adamları fizik gibi nesnel doğaya dönük bir disiplinde bile birbirinden farklı kuramlar ortaya koymaktadır. Karmaşık insan davranışlarının ve kendi kendini incelemenin getirdiği güçlükler göz önüne alındığında birbirinden farklı perspektiflere sahip kuramların ortaya çıkması kaçınılmazdır.

Kişilik konusunda farklı yaklaşımların olması okuyucunun bu alanın ve bu alanda ortaya konulmuş kuramların bilimsel bir nitelik taşıyıp taşımadığı konusunda şüpheye düşmesine neden olmamalıdır. Kişilik kuramcıları bu alandaki çabaların hangi konular üzerinde odaklanması gerektiği konusunda farklı görüşlere sahiptirler. Bazıları bilinçdışı süreçlere önem verirken, bazıları kişinin öğrenme tarihçesine odaklanmakta, bazıları ise zihinsel süreçlerin incelenmesine öncelik vermektedir. Kuram geliştirme çabasının doğası, kuramcıya özel bir bakış açısına dayalı spekülasyonlar ortaya koyma izni vermektedir. Kuramcılar verilerini toplarken olabildiğince nesnel olmaya özen göstermelidir, ancak topladıkları verilere anlam verme ve yorumlama işi söz konusu olduğunda öznel davranabilirler. Kuramlar tartışılmaz ve değişmez yasalar olmadığı ve bilimsel olarak sınanmaya açık oldukları için, bu öznel bakış ve yorumlama süreci onların bilimsel olma niteliğini zedelemez.

Her bir kuram kendisini geliştiren kuramcının kişisel geçmişinin, çocukluk yaşantılarının, dünya görüşünün, kişiler arası ilişkilerinin bir yansımasıdır. Gözlem işi ne ölçüde nesnel olursa olsun gözlenenlerin yorumu kaçınılmaz bir biçimde gözlemcinin bakış açısından etkilendiği ve bu nedenle de öznel olduğu için bugüne kadar birbirinden oldukça farklı birçok kişilik kuramı ortaya konmuştur. Bu konuda birçok farklı kuram olması kimi okuyucular tarafından kafa karıştırıcı bir durum gibi değerlendirilebilse de bizim görüşümüz bu farklı kuramların kişiliği anlama çabamıza bir zenginlik kattığıdır.

Kişilik konusundaki bu farklı açıklama çabalarına geçmeden önce son bir noktaya değinmek yerinde olacaktır. Bu kitapta tanıtılan kuramlardan bazıları ya da biri okuyucuya diğerlerinden daha anlamlı gelebilir. Kuramlar içinden biri oldukça akla yatkın ve diğerlerinden çok daha üstün olarak değerlendirilebilir. Günümüzde kimi psikologlar da böyle bir yaklaşımla bu kuramlardan birini benimseyip diğerlerinin ileri sürdüğü görüşleri katı bir biçimde reddetmekte ve çalışmalarını ve uygulamalarını benimsedikleri kuram doğrultusunda yürütmektedir. Elbette okuyucunun de böyle bir seçim

yapma hakkı vardır. Ancak bizim önerimiz böyle katı bir yaklaşımı tercih etmemektir. Her şeyden önce bu kuramların her biri farklı bakış açılarına sahip kişilerin çok önemli çabaları sonucunda oluşturulmuş ve geliştirilmiştir. Hiçbir kuram her konuda bütün doğruları ortaya koymamış olsa da her birinin kim olduğumuzu anlama çabamızda önemli katkıları vardır. Diğer taraftan kuramlar, geçerliği kanıtlanmış yasalar ya da tartışılmaz ve değişmez gerçekler değildir. Kuramlar araştırmacılar tarafından insan davranışlarını anlamak, açıklamak, yordamak ve kontrol etmek için geliştirilmiş kavramsal sistemlerdir. Bu kuramlardan hiçbiri mükemmel değildir ve her birinin güçlü ve zayıf yönleri vardır. Bu anlamda önerimiz, her bir kuramı tanımaya çalışırken anlatılanlara o kuramcının bakış açısıyla yaklaşmaya çalışmaktır. Nitekim iyi bir kişilik kuramının içerdiği kavram ve varsayımların birbiriyle tutarlı olması beklenir. Kuramı tanımaya çalışırken bu bakış açısını korumaya çalışarak bir sonuca varılabilir. Peşin eleştiriler yapmadan kuramı kendi bütünlüğü ve kuramcının bakış açısıyla anlamaya çalıştıktan sonra kendi eleştirilerimizi gerçekleştirebilir ve bunları o kuram konusunda yapılan eleştirilerle karşılaştırabiliriz. Kuramların birbirleriyle çelişen açıklamalar getirdikleri düşünüldüğünde her durum için tüm kuramların doğru olması mümkün değildir. Bununla birlikte bir kuram kişiliğin bir yönünü bir başkası ise diğer yönünü açıklamakta daha başarılı olabilir. Burada önerilen yaklaşımı izleyerek çok boyutlu bir bakış açısı kazanmamız ve uygun durumlarda uygun yaklaşımı seçebilmemiz mümkün olacaktır. Bu yaklaşım ayrıca bir kuramın önemli ve faydalı kavramlarını sırf bizim benimsediğimiz kuramcı tarafından değil de bir başkası tarafından geliştirilmiş olduğu için reddetme olasılığımızı da azalacaktır.

2. Bölüm

PSİKODİNAMİK KURAMLAR

On dokuzuncu yüzyılın ikinci yarısında Psikoloji felsefeden bağımsızlığını kazanıp kendi başına bir bilim dalı olmaya başladığında psikolojinin temel amacı, laboratuar temelli araştırmalarla yetişkin insanların ruhsal yaşamının temel bileşenlerini incelemekti. Yapısalcılık olarak da adlandırılan bu yaklaşımın kurucusu ilk psikoloji laboratuarını da kurmuş olan Wilhelm Wundt'tu. Yapısalcılığın temel vurgusu bilinçli süreçlerin temel birimlerini ve bu süreçler arasındaki ilişkileri yöneten yasaları keşfetmekti. Bu amaçla sinirsel iletinin hızının saptanması ya da farklı bedensel fonksiyonlardan sorumlu beyin bölgelerinin belirlenmesi gibi konularda araştırmalar yürütülüyordu. Ancak bu sıralarda Viyanalı bir nörolog olan Sigmund Freud, hastalarının çoğunun rahatsızlığının fizyolojik olmaktan çok psikolojik nedenlere dayandığını düşünerek yapısalcılıktan oldukça farklı bir yaklaşımla bu sorunları incelemeye başlamıştı. Bilinci ruhsal yaşamın merkezi olarak kabul etmek yerine ruhsal yapımızı bir buzdağına benzeten Freud, onun yalnızca çok küçük bir kısmının farkında olduğumuzu ve davranışlarımızın altında yatan bilinçdışı kuvvetli eğilimler olduğunu dile getirmiştir. İnsanın bilinçli ve akılcı bir varlık olduğu yönündeki yaygın görüşün aksine Freud, insanı farkında olmadığı güçlü bilinçdışı etkenlerin yönlendirdiği bir varlık olarak kabul etmekteydi. Bu nedenle fizyolojik laboratuar çalışmaları yerine çok farklı bir yöntem olan klinik gözlemi (vaka çalışmalarını) tercih eden Freud, psikolojide yepyeni bir yaklaşımın kurucu olmuştur. Bununla birlikte Freud, kişiliğin doğası üzerine kendisinden önce yıllarca akıl yürütülmüş olmasına rağmen ilk kapsamlı kişilik kuramının da sahibi olarak kabul edilmektedir.

Freud'un ortaya koyduğu düşünceler kendi döneminde oldukça tepki toplamıştı. Çocukluk çağında cinselliğin varlığı, insanlar olarak bilinçdışı cinsel ve saldırgan dürtülerin egemenliği altında oluşumuz ve cinsellik üzerindeki vurgusu Freud'un yaklaşımda tepkiye neden olan ana konulardı. Freud, bilinçdışı kavramından söz eden ilk bilim adamı olmamakla birlikte kişiliğimiz ve davranışlarımızı açıklamak için bilinçdışı üzerinde bu denli duran ilk kişiydi. Bugün çok yaygın bir şekilde kabul gören bilinçdışı fikri ve onun davranışlarımız ve kişiliğimiz üzerindeki etkisi Freud bu fikirleri öne sürdüğünde hiç de hoş karşılanmamıştı. Bilim adamları tarih boyunca kendi değerimize ilişkin duygularımızı sarsan üç temel şok yaşamımıza neden olmuşlardır: Kopernik, dünyamızın evrenin merkezi değil de güneş sisteminde yer alan birçok gezegenden yalnızca biri olduğunu ortaya koyduğunda, Darwin, canlılar aleminin efendisi değil de yalnızca basit bir üyesi olduğu-

muzu dile getirdiğinde ve Sigmund Freud kendi davranışlarımızın, farkında olmadığımız bilinçdışı güçlerin güdümünde olduğunu söylediğinde.

İnsan olarak rolümüzü ve kendimize atfettiğimiz değeri küçülten her kuramın geniş kitlelerce kolaylıkla ve çabucak kabul görmeyeceği bir gerçektir. Kopernik'in takipçisi olan Galileo yanmaktan kurtulmak için güneş sistemi konusundaki görüşlerinden vazgeçmeye zorlanmıştır. Thomas Scopes ise bir Amerikan lisesinde evrim kuramını okutmaya cesaret ettiği için kurşunlanmıştır. Benzer şekilde Freud'un kuramı da başlangıçta oldukça sert tepkilerle karşılanmıştır. Ancak yoğun eleştirilere rağmen kuramını geliştirmeye devam eden Freud 1939 yılında yaşamını yitirene kadar yazdığı birçok kitap ve makaleyle önemli bir fikir hareketinin önderi olmuş ve psikologları, yazarları, anne-babaları ve birçok sıradan insanın düşüncelerini etkilemeyi başarmıştır. Bugün neredeyse bilinçdışı sözcüğünü bilmeyen ve günlük yaşamda benimseyerek kullanmayan çok az kişi vardır. Freud'un kuramının etkisi gerçekten çok geniş olmuştur. Sinema, tiyatro, edebiyat, din, politik kampanyalar, reklamcılık gibi çok farklı alanlarda önemli etkilere sahip olan Freud'un etkisi en açık biçimde bu kitapta yer alan diğer kuramcıların neredeyse hepsinin kendi kuramlarını açıklarken bir referans noktası olarak onun kuramını seçmiş olmalarıdır. Bu nedenle bir kimse Freud fikirlerinin bazılarını ya da tamamını reddedebilir, ancak hiç kimse onun psikoloji alanına olan önemli ve sürmekte olan etkisini reddetmeyecektir.

Kişilik kuramlarını ve kuramcılarını tanıtmaya başladığımız bu bölümde ilk olarak Freud'un kuramına daha sonra ise sırayla Adler, Jung, Horney, Fromm, Sullivan ve Erikson'un kuramlarına yer verilmiştir. Bu ilk gruptaki kuramların ortak özellikleri, onları geliştiren kuramcıların başlangıçta psikanalitik bakış açısına sahip olmaları daha sonra ise kendi kuramlarını geliştirmeleridir. Bu kuramcılar her ne kadar daha sonra kendi kuramlarını geliştirmiş olsalar da kuramları; bilinçten çok bilinçdışı vurgulara sahip olmak, normal insanlardan çok hasta kişiler üzerine durmak ve görece az sayıda temel güdü üzerine odaklanmak gibi ortak başka özellikleri içermeye devam etmişlerdir.

PSİKANALİZ



SIGMUND FREUD

Sigmund Freud'un Yaşam Öyküsü

Sigmund Freud, 6 Mayıs 1856'da Avusturya-Macaristan İmparatorluğu'nun bugün Çek Cumhuriyeti sınırları içerisinde kalan bir parçası olan Moravya'nın Freiber şehrinde doğmuştur. O dönem Moravya'da yaşayan Yahudilerin çoğu gibi Freud'un ailesi de yoksuldu ve kiraladıkları tek odalı bir evde oturuyorlardı. Bir yün tüccarı olan babası Freud dört yaşındayken ailesi ile birlikte Viyana'ya taşındı ve Freud 1938'de Nazilerin Avusturya'yı işgal etmelerine kadar, neredeyse yaşamının tamamını bu kentte geçirdi. Viyana'da Yahudilere yönelik şiddetli düşmanlıklara maruz kalsa da bu kent, Freud'un dünyaca üne kavuştuğu gerçek yurduydu.

Freud, tüm eğitim hayatı boyunca parlak bir öğrenci idi. Fransızca ve İngilizce'nin yanı sıra Yunanca, Latince, İtalyanca ve İspanyolca bilen Freud, 1881 yılında Viyana Üniversitesi'nden tıp diploması alarak mezun oldu. Bu başarılarının ardında kendisinin üstün zekası ve çalışkanlığı kadar ailesinin desteği de vardı. Freud tıp fakültesine devam ederken ailenin diğer sekiz ferdi üç yatak odasını paylaşmış, Sigmund Freud için özel bir çalışma odası ayrılmış, diğer üyeler mumla idare ederken ona çalışmalarını yürütebilmesi için bir lamba tahsis edilmişti. Ancak Freud'un hiçbir zaman konum ve etkinlik olarak doktorluğa çok fazla ilgisi olmayacaktı. Onu yönlendiren daha çok bilgiye ve şöhrete olan açlığı idi ve kendisini kısa sürede üne kavuşturacak görkemli bir keşif yapma arzusundaydı. Mezun olduktan sonra hocası olan Ernst Brücke'ün fizyoloji laboratuarında çalışmayı sürdürdü ve burada nitelikli araştırmalar gerçekleştirdi. Bu sıralarda Freud'un geleceği çok belirsizdi. Aldığı ücret çok düşüktü ve önündeki iki genç asistan, çalıştığı bu fizyoloji laboratuarında kariyerini ilerletmesine güçlü bir engeldi. Martha Bernays'la nişanlandıktan sonra, Brücke'ün geleceğini başka bir yerde araması yönündeki arkadaşça tavsiyesine uyarak, evliliği yürütebilecek parayı kazanabileceği yeni bir işe, Viyana Genel Hastanesi'nde doktorluğa başladı. Üç yıl sonra Fransa'nın ünlü tıp adamı Jean Martin Charcot ile çalışmak üzere beş aylık bir burs kazandı. Freud histeri ve hipnozla ilgili ilk tecrübelerini burada kazanacaktı. Viyana'ya döndükten sonra bir daha hiç deneysel çalışma yapmayan Freud, bilinçdışı süreçler, zihinsel yaşantının fiziksel belirtiler üzerindeki etkisi ve cinsel dürtüler, histeri ve zihinsel yaşam arasındaki etkileşimler üzerine düşünmeye başladı ve sonraki 50 yıl boyunca bunu yapmayı sürdürdü. Fransa'da Charcot'nun laboratuarındaki deneyimi, Freud'un klinik kariyerinin başlangıcıydı.

Nişanlısı Martha Bernays'a yazdığı mektuplar incelendiğinde onun ateşli, sadık, zaman zaman kıskanç ve sahiplenici bir sevgili olduğu anlaşılmaktadır. Otuz yaşında, dört yıl gibi uzun sayılabilecek bir nişanlılık döneminin ardından başlayan evlilikleri mutlu sayılabilecek türden bir ilişki idi. Üçü kız, üçü

erkek olmak üzere altı çocuk sahibi olan Freud'un en küçük kızı Anna Freud, babasının izinden gidecek ve seçkin bir çocuk psikanalizcisi ve Psikanalitik hareketin lideri olacaktı. Kuramında cinselliğe bu kadar ağırlık veren Freud'un cinsel yaşamının sanıldığı kadar hareketli olmadığı bilinmektedir. Freud, 30 yaşında evlenene kadar tam bir bakir olarak kalmış, evlendikten sonra da eşine sadık bir koca olmuştur.

Gençlik yıllarından itibaren büyük bir keşif yapmak ve ün sahibi olmak isteyen Freud'un bu konudaki birkaç girişimi başarısızlıkla sonuçlanmıştır. Bu çabalardan biri, kokain üzerine yazdığı ve bu maddeyi bağımlılık yapmayan güçlü bir anestetik ve ilaç olarak övdüğü makalesiydi. Freud kokainin zararsız ve etkili bir ilaç olduğuna o denli inanmıştı ki hem kendisi kullanıyor, hem de nişanlısına ve arkadaşlarına da tavsiye ediyordu. Ancak çok geçmeden kokain üzerine yapılan araştırmalardan elde edilen bulgular nedeniyle Freud'un iddiaları ve kendisi ciddi eleştirilere maruz kalacaktı.

Çok büyük bir keşif yapma ve ünlü olma yönündeki çabalarında hayal kırıklığına uğrayan Freud, saygın bir çalışma arkadaşı arayışı içerisinde, tıp fakültesinde okuduğu zamanlarda da birlikte çalışmış olduğu Breuer'le birlikte çalışmaya başladı. O sıralar histeri üzerine ciddi çalışmalar yapan Breuer incelediği vakaları Freud ile paylaşıyordu. Histerinin tedavisinde hipnozu kullanan Breur'le yürüttüğü çalışmalar ve ilgilendiği hastalar üzerinde kazandığı deneyim, serbest çağrışım yönteminin ve psikanalizin ortaya çıkmasında büyük katkı sağladı. İkilinin 1895 yılında yazdıkları "Histeri Üzerine Çalışmalar" isimli kitapta Freud'un psikoterapi üzerine yazdığı bölüm genellikle psikanalitik yöntemin başlangıcı olarak kabul edilir. Kitabın yayınlanmasının hemen ardından fikir ayrılıkları nedeniyle Freud ve Breuer'in yolları ayrılmıştır.

Freud 1890'ların sonunda ciddi bir nevroz yaşamış ve hem profesyonel hem de kişisel bir yalnızlığa gömülmüştür. Bu dönemde kendi rüyalarını analiz eden, kendi geliştirdiği yöntemlerle iç dünyasını çözümleyen Freud için bu yılların oldukça yaratıcı geçtiğini söylemek de mümkündür. 1900 yılında yayınlanan "Rüyaların Yorumu" isimli kitap bu süre boyunca elde edilen içgörüler sonucunda kaleme alınmıştır. İlerleyen yıllarda (1901-1905) Freud üç önemli kitap daha yayınlamıştır: "Günlük Hayatın Psikopatolojisi", "Cinsellik Üzerine Üç Deneme", "Espriler ve Bilinçdışı ile İlişkileri". Bu yıllarda yavaş yavaş ün ve saygınlık kazanan Freud'un çevresinde kendisini destekleyen çalışma arkadaşları oluşmuş ve bu kişilerin sayısı giderek artmıştır. Başlangıçta çarşamba günleri toplanan çalışma arkadaşlarından oluşan bu grup 1908 yılında Viyana Psikanaliz Topluluğu ismini almıştır. Bu grubun içinde yer alan Alfred Adler, Carl Gustav Jung ve Otto Rank ilerleyen yıllarda Freud'dan ayrılarak kendi kişilik kuramlarını geliştirmişlerdir.

Freud, zaman içerisinde kuramında ciddi değişiklikler yapmıştır. "Cinsellik Üzerine Üç Deneme" isimli kitabında yetişkinlik yıllarında yaşanan nevrozun, çocukluk yıllarında ebeveynler tarafından taciz edilmiş olmanın bir sonucu olarak ortaya çıktığını savunan Freud daha sonraları bu fikrinden vazgeçmiştir. Hastalarının kendisine anlattıklarından yola çıkarak bunu savunan Freud, bu iddianın çok itham edici olduğunu ve bilinçdışının gerçek ve hayal arasında ayrım yapamadığını farkederek, hastalarının kendine anlattığı şeylerin birer hayal olabileceğini düşünmüş ve bu fikrinden vazgeçmiştir.

Freud, çok ciddi ekonomik sıkıntılar yaşadığı, Birinci Dünya Savaşı yıllarında kuramında köklü değişiklikler yapmıştır. İnsan doğasına ilişkin kötümser bakış açısının ve "ölüm içgüdüsü" kavramının kuramına girişi bu yıllara rastlamaktadır. Birinci Dünya Savaşında yaşananlar ve artan Yahudi karşıtlığı Viyana'yı Freud için tehlikeli bir yer haline getirmeye başlamıştı. Freud'un kitapları da Nazilerin toplu olarak yaktığı kitaplar arasındaydı. Viyana'nın Nazilerce işgalinin ardından nüfuzlu kişiler ve diplomatik ilişkiler sayesinde kendisi ve ailesi Viyana'dan kurtulmayı başarmış ve 1938 yılında kendisini misafirperverce karşılayan İngiltere'ye yerleşmiştir.

Freud'un yaşamının son yılları oldukça zor geçmiştir. Yakalandığı çene kanseri nedeniyle 1923 yılından itibaren 33 operasyon geçiren ve çok ciddi acılar çekiyor olmasına rağmen çalışmalarını sürdürebilmek için, birkaç aspirin dışında, kendisini uyuşturan ilaçları almayı hep reddeden Freud bu dönemde de tütün kullanma alışkanlığını sürdürmüş ve günde 20 Küba purosu içmeye devam etmiştir. Yaşamının son günlerinde artık bir işkenceye dönüşen acılarına son vermek üzere doktorundan kendisine yüksek dozda morfin yapmasını istemiş, doktoru da bu isteğini kızı Anna Freud'a da danışmak suretiyle yerine getirmiştir. 23 Eylül 1939'da Londra'da bu şekilde yaşama veda eden Freud'un naaşı, vasiyeti üzerine Yahudi adetlerinin tersine (kendisi zaten bir ateist idi) yakılmış ve külleri, en sevdiği Yunan vazolarından birine yerleştirilmiştir. Ardında, psikoloji tarihinin en çok tartışılan, en kapsamlı, en verimli (takipçi ya da karşı çıkan diğer kuramların oluşmasına neden olduğu için) kişilik kuramını bırakan, insanoğluna ve davranışının nedenlerine bakış açımızı kökünden sarsan Freud için psikoloji tarihinin en ünlü siması demek yanlış olmayacaktır.

Psikanaliz: Temel Kavramlar ve İlkeler

Freud'un, kişiliğin ve insan davranışının anlaşılması konusundaki en büyük katkısı bilinçdışı kavramını açıklayışı ve insanların farkında olmadıkları bilinçdışı güçler tarafından yönetildikleri yönündeki görüşleridir. Kuramına Psikanaliz ismini veren Freud'un kendisine özgü terapi yaklaşımı da aynı isimle anılmaktadır.

İnsanın Doğası

İçgüdüler ve Psişik Enerji (Libido)

Freud (1964), insanların Triebe (içgüdüler/dürtüler) adını verdiği doğuştan getirilen güçler tarafından güdülendiklerini ifade etmektedir. İnsanın bütün zihinsel (ve fiziksel) faaliyetleri bu içgüdülerce gerçekleştirilir ve yönlendirilir. Bedenin herhangi bir yönü bir gereksinim hissettiğinde (acıkmak, susamak vb.) içgüdü harekete geçer. Harekete geçen içgüdü (gereksinim) artmış gerilim veya heyecan şeklinde algılanan psikolojik bir durum yaratır. Bu da kişi tarafından hoş olmayan bir duygu biçiminde yaşanır. Kısacası içgüdü, bedensel bir ihtiyacın psikolojik ifadesi, fizyolojik bir gereksinimi doyurma arzusudur. Örneğin; açlık içgüdüsü beden dokularındaki besin eksikliğinden kaynaklanır ve zihinsel olarak gıda isteği biçiminde temsil edilir. Freud (1964) insan davranışının temel amacının hoş olan şeylere yönelip hoş olmayan şeylerden (acıdan) kaçınmak olduğunu belirtmektedir (haz ilkesi-pleasure principle). Acıdan kaçınma ve haz duyma, dürtülerin doğurduğu gerilimin azaltılması aracılığıyla gerçekleşmektedir. İçgüdüler, bir denge halinde olan organizmanın gereksinimler nedeniyle yitirdiği dengeyi tekrar kurabilmesi için gerekli işlevi gerçekleştirmeye yararlar (Freud, 1963).

İç güdülerin dört ortak özelliği vardır (Freud, 1964);

Kaynak: İçgüdünün temsil ettiği bedensel ihtiyaç.

Amaç: Bedensel uyarılmayla ortaya çıkan gerilimin azaltılması, kısacası ihtiyacın doyurulması.

Nesne: O içgüdünün doyumunu sağlayabilecek her şey.

İtici güç: İçgüdüyü tatmin etmek için kullanılan enerjinin miktarı.

İçgüdülerin yapısı konusunda Freud yaşamı boyunca birkaç kez fikrini değiştirmiştir. Önceleri cinsellikle, benliği korumayı amaçlayan içgüdüler (açlık ve susuzluk gibi) arasında bir ayırım yapmış ancak kuramının en son şeklinde insanların iki temel içgüdü olan cinsellik ve yıkıcılık tarafından yönlendirildiğini ifade etmiştir (Ewen, 2003).

Cinsellik İçgüdüsü (Eros): Freud'un kuramında cinsellik alışılmadık, geniş bir anlama sahiptir. Cinsel içgüdüler, erotik olan ve haz veren tüm

yaşantıları belirleyici niteliktedir. Yaşamsal süreçleri korumaya hizmet eden ve türün devamını sağlayan her türlü içgüdü bu grupta yer alır ve geniş bir biçimde cinsel içgüdü (eros) olarak adlandırılır. Cinsel içgüdünün yalnızca genital cinsel arzu ve hazzı içermediğini, daha geniş anlamda tüm bedensel hazlar karşılığında kullanıldığını anlamak önemlidir. Freud (1964), bu içgüdünün cinsel birleşme ve üremeden daha öte bir şey olduğunu vurgulamak için ona Eros adını vermiştir. Freud tek bir cinsel içgüdü olmadığını ve her biri, erotojenik bölge olarak adlandırılan farklı bir bedensel bölge ya da kaynakla ilişkili birçok güdünün eros adı altında sınıflandırılabileceğini ifade etmiştir. Aslında Freud'a göre tüm beden bir erotojenik bölgedir ancak psikanalitik kuramda vurgulanan üç önemli erotojenik bölge; ağız, anüs ve genital organlardır. Erotojenik bölge uyarılmaya yatkın olan ve uyarılmanın gerilim yarattığı duyarlı bir beden bölgesidir. Bölgenin amaca göre yönetilmesi gerilimi azaltır ve haz duygusuna yol açar (Hjelle ve Ziegler, 1992).

Ölüm İçgüdüsü (Thanatos): Freud'un en radikal fikirlerinden biri de yaşamın, kendi öncesine, yani varolmama durumuna dönme eğiliminde olduğu ve tüm insanların bilinçdışı bir ölüm içgüdüsü tarafından yönlendirildikleri şeklindeki düşüncesidir. Yıkıcılık içgüdüleri olarak da adlandırılan ölüm içgüdüsünün işleyişi, yaşam içgüdüleri (eros) gibi açık olmadığı için; bunlar hakkında çok fazla bilgi sahibi değiliz. Freud'a göre (1955); yaşam varolmama durumuna dönmeyi amaçlar yani tüm insanlar aynı zamanda bilinçdışı bir "ölüm içgüdüsü" tarafından yönetilirler.

Ölüm içgüdüsünün önemli bir türevi saldırgan dürtülerdir. Yaşam içgüdüleri organizmayı korumak amacıyla ölüm içgüdülerinin karşısında yer alır ve onların enerjilerini dış dünyaya, diğer insanlara çevirir. Görüldüğü gibi yaşam ve ölüm içgüdüleri karşı karşıyadır. Bu iki grup içgüdü aynı zamanda iç içedir ve birlikte çalışırlar. Örneğin yaşamı korumaya yönelik olan yeme davranışı aynı zamanda ısırma, çiğneme ve yutma gibi yıkıcı davranışları da içerir. Cinsel birleşme de dahil olmak üzere her türlü cinsel davranış çok az da olsa saldırganlık içerir. Ya da her türlü saldırgan davranış, cinayet dahi, bir ölçüde haz veren boyutlar içerir. Yaşam ve ölüm içgüdüleri çatışma halinde de olabilir. İnsan bir başkasına karşı aşk ve nefret duygularına bir arada sahip olabilir (ambivalans). Bazen de ölüm içgüdüleri baskın gelebilir ve aşk sadist bir yön alabilir (Ewen, 2003).

Psişik Enerji (Libido) ve Kateksis

Açık gözlenebilir davranışların fiziksel enerji tarafından gerçekleştirilmesi gibi zihinsel faaliyetler de sürekli olarak psişik enerjinin harcanmasını içeren dinamik süreçlerdir. Psişik enerji bütünüyle gözlenemeyen özelliktedir ve Freud bu enerjiyi belirleyen nörolojik işlevlerin er geç keşfedileceğini o zamana kadar gerçek yapılar yerine hipotetik yapılar olarak kabul edilmeleri gerektiğini savunmuştur (Ewen, 2003). Her birey aşağı yukarı belirli miktarda psişik enerjiye sahiptir. Eğer bu enerjinin büyük bir bölümü kişiliğin bir boyutu tarafından gasp edilmişse veya patolojik davranış türlerine dönüşmüşse sağlıklı etkinliklerin sürebilmesi veya diğer kişilik boyutlarının gelişebilmesi için daha az miktarda enerji bulunacaktır. Freud cinsel içgüdü ile ilişkili gördüğü psişik enerjiye libido adını vermiş ancak ölüm içgüdüsü ile ilişkili enerji için farklı bir isim kullanmamıştır. Libido tamamen intrapsişiktir ve hiçbir zaman dış dünyaya çıkmaz. Bu enerji, kateksis süreci yoluyla nesnelerin zihinsel sembollerine bağlanmakta ve bu semboller içgüdüsel gereksinimleri doyurmaktadır. Kateksis bir kişi ya da nesnenin zihnimizdeki sembolüne bağlanan enerji miktarıdır. Psikanalitik kuramda her davranış kateksis ve antikateksis süreçleri ile açıklanabilir. Kateksis, libidonun bir nesneye yönlendirilmesi, antikateksis ise içgüdünün doyurulmasını önleyen iç ya da dış herhangi bir engeldir (Hijelle ve Ziegler, 1992). İd'in içgüdülerinin doyumu için libidonun bir nesneye yönelmesi kateksise, ego'nun bu arzuyu bastırmak için, sahip olduğu psişik enerjinin bir miktarını kullanması ise antikateksise bir örnektir. Örneğin kişi ne kadar açsa yiyecekle ilgili düşüncelere daha fazla libido yöneltecektir. Ya da küçük bir çocuk, annesinin, doyurulma, ağızdan uyarılma ve temasla ilgili içgüdüsel doyum türleri için bir kaynak olduğunu çabucak öğrenir. Böylece anne için güçlü bir istek geliştirir ve psişik enerjisinin (libidosunun) büyük bir bölümünü annesi ile ilgili düşünce, imge ve fantezilere ayırır. Freud'un terimleri ile annesi için güçlü bir kateksis oluşturur. Nesne ne kadar önemli ise, kateksis, yani o nesneye bağlanan libido miktarı da o kadar fazla olacaktır.

Libido genellikle seçilen bir diğer yedek objeye doğru yön değiştirebilir. Örneğin kişi belirli bir gıdaya doğru yönlenir (kateksis) ancak eğer bu gıdaya ulaşamazsa başka bir gıdaya doğru da yönelebilir (Ewen, 2003). Yedekleme (yön değiştirme) yapılırken, libidonun yöneldiği nesnenin olabildiğince orijinaline yakın olmasına çalışılır ancak bu yapılırken dış dünyanın nesnel koşulları ve toplumun izin verdiği ölçüler sınırlayıcıdır. Libido orijinaline benzeyen ya da onun yerini tutabileceği düşünülen bir nesneye yönlendirilse de yedekleme tam doyurucu olamaz. Çünkü bir miktar psikolojik gerilim boşaltılmadan kalır bu da Freud'a göre uygar toplumda yaşamanın bir bedelidir. Freud'a göre modern uygarlığın tüm ürünleri (sanat, müzik, edebiyat) yön değiştirmiş cinsellik ve saldırganlık dürtülerinin bir sonucudur (Hijelle ve Ziegler, 1992).

Psişik Determinizm ve Parafrakslar

Psişik determinizm ilkesine göre ruhsal yapıda gerçekleşen hiçbir şey nedensiz ya da rastlantısal değildir. Tüm zihinsel (ve fiziksel) davranışlar, kendisinden önceki nedenlerle belirlenmiştir ve kestirilmesi (tahmin edilmesi) olası yollarla gerçekleşmektedir (Ewen, 2003). Psikanalitik kuramda mucizelere, tesadüflere ya da özgür iradeye yer yoktur. Bazı duygu, düşünce ya da davranışların bize nedensiz ya da tesadüfen gerçekleşmiş gibi görünmelerinin tek nedeni, bizim bunlara neden olan öncülleri ile aralarındaki nedensel bağlantıyı kurmamızı engelleyen bilgi eksikliğimizdir. Rastlantısal düşünceler, bilinen bir adın ya da sözcüğün anımsanamaması, dil ve kalem sürçmeleri, bizzat yapılan kazalar, hatalı hareketler, rüyalar ve nevrotik davranışların tümünün altında belirli nedenler vardır ki bunlar çoğu kez bilinçdışındadır. Freud (1960) "Günlük Hayatın Psikopatolojisi" isimli eserinde bu türde pek çok parafraks örnekleri vermektedir. Freudiyen sürçmeler (hatalar) olarak da bilinen ve Freud tarafından (Fehleistung - hatalı davranış) olarak adlandırılan bu tür davranışlar İngilizce'ye parafraks olarak çevrilmiştir ve yaygın olarak bu adla anılmaktadır.

Parafraksa yol açan öncüller kolay tespit edilebilen yalın nedenler olabileceği gibi karmaşık ve kestirilmesi güç şeyler de olabilir. Örneğin bir randevuyu veya sınavı unutmanın veya geç kalmanın altında açık nedenler olabilir (randevuda görüşülecek kişiye kızgınlık veya sınavda başarısız olma korkusu). Ancak Freud'a göre psişik olayların nedenleri genelde daha karmaşık ve çeşitlidir. Örneğin unutkan bir öğrenci bilinçdışındaki istekleri tarafından da güdülenmiş olabilir; mükemmel olması için sürekli kendisine baskı yapan ailesini cezalandırmak ve onlara karşı bu tür duygular beslediği için de kendini suçlu hissedip, kendisini cezalandırmak ya da diğer başka nedenler gibi.

Dil ya da kalem sürçmeleri de Freud'un üzerinde çokça durduğu parafrakslardır. Yapılmasından rahatsızlık duyduğu bir toplantıyı başlatmak zorunda olan genel müdürün toplantıyı açarken "görüyorum ki, bütün üyeler burada, bu durumda toplantının ('başladığını' demesi gerekirken) sona erdiğini bildirebilirim" demesi ya da kendisini çok önemli gören bir uzmanın konuşması sırasında kendi uzmanlık alanından söz ederken "bu konuda gerçekten otorite sayılabilecek kişilerin ('bir elin parmaklarıyla' diyeceği yerde) bir parmakla sayılabilecek kadar az" olduklarını söylemesi bu tür parafrakslara örnek gösterilebilir (Freud, 1960).

Parafraksların bir diğer türü olan, kişinin kendi sebep olduğu kazalar (özzedelenmeler), kendisini cezalandırmak isteğinin bir sonucu olabilir. Aşağıdaki vaka bu tür parafraksların bir örneği olarak gösterilebilir. Kocasının arabasını yoğun trafikte kullanırken aniden fren yapan ve arkadaki arabanın kendisine çarparak çamurluğunu çökertmesine sebep olan bir kadın hasta-

nın serbest çağrışımları buradaki parafraksın üç bilinçdışı güdü ile ilişkili olabileceğini ortaya koyuyor; (1) kocası kendisine kötü davrandığı için ona duyduğu kızgınlık duygusu (arabayı çarpmakla ifade ediliyor) (2) ideal bir eşe uygun olmayan böyle bir saldırganlık duygusu için cezalandırılmak isteği (kocası kazayı duyduğu zaman başına gelecekler!) (3) kocasının karşılayamadığı güçlü cinsel arzular (bir adamın, hastanın kendi ifadesiyle "kuyruğuna bindirmesiyle" sembolik olarak tatmin ediliyor) (Brenner, 1998).

Kişiliğin Yapısı

Topografik Model: Bilinçdışı, Bilinçöncesi, Bilinç

Freud'a göre (1963) ruhsal yapımız bilinç, bilinçöncesi ve bilinçdışı (bilinçaltı) olmak üzere üç düzeyden oluşmaktadır. Topografik model olarak da adlandırılan bu açıklamaya göre kişilik, sözü edilen bu üç farkındalık düzeyinde işlev göstermektedir.

Bilinçdışı: Bilinçdışı, fakında olmadığımız ancak sözlerimizin, duygularımızın ve davranışlarımızın çoğunu yönlendiren tüm istek, dürtü ve güdülerden oluşur. Açık ve gözlenebilir davranışlarımızın bilincinde olsak da bu davranışların altında yatan zihinsel süreçlerin tam olarak farkında olmayız. Bilinçdışının içeriği bilince aktarılamadığı için varlığını kanıtlamak güçtür. Freud, bilinçdışının varlığının yalnızca dolaylı olarak kanıtlanabileceğini belirtmiştir. Örneğin, rüyaların, dil sürçmelerinin ve kimi unutmaların altında yatan nedenler bilinçdışıdır. Burada da belirtildiği gibi bilinçdışının içeriği bilince ancak sansürden geçebilecek kadar gizlendikten ve çarpıtıldıktan sonra çıkabilmektedir (Freud, 1963). Bilinçdışı ruhsal yapının en derin katmanıdır ve içgüdüsel dürtülere ve hatırlandığında kişi açısından fazla tehdit edici olacağı için bir şekilde bastırılmış olan anılara ev sahipliği yapar.

Bilinçöncesi: Bilinçöncesi, o an farkında olunmayan ancak kendiliğinden ya da yeterli bir çaba ile bilince gelmesi mümkün olan yaşantıların ve bilgilerin bulunduğu katmandır (Freud, 1963). Hatırlayabildiğimiz her türlü anı ya da bilgi bilinçöncesinde yer alır. Freud'a göre bilinçöncesi, bilindışı ve bilinç arasında köprü vazifesi görür. Bilinç düzeyine ancak terapötik birtakım tekniklerle çıkarılabilen bilinçdışı materyal önce bilinçöncesine getirilir ve oradan da bilince çıkarılabilir.

Bilinç: Bilinç ise o an farkında olunan her türlü duyum ve yaşantıların bulunduğu düzeydir (Freud, 1963). Bilinç ruhsal yapımızın doğrudan farkında olduğumuz tek düzeyidir. Düşünceler bilince iki farklı kaynaktan gelebilmektedir. Birincisi duyu organlarımız aracılığıyla algıladığımız ve fazla tehdit edici olmayan, dış dünyadan gelen bilgilerdir. İkincisi ise ruhsal yapı içinde,

bilinçöncesinde yer alan tehdit edici olmayan veya bilinçdışında yer alan ve tehdit edici olmayacak kadar gizlenmiş ve çarpıtılmış olan bilgilerdir (Freud, 1964).

Yapısal Model: İd, Ego, Süperego

Bilinçdışı zihinsel süreçler Freud'un kişiliğin yapısına ilişkin görüşlerinin temelini oluşturmaktadır. Ancak Freud, 1920'lerin başlarında, topografik modeli terk etmemekle birlikte, kişiliğin organizasyonuna ilişkin görüşlerini gözden geçirerek, kişiliği oluşturan üç yapı olduğunu belirtmiştir: İd, Ego ve Süperego (Freud, 1962). Bu aynı zamanda yapısal model olarak da adlandırılan kişilik yapısı modelidir.

Kişilik yapıları ile topografik model arasındaki ilişki aşağıdaki figürde gösterilmektedir. Figürde de görüldüğü gibi id'in tamamı bilinçdışında iken, ego ve süperego üç bilinçlilik düzeyinde de işlev göstermektedir. Freud'a göre bu boyutlar zihnin içinde ayrı bölümler değil adeta bir resmin renkleri gibi, bölümlerin uyum içinde birlikte bulunduğu bir karışımdır.



Yapısal Modelin Farkındalık Düzeyleri ile İlişkisi

Kaynak: Hjelle, L.A. ve Ziegler, D. J. (1992) Personality Theories, McGraw-Hill'den uyarlanmıştır.

İd: Türkçe'de ilkel ben olarak da adlandırılan id, 'o' (İngilizce: it, Almanca: es) sözcüğünün Latince karşılığıdır ve kişiliğin ilkel, içgüdüsel yönlerini kapsar. Ruhsal yapının doğumda var olan bütününden oluşan id, içgüdüleri ve psişik enerjinin tüm kaynağını içerir (Freud, 1964). Tamamen bilinçdışı düzeyde işlev gösterir ve kişiliğin en eski ve temel bileşeni olarak bedensel süreçlerle (içgüdüsel biyolojik dürtülerle) yakın temas içindedir. Biyolojik gereksinimleri psikolojik gerilimlere (arzulara) dönüştürür. İd'in tek motivasyonu, bu içgüdüsel kateksisin boşalması yoluyla ve artan gerilim sonucunda ortaya çıkan nahoşluk duygusundan arınarak haz elde etmektir. Diğer bir deyişle id, haz ilkesi (pleasure principle) doğrultusunda hareket ederek acıdan kaçınır ve haz elde etmeye çalışır. Tümden mantık dışı ve ahlak dışı olup realite (gerçek) kavramından yoksundur. İd, sürekli istekleri olan bir çocuk gibi anında haz ister. Bu nedenle de ilk orijinal seçimi engellendiğinde yedek nesne (obje) imgelerine yönelir. Örneğin, biberonundan yoksun kalan bebek parmağını emmeye yönelir böylece içgüdüsel gerilimi emme ile giderebilir. Görüldüğü gibi id gerilimi gidermek için önce bunu ortadan kaldıracak nesnenin imgesini oluşturur. İd'deki bu mantık dışı (irrasyonel), dürtüsel, imge üretici düşünce tarzına birincil süreçler (primary process) denir (Freud, 1958). Örneğin id, aç bir insana herhangi bir besin maddesinin zihinsel görüntüsünü sağlar, fakat tek başına bu hayal gerilimi gidermeye yetmez. Birincil süreçler, dürtüleri dizginleme, gerçek olanla olmayanı ayırt etme yeteneğinden yoksun, düş yönelimli, mantıkdışı düşünme tarzlarıdır. İdin, bir ihtiyacı karşılayacak gerçek nesne ile zihinsel imgeyi birbirinden ayıramaması, eğer doyum sağlayan dış bir kaynak yoksa, ölümle sonuçlanabilir. Freud gelişmekte olan bebeğin en zor görevinin birincil ihtiyaçlarının doyumunu ertelemeyi öğrenmek olduğunu belirtmiştir. Doyumu erteleme kapasitesi çocuğun kendi ihtiyaç ve arzuları dışında gerçek bir dünya olduğunu öğrenmesiyle ortaya çıkar. Bu farkındalık geliştikçe, kişilik yapısının ikinci sistemi olan ego ortaya çıkmaya başlar.

Ego: "Ben" sözcüğünün (İngilizce: I, Almanca: Ich) Latince karşılığı olan ego, id'in arzularının ifade edilmesini ve doyurulmasını sağlar. Ego, organizmanın gerçek dünya ile ilişkisini düzenlemek ve dış dünyanın üstesinden gelmesini sağlamak için 6-8. aylarda, id'den evrimleşerek gelişir ve id'in amaçlarına ulaşmasına yardımcı olur. Bebeğin açlığını gidermesi için zihnindeki besin imgesinin gerçekçi bir algıya dönüştürülmesi gerekir. İd bu işlevi gerçekleştiremez. Yalnızca ego, zihindeki imgelerle gerçek dünyadaki nesneler arasında ayrım yapabilir. Bu sayede organizma, oluşan gerilim giderilmeden önce besin elde etme ve tüketmeyi öğrenir. Gerçeklik ilkesi (reality principle) doğrultusunda hareket eden ego, gerilimi azaltacak olan nesnenin dış dünyada karşılığının bulunup bulunmadığını belirleyene dek gerilimin boşaltılmasını geciktirir (Freud, 1962). Böylece ego, derhal harekete geçmeyi

isteyen haz ilkesini geçici olarak erteleyerek, gereksinim doyurucu uygun nesneyi bulana dek harekete geçmeyi engeller. Ego'nun gerçekçi düşünmeyi, akıl yürütmeyi, karar vermeyi, problem çözmeyi ve haz ertelemeyi içeren düşünce tarzlarına ikincil süreçler (secondary process) adı verilir (Freud, 1958). Ego'nun şekillenmesi ben-ben olmayan (self-nonself) arasındaki farklılaşmaya yol açan yaşantılar sonucu gerçekleşmektedir. Bu daha çok kişinin kendi vücudu ile ilgilidir. Böylece bebek kendine dokunduğu zaman dokunulmuşluk duygusuna yol açtığını, diğer objelere dokunduğunda ise bunu hissetmediğini görecektir. Bebek vücudunun fiziksel haz (veya acı) kaynağı olduğunu bu duygunun ise biberon veya annesinin memesinden farklı olduğunu da öğrenir. Ayrıca, olgunlaşmakta olan çocuk, id'in istekleri için çevreyi doyum kaynağı olarak algılamaktadır. Bu yolla çocuk gerçek (reality) ile id imgeleri arasında ayırım yapmayı da öğrenir, buna gerçeklik sınaması (reality testing process) denir (Freud, 1962). İkincil süreçler içerisinde yer alan gerçeklik sınaması egonun, gereksinimin doyurulması amacıyla bir plan yapması ve bu planın işleyip işlemeyeceğini sınamasıdır. Örneğin üniversiteye giriş sınavı için hazırlanan bir genci düşünecek olursak, birincil süreçler onun istediği üniversiteyi/bölümü kazanmış olduğu anı düşünmesine ve bunun hayalini kurmasına yol açacaktır. ikincil süreçler ise bu amaca ulaşmak için neler yapması gerektiğini, hangi konularda daha çok çalışmaya ihtiyacı olduğunu bulmasını, bu eksikliği ne şekilde gidereceğini belirlemesini, gerekli çalışmaları yapmasını ve bu eksiklikleri giderip gidermediğini belirlemesini sağlayacaktır.

İd'in haz arayıcı doğasının aksine ego, gerçeklik ilkesine uyarak ve ikincil süreçler aracılıyla gereksinimi doyuracak uygun bir nesne ya da uygun çevresel koşullar bulunana dek içgüdüsel doyumu erteleyerek, organizmanın güvenliğini sağlar ve bütünlüğünü korur. Örneğin cinsel dürtüler her an her yerde doyuma ulaştırılamaz, ego gerçeklik ilkesine uygun olarak bu doyumu ikincil süreçlerle erteler ve doyumun uygun zamanda, uygun nesne ile ve uygun yerde gerçekleştirilmesini sağlar.

Açıkça görülebileceği gibi içgüdüsel gereksinimlerin doyurulmasının önündeki engel her zaman nesnel dış dünyadan gelmez. Ego bu gereksinimlerin doyumunu sağlamaya çalışırken toplumun beklentilerini ve ahlaki standartlarını da dikkate almaktadır. Egonun karşılamaya çalıştığı bu talepler kişiliğin en son gelişen üçüncü sistemine yani süperegoya aittir.

Süperego: Bir kimsenin toplum içerisinde etkili bir biçimde yaşayabilmesi için, o toplumun değerler sistemini ve kurallarını kazanabilmesi gerekir. Bunlar sosyalizasyon süreci ile kazanılır ve psikanalitik kuramdaki yapısal modele göre süperego olarak adlandırılır. "Ben" ve "üstü" kelimelerinin

(İngilizce: over-I, Almanca: über-Ich) Latince karşılığı olan süperego terimi yerine Türkçe'de üstben sözcüğü de kullanılmaktadır.

Kişiliğin en son gelişen yapısı (bileşeni) olan süperego, toplumsal norm ve davranış standartlarının içselleştirilmesini temsil eder. Freud'a göre (1962) insan organizması süperegoya sahip olarak dünyaya gelmez. Çocuklar, anne-babaları, öğretmenleri ve benzeri diğer figürlerle aralarındaki etkileşimler sonucunda bunu kazanırlar. Diğer bir anlatımla bebeklerin doğru yanlış duyguları gelişmemiştir. Bu işlev önceleri ebeveynler tarafından yürütülmektedir. Hatta bu uzun yıllar sürmektedir. Bazı davranışlar sevgi ve destek görürken bazıları cezalandırılmaya neden olmaktadır. Bu cezalandırılma çocuk tarafından anne-babasının sevgisinin yitirilmesi şeklinde değerlendirilir ve çocukta, güvenli olmayan dış dünyada yalnız kalacağı şeklinde bir düşünceye yol açar. Bu yalnız kalma durumundan korunmak için, güçlü anne-baba ile kurduğu özdeşim nedeni ile ego onların standartlarını benimsemeye başlar. İşte bu süperegonun oluşmasına yol açmaktadır (Hall, Lindzey, Loehlin ve Manosevitz, 1985; Allen 1997). Süperego, egodan 3-5 yaş civarında ayrılmaya başlar ve anne-baba, öğretmen ve diğer otorite figürlerinin özelliklerini benimser. Süperego, vicdanı yönlendiren bir araçtır. Bu şekilde vicdan hoş olmayan düşünce ve davranışları cezalandırır. Freud (1962) önceleri süperego'ya ego ideal adını vermiş ancak sonra ego ideali, süperegonun işlevlerinden sadece biri olarak kabul etmiştir. Örneğin bir insan, kimse kendisini gözlemese dahi kopya çekmeyi, çalmayı veya yalan söylemeyi reddediyorsa veya kimse kendisini kontrol etmediği halde işini, elinden gelen en iyi şekilde yapmaya çalışıyorsa bu insan süperegosu tarafından yönlendirilmektedir. Bu tür olumlu davranışlar için süperego, egoyu kendisi ile gurur duyma ve hoşnut olma duygularıyla ödüllendirir. Ancak, süperegonun büyük bir bölümü bilinçdışında yer almakta ve id'le çok sıkı ilişki içinde bulunmaktadır. Id'in hoş olmayan dürtülerini lanetlemekle birlikte yalnızca egoyu etkileyebilmektedir. Bu şekilde, yasaklanmış dürtüler ve davranışlar süperego ve ego arasında gerilime neden olmakta veya kaygıya (moral kaygı) yol açmaktadır.

Freud süperego'nun vicdan ve ego ideal olmak üzere iki alt sistemden oluştuğunu belirtmektedir (Ewen, 2003). Vicdan anne-babanın kötü ve edepsiz olarak değerlendirdiği ve cezalandırdığı davranışlarla ilgilidir. Kişinin cezalandırıcı öz-değerlendirmelerini, ahlaki yasaklamaları ve suçluluk duygularını içerir.

Süperego'nun ödüllendirici yanı ise ego ideal'dir. Ebeveynlerin onayladığı ve değer verdiği davranışlar yoluyla gelişir ve kişinin, ulaşıldığında özsaygı ve kıvanç duymasını sağlayan mükemmellik standartlarına ulaşmaya çalışmasına yol açar. Örneğin, çocukken okuldaki başarısı ödüllendirilen bir

kişi ne zaman akademik konularda başarılı olsa kendisiyle iftihar edecektir. Ancak, kişi amaçlarına yaklaştıkça ego ideal daha yüksek standartlar belirler. Bu nedenle ego-ideale ulaşmak mümkün olmaz ve doyum sağlanamaz.

Ebeveyn kontrolünün yerini öz-denetime bırakmasıyla süperego'nun tamamıyla geliştiği kabul edilir. Ancak bu özdenetim gerçeklik ilkesince gerçekleştirilmemektedir. Süperego toplumca kabul görmeyen her türlü id dürtüsünü bütünüyle engellemeye çalışırken, aynı zamanda kişiyi düşüncede, sözde ve eylemde (davranışta) mutlak mükemmelliğe zorlamaktadır. Kısacası, ego'yu mükemmeliyetçi hedeflere ulaşmaya çalışmanın, gerçekçi hedeflere ulaşmaya çalışmaktan daha iyi olduğuna ikna etmeye çalışır (Hjelle ve Ziegler, 1992).

Kaygı ve Ego Savunma Mekanizmaları

Freud'un kaygı konusundaki ilk görüşleri nevrotik hastaları üzerindeki incelemelerine dayanmaktaydı. Başlarda kaygının iç ve dış engeller nedeniyle uygun bir biçimde boşaltılamayan ve ruhsal yapı içinde biriken psişik enerjinin bir sonucu olarak ortaya çıktığını öne süren Freud, yapısal modeli geliştirmesi ile birlikte kaygı konusundaki açıklamalarında da değişiklikler yapmıştır. Kaygı konusundaki son açıklamaları, kaygının egonun bir işlevi olduğu yönündedir.

Freud (1964), egonun görevinin oldukça zor olduğunu belirtmektedir. Çünkü ego, hem idin arzularını yerine getirmekle, hem de dış dünyanın nesnel gerçekliği ile başaçıkmakla yükümlüdür. Bunları yaparken de süperegonun katı kısıtlamalarını dikkate almak zorundadır. Bunlar aynı zamanda, ego'nun görevini yerine getirirken karşılaştığı üç tehdit kaynağıdır. Ego bu tür tehditlere karşı kaygı (anksiyete) ile tepki verir. Bu ise yoğun sinirliliğe benzeyen ve oldukça rahatsızlık verici bir duygudur. Kaygı, kişiyi uygun davranışa hazırlayan öz-koruyucu bir işlevi yerine getirse de, çok kısıtlı miktarı normal ve arzu edilir düzeydedir (Ewen, 2003).

Freud kaygıyı kaynağına bağlı olarak üç başlık altında incelemiştir.

Gerçekçi Kaygı

Dış dünyadaki gerçek bir tehlike ya da tehdit algısına karşı duygusal bir tepki olarak ortaya çıkan gerçekçi kaygı temel olarak korku duygusu şeklinde yaşanmaktadır. Gerçekçi kaygı kişinin yaklaşan tehlikelere karşı önlem almasını sağlamaktadır. Bilmediğimiz bir yolda hızla ve yoğun bir biçimde akan trafikte araba kullanırken ya da ufukta beliren ve yaklaşmakta olan fırtınanın habercisi olan bulutları gördüğümüzde yaşadığımız gerilim duygusu gerçekçi kaygıya örnek verilebilir. Gerçekçi kaygıya neden olan şey dış dünyada ol-

duğu için bu tehdit kaynağından uzaklaşmak mümkün olabilir ancak bu durum nevrotik ve moral kaygı için geçerli değildir (Feist ve Feist, 2006; Hall, Lindzey ve Campbell, 1998).

Nevrotik Kaygı

Id'in tehlikeli ve güçlü dürtülerinin ego tarafından kontrol edilemeyeceği ve kabul edilemeyen bu dürtülerin bilinç düzeyine ulaşacağı yönündeki tehdide karşı verilen duygusal tepkidir. Ego'nun, içgüdüsel dürtülerle mücadelesinde başarısız olacağı ve berbat bir şey yapmanın sonucunda ortaya çıkacak çok olumsuz sonuçlara ilişkin yaşanan kaygıdır. Daha çok çocukluk yıllarındaki cezalandırmalarla ilgilidir. Çünkü çocuk, içgüdüsel dürtülerini denetimsiz bir biçimde doyuma ulaştırmaya çalıştığında cezalandırılacağını öğrenmiştir. Çocukluk yıllarında gerçekçi kaygı biçiminde yaşanmış olan nevrotik kaygı yetişkinlik yıllarında daha çok otorite figürlerinin varlığı durumunda ortaya çıkar. Bir kimsenin kontrolünü kaybedeceği ya da aklını yitireceği yönündeki endişeleri nevrotik kaygıya örnek teşkil edebilir (Hjelle ve Ziegler, 1992; Ewen, 2003; Pervin ve John, 2001). Gerçekçi ya da moral kaygı durumunda kişi bu duygusunun nedenleri hakkında fikir sahibi olabilir, ancak nevrotik kaygı söz konusu olduğunda kişi bu duygunun nedeninin farkında olmayacaktır.

Ahlaki (Moral) Kaygı

Ego ve süperego arasındaki çatışmadan kaynaklanan kaygı, moral kaygı olarak adlandırılmaktadır. Kişinin doğru yanlış standartlarını zorlayan davranış ve arzuları tarafından harekete geçirilir ve utanç ve suçluluk duygularını içerir. İdin, toplumca kabul görmeyecek dürtüleri aktif bir biçimde ifade edilmeye çalışıldığında, süperego, suçlama ve kınamayla karşılık verir. Kişi moral kaygı duyduğunda kendi süperegosu tarafından cezalandırılacağından korkmaktadır. Moral kaygı süperegonun öngördüğü kuralları çiğneyen her türlü düşünce ya da davranışın cezalandırılması ile ilgilidir (Feist ve Feist, 2006; Hjelle ve Ziegler, 1992). Temel olarak utanç, suçluluk ve cezalandırılma korkusu biçiminde yaşanır. Kişinin yanlış olduğunu düşündüğü duygu ve düşüncelerinden dolayı yaşadığı utanç ve suçluluk duyguları moral kaygı olarak adlandırılabilir.

Ego Savunma Mekanizmaları

Kaygının temel işlevi, kabul edilemeyecek içgüdüsel dürtülerin bilinç düzeyinde algılanmasını engellemek, bu dürtülerin uygun zamanda ve uygun yollarla doyurulmasını sağlamaktır (Freud, 1977). Ego savunma mekaniz-

maları kişiyi aşırı derecedeki kaygıdan korumanın yanı sıra, sözü edilen bu işlevlerin yürütülmesine de yardımcı olur. Kısacası savunma mekanizmaları ego tarafından, id, süperego ve dış dünyadan gelen tehditleri savuşturmak ve bu tehditlere eşlik eden kaygıyı azaltmak amacıyla kullanılan mekanizmalardır. Temel işlevleri; (1) dürtünün bilinçli davranışta ifadesini bulmasını engellemek ve (2) yaşanan kaygının yoğunluğunu azaltmaktır. Savunma mekanizmalarının tümü için geçerli olan temel birtakım özellikler de söz konusudur. Bunları da şu şekilde sıralamak mümkündür: (1) Savunma mekanizmaları bilinçdışı süreçlerdir ve kişi bunları kullandığının farkında değildir. (2) Bilinçdışı başetme mekanizmaları oldukları kişiyi aldatıcıdırlar, yaşanan kaygının birey için daha az tehdit edici olması için gerçeklik algısını çarpıtırlar. (3) Savunma mekanizmaları nadiren tek başlarına kullanılırlar, genellikle iki ya da daha fazla mekanizma kişi tarafından aynı anda kullanılır (Hjelle ve Ziegler, 1992).

Savunma mekanizmaları her insanın başvurduğu başaçıkma mekanizmalarıdır. Unutulmamalıdır ki bireyler kaygı karşısında kendilerini korumak, yaşadıkları çelişkiyi çözmek ve kaygıyı azaltmak için bu mekanizmaların birini ya da birkaçını birlikte kullanırlar. Yalnızca aşırı derecede kullanıldığında uyumsuzluğa yol açarlar çünkü kişinin gerçekliği algılamasını engelleyici niteliktedirler. Psikanalitik kuramda sözü edilen başlıca savunma mekanizmaları şunlardır:

Bastırma (Repression): En temel savunma mekanizmasıdır. Daha ayrıntılı mekanizmalar için temel oluşturmanın yanı sıra kaygıdan kaçınmanın en doğrudan yoludur. Anna Freud (1946) tarafından "güdülenmiş unutma" olarak da adlandırılmış olan bastırma, unuttuğunu unutmak olarak da tanımlanabilir. Bastırma temel olarak kaygı yaratacak düşünce ve duyguların bilincin dışında tutulmasıdır (Freud, 1977). Bu şekilde birey tehdit edici bir duygu ya da düşüncenin bilinç düzeyine çıkmasını engelleyebilir ya da rahatsız edici bir duygu, düşünce ya da anıyı bilinçdışına iterek (bastırarak) bir daha hatırlamamak üzere unutabilir. Örneğin toplumca kabul edilmeyen cinsel ve saldırgan dürtülerin bilinç düzeyine çıkması bastırma yoluyla engellenir. Ya da kişi başından geçen rahatsız edici olumsuz bir olayı daha sonra hiç hatırlamayabilir.

Yansıtma (Projection): Kişinin kendi kabul edilmeyecek dürtü, duygu, düşünce ve davranışlarını diğer insanlara ya da nesnelere yüklemesini içerir (Freud, 1957). Bu şekilde kişi kendi kusurları için başkalarını ya da başka şeyleri suçlar. Örneğin yansıtılan öfke duygusu, kişinin başkalarının kendisini sevmediği ve kendisine zarar verecekleri yönündeki düşüncelerinde ifadesini bulur. Bilinçdışında yoğun cinsel arzuları olan bir genç kızın kendisine yaklaşan her erkeğin onu baştan çıkarmaya çalıştığını düşünmesi

de bir yansıtma örneğidir. Örnekten de anlaşılacağı gibi yansıtma, bastırmayla birlikte kullanılmaktadır. Kişi kabul edilmeyecek dürtü, duygu ve düşüncelerini önce bastırmakta sonra başka kişilere yansıtmaktadır. Yansıtmanın bir diğer şekli de kişinin kendi yetersizliklerinin sorumluluğunu başka şeylere ya da başka kişilere yüklemesidir. Hatalı bir vuruş yapan tenisçinin raketinde bir sorun olup olmadığını kontrol etmesi bu tür yansıtmanın bir örneği olabilir.

Yer Değiştirme (Displacement): Yer değiştirme mekanizmasında içgüdüsel dürtü kabul edilebilir bir nesne ya da kişiye yönelir. Bu yolla gerçek hedefine yöneltildiğinde benlikçe kabul edilemeyen kaygı yaratan duygu ya da davranışlar asıl hedefinden daha az kaygı yaratacak bir hedefe yöneltilmiş olur (Freud, 1977). Çocuğun ebeveynlerine yönelik saldırganlığının ifadesini hayvanlara (evde beslenen köpeğe) ya da nesnelere (oyuncaklarına) karşı sergilediği saldırgan davranışlarda bulması bir yer değiştirme örneğidir. Yer değiştirme, yetişkinlerin küçük can sıkıcı uyarıcılar karşısında aşırı duyarlı tepkiler göstermelerinde de sıkça karşımıza çıkar. Çocuklarının hafif düzeydeki kışkırtıcı davranışlarına hiddetli tepkiler veren bir anne ya da baba aslında asıl kaynağına ifade etmelerinin uygun olmayacağı öfke ve saldırganlık duygularını çocuklarına yöneltmektedirler.

Akla Uygunlaştırma (Rationalization): 'Mantığa bürüme' ya da 'neden bulma' olarak da adlandırılan akla uygunlaştırma mekanizması gerçeği çarpıtmayı ve bu yolla benlik saygısını korumayı hedefler. Bahane bulma olarak açıklayabileceğimiz bu mekanizma benlikçe kabul edilemeyen davranışları haklı göstermek için görünüşte makul açıklamalar bulmayı ve bunlara inanmayı içerir (Hjelle ve Ziegler, 1992). Akla uygunlaştırma günlük yaşamda yaygın olarak kullanılan bir savunma mekanizmasıdır. Uzanamadığı ciğere 'kokmuş' diyen kediyi anlatan atasözü ya da eşeğinden düştüğünde 'düşmesem de inecektim' diyen Nasreddin Hoca'nın öyküsü bu savunma mekanizmasına kültürümüzden verilebilecek örneklerdir. Benzer biçimde çıkma teklif ettiği kız tarafından reddedilen gencin 'ben zaten ondan hoşlanmıyordum' şeklindeki son yorumu ya da yalnızlıktan muzdarip birinin 'ben yalnızlığı seviyorum' diye düşünmesi de birer akla uygunlaştırmadır.

Karşıt Tepki Geliştirme (Reaction Formation): Ego bazen yasaklanmış bir dürtünün, düşünce ve davranışta tam karşıtını ifade ederek kendini koruma yoluna gidebilir. Anna Freud (1946) tarafından 'tersine inanmak' olarak da adlandırılan karşıt tepki geliştirme mekanizması kabul edilemeyen dürtünün tersine çevrilmesini içerir. Koruyucu bir süreç olarak karşıt tepki geliştirme iki aşamada gerçekleşir. Öncelikle benlikçe kabul edilemeyen dürtü, duygu, düşünce bastırılır, daha sonra ise tam karşıtı bilinç düzeyinde ifade edilir. Dolayısıyla bastırılmış cinsel istekler aşırı ahlakçı tutumlara, sal-

dırgan ya da düşmanca duygular aşırı sevgi ve sevecenlik gösterilerine dönüşür. Burada bilinç düzeyinde ifade edilen duygu, düşünce ya da davranışın aşırılığı, abartılmışlığı ve katılığı dikkat çekicidir. Kendi bilinçdışı cinsel dürtüleri tarafından tehdit hisseden bir kadının kendini pornografik yayınlarla mücadele etmeye adaması ya da bilinçdışı homoseksüel dürtülerince tehdit edilen bir adamın homoseksüellere karşı aşırı hoşgörüsüz tutumlar takınması karşıt tepki geliştirme mekanizmasına örnek gösterilebilir.

Ancak kişi savunma mekanizması kullanmadan da bazı konular karşısında tepkisel olabilir. Karşıt tepki geliştirme ile doğal tepki gösterme arasındaki fark ilkinin abartılı özellik göstermesidir.

Gerileme (Regression): İnsanların kaygıya karşı kendilerini korumak için kullandıkları önemli savunma mekanizmalarından biri de gerilemedir. Gerileme, kaygı yaratıcı durumlar karşısında daha önceki bir dönemin gelişmemiş, çocuksu davranış biçimlerine dönmeyi içerir (Freud, 1963). Bu, yaşamın önceki, güvenli ve hoş olan bir dönemine geri çekilerek kaygıyı hafifletmenin bir yoludur. Yeni bir kardeşi olduğunda çocuğun tekrar parmağını emmeye ya da çişini kaçırmaya başlaması bir gerileme örneğidir. Yetişkinlerde görülen gerileme içinse kaygıyı hafifletmek için gerçekleştirilen bebeksi konuşma, çocuksu öfke, somurtma, küsme, otoriteye karşı çıkma, süratli ve dikkatsiz araç kullanma gibi davranışlar örnek gösterilebilir. Psikanalitik kurama göre kaygı durumunda yaşamımızda kendimizi en son güvende ve korunaklı hissettiğimiz döneme geri dönüş yaparız.

Yüceltme (Sublimation): İlkel dürtülerin asıl amaç ve nesnelerinden ayrılarak toplumca kabul edilen ya da onaylanan davranışlarla doyuma ulaşmasına yüceltme denir (Freud, 1963). Yüceltme sağlıklı ve yapıcı bir savunma mekanizmasıdır. Çünkü yüceltme yapılırken dürtünün ifadesi tamamıyla engellenmemekte yalnızca yönü, nesnesi değiştirilmektedir. Diğer bir deyişle enerji boşalması mümkün olmaktadır. Ayrıca bu hem kişi hem de toplum için olumlu bir yolla gerçekleştirilmektedir (Freud, 1963). Güçlü, bilinçdışı saldırganlık dürtülerinin yüceltilmesi suretiyle kişinin sporcu veya cerrah olması, ya da benlikte kaygı yaratan aşırı cinsel dürtülerin yüceltilmesi yoluyla kişinin bir ressam ya da yazar olması bu mekanizmaya örnek olarak gösterilebilir. Açıkça görüldüğü gibi yüceltmede diğer mekanizmalarda olduğu gibi dürtünün bastırılması söz konusu değildir.

Yadsıma (Denial): Ego hoş olmayan gerçek bir durumla yüzleşmeyi reddederek de kendini koruma yoluna gidebilir. Benlikte kaygı yaratacak bir durumun, gerçeğin yok sayılması ve algılanmamasıdır (Freud, 1946). Aksi yönde birçok kanıt olmasına rağmen (doktor'un teşhisi) ölümcül bir hastalığa yakalandığını kabul etmeyen hasta ya da trafik kazası geçiren oğlunun öldüğüne inanmayan baba yadsıma mekanizmasını kullanmaktadır. Yadsı-

manın bastırmadan farkı, kaygı yaratan kaynağın id dürtüleri değil dış dünyadan gelen tehditler olmasıdır (Freud, 1946).

Düş Kurma (Fantasy): Kişinin karşılanmamış, doyurulmamış gereksinimlerinin imgelem (düş kurma) yoluyla doyurulmasıdır (Freud, 1946). Küçük bir erkek çocuğu güç sembolü olan oyuncaklarla (silahlar vs.) oynayarak ve güçlü bir komutan olduğu hayalini kurarak güçsüzlüğünü yadsıyabilir. Genellikle yadsıma ve düş kurma bir arada kullanılmaktadır.

Özdeşleşme (Identification): Özdeşleşme aynı zamanda savunma mekanizması olarak da kullanılan normal bir işlevdir (Ewen, 2003). Normal gelişim sürecinde çocuğun uygun modelleri (anne, baba vb.) benliğine örnek olarak seçmesi ve onlara benzemeye çalışmasıdır. Bir savunma mekanizması olarak özdeşleşme ise farklı biçimlerde kullanılabilir. Kişinin hoşuna gitmeyen özelliklerinden kaynaklanan olumsuz duygularını, kendisini, sahip olmayı istediği özelliklere sahip bir kimsenin yerine koyarak, onun gibi davranma eğilimi bu kullanım biçimlerinden biridir. Kaybetmenin acısını azaltmak için yitirilen nesnenin özelliklerini benimsemek ya da egonun kendisine karşı düşmanca davranan bir kimsenin özelliklerini benimsemesi de özdeşleşmenin farklı biçimleridir. Ölen babasının özelliklerini benimseyen çocuk ya da çok sert davranan bir üstünün bazı davranışlarını benimseyen ve sergileyen asker özdeşleşmenin farklı türlerine örnek gösterilebilir.

Yapma-Bozma (Undoing): Suçluluk duygularına karşı geliştirilen yapma-bozma mekanizması hoş olmayan duygu ve düşüncelerimizden kurtulmayı ya da bunların ortaya çıkarabileceği/çıkardığı olumsuz durumu düzeltmek niyeti ile sergilenen büyüsel/törensel davranışları içerir (Freud, 1977). Aklımıza kötü bir şey geldiğinde ya da bunu dile getirdiğimizde tahtaya vurmak, bazı dinlerdeki günah çıkarma inancı yapma-bozma örnekleri olarak verilebilir.

Yukarıda yer alan tüm savunma mekanizmaları benliğin kendisini iç ve dış tehditlere karşı koruma yollarını temsil etmektedir. Ancak unutulmamalıdır ki savunmanın sürdürülebilmesi için bir miktar psişik enerji harcanmaktadır ki bu da egonun gücünü ve esnekliğini azaltmaktadır. Freud, savunma mekanizmalarının herkesçe kullanıldığını ancak çok yoğun bir biçimde kullanıldıklarında sorun oluşturduklarını belirtmiştir.

Kişiliğin Gelişimi

Psikanalitik gelişim kuramının iki temel dayanak noktası vardır. Birincisi, erken çocukluk yaşantılarının yetişkin kişiliğinin biçimlenmesinde ciddi bir role sahip olduğunu vurgulayan '**genetik yaklaşım'**dır. Freud bireyin temel kişilik oluşumunun beş yaşına kadar olan dönemde gerçekleştiğini dü-

şünmektedir. İkinci dayanak noktası ise kişinin belirli bir miktarda cinsel enerji (libido) ile dünyaya geldiği ve bu enerjinin, kökleri organizmanın içgüdüsel süreçlerinde yer alan bir dizi **psikoseksüel** dönem boyunca geliştiği yönündeki düşüncedir (Hjelle ve Ziegler, 1992). Sözü edilen bu psikoseksüel gelişim dönemleri biyolojik olarak belirlenmiş bir sırayla ortaya çıkar ve bireyin karakteristik özelliklerinden ve kültürel mirasından bağımsızdırlar.

Freud çocukların bir cinsel yaşamı olduğunu ve doğumu takip eden ilk beş yıl içinde pregenital cinsel gelişim dönemlerinden geçtiklerini öne sürmüştür (Feist ve Feist, 2006). Bu yeni bir iddia olmamakla birlikte o dönemde dirençle karşılanmıştı, ancak bugün çocukları yakından gözlemleyen herkes, çocukların cinsel organlarıyla ilgilendiklerini, cinsel haz aldıklarını ve cinsel heyecan yaşadıklarını kabul etmektedir. Çocuk cinselliğinin yetişkin cinselliğinden farkı, üretken olmayışı ve büyük ölçüde otoerotik oluşudur. Ancak hem çocukta hem de yetişkinde cinsel dürtüler genital organlar dışındaki beden bölgeleri ya da organlarla da doyurulabilmektedir. Özellikle de ağız boşluğu ve anüs çevresi cinsel uyarılmaya duyarlı olan beden bölgeleridir.

Freud'a göre psikoseksüel kişilik gelişimi, yaşamın ilk 5-6 yılında gerçekleşen ve her biri cinsel uyarılmaya duyarlı bir erotojenik bölgeyle temsil edilen üç önemli dönemde gerçekleşmektedir. Bunlar; oral, anal ve fallik dönemlerdir. Erotojenik bölge, o dönem içerisinde libidonun odaklandığı, cinsel uyarılmaya aşırı duyarlı olan kendisi aracılığıyla haz aranan ve yaşanan beden bölgesi ya da organlardır.

Dönem içinde, erotojenik bölgeyle ilgili haz yaşantılarının aşırı ya da yetersiz olması o döneme takılma (fiksasyon) ile sonuçlanır. Takılmaya neden olan aşırı ya da yetersiz haz yaşantılarının temel nedenlerinden biri ana-baba tutumlarıdır. Aşırı ilgi (şımartma) ya da engelleme, birbirinin zıttı olan ancak aynı kaçınılmaz sonucu doğuran (takılmaya neden olan) farklı patojenik ana-baba tutumlarıdır. Çocuğun içinde bulunduğu dönemde aşırı haz yaşamasına (şımartma) ya da yeterince haz yaşayamamasına (engelleme) neden olan bu tutumlar, takılmaya neden olurlar ve kişiliğin sağlıklı gelişimini engelleyici niteliktedirler. Freud'un tanımladığı gelişim dönemlerini şu şekilde özetlemek mümkündür:

Oral Dönem (0-18 ay): Yaşamın ilk 12-18 aylarında bebeğin libidosu ağız bölgesinde odaklanmaktadır. Diğer bir deyişle oral dönemde erotojenik bölge, yani bebek için haz kaynağı olan organ, ağız ve çevresidir (ağız boşluğu, dil, damak, dudaklar). Freud oral dönemi kendi içinde iki bölümde ele almaktadır. Birincisi doğumdan itibaren dişlerin çıkmasına kadar süren, emme ve yutmanın temel haz yaşantıları olduğu *oral edilgen* dönemdir.

İkincisi ise dişlerin çıkmasıyla başlayan ve ısırma ve çiğneme gibi yaşantılarla haz alınan *oral agresif* dönemdir (Ewen, 2003; Hjelle ve Ziegler, 1992).

Oral dönemde bebek, yaşamını sürdürebilmek için gerekli olan besini ağız yoluyla elde etmekte, aynı zamanda emme eyleminden de haz almaktadır. Bu dönemde bebekler tamamıyla kendilerine bakan kişiye bağımlı oldukları için bağımlılık, içgüdüsel doyum sağlamanın tek yoludur. Bebeğin ilk sevgi nesnesi onun açlığını gideren annesidir. Bebek annesiyle kurduğu bu ilk ilişki aracılığıyla diğer insanlara karşı bağımlılık, bağımsızlık, güven gibi genel tutumlarını oluşturacaktır. Dönemin başlarında bebeğin ihtiyaçları çok az engellenmeyle karşılanmakta ve genellikle doyurulmaktadır. Ancak bebek büyüdükçe, beslenme süresinin düzenlenmesi, beslenme zamanları arasında geçen sürenin artması ve nihayet memeden kesilme gibi nedenlerle engellenme ve kaygı duygusu artmaktadır. Annenin kesintisiz bakımından yoksun kalmanın yarattığı gerilimi, bebek kendi parmağını emerek azaltmaya çalışır. Oral dönemde ağız bölgesi yoluyla aranan ve yaşanan haz duygusunun aşırı derecede olması ya da engellenmesi durumunda oral döneme takılma gerçekleşir (Freud, 1964).

Oral edilgen dönemde yetersiz ya da aşırı haz yaşayan birey, yetişkinlikte oral edilgen kişiliğe sahip olacaktır. Bu kişilik tipinin temel özellikleri aşırı bağımlılık, edilgenlik, saflık, iyimserlik, onaylanma ve diğer insanlar tarafından desteklenme beklentisidir. Oral agresif dönemde yaşanan takılma ise kişinin münakaşacılık, kötümserlik, sömürücülük, kırıcılık, aşağılayıcılık gibi kişilik özelliklerini edinmesine yol açmaktadır (Hjelle ve Ziegler, 1992; Ewen, 2003).

Anal Dönem (1,5-3 yaş): Bir buçuk yaşında başlayıp üç yaşına kadar süren bu dönemde libido odağı anüs ve çevresidir. Olgunlaşma sonucunda anüs kasları üzerinde kontrol sahibi olmaya başlayan çocuk, dışkısını tutmaktan ve bırakmaktan, yani henüz kazandığı bu yeteneğini dilediği şekilde kullanmaktan haz almaktadır. Çocuk, sağladığı bu kontrolle bağırsak hareketlerini erteleyerek aldığı hazzı artırabileceğini de öğrenmektedir.

Tablo 1. Psikoseksüel Gelişim Dönemleri

Dönem	Yaş	Libido Odağı	Gelişimsel Ödevleri ve Yaşantılar
Oral	0-18 ay	Ağız (emme, ısırma, çiğneme)	• Memeden kesme (emme/biberon) • *Anneden ayrılma*
Anal	1 ½ -3 yaş	Anüs (dışkının bırakılması/tutulması)	• Tuvalet eğitimi • (öz-denetim)
Fallik	3-6 yaş	Genital organlar (mastürbasyon)	• Aynı cinsten ebeveynle özdeşim
Latant	6-12 yaş	Yok (cinsel olarak uykuda)	• Sosyal ilişkileri/akran ilişkilerini geliştirmek
Genital	Erinlik sonrası	Genital organlar (heteroseksüel cinsel yakınlık)	• Karşı cinsle yakın ilişki kurma • İş (çalışma) yoluyla topluma katkıda bulunma

Kaynak: Hjelle, L.A. ve Ziegler, D. J. (1992) Personality Theories, McGraw-Hill'den uyarlanmıştır.

Freud (1964), bu dönemde çocuğa verilen tuvalet eğitiminin niteliğinin kişiliğin oluşmasında önemli etkileri olduğunu dile getirmektedir. Çocuğun dışkıyı tutmak ya da bırakmaktan aldığı hazzın, ona tuvalet alışkanlığı kazandırmak isteyen annesinin beklentileri ile engellenmesi kaçınılmazdır. Dışkısını daha uzun süre tutarak yaşadığı anal erotik doyumu artırmak ve istediği anda salarak doyuma ulaşmak isteyen çocuğun bu arzuları annesi tarafından engellenmektedir. Çocuk, tutmaktan hoşlandığı dışkısını hemen salmaya ya da salmaktan aldığı hazzı ertelemeye zorlanmaktadır. Çocuk bu dönemde, idin haz arayışları ile anne-baba tarafından uygulanan toplumsal kısıtlamalar arasındaki ayrımı yapmayı ve kendini kontrol etmeyi öğrenmekle yükümlüdür. Freud'a göre yetişkinlik yıllarındaki tüm öz-denetim biçimlerinin temelleri anal dönemde atılmaktadır (Hjelle ve Ziegler, 1992). Ana-babanın tuvalet eğitimi konusunda aşırı talepkar ve katı olması durumunda çocuk buna iki şekilde tepki verebilmektedir. Çocuk ana-babasının bu katı tavrı karşısında dışkısını salmayarak tepki verebilir ve bunu diğer davranış tarzlarına da genelleyebilir. Bu durum inatçılık, aşırı düzenlilik, aşırı titizlik, cimrilik gibi kişilik özelliklerini içeren anal-tutucu kişiliğin oluşmasına neden

olur. Çocuğun engellenmeye karşı gösterebileceği ikinci tepki ise dışkısını tutmayarak uygunsuz zamanlarda salması olacaktır ki bu da anal-salıcı kişiliğin oluşmasına neden olur. Anal-salıcı kişiliğin temel özellikleri; dağınıklık, düzensizlik, savurganlık, yıkıcılık, ve dürtüselliktir (Hjelle ve Ziegler, 1992; Ewen, 2003).

Fallik Dönem (3-6 yaş): Üç-altı yaşları arasında libido odağı genital organlardır. Bu yaşlardaki çocukların cinsel organlarıyla ilgilendikleri, mastürbasyon yaptıkları ve cinsel konulara meraklı oldukları görülür. Çocuklar, ebeveynlerinin cinsel ilişkilerine şahit olmuş ya da bunu, duyarak öğrendikleri şeylere bağlı olarak hayal etmiş olabilirler. Freud, çocukların, cinsel ilişkiyi, babanın anneye karşı saldırganca bir davranışı olarak gördüklerini belirtmektedir (Hjelle ve Ziegler, 1992).

Freud'a göre fallik dönemde çocuklar, karşı cinsten olan ebeveynlerine yönelik cinsel arzular beslemektedir. Erkek çocuğun babanın yerine geçerek anneye, kız çocuğun da annenin yerine geçerek babaya sahip olma arzusunu, Freud Odipus kompleksi olarak adlandırmaktadır. Freud, çocukların bu dönemde yaşadıkları karmaşaya, Yunan mitolojisinde yer alan ve yazgısı nedeniyle, bilmeden kendi babasını öldüren ve kendi annesiyle evlenen Kral Odipus'un ismini vermiştir. Kız çocuklarının yaşadıkları karmaşaya kimi yazarlar Elektra karmaşası (Elektra, Yunan mitolojisinde, kardeşi Orestes'i, babalarının katili olan, annelerini ve onun aşığını öldürmesi için ikna eden karakterdir) adlandırsa da Freud, bu terimi reddetmiş, kızlar için de odipus karmaşası kavramını kullanmayı tercih ermiştir (Ewen, 2003). Freud, Odipus kompleksi ile, erkek çocukların bilinçli bir biçimde babalarını öldürmek istediklerini ve anneleri ile cinsel ilişkiye girmeyi arzuladıklarını (kız çocukları için de tam tersi) değil, gelişimsel olarak böylesi bilinçdışı duygulara sahip olduklarını anlatmaya çalışmaktadır.

Odipus kompleksinin erkek ve kız çocuklarındaki seyri ve karmaşanın çözümü farklılık göstermektedir. Erkek çocuk için doğumdan itibaren doyum kaynağı olan ilk sevgi nesnesi annedir. Erkek çocuk annesine karşı beslediği arzuları yetişkinlerden gözlemlediği şekilde göstermek ister. Annesine dokunarak, ona yakın olarak, hatta penisini ona göstererek bu arzusuna doyum arar. Yerine geçmeyi arzuladığı babası artık onun bu arzusunun doyumunu engelleyen bir rakiptir. Ancak babanın fiziksel olarak çok güçlü olması ve kendisininkine nazaran çok daha büyük bir penise sahip olması, çocuk tarafından, rakibinin (babasının) onun bu arzularına ulaşmasına engel olacağı, daha da ötesi bu arzularından dolayı kendisini cezalandıracağı şeklinde bir korkuya yol açar. Freud, erkek çocuğun korkusunun, babasının onun penisini keseceği yönünde olduğunu belirtmekte ve bunu kastrasyon (iğdişlik) kaygısı olarak adlandırmaktadır. Erkek çocuğun bu korkusunun ardında kız

çocukları ile kendisi arasındaki cinsiyet farklılığını keşfetmiş olması ve bu farklılığı kız çocuklarının da bir zamanlar penise sahip oldukları ancak işledikleri bir suç nedeniyle penislerinin kesilerek cezalandırıldıkları yönündeki yanlış akıl yürütmesi yatmaktadır. Erkek çocuk, odipal arzularında ısrarcı olursa kendisinin başına da aynı şeylerinin geleceğini düşündüğü için annesine karşı duyduğu arzuları ve babasına yönelik saldırganca duygularını bilinçdışına iterek bastırmakta ve babasıyla özdeşim kurarak bu karmaşayı çözmektedir. Babayla kurulan bu özdeşim sonucunda erkek çocuk, babasının özelliklerini, değerlerini ve tutumlarını içselleştirerek erkek cinsel kimliğini kazanmaktadır. Kurulan bu özdeşim aynı zamanda çocuğun ebeveynlerinin ahlaki değerlerini içselleştirmesini ve süperegosunun gelişmesini sağlar (Freud, 1964).

Kız çocuklarında Odipus (kimi yazarlara göre 'Elektra') kompleksi, cinsiyet farklılıklarından dolayı farklı nedenlere bağlı olarak ortaya çıkar. Kız çocuklarının da ilk sevgi nesnesi annedir ancak çocuk kendisi ve bir penise sahip olan baba ya da erkek çocuklar arasındaki farkı keşfettiğinde bunun sorumlusu olarak annesini görür. Freud'un penis özentisi (penis envy) olarak isimlendirdiği bu durum, kız çocuğunun güç sembolü olarak gördüğü bu organa sahip olma arzusunu ifade eder. Kız çocuğu bu 'eksikliğini' annesinin kendisine bu organı vermediği ya da yaptığı yanlış bir davranış nedeniyle cezalandırmak için penisini kestiği şeklinde bir nedene bağlamakta ve bu nedenle de annesine karşı düşmanca duygular beslemeye başlamaktadır. Bu dönemde kız çocuklarının libidosu, özendikleri organa sahip olan babaya yönelir. Babanın kendisine penis verebileceği ya da yitirdiği organın yerine geçebilecek bir bebek vereceğini düşünen kız çocuğu babasına karşı cinsel arzular beslemeye başlar. Freud, penis özentisinin 'erkek olmak' arzusu ya da 'bir erkeğe sahip olmak' arzusu şeklinde ifade bulduğunu belirtmektedir (Freud, 1964). Bu arzu daha sonra bir bebeğe, hatta bir erkek bebeğe sahip olma arzusuna dönüşmektedir. Güç sembolü olarak gördüğü bu organa sahip olamayacağını anlayan kız çocuğu bu arzusunu doyuma ulaştırmanın farklı yollarını arar. Cinsel doyum penis yerine konulan klitoris üzerine odaklanır. Klitoral mastürbasyon ve doyuma, erkek olma ve klitorisin penise dönüşmesi hayalleri eşlik eder. Ancak babasına sahip olma arzusunun gerçekleşemeyeceğini anlayan kız çocuğu bu arzularını bastırmakta ve anneyle özdeşim kurmaktadır. Çocuk babasına karşı beslediği cinsel arzuları, ergenlikte uygun cinsel nesneye (diğer erkeklere) yöneltmek üzere bastırarak ve babasının sevdiği kişiyle yani annesiyle özdeşleşerek, yaşadığı bu karmaşayı çözmektedir. Odipal karmaşanın çözülmesi kız çocuklarının uygun cinsel kimliği kazanmaları ve ebeveynlerinin değer yargılarını içselleştirmeleriyle sonuçlanır.

Kızlarda ve erkeklerde karşı cinse ve otorite konumundaki kişilere ilişkin tutumlar büyük ölçüde fallik dönemde yaşanan bu karmaşanın gelişimine ve çözülmesine bağlı olarak oluşmaktadır. Fallik dönemde takılma yaşayan erkek çocukları yetişkinlik yıllarında, kendini beğenmişlik, böbürlenme, pervasızlık gibi kişilik özelliklerine sahip olmanın yanı sıra, erkekliklerini aşırı vurgulama ve ispatlama çabasına giren, baştan çıkartıcı kişiler olabilirler. Bu dönemde takılma yaşayan kadınlarda kadınsı özelliklerini vurgulama, ayartıcılık gibi özelliklerin yanı sıra cinsel ilişki konusunda ayrım gözetmeme gibi davranışlar gözlenebilir (Hjelle ve Ziegler, 1992; Ewen, 2003).

Latant (Gizil) Dönem (6-12 yaş): Altı yaşından ergenliğin başına kadar süren bu dönemde libido odağı olan herhangi bir organ ya da beden bölgesi olmadığı için bu dönemi psikoseksüel dönemler içinde kabul etmek mümkün değildir. Gizil dönemde, ebeveyn yasaklamaları ve gelişmekte olan süperego nedeniyle cinsel arzular bastırılmakta ve fallik dönemin anıları bir daha hatırlanmamak üzere unutulmaktadır. Pregenital dönemlere ait cinsel dürtüler yoğun bir biçimde bastırılmakta ve çocuk, enerjisini oyun, arkadaşlık, öğrenme ve okulla ilgili faaliyetlere yöneltmektedir (Hjelle ve Ziegler, 1992; Ewen, 2003). Bu dönemde çocukların daha çok kendi cinsiyetlerinden olan çocuklarla oynamayı ve arkadaşlık etmeyi tercih ettikleri, karşı cinse ve cinsel konulara karşı ilgisiz oldukları görülmektedir. Fallik dönemin sonunda gerçekleştirilen aynı cinsiyetten ebeveynle özdeşleşme ve edinilen cinsel kimlikle ilişkili toplumsal roller bu dönemdeki deneyimlerle daha da pekiştirilmektedir. Gizil dönemi, daha önceki dönemlerde edinilen özelliklerin pekiştirildiği bir dinlenme ve psikoseksüel gelişimin son döneminde (genital dönem) ortaya çıkacak önemli gelişmeler için bir hazırlık dönemi olarak kabul etmek de mümkündür. Bu dönemde libido odağı olan bir organ ya da beden bölgesi bulunmadığı için döneme takılma (fiksasyon) olması da söz konusu değildir (Hjelle ve Ziegler, 1992; Ewen, 2003).

Genital Dönem (Ergenlik ve Sonrası): Genital aşama, normal gelişimin nihai hedefidir ve gerçek olgunlaşmayı temsil eder (Ewen, 2003). Erinlik çağına girilmesiyle birlikte üreme organları olgunlaşır ve endokrin sistem, ikincil cinsiyet özelliklerinin ortaya çıkmasına neden olan hormonları salgılamaya başlar. Bu değişiklikler ergenin cinsel heyecanlarının ve faaliyetlerinin artmasına neden olur. Bu dönemde libido odağı fallik dönemde olduğu gibi yine genital organlardır. Erkek çocuk için herhangi bir farklılık olmamakla birlikte kız çocukta, fallik dönemde klitoris olan libido odağı, genital dönemde vajinadır. Bu değişimler her iki cinsiyet için de olgun ve üretken cinselliğin başlaması anlamına gelir. Gizil dönemde bastırılmış olan cinsel dürtüler uyanmış ve libido, karşı cinsten uygun bir sevgi nesnesine yöneltilmeye başlanmıştır. Diğer dönemlere takılma yaşanmamışsa bu dönemde karşı cinse ve doyum sağlayacak olgun cinsel faaliyetlere aktarılmak için gerekli

olan yeterli miktarda psişik enerji bulunacaktır. Pregenital dönemlerde bireyin kendisine yönelik olan libidosu ve özseverliği genital dönemde gerçek sevgi nesnelerine yani diğer insanlara yöneltilir. Ergenlikte yaşanan bu tutkular kişinin ilerde bir eş seçmesi ve aile kurmaya yönelmesiyle sonuçlanır.

Genital karakter psikanalitik kuramdaki ideal kişilik tipinin iyi bir örneğidir (Hjelle ve Ziegler, 1992). Genital karakter, sosyal ve cinsel ilişkilerinde olgun ve sorumlu, cinsel dürtülerini uygun bir biçimde denetleyebilen ve heteroseksüel ilişkiler aracılığıyla doyum sağlayan bir kişiliği temsil eder. Freud, insanların bu olgunlaşmayı sağlayabilmeleri için, sevgi, güvenlik, bedensel rahatlık gibi tüm doyumların bir karşılık beklenmeksizin dışarıdan sağlandığı çocukluk yıllarının edilgenliğini terk etmeleri gerektiğini belirtmiştir. İnsanlar, çalışmayı, doyumu ertelemeyi, içten ve sıcak bir biçimde diğerleri ile paylaşmayı öğrenmeli ve de yaşam sorunlarıyla daha etkin bir biçimde uğraşmalıdırlar (Hjelle ve Ziegler, 1992). Ancak erken çocukluk yıllarında travmatik olaylar yaşanmış ve buna bağlı olarak takılmalar gerçekleşmişse genital dönemde sözü edilen bu özellikleri kazanmak için gerekli olan enerji bulunamayacaktır. Çünkü kökleri çocukluk yaşantılarında olan cinsel çatışmalar bu dönemde de sürecek ve kişiliğin olgunlaşmasını, genital karakterin oluşmasını engelleyecektir (Hjelle ve Ziegler, 1992; Ewen, 2003).

Eleştiriler ve Değerlendirme: Freud'un kuramı; kişiliğin yapısı, gelişimi, bilinçdışı ve insan davranışlarının altında yatan nedenler konusundaki ilk kapsamlı açıklamaları içeriyor olmasının yanında, bu konularda sonraki yıllarda ortaya atılacak kuramları (hem takipçilerini hem de karşıtlarını) etkilemesi açısından da çağına ve günümüze çok önemli etkileri olmuş bir kuramdır. Açıklamalarının çoğu bugün bile yaygın kabul görmekte ve psikoloji ve psikiyatri alanında çalışan birçok profesyonel tarafından benimsenmektedir. Psikanalitik kuram aynı zamanda psikoloji tarihinin en çok tartışılan, en çok eleştirilen ve dirençle karşılaşan kuramıdır.

Freud'un en çok eleştiri aldığı noktaların başında, kuramında cinselliğe yaptığı aşırı vurgu gelmektedir. Çocuk cinselliği konusundaki iddiaları, odipus kompleksi ve bu kompleksin evrenselliği, psikoseksüel gelişim konusundaki iddiaları, kadın cinselliğine bakışı ve ruhsal bozuklukların oluşmasında cinsel dürtülere atfettiği önemli rol çok fazla eleştiri almıştır.

İnsanların bilinçdışı ölüm (saldırganlık) dürtüleri tarafından yönetildiği ve kaçınılmaz bir biçimde ensest arzuları olduğu yönündeki, insan doğası konusundaki kötümser bakış açısı çok ciddi direnç ve eleştiri ile karşılaşmıştır. Ölüm içgüdüsü konusundaki açıklamalarının çok net olmadığı ve içgüdüler konusundaki diğer açıklamaları ile çeliştiği de Freud'a yöneltilen temel eleştirilerdendir.

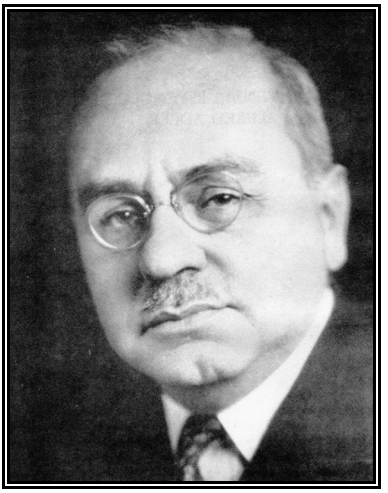
Freud'un kuramını oluştururken izlediği yöntemin, dolayısıyla da kuramının bilimsel olmadığı yönünde de ciddi eleştiriler vardır. Nevrotik hastaları üzerinde psikanaliz aracılığıyla yaptığı incelemeler sonucunda hem ruhsal bozukluklar hem de sağlıklı kişilik gelişimine ilişkin sonuçlara varmış olması birçok kişi tarafından eleştirilmektedir. Topladığı verilerin oldukça öznel olduğu ve diğer araştırmacılarca yinelenecek bir biçimde kaydedilmemiş olması da bu eleştirilerden bazılarıdır. Bunun yanında ortaya koyduğu kavramların operasyonel tanımlarının yapılamaması ve ölçülebilir olmayışı kuramın bilimsel olarak sınanabilir hipotezler içermediği yönünde eleştirilere neden olmaktadır. İyi bir kişilik kuramının sahip olması gereken niteliklerden biri de ampirik olarak sınanabilir yordamalar içermesidir. Freud, her ne kadar kuramında kişiliğin ve ruhsal bozuklukların oluşmasına ilişkin yordamalarda bulunsa da bunların ampirik olarak sınanması pek mümkün değildir.

Freud'un ciddi eleştirilere maruz kalan bir diğer özelliği de kendi gözlediği değişkenler dışındaki değişkenlerin kişiliğin gelişimi ve ruhsal bozuklukların oluşmasındaki etkilerini hesaba katmamasıdır. Biyolojik faktörlere verdiği önemin yanında sosyal ve çevresel etkenlere açıklamalarında yer vermemesi, Erikson, Fromm, Horney ve Sullivan gibi psikanaliz kökenli kimi kuramcıların yanı sıra birçok araştırmacı tarafından psikanalitik kuram için bir eksiklik olarak değerlendirilmektedir.

Karşılaştığı direnç ya da eleştirilerin önemli bir kısmı da yaygın kabul gören inançları sarsacak ve insanları rahatsız edecek nitelikte iddialar ortaya koymuş olmasından kaynaklanmaktadır. Kopernik, dünyamızın evrenin merkezi değil de güneş sisteminde yer alan birçok gezegenden yalnızca biri olduğunu; Darwin, canlılar aleminin efendisi değil de yalnızca basit bir üyesi olduğumuzu dile getirdiğinde insanoğlunun kendi değerine ilişkin inancını ne denli sarsmış ve insanları rahatsız ederek tepki almışsa, Freud da kendi davranışlarımızın, farkında olmadığımız bilinçdışı güçlerin güdümünde olduğunu söyleyerek benzer bir etkiye neden olmuştur.

Ciddi eleştirilere maruz kalsa da bugün dünyanın dört bir yanında sadık takipçileri olan Freud, insan davranışlarının anlaşılması konusundaki çabalara göz ardı edilemez bir katkı sağlamıştır. Hem takipçileri hem de kendisine karşı çıkanlar üzerindeki etkileriyle kişilik psikolojinin ve psikoterapinin bugün bulunduğu noktaya gelmesinde çok önemli bir role sahip olan Freud'un yalnızca bunun için bile saygıyı ve minneti hak ettiğini belirtmek gerekir.

BİREYSEL PSİKOLOJİ



ALFRED ADLER

Alfred Adler'in Yaşam Öyküsü

Alfred Adler 7 Şubat 1870'te Viyana yakınlarındaki bir köy olan Rudolfsheim'da dünyaya gelmiştir. Dört erkek ve iki kız kardeşe sahip olan Adler'in annesi çocuklarıyla meşgul olan hamarat bir ev kadını, babası ise Macaristan'dan göç etmiş orta sınıftan bir hububat tüccarıydı. Ailenin ikinci çocuğu olan Adler ağabeyi Sigmund'un aksine hastalıklı ve güçsüz bir çocuktu. Adler'in çocukluğuna dair hatıralarının çoğu ağabeyinin ne kadar sağlıklı kendisinin ise ne kadar hasta ve güçsüz olduğuyla ilgiliydi. Sağlıklı ve güçlü bir çocuk olan ağabeyi Sigmund, Adler için çocukluk yıllarında sürekli yarıştığı ve geride bırakmaya çalıştığı önemli bir rakipti. Dört beş yaşlarında geçirdiği zatürree hastalığı ve bir sabah yanı başında yatağında ölen küçük kardeşinin üzerinde bıraktığı etki Adler'in henüz küçük bir çocukken doktor olmaya karar vermesinde etkili olmuştur. Raşitizm gibi bir hastalığı olması, sokaklarda oynarken birkaç kez arabaların altında kalıp ezilme tehlikesi atlatması da Adler'in bu yaşam hedefini belirlemiş olmasında etkili olmuş olabilir. Nitekim Adler, bu kararının nedeni sorulduğunda ölümle savaşmak için hekimlik mesleğini seçtiği söylüyordu. Yaşamının ilk yıllarında hastalığı ve güçsüzlüğü nedeniyle annesi onunla yoğun ve özel bir biçimde ilgileniyordu. Ancak erkek kardeşinin doğumuyla birlikte bu ilgi sona erdi. Çocukluğu hastalıklar, ağabeyine duyduğu kıskançlık, önemsiz olma ve annesi tarafından reddedilme duygularıyla geçen Adler, okul yaşamında da aşağılık duygularıyla başa çıkmak zorunda kalmıştır. Ortalamanın altında bir öğrenci olan Adler düşük notları nedeniyle okulda önemli sorunlar yaşıyordu. Bu başarısızlık nedeniyle öğretmeni Adler'in babasına çocuğunu okuldan almasını ve bir ayakkabıcının yanına çırak olarak vermesini bile önermişti. Oğlunun sonuna kadar okumasını isteyen babası ise öğretmenin bu önerisine uymadı. Adler, babasının da teşviki ile önemli ölçüde güdülenerek çok çalışmaya başladı. Kısa süre sonra oldukça başarılı olan Adler, sınıf birincisi olmanın yanında akademik yaşamı boyunca da bir daha asla benzer bir başarısızlık yaşamadı. Lise yıllarında ekonomi, politika ve sosyoloji ile yakından ilgilenen Adler mezun olduktan sonra çocukluğunda belirlemiş olduğu hedefini gerçekleştirmek üzere Viyana Üniversitesi'ne girdi ve 1895 yılında bu üniversiteden tıp diplomasını aldı.

Çocukluğundan beri özlemini duyduğu idealine kavuşan Adler, önce göz hastalıkları bir süre sonra ise iç hastalıkları konusunda ihtisas yaptı. Ancak psikiyatri konusuna ilgisi onun son olarak bu alanı seçip uzmanlaşmasına yol açtı.

Adler'le Freud'un ne zaman tanıştıkları konusunda farklı görüşler olmakla birlikte Freud'un 1902 sonbaharında Adler'i ve onun dışında üç Viyanalı doktoru kendi evinde düzenlediği tartışma grubuna davet ettiği

herkes tarafından kabul edilmektedir. Çarşamba günleri bir araya gelerek psikanaliz konusunda tartışan bu grup ilerleyen yıllarda Viyana Psikanalitik Derneği'ne dönüşmüştür. Adler bu toplantılarda farklı bakış açılarının tartışılabileceğini düşündüğü için katılmayı kabul etmiş ve sürdürmüştür. Hiçbir zaman Freud'u bir akıl hocası olarak görmeyen Adler, kendisinin ve diğerlerinin Psikanalize katkılar yapabileceklerini ve bunun Freud tarafından kabul edileceğini düşünmüştür. Adler, 1910 yılında derneğin başkanlığına getirilmişti. Ancak Freud'la yakın bir çalışma ilişkisi içince olmalarına rağmen aralarında hiçbir zaman sıcak kişisel bir ilişki gelişmedi. Freud ve Adler düşünceleri arasındaki çok temel farklılıkları da uzun süre fark edemediler. Ancak görüş ayrılıkları zamanla artmaya ve durum daha da güçleşmeye başladı. Dernek bir dizi toplantı düzenleyerek Adler'in görüşlerini dinleyip tartışmaya karar verdi. Bu toplantıların üçüncüsünde Adler ve Freud, görüşlerinin birbirine tümden karşıt olduğunu fark ettiler. Bu olayın ardından Adler başkanlık görevinden istifa ederek dernekten ayrıldı ve kendisiyle birlikte ayrılan diğer dokuz üyeyle birlikte 'Özgür Psikanaliz Derneğini' kurdu. Bu ismi seçmelerinin nedeni Freud'un psikanalizi sahiplenmesini engellemekti. Ancak kısa bir süre sonra Adler kendi görüşlerini çok daha iyi yansıtacağını düşündüğü 'Bireysel Psikoloji' ismini seçti. Freud ve Adler'in birbirleriyle anlaşamamalarının tek nedeni fikir ayrılıkları değildi. Bu anlaşmazlığın ve ayrılığın diğer bir önemli nedeni de birbirlerini sevmemeleriydi. Kişilikleri bakımından da birbirlerine pek benzemiyorlardı. Bu anlaşmazlıklar ve ayrılıktan sonra Freud ve Adler birbirlerine karşı oldukça sert bir tutum içinde kaldılar. Freud'un Adler'e olan öfkesi hiç dinmemiş ve Adler'in ölüm haberini aldığında bu habere üzülen bir arkadaşına "Senin Adler'e duyduğun sempatiyi anlamıyorum. Viyana'nın köyünde doğmuş bir Yahudi çocuk için Aberdeen'de ölmek duyulmamış bir başarı ve onun ne kadar ileri gittiğinin bir kanıtıdır. Dünya, psikanalize karşı çıkma hizmetinden ötürü onu gerçekten zengin bir biçimde ödüllendirdi" diyerek karşılık vermiştir.

Adler için Freud'dan ayrıldıktan sonraki yıllar oldukça üretken geçmiştir. Bireysel Psikoloji derneği hızla büyümüş ve Adler önemli yayınlar yapmıştır. Bu süre içinde oldukça geliştirdiği kuramına 'Bireysel Psikoloji' adını vermiştir.

Adler de Freud gibi I. Dünya Savaşı'ndan önemli ölçüde etkilenir. Bu sıralarda ciddi ekonomik sıkıntılar yaşamanın yanında Adler kuramında da kimi önemli değişikliklere girmiştir. Sosyal ilgi ve merhametin insandaki motivasyonun köşe taşları olabileceğini belirtmiştir. Adler bu görüşe I. Dünya Savaşı sırasında Avusturya ordusunda görev yaptığı sıradaki deneyimlerinden yola çıkarak ulaşmıştır. Bu yıllarda yaşadığı bir diğer önemli olay da Viyana Üniversitesi'nde ders vermek için yaptığı başvurunun

reddedilmesidir. Adler bu akademik pozisyonu, hem fikirlerini yayabileceği bir alan olarak görmüş hem de Freud'un yıllardır elinde tuttuğu bu saygın pozisyona geçmeyi çok istemiştir. Bu nedenle yaptığı başvurunun reddedilmesi onun için büyük bir hayal kırıklığı olmuştur. Adler yaşamı boyunca hiçbir zaman bu pozisyonu elde edememişse de savaştan sonra verdiği konferanslar, eğittiği öğretmenler ve kurduğu çocuk rehberliği klinikleriyle fikirlerini yayma fırsatı bulmuştur.

Yaşamının son yıllarında sık sık Amerika'yı ziyaret eden Adler 1920'lerin sonunda Columbia Üniversitesi'nde ve New School for Social Research'te Bireysel Psikoloji konusunda dersler vermiştir. 1926 yılında ABD'ye göç etmiş ve burada oldukça sıcak bir şekilde karşılanmıştır. 1934 yılında New York'taki Long Island Tıp Fakültesinde ziyaretçi profesör olarak görev yapmıştır. Amerikalılardan ve onların yüzeysel psikanaliz anlayışından rahatsız olan Freud'un aksine Adler, Amerikalılara ve onların iyimser bakış açılarına ve açık fikirliliklerine hayran kalmıştır. 1930'ların ortalarında Adler ABD'de çok az rakibi olan popüler bir konuşmacı ve çok okunan başarılı bir yazar haline gelmiştir.

Adler, 1897 yılında oldukça bağımsız ve özgürlüğüne düşkün bir kadın olan Raissa Epstein ile evlenmiştir. Kendisiyle aynı dönemde Viyana Üniversitesi'de öğrenci olarak bulunan Rus vatandaşı Raissa Epstein'la tanışması Adler'in katıldığı sosyalist fikir toplantılarında gerçekleşmiştir. Kendisi de eşi gibi sosyalist ve feminist fikirlere eğilimli olan Adler eşinin aksine militan bir sosyalist yaşamı benimsememiş ve bu görüşlerini yaşam tarzında ve kuramına yansıtmayı tercih etmiştir. Raissa Epstein yaşamı boyunca eşinden çok politikayla ilgilenmiş ve Adler New York'tayken zamanının çoğunu Viyana'da geçirmiş ve Adler'in ölümünden yalnızca birkaç ay önce ABD'ye taşınmayı kabul etmiştir. Raissa ve Alfred Adler'in dört çocuğu olmuştur. Çocuklarından ikisi psikiyatrist olup babalarının peşinden gitmiş, biri aktris olmayı seçmiş bir diğeri ise Sovyetler Birliğinde politik bir mahkumken yaşamını yitirmiştir.

Çocukluk yıllarını saymazsak genelde sağlıklı bir insan olan Adler, 1937 yılında biraz da Moskova'da kaybolan kızının akıbetiyle ilgili kaygıları nedeniyle göğüs ağrıları çekmeye başlamıştır. Doktorunun tavsiyelerine uymayan Adler konferanslar vermek için başladığı Avrupa gezisini durdurmamış ve konferans vermek için gittiği İskoçya'nın Aberdeen kentinde 28 Mayıs 1937'de kalp krizi geçirerek yaşamını yitirmiştir. Yaşamı boyunca çok sayıda kitap ve makale yazan Alfred Adler'in kuramı bugün de çeşitli kurum ve yayınlarca yaygınlaştırılmaya devam edilmektedir.

Bireysel Psikoloji: Temel Kavramlar ve İlkeler

Adler bir kişilik kuramının, terapistler ve de nihai olarak herkes için yalın ve faydalı bir rehber oluşturması gerektiğini düşündüğü için, Freud ve Jung'tan farklı olarak, oldukça yalın ve sınırlı sayıda temel kavram ve ilkenin yer aldığı bir kuram ortaya koymuştur.

İnsanın Doğası

"Bireysel psikolojinin temel amacı bireyin toplumsal uyumudur" (Adler, 1969: s. 95). Ancak Adler'in kuramının isminde yer alan bireysel vurgusu çoğunlukla yanlış anlaşılmıştır. Adler bireysel sözcüğü ile kişiliğin biricikliğini ve bölünmezliğini vurgulamaya çalışmıştır. Bireysel psikoloji ismi, Adler'in sosyal faktörleri önemsemediği anlamına gelmemektedir. Ona göre kişiliğin gelişiminde sosyal belirleyiciler oldukça önemlidir ve "birey ancak toplumla kaynaşıp iç içe girerek birey niteliğini kazanır" (Adler, 1969: s. 95). Adler, diğer psikoloji sistemlerinin, bireysel psikoloji ve sosyal psikoloji arasında ayrım yaptıklarını ancak kendisi için böyle bir ayrımın söz konusu olmadığını belirtmiştir.

Adler kuramında ruhsal yapının derin katmanları gibi soyut terimlere pek fazla yer vermemiş bunun yerine insanın doğasını herkesin anlayabileceği bir şekilde açıklamaya çalışmıştır. Bu nedenle de yazılarında ve konferanslarında daha çok kişinin sorunları çözme yolları, çocuk yetiştirme, insanlarla geçinebilme, yaşam kalitesini artırma gibi konulara yer vermiştir.

Sosyal İlgi

Psikanaliz yaşamı bencil dürtülerle toplumun istekleri arasındaki savaş olarak görürken Adler, insanların diğerleriyle ilişki kurmak için doğuştan potansiyeli olduğunu savunmuş (Ewen, 2003) ve bu olguya sosyal ilgi adını vermiştir. Orijinali (Almanca) 'Gemeinschaftsgefuhl' olan bu kavramın diğer dillere ve doğal olarak da Türkçe'ye tam olarak çevrilmesi mümkün olmamakla birlikte; toplumsal duygu, topluluk duygusu, dayanışma duygusu, insanlığın bir üyesi olduğunu hissetme ve insanlıkla özdeşleşme anlamlarını içeren bir kavram olduğunu söylemek mümkündür. Gemeinschafttsgefuhl kavramı için Türkçe'de yaygın olarak sosyal ilgi kavramı kullanılmaktadır. Ancak sosyal ilgi derken kastedilen şeyin yukarıdaki açıklamalar ışığında düşünülmesi gerekir.

Sosyal ilgi kavramı Adler'in, insanın sosyal bir varlık olduğu konusundaki güçlü inancını yansıtmaktadır. Adler (1927: s. 35) bu durumu, "bir insanın yalnız başına ve elinde kültürel araçlar olmaksızın vahşi bir ormanda kaldığında herhangi bir canlı organizmadan daha elverişsiz bir durumda olacağını" belirterek vurgulamıştır. İnsanlık tarihi boyunca tek başına olan hiçbir insana rastlayamayacağımızı vurgulayan Adler (1964) insanlığın ilerlemesini mümkün kılan tek şeyin insanların bir toplum içinde yaşaması olduğunu ve bu toplu yaşamın doğal güçsüzlüklerimizin kaçınılmaz bir ödünlemesi olduğunu belirtmiştir. Bu nedenle Adler'e göre kendimizi anlamak istiyorsak içinde bulunduğumuz daha geniş sosyokültürel bağlamda başkalarıyla olan ilişkilerimizi incelememiz gerekir.

Adler'e göre insan olumlu sosyal dürtülerle motive olmaktadır. İnsanların bencil çıkarlarından (kişisel kazançlarından) toplum çıkarları uğruna vazgeçmelerine yol açan sosyal bir içgüdü tarafından güdülendiklerini gözleyen Adler, bu durumu sosyal ilgi kavramıyla açıklamaktadır. Bu bakış açısına göre insanlar, toplumsal bir çıkar uğruna kendi ihtiyaçlarını ikinci plana atabilmektedir. Sosyal ilgi esas olarak (Adler, 1964) bütünle birmiş gibi hissetmek ve sonsuza kadar süreceği düşünülen bir toplum biçimi için çaba göstermektir.

Adler'e göre sosyal ilgi doğuştan getirilmektedir. Herkes bir derece sosyal ilgiye sahip olduğu için, insanlar alışkanlık nedeniyle değil de doğal olarak toplumsal varlıklardır. Ancak tüm diğer doğuştan getirilen yatkınlıklar gibi sosyal ilgi de kendiliğinden ortaya çıkıp gelişemez, bilinçli şekilde geliştirilmesi gerekir. Bu potansiyelin gerçekleşmesi ve gelişmesi için düzenli rehberlik ve eğitimle beslenmesi gerekir. Sosyal ilginin gelişimi sosyal bir çevrede gerçekleşir. İlk olarak anne ve ailenin diğer üyeleri daha sonra da ailenin dışındaki kimseler bu gelişim sürecine katkıda bulunurlar. Ancak çocuğun bir başka insanla ilk ve en etkili teması anneyle gerçekleşmektedir. Adler annenin görevinin iki aşamalı olduğunu belirtmiştir. İlki, sosyal ilginin olgunlaştırılmasında çocuğunu cesaretlendirmek ve desteklemektir. İkincisi ise çocuğun, geliştirdiği bu ilgisini, kendisiyle olan ilişkisinin ötesine (diğer insanlara) geçirmesine yardımcı olmaktır. Bunlar yerine getirilmesi kolay olmayan görevlerdir ve her zaman çocuğun, annesinin davranışlarını yorumlama şeklinden bir derece etkilenirler.

Çocuğun sosyal ilgisi anne-çocuk ilişkisinde ortaya çıktığı için annenin görevi çocukta işbirliği, bağlılık ve yoldaşlık duygusu oluşturmaktır. Anne çocuğuna karşı içten bir sevgi göstermelidir. Bunun yanında annenin, eşine, diğer çocuklarına ve diğer insanlara karşı sevgisi ve ilgisi çocuk için bir model teşkil eder. Bu şekilde çocuk dünyada başka değerli insanlar olduğunu da öğrenir. Annenin sevgi ve ilgisi yalnızca çocuğuna yoğunlaşırsa

çocuk geliştirdiği bu sosyal ilgiyi başkalarına aktarmayı öğrenemeyecektir. Bir diğer olumsuz durum da annenin, eşine yoğunlaşıp çocuklarını, diğer insanları ve toplumu göz ardı etmesidir. Bu durumda çocuk ya da çocuklar istenilmediklerini ve aldatıldıklarını hissederler. Çocukların ihmal edildikleri ve sevilmedikleri yönündeki duygularını artıracak, yoğunlaştıracak her türden davranış onların özerkleşmelerini ve işbirliği konusundaki yeteneklerini geliştirmelerini engelleyecektir.

Çocukta sosyal ilginin gelişmesinde ikinci önemli kaynak babadır. Çocuğun sosyal ilgi potansiyelini sağlıklı bir biçimde geliştirebilmesi için babanın, eşine, işine ve topluma karşı olumlu bir tutum geliştirmiş olması gerekir. Bunun yanında babanın gelişmiş sosyal ilgisi çocuklarıyla ilişkilerinde de kendisini göstermelidir (Hjelle ve Ziegler, 1992). Adler'e göre ideal baba, çocuklarına değer veren ve onların bakımına anneyle eşit derecede katkıda bulunan babadır. Babaların sergilediği ve çocukların sosyal ilgisinin gelişimini olumsuz yönde etkileyen iki önemli hatalı davranış biçimi vardır. Bunlar duygusal uzaklık (ilgisizlik) ve/veya babaya özgü otoriteryanizmdir. Bu birbirinin zıddı gibi duran iki tür davranış şaşırtıcı bir biçimde aynı olumsuz sonuca yol açmaktadır: Kişisel güç ve üstünlük arayışı. Bu da sağlıklı bir sosyal ilginin gelişmesini engeller.

Anne-baba arasındaki ilişki de çocukların sosyal ilgilerinin gelişiminde önemli bir etkiye sahiptir. Anne baba arasında mutsuz bir ilişki söz konusuysa çocukların sosyal ilgilerini geliştirme şansları çok azdır. Anne duygusal desteğini eşinden çocuklarına yöneltirse çocuklar zarar göreceklerdir. Çünkü aşırı koruma her zaman sosyal ilginin gelişimini olumsuz yönde etkilemektedir. Diğer yandan baba, eşini açık bir biçimde eleştirdiğinde çocukların her iki ebeveyne de saygısı kalmamaktadır. Anne baba arasında bozuşma ya da çekişme olduğunda çocuklar ebeveynleri birbirlerine karşı kullanmayı öğrenmektedir. Ebeveynler birbirlerine karşı sevgi göstermediklerinde kaybeden kaçınılmaz bir biçimde her zaman çocuklar olmaktadır.

Adler sosyal ilginin kişinin psikolojik sağlığını değerlendirmeye yarayan bir ölçüt olduğunu belirtmiştir. Bu yüzden sağlıklı bir kişilik gelişimi için gerekli olan süperego veya kolektif bilinçdışı değil sosyal ilgidir. Adler'e göre "bireyin sosyal ilgisinin gelişme derecesi, evrensel olarak geçerli olan insani değerlerin tek kriteridir" (1927: s. 167). Bu nedenle yaşamlarımız, ancak başkalarının yaşamlarına değer kattığımız ölçüde değerlidir. İyi uyum yapmış bir insan yaşamın ilk yıllarından itibaren bu kalıtsal potansiyeli geliştirmeyi ve o andaki ve gelecekteki nesillerin refahına katkıda bulunmayı öğrenecektir. Öte yandan uyumsuz kişiliğe neden olan sosyal ilginin yadsınması olmaktadır. Normal ve sağlıklı kimseler diğerleriyle içtenlikle

ilgilenir ve onları önemserler. Bu kimselerin ilerleme hedefleri toplumsaldır ve diğer insanların refahını da içerir. Sosyal ilgisi gelişmiş sağlıklı kişiler bu dünyada bazı şeylerin yolunda gitmediğini bilmekle birlikte kendilerini, insan türünün gelişimine adamışlardır. Kısacası diğer insanların, hatta henüz doğmamış olanların bile yaşamlarına katkıda bulunmadıkça kendi yaşamlarının bir anlamı olmadığının farkındadırlar. Uyumsuz insanlar ise sosyal ilgiden yoksun olan kimselerdir. Ben merkezcidirler, kişisel üstünlük ya da diğer bir deyişle, diğerleri karşısında üstünlük arayışı içindedirler ve toplumsal hedefleri yoktur. Kişisel çıkarlarıyla ve kendilerini korumayla fazlaca meşgul oldukları, yalnızca kendileri için anlamı olan bir yaşam sürerler.

Aşağılık Duygusu ve Ödünleme

Adler, insanın tüm motivasyonun, **üstünlük çabası** olarak adlandırdığı tek ve temel bir güdüyle açıklanabileceğini belirtmiştir. Adler'e göre her insan yaşama yoğun eksiklik duyguları ile başlar. Bu duygular evrenseldir ve bu nedenle normal sayılmalıdır. Her insanda bazı organlar ya da sistemler diğerlerine oranla daha güçsüz ya da zayıftır. Bu da kişinin bu organları içeren hastalık ve rahatsızlıklara daha kolay yakalanmasına neden olur. Örneğin bazı kimseler ciddi alerjilere sahiptirler. Bu alerjiler onları bronşit ya da üst solunum yolları enfeksiyonlarına daha açık hale getirir. İnsanların zayıf yönlerini ödünleme (telafi etme) yoluna gittiklerini gözleyen Adler, bu telafi çabalarının sıklıkla o kişinin en önemli becerisi ya da güçlü yönü haline geldiğini belirtmiştir. Adler (1931: s.248) bu durumu kendi ifadesiyle şöyle anlatmaktadır: "Neredeyse her sıra dışı insanda bazı organ eksiklikleri (kusuru) olduğunu görmekte ve bu kimselerin yaşamlarının ilk yıllarında bu zorluklarla ciddi bir biçimde mücadele ettikleri ve bunların üstesinden geldikleri izlenimini edinmekteyiz". Tarih organ kusurlarının üstesinden gelme çabalarının sonucu olan sıra dışı başarılar konusunda birçok örnekle doludur. Çocukluğunda kekeme olan Demostenes, dünyanın en ünlü hatiplerinden biri olmuştur. Fiziksel engelli olan Wilma Rudholph olimpiyatlarda üç altın madalya kazanmış, zayıf ve hastalıklı bir çocuk olan Theodore Roosevelt ise yetişkinliğinde fiziksel güçlülüğün timsali haline gelmiş ve de ABD'nin başkanı olmuştur (Hjelle ve Ziegler, 1992).

Tıp için organizmanın kendi yetersizliğinin üstesinden gelme çabası içinde olduğu fikri yeni değildi, doktorlar uzunca bir süredir bu bilgiye sahiptiler. Örneğin böbreklerden birinde bir sorun varsa diğeri ikisinin de işlevini yerine getirecek şekilde fazla gelişmekte idi. Ancak Adler'in ortaya koyduğu yeni düşünce bu durumun psikolojik yapı için de geçerli olduğu iddiasıydı. Adler, insanların yalnızca organ kusurları nedeniyle ödünleme

(telafi) yoluna gitmediklerini, psikolojik ya da sosyal yetersizliklerden kaynaklanan *öznel aşağılık (yetersizlik) duygularını* da ödünleme çabası içinde olduklarını belirtmiştir.

Üstünlük Çabası

Adler aşağılık (yetersizlik) duygularının, insanların kendilerini geliştirme, gelişme ve yetkinlik çabalarının kaynağı olduğunu belirtmektedir. Peki, ulaşmaya çalıştığımız ve yaşamımıza bir derece tutarlılık ve bütünlük veren nihai amaç nedir? Basit bir biçimde aşağılık duygularımızdan kurtulmaya mı çalışmaktayız? Yoksa, insafsızca diğer insanlara hakim olma güdüsüyle mi yönlendirilmekteyiz? Bu soruların yanıtını ararken yıllar içinde Adler'in düşünceleri dikkate değer biçimde değişmiştir (Hjelle ve Ziegler, 1992). Başlangıçta insan davranışına egemen olan en önemli dinamik gücün saldırgan olma çabası olduğunu düşünen Adler, ilerleyen yıllarda bu saldırgan dürtü düşüncesini terk etmiş ve güç arzusu kavramını ortaya koymuştur. Bu kavramda güçsüzlük kadınlıkla, güç ise erkeklikle eşit sayılmaktaydı. Adler, erkeklerin ve kadınların, yetersizlik ve aşağılık duygularının yerini alması için işe sürdükleri bir aşırı ödünleme biçimi olan, 'erkeksi protesto' kavramını bu dönemde ortaya koymuş ancak daha sonra bu kavramı normal insanların motivasyonunu açıklamakta yeterli görmediği için reddetmiştir. Bunun yerine, üstünlük kompleksinden oldukça farklı bir durum olan, insanların üstünlük (yetkinlik) için uğraştıkları daha genel bir bakış açısı geliştirmiştir. Adler'in insan yaşamının nihai hedefi konusundaki düşüncelerinin gelişiminde üç belirgin basamak söz konusudur: saldırgan olma, güçlü olma, üstün (yetkin) olma.

İlerleyen yıllarda Adler, üstünlük çabasının insan yaşamının temel yasası olduğunu öne sürmüştür. Adler'e göre üstünlük çabası doğuştan getirilmektedir ve tüm insanlar bu ileriye yönelik dürtüye sahiptirler. Doğuştan getiriliyor olsa da, potansiyellerimizi gerçekleştirmek istiyorsak, üstünlük çabasının eğitilmesi ve işlenmesi gerekmektedir. Üstünlük çabasının doğası ve işlevi ile ilgili öne sürdüğü fikirleri şu şekilde sıralamak mümkündür (Adler, 1964);

- Üstünlük çabası birbirinden farklı birkaç dürtünün toplamı değil, kökleri çocuğun çevresindekilere kıyasla kendisinin yetersiz ve güçsüz olduğu yönündeki farkındalığına dayanan temel tek bir güdüdür.
- İleriye ve gelişmeye dönük olan bu güdü evrenseldir.
- Üstünlük hedefi pozitif (yapıcı) ya da negatif (yıkıcı) bir yön alabilir. Üstünlük çabalarını başka insanların zarar görmeleri pahasına,

bencilce gerçekleştiren zayıf uyumlu kimseler, üstünlük çabasının alabileceği negatif yön için örnek teşkil ederler. Bunun aksine, iyi uyum yapmış kimseler, üstünlük çabalarını yapıcı (pozitif) bir biçimde ifade ederler. Bu kimselerin üstünlük çabaları diğer insanların refahını ve iyiliğini de önemser niteliktedir.

- Üstünlük çabası belirli düzeyde bir enerji harcaması ve çaba gerektirir.
- Üstünlük çabası hem bireysel hem de toplumsal düzeyde gerçekleşir. Adler sadece bireyler olarak değil bir toplumun üyeleri olarak da üstünlük arayışı içinde olduğumuzu ve kültürümüzü de mükemmelleştirmeye çalıştığımızı belirtmiştir. Adler birey ve toplumun karşılıklı uyum içinde olduğunu varsaymaktadır.

Kişiliğin Yapısı

Adler kişiliği bölünmez bir bütün olarak ele aldığı için yapısı hakkında varsayımlar öne sürmemiştir (Ewen, 2003). Freud ve Jung'un, kişiliğin bizim farkındalık düzeyimizin ötesinde olduğu fikirlerine katılan Adler, insanlar için en zor işin kendilerini tanımak ve değiştirmek olduğunu da kabul etmektedir. Adler'in bütün ve bölünmez kişilik anlayışı çerçevesinde bilinç ve bilinçdışı birbirinin karşıtı iki ayrı yapı olarak ele alınmamaktadır. Bu konudaki düşüncesini "bilinç ve bilinçdışını sanki bireyin varlığının birbirine düşman iki parçasıymış gibi, bilinçliliği, bilinçsizliğin karşıtıymış gibi göremeyiz. Bilinçli yaşam onu anlamamaya başlamamızla birlikte bilinçdışı olur ve bilinçdışı bir eğilim onu anlamaya başlamamızla birlikte bilinçli hale gelir" diyerek ortaya koyan Adler'e (1964: s.163) göre bilinç ve bilinçdışı aynı yönde ilerlerler ve aralarında kesin ayırım yoktur.

Kişiliğin Gelişimi

Adler de Freud gibi kişiliğin temel olarak yaşamın ilk beş yıllında şekillendiğini savunur. Bunun yanında Freud'un çocuk cinselliği fikrine de katılır. Ancak cinsel davranış Adler'e göre üstünlük çabasının bir diğer şeklidir. Gelişim dönemleri kavramını ise reddeder. Adler daha çok sosyal ilginin nasıl geliştirileceği ve çocuktaki yetersizlik duygularının, aşağılık ya da üstünlük kompleksine yol açmasının nasıl engelleneceği ve sağlıklı üstünlük çabalarına nasıl dönüştürülebileceği üzerinde durmuştur.

Daha önce de değinildiği gibi Adler'e göre her insan yaşama güçlü yetersizlik duyguları ile başlamaktadır. Bu aşağılık duyguları evrenseldir. Her insanda bazı organlar ya da sistemler diğerlerine oranla daha güçsüz ya da zayıftır. Bununla birlikte kendisinden çok daha güçlü, yetenekli yetişkinler

arasında bulunan çocuk kaçınılmaz olarak yetersizlik duyguları yaşar. Yaşanan bu aşağılık (yetersizlik) duyguları aynı zamanda insandaki tek temel güdü olan üstünlük çabasının da kaynağıdır. Üstünlük çabası birey dünyaya geldiğinde bir gerçek olarak değil bir potansiyel olarak mevcuttur ve her birimiz bu potansiyeli kendimize özgü yollarla gerçekleştiririz. Adler bu sürecin dört beş yaşlarında, bireyin yaşam hedeflerinin oluştuğu yıllarda başladığını belirtmektedir. Oluşturduğumuz bu **yaşam hedefleri** üstünlük çabamıza bir odak sağlamaktadır. Yaşam hedeflerinin önemi büyüktür çünkü kişiliğe birlik ve bütünlüğünü veren ve kişinin davranışlarının tutarlılığını ve anlaşılabilirliğini sağlayan onlardır. Adler (1968) ruhsal yaşamımız için bir hedef benimseyerek gerçeğe daha iyi uyum sağladığımızı belirtmiştir. Kişinin yaşam hedefi her ne kadar kalıtım ve çevrenin sağladığı ham materyallerle yapılandırılmış olsa da bu hedef kalıtım ya da çevre tarafından belirlenmiş bir hedef değildir. Her insan kendi yaşam hedefini belirleyecek ve kişisel bir yaşam hedefi oluşturacak **yaratıcı güce** sahiptir. Adler, yaşam hedeflerinin dört beş yaşlarda oldukça değişmez bir biçimde kristalize olduğunu ve yaşamın geri kalan kısmında aynı yönde sürdüğünü ifade etmiştir. Çocuk dört beş yaşlarına geldiğinde yaratıcı gücü bir yaşam hedefi oluşturacak olgunluğa erişir. Bundan sonra kişinin tüm çabaları bu hedefin egemenliği altındadır. Kişi nihai hedefi doğrultusunda kimi ikincil hedefler de geliştirebilir. Bu ikincil hedefler çoğunlukla bilinçlidir ancak onlarla temel yaşam hedefi arasındaki bağlantı genellikle bilinmez. İkincil hedefler arasındaki ilişki de nadiren fark edilir. Ancak kişinin temel yaşam hedefi çerçevesinde ele alındığında bu ikincil hedefler belli bir tutarlılık sergiler. Adler (1956) bu durumu insanın ruhsal yaşamını, iyi bir oyun yazarı tarafından beşinci perdeye uyacak şekilde yazılmış bir karaktere benzeterek ifade etmiştir. Ona göre önemli olan bireyin tüm eylem ve hareketlerine yön veren bireysel yaşam amacını saptamaktır. Daha önce de değinildiği gibi bu amaç henüz yaşamın başlangıcında yani erken çocukluk döneminde belirlenmekte ve somut biçimini kazanmaktadır. Bu dönemde ilerideki erişkin kişinin bir prototipi ya da modeli gelişip ortaya çıkmaktadır (Adler, 1969). Normal koşullarda sürekli bir güçsüzlük içinde bulunan çocuk kendini yetersiz görmekte ve başa çıkamayacağı bir durumun içine hapsedilmiş hissetmektedir. Bu yüzden de gelişim yolunda ilerlemeye çalışmakta ve gelişim sürecinin kendisi tarafından seçilmiş amaca uygun temel bir çizgi boyunca akış izlemesine özen göstermektedir. Bu nedenle gelişim için bu dönemde yararlanılan materyallerden çok, gelişim çizgisini belirleyen amacın kendisi daha büyük bir önem taşımaktadır.

Yaşam hedefleriyle anlatılmaya çalışılan şey, üstünlük çabasının öznel bir biçimde deneyimlenen bir hedef yönünde gerçekleştiğidir. Sözünü ettiğimiz bu hedeflerin her zaman sınanabilir gerçekçi hedefler olması

gerekmemektedir. Çünkü Adler'e göre kişinin davranışlarını ve kişiliğini biçimlendiren şey, nesnel gerçeklikten ziyade bireyin öznel algısıdır. Bu durumda kişinin aşağılık duygularını ödünleme ve üstünlük çabası nesnel gerçeklik tarafından değil de kişinin bu gerçekliğe dair öznel algısı tarafından şekillendirilecektir. Daha önce de değinildiği gibi insanların davranışları kendi oluşturdukları bir gelecek hedefine yöneliktir. Ancak kişinin öznel algısına verdiği önem doğrultusunda Adler (1956) nihai hedeflerimizin (yaşamlarımıza yön ve amaç veren) gerçeklik karşısında sınanıp kanıtlanamayan **kurgusal hedefler** olabileceğini öne sürmüştür. Örneğin bazı kimseler yaşamlarını çok çalışmak ve biraz da şansla her şeyin başarılabileceği inancıyla yürütebilirler ya da birçok kadın ve erkek, erkeklerin kadınlardan üstün olduğu görüşüne inanabilir. Adler'e göre bu inançlar kurgusal bir nitelik taşımaktadır, çünkü dünyada çok çalışan ve henüz hiç bir şey elde edememiş birçok insan vardır ve elimizde erkeklerin kadınlardan üstün olduğunu kanıtlayacak bilimsel bir veri yoktur. Çoğu insanın yaşamında ciddi bir etkiye sahip olan bir diğer kurgu örneği de tanrının iyi insanları cennette ödüllendireceği inancıdır. Bir cennet olup olmadığı bilimsel olarak kanıtlanmış bir gerçek olmamakla birlikte bu inanç çoğu insan için gerçek niteliğindedir ve insanların davranışları bu inanca göre biçimlenir.

Kısacası Adler'e göre kişinin üstünlük çabası kendi geliştirdiği kurgusal hedef tarafından yönlendirilmektedir. Kurgusal hedeflerin gerçek yaşamda karşılıkları olmamakla birlikte çoğunlukla yaşamla daha etkili bir biçimde baş etmemizde bize yardımcı olurlar. Ancak bu inançlar günlük yaşamla başa çıkmada işe yaramadıklarında değiştirilmelidirler.

Adler, kişinin, kendi oluşturduğu hedefleri ve bu hedeflere ulaşmak için izlediği yolu içeren yaşama uyum biçimini **yaşam tarzı** olarak adlandırmıştır. Yaşam tarzı; kişiye özgü davranış, alışkanlık, ve tutum örüntüleridir ve kişinin varlığının niteliğini belirler. Yaşam tarzlarının nasıl oluştuğunu anlayabilmek için aşağılık duygusu ve ödünleme kavramlarını tekrar gözden geçirmemiz gerekir çünkü yaşam tarzımızın temelini bunlar belirlemektedir. Adler, çocuklukta her insanın gerçek ya da hayali bir takım yetersizlikler yaşadığını ve yaşanan bu yetersizlik duygularının da kişiyi bir şekilde ödünleme yoluna ittiğini belirtmektedir. O halde, yaşam tarzımız, yetersizlik duygularımızın üstesinden gelerek bir yetkinlik duygusuna ulaşma çabamız üzerine temellenmiştir. Her insan yetersizlik duygularına sahiptir, yetkinlik arayışı içerisindedir ve de hedeflere sahiptir. Ancak her insan bu sözünü ettiğimiz durumları kendine özgü bir tarzda yaşar. Yaşam tarzı kendi oluşturduğumuz hedeflere kendimize özgü ulaşma yolumuzdur.

Yaşam tarzı kalıtım, çevre ve kişinin yaratıcı gücünün etkileşiminin bir ürünüdür ve 4-5 yaşlarında öylesine net bir biçimde oluşur ki yaşamın geri kalan kısmında değişime direnç gösterir. Elbette insanlar zamanla kendilerine özgü tarzın farklı ifade yollarını öğreneceklerdir ancak bunlar yalnızca temel tarzlarının farklı ayrıntı ve açılımlarıdır. Kişi yanlışlarını ve hatalarını görüp amaçlı bir biçimde izlediği yolu değiştirmedikçe temel tarz aynı kalmaya devam edecektir.

Çocukluk yıllarının kişiliğin gelişimindeki önemi üzerindeki bu vurgu Adler'in de Freud kadar determinist düşündüğü şeklinde yorumlanabilir. İki kuramcı da yetişkin kişiliğinin gelişiminde çocukluk yaşantılarının önemini vurgulamakla birlikte Adler, Freud'dan farklı olarak sonraki yıllardaki davranışların, erken deneyimlerin basit bir biçimde tekrarlanmasından ziyade, bireyin yaşamının ilk yıllarında biçimlenmiş olan kişiliğinin karekteristik bir ifadesi olduğunu söylemektedir. Adler'in yaratıcı güç kavramı dikkate alındığında yaşam hedefi kavramının göründüğü kadar mekanik olmadığı anlaşılmaktadır.

Yaratıcı güç Adler'in kuramındaki en önemli kavramlardan biridir. Adler açıkça kişinin yaşam hedefinin kendi yaratıcı gücü tarafından biçimlendirildiğini ifade etmiştir. Her insan kendi yaşam hedefini oluşturacak güce ve özgürlüğe sahiptir. Bu nedenle de Adler'e göre insanlar kim olduklarından ve nasıl davrandıklarından sorumludurlar. Yaratıcı güç kişinin yaşam hedeflerini ve bu hedeflere ulaşma yöntemlerini belirler ve sosyal ilginin gelişimine katkıda bulunur. Bunun yanında kişinin algıları, anıları, fantezileri ve rüyaları da bu yaratıcı güç tarafından yönetilmektedir.

Adler, kişinin yaratıcı bir güce sahip olduğunu kabul etmekle birlikte kişiliğin oluşumunda belirleyici güçler olarak kalıtım ve çevrenin etkisini reddetmemektedir. Her çocuk dünyaya kendine özgü bir donanımla gelmekte ve diğer tüm insanlardan farklı sosyal deneyimler yaşamaktadır. Ancak insanlar yalnızca kalıtım ve çevrenin bir ürünü değildirler; yalnızca çevreye tepki vermezler, aynı zamanda çevreyi etkiler ve çevrenin kendilerine tepki vermesini sağlarlar. İnsan kalıtım ve çevreyi kişiliğin tuğlası ve harcı gibi kullanır ama mimari tasarım kişinin kendi tarzını yansıtır. İnsanın bu yaratıcı gücünün nereden kaynaklandığı ve nasıl geliştiği Adler tarafından tamamıyla açıklanmamışsa da yaratıcı gücün insanın evrimsel tarihinin bir sonucu olduğu söylenebilir. Yaratıcı gücün erken çocukluk yıllarında ortaya çıktığı ve sosyal ilginin gelişimine eşlik ettiğini bilmekle birlikte neden ve nasıl geliştiği tam olarak açıklanmamıştır. Ancak yaratıcı gücün varlığı, her birimizin kalıtım ve çevrenin bize sunduğu yetenek ve fırsatlardan kendimize özgü yaşam tarzları geliştirmemize olanak sağlamaktadır.

Aşağılık ve Üstünlük Kompleksi

Adler aşağılık (yetersizlik) duygularının çocuklukta başladığına inanmaktadır. İnsan yavrusu, oldukça çaresiz ve zayıf olduğu ve hayatta kalmak için çevresindeki yetişkinlere ihtiyaç duyduğu uzun bir bağımlılık dönemi yaşamaktadır. Bu deneyim, kendisini çevresindeki daha büyük, daha güçlü yetişkinlerle karşılaştıran çocuğun, aşağılık (yetersizlik) duyguları geliştirmesine neden olmaktadır. Ayrıca bu erken yetersizlik duyguları, yaşam boyu sürecek olan, çevre karşısında üstünlük kazanma, mükemmelleşme çabasının da başlangıcını oluşturmaktadır. Adler'e göre üstünlük (yetkinlik) çabası yaşamdaki temel yönlendirici güçtür. Bu nedenle, insanların yaptığı hemen her şey aşağılık duygularının üstesinden gelmek için tasarlanmaktadır ve bu şekilde bir üstünlük duygusu oluşturmaktadır. Ancak aşağılık duyguları bazı kimselerde, şu veya bu nedenle, aşırı bir boyut alabilir. Sonuç abartılı güçsüzlük ve yetersizlik duygularıyla tanımlı bir aşağılık kompleksidir. Adler (1964), çocuklukta yaşanan ve aşağılık kompleksine yol açabilen üç engel tanımlamıştır: ***Organ kusurları, şımartılma ve yetersiz ilgi (ihmal).***

Bireyin doğumla birlikte sahip olduğu zayıf ya da yetersiz işlev gösteren organlar çarpıcı başarılara yol açabilecekleri gibi; kişi ödünleme çabalarında başarılı olamadığında aşırı düzeyde aşağılık (yetersizlik) duygularına da neden olabilirler. Kusurlu fiziksel organlarla dünyaya gelen bir çocuk psikolojik yetersizlik duyguları geliştirebilir. Ciddi hastalık veya fiziksel özür güçsüzlük duygularına neden olmakla birlikte her zaman psikopatolojiye neden olmayabilir. Eğer kişi, akılcı bir biçimde zorlukları yenmeye çalışırsa diğer insanlar kadar başarılı olabilir. Ancak organ zayıflığı temelde zorluklar yarattığından ana-baba çocuğun üzerine daha çok düşer bu da aşağılık duygusuna yol açabilir.

Diğer yandan şımartılmış çocuklar, yaşamdaki güçlüklerin üstesinden tek başlarına gelmelerinin mümkün olmadığına inanır ve derin yetersizlik duyguları geliştirebilirler. Çünkü neredeyse her zaman başkaları bir şeyleri onlar için yaptığından kendi yeteneklerine güvenmeyerek yetişirler.

Anne babanın ilgisizliği de aşağılık kompleksine yol açabilir. Çünkü ilgi görmeyen çocuklar istenilmediklerini hisseder ve yaşamlarında, yaralı olma ve diğerlerinin saygı ve sevgisini kazanma yeteneklerine güvenmezler. Çocuklukta yaşanması muhtemel bu üç engel yetişkinlikte ortaya çıkabilecek nevrozlarda çok önemli bir rol oynayabilmektedir.

Aşağılık duygularına yol açan koşullar her ne olursa olsun, bir kimse buna aşırı ödünleme ile tepki verdiğinde ortaya çıkan durum **üstünlük kompleksidir.** Üstünlük kompleksi bir kimsenin fiziksel, entelektüel ya da sosyal becerilerini abartma eğilimini içerir. Aşırı ödünleme, her durumda,

ısrarlı yetersizlik duygularıyla sağlıklı bir şekilde başa çıkmanın abartılmış halidir (Hjelle ve Ziegler, 1992). Buna bağlı olarak, üstünlük kompleksine sahip bir kimse; kendini beğenmişliğe, kibirlililiğe, ben-merkezliliğe ve alaycılığa eğilimli olacaktır. Böyle bir birey; ancak başkalarını aşağılayarak kendini değerli hissedebildiği için kendini kabul düzeyinin oldukça düşük olduğu izlenimini yaratır.

Adler (1969), üstünlük ve aşağılık kompleksinin birbiriyle ilişkili olduğunu ve aşağılık kompleksinin bulunduğu bir vakada az çok gizli bir üstünlük kompleksine de rastlanabileceğini ve benzer bir biçimde üstünlük kompleksine sahip bir kişi tüm boyutlarıyla incelendiğinde her zaman az çok gizli bir aşağılık kompleksiyle yüz yüze gelindiğini ifade etmiştir. Adler (1969) örnek olarak, üstünlük kompleksine sahip sorunlu, küstah, kendini dev aynasında gören, kavgacı ve geçimsiz bir çocuğun gerçekte olduğundan daha büyük görünmek istediğini ve aslında öfke nöbetleriyle başkalarına hükmetmeye çalıştığını belirtmektedir. Bunun nedenini ise amaçlarına ulaşacak kadar güçlü olduğundan emin olmayışına bağlamaktadır. Böyle bir çocuk aslında kendisini başkalarından aşağı düzeyde hissetmektedir. Adler'e göre böyle çocuklarda bir aşağılık kompleksi ve bunu yenmek özlemi vardır. Böyle bir çocuk açıkça sergilediği üstünlük kompleksiyle aslında olduğundan büyük görünmek ve bu şekilde kolay yoldan başarıya ulaşmak istemekte, kendisine bir gurur ve üstünlük duygusu sağlamaya çalışmaktadır. Kısacası Adler'e göre aşağılık ve üstünlük kompleksi nevrozlu insanlarda sıklıkla bir arada görülür ancak bu kişiler üstünlük komplekslerini ikide bir açığa vurmakla birlikte kendilerindeki aşağılık kompleksinin hiç farkında değildirler.

Aşağılık duygusu ve üstünlük çabası her insanda bulunan özelliklerdir. Bunlar tek başlarına bir hastalık olmayıp bireyin sağlıklı normal çabaları ve gelişimi için uyarıcı rolü görürler. Aşağılık duygusu, insanı egemenliği altına aldığında, onu iyi işler yapmaya teşvik etmek bir yana, depresif ve gelişim gücünden yoksun duruma sokarak patolojik bir nitelik kazanır (Adler, 1969). Bu durumda üstünlük kompleksi, aşağılık kompleksine yakalanmış bir kişinin güçlüklerden kurtulabilmek için izlediği yollardan biridir. Kişi gerçeğin aksine kendisinin üstün oluğunu kurgulayarak, kendi kendini yanıltarak elde ettiği bu sözde başarıyla katlanamadığı bir durumun, yani başkalarından aşağı oluşunun acısını çıkarmaya çalışır. Normal insanlarda sağlıklı bir üstünlük çabası bulunur ancak üstünlük kompleksine rastlanmaz.

Doğum Sırası

Kişilik gelişiminde sosyal bağlamın etkisi üzerindeki vurgusuna paralel olarak, Adler, kişilik gelişiminde doğum sırasının etkisi üzerine odaklanmıştır.

Ancak Adler, doğum sırası konusundaki iddialarıyla belirli bir sırada doğan çocuğun kaçınılmaz bir biçimde belirli kişilik özelliklerine sahip olacağını iddia etmemiştir. Doğum sırasıyla ilgili ortaya attığı görüşleri, çocukların ne gibi problemlerle karşılaştıklarını ve bu problemlere nasıl çözüm bulduklarını keşfetmek amacıyla oluşturmuştur. Çocuklar, aynı anne-babaya sahip olmalarına ve de aynı aile ortamı içinde büyümelerine rağmen birbirine eş sosyal çevrelere sahip olmamaktadırlar (Adler, 1969). Bir diğer kardeşten büyük ya da küçük olmak, diğer kardeşlerin gelişine bağlı olarak çeşitlilik gösteren ebeveyn tutumlarına maruz kalmak, yaşam tarzının oluşumunu etkileyen kendine has koşulları oluşturmaktadır. Adler'e göre çocuğun aile içindeki doğum sırası kayda değer bir önem taşımaktadır. Özellikle de aile içindeki pozisyona eşlik eden durumun nasıl algılandığı önemlidir. Algılar kaçınılmaz bir biçimde öznel olacağı için de herhangi bir sırada doğan bir çocuk herhangi bir yaşam tarzı geliştirebilir. Ancak genelde belirli kişilik özellikleri belirli doğum sırasına sahip çocuklarda görülmektedir. Buna bağlı olarak Adler dört farklı doğum sırası pozisyonu üzerinde durmuştur. Bunlar; ilk çocuk, ikinci çocuk (sonradan doğan ya da ortanca çocuk) en küçük çocuk ve tek çocuktur.

İlk Çocuk: Adler'e göre ilk çocuk belirli bir süre tek çocuk olmanın verdiği imrenilir pozisyona sahiptir. Genellikle ebeveynler yeni doğan çocukları için her şeyin en doğrusunu yapma arzusu içinde olup kendilerini tamamıyla ona adarlar. Bu şekilde ilk çocuk ebeveynlerinin bölünmemiş ilgi ve sevgisini alır. Bu durum ikinci bir çocuğun doğumuna dek sürer. Bu olay çocuğun durumunu ve dünyayı algılayışını dramatik bir biçimde etkiler. Adler ilk çocuğu 'tahtını yitirmiş kral" olarak adlandırmakta ve bu durumun oldukça travmatik bir deneyim olabileceğini belirtmektedir. Çünkü el üstünde tutulan, nazlı yetiştirilen, anne babasının pervane gibi etrafında dönüp durmasına alışmış olan çocuk küçük bir kardeşin dünyaya gelmesiyle apar topar yeni bir konuma uyum sağlamak zorunda kalır. Bundan böyle anne babasının sevgisini kendisine rakip biriyle paylaşmak zorundadır. Böyle bir değişiklik ilk çocukları her zaman derinden etkiler. Küçük kardeşinin, anne babanın sevgi ve ilgisini kazanıyor olduğunu gören ilk çocuğun doğal eğilimi mücadele ederek ailedeki üstün yerini tekrar kazanmaya çalışmak olacak, ancak ailede ilginin odağı olma yolundaki bu mücadele sonuçsuz kalacaktır. İlk çocuk ne kadar uğraşırsa uğraşsın hiçbir şey bir daha eskisi olmayacaktır. Anne baba ilk çocuğun bu talebine karşı kayıtsız ve hoşgörüsüz davranacak hatta onun bu yoldaki çabalarını cezalandırabilecektir. İlk çocuk, sonuçta anne babasının kendisinin bu talebini karşılayamayacağını anlar. Bu aile mücadelesinin sonucunda ilk çocuk kendisini soyutlamaya yönelir ve diğer insanların sevgi ve onayı olmaksızın ve bağımsız bir biçimde ayakta kalmayı başarmaya çalışır. Adler

ilk çocuğun daha sonraki yaşamında tutucu, güç-yönelimli ve liderliğe yatkın bir kişiliğe sahip olabileceğini belirtmiştir.

Aile içindeki diğer çocuklar da başlangıçtaki konumlarını daha sonra kaybetme deneyimleri yaşarlar ancak bu kaybı ailedeki en büyük çocuk kadar acı biçimde hissetmezler, çünkü daha önce başka kardeşlerle birlikte yaşamış olmak gibi bir deneyimleri vardır ve anne babanın ilgi ve sevgisine hiçbir zaman tek başlarına sahip olmamışlardır.

İkinci çocuk: Adler'e göre (1931) ikinci çocuğun aile içindeki konumu diğer çocuklarınkiyle kıyaslanamayacak kadar değişiktir. İkinci çocuk anne babasının sevgisini doğduğu andan başlayarak en büyük çocukla paylaşır. Bu nedenle ikinci çocuğun sosyallik duygusu en büyük çocuğunkinden daha gelişmiş durumdadır. Bununla birlikte ikinci çocuk neredeyse doğduğu günden beri onu uyaran ve hatta ona meydan okuyan bir rakibe sahiptir. Bu nedenle genellikle ikinci çocuk, ilk çocuğun sergilediğinden daha hızlı bir gelişim hızına sahip olacaktır. Örneğin ikinci çocuk yürümeye ya da konuşmaya ilk çocuğun başladığından daha erken bir yaşta başlayabilir. Adler'e göre (1931) ikinci çocuk sürekli bir yarış içinde olduğunu, bir iki adım ötesinde geçmesi gereken birileri olduğunu ve acele edip geçmesi gerektiğini hissedecektir. Bu durumun bir sonucu olarak ikinci çocuklar oldukça yarışmacı ve hırslı olma eğiliminde olacaklardır. Yaşam tarzları genellikle kendilerinin kardeşlerinden daha iyi olduğunu kanıtlamaya yönelik olacaktır. Bu nedenle ikinci çocuğun başarı yönelimli olacağını belirten Adler, aynı zamanda ikinci çocukların gerçekçi olmayan hedefler oluşturma ve nihayetinde başarısızlığa uğrama olasılıklarının da çok fazla olduğunu belirtmiştir.

En küçük çocuk: En küçük çocuğun durumu birçok yönden kendine özgüdür. Bir aile içinde en küçük çocuk dışındaki çocukların her birinin peşine takılmış bir başka çocuk vardır, her çocuğun tahtından indirilmesine karşın en küçük çocuk için böyle bir şey söz konusu değildir. Hiçbir zaman en büyük çocuğun yaşadığı tahtını yitirme durumunu yaşamamakla birlikte ailenin en küçüğü olarak yalnızca anne-babasının değil diğer aile üyelerinin de ilgi ve sevgisine sahip olabilir. En küçük çocuk her zaman ailenin en küçüğü olarak kalır ve büyük ihtimalle diğer çocukların hepsinden daha çok şımartılır. Bu nedenle şımartılıp nazlı yetiştirilen bir çocuğun karşılaştığı güçlükler en küçük çocuk için de söz konusudur (Adler, 1931). Bir diğer nokta da önündeki modeller açısından değerlendirildiğinde, en küçük çocuğun, kendisinden büyük, güçlü ve daha ayrıcalıklı kimselerle yarışmak zorunda olduğu için bağımsızlık eksikliği ve güçlü yetersizlik duyguları geliştirebilmesidir. Ancak en küçük çocuk pek çok uyarıcıyla karşı karşıya kaldığı ve rekabet konusunda sayısız olanak kendisini beklediği için

çoğunlukla olağanüstü denilecek kadar iyi gelişir ve önüne çıkan engelleri diğer kardeşlerinden daha kısa sürede aşar. Kardeşlerinin hepsini geride bırakıp öne geçer. Bunun bir sonucu olarak da en küçük çocuk çoğunlukla, ailedeki en hızlı yüzücü, en iyi müzisyen, en yetenekli sanatçı ya da en hırslı öğrenci olur. Ancak yine de sorunlu çocukların büyük bir bölümünü en küçük çocuklar oluşturur. Bunun nedeni de tüm aile üyelerinin en küçük çocuğu şımartmasıdır. Böylesine nazlı büyütülmüş bir çocuk asla bağımsızlığına kavuşamaz ve kendi çabasıyla bir şeyler elde etme cesaretini yitirir.

Tek çocuk: Tek çocuk yarışması gereken herhangi bir kardeşe sahip olmamak gibi kendine özgü bir pozisyona sahiptir. Bu gerçek, anne tarafından şımartılmaya yatkınlıkla da birleştiğinde, çoğunlukla tek çocuğu, babayla yoğun rekabet içine sürükler. Çünkü yarışacak ne bir erkek ne de bir kız kardeşe sahip olan tek çocuk yarışacak kimse olmayınca babasını bir rakip olarak karşısına alır. Tek çocuk büyük olasılıkla anne tarafında da şımartılacaktır. Anne tek evladını kaybedeceği korkusuyla ona karşı aşırı koruyucu ve kollayıcı bir tavır sergileyebilir. Adler'e göre bu durum Freud'un odipus kompleksi olarak adlandırdığı soruna yol açabilir. Annesi tarafından şımartılan çocuk annesine aşırı düşkün olup babasını dışlayabilir. Bunu engellemenin yolu anne ve babanın işbirliği içinde her ikisini de sevecek bir çocuk yetiştirmeleridir. Ancak çoğunlukla babalar çocuklarıyla anneler kadar ilgilenmedikleri için çocuk annesine güçlü bağlarla bağlanmış olacak ve herkesten ilgi ve koruma bekleyecektir. Bağımlılık ve ben-merkezcilik bu tür yaşam tarzının önde gelen nitelikleridir. Tek çocuğun bir başka sıkıntısı da bir kardeşi olacağı korkusudur. Tek çocuk her zaman ailenin bütün ilgi ve sevgisini üzerinde toplamak istediği ve böyle bir şeye gerçekten hakkı olduğuna inandığı için birinin çıkıp bu konumunu sarsmaya kalkmasını büyük bir haksızlık olarak görür.

Çocukluğu boyunca ailenin ilgi odağı olmaya devam eden tek çocuk ileriki yaşamında da ailesindeki gibi sevgi ve ilginin odağı olmak isteyecektir. Ancak daha sonraki yaşamda artık ilginin merkezi olmadığını keşfettiğinde acı bir farkındalık ortaya çıkacaktır. Hiçbir zaman merkezdeki yerini yitirmeyen ve kardeşleriyle yarışmak zorunda kalmayan tek çocuk, Adler'e göre akranlarıyla ilişkilerinde çoğunlukla sorunlar yaşayacaktır.

Adler doğum sırasıyla ilgili görüşlerini ileri sürerken önemli uyarılarda da bulunmuştur. Bu konuda sarsılmaz ve katı kurallar öne sürülemeyeceğini özellikle belirtmiştir. Daha önce de değindiğimiz gibi önemli olan sayısal sıralama değil çocuğun aile içindeki durumudur. Büyük bir ailede bazen ortanca çocuk en büyük çocuk konumunu yaşayabilir. Örneğin kısa aralarla iki çocuk sahibi olan bir ailede aradan yıllar geçtikten sonra dünyaya gelen

bir üçüncü çocuk, kendisinden bir süre sonra bir kardeşinin dünyaya gelmesiyle birlikte Adler'in tanımladığı en büyük çocuk konumunu yaşayabilir. Ya da ailedeki çocuklar birbirinden pek çok yıl arayla dünyaya gelmişlerse her birinde tek çocuğun özellikleri gözlenebilir. Bu durumun da çocukların gelişimi için pek elverişli olmadığını belirten Adler (1931) bir kural olmamakla birlikte iki çocuk arasındaki ideal yaş farkının üç olması gerektiğini belirtmiştir. Çünkü üç yaşına gelmiş olan çocuk bir kardeşi dünyaya geldiğinde bir ölçüde sosyal ilgi geliştirmiş şekilde davranacak ve ailede birden fazla çocuğun bulunabileceğini anlayacak kadar bilişsel açıdan olgunlaşmış olacaktır.

Karakter Tipolojisi

Daha önce de değinildiği gibi yaşam tarzımız, hayatımız boyunca kişiliğimizdeki ve dış dünyaya karşı yönelimimizdeki tutarlılığın nedenini açıklamaktadır. Bu nedenle bir kimsenin yaşam tarzı, onun yaşamdaki belli sorunlara ne şekilde yaklaştığı ve bu sorunları nasıl çözdüğü incelenerek anlaşılabilir. Adler'e göre (1964) iş, arkadaşlık ve sevgi (aşk), her insanın yaşamda kaçınılmaz bir biçimde karşılaşacağı ödevlerdir. Adler aynı zamanda bu yaşam ödevlerinin birbirinden bağımsız olmadığını ve bunların çözümünün yaşam tarzımıza bağlı olduğunu dile getirmiştir.

Her yaşam tarzı onu oluşturan kişiye özgü olduğu için, kişilik tipleri ile ilgili (ya da yaşam tarzı tutumları ile ilgili) yalnızca çok geniş genellemeler yapılması mümkündür. Adler, yukarıda sözünü ettiğimiz üç yaşam ödevinin çözümüne bağlı olarak bir kişilik tipolojisi oluşturmuştur. İş, arkadaşlık ve sevgi ile ilgili yaşantılarda kişinin yaklaşımına ve bu alanlardaki sorunları nasıl çözdüğüne bağlı olarak oluşturduğu bu sınıflamanın iki boyutu bulunmaktadır: sosyal ilgi ve etkinlik derecesi (Adler, 1964, 1969). Sosyal ilgi, kişisel çıkarlardan ziyade, toplumsal fayda (gelişme) için diğerleri ile işbirliği içinde olmayı ve tüm insanlığa karşı empati duymayı içermektedir. Etkinlik derecesi ise kişinin yaşam sorunlarının çözümü yönündeki hareketliliğini, canlılığını ve enerji düzeyini ifade etmektedir. Her insan bu anlamda farklı enerji düzeylerine sahiptir ve bu bireysel farklılıklar uyuşukluktan aşırı hareketliliğe kadar uzanabilir. Etkinlik derecesinin yıkıcı ya da yapıcı oluşunu belirleyen ise sosyal ilginin düzeyidir. Adler, bu doğrultuda dört temel yaşam tarzı tutumu belirlemiştir. Aşağıda açıklanan bu yaşam tarzlarından ilk üçü (baskın-alıcı-kaçınan) sosyal ilgi yönünden zayıftırlar ancak etkinlik derecesi açısından birbirlerinden farklılaşırlar. Dördüncü tarz ise (sosyal yetkin) hem yüksek etkinlik derecesine hem de yüksek sosyal ilgi düzeyine sahiptir. Adler (1964) tarafından tanımlanan dört kişilik tipi şu şekilde sıralanbilir:

Baskın Tip: Adler'e göre bazı insanlar çocukluklarından başlayarak tüm yaşamları boyunca gerçeğe karşı az çok dominant bir tavırla yaklaşırlar. Bu tavır onların tüm ilişkilerinde ve yaşam sorunlarına yaklaşımlarında açıkça görülür. Atılgan, saldırgan, aktif kimselerdir. Etkinlik dereceleri yüksektir ancak sosyal olmayan bir tarzda aktiftirler. Bu nedenle karşılarına kendilerini sınavdaymış gibi hissetmelerine yol açan bir durum çıktığında bu tip insanlar anti-sosyal bir tavır alır. Bu tipin daha aktif olanları karşılarındaki kişiye doğrudan saldırır: Serseri, zorba, tiran, sadist olurlar (Adler, 1964). Baskın tipteki insanlar diğerlerinin ihtiyaçlarını, çıkarlarını, refahını dikkate almadan davranırlar. Dış dünyaya karşı yönlendirici bir tutuma sahiptirler ve yaşam ödevlerini düşmanca ve anti-sosyal bir tarzda karşılarlar.

Alıcı Tip: En yaygın olan tiptir. Her şeyi başkalarından bekler ve dış dünyaya karşı asalak tarzda bir tutuma sahiptir. Bu tipteki insanlar ihtiyaçlarının çoğunu diğer insanlara yaslanarak giderirler. Sosyal ilgileri yetersizdir. Yaşamda diğer insanlardan mümkün olduğunca fazla şey almakla meşguldürler. Az da olsa sosyal ilgileri olduğu için genellikle diğer insanlara zarar vermezler. Ancak yaşam sorunlarını çözmeye hazırlıklı değildirler.

Kaçınan Tip: Ne yeterli sosyal ilgiye ne de kendi sorunlarını çözecek etkinlik derecesine sahiptirler. Başarıyı istemekten çok başarısızlıktan korkarlar. Bu yüzden de sorunlarını çözmekten kaçınarak başarılı hissetmeyi tercih ederler. Bu nedenlerle yaşam ödevlerinden kaçarlar. Herhangi bir başarısızlıktan sakınmak için yaşamdaki tüm sorunlardan kaçma eğilimindedirler. Bu özellikler de onları yaşam sorunları karşısında yetersiz kılar.

Sosyal Yetkin Tip: Gelişmiş, olgunlaşmış bireye örnek teşkil eder. Yüksek düzeyde sosyal ilgi ve etkinlik derecesine sahiptir. Diğer insanlara içten bir yakınlık duyarlar ve onlarla bir bütünlük duygusu içindedirler. Yaşam ödevlerini sosyal sorunlar olarak değerlendirirler. Bu sorunları çözmenin işbirliği, kişisel cesaret ve başkalarının iyiliği için istekli olmayı gerektirdiğini bilirler.

Yukarıda sunulan kişilik tipolojisi incelenirken Adler'in insanları dört kategoriye ayırmaya çalışmadığı kesinlikle unutulmamalıdır. Adler'e göre dünyada ne kadar insan varsa o kadar çeşitli yaşam tarzı vardır. Bu tanımlamalar çok genel anlamda yapılan sınıflandırmalardır ve insan davranışlarını ve kişiliği Adler'in bakış açısından anlayabilmemizde bize yardımcı olurlar. Adler, tipleri tanımlarken yapmak istediği şeyin bireyler arasındaki benzerlikleri daha kolay algılanıp anlaşılır hale getirmek olduğunu ve geliştirdiği tipolojinin bu amaçla kullanılacak bir araç olmaktan öte bir anlamı olmadığını özellikle vurgulamıştır.

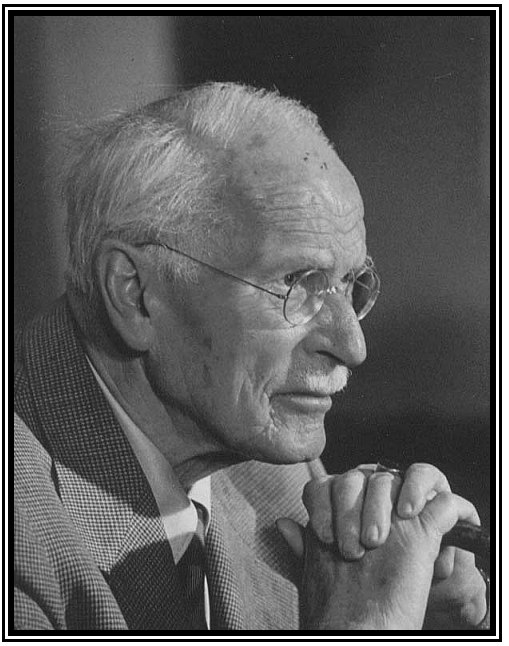
Eleştiriler ve Değerlendirme

Adler'in kuramı da Freud ve Jung'un kuramları gibi bilimsel olarak sınanması ve yanlışlanması pek mümkün olmayan kavramlar içeriyor olması nedeniyle eleştirilmiştir. Bununla birlikte Adler'in kuramı yol açtığı ampirik çalışmaların sayısı açısından ele alındığında olumlu şekilde değerlendirilmektedir. Her ne kadar yanlışlanması mümkün olmayan kavram ve ilkeler içerse de ampirik olarak incelenebilecek önermeler sunmuş olması bu kurama dayalı olarak birçok araştırmanın yapılabilmesini sağlamıştır.

Adler'in kuramı aynı zamanda uygulayıcılar açısından da faydalı bir kuram olarak değerlendirilmektedir. Kendisi de bir kişilik kuramının, anne babalar, öğretmenler, terapistler ve sonuçta herkes için yalın ve faydalı bir rehber oluşturması gerektiğini düşündüğü için kitaplarında uygulamaya dönük birçok öneriye yer vermiştir. Adler'e yöneltilen temel eleştirilerden biri kuramında yer verdiği birçok kavramı işevuruk bir biçimde tanımlamamış olması ya da bu kavramların işevuruk bir biçimde tanımlanmaya uygun olmamalarıdır. Ancak yalınlık ve içtutarlık gibi ölçütler açısından bakıldığında Adler'in kuramı yine olumlu şekilde değerlendirilmektedir. Her ne kadar kuramdaki bu yalınlık zaman zaman onun bir zayıflığı olarak değerlendirilmiş olsa da Adler bu eleştirileri psikoloji sistemini yalınlaştırmanın kendisinin tam 40 yılını aldığını belirterek yanıtlamıştır.

Adler'in insanın doğasına ilişkin iyimser bakış açısı ve öznel algılar üzerindeki önemli vurguları genellikle olumlu katkılar olarak değerlendirilmektedir. Kişiliğin biçimlenmesinde sosyal faktörlere verdiği önem kendisinden sonraki birçok kuramcı tarafından da benimsenmiştir. Adler'in Bireysel Psikoloji ekolü fenomenolojik tedavi yaklaşımının ilk örneği olarak kabul edilmekte ve bu yüzden günümüzde de önemini koruduğu düşünülmektedir. Freud sonrası psikanalitik akım ve çağdaş psikoloji ve psikoterapi akımları üzerinde önemli etkilere sahip olan Adler'in kuramı, farklı noktalarda eleştirilmiş ve uzunca bir süre hak ettiği değeri almamış olmasına rağmen özellikle 1970'lerden sonra daha yaygın bir biçimde kabul görmeye başlamıştır. Kendisi de Adler'den etkilenmiş olan Maslow; Sullivan, Horney, Rogers, May ve Ellis gibi kuramcıların çalışmalarında önemli etkilere sahip olan Adler'in kuramının önemini "O yıldan yıla daha da haklı çıkıyor" diyerek belirtmiştir. Kimilerine göre de bilişsel ve sosyal faktörler üzerindeki vurgusuyla Adler, zamanının çok ötesinde günümüz psikoloji akımlarıyla daha uyumlu bir kuram ortaya koymuştur.

ANALİTİK PSİKOLOJİ



CARL GUSTAV JUNG

Carl Gustav Jung'un Yaşam Öyküsü

Carl Gustav Jung 26 Temmuz 1875'te İsviçre'de küçük bir kasaba olan Kesswil'de dünyaya geldi. Babası Protestan bir kilise rahibi idi. Dokuz yaşında bir kız kardeşe sahip olana dek tek başına büyüyen Jung, oldukça içe kapanık, kendi iç dünyası ile fazlasıyla meşgul, yalnız bir çocuktu. Bu durum kız kardeşinin doğumu ile de değişmedi ve çocukluk yılları boyunca devam etti. Jung, kırlarda tek başına dolaşıp kendi deyimiyle gizemli ateşler yakan, gizemli oyunlar oynayan bir çocuktu. Bu oyunlardan biri de saatler boyunca bir taş üzerinde oturup "taşın üzerinde ben mi oturuyorum, yoksa üzerinde oturulan taş ben miyim?" diye düşünmesiydi. Bu sorunun kendisini her zaman şaşırttığını söyleyen Jung, daha sonra ayağa kalkıp, kimin ne olduğunu düşünmeye çalışıp, soru tümüyle yanıtsız kaldığında, taşın kendisi ile gizemli bir bağı olduğunu düşünürdü. Kendi yaptığı bir oyuncakla (tahtadan oyduğu bir insan modeli) yine kendi uydurduğu gizli bir dil aracılığı ile iletişim kurması da onun kendi iç dünyası ile ne denli meşgul olduğunun bir başka kanıtı sayılabilir. Bir kalem kutusu içinde evlerinin tavan arasında sakladığı bu oyuncakla ilgilenerek ve onu düşünerek zor durumlarla başettiğini ifade eden Jung, bir gize sahip olmanın kişiliğinin oluşmasında çok büyük bir rol oynadığını belirtmiştir.

Jung on bir yaşına geldiğinde kasabadan ayrılarak Basel'deki bir liseye gönderildi. Bu yeni kent ve devam ettiği okul Jung için sarsıcı bir deneyim oldu. Burada karşılaştığı zengin insanlar ve yaşam tarzı ilk kez, ne denli yoksul olduklarını fark etmesini ve anne-babasına farklı bir gözle bakarak, onların sıkıntılarını ve üzüntülerini anlamasını sağladı.

Jung bir süre sonra okulu sıkıcı bulmaya başlamıştı, çünkü savaş resimleri yapmak ve ateşle oynamak gibi kendi ilgilendiği şeyleri yapmaya hiç zamanı kalmıyordu. Din derslerini çok sıkıcı, matematiği ise çok anlaşılmaz buluyordu. Bu ders kendisine tam bir işkence gibi geliyordu. On iki yaşında iken bir arkadaşının kendisini omuz atarak yere düşürmesi sonucunda başını kaldırımın kenarına çarpıp bilincini yitirdiğinde aklından "artık okula gitmem gerekmeyecek" düşüncesi geçti. Kendisine çarpan çocuktan intikam almak için de yarı baygın olmasına karşın yerde gerektiğinden birkaç dakika fazla kaldı. Bu bayılmalar daha sonra, kendisine okula dönmesi gerektiği ya da ödevlerini yapması söylendiğinde de devam etti. Altı aydan uzun bir süre okuldan uzak kaldı. Bu süre içinde kendi dünyasında dilediği şeyleri yapabildiği için çok mutluydu. Ancak onun bu bayılma nöbetleri ailesini oldukça endişelendiriyordu. Jung bir gün babasının bir sohbet sırasında "iyileşemeyecek bir hastalığı varsa bu bir felaket olur. Çalışamayacak durumda olursa ne yapar bu çocuk?" dediğine kulak misafiri oldu ve çalışması gerektiği ger-

çeğini bir anda bütün ciddiyetiyle kavradı. O andan itibaren ders çalışmaya başladı ve bayılma nöbetleriyle de mücadele etmeye çalıştı. Birkaç hafta sonra okula döndü ve bir daha da bayılma nöbeti geçirmedi. İleriki yaşlarında, kendi nevrozunu keşfederek kendi kendine bulduğu başetme yolunu hastalarında da kullandı.

Lise yıllarında felsefeye merak saran Jung artık o kadar içe kapanık biri değildi. Hem bedence gelişmesi hem de kendine güveninin artması ile birlikte daha atılgan ve konuşkan biri oldu ve arkadaşlar edinmeye başladı. Bu yıllarda felsefe ve din konularıyla fazlasıyla meşgul olan Jung üniversitede fen alanını seçti ve ilerleyen yıllarda da tıp eğitimine devam etti. Uzmanlaşma alanı olarak psikiyatriyi seçmesi o yıllarda daha yeni yeni gelişmekte olan bu alana karşı var olan önyargılar nedeniyle bazı profesörlerin onun bu seçimini şaşkınlıkla ve düş kırıklığı ile karşılamalarına neden oldu. Ama o kendisi için en doğru seçimi yaptığına inanıyordu. Hayatını kişiliğin sırlarını çözmeye ve insanın ruhsal yapısını anlamaya adadı. Parapsikolojiye ve metafiziğe olan ilgisinin de bu seçiminde etkili olduğu söylenebilir. Üniversite yıllarında evde yaşadığı iki deneyim zaten çocukluktan beri gizeme yatkınlığı olan Jung'un bu ilgisini daha da körüklemişti. Bir keresinde evdeki bir masa, bir diğerinde ise bir bıçak kendiliğinden ve hiçbir neden olmaksızın parçalara ayrılmıştı. Bu olaylara ailesi de şahit olmuştu. İlerleyen yıllarda da benzeri deneyimleri yaşadı ve bu inancını hep sürdürdü.

Tıp doktoru diplomasını 1900 yılında alan Jung, ilk olarak Burghölzi Psikiyatri Hastanesi'nde 'şizofreni' terimini ortaya koyan ve bu bozuklukla ilgili çalışmaları ile tanınan Eugen Bleuler ile birlikte çalışmaya başladı. 1902-1903 yılları arasında Paris'te Pierre Janet ile çalıştıktan sonra Burghölzi'ye dönerek burada sözcük çağrışım testini geliştirdi. 1909 yılında kendi çalışmalarına eğilene kadar da burada çalışmayı sürdürdü. 1903'te Emma Rauschenbach ile evlendi. Eşinin ölümüne kadar süren evlikleri boyuca Jung ondan çok destek aldı. Emma, beş çocuğunu yetiştirmesinin yanında Jung'a çalışmalarında da yardımcı oldu ve Jung'un terapi yöntemini uygulamayı da öğrendi. Jung 1900 yılında Freud'un "Rüyaların Yorumu" isimli kitabını okuduktan sonra onun fikirlerinden oldukça etkilenmişti ve yayınlarını yakından izliyordu. 1906 yılında şizofreni üzerine yazdığı "Dementia Praecox Psikolojisi" isimli kitapta ifade ettiği düşünceler Freud'un düşünceleri gibi hiç olumlu karşılanmadı ancak Freud'la tanışması da bu kitap sayesinde oldu. İlk kez 1907 yılının mart ayında bir öğleden sonra buluşan ikili hiç ara vermeksizin on üç saat konuştular. Jung, Freud'dan çok etkilenmişti. Bir süre Freud'la çok iyi anlaştılar ve birlikte çalıştılar. Freud, Uluslarası Psikanaliz Derneği kurulduğunda Jung'un başkan seçilmesini sağladı. Bu dönemde Freud onu evladı ve kendi veliahdı gibi görüyordu. Ancak

Jung, zamanla Freud'la aralarındaki düşünsel anlaşmazlıkları fark ederek dile getirmeye başladı. Odipus kompleksinin evrenselliği ve libidonun cinsel doğası konusunda Freud'la ters düşmüş ve bu düşünceleri dogmatizm olarak değerlendirmişti. Freud ise bu girişimleri kendisine ihanet olarak algıladı ve Jung'un kendi kuramını geliştirme çabası olarak değerlendirdi. 1912 yılında yayımladığı "Bilinçdışının Psikolojisi" isimli eserinde Freud'un kuramını eleştirmesine değin altı sene süren birliktelikleri 1913 yılında birbirlerinden tamamıyla kopmalarıyla son buldu. Bu ayrılıktan sonra Jung doğduğu yer olan Küsnacht'a dönerek altı yıl boyunca insanlardan uzakta kendi bilinçdışının derinliklerini keşfe çıktı. Uzunca bir süre üretkenlikten kopan Jung bu zaman içerisinde normal dışı diye nitelendirilebilecek birçok deneyim yaşadı. Kendisi bu dönemi, bireyleşme ve kendini keşfetme süreci olarak görmekte ve geliştirdiği birçok kavramın evrenselliği konusunda netleştiği bir dönem olarak değerlendirmektedir. Bu dönemin sonunda kendi kuramını ortaya koyan Jung'un özyaşam öyküsünü anlattığı kitap (Anılar, Düşler, Düşünceler) "Yaşamım bilinçdışının kendisini gerçekleştirdiği bir öyküdür." cümlesiyle başlar. İkinci dünya savaşı sırasında Nazi sempatizanlığı ile suçlanan Jung bunu üzüntüyle karşılamış ve bu suçlamayı kesinlikle kabul etmemiştir. Yaşamının geri kalan bölümünü dünyayı dolaşıp konferanslar vermeye ve Amerika, Asya ve Afrika'da farklı kültürleri inceleyerek insanın doğası konusundaki anlayışını geliştirmeye adamıştır. 1955 yılında eşinin ölümünden sonra günlerini evinde yakınları ile birlikte geçirmiş ve 6 Haziran 1961'de 86 yaşında, doğduğu kasaba olan Küsnacht'ta yaşamını yitirmiştir.

Analitik Psikoloji: Temel Kavramlar ve İlkeler

Jung zihinden ve zihinsel etkinliklerden söz ederken bunların yerine hem bilinç hem de bilinçdışını kapsayan ruh (psişe) ve ruhsal (psişik) terimlerini kullanmıştır. Dolayısıyla Jung'un belirttiği ruhsal yapı (psişe) bilinçli ve bilinçdışı bütün düşünce, duygu ve davranışları kapsamaktadır. Ruhsal yapı çok çeşitli fakat aynı zamanda kendi aralarında iletişim (ilişki) halinde olan birtakım sistemlerden oluşur. Bunlar kişiliğin yapısı başlığı altında ele alınacak olan *bilinç*, *kişisel bilinçdışı* ve *kolektif bilinçdışıdır*.

İnsanın Doğası

Psişik Enerji ve Kompleksler

Jung da Freud gibi insanların içgüdüler tarafından yönlendirildiğini ifade etmektedir ancak, Freud'dan farklı bir şekilde içgüdüyü "doğuştan getirilen, bütünlük özelliği gösteren ve düzenli olarak yinelenen davranış tarzları"

olarak tanımlamıştır. Jung'un klasik psikanalitik görüşe paralel bir başka fikri de tüm zihinsel faaliyetlerin libido tarafından yönlendirildiği görüşüdür. Jung, psikanalitik kuramın bu yönlerine karşı çıkmasa da cinsellik üzerindeki yoğun vurgusuna kesin bir biçimde karşı çıkmıştır.

Jung'un ruh kavramı dinamik, sürekli hareket halinde olan ve aynı zamanda kendi kendini düzenleyen bir sistemdir ve bu sistemin enerji kaynağı da ***libidodur*** (Fordham, 1953). Jung'a göre libido doğal enerjidir ve öncelikli görevi kişiliğin işleyişini sağlamaktır. "Yaşam enerjisi" olarak da adlandırdığı psişik enerji için libido kavramını kullanmayı sürdürse de, klasik psikanalitik görüşten farklı olarak libidonun yalnızca cinsel içerikli olmadığını belirtmiştir. Psişik enerjinin fiziksel enerji gibi nicel olarak ölçülemeyeceğini belirten Jung, psişik enerjinin kendisini; algılama, anımsama, düşünme, duyma, isteme, arzulama, katılma ve çaba gösterme gibi psikolojik etkinlikler biçiminde ifade ettiğini belirtmiştir (Hall ve Nordby, 1999). Libidonun kaynağı, ruhsal yapı içindeki karşıt öğelerin yarattığı gerilim ve kişinin yaşantılarıdır. Besinlerin beden tarafından tüketilip fiziksel enerjiye dönüştürülmesi gibi yaşantılar da ruhsal yapı tarafından "tüketilip" psişik enerjiye dönüştürülmektedir.

Jung'un psişik enerjiye ilişkin bir diğer önemli kavramı ise ***değerdir***. Değer belli bir psişik öğeye aktarılan enerjinin miktarıdır. Jung'a göre bir olay ya da davranışa bağlanan değer ne denli fazla ise o olay ya da davranış o denli istenir olmaktadır. Örneğin; güzelliğe oldukça fazla değer bağlayan bir kimse, çevresini güzel nesnelerle donatmaya, güzel yerler görmeye ve eğer yeteneği varsa güzel şeyler üretmeye çaba harcayacaktır. Diğer taraftan güce değer bağlayan bir kimse ise, güç ve kontrol duygularını çoğaltacak aktivitelere fazla enerji sevk edecektir. Küçük bir çocuk bile, annesini mi yoksa babasını mı daha çok tercih ettiğine ya da çevresindeki nesnelerin hangilerini diğerlerinden daha çok sevdiğine bağlı olarak farklı değerler oluşturmaya başlayabilir.

Her ne kadar bir şeye yöneltilen psişik enerjinin kesin değerini belirleyemesek de, bu değeri başka şeylere yöneltilen değerlerle kıyaslayarak ölçebiliriz. İnsanlara iki şeyden hangisini tercih ettiklerini sorabilir ya da onları gözlemleyebiliriz. Bir aktiviteye ya da ilgiye bir diğerinden görece ne kadar fazla zaman harcadıklarını ölçebilir, önlerine engeller çıktığında hangisini seçiyor olduklarını ve hangisi söz konusu olduğunda engelleri aşmakta ısrarlı olduklarını görebilir ya da rüyalarında hangi temaların diğerlerine oranla daha sık yer aldığını kaydedebiliriz.

Bu şekliyle Jung'un değer kavramı Freud'un kateksis kavramına benzerlik göstermektedir. Ancak kateksis kaçınılmaz bir biçimde her zaman cinsel

bir içeriğe sahiptir, değerler ise cinsel bir içeriğe sahip olabilirler fakat her zaman böyle olmak zorunda değildirler (Ewen, 1998). Örneğin oldukça yarışmacı olan bir toplumda bazı kimseler güce o denli değer verirler ki, psişik enerjilerinin çok büyük bir bölümünü profesyonel başarıya yönlendirip cinsellikle çok fazla ilgilenmeyebilirler. Jung bu durumu, Freud'un yaptığı gibi, doğuştan getirilen cinsel içgüdünün sublimasyonu (yüceltilmesi) olarak değil değerlerdeki anlaşılabilir bir farklılık olarak ele alır. Çünkü Jung'a göre libido cinsellik ve güç içgüdülerini de içeren birçok enerji kaynağını kapsar. Yine benzer bir biçimde, yiyeceğin kısıtlı olduğu, ancak cinselliğin özgür ve kolay ulaşılabilir olduğu ilkel bir toplumda bireyler psişik enerjilerinin çoğunu cinsel düşüncelerden çok yeme düşüncelerine aktaracaklardır.

Jung'a göre içgüdüsel davranış bilinçli dürtüler nedeniyle kolayca karmaşıklaşabildiği için, içgüdülerin tamamını belirlemek ve libidonun gerçek doğasını kesin olarak saptamak mümkün değildir. Bu nedenle Freud'un yaptığı gibi içgüdüleri sınıflamak ve içeriklerini açıklayacak net tanımlamalar geliştirmek çabasına girişmemiştir. Jung'un belirttiği bazı içgüdüler; beslenme (açlık ve susuzluk), cinsellik, güç, hareketlilik (değişim ilgisi, seyahat arzusu ve oyun), bütünleşme ya da kendi olma (bireyleşme) ve yaratıcılıktır. Jung'un Freud'dan ayrıldığı noktalardan birisi de, insanların doğuştan getirdiği bir dini inanç gereksinimleri olduğu ve tanrı fikrinin psikolojik işlevsellik için kesinlikle gerekli olduğunu düşünmesidir.

Kompleksler

Kompleks sözcüğü günlük konuşmalarımızın bir parçası haline gelmiş durumdadır. Bir kimsenin kompleksi olduğunu söylediğimizde onun, aklını, neredeyse tüm davranışlarını etkileyen bir biçimde bir şeye takmış olduğunu diğer bir deyişle zihninin sürekli onunla meşgul olduğunu ima ederiz. Bu durum aslında Jung'un "Bir kimse komplekse sahip olmaz, kompleks ona sahip olur" derken kastettiği şeydir. Jung'un belirttiği gibi bir grup düşünce insanın normal günlük fonksiyonunu engellemeye başladığında kontrolün kişide değil de komplekste olduğu açıktır.

Jung'a göre ruhsal yapının önemli bir özelliği içerdiği bileşenlerin belirli ana çekirdekler etrafında toplanma eğilimidir. Bu çekirdeklerin belli bir enerjisi vardır ve bir tür psikolojik mıknatıs görevi görerek, sahip oldukları enerji miktarı ile orantılı olarak birbirleriyle ilişkili çok sayıdaki duygu, düşünce ve anıyı birbirine doğru çekerler. Bu şekilde ruhsal yapıda bir grup duygu, düşünce ve anı Jung'un kompleks adını verdiği şeyi oluşturacak biçimde bir araya gelebilir. Jung'a göre kompleksler, bilincin kontrolünden kaçmış ve ruhsal yapının karanlık alanı içinde ayrı bir bütünlük oluşturmaya çalışan,

ancak bir taraftan da her an bilincin performansına yardımcı ya da engel olabilen psişik yapılardır (Jacobi, 1973).

Jung komplekslerin varlığını, gerçekleştirdiği sözcük çağrışım testleri sırasında keşfetmiştir. Jung'un kendisinin geliştirmiş olduğu bu testler sırasında bir sözcük listesinde yer alan sözcükler tek tek okunmakta ve testi alan kişinin sözcüğü duyar duymaz aklına gelen ilk sözcüğü söylemesi istenmektedir. Jung gerçekleştirdiği sözcük çağrışım testleri sırasında deneklerin bazı sözcüklere ya da bu sözcüklerle ilişkili diğer sözcüklere tepki vermekte güçlük yaşadıklarını fark ederek, kişisel bilinçdışında güçlü bir duygusal içeriğe sahip olan birbiri ile ilişkili düşünce, duygu ve anı gruplarının bulunabileceğini düşünmüştür. Böyle bir kümeyi uyaran bir sözcük, uzayan tepki süreleri, sıra dışı yanıtlar ya da kalp atışındaki ani değişimler gibi beklenmedik tepkilere yol açmaktaydı. Bu ipuçları Jung'u, kompleks diye adlandırdığı düşünce gruplarını keşfetmeye yöneltmiştir.

Çağrışım testlerinde de ortaya konulduğu gibi kompleksler bilinçli davranış üzerinde etki sahibi olabilmektedir. Kompleksler geçici bir süre için bilince ulaşabilmekte ve bilinçdışı bir yoldan konuşma ve davranışı etkileyebilmektedirler. Kompleksler bütünüyle ya da bir kısmıyla bilince ait de olabilirler. Bu durumda kişi sahip olduğu kompleks üzerinde bilgi sahibidir. Tamamıyla bilinçdışı bir kompleks söz konusu olduğunda ise kişi böyle bir kompleksin varlığının hiç farkında olamaz. Bilince ait kompleksler olabilir ya da kompleksler zaman zaman bilinç düzeyine çıkabilir ancak genelde bilinçdışıdırlar.

Jung komplekslerin oluşma nedenleri konusunda da farklı görüşler öne sürmüştür. İlkin komplekslerin erken çocukluk yıllarındaki travmatik yaşantılar nedeniyle oluşabildiğini belirten Jung ilerleyen yıllarda kolektif bilinçdışı konusundaki görüşleri olgunlaştıkça komplekslerin çocukluk yaşantılarından çok, insan varoluşunun daha derinlerinden kaynaklanması gerektiğini düşünmeye başlamıştır. Jung'a göre kolektif bilinçdışının içeriğini oluşturan arketipler kompleksin oluşmasında çekirdek görevi görerek psikolojik bir mıknatıs rolü oynayabilmektedir.

Bir kompleksin toplayıcı gücü sahip olduğu libido miktarına yani değerine bağlıdır. Zayıf bir anne kompleksinin çok az psişik enerjisi vardır, yalnızca küçük bir miktar ilişkili bileşen içerir ve bireyin davranışı üzerinde oldukça az etkiye sahiptir. Diğer yandan çok güçlü bir anne kompleksi ruhsal yapı üzerinde çok büyük bir etkiye sahip olarak çok sayıda bileşeni kendi çevresinde toplayabilir. Böylesine yüksek değer bağlanmış kompleksler kişilik üzerinde dikkate değer ölçüde kontrol sahibi olabilir. Örneğin anne kompleksi ile yönlendirilen bir erkek, annesinin düşünce ve isteklerini daha çok

önemsediği için karşı cinsle doyurucu ilişkiler yaşayamayabilir, yerli yersiz bütün konuşmalarının ve rüyalarının konusu annesi olabilir. İçinde annenin önemli bir rolü olan öykülere, olaylara, filmlere vb. büyük önem verir. Benzer bir biçimde yoğun güç kompleksine sahip bir kimse ise bir otorite mevkisi kazanma fikrine kendisini kaptırmış olacaktır. Bununla birlikte komplekslerin varlığı kişinin uyumunu ille de bozmak zorunda değildir. Hatta bunun tersi de olabilir. Komplekslerin büyük başarıların esin ve güdü kaynağı olduğu durumlar da vardır. Orta düzeydeki kompleksler yaşamımıza renk ve yön verirler. Kimi güçlü kompleksler de sıra dışı başarılara yol açabilirler. Örneğin Napolyon'un güç takıntısı onu çok güçlü bir imparator yapmıştır. Yine Michelangelo'nun güzellik takıntısı da onun harika ve ölümsüz eserler ortaya koymasını sağlamıştır.

Ruhsal Yapının Dinamikleri

Jung, ruhsal yapının işleyişini üç temel ilkeyle açıklar. Bu ilkeler; **Karşıtlar ilkesi, Eşdeğerlik İlkesi ve Entropi** *(Eş-yayılım)* **İlkesidir.**

Jung yaşamın, gece – gündüz, siyah – beyaz, doğum – ölüm, iyi – kötü, aşk - nefret gibi karşıtların oluşturduğu bir karmaşa olduğunu belirtmektedir. Çatışma yaşamın kaçınılmaz bir parçasıdır ve yaşam karşıtların oluşturduğu kıvılcımdan ortaya çıkmıştır. Bu karşıtların oluşturduğu gerilim olmazsa enerji de (libido) olmaz. Jung'a göre karşıtlık insan doğasında da bulunan bir yasadır çünkü karşıtlar arasındaki gerilim psişik enerjinin kaynağıdır ve ruhsal yapının kendi kendini düzenleyen bir sistem olması ancak bu karşıtlığın varlığıyla mümkündür. Jung'a göre yaşamda olduğu gibi ruhsal yapımız içinde de birbirinin karşıtı; fikir, duygu ve güdüler eş zamanlı bir biçimde yer alır. Bu çelişen öğelerin ortaya çıkardığı gerilim psişik enerjiyi oluşturur ve yaşamın sürmesini sağlar. **Karşıtlar ilkesine** göre bilinç düzeyinde sahip olduğumuz bir özelliğin, düşüncenin ya da duygunun tam karşıtı bilinçdışında varlığını sürdürmektedir.

İkinci ilke **Eşdeğerlik ilkesidir.** Jung'a göre ruhsal yapı oldukça kapalı bir sistemdir. Bu sistem içerisinde enerji asla yok olmaz, kişiliğin bir yönüne aktarılmış olan enerji azalır ya da yok olursa eşit miktarda enerji başka bir yerde ortaya çıkacaktır. Örneğin bir çocuğun küplerle kuleler yapmaya olan ilgisi azalırken top oynamaya olan ilgisi artacaktır. Bazen de bir miktar psişik enerjinin bir başka alana aktarılmadığı ancak kaybolduğu görülebilir. Bu durumda enerjinin yok olduğunu düşünmek bir hatadır. Çünkü psişik enerji yok olmamış sadece bilinçli egodan kişisel bilinçdışına ya da kolektif bilinçdışına aktarılmıştır. Ruhsal yapının belli bir zaman biriminde belli bir enerji miktarına sahip olduğu düşünüldüğünde kişiliğin farklı bölümlerinin bu ener-

ji için rekabet halinde olduğu da görülebilir. Bu bölümlerden herhangi biri daha fazla enerji elde ederse diğer bölümler için daha az enerji kalacaktır. Bu da kişiliğin tek yönlü olmasına yol açacak ve sağlıklı kişilik gelişimini ve bütünleşmeyi engelleyecektir.

Daha önce de belirtildiği gibi ruhsal yapı aynı zamanda kendi kendini düzenleyici bir özelliğe sahiptir. Eşdeğerlik ilkesi sistem içindeki enerji alışverişini açıklamakla birlikte bu alışverişin yönü konusunda bir açıklama getirmez. Enerjinin aktarılma yönüne dair açıklamayı entropi ilkesinde görebilmekteyiz. Jung'a göre ruhsal yapı içindeki karşıtların orta bir noktada bir araya gelme eğilimi vardır. Eş yayılım olarak da adlandırabileceğimiz **Entropi ilkesi** sistem içinde enerji dağılımının ruhsal yapının farklı ya da karşıt bölümleri arasında bir denge araması eğilimidir. Bu ilkeye göre iki bölüm arasındaki enerji miktarını dengelemek için ruhsal yapının güçlü ve yoğun olan bölümünden zayıf ve daha az yoğun olan bölümüne doğru bir enerji akımı olacaktır. Diğer bir ifadeyle entropi ruhsal yapı içinde enerji dağılımını ayarlar ve tam ve dengeli bir sistem gerçekleştirmeye çalışır. Ancak hiçbir zaman kesin bir dengeye ulaşılamaz. Zaman zaman kişiliğin herhangi bir bölümünde böyle bir denge oluşsa bile bu denge yeni uyaranlarca bozularak entropi ilkesi işlemeye devam edecektir.

Psişik enerjinin bu denge çabası bazı durumlarda Jung'un **enantiodromia** diye adlandırdığı; bilinç düzeyinde bulunan bir bileşenin, bilinçdışındaki karşıtının zamanla ortaya çıkması eğilimine yol açabilir. Örneğin çok yoğun yaşanılan sevgi bir süre sonra yerini yoğun nefrete bırakabilir. Aslında bu kavram Heraklitos'a aittir. Karşıtların düzenleyici fonksiyonunu Heraklitos "her şeyin sonunda karşıtına doğru akması gerektiği" düşüncesiyle ortaya koymuştur (Jacobi, 1973).

Karşıtlar ilkesi ve enantiodromia fenomeni hiçbir kişiliğin tek yönlü olmadığını ortaya koymaktadır. Oldukça soğuk ve duygusallıktan uzak bir kimse bilinç dışı ve gözlenemez olsa bile sıcak ve cana yakın özelliklere sahip olacaktır. Jung'a göre çok güçlü uç durumlar (dışadönüklük, içedönüklük, duygusallık, akılcılık vb.) kişiye zarar verir, çünkü kendisiyle aynı anda var olan karşıt eğilimin doyurucu ifadesini bulmasını engeller. Gençlik yıllarında kişide karşıtlar uçlarda olma eğilimindedir, yaşlandıkça çoğu insan kişiliğinin farklı yönleri ile daha barışık olur ve iyi ve kötünün bir karışımı olduğunu kabul eder. Gelişmiş ve uyumlu bir kişilikte karşıtlar ortalarda bir yerlerde birleşmiştir. Karşıtların birbirine yaklaşması ve kişiliğimizin karşıt yönlerinin farkında olup bunları kabul etmemiz Jung tarafından **aşkınlık (transcendence)** olarak ifade edilmiştir. Bu durum sağlıklı kişiliğin bir özelliği olarak kabul edilmiştir. Jung'a göre aşkınlık kişiye, gerçekten kendisi ol-

mak için (kendini gerçekleştirmek için) gereksinim duyduğu ve başka insanların fikirlerinden ve dış dünyadan elde edemeyeceği bir kılavuz sağlar.

Kişiliğin Yapısı

Jung'a göre kişilik birbirleriyle etkileşimde bulunan ve bilinç, kişisel bilinçdışı ve kolektif bilinçdışı olarak adlandırılan üç farklı bilinçlilik düzeyinde işlevini sürdüren bir dizi sistemden oluşur. Bilinç ve bilinçdışı birbirinden farklı, ancak birbirini tamamlayan ve ruhsal yapıyı (psişe) oluşturan yapılardır.

Bilinç

Freud'un bilinci bir buz dağının suyun üzerinde görünen kısmına, bilinçdışını da suyun altında kalan ve daha büyük olan kısmına benzetişi gibi Jung da bilinci okyanusun ortasında yükselen küçük bir adaya benzetmektedir. Biz yalnızca onun su üzerinde kalan kısmını görürüz ancak çok daha büyük, bilinmeyen, gerçeklik suyun altında bulunmaktadır. Bu kısım da bilinçdışını temsil eder. Görünen ada **ego**dur.

Ego

Jung'un zaman zaman ego kompleks olarak da adlandırdığı bu kavram, Freud'un ego kavramıyla çok fazla benzerlik gösterir. Ego farkındalığın merkezini oluşturur. Ruhsal yapının bilinçli düşünceler, duygular, anılar ve algılardan oluşan ve kişiye kalıcı ve sürekli bir kimlik duygusu veren parçasıdır (Fordham, 1953). Jung egoyu, gerçeklik ve bilinçdışının talepleri arasında mekik dokuyan, görece daha zayıf bir bölümü olarak görür. Ancak ego her ne kadar ruhsal yapının bütünü içinde küçük bir bölümü oluşturmaktaysa da bilincin kapıcısı olmak gibi önemli bir işlevi vardır. Ego bir düşüncenin, duygunun, anının ya da algılamanın varlığını kabul etmediği sürece onun bilince getirilmesi imkansızdır (Hall ve Nordby, 1999). Ego yaşantıları seçerek ve tasfiye ederek kişiliğin süreklilik niteliğini korur ve kişiye bir kimlik ve tutarlılık duygusu verir.

Persona

Jung'a göre toplum içinde yaşayan insanda, kendisinden beklenenlere uygun davranma, toplumsal beklentilere yanıt verme ve toplumca kabul edilmiş davranış türlerini benimseme eğilimi vardır. Tutkulu, bencil ve saldırgan davranışlar çocuklar için doğal olan, ancak insanların büyüdükçe kendilerini kurtardıkları eğilimler olarak düşünülür. Ancak bu eğilimler yetiş-

kinlik yıllarında yok olmayıp kişinin içinde yaşamayı sürdürmektedir. Kişi yetişkinliğe geçme sürecinde yalnızca bu eğilimleri bastırmakta ve bu nedenle de doğrudan kişiliğe özgü olan birçok şey bilinçdışına itilmektedir. Bu bastırma o kadar başarılı olur ki sonunda kişi göründüğü gibi olduğuna inanır. Jung bireyin dış dünya ile ilişkilerinde uyum sağlaması ya da başa çıkabilmesini sağlayan sisteme, antik çağ aktörlerinin giydikleri maskenin adı olan **persona** ismini vermiştir (Jung, 1992). Yalnızca aktörler değil herkes içinde bulunduğu koşulların kendisinden beklediği rollere uygun davranmak ihtiyacındadır. Persona kişinin toplumsal beklentiler doğrultusunda takındığı ve toplumun kişiyi buna göre değerlendirdiği koruyucu bir yüz, dış dünya ile ilişkilerini sağladığı bir gerekliliktir. Persona çocukluk yıllarında ebeveynlerin, diğer yetişkinlerin ve akranların arzu ve beklentilerine uygun davranma ihtiyacından doğup gelişir. Amaç toplum tarafından kabul edilmek için olumlu bir izlenim yaratmaktır. Persona aynı zamanda başkalarınca nasıl görülmek istediğimizi de ifade eder. Biraz abartıyla, personanın, insanın gerçekte olmadığı ama hem kendisinin hem de başkalarının olduğunu sandığı kişi olduğu söylenebilir. Diğer taraftan bir kimsenin birden çok maskesi olabilir. Evde ailesi ile birlikteyken, işyerinde iş arkadaşları arasında ya da iş dışında sosyal ilişkileri içinde farklı maskeler kullanabilir. Tüm bu maskeler onun personasını oluşturur.

Persona geliştiremeyen insanlar kaba, huzursuzluk yaratan ve diğer insanlarla ilişkilerinde güçlük çeken eğilimler sergilerler (Jung, 1992). Kısacası duygularımızı, davranışlarımızı ve düşüncelerimizi kontrol ettiği için personalar hayatta kalmak için gereklidir. Öte yandan kişinin kendisini oynadığı rolle özdeşleştirmesi gerçek duygularından uzaklaşarak kendisine yabancılaşmasına yol açabilir. Jung kişiliğin personayla özdeşleşmesi sonucunda normal sınırlarını aşıp genişlemesi durumunu **enflasyon** olarak adlandırır. Personayla özdeşleşmemek için, kişinin personanın gizlediği yönlerle barışık olması, onları tanıması ve kınamaması gerekir.

Personalar, içerikleri temel olarak deneyimlere dayanan bilinçli materyallerden oluşan kompleksler olsalar da kişiliğin bu bileşenini geliştirmek yönünde atalarımızdan edindiğimiz bir eğilim taşırız. Persona arketipi olarak adlandırılan bu eğilime ileride kolektif bilinçdışında değinilecektir.

Olgunlaşan kişiliğin, toplumsal olarak istenmeyen yönleri ve ego tarafından bilince alınmayan yaşantılar ve özellikler yok olmayıp ruhsal yapı içinde Jung'un kişisel bilinçdışı adını verdiği bölümde varlıklarını sürdürmektedirler.

Kişisel Bilinçdışı

Jung'un bilinçdışı kavramı Freud'unkinden oldukça farklıdır. Kişisel ve kolektif bilinçdışı olmak üzere iki farklı bilinçdışı kavramı öne süren Jung'a göre bilinçdışı yalnızca, unutmak istediğimiz, içimizdeki hoş karşılanmayan, çocuksu ve vahşice olan özelliklerin kaynağı değildir. Bilinçdışı aynı zamanda bilincin de biçimlendiricisidir ve yeni yaşam olanaklarının tohumları onun içinde bulunmaktadır.

Freud'un bilinçöncesi olarak adlandırdığı, kullanılmadığı ya da dikkat edilmediği için o an farkındalığı meşgul etmeyen ve istenildiğinde bilince getirilebilen zihinsel içerik, Jung (1992) tarafından kişisel bilinçdışı olarak adlandırılmıştır. Kişisel bilinçdışı bir zamanlar farkında olunan ancak bastırılmış ya da zamanla unutulmuş çatışma ve anılara ev sahipliği eder. Kişisel bilinçdışı bireyin kendisine özgüdür. Bireyin bastırılmış çocuksu dürtü ve arzularından, bilinçsiz algılarından ve sayısız unutulmuş deneyimlerinden oluşur ve yalnızca o kişiye aittir.

Gölge

Jung (1991) kişisel bilinçdışımızda bulunan diğer yüzümüzü **gölge** olarak adlandırmaktadır. Gölge içimizdeki, engellediğimiz her şeyi yapmak isteyen, olamadığımız her şey olan kişiliğin daha düşük düzeydeki parçasıdır. Toplumsal standartlara ve ideal kişiliğe uymayan tüm vahşi istek ve duygulardır. Utanç duyduğumuz ve kendimizle ilgili bilmek istemediğimiz her şeydir. Bireyin içinde yaşadığı toplum ne denli kısıtlayıcı olursa, gölgesi de o kadar geniş olacaktır. Bazen yaptıklarımızı kendimize yakıştıramadığımızda, örneğin bir öfke nöbetinin ardından ya da güçlü bir duygunun etkisinde kaldıktan sonra, 'kendimde değildim', ya da 'geçekten bana ne oldu bilmiyorum' diyerek kendimizi savunuruz. Bize olan şey, denetimsiz ve hayvansı yanımızın yani gölgemizin ortaya çıkmasıdır.

İnsanın toplum içinde varolabilmesi için gölgesinin vahşi eğilimlerini bastırması ve gölgenin gücüne karşılık gelecek güçte bir persona geliştirmesi gerekir. Hayvansı özelliğini bastıran kişi uygarlaşır ancak Jung'un da (1992) belirttiği gibi çok fazla hayvansılık nasıl medeniyeti bozuyorsa çok fazla medeniyet de hasta hayvanlara yol açar. Diğer bir deyişle gölgesini bastıran kimse spontanlığını, yaratıcılığını, duygusallığını ve içgörüsünü köreltmek zorunda kalır. Freud'un id kavramı gibi gölge de canlılık ve yaratıcılık kaynağıdır. Güneş olmadan gölge olamayacağı gibi bilincin aydınlık yönü de kişiliğin karanlık yönü ile birlikte var olabilir. Ego ve gölge birlikte işlev gösterdiklerinde gölgenin gücü faydalı işlere aktarılır ve kişi kendisini yaşam

dolu hisseder. Gölge temel içgüdüleri temsil ettiği için ve bunlar da gerçekçi kavrayış ve uyumsal davranışların kaynağı olduğu için yaşamı sürdürücü bir özelliği de vardır. Bu özellikler acil kararlar ve tepkiler gerektiren durumlarda kişi için çok önemli olabilir. Ego için değerlendirme yapacak ve en uygun kararı verecek yeterli zaman olmadığında gölge devreye girerek gereken tepkiyi verir. Bu nedenlerle Jung gölgeyi tümüyle bastırmanın ya da onu inkar etmenin zararlı olduğunu belirtmiştir. Jung'a göre kişi bu karanlık yönüyle bir arada yaşamanın bir yolunu bulmak zorundadır. Gölge bastırıldıkça içimizdeki hayvanın daha da hayvanlaştığını belirten Jung, kişinin ruhsal ve bedensel sağlığının gölgesiyle birlikte yaşamayı öğrenmesine ve egosunun ve gölgesinin uyum içinde çalışmasına bağlı olduğunu belirtmiştir.

Gölgenin bir diğer özelliği de diğer tüm bilinçdışı öğeler gibi diğer insanlara **yansıtılmasıdır.** Diğer insanlarda hoşumuza gitmeyen özellikler genellikle gölgemizde yer alan özelliklerdir. Gölgemizi ne denli inkar edersek, daha derin bastırmalara ve daha güçlü yansıtmalara yol açarız ki bu da kişiler arası ilişkilerimizde daha fazla yanlış anlamalara ve düşmanlıklara neden olur. Sonuç olarak sosyal ilişki sistemimiz bozulur ve bu da nevroza yol açabilir.

Gölge tüm insanlarda var olan ortak bir yön olduğundan aynı zamanda kolektif bir olgudur. Şeytan, cadı ve benzeri simgelerle dile getirilen gölgenin kolektif yönüne gölge arketipi olarak kolektif bilinçdışında değinilecektir.

Kolektif Bilinçdışı ve Arketipler

Kolektif bilinçdışı Jung'un en orijinal ve en çok tartışılan kavramıdır. Kolektif bilinçdışı, bilinçdışının kişisel bilinçdışından daha derinlerde olan bölümüdür. Kişisel bilinçdışı bir zamanlar bilinçte olan içeriklerden, kolektif bilinçdışı ise bireyin yaşamı boyunca hiçbir zaman bilince çıkmamış içerikten oluşur (Jung, 1992). Ruhsal miras olarak da adlandırabileceğimiz kolektif bilinçdışı; tür olarak insanoğlunun deneyimlerinin dağarcığı ve her insanın doğuştan sahip olduğu ruhsal eğilimlerdir. İnsan ve insan öncesi atalarımızdan kalıtsal yolla aktarılmış bu eğilimler kuşaklarca tekrar edilmiş ortak deneyimlerin kaydıdır. Jung'a göre ruhsal yapı, insanın yaşamı boyunca karşılaşacağı yaşantılara nasıl tepki vereceğini belirleyen özellikleri kalıtım yoluyla getirmektedir (Hall ve Nordby, 1999). Bu nedenle de birey yalnızca çocukluğundaki geçmişiyle değil aynı zamanda türünün geçmişiyle de bağıntılıdır. Kolektif bilinçdışı, ortak evrimsel bir geçmişe ve benzer bir beyin yapısına sahip olduğumuz için tüm ırklar ya da daha doğru bir ifade ile bütün insan türü için benzerlik gösterir. Asla doğrudan farkında olamayacağımız fakat tüm davranış ve deneyimlerimizi, özellikle de duygusal olanları etkileyen

kolektif bilinçdışı hakkında ancak dolaylı bir şekilde, davranış ve deneyimlerimiz üzerindeki etkilerini gözleyerek, bilgi sahibi olabiliriz.

Arketipler

Kolektif bilinçdışının içeriğini oluşturan öğelere Jung (1991) arketip (ilk örnek, prototip) adını vermiştir. Ancak unutulmamalıdır ki kuşaklar boyunca aktarılan bu imajlar belirgin anılar ya da fikirler değil, olaylara belirgin tepkiler verme yatkınlığı ya da deneyimleri belirli bir yönde değerlendirme potansiyelidir. Jung'un başlangıçta ilk imgeler olarak adlandırdığı ancak sonraları **arketip** adını verdiği bu imajlar evrensel düşünme biçimleri ve duygulardır. Diğer bir ifadeyle Jung'un arketiplerle kastettiği şey bir kimsenin atalarına ait imgeleri bilinçli bir şekilde anımsadığı ya da aynı imgelere sahip olduğu değil daha çok atalarında da olan, belli yaşantılara belli yönde tepki verme eğilimine ya da potansiyeline sahip olduğudur. Kısacası Jung, kolektif bilinçdışı ve arketiplerle deneyimin kalıtsal olduğunu değil, insan beyninin, insanlığın derin ve eski deneyimlerinden etkilendiğini ve bu deneyimlerle biçimlendirildiğini belirtmektedir. Arketipler evrensel oldukları için de her insan aynı temel arketip imgelere kalıtım yoluyla doğuştan sahip olmaktadır. Örneğin dünyanın neresinde olursa olsun her insan kalıtım yoluyla getirdiği bir anne arketipine sahip olacaktır. Ancak bir çocuğun anne kavramı koruyuculuk, sıcaklık, şefkat gibi arketipik özelliklerin yanı sıra onun annesiyle olan bireysel yaşantıları yoluyla biçimlenecektir. Benzer şekilde her insan atalarının korktuğu şeylerden (ör: karanlık) korkma eğilimine sahip olacak ancak bu şeylerle ilgili yalnızca hoş deneyimlerle yetişen bir kimse doğasında varolan arketipten oldukça farklı davranış ve zihinsel imajlar geliştirebilecektir.

Arketipler belirgin tepki tarzları değil de algı tarzları ve eğilimleri oldukları için içgüdülerden farklılaşırlar. Bununla birlikte içgüdülerin insanı kendine özgü belirli bir yaşam sürmeye zorlamaları gibi, arketipler de sezgi ve kavrayışı insana özgü biçimlere zorlarlar. Arketipler bilinçdışıdır ve bu nedenle yalnızca varsayım olarak kabul edilebilirler. Asla erişilmez olan kolektif bilinçdışında yer alan arketiplerin doğrudan farkında olmamız mümkün değildir. Biz onları ancak ruhsal yapı içinde tekrar tekrar ortaya çıkan tipik imgeler yoluyla fark ederiz. Ancak arketipik imgeler belirgin simgeler değildirler. Daha geniş, belirsiz ve gizil bir eğilimi ifade ederler. Kişisel deneyimle ya da entelektüel çabayla değil de bütünüyle bilinçdışı tarafından üretildikleri için sıra dışı, esrarengiz ve cazibeli bir etkiye sahiptirler. Aynı arketipten çıkan semboller farklılaşabilir. Özellikle de kültürel farklardan kaynaklanan farklılıklar olabilir. Irkla, boyla ya da aile ile sınırlı bir kolektif bilinçdışı da vardır. Jung sayısız arketipin varolduğunu ve bunların doğasını anlamanın isimleri-

nin öğrenilmesinden ziyade ilk elden yaşanmasıyla mümkün olduğunu dile getirmiştir. Yaşamının son kırk yılını arketipleri incelemeye adayan Jung'un (1991) isimlendirip tanımladığı birçok arketipten bazıları; persona ve gölge, anima ve animus, ben (self), yaşlı bilge adam, anne, çocuk, tanrı, doğum, ölüm, reenkarnasyon, cin, hilekar, büyü, kahraman, enerji, güç, hayvan, ve şeytan arketipleridir. Kişiliğin ve davranışın biçimlenişinde önemli etkiye sahip olan bir kaçının kısa açıklaması aşağıda verilmiştir:

Ben arketipi: Jung'a göre kişiliğin nihai hedefi olan bütünleşmeyi temsil eden düzenleyici ilkesidir. Bilinçdışındaki diğer arketipleri ve onların bilinç düzeyinde ortaya çıkışlarını düzenler ve kişiliğin bütünleşmesini sağlar. **Ben**, hem bilince hem de bilinçdışına ait olanı kapsayabilir. Kişiliğin birbirinden ayrı öğelerine ve bilinçdışındaki süreçlere karşı toplayıcı bir mıknatıs gibi davranır ve egonun bilincin merkezi olması gibi ben (self) de bu bütünlüğün merkezidir. **Ben** arketipinin gelişmesi, kişinin kendisini daha iyi tanımasını ve anlamasını sağlar.

Persona ve Gölge arketipleri: Daha önce de değindiğimiz gölge ve persona insanın ruhsal yapısında sayısız kuşaklar boyunca yer almıştır. Bu yüzden kişiliğin bu bileşenlerini biçimlendirme eğilimine hepimiz doğuştan sahibizdir.

Anima ve Animus arketipleri: Jung'a göre her insan bilinçdışında karşı cinsten bütünleyici bir öğeyi barındırır. Daha açık bir ifadeyle; bir erkeğin bilinçdışı, bütünleyici bir dişi öğeyi, bir kadının bilinçdışı ise, bütünleyici bir erkek öğeyi barındırmaktadır. Jung (1991) bunları sırasıyla anima ve animus olarak adlandırmaktadır. Erkeğin tümüyle erkek, kadının da tümüyle kadın olmadığını ileri sürmek paradoksal ve rahatsız edici görülebilir, ancak bir kişide hem dişi hem de erkeksi eğilimler bulunması oldukça sık görülen bir olaydır. Jung insanların bilinçdışında, karşı cinsin kolektif bir imajının var olduğunu ve insanların bu imaj yardımıyla karşı cinsin doğasını kavradıklarını ifade eder. Bu imaj insanın karşı cinsle yüzyıllar boyu süregelen beraberliğinin bir anlatımıdır.

Anima ve animus, insanlara karşı cinsi anlamaları ve onlara nasıl davranacakları konusunda yardımcı olabilir. Ancak karşıdaki kişinin gerçek özellikleri dikkate alınmaksızın yansıtılırsa yanlış anlaşılmalara da yol açabilir. Örneğin; bir kadının animusu atletiklik üzerinde durursa karşısındaki erkeğin sanatsal ilgilerini zayıflık olarak yanlış yorumlayabilecektir. Benzer şekilde bir erkeğin animası nezaketi çok vurgularsa o da karşısındaki kadının yarışmacı ruhunu saldırganlık olarak yanlış yorumlayabilecektir. Jung'a göre kişi içindeki karşı cins öğesini inkar etmemeli ve bu öğe ifadesini bulabilmelidir. Aksi takdirde bu özellikler gelişemeyecek ve tek yönlü ve çelişkili bir birey olma-

mıza neden olacaktır. Uyumlu bir kişilik, dişi ve erkeksi yönleri üstün işlev aracılığıyla, iki yönün de tatmin edici ifadeler bulacağı şekilde bütünleştirir.

Kişiliğin Gelişimi

Yaşamın ilk yıllarını kişilik gelişiminin temeli olarak gören Freud'un aksine Jung, kişilik gelişimini, yaşam boyu süren dinamik ve evrimsel bir süreç olarak ele alır. Jung çocukluktaki sosyalizasyon sürecine ilişkin çok az şeye değinmiş ve Freud'un, kişinin davranışlarını geçmiş yaşam olaylarının belirlediği yönündeki determinist görüşüne karşı çıkmıştır. İnsan davranışlarını anlamada davranışın belirleyicisi olarak gelecekteki amaç ve hedefleri gösteren teleolojik görüşün dikkate alınması gerektiğini ifade etmiştir. Jung'a göre insan sürekli yeni beceriler öğrenmekte, yeni hedefler oluşturmakta ve kendini-gerçekleştirme yolunda gelişmektedir. Bu yüzden kişiliği biçimlendiren yalnızca geçmiş olaylar değil aynı zamanda da gelecekteki hedef ve beklentilerdir. Jung iki bakış açısının da -nedensel ve amaçsal- kişiliğin bütünsel olarak anlaşılması için gerekli olduğunu belirtmiştir.

Bireyleşme ve Bütünleşme

Jung'a göre kişilik gelişiminin hedefi, "bir kimsenin psikolojik bir bütün, bölünemez bir birlik ya da bütünlük haline geldiği süreç" olan **bütünleşmedir**. Bireyleşme ve bütünleşme birbirinden farklı ancak aynı anda varolan süreçlerdir.

Jung'a göre birey yaşama ayrışmamış bir bütün halinde başlar. Zamanla bir tohumun bitkiye dönüşmesi gibi birey de tam ayrışmış dengeli ve bölünmemiş bir kişiliğe dönüşür (Hall ve Nordby, 1999). Kişinin kendini gerçekleştirme yönündeki bu çabası arketipik bir olaydır. Diğer bir ifadeyle insanoğlu bireyleşme ve bütünleşme yönünde doğuştan bir yatkınlığa sahiptir. Bütünleşmeye doğru atılan ilk adım kişiliğin bütün yönlerinin bireyleşmesidir. Bireyleşme kişiliği oluşturan sistemlerin birbirinden ayrışarak kendi içinde gelişmesi ve karmaşık bir yapı haline gelmesidir. Ego, persona, gölge, anima ya da animus bireyleştikçe kendilerini daha ince ve kapalı yollarla ifade ederler. Örneğin ego bireyleştikçe bilinçli eylemleri gittikçe zenginleşecek ve egonun dünyada algıladıkları şeyler arasında ince ayrımlar yapabilme yeteneği gelişecektir. Bireyleşme doğuştan getirilen bir eğilim olmakla birlikte sağlıklı bir bireyleşme için kişinin uygun yaşantılara ve eğitime gereksinimi vardır (Hall ve Nordby, 1999). Örneğin Jung'un da ifade ettiği gibi çağdaş dünya gölgenin bireyleşmesi için yeterli olanaklar sağlamamaktadır. Çocuktaki hayvansı içgüdülerin ebeveynler tarafından cezalandırılması gölgeyi

ortadan kaldırmamakta yalnızca bastırılmasına neden olmaktadır. Bastırılan gölge bilinçdışında ilkel ve ayrışmamış bir halde kalır.

Kişiliği oluşturan sistemlerin bireyleşmesi ancak bilinç yüzeyine çıkmaları ile mümkündür. Bu nedenle sağlıklı kişilik gelişimi için kişiliğin tüm yönlerine bireyleşebilmeleri için eşit fırsat vermek gerekir. Aksi taktirde kişiliğin bir yönü ihmal edilmiş olacak bir diğer yönünün ise şişmesine (enflasyon) neden olunacaktır ki bu durumda da kişilik tek yönlü gelişmiş olur. Örneğin geleneksel görgü standartlarına göre eğitilen ve toplumun beklentilerine katı bir biçimde uyması beklenen bir çocuk gerçekte sevmediği bir şeyi seviyor, sevdiği bir şeyi de sevmiyor gibi davranacaktır. Jung'un deyimiyle şişmiş bir personaya sahip olacaktır. Böyle bir kimsenin bilinçli davranışlarında heyecan, canlılık ve spontanlık olmayacaktır.

Kişiliği oluşturan ayrı yapıların kendi içinde ayrışarak, gelişip bireyleşmesinden sonra sıra bu farklı sistemlerin bir bütün oluşturmasına gelir. Bu bütünleşme eğilimi de doğuştan getirilmekte ve aşkın işlev aracılığıyla gerçekleştirilmektedir. Jung, bilinç ile bilinçdışını dengeli bir bütüne dönüştürme eğilimi olan karşıtların bir araya gelişini daha önce de belirtildiği gibi aşkınlık kavramıyla adlandırmıştır. Bilinç ve bilinçdışının bir bütünlük oluşturabilmeleri için herhangi birinin diğerini baskı altına almaması gerekmektedir. İkisi arasında eşit bir mücadele olmalıdır. Bütünleşme bu yolda sonuca ulaşmayı engelleyecek birçok tehlike ile dolu zor ve karmaşık bir kendini keşfetme yolculuğudur. Başlangıçta kişi bilinçdışını kabullenmeyi reddeder. Ancak sonuçta kişiliğin bir parçası olarak içinde varolan şeyleri diğer insanlara yansıtmak yerine kabullenebilir. Bu süreçte kişilik gelişimi arketipler aracılığı ile ifade edilir. İlk olarak kişi toplum hedeflerinin yapaylığını fark ettiğinde persona çözülür. Kişi kendi bencil ve yıkıcı karanlık yönünün farkına vardığında gölge diğer ruhsal birimlerle bütünleşir. Kişiliğin karşı cinse ait bileşenlerinin farkına varılmasıyla anima ve animus kabul edilir (Jung, 1992).

Bütünleşme süreci ben arketipinin kişiliğin merkezi haline gelmesi ile nihai hedefine ulaşmış olur. Ben arketipinin kişiliğin merkezi haline gelmesi tamlık, bütünlük ve mükemmeliyeti temsil eden arketipik sembollerle ifade edilir. Bu semboller bir daire (**Mandala-**Sanskritçe "sihirli daire") ya da dört köşeli bir şekil (**Katernite**-dörtlülük) biçimini alabilir ve o kişinin rüyalarında ya da bilinçli çizimlerinde görülebilir (Ewen, 1998).

Bireyleşme ve bütünleşme, her insanın sahip olduğu potansiyel ve eğilimler olsa da bu ideal nadiren ve zor ulaşılabilen bir durumdur.

Yaşam Boyu Gelişimin Dört Basamağı

Her ne kadar Freud ve Erikson gibi gelişim basamaklarını ayrıntılı biçimde ortaya koymamışsa da Jung da insan yaşamını gelişim evreleri ile tanımlamayı tercih etmiştir. Jung'a göre yaşam boyu gelişimin dört aşaması vardır: Çocukluk, Gençlik, Orta Yaş ve Yaşlılık (Hall ve Nordby, 1999). Yine Freud ve Erikson'dan farklı olarak Jung, kişilik gelişiminde orta yaş döneminin diğer dönemlerden daha önemli olduğunu öne sürmüştür.

Çocukluk: Doğumla başlayan ve ergenliğe yani cinsel olgunluk çağına kadar süren dönemdir. Çocukta henüz gelişmiş bilinçli bir ego olmadığından çocuk için gerçekte bir sorun yoktur. Bu dönemde çocuk içgüdülerinin egemenliğinde ve anne-babasına bağımlı durumdadır. İçgüdüsel davranışların dışındaki yaşantıların hemen hemen hepsi anne-baba tarafından biçimlendirilmektedir. Ego yavaş yavaş gelişmektedir ancak çocuğun gerçek bir egosu ya da bağımsız bir kimliği yoktur.

Gençlik: Ergenlik ve genç yetişkinlik dönemlerini kapsar. Bedensel değişimlerin yanı sıra toplumsal yaşama uyum biçimlerinin geliştirilmesi gerekir. Ruhsal yapı kendi karakterini oluşturmaya başlar. Çocukluk fantezilerinden ve oyunlarından yeni uğraşlara geçiş zor ama gereklidir. Birey meslek ve eş seçimi ve toplumsal rollerin kazanımı gibi ödevleri yerine getirir. Bu dönemin temel gelişimsel ödevi dışa yönelme ve yaşamla başedebilmedir.

Orta Yaş: 35-40 yaşlarında başlayıp yaşlılık dönemine kadar sürer. Bu dönemin gelişimsel ödevi bütün bir kişilik oluşturmaktır. Jung bu yaşlardaki hastalarının bir çoğunun yaşam coşkusunu ve anlamını yitirdiklerini gözlemişti. Bu kimseler dışsal ve maddesel şeylerden çok içsel ve manevi şeylere odaklanmışlardı. Olgunluğun temel hedeflerinden biri kişiliğin bilinçli ve bilinçdışı yönleri arasında ilişkiler kurarak bütünleşmiş bir kişilik oluşturmaktır. Derin düşünme, hareketlilikten daha fazla önem kazanmaya başlar. Karşıt psikolojik süreçler bir araya getirilir. Yalın bir ifadeyle daha önce bütünleşme diye ifade ettiğimiz süreç yaşanır.

Yaşlılık: Bu çağ ileri yaş dönemidir. Tekrar bilinçdışına teslim olma gerçekleştiğinden çocukluk dönemi ile paralellik gösterir. Ölüm doğum kadar önemlidir. Jung ölümden sonra yaşam konusunda kolektif bilinçdışının bir ifadesi olabileceğini düşündüğü evrensel bir inanç olduğunu keşfetmiştir. Jung'a göre belki de ruhsal yaşam bedensel ölümle son bulmuyordur çünkü ruh kendini gerçekleştirmek için sonsuz bir arayış içerisindedir. Bu reenkarnasyon teması da Jung'un doğu felsefesi ile olan ilişkisi ile uyumludur.

İlerleme ve Gerileme

Jung'un kişilik gelişiminde libidonun rolüne ilişkin görüşü klasik psikanalizden oldukça farklıdır. Libido kişiliğin gelişimine yardımcı olmak ve gerçekliğe uyumu kolaylaştırmak için normalde ileriye doğru hareket eder. İlerleme ile kastedilen şey bilinçli egonun çevresinin gerçeğini ruhsal yapının tümünün gereksinimlerine uydurmasıdır. Bu uyum (**ilerleme)** dış engellemeler ya da iç engellerce (bastırma) engellenip bozulduğunda libido çevrenin dışadönük değerlerinden çekilip alınır ve bilinçdışının içedönük değerlerine yatırılır (**gerileme**).

Gerilemeyi çocukluk fiksasyonlarına inatçı geri dönüşler olarak kavramsallaştıran Freud'un aksine Jung libidonun geriye akışını kişiliğin ihmal edilmiş yönlerini harekete geçirebilecek yaratıcı potansiyeli olan bir süreç olarak ele alır. Kişilik gelişiminde ilerleme ve gerileme arasındaki etkileşim şu örnekle açıklanabilir; birey dış dünyaya uyum sağlamak için personasını aşırı derecede geliştirebilir (ilerleme) ve toplumsal beklentiler ve geleneklere uygun olarak hareket eden bir robota dönüşebilir. Bunun sonucunda kayıtsız, bitkin, sinirli biri haline gelir ve çöküntü duyar. Sonunda dış dünyadan uzaklaşıp kendi içine doğru bir yolculuğa çıkma ihtiyacı duyar (gerileme). Bu sayede dış dünyaya uyum sağlamak amacıyla geliştirdiği katı maskelerinden sıyrılır ve bilinçdışındaki gizli hazineyi keşfeder. Bunun sonucunda da daha canlı, daha doğal, güçlü ve yaratıcı bir insan olarak günlük yaşama döner (Hall ve Nordby, 1999). Ancak gerileme önemli bir tehlike de içerir. Bilinçdışı kendisine gelen bu ek psişik enerjiyi bilinci bastırmak için kullanabilir ki bu da nevrotik hatta psikotik davranışlara yol açabilir.

Karakter Tipolojisi

Farklı ırklardan ve sınıflardan çok sayıda insanı yirmi yılı aşkın bir süre gözledikten sonra kaleme aldığı 'Psikolojik Tipler' isimli kitabında Jung (1976), insanların sahip oldukları iki genel tutuma (dışadönüklük-içedönüklük) ve dört temel işleve (düşünme-hissetme-duyum-sezgi) bağlı olarak oluşturulan sekiz kategoriden birine yerleştirilebileceklerini belirtmiştir. Kişilikteki bireysel farklılıkları ilk altı yaşta yaşanan fiksasyonlara bağlayan Freud'un aksine Jung, bireysel farklılıkların, kişide bu iki genel tutum ve dört temel işlevden hangilerinin baskın olduğuna bağlı olarak oluştuğunu öne sürmüştür. Jung'un tanımlamış olduğu kişilik tipleri aynı özelliklere sahip olan değil sadece benzer özelliklere sahip olan kimselerin ait olduğu sınıflardır. Diğer bir ifadeyle Jung'un tiplerle kastettiği şey aynı kategoride yer alan iki bireyin tıpatıp aynı özelliklere sahip olduğu değil benzer özelliklere farklı

derecelerde sahip olduklarıdır. Ancak, Jung'un tipolojisi çoğunlukla yanlış anlaşılmış ya da basite indirgenmiştir. Katıksız içedönük veya dışadönük bir karakterden söz edemeyeceğimiz gibi insan doğasını yalnızca sekiz kategoriye indirgememiz de mümkün değildir. Burada sözü edilen tipler (tipoloji) insanın ruhsal yapısını ve libidonun hareketlerini anlayabilmemiz için bir çerçeve sağlamak amacıyla geliştirilmiştir.

Tutumlar: İçedönüklük ve Dışadönüklük

Jung'a göre kişiliğin iki temel tutumu ya da oryantasyonu, içedönüklük ve dışadönüklüktür. İçedönüklük ve dışadönüklük arasında yaptığı ayrım Jung'un kişilik tipolojisini oluştururken kullandığı sınıflandırma sisteminin birinci boyutudur. Dışadönüklük temel olarak, psişik enerjinin nesnel deneyime yani dış dünyaya yönelmiş olmasıdır. Dışadönük bir kimsenin algıları, duyguları ve düşünceleri çevresindeki insanlara, nesnelere, olaylara ve durumlara yönelmiştir. İçedönüklükte ise psişik enerji öznel ruhsal yapılara ve süreçlere yani kişinin iç dünyasına yönelmiştir. Her insan zaman zaman dışadönük zaman zaman içedönük tutumlar sergilese de bu iki tutum, bilinç düzeyinde aynı anda birlikte bulunmazlar. Bununla birlikte içedönük ve dışadönük tutumlardan biri kişide daha baskındır.

Dışadönüklüğün baskın olduğu bir kişi kendi algıları üzerinde düşünmektense, diğer insanlar, nesneler ve olayların dış dünyasını kavramaya çok daha fazla zaman harcayacaktır. Dışadönük davranışın özellikleri, libidonun dışarıya doğru akışı, olaylara, insanlara ve nesnelere karşı ilgi, onlarla bir ilişki içine girmek ve onlara karşı bağlılıktır. Jung (1976) bu tip özelliklerin baskın olduğu kimseleri dışadönük tip olarak tanımlamaktadır. Dışadönük tipler dış etkenlerce harekete geçirilir ve çevrelerinden çok fazla etkilenirler. Sosyaldirler, insanlara kolay yaklaşırlar ve yabancısı oldukları çevrelerde bile kendilerine güvenirler. Genellikle çevreleriyle iyi geçinirler. Çevreleriyle ters düştüklerinde bile bir yana çekilmek ve kendi dünyalarına dönmek yerine tartışmayı ve çevrelerini kendi kalıplarına göre yeniden düzenlemeyi tercih ederler (Fordham, 1953).

İçedönüklüğün baskın olduğu bireyler öznel deneyimlere yönelmiş, kendiyle ilgili derin düşünme eğilimde olan ve kendi iç ilişkileri ile fazlaca meşgul olan kimselerdir. Böyle bir kişi, nesnel gerçeklik yerine öznel dünyasına odaklanmaya çok daha fazla zaman ayıracaktır. İçedönük bireyler kendi iç dünyasını araştıran ve analiz eden, bakışlarını kendisine çevirmiş, kendi iç sorunlarıyla uğraşan kimselerdir. Jung (1976), kişiliklerinde bu davranış biçiminin baskın olduğu kişilerden içedönük tip diye söz etmektedir. İçedö-

nük tipler, insanlara ve nesnelere karşı güvensiz, çekingen ve sosyal olmayan kimselerdir.

Jung bu iki tip kişiliği şu sözlerle ifade etmiştir: "Bir sınıf insan vardır ki karşılarına çıkan bir duruma tepki verirken önce sanki içlerinden hayır diyerek biraz geri çekilirler ve ancak daha sonra tepki gösterebilirler. Bir başka sınıf daha vardır ki aynı durumda aniden tepki göstererek öne çıkarlar ve davranışlarının şüphe götürmez bir biçimde doğru olduğundan emin görünürler. Bu nedenle birinci sınıf nesnelere karşı olumsuz bir ilişki ile ikinci sınıf ise olumlu bir ilişkiyle karakterize olmuştur. Birinci sınıf içe dönük davranış biçimini, ikincisi ise dışadönük davranış biçimini temsil eder" (Jung, 1955; s.85).

İçedönüklük ve dışadönüklük konusunda gözden kaçırılmaması gereken şey her iki tutumun da her insanın kişiliğinde var olduğu ancak bir tanesinin baskın bir biçimde kişiliği biçimlendirdiğidir. Bu iki tutum birbirleriyle rekabet halindedir ancak bunlardan biri kişiliği yönetme eğilimindedir, diğeri bastırılmış ve bilinçdışıdır. Buna karşın hiç kimse tümüyle bir davranış biçimi içinde yaşayamaz. Ara sıra zayıf bir biçimde de olsa bilinçdışındaki öteki davranış biçimini ortaya koyar. Bir kişi içedönük ya da dışadönük olarak tanımlandığında bu onun alışılmış bilinçli davranış biçiminin biri ya da öteki olması demektir. Bununla birlikte dengeli bir davranış biçimi dışadönüklük ve içedönüklüğü eşit olarak kapsar.

İşlevler: Düşünme, Hissetme, Duyuş ve Sezgi

Jung'un kişilik tipolojisini oluştururken kullandığı sınıflandırma sisteminin ikinci boyutu işlevlerdir. Jung'a göre bilincin dış dünyaya yöneliminde (aynı zamanda iç dünyamıza da) başvurduğu dört işlev vardır; düşünme, hissetme, duyum ve sezgi.

Düşünme, dünyayı anlamak, ona uyum sağlamak ve problem çözmek için fikirleri birbirleriyle ilişkilendirmeye çalışan entelektüel bir fonksiyondur. ***Hissetme***, dünyayı (kişileri, nesneleri, olayları ya da durumları) harekete geçirdikleri duyguların olumlu mu yoksa olumsuz mu olduğu temelinde, kabul etmeye ya da reddetmeye yönelik bir değerlendirme işlevidir. Düşünme ve hissetme rasyonel fonksiyonlardır çünkü akıl yürütmeyi (yargıda bulunmayı) gerektirirler.

Duyum duyu organlarının işlevlerini içerir. Kişi işiterek, görerek, koklayarak dokunarak, tat alarak ve de kendi bedenine ilişkin duyular aracılığıyla dış dünyayı bilinçli bir şekilde algılar. Böylece duyum kişiye kendisi ve çev-

resi hakkında bir algı sağlar. ***Sezgi*** ise bilinçdışı bir algılamadır. Bilinçli olarak kavrananın dışında gerçeğin fark edilmesidir. Sezgi, düşünce ve duygudan bağımsız olarak o anki yaşantının kişide yarattığı izlenimdir. Duyum ve sezgi irrasyoneldir çünkü akıl yürütmeyi ve de yargıda bulunmayı gerektirmezler. Fakat burada irrasyonel derken kastedilen şey patolojik oldukları değildir. Jung'un irrasyonel sözcüğü ile belirtmek istediği bu işlevlerin akla aykırı olduğu değil akıl yürütme ve yargıda bulunmayla ilgili olmadıkları, diğer bir deyişle akıl dışı olduklarıdır. Duyum ve sezgi, düşünme ve hissetme gibi amaca yönelik bilişsel davranışları içermedikleri için rasyonel değildir.

Jung bu dört işlevi "İnsan ve Simgeleri" isimli kitabında şöyle tanımlamıştır: "Duyum bize bir şeyin var olduğunu, düşünme onun ne olduğunu; hissetme onun hoş olup olmadığını, sezgi ise onun nereden gelip nereye gittiğini söyler" (Jung, 1968; s.49).

Her insan bu dört fonksiyonu da kullanma kapasitesine sahiptir, ancak bunlardan birini diğerlerinden daha çok kullanmaya eğilimlidir. Jung kişinin daha çok kullanma eğiliminde olduğu işleve baskın işlev adını vermiştir. Baskın işleve ek olarak bir de yardımcı işlev vardır. Yardımcı işlev bağımsız olmadığı ve baskın işleve hizmet ettiği için baskın işleve karşı duramaz. Bu durumda her ikisi de rasyonel işlevler olan düşünme ve hissetme birbirlerine karşı çıkma eğilimine sahip olacağı için biri diğerine yardımcı işlev olamaz. Aynı şey duyum ve sezgi için de geçerlidir. Duyum ve sezgi, düşünme ve hissetme için yardımcı işlev olabilirler ancak biri diğerine yardımcı işlev olamaz.

Jung, bu iki tutumdan (içedönüklük ve dışadönüklük) ve dört işlevden (düşünme, hissetme, duyum ve sezgi) hangisinin baskın olacağının büyük ölçüde doğuştan getirilen bir eğilim olduğunu ancak sosyal etkiler tarafından değiştirilmesinin ya da biçimlendirilmesinin de mümkün olduğunu belirtmiştir (Hall ve Nordby, 1999). Bununla birlikte Jung , bireyin doğuştan getirdiği yapısını zorla değiştirmeye yönelmenin zararlı olacağını belirtmiş ve anne babalara çocuğun iç yapısı doğrultusunda gelişme hakkına saygı göstermelerini ve bunun için çocuğa gerekli fırsatları tanımalarını önermiştir.

Psikolojik Tipler

Daha önce de belirtildiği gibi Jung biri tutumlar diğeri işlevler olmak üzere iki boyutlu bir kişilik tipolojisi geliştirmiştir. Kişide baskın olan işleve eşlik eden tutumun içedönüklük ya da dışadönüklük oluşuna göre oluşturulabilen sekiz ayrı kategori Jung'un insanlar arasındaki benzerlikleri ve bireysel farklılıkları tanımlamak için kullandığı sınıflamayı oluşturmaktadır. Bu sekiz farklı kişilik kategorisi aşağıda kısaca açıklanmıştır.

Jung'un İki Boyutlu Kişilik Tipolojisi

	TUTUMLAR	
İŞLEVLER	**DIŞADÖNÜK**	**İÇEDÖNÜK**
DÜŞÜNME	Dışadönük Düşünen Tip	İçedönük Düşünen Tip
HİSSETME	Dışadönük Hisseden Tip	İçedönük Hisseden Tip
DUYUM	Dışadönük Duyumsal Tip	İçedönük Duyumsal Tip
SEZGİ	Dışadönük Sezgisel Tip	İçedönük Sezgisel Tip

Dışadönük Düşünen Tip: Dış dünyadaki gerçekleri, rasyonel kuralları, düşünsel çıkarımları ve zorunlulukları anlama ve yorumlamaya önem verir. Nesnel dünya hakkında elinden geldiğince bir şeyler öğrenmeye çalışan bilim adamı bu tipe örnektir. Amacı nesnel dünyadaki olguları anlamak, yasaları ortaya çıkarmak ve kuramsal formüller yaratmaktır. Bu tip insanlar iş organizasyonlarında, problemleri tanımlamada ve çözmede oldukça başarılıdırlar. Bilinçdışı tutumları içedönüklük, işlevleri ise hissetmedir. Düşünme fonksiyonu baskın, hissetme fonksiyonu bilinçdışında olduğu için diğerleri üzerinde soğuk ve kendini beğenmiş bir kişi izlenimi bırakabilirler. Darwin ve Einstein bu tipe verilebilecek ünlü örneklerdir.

İçedönük Düşünen Tip: Bu tipler de düşünceler üzerinde durmaya önem verirler ancak daha çok öznel düşüncelere yönelmişlerdir. Nesnel dünyaya karşı fazla ilgi göstermeme eğiliminde olan içedönük düşünen tip daha çok teori ve fikirlere önem verir. Varoluşun anlamını arayan bir düşünür bu tipe örnek oluşturabilir. Değerlendirmelerinin temelinde kendi öznel algılarına dayanma söz konusudur. Uç durumlarda gerçeklikten kopuş söz konusudur. Bilinç dışı tutumları dışadönüklük, işlevleri ise hissetmedir. Kendi düşünceleriyle baş başa kalmayı başkalarıyla birlikte olmaya tercih eden bu kişiler için düşüncelerinin başkalarınca kabul edilmesi pek önemli değildir. Başkalarının görüşlerine kulak asmayan bu inatçı ve dik kafalı tavırları diğerlerinin onu kendini beğenmiş, küstah ve kibirli biri olarak tanımalarına yol açabilir.

Dışadönük Hisseden Tip: Kadınlar arasında daha yaygın olan bu tip dış değerlere uyan yargılara önem verir. Bu tip insanlar tutucu oldukları ve her konuda popüler standartları kabul ettikleri için değerleri ve yargıları basmakalıp olma eğilimindedir. Modayı izleme eğiliminde olan dışadönük hisseden tip grup standartlarına da uyma eğilimindedir. Bu kişiler sıkça görüştükleri kişilerle uyum içindedirler ve onlar tarafından nazik ve geçimli kimseler olarak tanınırlar. Bilinç dışı tutumları içedönüklük, işlevleri ise düşünmedir. Bu nedenle duyguları düşüncelerine egemendir. Bu tipin bir diğer önemli özelliği de içinde bulunduğu durumda gerçekleşecek küçük bir değişimin onun duygularında da önemli bir değişikliğe yol açması ve bu nedenle çoğu zaman aşırı duygusal ya da kaprisli olmaya eğilimli olmasıdır.

İçedönük Hisseden Tip: İçsel ve öznel koşullara ilişkin yargılara önem veren içedönük hisseden tip kendine saklama eğiliminde olduğu oldukça farklı değerlere sahiptir. Komformist değildir, sıklıkla popüler düşüncenin aksini savunur. Bununla birlikte çevresindeki insanlar üzerinde gizli bir etkiye sahiptir. Derin duygusal deneyimler yaşar ancak bunları diğer insanlarla paylaşmayı tercih etmez. Bu nedenle dış görünüşü soğuk, ketum ve gizemlidir. Kadınlar arasında daha yaygın olan bu tip genelde sessiz ve zor anlaşılır bir yapıya sahiptir ve çevresine hoş, sükunetli, gizemli ve karizmatik bir izlenim verir. 'Durgun sular derin akar' deyimi bu kişiler için uygundur. Sahip oldukları derin ve yoğun duyguları nedeniyle arada bir ortaya çıkan duygusal patlamaları çevrelerindeki insanları şaşırtır. Bilinç dışı tutumları dışadönüklük, işlevleri ise düşünmedir.

Dışadönük Duyumsal Tip: Dış dünyayı olduğu şekliyle algılamaya önem verirler ve nesnel gerçekle ilgilidirler. Gerçekçidirler, nesnel gerçeklikle ilgili ayrıntılardan hoşlanırlar ancak soyutlamalara, değerlere ve anlamlara ayıracak pek fazla zamanları yoktur. Hayalci değildirler, dış dünyayı deneyimleri ile öğrenmeye çalışırlar. Erkekler arasında daha yaygın olan dışadönük duyumsal tip haz arayıcıdır ve bedensel zevklere eğilimlidir. Jung'un ifadesi ile "daimi hedefleri duyumlara sahip olmak ve mümkünse bunlardan zevk almaktır". Parolaları "ye, iç, eğlen, çünkü hayat çok kısa"dır. Zevk ve heyecan peşinde koşarlar ancak yoğun duygulara sahip olmadıkları için duygu dünyaları sığdır. Bilinçdışı tutumları içedönüklük işlevleri ise sezgidir.

İçedönük Duyumsal Tip: Dışadönük duyumsal tipin aksine içedönük duyumsal tip nesnel uyarıcının harekete geçirdiği öznel duyumlara önem verirler. Dış dünyayı yavan ve basmakalıp bulur. Dış dünyadan uzak durmayı tercih eden bu tip kendi iç dünyasını dış dünyadan daha ilgi çekici bulur. Duyumların yol açtığı öznel deneyimlerini sanat yoluyla dışa vurabilir. Başkaları üzerinde sakin, edilgen ve kendine hakim bir kişi izlenimi bırakan

içedönük duyumsal tip, kısır duygu ve düşünceleri nedeniyle diğerleri tarafından ilginç bulunmaz. Bilinçdışı tutumları dışadönüklük işlevleri ise sezgidir.

Dışadönük Sezgisel Tip: Nesnel gerçeklikle başa çıkmak için genellikle sezgilerine başvuran kimselerdir. Dış dünyada yeni olasılıklar aramaya önem verir. Dışadönük sezgisel tipler belli bir durumla ilgili gizli olasılıkları fark etmede ve gelecekteki gelişmeleri tahmin etmede oldukça başarılıdırlar. Bir spekülatör, girişimci ya da toplumda başarılı olup yükselmeye çalışan bir kimse olabilirler. Ancak yardımcı fonksiyonları düşünme olmazsa bir meslek ya da aktiviteyi uzun süre yürütemez, başlattıkları bir projeyi yürütüp sonuca ulaştıramazlar. Baskın işlev rasyonel olmadığı için akıl yürütmede eksiktirler. Yenilik bu kimseler için oldukça ödüllendirici olduğu için rutin şeylerden sıkılırlar ve sürekli yeni ortamlar, yeni uğraşlar ve yeni insanlar ararlar. Kadınlar arasında daha yaygın olan dışadönük sezgisel tipin bilinçdışı tutumu içedönüklük, işlevi ise duyumdur.

İçedönük Sezgisel Tip: Dışadönük sezgisel tipin aksine nesnel dünyadaki olanaklarla fazla meşgul olmayan içedönük sezgisel tip nesnel dünyanın kendinde açığa çıkardığı şeylerle ilgilenir. İçedönük sezgisel tipler öznel ruhsal yapıda yeni olasılıklar aramaya önem verirler ve çok parlak yeni içgörüler geliştirebilirler. Ancak düşüncelerini basit ve düzenli bir biçimde diğer insanlara aktarmada güçlük yaşarlar. İmgelerin ve düşüncelerin peşinde koşan bu kişiler çevrelerindeki insanlar tarafından anlaşılması güç biri olarak tanınırlar. Kendilerine göre ise anlaşılmamış bir dahidirler. İçedönük sezgisel tipin bir diğer özelliği de gerçek dünyayı ve toplumsal kuralları anlamakta, benimsemekte ve plan yapmakta zorlanmasıdır. Bilinçdışı tutumları dışadönüklük işlevleri ise duyumdur.

Yukarıda tanımlanan kişilik tiplerinin uç örnekler olduğu unutulmamalıdır. Jung'a göre katıksız içedönük veya dışadönük bir karakterden söz edemeyeceğimiz gibi insan doğası yalnızca sekiz kategoriye de indirgenemez. Burada sözü edilen tipler (teori) insanın ruhsal yapısını ve libidonun hareketlerini anlayabilmemiz için bir çerçevedir ve insanlar bu tiplerle karakterize edilen davranışları bir dereceye kadar sergilerler. Jung'un tipolojisi ile anlatmak istediği, her insanın bu sekiz kategoriden birine ait olduğu değil, bilinç ve bilinçdışı düzeylerinde çeşitli tutum ve işlevlerin farklı bir dağılım gösterdiğidir (Geçtan, 2002).

Eleştiriler ve Değerlendirme

Jung, klasik psikanalitik görüşten ayrıldıktan sonra, insan ruhunun yapısı ve içeriği konusundaki kavrayışımızı daha da zenginleştirmiştir. Kolektif bilinçdışı ve arketip kavramları her ne kadar ampirik olarak sınanamasalar da birçok insanı bugün de etkilemeye devam etmektedir.

Jung'un kuramının en dogmatik yanının ruhsal yapıya biçtiği otonom rol olduğunu söylenebilir. Jung düşüncelerimizi ve fantazilerimizi bizden bağımsız olarak başımıza gelen ve kendi amaçlarına sahip olan komplekslerce harekete geçirilen olaylar olarak ele alır. Jung'un eleştirildiği bir diğer nokta da mistisizm ve parapsikolojiye olan yatkınlığıdır. Kolektif bilinçdışı ve arketipler kanıtlanması imkansız iddialar olarak kalmayı sürdürmektedir. Bu yönleri ile kuramının bilimselliği hep tartışma konusu olmuştur. Yirmi ciltlik eserlerinde ileri sürdüğü formülasyonların ve ortaya koyduğu kavramların bilimsel olarak sınanamaması birçok eleştiriye hedef olmasına neden olmuştur.

Jung'un bilimsel psikolojiye katkısı daha çok dolaylı biçimde olmuştur. Kendini gerçekleştirme, içedönüklük, dışadönüklük, kompleks gibi kavramları çağdaş psikolojiye Jung kazandırmıştır.

Jung'un psikoloji bilimi dışındaki alanlarda da etkileri olmuştur. Tarih, edebiyat, felsefe ve din gibi alanlardan birçok araştırmacı, yazar Jung'un görüşlerinden etkilenmişlerdir.

Bütün bu eleştirilerin yanında Jung'un kuramı modern düşünce çağının en dikkate değer başarılarından biri olmayı sürdürmektedir. Bugün dahi kuramın dünya çapında taraftarları ve bu kimselerce kurulmuş olan Jungcu analiz ve tedavi yöntemleri eğitiminin verildiği Jung Enstitüleri vardır. Jung'un kuramındaki özgünlük ve gözüpeklik onun da Freud gibi birçok eleştiri almasına neden olmuştur, ancak düşünceleri çağdaş psikoloji ile ilgilenen herkesin yakın ilgisini hak etmektedir.

NEVROZLAR VE İNSAN GELİŞİMİ



KAREN HORNEY

Karen Horney'ın Yaşam Öyküsü

Karen Danielsen Horney 16 Eylül 1885'te Almanya'nın Hamburg kenti yakınlarındaki küçük bir köy olan Blankenese'de dünyaya gelmiştir. Babası uzun boylu, atılgan ve kuvvetli dini inançları olan aynı zamanda erkeklerin üstünlüğüne inanan bir gemi kaptanıydı. Katı ve otoriter bir adam olan babası erkeklerin üstünlüğünü kanıtlamak için zaman zaman İncil'den bölümler okuyarak ona vaazlar verirdi. Annesi ise babasının ikinci eşi olan, ondan 18 yaş genç, çekici, zeki ve özgür düşünceli bir kadındı. Karen'in kendisinden büyük bir erkek kardeşi ve babasının önceki iki evliliğinden olan birkaç üvey kız ve erkek kardeşi vardı. Danielsen ailesinin önemli bir başka üyesi de oldukça sıcak ve sevecen bir üvey babaanne idi. Karen'in çocukluk ve ergenlik yıllarının büyük bölümü kendi değerine ilişkin şüphelerle geçmişti çünkü gösterişsiz bir kız oluşu nedeniyle kendini değerli görmüyordu. Bu duygusunu çok başarılı bir öğrenci olarak ödünleyen Horney yıllar sonra bu durumu "güzel olamıyorsam, akıllı olabileceğime karar verdim" diyerek dile getirmiştir.

Ağabeyine üniversiteye gitmesi ve hukuk okuması için fırsat sağlayan babası Karen bir kız olduğu için bunun onun için gerekli olmadığını düşünüyordu. Bu adaletsizliğe, her zaman sınıfının en başarılı öğrencisi olacağına yemin ederek ve bunu başararak karşı çıkan Horney 12 yaşına geldiğinde bir gün mutlaka tıp okumaya karar verdi. Ancak o dönemlerde Almanya'da hiçbir üniversite kadınları kabul etmemekteydi. Karen 16 yaşına geldiğinde bu durum değişmiş ve onun evde oturmasını ve ev işleriyle ilgilenmesini isteyen babasının karşı çıkışlarına rağmen annesinin desteği ile Karen sonunda üniversiteye gitmesini sağlayacak olan liseye (gymnasium) başlayabilmişti. Karen, 1906'da Almanya'da tıp eğitimi alan ilk birkaç kadından biri olarak o dönemlerde kadınları öğrenci olarak kabul eden birkaç üniversiteden biri olan Freiburg Üniversitesi'nde eğitim almaya başlamıştır. Burada bir siyasi bilimler öğrencisi olan Oscar Horney'la tanışan Karen'ın arkadaşlık olarak başlayan ilişkisi romantik bir ilişkiye dönüştü ve 1909 yılında evlenen çift Berlin'e yerleşti.

Horney 1915 yılında Berlin Üniversitesi'nden tıp alanında doktora derecesini almıştır. Sonraki beş yıl boyunca Berlin Psikanaliz Enstitüsünde psikanaliz eğitimi alan ve kendisi de bu eğitimin bir parçası olan psikanalizden geçen Horney bu deneyimin kendi psikolojik sorunlarını çözmede yetersiz kaldığını fark etmiştir. Bu dönemde ciddi bir depresyon sorunu yaşayan Horney'ın giriştiği bir intihar teşebbüsünün eşi tarafından engellendiği de belirtilmektedir.

Horney evliliğinin ilk yıllarında önemli yaşam olaylarıyla karşılaşmıştır. Boşanmış olan annesini ve babasını birer yıl arayla kaybetmesi, ağabeyinin beklenmedik erken ölümü ve beş yıl içinde sahip olduğu üç kız çocuğu ve 1923 yılında eşinin iflası bu önemli olaylardan bazılarıdır. Sorunlu bir evlilik olarak süren Karen ve Oscar'ın ilişkisi 1926 yılında ayrılıkla sonuçlanmışsa da resmi olarak boşanmaları 1938 yılını bulmuştur. Boşanmanın hemen sonrasındaki birkaç yıl Horney'ın mesleki gelişimi açısından oldukça verimli bir süreç olmuştur. Üç çocuğunu yetiştirmenin ve hastalarıyla ilgilenmenin yanı sıra yazmaya, ders vermeye ve konferanslar vermeye devam eden Horney'ın dile getirdiği görüşler de yavaş yavaş Freud'un görüşlerinden farklılaşmaya başlamıştır. Kadınlar ve erkekler arasındaki farkların nedeninin anatomik değil de kültürel olduğu yönündeki iddialarına Freud'un sert bir biçimde karşı çıkması, Horney'in görüşlerini dile getirirken daha da sözünü esirgemez hale gelmesine neden olmuştur.

Almanya'dan 1932 yılında ayrılarak Amerika'ya göç eden Horney burada yeni kurulan Chicago Psikanaliz Enstitüsü'nde yönetici olarak çalışmaya başlamıştır. İki yıl sonra New York'a taşınarak buradaki New York Psikanaliz Enstitüsünde dersler vermeye başlayan Horney burada bulunduğu esnada Erich Fromm ve Harry Stack Sullivan'ın da aralarında bulunduğu bir grup araştırmacı ve yazarın oluşturduğu Zodiac grubuna üye olur. 1939 yılında yayınladığı Psikanalizde Yeni Yollar isimli kitabında dile getirdiği klasik psikanaliz karşıtı görüşleri, onunla New York Psikanaliz Enstitüsünün üyeleri arasındaki anlaşmazlıkları doruk noktasına çıkarır ve 1941 yılında Horney'ın üyeliğine son verilir. Bu olayı aktaran pek çok yazar oylamanın derin bir sessizlik içinde gerçekleştiğini ve sonuç belli olduktan sonra Horney'ın tek bir söz bile söylemeden gururlu ve başı dik bir şekilde toplantıyı terk ettiğini rapor etmiştir. Buradan ayrıldıktan sonra kendi adını taşıyan Karen Horney Psikanaliz Enstitüsünü kuran Horney, yaşamının sonuna dek buradaki çalışmaları ile erkek egemen klasik psikanalize karşı kendi görüşlerini savunmayı sürdürmüştür. Horney'ın 1950'de yayınladığı ve kuramının son halini içerdiği kabul edilen Nevrozlar ve İnsan Gelişimi isimli eserinde dile getirdiği görüşler gerçekten de Freud'un görüşlerine karşı çıkışlar olmaktan çok öte nevrozun oluşumuna ve sağaltımına ilişkin bizzat Horney'a ait yaratıcı ve özgün bir kuram niteliği taşımaktadır. Bu sıralarda kanser teşhisi konulan Horney iki yıl süren kısa bir hastalık döneminin ardından 4 Aralık 1952'de New York'ta 65 yaşında yaşamını yitirmiştir.

Nevrozlar ve İnsan Gelişimi: Temel Kavramlar ve İlkeler

Horney'a göre kişiliğin biçimlenmesinde sosyal ve kültürel koşullar, özellikle de çocukluktaki deneyimler oldukça önemli bir role sahiptir. Çocukluklarında sevgi ve şefkat ihtiyacı karşılanmayan insanlar ebeveynlerine karşı temel düşmanlık duyguları geliştirirler. Bunun sonucu olarak temel kaygı yaşarlar. Horney insanların temel kaygı ile mücadele etmek için diğer insanlarla ilişkilerinde üç temel tarzdan birini benimseyip kullandıklarını öne sürmüştür. Bunlar; insanlara yönelme, insanlara karşı olma ve insanlardan uzaklaşmadır. Normal insanlar diğer insanlarla ilişkilerinde bu üç tarza da başvururlar ancak nevrotikler bunlardan yalnızca birine çok katı bir biçimde bağlanırlar. Bu nedenle ortaya çıkan zorlanımlı (kompulsif) davranışlar idealleştirilmiş benlik imgesi ya da kendinden nefret biçimini alan temel bir intrapsişik çatışmaya yol açar. İdealleştirilmiş benlik imgesi; nevrotik görkem arayışı, nevrotik hak talepleri ve nevrotik gururla; öz-nefret ise kendini hor görme ve kendine yabancılaşmayla ifadesini bulur. Horney'ın açıklamaları daha çok nevroz ve nevrotik kişilikle ilgili olsa da ortaya koyduğu düşünceler normal insanlara da uygulanabilir niteliktedir.

İnsanın Doğası

Horney, Adler'in insanların yapıcı ve olumlu bir içsel doğaya sahip oldukları ve kişiliğin biçimlenmesinde kültürün ve çevrenin önemli etkenler olduğu yönündeki görüşlerine katılmaktadır (Ewen, 1998). Horney'a göre insanlar kendilerine özgü potansiyellerini geliştirmek için çabalarlar. Doğal olarak bizde var olan bu güç dış sosyal güçler tarafından engellendiğinde patolojik davranış ortaya çıkar. Bu nedenle pozitif yönde gelişmemiz ve kendimizi gerçekleştirmemiz engellenmiş olur.

Kişiliğin Yapısı ve Gelişimi

Horney kuramında kişiliğin yapısı ve gelişimi ile ilgili fikirlere pek fazla yer vermemiş daha çok nevroz, psikoterapi ve kadın cinselliği üzerinde durmuştur. Bununla birlikte Freud'un psişik determinizm ilkesini ve bilinçdışı süreçlerin önemini kabul etmektedir. Nevrozun bir derece sorunu olduğunu savunan Horney'ın çocuğun yaşadığı temel kaygıyı dindirmek için geliştirdiği savunmalar ve iç çatışmalarını dindirmek için geliştirdiği gurur sistemi bir anlamda onun kişiliğin gelişimi konusundaki görüşleri olarak kabul edilebilir.

Temel Düşmanlık ve Temel Kaygı

Horney (1950) her insanın yaşama sağlıklı bir gelişim potansiyeli ile başladığını ancak sağlıklı gelişimlerini sürdürebilmek için diğer tüm canlılar gibi olumlu koşullara ihtiyaç duyduğunu belirtmiştir. Bu koşullar sıcak ve sevgi dolu ancak aşırı derecede müsaadeci olmayan bir sosyal çevreyi içermektedir. Çocukların içten sevgiye ve sağlıklı disipline ihtiyacı vardır. Böylesi koşullar onların güvenlik ve doyum duyguları yaşamalarını ve kendi gerçeklikleri ile tutarlı bir şekilde gelişmelerini sağlar. Ancak bu olumlu koşulların oluşmasını engelleyecek birçok olası olumsuz etki söz konusudur. Bunlar içinde en önemlisi ebeveynlerin çocuklarını sevme konusundaki beceriksizlikleri ya da isteksizlikleridir. Ebeveynler kendi nevrotik gereksinimleri nedeniyle çocuklarına karşı ihmalkar, aşırı korumacı, reddedici ya da şımartıcı bir tutum sergileyebilirler. Ebeveynler çocuğun güvenlik ve doyum ihtiyacını yeterince karşılamadığında çocuk ebeveynlerine karşı temel düşmanlık duyguları geliştirir. Ancak çocuklar bu düşmanlık duygularını nadiren açık bir biçimde ifade ederler. Çoğunlukla ebeveynlerine karşı geliştirdikleri bu düşmanlık duygularını bastırırlar. Ancak bu bastırılmış düşmanlık duyguları yoğun güvensizlik duygularına ve belirsiz bir endişe duygusuna yol açar. Horney bu durumu temel kaygı olarak adlandırmıştır. Horney temel kaygıyı 'potansiyel olarak düşmanca olduğu düşünülen bir dünyada hissedilen yalnızlık ve çaresizlik duyguları' olarak tanımlamaktadır. Daha açık bir ifadeyle temel kaygı aldatmaya, kötüye kullanmaya, saldırmaya, küçük düşürmeye ihanet etmeye ve haset etmeye hazır bir dış dünyada kendini küçük, önemsiz, çaresiz, terkedilmiş ve tehlikede hissetmektir.

Horney'a göre düşmanca dürtüler nevrotik kaygının oluşumuna yol açan temel etkendir (Geçtan, 2002). Diğer bir ifadeyle temel düşmanlık ve temel kaygı duyguları kaçınılmaz bir biçimde iç içedir. Temel kaygının esas kaynağı düşmanca dürtülerdir ancak temel kaygının kendisi de düşmanlık duygularına katkıda bulunabilir. Ebeveynleri tarafından tehdit edilen bir çocuk bu tehdit karşısında bir savunma olarak anne-babasına karşı düşmanlık duyguları geliştirebilir. Daha sonra bu tepkisel düşmanlık çocuğun daha fazla kaygı yaşamasına sebep olabilir. Bu şekilde düşmanlık ve kaygı arasında döngüsel etkileşim tamamlanmış olur. Horney'a göre birincil etkenin kaygı ya da düşmanlık duyguları olması önemli değildir. Önemli olan aralarındaki karşılıklı etkinin, kişi herhangi bir dışsal çatışma yaşamasa dahi yaşadığı nevrozunun yoğunluğunu artırabilmesidir.

Temel kaygının kendisi tek başına nevroz değildir. Temel kaygı herhangi bir zamanda belirli bir nevrozun gelişebileceği besleyici bir topraktır. Temel kaygı sabit ve kesintisizdir ve ortaya çıkmak için bir sınava girmek ya da bir konuşma yapmak gibi bir tetikleyiciye gerek duymaz. Diğer insanlarla olan tüm ilişkilerin içine işler ve diğerleri ile baş etmenin sağlıksız biçimlerine yol açar.

Horney önceleri temel kaygı ile başa çıkmada başvurulan dört yol olduğunu belirtmiştir (1937): Sevilmek, itaat etmek, güç kullanmak ve insanlardan uzaklaşmak. Kişinin herhangi bir yolla kendini başkalarına sevdirmesi temel kaygıdan korunmak için başvurulan yollardan biridir. "Beni severseniz, bana kötülük yapmazsınız". Temel kaygıdan korunmanın ikinci yolu itaat etmektir ve iki şekilde gerçekleşebilir. Kişi kalıplaşmış yerleşik görüşlere, dini kurallara ya da güçlü kişilerin isteklerine uymayı tercih edebilir. Bu kurallara ya da isteklere uymak kişinin tüm davranışları için belirleyici özellik olacaktır. Bu da zamanla "iyi" bir insan olma zorunluluğuna dönüşebilir. Diğer taraftan itaat etme tutumu bir kişi ya da kuruma yönelik değil de herkesin her türlü isteğine uymak ve hoşnutsuzluk yaratacak her şeyden kaçınmak, eleştirme isteğini bastırmak, başkalarının kendisinden faydalanmasına ses çıkarmamak, hiçbir ayrım yapmadan herkese yardımcı olmak şeklinde de gerçekleşebilir. İster bir kişi ya da kuruma yönelik, ister genel şekilde olsun itaat etmede temel düşünce "itaat edersem kötülük görmem"dir.

Temel kaygıyla baş etmenin bir diğer yolu ise güçlü olmaktır. "Eğer güçlü olursam kimse bana zarar veremez" düşüncesiyle kişi güvenlik için güç, para, başarı, beğeni, prestij ya da entelektüel üstünlük arayışına girer.

Temel kaygıdan korunmanın dördüncü yolu ilk üçünden biraz farklıdır. İlk üç korunma yolunun ortak noktası, dış dünya ile şu ya da bu şekilde mücadele etmeye ve onun karşısında ayakta kalmaya uğraşmayı içermeleridir. Ancak temel kaygıdan kurtulmanın dördüncü yolu uzaklaşmaktır. Kişi maddi ve duygusal ihtiyaçlarını karşılayan tüm insanlardan tam anlamıyla bağımsız olmaya çalışır. Bu amaçla yeterince para kazanarak maddi bağımsızlık elde edebilir. Maddi bağımsızlığın bir diğer yolu da kişinin ihtiyaçlarını en aza indirgemesidir. Duygusal bağımsızlık ise diğer insanlardan duygusal olarak uzaklaşmakla sağlanabilir. Kişi bu şekilde hiçbir şeyin kendisini hayal kırıklığına uğratmasına ya da kendisine zarar vermesine izin vermeyecektir. Bir başka ifadeyle bu, kişinin duygusal ihtiyaçlarını yok etmesidir. Burada temel düşünce "her şeyden uzaklaşırsam hiçbir şey bana zarar veremez" şeklindedir.

Kişinin temel kaygıdan korunmak için bu yollara başvuruyor olması nevrotik olduğu anlamına gelmemektedir. Her insan belli ölçülerde bu yollara başvurmaktadır. Ancak kişi bu yollara aşırı derecede başvurur ve de diğerleri ile ilişkilerinde farklı stratejiler kullanma esnekliğini göstermezse bu durumda nevrotik kişilikten söz edilebilir.

Zorlanımlı Dürtüler

Nevrotik bireyler de normal insanlarınkine benzer sorunlara sahiptir. Ancak nevrotikler bu problemleri daha yoğun yaşarlar. Her insan reddedilme, düşmanlık ya da yarışmacılıkla mücadele etmek için çeşitli savunma araçları kullanır ancak normal insanlar farklı stratejileri faydalı bir biçimde kullanabilirken nevrotikler aynı stratejiyi üretken olmayan bir tarzda, sürekli olarak kullanırlar. Horney nevrotiklerin davranışlarını özgür irade ile değiştiremediklerini, kendilerini temel kaygıdan korumak için sürekli zorlanımlı bir biçimde çabaladıklarını belirtmiştir. Bu savunmacı strateji onları bir kısır döngüye sürükler. Temel kaygıyı azaltma yönündeki kompulsif ihtiyaçlar, benlik saygısını düşüren, düşmanlığa, uygun olmayan güç arayışına, abartılı üstünlük duygularına yol açan davranışlar doğurur (Feist ve Feist, 2006).

Nevrotik İhtiyaçlar

Horney nevrotiklerin temel kaygıyla mücadelelerini karakterize eden on nevrotik ihtiyaç kategorisi tanımlamıştır (Horney, 1942). Bu ihtiyaçlar daha önce belirtilen dört korunma yolundan daha spesifiktir ancak aynı savunmacı stratejiyi betimlerler. Bu on nevrotik ihtiyaç birbirleri ile örtüşen bir yapıya sahiptir. Bunun yanında bir insan bu ihtiyaçlardan birden fazlasına da sahip olabilir.

1. ***Nevrotik sevgi ve onaylanma ihtiyacı:*** Koşul, durum ya da nesne ayrımı gözetmeksizin başkalarını hoş tutmaya ve bu şekilde onlar tarafından sevilip onaylanmaya duyulan ihtiyaçtır. Diğer insanların beklentilerini otomatik olarak yerine getirmeyi, kendini ortaya koyma korkusunu, diğerlerinin düşmanlığından ya da kendi içindeki düşmanlıktan korkmayı içerir. Ağırlık merkezi bireyin kendisi değil başkalarıdır. Önemli olan tek şey diğerlerinin görüşleri ve arzularıdır.
2. ***Yaşamın sorumluluğunu üstlenecek güçlü bir eşe duyulan nevrotik ihtiyaç:*** Ağırlık merkezi tamamıyla yaşama ilişkin tüm beklentileri karşılayacak, iyi ve kötü şeyler için sorumluluğu üstlenecek eştedir ve bu eşin başarıyla kullanılması en önemli koşuldur. Sevginin tüm sorunları çözeceği düşünüldüğü için sevgiye aşırı değer yüklenir. Terk edilme ve yalnızlık korkularını içerir.
3. ***Yaşamı dar sınırlar içinde tutmaya yönelik nevrotik ihtiyaç:*** Talepkar olmamayı, azla yetinmeyi ve maddi şeylere yönelik arzu ve hırsları sınırlandırmayı içerir. Kişi göze çarpmama, ikinci planda olma ve kendi beceri ve potansiyellerini küçümseme eğilimindedir. Aşırı isteklere sahip olma ya da bunları ortaya koyma korkusu vardır.

4. ***Nevrotik güç ihtiyacı:*** Diğerleri üzerinde buyurganlık kurmak yönündeki ihtiyaçtır. Başkalarının bireyselliğine, onuruna ve duygularına yönelik temel bir saygısızlık söz konusudur ve ilgilenilen tek şey onların boyun eğmesidir. Güce yönelik ayrım gözetmeyen bir hayranlık ve zayıflığa duyulan aşağılamayla birlikte denetim dışı durumlardan ve çaresizlikten korkmayı içerir.
   a. *Mantık ve önsezi yoluyla kendini ve diğerlerini denetlemeye yönelik nevrotik ihtiyaç:* Açık ve doğrudan güç uygulama konusunda fazla ketlenen insanlarda görülür. Zeka ve mantığın her şeye kadir olduğuna inanılır, coşkusal etkenlerin gücü yadsınır ve bunlar aşağılanır.
   b. *İradenin her şeyi yapabilirliğine inanmaya yönelik nevrotik ihtiyaç*: İrade gücüne duyulan güçlü inançtan kaynaklanan dayanıklılık duygusunu ve arzulardan vazgeçmeyi ya da bunları sınırlandırmayı içerir.
5. ***Başkalarını kullanmaya ve onlardan yararlanmaya yönelik nevrotik ihtiyaç:*** Kişinin diğer insanları, kullanmaya elverişli olup olmadıkları ya da onlardan yararlanıp yararlanamayacağı temelinde değerlendirmesini içerir. Başkalarını kullanma becerisine dayanan gururun yanı sıra kullanılma ve sömürülme korkuları söz konusudur.
6. ***Toplumsal alanda göze çarpmaya ve saygınlığa duyulan nevrotik ihtiyaç:*** Kişinin ilgiyi kendi üstüne çekerek, önemli biri olarak kaygıyla baş etmeye çalışmasıdır. Kişinin öz-değerlendirmesi bütünüyle toplumsal benimsemenin yapısına bağlıdır. Saygınlığını yitirme korkusu söz konusudur.
7. ***Kişisel hayranlığa duyulan nevrotik ihtiyaç:*** Kişinin abartılı bir biçimde kendisini değerli görmeye ve bu abartılı benlik saygısının diğerlerinin hayranlığı ve onayıyla beslenmesine duyduğu ihtiyaçtır. Bu nedenle de kendine duyulan hayranlığı yitirme korkularını içerir.
8. ***Kişisel başarıya yönelik nevrotik hırs:*** Kişinin kendi üstünlüğünü onaylayabilmek için başkalarını yenme ve en iyi olma arzularını içerir. Öz-değerlendirme en iyi olmaya bağlanır ve kişi kendini büyük işler başarma konusunda acımasızca kamçılar. Bunlara eşlik eden başarısızlık ve küçük düşme-düşürülme korkuları vardır.
9. ***Kendine yetmeye ve bağımsızlığa duyulan nevrotik ihtiyaç:*** İnsanlardan uzaklaşarak tek başına ayakta durabildiğini kimseye muhtaç olmadığını ispatlama çabası vardır. Başkalarına ihtiyaç duymaktan, bağlanmaktan, yakınlıktan ve sevgiden korkmak söz konusudur.

10. ***Kusursuzluğa ve yanılmazlığa duyulan nevrotik ihtiyaç:*** Mükemmellik çabaları ile benlik saygısını ve kişisel üstünlüğü kanıtlama çabasını içerir. Kişi kendi kusursuzluğuyla diğerleri karşısında kendini üstün görür. Kendi zayıflıklarını ve hatalarını gizlemeye çalışmakla birlikte hata yapma, yetersizlik, eleştirilme ve suçlanma korkuları yaşanabilir.

Nevrotik Eğilimler

Başlangıçta temel kaygıyla mücadele etmek için kullanılan dört temel yol olduğunu belirten daha sonra ise daha spesifik olan on nevrotik ihtiyacı tanımlayan Horney, nevroz konusundaki görüşleri evrimleşip geliştikçe tanımladığı bu on nevrotik ihtiyacın üç genel kategori altında sınıflanabileceğini belirtmiştir (Horney, 1945). Ruhsal Çatışmalarımız (Our Inner Conflicts) isimli eserinde nevrotik insanların temel kaygıyla mücadele etmek için kullandıkları üç temel strateji olan insanlara yönelme, insanlara karşı olma ve insanlardan uzaklaşmayı tanımlayan Horney, bu temel tutumlara nevrotik eğilimler adını vermiştir. Daha önce de belirtildiği gibi çocuğun çevresindeki çok çeşitli zararlı etkenler onun, temel kaygı adı verilen, düşmanca bir dünyada yalnız ve çaresiz olma duygusunu geliştirmesine yol açabilir. Buyurganlık, umursamazlık, tutarsızlık, çocuğun bireysel ihtiyaçlarına karşı saygı eksikliği, küçümseyici davranışlar, güven veren yakınlık yoksunluğu, anne-baba arasındaki tartışmalarda taraf tutma zorunluluğu, haksızlık, ayrım gözetme, yerine getirilmeyen vaatler, baskıcılık, aşırı koruyuculuk, tehditkarlık, asabilik, aşırı titizlik, aşırı hoşgörülülük gibi patojenik ebeveyn tutumları çocukta böyle bir güvensizliğe sebep olabilir (Horney, 1945, 1950). Bu rahatsız edici koşullar altında ezilen çocuk düşmanca dünyada varlığını koruyabileceği ve onunla baş edebileceği yollar arar. Kendi korkularına ve zayıflığına rağmen çevresindeki güçlerle mücadele taktikleri geliştirir (Horney, 1945). Çocuk bu durumda insanlara yönelebilir, onlara karşı bir tutum sergileyebilir ya da insanlardan uzaklaşabilir. Bu stratejiler aynı zamanda kişiliğin parçaları olan kalıcı kişilik eğilimlerini oluşturur.

1. İnsanlara yönelme: Kendi çaresizliğini kabul eden birey, yabancılaşmasına ve korkularına rağmen diğer insanların sevgisini kazanmaya ve onlara yaslanmaya çalışır. Kişi ancak bu yolla kendini diğerleri ile güvende hissedebilmektedir. Bu yönelime sahip kişiler diğer insanların sevgi ve korumasını sağlayarak güvende olmak isterler. "Öylesine zayıf ve çaresizim ki diğer insanların beni sevip, koruması ve bağışlaması gerekir" şeklinde bir düşünceye sahip olan 'uysal' kişiler, kendilerini çaresizlik duygularından koruma çabalarında daha önce belirtilen on nevrotik ihtiyaçtan daha çok ilk ikisine sahiptirler. Diğer bir ifadeyle uysal kişiler belirgin bir sevilme ve onay-

lanma ihtiyacı ve bütün yaşam beklentilerini kendileri için karşılayacak ve sorumluluğu üstlenecek bir arkadaş, eş ya da sevgiliye yönelik derin bir ihtiyaç duyarlar. Kısaca uysal tip sevilmeye, arzulanmaya, istenmeye, beğenildiğini, benimsendiğini, onaylandığını, kabul edildiğini hissetmeye, ihtiyaç duyulmaya, başkaları için özellikle de belli bir kişi için önemli olmaya, korunmaya yardım edilmeye, özel ilgi ve bakım görmeye ve elinden tutulmaya ihtiyaç duyar. İnsanlara yönelme şeklindeki nevrotik eğilim düşünme, hissetme ve edimde bulunma yollarının tamamını içeren bütün bir yaşam biçimidir (Horney, 1945). Bununla birlikte insanlara yönelme aynı zamanda kişinin kendisini bencil olmayan, cömert, sevecen, diğer insanların duygularına duyarlı ve alçakgönüllü bir kişi olarak değerlendirmesini sağlayan bir yaşam felsefesi rolü de görmektedir.

2. İnsanlara karşı olma: Temel kaygıyla başa çıkmanın bir yolu insanlara yaslanmaksa bir diğer yolu da onlarla savaşmaktır. Tıpkı 'uysal' tipin, insanların "iyi" olduğu inancına sıkı sıkıya bağlanması gibi 'saldırgan' tip de herkesin düşman olduğuna inanır ve böyle olmadıklarını kabul etmeyi reddeder (Horney, 1945). Saldırgan tip için yaşam amansız bir kavgadır ve tüm çabası güçlü olmaya, güç kazanmaya ya da en azından böyle görünmeye yöneliktir. İnsanlara karşı olma yönelimine sahip kimselerin dünyaya bakış açıları bir anlamda Darwin'in çevreye en iyi uyum sağlayanın yaşadığı ve güçlünün zayıfı yok ettiği fikrine dayanır. Saldırgan tip için kaba bir biçimde kendi çıkarı peşinde koşma tutumu en önemli yasadır. Bu nedenle de saldırgan tipin temel ihtiyacı diğer insanlar üzerinde denetim kurma ve buyurganlık ihtiyacıdır. Bununla birlikte başkalarından üstün olmaya, başarıya, saygınlığa ulaşmaya ya da şu veya bu şekilde ilgi çekmeye ihtiyaç duyarlar. İnsanlara karşı olma eğilimine özgü bir diğer nevrotik ihtiyaç da diğerlerini kullanma, onları dolandırma, onlardan yararlanma ihtiyacıdır. Bu yönelime sahip saldırgan tipin kendisine ilişkin algısı ise güçlü, dürüst ve gerçekçi olduğu yönündedir. Kendi bakış açısıyla bütün bunlar doğrudur çünkü onun için acımasızlık güç, başkalarına yönelik saygısızlık dürüstlük ve kaba bir biçimde kendi çıkarları peşinde koşmak da gerçekçilik demektir. İnsanlara yönelme eğilimine sahip uysal tip ve insanlara karşı olma eğilimine sahip saldırgan tip zıt kutuplara karşılık gelmektedir. Biri herkesten hoşlanırken diğeri herkesi potansiyel düşman olarak görmekte, biri için hoş olan diğeri için iğrenç olmakta, biri her ne pahasına olursa olsun kavgadan kaçarken diğeri için bu kendi yapısının doğal bir parçası haline gelmektedir. Uysal tip korkuya ve çaresizliğe dört elle sarılırken saldırgan tip korkuları ve çaresizliği devre dışı bırakmaya çalışır. Biri nevrotik bir biçimde de olsa insanca ideallere yönelirken, diğeri bir yaşam savaşı felsefesine yönelir. Ancak her iki tipin seçimleri de özgürce yapılan seçimler değil, içsel zorunluluklar tarafından belirlenen zorlanımlı ve esneklikten yoksun seçimlerdir. Bu iki yönelimin tek

ortak noktası, ağırlık merkezinin bireyin kendisinin dışında oluşudur, her iki tip de diğer insanlara ihtiyaç duyar, değişen yalnızca başkalarından istenen onayın biçimidir.

3. İnsanlardan uzaklaşma: Temel kaygıyla mücadele etmenin bir diğer yolu ise coşkusal yalıtıma ve insanlardan uzaklaşmaya duyulan ihtiyaçtır. Bu yönelimdeki bireyler diğer insanlara bağımlı olmak ya da onlarla düşmanca bir etkileşim içinde olmak yerine yalnız olmayı tercih ederler ve diğerleri ile ilişki kurmazlar. Ancak bu yalnızlık normal insanların da ara sıra ihtiyaç duyacağı yalnız kalma olgusundan farklıdır. Anlamlı bir yalnızlık isteği nevrotik bir özellik taşımaz. Bu yönelimin belirgin özelliği insanlara yönelik genel bir yabancılaşmadır. Bu insanlar kendileriyle diğerleri arasına coşkusal bir uzaklık koymaya gereksinim duyarlar ve bilinçli ya da bilinçsiz bir şekilde sevgide, kavgada, işbirliğinde ya da rekabette başkalarına coşkusal açıdan katılmamaya yönelik bir kararları vardır. Yalıtılmış tip çevresine içine hiç kimsenin giremeyeceği büyülü bir çember çizmiş gibidir. Bu insanların temel gereksinimleri arasında en göze çarpanı, öz-yeterlik ihtiyacıdır ve bunun en açık dışavurumu da becerikliliktir. Yalıtılmış tip için becerikli olmak yalıtımını dengeleyebileceği tek yoldur. Bu sayede kimseye ihtiyaç duymayacak ve insanlarla yakın ilişkilere girmek zorunda kalmayacaktır. Bununla birlikte öz-yeterliği korumanın bir yolu olarak, insanlardan uzaklaşma yönelimine sahip kimse bilinçli ya da bilinçsiz bir biçimde kendi ihtiyaçlarını sınırlamaya da gerek duyabilir. Burada altta yatan kural, hiçbir zaman hiç kimseye ya da hiçbir şeye onu vazgeçilmez kılacak ölçüde bağlanmamaktır. Bu bağlılık onun insanlardan uzaklığını, coşkusal yalıtımını felç edeceği için sevgi, ilgi, yakınlık, ve bağlanmadan kaçınmak gibi temel bir ilkeye sahiptir. Bir diğer belirgin ihtiyaç da gizliliktir. Öz-yeterlik ve gizlilik ihtiyaçları yalıtılmış tipin en belirgin ihtiyacına yani tam bağımsızlık ihtiyacına hizmet eder. İnsanlardan uzaklaşma yönelimine sahip birey mümkün olduğunca uzun süreli yükümlülüklerden kaçınır. Evlenmek ya da uzun süreli bir kira sözleşmesi yapmak bu tip için zordur.

Temel kaygıyla başa çıkmak için başvurulan bu üç eğilimin her birinde temel kaygının içerdiği öğelerden biri aşırı önem kazanmaktadır. İnsanlara yaklaşmada çaresizlik, insanlara karşı olmada düşmanlık, insanlardan uzaklaşmada ise yalıtım öne çıkmaktadır. Normal insanlar bu üç tutumun hepsine belli ölçüde sahipken ve uygun durumlarda uygun tutuma başvururken nevrotikler için durum farklıdır. Onlar için bu üç tutum birbirini karşılıklı olarak dışlayıcıdır. İnsanın başkalarına boyun eğme, onlarla kavga etme ya da kendini tutma becerisine sahip olması iyi insan ilişkileri için gerekli olan tamamlayıcı unsurlardır. Bu üç tutum sağlıklı bir kişide tamamlayıcı bir nitelik taşır ve uyumlu bir bütünlük oluşturabilir. Ama temel kaygısı yüzünden kendini güvensiz bir dünyada hisseden birey için bu davranışlar ısrarlı, aşırı

ve katı bir yapı kazanır. Bu davranışlardaki katılık ve körlüğün derecesi bireyin temel kaygısının yoğunluğuyla doğru orantılıdır (Horney, 1950). Bunlardan yalnızca birinin ağır basması ise tek yönlü ve aşırı bir gelişmeye yol açar. Nevrotik insanlarda bu üç tutumun uzlaşmaz oluşunun birkaç nedeni vardır. Her şeyden önce nevrotik insan esnek değildir ve başvurduğu tutum, duruma uygun olsun ya da olmasın boyun eğmeye, kavga etmeye ya da uzak durmaya yönelik zorlanımlı bir itki duyar. Farklı davrandığında ise paniğe kapılır. Bu yüzden bu üç tutumun üçünün de aynı kişide belli bir oranda bulunması durumunda birey mutlaka ağır bir çatışma yaşayacaktır. Diğer bir ifadeyle bu üç temel yönelim, bireyle diğerleri arasındaki temel çatışmaya yol açacaktır. Zamanla birey bu tutumlardan birisini tutarlı bir biçimde ön plana çıkararak söz konusu çatışmayı çözmeye çalışacaktır.

İç (İntrapsişik) Çatışmalar

Horney nevrotik eğilimlerin temelini çocukluk yıllarındaki kişiler arası ilişkilerden kaynaklanan temel kaygıya bağlamakla birlikte kişiliğin gelişiminde iç çatışmaların da önemli bir rolü olduğunu belirtmiştir. Hem normal hem de nevrotik bireylerin yaşamlarında iç çatışmaların önemli rolü olduğunu belirten Horney iç çatışmaların kaynağının da aslında kişiler arası ilişkiler olduğunu kabul etmektedir. Ancak bu iç çatışmalar her ne kadar kişiler arası ilişkilerden kaynaklanıyor olsalar da kişinin inanç sisteminin bir parçası olduktan sonra kendilerine yol açan kişiler arası çatışmadan ayrı bir varoluş geliştirirler (Feist ve Feist, 2006).

Horney nevrozun merkezi özelliğini, kişinin çevredeki baskılayıcı güçler nedeniyle kendi gerçek özüne yabancılaşması olarak tanımlamıştır. Horney'a göre terapinin amacı, bireyin kendi özüne döndürülmesi ve spontanlığını yeniden kazanması için ona yardımcı olarak ağırlık merkezini kendi içinde bulmasını sağlamaktır (Horney, 1939). Kişinin gerçek özü ile kastedilen, mizacı, yetenekleri, kapasiteleri ve yatkınlıkları içeren içsel potansiyellerdir. Bu potansiyeller genetik yapımızın bir parçası olmakla birlikte gelişebilmek için uygun bir çevreye gereksinim duyarlar. Kişinin kendi gerçek özünü gerçekleştirmesi öğrenilecek bir şey değildir. Ancak dış etkenlerden etkilenmeye açık bir süreçtir. Çünkü kişinin kendini gerçekleştirmesi dış dünya ile etkileşimi yoluyla gerçekleşmektedir. Horney'a göre (1950) insanlar fırsat tanındığında kendilerine özgü insanca nitelikler geliştirmenin bir yolunu bulacaklar, diğer bir ifadeyle kendini gerçekleştirmeye doğru önemli bir sapma olmaksızın yol alabileceklerdir. Ancak her canlı gibi insan da gelişmek için elverişli koşullara, kendi duygu ve düşüncelerine sahip olmasını ve bunları ifade edebilmesini sağlayacak içsel güven ve özgürlük duygusu verecek sıcak bir atmosfere gereksinim duyar. Bunun yanında çocuk, yetişme sürecinde kendi

gerçek özünü gerçekleştirebilmek için ihtiyaçlarını karşılayacak, ona tam ve olgun bir birey olma yolunda rehberlik edecek ve onu cesaretlendirecek insanlara ve onların iyi niyetlerine de ihtiyaç duyar. Kendini gerçekleştirme sürecinde gerekli olan bir başka deneyim de diğerlerinin irade ve arzularıyla sağlıklı sürtüşmeler yaşayabilmektir. Bu şekilde birey sevgi ve sürtüşme yoluyla başkaları ile birlikte gelişebilirse kendi gerçek özüyle de uyum içinde gelişecektir (Horney, 1950). Ancak çocuğun çevresindeki insanlar onu sevmeyecek, onun kendi başına bir birey olduğunu bile kabul edemeyecek ölçüde kendi nevrozlarına kapılmış olurlarsa, bu insanların çocuğa karşı tutumları, kendi nevrotik ihtiyaçları tarafından belirlenmiş olacaktır. Bu da çocukta temel kaygıya yol açarak onun gerçek duygularının spontanlığı içinde başkalarıyla ilişki kurmasını engeller ve onun savunmacı stratejiler geliştirmesine yol açar. Bu stratejilerin bir kısmı kişiler arası ilişkilerde yaşanan çatışmaların üstesinden gelmeye yönelik olan çabalardır. Daha önce de değinildiği gibi çocuk yaşadığı temel kaygıyla başa çıkmak için çevresindeki güçlü insana sığınmaya (insanlara yönelme), başkaldırıp kavga etmeye (insanlara karşı olma) ya da diğerlerini kendi içsel yaşamından uzak tutmaya ve coşkusal olarak onlardan uzaklaşmaya (insanlardan uzaklaşma) yönelebilir. Kişiler arası ilişkilerde yaşanan güçlükler kendi savunma stratejilerini yaratırken bunlara eşlik eden iç çatışmalar da kendi savunmacı stratejilerine yol açarlar. Çocuğun kendi özünü gerçekleştirmesini engelleyen olumsuz çevresel etkiler onda yalnızlık ve aşağılık duygularına yol açar ve onun kendi gerçek özüne yabancılaşmasına neden olur. Kendine yabancılaşan birey kendisine bir sığınak, bir kimlik duygusu verecek bir şeye ihtiyaç duyar. Bu çelişki ancak idealleştirilmiş bir benlik imgesi oluşturularak çözülür. Kişi hayal gücüyle kendi kafasında kendine ait idealleştirilmiş bir imge yaratır. "Birey kendini sınırsız güçlerle yüceltilmiş becerilerle donatır, bu şekilde bir kahraman, bir bilge, mükemmel bir aşık, bir aziz, bir tanrı olup çıkar" (Horney, 1950; s.22).

İdealleştirilmiş Benlik İmgesi ve Görkem Arayışı

Zayıflık, yetersizlik ve değersizlik duygularını ödünlemek için kişi kendi imgelem gücünün de yardımıyla benlik imgesini sınırsız güçlerle ve yüceltilmiş becerilerle donatır. Ancak benliğin idealleştirilmesi genel (global) bir kavram değildir. Tam olarak anlaşılabilmesi için bireyin kişiler arası çatışmalarda başvurduğu savunma stratejileri ile ilişkili bir biçimde ele alınması gerekir. Çünkü nevrotik kimseler kendilerini farklı şekillerde yüceltip kutsarlar. İnsanlara yönelen uysal tipin kendisine yönelik ideal imgesi temelde iyilik, cömertlik, alçakgönüllülük, doğruluk, dürüstlük, soyluluk, cana yakınlık, özgecilik gibi hoş özelliklerin bir karışımıdır (Horney, 1950). İnsanlara karşı

olma eğilimine sahip olan saldırgan tipin kendisine yönelik ideal imgesi ise güçlü, her durumun yenilmez hakimi, diğer insanlardan daha zeki ve daha gerçekçi olduğu yönündedir ve bu kimseler kendilerini kutsanmış, bir kader adamı, peygamber, büyük verici ve insanlığın velinimeti olarak görürler (Horney, 1950). İnsanlardan uzaklaşma eğilimine sahip kaçınan tipin kendisine yönelik ideal imgesi de öz-yeterlik, bağımsızlık, özünü de içine alan bir dinginlik, arzu ve tutkulardan özgür olma, hazza ya da acıya kapalı olma ve adil olmanın birleşimidir.

Benliğin idealleştirilmiş imgesi katılaştıkça, nevrotik kişi bu imgenin gerçekliğine inanmaya başlar ve kendi gerçek özüyle bağlantısını yitirir. Kişi kendini idealleştirdiği imgesiyle özdeşleştirir. Bu aynı zamanda kişinin, kendini değerlendirme ölçütü olarak idealleştirilmiş imgesini kullanmasına da yol açar. Böylece kişi sağlıklı kendini gerçekleştirme yönünde ilerlemek yerine idealleştirdiği benlik imgesini gerçekleştirmeye çalışır. Sağlıklı yol, bireyin kendi gerçek özüne yönelmesi ve onu gerçekleştirmeye çalışması iken o, ideal benlik imgesi uğruna gerçek özünü tümüyle bir kenara iter. Kişi için ideal imgesi, onun gerçekten ya da potansiyel olarak olduğu şeye – olabileceği ve olması gereken şeye – dönüşür. Böylece bireyin kendini ifade etme isteği, bireyin idealleştirilmiş imgesini ifade etmek, onu davranışlarıyla kanıtlamak isteği haline gelir. Bu nedenle öz-idealleştirme Horney'ın görkem arayışı adını verdiği daha kapsamlı bir itkiye dönüşür. Kişinin gerçek yaşamda idealleştirilmiş imgesine ulaşmaya çalışması olarak tanımlanabilecek olan görkem arayışının üç ögesi vardır: *kusursuzluk ihtiyacı, nevrotik hırs ve kinci zafer ihtiyacı.*

Görkem arayışına yönelik itkiler arasında en radikal olanı ***kusursuzluk ihtiyacıdır***. Amacı kişiliğin tamamını ideal öz kalıbına dökmektir. Kişi bu amaca zorunluluklardan (-meli, -malı'lar) ve tabulardan oluşan karmaşık bir sistem aracılığıyla ulaşmaya çalışır. Bu baskıcı zorunluluklar nevrotik insanın yapması, olması, hissetmesi, bilmesi gereken şeylerin ve nasıl ve ne olmaması gerektiği konusundaki tabuların bir birleşimidir. Horney kişinin kendi yarattığı bu buyrukların katı ve ödün vermez oluşlarından dolayı bu itkiye "zorunlulukların zulmü" (tyranny of the should) adını vermiştir. Kendi kusursuzluk imgesi peşinde koşan nevrotik, bilinçsizce kendisine şunları söylemektedir: "Gerçekte ne kadar rezil bir yaratık olduğunu unut, senin olman gereken şey işte bu ve önemli olan tek şey de senin bu olman" (Horney, 1950; s.64). Baskıcı zorunluluklara ilişkin dikkati çeken ilk şey bunların yerine getirilebilirliğinin göz ardı edilmesidir. Bunlar hiç kimsenin yerine getiremeyeceği türden isteklerdir. Baskıcı zorunlulukların bir diğer özelliği de kişinin kendi ruhsal durumunu kesinlikle dikkate almaksızın etkinlik göstermeleridir. Bu zorunlulukların dayandığı temel varsayım bir kimse için hiçbir şeyin imkansız olmadığı ya da olmaması gerektiği varsayımıdır. Baskıcı zorunluluklar kişinin

duygularının, arzularının, düşüncelerinin ve inançlarının spontanlığına yani kişinin bunları hissetme ve ifade etme yetisine zarar verirler.

Nevrotik görkem arayışının en açık ve dışa dönük ögesi ise ***nevrotik hırs,*** yani dışsal başarı ve üstünlük yönündeki zorlanımlı itkidir. Nevrotikler her ne kadar yaptıkları her işte abartılı bir üstünlük arayışı içinde olsalar da, bu üstünlük çabası genellikle belli bir bireyde, belli bir zamanda üstünlüğün en kolay ulaşılabilir olduğu konulara yönelir. Bu yüzden hırsın kapsamı kişinin yaşamı boyunca birkaç kez değişebilir. Örneğin bir kimse öğrencilik yıllarında sınıfta en yüksek notları alamamış olmayı dayanılmaz bir yüz karası olarak değerlendirebilir. Aynı kişi daha sonra zorlanımlı bir şekilde en popüler ve en çok arzulanan kimselerle flört edebilen biri olmak için çabalayabilir. Ve yine bu kişi yetişkinlik yıllarında en çok para kazanan kişi ya da politikada en önemli kişi olma saplantısına yakalanabilir. Nevrotik hırs materyalist olmayan bir biçimde toplumdaki en hayırlı ya da yardımsever kişi olmak şeklinde de ifadesini bulabilir.

Görkem arayışı içindeki en yıkıcı son öğe ise kinci bir zafer ihtiyacıdır. Bu, gerçek başarı ve üstünlük çabası gibi görünüm alabilse de asıl amaç, elde edilen başarılarla diğerlerini utandırmak ya da onları yenerek ya da önem kazanarak güç elde etmek, diğerlerine çoğunlukla küçük düşürücü bir şekilde acı çektirmektir. Bu itkinin motive edici güçleri, çocuklukta yaşanan hayal kırıklıklarının ve aşağılanmaların öcünü almaya yönelik dürtülerden kaynaklandığı için Horney bunu kinci zafer ihtiyacı olarak adlandırmıştır. Kinci zafer ihtiyacı çoğunlukla gizli bir yapıdadır. Yıkıcı doğasından ötürü bu öge görkem arayışında en çok gizlenen öğedir. Dışardan görülen genellikle çok çılgınca bir hırs olsa da bu hırsın ardındaki güç başkalarından üstün gelerek onları alt etme, küçük düşürme ve geçmiş hayal kırıklıklarının intikamını almaktır.

Özün idealleştirilmesi ve nevrotik görkem arayışı Horney'in 'gurur sistemi' diye adlandırdığı olgunun ortaya çıkmasına neden olur. Gurur sistemi; nevrotik gururu, nevrotik hak taleplerini ve öz-nefreti içerir.

Nevrotik Gurur

Nevrotik insan mükemmellik yönünde dinmek bilmeyen çabalarına ve ulaştığına inandığı kusursuzluğuna rağmen en çok ihtiyaç duyduğu şeyi, özgüven ve öz-saygıyı elde edemez. Ulaşabileceği en yüksek yerler ya da kazanabileceği en büyük görkem onu kibirli yapacak ancak ona içsel bir güvenlik duygusu vermeyecektir. Nevrotik kişi yine de kendisini en aşağıda, istenmeyen bir kişi olarak görür, kolayca incinir ve kendi değerlerinin kesintisiz bir biçimde onaylanmasını ister. Nevrotik gurur; idealleştirdiği benlik imgesiyle

özdeşleşen görkem arayışındaki bireyin sahip olduğunu varsaydığı kişisel özelliklerine bağladığı abartılı ve irrasyonel gururdur. Kendini idealleştirdiği imge olarak gören kişi bunun sürekli olarak diğerleri tarafından da doğrulanmasını ister. Nevrotik gurur nitelik olarak sağlıklı gururdan ve gerçekçi benlik saygısından oldukça farklıdır. Gerçek benlik saygısı, gerçek öz-niteliklere ve başarılara dayanır ve genellikle ağırbaşlı bir şekilde ifade edilirken, nevrotik gurur benliğin idealleştirilmiş imgesine dayanır ve kişinin kendine yönelik yüceltilmiş bakış açısını korumak amacıyla yüksek sesle ifadesini bulur.

Sağlıklı ve gerçekçi bir özgüvenin gelişmesi için çocuğun dıştan yardıma gereksinimi vardır. Yakınlığa, kıvanç duygusuna, ilgi ve bakıma, bir güven ortamına, cesaretlendirmeye ve yapıcı bir disipline ihtiyaç duyan çocuk bu koşullara sahipse hem kendine hem de başkalarına güvenmeyi içeren temel güven duygusunu geliştirecektir. Ancak bunların yerine sağlıklı kişilik gelişimini engelleyen ve daha önce de dile getirilen yaralayıcı etkenler söz konusu olduğunda gerçekçi bir öz-güven ve benlik saygısı yerine nevrotik gururun oluşması kaçınılmazdır. Nevrotik gurur kişiyi kolayca aşırı derecede korunmasız ve hassas hale getirir. Gurur hem içsel hem de dışsal olarak kolaylıkla yaralanabilir. Nevrotik kişi kendisini görkemli, harika ve mükemmel olarak gördüğü için diğerleri ona özel bir nezaketle davranmadıklarında gururu incinir. Gururun yaralanmasına yönelik iki tepki utanma ve küçük düşürülmüş olma duygusudur. Gururumuzu zedeleyecek bir şeyler yaptığımız, düşündüğümüz ya da hissettiğimiz zaman utanç duyarız. Benzer bir biçimde diğer insanlar da gururumuzu kıracak şeyler yaptıklarında küçük düşürüldüğümüzü hissederiz. Ancak öz-saygıyı koruma gereksinimi hayati bir önem taşır ve bunu sağlamanın birçok yolu vardır. Bunlardan en önemlisi ve en sık görüleni, küçük düşürülme karşısında öç alma dürtüsüyle oluşan düşmanlık ve kinciliktir. Yaralı gururu onarmanın bir diğer biçimi de şu ya da bu yolla bütün durumlara ve insanlara duyulan ilginin yitimidir. Diğer taraftan kişinin gururu kendi söylemiş ya da yapmış olduğu bir şey nedeniyle yaralanmışsa, kişi bu söylediği ya da yaptığı şeyi unutarak, inkar ederek ya da mantığa bürüyerek de gururunu onarmaya çalışabilir. Tüm bu araçların amacı bireyin öz-saygısını koruma ihtiyacıdır. Bununla birlikte gurur öylesine hassas ve değerlidir ki gelecekte de korunması gerekir. Bu nedenle nevrotik birey gelecekteki yaralanmalardan korunmak umuduyla ayrıntılı bir kaçınma sistemi kurabilir. Örneğin nevrotik birey çarpıcı bir başarı kazanamayacağı korkusuyla kendi yeteneklerine uygun ciddi işlere girişmekten kaçınabilir. Yazmak ya da resim yapmak isteyebilir ancak işe başlamaya cesaret edemez ya da reddedilme korkusuyla karşı cinse yaklaşmaya yeltenmez.

Horney'a göre nevrotik gururun gelişmesi görkem arayışıyla başlayan sürecin mantıksal bir sonucu ve bu arayışın doruğudur. Başlangıçta kendisi-

ne görkemli bir rol veren ve görece zararsız hayaller kuran birey zamanla kendi kafasında "gerçekte" ne olduğuna, ne olabileceğine ve ne olması gerektiğine dair bir ideal imge yaratır. Daha sonra kendini bu ideal imgeyle özdeşleştirerek gerçek özüne yabancılaşır ve kendini gerçekleştirmek için kullanabileceği enerjisini bu ideal özü gerçekleştirmek için kullanır. Baskıcı zorunluluklarla bu ideal özü gerçekleştirmeye çalışırken bir yandan da oluşturduğu idealleştirmiş imgesine dayalı gururunu, gurur sisteminin bir başka ögesi olan nevrotik hak talepleri yoluyla korumaya çalışır.

Nevrotik Hak Talepleri

Horney'a göre kişi nevrotik gururuna dayanarak, kendine dair görkemli algısına uygun muamele görmeyi arzuladığı bir dünyaya ilişkin nevrotik talepler geliştirmektedir. Görkem arayışı içindeki nevrotik kişi gerçek dünyayla eşdeğer olmayan bir hayal dünyası kurar. Nevrotiğin gerçek varlığıyla kendi kafasında oluşturduğu imge birbirine uymaz. Ancak dış gerçeklik de ona kafasında yarattığı görkemli bir varlık gibi davranmaz. Bu durumda nevrotik kendi yanılsamalarından kurtulmak yerine dış dünyanın kendisine karşı, kendi kafasındaki gösterişli imgesine uygun bir biçimde davranmasını bekler. Nevrotik kişi diğer insanların kendisine özel bir ilgi, özen ve saygı göstermelerini bekler. Bu talepler kişinin idealleştirilmiş imgesiyle çok tutarlı olduğu için kişi bu kişisel ayrıcalık taleplerinin mantıksızlığını kavrayamaz.

Nevrotik hak talepleri normal gereksinimlerden ve arzulardan gelişir ancak onlardan oldukça farklıdır. Kendi içinde çok mantıklı olan bir arzu ya da gereksinim nevrotik kişi için bir hak iddiasına dönüşür. Bu nedenle de bu hak iddialarının karşılanmaması, kişi tarafından haksız bir engellenme, öfkelenmekte haklı olduğu bir saygısızlık olarak değerlendirilir. Normal bir gereksinim ya da arzu ile nevrotik bir hak talebi arasındaki fark kesin olmakla birlikte nevrotik kişi bu farkı görmemekle kalmaz, bunu görmeye isteksiz de olur. İnsanların farkında olmaksızın hak taleplerine dönüştürdükleri şeyler nevrotik ihtiyaçlardır. Nevrotik hak talepleri mantık dışıdır çünkü kişi kendisi için önemli olan her şey için hak sahibi olduğuna inanmaktadır. Horney'a göre nevrotik kişi bir insan olarak kendi yaşamının da tehlikelerle dolu olduğunu kabul etme yetisinden yoksundur. Böylece kişi bir dokunulmazlık, bir bağışıklık isteği, şansın her zaman kendine gülmesi, rahat ve acısız bir yaşam sürme doğrultusunda birtakım hak talepleri yaratır. Nevrotik hak taleplerinin bir diğer özelliği de benmerkezci bir nitelik taşımalarıdır. Bu hak talepleri yetişip olgunlaşmayı başaramayan insanlarda görülen tam anlamıyla çocuksu kişilik özellikleridir. Nevrotik hak taleplerinin temelinde yeterli çabayı göstermeksizin her şeyin elde edilebileceği yönündeki beklenti yatmaktadır. Bunlara ek olarak nevrotik hak talepleri yapısal olarak kinci bir özellik de

taşıyabilir. Nevrotik birey talepleri karşılanmadığında kendisine haksızlık edildiğini düşünebilir ve bunun intikamını almaya çalışabilir.

Nevrotik hak taleplerinin temel işlevi, nevrotiğin kendine ilişkin yanılsamalarının varlığını sürdürmesini sağlamak ve sorumluluğu kendi dışındaki etkenlere kaydırmaktır. Nevrotik ihtiyaçlarını hak taleplerine dönüştüren kişi kendi sorunlarını yadsıyarak kendi sorumluluğunu diğer insanların, olayların ya da kaderin üstüne atar. Nevrotik kişiye göre herhangi bir güçlükle karşı karşıya kalması haksızlıktır ve yaşam onun için, bu güçlüklerin onun canını sıkamayacağı şekilde düzene sokulmalıdır.

Öz-Nefret

İdealleştirdiği imgesiyle özdeşleşen bireyin görkem arayışında geliştirdiği bu gurur sistemi aynı zamanda onun neleri reddetmesi, küçümsemesi, nelerden tiksinmesi, utanması ya da nefret etmesi gerektiğini de belirlemek durumundadır. Bu nedenle baskıcı zorunluluklar, nevrotik gurur, nevrotik hak talepleri ve öz-nefret birbirleriyle iç içe bir varoluş sergilerler.

Nevrotik görkem arayışındaki birey asla kendisinden memnun olamaz çünkü kişi gerçek özünün, idealleştirilmiş imgesinin doymak bilmez taleplerine ve baskıcı zorunluluklarına uymadığını fark ettiğinde kendisini hor görmeye ve kendisinden nefret etmeye başlar. Diğer bir ifadeyle benliğini görkemli kılma çabası içindeki birey kendi gerçek benliğini bir tehdit gibi görür. Horney'a göre (1950) idealleştirilmiş öz sadece peşinden koşulacak bir yanılsama olmakla kalmaz. Bu aynı zamanda bireyin kendi gerçek varlığını değerlendirdiği bir ölçüt haline gelir. Ve kişi gerçek varlığını tanrısal bir kusursuzluk perspektifinden değerlendirdiğinde gerçek özü onun için öylesine utandırıcı bir görünüm alır ki birey onu küçümsemekten başka bir şey yapamaz. Horney insanların kendilerine yönelik nefretlerinin dışavurumunun altı temel biçimi olduğunu ve bu altı temel biçimin birbiriyle iç içe geçmiş olduğunun da unutulmaması gerektiğini belirtmiştir. Horney bunları; *kendine yönelik ödün vermez istekler, kendini acımasızca suçlama, kendini aşağılama, kendini engelleme, kendine eziyet etme ve öz-yıkım* olarak adlandırmıştır.

Kişinin kendi gerçek özüne yönelik nefreti *kendisine yönelik ödün vermez beklentilere* girmesine yol açabilir. Bu beklentiler zorunlulukların zulmü şeklinde adlandırılan duruma yol açmaktadır. Daha önce de değinildiği gibi bireyin kendine yönelik istekleri bireyin kendi ideal imgesini gerçekleştirme çabasını içermektedir. Ancak bu istekler giderek bireyin kendine yabancılaşmasında iki yönlü bir işlev görür. Bir yandan kişiyi spontan duygu ve inançlarını çarpıtmaya zorlar öte yandan da bilinçsiz ve genel bir ikiyüzlülük yaratır. Sonunda kişinin bunlara boyun eğme yetisinden yoksun olduğunu

algılaması öz-nefretin oluşmasına neden olur. Bir anlamda öz-nefret, baskıcı zorunlulukların yerine getirilemeyişinden ötürü bireyin kendine verdiği cezadır.

Öz-nefretin bir diğer dışavurum biçimi, *kendini acımasızca suçlamadır*. Kişi diğer insanların kendisini gerçekten tanımaları durumunda hiç de iyi bir insan olmadığını farketmiş olacaklarını düşünür ve er geç yetersizliğinin ortaya çıkacağına inanır. Çünkü o bilgiliymiş, yeterliymiş, içtenmiş gibi davranmakla birlikte gerçekte bunların hiçbiri değil tam bir sahtekardır. Bunu kendisi dışında hiç kimse bilmiyordur. Ama kendisinin bunu bilmesi de kendisinden nefret etmesi için yeterlidir. Bunun yanında kişinin öz-suçlamaları kendi denetimi dışındaki durumlar üzerinde de yoğunlaşabilir. Kişi gazetede okuduğu bir cinayetten ya da kilometrelerce uzaklıktaki bir yerde gerçekleşen sel felaketinden de kendisini sorumlu tutarak kendini suçlayabilir.

Öz-nefretin üçüncü ifade biçimi *kendini aşağılamadır*. Kendini ayıplama, kendini küçümseme, kendinden kuşkulanma, kendine karşı inançsızlık ve kendisiyle alay etme şeklinde görülebilir. Kendini aşağılama kişinin gelişme ve başarı çabalarını engelleyebilir. Nevrotik birey sınırlarını, bedenini (görünümünü ve işleyişini), zihinsel becerilerini vb küçümseyebilir. Örneğin başarılı kariyerini şansa bağlayan bir insan ya da hoşlandığı kızın kendisine bakmayacağını düşünen genç kendini aşağılama yoluyla öz-nefretini ifade etmektedir. Bu kişiler davranışlarının farkında olmakla birlikte bu davranışa yol açan şeyin kendi gerçek özlerine duydukları nefret olduğunun farkında değildirler.

Öz-nefretin ifade biçimlerinden dördüncüsü *kendini engellemedir*. Horney sağlıklı öz-denetimle kişinin kendini engellemesinin birbirinden çok farklı şeyler olduğunu belirtmiştir. Dengeli bir insanının bazı etkinliklerden ya da doyumlardan kendisi için daha önemli olan amaçları için vazgeçmesini normal bir durum olarak kabul eden Horney, kendini engellemenin öz-nefretten kaynaklandığını ve amacının ideal özü gerçekleştirmek olduğunu belirtmiştir. Eğlence konusundaki tabular, gerçek anlamda bizim faydamıza olan ve bu nedenle de yaşamı zenginleştirici bir yapısı bulunan şeyleri yapmanın ya da bunları istemenin yanlış olduğu yönünde bir baskı oluşturur. Kişi diğer insanlar açlıktan ölürken hoş yiyecekler yemeye, kimilerinin üstlerine giyecekleri doğru düzgün kıyafetleri bile yokken onun yeni bir şeyler alıp giymeye hakkı olmadığını düşünür. Kendini engellemenin bir başka örneği de kişinin hak etmediğini düşündüğü için işinde yükselmeye çalışmaması ya da daha iyi bir kariyer peşinde koşmamasıdır.

Horney, *kendine eziyet etmenin* öz-nefretin kaçınılmaz bir yan ürünü olduğunu belirtmiştir. Nevrotik kişi imkansız bir kusursuzluk için çabalasa da, kendine olmadık suçlar yüklese de, kendini küçümsese ya da engellese de

gerçekte kendisine acı çektirmektedir. Ancak kişinin temel eğilimi kendine acı çektirmek olduğunda kendine eziyet etme ayrı bir kategoride ele alınabilir. Örneğin önemsiz bir boğaz ağrısını vereme, bir mide ağrısını kansere, bir kaygı nöbetini çıldırmaya dönüştüren nevrotiğin temel eğilimi kendisine acı çektirmektir. Bazı insanlar bir baş ağrısının acısını abartarak, verilecek bir kararı bir ıstırap haline dönüştürerek ya da kaybedeceklerini baştan bildikleri bir kavgaya girerek kendilerine mazoşistçe bir doyum sağlamayı tercih edebilirler.

Son olarak, öz-nefret saf ve dolaysız öz-yıkıcı dürtüler ve edimlerle doruğa ulaşır. Bunlar ani ya da süreğen, oldukça şiddetli ya da sinsi ve yavaş ilerleyen bilinçli ya da bilinçsiz, davranışlarda ya da yalnızca hayal içinde yaşanıyor olabilir. Önemli ya da önemsiz konuları içerebilirler, ancak sonunda fiziksel, ruhsal ve manevi öz-yıkımı amaçlarlar. Aşırı yeme, aşırı çalışma, alkol ya da ilaçların kötüye kullanımı, dikkatsizce araba kullanma ve intihar fiziksel öz-yıkımın yaygın ifade biçimleridir. Öz-yıkım psikolojik bir biçimde de gerçekleşebilir. Sınavlarda bildiklerini unutma, önemli bir görüşmeye geç kalma, tam da önemli bir yere ulaşacak durumdayken elindeki uğraşı bırakma bu tür öz-yıkıma örnek olabilir.

Temel Çatışma

Horney'ın kuramı dinamik bir niteliğe sahiptir. Savunmacı çözüm yollarının bir arada bulunduğu, birbiriyle çeliştiği, güçlendiği ya da zayıfladığı, kısır döngülere yol açtığı, çöktüklerinde ise diğer savunmalarla yer değiştirebildiğinden söz edilmekte ve savunmalar arasındaki çatışmaların tutarsızlıklara, salınımlara ve öz-nefrete yol açtığı belirtilmektedir. Gurur sistemi içinde idealleştirilen benlikle küçümsenen benlik arasında ve birbirleriyle çelişen baskıcı zorunluluklar arasında da bir iniş çıkış söz konusudur.

Daha önce de değinildiği gibi kişiler arası savunmaların her birinde temel kaygının bir bileşeni aşırı vurgulanmaktadır. İnsanlara yaklaşmada çaresizlik, insanlara karşı olmada düşmanlık, insanlardan uzaklaşmada ise yalıtım vurgulanmaktadır. Patojenik koşullarda bu duyguların üçü de bulunacağı için birey her üç savunmaya da başvurma ihtiyacı duyacaktır. Bu da Horney'in temel çatışma adını verdiği temel nevrotik eğilimler arasındaki iç çatışmaya yol açmaktadır. Bütünlük kazanma ihtiyacı ile birey bu tutumlardan birini tutarlı bir biçimde öne çıkararak söz konusu çatışmayı çözmeye çalışır. Bireyin yöneleceği tutum onun mizacının ve çevresel faktörlerin etkileşimi ile belirlenir. Bu durumda diğer eğilimler varlıklarını sürdürmekle birlikte bilinçdışı bir biçimde işlev gösterecek ve kendilerini çarpıtılmış ve gizlenmiş yollarla ifade edeceklerdir. Böylece temel çatışma çözülmüş olmayacak, yalnızca bastırılmış olacaktır. Bilinçdışındaki eğilimler şu ya da bu şekil-

de bilince yaklaştıklarında birey çok ciddi bir iç karmaşa yaşayacaktır. Bazen de çok güçlü etkiler altında ya da baskın olan eğilimin başarısızlığa uğraması nedeniyle birey daha önce bastırdığı stratejilerden birini seçerek buna sarılabilecektir. Kişi bunu bir dönüşüm ya da gelişim gibi algılasa da bu aslında bir nevrotik çözümün diğeri ile yer değiştirmesinden öte bir şey değildir.

Kadın Psikolojisi

Horney kendini neo-Freudian olarak kabul etse de kadın cinselliği konusundaki görüşleri daha çok Adler'in görüşlerine yakındır. Freud'un erkek egemen kuramı içinde yetişen Horney zaman içinde kendi fikirlerini geliştirdikçe geleneksel psikanalizin kadın konusundaki görüşlerinin çarpık olduğu sonucuna varmıştır. Horney'a göre kadın ve erkek arasındaki ruhsal farklılıkların nedeni, anatomik farklılıklar değil, sosyal ve kültürel beklentilerdir. Kadını baskı altına alan ve onu yöneten erkeğin ve erkeğe imrenen kadının bunu yapmasının nedeni birçok toplumda yerleşmiş olan nevrotik yarışmacılıktır.

Odipus kompleksinin varlığını kabul eden Horney bunun nedeninin biyolojik olduğu vurgusuna karşı çıkmaktadır. Horney'a göre odipus kompleksinin nedeni, çevresel faktörlerdir ve bu kompleks Freud'un öne sürdüğünün aksine evrensel değildir. Ona göre odipus kompleksi yalnızca bazı insanlarda gözlenen ve nevrotik sevgi ihtiyacının özel bir ifade biçimidir. Üç temel nevrotik eğilimden ikisi olan nevrotik sevgi ihtiyacı ve nevrotik saldırganlık ihtiyacı çocuklukta başlar. Çocuk ebeveynlerinden birine sıkıca bağlanırken diğerine karşı kıskançlık ve saldırganlık eğilimleri sergileyebilir. Ancak bu davranışlar biyolojik temelleri olan bir kompleksin ifadesi değil, temel kaygıyı azaltmanın bir aracıdır. Bu davranışların içinde cinsel bir yön olsa bile çocuğun ihtiyacı cinsel doyum değil güvenliktir.

Penis özentisi kavramını da pek makul bulmayan Horney, biyolojik olarak kadın olmak üzere tasarlanmış bir organizmanın psikolojik olarak erkek olmaya özendiği iddiasını kabul edilir görmemiştir. Çünkü bu iddia insanların yarısının cinselliğinden mutsuz olmaları anlamına gelmektedir. Horney, klasik psikanalizin temel olarak erkek terapistlerin erkek hastaları incelemeleri ile geliştirildiğini bu yüzden de annelik gibi kadınların üstün yönlerinin keyfi bir biçimde göz ardı edilmiş olduğunu belirtmektedir. Horney'a göre kız çocuklarının evrensel olarak penise özenmeleri gibi bir durum söz konusu ise bu durumda erkek çocukların da yine benzer bir biçimde bir rahim sahibi olmaya ve bebek doğurmaya yönelik özentilerinin olması gerekir. Her ne kadar bazı erkek çocukların böyle bir arzusu olsa da bu evrensel bir rahim özentisi olgusunun varlığını göstermez.

Horney Adler'in birçok kadının erkeksi protesto tutumuna sahip oldukları görüşünü de benimsemektedir. Bu tutumun altında yatan patolojik inanç, erkeklerin kadınlara üstün olduğu inancıdır. Bu çarpık algı kolaylıkla erkek olma yönünde nevrotik bir arzuya dönüşebilmektedir. Ancak bu arzu penis özentisinin bir ifadesi olmaktan ziyade kültürün erkeklere atfettiği üstün nitelikler ve tanıdığı ayrıcalıklar nedeniyle ortaya çıkan bir arzudur. Eğer toplum, güç, cesaret, bağımsızlık ve cinsel özgürlüğü temelde erkeksi özellikler olarak kabul edip bağımlılık, alınganlık gibi özellikleri kalıtsal olarak kadınlığa atfederse kadınlar da ikinci sınıf varlıklar olduklarına inanacaklardır. Kadınların çocuksu ve duygusal yaratıklar olduğunu ve bağımsızlık ve sorumluluktan yoksun olduklarını kabul eden görüş kadınların öz-saygısını azaltmayı amaçlayan erkeksi bir eğilimdir. Bu nedenle de daha az nüfuzlu bir grubun üyesi olan kadınlar çeşitli kaynakları olan aşağılık duygularını kapatmak için böyle bir eğilime sahip olabilirler.

Eleştiriler ve Değerlendirme

Doğuştan gelen özelliklere daha az atıfta bulunarak sosyal faktörlere bağlı bir kişilik modeli ortaya koyan Horney'ın psikolojiye önemli katkıları olmuştur. Özellikle kadın psikolojisi konusundaki görüşleri ve nevroza ilişkin görüşleri bu katkılar arasında en önemlileridir. Nevrotik kişiliğe ilişkin yaptığı kapsamlı tanımlamalar sağlıksız kişileri ve davranışları anlamamızda çok önemli bir işleve sahiptir. Diğer taraftan Horney'ın nevroz konusuna bu özel ilgisi aynı zamanda onun kuramı için önemli bir sınırlılık olarak da değerlendirilmektedir. Horney nevrotik hastaları üzerinde sahip olduğu klinik deneyimlerle nevroz konusunda çok kapsamlı betimlemeler ve açıklamalar getirmiştir. Ancak psikotik rahatsızlıkları ya da diğer ruhsal bozuklukları ve de sağlıklı kişiliği tanımlamayı ve bunlara ilişkin açıklamalar yapmayı ihmal ettiği düşünülmektedir.

Horney, insanların uygun koşullar altında kendilerini gerçekleştirmek yönünde doğuştan sahip oldukları potansiyelleri olduğunu belirtmiş fakat kendini gerçekleştiren birey ve onun kişiliği konusunda da ya da sağlıklı kişilik konusunda çok net açıklamalar yapmamıştır. Horney'ın kuramına yapılan eleştirilerden biri de öne sürdüğü iddiaların doğrulanabilir ya da yanlışlanabilir olma özelliği taşımaması nedeniyle ampirik olarak sınanmaya çok uygun olmamasıdır. Kuramının güçlü yönleri ise terapistlere, öğretmenlere, anne-babalara yönelik öneriler içermesi ve iç tutarlığı yüksek yalın bir kuram oluşudur. Özellikle kişinin kendini analiz edebilmesi için yazdığı Kendi Kendine Psikanaliz (1942) isimli kitabı psikoloji tarihindeki ilk kendine yardım kitaplarından biri olarak kabul edilebilir.

Kendi görüşlerini geliştirip yayabileceği kendisine bağlı bir gruba ya da dergiye sahip olmamasına karşın yazdığı kitaplar ve öne sürdüğü görüşler oldukça popüler olmuş ve yaygın kabul görmüştür. Kimileri Horney'ın içinde yaşadığı dönemin sorunlu (nevrotik) insanını tanımlamadığını öne sürse de kitapları bugün de popülerliğini korumaktadır. Yaşamının son yıllarında kurmuş olduğu Karen Horney Psikanaliz Enstitüsü ve Karen Horney Kliniği bugün halen New York'ta faaliyet gösteren kurumlardır.

ÖZGÜRLÜKTEN KAÇIŞ



ERICH FROMM

Erich Fromm'un Yaşam Öyküsü

1900 yılında Almanya'nın Frankfurt kentinde dünyaya gelen Fromm Yahudi bir ailenin tek çocuğudur. Fromm'un çocukluğu biri tutucu Yahudi dünyası, diğeri ise zaman zaman ayrımcılığa maruz kaldığı Hıristiyan dünyası olmak üzere birbirinden oldukça farklı iki ortamda geçmiştir. Kendi anlatımıyla yüksek düzeyde nevrotik bir anne ve babaya sahip olan Fromm kendisini de dayanılmayacak düzeyde nevrotik bir çocuk olarak tanımlamaktadır. Sinirli ve huysuz bir babanın ve bunalıma eğilimli bir annenin tek çocuğu olmasını, insan davranışlarının garip ve gizemli nedenlerine ilgi duymasının bir nedeni olarak gören Fromm'un henüz çocukluk yıllarında şahit olduğu iki önemli olay kendisini derinden etkilemiştir. Bunlardan birincisi Fromm on iki yaşındayken gerçekleşmiştir. Aile dostları olan, genç ve güzel bir kadın ressamla tanışan Fromm, bir gün kendisini allak bullak eden bir haber duyar. Babası ölen genç kadın, babasının ölümünün hemen ardından intihar ederek babasıyla birlikte gömülmek istediğini belirten bir vasiyetname bırakmıştır. Fromm, böyle genç ve güzel bir kadının yaşamın hazlarına karşın; babasını, onunla gömülmek isteyecek kadar çok sevmesinin ve yaşamına bu gerekçeyle son vermesinin nasıl mümkün olabildiğine bir türlü anlam veremez. Yine kendi belirttiğine göre yıllar sonra bu sorunun yanıtını Freud'un düşünceleriyle tanıştıktan sonra bulacaktır. Fromm'u derinden etkileyen ikinci olay ise daha 14 yaşındayken şahit olduğu Birinci Dünya Savaşıdır. Amcalarından, kuzenlerinden ve kendisinden yaşça büyük olan okul arkadaşlarından bazıları bu büyük savaşta ölmüştür. Yıllarca süren savaş aynı zamanda Fromm'un çocukluktan yetişkinliğe geçiş yıllarına denk geliyordu. 1918'de savaş sona erdiğinde Fromm "insanlar neden savaşıyor?" sorusunu kendisine saplantı yapmıştı. Barış ve uluslar arası anlayış için tutkulu bir istek duyan genç bir insan olan Fromm, insanların kitlesel olarak bu ölçüde akıldışı davranmalarının nedenlerini anlamak istiyordu. Nitekim savaşta yer alan her ulus, toprak elde etmek ya da savaşmak istemediğini, yalnızca kendi ulusunun sahip olduğu şeyleri ve bütünlüklerini korumaya çalıştıklarını dile getiriyordu. Fromm bu çelişkileri de Karl Marx'ın düşünceleriyle tanıştığında çözebildiğini belirtmektedir.

Fromm, savaş sona erdiğinde sosyalist düşünceleri benimsemiş olsa da Sosyalist Parti'ye katılmayı reddetmiş ve Heidelberg Üniversitesinde psikoloji, felsefe ve sosyoloji okumayı tercih etmiştir. Fromm; Freud, Jung ve Adler'den farklı bir biçimde tıp eğitimi almamıştır. Yirmi beş yaşında Heidelberg Üniversitesinden doktora derecesi alan Fromm, 1925-1930 yılları arasında önce, Münih, daha sonra Frankfurt ve son olarak da Berlin Psikanaliz Enstitüsünde psikanaliz eğitimi almış ve Freud'un öğrencilerinden Hans Sachs tarafından analiz edilmiştir. Fromm, Freud'la hiç tanışmamış

olsa da bu yıllarda eğitim aldığı kişiler katı Freud taraftarları olan psikanalistlerdir.

1926'da kendisinden 10 yaş büyük olan Frieda Reichmann'la evlenen Fromm yolunda gitmeyen bu evliliğini sekiz yıl sonra sona erdirdi. 1930 yılında diğer bazı psikanalistlerle Frankfurt'ta, Güney Almanya Psikanaliz Enstitüsünü kurdu. Ancak yoğunlaşan Nazi tehdidi nedeniyle daha sonra İsviçre'ye göç eden Fromm çok geçmeden de Amerika Birleşik Devletleri'ne göç ederek New York'ta özel bir muayenehane açarak çalışmaya başladı. Daha önce Berlin Psikanaliz Enstitüsünden tanıdığı Karen Horney ile burada tekrar bir araya gelen ve kendisinden 15 yaş büyük olan Horney'la duygusal bir ilişki yaşayan Fromm 1941 yılında Horney'ın kurmuş olduğu Psikanaliz birliğinin üyesi oldu. Kısa bir süre sonra Enstitü üyeleri arasında Fromm'un tıp eğitimi almamış olması nedeniyle ortaya çıkan anlaşmazlık sonucunda ayrıldılar ve rakip hale geldiler. Harry Stack Sullivan'ın da aralarında bulunduğu bir grup üye ile birlikte Enstitüden ayrılan Fromm 1946 yılında bu ekiple birlikte William Alanson White Psikiyatri, Psikanaliz ve Psikoloji Enstitüsünün kuruluşunda yer aldı.

1944 yılında kendisinden iki yaş küçük olan ve din ve mistik düşüncelere eğilimli bir kadın olan Henny Gurland ile evlenen Fromm, 1951 yılında eşinin sağlığı için daha uygun bir iklimi olan Meksika'ya göç etti. Ulusal Özerk Mexico City Üniversitesi Tıp Fakültesinde bir Psikanaliz bölümü açan Fromm 1952'de eşi öldükten sonra da burada kalmaya ve çalışmaya devam etti. 1953 yılında Meksika'da tanıştığı Annis Freeman ile evlenen Fromm 1968 yılında geçirdiği bir dizi kalp krizi sonucunda yoğun çalışma temposuna son vermek zorunda kaldı. 1974'te eşiyle birlikte İsviçre'ye göç eden Fromm 1980 yılında, sekseninci doğum gününden birkaç gün önce öldü.

1941 yılında yayınladığı "özgürlükten kaçış" isimli ilk kitabında toplumsal güçlerin ve ideolojilerin insanların kişiliğini nasıl biçimlendirdiğini vurgulayan Fromm daha sonra yazdığı kitaplarda da bu bakış açısını daha da ayrıntılandırmıştır. Kişiliğin biçimlenişinde tarihsel, ekonomik, sosyolojik ve antropolojik faktörlerin etkilerini detaylı bir biçimde ele alan Fromm bu açıdan son derece özgün bir kuram ortaya koymuştur.

Özgürlükten Kaçış: Temel Kavramlar ve İlkeler

Sigmund Freud ve Karl Marx'ın görüşlerinden oldukça etkilenen Erich Fromm'un kuramı kişilik üzerinde tarihsel, ekonomik, sosyolojik ve antropolojik faktörlerin etkileri üzerine odaklanmaktadır. Fromm'a göre evrimsel süreç içinde doğayla ve türdeşleriyle olan asal bağlarını yitiren insanoğlu,

kazandığı akıl, içgörü ve imgelem gibi özellikler nedeniyle içinde yaşadığı dünyada tamamen farklı bir varlık olarak kendine özgü sorunlarla karşı karşıyadır. Fromm'un kuramı bir anlamda bu sorunların tanımlanmasını ve çözüm önerilerini içerir.

İnsanın Doğası

Fromm'a göre (1955) insan evrenin 'hilkat garibesidir'. Bedensel ve fizyolojik işlevleri ve organik güdüleri (açlık, susuzluk, cinsellik ve savunma) bakımından insan, hayvanlar alemine ve doğaya bağlıdır. Diğer yandan üstün zihinsel yapısı insanı doğadan ayırır ve yalıtılmışlık (isolation) duygusuna ve kaygıya (anxiety) neden olur. Bu durum daha düşük düzeydeki organizmalar için geçerli değildir. Hayvanların davranışları, içgüdülere ve kalıtımla aldıkları sinirsel yapıyla belirlenen özgül eylem düzenlerine göre yönetilir. Oysa insan davranışı önceden belirlenmiş bir yol izlememektedir (Fromm, 1955). Çünkü insanlar içgörü, akıl ve imgelem (imagination) gibi özelliklere sahiptirler. Hayvan varoluşu, doğa ile uyum içerisinde bir varoluştur. Hayvanlar değişen koşullara kendilerini değiştirerek uyum gösterirler. Ancak insanın sahip olduğu bu akıl, imgelem ve kendinin farkında olma gibi özellikler, hayvansal varoluşu karakterize eden 'uyum'u alt üst eder (Fromm, 1947, 1955). Sözü edilen özelliklere sahip olması ve doğayı aşma çabası insanı diğer canlılardan belirgin bir biçimde ayırmakta ve onu evrenin doğal olmayan bir yaratığı haline getirmektedir (Fromm, 1947). İnsan doğanın bir parçasıdır, doğa yasalarını değiştirecek güçte değildir, onlara boyun eğer ama doğadaki diğer canlıları aşan bir yana sahiptir. İnsan, önceden belirlenmiş içgüdüsel bir yolla davranmak yerine varoluşunun nedeni ve evrendeki yerini belirlemek zorunda olan, mutsuzluk, sıkıntı gibi yalnızca kendi türüne ait olan sorunlarla yüz yüze gelen ve de kaçınılmaz son olan ölümün, potansiyellerini ortaya koymak için gerekli olan zamanı elinden aldığı gerçeği ile yüz yüze gelmesi gereken bir canlıdır (Ewen, 1998). Hayvansı doğamız ve insani özelliklerimiz arasındaki bu çelişkiyi Fromm (1947) 'varoluşsal ikilemler' olarak adlandırmaktadır.

İnsanın İhtiyaçları

İnsanlar da hayvanlar gibi açlık, cinsellik ve güvende olma gibi fizyolojik ihtiyaçlarca güdülenmektedirler. Fakat insan için bu içgüdüsel gereksinimlerin doyurulması yeterli değildir. İnsanlar yalnızca hayvansı ihtiyaçlarını gidererek 'varoluşsal ikilemlerini' çözemezler. Bu ancak insana özgü olan ve insan kültürünün evrimi sürecinde ortaya çıkmış varoluşsal ihtiyaçların doyurulmasıyla mümkündür. Fromm'a göre davranışlarımızın altında yatan ne-

denleri anlamak için doğuştan getirilen içgüdülerden daha fazlasını incelememiz gerekmektedir. Çünkü birçok önemli insan davranışı içgüdüsel ihtiyaçlar nedeniyle değil, varoluşsal ihtiyaçlar nedeniyle ortaya çıkmaktadır (Fromm, 1955). Fromm insan davranışlarını motive eden ihtiyaçları fizyolojik ihtiyaçlar ve varoluşsal ihtiyaçlar olmak üzere iki gruba ayırmaktadır.

Fizyolojik İhtiyaçlar: Açlık, susuzluk, cinsellik, savunma (savaş/kaç), iyi huylu saldırganlık, fizyolojik ihtiyaçlardan kaynaklanan organik dürtülerdir.

Varoluşsal İhtiyaçlar: Bu ihtiyaçlar içgüdüsel olmadıkları için doyurulmaları da güçtür, bu dürtülerin karşılanmalarını güvence altına alan doğuştan getirdiğimiz herhangi bir programa sahip değilizdir. Bu durumda bize çekici görünen ancak sonuçta mutsuzlukla hatta patoloji ile sonuçlanacak bir yol seçmemiz işten bile değildir. Karşılanması güç olan ve insana özgü olan varoluşsal ihtiyaçlar şunlardır:

İlişki

Doğadan ayrıldığı için kendisini doğa güçleri karşısında güçsüz hisseden insan diğer insanlarla birlikteliğe yönelir. Fromm'a göre insanlar kendi dışlarındaki dünyayla üç temel yolla ilişki kurmaktadır: (1) *Teslim olma*, (2) *Güç* ve (3) *Sevgi*. İnsan diğer bir insanla, grupla ya da kurumla bir olmak için o kişiye, gruba ya da kuruma boyun eğmektedir (Fromm, 1981). Bu şekilde kendisinden büyük ve güçlü bir kişi ya da grubun parçası olarak bireysel varoluşunun ayrılığını ve yalnızlığını aşmaya çalışır. Boyun eğici kimseler baskın kimselerle ilişki kurmak isterler. Diğer yanda güç arayışı içinde olan ve baskın olmak isteyen kişiler de ilişki kurmak için boyun eğici kimseleri ararlar. Baskın olmak isteyen ve boyun eğici iki insan bir araya geldiklerinde çoğunlukla iki taraf için de doyum sağlayan 'sembiyotik' bir ilişki kurarlar. Böylesi bir ilişki doyurucu olsa da kişinin bütünlük yönündeki gelişimini ve psikolojik sağlığını olumsuz yönde etkiler (Feist ve Fesit, 2006). Bu kişileri birbirlerine çeken şey gerçek sevgi değil ilişki için duyulan çaresizce bir ihtiyaçtır. Fromm'a göre insanın varoluşsal bir gereksinimi olan ilişki ihtiyacı, ancak gerçek sevgi ya da olgunlaşmış sevginin gelişmesiyle doyurulabilir. İnsanlarla gerçekten ilgilenmek, verici olmak, onların gerçek istek ve duygularını doğru bir biçimde ve tarafsızca öğrenmek, kendilerine özgü gelişimlerini engellememek, tüm insanlığa karşı sorumluluk duygusu geliştirmek olgunlaşmış sevginin özellikleridir. Fromm'a göre ***ilgi, sorumluluk, saygı*** ve ***bilgi*** gerçek sevginin temel bileşenleridir (Fromm, 1956). Sevgi sevdiğimiz şeyin yaşaması ve gelişmesi için gösterdiğimiz aktif ilgidir. Annenin çocuğuna bakması, bir insanın sevdiği çiçekleri yaşatmaya çalışması gerçek sevginin

ayrılmaz bir bileşeni olan '*ilgidir*'. '*Sorumluluk*' ise diğer insanların açık ya da gizli olan ihtiyaçlarına verilen yanıttır. Sorumlu olmak demek sevdiğimiz kişi ya da şeyin ihtiyaçlarına yanıt vermeye istekli ve hazır olmak demektir. '*Saygı*', sevilen kişiyi olduğu gibi görüp kabul etmek onu değiştirmeye çalışmaktan kaçınmaktır. Saygı aynı zamanda diğer kişinin kendine özgü gelişimine duyulan ilgi anlamındadır. Bir insanı tanımadan onun ihtiyaçlarını bilmek, ihtiyaçlarını karşılamaya istekli olmak ve onu olduğu gibi görüp kabul etmek mümkün olmadığı için gerçek sevginin dördüncü bileşeni '*bilgidir*'. Diğerlerini tanımak onları kendi bakış açılarıyla görüp anlamak anlamına gelmektedir.

Her insanda sevgi potansiyeli bulunur ancak bu potansiyeli harekete geçirmek zordur (Ewen, 1998). Bebek dünyaya geldiğinde benmerkezci bir yapıya sahiptir. Bebeğin, kendisi ile diğerleri arasında bile ayırım yapamadığı bu döneme 'primer narsisizm' adı verilir. İlerleyen yaşlarda patojenik yaşantılar nedeniyle bu gelişmemiş duruma geri dönülebilmekte ve bu durum da 'sekonder narsisizm' olarak adlandırılmaktadır. Primer narsisizm, bebeğin kendisini önemli görmesini sağlar ve yaşamın zorlukları ile başa çıkması için onu güçlü kılar. Yetişkinlikte de bir dereceye kadar narsis kalırız. Ancak insanın temel amaçlarından biri de doğuştan gelen bu narsis eğilimin üstesinde gelmek ve etkisini azaltmaktır (Ewen, 1998). Bu gerçekleştirilemediğinde gerçek sevginin yaşanması da mümkün olmayacaktır.

Köklülük

Varoluşsal ihtiyaçlardan biri de köklülük ihtiyacıdır. İnsanoğlu evrim sürecinde ayrı bir tür olarak ortaya çıktığında doğadaki yerini, yani yuvasını da yitirmiştir. Aynı zamanda düşünme yeteneği de olan insan, kökleri ve yuvası olmadığını fark etme kapasitesine de sahiptir. Bunun bir sonucu olarak ortaya çıkan izolasyon ve çaresizlik duyguları insan için dayanılmaz bir hal alır. İnsanoğlu içinde yaşadığı dünyanın ayrılmaz bir parçası olma ve köklere sahip olma ihtiyacı duyar. İnsan evrim sürecinde yitirdiği bu doğal köklerini ancak, yeni, insanca kökler edindiği ölçüde terk edebilir ve bu dünyada yeniden rahat edebilir. Doğumla birlikte anneyle olan biyolojik bağlardan, çocukluğun sonuna doğru ebeveynlerinin bakımının verdiği güvenlikten, yaşlılıkta ise ölümle birlikte yaşamdan kopmak zorunda olan insan yaşamı boyunca süreklilik ve kalıcılık duygusunu koruyabilmek için köklere sahip olma ihtiyacı duyacaktır. Köklülük ihtiyacı da hem üretken hem de üretken olmayan stratejilerle karşılanmaya çalışılabilir (Feist ve Feist, 2006). Doğal bağların en ilkeli, çocuğun annesine olan bağlılığıdır. Ana rahminde geçirilen uzun sürenin ardından yine çok uzun sayılabilecek bir bağımlılık dönemi

geçiren çocuk, yalnızca dünyaya gelişini değil, yaşamda kalışını da annesine borçludur. Doğmak ana rahminin sarıp sarmalayıcı koruyuculuğundan ayrılmak anlamına geliyorsa, büyümek de annenin koruyucu etki alanından kopmak demektir. Üretken stratejilerle birey büyüme sürecinde annesinin yörüngesinden kurtularak dış dünya ile aktif ve yaratıcı bir biçimde ilişkiye girmek suretiyle bütünleşebilir. Dünya ile kurulan bu yeni bağlar güvenlik duygusunu sağlar ve aitlik ve köklülük duygularını yeniden oluşturur. Ancak kişi köklülük ihtiyacını üretken olmayan fiksasyon (saplantı) stratejisi ile de karşılamaya çalışabilir (Fromm, 1955). Saplantı, bireyin, annenin sağladığı güvenliğe dönmek yönündeki inatçı istekliliğidir. Bu durumda birey anne yerine koyduğu kişi ya da kişiler tarafından sevilmeye ve korunmaya karşı bir özlem duyar ve yaşamı boyunca bağımlı bir kişi olur. Böyle bir koruyuculuk ve destekten yoksun kaldığında korku ve güvensizlik yaşayacaktır (Fromm, 1955).

Aşmak

İnsan da diğer tüm canlılar gibi bu dünyaya kendi isteği dışında gelmekte ve yine kendi isteği olmaksızın bu dünyadan ayrılmaktadır. Diğer bir deyişle rastlantısal bir zaman ve yerde dünyaya fırlatılmış olan insan yine rastlantısal bir yer ve zamanda bu dünyadan ayrılmaya zorlanmaktadır (Fromm, 1947). Diğer varlıklar için var olma rolü yeterlidir, ancak insan pasif ve kazara bir varoluşla yetinmez, edilgin ve savunmasız varlık rolünü aşmak ve çevresine anlamlı etkilerde bulunmak ister. Aşmak (hakimiyet) yönündeki çabalar da pozitif ve negatif biçimler alabilir. İnsanlar edilgen doğalarını yaşamı yaratarak ya da yok ederek aşmaya çalışabilirler. Hayvanlar yalnızca üreyerek yaratabilecekken insan farklı yollarla da yaratıcı olabilir. Sanat ürünleri, düşünceler, inanç sistemleri ya da sevgi bu yollardan bazılarıdır. Ancak kişi, yaşamı yok ederek de aşmaya çalışabilir. İnsandaki Yıkıcılığın Kökenleri (1973) isimli kitabında Fromm, insanların ***'kötü huylu saldırganlığı'*** kullanan tek tür olduklarını belirtmiştir. Fromm'a göre tehdide karşı kendimizi korumaya yönelik olarak sergilediğimiz saldırganlıktan (***iyi huylu saldırganlık***) farklı olan 'kötü huylu saldırganlık'; yıkmaya, yok etmeye yönelik saldırganlıktır ve herhangi bir savunma amacı taşımaz. Kişinin normal gelişimi engellenirse (ör: patojenik ana-baba tutumları) aşma çabası, yaşamseverlik (biophilia) ve sağlıklı yaratıcılık yerine kötü huylu saldırganlık ve ölüseverlik (necrophilia) yoluyla gerçekleştirilmeye çalışılacaktır. Fromm'a göre kötü huylu saldırganlık çeşitli rasyonalizasyonlarla saklanabilmektedir: görev aşkı, vicdan, sevgi, vatanseverlik gibi (Fromm, 1941).

Kimlik Duygusu

Bir diğer varoluşsal ihtiyaç; kimlik duygusuna ya da ayrı bir bütünlük olarak kişinin kendisinin farkında olma kapasitesine duyulan ihtiyaçtır. Düşük düzeydeki hayvanlar kimlik duygusuna sahip değildirler. Ancak insanoğlu doğadan kopmuş olduğu için kendilik kavramına, "ben benim" duygusuna gereksinim duyar (Fromm, 1955). Bu, temel olarak farklı bir birey olma arzusudur. Örneğin yetişmekte olan çocuk ailesi ile bağlarını koparark birey olma çabası içerisine girer. Diğer varoluşsal ihtiyaçlar gibi kimlik ihtiyacı da kolay karşılanmaz. Çünkü yaşam tehlikelerle doludur ve bu tehlikelere karşı birey, güçlü, koruyucu kimselerle sembiyotik bir ilişkiye girerek kendini güvende hissetmek isteyebilir. Bağımsız bir birey olma arzusu bu tehdit edici özgürlükten kaçma isteği ile çelişir. Bağımlılık, doğanın ve toplumun tehlikelerine karşı koruma ve güvence sağladığı için karşı konulmaz bir biçimde çekicidir fakat kimlik duygusunun ortaya çıkmasını ve benliğin bireyselliğini destekleyen sağlıklı ve spontan davranışları engeller.

Fromm (1981), ilkel insanların, klanlarıyla daha yakın özdeşim kurdukları için, kendilerini klanlarından ayrı bir birey olarak görmediklerini belirtmektedir. Hatta orta çağda bile insanlar büyük ölçüde feodal hiyerarşi içindeki sosyal rolleriyle tanımlanmaktaydı. Çağdaş kapitalist toplumlarda ise insanlar hem ekonomik hem de politik açıdan daha fazla özgürleşmişlerdir. Ancak bu özgürlük çok az insana gerçek bir benlik duygusu vermiştir. Birçok insanın kimliği hala diğer kişilerle ya da ulus, din, meslek ya da sosyal grup gibi kurumlarla aralarındaki bağlılığa dayanmaktadır (Feist ve Feist, 2006).

Oryantasyon Çerçeveleri

Fromm'un "Sağlıklı Toplum" (1955) isimli yapıtında yer verdiği varoluşsal ihtiyaçların sonuncusu insanın, 'evrendeki yerinin neresi olduğu' ve 'nasıl eylemde bulunması gerektiği' sorularına bir yanıt teşkil edecek, yönelecek ve kendini adayacak bir çerçeveye duyduğu gereksinmedir. Doğadan ayrılan insan dünyadaki yolunu belirlemede bir yol haritasına, bir dayanak çerçevesine ihtiyaç duyar. Fromm'a göre insanın yaşamının bir anlamı ve amacı olması gerekir. Bu çerçeveyi bir kimsenin dünyadaki yerini bulması ve varoluşunun kendisi için bir anlam ifade etmesi olarak tanımlayabiliriz. Her insanın bir felsefesi ve dünyaya ilişkin tutarlı bir bakışı vardır. İnsanın anlam arayışı ve kendi varoluşunu anlamlı kılma girişimi tüm insanlarda ortak olduğu halde bu gereksinimi giderme çabaları hem içerik hem de biçim yönünden farklılık gösterir (Fromm, 1947). İnsanlar farklı düşünce ve inanç sistemleri aracılığıyla bu varoluşsal ihtiyaçlarını karşılamaya çalışırlar. Kapsamları ne olursa olsun bu farklı düşünce ve inanç sistemleri, insanın bir

düşünce sistemine duyduğu ihtiyacı karşılamanın yanında, kişinin varoluşuna ve dünyadaki yerine anlam katan bir tür kendini adama nesnesi oluştururlar (Fromm, 1955).

Oryantasyon çerçeveleri sağlıklı ya da sağlıksız olabilir. Sağlıklı çerçeveler ***yaşamseverdir*** (biophilic) ve sevgiyi, üretkenliği ve aklı içerir. Sağlıksız çerçeveler ise ***ölüseverdir*** (necrophilic) ve yıkıcılığı, gücü, serveti, bağımlılığı ve narsisizmi içerir. Kişilik tek yönlü olmadığı için farklı oryantasyon çerçeveleri bireyde çeşitli derecelerde bir arada bulunabilir. Örneğin temelde yaşamsever olan bir kişi narsis ve güç yönelimli özelliklere de bir derece sahip olabilir. Sağlıklı ya da sağlıksız, her insan bir oryantasyon çerçevesine sahiptir. Oryantasyon çerçevesi olmayan bir birey ya da toplum (kültür) düşünülemez (Ewen, 1998).

Heyecanlanma ve Uyarılma

Fromm (1973) son yıllarında varoluşsal ihtiyaçlar listesine "uyarılma ve heyecanlanmaya duyulan gereksinim" olarak tanımladığı bir ihtiyacı daha eklemiştir. Fromm'a göre insan tıpkı asgari düzeyde bir dinlenme gereksinimi duyduğu gibi asgari düzeyde bir uyarılma ve heyecanlanma gereksinimi duyar. Ancak Fromm 'basit uyaranlar' ve 'harekete geçirici uyaranlar' arasında bir ayrım yapmaktadır. Basit uyaranlar dürtü üretir ve bu dürtü kişiyi dolaysız bir tepki vermeye iter. Harekete geçirici uyaranlar ise dolaysız bir tepki yerine bir uğraşla sonuçlanır. Bu uyaranlar kişinin belir bir amaç için aktif bir biçimde uğraş vermesine yola açar (Fromm, 1973). Basit uyaranlar belli bir eşiğin üstünde yinelenirse uyarıcı etkilerini yitirirler, harekete geçirici uyaranlar ise bunlara verilen üretken karşılık nedeniyle her zaman yeni ve değişkendirler. Fromm'un uyarılma ihtiyacı ile sözünü ettiği şey 'harekete geçirici uyaranlara' duyulan ihtiyaçtır.

Fromm'un varoluşsal ihtiyaçlarla ilgili görüşlerini kısaca özetlemek gerekirse; bu ihtiyaçların insanın evrim sürecinde ayrı bir tür olarak ortaya çıkışıyla oluştuğu ve kişiyi içinde yaşadığı dünya ile bir olmaya yönelttiği söylenebilir. Nasıl karşılanacakları biyolojik olarak belirlenmediği için bu ihtiyaçların doyumu fizyolojik ihtiyaçlara göre oldukça zordur. Varoluşsal ihtiyaçlardan herhangi birinin doyurulmaması insan için dayanılmaz bir durumdur ve hastalığa yol açar. Bu yüzden insanlar bu ihtiyaçları şu ya da bu yolla, pozitif ya da negatif bir biçimde doyurmaya çalışırlar (Feist ve Feist, 2006).

Kişiliğin Yapısı

Fromm kuramında genel olarak kişiliğin yapısına fazla yer vermemektedir. "Kendini Savunan İnsan" isimli yapıtında (1947) süperego üzerinde durmuşsa da daha sonraları psikolojinin libido kuramından ve id, ego, süperego kavramlarından arınması gerektiğini dile getirmiştir (Fromm, 1973)). Diğer taraftan bilinçdışı süreçlerin önemini ve yansıtma, karşıt tepki geliştirme, rasyonalizasyon, regresyon, özdeşim kurma, hayal kurma ve bastırma mekanizmalarının varlığını kabul etmiştir. Bastırma mekanizmasına özellikle önem verdiği görülmektedir. Fromm'a göre insanların en çok bastırdıkları şeyler ölüsever özellikleridir. Fromm, Jung'un karşıtlar ilkesine benzer bir biçimde, kişide yaşamsever özellikler varsa ölüsever özelliklerini bastırdığını ifade etmiştir. Kişinin oryantasyon çerçevesi ile çelişen tüm duygu ve düşünceler ölüsever ya da yaşamsever oluşuna bakılmaksızın bastırılmaktadır (Ewen, 1998). Bu mekanizmaların yanında insanların özgürlükten kaynaklanan güvensizlik ve kaygı duyguları ile baş etmekte kullandıkları bazı mekanizmalar olduğunu öne sürmüştür.

Özgürlükten Kaçış

Fromm'a göre insanlık tarih boyunca bağımsızlaştıkça, insanların kaygı ve izolasyon duyguları da artmıştır. Modern demokrasinin yükselişi, feodal sistemde çok az kişisel özgürlüğe sahip olan bireylere, sınırlı da olsa istediği yerde olma ve istediğini yapma özgürlüğü tanımıştır. Ancak bu özgürlük bireye yeni bir bağımsızlık duygusu vermenin yanında, aynı zamanda onu daha fazla yalnızlaştırmakta ve bu da kaygıya yol açmaktadır (Fromm, 1941). Paralel bir deneyim de kişinin olgunlaşmasıyla ailesinden bağımsızlaşması sürecinde kişisel düzeyde gerçekleşmektedir. Büyüdükçe ebeveynlerinden bağımsızlaşan ve bireyselliğini ifade etme olanağı bulan birey aynı zamanda ailesinin gözetimini, koruyuculuğunu ve bu şekilde yaşadığı güveni de yitirmektedir. Fromm'a göre (1941) özgürlük sahip olunması güç bir şeydir ve sahip olma şansımız olduğunda ondan kaçma eğilimi sergileriz. Hem toplumsal hem de kişisel düzeyde insanoğlunun bireysellik duygusu geliştikçe insan, kontrol edemediği şeylerin farkına daha çok varmakta ve kendisinin ne kadar önemsiz olduğu gerçeğiyle yüz yüze gelmektedir. Bu da kişinin dünyada yalnız olduğunu hissetmesine yol açmaktadır. Kişiye güvenlik veren temel bağlar bir kez koparıldıktan, dış dünyayla bütünüyle ayrı bir varlık olarak yüz yüze geldikten sonra duyduğu dayanılmaz yalnızlık ve güçsüzlük durumunun üstesinden gelebileceği iki yol vardır. Ya olumlu özgürlüğe doğru ilerleyecek; yani sevgi ve çalışmada, gizilgüçlerinin dışavurumunda, dış dünya ile spontan bir ilişki kuracak ve bu şekilde, bağımsızlığından ve bütünselliğinden vazgeçmeksizin, insanla, doğayla, kendisiyle yeniden bir bü-

tün olacak ya da geri çekilerek özgürlüğünden vazgeçecektir (Fromm, 1941). Bur durumda yalıtılmış bireyin güvensizliğinden kaynaklanan kaçış mekanizmaları devreye girecektir. "Özgürlükten Kaçış (1941) isimli kitabında Fromm, insanların bağımsızlaşmalarına eşlik eden izolasyon ve kaygı duyguları ile baş etmekte kullandıkları üç temel mekanizma tanımlamıştır: Bunlar ***otoriteryanizm, yıkıcılık*** ve ***komformite*** mekanizmalarıdır.

Yetkecilik (Otoriteryanizm): Fromm (1941) yetkeciliği kişinin, izolasyon ve yalnızlık duygusu ile baş etmenin bir yolu olarak, yoksun olduğu gücü elde etmek için bireysel bağımsızlığından vazgeçerek kendisi dışındaki bir kişi ya da bir şeyle kaynaşması olarak tanımlamıştır. Diğer bir odağa geliştirilen bu sembiyotik duygusal bağlılık, boyun eğme (***mazoşizm***) ya da egemenlik çabası (***sadizm***) biçiminde, iki farklı şekilde gerçekleşebilir.

Mazoşizm çabalarının en sık görülen biçimi, kişinin kendisinden daha güçlü bir başka kişi ya da kuruma bağlılık göstermesine yol açan, aşağılık, güçsüzlük ve önemsizlik duygularıdır. Bu şekilde kişi kendini ortaya koymak ve istediği şeyleri yapmak yerine bağımlı olduğu dış güç ya da güçlerin buyruklarına boyun eğme eğilimi gösterir (Fromm, 1941). Bu boyun eğici eğilimler sevgi ve sadakat biçimde rasyonalize edilmiş de olabilirler. Fakat sevgi ve sadakatten farklı olarak bu eğilimler hiçbir zaman bağımsızlık ve kendine özgülüğe olumlu katkıda bulunmaz (Feist & Feist, 2006).

Yetkeciliğin diğer biçimi ise egemenlik çabasıdır (sadizm). Boyun eğme eğilimleri gibi, egemen olma eğilimleri de diğer kişi ya da kişilerle birliktelik kurarak izolasyon, yalnızlık ve kaygı duygusunu azaltmayı amaçlar. Fromm, az ya da çok iç içe geçmiş üç çeşit egemen olma çabası tanımlamıştır. Bunlardan biri, diğerlerini kendine bağımlı kılmak ve bu güçsüz kişiler üzerinde güç kazanmak eğilimidir. İkincisi, diğerlerini sömürmek, onlardan faydalanmak ve onları kendi çıkarı ve zevki için kullanmak eğilimidir. Üçüncü sadist eğilim ise diğerlerinin fiziksel ya da psikolojik acı çektiğini görme arzusudur.

Fromm (1941) sadist eğilimlerin mazoşist eğilimlere göre toplum tarafından daha az kabul edilebilir olduklarını ve bu nedenle de daha çok rasyonalize edildiklerini belirtmiştir. Örneğin; "Seni yönetiyorum, çünkü senin için en iyisinin ne olduğunu biliyorum; kendi çıkarın için itiraz etmeksizin söylediklerimi aynen yapmalısın" şeklindeki düşünce biçimi hükmetme eğilimlerinin mantığa bürünmüş halidir.

Yıkıcılık (Kötü huylu saldırganlık): Dayanılmaz güçsüzlük ve yalnızlık duygularını azaltmanın bir diğer yolu ise yıkıcılıktır. Sadist ya da mazoşist eğilimlerden farklı olarak yıkıcılık bir başkasıyla sembiyotik bağlılığı içermemekte, aksine insanlardan uzaklaşmayı ve nesnenin yok edilmesini amaç-

lamaktadır. Dış dünyaya karşı saldırgan biçimde zarar veren kimse, bu yolla dış tehditlerin kendisine zarar veremeyeceğine inanmaktadır. Kişi kendi dışındaki dünyayı yok etmeyi, kendini dış dünya tarafından ezilmekten kurtarmanın bir yolu olarak görmektedir. Kuşkusuz bu çaba da yalnızlığa ve yalıtılmışlığa yol açacaktır, ancak bu yalnızlık kişinin kendisi dışındaki ezici bir gücün onu ezemeyeceği görkemli bir yalnızlıktır (Fromm, 1941).

Otomaton Konformite: En yaygın kaçma mekanizması kişinin bir bukalemun gibi sosyal yönden kabul edilebilir rollere bürünmesidir. Kendi bireyselliğinden vazgeçerek, diğerleri gibi ve diğer insanların kendisinden olmasını istedikleri gibi bir kişi olarak birey, yalnızlık ve yalıtılmışlıktan kurtulmaya çalışır. Kendi bireyselliğinden vazgeçen ve çevresindeki diğer insanlar gibi olan kişi kendisini yalnız hissetmeyecektir ve kaygı duymayacaktır. Bu şekilde kişi yalnız olmayabilir ancak Fromm'a (1941) göre bunun bedelini kendi özünü yitirerek ödemektedir.

Kişiliğin Gelişimi

Fromm herhangi bir gelişimsel dönem sıralaması sunmadığı gibi klasik psikanalizden farklı olarak kişilik gelişiminin yetişkinlikte de sürdüğünü ifade etmektedir (Ewen, 1998). Kişiliğin temel olarak çocukluk yıllarında biçimlendiğini kabul etmekle birlikte çok yoğun ve güçlü dışsal etkenlerin yetişkinlikte de kişiliği etkileyebileceğini öne süren Fromm oldukça uzun bir bağımlılık dönemi olarak tanımladığı çocukluk döneminin, diğer insanlarla ilişki kurma gereksinimi için güçlü bir ders niteliği taşıdığını belirtmektedir.

Fromm'un kişiliğin gelişimi konusundaki düşünceleri de yine özgürlük korkusu düşüncesiyle ilişkilidir. Büyümekte olan çocuk yavaş yavaş çevresiyle kurduğu temaslarla "ben" ve "ben olmayan" ayrımını yapmaya ve bireyleşmeye başlar. Sağlıklı gelişim için gerekli olmasının yanında giderek ebeveynlerden ayrılma, çocuğun izolasyon duygularını ve dünyadaki yeri ile ilgili şüphelerini yoğunlaştırmaktadır. İstediğini yapabilme özgürlüğü yalnızca otoritenin engellerinden kurtulmakla kazanılmamakta, aynı zamanda bu özgürlük için kişinin güvenlik ve korumanın sağladığı rahatlıktan da vazgeçmesi gerekmektedir. "Birey olduğunda kişi dünyanın tüm tehlikeli ve ezici yönleri karşısında tek başına ayakta kalabilir" (Fromm, 1941).

Çocuğun kendi yetenekleri ve becerikliliği konusundaki inancı, artan izolasyon ve kaygı duygularının hızına ayak uydurabilirse kaygı minimum düzeyde kalacak ve kişilik gelişimi sağlıklı seyredecektir (Ewen, 1998). Böylesine pozitif bir gelişim, yaşamsever, sıcak, sevgi dolu, tehdit edici olmayan ebeveyn tutumları ile mümkündür. Ancak patojenik ebeveyn tutumları ne-

deniyle özgüven duygusu zarar gören çocuk, doğuştan sahip olduğu sağlıklı potansiyellerini feda ederek, tehdit edici izolasyon duygusundan yanlış birtakım yollarla kurtulmaya çalışacaktır. Örneğin otoriter ebeveynler, çocuklarını kendi engellenmiş sosyal ve profesyonel başarı tutkularını karşılamak ve kişisel güç duygusunu tatmak için kullanabilir. Böyle anne-babalar kendi gerçek amaçlarını ve de sevgisizliklerini çocuğa aşırı ilgi göstererek, nasihat ederek, hediyeler alarak vurgularlar ancak çocuklarına gerçek sevgi ve bağımsız olma hakkını vermezler. Kötümserlik, keyifsizlik, narsisizm, katılık, ölüseverlik (necrophilia) ve fiziksel örseleme diğer patojenik ebeveyn tavırlarıdır (Ewen, 1998).

Karakter Tipolojisi

Yaşamseverlik ve Ölüseverlik

Fromm iki temel karakter yönelimi tanımlamıştır: Yaşamseverlik (Biophilia) ve Ölüseverlik (Necrophilia). Fromm'a göre insanların büyük çoğunluğu bu iki yönelimi de belli ölçülerde kişiliklerinde barındırmaktadır ve bu iki eğilim arasındaki çatışma çoğu kez üretken bir gelişmenin kaynağıdır. Ancak bunlardan birinin başat olması ya da kişinin aşırı ölüsever olması gibi bir durum da söz konusudur ve Fromm bu konu üzerinde özellikle durmuştur.

Ölüseverlik kavram olarak, bir erkeğin bir kadın cesediyle cinsel birleşmede bulunmak için duyduğu sapkın arzuyu tanımlamak için kullanılır. Fromm ise bu terimi; ölü, çürümüş, kokuşmuş ve hastalıklı şeylere duyulan ilgiyi, canlı şeyleri, cansız şeylere dönüştürme, sırf yıkım olsun diye yıkma, canlı yapıları yırtıp parçalama tutkusunu, tamamen mekanik olan her şeye duyulan olağan dışı ilgiyi içeren bir karakter özelliğini tanımlamak için kullanmıştır (Fromm, 1973). Ölüsever yönelimli kişi canlı olmayan, ölü olan her şeyin, cesetlerin, çürümenin, dışkının, pisliğin çekimine kapılan kişidir. Bu kişilerin konuşmalarının ve rüyalarının içeriğinde ölüsever özelliklerinin yansımaları görülür. Ölüseverliğin bir başka özelliği de mekanik şeylere duyulan yoğun ilgidir.

Ölüseverliğin karşıtı yaşamseverlik; ölüm sevgisinin aksine yaşama duyulan sevgidir (Fromm, 1964). Ölüme karşı savaşma ve yaşamı sürdürme eğilimi tüm canlılarda ortak bir özelliktir ve yaşamsever yönelimin en temel biçimidir. Yaşamı tam olarak seven kişi, her alanda yaşam ve gelişim sürecinin çekimine kapılır ve yaşama yaklaşımı mekanik olmaktan çok işlevseldir.

Katıksız ölüsever ve yaşam sever kişilikler nadir görülür. Daha önce de değinildiği gibi çoğu insan bu iki yönelimin belli bir karışımına sahiptir ve önemli olan bu iki eğilimden hangisinin ağır bastığıdır.

Sosyal Karakter

Fromm (1947) kişiliği "bireye özgü olan ve bireyi eşsiz kılan, doğuştan getirilmiş ve sonradan kazanılmış ruhsal niteliklerin tamamı" olarak tanımlamaktadır. Kişiliğin en önemli sonradan kazanılmış niteliği ise karakterdir. Fromm'a göre karakter, (bir karakter yapısı geliştirme gereksinmesi) insanda içgüdüsel donanımın taşıdığı önemin azalması nedeniyle ortaya çıkmaktadır. Fromm karakteri de "kişinin kendini, insanlık ve doğayla ilişkilendirdiği, içgüdüsel olmayan çabalarından oluşan nispeten kalıcı bir sistem olarak tanımlamaktadır" (Fromm, 1973). İnsanlar içgüdülerine göre davranmak yerine karakterlerine göre davranmaktadırlar. İnsan yoksun olduğu içgüdülerin yerini tutacak bir karşılık geliştirdiği için varlığını sürdürebilmiştir. Oluşturulan bu karşılık (karakter) aynı zamanda insanın içgüdülerce güdüleniyormuş gibi eylemde bulunmasını sağlar (Fromm, 1973). Eğer insanlar eylemde bulunurken durup davranışlarının sonuçlarını düşünmek zorunda olsalardı davranışları çok etkisiz ve tutarsız olurdu. Karakter özelliklerine göre hareket ederek insanlar hem etkili hem de tutarlı bir biçimde davranabilmektedir.

Fromm (1947) sosyal karakter yönelimlerini belirlerken iki kriteri dikkate almaktadır. Bunlar insanın kendi dışındaki dünya ile bağ kurma yollarıdır. İnsan dünyayla iki şekilde bağlantı kurar: (1) nesnelere sahip olarak ve onları kullanarak (özümleme), (2) kendisi ve diğerleri arasında ilişki kurarak (sosyalizasyon). Karakter yalnızca bireyin etkili ve tutarlı bir şekilde davranmasını sağlamamakta aynı zamanda bireyin kendisini topluma uyarlamasının da temelini oluşturmaktadır. Bireyin karakteri anne-babasının karakterlerince biçimlendirilir. Anne-babanın karakterleri ve çocuk yetiştirme biçimleri de içinde yaşadıkları kültürün toplumsal yapısı tarafından belirlenmektedir. Toplum anne-babalar aracılığıyla, değerlerini, kurallarını buyruklarını vb. genç nesillere aktarır (Fromm, 1973). Sosyal karakter kavramı, her toplum biçiminin (ya da sosyal sınıfın) insan enerjisini, kendi işleyişi için zorunlu olan özgül biçimde kullanma ihtiyacı içinde olduğu düşüncesine dayanır. Toplumun aksaksız bir biçimde işlemesi için, o toplumun üyelerinin yapmaları 'gereken' şeyi yapmayı 'istemeleri' gerekmektedir. Fromm çağdaş toplumlarda yer alan beş sosyal karakter tipi tanımlamıştır. Bu sosyal karakter tipleri ya da diğerleri ile ilişki biçimleri, varoluşsal ihtiyaçlar ve içinde yaşanılan sosyal bağlamın etkileşimini temsil eder. Fromm bu sosyal karakter tiplerini üretken olan (sağlıklı) ve üretken olmayan (sağlıksız) olmak üzere iki genel sınıfa ayırmıştır.

Üretken olmayan yönelmeler, ***alıcı, sömürücü, istifçi*** ve ***pazarlayıcı*** karakter yönelmelerini içerirken, üretken yönelme ise Fromm'un ideal sağlıklı karakter yönelmesini temsil eder (Hjelle ve Ziegler, 1992). Diğer taraftan burada sözü edilen yönelmelerden herhangi biri belli bir kişinin karakter betimlemesi değildir. Bir kimsenin karakteri incelendiğinde, burada sözü edilen yönelmelerin tümünün ya da bazılarının kişinin karakterini oluşturan bir karışımı oluşturdukları, bunlardan bir tanesinin ise başat olarak ortaya çıktığı görülür. Üretken olmayan karakter yönelimleri hem olumlu hem de olumsuz yönleri içermektedir. Bir sosyal karakter tipinin patolojik doğurguları ise kişinin ortaya koyduğu pozitif ve negatif özelliklerin oranına bağlıdır (Fromm, 1947).

Alıcı Yönelme: Bu yönelmedeki kişi, arzu edilir her şeyin kaynağının dışarıda olduğuna ve istediği şeyi (sevgi, bilgi ya da maddi bir şey) elde etmenin tek yolunun, onu dışarıdan almak olduğuna inanır. Böylesi kişiler vermekten çok alma ile meşguldürler ve diğerleri tarafından sevilerek ve beslenerek memnuniyetlerini garanti altına almaya çalışırlar. Bu yönelmede sevgi sorunu bir sevme sorunu değil neredeyse tamamıyla bir sevilme sorunudur. Bir kimse tarafından seviliyor olmak öylesine karşı konulmaz bir deneyimdir ki bu yönelmedeki kişi kendisine sevgi ya da sevgiye benzer bir şey veren her kim olursa olsun ona aşık olur. Düşünce alanındaki yönelmeleri de duygu alanındakinin aynıdır çünkü yönelmeleri fikir üretici değil, alıcıdır. En küçük bir çaba göstermektense, ihtiyaç duydukları bilgiyi verebilecek birini ararlar. Böyle kişilerin Tanrı anlayışları da kendi etkinliklerinden hiçbir şey beklemeyip her şeyi Tanrı'dan ummak şeklindedir. Dindar olmayanların da diğer kişiler ve kurumlarla olan ilişkileri dindar olanlarınkine benzer. Bu kişiler her zaman "sihirli bir yardımcı" arayışı içindedirler. Diğer insanlarla ilişkilerinde genel olarak her türden destek için hep başkalarına bağımlıdırlar. Yalnız kaldıklarında kendilerini kaybolmuş hissederler. Çünkü yardımsız bir şey yapamayacaklarına inanırlar. Kişisel ilişkilerinde kendileriyle ilgili bir karar vermek durumunda olduklarında kendilerine en yakın kişiye başvururlar. Bu kişilerin dış görünüşü büyük ölçüde dostça ve iyimserdir. Kabul edicilik, bağlılık, alçak gönüllülük, uyumluluk, duyarlılık, nezaket, iyimserlik ve sevecenlik bu yönelmenin olumlu özelliklerini; edilgenlik, boyun eğicilik, asalaklık, gurursuzluk, kendine güvensizlik, aşırı duygusallık, kolay aldanmak, gerçekçi olmamak ise olumsuz özelliklerini oluşturmaktadır (Fromm, 1947).

Sömürücü Yönelme: Bu tipler de haz kaynağının dışarıda olduğuna ve insanın elde etmek istediği şeyi dışarıda araması gerektiğine, insanın kendi başına bir şey üretemeyeceğine inanırlar. Ancak sömürücü yönelmedeki kişi, alıcı yönelmedeki kişiden farklı olarak istediği şeyi elde etmek için kurnazlık, hilekarlık ya da güce başvurur. Bu yönelmedeki kişiler için nesneler

başkalarından alındığı sürece değerlidirler. Servetleri ve düşünceleri çalıntı, sevgileri ise zorla elde edilmiştir. Sevgi konusunda el koyma ve çalma eğilimi gösterirler. Bu kişiler başkalarına bağlı olan ve onlardan koparabilecekleri kişileri çekici bulurlar. Düşünce alanında da benzer tavırlara sahiptirler; fikir üretmektense çalmaya eğilim gösterirler. Aynı durum bu kişilerin maddi şeylere yönelmelerinde de söz konusudur. Başkalarından elde edilebilecek şeyler bu kişiler için kendi üretebilecekleri şeylerden daha değerlidir. İnsanları kullanıp sömürmeyi arzuladıkları için sömürebilecekleri şeylere sahip olan kimseleri çekici bulurlar. Sömürüp tükettikleri kimselerden ise bıkarlar. Bu kişilerin diğer insanlarla ilişkilerinde kuşkucu, alaycı ve kıskanç oldukları ve başkalarına ilişkin sık sık iğneleyici sözler sarf ettikleri gözlenir. Yalnızca başkalarından elde ettikleri şeylerle tatmin olabildikleri için kendi sahip oldukları şeyleri küçümseyip başkalarının sahip oldukları şeylere aşırı değer verme eğilimindedirler. Etkin olmak, girişimcilik, kendine güven, atılganlık ve etkileyicilik bu yönelmenin olumlu özelliklerini; sömürücülük, saldırganlık, bencillik, kendini beğenmişlik, düşüncesizlik ve kibirlilik ise olumsuz özelliklerini oluşturmaktadır (Fromm, 1947).

İstifçi Yönelme: Bu tipler dış dünyadan elde edebilecekleri şeylere çok az güvenirler. İstifçi yönelmedeki kişiler dünyayı sahip oldukları ve olabilecekleri şeyler olarak görürler ve sahip oldukları şeyleri koruyarak ve kontrol ederek, biriktirerek ve tasarruf ederek kendilerini güvende hissederler. Çevrelerini koruyucu bir duvarla çevirmişlerdir ve bu duvarın dışına olabildiğince az şeyin çıkmasına izin verirler. Bu yönelmedeki kişiler harcamanın kendileri için bir tehlike olduğuna inanırlar. Cimrilikleri parasal ve maddi şeyler konusunda olduğu kadar, duygular ve düşünceler için de geçerlidir. Sevgiyi sahip oldukları bir meta olarak gördükleri için sevgi vermemekle birlikte 'sevdikleri' kişiye sahip olma yoluyla sevgiyi elde etmeye çalışırlar. İnsanlara ve geçmişe karşı bir bağlılık gösterirler. Bilgi konusunda da sahip olma eğilimini sürdürürler, çok şey bilirler ancak düşünce üretmek konusunda kısırdırlar. Bu tiplerin bir başka özelliği de aşırı titizlilikleri ve düzenlilikleridir. Bu düzenliliğin temelinde nesnelerin yer değiştirmelerine katlanamamaları yatmaktadır. Düzenlilik ile dış dünyanın oluşturdukları duvarları aşıp kendi dünyalarına sızmasını engellemeyi hedeflerler. Aşırı titizlikleri, dış dünya ile ilişkilerini koparma ihtiyaçlarının bir başka ifadesidir. Kendi sınırları dışında kalan şeylerin kirli ve tehlikeli olduklarını düşünürler. İstifçi yönelmenin bir diğer özelliği de aşırı derecede dakik ve dik kafalı oluşudur. Bu da dış dünyaya egemen olmanın bir diğer şeklidir. Kişi dış dünyayı korumaya çalıştığı durumu için bir tehdit olarak algıladığında dik kafalılık, kendi dünyasına zorla girmek isteyenlere karşı sistemli bir savunma işlevini yerine getirir. Yaratıcılığa inanmazlar. En yüksek değerleri ise düzen ve güvenliktir. Kişiler arası ilişkilerde yakınlığı bir tehdit olarak algılarlar. Beceriklilik, tutumluluk,

dikkatlilik, sabırlılık, soğukkanlılık, düzenlilik bu yönelmenin olumlu özelliklerini; cimrilik, kuşkuculuk, soğukluk, tembellik, durgunluk, hayal gücü zayıflığı ve saplantılı oluş ise olumsuz özelliklerini oluşturmaktadır (Fromm, 1947).

Pazarlayıcı Yönelme: Pazarlayıcı yönelme modern çağın gelişimiyle ortaya çıkmıştır. Bu kişiler kendilerini bir meta gibi görürler ve satış için gösterişli bir görünüm (sosyal pazarda geçerli olacak bir görünüş) kazanmak için uğraşırlar. Fromm'a göre pazarlayıcı yönelme 'kişilik pazarının' ortaya çıkmasıyla birlikte hızlı bir gelişme göstermiştir. Çağımızda insanlar maddi başarı sağlamak için hizmet verdikleri kişilerin ya da işverenlerinin kişisel onaylarına bağımlıdırlar. Çünkü çağdaş toplumda başarı elde etmek için beceri ve verilen işi yerine getirme koşullarına sahip olmak yeterli olmamakta, birey aynı zamanda kişiliğini başka kişiliklerle yarıştırmak zorunda kalmaktadır. Başarı büyük ölçüde kişinin kendisini pazarda ne kadar iyi sattığına, kişiliği ile ilgili ne kadar iyi rol yaptığına, dış görünüşünün etkililiğine bağlıdır. Bu yönelmedeki kişiler için başarı, kendilerini nasıl paketledikleri, nasıl tanıttıkları ve ne şekilde pazarladıklarıyla ilişkilidir. Böyle bir kişi yaşam ya da mutlulukla değil, yalnızca satılmaya elverişli olmakla ilgilenmektedir. Aile, eğitim, iş bunların hepsi reklam aracıdır ve doğru olmalıdırlar. Kendilerini diğerlerinin arzuladıkları bir ürün gibi görürler ve kimse onları almazsa değersiz hisseder ve mutsuz olurlar. Pazarlayıcı tipin bir geçmişi ve geleceği yoktur ve kalıcı ilke ve değerlere sahip değildir. Diğer yönelmelere oranla daha az olumlu özelliğe sahiptirler çünkü temel olarak, ne olursa olsun alınıp satılabilir olan özelliklerle dolmayı bekleyen boş kaplardır. Amaçlılık, açık fikirlilik, meraklılık, nüktecilik, hoşgörülü olmak bu yönelmenin olumlu özelliklerini; fırsatçılık, tutarsızlık, ilkeler ve değerlerden yoksun olma, aşırı aktiflik, patavatsızlık, ayrım gözetmeme ve kayıtsızlık ise olumsuz özelliklerini oluşturmaktadır (Fromm, 1947).

Üretken Yönelme: Üretken yönelmenin üç boyutu vardır; çalışma, sevgi ve akıl. Üretken insanlar olumlu özgürlüğe ve kendi potansiyellerini gerçekleştirmeye yöneldikleri için tüm karakter tiplerinin en sağlıklısıdırlar. İnsanın temel varoluşsal ikilemi olan, bireyselliğini ve kendine özgülüğünü yitirmeden diğerleri ve dünyayla bir olma çelişkisini çözebilmenin yegane yolu üretken etkinliktir. Çözüm ancak üretici çalışma, sevgi ve düşünce ile başarılabilir.

Sağlıklı kimseler işlerini kendini yaratıcı bir biçimde ifade etmenin bir aracı olarak görürler. Üretken yönelimdeki kişiler, diğerlerini sömürmek, kendilerini pazarlamak, diğerlerinden uzaklaşmak ya da gereksiz maddi şeyleri toplamak ve biriktirmek için çalışmazlar. Ne tembeldirler ne de kompulsif

bir biçimde hareketlidirler, çalışmayı yaşamın gerekliliklerini üretmenin bir aracı olarak ele alırlar (Feist ve Feist, 2006).

Üretken sevgi daha önce sözünü ettiğimiz dört nitelikle (ilgi, sorumluluk, saygı ve bilgi) karakterizedir. Bu dört özelliğe ek olarak sağlıklı insan aynı zamanda yaşamsever özelliklere de sahiptir. Yaşamsever kişiler, insanların, hayvanların, bitkilerin, fikirlerin ve kültürlerin yaşamını geliştirmeyi arzularlar. Bu kişiler hem kendilerinin hem de diğerlerinin gelişmesi ve büyümesini önemserler. Diğer insanları güç kullanarak değil, sevgiyle, akılla ve örnek olarak etkilemeye çalışırlar. Fromm, kişinin kendisini ve diğerlerini sevmesinin birbirinden ayrılamaz olduğunu düşünür ancak kişinin kendisini sevmesi önce gelmelidir. Her insan üretken sevgi kapasitesine sahiptir ancak insanların bir çoğu bunu başaramazlar çünkü kendilerini sevemezler.

Üretken düşünme de üretici sevgi ve çalışmadan ayrılamaz. Üretici düşünce kişinin diğer insanlara ve nesnelere karşı içten ilgisi ile motive olur. Sağlıklı kimseler kendilerini ve diğer insanları oldukları gibi görüp kabul ederler (Feist ve Feist, 2006). Fromm'a göre sağlıklı insanlar bu beş karakter yöneliminin bir kombinasyonuna sahiptirler. İnsanların sağlıklı olarak varlıklarını sürdürmeleri ihtiyaç duydukları şeyleri diğer insanlardan almayı kabul etmelerine, uygun durumlarda bir şeyleri almalarına, sahip oldukları şeyleri korumalarına, bunları diğerleri ile değişmelerine ve üretken bir biçimde çalışmalarına, sevmelerine ve düşünmelerine bağlıdır.

Eleştiriler ve Değerlendirme

Fromm'un kuramı sosyokültürel faktörlerin insanoğlunun gereksinimleriyle etkileşim halinde kişiliği ne ölçüde biçimlendirdiğini göstermeyi amaçlayan bir kuramdır. Fromm'un içinde yaşadığı tarihsel dönem, günümüz insanın içinde yaşadığı toplumsal sistemin biçimlenişi açısından çok önemli değişimlere sahne olmuştur. Bu değişimler toplumsal sistemde yol açtıkları değişimlere paralel olarak, bu toplumsal sistemi oluşturan bireylerin de biçimlenmesine etki etmiştir. Birinci ve İkinci Dünya Savaşlarını, Rus Devrimini, ve ilerleyen yıllarda yozlaşmasını ve çöküşüne yol açacak gerileyişini, Nazizmin yükselişini ve çöküşünü, soğuk savaşı ve nükleer silahlanmayı vb. kısacası yirminci yüzyılı doğrudan gözlemleme 'şansı' bulmuş olması Fromm'un kuramında önemli bir etkiye sahiptir. Karakter yapısının, bireyin parçası olduğu toplumsal yapının bir ürünü olduğu fikrine paralel olarak Fromm, sosyal ve ekonomik koşullarda yapılacak radikal değişimlerle, hem toplumun hem de bireyin ihtiyaçlarını karşılayacak bir toplum yaratmanın mümkün olduğu düşüncesini de öne sürmüştür. Çok fazla tartışılan ve eleştirilen düşüncelerinden biri de bu toplumsal reform önerisidir.

Fromm'un kuramında öne sürdüğü fikirler temel olarak vaka çalışmalarına ve kendi gözlemlerine dayanmaktadır. Fromm'un yazdıkları okuyucusunu eleştirel ve üretken bir biçimde düşünmeye sevk etse de ne araştırmacılara ne de terapistlere doğrudan kullanabilecekleri pratik önermeler sunmamaktadır. Bu nedenle Fromm bilimsel nitelikli bir kuramcı olmaktan ziyade bir düşünür olarak değerlendirilebilir. Fromm'un kuramı ampirik olarak sınanabilir önermeler içermemesi nedeniyle, haklı olarak, bilimsel olmamakla eleştirilmektedir. Bu doğru olsa bile, kişiliği anlama ve açıklama yönündeki çabalar açısından tek yaklaşımın ampirik bilimsel çabalar olmadığı, felsefi içgörü ve spekülasyonların da bu yoldaki çabalara katkı sağlayacağı unutulmamalıdır.

KİŞİLER ARASI İLİŞKİLER KURAMI



HARRY STACK SULLIVAN

Harry Stack Sullivan'ın Yaşam Öyküsü

Harry Stack Sullivan, fakir İrlandalı Katolik bir çiftin hayatta kalan tek çocukları olarak 21 Şubat 1892'de, New York'un güneyindeki Norwich'in küçük bir çiftçi kasabasında doğdu. Annesi, Ella Stack Sullivan, babası Timothy Sullivan ile evlendiğinde 32, Harry doğduğunda ise 39 yaşındaydı. Daha önce, hiç biri bir yaşını dolduracak kadar yaşayamayan iki erkek çocuğu dünyaya getirmiş olan Ella Sullivan annelik için son şansı olduğunu bildiği tek çocuğu Harry'i koruyup kollayarak yetiştirmiştir. Babası, Timothy Sullivan, utangaç, içe kapanık bir insandır ve karısının ölümüne ve Harry Stack Sullivan'ın önemli bir hekim oluşuna kadar onunla hiçbir zaman yakın bir ilişki geliştirememiştir. Timothy Sullivan, Harry üç yaşına gelmeden önce, Norwich'ten yaklaşık 10 mil uzakta olan, eşinin ailesinin Smyrna köyü yakınlarındaki çiftliğine taşındı. Yaklaşık bu sıralarda annesi bilinmeyen bir nedenle evden uzaklaşmış olduğu için Sullivan, İrlandalı aksanı kolay anlaşılmayan anneannesi tarafından bakıldı. Bir yıldan fazla süren ayrılıktan sonra, muhtemelen bir ruh sağlığı hastanesinde kalmış olan annesi eve geri döndü. Bu süre içinde Sullivan kendine annelik yapacak iki kişiye sahipti. Büyük annesi öldükten sonra da iki anneye sahip olmaya devam etti, çünkü hiç evlenmemiş olan teyzesi Harry'nin bakımında yardımcı olma görevini üstlenmişti.

Okul öncesi dönemde çevresinde arkadaşı olmayan Sullivan, okula başladıktan sonra da Protestan toplumunda İrlandalı Katolik bir çocuk olarak kendisini yabancı gibi hissetmeye devam etti. Smyrna'da ki okul yılları boyunca İrlanda aksanı ve pratik zekâsı arkadaşları arasında onu istenmeyen bir çocuk haline getirmişti. Ancak sekiz buçuk yaşına geldiğinde komşu çiftlikten on üç yaşındaki bir çocukla yakın bir arkadaşlık kurdu. Bu yakın arkadaş, Harry'den 1 mil ötede farklı bir okul bölgesinde yaşayan ama şimdi Smyra'da liseye başlayan Clarence Bellinger'dir. Clarence ve Harry yaşıt olmamalarına rağmen, sosyal ve entelektüel olarak çok fazla ortak noktaya sahipti. Her ikisi de pek sosyal olmayan ancak entelektüel açıdan ilerde çocuklardı. İkisi de ileride psikiyatrist olmayı tercih etti ve asla evlenmedi. Harry ve Clarence arasındaki ilişkinin Sullivan'nın hayatı ve geliştirmiş olduğu kişilik kuramında da önemli etkileri olmuştur.

Çocukluk yıllarında kitaplara ve bilime ilgi duyan Sullivan, çok fazla zorlu işi gerektiren bir çiftlikte tek başına büyüyen bir çocuk olmasına rağmen, aldırmazlığı ve 'unutkanlığıyla' günlük işlerin çoğundan kaçabilmeyi başarabiliyordu. Çünkü onu kayırıp kollayan annesi onun yerine yapması gerekenleri yapıyordu. Parlak bir öğrenci olan Sullivan 16 yaşında sınıf birincisi olarak liseden mezun oldu. Psikiyatriye ilgi duymakla birlikte fizikçi olmak ama-

cıyla Cornell Üniversitesi'ne girdi. Buradaki akademik performansı bir felaketti. Bir yıl sonra okuldan uzaklaştırıldı. Bu uzaklaştırma muhtemelen üst sınıflardaki bir kaç öğrencinin posta yoluyla sipariş edilmesi Cornell yasalarına göre yasak olan bazı kimyasalları sipariş etmesi için onun adını kullanmaları nedeniyle gerçekleşmiştir. Bu uzaklaştırmanın ardından iki yıl boyunca Sullivan gizemli bir şekilde ortadan kayboldu. Bu dönemde şizofrenik bir atak yaşamış olabileceği ve bir ruh sağlığı hastanesinde yatmış olduğu kimi yazarlarca öne sürülmüş olsa da bu iddiayı destekleyecek hastane kayıtları hiçbir zaman bulunamamıştır. Sullivan'ın iki yıl süren gizemli kayboluşunun nedeni her ne olursa olsun tecrübelerinin onu akademik ve muhtemelen cinsel açıdan olgunlaştırmış olduğu görülmektedir. Sullivan 1911 yılında Cornell'de aldıklarından çok yüksek notlara sahip olduğu Chicago College of Medicineland Surgery'e kayıt oldu. Tıp derslerini 1915'te bitirmesine rağmen diplomasını ancak 1917'de alabildi. Sullivan bu gecikmeyi okul taksitlerini tam olarak ödeyememiş olmasına bağlasa da onun mezuniyet için yerine getirmesi gereken zorunluluklar arasında yer alan doktorluk stajını tamamlamamış olduğuna dair belgeler bulunmuştur. Sullivan'ın bu eksikliğe rağmen diplomasını nasıl aldığı konusunda tatminkar bir yanıt bulunmasa da yaklaşık bir yıllık tıbbi çalışmaları sonucu, ikna yeteneğini de kullanarak Chicago College of Medicine and Surgery'deki otoriteleri doktorluk stajı yerine bu tecrübeyi kabul etmeleri için ikna ettiği düşünülmektedir.

Sullivan Birinci Dünya Savaşı yıllarında ve savaştan sonra bir süre orduda doktor olarak görev yapmıştır. 1921 de, psikiyatride resmi bir eğitimi olmadan ABD'nin en iyi bilinen nöropsikiyatristlerinden biri olan William Alanson White'ı çok yakından tanımaya başladığı Washington DC'deki St. Elizabeth Hastanesi'nde çalışmaya başladı. Burada çok sayıda şizofreni hastasıyla çalışma fırsatı buldu. Sullivan, şizofreni hastalarının konuşmalarından anlam çıkarmaya çalışırken bu rahatsızlığın hastaların sosyal ve kişiler arası etkenlerden kaynaklanan kaygı ile ilişkili olduğu sonucuna vardı. Sullivan zamanının ve enerjisinin çoğunu Sheppard'da hastane görevlilerinin seçimi ve eğitimine ayırdı. Kendisi çok az terapi yapmasına rağmen, profesyonel olmayan hastane görevlilerinin insancıl ilgi ve saygı göstermeleriyle şizofreniyi tedavi etmeye çalıştığı bir sistem geliştirdi. Bu program ona şizofreni tedavisi konusunda iyi bir şöhret kazandırdı. 1930 yılında politik nedenlerle Sheppard'daki görevinden istifa eden Sullivan, şizofreni dışındaki hastalıkları da araştırarak kişiler arası ilişkiler anlayışını geliştirmek amacıyla New York'a taşınarak burada özel bir klinik açtı. Burada hastalarının çoğu nevrotiklerden oluştuğu için bundan sonraki çalışmalarını bu tür sorunlar üzerine odaklaştırdı. Bu dönemde biçimlenmeye başlayan kuramsal görüşlerini 1939'da verdiği bir dizi konferansla ilk kez ortaya koydu. Bu konferanslar daha sonra

Modern Psikiyatrinin Kavramları (Conceptions of Modern Psychiatry) isimli kitapta toplanarak yayınlandı.

Bu sıralarda hastaları tedavi ücretlerini ödeyemeyecek kadar fakir insanlar olduğu için ekonomik olarak zor dönemler yaşadı. Bununla birlikte New York'taki yaşamı onu Avrupa geçmişi olan çeşitli psikiyatrist ve sosyal bilimcilerle tanıştırdı. Bu kişiler arasında Karen Horney ve Erich Fromm gibi kişilik kuramcıları da bulunmaktaydı. Clara Thompson tarafından 300 saatlik analizden geçen Sullivan, psikanalitik hareketin bir parçası olmamakla birlikte Freud'un kuramını da benimsememiştir. Sullivan'ın kişiler arası ilişkiler kuramı ne psikanalitik ne de neo-freudiyen bir kuramdır. İlerleyen yıllarda psikiyatriyi sosyal bilimlerle birleştirmek amacıyla kurulan William Alanson White Psikiyatri Derneği'nin kuruluşunda rol alan Sullivan, derneğin ilk başkanı olarak ve ayrıca kurumun dergisi, Psychiatry'nin editörü olarak da görev yaptı. Bu faaliyetlerden dolayı, Sullivan, zaten çok kazançlı olmayan New York'taki işini bıraktı ve dernek ve dergiyle yakından ilgilenebildiği Washington'a taşındı.

Ocak 1949'da, Amsterdam'daki Dünya Ruh Sağlığı Federasyonunun bir toplantısına katılan Sullivan, 14 Ocak 1949 da evine dönerken 57. doğum gününden birkaç hafta önce Paris'teki bir otel odasında beyin kanamasından öldü.

Kişiler Arası İlişkiler Kuramı: Temel Kavramlar ve İlkeler

Kapsamlı bir kişilik kuramı oluşturan ilk Amerikalı olan Harry Stack Sullivan, kişiliğin, sosyal bir çevrede geliştiğini belirtmiş ve insanların, diğer insanlar olmadan bir kişiliğe sahip olamayacaklarını iddia etmiştir. Sullivan'a göre "kişilik, asla kişinin içinde yaşadığı ve varlığını bulduğu karmaşık kişiler arası ilişkilerden soyutlanamaz" (Sullivan, 1947: s.10). Bu yüzden de kişiliğe ilişkin bilgi elde edebilmenin tek yolu insanların kişiler arası durumlarda nasıl davrandıklarını bilimsel olarak incelemektir.

Sullivan'ın kişiler arası kuramı aynı zamanda; bebeklik, ilk çocukluk, ikinci çocukluk, önergenlik, erken ergenlik, geç ergenlik ve yetişkinlik gibi önemli gelişim dönemlerini içeren, gelişimsel yaklaşımı temel alan bir kişilik kuramıdır. Sullivan'a göre sağlıklı insan gelişimi, kişinin diğer insanlarla yakınlık kurma yeteneğine dayanır ancak maalesef, kaygı her yaşta tatmin edici kişiler arası ilişkileri engelleyici bir güce sahiptir. Sullivan'a göre gelişimin en önemli safhası; çocukların yakınlaşma potansiyeline ilk kez sahip oldukları ancak yakın ilişkilerin şehvetli ilgilerle karmaşıklaştığı yaşlara henüz ulaşmadıkları bir dönem olan önergenlik dönemidir. Sullivan, insanların

hem yakınlığı hem de şehveti aynı kişiye karşı hissetme yeteneğine sahip olduklarında sağlıklı gelişimi başardıklarını belirtmiştir.

İnsanın Doğası

Horney ve Fromm gibi Sullivan da kişiliğin bireyler arası doğasına ağırlık vermiştir. Ancak, Horney nevroz üzerinde, Fromm toplumun patojenik rolü üzerinde yoğunlaşırken, Sullivan daha çok kişiliğin gelişimi ve şizofreni (dinamiği ve tedavisi) üzerinde durmuştur.

Sullivan, gelişimsel yaklaşımı, kendi kuramsal yapılarını aktarabilmenin en iyi yolu olarak görmüştür. Sullivan'a göre (1953: s.4) "eğer insanların kronolojik olarak yetişkinlik dönemlerindeki kişiliklerine nasıl ulaştıklarını ayrıntılı bir şekilde incelersek yaşam ve yaşamdaki zorluklar konusunda epeyce bilgi edinmiş oluruz".

Tek Tür Önermesi (The one genus postulate)

Fromm gibi Sullivan da kişilik üzerinde kalıtımın etkisine pek fazla yer vermemektedir. Hepimiz açlık, susuzluk, solunum, cinsellik, vücut ısısının korunması gibi fizyolojik güdüler (dürtüler) tarafından etkilenmekteyiz. Kişiliğin bu hayvansı yönü; fiziksel özellikler, duyusal yetenekler, zeka ve olgunlaşma hızıyla ilişkili bireysel farklılıkların oluşmasını sağlar. Diğer bir ifadeyle kalıtım yalnızca bu özelliklerimizin farklı olmasına yol açmaktadır. Ancak insanlar arasındaki benzerlikler farklılıklardan daha fazladır. Sullivan 'tek tür önermesi'ni "her bireyin, başka bir şey olmaktan çok daha fazla insan olduğunu varsaymamız gerekir" ifadesiyle dile getirmiştir (Sullivan, 1953, s. 32). Bu basit ancak kapalı ifadeyle Sullivan'ın belirtmek istediği birkaç şey vardır. İlk olarak, kültüre, sosyal çevreye, akıl sağlığına ve diğer faktörlere bağlı olarak ortaya çıkan bireysel farklılıklara rağmen insanlar arasındaki benzerliklerin, aralarındaki farklılıklardan daha fazla olduğunu belirtmek istemiştir. Sullivan'a göre (1953) ileri düzeyde zeka geriliği olan bir insanla, bir dahi arasındaki farklılıklar, ileri düzeyde zeka geriliği olan insanla, insana en yakın bir başka biyolojik türün herhangi bir üyesi arasındaki farklılıklardan daha az önemli ve daha az dikkat çekicidir. Benzer şekilde, başarılı bir üst düzey yönetici ile uzun süredir tedavi altında olan ileri düzeyde bir şizofreni hastası arasındaki benzerlikler de ikisi arasındaki farklılıklardan daha fazla olacaktır (Chapman, 1976).

Sullivan'ın 'tek tür önermesi' ile belirtmek istediği bir başka nokta da ruh sağlığı bozuk olduğu düşünülen kimselerde görülen belirtilerin, ruhsal açıdan sağlıklı olduğu düşünülen insanlarda da çok düşük ölçüde de olsa bulunduğudur. Örneğin; genellikle sosyal olan bir kimsenin zaman zaman yaşadığı

mahçupluk, çekingen bir kişinin utangaçlığı, şizoid bir kişinin insanlardan uzaklığı ve sessiz bir şizofrenin diğer insanlardan bütünüyle uzaklaşması arasında değişen bir süreklilik söz konusudur. Oynadıkları sosyal rollere rağmen bu kişiler arasındaki benzerlikler farklılıklardan daha fazladır (Chapman, 1976).

'Tek tür önermesi' aynı zamanda kültürel ve etnik faktörlerin, insanlar arasında yarattığı farklılıkların, aralarındaki benzerliklerden daha fazla olmadığını da belirtmektedir. Bu anlamda kutuplardaki bir Eskimo ile Brezilyalı bir çiftçi ya da New Yorklu bir muhasebeci, dış görünüşlerindeki farklılıklara rağmen, temel ihtiyaçları, doyumları ve rahatsızlıkları açısından, farklı olmaktan çok benzerdirler. Dolayısıyla Sullivan (Adler'den farklı olarak) bireysel farklılıkları çok fazla önemsemeyerek kuramsal dikkatini daha çok insanların ortak özelliklerine çevirmiştir. Bireysel farklılıkları dikkate almayışı ilk bakışta ters yönde bir izlenim oluştursa da farklı ırklar, milletler, toplumlar ya da sosyal gruplar arasındaki ilişkiler konusundaki doğurguları 'tek tür önermesinin' temelde oldukça insancıl bir yaklaşım olduğunun bir göstergesidir.

Diğer İnsanlar İçin Gereksinim Duyma

Sullivan da Fromm ve Horney gibi Freud'un libido kavramına karşı çıkmaktadır. Ona göre davranışlarımızın içgüdüler tarafından belirlendiği varsayımı tamamen mantıksızdır (Ewen, 2003). Bazı kalıtsal bozukluklar dışında (doğuştan geri zekalılık gibi) insanın doğası son derece esnek ve uyumsaldır. Kişilik, temel olarak sosyal güçler tarafından şekillenmektedir. Özellikle çocuğun uzun süren bağımlılık dönemi onu başkaları tarafından etkilenmeye daha da yatkın kılmaktadır. Kişiler arası ilişkiler gereksinimi güçlü bir gereksinimdir; İnsanın kişiler arası ilişkilerden uzun süre kendini uzak kılarak kişiliğini sağlıklı düzeyde koruması çok zordur; bu durumda kişilik bölünmesi kaçınılmaz olur. Kişilik ancak kişiler arası yansımalarda var olur ve bu şekilde incelenebilir.

Sullivan'a göre (1953: s.110-111) kişilik; "insan yaşamını niteleyen, yinelenen kişiler arası durumların oldukça kalıcı örüntüleridir". Kişiliğin varsayımsal bir kavram olduğu ve kişiler arası ilişki durumları dışında incelenemeyeceğini sürekli olarak vurgulayan Sullivan, kişiliğin ancak insan bir ya da daha fazla sayıda kişiyle ilişki durumundayken ortaya çıkabileceğini belirtmiştir (Geçtan, 2002). Fakat bu kişiler arası ilişkiler için diğer insanların somut varlığı da gerekli değildir. Bu ilişkiler gerçek kişileri kapsadığı gibi hayal ürünü ilişkileri de içerebilir.

Sullivan'ın kişiler arası ilişkiler kavramı düşsel ilişkileri de kapsadığından, tam anlamıyla yalnız yaşayan bir kimse ya da bir psikotik de kişilikten yoksun değildir (Ewen, 2003). Böyle bir psikotik hasta veya kendini toplumdan izole etmiş kişi diğerleri ile gerçek ya da düşsel kimi ilişkilere dair anılara sahip olacaktır ve bu da onun kişiler arası ilişkilerden fazlaca etkilenmesine yol açacaktır.

Gerilim Azaltma (Tension Reduction)

Horney ve Fromm'a paralel bir görüş olarak Sullivan da insanların ruh sağlığını korumaya yönelik bir eğilime sahip olduklarını belirtmektedir (Ewen, 2003). Bununla birlikte Freud'un, insanın gerilimlerini azaltmaya yönelik güdüleri olduğu fikrini de kabul etmektedir. Freud ve Jung gibi Sullivan da (1953) kişiliği bir enerji sistemi olarak ele almıştır. Enerji, ya **gerilimler** (hareket potansiyeli) ya da doğrudan hareketler (**enerji dönüşümleri**) olmak üzere iki şekilde var olmaktadır. İnsanın ideal durumu tamamen dengede olduğu durumdur (**mutlak öfori**). Bu durumda olan bir kimsenin içsel yoksunluklardan veya dışsal olumsuz uyarıcılardan arınmış olması gerekir. Diğer uçta ise **mutlak gerilim** durumu yer almaktadır. Bu, bireyin yaşadığı yoğun dehşet duygusudur. Ancak mutlak öfori veya gerilim durumlarına yaklaşılabilir ama gerçekte var oldukları söylenemez.

Enerji dönüşümleri (energy transformations), gerilimleri açık ya da örtük davranışlara dönüştürürler ve ihtiyaçların doyurulması ve kaygının azaltılmasında etkilidirler. Gerilim, bilinçli olarak fark edilebilecek ya da fark edilemeyecek bir hareket potansiyelidir. Bu nedenle de tüm gerilimler bilinçli olarak hissedilemeyebilir. Sullivan (1953) **ihtiyaçlar** ve **kaygı** olmak üzere iki tür gerilimden söz etmiştir.

İhtiyaçlar: İhtiyaçlar, kişi ve fizikokimyasal çevre arasındaki biyolojik dengesizliğin yol açtığı ve kişinin öfori düzeyini düşüren gerilimlerdir (Sullivan, 1953). İhtiyaçlar epizodik bir özellik taşırlar; bir kere tatmin edilince, geçici olarak güçlerini kaybederler ama bir süre sonra tekrar oluşurlar. Cinsel istek, vücudun boşaltım gereksinimi, yiyecek, su, oksijen ve vücut ısısı ile ilgili eksiklikler ve gereksinimler gerilime yol açabilir. Bu gerilimler çoğu durumda bilinç düzeyinde yaşanır ve kişiyi enerji harcayarak ihtiyacı doyurmaya güdüler. Sullivan'a göre uyku da gerilime yol açan, fizikokimyasal gereksinimlerden farklı, bir başka ihtiyaçtır. Her ne kadar ihtiyaçlar aslen biyolojik bir temele sahip olsalar da bir çoğu kişiler arası durumlardan kaynaklanır. En temel kişiler arası ihtiyaç şefkattir. Çocuk kendisine bakan kişiden (anne, ya da annenin yerine geçen) şefkat görmek yönünde bir ihtiyaç geliştirir. Diğer ihtiyaçlardan farklı olarak şefkat, en az iki kişinin davranışlarını gerektirir. Anne (bakıcı) çocuğunun davranışlarında herhangi bir gerek-

sinimin ifadesinin varlığını gözlerse (ağlama gibi) gerilim yaşayabilir. Bu gerilim annede çocuğun gereksinimlerini karşılamaya yönelik etkinliklere ve şefkat duygusuna yol açar. Böylece bebeğin şefkat gereksinimi annenin şefkat göstermesini uyarır. Bu durum bebeğin ilk kişiler arası ilişkisini oluşturur. Görüldüğü gibi, annenin şefkat verme ihtiyacı dokunma, okşama ya da kucaklamaya dönüşebilirken, bir çocuğun şefkat alma ihtiyacı ağlama, gülümseme ya da ses çıkarmayla ifade edilebilir. Bu örnekte, şefkat ihtiyacı çocuğun ağzı ve annenin ellerini kullanması yoluyla tatmin edilmektedir.

Sullivan (1953) ihtiyaçları genel ve bölgesel (zonal) olmak üzere ikiye ayırmıştır. Şefkat genel bir ihtiyaçtır. Çünkü bir insanın bütünsel iyilik haliyle ilgilidir. Oksijen, yemek ve su gereksinimini de kapsayan genel ihtiyaçlar vücudun belirli bir bölgesinden ortaya çıkan bölgesel ihtiyaçların karşıtıdır. Vücudun birkaç bölgesi hem genel hem bölgesel ihtiyaçları tatmin etmede etkilidir (Feist ve Feist, 2006). Örneğin; ağız, içine yemek ve oksijen alarak genel ihtiyaçları doyurur ama aynı zamanda oral faaliyete yönelik bölgesel ihtiyacı da doyurur. Benzer olarak anüs ve üreme organları gibi diğer vücut bölgeleri her iki çeşit ihtiyacı tatmin etmek için kullanılabilir. Yaşamın ilk dönemlerinde vücudun çeşitli bölgeleri, kişiler arası ilişkilerde çok önemli ve kalıcı (sürekli) bir rol oynamaya başlar. Çocuk yemek, su ve benzeri genel ihtiyaçlarını tatmin ederken gereğinden daha çok enerji sarf eder ve artan enerji, Sullivan'ın **dinamikler** olarak adlandırdığı, tutarlı tipik davranış tarzlarına dönüşür (Feist ve Feist, 2006).

Kaygı: Gerilimin ikinci türü ise kaygıdır. Kaygı, Sullivan'ın kuramında merkezi öneme sahip bir kavramdır (Chapman, 1976). Ancak kaygı kavramı Sullivan tarafından yaygın kullanımından farklı bir biçimde kullanılmıştır. Sullivan kaygı ile endişeli olma, suçluluk, utanç, korku, kişisel değersizlik gibi acı verici duyguları kastetmektedir. Bu hoş olmayan duygu çeşitli yoğunluklarda ortaya çıkabilir. En yoğun yaşandığında dehşet, korku ve nefret gibi ürkütücü duygulara benzer. Kaygı çevredeki olumsuz uyarıcılardan kaynaklanabilir (ani yüksek bir ses). Ama ana kaynağı çocuğun annesi ile etkileşimi ile ilgilidir (veya annesinin yerini alan kişiyle); anne kaygı, gerilim yaşıyorsa bu kaygı çocuğa da geçer. Dolayısıyla kaygı genel bir gereksinimin doyurulması geciktiğinde ortaya çıkan korkunun yarattığı gerilimden farklıdır. Sullivan (1953) kaygının ebeveynden çocuğa empati yoluyla geçtiğini varsaymıştır. Annedeki kaygı kaçınılmaz olarak çocuktaki kaygıya neden olur. Tüm annelerin bebeklerine bakarken bir ölçüde kaygı yaşıyor olmalarından dolayı, tüm çocuklar bir dereceye kadar kaygılı olacaklardır. Çocuğun kaygıyı azaltacak bir kapasiteye sahip olmaması gibi ebeveynin de bebeğinin kaygısını azaltmak için etkili bir aracı yoktur. Çocuk tarafından gelecek herhangi bir kaygı ya da güvensizlik işareti ebeveyni çocuğun ihtiyaçlarını tatmin etmek için harekete geçirir. Örneğin, bir anne kaygıyı açlıkla karıştırdığı için

kaygılı olan ve ağlayan bebeğini beslemeye çalışabilir. Eğer bebek sütü kabul etmede tereddüt ederse, anne kaygılanır ve bu kaygı çocuğun kaygısının artmasına neden olur. Sonuç olarak, bebeğin kaygısı emme ve yutmayı engelleyen bir seviyeye ulaşır. Görüldüğü gibi kaygı bu durumda ihtiyaçlar nedeniyle oluşan gerilimlerin tersine işler ve ihtiyaçların giderilmesini engeller. Kaygının, yetişkinler üzerinde de zararlı etkileri vardır. Her durumda kaygının etkisi çok rahatsız edicidir. Sullivan'a göre kaygının azaltılması için çocuğun kaygısı olmayan yetişkinlerle güvenli ilişkiler kurmaya ihtiyacı vardır.

Kaygı diğer gereksinimlerin karşılanmasını da engeller; aç veya susuzken yutabilmeyi veya yorgunken uyumayı engeller. Doyurucu kişiler arası ilişkileri de sabote edebilir. Bizler yaşamımızın büyük bir bölümünü ve enerjimizin büyük bir kısmını bu istenilmeyen kaygı gerilimini azaltmak için kullanır, bu duygu ile baş edemediğimiz zaman da onu gözardı ederiz (seçici dikkatsizlik). Bazen de kaygı daha kabul edilebilir bir duygu olan öfkeye dönüştürülebilir. Yetersiz, etkisiz, katı ve talihsiz davranışların nedeni kaygıdır. Kaygı sağlıklı kişiler arası ilişkilerin gelişimini tıkayan ana yıkıcı güçtür. Sullivan (1953), şiddetli kaygıyı kişinin kafasının üzerine inen bir darbeye benzetmiştir. Şiddetli kaygı, insanları öğrenme açısından yeteneksizleştirir, hafızayı zayıflatır, algıyı daraltır ve tam bir bellek yitimi (amnesia) ile sonuçlanabilir.

Kaygı, acı verici bir özellik taşıdığı için insanların kalıtsal olarak öfori durumunu tercih ederek ondan kurtulmak yönünde doğal bir eğilimleri vardır. Sullivan (1954: s. 100) bu durumu "kaygının varlığı, yokluğundan çok daha kötüdür" diyerek özetlemiştir.

Enerji Dönüşümleri ve Dinamikler

Gerilimlerin, bir ihtiyacı karşılayacak açık ya da örtük davranışlara dönüşmesine enerji dönüşümü denir. Bütün enerji dönüşümleri, her durumda açık ve gözlenebilir davranışlar olmak zorunda değildir. Gerilimler çoğu zaman duygu ya da düşünce gibi örtük davranışlara da dönüşebilir. Enerji dönüşümleri, yaşam boyunca bir insanı tanımlayan tipik davranış modelleri olarak organize olurlar. Sullivan (1953) bu davranış modellerine, dinamikler adını vermiştir. Sullivan'ın dinamik kavramı hemen hemen, ayırıcı özellik ya da alışkanlık örüntüsü ile aynı anlama gelebilecek bir kavramdır.

Sullivan gerilim azaltıcı modeli benimsemiş olmasına karşın psişik enerji kavramına karşı çıkmaktadır. Enerji ona göre sadece fizikte sözü edilen enerjidir ve bu enerji kavramının önüne mental (zihinsel) gibi sıfatlar eklenmemelidir (Sullivan, 1953: s.35-36). Biz gereksinimlerimizi karşılamak için gereken davranışları fiziksel enerjimizi yönlendirerek sergileriz. Sullivan kişiliğin dinamik bir süreç olduğunu ve sürekli gelişim ve değişim içinde olduğunu

vurgulamak için enerji dönüşümü kavramını kullanmaktadır. Dinamikler adını verdiği bu dönüşümlerin doğuştan getirildiğini ve tüm insanların aynı temel dinamiklere sahip olduğunu belirtmiştir. Dinamikler, hareket etme, konuşma, düş kurma gibi çeşitli şekillerde ortaya çıkabilirler, kısmen veya tamamen bilinçdışında seyrederler.

Örneğin "nefret" dinamiği, gerilimi düşmanca davranış yoluyla azaltmak için fiziksel enerjinin gerekli davranışa dönüştürülmesini içerir. Ancak "nefret" dinamiği bir kişiye saldırmaktan, bununla ilgili düş kurmaya kadar çeşitlilik gösteren davranış ve duygulara dönüşür. Şehvet dinamiği de sevişme ya da erotik hayaller yoluyla cinsel ihtiyaçların doyurulması için enerjinin kullanılması ile ilgilidir.

Dinamikler öğrenme ve olgunlaşma yoluyla şekil değiştirebilirler. Dolayısıyla dinamiğin ifadesi olan davranışlar her insanda farklı olabileceği gibi aynı kişide farklı zamanlarda farklı şekilde de ifade edilebilir. Örneğin nefret hafif düzeydeki öfke davranışından aşırı bir öfke ifadesine kadar çeşitlilik gösterebilir. Ancak bu davranışların tümünün altında aynı dinamik yatmaktadır.

Dinamik Türleri

1. Bazı dinamikler kişiler arası ilişkilerimizle ilgilidirler ve öforiyi bozan gerilimleri azaltmada etkili olurlar; yakınlık, şehvet, korku, nefret, suçluluk, gurur gibi. Bu grupta yer alan güvenlikle ilgili 'duyumsamazlık' (apati) ve 'uyuklama tepkisi' (somnolent detachment) gibi dinamikler gerilimin tehlikeli düzeylere çıkmasını engellemektedir (Sullivan, 1953: s. 57-58). Aç bebek zamanında doyurulmazsa artmakta olan gerilim ve korku, nefesini tutma ve katılma gibi kendi kendine zarar verecek davranışlara yol açar. Duyumsamazlık (apati) dinamiği araya girerek çocuğun uykuya dalarak gittikçe artan gerilimden kurtulmasına yardımcı olur.
2. İkinci grup dinamikler etkileşim girişleriyle ilgili olan dinamiklerdir. Ağız, anüs, genital bölge gibi. Örneğin ağız bölgesi yalnız susuzluk ve açlık gereksinimini karşılamakla kalmaz, aynı zamanda emme gereksinimi ile ilgili dinamiği de içerir. Eller ise hissetme ve manipülasyon gereksinimini ifade eder.
3. Üçüncü gruptaki önemli dinamik ise kendilik sistemidir. Kendilik sistemi gerilim ve kaygıdan arınmış olma gereksinimimizle ilgili işleve sahiptir. Dinamiklerin çoğu organizmanın temel ihtiyaçlarına doyum sağlama işlevine sahiptir ancak kendilik sistemi kaygı sonucu ortaya çıkar ve amacı kaygıyı azaltmak ya da ondan kaçınmaktır. Kendilik sistemi kavramı, kişiliğin yapısı başlığı altında daha ayrıntılı şekilde ele alınacaktır.

Yaşantı Modları

Sullivan'a göre insan yaşantıları, gerilimler ve gerilimlerin azaltılması için gerçekleştirilen enerji dönüşümlerinden oluşur. Sullivan (1953) bu gerilim ve enerji dönüşümlerinin üç farklı biçimde ortaya çıktığını belirtmiştir: prototaksik, parataksik ve sintaksik.

Prototaksik Yaşantı: Yeni doğmuş bebeğin çevreyi anlama ile ilgili kullandığı tek yol, ilkel prototaksik yaşantıdır (Sullivan, 1953). Prototaksik yaşantı, zihinde geçici olarak ortaya çıkan imgeler ve duygulardır. Bir bebeğin ilk ve en ilkel deneyimleri prototaksik düzeyde gerçekleşir. Bu deneyimler diğerlerine iletilemediği için, tanımlaması ve ya tasvir edilmesi zordur. Prototaksik yaşantı kavramını anlamanın bir yolu, yeni doğmuş bir bebeğin ilk öznel deneyimlerini hayal etmektir. Bu deneyimler, bir şekilde, bebeğin vücudunun değişik bölgeleriyle ilgili olmalıdır. Yeni doğmuş bir bebek açlık ve acı hisseder ve bu prototaksik deneyimler emme ve ya ağlama gibi belirgin hareketler ortaya çıkarır. Bebek bu hareketlerin nedenini bilmez ve bu hareketler ve beslenme arasında hiçbir ilişki görmez (Feist ve Feist, 2006). Ayırt edilmemiş yaşantılar olarak prototaksik olaylar, bilinçli hatırlamanın ötesindedir. Yetişkinlerde, prototaksik deneyimler anlık izlenimler, hisler, yansımalar, duygular şeklini alır. Bu ilkel imgeler belirli belirsizdir ya da tamamen bilinçdışıdır. İnsanlar bu imgeleri diğerlerine anlatma yeteneğine sahip olmasa da, bazen diğer insanlara kelimelerle anlatamayacakları tuhaf bir hisse kapıldıklarını anlatabilirler.

Parataksik Yaşantı: Parataksik yaşantılar mantık dışıdır ve genellikle kişinin tesadüfen aynı anda gerçekleşen, ancak aralarında mantıksal bir ilişki bulunmayan iki olay arasında bir neden-sonuç ilişkisi kurduğunda ortaya çıkar. Parataksik kavramalar, prototaksik deneyimlerden daha net bir şekilde ayırt edilir fakat anlamları kişiye özgüdür. Bu yüzden diğer insanlara aynen ifade edilmesi mümkün değildir. Bebek büyüdükçe parataksik yaşantılar kazanmaya başlar. Bu yaşantıların özelliği öznel "otistik" sembollerin (kişiye özel, dışa iletilemeyen) kullanılmasıdır. Parataksik yaşantılar mantık dışıdır ve nedensellikle ilgili kavrama yeteneğinden yoksundur. Örneğin merdiven altından geçmenin uğursuzluk sayılması, veya bir psikotiğin açık havada yağmuru düşünmesi ve daha sonra yağan yağmurun bu derin düşünceler tarafından gerçekleştiğine inanması. Parataksik yaşantı modu yetişkinlikte de önemli ölçüde varlığını sürdürür.

Sintaksik Yaşantı: Bu yaşantılar düşüncenin en gelişmiş biçimidir ve 12-18 aylarda ortaya çıkar. Sintaksik yaşantılar sosyal semboller aracılığıyla (dil gibi) diğerlerine iletilebilir. Ayrıca neden sonuç ilişkisini de içerirler. Ortaklaşa kabul edilmiş ve simgesel olarak ifade edilen deneyimler sintaksik bir düzeyde gerçekleşir. Ortaklaşa kabul edilmiş deneyimler iki ya da daha fazla kişinin hemfikir olduğu deneyimlerdir. Örneğin kelimeler ortaklaşa kabul edilmiş ifade biçimleridir, çünkü değişik kişiler az çok anlamlarında hemfikirdir. Bir kişinin diğeriyle iletişim kurmak için kullandığı en genel semboller, dilin kelime ve jestleri içeren bu bölümüdür. Sullivan, sintaksik kavramanın ilk örneğinin bir ses veya jestin ebeveynler ve çocuk için aynı anlama sahip olmaya başlamasıyla ortaya çıktığını varsayar. Sintaksik kavrama düzeyi, çocuk düzgün bir dil geliştirmeye başladığında daha sık görülür ama asla tamamen prototaksik ve parataksik kavramanın yerine geçmez. Yetişkin deneyimi her üç düzeyde de gerçekleşir.

Kişiliğin Yapısı

Kişileştirmeler (Personifikasyonlar)

Sullivan da Fromm ve Horney gibi Freud'un yapısal modeline karşı çıkmaktadır (Ewen, 2003). Sullivan'a göre biz yaşantılarımızı kendimiz ve diğerleriyle ilgili zihinsel kavramlar oluşturarak örgütleriz. Sullivan (1953), kişinin kendisi ve diğerleri için oluşturduğu bu zihinsel imgelere kişileştirmeler (personifications) adını vermiştir. Kişileştirmeler, öğrenilmiş duygu/inançlardan oluşur ki bunlar çoğu kez gerçekle bağdaşmazlar. Örneğin anne bir dereceye kadar çocuğunu yanlış algılayabilir. Çocuğuyla ilgili geliştirdiği kişileştirme çocuğunun olmasını istediği gibi geliştirilmiş olabilir, bu kişileştirme de önceki çocuklarıyla yaşantıları sonucunda şekillenmiş olabilir. Çocuk yavaş seyreden bir süreçle annesinin sevgi dolu gereksinim karşılayıcı davranışlarıyla ilgili "iyi anne" kişileştirmesi geliştirir. Aynı zamanda annesinin engelleyici ve kaygı üretici davranışlarından da "kötü anne" kişileştirmesi geliştirir. Kişileştirmelerin her zaman gerçekle tutarlı olmaları gerekli değildir. Çünkü bebeğin çevreyi yorumlama ve algılama kapasitesi sınırlıdır. Hatta bebek iyi ve kötü anne kişileştirmelerinin aynı kişiye ait olduğunu dahi fark edemez. Bu iki kişileştirmenin büyük bir bölümü karmaşık bir bütüne dahil edilmiştir.

Stereotiplerin oluşmasında kişileştirmelerin irrasyonel yönleri belirgin olarak görülür. İnançlar bir grup insana atfedildiğinde onların arasındaki gerçek farklılıkları gölgeler. Küçük çocuklar karşı cinsle ilgili geliştirdikleri stereotiplerle onlara istenmeyen olumsuz özellikleri yüklerler veya ön yargılı bireyler belirli bir grubun üyelerini genelde olumsuz nitelikleri olan bireyler

olarak değerlendirirler. Bu tür irrasyonel düşünce/yüklemeler bizim kendimizle ilgili değerlendirmelerimizde yer almaktadır.

Sullivan (1953), bebeklikte gelişen üç temel kişileştirme tanımlamıştır: kötü anne, iyi anne ve ben. Buna ek olarak bazı çocuklar bu dönemde düşsel kişileştirmeler de (hayali oyun arkadaşı) geliştirebilirler.

Kötü – Anne, İyi – Anne: Kötü-anne kişileştirmesi aslında bebeğin kötü meme ucu deneyiminden kaynaklanır: Yani açlık ihtiyaçlarını tatmin etmeyen meme ucu. Meme ucunun anneye veya anne, baba, bir bakıcı ya da başka biri tarafından tutulan bir şişeye ait olması önemli değildir. Emzirme durumuyla ilgili herkesi içerdiği için kötü-anne kişileştirmesi hemen hemen tamamıyla ayırt edilmemiştir. Bu kişileştirme annenin gerçekle tutarlı bir imgesi değil, sadece bebeğin düzgün beslenmemesinin belirsiz ifadesidir.

Bebek, kötü-anne kişileştirmesini oluşturduğu gibi annelik yapan kişinin şefkati ve işbirlikçi davranışlarına dayanarak 'iyi-anne kişileştirmesi' de edinir. Biri bebeğin kaygılı ve kötü niyetli anne sezgisine, diğeri sakin ve şefkatli anne sezgisine dayanan bu iki kişileştirme, zamanla aynı kişi üzerinde toplanan zıt niteliklerden oluşmuş karmaşık bir kişileştirmeyi oluşturmak için birleşir.

Ben Kişileştirmeleri: Çocuk, bebekliğinin ortalarında, kendilik kişileştirmesinin yapı taşlarını oluşturan üç kişileştirmeyi (kötü-ben, iyi-ben ve ben olmayan) edinir. İyi-ben kişileştirmesi geçmişte ödüllendirilmiş olan ve bizim iyi hissetmemize yardımcı olan yönlerimizden oluşmaktadır. Daha da önemlisi bunlar güvenlik duygusuyla ilişkilendirdiğimiz ve kaygı duygusu yaşamadığımız yönlerimizdir. Bunun karşıtı olan kötü-ben kişileştirmesi, bebeğin annesi tarafından aldığı ceza ve onaylanmama deneyimlerinden şekillenir. Bunlar, düşünmek istemediğimiz, geçmişte onaylanmamış ya da cezalandırılmış deneyimlerimizi içerir. İyi-ben kişileştirmesi, bebeğin ödül ve onay deneyimlerinden ortaya çıkar. Bebekler, annelerinin şefkat ifadelerini aldıklarında kendilerini iyi hissederler. Böyle deneyimler kaygıyı azaltır ve iyi-ben kişileştirmesini güçlendirir. Kötü-ben kişileştirmeleri ise pişmanlık duyulan deneyimlerden oluşmaktadır. Bu durumda ortaya çıkan kaygı, bebeğe bu deneyimlerin kötü olduğunu öğretecek kadar güçlüdür ancak bunları inkar edip yok saymasına neden olacak kadar şiddetli değildir. Bu nedenle iyi-ben ve kötü-ben kişileştirmeleri büyük oranda bilinç düzeyinde yer alır.

Sullivan'ın tanımladığı üçüncü ben-kişileştirmesi olan ben-değil kişileştirmesi ise bilinçdışındadır. Çocuklukta yaşanan yoğun kaygılar ben değil kişileştirmelerinin gelişmesine neden olur. Bu kişileştirmeler genelde bilinçdışında olan kişiliğin belirsiz ve korku, endişe yaratan yönüdür. Ben değil kişileştirmelerinin içerdiği materyal o kadar tehdit edici özellik taşır ki bunlar

kötü ben kişileştirmelerinin dahi başa çıkamayacağı özelliktedirler. Bu yüzden de ben kişileştirmelerinden çözülerek ayrılırlar (dissociation) ve bilinçdışı bir nitelik kazanırlar.

Ben-değil kişileştirmeleri, tehdit edici olduğunu düşündüğümüz için kendilik sistemimizden çözülme yoluyla (dissociate) bilinçdışına ittiğimiz yönlerimizi içerir. Ani şiddetli kaygı, bebeğin bu kaygıyla ilişkili deneyimi yok sayarak ben-değil kişileştirmesi oluşturmasına neden olur. Çözülme (dissociation) Freud'un bastırma kavramına benzetilebilir (Burger, 2006). Bastırma gibi çözülme de kabul edilemeyen yaşantıların bilinçten uzaklaştırılması için sürekli enerji harcanmasını gerektirir. Bu yolla bebek böylesi deneyimleri 'ben' imgesine yerleştirmeyi reddeder ve bu deneyimler 'ben-olmayan' kişileştirmesinin bir parçası haline gelir.

Hayali Kişileştirmeler:Tüm kişiler arası ilişkiler gerçek insanlarla gerçekleşmemektedir. Bazıları hayali kişileştirmelerdir. Birçok çocuk öz-saygısını korumak için gerçek olmayan özellikler veya hayali arkadaşlar yaratarak onlara ilişkin kişileştirmeler geliştirebilmektedir. Sullivan (1964), bu hayali arkadaşların çocuğun gelişiminde gerçek oyun arkadaşları gibi önemli olduğunu belirtmiştir. Hayali kişileştirmeler yalnızca çocuklarla sınırlı değildir; çoğu yetişkin, diğer insanlarda hayali özellikler görür. İnsanlar geçmiş ilişkilerinden kalan birtakım özellikleri diğerlerine yansıttıklarında, bu kişiler arası iletişimi engeller ve çatışmalara yol açabilir.

Kendilik Sistemi

Altı ay dolaylarında çocuk yavaş yavaş kendini farklı ve ayrı bir varlık olarak görmeye başlar ve uygun kişileştirmeler geliştirerek bu bilgiyi örgütler. Bu durum o kadar önemlidir ki Sullivan (1947) kişiliğin kendilik sistemi ve bunun dışında kalan her şey olmak üzere iki bölümden oluştuğunu ifade etmiştir. İnsanları kaygıdan koruyarak onların kişiler arası güvenliğini sürdüren davranışların tutarlı bir kalıbı olan kendilik sistemi, tüm dinamiklerin en karmaşık ve kapsamlısıdır. Yaklaşık 12 ve 18. aylar arasında, çocuklar bilişsel açıdan olgunlaştıkça ve öngörü geliştirdikçe, hangi davranışların kaygıda bir artış ya da azalmayla ilgili olduğunu öğrenmeye başlarlar. Sullivan'ın zaman zaman 'kendilik' ya da 'kendilik dinamiği' olarak da adlandırdığı ancak yaşamının son yıllarında tutarlı bir biçimde 'kendilik sistemi' ismini verdiği bu kavramla belirtmek istediği şey, kendilik ve sistem sözcüklerinin genel kullanımından oldukça farklıdır. (Chapman, 1976). Sullivan'ın kendilik sitemi ile kastettiği şey, daha çok kendini koruma sistemidir. Çünkü kendilik sistemi, kişinin kendini kaygıdan korumak için kullandığı güvenlik işlemlerinden oluşmaktadır. Diğer bir ifadeyle, kendilik sistemi, bir kimsenin kendi-

sini duygusal sıkıntıdan kurtarmak ve duygusal rahatlığa ulaşmak için kullandığı kendine özgü kişiler arası araçların birleşimidir.

Kendilik sistemi kısmen bebeğin kendi vücudu ile ilgili yaşantıları aracılığıyla gelişmektedir. Örneğin parmak emme bebeğin kendi vücudu ile diğerleri arasındaki ayırımı yapabilmesini sağlar; emme ve emilme yaşantıları aynı anda yaşanır. Ancak kendilik sistemi daha çok, çocuk için önemli kişilerin (anne-baba gibi) onaylamalarıyla gelişmektedir. Psikolojik gelişimin temel hedefi hayvansı köklerimizden kurtulmamızı (aşmamızı) ve diğer insanlarla sosyal bir örgütlenme içinde yaşayabilmemizi sağlamaktır. Bu yüzden, ilk yıllardaki koşulsuz anne şefkati zamanla yerini çocuğu topluma hazırlayacak ödül ve cezalardan oluşan bir sisteme bırakmalıdır. Geç bebeklik ve çocukluk dönemlerinde şefkat, istenilen davranışlar için kaygı azaltıcı ödül değerine sahiptir. Bu davranışlar tuvalet eğitiminin kazanılması ya da parmak emme gibi, sosyal yönden kabul edilemeyen ancak haz veren bir davranışın bırakılması olabilir. Yasaklayıcı yüz ifadeleri, annenin kaygısı, cezalandırma ve şefkat göstermeme bebeğin yanlış davranışlarına karşı sergilenen ve bebekte kaygıya neden olan davranışlardır. Bu durum daha sonra kendilik sistemini oluşturacak olan iki tür kişileştirmenin oluşmasına yol açar. Uyumlu, "iyi ben" kişileştirmesi kaygının azaltılmasıyla ilgili yaşantıları içerir, isyankar "kötü ben" kişileştirmesi ise kaygıda artış ve cezalandırılan yaşantılarla gelişir. "İyi-anne," "kötü-anne" kişileştirmelerinde olduğu gibi "iyi-ben," ve "kötü-ben" kişileştirmeleri de tek bir yapıda birleşir. Ancak kaygıyla ilgili ilk yaşantılar ne kadar yoğunsa kendilik sistemi de o denli katı ve kapsamlı olacaktır.

Kaygıda az miktardaki artışları ya da azalmaları saptama yeteneği kişiye bir uyarı aracı sağlar. Ancak bu uyarı aracının hem olumlu hem de olumsuz yönleri vardır. Bir tarafta insanları artan kaygıya karşı uyaran ve onlara kendilerini korumak için bir fırsat veren bir işaret olarak hizmet eder. Diğer taraftan, bu kaygıya karşı koruma arzusu benlik sistemini değişime karşı dirençli hale getirir ve insanların kaygı dolu deneyimlerden faydalanmalarını engeller. Asıl görevi insanları kaygıya karşı korumak olduğu için, kendilik sitemi aynı zamanda "kişilikteki uygun değişimlere engel olan temel engeldir" (Sullivan, 1953: s. 69). Bununla birlikte Sullivan (1964), kişiliğin durağan olmadığına ve özellikle gelişim evrelerinin başlangıcında değişime açık olduğuna inanmaktadır.

Benlik sistemi geliştikçe, insanlar kendilerine ilişkin tutarlı bir imge oluşturmaya başlar. Daha sonra, kendi özsaygılarına tehdit olarak algıladıkları herhangi bir kişiler arası deneyim onların güvenlik duygularını sarsar. Sonuç olarak, insanlar öz-saygılarının tehdit altında olduğuna ilişkin algıları nedeniyle oluşan güvensizlik ve kaygı duygularını azaltma amacı taşıyan **güven-**

lik işlemleri (security operations) yoluyla kendilerini savunmaya çalışırlar. Güvenlik işlemleri, çoğunlukla farkında olunmadan gerçekleştirilen ve kişinin yaşadığı kaygıdan kurtularak duygusal olarak rahatlamak için giriştiği kişiler arası ilişkiler ya da tutumlardır (Chapman, 1976). İnsanlar kendi özsaygılarıyla çatışan kişiler arası deneyimleri inkâr etme ya da çarpıtma eğilimindedir. Örneğin, kendini üstün gören bir kimse bir başkası tarafından yetersiz olarak değerlendirildiğinde bu değerlendirmeyi yapan kişinin aptal olduğuna ya da muhtemelen sadece şaka yaptığına inanmayı seçebilir. Sullivan'a göre (1953) güvenlik işlemleri, kişiliğin ve insanlığın gelişimi için önemli bir engel oluşturabilmektedir.

Seçici dikkatsizlik ve çözülme (dissociation) olmak üzere iki önemli güvenlik işlemi vardır.

Çözülme: Çözülme, kişinin bilincine girmesine izin vermeyi reddettiği dürtü, arzu ve ihtiyaçları içerir. Çocukluktaki kimi deneyimler, çocuğun davranışı ne ödüllendirilip ne de cezalandırıldığı için bilinçten uzaklaşmaya (çözülme-dissociation) başlar ve bu nedenle de kendilik sisteminin bir parçası haline gelemezler. Kişinin davranış standartlarına çok yabancı olan yetişkin deneyimleri de çözülmeye başlayabilir. Ancak bu deneyimler yok olmazlar ve kişiliği bilinçdışı düzeyde etkilemeye devam ederler. Çözülmüş imgeler kendilerini rüyalarda, gündüz düşlerinde ve farkındalık dışında niyetli olmadan gerçekleştirilen diğer faaliyetlerde gösterirler ve amaçları kişiler arası güvenliği sürdürmektir (Sullivan, 1953)

Seçici Dikkatsizlik: Kendilik sisteminin temel amacı kaygıyı azaltmaktır. Böylece çocuk, gereksinimlerini karşılayarak diğerleriyle uyum sağlayabilir. Ancak çocuk bu amaca seçici dikkatsizlik gibi güvenlik işlemleriyle ulaşır. Eğer kendilik sistemi, kendi dengesini tehdit edecek bilgiyle karşı karşıya gelirse bu uygunsuz veriyi ya göz ardı eder ya da reddeder, böylelikle önceki işlevini sürdürmeye devam eder. "Odaksal farkındalığın kontrolü" (Sullivan, 1953: s. 232) olarak tanımlanabilecek seçici dikkatsizlik, görmek istemediğimiz şeyleri görmeyi reddetmektir. Seçici dikkatsizlik, hem derece hem de köken olarak çözülmeden farklıdır. Seçici olarak dikkatin dışında bıraktığımız deneyimler, farkındalığa daha kolay ulaşabilir ve kapsam açısından da daha sınırlıdır (Feist ve Feist, 2006). Bu deneyimler, kişi bir kendilik sistemi oluşturduktan sonra ortaya çıkar ve var olan kendilik sistemi ile tutarlı olmayan deneyimleri engellemeye yönelik girişimlerimiz tarafından güdülenir. Örneğin, kendilerini trafik kurallarına titizlikle uyan sürücüler olarak kabul eden insanlar, hız sınırını aştıkları birçok durumu ya da dur işaretinde tamamen durmayı başaramadıkları zamanları unutabilir.

Seçici dikkatsizliğin pek çok yararı vardır; örneğin, planladığımız işe konsantre olmuşken diğer durumlar dikkatimizi çekmez (Ewen, 2003). Ancak

kişinin hatalarından ders çıkarmasını engellediği için temel olarak sakıncalı bir etkiye de sahiptir. Hatalarımız ya da başarısızlıklarımız, kendilik sistemimizi tehdit edici özellik taşıdıklarından dikkatimizi onlara yönlendirmeyiz. Seçici dikkatsizlik o denli ısrarlı olur ki pek çok zihinsel etkinliğimiz bilinç düzeyinin altında seyreder.

Kendilik sistemi kaygıyla baş edebilmek için seçici dikkatsizliği kullanır. Diğer dinamiklere göre kendilik sistemi, değişime çok daha fazla dirençlidir. Bu direnç istenmeyen kişilik değişimlerini engelleyebilme amacını taşır, ancak aynı zamanda yapıcı gelişmeyi önleyici özelliği de vardır.

Kendilik sisteminin güvenlik işlemleri aynı zamanda bizim diğer insanlardan (gerçekte olduğumuzdan) daha farklı olduğumuz yönünde bir izlenime sahip olmamıza da yol açar. Sullivan (1950, 1953) bu durumu "eşsiz bireysellik yanılsaması" (delusion of unique individuality) olarak adlandırmıştır. Bu durum, Adler'in üstünlük kompleksi kavramına benzer görkemlilik kuruntularını içeren ben kişileştirmelerine dahi neden olabilir (Ewen, 2003).

Kişiliğin Gelişimi

Sulllivan gelişim psikolojisinin insan davranışının anlaşılmasında anahtar özelliğini taşıdığına inanmaktadır. Ona göre insanın kişiliği, çocukluk ve ergenlikte önemli değişikliklere uğramaktadır. Sullivan, her biri bireyin kişiliğinin oluşumu için çok önemli olan yedi gelişim evresi olduğunu öne sürmüştür. Kişiler arası ilişkilerin seyri bu aşamalardan geçer ve kişinin bebeklikten yetişkinliğe kadar olan gelişimi için diğer insanlar kesinlikle gerekli unsurlardır.

Sullivan'a göre kişilikteki değişimler herhangi bir zamanda gerçekleşebilir ancak bu değişimler daha çok bir evreden diğerine geçiş aşamasında gerçekleşmektedir. Aslında bu geçiş dönemleri gelişim evrelerinden daha önemlidir. Geçmişte çözülme yoluyla bilincin dışına itilen ya da seçici dikkatsizlikle farkında olunmayan deneyimler bu geçiş aşamalarında kendilik sistemine dahil olabilir. Sullivan (1953: s. 227) bu durumu; "kişi gelişimsel çağın bu çok az saptanabilir eşiklerinden geçerken, geçmişte kaybolan her şey makul bir biçimde etkiye açık hale gelir" diyerek vurgulamıştır. Sullivan'ın tanımladığı yedi gelişim evresi; *bebeklik*, *ilk çocukluk*, *ikinci çocukluk*, *önergenlik*, *erken ergenlik*, *geç ergenlik* ve *yetişkinliktir*.

Bebeklik

Bu dönem doğumla başlar ve genellikle çocukların 18-24 aylık olduğunda konuşmaya başlamalarıyla (anlamsız sözcükler de olsa) sona erer. Annenin şefkati ve kaygısı bu dönemin önemli vurgularıdır. Sullivan'a göre

bebek annesinden aldığı şefkatle birey haline gelmektedir. Bu dönemde bebeğin hemen her türlü ihtiyacının doyurulması bir başka kişinin işbirliğini gerektirir. Bebek annesi tarafından karşılanan yiyecek, barınma, yatıştırma, sıcaklık, fiziksel temas ve dışkıların temizlenmesi gibi ihtiyaçları doyurulmazsa hayatta kalamaz. Oral girişler bebeklik döneminin en önemli özelliğidir, ancak erotojenik vurgu yoktur; solunum, doyurulma, ağlama gibi hayati işlevler ve parmak emme oral girişlerle ilgilidir.

Anne ve bebek arasındaki empatik bağ önlenemez bir biçimde bebekte kaygının gelişmesine de yol açar. Çünkü doyurulma aynı zamanda kişiler arası ilişkilerle ilgili ilk deneyimleri de oluşturmaktadır. Bir insan olarak annenin çocuğuyla ilişkisi onun geçmişte edinmiş olduğu kaygıyı içerecektir. Annenin kaygısı geçmiş herhangi bir deneyime bağlı olabilir, ancak bebeğin ilk kaygısı daima annenin onu doyurmasıyla ve oral bölgeyle ilişkili olacaktır. Bebeğin davranış repertuarı kaygıyla başa çıkmak için yeterli değildir. Bu yüzden bebek kaygı hissettiğinde kaygıyı azaltacak her yolu dener. Bu çabalar içinde en tipik olanı memeyi reddetme olacaktır, ancak bu ne yaşanan kaygıyı azaltır ne de yiyecek ihtiyacını karşılar. Bebeğin memeyi reddetmesi annenin asıl kaygısının nedeni olmamakla birlikte bu kaygıya eklenmektedir. Bebek er geç "iyi meme" ve "kötü meme" ayrımını yapmaya başlar. "İyi, doyurucu meme" duyarlı, sevecen anne tarafından çocuk açken sağlanır ve öfori ile ilişkilidir. "İyi fakat doyurucu olmayan meme" gene sevecen anne tarafından ancak çocuk aç değilken sağlanan memedir. "Kötü meme" ise kaygılı annenin memesidir ve o kadar hoş olmayan özellikler taşır ki bebek açken dahi bu memeyi reddeder. Bebek hem açlığını hem de kaygısını ağlama yoluyla ifade eder. Ağlama davranışı bebeklerin kullandıkları kaygıyı azaltıcı ve gereksinimlerini doyurucu etkili yöntemlerden biridir. Amacına göre çeşitlilik gösterir; "açlık ağlaması" "korku ağlaması" "üşüme ağlaması" gibi. Ancak bebeğin ağlaması kaygı nedeniyle ortaya çıktığında ve anne bu ağlamayı açlık ağlaması olarak değerlendirip bebeğine zorla meme vermeye çalıştığında çocuğun kaygısı azalmayıp artacaktır. Bu kaygının artmasına annenin, bebeğinin memeyi kabul etmemesi durumunda artan ve empati yoluyla bebeğine geçen kaygısı da etki etmektedir. Annenin herhangi bir nedenle bebeğin ihtiyaçlarını gidereememesi de böyle bir duruma yol açabilir. Çünkü bu durumda da çocukta öfke duygusu ortaya çıkacak, bu da annesinin kaygısını artırarak ikisi arasındaki işbirliği kapasitesini olumsuz yönde etkileyecektir. Tırmanan gerilimle birlikte bebek doyum alma kapasitesini yitirecek, ancak açlık ihtiyacı artmaya devam edecektir. Eğer gereksinimin doyurulması çok gecikirse ve gerilim uç noktaya erişirse, bebek soluk almakta güçlük çekmeye başlar hatta soluk alması kesilebilir. Ancak bu durumda doğuştan getirilen duyumsamazlık (apati) ve uyuklama tepkisi (somnolent detachment) dinamikleri, giderek artan gerilimi azaltabilmek için harekete

geçer (Sullivan, 1953). Duyumsamazlık ve uyuklama tepkisi açlığa rağmen bebeğin uykuya dalmasını sağlayacak ve onu koruyacaktır.

Ağlama genellikle istenen rahatlamayı sağlar, böylelikle bebekte neden-sonuç ilişkisiyle ilgili anlayışın ve içgörünün gelişimi de başlamış olur. Sullivan' göre (1953, s. 72) bebek bir nevi ilkel prototaksik tarzda şöyle bir sonuca ulaşabilir, "sıkıntım olduğunda ağlıyorum, bu da sıkıntımın geçmesiyle ilişkili farklı bir şeye yol açıyor".

Beslenme esnasında bebek yalnızca yiyecek ihtiyacını gidermemekte, aynı zamanda şefkat ihtiyacını da karşılamaktadır. Bu sırada bebeğin göreceği şefkat annenin işbirliğini gerektirir ve bebeğin kişiler arası durumlarda ihtiyaç duyacağı çeşitli stratejileri bebeğe öğretir. Ancak anne ve bebek arasındaki ilişkinin iki yönü vardır. Bebek annesine ilişkin hem iyi hem de kötü kişileştirmeler geliştirir. Anne bebeğin ihtiyaçlarını karşıladığında iyi anne, kaygıyı harekete geçirdiğinde ise kötü anne kişileştirmelerine yol açar.

Kendilik sistemi orta bebeklik döneminde gelişmeye başlar. Bu durum genelde iki etkene bağlı olarak ortaya çıkar; parmak emme gibi vücutla ilgili keşifler ve koşulsuz anne yakınlığının yerini ödül ve cezalarla eğitime bırakması. Bu aşamada anne de bebek üzerinde gerçekçi olmayan sınırlamalar ve amaçlar koymamaya özen göstermelidir. Örneğin parmak emmeyi erken bir çağda yasaklamak veya tuvalet eğitimi için çocuğu çok fazla zorlamak sakıncalı olabilir. Sullivan'a göre diğer patojenik anne-baba davranışları aşırı kaygı, bebeğin iradesini cezalandırma ve güç kurmaya çalışmaktır. Orta bebeklik döneminde (12-18 aylarda) çevredeki seslerin taklit edilmesiyle bebek dil aracılığıyla nasıl iletişim kurulacağını da öğrenmeye başlar. Bebeğin başlangıçta kullandığı dil karşılıklı olarak üzerinde anlaşılmış sintaksik bir dil değildir ve parataksik düzeyde gerçekleşir. Bebeğin bu dönemi, diğer insanlara çok az anlam ifade eden ya da hiç anlam ifade etmeyen otistik dil ile tanımlanır. İlk iletişim yüz ifadeleri ve çeşitli fonemlerin seslendirilmesi ile gerçekleştirilir. Bunlar taklit yoluyla öğrenilir, eğer bebeğin ürettiği sesler gerçek sözcüklerle çakışıyorsa o zaman sintaksik tarz da gelişmeye başlar. Bu durum kişilik gelişimin ikinci dönemine öncülük eder.

İlk Çocukluk

İlk çocukluk evresi sintaksik dilin ortaya çıkmasıyla başlar ve oyun arkadaşlarına duyulan ihtiyacın ortaya çıkmasına kadar sürer. Bu dönem kültürden kültüre ve bireyden bireye farklılık gösterse de batı toplumlarında 1,5 – 2 yaştan 5-6 yaşına kadar olan dönemi kapsar.

Bu dönemde de anne çocuğun yaşamındaki en önemli kişidir ancak rolü bebeklikte olduğundan farklıdır. Bebeklikteki iki farklı anne kişileştirmesi teke dönüştürülmüştür. Bu yüzden de çocuğun anne algılaması 'gerçek' anne ile

daha uyumludur. Bununla birlikte iyi anne ve kötü anne kişileştirmeleri parataksik düzeyde varlıklarını sürdürürler. Çocuk anne kişileştirmelerini birleştirmenin yanında daha önce anne kavramı içine yerleştirdiği farklı kişilerin; annenin, babanın ya da diğer bakım veren kişilerin her birinin farklı rolü olduğunu görerek aralarında ayrım yapmaya başlar. Baba bu dönemde göz önüne alınması gereken bir diğer otorite figürü olarak varlığını sürdürür, bu da çocuğun baba kişileştirmesinin şekillenmesine yol açar. Cinsiyet kavramı da gelişmeye başlar, çocuk aynı cins ebeveyni gibi olmak ister. Ancak Sulllivan (1953) bu özdeşimlerin odipal karmaşadan kaynaklanmadığını belirtmektedir. Ona göre bu özdeşimlerin ortaya çıkma nedeni çoğu ebeveynin kendi cinslerinden olan çocukla daha rahat olmaları ve o cinse ait davranışları onaylama ve yakınlık göstermeyle daha çok ödüllendirmeleridir.

Bu dönemde teke indirilen bir başka kişileştirme de çocuğun daha önce iyi-ben ve kötü-ben şeklinde gerçekleştirdiği ben kişileştirmeleridir. Kendilik sisteminin oluşmasıyla ben kişileştirmesi de tek bir kişileştirmeye dönüşmüş olur. İlk çocukluk döneminde anne-babanın uyguladığı cezalandırmalar kendilik sisteminin kötü ben yönünün gelişmesine neden olur. Anne ve baba gereken yakınlık ve ödüllerle "iyi ben" kişileştirmelerinin gelişimine yardımcı olduğu sürece kendilik sistemi bir zarar görmeyecektir. Eğer çocuğun yakınlık için gereksinimleri sürekli olarak anne babanın kaygısı, huzursuzluğu ve düşmanca tavırları ile geri çevrilirse "kötü ben" boyutu giderek kendilik sistemini ele geçirir (Sullivan, 1953). Böylelikle çocuk diğer insanların sevgisiz ve kaba oldukları şeklinde bir anlayış geliştirecektir. Kötü niyetli çocuk haylaz olabilir, zorbalık yapabilir veya inatçılıkla pasif olarak kızgınlığını ifade eder. Bu gelişme çocuğun diğerleriyle ilişkisini de olumsuz yönde etkiler.

Çocukluk dönemindeki bir diğer potansiyel sorun yalnızlık duygusudur. Bu duygu anne babanın çocuğa ayak uyduramaması sonucu ortaya çıkar. Yalnız çocuk aşırı derecede hayal kurar, bu da onun hayalle gerçek arasındaki ayırımı yapabilme yeteneğini ve sintaksik iletişimi parataksik sembolleştirme yerine koyabilmesini engeller. Çocuğun her isteğine boyun eğme veya çocuğu aşırı derecede itaat etmeye zorlama da yanlış, istenmeyen anne baba davranışlarıdır (Sullivan, 1953).

Ebeveynlerinin yanı sıra, okul öncesi çocuklar sık sık bir başka önemli ilişkiye, hayali bir oyun arkadaşına sahiptirler. Bu hayali arkadaş, çocuğun daha az kaygı yaratan sağlam, güvenli bir ilişkiye sahip olmasına olanak tanır. Ebeveynler bazen okul öncesi dönemdeki çocuklarının hayali bir arkadaşla konuştuğunu, arkadaşını ismiyle çağırdığını ve hatta bazen bu oyun arkadaşı için masada fazladan bir yer hazırlanması, arabada yer ya da evde bir yatak ayrılması için ısrar ettiklerini gözlemlerler. Birçok yetişkin de hayali arkadaşlarıyla olan kendi çocukluk deneyimlerini anımsayabilir. Sullivan,

hayali bir oyun arkadaşı sahibi olmanın bir dengesizlik ya da patoloji olmadığını, önergenlik dönemi sırasında yaşanacak gerçek arkadaşlık için çocuğun hazır olmasına yardımcı olan olumlu bir olay olduğunu belirtmiştir. Bu oyun arkadaşları, çocuklara güvenli ve kaygı seviyelerini arttırmayacak bir başka 'kişi' ile etkileşim kurmalarına fırsat oluşturur. Bu sakin ve tehdit edici olmayan hayali oyun arkadaşıyla olan ilişki, çocuklara ebeveynlerinden daha bağımsız olmaları ve sonraki yıllarda kolay arkadaş edinmeleri için yardımcı olmaktadır.

İkinci çocukluk (Okul çağı)

İkinci çocukluk dönemi bir oyun arkadaşı ihtiyacının ortaya çıkmasıyla başlar ve aynı cinsten yakın bir arkadaşlık ihtiyacını tatmin etmek için samimi bir arkadaş bulduğunda sona erer. Sullivan'a göre bu dönem takriben, 5–6 yaşlarında başlayıp 8,5 yaşında biter ve okulun ilk 3 yıllına denk gelir. Sullivan'ın bu dönemin bitiş yaşı ve önergenlik döneminin başlaması konusunda bu kadar kesin bir sınır koyması ilginçtir. Bu durum Sullivan'ın çocukluğunda komşu bir köyden 13 yaşındaki bir çocukla yakın bir ilişkiye başladığında 8,5 yaşında oluşu ile bağlantılı olabilir.

Okula başlama dönemi ile birlikte arkadaş grubuna gereksinim belirginleşmeye başlar. Adler gibi Sullivan da eğitim sisteminin, anne-babaların bebeklik ve ilk çocukluk döneminde yaptıkları hataları düzeltebileceğini belirtmektedir (Ewen, 29003). Bu dönemin başlangıcında kendilik sistemi henüz esnek olduğundan değişime daha açıktır ve dolayısıyla kişilikte olumlu değişimler yapmak mümkün olabilir. Dönemin başında ortaya çıkan, olgunlaşmakta olan beceriler davranışta değişikliklerin sergilenme olasılığını artırmaktadır.

Çocuk kendisi için yeni otorite figürleri niteliği taşıyan öğretmenlerin ve diğer yetişkinlerin istek, ödül ve cezalarına uyum sağlamayı öğrenmiştir. Ayrıca bu yetişkinlerin diğer çocuklara nasıl davrandıklarını da gözlemektedir. Çocuk kaygısını azaltıcı yüceltmeler geliştirmeye devam ederek öz saygısını korumaya çalışır. Arkadaşlarıyla geçinmeyi öğrenir, uzlaşma ve rekabet gibi sosyal süreçlerle tanışır. Sullivan, bu dönemde çocuğun rekabet etmeyi, uzlaşmayı ve işbirliği yapmayı öğrenmesi gerektiğini belirmiştir. Bu yaştaki çocuklar arasında bulunan rekabetin derecesi kültürlere göre farklılık gösterse de Sullivan, batı kültüründe yarışmanın fazlaca vurgulandığını belirtmektedir. Bu kültür içinde yetişen birçok çocuk başarılı olmak için rekabetçi olmak zorunda olduklarına inanmaktadır. Benzer şekilde uzlaşma da gereğinden fazla gerçekleşebilir. Bu yaşlarda sürekli olarak başkalarına teslim olmayı öğrenen bir çocuk toplumsallaşma sürecinde özürlüdür ve bu uysallık özelliği sonraki yaşamında kişiliğini şekillendirmeye devam edebilir (Feist ve Feist,

2006). İşbirliği, diğerleriyle iyi geçinmek için gerekli olan tüm süreçleri içerir. Bu dönemdeki çocuk, kişiler arası ilişkilerin gerçek dünyasında diğerleriyle işbirliği yapmasını öğrenmek zorundadır. İşbirliği, toplumsallaşma açısından kritik bir adımdır ve gelişimin bu aşamasında çocukların yüzleştiği en önemli görevdir.

Okul aynı zamanda sosyal grupların oluştuğu bir ortamdır ve arkadaşları tarafından dışlanmanın getireceği acı veren sonuçları da yaşama ortamıdır. Diğer bir deyişle bu dönem diğer insanların varlığıyla yaşamın daha karmaşıklaştığı bir dönemdir. Kişiler arası ilişkilerde başarısızlık ve deneyimsizlik bu dönemin tipik özelliğidir ve bu özellik diğer insanların kişisel değer duygularına karşı duyarsızlıkla kendini gösterir.

Okul çağında sintaksik tarz belirginleşir, buna ek olarak ebeveynler tanrısal özelliklerini kaybederek daha insancıl kişileştirmelere bürünürler. Sullivan'a göre (1953) eğer bu dönemin sonunda çocuk hala ebeveynlerini dünyadaki en kusursuz insanlar olarak görüyorsa dönem en önemli katkılarını yapamamış demektir. Bir diğer önemli patoloji, ebeveynlerin sık sık yerleşim yerlerini değiştirmelerinden kaynaklanmaktadır. Çünkü bu durumda çocuk belirli bir grupla arkadaşlık kuramaz.

Bu dönemde çocuğun kendi kişiler arası gereksinimlerinin farkına varması ve onları karşılayabilmek için gereken uygun tekniklerle ilgili içgörü geliştirmesi gerekmektedir. Dönemin sonunda çocuk, kaygıyla sürekli başa çıkmayı kolaylaştıran, bölgesel ve şefkat ihtiyaçlarını tatmin eden, hafızaya ve öngörüye dayanan amaçlar kuran bir yönelme geliştirmiş olmalıdır. Yaşama doğru olan bu yönelme, kişiyi daha derin kişiler arası ilişkilere hazırlar (Sullivan,1953).

Ön Ergenlik

Sullivan'a göre (1953) 8,5 yaşında başlayıp ergenlikle sonlanan önergenlik, genellikle aynı cinsiyetten belirli bir kişiyle yakın bir arkadaşlık kurma zamanıdır. Önceki tüm aşamalar ben-merkezci bir nitelik taşır ve kişisel çıkar temelinde kurulmuş arkadaşlıkları içerir. Önergenlikte çocuk ilk kez, diğer bir kişiye içten bir ilgi gösterir. Sullivan (1947), bu toplumsallaşma sürecini, kendi önergenlik döneminde yaşadığı kişilik dönüşümüne muhtemel bir atıfta bulunarak, 'önergenliğin dingin mucizesi' olarak nitelendirmiştir. Dingin olduğunu belirtmektedir çünkü bütünüyle ortaya çıkışında dramatik ya da heyecan verici bir şey olmadığı için kişinin önergenlikten çıkıp ergenliğe girmesiyle hiçbir ani değişim meydana gelmemektedir. Bu dönemi mucize diye nitelendirmesi ise doğumdan itibaren ilk kez ben-merkezcilikten tamamıyla sosyal bir konuma doğru bir değişimin söz konusu olmasıdır.

Bu dönemin en önemli gereksinimi aynı cinsten biriyle yakın ilişkiler kurabilme; en önemli özelliği ise sevme kapasitesinin başlamasıdır. Sevgi kapasitesinin ortaya çıkışı genellikle ilk olarak kişinin kendi cinsinden birine karşıdır (Sullivan, 1947). Erkek çocuk kendisi gibi erkek bir dost, kız çocuk ise kendisi gibi bir kız dost edinir. Daha önceleri kurulan ilişkiler kişisel ihtiyaç tatmini üzerine kurulu iken önergenlik dönemindeki bu yakın arkadaşlık ilişkisinin temeli içtenlik ve sevgidir. İçtenlik, iki arkadaşın birbirlerinin kişisel değerlerini karşılıklı olarak onayladıkları bir ilişkiyi içerir. Sullivan'a göre (1947) bir başka kişinin doyum ve güvenliği, kişiye ne zaman kendi doyumu ve güvenliği kadar önemli geliyorsa orada sevgi vardır. Bu dönemdeki yakın arkadaş ilişkileri, diğer bir insanın iyiliği için içten bir çabayı gerektirdiğinden çok önemlidir. Çünkü bir başkası, kişiyi kendisi kadar ilgilendiriyorsa, daha önce hiç kimseyle konuşamadığı biçimde o kişiyle konuşması mümkündür. Kişinin doyum ve güvenlik dünyasının iki kişiyi içine almak üzere genişlemesiyle gelen özgürlük, sevgiyle birleşmekte ve geri çevrilme ve aşağılanma kaygısı olmaksızın karşısındakini irdelemeye olanak tanımaktadır. Böylece kişinin yaşamındaki bu önemli kişinin etkisi, katı kendilik sisteminin değişmesine de yardımcı olabilir. Ayrıca bu etki ile daha önceki dönemlerden taşınan sapmalar da düzeltilebilir. İnsanın bir diğerine çok yakınlaşmasıyla kendini o kişinin bakış açısıyla görebilmesi mümkün olabilir, bu nedenle kişilik gelişiminin önergenlik dönemi bireyin kendisi ve diğerleriyle ilgili geliştirdiği otistik ve fantastik fikirlerinin de düzeltmesinde etkili bir dönemdir (Sullivan, 1947, 1953). Etkili bir yakın arkadaş ilişkisi gurur, aşırı bağımlılık, herkes tarafından sevilme isteği gibi olumsuz beklentilerin ortadan kalkmasına da yardımcı olur. Bu dönemde karşılaşılan aynı cinsle ilişki kurmadaki zorluklar genelde bu tür yakın ilişkiler kuramamaktan kaynaklanmaktadır ve sonuçta ergen kendini yoğun bir yalnızlık duygusu içinde bulur.

Sullivan, önergenlik döneminin yaşamın en sorunsuz ve kaygısız zamanı olduğuna inanır. Daha gerçekçi bir bakış açısıyla değerlendirilmelerine karşın, ebeveynler hala önemlidir. Önergenlik dönemindeki çocuklar şehvetle karışmamış, bencil olmayan aşk yaşayabilirler. Okul çağında edindikleri işbirliği, kişisel itibar için değil ama bir başkasının iyiliği için onunla işbirliği yapma kapasitesine dönüşür (Feist ve Feist, 2006). Önergenlik sırasındaki deneyimler, kişiliğin gelecekteki gelişimi için çok önemlidir. Eğer çocuk bu dönemde içtenliği öğrenmezse, sonraki kişilik gelişimi de muhtemelen ciddi ölçüde güdük kalacaktır. Diğer taraftan bu dönemde geçmiş olumsuz etkiler, içten bir ilişkinin olumlu etkileriyle azaltılabilmektedir. Kötü niyetli davranışlar tersine döndürülebilir ve yalnızlık ve ben-merkezcilik gibi okul çağı sorunları, içtenliğin kazanılmasıyla azaltılabilir. Diğer bir ifadeyle, gelişimin ilk aşamaları esnasında yapılan hatalar, önergenlikte düzeltilebilir fakat önergenlikte gerçekleşen hataların sonraki aşamalarda düzeltilmeleri zordur.

Erken Ergenlik Dönemi

Erken ergenlik dönemi, puberte (buluğ) ile, güçlü bir şehvet dinamiğinin ortaya çıkmasıyla başlar ve bir kişiyle cinsel aşk ihtiyacının ortaya çıkması ile son bulur. Bu da ergenin karşı cinsten biriyle yakın ilişki kurma isteğiyle kendini belli eder. Önceki aşamada sağlanan içtenlik ihtiyacı, erken ergenlik çağında da devam eder fakat şimdi paralel ama ayrı bir ihtiyaç olan şehvet ile birleşmiştir. Önergenlik döneminde sözü edilen yakınlık duygusunun cinsel boyutu belirgin değilken erken ergenlik dönemindeki şehvet dinamiği temel olarak genital girişle ilgilidir ve orgazm yaşantısıyla doruğa ulaşır.

Erken ergenlik döneminde güvenlik veya kaygıdan uzak olma ihtiyacı devam etmektedir. Bu nedenle de içtenlik, şehvet ve güvenlik, sık sık bir biriyle çarpışarak en az üç yolla ergene stres ve çatışma yaşatır (Feist ve Feist, 2006). Birincisi, şehvet ve güvenlik işlemleri arasındaki çatışmadır çünkü batı kültüründe cinsel etkinlik, kaygı, suçluluk ve utanç ile iç içe geçmiştir. İkincisi, ergenin karşı cins ergenlerle içten arkadaşlık ararken içtenliğin güvenliği tehdit etmesidir. Bu çabalar, ergende öz-saygı yitimine ve kaygıda artışa yol açabilecek kendisiyle ilişkili şüphe, tereddüt ve diğerlerinin alay etmesi gibi gerginliklerle doludur. Üçüncüsü ise içtenlik ve şehvet arasındaki çatışmadır. Eşit statüdeki arkadaşlarla içten arkadaşlıklar hala önemli olmasına karşın, güçlü cinsel gerilimler, içten arkadaşlık ihtiyacını yok sayarak çıkış noktası arar. Bu yüzden, ergenler, önergenlik döneminden kalan yakın arkadaşlıklarını korurken, sevmedikleri ve hatta tanımadıkları insanlara şehvet duyarlar. Şehvet dinamizmi biyolojik olduğu için bu dönemde bireyin kişiler arası hazırlığına bakmaksızın ortaya çıkacaktır. Bu durumda içten arkadaşlıkla ilgili hiç deneyimi olmayan bir erkek çocuk, onlara gerçek bir ilgi duymaksızın, kızları bir seks nesnesi olarak görebilir. Ya da erken ergenlik dönemindeki bir kız, erkek çocukları tahrik edebilir ama onlarla içten ilişki kurma yeteneğinden yoksun olabilir (Feist ve Feist, 2006).

Sullivan'a göre erken ergenlik dönemi ciddi uyumsuzluklara açık bir dönemdir. Bunun nedeni olarak da Sullivan gençlere gerekli bilgi ve danışmanlığın verilmemesi, ebeveynlerin duygusal destek vermek yerine alay etmesi, küçümsemesi gibi durumları göstermektedir. Dolayısıyla ergenin heteroseksüelliğe yönelik acemi çabaları iktidarsızlık (empotans), soğukluk (frijidite), erken boşalma gibi sorunlara yol açmaktadır ki bu da özgüvende ciddi azalmalara neden olur (Sullivan, 1953). Böylece birey karşı cinsten ilk yakınlaştığı kişiyle evlenir, bu da doyum sağlamaktan uzak evliliklere yol açar. Bazen ergen karşı cinste ideal bir eş aramayı sürdürür ve herkeste bir kusur bulur, başarısızlıklarını karşı cinsle ilgili korkularına değil bu kusurlara bağlar. Duygusal olarak büyüyemeyen ergenler çok sayıda yüzeysel cinsel ilişki de kurabilirler. Ara sıra masturbasyon yapmak evrensel olarak görülen ve zararsız

bir durum olsa da aşırı kaygılı ergen kendi kendini uyarmaya o kadar yoğunlaşır ki onun için sağlıklı hetereoseksüel ilişki imkansızlaşır (Ewen, 2003).

Bu tür problemlerin ciddiliğine karşın Sullivan (1953) cinsel işlev bozukluklarının psikiyatrinin en önemli konusu olmadığını, daha çok doyurucu kişiler arası ilişkiler kurmadaki başarısızlıkların cinsel sorunlara yol açtığını ifade etmektedir. Cinsel uyumun kişilik gelişiminde önemli olmasına karşın, Sullivan, gerçek sorunun diğer insanlarla iyi geçinmenin altında yattığını düşünmektedir.

Geç Ergenlik

Geç ergenlik, genç insanların aynı kişiye karşı hem içtenlik hem de şehvet hissedebilmesiyle başlar ve sürekli bir aşk ilişkisi kurduklarında, yetişkinlikle son bulur. Geç ergenlik, genellikle lise yılları esnasında 15 yaştan 17-18 yaşa kadar olan sürede, ergenlerin cinsel davranışlarını belirlerken yaşadıkları kendini keşfetme sürecini kapsar.

Geç ergenliğin önemli özelliği, içtenliğin ve şehvetin birleşmesidir. Erken ergenliğin kendini keşfetmedeki sorunlu çabaları, sevilen kişinin aynı zamanda şehvetli ilgi nesnesi olduğu kalıcı bir cinsel etkinlik durumuna dönüşür. Karşı cinsten olan kişiler artık sadece cinsel obje olarak değil aynı zamanda bencilce olmayan bir biçimde sevilebilen insanlar olarak da arzu edilir. Biyolojik değişikliklerin öncülük ettiği önceki aşamanın aksine, geç ergenlik tamamen kişiler arası ilişkilerle belirlenmiştir (Feist ve Feist, 2006).

Geç ergenlik döneminde sintaksik yaşantı modu iyice gelişir. Okulda ya da bir işyerinde, geç ergen diğerleriyle fikir alışverişine başlar. Ergenler bu dönemde diğer insanlardan yetişkinler dünyasında nasıl yaşanacağını öğrenirler. Ancak önceki gelişimsel dönemler başarı ile tamamlanamamışsa gençler, bu döneme, içten kişiler arası ilişkiler olmaksızın ve güvenlik işlemlerini kullanmaya çok fazla ihtiyaç duyarak girerler. Bu durumda kaygıyı önlemek için parataksik moda ve öz-saygılarını korumak için seçici dikkatsizlik, çözülme gibi güvenlik işlemlerine bel bağlarlar (Feist ve Feist, 2006).

Kısacası ergen bu dönemde artık çalışma, üretken olma gibi artan sosyal sorumluluklarla başa çıkma zorundadır. Eğer dönem başarıyla geçirilirse kişi toplumsal bir varlık olmanın gereği olan görev ve sorumlulukları üstlenir, kişiler arası ilişkiler kurma yeteneği gelişir, kendilik sitemi tutarlı bir nitelik kazanır ve gerilimlerle başa çıkmak için daha etkili güvenlik işlemleri kullanmaya başlar. Kişilik gelişimindeki olumsuzluklar ise diğer insanlardan kaçma, kumar oyunu gibi yüzeysel kişiler arası ilişkilerle, yalancı, sahte kişilik gelişimine yol açar.

Yetişkinlik

Geç ergenliğin başarıyla tamamlanması, insanların en azından önemli bir başka kişiyle bir aşk ilişkisi geliştirebildiği bir dönem olan yetişkinlikle sonuçlanır. Sullivan yetişkinlik dönemine fazla ağırlık vermemiştir. Ona göre bu dönem olgunluğu ve kişilik gelişiminin tamamlanmasını ifade eder. Olgun yetişkinler, diğer insanların kaygı, ihtiyaç ve güvenliğini anlama kabiliyetine sahiptir. Çoğunlukla sintaksik düzeyde etkileşim kurarlar ve hayatı ilginç ve heyecanlı bulurlar (Sullivan,1953). Yetişkinlik döneminin belirgin özellikleri kişiler arası davranışlarda olgun bir tarz ve gerçek sevgi için uygun kapasiteye sahip olmaktır. Gerçek sevgi "diğer insanın da en az kendisi kadar önemli olduğu duygusu"nu ifade eder (Sullivan, 1953: s. 34). Bu dönem bir bakıma Freud'un genital dönemine benzemektedir ancak cinsel vurgusu yoktur, ayrıca Fromm'un kişilik tiplemelerinden üretken yönelimini de andırmaktadır. Ancak Sulllivan (1947) insanların bu özellikleri kazanmasıyla ilgili iyimser bir görüşe sahip değildir. Sullivan'a göre insanların büyük bir çoğunluğu ancak ön ergenlik dönemine kadar ulaşabilmektedir, bu noktadan sonra yaşamın stresleri insanları olabileceklerinin başarısız karikatürlerine dönüştürmektedir.

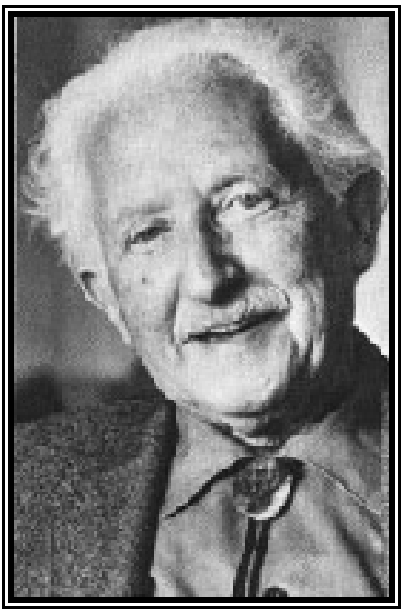
Eleştiriler ve Değerlendirme

Oldukça kapsamlı bir kuram olmakla birlikte Sullivan'ın kuramı akademisyenler arasında Freud, Jung, Adler ya da Erikson'un kuramı kadar popüler değildir. Kişiliğin incelenmesinde kişiler arası ilişkilere odaklanarak birçok kuramda gözlenen bir boşluğu dolduran Sullivan, kişiliğin gelişimi konusunda sunduğu kapsamlı gelişim dönemleri ile de bu konuda önemli fikirler öne süren kuramcılar arasında yer alır.

Öne sürdüğü iddiaların bilimsel olarak sınanabilirliği ve kurama dayalı olarak gerçekleştirilen ampirik araştırmaların sayısı göz önüne alındığında Sullivan'ın kuramı da Freud, Jung ve Fromm'un kuramları gibi eleştirilmektedir. Sullivan, kuramsal görüşlerini açıklarken kullandığı karmaşık dil ve özgün kavramlar oluşturma çabası nedeniyle de eleştirilmektedir. Her ne kadar iç tutarlığı yüksek bir kuram olsa da dilinin çok anlaşılır olmaması Sullivan'ın görüşlerinin çok fazla popüler olmayışının da bir nedeni olabilir.

Sullivan'ın kuramı içerdiği gelişim evreleri açısından da uygulamaya dönük olarak anne-babalara ve öğretmenlere çocuk eğitiminde kullanabilecekleri kuramsal öneriler içermekle birlikte bu iddiaların bilimsel olarak kanıtlanmamış olması kuramın uygulamaya dönük tarafını da kısıtlamaktadır. Diğer taraftan terapiste yüklediği katılımcı gözlemci rolü klinik uygulamalar açısından önemlidir. Psikiyatrik görüşme konusunda (Psychiatric Interview) yazmış olduğu kapsamlı kitap Sullivan'ın önemli katkılarından biri olarak değerlendirilmektedir.

İNSANIN SEKİZ ÇAĞI



ERIK HOMBURGER ERIKSON

Erik Homburger Erikson'un Yaşam Öyküsü

Erik Homburger Erikson, 1902 yılında, Almanya'nın Frankfurt kentinde Danimarkalı bir anne-babanın oğlu olarak dünyaya gelmiştir. O doğmadan babası annesini terk ettiği için Erikson, annesi ve üvey babasının yanında büyümüştür. Üvey babası Theodor Homburger, çocuk hekimliği yapan bir Alman Yahudisidir. Annesinin kendisinden gerçek babasının kimliğini gizlemesi nedeniyle Erikson, yıllarca Erik Homburger olarak tanınmıştır. Yahudi bir babanın sarışın ve mavi gözlü oğlu olarak hem Alman hem de Yahudi arkadaşları arasında her zaman dışlanan Erikson gençlik dönemlerinde önemli kimlik sorunları yaşamıştır. Bu yüzden ilerleyen yıllarda kimlik bunalımı ve kimlik kargaşası kavramları Erikson'un düşüncesinde önemli bir yer tutmuştur. Lise yıllarında sanata olan yeteneği nedeniyle resme yönelmiş ve liseyi bitirdikten sonra yaşamdaki yerini bulmak üzere evden ayrılarak yaklaşık yedi yıl boyunca Avrupa'da ressam ve şair olarak gezgin hayatı yaşamıştır. Bu gezginlik yıllarında Münih ve Floransa'da sanat eğitimi alan Erikson, 1927 yılında arkadaşı Peter Blos tarafından Viyana'da yeni kurulan bir okulda resim dersleri vermek üzere bu kente davet edilmiştir. Okulun kurucularından biri de daha sonra Erikson'un psikanalizini de gerçekleştirecek olan Anna Freud'tu. Aynı zamanda bir ilkokul öğretmeni olan Anna Freud özellikle çocuk psikiyatrisi üzerinde çalışmalar yapmaktaydı.

Erikson Viyana'dayken Kanada doğumlu bir dansçı, ressam ve öğretmen olan Joan Serson ile evlenmiştir. Joan Serson psikanalizden geçmiş olduğu ve İngiliz dili konusundaki yeterliği nedeniyle yaşamı boyunca Erikson'un çalışmalarına önemli katkılar sağlamış, onun editörlüğünü üstlenmiş zaman zaman da Erik Erikson ile birlikte yayınlar yapmıştır. Erik ve Joan Erikson'un dört çocuğu olmuştur. En küçük çocuğu down sendromlu olan Erikson bu çocuğunu, bakımını ve eğitimini yürütecek bir enstitüye yerleştirmiş ve diğer çocuklarına ise bebeğin doğumda öldüğünü söyleyerek kardeşlerinin durumunu onlardan gizlemiştir. Erikson, annesinin kendisinden gerçek babasının kimliğini gizlemesinin kendisinde yarattığı duygusal sıkıntıların benzerlerini çocuklarının da yaşayacağını tahmin edememiştir.

Erikson'un kimlik arayışı pek çok iş ve yerleşim yeri değişimleri ile de yaşamı boyunca sürmüştür. Herhangi bir üniversite derecesine sahip olmayan Erikson belirgin bir mesleki kimliğe sahip olmaksızın, bir psikolog, psikanalist, bir profesör, bir kültürel antropolog, bir varoluşçu olarak farklı şekillerde tanınmıştır.

Anna Freud'un öğrencisi olan Erikson, çalışmalarını ilk olarak çocuklar üzerinde yoğunlaştırdı. 1930'da bu konudaki ilk yazısı yayımlandı ve psikanaliz öğrenimini tamamladıktan sonra 1933'te Viyana Psikanaliz Enstitüsü'ne girdi. Avrupa'da faşizmin yükselişi ile birlikte 1933 yılında ABD'ye göç ederek, bir yandan Boston'da çocuk psikanalisti olarak çalışmaya, bir yandan da Harvard Tıp Okulu'nda ders vermeye başladı. Amerika'ya gelince Homburger olan soyadını Erikson olarak değiştirdi. Bu değişim kimilerince Erikson'un Yahudi kimliğini bırakması olarak değerlendirildi. Erikson, yayınlarında 'Erik Homburger Erikson' ismini kullandığını belirterek bu eleştirilere karşı çıktıysa da yıllar içinde Homburger adını kullanmaktan vazgeçerek bunun yerine yalnızca bir 'H' harfini tercih etti ve 'Erik H. Erikson' olarak tanındı.

1936'da Harvard Üniversitesi'nden ayrılarak Yale Üniversitesi'ne bağlı İnsan İlişkileri Enstitüsü'ne giren Erikson 1938'de kültürün kişilik gelişimi üzerindeki etkisini incelemek amacıyla Güney Dakota'ya giderek burada yaşayan Sioux Kızılderili kabilesinin çocuklarını inceledi. ABD vatandaşlığına geçişinden bir yıl sonra antropolog Alfred Kroeber ile yine aynı amaçla bu kez Kuzey California'da balıkçılıkla geçinen Yurok Kızılderili kabilesi üzerinde incelemeler yaptı. Bu çalışmalar sırasında toplumsal ve tarihsel güçlerin çocuk yetiştirme biçimleri üzerindeki etkisi konusunda edindiği gözlemler sonucunda, bütün toplumların kişilik gelişimini yönlendirmek için kurumlar oluşturduğunu, ama değişik toplumlarda benzer sorunlara bulunan tipik çözümlerin farklılık gösterdiğini öne süren kuramını geliştirdi.

1942'de Berkeley'deki California Üniversitesi'nde psikoloji dersleri vermeye başlayan Erikson, 1940'larda psikososyal gelişme konusunda yazdığı yazıları 1950'de yayınladığı *Çocukluk ve Toplum* (Childhood and Society) adlı kitabında topladı. Bu kitapta yer alan 'İnsanın Sekiz Çağı' adlı bölüm Erikson'un yaşam boyu süren kişilik gelişimi kuramının bir özeti niteliği taşır.

1949'da California Üniversitesi, öğretim üyelerinden, McCarthy dönemine özgü olan ABD'ye bağlılık yemini imzalamalarını talep etti. Erikson bir komünist olmamasına rağmen bunu yapmayı reddederek California Üniversitesi'ndeki görevinden ayrıldı ve aynı yıl Massachusetts'te Austen Riggs Merkezi'nde kimlik sorunu üzerinde çalışmaya başladı. 1960 yılında tekrar Harvard Üniversitesi'ne dönen Erikson, 1960-1970 yılları arasında profesör, 1970'ten sonra da emekli profesör olarak bu üniversitede ders vermeyi sürdürdü ve 12 Mayıs 1994'te 91 yaşında öldü.

İnsanın Sekiz Çağı: Temel Kavramlar ve İlkeler

Jung, Adler, Horney, Fromm ve Sullivan, Freud'un libido kuramını reddetmiş ve kendi kuramlarını oluşturarak Freudiyen psikanalizle bağlarını koparmışlardır. Bu kuramcılardan farklı olarak Erikson, Freud'un varsayımlarını reddetmek yerine genişletmeyi tercih etmiştir. Erikson'un, en önde gelen temsilcisi sayılabileceği ego psikologları, klasik psikanalizin çocuk cinselliği, bilinçdışı süreçler, çatışmalar ve yapısal model (id, ego, superego) gibi bazı kavramlarını kabul etmeyi sürdürürken, idin irrasyonelliği, intrapsişik çatışma ve psikopatoloji üzerindeki vurgusunu ise uyuma yönelik zihinsel işlevin öneminin anlaşılmasını güçleştirdiği için eleştirmektedirler. Bu kuramcılara göre rasyonel egonun kapasiteleri ve güçlü yönü daha baskındır. Psikanalizin bu modifikasyona uğramış şekline ego psikolojisi ekolü adı verilmektedir.

İnsanın Doğası

Biyolojik Süreçler: İçgüdüler ve Psişik enerji

Erikson temel kuramsal kavramlarına libidoyu ekleyerek psikanalize sadık kalmış, ancak Freud'dan farklı olarak libidoya daha az önem verilmesi gerektiğini, ego ve toplumsal güçlerin öneminin ise daha fazla vurgulanması gerektiğini belirtmiştir. Erikson ayrıca, Freud'un, libidonun varlığını hipotetik olarak ileri sürmesini de eleştirilmiş ve varlığı bilimsel olarak kanıtlanmamış bir enerjiden söz etmenin anlamsız olacağını vurgulamıştır (Ewen, 1998).

Erikson aynı zamanda içgüdüsel dürtülerin önemini de kuşkuyla karşılamaktadır. Freud'un, kişiliğin irrasyonel yönüne olan vurgusunu ve cinselliğin erinlikte değil de, doğumla birlikte var olduğu bulgusunu önemsemeyen Erikson psikanalizin temel biyolojik oryantasyonunu koruması gerektiğini belirtmiştir. Ancak doğuştan var olan cinsellik ve saldırganlık güdülerinin tanımını belirsiz bulduğu için libido ve içgüdü kavramlarını korumakla birlikte yeniden tanımlama yoluna gitmiştir. Erikson'a göre psikolojik fenomenlerin; biyolojik, davranışsal, yaşantısal ve sosyal faktörlerin karşılıklı etkileşimi çerçevesinde incelenmesi ve anlaşılması gerekmektedir.

Ego Süreçleri: Kimlik ve Hakimiyet

Kimlik: Erikson'a göre ego, ısrarlı id ve cezalandırıcı süperego arasındaki düzenleyici rolünden daha öte özellikleri olan bir yapıdır. Ayrıca egonun kapasitesi de içgüdü ve kaygıya karşı savunmadan çok daha fazladır.

Egonun önemli ve yapıcı işlevlerinden biri de kimlik duygusunu (ego kimliği, psikososyal kimlik) korumaktır. Bu karmaşık içsel durumun dört farklı yönü vardır (Erikson, 1994):

1. **Bireysellik:** Bilinçli bir bütünlük ve ayrı, farklı bir yapı olarak varolma duygusudur.
2. **Bütünlük ve Sentez:** Egonun bilinçdışı sentez süreçlerinin sonucunda kazanılan içsel bütünlük ve bölünmezlik duygusudur. Çocuk büyürken parça parça benlik imajları oluşturur; sevilen, becerikli, uysal, akademik, atletik vb. küçükken "küçük" ve "bağımlı" büyüdükçe daha büyük ve daha bağımsız gibi. Sağlıklı bir ego bu imajları anlamlı bir bütün içine aktif olarak bütünleştirir.
3. **Aynılık ve Süreklilik:** Bireyin geçmişte ne olduğu ile gelecekte ne olacağı arasındaki devamlılığı ve içsel subjektif aynılık duygusunu canlandırmak için gösterdiği bilinçdışı çabasıdır. Kişinin bir yöne doğru yönelttiği ve tutarlı bir yaşamı olduğu duygusudur.
4. **Sosyal Dayanışma:** Belirli bir grubun fikir ve değerleriyle içsel bağlılık; sosyal destek ve değer verilme duygusudur. Sağlam bir kimlik duygusu için kişinin içsel aynılık ve süreklilik duygularının onun yaşamındaki önemli kişilere de anlamlı geldiğini bilmesi ve onların algı ve beklentileriyle örtüşmesi gerekmektedir. Böylece değer verilen kişiler tarafından onaylanma sağlanmış olur.

Erikson, Erich Fromm'a paralel bir biçimde, kimlik duygusunun her insan için hayati bir gereksinim olduğunu kabul etmektedir. Kimlik kargaşası (rol kargaşası) sağlam kimlik duygusunun karşıtıdır. Erikson'a göre kimlik kargaşası modern psikoterapinin karşılaştığı ana problemdir. Kimlik duygusu anne gibi önemli kişilerin tanınması ile bebeklikte başlar ancak ergenliğe kadar tam anlamıyla işlevsel olamaz. Sullivan'ın iyi-ben, kötü-ben canlandırmaları gibi, her kimlik hem olumlu (kişinin arzu edilir olarak öğrendikleriyle tutarlı) hem de olumsuz (olmaması konusunda uyarıldığı ya da cezalandırıldığı) yönleri içerir. Geleneksel bir toplumda kadınlar ya da bir toplumun hor görülen etnik/dini azınlık grupları gibi bazı kesimleri için pozitif bir kimlik geliştirme, diğer kesimlerden daha zor olabilmektedir. Erikson'a göre bu gruplar dahi negatif kimliği kimlik kargaşasının içsel karışıklığına tercih ederler (Ewen, 1998).

Erikson bazı tarihsel dönemlerin kimlik krizine zemin hazırlayıcı özellikte olduğunu belirtmiştir. Bu dönemlerde aynılık ve süreklilik ciddi yeni tehditlerle (nükleer savaş, var olan standart ve ideolojilerin hızlı bir şekilde yok olması gibi) tehlikeye girebilir. Buna karşın yeni sosyal roller sağlayan çağlar da (refah, endüstri devrimi vs.) uygun kimlik gelişimini kolaylaştırıcı nitelik taşımaktadır.

Hakimiyet (Mastery): Adler ve Fromm gibi Erikson da bireyin çevreye hakim olma ve kontrol etmeye yönelik temel bir gereksinimi olduğunu kabul etmektedir. Kimlik gibi egemenlik de egonun bir işlevidir ve id dürtülerinin doyumunu aşarak ve onlardan ayrı olarak haz sağlar. Engellenmesi ise yoğun öfke duygusuna yol açar. Bu yüzden, Erikson'a göre öğrenme, yalnızca cinsel merakın yüceltilmesinin bir biçimi değildir. Kendine ait enerjisi vardır ve yaşam sevgisi, ancak insana bu önemli potansiyelinin farkına varmasına fırsat verilirse gelişir (Ewen, 1998).

Hakimiyet duygusu da kimlik duygusu gibi bireyin içinde bulunduğu toplumun destek ve beklentilerine bağlıdır. Çocuk yürümek gibi bir davranışı tekrar etmeye ve mükemmelleştirmeye güdülenmektedir, çünkü fiziksel yeterlik duygusunun verdiği hazdan hoşlanacaktır, ama ondan daha da önemlisi "yürüyen bir insanın" yetişkinlerin gözündeki statüsü daha yüksektir ve daha gerçekçi öz saygı sağlar. Buna ek olarak, egonun dış dünya ile etkin bir şekilde başa çıktığının görülmesi pozitif bir kimlik duygusunun kazanılmasına yardımcı olur.

Toplum ve Kültür

İnsanın doğasına ilişkin daha pozitif ve rasyonel bir bakış açısı geliştirmesinin yanında Erikson, Freud'un uzlaşmaz ve engelleyici toplum fikrine de karşıdır. Erikson'a göre sağlam bir kimlik duygusu ve hakimiyet için kişinin yaşamında önemli yere sahip olan kişilerin mutlak desteği gereklidir. Erikson, toplumun, egonun gelişiminde önemli role sahip olduğunu belirtmektedir (Monte, 1999). Bireyin içinde yaşadığı toplumun yaşam süreci boyunca her bir gelişim döneminde yaşanan karmaşalara yaklaşımı ve sunduğu seçenekler kişilik gelişimine yön vermektedir. Buna ek olarak karşılıklı doyurucu ilişkilerle sağlanan sosyal destek kendi başına insanların temel bir gereksinimidir. Bu tür bir tanınma bireye varolma ve diğer insanlar arasında yeri olduğu duygusu sağlar. Buna karşın bu temel kişiler arası desteğin inkar edilmesi olabilecek en yoğun nefret duygusuna neden olur.

Erikson'a göre kültür, insanlara varolan düzen içinde uygun roller bulmalarına yardımcı olurken aynı zamanda kendisini zenginleştirme ve devam ettirme olanağı bulur. Ancak kültürün etkisi her zaman olumlu yönde olmayabilir. Kültürler genellikle bireyi çelişen değerlerle karşı karşıya bırakır. Örneğin batı kültürleri hem rekabeti hem de işbirliğini birlikte vurgular. Böyle durumlarda tutarlı bir kimlik duygusunun kazanılmasında güçlükler yaşanır (Ewen, 1998).

Kişiliğin Yapısı

İD: Ego'ya aşırı vurgusu dışında Erikson'un kişilik yapısı ile ilgili düşünceleri Freud'unkine paraleldir. İd tamamen bilinçdışında, ahlak dışı ve doğumda var olan tek boyuttur. Bu yüzden id evrimsel tarihimizin ve kalıtımla aktarılan içgüdülerimizin tümünü içerir.

EGO: İd ve süperego arasında gidip gelen daha çok bilinçdışında olan bölümdür. Psikanalitik kuramda olduğu gibi ego, idin yasak tanımayan dürtülerine ve süperegonun aşırı kısıtlamalarına karşı koymaya çalışır. Bunu da savunma mekanizmalarını harekete geçirerek yapar. Ancak Erikson'a göre savunma mekanizmaları uyumsuz olduğu kadar uyumlu tarzda da kullanılabilirler. Ayrıca egonun kapasiteleri arasında kimlik ve hakimiyet gibi temel yapıcı işlevler de vardır.

SÜPEREGO: İçselleştirilmiş ideallerden ve kısıtlamalardan oluşur ve idi kontrol etmek gibi temel bir işlevi vardır. Ancak süperego egoya karşı acımasız yöntemler kullanan zalim bir güç haline de gelebilir. Süperego aynı zamanda güçlü, öfkeli yetişkin ve küçük çaresiz çocuk ilişkisinin kalıcı olmasına da neden olabilir. Bu yüzden ebeveynlerin verdiği eğitim kişinin içinde yaşadığı toplumun standartlarını yansıtmaz ise süperego ve ego arasındaki uçurum gittikçe derinleşecek ve aşırı düzeyde intrapsişik çatışmalara neden olacaktır. Erikson'a göre çocuk yetiştirme biçimi, kişinin kendini ezmeyen, yaşadığı çağın değişimlerine uyacak kadar sağlam ve esnek bir vicdan duygusu geliştirmesine yardımcı olacak nitelikte olmalıdır.

Erikson, Freud'un yapısal modelini kabul ettiği halde id, ego, süperego gibi kavramları somutlaştırmanın sakıncalı olacağını belirtmektedir. Bu kavramların soyut ve deneme niteliğinde yapılar olduğunu belirten Erikson, kişiliği anlayabilmek ve tartışabilmek için kolaylaştırıcı rolü olan bu yapıların hiçbir zaman somut ve evrensel olarak kabul edilmiş bütünlükler olarak ruhsal yapının bir yerinde yerleşmiş olduklarını kabul etmemektedir (Ewen, 1998).

Kişiliğin Gelişimi: Psikososyal Gelişim Dönemleri

Erikson, kişilik gelişiminde doğuştan getirilen kapasitelerin önemini kabul etmekle birlikte sosyal ve tarihsel faktörlerin kişiliğin biçimlenmesinde oldukça önemli etkileri olduğunu belirtmektedir. Erikson'a göre birey dünyaya geldiğinde, ego bir potansiyel olarak ruhsal yapının içinde yer almaktadır, ancak egonun ortaya çıkışı kültürel bir çevrede gerçekleşir. Farklı toplumlar, değişen çocuk yetiştirme biçimleriyle, o toplumda yaşayan bireylerin kişiliklerini kendi kültürlerinin değer ve ihtiyaçlarına uygun olacak şekilde biçimlendirmektedir.

Erikson'un kişiliğin anlaşılmasına en temel katkılarından biri de kişilik gelişimini yaşam boyu devam eden bir süreç olarak ele almasıdır. Kişiliğin gelişimini ergenlik sonrasında da inceleyerek psikanalitik gelişim kuramını zenginleştirmiş ve kişiliğin çocukluğun ilk yıllarında belirlendiği görüşünü reddetmiştir (Geçtan, 2002). Erikson, egonun, epigenetik ilkeye göre yaşam boyu devam eden bir dizi süreç boyunca geliştiğini belirtmektedir. Epigenetik ilkeye göre; bu basamaklar boyunca; bireyin sosyal etkileşimde bulunma, çevreyi fark etme ve çevreye yönelme potansiyelleri belirginleşir. Toplum da bu potansiyellerin uygun hız ve sırayla ortaya çıkmasını sağlayan bir temel oluşturur. Kişilik gelişiminin gerçekleştiği bu süreçler biyolojik olarak belirlenmiştir ve evrensel özellik taşırlar. Epigenetik gelişme kavramı embriyolojiden alınmıştır. Bilindiği gibi embriyo başlangıçta bütünüyle biçimlenmiş ve büyümeyi bekleyen küçük bir insan olarak var olmamaktadır. Epigenetik gelişime göre embriyo, biyolojik olarak belirlenmiş bir sıra ve hızla gelişerek insan organizmasını oluşturmaktadır. Eğer fetüsün herhangi bir organı ilgili kritik gelişim döneminde gelişmez ise daha sonra gerekli olgunluk düzeyine asla erişememektedir. Erikson egonun da epigenetik bir gelişim seyri içinde, biyolojik olarak önceden belirlenmiş bir sırayla ortaya çıkan sekiz dönem boyunca gelişimini tamamladığını belirtmektedir. Her bir psikososyal dönem karşıtların etkileşimini, uyumlu ve uyumsuz bileşenlerin çatışmasını içermekte ve buna bağlı olarak birey çözmesi gereken bir karmaşa (kriz) yaşamaktadır. Herhangi bir dönemde yaşanan karmaşanın başarıyla çözülmesi o döneme özgü temel gelişim görevidir. Kişiliğin adaptasyonu için bu karmaşaların başarı ile çözülmesi önem taşımaktadır, ancak bunun için uyumlu ve uyumsuz yaşantıların her ikisi de gereklidir. Örneğin bu karmaşaların ilki '*temel güvene karşı güvensizlik*'tir. Yalnızca güvenmeyi ya da güvenmemeyi öğrenen bir çocuk yaşamın sonraki dönemleri için gerekli olan uyumu sağlayamayacaktır. Görüldüğü gibi her çatışmanın biri olumlu biri olumsuz, karşıt iki ucu vardır; önemli olan olumlu niteliğin başat olmasıdır.

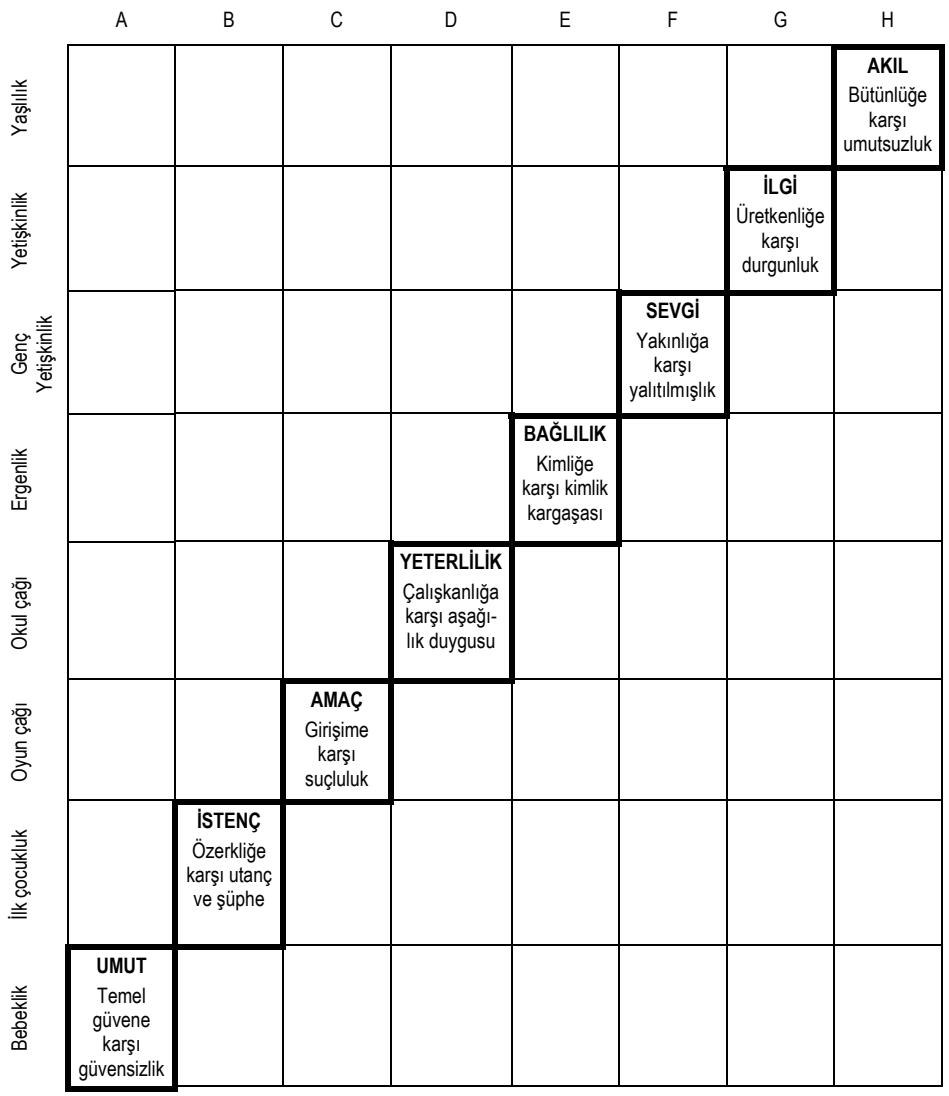
Buna ek olarak her bir dönemde uyumlu ve uyumsuz bileşenler arasındaki çelişki Erikson'un temel güç (basic strength) adını verdiği bir ego gücünü (ego strength), ortaya çıkarmaktadır. Örneğin temel güven ve güvensizlik çelişkisi '*umut*'un ortaya çıkmasını sağlamaktadır. Dönemin *temel gücünün* tam kazanılamaması bir temel patoloji (core pathology) ile sonuçlanmaktadır.

Erikson herhangi bir gelişim dönemindeki karmaşanın başarılı bir biçimde çözülmesinin kendisinden sonraki dönem için sağlıklı temeller oluşturduğunu belirtse de Freud'un bir dönemde çözülemeyen karmaşanın fiksasyona yol açtığı fikrini benimsememektedir. Erikson'a göre o dönemde çözülemeyen karmaşa sonraki yıllarda da çözülünceye kadar devam etmektedir ancak yine Freud'un kuramından farklı olarak, bir dönemde çözülemeyen karmaşanın daha sonraki yıllarda çözülmesi de mümkündür.

Erikson kişilik gelişiminin gerçekleştiği bu sekiz dönemin evrensel özellik taşıdığını belirtmekte, ancak bireylerin dönemlerdeki krizlerle baş etme ve problemlere çözüm bulma şekillerinin (tarzlarının) kültürel yapıya bağlı olarak çeşitlilik gösterdiğini de ifade etmektedir. Örneğin ergenlik dönemindeki başkaldırma her kültür için geçerliyken bu başkaldırmanın şekli kültürden kültüre değişiklik gösterebilmektedir.

Her kültürel yapıda gelişmekte olan birey ve sosyal çevresi arasında eşgüdüm bağları bulunmaktadır. Bu bağ aracılığıyla toplum bireylere en fazla gereksinim duydukları kritik dönemlerde gereken özen ve desteği sağlayacaktır. Erikson bu duruma "karşılıklı gelişim yasası" adını vermiştir. Ona göre nesillerin gereksinimleri ve kapasiteleri iç içe geçmiştir (Hjelle ve Ziegler, 1992).

İNSANIN SEKİZ ÇAĞI



Kaynak: Erikson, H. E. (1998) The Life Cycle Completed, New York: W. W. Norton & Company, s. 56-57'den uyarlanmıştır.

Bebeklik: Temel Güvene Karşı Temel Güvensizlik: Bu dönem yaklaşık olarak yaşamın ilk yılını kapsar. Erikson'a göre bebeklik dönemi bebeğin yalnızca ağız yoluyla değil, çeşitli duyu organları aracılığıyla çevre-

sindeki uyarıcıları aldığı bir içe-alma dönemidir. Bu dönemin temel psikoseksüel adaptasyon modu '*oral duyum*', psikososyal karmaşası 'temel güvene karşı temel güvensizlik', temel gücü ise '*umut*'tur. Bu dönemde bebeğin en önemli kişiler arası ilişkisi kendisinin bakımını üstlenen kişi ile gerçekleşir. Bakımını üstlenen kişi ya da kişilerin düzenli olarak ihtiyaçlarını karşıladığını fark ederse, bebekte temel güven duygusu gelişecektir. Tersi durumda ise bebek beslenme, sevilme, güvende olma gibi ihtiyaçları karşılanmadığı için çevresindeki insanlara güvenmemeyi öğrenecektir. Temel güven uyumlu, temel güvensizlik ise uyumsuz tutumlardır ancak bebeğin her iki tutumu da geliştirmesi gereklidir. Çok fazla güven, kişinin kolay aldanan, saf bir kimse olmasına ve ilerde zarar görmesine neden olabilir. Bunun yanında çok az güven de engellenme, öfke, düşmanlık ve üzüntü duygularının gelişmesine yol açabilir. Erikson güvenin de güvensizliğin de bebekler için kaçınılmaz deneyimler olduğunu belirtmektedir. Bu iki tür deneyim, güven ve güvensizlik arasındaki kaçınılmaz çatışma, insanların ilk psikososyal çatışmasını oluşturur. Kişi bu karmaşayı başarıyla çözümlerse ilk temel gücü olan umudu kazanacaktır. Acı verici ve keyif verici deneyimlerin her ikisini de yaşayan bebek bu şekilde gelecekteki sıkıntıların tatminkar bir biçimde karşılanabileceğini öğrenir. Görüldüğü gibi umut, temel güven ve güvensizlik arasındaki çelişkinin bir sonucu olarak ortaya çıkabilmektedir. Eğer kişi bebeklikte yeterince umut geliştiremez ise bunun karşıtı olan '*geri çekilme*' ortaya çıkacaktır. Geri çekilme bebeklik döneminin temel patolojisidir. Yeterince umudu olmayan birey dış dünyadan uzaklaşarak ciddi psikolojik rahatsızlıklara doğru yol alabilir (Feist ve Feist, 2006).

İlk Çocukluk: Özerkliğe Karşı Utanç ve Şüphe: Erikson'a göre insanların yaşadıkları ikinci psikososyal dönem, Freud'un anal dönem diye adlandırdığı yıllara (yaklaşık olarak iki-üç yaşlar) denk gelen ilk çocukluk dönemidir. Erikson, Freud'dan farklı olarak çocukların bu dönemde yalnızca dışkılarını tutmaktan ve bırakmaktan değil, aynı zamanda işeme, yürüme, tutma, fırlatma ve benzeri bedensel işlevlerini kullanmaktan da zevk aldıklarını dile getirmektedir. Bu dönemde çocuklar hem kendilerini hem de çevrelerini kontrol etme duygusunu geliştirmektedirler. Yaşamın ikinci yılında çocuğun temel psikoseksüel adaptasyon modu '*anal-üretral kas*' modudur. Çocuklar bu dönemde bedenlerini kontrol etmeyi öğrenirler. Bu dönem tuvalet eğitiminin yanı sıra çocuğun, yürümeyi, koşmayı, nesneleri kavramayı, tutmayı vb. öğrenmesini içermektedir. Bu faaliyetler çerçevesinde çocuklar inatçı eğilimler sergilerler. Örneğin kendi istekleri doğrultusunda dışkılarını tutabilir ya da bırakabilirler. İlk çocukluk bir çatışma, inatçı bir isyankarlık ve dürtüsel bir kendini ifade etme dönemidir. Çocuklar kendi bedenlerini kullanmak ve çevrelerindeki nesnelere hükmetmek konusunda özerk olmayı isterler. Çocuğun özerklik yönündeki mücadelesi ve ebeveynlerin onu utanç

ve kuşku yoluyla kontrol etmesi bu dönemin temel karmaşasını oluşturur. Çocuklar kazanmaya başladıkları bedensel yetilerini diledikleri gibi kullanarak kendilerini ifade etmek istediklerinde bu isteklerinin bir kısmını engellemeye çalışan bir kültür içinde olduklarını keşfederler. Ebeveynler çocuklarını, altlarını kirlettikleri için, yemeklerini döktükleri ya da etrafı dağıttıkları için utandırabilir ve onların kendi standartlarını karşılamak konusundaki yeteneklerini sorgulayarak çocuklarında kendi yeteneklerine ilişkin şüphenin gelişmesine neden olabilirler. Özerkliğe karşı kuşku ve utanç karmaşasının başarılı bir biçimde çözümü, ikinci temel güç olan '*iradenin*' (istenç) kazanılmasını sağlar. Çocukların kendi bedenlerini ve çevrelerindeki nesneleri kendi başlarına kontrol etme yönündeki girişimlerine kesinlikle izin verilmez ve bu çabaları çok fazla utanç ve şüphe ile sonuçlanırsa, bu temel gücü geliştirmeleri beklenemez. Böylece irade uygun olmayan bir biçimde ifadesini bulacak ve çocukta bu dönemin temel patolojisi olan '*zorlantı*' (compulsion) gelişecektir (Feist ve Feist, 2006).

Oyun Çağı: Girişimciliğe Karşı Suçluluk Duygusu: Erikson'un üçüncü psikososyal gelişim dönemi, Freud'un fallik dönem olarak adlandırdığı ve yaklaşık olarak 3-5 yaşlar arasındaki yılları kapsayan oyun çağıdır. Freud'dan farklı olarak Erikson, odipal karmaşanın bu dönemdeki tek gelişimsel süreç olmadığını, bu dönemde çocukların kendi cinsiyetlerinden olan ebeveynleriyle özdeşleşmenin yanı sıra hareket yeteneklerini, dil becerilerini, meraklarını, imgeleme güçlerini ve hedef oluşturma yeteneklerini de geliştirdiklerini dile getirmektedir.

'*Genital-devinsel mod*', oyun çağının temel psikoseksüel adaptasyon modudur. Bu dönemde çocukların hareket yeteneklerinin yanı sıra cinselliğe olan ilgileri de artmaktadır. Çocuklar artık bilinçli bir çaba harcamaksızın kolaylıkla koşabilmekte, zıplayabilmekte ve tırmanabilmektedir. Bir önceki dönemde kazanmış oldukları irade yerini yavaş yavaş amaçlı faaliyetlere bırakmaktadır. Artan bilişsel becerilerine paralel olarak çocuklar odipal fantezileri de içeren, büyümek, her şeye gücü yeter hale gelmek, bir dev ya da vahşi ve güçlü bir hayvan olmak gibi ayrıntılı fanteziler geliştirirler. Bu hayaller aynı zamanda suçluluk duygularına da yol açar ki yaşanan bu suçluluk duyguları dönemin temel karmaşası olan girişimciliğe karşı suçluluk duygusunun ortaya çıkmasına neden olur.

Çocuklar kolaylıkla ve güçlü bir biçimde hareket etmeye başladıklarında ve cinsel ilgileri uyandığında cinsel konulara, bilmedikleri şeyleri öğrenmeye ve çevrelerinin çapını genişletmeye yönelirler. Çocuğun cinsel konulara merak duyması, öğrenme merakı, anne ya da babanın yerine geçmeye özenmesi ve bu doğrultuda emeller beslemesi girişim duygusunun öncülleridir (Öztürk, 2001). Eğer çocuğun bu girişimleri ebeveynleri tarafından katı ve

cezalandırıcı bir tutumla karşılaşırsa çocukta yoğun suçluluk duyguları doğuran bir süperego gelişecektir. Bu durumda bireyin girişim duygusu, ceza korkusu ve suçluluk duygusu ile kısıtlanacak bu da dönemin temel patolojisi olan '*çekingenliğe*' yol açacaktır (Feist ve Feist, 2006). Bunun tersi olarak dizginlenmemiş girişim ise çocuğun ahlak gelişimi açısından olumsuz sonuçlar doğuracak ve çocuğun amaçlarına ulaşırken başkalarının sınırlarına ve haklarına tecavüz etmesine yol açabilecektir. Girişim ve suçluluk duygusu karmaşasının başarılı bir biçimde çözülmesi durumunda dönemin temel gücü olan '*amaç*' oluşacaktır. Çocuk artık davranışlarını bir amaç doğrultusunda gerçekleştirecek, kendisine hedefler oluşturacak ve bu hedeflere ulaşmaya çalışacaktır.

Okul Çağı: Çalışkanlığa Karşı Aşağılık Duygusu: Okul çağı dönemi Freud'un gizil dönem olarak adlandırdığı 6 ila 12 yaşlar arasını kapsamaktadır. Erikson, bu dönemde çocukların cinsel arzularının bastırılmış olduğu fikrini kabul etmektedir. Bu yaşlarda çocuğun ilgisi sosyal ve akademik konulara yoğunlaşmaktadır ve çocuğun sosyal dünyası, yaşıtlarının, öğretmenlerinin ve diğer yetişkin modellerin katılmasıyla birlikte zenginleşmektedir. Ruhsal dünyası gerçek yaşama girmeye neredeyse hazır olan çocuk önce bir okul yaşantısından geçmek zorundadır (Erikson, 1993). Erikson bu okul (öğrenme) yaşantısının çağdaş toplumlarda olduğu gibi formal bir eğitim olmak zorunda olmadığını, kimi ilkel toplumlarda olduğu gibi bu öğrenmenin, atanma yoluyla değil de beceri ve yatkınlıklarıyla öğretmen rolünü üstlenen yetişkinler ya da yaşı daha büyük olan çocuklar aracılığıyla da gerçekleştirilebileceğini belirtmektedir (Erikson, 1968). İster ilkel toplumlarda isterse çağdaş toplumlarda olsun çocuğun büyüyüp gerçek bir anne ya da baba olabilmesi için oyun çağının çocukluk emellerini unutup, içinde yaşadığı kültürün gereklerine göre bir şeyler yapmayı öğrenmesi gerekmektedir. Diğer bir deyişle içinde yaşadığı toplumda geçerli olan öğrenme alanı ne ise o alanda çalışması ve üretici olması için gerekli olan becerileri kazanması gerekmektedir (Öztürk, 2001).

Bu dönemin psikososyal karmaşası çalışkanlığa karşı aşağılık duygusudur. Çalışkanlık, çalışmaya, meşgul olmaya ve bir işi tamamlamaya yönelik isteklilik olarak tanımlanabilir. Okul çağındaki çocuklar iş becerilerini ve işbirliği kurallarını öğrenmeye dönük faaliyetlerde bulunurlar. Çocuklar bu becerilerini geliştirdikçe çalışkanlık duygusu kazanırlar. Ancak çocuk becerilerinden ya da akranları arasındaki konumundan umudunu keserse kendi zayıflığına ya da yetersizliğine inanır ki bu da aşağılık duygularının ortaya çıkmasına neden olur. Bu nedenle çocuğun başarılı olma ihtiyacının yetişkinler tarafından dikkate alınması ve karşılanmaya çalışılması önem taşır. Ebeveynlerin ve öğretmenlerin çocuktan potansiyeli üzerinde bir başarı bek-

lentisi içinde olması, çocuğu çevresindeki başarılı çocuklarla kıyaslamaları ya da çocuğun başardıklarından çok başarısızlıklarını vurgulamaları çocuğun yetersiz olduğu inancını geliştirmesine neden olacaktır. Bunun yerine yetişkinler, çocuğa yetenekleri ölçüsünde sorumluluklar vermeli, başarıları üzerinde durmalı ve çocuğa başarabileceğine ilişkin güvenlerini belirterek onu cesaretlendirmelidir. Bu karmaşanın çözümünde çalışkanlık duygusunun kazanılması önemlidir ancak yetersizlik duyguları da sağlıklı bir kişilik gelişimi için gereklidir. Belli ölçüde yetersizlik duygusu Adler'in de belirttiği gibi kişinin kendisini geliştirmesi için harekete geçirici bir nitelik taşımaktadır.

Çalışkanlık ve yetersizlik karmaşasının başarıyla çözülmesi dönemin temel gücü olan '*yeterliliğin*' gelişimini sağlar. Aksi durumda ise dönemin temel patolojisi olan '*tembellik*' ortaya çıkacaktır. Bu durumda çocuk daha önceki gelişim dönemlerine gerileyerek zamanının büyük kısmını üretken olmayan oyun ve fantezilere ayıracaktır (Feist ve Feist, 2006).

Ergenlik: Kimliğe Karşı Kimlik Kargaşası: İçinde yaşanılan toplumun gerektirdiği beceriler dünyası ile iyi bir başlangıç ilişkisi kurulması ve ergenliğin boy göstermesiyle birlikte çocukluk sona erer ve gençlik çağı başlar (Erikson, 1993). Çocukluktan yetişkinliğe geçiş dönemi olan ergenlik döneminde kişi bir kimlik duygusu geliştirdiği için bu dönem oldukça önemlidir. Bu dönemin temel psikososyal karmaşası 'kimliğe karşı kimlik kargaşasıdır'. Kimliğin oluşması bu dönemde başlamadığı gibi bu dönemde sona da ermemektedir. Ancak kimlik gelişiminin en üst düzeyde olduğu dönem ergenliktir. Ergenlik yıllarında kişinin bedeninde, özellikle de üreme sisteminde hızlı değişimler meydana gelmektedir. Ancak Erikson bu bedensel olgunlaşmanın genital içerikli bir karmaşaya yol açmadığını, bu dönemde yaşanan karmaşanın daha çok psikolojik ve sosyal içerikli olduğunu belirtmektedir. Ergenlik döneminde kişi kim olduğunu ve kim olmadığını keşfetmeye çalışmaktadır. Hem bedensel hem de bilişsel açıdan önemli gelişimsel ilerlemeler kaydeden ergen, cinsel, toplumsal ve mesleki kimliğini keşfetmesine yardımcı olacak yeni roller arayışı içindedir. Benliğin oluşması daha önceki gelişim dönemlerinde yapılmış olan özdeşimlerin toplamından daha öte bir şeydir (Erikson, 1993). Erikson'a göre kimliğin oluşmasını sağlayan iki kaynak vardır. Birincisi ergenin, çocukluk çağı özdeşimlerini kabul etmesi ya da reddetmesidir. Dolayısıyla kimlik oluşumu süreci; bebeklikte başlayan, çocuklukta süren, ergenlikte yükselişe geçen ancak yetişkinlikte de devam eden bir süreçtir. İkinci kaynak ise ergenin içinde yaşadığı tarihsel ve sosyal bağlamdır.

Kimlik duygusunun üç temel bileşeni cinsiyet rolü, mesleki tercih ve toplumsal rollerdir. Önceleri cinsel yapısı ve yeterliği konusunda birtakım kuşkulara sahip olan genç bu durumunu, kendisini başkalarıyla kıyaslayarak

sınar. Cinsel yapısı ve yeterliği konusunda gerçekçi bir kabulleniş ile bu kuşkular yatışır. Toplumsal roller açısından ise gençlerin genellikle yetişkinlerin standartlarını reddettikleri ve akran grubunun değerlerini benimsemeyi tercih ettikleri görülür. Hatta kimi zaman gençler arasındaki bu akran grupları çok katı ve acımasız olabilmektedir. Erikson'a göre yetişkinlerin, bu hoşgörüsüzlüğün yaşanan kimlik bunalımına karşı bir savunma olduğunu anlamaları oldukça önemlidir. Toplum içinde yerini bulmaya çalışan ergen geçici de olsa böyle bir akran grubu ile ya da kahramanlaştırdığı bazı kişilerle aşırı özdeşim kurabilmektedir. Kimlik duygusunun önemli bir bileşeni de mesleki tercihtir. Erikson'a göre (1993) gençleri asıl tedirgin eden şey, bir meslek kimliği oturtma konusundaki yetersizliktir. Olanakların kısıtlı, meslek uğraşlarının ve rollerinin iyi belirlenmemiş olduğu toplumlarda gençlerin mesleki kimliklerini oluşturmalarının daha güç olması ve daha uzun zaman alması kaçınılmazdır (Öztürk, 2001).

Erikson'a göre ergenlik bir askıya alma (moratoryum) dönemidir (Erikson, 1993). Bu dönemde ergen çocuklukta edinmiş olduğu becerileri, rolleri, değerleri ve yapmış olduğu özdeşimleri çevresindeki yetişkinlerin beceri, rol ve değerleriyle karşılaştırmaktadır. Ergen cinsel kimliğini, mesleki tercihini ve toplumdaki yerini belirlemeye çalışmaktadır. Erikson bu çabayı kimlik bunalımı olarak adlandırmaktadır. Çağdaş toplumlarda ergenlere meslek seçimi, eş seçimi ve uyumlu bir dünya görüşüne sahip olma gibi kararlarını ertelemeleri konusunda izin verici bir yaklaşım sergilenmektedir. Böylece ergenler kimliklerini oluşturma sürecinde farklı rolleri ve inançları inceleme ve deneme fırsatı bulmaktadırlar. Bu nedenle ergenlik bir denemeyanılma dönemi olarak da düşünülebilir (Feist ve Feist, 2006). Ergenlikte yaşanılan kimlik bunalımı her gencin yaşadığı gelişimsel bir süreçtir, diğer taraftan kimlik kargaşası ise yaşanan bu bunalımın ağırlaşması ve uyumun geçici de olsa ağır biçimde bozulmasıdır (Öztürk, 2001). Kimlik kargaşası kimlik arayışı için gerekli olsa da çok fazla kargaşa yaşanması geçmiş dönemlere gerilemeye ve uyumun bozulmasına neden olabilir. Kişi yetişkin yaşamının sorumluluklarını erteleyerek bir meslekten bir diğer mesleğe, bir cinsel partnerden diğerine ya da bir ideolojiden diğerine amaçsız bir biçimde sürüklenebilir. Karmaşanın başarılı bir biçimde çözülmesi durumunda kişi toplumsal, cinsel ve mesleki rollerini edinebilecektir. Kimliğe karşı kimlik kargaşası çelişkisi dönemin temel gücü olan '*bağlılığın*' gelişmesini sağlayacaktır. Davranışlarına ilişkin içsel standartlarını oluşturan ergen artık yetişkin rehberliğine gereksinim duymayacak ve kendi cinsel, mesleki ve inanç sistemi tercihlerine güven duyacaktır. Aksi halde ise dönemin temel patolojisi olan '*rol yadsıması*' ortaya çıkacaktır (Feist ve Feist, 2006). Bu durum iki şekilde gerçekleşebilir. Kişi aşırı derecede öz güven eksikliği ile kendini ifade etmede utangaç ve çekingen olabilir. Rol yadsımasının diğer biçimi ise otori-

teye isyandır. İsyankar ergenler toplumca kabul edilen değerleri reddeder ve kabul edilmeyecek inanç ve davranışlara yönelirler.

Genç Yetişkinlik: Yakınlığa Karşı Yalıtılmışlık: Kimlik üstünde durmaktan ve kimlik arayışı çabalarından çıkan genç artık kendi kimliğini başkalarınınki ile kaynaştırmaya istekli ve gönüllü; diğer bir deyişle yakınlık kurmaya hazırdır (Erikson, 1993). Genç yetişkinlik yılları yaklaşık olarak 20 ila 25 yaşlar arasını kapsasa da bu dönemin sınırları yaşlarla belirlenmekten çok dönemin başında yakınlığın gelişmesi, sonunda ise üretkenliğin oluşmaya başlaması ile belirlenmektedir. Bu nedenle dönem, kimileri için birkaç yılla sınırlıyken kimileri için on yıllar boyu sürebilmektedir (Feist ve Feist, 2006). Bu dönemin psikoseksüel adaptasyon modu '*cinselliktir*'. Genç yetişkinlerin olgun cinselliğe ulaşmaları, yakınlık ve yalıtılmışlık arasındaki karmaşayı çözmeleri ve dönemin temel psikososyal gücü olan sevgiyi kazanmaları gerekir. Erikson'a göre gerçek cinsellik ancak genç yetişkinlikte ortaya çıkmaktadır (Erikson, 1993) Ergenlik yıllarındaki cinsel faaliyetlerin çoğu kişinin kimlik arayışının bir ifadesidir. Genç yetişkinlik döneminde gerçekleşmesi gereken yakınlık ise bireyin somut birleşmeler ve eşleşmelere kendini verebilmesini; bu yakın ilişkiler yükümlülükleri, önemli uzlaşmaları ve özverileri gerektirse bile bunu gerçekleştirebilmeyi ve sürdürebilmeyi içermektedir. Diğer bir deyişle yakınlık kurma, kimliğini yitirme korkusu duymaksızın kendi kimliğini bir başkasınınki ile birleştirebilmektir. Bunun yanında Erikson yakınlığın cinsel yakınlık kavramından daha fazlasını, arkadaşlar arasında açıklık ve empatiyi ya da daha geniş anlamda kişinin türdeşleriyle arasındaki bağlanmayı içerdiğini belirtmektedir (Hjelle ve Ziegler, 1992). Yakınlık kurmak için kişinin kimlik arayışını başarılı bir biçimde tamamlamış olması, kim ve ne olduğu konusunda sağlam bir duyguya sahip olması gerekmektedir. Bu nedenle ergenlik yıllarında görülen tutkulu aşklar gerçek yakınlığı içermez. Kendi kimliklerinden emin olmayan kişiler ya utangaç bir biçimde kişiler arası yakınlıktan kaçınacak ya da umutsuzca, anlamsız ve ayrımsız cinsel ilişkiler yoluyla yakınlık arayışına gireceklerdir. Bu tür ilişkilerin tersine olgun yakınlık; karşı cinsten sevilen bir eş ile, karşılıklı güven duygusunun paylaşılabilmesi yönünde yetenek ve isteklilik gerektirmektedir. Gerçek yakınlık fedakarlığı, uzlaşmayı ve bağlılığı içermektedir (Feist ve Feist, 2006).

Yakınlık kurmanın karşıtı yalıtılmışlıktır. Kişi kimliğini yitireceği korkusu ile yakın ilişkilere girmekten kaçınabilir ya da kimliğini kazanamadığı için bunu başaramayabilir. Bu da yalıtılmışlık ve yalnızlığa yol açar. Yalıtılmışlık, olgun sevgi için bir dereceye kadar gerekli olsa da çok fazla yalıtılmışlık çok az yakınlığa ve de dönemin temel gücü olan sevginin kazanılamamasına yol açar. Bu dönemdeki karmaşanın başarılı bir biçimde çözülmesi dönemin temel gücü olan '*sevginin*' oluşmasını sağlayacaktır. Sevgi; bağlanma, cinsel

arzu, işbirliği, yarışma ve arkadaşlık anlamına gelmektedir ve kişinin yaşamın son iki gelişim dönemi ile üretken bir biçimde baş edebilmesini sağlar (Feist ve Feist, 2006). Karmaşanın çözülememesi durumunda ise dönemin temel patolojisi olan '*dışlama*' gelişecektir. Bu da yakınlık ve sevgi için kişide bulunması gereken işbirliği yapma, yarışma ya da uzlaşma gibi yetenekleri engelleyerek patolojik sonuçlar doğuracaktır.

Yetişkinlik: Üretkenliğe Karşı Durgunluk: Genç yetişkinliğin sona ermesinden altmışlı yaşlara kadar süren yetişkinlik döneminde birey toplumdaki yerini ve sorumluluklarını almaktadır. Yetişkinlik döneminin psikoseksüel adaptasyon modu '*üreme*', psikososyal karmaşası ise üretkenliğe karşı durgunluktur. Erikson'un üretkenlik kavramı, insanı öğrenen, yanı sıra öğreten ve kurumlaştıran bir varlık durumuna getiren evrimsel gelişmeyi içermektedir (Erikson, 1993). Bu nedenle üretkenlik kavramı temel olarak, gelecek kuşağın oluşturulması ve onlara rehberlik edilmesi, üretim yapabilme ve yaratıcılık anlamlarını içermektedir. Bu açıklamadan da anlaşılabileceği gibi üretkenlikle anlatılmak istenen şey salt cinsel üremeden daha öte, bu cinsel yakınlığın bir sonucu olan sonraki kuşağın bakımına olan ilgi ve sorumluluktur. Yetişkinlik yıllarında kişi yalnızca kendi çocuklarının bakımı ve yetiştirilmesinden değil aynı zamanda kültürün bir sonraki kuşağa aktarılmasından da sorumludur. Özetle yetişkinlik yıllarında egonun en önemli işlevi üreme, üretme, yaratma ve üretilen, yaratılan şeylere sevgi ile bağlanarak onların varlığını sürdürmesinin ve gelişmesinin sorumluluğunu üstlenmektir. Erikson, bu sorumluluğu üstlenmeye yönelik güdülenmenin genç nesillerin yetişkinlere duyduğu ihtiyacın yanı sıra yetişkinlerin de kendilerine gereksinim duyulması yönündeki ihtiyaçlarından kaynaklandığını belirtmektedir. Çünkü Erikson'a göre olgun insan kendisine gereksinim duyulmasını bekler (Erikson, 1993).

Diğer yandan bu dönemde üretilen şeylerin yalnızca gelecek nesil olması gerekmemektedir; bilim ve sanat alanlarındaki ürünler de üreticilik kapsamına yer alır. Bu dönemde yaşanan karmaşanın başarılı bir biçimde çözülmesi '*üretkenlik*' duygusunun gelişmesini sağlar. Aksi durumda ise kişi durgun ve verimsiz bir kimse olacak, kendi içine dönecek ve kendi kendisiyle ilgilenmeye başlayacaktır. Belli düzeyde kendi içine dönme, üretkenlik için gerekli olsa da çok fazla olduğunda durgunluğa ve verimsizliğe yol açması kaçınılmazdır. Üretkenlik ve durgunluk arasındaki çatışma dönemin temel gücü olan ilgilinin (özenli ilgi) oluşmasını sağlayacaktır. Dönemin temel patolojisi ise '*reddediciliktir*'. Bu durumda kişi ben-merkezci bir biçimde, kendisinin ve grubunun diğer insanlardan ya da gruplardan daha üstün olduğunu düşünerek diğer insanların ya da grupların gelişimi için sorumluluk almaya

istekli olmayacaktır. Erikson'a göre bu da düşmanlığın, yıkıcılığın, vahşetin ve savaşların nedenidir.

Yaşlılık: Benlik Bütünlüğüne Karşı Umutsuzluk: Yaşlılık, sekizinci ve sonuncu psikososyal gelişim dönemidir ve 60'lı yaşlardan yaşamın sonuna dek sürer. Yaşlılık dönemi insanların artık üretken olmadığı bir dönem anlamına gelmemektedir. Cinsel üreme sona ermiş olabilir ancak insanlar bir önceki dönemde de belirtilmiş olan diğer yollarla üretken kalmayı başarabilirler. Yaşlı büyükanne ya da büyükbabalar olarak kendi torunlarının ya da toplumun diğer genç bireylerinin gelişimine katkıda bulunabilirler. Yaşlılık döneminin psikoseksüel adaptasyon modu '*duyumsal hazzın genelleşmesidir*'. Bu dönemde bedensel olarak yaşanan haz cinsel organların ötesinde tüm bedene ve görüntüler, sesler, tatlar gibi farklı duyumlara yayılmaktadır. Bu durumun bir diğer yansıması da karşı cinsin geleneksel yaşam biçiminin daha çok kabul edilmesi şeklinde gerçekleşir (Feist ve Feist, 2006). Kadınlar ve erkekler yaşlandıkça karşı cinse ait olduğu düşünülen sosyal cinsiyet rollerini giderek daha fazla kabul etmektedir. Ancak bu durumun gerçekleşmesi dönemin psikososyal karmaşası olan benlik bütünlüğüne karşı umutsuzluğun benlik bütünlüğünü lehine çözümü ile mümkün olacaktır.

Benlik bütünlüğü, benliğin kendi içinde bir düzen ve anlam bulunmasıdır. (Erikson, 1993). Diğer bir deyişle kişinin kendi biricik yaşam sürecini, olması gereken ve istese de yerine başkasını koyamayacağı bir şey olarak kabullenmesidir. Kişi yaşamını gözden geçirdiğinde; yaşamını acı tatlı, olumlu olumsuz tüm yönleri ile bir bütün olarak kabul edebiliyorsa yaklaşmakta olan sonu korku ve endişe ile karşılamayacaktır. Erikson'a göre benlik bütünlüğünün yokluğu ya da yitimi kendisini ölüm korkusunda göstermektedir. Başka bir yaşama başlamak ve bütünlüğe götürecek seçenekleri ve yolları denemek için yeterli zaman olmadığı gerçeği umutsuzluk duygusuna yol açar. Bu durumda kişi geçirmiş olduğu yaşamı için pişmanlık; yeni baştan, başka türlü yaşayabilmek için ise bir özlem duygusu içinde olacaktır. Bu dönemdeki karmaşanın başarıyla çözülememesi durumunda umut yitimi ve ölüm korkusu ortaya çıkacaktır. Benlik bütünlüğüne karşı umutsuzluk karmaşasının başarıyla çözülebilmesi için kişinin önceki dönemlerdeki karmaşaları başarıyla çözmüş olması önemli bir etkendir. Benlik bütünlüğü ve umutsuzluk arasındaki kaçınılmaz mücadele dönemin temel gücü olan '*aklın*' (bilgeliğin) ortaya çıkmasını sağlar. Erikson bilgeliği, azalmakta olan bedensel ve zihinsel yeteneklere ve yaklaşmakta olan sona rağmen bütünlük duygusunun korunması ve yaşama karşı bilgili, etkin ancak serinkanlı bir ilgi olarak tanımlamaktadır. Karmaşanın çözülemeyişi ise dönemin temel patolojisi olan '*hor görmeye*' (disdain) yol açar. Hor görme bir önceki dönemin

temel patolojisi olan reddediciliğin devamı niteliğindedir ve kişinin kendisi ve diğerlerini sona yaklaşmakta olan çaresiz kişiler olarak görmesi nedeniyle verdiği bir tepkidir.

Eleştiriler ve Değerlendirme

Erikson'un sanatçı geçmişi ve kişiliği, dünyaya bir bilim adamı gözüyle değil de bir sanatçı gözüyle bakmasına ve kuramını bilimsel veriler yerine etik ilkeler üzerine kurmasına yol açmıştır. Erikson'un kitaplarının subjektif ve kişisel olduğu genel olarak kabul edilmektedir. Erikson'a yöneltilen bir diğer eleştiri de ortaya koyduğu farklı kurama rağmen psikanalize olan bağlılığını önemli ölçüde yinelemesidir. Erikson'un kuramı id psikolojisinden radikal bir sapmayı yansıtmaktadır. Ego'nun pozitif ve yapıcı yönüne olan vurgusu ve toplumsal süreçlere biçtiği rol Freud'un karamsar yaklaşımından oldukça farklıdır.

Erikson'un kuramı bilimsel olarak sınanabilirlik açısından çok güçlü bir kuram gibi görünmese de temel teşkil ettiği ampirik araştırmalar açısından bakıldığında oldukça verimli bir kuram olduğu söylenebilir. Özellikle kimlik gelişimi, gelişim dönemleri gibi kavramları birçok çalışmaya konu olmuştur. Diğer yandan Erikson'un kuramı psikososyal gelişim dönemleri ile sınırlı olmakla eleştirilmekteyse de psikososyal gelişim dönemleri, bu dönemlerde yaşanan karmaşalar, dönemlerde kazanılan temel ego güçleri ve temel patolojiler için özenle seçilen terimler nedeniyle iç tutarlığı yüksek bir kuram olarak değerlendirilmektedir. Sözü edilen bu eleştirilere rağmen, herhangi bir üniversite derecesine sahip olmayan sanatçı kökenli bu bilim insanı, psikoloji, toplumsal faktörler, tarih, kültür ve siyaset bilimi arasındaki karşılıklı etkileşimi konu alan çalışmaları ve psikanalize farklı yaklaşımı ile uzmanların psikolojik ve toplumsal sorunlara yaklaşımını etkilemiş ve alan dışından insanların da bu konulara ilgi duymasını sağlamıştır.

3. Bölüm

DAVRANIŞÇI ve BİLİŞSEL KURAMLAR

Davranışçı ve bilişsel kişilik kuramları, kişiliği öğrenme perspektifi ile açıklayan kuramlardır. Bu kuramlardan bazıları ise öğrenilmiş bir davranış olarak kişiliğin anlaşılmasında hem davranışçı hem de bilişsel öğelere yer vermektedir. Kişiliği ve insan davranışlarını öğrenme psikolojisi ilkelerince açıklayan psikologlara göre kişilik, bireyin öğrenme tarihçesini yansıtan davranış alışkanlıklarından başka bir şey değildir. Diğer bir deyişle insan davranışlarının nedeni kişinin öğrenme tarihçesinde yatar. Öğrenme yaklaşımına göre kişiliğin, diğer davranış konularından herhangi bir farkı yoktur ve kişilik de bir davranış örüntüsü olduğu için öğrenme kavramlarıyla açıklanması mümkündür.

Kişiliğin öğrenme ilkelerince açıklanmasına dayalı kuramlar yıllar içinde yavaş ama tutarlı bir gelişim göstermiştir. Kişiliği öğrenilmiş davranış örüntüleri olarak açıklayan ilk kuramcılar davranışçılardır. Davranışçı psikoloji akımının inceleme konuları arasında dilin öğrenilmesi, tutum değişikliği, ebeveyn-çocuk ve öğretmen-öğrenci etkileşimleri, problem çözme, cinsiyet rolleri ve psikoterapi yer almaktadır. İnsan davranışlarını anlamaya yönelik bu geniş kapsamlı yaklaşım, kişiliği, yani insanların tutarlı davranış kalıpları sergileme nedenlerini açıklamaya yönelik modeller de ortaya koymuştur.

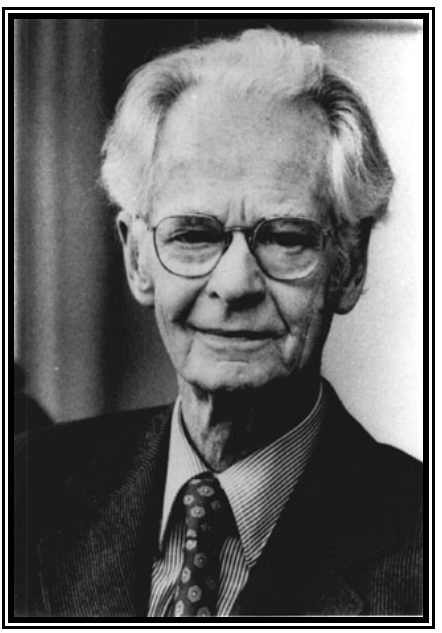
Freud'dan ve diğer kişilik kuramcılarından farklı olarak davranışçılar, kişinin içinde olup bitenlerle (biyolojik ya da bilişsel süreçlerle) ilgilenmek yerine gözlenebilir ve dolayısıyla ölçülebilir (bilimsel olarak incelenebilir) davranışların incelenmesi gerektiğini savunmuşlardır. Davranışçı kuramcılara göre insan davranışının temel belirleyicisi, içsel zihinsel süreçlerden ziyade dışsal çevredir. Ünlü Rus fizyolog Ivan Pavlov'un koşullanmayla ilgili çalışmalarından oldukça etkilenen Amerikalı psikolog John Broadus Watson, sırasıyla 1913'te ve 1925'te yayınladığı "Davranışçıların Gözüyle Psikoloji" başlıklı makalesinde ve "Davranışçılık" adlı kitabında psikolojinin saygın bir bilim dalı olabilmesi için psikologların gözlemlenip ölçülemeyen zihinsel durumları incelemekten vazgeçmesi gerektiğini ve psikolojinin ilgi alanının gözlenebilir, yordanabilir ve kontrol edilebilir açık davranışlar olması gerektiğini vurgulamıştır. Kalıtsal faktörlerin kişiliğin oluşumundaki önemini reddeden Watson ünlü bir konuşmasında eğer kendisine bir düzine sağlıklı çocuk verilir ve onları istediği gibi yetiştirebileceği, koşulları belirli bir ortam sağlanırsa; bu çocuklardan herhangi birini seçip doktor, avukat, sanatçı, tüccar ve hatta dilenci ya da hırsız olarak yetiştirebileceğini iddia etmiştir. Kişiliğin

alışkanlık sistemlerimizin bir sonucu olduğunu düşünen Watson birkaç koşullanma ilkesiyle tüm insan davranışlarının açıklanabileceğini öne sürmüştür. Watson her ne kadar davranışçı psikolojinin kurucusu olsa da insan davranışlarının çevresel güçlerce belirlendiği yönündeki fikirleri ayrıntılı bir biçimde inceleyen ve kapsamlı bir kuram haline getiren kişi Burrhus Frederick Skinner'dir. Pavlov'un, Watson'un ve bir diğer Amerikalı davranışçı olan Thorndike'ın çalışmalarından ve fikirlerinden etkilenen Skinner aslında içsel durumların ya da bilinçdışı süreçlerin varolmadığını iddia etmemiş ancak psikolojinin bilimsel bir disiplin olabilmesi için dikkatini gözlenebilir davranışlar üzerine yoğunlaştırması gerektiği fikrini benimsemiş ve çalışmalarını bu yönde sürdürmüştür.

Skinner insan davranışı konusundaki bilgilerimize çok önemli katkılar sağlamışsa da davranışçılar gittikçe kimi içsel süreçlerin ve durumların da incelenmesi gerekliliğini kabul etmeye başlamışlardır. Bu yöndeki çabalardan biri de John Dollard ve Neal E. Miller'in psikanaliz ve davranışçılık arasında bir köprü kurmaya çalıştıkları eklektik kişilik kuramıdır. Daha eklektik bir başka kuram da Albert Bandura'nın, davranışın bilişsel ve kişisel nedenleri üzerinde odaklandığı ve koşullanmadan ziyade gözlem yoluyla öğrenmeye dikkat çektiği çalışmaları sonucunda ortaya çıkmıştır. George Kelly ise kişiliğin incelenmesinde ve açıklanmasında tamamıyla bilişsel bir yaklaşımı tercih etmiştir. Kişisel yapılar isimli kuramı bilişsel kişilik araştırmacıları ve psikoterapistleri için zengin bir kaynak olmuştur. Bilişsel yaklaşım davranışçılığın aksine düşünme süreçleri üzerinde durmuş ve davranışlarımızın bizim olayları nasıl yorumladığımıza bağlı olarak belirlendiğini öne sürmüştür.

Bu bölümde sırasıyla radikal davranışçı olan Skinner'in kuramına, davranışçılık ve psikanalize ait görüşleri birleştirmeye çalışan Miller ve Dollard'ın kuramlarına daha sonra bilişsel ve davranışçı bir yaklaşıma sahip olan Bandura'nın yaklaşımına ve son olarak da Kelly'nin bilişsel kişilik kuramına yer verilmiştir.

RADİKAL DAVRANIŞÇILIK



BURRHUS FREDERICK SKINNER

Burrhus Frederick Skinner'in Yaşam Öyküsü

Burrhus Frederic Skinner Pennsylvania'nın Susquehanna kasabasında 20 Mart 1904'te doğdu. Skinner üst sosyo-ekonomik düzeyden, rahat ve mutlu bir ortama sahip bir ailede büyüdü. Ailesi Presbiteryen mezhebine bağlı olsa da Skinner lise yıllarında dini inançlarından uzaklaştı ve yaşamı boyunca bir ateist olarak kaldı.

Skinner henüz 2-3 yaşlarındayken doğan erkek kardeşinin kendisinden çok sevildiğini düşünmüştü. Ailenin ilk çocuğu olan Skinner, kardeşine oranla daha bağımsız ve anne-babasına duygusal açıdan daha az bağlıydı. Ancak Skinner üniversitede ilk yılındayken kardeşinin ölmesi üzerine anne-babası onun üzerine daha fazla düştüler ve ondan ailenin çocuğu rolünü üstlenmesini beklediler. Bu yüzden de Skinner'in kendilerine ekonomik olarak bağlı kalmasını da sağladılar.

Skinner çocukluğunda müzik ve edebiyatla ilgiliydi ve küçüklüğünden itibaren ünlü bir yazar olmayı istemişti. Bir hukukçu olan babası oğlunun kendi mesleğini seçmesini çok istemiş hatta Skinner'in doğduğu gün yerel gazeteye Skinner ve Oğlu isminde yeni bir hukuk şirketi kurulduğu şeklinde bir ilan vermişti ancak Skinner İngilizce okumak üzere Hamilton Koleji'ne girdi. Okulu bitirdikten sonra çalışma hayatına atılmayarak bir yıl süreyle evde edebi yazma konusundaki yaratıcılığını ortaya koymaya çalıştı. Bu süre sonunda kendi üretkenliğinden tatmin olmayan Skinner biraz da hayal kırıklığıyla birlikte yeni bir kariyer hedefi belirledi. İnsan davranışları konusundaki ilgisi onu psikoloji alanına yöneltti. Lisans düzeyinde hiçbir psikoloji dersi almamış olmasına rağmen Harvard'da psikoloji alanında yüksek lisans programına kabul edilen Skinner, bu eğitim sırasında Pavlov ve Watson'ın çalışmalarından çok etkilendi, davranışçı bir yönelim edindi ve yaşamı boyunca da bu yönelimini hiç yitirmeyerek radikal davranışçılığın en önemli temsilcisi olmayı sürdürdü. Doktora derecesini 1931'de alan Skinner, uzun yıllar laboratuar çalışmaları yürüttükten ve bir dönem Minnesota ve Indiana Üniversitelerinde dersler verdikten sonra meslek yaşamının tamamını sürdüreceği Harvard Üniversitesi'ne geri döndü. Minnesota Üniversitesi'nde çalıştığı yıllarda (1938) "Organizmaların Davranışı" (The Behavior of Organisms) isimli ilk kitabını yayınladı. Yayınlandıktan sonraki sekiz yıl boyunca yalnızca 500 adet satabilen ve genellikle olumsuz eleştiriler alan bu kitap 50 yıl sonra modern psikolojiyi etkileyen en önemli eserlerden biri olarak kabul edilmeye başlandı. Bir sonraki kitabı olan "Bilim ve İnsan Davranışı" (1953) (Science and Human Behavior) ise Skinner'in davranışçı psikoloji akımının temel ders kitabı haline geldi. Araştırma bulgularının toplum sorunlarının çözümünde ve eğitimde kullanılması yönünde güçlü bir eğilim duyan Skinner'in

edebiyata olan ilgisi de yaşamı boyunca sürdü. 1945 yazında davranışçı psikoloji ilkeleri üzerine oluşturulmuş bir toplumun anlatıldığı "Walden Two" isimli ütopik romanını yayınladı. 1964 yılında öğretim üyeliğinden emekli olduktan sonra 10 yıl boyunca üniversitede kalarak araştırmalarını sürdürdü. 1974'ten sonra da onursal profesör olarak çalışmalarını yürüten Skinner 18 Ağustos 1990 yılında lösemiden ölene dek radikal davranışçılığın savunuculuğunu yürüttü. Ölmeden sekiz gün önce bilişsel psikolojin gelişimini eleştiren bir bildiri yayınladı, öldüğü akşam ise "Psikoloji bir zihin bilimi olabilir mi?" isimli makalesi üzerinde çalışıyordu ki bu makale de radikal davranışçılığın egemenliğine son veren bilişsel hareketi eleştiren bir çalışmaydı.

Radikal Davranışçılık: Temel Kavramlar ve İlkeler

Kendi davranışçılık anlayışını Radikal Davranışçılık olarak adlandıran Skinner aynı zamanda bir determinist ve çevrecidir. Determinist olarak özgür irade kavramına karşı çıkmış ve insan davranışlarının gözlenebilir her olgu gibi birtakım yasalarca belirlendiğini ve bilimsel olarak incelenebileceğini öne sürmüştür. Çevreci olarak da psikolojinin, davranışları organizmanın fizyolojik ya da yapısal bileşenleriyle değil, çevresel uyarıcılar temelinde açıklaması gerektiğini belirtmiştir.

İnsanın Doğası

Skinner'a göre insanoğlunun amaçlılık, hedef oluşturma ya da irade gibi bir kapasitesi yoktur. İnsanın tüm davranışları daha önceki koşullanmalara bağlı olarak oluşmaktadır. Su içmemizin ya da terlememize neden olan ceketimizi çıkarmamızın nedeni, bunu yapmayı planlamış olmamız değil daha önce bunları yaptığımızda pekiştirilmiş olmamızdır. Skinner insanların kendi yaşamları üzerinde özgür seçimler yapabildikleri yanılsamasına sahip olduklarını belirtmektedir. İnsanlar, özellikle olumlu özelliklerinin ve davranışlarının kendi seçimleri ve bu seçimlerin sonuçları olduğuna inanma eğilimindedir. 'Özgürlük ve Saygınlığın Ötesinde' (Beyond Freedom and Dignity) isimli kitabında detaylı olarak ortaya koyduğu bu determinist anlayış, insan davranışlarının çevre tarafından belirlendiğini öne sürmektedir (Skinner, 1971). Kişi koşullanma geçmişine bağlı olarak bazı özellikleri kazanmıştır ve bu davranışları sergilemektedir.

Bilimsel psikolojinin görevinin, davranışları yordamak ve kontrol etmek olduğunu öne süren Skinner, bu amacı davranışlarımızı içsel birtakım nedenlere bağlayarak gerçekleştiremeyeceğimizi belirtmiştir. Davranışları içsel nedenlere bağlayan yaklaşımları sert bir biçimde eleştiren Skinner bu kuram-

ları, yerçekimi kanununu insanın yere düşerken kendini yuvasına yaklaştığı için mutlu hissettiği ve bu yüzden hızlandığı şeklinde açıklayan antik fizikçilere benzetmektedir (Ewen, 1998). Skinner davranışın içsel nedenleri olarak öne sürülen şeylerin hiçbir faydası olmayan gereksiz kavramlar olduğunu düşünmektedir. Bir insanın aç olduğu için yemek yediğini, öfkeli olduğu için saldırdığını ya da narsis olduğu için aynaya baktığını söylemenin bir anlamı yoktur. Çünkü organizmanın neden aç, neden öfkeli ya da narsis olduğunu anlamak zorunluluğu vadır. Bu nedenle Skinner psikolojinin, kişilik kuramlarını da içine alan bilimdışı kavramları reddetmedikçe ve davranışı dışsal faktörlerin bir fonksiyonu olarak ele almadıkça karanlık çağından kurtulamayacağını öne sürmüştür.

Kişiliğin Yapısı

Radikal davranışçı yaklaşımı nedeniyle Skinner soyut yapısal kavramlar kullanmayı reddetmektedir. Skinner'a göre kişilikte görece durağan ve sürekli olan şey pekiştirildiği için sıklaşmış olan davranışlar yani alışkanlıklardır. Skinner bu nedenle kişiliğin yapısı konusunda spekülasyonlar öne sürmek yerine bu davranışların nasıl kazanıldığı üzerinde durmayı tercih etmiştir.

Kişiliğin Gelişimi

Kişiliğin bireyin koşullanma geçmişini yansıtan davranış alışkanlıkları olduğuna inanan öğrenme kuramcılarının öncüsü olan Skinner'a göre insan davranışlarının nedeni ve kişiliğin gelişimi kişinin öğrenme tarihçesinde yatar. Skinner insan davranışlarının doğurduğu sonuçlara bağlı olarak koşullandığını öne sürmekte ve bu durumu edimsel koşullanma olarak adlandırmaktadır.

Koşullanma Yoluyla Öğrenme

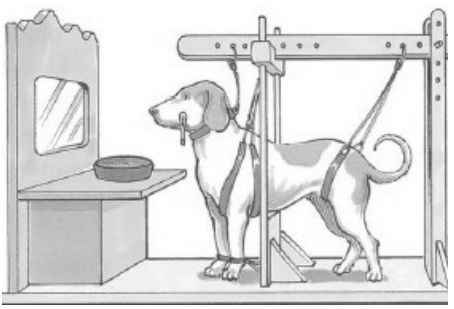
Davranışçılar, insan davranışlarının nedenlerini, öğrenme yaşantıları ve koşullanma ile açıklamakta ve kişiliği şekillendiren süreçlerin anlaşılabilmesi için temel koşullanma ilkelerinin incelenmesi gerektiğini savunmaktadırlar. Skinner (1953), tepkisel ve edimsel olmak üzere iki tür koşullanma olduğunu belirtmiştir. Bu iki farklı koşullanma biçimini anlayabilmek için yine Skinner tarafından tanımlanan iki farklı davranışın; tepkisel ve edimsel davranışların, birbirinden ayırt edilmesi gerekmektedir.

Skinner'e göre, tepkisel ve edimsel olmak üzere iki çeşit davranış vardır. Tepkisel davranışa neden olan uyarıcı her zaman bilinirken, edimsel davra-

nışa neden olan uyarıcı çok belirgin değildir. **Tepkisel davranış** bilinen bir uyarıcıya karşı tepki olarak ortaya çıkan davranıştır. Örneğin; et uyarıcısının salya meydana getirmesi. Tüm refleksler tepkisel davranışa bir örnektir. Karanlıkta göz bebeğinin büyümesi bir tepkisel davranıştır. **Edimsel davranış** ise bilinen bir uyarıcı tarafından oluşturulmaz; organizma tarafından ortaya konur ve ardından ortaya çıkan sonuçlar tarafından kontrol edilir.

Skinner, Pavlov'un ortaya koyduğu ve Watson tarafından da benimsenen klasik koşullanmayı kabul etmekte ve bu tür koşullanmaya tepkisel koşullanma adını vermektedir.

Tepkisel (Klasik) Koşullanma



Klasik koşullanma yoluyla öğrenme ilk kez Rus bilim adamı Ivan Pavlov tarafından ortaya konulmuştur (Schultz ve Schultz, 2002). Pavlov tarafından gerçekleştirilen ilk koşullanma deneyinde bir köpeğe düzenli olarak, yiyecek verilmeden hemen önce zil sesi verilmiş ve bu işlem pek çok kere tekrarlandıktan sonra, yiyecek verilmediği durumlarda da zil sesini duyduğu zaman, köpeğin salya salgıladığı görülmüştür. Diğer bir deyişle köpek zil sesine salya salgılamayı öğrenmiştir.

Tepkisel koşullanmada başlangıçta **nötr** olan bir **uyarıcı** (zil sesi) organizma için doğal olan ve tepkiyi otomatik olarak meydana getiren **koşulsuz uyarıcı**yla (et) eşleştirilir ve bu nötr uyarıcı tek başına organizmada koşulsuz uyarıcıya gösterilen tepkiyi ortaya çıkarıncaya kadar bu işlem tekrar edilir. Pavlov'un deneyi açısından adlandırmak gerekirse bu deneyde et, koşulsuz uyarıcıdır. Etin meydana getirdiği salya tepkisi ise koşulsuz yani doğal tepkidir. **Koşulsuz tepki**, koşulsuz uyarıcının organizmada meydana getirdiği doğal ve otomatik tepkidir. Zil sesi, henüz et ile ilişkilendirilmeden önce, köpek için **nötr bir uyarıcıdır**. Ancak, zil sesi, bir süre et ile birlikte verilip ete gösterilen tepkiyi tek başına oluşturabilir hale geldikten sonra, zil sesi koşullu uyarıcı haline gelir. Başlangıçta nötr bir uyarıcı iken, koşulsuz uyarıcı ile birlikte verilerek koşulsuz uyarıcının organizmada ortaya çıkardığı tepkiyi tek başına da meydana getirebilen uyarıcıya **koşullu uyarıcı** denir. Pavlov'un deneyinde köpeğe tek başına zil sesi verildiğinde meydana gelen salya salgılama tepkisi **koşullu tepkidir**.

Koşullanmanın olması için, öncelikle et-salya örneğinde olduğu gibi, doğal bir uyarıcı-tepki bağının bulunması gerekir. Tepkisel bir davranışa neden olan doğal bir uyarıcı ve bu uyarıcıya karşı verilen bir tepkisel davranış bağı söz konusu olduğunda organizma için nötr olan bir uyarıcı, koşulsuz uyarıcıdan önce verilerek iki uyarıcının eşleştirilmesi sağlanır. Pavlov'un deneyinde köpek, zil sesi ile eti eşleştirmektedir. Nötr uyarıcı ile koşulsuz uyarıcı bağı yeterince tekrarlandığında başlangıçta kendisini ortaya çıkaran doğal uyarıcıya verilen tepkisel davranış artık bu uyarıcı ile eşleşen nötr uyarıcıya da verilmeye başlanır.

İnsanlar üzerinde yapılan benzer bir tepkisel koşullanma deneyi Watson ve Rayner (1920) tarafından Albert isimli 11 aylık bir bebekte beyaz farelere karşı korku yaratmak için gerçekleştirilmiştir. Bu koşullanmada Watson küçük çocukların hemen hepsinde bulunan gürültü ve korku arasındaki uyarıcı tepki bağıyla işe başlamıştır. Fare, tavşan ve köpek gibi hayvanlara karşı herhangi bir korku tepkisi vermeyen Albert, laboratuarda beyaz deney faresine dokunurken ortama yüksek şiddette bir ses verilmiş ve Albert'in korku tepkileri sergilediği görülmüştür. Albert'in, fareye bir sonraki dokunuşunda ortama verilen yüksek ses yinelenmiş ve Albert'in yine korku tepkileri verdiği ve ağladığı görülmüştür. Toplam yedi denemeden sonra Albert, yüksek ses olmasa da beyaz fareyi gördüğünde korkmaya ve ağlamaya başlamıştır. Bu koşullanma gerçekleştikten beş gün sonra araştırmacılar bu kez Albert'e beyaz fareye benzeyen tüylü ve beyaz başka nesneler (tavşan, beyaz kürk, noel baba maskesi gibi) göstermişler ve onun bu nesnelerin görüntüsü karşısında da korktuğunu ve ağladığını gözlemişlerdir. Ancak Albert'e fareye benzemeyen başka uyarıcılar (tahtadan yapılmış küpler) sunulduğunda herhangi bir korku tepkisi göstermediği görülmüştür. Annesi Albert'i çalışmanın yürütüldüğü hastaneden alıp gittiği ve bir daha kendisinden hiçbir şekilde haber alınamadığı için bu deney tam anlamıyla tamamlanamamıştır. Koşullanma yoluyla oluşan bu korkunun benzer biçimde ortadan kaldırılması hedeflenmişse de Albert'e ulaşmak mümkün olmadığı için araştırmacılar bu hedeflerini gerçekleştirememiş ve Albert'te kalıcı bir rahatsızlığın oluşmamasını sağlayamadıkları için de ciddi bir biçimde eleştirilmişlerdir. Ancak çocuklardaki korkuların yine klasik koşullanma ilkelerinden yararlanılarak ortadan kaldırılabileceğini gösteren başka çalışmalar gerçekleştirilmiştir. Albert üzerinde gerçekleştirilen deney dört temel noktayı göstermesi açısından oldukça önemlidir (Feist ve Feist, 2006). Birincisi, küçük çocuklarda hayvanlara karşı doğuştan getirilmiş çok fazla korku yoktur. İkincisi, çocukların korkmadıkları bir hayvan eğer itici bir uyarıcı ile birlikte sunulursa çocuklar bu hayvandan korkmaya başlayabilir. Yani çocuklarda koşullanma yoluyla korkular oluşturulabilir. Üçüncüsü çocuklar tüylü beyaz bir hayvan karşısında göstermeye başladıkları korku tepkisini benzer diğer uyarıcılara da genelleyebilir. **Genel-**

leme organizmanın, bir uyarıcı karşısında gösterdiği koşullu tepkiyi benzer diğer uyarıcılara da göstermesidir. Dördüncü nokta ise çocukların beyaz tüylü fare ve tahta blokları birbirinden ayırt edebilmesi, diğer bir deyişle farklı uyarıcılara farklı tepkiler vermesidir. Organizma benzer uyarıcılara benzer tepkiler gösterebildiği gibi uyarıcılar arasındaki farkı da ayırt edebilmektedir. Bu duruma uyarıcıyı **ayırt etme** denir.

Klasik koşullanma yoluyla kazanılan davranışlar koşullu uyarıcı-koşulsuz uyarıcı bitişikliği ortadan kaldırıldığı zaman giderek azalır ve kaybolur. Bu duruma **sönme** adı verilir. Sönme gerçekleştikten sonra koşullu uyarıcı tek başına verildiğinde geçici olarak koşullu tepkinin meydana geldiği görülür. Bu duruma ise **kendiliğinden geri gelme** adı verilir. Ancak geri gelen koşullu tepki daha az ve kısa sürelidir. Koşullu uyarıcı-koşulsuz uyarıcı bitişikliği yinelenmedikçe kalıcı olmaz.

Bu ve benzeri çalışmalarda elde ettikleri bulgulara dayanarak davranışçılar anlamsız görülen çoğu korkumuzun benzer bir koşullanma sürecinde ortaya çıkmış olabileceğini öne sürerler. Ancak bu açıklama daha önce sözü edilen sönme kavramı ile çelişkili gibi görünmektedir. Klasik koşullanmayla oluşan uyarıcı-tepki bağları, koşullu uyarıcı-koşulsuz uyarıcı eşleşmesi ortadan kalktığında giderek azalarak kaybolduğuna göre bu korkuların da zamanla ortadan kalkması beklenir. Koşullanma yoluyla oluşmuş olması olası fobilerimizin neden zamanla kaybolmadıklarını ise yine koşullanma ilkeleri ile ancak bu kez edimsel koşullanma ilkeleri ile açıklayabiliriz.

Edimsel Koşullanma

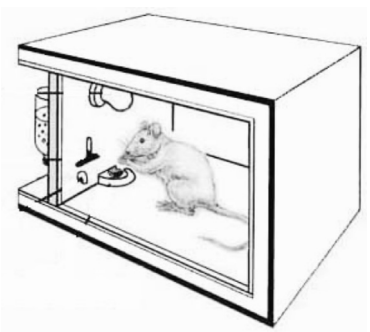
Daha önce de belirtildiği gibi Skinner (1953) davranışları **tepkisel** ve **edimsel** olmak üzere ikiye ayırmıştır. Tepkisel davranış bilinen bir uyarıcıya karşı tepki olarak ortaya çıkan davranış iken, **edimsel davranış** organizma tarafından ortaya konan ve tekrarlanma olasılığı doğurduğu sonuçlar tarafından kontrol edilen davranışlardır. Skinner'a göre davranışın ardından ortaya çıkan sonuç, davranışın devam etmesine ya da azalmasına neden olur. Buradan da anlaşılacağı gibi edimsel koşullanma, davranışın tekrarlanma sıklığını etkileyen sonuçlarla ilgilidir.

Organizmanın yaptığı bir davranışın sonucu hoş ya da nahoş olabilir. Örneğin yeni aldığınız bir kazağı giydiğinizde arkadaşlarınız kazağınızın çok güzel olduğunu ve size çok yakıştığını söylerse, o kazağı tekrar giyme olasılığınız artar. Davranışın sonucunda organizmanın hoşuna gitmeyen bir durum da ortaya çıkabilir. Yeni aldığınız kazağı giydiğiniz gün bir arkadaşınız size yakışmadığını söylerse, o kazağı tekrar giyme olasılığınız azalır. Skinner'e

göre bir davranışın sonucunda, kişi için hoşa giden bir sonuç ortaya çıkıyorsa o davranışın tekrarlanma olasılığı artar. Davranışın ardından ortaya çıkan sonuç nahoş olduğunda ise davranışın tekrar etme olasılığı azalır. Skinner bu şekilde, davranışın ardından ortaya çıkan sonuca bağlı olarak oluşan koşullamaya **edimsel koşullama** adını vermiştir.

Her ne kadar Skinner'in ilgisi insan davranışlarını yordamak ve kontrol etmek olsa da araştırmalarını hayvanlar (fareler ve güvercinler) üzerinde yürütmüştür. Edimsel koşullanma ile ilgili çalışmalarını, kendi icadı olan ve başkaları tarafından Skinner kutusu olarak adlandırılan ancak kendisinin edimsel kutu demeyi tercih ettiği özel bir deney aracı ile gerçekleştirmiştir. Bu kutunun farklı versiyonları olmakla birlikte hepsinin ortak özelliği ses geçirmez bir ortamda içine konulan hayvanın belli davranışlarını pekiştirmeyi ve cezalandırmayı sağlayan bir düzeneğe sahip olmalarıdır. Diğer ayrıntılar deneyin amacına ve deneyde kullanılan hayvanın türüne göre değişebilmektedir.

Pekiştirme ve Pekiştireç: Edimsel koşullanmada, bir davranışın ardından, davranışı yapan organizma için hoş bir durum yaratarak davranışın tekrarlanma olasılığını artırma işlemine pekiştirme adı verilir. Bu amaçla kullanılan uyarıcılara ise pekiştireç denir. Pekiştirmenin olumlu ve olumsuz olmak üzere iki türü vardır. Bir davranışın ardından, organizmanın hoşuna gidecek bir uyarıcı doğrudan ortama giriyorsa, buna olumlu pekiştirme denir. Diğer bir deyişle; bir davranışın ardından ortamda bulunmayan bir uyarıcının ortama dahil edilmesi ve bu uyarıcının ortama dahil edilmesinin davranışı yapan kişi için hoş bir durum yaratarak o davranışın ortaya çıkma olasılığını artırmasına **olumlu pekiştirme**, ortama sonradan dahil edilen ve ortama dahil oluşuyla davranışı yapan kişinin hoş bir durum yaşamasını ve davranışın ortaya çıkma olasılığının artmasını sağlayan uyarıcıya ise **olumlu pekiştireç** denir (Skinner, 1953, 1976).



Edimsel kutuya konulan farenin kutu içindeki bir pedala basmasının ardından yiyecekle ödüllendirilmesi zamanla farenin pedala basma davranışının sıklığını artırmaktadır. Benzer şekilde istendik davranışlar sergileyen bir çocuğa yaşına göre, aferin denmesi, başının okşanması, ya da gülümsenerek onaylanması birer olumlu pekiştirmedir.

Ancak davranışın ardından hoş durum yaratmanın tek yolu bireye sahip olmadığı ve hoşlandığı bir şeyi vermek

değildir. Kişi hoş olmayan bir durumdan kurtarılarak da davranış pekiştirilebilir. Bu tür pekiştirmeye; yani bir davranışın ardından ortamda bulunan ve davranışı yapan kişiyi rahatsız eden bir uyarıcının ortamdan çıkarılması ve bu uyarıcının ortamdan çıkarılmasının davranışı yapan kişi için hoş bir durum yaratarak o davranışın ortaya çıkma olasılığını artırmasına **olumsuz pekiştirme**; ortamdan çıkarılan ve ortamdan çıkışıyla davranışı yapan kişinin hoş bir durum yaşamasına ve davranışın ortaya çıkma olasılığının artmasına yol açan uyarıcıya ise **olumsuz pekiştireç** denir (Skinner, 1953, 1976). Edimsel kutuya konulan farenin, kutu içindeki pedala bastığında kendisine verilen elektrik şokunun kesilmesi onun şok verildiğinde pedala basma davranışını sergilemesine yol açmıştır. Benzer bir biçimde bir çocuk anne-babasının kavgalarından rahatsız olduğu için dışarıda daha çok vakit geçiriyorsa, anne-babası arasındaki tartışmalar bu çocuğun dışarıda vakit geçirme davranışını artıran bir olumsuz pekiştireçtir. Çünkü bu şekilde çocuk kendisini rahatsız eden ve canını sıkan sorunlardan kurtulmakta ve rahat etmektedir.

Olumsuz pekiştirmenin, tepkisel koşullanma yoluyla yerleşen koşullu korku tepkilerinin koşullu uyarıcı-koşulsuz uyarıcı eşleşmesi ortadan kalktığı halde zamanla sönmemesinde önemli bir payı vardır. Daha önce de belirtildiği gibi tepkisel koşullanmayla oluşan uyarıcı-tepki bağları, koşullu uyarıcı-koşulsuz uyarıcı eşleşmesi ortadan kalktığında giderek azalarak kaybolduğu halde tepkisel koşullanma yoluyla oluşan korkuların, fobilerin neden zamanla kaybolmadıkları edimsel koşullanma ilkeleri ile açıklanabilmektedir. Burada devreye olumsuz pekiştirme mekanizması girmektedir. Kişi kendisi için koşullu korku uyaranı haline gelmiş nesne ya da durumdan kaçınarak (kaçınma koşullanması) bu nesne ya da durum karşısında yaşadığı olumsuz duygulardan (korku, kaygı) kurtulmakta, bu da kaçma davranışını pekiştirirken korku tepkisinin sönmemesine neden olmaktadır.

İster olumlu ister olumsuz pekiştirme olsun, pekiştirmenin iki türü de kişinin hoşuna giden bir etki yarattığı için davranışın tekrar ortaya çıkma olasılığını artırır. Pekiştireçler yoluyla kişi yalnızca istendik davranışlar değil istenmeyen davranışlar da edinebilmektedir. Diğer taraftan pekiştirme işleminin her zaman bilinçli ve kasıtlı bir biçimde yapıldığını ya da her zaman yetişkinler tarafından yapıldığını da düşünmemek gerekir. Bu nedenle pekiştireçlerin davranışlar ve kişilik üzerindeki etkisi incelenirken çok yönlü inceleme gerekmektedir.

Daha önce de değinildiği gibi, davranışın ardından ortama dahil edilmesiyle ya da ortamdan çıkarılmasıyla kişi üzerinde hoş bir etki yaratan ve davranışın (edimin) ortaya çıkma olasılığını artıran uyarıcılara pekiştireç

denir. Pekiştireçler organizma üzerinde yarattıkları etkinin kaynağına göre **birincil pekiştireçler** ve **ikincil pekiştireçler** olmak üzere ikiye ayrılır (Skinner, 1953). Birincil pekiştireçler organizmayı biyolojik olarak etkileyen pekiştireçlerdir. **Birincil olumlu pekiştireçler,** temel biyolojik ihtiyaçları tatmin ederek bireyi doğal olarak pekiştirirler: yiyecek, içecek vb. **Birincil olumsuz pekiştireçler** ise bireyi biyolojik olarak rahatsız eden ya da yaşamını tehdit eden doğal uyarıcılardır: aşırı sıcak, aşırı soğuk, fiziksel acı vb.

İkincil pekiştireçler, başlangıçta organizmayı tatmin etme ya da rahatsız etme gücüne sahip olmayan (nötr) ancak birincil pekiştireçlerle ilişkilendirilmeleri sonucunda pekiştireç özelliği kazanan uyarıcılardır. Para, statü vb. uyarıcılar **ikincil olumlu pekiştireçler**e, gerçek bir tehdidin olmadığı ancak stres ve kaygıya neden olan durumlar ise **ikincil olumsuz pekiştireçler**e örnek verilebilir.

Ceza: Davranışın ardından ortaya çıkan hoş durumlar nasıl davranışın tekrarlanma olasılığını artırıyorsa tersi de davranışın azalmasına yol açmaktadır. Bir davranışın ardından kişi için hoş olmayan bir durum yaratarak davranışın ortaya çıkma olasılığını azaltma işlemine **ceza** adı verilir (Skinner, 1953). Ceza da pekiştireç gibi iki türlüdür. **Birinci tip cezada** davranışın ardından kişinin hoşuna gitmeyecek itici bir uyarıcı doğrudan doğruya ortama sunulur. Çocuğun yaptığı bir davranış nedeniyle azarlanması ya da dövülmesi birinci tip cezaya örnektir. **İkinci tip cezada** ise ortamda bulunan ve kişinin hoşuna giden bir uyarıcı ortamdan çekilerek, kişi için hoş olmayan bir durum yaratılır. Yaptığı olumsuz bir davranış nedeniyle çocuktan sevgiyi esirgemek, ya da oyuncaklarını elinden almak ikinci tip cezaya örnektir.

Olumsuz pekiştirme ile ceza birbirine karıştırılmamalıdır. Olumsuz pekiştirmede kişi itici uyarıcıdan kurtulmakta cezada ise itici bir uyarıcıya maruz kalmakta ya da hoşuna giden bir uyarıcıdan mahrum kalmaktadır. Bu nedenle de olumsuz pekiştirme, davranışın tekrar edilme olasılığını artırırken, ceza, davranışı azaltır ya da durdurur.

Cezanın Etkileri: İnsan ve hayvan davranışının kontrol edilmesinde pekiştirmenin cezadan daha etkili olduğunu gösteren birçok araştırma bulgusu mevcuttur. Ceza davranışı kısa zamanda durdurduğu ve uygulaması pekiştirmeye nispeten daha kolay olduğu için yetişkinler tarafından sıkça kullanılmaktadır.

Ceza, istenmeyen davranışların bastırılmasında etkili olabilir. Ancak davranış değişikliğine neden olarak istenmeyen bir davranışı istendik yönde değiştirmez (Skinner, 1953). Çünkü ceza kişiye yalnızca ne yapmaması ge-

rektiği konusunda bir mesaj vermekte, ne yapması ya da nasıl yapması gerektiğini belirtmemektedir. Daha önce de belirtildiği gibi ceza yalnızca davranışı bastırmaktadır. Örneğin kardeşini rahatsız eden bir çocuğun bu davranışı cezalandırıldığında çocuğun kardeşine olan tavrı olumlu yönde değişmiş olmayacak sadece anne-babasının varlığında (ceza alma ihtimali sürdüğü sürece) bu davranışını sergilemeyecektir. Diğer yandan cezalandırılan çocuk cezalandırılma sonucunda oluşan olumsuz duygularını cezayı veren kişiye ya da cezalandırıldığı ortama ya da bu ortamla ilgili nesne ve durumlara da genelleyebilir. Anne-babası tarafından dövülen bir çocuk yaşadığı acıyla anne-babasını, evini özdeşleştirebilir. Bu şekilde çocuk anne-babasından kaçınarak uzakta kalmayı tercih edecektir. Çünkü bu şekilde yaşamaktan korktuğu cezalandırılma durumundan kaçınmaktadır. Diğer bir ifadeyle çocuğun anne-babasından uzaklaşma davranışı, olumsuz pekiştirme yoluyla pekişmektedir.

Cezanın diğer bir olumsuz yanı da saldırgan davranışlara neden olmasıdır. Çocuklar, model alma yoluyla, hatalı davranışlar sergileyen kimselere karşı fiziksel saldırganlık göstermenin kabul edilebilir olduğunu öğrenebilmektedir. Bu nedenlerle cezanın etkili bir biçimde uygulanabilmesi için bazı ilkeler dikkate alınmalıdır. Her şeyden önce ceza, davranışın hemen ardından ve istenmeyen davranışın her ortaya çıkışında tutarlı bir biçimde uygulanmalıdır. Bununla birlikte cezalandırılan istenmeyen davranışın yanı sıra, yapılması istenen davranışın ne olduğu da açık seçik belirtilmeli ve istenen bu davranış her ortaya çıktığında pekiştirilmelidir. Aksi takdirde daha önce de belirtildiği gibi yalnızca istenmeyen davranış baskı altına alınmış olur, davranış istendik yönde değiştirilemez.

Biçimlendirme (Şekillendirme): Birçok edimsel koşullanma durumunda öğrenilmesi beklenen davranış dış çevrenin biçimlendirmesi olmaksızın, organizma tarafından kendiliğinden ortaya konulamayacak kadar karmaşık olabilmektedir. Biçimlendirme; çevrenin ya da deneyi yapan kişinin organizmanın tepkilerini kademeli yaklaşım yoluyla farklılaştırdığı bir işlemdir (Skinner, 1953). Edimsel koşullama sürecinin kendiliğinden gerçekleşemeyeceği ya da çok uzun zaman alacağı durumlarda, ortaya çıkması istenen davranış bireye öğretilir. Bu amaçla başlangıçta bireyin sergilediği davranışlardan, istenilen davranışa en yakın olan davranış pekiştirilir. Bu davranışın sergilenme sıklığı artırıldıktan sonra bireyin pekiştireç alabilmesi için hedef davranışa daha yakın bir davranış sergilemesi gerekir. Her aşamada pekiştireç almak için sergilenmesi gereken davranışın hedef davranışa daha da yaklaşması sağlanarak davranış biçimlendirilir ve sonunda istenen davranışın ortaya çıkması sağlanır.

Pekiştirme Tarifeleri: Edimsel koşullanma ile öğrenmede davranışın ardından hoş bir uyarıcının verilmesi ya da itici bir uyarıcının ortamdan çekilmesi davranışın tekrarlanma sıklığını artırmaktadır ancak pekiştirmelerin gerçekleşme zamanı ve sıklığı, diğer bir ifadeyle pekiştirme tarifesi, öğrenmeyi etkileyen önemli bir faktördür (Ferster ve Skinner, 1957). Pekiştirmeler gerçekleştirilen her davranışın ardından sürekli ya da kesintili bir biçimde gerçekleştirilebilir. Yapılan her davranışın pekiştirilmesine sürekli pekiştirme denir. Sürekli pekiştirme yeni davranışların kazandırılmasında etkilidir. Ancak pekiştiren kişi açısından her doğru davranışın sürekli pekiştirilmesi pek mümkün değildir. Diğer taraftan pekiştireç çok sık verildiğinde pekiştirici değerini yitirip pekiştireç olma özelliğini kaybedebilir. Özellikle de kazandırılan bir davranışın kalıcı olması için pekiştirmenin belli bir süre kesintili şekilde gerçekleştirilmesi gerekir. Bu nedenle pekiştirmeler çoğunlukla kesintili bir biçimde gerçekleştirilir. Bu uygulamaya kesintili ya da aralıklı pekiştirme adı verilir. Sürekli pekiştirmeye göre kesintili pekiştirme yoluyla öğretilen bir davranış sönmeye karşı çok daha dirençli olmaktadır. Kesintili (aralıklı) pekiştirme de kendi içinde zaman aralıklı ve oran aralıklı olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Zaman aralıklı pekiştirme tarifesinde pekiştirmeler arasındaki zaman, oran aralıklı pekiştirme tarifesinde ise pekiştirmeler arasındaki tepki sayısı önemlidir. Zaman aralıklı ve oran aralıklı pekiştirme tarifeleri de kendi içlerinde sabit ve değişken olmak üzere ikiye ayrılmakta ve bu şekilde sabit zaman aralıklı, değişken zaman aralıklı, sabit oran aralıklı ve değişken oran aralıklı olmak üzere dört farklı kesintili pekiştirme tarifesi ortaya çıkmaktadır:

Sabit zaman aralıklı pekiştirmede, belli bir zaman dilimi içindeki davranışlar pekiştirilir, bu süre içinde davranışın kaç kez sergilendiği önemli değildir. Davranış sergilenmeye devam ettiği sürece önemli olan pekiştirme için belirlenmiş olan zamanın dolmasıdır. Zamanı geldiğinde pekiştirme gerçekleştirilir. Aylık ya da haftalık yapılan ücret ödemeleri ya da belli aralıklarla yapılan sınavlar bu pekiştirme tarifesine örnek olarak gösterilebilir. Pekiştirmenin ne zaman gerçekleşeceği bilindiği için çoğunlukla pekiştirme zamanı yaklaştığında davranışın görülme sıklığında bir artma ve pekiştirmenin hemen ardından da dikkate değer bir azalma görülür.

Değişken zaman aralıklı pekiştirmede ise pekiştirmenin gerçekleşmesi için geçmesi gereken süre miktarı değişkendir. Pekiştirmeler beklenmedik zamanlarda gerçekleştiği için sürpriz niteliği taşır ve birey pekiştirmenin ne zaman gerçekleşeceğini bilmediği için davranışını sergilemeyi uzun süre sürdürür. Beklenmedik zamanlarda yapılan sınavlar ve trafik kontrolleri ya da kişinin balık tutarken sürekli olarak tetikte olması değişken zaman aralıklı pekiştirmeye örnek olarak verilebilir.

Sabit oran aralıklı pekiştirmede pekiştirmeler davranış sayısına bağlıdır ve kaç davranıştan sonra pekiştireç verileceği bellidir. Diğer bir ifadeyle birey pekiştireç almak için davranışı kaç kez sergilemesi gerektiğini bilmektedir. İşçilere ürettikleri belli sayıda parça başına ücret verilmesi ya da bir satış temsilcisine yaptığı belli sayıda satış karşılığında prim verilmesi bu tür pekiştirmeye örnek gösterilebilir. Bu tarifede birey yaptığı doğru davranış sayısını artırarak istediği kadar pekiştireç alabilir.

Değişken oran aralıklı pekiştirmede de pekiştirmeler davranış sayısına bağlıdır ancak kaç davranışa pekiştireç verileceği belirli değildir. Pekiştirmenin gerçekleşmesi için sergilenmesi gereken davranış sayısı her seferinde değişebilmektedir. Bir annenin çocuğuna odasını toplama davranışı kazandırmaya çalışırken; onu ödüllendirmek için kimi zaman iki kez odasını toplamasını uygun görürken kimi zaman ödüllendirmek için üç kez odasını toplamasını beklemesi ya da kumarhanelerdeki oyun makineleri bu tür pekiştirme tarifine örnek verilebilir.

Sönme: Edimsel koşullanma yoluyla kazanılmış olan bir davranışın ardından pekiştirme gerçekleşmediğinde bir süre sonra davranışın ortaya çıkma sıklığı azalır ve davranış ortadan kaybolur (Skinner, 1953). Ancak pekiştirme yapılmamaya başlandıktan hemen sonra davranışta geçici bir artma görülebilmekte, pekiştirme gerçekleşmemeye devam ettiğinde ise azalma ve sönme gerçekleşmektedir. Daha önce de değinildiği gibi bir davranışın sönmeye karşı ne derece dirençli olacağı o davranışın nasıl pekiştirildiğine bağlıdır. Sürekli pekiştirme yoluyla edinilen davranışlar daha kolay sönerken aralıklı pekiştirme tarifesi ile edinilen davranışlar sönmeye karşı daha dirençli olma eğilimindedir. Diğer taraftan sönme gerçekleştikten sonra herhangi bir pekiştirme yapılmamasına rağmen sönmüş olan davranışın kendiliğinden tekrar ortaya çıkması da mümkündür, bu duruma **kendiliğinden geri gelme** adı verilir (Ferster ve Skinner, 1957).

Genelleme ve Ayırt Etme

Genelleme: İnsanoğlu genelleme sayesinde her yeni durumda yeni bir tepki vermeyi öğrenmek zorunluluğundan kurtulmaktadır. Tepkisel koşullanmada belirtilen genelleme olgusu edimsel koşullanma için de söz konusudur. Edimsel koşullanmada hem uyarıcılar hem de tepkiler genellenebilmektedir. Organizmanın bir uyarıcıya verdiği tepki pekiştirildiğinde bu uyarıcıya benzer diğer uyarıcılara da aynı tepkiyi verdiği gözlenmektedir. Örneğin edimsel kutuya konulan güvercin kutu içindeki turuncu noktayı gagaladığında kendisine yiyecek verilerek bu davranışı pekiştirilmiştir. Daha sonra kırmızı bir noktanın bulunduğu kutuya konulduğunda da aynı sıklıkta olmasa

da bu kırmızı noktayı da sıkça gagaladığı gözlenmiştir. Organizmanın pekiştirilen tepkisini benzer diğer uyarıcılar karşısında da sergilemesi durumuna **uyarıcı genellemesi** adı verilmektedir (Skinner, 1953). Uyarıcı genellemesi sayesinde benzer uyarıcılara aynı tepkiyi vermeyi öğrenmemiz için her defasında yeniden koşullanmamız gerekmemektedir. Bunun yanında organizmanın, sergilediği bir davranış pekiştirildiğinde, pekiştirilen davranışına benzer diğer bazı davranışlar sergilediği de gözlenmektedir. Kendisi pekiştirilmediği halde pekiştirilen bir davranışa benzediği için bir davranışın görülme sıklığında artış olması durumu da **tepki genellemesi** olarak adlandırılmaktadır. Örneğin kendi başına ayakkabılarını bağlama davranışı anne-babası tarafından pekiştirilen bir çocuk başka bazı işlerin de kendi başına üstesinden gelmeye çalışacaktır.

Ayırt Etme: Skinner'e göre bir uyarıcı genellemesi durumunda genellenen tepki pekiştirilmeye devam ederse davranışın sürme olasılığı artacaktır. Ancak yukarıdaki örnekteki güvercin üzerinde belirtilecek olursa, turuncu noktayı gagaladığında pekiştirilmeye devam eden ancak kırmızı noktayı gagaladığında pekiştirilmeyen güvercin bir süre sonra hangi uyarıcı karşısındaki davranışının pekiştirildiğini hangisinin karşısındaki davranışının pekiştirilmediğini öğrenecek ve uyarıcılar arasında ayrım yapabilecektir. Her ne kadar Skinner'e göre edimsel davranış bir uyarıcıya tepki olarak ortaya çıkan bir davranış değilse de uyarıcıların edimsel davranışların ortaya çıkmasında belirleyici bir etkisi vardır. Uyarıcı bu etkiyi ayırt etme süreci yoluyla kazanmaktadır. Eğer bir davranış yalnızca belli bir uyarıcı eşliğinde pekiştirilir ve bu uyarıcı yokken pekiştirilmez ise organizmanın bu uyarıcıyı diğer uyarıcılardan ayırt etmesi sağlanır. Diğer bir ifadeyle organizma bu uyarıcı varken davranışı sergiler, yokken sergilemez. Skinner (1953) bu olguyu **ayırt etme**, uyarıcıyı da **ayırt edici uyarıcı** olarak adlandırmıştır. Örneğin ağladığında annesi tarafından istekleri yerine getirilen bir çocuk anaokuluna başladığında da isteklerini yaptırmak için ağlamayı deneyecek (genelleme) ancak eğer öğretmeni onun isteklerini ağlayarak dile getirme davranışını pekiştirmezse bir süre sonra bu davranışı evde annesine karşı sergilemeyi sürdürürken (ayırt etme) okulda sergilemeyecektir (sönme).

Eleştiriler ve Değerlendirme

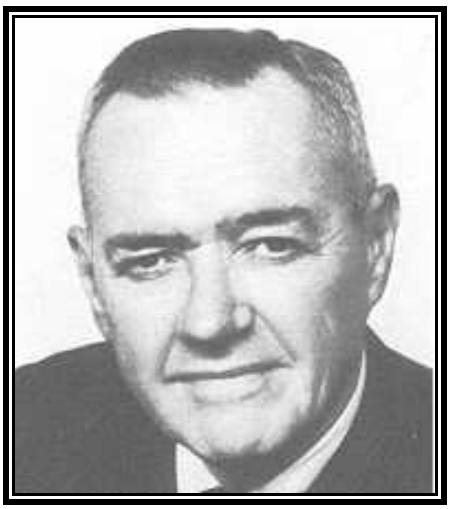
1920'li yıllarda ortaya çıkan davranışçı yaklaşım günümüzde eskisi kadar olmasa da yine de etkisini sürdürmektedir. Skinner, yaptığı çalışmalar ve yazdığı kitaplar nedeniyle hem psikoloji alanından hem de alan dışından birçok kişi tarafından ciddi eleştiriler almıştır. Radikal davranışçılığa yöneltilen eleştirilerin başında, yalnızca gözlenebilir davranışlara odaklanılarak dav-

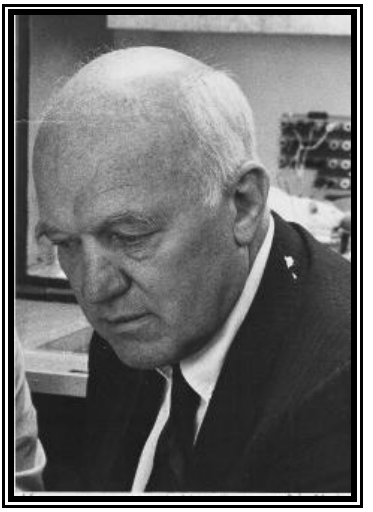
ranışın farklı yönlerinin görmezden gelinmesi ve fareler ve güvercinler üzerinde elde edilen bulguların insanlara genellenmesi konuları gelmektedir. Her ne kadar Skinner'in ortaya koyduğu hipotezler bilimsel olarak sınanabilir bir nitelik taşısa ve benimsediği yöntemlere söylenecek söz bulunamasa da, bu yöntemlerin bilimsel olmakla birlikte insan davranışının ve kişiliğinin anlaşılmasında yeterli olmadığı öne sürülmüştür.

Öne sürdüğü fikirlerin bilimsel olarak sınanıp yanlışlanabilir olması ve sayısız araştırmaya konu olması açısından olumlu değerlendirmeleri hak eden Skinner, insan kişiliği konusunda tüm bilinenleri kapsayıcı bir kuram ortaya koymaktan ziyade davranışların nedenlerini, sonuçlarını ve çevrenin davranışlar üzerindeki etkilerini açıklayan iç tutarlılığı yüksek bir kuram oluşturmuştur. Aslında Skinner, bu nedenle aynı zamanda olumlu bir değerlendirmeyi hak etmektedir. Skinner'in kuramı eğitim ve psikoterapi alanlarına kolaylıkla uygulanabilecek bir kuram olduğu için eğitimde ve psikoterapide kullanılan birçok uygulamaya kaynaklık etmiştir.

Skinner ciddi eleştiriler almış olmakla birlikte çağdaş psikolojinin şekillenmesinde derin etkilere sahip olan, oldukça yetenekli ve başarılı bir psikologdur. Bu gerçek, Amerikan Psikologlar Birliği tarafından da kabul edilmiş ve birlik kendisini 1958 yılında Seçkin Bilimsel Katkı ödülüne layık görmüştür.

EKLEKTİK DAVRANIŞÇI YAKLAŞIM





JOHN DOLLARD NEAL E. MILLER

John Dollard ve Neal E. Miller'ın Yaşam Öyküleri

John Dollard, 29 Ağustos 1900'de Wisconsin'de dünyaya geldi. Annesi öğretmen, babası ise demiryolu mühendisi idi. John henüz çocukken babasını bir tren kazası sonucu kaybetti. Başarılı bir öğrenci olan John Dollard, 1922 yılında Wisconsin Üniversitesi'nde lisans eğitimini tamamladıktan sonra 1931 yılında Chicago Üniversitesi'nde sosyoloji alanında doktora derecesi aldı. Oldukça geniş profesyonel beceri ve ilgilere sahip olan Dollard, Berlin Enstitüsünde psikanaliz eğitimi aldı ve Yale Üniversitesi'nde antropoloji, sosyoloji ve psikoloji dersleri verdi. John Dollard'ın ilk ve en önemli kitaplarından biri o zamanlar Georgia Eyaletinde ve Güney Afrika Cumhuriyeti'nde yasaklanan 'Bir Güney Kasabasında Kast ve Sınıf' (Caste and Class in a Southern Town) isimli kitabı idi. Kültür ve kişiliği ele aldığı bu kitabında Dollard, Amerika'nın güneyinde siyahların sömürülmesini farklı disiplinlerden faydalanarak incelemiştir.

Dollard, Yale Üniversitesi'ne gelişinden kısa bir süre sonra o sıralar Clark Hull'un danışmanlığında doktora çalışmasını yürütmekte olan Neal Miller ile tanıştı. İkilinin birlikte gerçekleştirdikleri ilk çalışma beş kişilik bir ekiple ortaya çıkardıkları ünlü 'Engellenme ve Saldırganlık' (Frustration and Aggression) isimli çalışmaydı. Daha sonra birçok proje ve araştırma üzerinde birlikte çalışan Dollard ve Miller, 1941 yılında 'Sosyal Öğrenme ve Taklit' (Social Learning and Imitation) ve 1950'de 'Kişilik ve Psikoterapi' (Personality and Psychotherapy) isimli kitapları birlikte yazdılar. Yaşamı boyunca 10 kitap ve çok sayıda makale yayınlayan Dollard pek kabul görmeyen disiplinler arası yaklaşımı nedeniyle ancak 52 yaşında profesör olabilmiş ve 8 Ekim 1980'de ölmüştür.

Neal E. Miller da Dollard gibi Wisconsin'de doğmuştur (3 Ağustos 1909). Çocukluğu, psikolog olan babasının çalıştığı Washington'da geçmiştir. 1931 yılında Washington Üniversitesi'nden lisans diplomasını alan Miller, yüksek lisans çalışmasını Stanford Üniversitesi'nde Stanford-Binet Zeka Testi'ni geliştirmiş olan Lewis M. Terman danışmanlığında, doktora çalışmasını ise Clark Hull'un danışmanlığında gerçekleştirmiştir. 1935 yılında Avrupa'ya bilimsel amaçlı ve uzun süreli bir çalışma için giden Miller, Viyana'da olduğu sırada sekiz ay boyunca psikanalizden geçmiştir. 1936'da Amerika'ya döndükten sonra 1966 yılına kadar Yale Üniversitesi'nde İnsan İlişkileri Enstitüsü'nde çalışan Miller, 1966 yılında Rockefeller Üniversitesi'ne fizyolojik psikoloji laboratuarını kurmak ve bu laboratuara başkanlık etmek üzere davet edildi. Emekli olana kadar da bu üniversite de psikoloji profesörü olarak çalışmayı sürdürdü. Yakın çalışma arkadaşı Dollard'ın geniş ilgi alanları ve disiplinler arası yaklaşımı nedeniyle profesyonel kabul açısından kimi güçlük-

ler çekmiş olmasına karşın Miller'ın öğrenilmiş dürtüler, pekiştireçler ve çatışmalar üzerindeki deneysel çalışmaları ona hak ettiği başarıyı ve ünü getirdi. 1960-61 yılları arasında Amerikan Psikoloji Birliği Başkanlığı da yapan Miller, 23 Mart 2002'de yaşamını yitirdi.

Eklektik Davranışçı Yaklaşım: Temel Kavramlar ve İlkeler

Pekiştirme gibi davranışçı kavramların kişilik kuramcılarınca öne sürülmüş olan içsel nedenlerle bağdaşmayan kavramlar olmadığını düşünen Dollard ve Miller, Freud ve Pavlov'un uzlaşmaz gibi görünen yaklaşımlarının bir sentezini oluşturmaya çalışmışlardır. 1950'de yazmış oldukları Kişilik ve Psikoterapi isimli kitabı Freud ve Pavlov'a ve bu iki büyük düşünürün öğrencilerine adayan Dollard ve Miller, hem klinik ortamı hem de laboratuarı önemli veri kaynakları olarak görmüşlerdir. İnsan davranışının temel ilkelerinin hayvanlarla yürütülen çalışmalarla anlaşılabileceği konusunda Skinner'e katılmakla birlikte zengin ve ayrıntılı veri sağlayan klinik gözlemi de göz ardı etmemişlerdir.

İnsanın Doğası

Dollard ve Miller, Freud'un insan davranışlarının nedenlerinin içgüdüler olduğu ve insanoğlunun temel motivasyonunun dürtü azaltmak olduğu görüşüne katılırlar. Ancak Freud'dan farklı olarak Dollard ve Miller (1950) iki tür dürtüden söz etmişlerdir.

Birincil ve İkincil Dürtüler

Birincil dürtüler: Doğuştan getirilmiş sürekli ve güçlü içsel uyarıcılardır. Yemek, içmek, seks, acıdan kaçınma gibi birçok davranışımız, sözü edilen bu birincil dürtülerden kaynaklanır. Dollard ve Miller birincil dürtülerin doyurulabileceğini ancak hiçbir zaman tamamen ortadan kaldırılamayacaklarını belirtmişlerdir. Bu nedenle insanın çok acıkmasını engellemek mümkünken yiyeceğe olan ihtiyacını tamamen sona erdirmek mümkün değildir.

İkincil dürtüler: İkincil dürtüler doğuştan getirilmeyen sonradan öğrenilen, bu nedenle de ortadan kaldırılabilen dürtülerdir ve öğrenilmiş dürtüler olarak adlandırılabilirler. Öfke, kaygı, korku, suçluluk duygusu, güç ve para ihtiyacı gibi dürtüler ikincil dürtüler için örnek gösterilebilir.

Dollard ve Miller'e göre diğerlerinden çok daha önemli olan öğrenilmiş dürtü, daha önceleri nötr olan bir uyarıcının meydana getirdiği korku ya da kaygıdır. Miller gerçekleştirmiş olduğu ünlü deneyde böylesi bir ikincil dürtü örneğini göstermiştir.

Biri siyah, diğeri beyaz olmak üzere iki bölmeden oluşan bir kutunun içine konulan fareye, beyaz bölmede bulunduğu sırada elektrik şoku verilmiş ve farenin yere çökmek ve işemek gibi korku tepkileri verdiği ve elektrik şokunun olmadığı güvenli siyah bölmeye geçtiği görülmüştür. Belli bir süre sonra şok verilmemeye başlanmasına rağmen farenin ısrarla siyah bölgeye geçtiği ve bunu yapması engellendiğinde de korku tepkileri gösterdiği gözlenmiştir. Fare bu deneyin ilerleyen bölümlerinde siyah bölgeye geçebilmesi için gerekli olan, bir tekeri döndürmek bir pedala basmak gibi, bazı yeni davranışları yapmayı da öğrenmiştir. Dollard ve Miller'a göre farenin beyaz bölme karşında duyduğu korku, başlangıçta nötr olan bir uyarıcıya karşı verilen koşullanmış bir tepki olmanın yanı sıra yeni davranışları motive edebilen öğrenilmiş bir dürtüdür (Dollard ve Miller, 1950).

Bu konuda Dollard ve Miller'ın açıklamaları Skinner'in açıklamalarından farklılaşmaktadır. Skinner farenin pedala basma davranışını, ardından ortaya çıkan itici uyarıcıdan kurtulma şeklindeki sonuç tarafından pekiştirilen (olumsuz pekiştirme) bir edimsel davranış olarak ele alır. Dollard ve Miller ise bu uyarıcının hem kaçma tepkisine hem de korku dürtüsüne yol açtığını öne sürmektedir.

Dürtülerin Azaltılması

Uyarıcı ve tepki arasındaki bağ, pekiştirme aracılığıyla güçlenmektedir. Dollard ve Miller, Freud'un haz ilkesi yerine daha belirgin ve net bir davranışçı kavram olan pekiştirme kavramını kullanmayı tercih etmişlerdir (Ewen, 1994). Dollard ve Miller, bir tepkinin yinelenmesi eğilimini güçlendiren her türlü olayı pekiştireç olarak kabul etmektedir.

Dollard ve Miller'a göre (1950) en önemli pekiştirme biçimi dürtü azaltılmasıdır. Güçlü bir dürtünün aniden azaltılması pekiştirici bir etki yaratmaktadır. Pekiştirmenin etkisi kişinin bilgisi dışında otomatik olarak gerçekleşmektedir ve etkili olabilmesi için davranışın hemen ardından gelmesi gerekmektedir. Dollard ve Miller, dürtülerimizi azaltmayı, çevremizde işaret (ipucu) görevi gören uyarıcılara tepkiler vererek öğrendiğimizi belirtirler. Örneğin küçük bir çocuğa bulunduğu odada bir yere şeker saklandığının söylendiğini varsayalım. Çocuk ilk olarak kendi davranış repertuarından belirgin bazı davranışları ortaya çıkaran ipuçlarına dikkat edecektir. Bir kase ya da fincan

gördüğünde şekerin burada olup olmadığını anlamak amacıyla içine bakacak, ya da bu deneyi gerçekleştiren araştırmacıya şekerin nerede olduğunu soracaktır. Bu tepkiler çevresel ipuçları (kase, fincan, araştırmacı) tarafından ortaya çıkarılan ve çocuğun nasıl gerçekleştireceğini önceden bildiği tepkilerdir (Ewen, 1994).

Açlık dürtüsünün azalması ile sonuçlanan herhangi bir tepkinin o ipucuna karşı tekrarlanma olasılığı artacaktır. Örneğin çocuk odada bulunan kitaplıktaki kitaplardan birini çekip arkasına baktığında şekerin orada olduğunu görür ve şekeri alıp afiyetle yerse bundan sonraki denemelerde de kitabı çekme ve arkasına bakma olasılığı artacaktır. Şekeri bulmak yönünde sonuç vermeyen diğer tepkilerin tekrarlanma olasılığı ise pekiştirilmedikleri için azalacak ve bu şekilde çocuğun davranışı daha etkili hale gelecektir. Dollard ve Miller'a göre öğrenme, belirli uyarıcılar ve onların ortaya çıkardığı belirli tepkiler arasındaki bağın pekiştirme yoluyla güçlendirilmesini içermektedir (Ewen, 1994).

Bu deneydeki öğrenme süreci çocuğa şekerin kitaplıkta bir yerlerde olduğu söylenerek hızlandırılabilir. Böylece çocuk önemli ipuçlarına dikkat etmeye başlayacaktır. Ancak çocuk daha önce bir kitabı kitaplıktan hiç çekmemişse ve bu davranışı göstermeyi bilmiyorsa durum ne olacaktır? Bu durumda ona bu davranışı sergileyen ve şekeri bulan bir başka çocuğu izleme olanağı sağlanarak yardımcı olunabilir. Örnekte de görüldüğü gibi Dollard ve Miller (1941) model alma ya da sosyal öğrenmeyi ilk ortaya atan kuramcılar arasında yer almaktadır.

Davranışın ortaya çıkmasına neden olan dürtü birden fazla olabilir. Örneğin yukarıda anlatılan deneydeki çocuk yalnızca açlığını gidermek amacıyla (birincil dürtü) değil aynı zamanda deneyi yapan araştırmacıyı memnun etmek için de (ikincil dürtü) şekeri aramış olabilir. Davranışın altında yatan dürtü ya da dürtüler ne ölçüde güçlüyse pekiştirme de uyarıcı ve tepki arasındaki bağı o ölçüde güçlendirecektir.

Dollard ve Miller, Pavlov ve Skinner'in pekiştirilmeyen öğrenilmiş tepkilerin zamanla azalacağı ve ortadan kaybolacağı yönündeki fikirlerine (sönme) katılmaktadırlar. Bu nedenle pekiştirme yeni bir davranışın kazanılmasında olduğu kadar kalıcılığında da önemli bir role sahiptir. Diğer yandan, sönme, istenmeyen davranışların ortadan kaldırılmasını ve onların yerine yenilerinin konulmasını sağlayabildiği için oldukça yararlı bir süreçtir. Ancak korku ve kaygı gibi tepkiler çabucak öğrenilen ve sönmeye karşı oldukça dirençli tepkilerdir. Dollard ve Miller, Skinner'in aralıklı pekiştirmenin sönmeye karşı daha büyük bir direnç yarattığı yönündeki fikrini benimsemekle birlikte Skinner'den farklı olarak her bir denemede verilen pekiştireç miktarı-

nın da aynı ölçüde önemli olduğunu belirtmektedirler. Genelleme ve ayırt etme gibi diğer davranışçı kavramlar da Dollard ve Miller'ın benimsedikleri kavramlardır.

Üst Düzey Zihinsel Süreçler

Dollard ve Miller'a göre birey çevresiyle iki tür etkileşimde bulunmaktadır (Hall, Lindzey ve Campbell, 1997). Birinci tür etkileşim, genellikle tek bir uyarıcı ya da durum tarafından ortaya çıkarılan ve genellikle çevre üzerinde ani bir etkiye sahip olan tepkilerdir. Örneğin yola fırlayan bir çocuk gördüğünde sürücünün frene basması böyle bir etkileşimdir. Ancak Dollard ve Miller'a göre insan davranışı yalnızca dışsal uyarıcılara verilen otomatik tepkilerden oluşmamakta ve düşünce zincirleri gibi önemli içsel olguları da kapsamaktadır. Bu ikinci tür etkileşimler ise işaret üretici tepkileri içerir.

Bir önceki deneyde sözü edilen çocuğun şekeri bulması kitap uyarıcısı (ipucu) ile onu yerinden çekmek şeklindeki açık tepki arasındaki bağı kuvvetlendirmekten daha öte sonuçlar doğurmuştur. Çocuğun şekeri bulması aynı zamanda "şeker belki de bu kitabın arkasındadır" şeklindeki örtük düşüncesini de pekiştirmiştir. Dollard ve Miller (1950) bunu **işaret üretici tepki** olarak adlandırmaktadır. İşaret üretici tepkiler, kendileri dış dünyada ani bir değişime yol açmayan fakat böyle bir değişime yol açan bir başka tepkiyi ortaya çıkarmakta ipucu (işaret) işlevi gören tepkilerdir. İşaret üretici tepkiler açık ya da sözel olabildikleri gibi örtük ya da sözsüz olabilirler. Dollard ve Miller, bu tür bilişlerin gerçekten nedensel olabileceklerini belirterek Skinner'in görüşlerinden farklı bir görüş ileri sürmüşlerdir. Örneğin bir kimsenin hastalığını yanlışlıkla kanser olarak yorumlaması güçlü bir öğrenilmiş dürtü olan korkuya yol açacakken bunun yalnızca bir soğuk algınlığı olduğunu düşünmesi korku azaltıcı pekiştirme sağlayacaktır. Benzer biçimde, bir öğrenci ertesi gün gireceği sınavın çok zor olacağını düşünürse bu onun korkmasına ve belki de biraz daha fazla çalışmasına yol açacaktır. Eğer öğrenci benzer sınavlara daha önce de girdiğini ve kolaylıkla başardığını düşünürse kendini daha güvenli hissedecek ve sakinleşecektir (Ewen, 1994).

Üst düzey zihinsel süreçler aynı zamanda mantık yürütme ve planlama yoluyla daha etkili bir biçimde davranmamızı sağlamaktadır. Dollard ve Miller bu çok değerli zihinsel süreçlerimizde ortaya çıkabilecek bir bozulmanın ciddi sonuçlar doğuracağını belirtmişlerdir (Ewen, 1994).

Bilinçdışı Süreçler

Bilinçdışı süreçlerin önemi üzerindeki vurgusu açısından Dollard ve Miller'ın kuramı, Freud'un kuramı ile oldukça tutarlıdır fakat bilinçdışı süreçlerin kaynağı konusundaki fikirleri Freud'un fikirlerinden oldukça farklıdır. Dollard ve Miller, bilinçdışı içeriği hiçbir zaman bilinç düzeyinde yer almamış ve bir zamanlar bilinçte yer almış ancak artık bilinç düzeyinde olmayan olmak üzere iki kategoriye ayırmıştır. Birinci kategori, bireyin henüz dili kullanmayı öğrenmediği bebeklik ve ilk çocukluk yıllarında öğrendiği uyarıcıları, tepkileri ve dürtüleri içermektedir. Bu kategori aynı zamanda bireyin sözel olmayan bir biçimde öğrendiği şeyleri de içermektedir. İkinci kategori ise bir zamanlar bilinçte yer alan ancak bastırma yoluyla bilinçdışına itilmiş olan materyali içermektedir (Hall, Lindzey ve Campbell, 1997).

Dollard ve Miller'a göre bastırma da diğer herhangi bir tepkinin öğrenilmesi gibi öğrenilmektedir. Bizi korkutan belirli şeylerin düşünülmemesi, korku dürtüsünü azaltır ve bu şekilde pekiştirmeye yol açarak davranış repertuarımızın standart bir parçası haline gelir. Başlangıçta korku uyandıran davranış ya da olayı düşündüğümüzde korku yaşarız, bu düşünceyi bıraktığımızda ise korkumuz sona erer ve bu şekilde düşünmeme yani bastırma davranışımız pekiştirilir. Daha sonra ise düşünmeme tepkisi önleyici bir biçim alır. Diğer bir ifadeyle bizde korku uyandıran davranış ya da olayı hiç aklımıza getirmeyerek korkunun yaşanmasını önlemiş oluruz. Bastırma eğilimi çok erken yaşlarda başlamaktadır. Çocuklar sıklıkla tabu sözcükleri kullandıkları ya da ebeveynlerinin yapmalarını yasakladıkları bir şeyi yapmaya niyetlendiklerinde cezalandırılırlar. Bu ve benzeri deneyimler çocuğun cezalandırılan davranışlar karşısındaki korku tepkisini, bu davranışlarla ilgili düşüncelere de genellemesine ve dolayısıyla bu tür düşünceleri de bastırmasına neden olmaktadır.

Kişiliğin Yapısı

Davranışçı terminoloji konusundaki tercihlerine paralel olarak Dollard ve Miller, soyut yapısal kavramlar kullanmayı reddetmektedir. Bu yüzden endişe ve suçluluk duygularını süperegoya değil, çocukluk yıllarında bir uyarıcı ile eşleşmiş ve daha sonra da bu uyarıcı karşısında sürekli ortaya çıkmış, adı konulmamış korku tepkilerine bağlamaktadırlar (Ewen, 1994). Dollard ve Miller'ın kuramında alışkanlık, yapısal karaktere sahip olan tek elementtir. Kişilikte görece durağan ve sürekli olan şey, basit biçimde uyarıcı ve tepki arasındaki bağ olan alışkanlıktır. Ancak kişilik her ne kadar alışkanlıklardan oluşsa da temel yapısı bireyden bireye farklılık gösteren yaşam olaylarına

bağlıdır. Ancak, alışkanlıklar geçici olabilir: bugünün alışkanlıkları yarının deneyimlerinin bir sonucu olarak değişebilir (Hall, Lindzey ve Campbell, 1997).

Dollard ve Miller'a göre kişiliğin görece sürekli ve kalıcı bir başka bölümü de ikincil dürtülerdir. İkincil dürtüler sönmeye karşı dirençli, bu nedenle de nispeten sürekli ve kalıcıdırlar. Birincil dürtüler ve doğuştan getirilen uyarıcı-tepki bağları da kişilik yapısının parçaları olmakla birlikte, kişiyi kendine özgü kılan özellikleri değil de insanlar arasındaki ortak yönleri tanımladıkları için, alışkanlıklar ve ikincil dürtüler kadar önemli değildirler (Hall, Lindzey ve Campbell, 1997).

Kişiliğin Gelişimi

Yaşamın ilk altı yılının yetişkin davranışının en önemli belirleyicisi olduğu konusunda psikoanalitik kuramcılara katılan Dollard ve Miller, kişiliğin gelişimi konusundaki fikirlerini temel olarak psikopatolojinin nedenleri ve dinamikleri çerçevesinde organize etmişlerdir. Dollard ve Miller'a göre (1950) yetişkin yaşamında önemli duygusal sorunlara temel olan bilinçdışı çatışmalar bebeklik ve çocukluk yıllarında öğrenilmektedir. Bu düşünce Freud'un nevroz konusundaki iddiasıyla tutarlı olsa da Dollard ve Miller, nevroz olgusunu incelerken intrapsişik yapılar ve psişik enerjiye odaklanmak yerine bu nevrotik çelişkilerin anne babalarca öğretildiğini öne sürmüşlerdir. Dollard ve Miller'a göre çocukluğun en önemli yanı, çocuğun zayıflığı ve çaresizliğidir. Büyük çocuklar ve yetişkinler engellenmelerden kurtulmak için çeşitli mekanizmalara sahiptir, ancak küçük çocuk çevresini etkilemek konusunda çok az yeteneğe sahip olduğu için engelin neden olduğu acıyı yaşamak zorundadır. Çocuk umut etmek ve kendini rahatlatmak, akıl yürüterek ve planlar yaparak geleceği zihninde canlandırarak kötü durumun geçeceğini ve iyi anın tekrar geleceğini düşünmek gibi her insanın kullandığı savunma yollarını henüz öğrenmemiştir. Herhangi bir engellenme durumunda çocuk için yaşanılan acı hiçbir zaman sona ermeyecek gibi görünmektedir ve bu gibi durumlar bilinçdışı çatışmaların başlıca yaratıcılarıdır (Dollard ve Miller, 1950). Dollard ve Miller'a göre çocuklukta patolojik öğrenmelere yol açacak dört önemli stres verici durum söz konusudur: Beslenme, tuvalet eğitimi, cinsel eğitim ve saldırganlığı denetleme eğitimi.

Örneğin çocuk çok fazla acıkmadıkça ve yüksek sesle ağlamadıkça doyurulmuyorsa onun aşırı tepkileri pekiştiriliyordur. Çünkü bu tepkilerin hemen ardından doyurulma, diğer bir deyişle pekiştirme gerçekleşmektedir. Çocuk aynı zamanda bu yoğun acı verici açlık korkusunu daha önceki normal açlık durumuna da genelleyecektir. Sonuçta çocuk, dürtülerindeki artışa

aşırı tepki vermeyi öğrenecektir. Böyle bir durumda çocuk yalnızlıktan korkmayı da öğrenecektir çünkü yalnızlık güçlü açlık sancıları ile ilişkilendirilmiş bir işaret haline gelmektedir. Anne tarafından sunulan şefkatli ilgi ve de çocuğun zamanında beslenmesi bu tür patolojik öğrenmelerin oluşmasını engellemeye yardımcı olur (Ewen, 1994).

Tuvalet ve temizlik eğitimi de bir korku ve çatışma kaynağı olabilmektedir. Çocuğun bağırsaklarının uyarılması ve boşaltma tepkisi arasındaki güçlü bağı zayıflatmayı ve bu uyarıcı ve tepki arasına, tuvalete gitmek, düğmelerini çözmek gibi bir dizi karmaşık davranışı yerleştirmeyi öğrenmesi gerekmektedir. Kendini tutamaması durumunda aşırı şekilde cezalandırılan çocuk tuvalete ve ebeveynlerine karşı güçlü korkular geliştirebilmektedir (Ewen, 1994).

Kaygı ve korku tepkilerinin öğrenilmesine neden olan bir diğer konu da cinselliktir. Her ne kadar Dollard ve Miller, açlık ve susuzluk gibi dürtülerin cinsellikten daha güçlü dürtüler olabileceğini belirterek Freud'a karşı çıkmışlarsa da çocukluk cinselliğinin varlığını ve odipal karmaşayı kabul etmişlerdir. Dollard ve Miller, çocuğuna rakip gibi davranan bir babanın ya da eşiyle yaşadığı cinsel güçlükler ve engellemeleri telafi etmek amacıyla oğlundan duygusal doyum sağlamaya çalışan bir annenin böyle bir karmaşaya yol açabileceğini belirtmişlerdir. Bu durumda çocuğun cinsel organı ya da cinsel dürtüleri yoğun korku ve kaygı tepkilerini ortaya çıkaran işaretler haline gelebilmektedir. Cinsel konularda yeterince eğitim almamış küçük çocuk bu durumda kızların da bir zamanlar bir penise sahip olduğunu ancak belki de cezalandırılmak amacıyla şimdi bundan mahrum bırakıldıklarını düşünebilmektedir. Dollard ve Miller'a göre (1950) böyle bir çıkarsama çocuklar tarafından sıkça yapılmaktadır. Bu korku daha sonra yetişkin heteroseksüel ilişkilerine genellenebilmekte ve kişide cinsel yetersizliğe yol açabilmektedir. Çocuğun cinsel konulara merakı ve cinsel organlarıyla oynaması durumunda ebeveynlerin öfkeli ve cezalandırıcı tutumu da cinsel korku ve çatışmalara yol açabilmektedir.

Çocuğun kaçınılmaz engellenme durumları karşısında sergilediği öfke ve saldırganlık tepkileri de bir diğer korku ve çatışma kaynağıdır. Dollard ve Miller'a göre çocukların en sık cezalandırılma nedeni büyük olasılıkla bu tür tepkileridir. Çocuğun öfke ve saldırganlık tepkilerini denetlemeyi öğrenmesi gerekli olmakla birlikte bu tür tepkileri aşırı şekilde cezalandırılan çocuk, yaşadığı kaygıyı sağlıklı atılgan (girişken) tepkilerine de genelleyecektir. Bu da çocuğun aşırı derecede uysal olmasına ve öfkesini dolaylı ve hileli yollarla ifade etmesine yol açacaktır (Ewen, 1994).

Bebeklik ve ilk çocukluk yıllarında kaygı ve çatışmalara neden olan yaşantı ne olursa olsun otomatik biçimde bilinçdışı hale gelmekte ve bu nedenle de çözümü güçleşmektedir. Bunun nedeni çocuğun dili kullanmadaki yetersizliği ve yaşadığı çatışmayı doğru bir biçimde tanımlayamayışıdır. Dollard ve Miller'a göre kişinin uyarıcıları, tepkileri, kişileri ya da yaşadığı olayları sözcüklerle anlamlandırması (isimlendirmesi) oldukça önemlidir. Çocukluk yıllarında yaşanan ve sözcüklerle anlamlandırılmamış olan çatışmalar daha sonra kolayca hatırlanamayacak ve bu nedenle de bilinçdışında kalacaklardır (Dollard ve Millller, 1950).

Çatışma

Dollard ve Miller'ın (1950) en çok bilinen formülasyonlarından biri çatışma davranışı konusunda ortaya koydukları modeldir. Hiç kimse, ne denli iyi uyum yapmış olursa olsun, farklı dürtü ve eğilimler arasındaki çatışmalardan kaçamaz ve nevrotik kişinin sıkıntısının ve belirtilerinin temelini genellikle ciddi çatışmalar oluşturur. Dollard ve Miller da Horney gibi bilinçli ve bilinçdışı çatışmalar arasında keskin bir ayrım yapmışlardır. Her ikisi de birbirine bağdaşmayacak tepkiler doğuran iki ya da daha fazla dürtü nedeniyle ortaya çıkar. Ancak bilinçli çatışmalar yaşamın kaçınılmaz bir parçasıdır ve hiçbir şekilde patolojik değildirler. Bilinçdışı çatışmalar ise nevrozun oluşmasında önemli bir role sahiptirler.

İnsanın karşılaştığı çatışma türlerinden biri, iki olumlu seçenek arasında seçim yapması gerektiği durumda yaşadığı **yaklaşma-yaklaşma** çatışmasıdır. Sıcak bir yaz gününde biraz serinlemek amacıyla oturduğunuz kafede dondurma yemeye mi yoksa kola içmeye mi karar vermeye çalışırken yaşadığınız çatışma bu tür bir çatışmadır ve çözülmesi oldukça kolaydır. Bu seçeneklerden birine yönelmeniz bu seçeneği tercih etme eğiliminizi gittikçe artıracak ve sonuçta seçiminiz bu yönde olacaktır. İki olumsuz seçenek arasında yapmanız gereken tercih ise **kaçınma-kaçınma** diye adlandırılan daha güç bir çatışmaya yol açacaktır. Çok yoğun ve uzun süreli çalışmadığınız takdirde başarısız olacağınız zor bir sınav sizi bekliyorsa oturup uzun ve yorucu bir ders çalışma sürecine girmek ya da dersten kalmak gibi iki seçenek arasında yaşayacağınız çatışma bu tür bir çatışmadır. Bu sonuçlardan herhangi biri diğerine oranla daha çok tercih edilebilir gibi geliyorsa çatışmanın çözümü tabi ki kolay olacaktır ancak eğer her ikisi de eşit ölçüde istenmeyen sonuçlar ise bu durumda kişi çatışmayı çözebilmek için oldukça uzun süre uğraş verecektir. Bir diğer sıkıntı verici çatışma türü aynı uyaran karşısında aynı anda ortaya çıkan yaklaşma ve kaçınma eğilimlerinin yol açtığı **yaklaşma-kaçınma** çatışmasıdır. Kilo almak istemeyen bir kimsenin misafir olduğu bir

akşam yemeğinde sunulan ve çok leziz görünen tatlılar karşısında yaşadığı seçim bu tür çatışmaya bir örnektir.

Dollard ve Miller'a göre çatışmalar bilinçli oldukları sürece kişi, üst düzey zihinsel süreçleri aracılığıyla bu çatışmaları etkili bir biçimde çözebilecektir ancak güçlü korkular ya da diğer öğrenilmiş dürtüler nedeniyle oluşan bilinçdışı çatışmaların psikoterapi yardımı olmaksızın çözülmesi büyük ölçüde olanaksızdır. Dollard ve Miller'ın "Bayan A." vakası (1950) böyle bir çatışma için iyi bir örnektir. Küçüklüğünde erkek kardeşi tarafından taciz edilen ve annesi tarafından cinselliğin kirli ve yanlış bir şey olduğu öğretilerek yetiştirilmiş olan Bayan A. cinselliğe karşı bilinçdışı bir yaklaşma-kaçınma çatışması yaşamaktaydı. Bu vakada korku, cinsel uyarıcılar karşısında ortaya çıkan bir öğrenilmiş tepki haline gelmişti. Ancak cinsel dürtüler doğuştan getirilmiş kaçınılmaz dürtüler oldukları için Bayan A. hem cinsellikten zevk almak gibi güçlü bir dürtüye hem de buna eşlik eden güçlü korkuyu azaltmak yönünde bir gereksinime aynı anda sahipti. Bu da Bayan A.'nın cinsellik konusunda bir çatışma yaşamasına neden olmaktaydı. Kendisine kaçınılmaz bir biçimde çekici gelen cinselliğe doğru yöneldiğinde artan korkuları nedeniyle bu davranışlardan uzaklaşan Bayan A. cinsellik dürtüsünün azaltılmasını, korkunun azaltılması için feda etmekteydi. Ancak bu durumda cinsel dürtüler doyurulmadıkları için rahatsız edici bir biçimde varolmaya devam etmekteydi. Hasta böylesi nevrotik bir çatışmanın azaltılması yönünde birtakım belirtiler de geliştirmişti. Cinsel çatışmasından kaçınmanın ve korkularını azaltmanın bir yolu olarak Bayan A. kompulsif bir biçimde kalp atışlarını sayıyor ve kendini bundan alamıyordu.

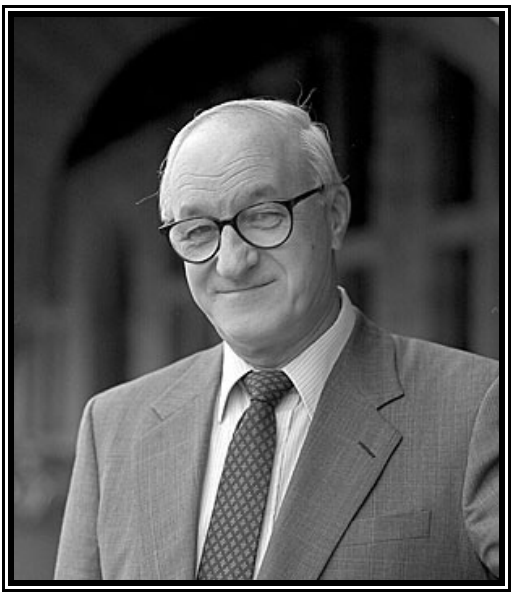
Eleştiriler ve Değerlendirme

Dollard ve Miller'ın kuramı, basit uyarıcı-tepki bağının karmaşık davranışları açıklamakta yeterli olup olmadığı ve hayvanlar üzerinde gerçekleştirilen çalışma sonuçlarının insanlara genellenip genellenmeyeceği gibi konularda eleştirilmiştir. İkiliye yöneltilen bir diğer önemli eleştiri, öğrenme kuramlarına dayalı terapi tekniklerini geliştirmek yerine psikanalitik teknikleri kullanmayı sürdürmeleridir.

1950 yılında yayınladıkları tek bir kitapta dile getirilmiş olan düşüncelerini daha sonra tekrar ele almamaları, psikanaliz ve davranışçılık gibi iki karşıt kuramsal yaklaşım arasında bir sentez oluşturmak konusunda başka bir yayın yapmamış olmaları da Dollard ve Miller'ın eleştirilen bir başka yönüdür. Kimileri, Dollard ve Miller'ın yeni görüşler öne sürmediklerini ve bu nedenle de psikoloji bilimine yeni bir katkı getirmediklerini iddia etse de ikilinin davranışçılık ve psikanaliz gibi iki karşıt kuramı uzlaştırma çabaları

oldukça önemlidir. Dollard ve Miller'ın kaygı ve çatışma gibi iki önemli değişken üzerindeki vurguları ve metafizik olmayan bastırma (represyon) tanımları kuramlarının övgü alan tarafıdır. Kimilerince gerçek davranışçılığın gelişimini engellemekle suçlansa da Dollard ve Miller'ın görüşleri çağdaş davranışçılarca benimsenmiş ve geliştirilmiştir.

SOSYAL BİLİŞSEL KURAM



ALBERT BANDURA

Albert Bandura'nın Yaşam Öyküsü

Babası Polonyalı, annesi ise Ukraynalı bir göçmen olan Albert Bandura, 4 Aralık 1925'te Kanada'da, Kuzey Alberta'daki küçük bir kasaba olan Mundare'de dünyaya gelmiştir. Ailenin tek erkek çocuğu olan Albert, kendisinden büyük beş kız kardeşi tarafından, bağımsız ve kendine güvenen bir çocuk olması yönünde cesaretlendirilerek yetiştirilmiştir. Bunun yanında kasabada devam ettiği küçük okul onun kendi kendini yönlendirebilen bir kimse olmasına önemli derecede etki etmiştir. Yirmi öğrencisi ve yalnızca iki öğretmeni olan bu okulda öğrenme işinin büyük ölçüde öğrencinin kendi inisiyatifine bırakılmış olması Bandura gibi parlak bir öğrenci için oldukça avantajlı sonuçlar doğurmuştur.

Liseyi bitirdikten sonra Vancouver'daki British Columbia Üniversitesi'ne giren Bandura burada biraz da tesadüfi bir olay sonucunda psikoloji alanını seçmiştir. Albert Bandura, okula birlikte gelip gittiği tıp ve mühendislik öğrencisi olan arkadaşlarının ders saatlerinin kendi derslerinden daha erken saatte başlıyor olması nedeniyle bu saatleri boş geçirmemek için katıldığı psikoloji kursundan oldukça etkilenmiş ve bu alanda uzmanlaşmaya karar vermiştir. 1949 yılında bu üniversiteden lisans derecesini alan Bandura, lisansüstü eğitimi için güçlü bir öğrenme kuramı temeli olan bir program aramış ve danışmanının tavsiyesi ile ABD'deki Iowa Üniversitesi'ne gitmek üzere Kanada'dan ayrılmıştır. 1951 yılında yüksek lisans, bir yıl sonra da doktora derecesi alan Bandura 1953 yılında halen bulunduğu Stanford Üniversitesi'nde çalışmaya başlamıştır.

Bandura'nın ilk çalışmalarının çoğu klinik psikoloji ile ilgiliydi. İlk doktora öğrencisi olan Walters'la, saldırgan gençler üzerinde bir çalışma yürüten Bandura 1959'da Walters'la birlikte "Ergen Saldırganlığı" (Adolescent Aggression) adlı bir kitap yayınlamıştır. Bu çalışmadan sonra Bandura yine çoğunlukla kendi danışmanı olduğu öğrencileri ile işbirliği içinde çeşitli konularda yayınlar yapmayı sürdürmüştür. Sosyal Öğrenme Kuramı (Social Learning Theory), Düşünce ve Davranışın Sosyal Temelleri (Social Foundations of Thought and Action) ve 1997 yılında yayınlanan Öz-Yeterlik (Self-Efficacy) isimli kitapları Bandura'nın diğer önemli kitaplarıdır. Bu kitapların yanı sıra birçok bilimsel çalışmayı da yürüten Bandura'nın çalışmaları geleneksel öğrenme kuramı ve bilişsel kişilik kuramı arasında bir bağ kurmaya yönelik çabaları içermekteydi. Yaşamı boyunca çok sayıda mesleki onur ödülü kazanmış olan Albert Bandura, 1974 yılında Amerikan Psikoloji Birliği Başkanlığını da yürütmüştür. Ayrıca, Amerikan Psikoloji Topluluğu (American Psychology Society) 2004 yılından bu yana sıra dışı başarı sağla-

yan lisansüstü psikoloji öğrencilerini Albert Bandura'nın adını verdikleri Albert Bandura Mezuniyet Sonrası Araştırma ödülü ile ödüllendirmektedir. Albert Bandura halen 40 yılı aşkın bir süredir ders verdiği ve araştırmalar yürüttüğü Stanford Üniversitesinde Psikoloji kürsüsündeki görevini yürütmektedir.

Sosyal Bilişsel Kuram: Temel Kavramlar ve İlkeler

Öğrenme kuramlarındaki gelişmeler sonucunda davranışın nedensel analizinde içsel ve hipotetik güçlerden ziyade çevresel etkilere odaklanılmaya başlanmıştı. Bu bakış açısına göre insan davranışı, onu ortaya çıkaran dışsal uyarıcılar ve sürmesini sağlayan pekiştirici sonuçlar açısından incelenmeliydi. Ancak ilerleyen yıllarda insan davranışının dışsal güçler ve içsel süreçler arasındaki karmaşık etkileşimlerin sonucu olarak ortaya çıktığı düşüncesi öne sürülmeye başlandı. Skinner'in radikal davranışçılığının aksine bilişsel süreçlere önem veren ve bu süreçleri de inceleme konusu yapan bu sosyal-bilişsel bakış açısının öncü kuramcılarından biri de Albert Bandura'dır.

Sosyal Bilişsel Kuram birkaç varsayım üzerine kurulmuştur. Bu varsayımlardan birincisi insanoğlunun farklı durumlarda çeşitli davranışları öğrenmeye yönelik bir esnekliği olduğu varsayımıdır. Bandura, Skinner'in insanların doğrudan kendi yaptıkları davranışların sonuçlarından öğrendikleri fikrine katılmakla birlikte başka insanların davranışlarını gözleyerek öğrenmek anlamına gelen ***dolaylı öğrenme*** üzerinde daha çok durmaktadır.

Sosyal bilişsel kuramın dayandığı bir diğer varsayım ise davranışlar, çevre ve kişisel faktörler arasındaki üçlü ve ***karşılıklı belirleyicilik*** modelidir (Bandura, 1978, 1986). Bu karşılıklı belirleyicilik insanların kendi yaşamlarını düzenleme kapasitesine sahip olmalarını sağlamaktadır. Bu kapasite sayesinde insanlar olaylara ilişkin beklentiler geliştirebilmekte, yeni düşünceler üretebilmekte ve o anki deneyimlerini değerlendirmeye yönelik içsel standartlar geliştirebilmektedir. Bu üçlü modeldeki iki önemli çevresel güç de ***rastlantısal olaylar ve karşılaşmalardır*** (Bandura, 1982, 2001).

Sosyal bilişsel kurama göre insanların kendi yaşamlarının doğası ve niteliği üzerinde etkide bulunma kapasitesi vardır. Bu nedenle insanlar sosyal sistemlerin hem ürünü hem de üreticisidirler. Kuramın dayandığı bir diğer varsayım da insanların kendi davranışlarını hem içsel hem de dışsal faktörler aracılığıyla düzenleyebiliyor olmasıdır. Diğer bir deyişle insanoğlu kendi kendini düzenleme kapasitesine sahiptir.

İnsanın Doğası

Bandura, Skinner'in insan davranışlarının tamamıyla çevre tarafından belirlendiği yönündeki görüşüne kesin bir biçimde karşı çıkmıştır. Davranışın hem içsel hem de dışsal etmenler tarafından belirlendiğini öne süren Bandura bu ilkeyi karşılıklı belirleyicilik olarak adlandırmıştır.

Karşılıklı Belirleyicilik

Karşılıklı belirleyicilik ilkesine göre insan davranışı; çevre, davranış ve kişi olmak üzere üç değişkenin etkileşiminin bir sonucudur. Bandura'ya göre inançlar, düşünceler, beklentiler gibi kişisel değişkenler, bireyin davranışı ve çevre karşılıklı olarak birbirlerini etkilemektedir. Davranışın çevre tarafından belirlendiği fikrini reddeden bu görüş, çevre, davranış ve bireyi sürekli etkileşim halinde olan ve birbirlerinde değişimlere yol açabilen etkenler olarak ele almaktadır. Bu nedenle davranış çevrenin, çevre de davranışın biçimlenmesinde etkili olabilir. Aynı şekilde, çevre bireysel özellikleri değiştirebileceği gibi bireysel özellikler de çevreyi değiştirebilir (Bandura, 1978, 1986, 2001). Örneğin, televizyonda herhangi bir programı izleme davranışımızı ele alalım. Bu programı izlememize neden olan şey kişisel tercihlerimizdir. Ancak bu tercihimizle birlikte çevre üzerinde bir etkiye de sahip oluruz. Programın izlenme oranına yaptığımız katkı ile programın yayınlanmaya devam etmesine neden oluruz. Bu programı izleme davranışımızın dışsal güçlerden etkilendiği de açıktır. Nitekim televizyonda yayınlanmayan bir programı seçip izleme şansımız olamaz.

Üçlü karşılıklı belirleyiciliği daha derinlemesine incelemek için süpermarkette, annesinin kendisine istediği bir şeyi alması için ağlayıp sızlayan bir çocuk örneğini ele alalım. Bu örnekte çocuğun davranışı (ağlaması) anne için dışsal bir olaydır. Anne çocuğunun isteğini yerine getirirse annenin davranışı üzerinde çevrenin etkili olduğunu söyleyebiliriz. Çocuk açısından ele aldığımızda da çocuğun davranışıyla çevreyi biçimlendirdiği söylenebilir. Aynı şekilde anne de davranışı ile çevre üzerinde bir etkiye sahip olmaktadır. Annenin bu davranışı sonucunda çocuğun isteklerini ağlayarak ifade etme davranışı artacaktır. Burada da çevrenin (annenin davranışının) çocuğun düşünce, inanç ve beklentilerinin biçimlenmesine yol açtığı görülmektedir. Çocuk istediği şeyi elde etmenin yolunun ağlamak olduğunu öğrenecektir. Annenin bu ihtimali bilerek böyle bir alışkanlığa yol açmamak için çocuğunun isteğini yerine getirmediğini varsayalım. Bu durumda annenin davranışı üzerinde düşünceleri ve inançları gibi kişisel etkenlerin etkili olduğu söylene-

bilir. Ancak bu davranışıyla anne yine çevre üzerinde bir etkiye neden olmakta ve çocuğunun davranışlarını biçimlendirmektedir.

Çevre, davranış ve birey her ne kadar birbirlerini etkileyerek insan davranışlarını belirleseler de bu üç etkenin her biri her zaman aynı düzeyde etkiye sahip değildir. Karşılıklı belirleyicilik içindeki bu üç etkenden hangisinin hangisini etkileyeceğini belirleyen şey hangi etkenin daha güçlü olduğudur. Bazen çevresel bazen ise içsel faktörler daha baskın olabilmektedir. Yukarıdaki örnek açısından düşünüldüğünde eğer anne çocuğunun isteklerini ağlayarak ifade etme davranışını pekiştirmemesi gerektiği yönünde kararlı bir düşünceye sahip ise ağlasa da onun isteğini yerine getirmeyecektir. Diğer bir deyişle içsel faktörler baskın gelecektir. Anne çocuğun gürültüsüne ve sızlanmalarına dayanamayarak onun isteğini yerine de getirebilir ki bu durumda dışsal faktörlerin daha baskın olduğu söylenebilir.

Davranışın Bilişsel Nedenleri

Bandura'nın kuramı temelde davranışçı bir kuram olmanın yanında, radikal davranışçılığın aksine kişiliğin ve davranışın bilişsel boyutuna vurgu yapmaktadır. İnsanların, daha düşük düzeydeki hayvanlardan farklı olarak sembolleştirme ve öngörü kapasitelerine sahip olduğunu belirten Bandura, bu kapasiteleri sayesinde insanların sorunlar karşısında her defasında deneme-yanılma yolunu kullanarak çözüme ulaşmaya çalışmadıklarını belirtmiştir. Bunun yerine insanlar olasılıkları zihinlerinde canlandırmakta, olası çözümler geliştirmekte ve bunların sonuçları üzerinde düşünebilmektedir. Bandura (1977a), bilişsel süreçlerin davranışlar üzerinde nedensel etkiye sahip olduğu yönünde kanıtlar bulunduğunu ifade etmiş ve düşüncelerin, davranışları düzenleyeceği fikrini reddeden bir kuramın karmaşık insan davranışını açıklamakta yetersiz kalacağını belirtmiştir. Bu nedenle Bandura'nın pekiştirme tanımında bilişsel süreçlerin önemli bir yeri vardır. Pekiştirmenin bizim farkındalığımız dışında gerçekleştiğini düşünen Pavlov, Skinner, Miller ve Dollard'ın aksine Bandura, pekiştirmenin etkili olabilmesi için pekiştirildiğimizin farkında olmamız gerektiğini dile getirmiştir. Bandura'ya göre insanoğlu basit bir biçimde uyarıcıya tepki vermez, uyarıcıları yorumlar. Diğer bir deyişle birey davranışı ardından ortaya çıkan hoş sonucun farkında olduğu, neyin pekiştirildiğini bildiği ve aynı şekilde davrandığı takdirde aynı pekiştireci tekrar alacağını umduğu için dış uyarıcılar (pekiştireçler) davranış değişikliğine yol açmaktadır (Bandura, 1977a). Bu nedenle aslında davranış değişikliğine yol açan basit bir biçimde dış uyarıcılar değil bu uyarıcıların anlamlandırılmasını ve yorumlanmasını içeren bilişsel süreçlerdir.

Kişiliğin Yapısı

Bandura da Miller ve Dolard gibi kişiliğin yapısı ile ilgili soyut kavramlar öne sürmemiştir (Ewen, 1998). Ancak kişinin kendi davranışlarını nasıl düzenlediğine ve kendi yeterliğine ilişkin algısına özellikle önem vermiştir.

Öz Düzenleme

Bandura'ya göre insanların davranışları yalnızca dışsal pekiştireçler ve cezalarla kontrol edilmez. İnsanlar davranışlarını büyük ölçüde kendileri için oluşturdukları ölçütlere göre düzenlerler. Bandura (1986, 1991), bireyin kendi davranışlarını gözlemleyip, kendi için oluşturduğu ölçütlerle karşılaştırarak bir yargıda bulunmasını ve gerektiğinde davranışlarını ölçütlerine uygun hale getirmek üzere değiştirmesini ***öz düzenleme*** olarak adlandırır. Diğer bir deyişle öz düzenleme bireyin, kendi davranışlarını gözden geçirmesi, değerlendirmesi, yönlendirmesi, kontrol etmesidir.

Bandura (1994) insanların kendilerini düzenlerken hem reaktif hem de proaktif stratejiler kullandıklarını belirtir. İnsanlar, reaktif bir biçimde, sergiledikleri davranışlar ve kendi hedefleri arasındaki farkı kapatmaya çalışır ve davranışlarını ölçütlerine uygun hale getirirler. Diğer taraftan proaktif bir biçimde kendilerine yeni ve daha ileri hedefler oluşturarak bir dengesizlik durumu yaratıp yeteneklerini ve çabalarını tekrar denge kurmak (koydukları yeni hedefe ulaşmak) için işe koşarlar.

Bandura'ya göre davranışların düzenlenmesinde hem içsel faktörler hem de dışsal faktörler etkili olmaktadır. Dışsal faktörler öz düzenlemeyi iki şekilde etkiler. İlk olarak bize kendi davranışlarımızı değerlendirmek için bir standart sağlar. Kişinin kendine ait olduğu belirtilen ölçütler aslında çevreden (anne-babadan, akranlardan, okuldan vb.) öğrenilerek içselleştirilmiştir. Hangi standartları seçeceğimiz kişisel faktörlerce belirlense de seçeneklerimiz çevresel faktörlerce sunulanlarla sınırlıdır. Dışsal faktörlerin ikinci etkisi ise pekiştirme yoluyla gerçekleşmektedir. Her ne kadar öz düzenlemede içsel pekiştirme dışsal pekiştirmeden çok daha etkiliyse de tek başına yeterli değildir. İnsanlar ara sıra da olsa dışsal teşviklere de ihtiyaç duyarlar.

Aslında dışsal faktörler ve içsel faktörler öz düzenlemede etkileşim halindedir. Öz düzenleme sürecini etkileyen üç içsel gereklilik vardır (Bandura, 1986). Bunlar; *kendini gözleme, kendini değerlendirme ve kendine tepkide bulunma* gerekliliklerdir. Her şeyden önce kişi kendi performansını gözlemleyebilmelidir. Kişinin yaptığı bu gözlem bütünsel ve kesin olmak zorunda değildir. Neyi gözlediğimiz ilgilendiğimiz şeye ve halihazırdaki kendilik algı-

mıza bağlıdır. Kendini gözleme, öz düzenleme için yeterli değildir. Kişi aynı zamanda kendi davranışını da değerlendirmelidir. Bandura'ya göre insanlar yalnızca kendi davranışları üzerinde düşünme kapasitesine değil aynı zamanda kendi davranışlarını değerlendirme kapasitesine de sahiptir. Değerlendirme süreci kendi ölçütlerimize, kendimizi başkalarıyla kıyaslamamıza ve performansa biçtiğimiz değere bağlıdır.

Öz düzenlemedeki üçüncü ve son içsel faktör ise kendine tepkide bulunmadır. Kişi kendi davranışlarına, bu davranışların kendi standartlarına ne ölçüde uygun olduğuna bağlı olarak, olumlu ya da olumsuz tepkide bulunabilir. Diğer bir deyişle kişi kendi davranışları için kendini pekiştirici ya da kendini cezalandırıcı bir tepkide bulunur.

Bandura'ya göre (1999) insanlar, davranışa ilişkin ahlaki standartlar aracılığıyla da davranışlarını düzenlerler. İnsanlara zarar vermemek ve onlara proaktif bir biçimde yardımcı olmak ahlakın iki temel boyutudur. Öz düzenleyici mekanizmalarımıza uygun bir biçimde davranmadığımız sürece bu mekanizmalar diğer insanlar üzerinde bir etkiye sahip olmayacaktır. Bandura, vicdan ya da süperego gibi, davranışlarımızı kaçınılmaz bir biçimde ahlaki standartlara uydurmaya çalışan içsel bir kontrol aracına sahip olduğumuz fikrine katılmamaktadır. Ahlaki ilkelerin ahlaki davranışı yordamasının bu ilkeler davranışa dönüştürüldüğünde mümkün olduğunu belirten Bandura (2002), öz düzenleyici ilkelerin otomatik bir biçimde değil ancak harekete geçirildiklerinde işlediklerini belirtmekte ve bu durumu ***seçici aktivasyon*** olarak adlandırmaktadır.

Güçlü ahlaki inançlara sahip insanların aynı zamanda nasıl zalimce davranabildiklerini ***içsel kontrolün çözülmesi*** kavramıyla açıklayan Bandura (1994), insanların, davranışlarının ahlaklılığı konusunda kendilerini haklı görmeden bu tip davranışlar sergilemediklerini belirtmektedir. İnsanlar, yaptıkları bu davranışları kendilerince haklı görerek kendilerini ve davranışlarının sonucunu birbirinden ayırmakta (içsel kontrolün çözülmesi) ve kötü davranışlar sergilemekle birlikte ahlaki standartlarını korumayı sürdürebilmektedir. İçsel kontrolün çözülmesi ya da seçici bir biçimde aktive edilmesinin farklı yolları mevcuttur (Bandura, 1994). İnsanlar davranışlarını ahlaki olarak haklı gösterecek şekilde yeniden tanımlayabilirler (1), davranışlarının sonucunu yadsıyabilir, minimize edebilir ya da çarpıtabilirler (2), suçu davranışlarının kurbanına yükleyebilir, ya da onları kişiliksizleştirebilirler (3), davranışın sorumluluğunu başkasına yükleyebilir ya da sorumluğu kimsenin sorumlu sayılamayacağı şekilde yayabilirler(4).

Öz Yeterlik

İnsanlar yeteneklerini aştığını düşündükleri faaliyetlerden kaçınırken yapabileceklerini düşündükleri görevleri üstlenme eğilimi sergilerler. Davranışlarımızı etkileyen en önemli etkenlerden biri de çevrenin talepleri ile başetme potansiyelimize ilişkin algımızdır. Bandura, (1986) öz yeterliği, bireyin belli bir performansı meydana getirmesi için gerekli etkinlikleri organize edip başarılı bir biçimde yapma kapasitesine ilişkin algısı olarak tanımlamıştır. Diğer bir deyişle öz yeterlik; bireyin karşılaşabileceği çevresel olayların üstesinden gelmede ne derece başarılı olabileceğine yönelik yargısıdır. Öz yeterlik, bireyin sahip olduğu becerilerle değil, sahip olduğu bu becerilerle neler yapabileceğine ilişkin algısı ile ilgilidir.

Bunun yanında Bandura, yetkinlik beklentisi ve sonuç beklentisini birbirinden ayırmaktadır. Algılanan öz-yeterlik (yetkinlik beklentisi) bireyin belli bir düzeydeki performansı yerine getirme kapasitesine ilişkin algısı iken; sonuç beklentisi, bireyin bu davranışının doğuracağı olası sonuca ilişkin yargısıdır (Bandura, 1986). Burada sonuç sözcüğü davranışın başarıyla tamamlanması şeklinde anlaşılmamalıdır, sonuç ile kastedilen şey; davranışın ardından ortaya çıkacak durumdur. Örneğin, bir çocuğun ağaca tırmanıp yukarıdaki dallardan birinde mahzur kalan bir kediyi oradan alıp aşağıya indirebileceğini düşünmesi onun yetkinlik beklentisidir (algılanan öz-yeterlik); diğer taraftan bu davranış sonucunda arkadaşları tarafından alkışlanma, onların övgü ve onayını alma ve böyle bir başarı sonrasında öz-doyum yaşama beklentisi ise sonuç beklentisidir. Bu durumda hem yetkinlik beklentisi hem de sonuç beklentisi kişinin belli bir performansı sergilemeye girişmesini yordamada etkili olacaktır. Ancak Bandura, yetkinlik beklentisinin, sonuç beklentisine göre davranışı daha iyi yordadığını belirtmektedir. Yüksek bir yetkinlik beklentisine sahip olan kişiler, belirli bir hedefe ulaşmada ya da sorunlarıyla başa çıkma çabalarında kararlı ve ısrarcı olurlar. Diğer yandan, düşük öz-yeterlik algısına sahip bireyler ise, üstesinden gelemeyeceklerini düşündükleri zor işleri yapmaktan kaçınır, bu yönde çaba göstermezler ve çabucak vazgeçme eğiliminde olurlar.

Bandura (1986), bireyin öz-yeterlik algısının dört temel kaynaktan elde edilen bilgilere dayandığını belirtmiştir. Bunlar; (1)tamamlanmış başarılı performanslar, (2) dolaylı yaşantılar, (3)sözel ikna ve (4) fizyolojik ve duygusal durumlardır.

1. Tamamlanmış Başarılı Performanslar: Geçmişteki başarılı performanslar kişisel üstünlük deneyimlerine dayandıkları için öz-yeterlik algısının en etkili bilgi kaynağıdırlar. Başarılı deneyimler kişinin yetkinlik beklentisinin artmasını sağlarken üst üste yaşanan başarısızlıklar, özellikle de bu başarısızlıklar ilk denemelerde gerçekleşirse ve yeterince çabalamamaktan ya

da olumsuz dış koşullardan kaynaklanmıyorsa, yetkinlik beklentisini düşürür. Daha önce yaşadığı başarılarının sonucunda kişi kendisiyle ilgili olumlu yetkinlik beklentisi geliştirecek ve geçmişte elde ettiği bu başarıyı yine elde etme beklentisi içinde olacaktır. Başarılı performansların yetkinlik beklentisini artırması başarılan görevin zorluğuyla doğru orantılı olacaktır. Benzer şekilde kişinin kendi başına üstesinden geldiği görevler başkalarından yardım alarak ya da başkalarıyla işbirliği içinde tamamladığı görevlere oranla yetkinlik beklentisini daha çok artıracaktır. Daha önce de değinildiği gibi kişi tüm çabasını sergilediği halde başarısız olduğunda yetkinlik beklentisi düşecektir. Özellikle de bu başarısızlık, kişi bir yetkinlik duygusu kazanmadan oluşursa bunun öz-yeterlik algısını düşürücü etkisi daha fazla olacaktır. Tekrarlanan başarılı performanslar neticesinde gelişen yetkinlik beklentisinden sonra ara sıra meydana gelen başarısızlıkların çok fazla olumsuz etkisi olmayacaktır. Birey yeterli çaba ile en zor engellerin bile üstesinden gelinebileceği deneyimini yaşamışsa ara sıra yaşayacağı başarısızlıklar öz-yeterlik algısını düşürmeyecektir (Bandura, 1986, 1977b).

2. Dolaylı Yaşantılar: Kişinin kendi deneyimleri kadar etkili olmasa da dolaylı yaşantılar da yetkinlik beklentisini önemli ölçüde etkiler. İnsanlar, kişisel yetkinlikle ilgili birçok yargılarını dolaylı yaşantılardan edinmektedirler. Diğer insanların olumsuz sonuçlar yaşamaksızın güçlüklerin üstesinden gelebildiğini görmek, gözlemcilerde eğer yeterince çaba harcar ve sabırlı olurlarsa kendilerinin de bunu başarabileceği beklentisini geliştirebilir. Kişi çoğunlukla de kendisiyle benzer özelliklere sahip kimselerin başarılı performanslarını gözleyerek aynı şeyleri yapabileceği inancı geliştirir. Gözlenen modelin başarısız performansları da kişinin öz-yeterlik algısını olumsuz yönde etkileyebilir. Ancak başkalarının başarılı performanslarını izleyerek (dolaylı yaşantılar) edinilen yetkinlik beklentisi, kişinin kendi başarıları yoluyla edindiği yetkinlik beklentisi kadar güçlü değildir. Bu nedenle de kişinin yaşayacağı başarısız deneyimlerin bu yolla edindiği öz-yeterlik algısı üzerindeki olumsuz etkisi çok daha fazla olacaktır. Diğer yandan gözlenen modelin performansının başarısız olması durumunda ise tersi söz konusu olacak ve kişi özellikle de kendi özelliklerine yakın özelliklere sahip bir modelin başarısız performansına şahit olduğunda bu onun öz-yeterlik algısı üzerinde kuvvetli bir olumsuz etkiye neden olacaktır (Bandura, 1986, 1977b).

3. Sözel İkna: Kişinin yetkinlik beklentisi diğer insanlar tarafından verilen mesajlardan da etkilenir. Sözel iknanın kalıcı öz-yeterlik algısı üzerindeki etkileri sınırlı da olsa belirli koşullar altında diğer insanların, kişinin başarılı olacağına ya da başaramayacağına ilişkin destekleyici ya da cesaret kırıcı ifadeleri, kişinin yetkinlik beklentisini artırabilir ya da azaltabilir. Ancak bu şekilde elde edilen yetkinlik beklentisi, bireyin kendi başarılı deneyimleri

sonucunda elde ettiği yetkinlik beklentisinden daha zayıftır ve olumsuz yaşantılardan kolayca etkilenebilir. Çevresi tarafından üstesinden gelmesi gereken bir görevi başarıyla tamamlayabilmek için gereken kapasiteye sahip olduğuna ikna edilen bir kimse kendi yetersizliği konusunda düşünüp durmaktan vazgeçip, o işi başarmak için daha fazla çaba harcayacaktır. Ancak, bu sözel iknanın gerçekçi sınırlar içinde olması önem taşımaktadır. Gereğinden fazla cesaretlendirilen birey, gerçekçi olmayan bir öz-yeterlik algısı geliştirebilir ve küçük bir başarısızlık sonucunda bile sahip olduğu yetkinlik beklentisini çabucak yitirebilir. Sözel ikna, gerçekçi boyutlarda olduğunda olumlu etkileri olacaktır. Bir görevi başarabileceği konusunda ikna edilen kişi herhangi bir sorun olduğunda yetersiz olduğuna inanan kişiden daha kararlı, ısrarlı ve neticesinde de çok daha başarılı olacaktır. Ancak gerçekçi olmayan sözel ikna, kişinin başarısızlık yaşaması durumunda ikna eden kişiye ve kişinin kendi yetkinliğine olan güvenini ciddi anlamda sarsabilir (Bandura, 1986, 1977b).

4. Fizyolojik Durum: Fizyolojik ve duygusal durumlar da kişinin öz-yeterlik algısını etkileyebilmektedir. İnsanlar yoğun korku, kaygı ya da yüksek düzeyde stres yaşadıklarında yetkinlik beklentileri düşebilmektedir. İnsanlar stresli durumlarda bedenlerindeki tepkileri yetersizlik belirtisi olarak değerlendirebilmektedir. Kişi stresli bir durumda yaşadığı bedensel tepkileri kaygı olarak yorumladığında yapacağı işin üstesinden gelemeyecek kadar gergin olduğunu düşünebilir. Gerilimli ve yorucu durumlar kişinin uyarılmışlık düzeyini artırır. Yüksek uyarılmışlık düzeyi, performansı olumsuz yönde etkilediği için uyarılmışlık düzeyinin artmış olması, tehdit edici durumlarla başa çıkmada algılanan öz-yeterliği olumsuz yönde etkileyecektir. Ancak orta düzeyde kaygının performansı olumlu yönde etkilediği de unutulmamalıdır. Birey çok fazla kaygılı ve huzursuz değilse, daha başarılı olur. Aşırı kaygının azaltılmasının ve gevşemenin performansı olumlu yönde etkilediği bilinmektedir (Bandura, 1986, 1977b).

Kişiliğin Gelişimi

Bandura'ya göre insan davranışlarının nedeni ve kişiliğin gelişimi kişinin öğrenme tarihçesinde yatar. Ancak Bandura'nın öğrenme konusundaki görüşleri radikal davranışçılıktan oldukça farklıdır. Skinner'in aksine Bandura (1977a, 1986), öğrenmenin gerçekleşmesi için davranışın kişi tarafından sergilenmesi ve ardından da pekiştirilmesi gerektiğine katılmamaktadır. Bandura tepkisel ve edimsel koşullanma yoluyla öğrenmeyi kabul etmekle birlikte öğrenmenin tepkisel ya da edimsel koşullanmayla sınırlı olmadığını, hatta insan öğrenmelerinin büyük bir kısmının model alma yoluyla (gözlem yoluyla) dolaylı bir biçimde gerçekleştiğini belirtmiştir.

Gözlem Yoluyla Öğrenme

Bandura'ya göre başkalarının davranışlarını gözleyerek, duyarak ya da okuyarak da birçok şeyi model alma yoluyla, dolaylı olarak öğrenmemiz mümkündür. İnsanlar doğrudan deneyimleri neticesinde bir şeyler öğreniyor olsalar da öğrenmiş oldukları pek çok şeyi başkalarını gözleyerek edinmektedirler. Bandura, (1986) bilginin yalnızca kişinin kendi davranışlarının etkisiyle edinilmediğini ve eğer öyle olsaydı bilişsel ve sosyal gelişim sürecinin aşırı derecede yorucu olacağını ve gelişim seviyesinin çok geri olacağını belirtmiştir. Çünkü insan davranışlarının çoğu pekiştirme ve cezalandırma yoluyla öğrenilemeyecek kadar karmaşıktır. Bandura pek çok karmaşık davranışın pekiştireçlerle biçimlendirilmesinin çok fazla zaman alacağını, oysa davranışların çoğunun diğer insanları gözleyerek öğrenildiğini öne sürmekte ve **yaparak öğrenme** ve **dolaylı öğrenme**'yi birbirinden ayırmaktadır. Yaparak öğrenmede birey kendi davranışlarının sonuçlarından öğrenirken dolaylı öğrenmede diğer bireylerin davranışlarının sonuçlarından öğrenmektedir. Yaparak öğrenmede, edimsel koşullanmada olduğu gibi, kişinin davranışı en az bir kez ortaya koyması ve ardından da pekiştirilmesi gerekmektedir. Dolaylı öğrenmede ise, kişinin davranışı bizzat yapma zorunluluğu yoktur. İnsanlar, diğer insanların davranışlarını ve bu davranışların sonuçlarını gözleyerek birçok davranışı yapmayı ya da bu davranışlardan kaçınmayı öğrenebilmektedir (Bandura, 1977a, 1986).

Gözlem yoluyla öğrenmenin temelinde model alma vardır. Model alma basit bir biçimde diğer insanların davranışlarını taklit etmek anlamına gelmemektedir. Model alma, diğerlerinin davranışlarının gözlenmesini, bu davranışların bilişsel temsilcisinin oluşturulmasını ve depolanmasını ve istenildiğinde tekrar hatırlanarak üzerinde düşünülmesini içeren bilişsel bir süreçtir. Model almayı etkileyen bazı faktörler vardır. Genel olarak insanlar kendi özelliklerine yakın özelliklere sahip olduğunu düşündükleri insanları daha fazla model almaktadır. Diğer yandan güçlü, ünlü ve statü sahibi modellerin gözlemci üzerindeki etkisi güçlü olmayan, ünlü olmayan ve statü sahibi olmayan kimselere nispeten daha fazla olmaktadır. Ancak gözlemci, güçlü modelden gözlediği ve öğrendiği davranışını performansa dönüştürmede başarısızlık yaşarsa gözlemci davranışı yapmaktan vazgeçmekte ve modelin gözlemci üzerindeki etkisi de azalmaktadır.

Gözlem Yoluyla Öğrenmeyi Sağlayan Dolaylı Yaşantılar: Bandura, gözlem yoluyla öğrenmeyi sağlayan şeyin modelden edinilen dolaylı yaşantılar olduğunu belirtmiştir. Örneğin diğer insanların davranışlarının iyi sonuçlar doğurduğuna şahit olmak gözlemcinin benzer şekilde davranma olasılığını artırmaktadır. Bandura bu olguyu ***dolaylı pekiştirme*** olarak

adlandırmaktadır. Pekiştirmenin davranışı güdüleyici bir etkisi olduğu için dolaylı pekiştirme de ***dolaylı güdülenmeye*** yol açacaktır. Diğer bir deyişle kişi gözlediği modelin sergilediği davranış neticesinde ulaştığı hoş duruma kendisi de ulaşmak isteyecek bunun da harekete geçirici (güdüleyici) bir işlevi olacaktır. Benzer şekilde diğer insanların davranışlarının olumsuz sonuçlar doğurduğuna şahit olmak da gözlemcinin benzer şekilde davranma eğilimini azaltmaktadır. Bu etkiyi de ***dolaylı ceza*** olarak adlandıran Bandura'ya göre toplumsal değerlerin bireylere aktarılmasında dolaylı pekiştirme ve dolaylı cezanın önemli bir rolü vardır (Bandura, 1986).

Dolaylı yaşantılardan biri de duygusal tepkilerimizin gelişmesi ve düzenlenmesinde önemli bir role sahip olan ***dolaylı duygulanımdır***. İnsanlar genellikle hoş ya da nahoş deneyimler yaşarken kimi duygusal tepkiler de sergilerler. Gözlemciler bu duygusal dışavurumdan kolaylıkla etkilenebilmektedir (Bandura, 1986). Dolaylı duygulanım sayesinde insanlar, aynı şeylerin başlarından geçmesine gerek kalmaksızın, nelerin zevk verici, nelerin acı verici olduğunu öğrenmektedir. Dolaylı duygulanımın bir diğer önemli fonksiyonu da empatinin ayrılmaz bir parçası olmasıdır. Ancak dolaylı duygulanımın faydaları olduğu gibi zararı da vardır. İşlevsel olmayan birçok korku da bu yolla edinilmektedir. Birçok insan kendileri doğrudan bir yaşantı geçirmedikleri halde modellerin olumsuz yaşantılarına tekrar tekrar şahit olarak bir nesneden, durumdan, yerden ya da kişiden korkmayı öğrenebilmektedir. Modelin davranışları, ses tonu, jest ve mimikleri gözlemcinin dolaylı yaşantı kazanmasına yol açmakta ve bu şekilde gözlemci modelin sahip olduğu korkulara sahip olabilmektedir.

Gözlem Yoluyla Öğrenme Süreçleri: Bandura'ya göre öğrenme geniş anlamda, çevresel davranışlar ve davranışların yapısı ile ilgili bilginin bilişsel temsilcisinin oluşturulduğu, davranışlara rehberlik eden bilişsel bir süreçtir. Gözlem yoluyla öğrenme dikkat, hatırda tutma, davranışı meydana getirme ve güdülenme olmak üzere dört temel süreci kapsar (Bandura, 1986).

Dikkat süreci: Gözlem yoluyla öğrenmenin gerçekleşebilmesi için öncelikle gözlemcinin model aldığı davranışa dikkat etmesi ve davranışı doğru bir biçimde algılaması gerekir. Dikkati etkileyen faktörlerin kimi gözlemciyle kimi de modelle ilgili faktörlerdir. Daha sık ilişkiye geçtiğimiz kişileri daha fazla gözleme şansımız olduğu için bu insanların davranışlarının dikkatimizi çekme olasılığı daha fazladır. Bununla birlikte gözlemciler genellikle çekici, statüsü yüksek, ünlü ve ilginç modellere dikkat etmektedir. Bireyin, modelin davranışından etkilenmesinde, modelin özellikleri kadar gözlemcinin özellikleri de etkilidir. Gözlemcinin geçmiş yaşantıları, ön bilgileri ve beklentileri

dikkatini ve algısını etkiler. Diğer yandan gözlenecek davranışın gözlemcinin amacına uygun olması da dikkati artırmaktadır. Gözlemci kendi amacına uygun etkinliklere daha fazla dikkat edecektir (Bandura, 1986).

Hatırda Tutma Süreci: Gözlem yoluyla edinilen bilgilerin yeni davranış örüntülerine dönüşmesi için bu örüntülerin bilişsel temsilcilerinin oluşturulması gerekir. Diğer bir deyişle gözlemcinin şahit olduğu davranışı hatırlaması gerekmektedir. Bu süreç dikkat edilip doğru bir biçimde algılanan davranışın sembolik kodlamasını ve zihinsel olarak tekrar edilmesini içermektedir. Model alınan davranışın hatırda tutulması için gözlenen davranışın uzun süreli bellekte kodlanması ve depolanması gerekir. Bilgi görsel ya da sözel olmak üzere iki yolla sembolleştirilebilmektedir. Ancak Bandura'ya göre davranışları düzenleyen bilişsel süreçlerin çoğu sözeldir. Hatırda tutma süreci gözlemcinin bilgiyi sözel kodlara dönüştürerek aklında tutmasını ve daha sonra performansa dönüştürmesini olanaklı kılar. Bilginin hatırlanması modelin davranışının kodlanması ve düzenlemesinin yanı sıra, davranışın açık ya da örtük bir biçimde tekrar edilmesini gerektirir (Bandura, 1986).

Davranışı Meydana Getirme Süreci: Bu aşama öğrenilenlerin performansa dönüştürülmesini içerir. Gözlemci modelin davranışlarına dikkat edip doğru bir biçimde algıladıktan ve bu davranışın bilişsel temsilcisini oluşturup uzun süreli belleğine yerleştirdikten sonra davranışı meydana getirmeye hazırdır. Model alınan davranış bellekteki kodlamaya uygun olarak performansa dönüştürülür. Davranışı meydana getirme sürecinde gözlemci kendi performansını gözleyerek modelin davranışlarına ilişkin belleğindeki kodlar ile karşılaştırır. Kendi performansı ile modelin davranışına ait kodlama arasında fark olduğunda davranışı düzenleme işlemleri başlar. Davranışı düzenleme işlemi, gözlemcinin davranışı model alınan davranışa benzeyinceye kadar sürer (Bandura, 1986).

Güdülenme Süreci: Dikkat ve hatırda tutma süreçleri davranışın kazanılmasını sağlayabilir ama öğrenilenlerin performansa dönüşmesi için güdülenme sürecine ihtiyaç vardır. Bandura, öğrenme ve performansı birbirinden ayırmaktadır. Gözlem yoluyla edinilen davranışların mutlaka davranışa dönüştürülmesi zorunluluğu yoktur. Bandura'ya göre yeni davranışları ya da becerileri gözlem yoluyla edinebiliriz ancak bu davranışları yapmaya ihtiyaç duyuncaya ya da güdüleninceye kadar performans olarak göstermeyiz. Güdülenme süreci öğrenilen davranışın performansa dönüştürülmesinde harekete geçirici bir rol oynar. Diğer yandan daha önce de değinildiği gibi Bandura'ya göre bireyin davranışı yapmaya güdülenmesi için davranışı doğrudan yaparak ödül alması gerekli değildir. Modelin davranışı neticesinde ödüllendirildiğini gören bir gözlemci, modelin davranışını tekrarlayabilir.

Diğer bir deyişle gözlemci davranış sonunda pekiştireç alacağını tahmin ederse gözleyerek öğrendiği davranışı sergilemeye güdülenecektir (Bandura, 1986).

Rastlantısal Olaylar ve Karşılaşmalar

Her ne kadar insanlar kendi yaşamları üzerinde önemli ölçüde kontrol sahibiyseler de olası tüm çevresel değişimleri tahmin etmek ya da yordamak şansına sahip değildirler. Bandura, rastlantısal olayların ve karşılaşmaların önemi üzerinde ciddiyetle duran tek kişilik kuramcısıdır denilebilir (Feist ve Feist, 2006).

Bandura (1998) rastlantısal karşılaşmayı "birbirleriyle tanışmayan insanların niyetlenilmemiş karşılaşmaları"; rastlantısal olayları ise "beklenmedik ve niyetlenilmemiş çevresel deneyimler" olarak tanımlamıştır. İnsanlar her gün belli ölçüde yaşadıkları tesadüfi olaylardan ya da karşılaşmalardan etkilenmektedirler (Bandura, 1982) . Ya da bir kimsenin eşi, işi ya da ikamet ettiği yer planlanmamış ve beklenmeyen bir karşılaşmanın sonucu seçilmiş olabilir.

Örneğin çok başarılı ve örnek bir öğrenci olan Paul Watkins'in yaşamı, taşındığından bihaber olduğu eski bir arkadaşını ziyarete gittiğinde onun kaldığı yerin yeni sakinleriyle tanıştıktan sonra bütünüyle değişmiştir. Burada bir seri katil topluluğu olan Charles Manson ve ailesi ile tanışan Watkins bu ailenin bir üyesi olmuş ve oldukça kötü suçlara ortaklık etmiştir (Bandura, 1982). Bir diğer örnek, organik sentezde önemli ayraçlar olan bor ve fosfor bileşiklerini geliştirdiği için Nobel kimya ödülüne layık görülen Herbert Brown'ın hikayesidir. Brown'ın bu alanda kariyer yapmayı tercih etmesinin nedeni kız arkadaşının kendisine aldığı mezuniyet hediyesidir. Üniversitenin kitapçısındaki en ucuz kitabı seçmek zorunda kalan kız arkadaşı bir anlamda Herbert Brown'ın kaderini de belirlemiştir (Bandura, 1982).

Ancak Bandura'nın belirtmek istediği kişiliğimizin tamamıyla tesadüfi olaylara ya da karşılaşmalara bağlı olduğu değildir. Daha önce de belirtildiği gibi davranışlarımız, bireysel özelliklerimiz ve çevre arasında üçlü bir karşılıklı nedensellik söz konusudur. Bu nedenle de tesadüfi olayların kişiliğimiz ve davranışlarımız üzerindeki etkisi ancak, bu üçlü belirleyicilik kapsamında, niyetlenilmiş olayların etkileri kadar olabilir. Somut olarak örneklendirmek gerekirse Herbert Brown söz konusu kitabı hediye olarak aldığı için bu alana yönelmiş olabilir. Ancak Brown'ın tercihinde ve başarısında bireysel özelliklerinin de etkisi vardır. Louis Pasteur'ün "şans yalnızca ona hazır olanlara

iltimas geçer" sözüne atıfta bulunan Bandura (2001), kişinin tesadüfi olaylar karşısında tamamen pasif olmadığını belirtmiştir.

Bandura'ya göre tesadüfi olaylar ve karşılaşmalar kontrol edilemez nitelikte de değildir. İnsanlar kendileri için arzulanır olan olayların ve karşılaşmaların gerçekleşme ihtimalini artıracak davranışlarda bulunarak ve tercihler yaparak ya da hoş olmayacak tesadüfi karşılaşma ya da olayların gerçekleşme olasılığını tahmin edip bu olaylardan ve karşılaşmalardan kaçınmalarına yardımcı olacak adımlar atarak kendi şanslarını yaratabilirler. Diğer taraftan bu kavramlara kişilik gelişiminde önemli rol biçmekle Bandura'nın, psikolojinin tesadüfi olayları yordaması gerektiğini belirttiğini düşünmek yanlış olur. Bandura yalnızca böyle olayların kişilik gelişimi ve davranışlar üzerindeki olası etkilerinin dikkate alınması gerekliliğini dile getirmiştir.

Eleştiriler ve Değerlendirme

Kuramını, ortaya koyarken kuram oluşturmanın iki temel bileşeni olan yenilikçi spekülasyonları ve kesin gözlemleri çok iyi dengeleyen Albert Bandura, insan davranışının karmaşık ve önemli bir yönü olan bilinçli ve bilinçdışı çatışmaları önemsemekle ve psikanalize karşı aşırı önyargılı olmakla eleştirilmektedir. Bandura önerdiği sınanabilir hipotezlerle ve bunları sınayarak ortaya koyduğu ampirik sonuçlarla bilimsel açıdan oldukça güçlü bir kuram oluşturmuştur. Kuramında yer alan hipotezler başka araştırmacılar için de zengin bir kaynak niteliği kazanmıştır.

Bandura'nın kuramı, terapistler, öğretmenler ve ebeveynler açısından bakıldığında uygulama açısından güçlü bir kuramdır. Onun, yeni davranışların kazanılması ve korunması, öz-yeterlik ve öz-düzenleme konularındaki görüşleri ve önerileri uygulamada faydalı bir rehber işlevi görmektedir.

Bandura'nın, radikal davranışçılığın aksine öğrenmede bilişsel süreçleri dikkate alan yaklaşımı davranışçı psikolojiye önemli açılımlar sağlamıştır. Davranışçı yaklaşıma bilişsel değişkenleri ekleyerek davranışçılığın ele aldığı olguları genişletmiştir. Bu şekilde Bandura, bugün bilişsel-davranışçı olarak anılan ve içinde Julian Rotter, Walter Mischel, David Meichenbaum, Aaron Beck ve Albert Ellis'in de sayılabileceği önemli kuramcıların katkılarıyla oluşan yaklaşımın temellerini atan önemli isimlerden biri olmuştur.

KİŞİSEL YAPILAR KURAMI



GEORGE ALEXANDER KELLY

George Alexander Kelly'nin Yaşam Öyküsü

George Alexander Kelly, 28 Nisan 1905'te ABD'nin Kansas eyaletindeki Wichita kentine bağlı küçük bir kasaba olan Perth yakınlarındaki bir çiftlikte dünyaya geldi. Ailenin tek çocuğu olan Kelly'nin babası bir Presbiteryan rahibi, annesi ise eski bir öğretmendi. Babası, Kelly'nin doğumuyla birlikte rahipliği bırakarak çiftçilik yapmaya başlamıştı. Kelly henüz 4 yaşındayken ailesi Colorado'ya taşındı. Burada yaşadıkları süre içinde Kelly okula düzenli olarak gidememiş ve en çok birkaç hafta üst üste olmak üzere belli aralıklarla eğitim alma şansı bulabilmişti. Ancak hem annesinin hem de babasının iyi eğitim almış kişiler olması onun istikrarsız ilkokul yıllarından olumsuz şekilde etkilenmesini engellemiştir. Colorado'daki kuraklık nedeniyle ailenin tekrar Kansas'a dönmesi de düzensiz okul yaşantısını değiştirmedi. Kelly, Kansas'ta dört farklı lisede eğitim aldı. İlk olarak çiftlik yakınlarındaki bir liseye kaydolan Kelly 13 yaşına geldiğinde Wichita'daki bir okula gönderildi. Bundan sonra yaşamını büyük ölçüde ailesinden uzakta geçiren Kelly, mezun olduktan sonra üç yıl boyunca Wichita'daki Friends Universitesi'ne bir yıl da Missouri Park Koleji'ne devam ederek 1926 yılında bu okuldan mezun oldu. Kelly çok geniş ilgi alanlarına sahip olan biriydi. Üniversite yıllarında münazara takımının etkin bir üyesi olması nedeniyle sosyal sorunlarla yoğun bir biçimde ilgilenmeye başlamıştı. Fizik ve matematik alanında lisans derecesine sahip olmasına rağmen Kansas Üniversitesi'nde eğitim sosyolojisi alanında yüksek lisans yaptı. Bir süre farklı gruplara hitabet dersleri vermek, yurttaşlık hakkı edinen yeni ABD göçmenlerine yurttaşlık eğitimi vermek gibi kimi işlerde çalıştıktan sonra 1928 yılında Iowa'ya taşınarak burada drama öğretmenliği yapmaya başladı. Iowa'da çalıştığı okulda İngilizce öğretmenliği yapan Galdys Thompson'la tanıştı ve evlendi. Bir buçuk yıl sonra Minnesota'ya taşındı ve Minnesota Üniversitesi'nde ders vermeye başladı. Daha sonra tekrar Wichita'ya dönen Kelly burada bir süre havacılık mühendisi olarak çalıştı. 1929 yılında Edinburgh Üniversitesi'nde eğitim bilimleri okumak için İskoçya'ya gitti. Burada bulunduğu süre içinde psikolojiye ilgi duymaya başlayan Kelly, Edinburgh'tan döndükten sonra bu alanda eğitim almayı tercih ederek 1931 yılında Iowa Üniversitesi'nde psikoloji alanında doktorasını tamamladı. Sonraki on yılını Fort Hays Kansas State Koleji'nde geçirdi. Burada fizyolojik psikoloji derslerine giren Kelly bu sıralarda yaşanan Büyük Bunalımla birlikte fizyolojik psikolojiden daha insancıl bir şeylerle uğraşması gerektiğini düşünerek yoksul düşmüş insanlara psikolojik yardım vermek üzere psikoterapist olmaya karar verdi. Sorunlu olan insanları dinleyerek onlara sorunlarını çözmeleri için yardım etmeye çalıştığını belirten Kelly, bir süre sonra bu insanların en çok ihtiyaç duydukları şeyin, birisinin

onlara başlarına gelen şeyi açıklaması ve gelecekte başlarına gelecek şeyleri tahmin etmelerine yardımcı olması olduğunu keşfetti. Bu deneyimleri sırasında Freudiyen tekniklerden ve bakış açısından gittikçe uzaklaşan Kelly zamanla kendi kuramını ve klinik tekniklerini geliştirmeye başladı. İkinci Dünya Savaşı sırasında donanmada hizmet veren Kelly savaş sonrasında bir yıl Maryland Üniversitesi'nde çalıştıktan sonra 1946 yılında Ohio Üniversitesi'nde çalışmaya başladı. 1955 yılında en önemli yapıtı olan Kişisel Yapıların Psikolojisi (The Psychology of Personal Constructs) adlı kitabını yayınlayan Kelly, Chicago, Nebraska, Güney California, Northwestern, Brigham Young, Stanford, New Hampshire, gibi üniversitelerde misafir öğretim üyesi olarak birçok kez görev aldı. Kelly, savaş sonrası yıllarda ABD'de klinik psikoloji konusunda önemli bir isim haline gelmiş ve Amerikan Psikoloji Birliği'nin klinik ve danışma bölümlerin başkanlığını da yürütmüştür. 1965 yılında Brandeis Üniversitesi'ne geçen Kelly, 6 Mart 1967'de geliştirmiş olduğu Kişisel Yapılar Kuramını revize etme şansını bulamadan hayatını yitirmiştir.

Kişisel Yapılar Kuramı: Temel Kavramlar ve İlkeler

George Kelly'e göre insan davranışı hem gerçekliğe hem de insanların gerçeklik algılamasına dayanmaktadır. Kelly, Skinner'in davranışın çevre tarafından şekillendirildiği fikrini reddettiği gibi tek gerçeğin insanın öznel algısı olduğu şeklindeki mutlak fenomenolojiyi de reddetmektedir. Kelly (1955) evrenin gerçek olduğu ancak insanların bunu değişik yollarla yorumladığı görüşünü savunmaktadır. Bu nedenle insanların kişisel yapıları (construct) ya da olayları anlama ve açıklama şekilleri, onların davranışlarını yordamada anahtar rol oynamaktadır.

İnsanın Doğası

Kelly'nin kuramının pek çok yönü alışılagelmişin dışında bir görünüm sergiler. Kendisi, diğer kuramcıların benimsediği pek çok kavramı kabul etmemiştir. Ego, duygu, pekiştireç, dürtü, bilinçdışı, gereksinim hatta motivasyon gibi temel bir kavram dahi Kelly'nin kuramında yer almamaktadır (Ewen, 2003).

Kelly, psikolojinin çok genç bir bilim dalı olduğunu belirterek herhangi bir kişilik kuramının geniş bir davranış grubunu açıklamasının beklenmemesi gerektiğini belirtmiştir. Bir kuramın faydalı olabilmesi için odaklandığı davranış yönleriyle sınırlandırılması gerekmektedir. Kelly'nin kişisel yapılar kuramı klinik psikoloji alanı için tasarlanmıştır. Burada amaç, insanların kişiler arası ilişkiler yoluyla problemlerinin üstesinden gelmelerine yardımcı

olmaktır. Kelly (1955, s. 23) bu konudaki görüşlerini, "eğer oluşturduğumuz kuram kendi odaklandığı sınırlar içinde işe yararsa başarılı olduğunu düşüneceğiz, diğer alanlarda daha az başarılı olması durumunda ise çok rahatsız olmayacağız" diyerek ortaya koymuştur.

Kelly, içgüdüler, psişik enerji ve motivasyon gibi kavramları, insan doğasının doğal olarak aktif olduğu iddiasıyla reddetmektedir. Kelly'e göre etkinlik insan yaşamının özüdür, insanın kendisi bir hareket türüdür. Bu nedenle de organizmayı neyin harekete geçirdiği konusu güncel bir konu değildir. Kelly, motivasyonla ilgili kavramları açıkça reddetmekle birlikte insanların dış dünya ile başa çıkmada düzen ve yordanabilirlik duygusu arayışında olduğunu belirtmiştir. Kişinin beklentilerinin doğrulanması ya da doğrulanmaması, ödülden, cezadan ya da gerilim azaltmadan daha fazla psikolojik öneme sahiptir (Kelly, 1970).

Kelly'e göre tıpkı bilim adamları gibi insanlar da sürekli olarak kendi dünyaları ile ilgili hipotezler geliştirip bunları sınamaktadır. Bu gün ne giyeceğimize, hangi televizyon programını izleyeceğimize, ya da hangi mesleği seçeceğimize karar verirken, bilim adamı gibi bir yaklaşım sergileriz. Bu yaklaşımla, sorular sorar, hipotezler oluşturur ve onları sınarız, sonuçlar çıkarırız ve olacakları yordamaya çalışırız (Feist ve Feist, 2006). Tüm insanlar gibi gerçeklik algımız; kişisel yapılarımız, diğer bir ifadeyle kendi dünyamızda olaylara bakış açımız, açıklama ve yorumlama biçimimiz ile renklendirilmiştir.

Benzer bir yaklaşımla, bütün insanlar anlam arayışlarında gözlem yapar, olaylar arasındaki bağlantıları yorumlar, teoriler oluşturur, genellemeler yapar, makul olanları sınar ve bunlardan bir sonuca varırlar. Bilim adamlarının ulaştıkları sonuçların kesin olmayışı gibi bir kimsenin ulaştığı sonuçlar da yeniden değerlendirmeye ve yapılandırmaya açıktırlar.

Kelly, evrenin gerçekten var olduğunu ve bütün parçaları birbirleriyle kusursuz bir şekilde etkileşim içinde olan önemli bir bütünlük olarak işlevini sürdürdüğünü varsaymaktadır. Bununla birlikte, evren sürekli değişmektedir, bu nedenle de sürekli bir şeyler olmaktadır. İnsanların düşünceleri de gerçekten vardır ve bu sebeple insanlar sürekli değişen dünyalarını anlamlı kılmak için çabalar (Feist ve Feist, 2006). İnsanlar gerçeği farklı şekillerde yapılandırmaktadırlar ve kendi dünya görüşlerini değiştirebilme becerisine sahiptirler. Diğer bir deyişle, insanlar olaylara bakışlarında her zaman farklı alternatiflere sahiptir. Kelly (1963), evren hakkında var olan tüm yorumlarımızın gözden geçirilmeye ve değişmeye mahkûm olduğunu savunmuştur. Kelly, Adler'in kişinin olaylar hakkındaki yorumunun olayların kendisinden daha önemli olduğunu savunan görüşüne katılmaktadır. Ancak Kelly Adler'in aksine, yorumların zaman bağlamında anlamlı olduğu

yargısını ve belirli bir zamanda geçerli olan yorumun daha ileri bir tarihte farklı bir şekilde yorumlandığında yanlış olabileceğini vurgulamıştır.

Kişiliğin Yapısı

Kelly, kişinin geleceği tahmin etmek için bir bilim adamı gibi davrandığını belirtmiştir. Bilim adamlarının kuramlara sahip olduğu gibi insanlar da kendi gerçekliklerinin yapılandırmalarına sahiptir. Bilim adamlarının hipotezleri olduğu gibi insanların da tahminleri ya da beklentileri vardır. Bilim adamlarının deney yapmaları gibi insanlar da bu beklentilerini sınayan davranışlar sergilerler. Bilim adamlarının gerçekliğe uyması için kuramlarında revizyona gitmeleri gibi insanlar da deneyimlerine dayanarak gerçekliği anlamlandırışlarında düzeltmeler yaparlar. Kısacası insanlar, daha önce de değinildiği gibi, yaşadıkları çevre ile ilgili teoriler oluşturur ve daha sonra da denencelerinin gerçeğe uyup uymadığını sınarlar. Sağlıklı kişiler bu denencelerin yordama gücüne bağlı olarak onları yeniden düzenler veya olduğu gibi korurlar.

Kişisel Yapılar

Kelly insanların sürekli değişmekte olan dünyalarına ilişkin birleştirilmiş yorumlarının onların gerçekliğini oluşturduğunu varsaymaktadır. Tüm insanlar sürekli olarak dünyaya ilişkin kendi görüşlerini oluştururlar. Bazı insanlar sabit fikirlidirler ve dünyaya bakış açılarını nadiren değiştirirler. Gerçek dünya değişse de onlar kendi gerçekliklerine bağlı kalırlar. Kelly insanların kendi dünyalarına, gerçeklikle başa çıkmak için geliştirmiş oldukları 'saydam kalıplar ve şablonlarla' baktıklarını savunmaktadır. Her ne kadar bu kalıplar ve şekiller her zaman doğru olmasa da, bunlar insanların dünyayı anlamlandırma biçimidir. Olayları yorumlamak ve yordamak için kullandığımız bu bilişsel yapıları Kelly (1955), kişisel yapılar olarak adlandırmıştır.

Her insan kendi kişisel yapılarını geliştirir ve bunları yorumlama, yordama böylece çevresini kontrol etme açısından değerlendirir. Kelly'e göre insanlar dış dünyaya yalnızca tepki vermezler aynı zamanda onu aktif bir biçimde yapılandırır ve bu yapılandırmaya göre davranışlarına yön verirler. Olaylara anlamını veren ve davranışlarımızı belirleyen şey, doğru bir biçimde gerçekleştirilmiş olsun ya da olmasın, bizim gerçekliğe dair yaratıcı yorumumuzdur. Olayların nedenini ya da çevremizdeki insanların nasıl davranacaklarını bilememek rahatsız edici olabilir. Yordama ve kontrol ihtiyacımızı karşılamak için Kelly'nin şablon eşleştirmesine benzettiği bir süreci gerçekleştiririz (Burger, 2006). Dünyaya ilişkin görüşlerimiz saydam

şablonlara benzer. Bu şablonları yaşantılarımızın üzerine yerleştirir ve eğer birbirlerine uyuyorlarsa bu şablonları daha sonra da kullanmak üzere saklarız. Uymadıklarında ise bir dahaki sefere daha iyi yordamak için üzerlerinde değişiklikler yaparız. Örneğin geçmiş gözlemlerimize dayanarak sınıf arkadaşlarımızdan biriyle ilgili bazı hipotezler geliştirmiş olabiliriz. Bu hipotezlerden biri de bu arkadaşımızın soğuk ve içine kapanık biri olduğu şeklindedir. Bu arkadaşımızla her karşılaştığımızda onun hakkında daha fazla bilgi edinir ve hipotezimizle karşılaştırırız. Eğer beklentimiz doğrulanırsa yani arkadaşımız içine kapanık ve soğuk bir şekilde davranırsa bu şablonu kullanmaya devam ederiz. Ancak doğrulanmazsa yani arkadaşımız farklı durumlarda cana yakın ve dışa dönük davranışlar sergilerse eski şablonumuzu atıp yenisini geliştiririz. Daha önce de değinildiği gibi bu süreç ampirik verilere göre hipotezlerini destekleyen ya da değiştiren bilim adamlarının bilgi üretme sürecine benzemektedir.

Kişisel Yapıların Özellikleri

Kişisel yapılar kuramı bir temel varsayımla ifade edilmekte ve destekleyici 11 önermeyle detaylandırılmaktadır. Temel varsayım, " *bir kimsenin süreçlerinin, olaylar hakkındaki beklentileri yoluyla psikolojik olarak yönlendirildiğidir".* (Kelly, 1995, p. 46). Diğer bir deyişle insanlar olup bitenleri belli bir bekleyiş çerçevesi içinde algılamaktadır. Bu varsayım, sorgulanmaya ve bilimsel olarak sınanmaya açık deneysel bir varsayımdır.

Kişiliğimizi oluşturan doğal olarak aktif özellik gösteren psikolojik süreçler, geleceği tahmin etme tarzımız tarafından biçimlendirilmekte ve alışılmış örüntüler haline dönüştürülmektedir. İnsanlar bu tahminleri kişisel yapılarını oluşturup kullanarak gerçekleştirirler. Bu da aşağıda ifade edilen önermelerde açıkça görülebilir. Daha önce de belirtildiği gibi kişisel yapılar kuramı destekleyici 11 önermeyle detaylandırılmaktadır. Bunlar:

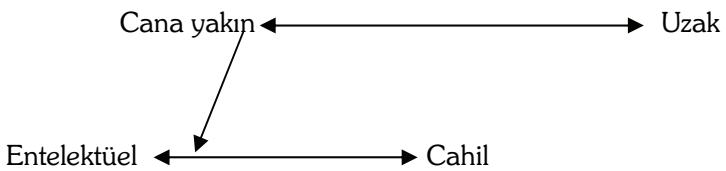
Yapılandırma Önermesi: "*Kişi benzerlerini yapılandırmak suretiyle olaylarla ilgili beklentiler geliştirir"* (Kelly, 1955: s. 50). Daha açık bir ifadeyle beklentilerimizi geçmiş deneyimlerimizi kullanarak yapılandırırız. İnsanlar olarak temelde tutucu bir eğilime sahibizdir. Olayların daha önce oldukları gibi olmalarını bekleriz. Geleceği yordayabilmek için yaşamımızdaki geçmiş olayları yapılandırmamız ve bunlar arasındaki benzerlikleri ve farklılıkları çıkarmamız gerekir. İki olay asla birbirinin aynısı olmasa da bizler yine de benzer olayları aynı şekilde algılanacak biçimde yorumlarız. Örneğin iki arkadaşımızla birlikte bir projede çalışacağımızı varsayalım. Bu ilişkilerde neler olacağı ile ilgi varsayımlarda bulunmak için önceden geliştirmiş olduğumuz kişisel yapılarımızı kullanmak bize yardımcı olacaktır. Bu arkadaşlarımızdan birinin (A) genellikle cana yakın olduğunu

diğerinin (B) ise genelde tembel olduğunu hatırlarsak ertesi gün onlarla buluştuğumuzda A'nın bizi samimi bir şekilde karşılayacağını, B'nin ise daha önce yapmasına karar verdiğimiz işleri yapmamış olacağını düşünürüz. Eğer bu tahminler doğru olursa biz 'cana yakın – uzak', 'tembel – sorumlu' yapılarını kullanarak bu insanlar hakkında beklentiler geliştirmeye devam ederiz. Burada göz önüne alınması gereken konu bireylerin geçmiş olayları yalnızca hatırlamaları değil; kendi yapılarını kullanarak geçmişteki benzer durumlarla ilgili yapılar geliştirmeleri ve bu yapılarla geleceği yordayabilmeleridir.

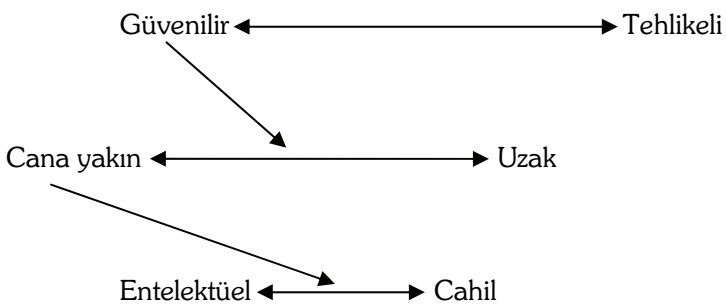
Bireysellik Önermesi: "Kişilerin olayları yapılandırma biçimleri birbirinden farklıdır" (Kelly, 1955: s.55). Her insanın deneyimleri birbirinden farklı olduğu için farklı insanlar aynı olayı farklı şekillerde yorumlarlar. Bu nedenle iki kişi hiçbir zaman bir deneyimi tam olarak aynı şekilde yorumlamayacaktır. Kelly'e göre bireylerin kişisel yapıları asla birbirinin aynısı değildir ve çoğu durumda birbirinden farklılık sergiler. Dolayısıyla da her insanın dünyayı yorumlama biçiminin belirlenmesi gerekir. Kelly, kişilik farklılıklarının, büyük ölçüde insanların dünyayı yapılandırma şekillerindeki farklılıktan kaynaklandığını belirtmiştir (Burger, 2006). Kelly, bireysel farklılıkları vurgulamakla birlikte kişisel deneyimlerin paylaşılabileceğini ve deneyimleri anlamlandırmada ortak bir zemin bulunabileceğini belirtmiştir. Bu, insanların sözlü ve sözel olmayan bir biçimde iletişim kurmalarına olanak sağlar ancak bireysel farklılıklar nedeniyle iletişim hiçbir zaman kusursuz olmayacaktır.

Örgütleme Önermesi: "Her insan, kendine özgü bir biçimde, olayları uygun şekilde bekleyebilmek için, yapılar arasındaki sıralı ilişkileri içeren bir yapılandırma sistemi geliştirir" (Kelly, 1955: s. 56). Kelly'nin ilk iki önermesi insanlar arasındaki farklılıkları ve olaylar arasındaki benzerlikleri vurgularken üçüncü önermesi zihinsel yapılar arasındaki ilişkiyi vurgular. Örgütleme önermesi farklı insanların aynı olayları, uyuşmazlıkları ve tutarsızlıkları en aza indirecek şekilde farklı bir biçimde organize ettiklerini belirtmektedir. Yapılarımızı birinden diğerine sırayla geçebilecek şekilde düzenleriz ki bu da bizim olayları, çelişkileri aşan ve gereksiz çatışmalardan kaçınan bir yolla beklememizi sağlar. Örgütleme önermesi aynı zamanda bir yapının diğerinin altında kapsanabildiğini belirten, yapılar arasındaki sıralı ilişkilerin varlığını kabul eder. Kelly'e göre insanların birbirinden farklı davranışlar göstermelerinin bir nedeni daha önce de değinildiği gibi insanların farklı kişisel yapılara sahip olmasıydı. Bu farklılığın bir diğer nedeni ise örgütleme önermesiyle vurgulanan kişisel yapıların kişilere özgü şekilde düzenlenmesidir. Kelly, insanların bazı yapıları diğerlerine göre daha çok kullandığını belirtmiştir. Bu şekilde yapılar arasında birkaç düzeyden oluşan hiyerarşik bir sistem oluşur. Bu sistem farklı zamanlarda farklı yapıların ön

plana çıkabileceği kadar esnek olmanın yanında bir kimsenin kişiliğini, kullandığı spesifik yapılardan daha büyük ölçüde belirleyen bir sistemdir (Ewen, 2003). Örneğin bir kişi için yeni tanıştığı bir insanın cana yakın olup olmamasını bilmek bir diğer kişi için olduğundan daha önemli olabilir. Bu kişi yeni tanıştığı birinin cana yakın olup olmadığını belirledikten sonra, yeni tanıştığı kişiyi tanımak için daha az önemli yapıları kullanabilir. Örneğin bu kişinin entelektüel mi yoksa cahil mi olduğunu öğrenmek isteyebilir. Yapılar arasındaki hiyerarşik ilişkiyi şu şekilde göstermek mümkündür:



Bir başka kişi için ise diğerlerinin güvenilir olup olmaması daha önemli olabilir. Bu kişi diğerlerinin cana yakın olup olmamasını güvenilirliklerinden daha az önemsiyorsa yeni tanıştığı bir kişinin güvenilir olup olmadığını belirledikten sonra onun cana yakın olup olmadığına karar vermeyi isteyecektir. Bu kişi, entelektüel – cahil gibi, kendisi için daha az önemli bir başka yapıyı da kullandığında sahip olduğu yapılar arasındaki hiyerarşik düzen şu şekilde gösterilebilir.



Örnekteki her iki kişi de "cana yakın – uzak" yapısını kullanmakla birlikte bu kişilerin davranışları yapılarının hiyerarşik düzeni nedeniyle birbirinden farklı olacaktır. İnsanlar daha önemli ve daha az önemli kişisel yapılarını kendileri oluşturdukları için kendi yaşam çizgilerini de yine kendileri belirlemektedir. Ancak kendi seçimimiz olan kimi kurallar değişime karşı diğerlerinden daha dirençlidir. Örnekteki ikinci kişinin güvenlik

aramaktan ve eski arkadaşlarla birlikte olmaktan sıkıldığını düşünelim. Bu davranışlarını değiştirebilmesi için yapılarının hiyerarşik düzeninde değişiklik yapması gerekmektedir. Kişisel yapıların yeni düzeninde "güvenli – tehlikeli" yapısı "ilginç – sıkıcı" yapısından daha az önemli olmalıdır. Yani bir etkinliğin ya da yeni tanışılan bir kimsenin ilginç olup olmadığının belirlenmesinin güvenli olup olmadığının belirlenmesinden daha önemli olmasını sağlamak gerekir. Eğer hiyerarşik yapıda "güvenli – tehlikeli" yapısı diğer bazı yapılara göre daha az önemli ise bunu gerçekleştirmek çok zor olmayacaktır. Ancak eğer "güvenli – tehlikeli" yapısı en üst düzeydeki (en önemli) yapı ise bireyin davranışlarını yönlendireceği için güvenlik arama öne çıkarak diğer yapıların önem kazanmasını engelleyecektir. Bu durumda değişim ancak psikoterapi ile gerçekleşebilecektir.

İkililik Önermesi: "Bir kimsenin yapılandırma sistemi sınırlı sayıda iki değerli yapıdan oluşur" (Kelly, 1955: s. 59). Yukarıda verilen örneklerden de anlaşılabileceği gibi kişisel yapılar iki uçlu yani çift kutuplu bir özellik taşırlar. Örneğin kişi bir başkasıyla ilk tanıştığında onun zihnindeki imgesini oluştururken 'cana yakın – uzak', 'güvenilir – tehlikeli' ve 'entelektüel – cahil' gibi kişisel yapıları kullanmakta ve onun cana yakın, güvenilir ve entelektüel biri olduğuna karar verebilmektedir. Kelly yapıların ve-veya önermesi niteliğinde olduğu konusunda ısrarcıdır. İnsanın bir algı oluşturabilmesi için olaylar arasındaki benzerlikleri görebilmesi ve bu olayları karşıt kutuplarıyla da eşleştirebilmesi gerekir. Kelly (1955) bunu şu şekilde ifade etmiştir: "En dar tanımıyla yapı en az iki elementin bir üçüncüsüyle benzerliklerinin ve farklarının ortaya konmasıdır" (sf: 61). Bu nedenle bir yapı en az iki öğenin hangi yolla birbirlerine benzer olduklarını belirleyici bir özelliğe sahip olmalıdır. Kişisel yapılar; kişinin, insanların ya da olayların nasıl benzer ya da diğerlerinden farklı olduğunu görme biçimidir. Örneğin bir yapı, Ayşe ve Seçil'in ne açıdan benzer ve ikisinin Tuğba'dan ne açıdan farkı olduğunu belirlemede kullanılabilmelidir. Diğer bir deyişle bu karşılaştırma aynı temel üzerinde olmalıdır. Örneğin, Ayşe ve Seçil'in çekici, Tuğba'nın inançlı olduğunu söylemek bir kişisel yapı oluşturmamaktadır, çünkü çekicilik ve inançlı olmak farklı şeylerdir. Bir kişisel yapı Ayşe ve Seçil'in çekici, Tuğba'nın çekici olmadığını ya da Ayşe ve Seçil'in inançlı Tuğba'nın inançsız olduğunu düşündüğünüzde gerçekleşir.

Kelly'e göre tüm kişisel yapılar iki kutuplu bir özellik taşımaktadır ancak bu durum dünyayı sadece siyah ya da beyaz şeklinde uç kutuplarda gördüğümüz, gri tonlara hiç yer vermediğimiz anlamına gelmemelidir. Olaylar değil, olayları yorumlamada kullandığımız yapılar iki uçlu bir yapıdadır. Olayları yorumlamada kullandığımız yapılar iki kutuplu olsalar da biz öğeleri bu iki kutuplu yapılandırma içinde derecelendirme yeteneğine de sahibizdir. Örneğin Ayşe ve Seçil'in çekici, Tuğba'nın çekici olmadığına

karar verdikten sonra Ayşe ve Seçil'den hangisinin daha çekici olduğunu belirleyebiliriz.

Seçim Önermesi: "Kişi iki uçlu bir yapıda, kendi sistemini genişletme ve tanımlama olasılığının en yüksek olduğunu düşündüğü alternatifi seçer" (Kelly, 1955: s. 64). Daha açık bir ifadeyle kişinin seçtiği alternatif onun oluşturduğu sistemin tanımını ve genişlemesini mümkün kılacak seçenek olacaktır. Kelly'e göre insanlar seçimlerini olayları bekleyişlerine göre yaparlar ve bu seçimler onların iki uçlu alternatifleri arasındadır. Buna ek olarak seçim önermesi insanların seçim aralıklarını büyük oranda artıracak eylemleri seçtiklerini varsaymaktadır. Gerçeklik bizim yapabileceğimiz ya da yaşayabileceğimiz şeyleri sınırlandırır. Ancak biz gerçekliği yapılandırma ya da yorumlama biçimimizi kendimiz seçeriz ve gerçekliği bize en fazla yardım edeceğine inandığımız yolla yorumlamayı tercih ederiz. Kişisel yapılar geleceği yordamanın tek yolu olduğu için bizler sürekli bir biçimde kişisel yapılarımızın kullanışlılığını artırmaya çalışırız. Bunu birbirinden oldukça farklı iki yolla gerçekleştirebiliriz. Birinci yol halihazırda kullandığımız yapıları daha da netleştirmek için seçtiğimiz güvenli yoldur. Bu şekilde gittikçe daha az şey hakkında daha fazla emin olmaya başlarız. İkincisi ise yaşamın yeni yönlerinin keşfedilmesine yönelik olan daha maceracı yoldur. Bu şekilde yapı sistemimizin uygulanabilirliğini genişletebilir ve Kelly'nin (1955: s. 67) deyimiyle "sisli ufukta gittikçe daha fazla şeyin belirli belirsiz farkına varmaya çalışırız". Güvenli ya da maceralı yollardan hangisini seçmiş olursak olalım herhangi bir kişisel yapının o kutbuna daha fazla değer verme eğiliminde oluruz. Örneğin dünyayı düşmanca gören bir kişi yabancıları tehlikeli olarak değerlendirerek güvende olmaya çalışırken, daha maceracı bir yolu seçen bir diğer kişi yeni tanıştığı kişileri dostça insanlar olarak algılama ve yeni deneyimler arama eğiliminde olacaktır.

Genişlik Önermesi: "Bir yapı sadece sınırlı bir genişlikteki (ranj) olayları yordamada uygundur" (Kelly, 1955: s.68). Burada genişlikle kastedilen belirli bir aralıktaki durumlardır. İyi bir kişilik kuramında olduğu gibi, kişisel yapıların da uygun olduğu durumlar sınırlıdır. Hiçbir yapı her durum için kullanışlı bir özellik taşımaz. Bir kişisel yapı bazı olayların yordanmasında uygun olurken diğer bazı olayların yordanmasına uygun olmayacaktır. Örneğin cinsiyet (kadın-erkek) yapısı birçok insan için yalnızca insanlar ve bazı hayvan türleri için önem taşır; evde beslediğimiz kedinin ya da bir çiftçinin sığırının cinsiyeti önemliyken bir sivrisineğin cinsiyeti çok az insan için – bir biyolog – önem taşıyacaktır. Cinsiyet yapısını binalara ya da teknolojik ürünlere uygulamayız. Çünkü bu şeyler cinsiyet yapısının *'uygunluk aralığı'nın* dışındadır. Bununla birlikte bazı kişisel yapılar diğerlerine kıyasla daha fazla durum için uygundur. Diğer bir ifadeyle bazı yapılar diğerlerinden daha kapsamlı bazıları ise daha dardır. Örneğin "iyi-

kötü" yapısını "kaba-nazik" yapısından çok daha fazla durumda kullanabiliriz. "Benzinli-dizel" gibi bir yapı ise oldukça dar bir uygunluk aralığına sahip olduğu için yalnızca motorlu taşıtların bir kısmı için uygun olacaktır.

Deneyim Önermesi: "Kişinin yapılandırma sistemi olayların tekrarını başarılı bir şekilde yapılandırdıkça değişime uğrar" (Kelly, 1955: s. 72). Olayların belli bir beklenti çerçevesinde tahmin edilmesi kişisel yapılar kuramının temelini oluşturur. İnsanlar geleceğe bakar ve neler olacağı ile ilgili tahminlerde bulunur. Daha sonra olaylar gerçekleştiğinde var olan yapılarını doğrular ya da bu olayları deneyimlerine göre yeniden yapılandırırlar. Olayların yeniden yapılandırılması tecrübelerimizden bir şeyler öğrenmemize izin verir. Olaylar geçmişte olduğu gibi (yapılandırmalarımıza ve dolayısıyla da beklentilerimize uygun bir şekilde) gerçekleşmediğinde bu olayları yeniden yapılandırarak uyum göstermek gereği duyarız. Bu yeni deneyim bizim gelecekteki beklentilerimizin değişmesine yol açar. Bu şekilde insanlar kişisel yapılarını geleceği daha iyi yordamak için yeniden yapılandırmaktadır. En iyi kişisel yapı sistemi dahi kusursuz değildir. Sürekli değişen bir dünya ile baş edebilmek için sık sık yeniden yapılandırılması gerekir. Ancak bu kolay bir iş değildir. Kişi yapılarının yerle bir olacağı ve yaşamdaki kılavuzlarını yitireceği korkusuyla kişisel yapılarında herhangi bir değişiklik yapmak istemeyebilir. Bu durumda da yanlış düzenlenmiş deneylerle kişisel yapısını sınayarak yanlış sonuçlara varabilir. Örneğin komşusunun dostça olmadığına inanan bir kişi kendi bahçesiyle komşusunun bahçesi arasına komşusunun sınırlarını aşacak şekilde bir çit yapıp, komşusunun öfkeli karşı çıkışıyla karşılaştığında kendi kişisel yapısının doğrulanmış olduğunu düşünecektir. Oysa uyumlu bireyler daha farklı bir davranış sergileyecek ve kişisel yapılarının gerçeklik karşısındaki geçerliğini daha akla yatkın yollarla sınayacaklardır. Bu yolla sınadıkları yapıların gerçeklik karşısındaki geçerliği desteklenmediğinde de onları uygun şekilde değiştirmeyi yani yeniden yapılandırmayı tercih edeceklerdir. Örneğin dostça olduğuna inandığı bir kişinin kendisine düşmanca davranması durumunda bu kişi onun kötü bir gün geçirdiğini düşünüp onu hala dostça bir kişi olarak görmeye devam edebilir. Ancak bu kişi birden fazla durumda düşmanca davranmaya devam ederse bu kişiye ilişkin yapılandırmada (dostça-düşmanca) yapının diğer ucuna yönelme gerçekleşir.

Ayarlama Önermesi: "Kişinin yapılandırma sisteminin değişkenliği, kişisel yapılarının geçirgenliği ile sınırlıdır" (Kelly, 1955: s. 77). Bu önerme deneyim önermesinden ortaya çıkmış ve deneyim önermesini biraz daha genişletmiştir. Bu önermeyle Kelly, insanların yapılarını gözden geçirme ve yeniden yapılandırma derecelerinin varolan kişisel yapılarının geçirgenliğiyle

ilgili olduğunu belirtmek istemiştir. Bazı yapılar diğerlerine kıyasla yeni öğeleri uygunluk sınırları içine dahil etmeye daha az hazırdırlar yani daha az geçirgendirler. Bu da kişinin deneyimlerden yola çıkarak kişisel yapı sistemini yeniden yapılandırmasını engeller. Bazı yapılar ise esnektir, uyarlanabilir yani geçirgendir. Geçirgen yapıların uygunluk aralıkları genişlemeye elverişlidir. Geçirgen olmayan bir yapı kendi orijinal formülasyonunu oluşturan olayları kapsarken yeni deneyimlerin yorumlanmasına kapalı olacaktır. Örneğin "yenilebilir-yenilemez" yapısı çok az geçirgen olan bir kişi yeme alışkanlıklarının oldukça farklı olduğu bir başka ülkeye gittiğinde ciddi sorunlar yaşayacaktır. Geçirgenliğin derecelerinden de söz edilebilir. Örneğin oldukça geçirgen bir "yeterli-yetersiz" yapısına sahip olan bir profesör öğrencilerinin bir çoğunu bu yapısıyla değerlendirebilirken, aynı yapıyı tümüyle geçirgen olmayan bir şekilde kullanan bir başka profesör, öğrenci niteliğinin çok düştüğü ve günümüzde artık yeterli denilebilecek öğrenci olmadığı konusunda ısrarcı olabilir. Bu profesör için yeterli ve yetersiz öğrenciler arasındaki ayrım gereksizdir çünkü tüm öğrenciler yetersizdir. Benzer şekilde işlerin nasıl yapılacağı konusunda geçirgen olmayan bir "doğru yol-yanlış yol" yapısına sahip bir kişi de iş arkadaşlarıyla oldukça fazla sorun yaşayacaktır.

Bölümlendirme Önermesi: "Kişi birbiriyle uyumsuz çeşitli yapılandırma alt sistemlerini ardı ardına kullanabilir" (Kelly, 1955: s. 83). Kelly bu önermeyle insanların farklı zamanlarda birbiriyle zıt kişisel yapılar kullanabileceğini bu nedenle de kişinin kendi içinde tutarsızlık sergileyebileceğini belirtmek istemiştir. İlk bakışta kişilik yapılarının birbirleriyle uyumlu olmaları gerekiyormuş gibi görünse de, kendi düşünce ve davranışlarımıza baktığımızda, birçok tutarsızlık olduğunu görebiliriz. Neredeyse tüm insanlar yaşamda çok farklı rollere sahiptirler ve her yerde, her an ve her durumda aynı şekilde davranan insan hemen hemen yok gibidir. Kişi; bir kadın, anne, kız, teyze, öğretmen, eş rollerine sahip olabilir. Belli bir etnik kökene, dini inanca ve politik bir bakış açısına da sahip olacaktır. Bu kişi zaman zaman bir konuk, bir evsahibi, bir müşteri ya da bir komşu olacaktır. Ancak bu çok farklı rollerin içinde her durumda aynı şekilde davranması beklenmez. Bu nedenle de Kelly'e göre insan davranışının her durumda tutarlı olması gerekmemektedir. Örneğin bir birey, huysuz bir köpeğe karşı koymada cesur davranırken, bir patron ya da bir öğretmen karşısında korkakça davranabilir. Birçok davranışımız tutarsız görünse de Kelly davranışlarımızın altında aslında bir tutarlılık olduğunu öne sürmüştür. Örneğin, eşine karşı korumacı bir tutum sergileyen bir adam aynı zamanda eşini daha bağımsız olması konusunda cesaretlendirebilir. Korumacılık ve yüreklendirme birbiriyle bir ölçüde çelişse de, daha geniş ölçüde ikisi de sevgi yapısı altında toplanabilir. Bu yüzden, eşinin daha

bağımsız olması için adamın sergilediği korumacılık ve cesaretlendiricilik daha üst düzey bir yapı altında oldukça tutarlı davranışlardır. Kelly'e göre (1955) çoğu durumda beklentilerimiz tutarlı bir örüntü sergileyecektir ancak tutarsızlıklar olması da mümkündür. Bununla birlikte Kelly, bireyin ancak bir dereceye kadar kişisel yapılar sisteminde uyuşmazlığı kaldırabileceğini belirtmiştir.

Benzerlik Önermesi: "Kişinin uyguladığı deneyim yapılandırması bir başka kişininkine ne ölçüde benziyorsa bu kişinin psikolojik süreçleri de diğerininkine o kadar benziyordur" (Kelly, 1955: s. 90). Kelly ikinci önermesi olan bireysellik önermesi ile bireysel farklılıkları vurgulamışsa da benzerlik önermesi ile de kişiler arasındaki benzerlikler olabileceğini varsaymıştır. Ona göre, insanlar arasındaki benzerliklerin nedeni benzer kişisel yapıları kullanmalarıdır.

İki kişinin benzer psikolojik süreçlere sahip olmaları için birbiriyle tamamen aynı ya da benzer olan olayları yaşamış olmalarına gerek yoktur; sadece yaşadıkları deneyimleri aynı şekilde yorumlamaları yeterli olacaktır. İnsanlar olayları aktif bir biçimde soru sorarak, hipotezler oluşturarak ve sonuçlar çıkararak yapılandırdıkları için, farklı insanlar tamamıyla birbirinden farklı deneyimleri benzer şekilde yapılandırabilirler. Örneğin; iki farklı kişi tamamen farklı geçmişlere sahip olmakla birlikte benzer politik görüşlere ulaşabilirler. Birisi yaşamını zorluklarla geçirmeden varlıklı bir aileden gelmiş, diğeri ise bütün yaşamı boyunca yoksulluk içinde, hayatta kalma mücadelesi içinde yaşamış olmasına rağmen ikisi de liberal bir politik görüşe sahip olabilir (Feist ve Feist, 2006). Farklı geçmişlerden gelen insanların birbiriyle benzer kişisel yapılara sahip olmaları mümkün olmakla birlikte benzer deneyimleri geçiren kişilerin olayları benzer biçimde yapılandırma ve benzer kişisel yapılara sahip olma olasılığı daha yüksek olacaktır. Aynı sosyal grup içindeki kişiler benzer kişisel yapılar oluşturabilirler. Ancak bu olayları toplumun yapılandırdığı anlamına gelmez, kişi içinde yaşadığı gruptaki kişilerinkine benzer kişisel yapılar oluşturmuş olsa bile bu durumda olayları yapılandıran toplum değil bireyin kendisidir. Bununla birlikte Kelly, iki faklı insanın asla iki olayı aynı şekilde yorumlamayacağını belirtmiştir.

Toplumsallık Önermesi: "Kişi diğer bir kişinin yapılandırma sürecini yorumlayabildiği ölçüde diğer kişiyi içeren sosyal süreçlerde rol oynayabilir" (Kelly, 1955: s. 96). Kişinin diğerleriyle iyi ilişkiler kurabilmesi ve onların davranışlarını yordayabilmesi için onların dünyayı nasıl yorumladığını (yapılandırdığını) anlaması gerekir. Burada kastedilen şey iki kişinin anlaşabilmesi için aynı yapıları kullanıyor olmalarının gerektiği değil, birbirlerinin yapılandırma biçimini anlayabilmeleridir. Araştırmalar birbirleriyle benzer yapılandırma sistemlerine sahip kişilerin iyi anlaştıklarını

gösterse de (Burger, 2006) insanların iyi geçinebilmek için birbirleriyle aynı yapılandırma sistemine sahip olmaları gerekmez. Kısacası Kelly'e göre kişinin bir başkasıyla anlaşabilmesi için onun dünyasını nasıl yapılandırdığını yani o kişinin neyi neden yaptığını ya da neden söylediğini anlaması yeterli olacaktır. İnsanların birbirlerinin kişisel yapılarını anlayabilmeleri için çeşitli roller oynamaları gerekir. Bu şekilde kişi kendisini bir başka kişinin yerine koyarak onun kişisel yapısını yorumlayabilir. Rol kavramı kişisel yapılar kuramında merkezi bir öneme sahiptir. Kelly rolleri sosyal perspektiften daha çok psikolojik perspektiften yorumlamıştır. Bir kişinin rolü onun toplum içerisindeki yerine veya pozisyonuna bağlı değildir. Daha çok bu rolün kişi tarafından nasıl yorumlandığına bağlıdır. Kişi rol oynadığında diğer kişinin ne düşündüğüne dair inancına göre hareket eder ve kendisini geçici olarak bu kişinin yerine koyar. Bu yüzden de roller toplumun standartlarıyla değil diğer insanların kişisel yapılarının kavranmasıyla belirlenir.

Kendilik Yapısı

"Ben-diğerleri" yapısı her insanın yapı sisteminde yer alan bir yapıdır. Ancak bu kendilik yapısı farklı yollarla ikincil düzeye itilmektedir. Kendini, "dostça" ve "düşünceli" yapıları altında değerlendiren bir kişi bu değerlendirmelerine uygun davranacaktır. Diğer taraftan kendini "zeki", diğerlerini ise "aptal" yapıları altında değerlendiren bir kimse kendisinin herkesten daha zeki olduğu şeklinde bir değerlendirme yapacaktır (Ewen, 2003). Kendini "anaç" yapısının altında değerlendiren bir kadın kendini ailesine adarken, kendini "profesyonel" yapısı altında değerlendiren bir başka kadın, kadınının yerinin evi olduğu şeklindeki fikri bir hakaret olarak algılayacaktır.

Duygular

Kişisel yapılar, kişinin dünyaya ilişkin düşünceleri ile ilgili bilişsel yapılar olmakla birlikte değerlendirmelerin ve duyguların da temelini oluştururlar. Kelly özellikle kaygı, tehdit ve suçluluk duygusu üzerinde durmuş ve bunları "dönüşüm yapıları" olarak adlandırmıştır. Çünkü bunlar dünyaya ya da kendimize bakış şeklimizde bir değişim olduğu sırada yaşadığımız deneyimlerdir. Örneğin **kaygı**, bireyin önemli olayları yapılandıramadığı ve geleceği yordayamadığı durumda ortaya çıkar. Kişi aniden yapılarının iyi işlemediğini fark ettiğinde kaygı duygusu yaşayacaktır. Diğer bir ifadeyle kişisel yapılara göre şekillenen beklentilerin boşa çıkması kişinin kaygı yaşamasına yol açacaktır.

Yaşanan kaygı kişinin temel yapılarında önemli değişikliklere dair bir beklenti içerdiğinde ise **tehdit** halini alacaktır. Tehdit algısının nedeni bireyin en önemli yapılarında büyük ölçüde bir değişmenin yaklaştığına dair beklentisidir. Davranışları "güvenli-tehlikeli" yapısı ile yönetilen bir kişi dünyayı daha maceracı bir yolla yapılandırmak durumunda olduğunda kendisini tehdit altında hissedecektir. Tehdit, bireyin kişisel yapılarını gözden geçirip düzeltmesini ve geleceği daha doğru şekilde yordamasını engelleyici bir özellik taşır.

Kişisel yapılar kuramında kaygının nedeni kişisel yapı sisteminin yetersizliğiyle ilgili algıya bağlanırken **suçluluk duygusu** daha çok rollerle ilişkilidir. Daha önce de değinildiği gibi roller diğer bireylerin yapılarını yorumlamayı içermektedir. Kelly bunlardan bazılarını temel roller olarak adlandırmıştır. Temel roller kişiye sürekli bir kimlik duygusu sağlayan rollerdir ve kişinin kim olduğu ve nasıl davranması gerektiği konusundaki yapılandırmalarını oluştururlar. Suçluluk duygusu bu temel rolün zayıflaması ya da çözülmesi durumunda yaşanan duygudur. Kelly (1970: s.27) suçluluk duygusunu "kişinin temel rol yapısını yitirme duygusu" olarak tanımlamıştır. Yani insanlar kim oldukları ile ilgili yapılandırmaları ile tutarsız davrandıklarında suçluluk duygusu yaşarlar. Örneğin çocuğuyla birlikte yolda yürürken çocuğunun bir çukura düşmesi sonucunda kişi (bunda o kişinin kabahati olmasa da) suçluluk duygusu yaşayabilir. Çünkü kişi bu olayı, bir anne ya da baba olarak çocuğunun başına böyle kazalar gelmesini önlemek yönündeki görevini yerine getiremediği şeklinde yorumlayabilir. Suçluluk duygusu temel rolün çözülmesi durumunda da yaşanacaktır. Örneğin kendisini "anaç" yapısı altında değerlendiren (temel rolü bu olan) bir kadın çocuklar büyüyüp evden ayrıldığında bu temel rol yapısını yitirme durumunda olacak ve suçluluk duygusu yaşabilecektir.

Kişiliğin Gelişimi

Kelly, kişiliğin gelişimi konusunda yeni ve farklı kavramlar önermeye gerek duymamış ve kişilik gelişiminin bir kimsenin kişisel yapı sisteminin evrimini yansıttığını belirtmiştir. Kişilik gelişiminde çocuğun yaşamında önemli bir yere sahip olan ebeveynlerin önemli etkileri olabileceğini vurgulayan Kelly anne-babanın patojenik tavırlarının çocuğun geleceği yordama yeteneğine zarar verebileceğini belirtmiştir. Aşırı ilgi ve şımartma çocuğun her türlü ihtiyacının başkaları tarafından karşılanacağı şeklinde bekleyiş geliştirmesine neden olabilir. Aşırı baskı ve cezalandırma ise çocuğun çevreyi yorumlamada tanıdık yapılara bağlı kalarak yeni yollar aramasını engelleyecektir (Ewen, 2003). İstikrarsız ve tutarsız anne baba davranışları çocuğun anne-babasını doğru bir biçimde yorumlamasını

imkansız hale getirecektir. Anne-babanın çocuğu 'yalancı', ya da 'tembel' gibi olumsuz sıfatlarla nitelendirmesi ise çocuğun kendisini bu yapılar altında değerlendirmesine yol açabilir. Bu durumda çocuk anne-babasının engellemeye çalıştığı türden davranışları daha fazla sergilemeye başlayacaktır.

Çocuğun dili kullanmaya başlamadan önce geliştirdiği kimi dil-öncesi yapılar da yaşamın ileriki yıllarında özel bazı sorunlara yol açabilmektedir. Bu tür yapılar genellikle oldukça geçirgen olma ve kendilerini birçok farklı durumda gösterme eğilimindedirler. Hatta bazı durumlarda 'temel rol" niteliği bile kazanabilirler. Ancak çok eski zamandan kalma oldukları ve dil-öncesi döneminin özelliklerini taşıdıkları için kişi bu yapıların varlığının ve etkisinin farkında olmayacaktır. Örneğin bir kadının erkeklerle olan tüm sosyal etkileşimleri dil-öncesi dönemde babasına dair gerçekleştirdiği yapılandırma tarafından yönetiliyor olabilir.

Kişilik gelişiminde kalıtımın etkisine hiç değinmeyen Kelly, yukarıda tanımlanan patojenik durumlar dışında kişiliğin sağlıklı bir şekilde gelişeceğini belirtmiştir. Büyümekte olan çocuk kişisel yapılarını giderek daha geçirgen ve daha az peşin hükümlü hale getirir. Her ne kadar çocukluk yıllarının kişilik gelişimindeki etkileri konusunda kimi fikirler öne sürmüşse de psikolojik rahatsızlıkların temel nedeninin geçmişte yaşanan sarsıcı deneyimler olduğu görüşünü kabul etmez. Kelly'e göre yetişkinlik yıllarındaki psikolojik sorunların nedeni kişilerin yapılandırma sistemlerindeki arızalardır (Kelly, 1955).

Eleştiriler ve Değerlendirme

Kelly'nin Kişisel Yapılar Kuramı, 1955'te yayınladığı Kişisel Yapıların Psikolojisi isimli kitaptan sonra kısa bir süre ilgi odağı olmakla birlikte daha sonra popülaritesini yitirmiş ve kişilik psikolojisi konusundaki kuramsal açılımlar yerine klinik uygulamalarıyla meşgul olan birkaç sadık öğrencisinin dışında büyük ölçüde unutulmuştur. Bunun nedeni o yıllarda psikoloji alanında davranışçılık akımının baskın olması ve terapi alanında da insancıl yaklaşımın yakaladığı çıkış olabilir. Ancak ilerleyen yıllarda bilişsel yaklaşımın kazandığı ivme ile birlikte Kelly'nin kuramı bilişsel psikoterapistler için temel dayanak noktaları oluşturmaya başlamıştır. Bilişsel kişilik kuramında bir öncü olmanın yanı sıra Kelly, psikolojik sorunları iyileştirmeye çalışan bilişsel psikoterapi akımlarının da öncüsü olarak kabul edilebilir. Kariyerinin önemli bir bölümünü görece normal olan zeki üniversite öğrencileriyle ve onlara danışma yaparak geçiren Kelly'nin kuramı daha çok böyle bir grup için genellenebilir niteliktedir.

Kelly'nin kişilik kuramı öne sürdüğü iddiaların bilimsel yöntemle sınanabilir olup olmaması açısından değerlendirdiğinde çok güçlü olmasa da yol açtığı ampirik araştırmalar açısından değerlendirildiğinde güçlü bir kuram olarak göze çarpmaktadır. Özellikle de Kelly'nin kişilik ölçümü konusunda geliştirmiş olduğu yaklaşım ve kişilik testi bu araştırmalarda sıkça kullanılmıştır. Anne-babalar ya da öğretmenler için çocuk eğitimi konusunda uygulamaya dönük somut öneriler sunmamakla birlikte psikoterapistler için temel bir yaklaşım ve uygulamaya dönük teknikler sunması Kelly'nin kuramının olumlu bir yönüdür. Kelly'nin bir temel varsayım ve onu destekleyen 11 yardımcı önermeyle ifade ettiği kuramı hem iç tutarlık hem de yalınlık ölçütleri açısından olumlu değerlendirmeleri hak etmektedir. Bilişsel yaklaşımın kişilik psikolojisi ve psikoterapi alanında öncüsü olan George Alexander Kelly'nin hak ettiği ilgi ve saygınlığı günümüzde maalesef görmediği söylenebilir.

4. Bölüm

ARAŞTIRMA ODAKLI KURAMLAR

Araştırma odaklı ayırıcı özellik kuramları kişiliğe karşı yüzeysel bir yaklaşımı temel alırlar. Kişiliğin bilinçli ve somut yönlerine odaklanırken bilinçdışını ve davranışa ilişkin soyut açıklamaları önemsemezler. Araştırma odaklı ayırıcı özellik yaklaşımı kişilik psikolojisinde oldukça yaygın olarak kabul görmüş bir yaklaşımdır. Kişilik psikolojisi alanında çalışmalarını yürüten farklı görüşlere sahip birçok psikolog çalışmalarında ayırıcı özellikleri ve ayırıcı özellik ölçümlerini kullanmaktadır. Bu yaklaşımın zaman içinde gösterdiği önemli gelişme ve günümüzde de süren etkisi ilk ayırıcı özellik kuramcılarının öncü çalışmalarına bağlıdır. Bu alanda bilinen ilk çalışmaları 1921 yılında Gordon Allport gerçekleştirmiştir. "Kişilik Özellikleri: Sınıflandırılması ve Ölçümü" isimli çalışmayı kendisi de psikolog olan ağabeyi Floyd'la birlikte gerçekleştiren Allport'un meslek yaşamının henüz başlarında ortaya attığı bu kavram (ayırıcı özellik) o dönemde çığır açıcı bir niteliğe sahipti. Allport bu yaklaşımı bir anlamda Freud'un bilinçdışı süreçler üzerindeki aşırı vurgusuna bir tepki olarak geliştirmişti. Allport'un temel amacı temel kişilik özelliklerini saptamak ve insanların belirli kişilik özelliklerine ne derece sahip olduğunu belirlemekti. Allport bireyin kişiliğinin incelenmesinde onu önceden belirlenmiş sınıflara yerleştirmektense bireyi kendi içinde inceleme yaklaşımını savunmuş ve bireyin kişiliğini oluşturan özelliklerin kendine özgü, benzersiz bileşimini belirlemenin mümkün olduğunu öne sürmüştür.

Allport'un bireyi kendi içinde inceleme yaklaşımından oldukça farklı bir başka ayırıcı özellik yaklaşımı, faktör analizi olarak bilinen istatistik teknik sayesinde ortaya çıkmıştır. Faktör analizini, kişiliğin incelenmesinde kullanan kuramcılar, kişiliğin temel boyutlarının her insan için genel olduğunu, yani kişiliği oluşturan temel bileşenlerin evrensel olduğunu varsaymışlardır. Bu kuramcıların dayandıkları diğer temel varsayımlar ise insanların tutarlı bir biçimde davranmak yönünde kalıcı bir yatkınlıklarının olduğu ve kişiliğin temel bileşenlerinin hiyerarşik bir yapıya sahip olduğudur. Kişiliğin incelenmesinde faktör analizini kullanan kuramcılar, farklı insanlarda hangi farklı özelliklerin bulunduğunun niceliksel olarak ölçülebileceğine inanmışlardır. Ayırıcı özelliklerin niceliksel ölçümü vurgusu faktör-analitik yaklaşımın temelini oluşturur. Bu yaklaşımın önde gelen iki temsilcisi Raymond Cattell ve Hans Eysenck'tir. Bu konudaki daha yakın zamanlı çalışmalar ise 'Büyük Beşli' olarak bilinen kuramın temsilcileri olan Robert R. MacCrea ve Paul T. Costa'dır. Sözünü ettiğimiz kuramcıların çalışmalarının ayrıntılarına geçme-

den önce bu kuramların temelini oluşturan faktör analizi tekniğini kısaca tanıtmak faydalı olacaktır.

Faktör analizinin nasıl kullanılacağıyla ilgili bilgiler bu kitabın kapsamı dışında olmakla birlikte sözünü ettiğimiz kuramcıların çalışmalarını anlayabilmek için faktör analizi tekniği hakkında bazı temel bilgilere sahip olmakta fayda vardır. Her ne kadar faktör analizi çok karmaşık matematiksel işlemleri içeren istatistiksel bir teknik olsa da bu teknikten kişiliğin incelenmesinde nasıl yararlanıldığını anlamak o kadar da zor değildir.

Faktör analizi, aynı olguya ilişkin ve birbirleriyle ilişkili çok sayıdaki değişkenin birbirleriyle olan ilişkilerini inceleyerek bu değişkenlerin sayısını azaltmak ve bu çok sayıdaki değişkenden daha az sayıda tanımlanabilir anlamlı değişkenler keşfetmek amacıyla uygulanan istatistiksel bir tekniktir (Kerlinger ve Lee, 1999) . Faktör analizini kullanmak için yapılması gereken ilk iş, çok sayıda bireye ilişkin belirli gözlemler yapmak ve bu gözlemleri sayısallaştırmak, diğer bir ifadeyle niceliksel ölçümler gerçekleştirmektir. Örneğin 5000 kişiden 100 farklı kişilik özelliğine ilişkin ölçümler alınmış olsun. İkinci adımda bu değişkenlerden (kişilik özelliklerinden) hangilerinin hangileriyle ne ölçüde ilişkili olduğunun saptanması gerekmektedir. Bunu yapmak için örneğimizdeki 100 değişkenden her biri ile diğer 99 değişken arasındaki korelasyon katsayılarının hesaplanması gerekir. Korelasyon katsayısı iki değişkenin birlikte değişim derecesini gösteren bir katsayıdır. Yüz değişkenin diğer 99 değişkenle ilişkisinin hesaplanması 4950 ayrı korelasyon katsayısının hesaplanmasını içerir. Hesaplanan bu katsayıların sonucunda 100 satırlık ve 100 sütunluk bir korelasyon matrisi elde edilir. Bu korelasyon katsayılarının kimi yüksek, kimi düşük, kimi negatif, kimi ise pozitif yönde olacaktır. Örneğin düzenlilik ve kararlılık gibi kişilik özelliklerine ilişkin ölçümler arasında yüksek düzeyde ve pozitif yönde bir korelasyon katsayısı olduğu saptanabilir. Bu ilişkinin nedeni iki değişkenin, öz-disiplin gibi, altta yatan daha temel bir ayırıcı özelliğin bileşenleri olmaları olabilir.

Bu aşamadan sonra yapılması gereken, korelasyon matrisi içerisinde birbirleriyle ilişki olan ve kendi içinde işlevsel bir bütünlük ya da boyut oluşturan değişken kümelerinin olup olmadığının incelenmesidir. Birbirleriyle yüksek düzeyde ilişkili olan değişkenlerin büyük ölçüde aynı faktörü ölçtüğü kabul edilir. Bu şekilde birbirleriyle yüksek düzeyde ilişkili olan bazı değişkenler bir araya gelerek faktörleri oluştururlar. Bu değişkenlerin, oluşturdukları küme ile aralarındaki ilişkinin katsayısı ise faktör yükü olarak adlandırılır. Örnekte ölçülmüş olan 100 farklı kişilik özelliğinin 5 temel kişilik özelliği altında toplanması, diğer bir deyişle birbiriyle ve oluşturdukları bütünle yüksek düzeyde ilişkili değişkenlerden oluşan beş faktör elde edilmesi mümkündür. Elde edilen bu temel kişilik özellikleri ayırıcı özellikler olarak adlandırılabilir.

Son aşama, elde edilen bu daha az sayıdaki temel değişkenlerin, yani faktörlerin adlandırılmasıdır. Adlandırmada dikkat edilmesi gereken nokta faktörlere verilecek isimlerin o değişken kümesinin ölçtüğü niteliği yansıtması ve kümenin içeriğiyle yakından ilişkili olmasıdır. Aslında burada verilen örnek Cattell, Eysenck ve diğer faktör-analitik kişilik kuramcılarının yaklaşımlarının basit bir örneğidir. Bu kuramcılar geniş sayılardaki örneklemler üzerinde gerçekleştirdikleri çalışmalarda çok sayıdaki kişilik özelliğine ilişkin ölçümler yapmış ve elde ettikleri verileri faktör analizine tabi tutarak kaç adet temel ayırıcı özelliğin bulunduğunu saptamaya çalışmışlardır.

Araştırma odaklı ayırıcı özellik kuramlarının bir arada ele alındığı bu bölümde önce bu konudaki çalışmaların öncüsü olan Allport'un kuramına daha sonra sırasıyla Cattell ve Eysenck'in faktör-analitik ayırıcı özellik kuramlarına son olarak ise McCrea ve Costa'nın kuramlarına yer verilmiştir.

AYIRICI ÖZELLİK KURAMI



GORDON WILLARD ALLPORT

Gordon Willard Allport'un Yaşam Öyküsü

Gordon Willard Allport, 1897 yılında Amerika Birleşik Devletleri'nin Indiana eyaletine bağlı Montezuma kasabasında dünyaya geldi. Doktor olan babası Allport'un doğumundan kısa bir süre sonra Ohio'ya taşındı. Ailenin dört erkek çocuğunun en küçüğü olan Allport ilk eğitimini Cleveland'da aldı. Gordon Allport mutlu, güven ve sevgiyle dolu bir aile yaşantısına sahipti ancak arkadaşları arasında kendini yalnız ve diğer çocuklar tarafından reddedilmiş hissediyordu. Çocukluğunda bile sıra dışı biri olan Allport kendisini "sözcüklerle arası çok iyi olan ama oyunlarda başarısız bir çocuk" olarak tanımlamıştır. Diğer birçok kişilik kuramcısından farklı olarak Allport'un çocukluğunda daha sonra geliştireceği kişilik kuramını doğrudan etkileyecek pek fazla deneyim olmadığı için onun kuramı kişisel yaşantılarının izlerini barındırmaktan ziyade zihinsel ve akademik bir perspektife sahiptir. Allport, döneminde başarılı bir sosyal psikolog olan ağabeyi Floyd'un yönlendirmesiyle Harvard Üniversitesi'nde psikoloji eğitimi almış ve hem lisans hem de yüksek lisans eğitiminde ağabeyinin izinden gitmiştir. Lisans eğitimini tamamladıktan sonra mesleki geleceği konusunda pek emin olmayan Allport, Avrupa'ya gelerek bir yıl süreyle Türkiye'de Robert Koleji'nde İngilizce ve sosyoloji dersleri vermiştir. Türkiye'de olduğu sıralarda Harvard'dan lisans üstü eğitim için burs hakkı kazanan Allport daha sonra tekrar Amerika'ya dönerek lisans üstü eğitimini tamamlamıştır.

Allport'un kuramını etkileyen en önemli olay Freud'la tanışması olmuştur denilebilir. Henüz 22 yaşındayken Freud'la tanışmak üzere Viyana'ya giden Allport onunla ne konuşacağı üzerinde çok fazla kafa yormuş ancak bir türlü karar verememişti. Freud'la karşılaştıklarında ona ne söyleyeceğini tam olarak kararlaştırmamış olan Allport, birden sabah tramvayda karşılaştığı ve kirlenmekten çok korkan bir erkek çocuğuyla ilgili bir olayı anlatmayı tercih etmişti. Ancak Allport hikayesini bitirdiğinde Freud, kısa bir sessizlikten sonra ona "o küçük çocuk siz miydiniz?" diye sormuştu. Freud, onun böyle bir olayı anlatarak kendi korku ve çatışmalarını dışa vurduğunu düşünüştü. Freud'un bu sorusuyla Allport, psikanalizin bilinçaltı güdüler üzerinde çok fazla yoğunlaştığını ve bu nedenle de davranışın altında yatan bilinçli güdüleri gözden kaçırdığını düşünmeye başladı. Allport, Birleşik Devletlere döner dönmez Harvard'da doktora programına girdi. Eğitimini tamamladıktan sonra iki yıl boyunca Avrupa'da ünlü Alman psikologları Wertheimer, Kohler, Stren ve Werner'le çalıştı. 1924'te tekrar Harvard'a dönen Allport burada verdiği diğer derslerin yanı sıra "kişilik psikolojisi" isimli bir ders vermeye başladı. Allport, otobiyografisinde bu dersin bir Amerikan üniversitesinde kişilik üzerine verilen ilk ders olduğunu belirtmiştir. Harvard'daki kariyerine başladıktan iki yıl sonra Dartmouth Üniversitesi'nde çalışmaya

başlayan Allport, dört yıl sonra profesyonel kariyerinin tamamını geçireceği Harvard'a tekrar dönmüştür.

Allport 1937 yılında kişilik özellikleri konusundaki kuramının ana hatlarını dile getiren ve pek çok psikolog tarafından beğeniyle karşılanan "Kişilik: Psikolojik Bir Yorum" isimli kitabını yayınladı. İki yıl sonra Amerikan Psikoloji Derneği'nin başkanlığına seçilen Allport 1964 yılında aynı kurum tarafından Üstün Bilimsel Katkı Ödülüne layık görüldü.

Allport 1925 yılında lisans üstü eğitimi esnasında tanıştığı, kendisi de bir psikoloji öğrencisi olan, Ada Lufkin Gold'la evlendi. Ada Allport ve Gordon Allport uzun yıllar birlikte çalıştılar ve eşinin sahip olmadığı klinik deneyime sahip olan Ada, Gordon Allport'un çalışmalarına önemli katkılarda bulundu. Başarılı bir araştırmacı ve yazar olan Allport 1967 yılında akciğer kanserine yenik düştü.

Ayırıcı Özellik Kuramı: Temel Kavramlar ve İlkeler

Allport'un kuramında kişilik, Adler ve Sullivan'ın kişiler arası kuramlarının aksine intapsişik bir olgu olarak ele alınmaktadır. Allport (1961) kişiliğin gelişiminde diğerleri üzerinde bıraktığımız etkinin ve diğerlerinin bize verdiği tepkilerin önemli faktörler olduğunu kabul etmekle birlikte, yapayalnız bir kimsenin (yalnız bir münzevinin ya da ıssız bir adada tek başına kalan bir kimsenin) kişilikten yoksun olduğunun söylenemeyeceğini öne sürmüştür. Allport bu yalnız kişilerin de en az topluluk içinde yaşayan insanlar kadar çekici kişilik özelliklerine sahip olacaklarını öne sürmüş ve derimizin altında kendi gerçek doğamızı oluşturan bir şeylere sahip olduğumuzu belirtmiştir.

İnsanın Doğası

Allport'un kişiliği tanımlama konusundaki çabası dikkate değer niteliktedir. Kişilik (personality) sözcüğünün etimolojisini inceleyen ve literatürdeki farklı kişilik tanımlarını derleyen Allport, 1937 yılında yayınladığı "Kişilik: Psikolojik Bir Yorum" adlı ilk kitabında (Personality: A Psychological Interpretation) 49 farklı kişilik tanımına yer vermiş ve bir tanım da kendisi önermiştir. Allport kişiliğin; bireyin içinde var olan ve sergilediği davranışların arkasında yatan güç olduğunu belirtmiş ve kişiliği; *"Bireyin kendine özgü düşünce ve davranışını belirleyen psikofiziksel sistemlerinin dinamik örgütlenmesi"* olarak tanımlamıştır (Allport, 1961). Bu tanımı açıklamaya çalışırsak;

Tanımda yer alan d*inamik örgütlenme* kavramıyla kişiliğin farklı yönleri arasındaki ilişki ve entegrasyon vurgulanmaktadır. Ancak kişiliğin bu örgütlü yapısı değişime tabidir. Diğer bir deyişle insan davranışı sürekli gelişerek

değişime uğramaktadır. Kişiliğin çeşitli bileşenlerini örgütleyen ve bütünleştiren bir yapısı olmasına karşın kişilik, durağan bir organizasyon değildir. Kişilik birtakım belirleyici eğilimlerden oluşmaktadır. Bu eğilimler uygun uyarıcılar tarafından uyarıldığında kişinin gerçek doğasını dışa vuran davranışlar ortaya çıkmaktadır. *Psikofiziksel* sözcüğü ile Allport, kişiliğin hem psikolojik hem de fiziksel yönlerinin önemini vurgulamaktadır. Allport'a göre (1961) kişiliği incelerken ve tanımlarken hem ruhsal hem de bedensel bileşenler dikkate alınmalıdır. Allport'un yaptığı kişilik tanımının önemli bir başka bileşeni de *belirleyen* sözcüğüdür. Bu sözcükle Allport kişiliğin; yalnızca kişinin taktığı maske ya da sergilediği davranışlar olmadığını, görünen yüzün ve sergilenen davranışın gerisindeki kişi olduğunu belirtmektedir. Ayrıca Allport yaptığı tanımla bireyin *kendine özgülüğünü* ve biricikliğini önemli ölçüde vurgulamaktadır. Allport, tanımında hem *düşüncelere* hem de *davranışlara* yer vererek kişiliğin, açık ve örtük, bireyin her türlü davranışını içerdiğini belirtmiştir.

Karakter ve Mizaç

Allport literatürdeki kişilik tanımlarını incelerken karakter (character) ve mizaç (temperament) sözcüklerinin çoğu kez kişiliğin tanımlanmasında birbiri yerine kullanıldığını belirlemiş ancak bu iki kavramın farklı içerikleri olduğuna dikkat çekmiştir (Hall, Lindzey ve Campbell, 1997). Karakter, kişinin davranışlarının değerlendirilmesinde göz önüne alınan törel standartlar veya değerler sistemidir. Örneğin bir kimsenin "iyi karakterli" olduğu söyleniyorsa bu onun kişisel özelliklerinin sosyal veya ahlaki açıdan istendik özelliklere sahip olduğunu ifade etmektedir. Bu nedenle karakterin etik bir kavram olduğu söylenebilir.

Buna karşın mizaç, genel yetenek ve fiziksel özelliklerle birlikte daha çok işlenmemiş materyali oluşturur. Mizaç bir bakıma kişinin duygusal yapısının (duygusal uyarılmaya eğilim, duygusal çalkalanma) kalıtsal yönlerine yönelik bir kavramdır.

İçgüdüsel Dürtüler

Allport psikanalize tamamen karşı değildir; insanoğlunun doğuştan getirdiği açlık, susuzluk, cinsellik, uyku ihtiyacı gibi dürtülerin gerilimini azaltmak için çaba gösterdiğini kabul etmektedir (Ewen, 1998). Herkes bu dürtülere sahiptir ve eğer bir kimse çok açsa ya da susamışsa bu dürtü doyuruluncaya dek diğer tüm güdüler önemini kaybedecektir. İçgüdüsel dürtüler çocuklukta çok daha fazla olmakla birlikte tüm yaşamımız boyunca bir dereceye kadar etkindirler. Allport (1961) kişiliği gelişmekte olan dinamik bir sistem

olarak tanımlamış ve bir kişilik kuramının, çözümlemelerini güdülenmenin (motivasyonun) doğasına dayandırması gerektiğini belirtilmiştir. Allport iyi bir güdülenme kuramının dört temel koşulu taşıması gerektiğini belirtmiştir. Allport'a göre (1961) yeterli bir güdülenme kuramı:

1. Güdülerin zamandaşlığını (güncelliğini) kabul etmelidir. Geçmişimizle ilgili bilgiler yaşamımızın o anki seyrini ortaya çıkarmakta yardımcı olsa da bu tarihsel gerçekler şimdiki zamanda dinamik bir şekilde etkin olmadıkça faydalı olmayacaktır. Allport'un deyişiyle "geçmişteki güdüler, aynı zamanda şimdiki güdüler olmadıkça hiçbir şey açıklamazlar" (1961). Bu iddiasıyla Allport Freud'un yetişkin kişiliğinin çocukluk yıllarında biçimlendiği fikrine karşı çıkmaktadır.
2. Güdülerin çeşitlilik gösterdiğini kabul etmelidir. Pek çok kişilik kuramcısı insanların güdülerinin tek bir güdüde toplanabileceğini belirtmişlerdir (Adler, Fromm, Freud gibi) Allport ise güdülerin çok fazla çeşitlilik gösterdiğini bu yüzden ortak bir güdü belirlemenin zor olduğunu ifade etmiştir. İnsanların güdülerinin karmaşık doğasını anlayabilmek için pek çok kavramın kullanılması gerektiğini belirtmiştir. Ancak bu karmaşık yapıyı tek bir temel güdüye indirgemek mümkün değildir.
3. Bilişsel süreçlerin dinamik gücünü kabul etmesi gerekir. Allport'a göre yeterli bir güdülenme kuramı bireyin uzun vadedeki amaçlarını, değerlerini ve niyetlerini göz önüne almalıdır. Bireyin o anki davranışını anlayabilmek için "beş yıl sonra ne yapıyor olmayı isterdin?" "yaşamdaki hedefin nedir?" gibi sorular sormak gerekir.
4. Güdülerin somutluğunu ve kişiye özgülüğünü kabul etmesi gerekir. Allport (1961) bireylerin yaşamında güdülerin nasıl kendine özgü işlevlere sahip olduğuna odaklanılması gerektiğini ifade etmiştir. Ayrıca bireylerin güdüleri soyut değil somut bir şekilde tanımlanmalıdır. Bir güdünün soyut veya somut şekilde tanımlanmasıyla ilgili örnek şu şekilde verilebilir:

Somut: Ahmet boksör olmak istiyor.

Soyut: Ahmet saldırganlık dürtülerini yüceltiyor.

İşlevsel Otonomi

İşlevsel otonomi Allport'un en çok tartışılan kavramlarından biridir. Allport' a göre (1961) yukarıda belirtilen dört kriteri karşılayan bir güdülenme kuramının temelini işlevsel otonomi kavramı oluşturmaktadır. Ayrıca işlevsel otonomi kavramı ayırıcı özellik kuramının da özünü oluşturmaktadır. Allport'a göre yetişkinlerin güdüleri geçmiş güdülerle ilişkili değildir; geçmiş

geçmişte kalmıştır; bir diğer deyişle yetişkinin o anda sergilediği bazı davranışlar geçmişte o davranışa neden olan etkenlerden bağımsız olarak sergilenmektedir. Yani kişilik geçmişten kendini bağımsız kılmaktadır. Böyle bir görüş psikanalitik ve davranışçı bakış açılarına karşı bir görüş olarak oluşmuştur. Allport bu görüşünü desteklemek için pek çok örnek vermiştir.

Bir genç ailesi istediği için hukuk fakültesine kayıt olur, ancak zaman geçtikçe eğitim aldığı konu ona, kendi isteyerek seçtiği bir konu gibi gelmeye başlar. Başlangıçtaki güdüler tamamen kaybolmuş ve araç, sonuçta amaç olmuştur. Yeteri kadar para kazandığı halde hala çabalayan iş adamı, iyi bir geliri olan iş kadınının daha sıkı çalışması ya da sürekli para istifleyen bir para canlısının yokluk içinde yaşaması da işlevsel olarak otonom olan güdülere verilebilecek diğer örneklerdir.

Her bir örnekte başta para gereksinimi ile güdülenen davranışların bu güdü ortadan kalktığında dahi devam ettiği görülmektedir. Bu örnekler Allport'un işlevsel otonomi kavramının temelini oluşturmaktadır.

Allport (1961) kuramında iki tür işlevsel otonomiden söz etmiştir. Birincisi, sinir sisteminde bulunan ve basit nörolojik ilkelerle yönetilen geribildirim mekanizmaları olan *ısrarlı işlevsel otonomidir*. Bu mekanizmalar zamanla nörolojik olarak kendi kendilerini devam ettirici bir nitelik kazanırlar ve organizmanın işlevini sürdürmesini sağlarlar. Örneğin her gün aynı saatte yeme ve yatağa gitme bu tür işlevsel otonomiye örnektir. Israrlı işlevsel otonomi insanlarda olduğu gibi hayvanlarda da bulunur ve basit nörolojik ilkelere dayalı olarak işlevini sürdürür. Alkol ya da tütün bağımlığı durumunda, bireyin bu maddelere karşı fizyolojik bir açlık içinde olmadığında dahi alkol ve tütün tüketmeyi sürdürmesi, ısrarlı işlevsel otonominin diğer örnekleridir.

Diğer otonomi türü ise *kazanılmış işlevsel otonomidir.* Güdülenmenin; kişiliğe öznelliğini kazandıran temel sistemi bu tür işlevsel otonomidir. Kazanılmış işlevsel otonomi, kişinin benliği ile ilgili kendi kendini sürdüren güdülerdir ve kişinin kazanılmış ilgilerini, değerlerini, tutumlarını ve niyetlerini içerir. Kişinin tutarlı bir benlik imajı ve üst düzeyde olgunlaşma ve gelişim için gösterdiği çabanın tutarlığını sağlayan bir sistemdir. Bu otonomi değerler ve amaçlar için çabalamayı, o değerler ve amaçlar aracılığıyla dünyayı algılamayı temsil eder.

Daha önce de değinildiği gibi Allport'un işlevsel otonomi kavramına diğer kuramcılar karşı çıkmıştır. İşlevsel otonominin nasıl ortaya çıktığı ve geliştiği, bir güdünün çocukluktaki kökeninden nasıl ayrılabildiği ve ayrıldığı halde bir güdü olarak varlığını nasıl sürdürebildiği gibi sorular; psikanalistler, davranışçılar ve hatta bazı personolojistlerin özellikle eleştirdikleri ve açık bulmadıkları noktalardır (Hjelle ve Ziegler, 1992). Allport bu sorulara, işlevsel otonomi olgusunun, içerdiği nörolojik süreçler tam olarak açıklığa ka-

vuşmadan hiçbir zaman doğru bir biçimde anlaşılamayacağını belirterek karşılık vermiştir. Ayrıca kazanılmış otonominin üç psikolojik ilke tarafından yönetildiğini belirtmiştir;

1. Enerji seviyesini düzenleme ilkesi; kişinin sahip olduğu enerji düzeyi, temel biyolojik ihtiyaçları ve anlık uyumu sağlamak için gereken miktardan daha fazladır. Örneğin emekli olmuş bir kişi enerjisini yeni ilgi ve aktivitelere yöneltir.
2. Uzmanlaşma ve yeterli olma ilkesi; Allport'a göre 'olgun' kimseler çevreden anlam çıkarmak, uzmanlaşmak ve gelecekle ilgili amaçların peşinden gitmek yönünde içsel bir motivasyona sahiptirler. Dolayısıyla, yeterliliklerini artıracak tüm davranışlar benlik arayışının temsilcisi olan kazanılmış işlevsel otonomi içine dahil edilecektir.
3. Benliğe uygunluk örüntüsü ilkesi; kişiliğe kendine özgülüğünü kazandıran tüm kazanılmış işlevsel otonom güdülerin kökleri, kişinin benlik yapısının içindedir. Bunun bir sonucu olarak kişi yaşamını benliği etrafında yapılandırır. Benliği güçlendiren yaşantılar benlik yapısına dahil edilirken diğerleri dışta bırakılır.

Kişiliğin Yapısı

Kişiliğin yapısı ile kastedilen şey onun temel birimleri ya da bu yapıyı oluşturan bloklardır. Her kişilik kuramcısı bu temel birimleri farklı bir biçimde ele almaktadır. Allport'a göre kişiliğin yapısını oluşturan en önemli temel birimler, kişisel yatkınlıklar (personel dispositions) adını verdiği, kişiyi bireysel özellikleri açısından tanımlamamıza izin veren kişiye özgü özelliklerdir.

Ayırıcı Özellik (Trait) Kavramı

Allport iki insanın hiçbir zaman birbirine tıpatıp benzemeyeceğini ifade eder. İnsanın davranışları kendine özgüdür ve insanların birbirlerinden nasıl ayrıldıkları ve nasıl davrandıklarını incelemekte en geçerli birim, ayırıcı özellik (trait) kavramıdır.

Ayırıcı özellik (trait) ne anlama gelir? Ayırıcı özellik, bir bireyin belirli bir kişilik özelliğini ne ölçüde sergilediğine bağlı olarak kişiyi sınıflandıran bir kişilik boyutudur. Ayırıcı özellik yaklaşımı iki temel varsayıma dayanmaktadır. Bu yaklaşıma göre kişilik özellikleri zaman içinde değişmez olduğu gibi durumlara göre de kararlılık göstermektedir. Yani dışadönük ve sosyal özelliklere sahip olan bir kimse zaman içinde tutarlı bir biçimde bu özelliklerini sergilemeye devam edecektir. Diğer yandan kişinin sahip olduğu bu özellikler farklı durumlarda da tutarlılık gösterecek, kişi evinde olduğu gibi işyerinde ya da sokakta da dışadönük ve sosyal özellikler sergileyecektir. Allport

(1961, s. 347), ayırıcı özelliği (trait) "uyaranları işlevsel olarak değerlendirme ve uyumlu davranış ve ifadeleri ortaya çıkarma ve onlara rehberlik etme kapasitesine sahip olan nöropsişik bir yapı" olarak tanımlamıştır. Daha yalın bir ifade şekliyle; ayırıcı özellik, çeşitli durumlar içinde aynı tarz davranma eğilimini ifade etmektedir. Örneğin kişi temelde utangaç bir mizaca sahipse çeşitli durumlarda sınıfta, kafeteryada, kütüphanede sessiz ve sakin olacaktır. Kişi genelde arkadaş canlısı ise aynı durumlarda daha konuşkan ve dışa dönük davranışlar sergileyecektir. Allport'a göre zaman içinde ve çeşitli durumlarda kişinin davranışı göreceli olarak tutarlıdır. Ayırıcı özellikler, pek çok uyarıcıyı ve ilgili tepkileri gösteren psikolojik yapılardır. Pek çok uyarıcı aynı tepkiye yol açabildiği gibi pek çok tepki de (duygular, algılar, yorumlamalar ve davranımlar) ayırıcı özellik açısından aynı işlevsel anlama sahiptir.

Allport'a göre ayırıcı özellikler göreceli olarak genellenmiş ve dayanıklılık gösteren yapılardır ve kişilik yapımızın yaşamsal öğeleridir. Ayırıcı özellikler aynı zamanda odaksal yapı özelliği de gösterirler. Örneğin başatlık özelliğini ele aldığımızda bu özellik sadece bireyin eş, çocuk veya yakın ilişkide olduğu kişilerle beraber olduğunda uyarılan bir özelliğidir. Bu beraberliklerde birey üstünlük kurmaya çalışır. Kişilik özellikleri sosyal durumlar içinde ortaya çıkar. Ancak ayırıcı özellik uygun ortam oluncaya kadar uykuda kalan bir yapı değildir. İnsanlar ayırıcı özelliklerin ifadesine uygun olacak sosyal ortamları ararlar. Bu nedenle de ayırıcı özellikler ve ortamlar etkileşim halinde hangi davranışların sergileneceğini belirlemektedirler. Dolayısıyla bu iki boyut işlevsel olarak birbirlerine bağımlıdır.

Allport, ölümünden kısa süre önce yayınladığı (1966) ve ayırıcı özellik konusunu yeniden ele aldığı makalesinde ayırıcı özellikleri tanımlamak için sekiz temel kriter önermiştir.

1. Ayırıcı özellik, sözde var olan bir kavram değildir: Kişilik özellikleri kurgu değil, her bireyin varoluşunun gerçek ve yaşamsal bir bölümüdür. Her insan kişiliği içinde "genellenmiş davranış yatkınlıklarına" sahiptir.
2. Ayrıcı özellik, alışkanlıktan daha fazla genellenmiş bir yapıdır: Ayırıcı özellikler davranışlarımızın nispeten kalıcı ve genel özelliklerini yansıtırlar. Alışkanlıklar ise daha özel eğilimleri ifade ederler ve bu nedenle de daha az genellenmiş yapılardır. Örneğin çocuk ebeveynleri tarafından yönlendirildiği için dişlerini her gün iki kez fırçalayabilir. Bu bir alışkanlıktır. Ancak yıllar geçtikçe çocuk saçını fırçalamayı, giysilerini yıkayıp ütülemeyi ve odasını temizlemeyi öğrenir. Tüm bu alışkanlıklar birleşerek kişinin kişisel bakım ve temizlik özelliğini oluştururlar.

3. Ayırıcı özellik dinamik bir yapıdır: Daha önce de belirtildiği gibi ayırıcı özellikler dışsal bir uyarıcı tarafından harekete geçirilmeyi bekleyen yapılar değildirler. Aksine ayırıcı özellikler insanları, özelliklerini ortaya çıkarabilecek davranışlar sergilemeye güdülerler. Örneğin güçlü bir "sosyallik" özelliğine sahip olan bir üniversite öğrencisi oturup sosyal olaylara çağrılmayı beklemeyecek; etkin bir şekilde sosyal olayları arayıp, bulup, bu tür etkinliklere katılacaktır ve sosyallik özelliğini sergileyecektir.
4. Ayırıcı özelliklerin varlığı ampirik olarak kanıtlanabilir: Ayırıcı özellikler doğrudan gözlenemeseler de zaman içinde bireyin davranışları gözlenerek, vaka incelemeleriyle ve biyografiler aracılığıyla varlıkları dolaylı olarak saptanabilir.
5. Ayırıcı özellikler birbirlerinden görece bağımsızdırlar: Ayırıcı özellikleri birbirinden ayıran katı bir sınır yoktur. Kişilik, birbirlerinden göreceli olarak bağımsız olan ancak birbirleriyle binişiklik gösteren özellikler ağından oluşmaktadır. Ayırıcı özelliklerin binişiklik göstermesinin temel nedeni bireylerin olaylara karşı bütünsel bir tarzda tepki verme eğilimleridir.
6. Ayırıcı özellik ahlaki ya da sosyal yargıyla eş anlamlı değildir: Samimiyet, sadakat, açgözlülük vb. pek çok kişilik özelliği geleneksel sosyal yargılara bağlı olsa da kişiliğin gerçek özelliklerini temsil ederler. Araştırmacı ideal olarak öncelikle kişide varolan özellikleri keşfetmeli, daha sonra onları tanımlayacak nötr ve "değer yüklü olmayan" sözcükleri aramalıdır.
7. Ayırıcı özellik onu içeren kişilik bağlamında veya genel olarak popülasyondaki görülme sıklığı ile incelenebilir: Örneğin utangaçlığın, diğer tüm ayırıcı özelliklerin olduğu gibi, hem bireysel hem de evrensel yönleri bulunmaktadır. Bireysel olarak ele alındığında, bireyin yaşamındaki etkilerine göre değerlendirilebilir. Diğer yandan bu özellik geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı geliştirilerek ve insanların bu ölçekten aldıkları puanlar incelenerek utangaçlık açısından gösterdikleri çeşitlilikler evrensel olarak da incelenebilir.
8. Ayırıcı özellikle tutarlı olmayan bazı alışkanlık veya davranışların varlığı o ayırıcı özelliğin var olmayışının kanıtı sayılamaz: Örneğin dış görünüşü konusunda çok özenli olan bir kimse kuşkusuz düzenlilik özelliğine sahip olacaktır. Ancak aynı kimsenin evi ya da çalışma ortamı incelendiğinde bu özelliğin görülmeme olasılığı vardır. Bu kişinin odası ya da ofisi dağınık ve düzensiz olabilir. Bu durumla ilgili olarak Allport üç olası açıklama getirmiştir. Birincisi, belirli bir ayırıcı özellikle ilgili olarak herkesin aynı derecede bütünlük (entegrasyon)

sergilemeyebileceğidir. Bu kişi için düzenlilik yalnızca kendisiyle ve görünüşüyle sınırlı olabilir. İkincisi aynı kişinin karşıt özelliklere sahip olabileceğidir. Üçüncüsü ise bazı durumlarda sosyal koşulların davranışı kişilik özelliklerinden daha çok yönlendirebilmesidir. Kişinin acelesi varsa ya da yoğun bir dönemden geçiyorsa odası ve işyeri bu yüzden dağınık olabilir.

Ortak Ayırıcı Özellikler ve Bireysel Ayırıcı Özellikler

Allport (1937, 1961), belli bir kültürün üyesi olan her insanda bulunan *ortak ayırıcı özellikler* ile bireye özgü özellikler olan *bireysel ayırıcı özellikleri* birbirinden ayırmaktadır. Allport'a göre kişilik araştırmalarında, kişiliğin ölçümünde ve tanımlanmasında kullanılabilecek iki genel strateji vardır. Bunlardan birincisi bütün insanların tek bir boyut üzerinde tanımlanabileceğini varsayan, *bireyi grup normlarına göre inceleme* yaklaşımıdır. Bu yaklaşıma göre bireyin belli bir özellikten aldığı sayısal değer (kişilik özelliği ölçümü) diğerlerinin aldıkları değerlerle karşılaştırılır. Aynı kültürün üyeleri aynı evrimsel ve sosyal etkilere maruz kaldıkları için birbirleri ile kabaca kıyaslanabilecek uyum tarzları geliştirmektedirler. Herkese uygulanabileceği kabul edilen bu özelliklere Allport, ortak (genel) ayırıcı özellikler adını vermiştir.

Allport'un kişiliğin incelenmesinde önerdiği ikinci strateji ise *bireyi kendi içinde inceleme* yaklaşımıdır. Bu yaklaşımla bireyler arasında tek bir özellik açısından karşılaştırma yapmak yerine tek bir bireyin kişiliğini oluşturan özelliklerin belirlenmesi hedeflenmektedir. Her bir bireyin, onu kendine özgü kılan bazı temel kişilik özelliklerine sahip olduğunu belirten Allport bu bireysel ayırıcı özelliklere kişisel eğilimler adını vermiştir. Bireyin kişiliğini en iyi tanımlayan kişisel eğilimlerin sayısı kişiden kişiye farklılık gösterse de Allport (1961), insanların genellikle 5-10 arası kişisel eğilime sahip olduklarını belirtmiş ve kişisel eğilimleri üç başlık altında sınıflandırmıştır;

1. Kardinal eğilimler; kişinin yaşamının her alanında kendini gösteren başat özelliklerdir. Bunların izine kişinin tüm davranışlarında rastlanabilir. Çoğu kimse kardinal eğilimlere sahip değildir, ancak kişinin böylesine baskın bir özelliğe sahip olması durumunda kişiyi bu özellikle tanımlamak mümkündür.
2. Merkezi eğilimler; daha az ısrarcı olan ancak oldukça genellenmiş özelliklerdir. Çok az insan kardinal eğilimlere sahiptir ancak her insanda merkezi eğilimler bulunur. Bunlar kişinin diğerleri tarafından kolaylıkla ayırt edilen 5-10 temel özelliğini ve eğilimini temsil ederler.

3. İkincil eğilimler; daha az belirgin olan, daha az genellenmiş, daha az tutarlı ve dolayısıyla kişiliğin tanımıyla daha az ilgili olan özelliklerdir. Örneğin yemek ve giyim tarzı, özel tutumlar ve kişinin durumlara bağlı olarak sergilediği davranışlar bu gruba girmektedir.

Kişiliğin Gelişimi

Allport yetişkin güdülerinin işlevsel olarak özerk olduğuna inandığı için kişilik gelişiminde çocukluk ve ergenlik tarihçesinin incelenmesini çok gerekli görmemiştir. Freud'un, yetişkin kişiliğinin ilk çocukluk yıllarında biçimlendiği görüşüne ise kesinlikle karşı çıkmıştır. Ancak Allport kendilik kavramından (proprium) ve kendilik kavramının yaşamın farklı dönemlerinde gelişen bileşenlerinden söz etmiştir.

Proprium: Kendilik Kavramının Gelişimi

Kişilik kuramcılarının hiç biri kişiliği birbirleriyle ilişkisi olmayan eğilimler bütünü olarak ele almazlar. Kişilik, bireyi diğer insanlardan ayrı kılan çeşitli yönlerinin bütünleşmesiyle bir örüntü ve bütünlük oluşturması anlamına gelmektedir. Tutumları, değerleri, güdüleri, algı ve eğilimleri bir bütün içine yerleştirebilen genel bir ilkenin varlığını kabul etmek gerekir. Her ne kadar yetişkin kişiliği, çok sayıda eğilim, özellik ve içgüleri içeren karmaşık bir yapı olsa da tüm bunlar kişiye özgü ve kişi için önemli bazı bileşenler etrafında örgütlenmişlerdir. Kişiliğin merkezinde yer alan ve kişi tarafından kendisinin önemli bir parçası olarak algılanan bu özellikler kendilik kavramını oluşturur. Allport (1955) kişiliğin merkezinde yer alan ve insanlar tarafından yaşamlarında önemli kabul edilen bu olumlu davranış ve özelliklere proprium adını vermiştir. Proprium kişiliğin bütününü temsil etmez çünkü birçok davranış ve özellik olumlu değildir, kişi tarafından önemli olduğu düşünülmez ve kişiliğin merkezinde yer almaz. Proprium insan doğasının ilerleme, gelişmeye yönelik olma, olumlu, yaratıcı olma yönünü temsil eder, öznel yaşantıların 'ben' kısmıdır, diğer bir deyişle benliktir (kendilik; selfhood). Allport'a göre proprium, kişiliğin içsel bütünlük duygusuna katkıda bulunan tüm yönleri olarak ifade edilebilir. Bireyin yaşamını bütünleştirici işlevleri üstlenmiş olan örgütleyici ve bütünleştirici bir ajan olarak da tanımlanabilir.

Allport (1961) proprium'un, çocukluktan yetişkinliğe kadar olan farklı dönemlerde gelişen yedi farklı yönü olduğunu belirtmiştir:

Bedensel kendilik duygusu: Yaşamın ilk yılında bebekler kendileri ve dış dünya arasında ayrım yapamazlar ve kas, tendon, eklem ve iç organlarından kaynaklanan pek çok duyunun farkına vararak yavaş yavaş bu ayrımı yapmayı öğrenirler. Tekrarlayan bu duyumlar bedensel kendilik duygusunu

oluşturur. Allport bedensel duyumların tüm yaşamı boyunca kişinin öz-farkındalığı açısından bir güvenlik dayanağı olduğunu belirtmektedir.

Öz-Kimlik Duygusu: Allport öz-farkındalık için içsel bir süreklilik ve aynılık duygusunun gerekliliği konusunda Erikson'la hemfikirdir. Öz-kimlik duygusu çocuğun dil aracılığıyla kendini aynı ve sabit bir referans noktası olarak belirlemesinde önemli bir rol oynamaktadır. Çocuğun adı benlik sürekliliğini kavraması açısından önemli bir işleve sahiptir. Kendi adını öğrenmesi, çocuğun kendisinde olan değişikliklere rağmen aynı kişi olduğunu fark etmesinde önemli rol oynar. Giyim eşyası, oyuncaklar ve diğer sahip oldukları kimlik duygusunu güçlendirir. Kişi bugün, dünkü düşüncelerinin bazılarını hatırlamaktadır, yarın da bugünkü ve dünkü düşüncelerinin bazılarını hatırlayacaktır ve bu düşüncelerin aynı kişiye (kendine) ait olduğundan da emindir. Öz-kimlik duygusu sürekli değişerek yetişkinlik yıllarında sağlamlaşır.

Öz Saygı Duygusu: Yaşamın üçüncü yılında propriumun öz saygı boyutu ortaya çıkmaya başlar. Allport'a göre öz-saygı duygusu çocuğun bir şeyleri kendi başına yapabildiğinde hissettiği gurur duygusudur. Çocuğun içinde yaşadığı çevrede bazı görevleri kendi başına yerine getirmekte gösterdiği başarı onun öz saygısını geliştirir. Bu yaşta çocuk çok fazla olumsuzluk sergiler, anne-babasının isteklerini özerklik ve bütünlüğüne tehdit olarak değerlendirdiği için bunlara karşı çıkar. Çocuğun çevreyi keşfetme ve yönlendirme yönündeki çabaları anne-babası tarafından engellenirse çocukta utanç ve öfke duyguları oluşacaktır. Çocuğun yaşı ilerledikçe öz-saygı duygusu yarışmacı bir içerik de kazanır ve çocukluk dönemi boyunca arkadaşların onayı özsaygının desteklenmesinde önemli bir kaynak özelliği taşır.

Öz-uzanım duygusu: Yaklaşık 4-6 yaşlar arasında proprium benlik alanının genişlemesiyle ayrıntılı hale gelmeye başlar. Çocuklar bu dönemde insanları, nesneleri ve soyutlamaları kendi öz-kavramlarına katarak yalnız fiziksel varlıklarının değil aynı zamanda çevrelerinin bir bölümünün de (insanlar dahil) kendilerine ait olduğunu fark ederler. "Benim" sözcüğünün anlamı kavranmış olur; "bu benim topum", "bu ev benim", "annem, köpeğim" vb. ifadeler de benliğin bütünleştirici parçalarını oluştururlar ve başkalarının bunlara sahip olmasına karşı bir koruma duruşu sergilerler.

Kendilik imajı: Beş altı yaşlar arasında propriumun beşinci bileşeni olan kendini değerlendirme kapasitesi ortaya çıkmaya başlar. Çocuk bu dönemde anne-babasının, yakınlarının, öğretmenlerinin ve diğerlerinin kendisinden neler beklediğini öğrenmeye başlar. Propriumun bu yönü kişinin güçlü ve zayıf yönleri için de sağlam bir rehber niteliği taşır. Ancak bu algı abartılmış ve gerçekçi olmayan bir algı da olabilir. Çocuk bu dönemde aynı zamanda "iyi ben" ve "kötü ben" kavramları arasındaki ayrımı da yapmaya

başlar. Ancak vicdan tam gelişmemiştir veya çocuk büyüyünce nasıl bir yetişkin olmak istediğine ilişkin gelişmiş bir algıya sahip değildir.

Rasyonel Başedici Benlik Duygusu: Propriumun içsel ihtiyaçları dışsal gerçeklikle ilişkilendirmesi ve biyolojik dürtülerle, çevresel beklentilerle ve kişinin kendi vicdanının yasaklamaları ile baş etmek için rasyonel planlar yapması gerekmektedir. Yaklaşık 6-12 yaşlar arasında çocuk artık gerçeklerin talepleriyle etkili şekilde baş etmek ve yaşamdaki problemlere çözümler bulmak için gereken rasyonel kapasiteye sahip olduğunun farkına varır. Çocuk, zihinsel gelişimine paralel olarak düşünceler üzerinde düşünme kapasitesine ulaşır. Ancak ahlaki değerlendirmeler noktasında henüz kendine özerk ve bağımsız olma konusunda güven duymamaktadır. Daha çok, dogmatik bir bakış açısıyla ailesinin, dininin ve arkadaş grubunun doğru olduğuna inanmaktadır. Bu dönem yoğun ahlaki ve sosyal uyumla kendini göstermektedir.

Benlik Arayışı: Proprium'un gelişiminde ergenlik döneminde kimlik arayışıyla başlayan son aşamadır. Uzun vadeli bağlanmalar yaşamadan önce ergenlerde yaygın olarak gözlenen çeşitli rol denemeleri benlik arayışının bir parçasıdır. Allport, bilinçli niyetlerin ve geleceğe yönelik planların kişiliği güdülemeye başladığı zaman olması açısından ergenlik döneminin özellikle önemli olduğunu kabul etmektedir. Ergenlik döneminin en temel problemi meslek seçimi ve diğer yaşam amaçlarının belirlenmesidir. Ergen, gelecekle ilgili plan yapmanın zorunluluğunun farkına varır. Bu çabaların temelinde yaşama bir amaç duygusu katma, uzun vadeli amaçlara sahip olma, belirlenmiş amaçlara doğru yönlenme ve çabalama yatmaktadır. Ancak ergenlik ve genç yetişkinlik döneminde benlik arayışı tam anlamıyla sona ermez. Allport, Erikson'un ego kimliği kavramında olduğu gibi, bu çabaların bütünleşmiş bir benlik duygusuna gerek duyduğunu belirtilmektedir. Benlik duygusu ancak yetişkinlikte benliğin tüm yönleri pekiştiğinde ortaya çıkmaktadır.

Olgun Kişilik

Allport diğer birçok kişilik kuramcısının aksine araştırmalarını psikolojik açıdan sağlıklı kimseler üzerinde yürütmüş, psikoterapi alanında çalışmamış ve klinik gözlemleri kişilik kuramı için gerekli görmemiştir. Allport 'olgun kişilik' olarak adlandırdığı sağlıklı kişiliği kapsamlı bir biçimde tanımlamak için özel bir çaba göstermiştir. Allport'a göre (1961) kişisel olgunlaşma yaşam boyu devam eden bir süreçtir ve olgun kişiliğe sahip kimselerle olgunlaşmamış ya da nevrotik kişiliğe sahip olanlar arasında bazı niteliksel farklılıklar vardır. Olgun kişiliğe sahip kimselerin davranışları işlevsel olarak özerktir ve bilinçli olarak güdülenmektedir. Olgunlaşmamış kişiliğe sahip kimselerin

davranışları ise çocukluk yaşantılarından kaynaklanan bilinçdışı güdülerce yönetilmektedir. Allport (1961) olgun kişiliğin altı temel ölçütü olduğunu belirtmiştir:

1. Olgun kişilerin benlik duygusu çok geniş bir alanda kendini belli eder. Bir bakıma bu kişilerin 'kendilerinin dışına çıkabildiklerini' söylemek yanlış olmaz. İş, aile ve sosyal ilişkilerde etkin katılım gösterirler. Allport'a göre kişinin kendini sevmesi önemli bir özelliktir, ancak bu duygunun kişinin yaşam tarzını egemenliği altına almaması gerekir.
2. Olgun kişiler sıcak sosyal etkileşimlere girme ve yürütme kapasitesine sahiptirler. Bu başlık altında iki özellikten söz etmek mümkündür. Bunlardan ilki yakınlıktır. Yakınlık, kişinin kıskançlık ve sahiplenme duygusu olmaksızın ailesine ve yakın arkadaşlarına derin sevgi besleyebilmesini ifade eder. Diğer özellik ise sevecenliktir. Bu da kişinin benliği ve diğerleri arasındaki farklılıkları hoşgörüyle kabul edebilmesidir. Bu şekilde birey tüm insanlara ve farklılıklara gerçek saygı ve kabul duyguları geliştirmiş olacaktır.
3. Olgun kişilerin kendilerini kabul düzeyleri yüksektir ve güven duyguları gelişmiştir. Bu kişiler kendileri ile ilgili olumlu bir imaja sahiptirler ve kendi eksikliklerine ve huzursuzluk veren engellenme yaşantılarına saldırgan olmadan yaklaşabilir ve bu olumsuz yaşantıları tolere edebilirler. Üzüntü, öfke ve suçluluk gibi duygu durumlarıyla başa çıkarken de diğer insanların iyiliğine karşı bir tutum içine girmezler. Örneğin kötü bir gün geçiriyorlarsa bunun acısını ilk karşılarına çıkan kişiden çıkarmazlar.
4. Olgun kişiler gerçekçi algılara, becerilere ve hedeflere sahiptirler. Sağlıklı kişiler olayları, görmek istedikleri gibi değil, gerçekçi bir biçimde, olduğu gibi görürler. Gerçekle doğrudan ilişki içine girebilirler ve gerçeği kendi gereksinim ve hayallerine uydurmaya çalışarak çarpıtmazlar. Ayrıca olgun kişiler, diğer insanları, nesneleri ve durumları da oldukları gibi görürler ve gerçekle baş etmek için gereken becerilere sahiptirler. Seçtikleri hedefler de gerçekçi hedeflerdir.
5. Olgun kimseler keskin bir içgörüye ve mizah duygusuna sahiptirler. Bu kişilerin kendi güçlü ve zayıf yönleri ile ilgili gerçekçi bir değerlendirmeleri vardır. Mizah duygusu, kişinin kendisine ilişkin içgörüsünün önemli bir bileşenidir, çünkü kişinin kendisini abartılı biçimde ciddiye almasını ve üstün görmesini engeller. Mizah duygusu sayesinde kişi kendisinin ve diğerlerinin tamamen gülünç yanlarını görüp kabul edebilir.

6. Olgun kişiler bütünsel bir dünya görüşüne sahiptir. İnsanların yaşamlarını anlamlandıracak bir amaç veya alana yönelmelerini sağlayacak bir değer sitemine ihtiyaçları vardır. Her insanın farklı değerler sitemi bulunmaktadır. Bazı insanlar gerçeği arama işine girişirken, bazıları soysal refah ya da dinle ilgili değerler sistemi geliştirir. Allport'a göre tek ve üstün bir dünya görüşü yoktur. Olgun kişi kendi yaşamına temel oluşturacak bir değerler grubuna sahiptir. Yaşama bütünsel bir bakış açısıyla bakmak, kişinin yaptığı her şeye anlam ve önem yükleyen bir değer oryantasyonudur.

Eleştiriler ve Değerlendirme

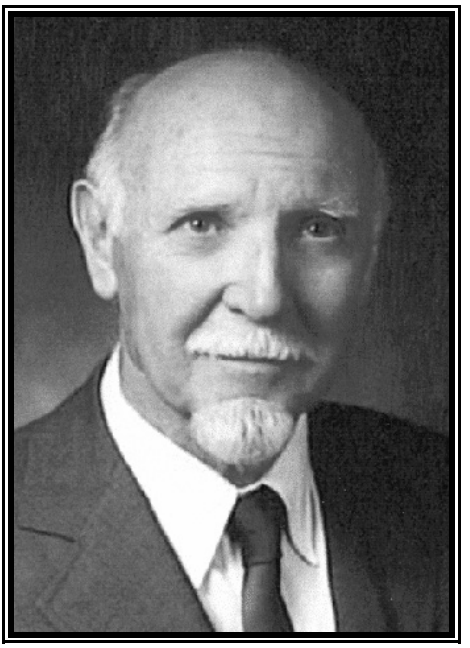
Allport'un kuramı bilimsel inceleme sonuçlarına değil felsefi spekülasyonlara ve sağduyuya dayalı bir kuram olmakla eleştirilmekteyse de kişilik çalışmalarını psikolojinin saygın bir bölümü yapmak konusundaki çabaları dikkate değerdir. Allport sayesinde kişilik araştırmaları klinik ortamın dışına çıkmış ve akademik bir çalışma konusu olarak üniversiteye taşınmıştır.

Allport'un eklektik bir yaklaşımı olduğu kabul edilmektedir. Kendisi de hiçbir zaman bütünüyle yeni ya da kapsamlı bir kuram ortaya koyduğunu öne sürmemiştir. Allport çağdaş psikolojiye birçok yenilik getirmiştir. Davranışın bilinçli güdülenmesine verdiği önem, kişilik özellikleri ve bu özelliklerin ölçülmesi, sağlıklı kişiliğin ayrıntılı biçimde tanımlanması bunlardan bazılarıdır. Allport'un bir diğer güçlü yanı da kavramları tanımlamada sergilediği titizliktir.

Ortaya koyduğu fikirlerin ampirik olarak sınanamamış olmasıyla eleştirilse de Allport'un kuramından yola çıkılarak yapılan araştırmalar dikkate alındığında üretken bir kuram olduğu düşünülebilir. Uygulayıcılar açısından düşünüldüğünde ise pek verimli bir kuram olmadığı görülmektedir. Allport'un kuramına dayalı bir psikoterapi yaklaşımı ya da insanlara yaşamlarını sürdürürlerken ya da çocuk yetiştirirken yol gösterecek öneriler bulunmamaktadır.

Kişilik özelliklerinin tanımlanması ve değerlendirilmesi ve kişiliği ölçen psikolojik testlerin geliştirilmesi çalışmaları Allport'un psikolojiye yaptığı temel katkılar arasında yer alır. Eleştirilen kimi yönlerine rağmen; ayırıcı özelliklere ilişkin ilk çalışmayı gerçekleştiren, kişiliği tanımlamak konusunda ciddi bir çaba harcayan, ayırıcı özellik kavramını ve kendilik kavramını geliştiren Allport'un psikoloji tarihinde çok önemli bir yeri vardır.

FAKTÖR ANALİTİK AYIRICI ÖZELLİK KURAMI



RAYMOND CATTELL

Raymond Cattell'in Yaşam Öyküsü

Raymond B. Cattell 1905'te İngiltere'nin Staffordshire kentinde dünyaya gelmiştir. Cattell otobiyografisinde okyanus kıyısında geçirdiği çocukluk yıllarının yüzme, yelkencilik ve mağara keşifleri gibi aktivitelerle dolu mutlu bir dönem olduğunu belirtmiştir. Ancak bu mutlu çocukluk yılları Raymond henüz 9 yaşındayken İngiltere'nin I. Dünya Savaşına girmesiyle sona erer. Evlerinin yakınlarındaki bir hastanede Fransa'dan dönen yüzlerce yaralı askerin tedavi edilişine şahit olan Cattell ilerleyen yıllarda bu deneyimin kendi yaşamı üzerinde nasıl bir etkisi olduğunun farkına varacaktır. Henüz 16 yaşındayken Londra Üniversitesi'nde okumak için burs kazanan Cattell burada fizik ve kimya eğitimi almıştır. Ancak yüksek bir dereceyle mezun olmadan birkaç ay önce Cattell burada aldığı fen bilimleri eğitiminin, ilgi duyduğu sosyal sorunların çözümü konusunda kendisini yeterince hazırlamamış olduğunu düşünmeye başlamıştı. Gözünde canlanan I. Dünya Savaşı yılları ve yaralı askerler onun sosyal sorunların çözümünde etkili olabilecek bir bilim dalı olduğuna inandığı psikoloji alanında lisans üstü eğitim almasına yol açmıştır. Otobiyografisinde o sıralarda laboratuar tezgahının gözüne çok küçük, dünyanın sorunlarının ise çok büyük göründüğünü, bu nedenle de yaşanan mantıksızlıkları aşabilmek için insan beyninin nasıl işlediğini incelemek gerektiğini anlamaya başladığını belirtmiştir. Arkadaşlarının tavsiyelerine kulak asmayarak o dönemlerde henüz bugünkü saygınlığını kazanmamış olan psikoloji alanında lisansüstü eğitimine başlayan Cattell, eğitimi sırasında faktör analizi metodunu keşfetmiş olan ünlü İngiliz Psikolog Charles Spearman'ın asistanlığını yapma şansını bulmuştur.

Psikoloji alanında doktora derecesini 1929 yılında alan Cattell, 1932-1937 yılları arasında beş yıl süreyle İngiltere'de bir psikoloji kliniğinin yöneticiliğini yapmıştır. Daha sonra Birleşik Devletlere giden Cattell Columbia Üniversitesi'nde bir yıl süreyle ünlü öğrenme psikoloğu Thorndike'la birlikte çalışmış ve yaşamının geri kalan kısmını da Birleşik Devletlerde geçirmiştir. Bir yıl sonra Clark Üniversitesi'nde çalışmaya başlayan Cattell 1941 yılında Allport'un davetiyle Harward Üniversitesi'nde çalışmaya başlamıştır. Burada Gordon Allport ve Henry Muray'la birlikte kişilik üzerinde çalışmalar yürütürken faktör analizinin kişilik araştırmalarında etkili bir şekilde kullanılabileceğini öne süren Cattell, bu görüşünü 1945 yılında uygulamaya koymuştur. Yaklaşık olarak otuz yıl boyunca çalışmalarını yürüttüğü Illinois Üniversite'sinde faktör analizini kullanarak temel kişilik özelliklerini keşfetmeye çalışan Cattell, 1973 yılında emekli olduktan sonra da Hawaii ve Illinois Üniversitelerinde onursal profesör olarak çalışma hayatını sürdürmüştür. Yetmiş yıllık kariyeri boyunca 50'nin üzerinde kitap ve 500'den fazla makale yayınlayan Cattell, Şubat 1998'de Honolulu'daki evinde yaşamını yitirmiştir.

Faktör Analitik Ayırıcı Özellik Kuramı: Temel Kavramlar ve İlkeler

Diğer kuramcılardan farklı olarak Cattell kişiliği inceleme çalışmalarına klinik izlenimler ya da içgörüsel öngörülerle başlamamıştır. Cattell tümdengelimci akıl yürütme yerine ampirik araştırma yöntemlerine dayalı tümevarımcı bir yaklaşımı benimsemiştir. Davranışın bilimsel bir modelini oluşturmaya çalışan Cattell'in temel hedefi faktör analizi tekniğini kullanarak kişiliğin temel özelliklerini keşfetmekti. Cattell, Allport'un ayırıcı özelliklerin kişiliğin temel yapısını oluşturduğu ve bu ayırıcı özelliklerin belirli bir durumda kişinin nasıl davrandığından sorumlu olduğu fikrine katılmaktadır. Ancak bu özelliklerin kişinin içinde var olduğu varsayımını reddetmiştir. Cattell'e göre ayırıcı özelliklerin fiziksel ya da sinirsel bir statüsü yoktur ve bu nedenle de varlıkları ancak açık davranışların titizlikle ölçülmesi ile anlaşılabilir. Cattell de (1965) Allport gibi, genel (ortak) ve özel (bireysel) ayırıcı özellikler arasında ayrım yapmıştır.

İnsanın Doğası

Cattell'e göre yeterli bir kişilik kuramının, kişiliği oluşturan birçok özelliği, bu özelliklerin ne ölçüde kalıtımla ya da çevreyle belirlendiğini ve kalıtım ve çevre etkileşiminin davranışı nasıl etkilediğini ele alması gerekir. Cattell aynı zamanda kişiliğin işleyişi ve gelişimi konularında da sistemli araştırma yöntemlerine ve güvenilir ve duyarlı ölçümlere dayalı bir yaklaşımın gerekliliğini savunmuş ve kişiliğin incelenmesinde faktör analizi metodunu tercih etmiştir.

Daha önce de belirtildiği gibi faktör analizini gerçekleştirmenin ilk basamağı çok sayıda insandan veri toplamaktır. Cattell faktör analizi çalışmalarında üç farklı veri kaynağı kullanmıştır (Hall, Lindzey ve Campbell, 1997). Bunlardan birincisi akademik performans, yaşıtlarla ilişkiler gibi günlük yaşam durumlarındaki gerçek davranışları, ya da kişiyi gerçek yaşamda yakından tanıyan kimselerin onunla ilgili değerlendirmelerine dayanan verileri (L-verisi); ikincisi kişinin kendine ilişkin gözlemlerinin, içgörülerinin ve kendi davranışları hakkındaki değerlendirmelerinin kendini ifade ölçekleri aracılığıyla ölçülmesiyle elde edilen verileri (Q-verisi); üçüncüsü ise kişinin zekasının, yeteneklerinin ya da farklı alanlardaki performansının objektif testler aracılığıyla ölçülmesiyle elde edilen verileri (T-verisi) içermektedir. Bu üç farklı veri sayesinde kişi hakkında elde edilen bilgilerin olabildiğince güvenilir olması sağlanmaya çalışılmıştır. Nitekim yalnızca kendini ifade ölçeklerine dayalı ölçümlerle elde edilen veriler kişinin kendisini yeterince tanımaması nedeniyle yetersiz olabilir. Diğer taraftan kişinin kendisi hakkındaki görüşlerine ek olarak, hem kişiyi çok yakından tanıyan kimselerin ifadeleri, hem

gerçek yaşam durumlarında kişinin davranışlarının incelenmesi, hem de objektif testler aracılığıyla elde edilen veriler, kişiliğin temel bileşenlerini keşfetme sürecinde nispeten çok daha güvenilir bir veri kümesi sağlamıştır. Bu farklı kaynaklardan elde edilen veriler üzerinde defalarca yinelenen faktör analizi sonuçları Cattell'in kişiliğin evrensel boyutları olduğunu düşündüğü 16 temel ayırıcı özelliği ortaya çıkarmasını sağlamıştır.

Cattell'a göre (1965) kişilik, bir kimsenin belirli bir durumda nasıl davranacağını yordamamıza yarayan araçtır. Kişiliğin matematiksel analizi yaklaşımına paralel olarak Cattell, davranışın yordanması için bir de denklem geliştirmiştir. Davranışı kestirmek için Cattell tarafından kullanılan genel formül: D = f (U, K) şeklindedir. Bu formül kişinin belirli bir davranışının (D), o andaki uyarıcı durum (U) ve varolan kişilik yapısının (K) bir fonksiyonu (f) olduğunu belirtmektedir. Cattell davranışın kestirilmesinin çok zor olduğunu bu nedenle de kişiliği inceleyen psikologların yalnızca kişinin sahip olduğu özellikleri incelemesinin yeterli olmadığını, bunun yanında kişinin o anki duygu durumunun ve içinde bulunduğu duruma özgü sosyal rollerinin de hesaba katılması gerektiğini vurgulamıştır. Örneğin davranışı yordanmak istenen kişi o anda duygusal olarak uyarıcı bir durumdaysa evhamlılık gibi bir ayırıcı özellik o kişinin davranışının yordanmasında daha yüksek bir ağırlığa sahip olacaktır. Bu yüzden Cattell'in önerdiği formül aşırı derecede basitleştirilmemelidir. Bu formülleştirme çabası Cattell'in insan davranışının belirlenmişliği ve bu nedenle de yordanabilirliği konusundaki görüşünü yansıtması açısından önemlidir.

Kişiliğin Yapısı: Ayırıcı Özelliklerin Sınıflandırılması

Her ne kadar Cattell davranışın kişinin ayırıcı özellikleri ve durumsal değişkenlerin etkileşimi tarafından belirlendiğini öne sürse de kişiliğin incelenmesinde ortaya koyduğu temel kavram ayırıcı özelliklerdir (Hjelle ve Ziegler, 1992). Cattell'e göre ayırıcı özellikler, bir durumdan diğer duruma ya da bir andan diğerine tutarlı davranışlar göstermeye yönelik oldukça sürekli eğilimlerdir. Daha önce de belirtildiği gibi Cattell, kişiliğin yapısal bileşenlerinin incelenmesinde faktör analizi metodunu kullanmayı tercih etmiştir. Binlerce insandan elde edilen verilere uyguladığı birçok faktör analizi sonucunda Cattell, ayırıcı özelliklerin farklı şekillerde sınıflandırılabileceği sonucuna varmıştır. Cattell (1950) öncelikle ayırıcı özellikleri **yüzeysel ayırıcı özellikler** ve **kaynak ayırıcı özellikler** olmak üzere ikiye ayırmıştır. Cattell'e göre yüzeysel ayırıcı özellikler; birbiriyle ilişkili ve bir arada kümelenmiş gibi görünen ama aslında altında yatan bir kaynak ayırıcı özellik tarafından kontrol edilen gözlenebilir davranışlardır. Kaynak ayırıcı özellikler ise yüzeysel ayırıcı özelliklerin altında yatan ve onları belirleyen daha temel, kişiliğin da-

ha derininde yer alan, ancak faktör analizi yoluyla ortaya çıkarılabilen ve kişiliğin yapısını oluşturan temel bloklardır. Cattell (1979) gerçekleştirdiği yoğun faktör analizi çalışmaları neticesinde kişiliğin yapısını oluşturan 16 kaynak ayırıcı özellik bulunduğunu saptamıştır. Bu 16 kişilik özelliğini ölçmek üzere bir de ölçek (16PF Kişilik Envanteri - 16 Personality Factor Questionnaire) geliştirmiş olan Cattell davranışın yordanmasında önemli role sahip olanın kaynak özellikler olduğunu iki ya da daha fazla kaynak özelliğin etkileşimi neticesinde ortaya çıkan yüzeysel özelliklerin ise bu anlamda önemli olmadıklarını belirtmiştir (Hall, Lindzey ve Campbell, 1997).

Kaynak özellikler de kökenlerine göre **yapısal özellikler** ve **çevresel özellikler** olmak üzere ikiye ayrılabilir (Cattell, 1950). Yapısal özellikler, kişinin biyolojik ve fizyolojik koşullarından doğan özelliklerdir. Çevresel özellikler ise sosyal ve fiziksel çevredeki etkilerle biçimlenmiş olan özelliklerdir. Kaynak özellikler ifade ediliş tarzlarına göre de mizaç özellikleri, yetenek özellikleri ve dinamik özellikler olmak üzere üçe ayrılır (Hjelle ve Ziegler, 1992). **Mizaç özellikleri** bir kimsenin nasıl davrandığıyla (hızlı ya da yavaş çalışma, kriz durumunda sakin ya da aşırı heyecanlı olma vb), **yetenek özellikleri** bir kimsenin belirli bir hedefe ulaşmadaki etkililiği ve becerileri ile (zeka, müzik yeteneği, göz-el koordinasyonu vb) **dinamik özellikler** ise bir kimsenin davranışının güdülenmesiyle, kişinin belirli hedeflere yönelmesi ve harekete geçmesiyle (hırslı olma, güç-yönelimli olma vb) ilgilidir. Özetle dinamik özellikler yaptığımız şeyi neden yaptığımızı belirlerken, mizaç özellikleri nasıl yaptığımızı, yetenek özellikleri ise o şeyi ne denli iyi yaptığımızı belirlemektedir.

Daha önce de belirtildiği gibi Cattell (1965) **ortak** (genel) ve **bireysel** (özel) ayırıcı özellikler arasında ayırım yapmaktadır. Ortak özellikler aynı kültürün üyelerince farklı düzeylerde sahip olunan özelliklerdir. Bireysel özellikler ise yalnızca birkaç kişide ya da yalnızca bir kişide bulunan özelliklerdir. Ancak unutulmamalıdır ki ortak özelliklerin insanların kişiliği içindeki örgütlenmesi de her zaman o kişiye özgüdür. Her ne kadar Cattell her bireyin kişiliğini oluşturan ortak özelliklerin örgütlenişinin kişiye özgü olduğunu belirtmiş ve kişiliğin biricikliğini vurgulamışsa da asıl ilgisi tek tek bireylerin kişiliğini anlamak değil davranışın genel ilkelerini keşfetmek olmuştur (Hjelle ve Ziegler, 1992).

Cattell, Allport'un listelediği 5000'e yakın kişilik özelliğini faktör analizine tabi tutarak kişiliğin yapısını oluşturan temel faktörleri (kaynak özellikleri) keşfetmeye çalışmıştır (Ewen, 1998). Bunu yaparken daha önce de değinildiği gibi tek bir veri türüne değil üç farklı veri türüne başvurmuştur. Cattell, kişiliğin karmaşık ve çok yönlü yapısını kapsayabilmesi açısından farklı veri türlerine dayalı çok değişkenli bir araştırma stratejisinin gerekliliği üzerinde

durmuştur. Cattell'e göre eğer faktör analizi, kişiliğin bileşenlerini saptamada uygun bir yol ise farklı şekillerde elde edilen veriler üzerinde yinelenen analizler sonucunda aynı faktörlerin (kaynak özelliklerin) ortaya çıkması gerekir (Hjelle ve Ziegler, 1992). Her bir veri türünün kişilikteki ortak özellik boyutlarını ölçebildiği varsayımına dayalı bu iddiadan yola çıkarak, farklı veri türleri üzerinde faktör analizi yaklaşımını kullanarak kaynak özellikleri saptamaya çalışan Cattell ilk olarak L-verilerini kullanmış ve kişiliği oluşturan 15 faktör olduğunu bulmuştur. Cattell, daha sonra Q-verilerini kullanarak benzer faktörlerin elde edilip edilemeyeceğini incelemiş ve bu tür verilere uyguladığı faktör analizi sonucunda da 16 faktör elde etmiştir. Bu çalışmalar sonucunda genel olarak her iki veri türü ile gerçekleştirilen faktör analizleriyle elde edilen faktörlerin birbirleriyle örtüştüğü ancak bazı faktörlerin bu iki veri türünden yalnızca birine özgü olduğu ortaya çıkmıştır.

Cattell'in (1973) kaynak özelliklerin ölçümü için geliştirdiği 16 Faktörlü Kişilik Envanteri'nde de (16 Personality Factor Questionnaire) yer alan bu faktörler aşağıdaki tabloda sunulmuştur. Tabloda yer alan ilk on iki faktör her iki veri türü ile gerçekleştirilen analizlerde de elde edilmiş, son dört faktör ise yalnızca Q-verileri ile gerçekleştirilen analizlerde ortaya çıkmıştır. Kaynak özelliklerin listedeki sıraları da davranışı yordamadaki güçleri ile orantılıdır. İlk sırada yer alan kaynak özellik davranışı yordamada en güçlü özelliktir ve liste ilerledikçe özelliklerin davranışı yordamadaki önemi de nispeten azalmaktadır. Cattell'in 16 Kişilik Faktörü Envanteri'nde yer alan bu boyutlarının bipolar (iki kutuplu) bir nitelik taşıdığı unutulmamalıdır. Diğer bir ifadeyle bu boyutlar iki uçlu bir sürekliliği temsil etmektedir. Kişi bu iki uç arasında bir noktada yer alır ve bulunduğu nokta kişinin o özelliğe ne derecede sahip olduğunu değil iki uçtan hangisine daha yakın olduğunu gösterir.

Cattell'in 16 Kişilik Faktörü

Yüksek Puan	Harf Sembolü ve Faktör Adı	Düşük Puan
cana yakın, sevgi dolu, yumuşak başlı	A ***SICAKLIK***	uzak, eleştirel, soğuk, ilgisiz
daha zeki, soyut düşünebilen	B ***AKIL YÜRÜTME***	daha az zeki, somut düşünen
sakin, duygusal açıdan kararlı, gerçekçi	C ***DUYGUSAL KARARLILIK***	duygusal açıdan daha az kararlı, çabucak sinirlenen ya da üzülen, gerçekçi olmayan
atılgan, yarışmacı, inatçı	E ***BASKINLIK***	uysal, alçakgönüllü, mahcup
kaygısız, neşeli, hevesli	F ***CANLILIK***	ciddi, ağırbaşlı, suskun,
kurallara bağlı, ahlakçı, sorumlu	G ***KURALLARA BAĞLILIK***	kural tanımaz, ihmalkar, hercai
cüretli, gözü pek, maceraperest	H ***SOSYAL GİRİŞKENLİK***	ürkek, uzak, utangaç
inatçı, kendine güvenen, bağımsız	I ***HASSASLIK***	bağımlı, hassas, alıngan
başkalarına güvenen, kabul edici,	L ***İHTİYATLILIK***	şüpheci, tedbirli,
hayal gücü kuvvetli, unutkan, sanatçı	M ***DALGINLIK***	geleneksel, ayakları yere basan, pratik
kurnaz, gösterişli, abartılı	N ***İÇTENLİK***	dosdoğru, yapmacıksız, sosyal açıdan beceriksiz
evhamlı, kendini suçlayıcı, sorunlu	O ***ENDİŞE***	kendinden hoşnut, güvenli, kendinden emin
tutucu, geleneksel	Q_1 ***DEĞİŞİKLİĞE AÇIKLIK***	özgür düşünceli, açık fikirli, liberal
kendine güvenen, becerikli, kendi kararlarını tercih eden	Q_2 ***KENDİNE YETME***	katılımcı, takipçi, gruba bağlı
kontrollü, kompülsif, düzenli	Q_3 ***MÜKEMMELİYETÇİLİK***	disiplinsiz, savsak, düşüncesizce davranan
gergin, engellenmiş, güdülenmiş	Q_4 ***GERGİNLİK***	rahat, sakin, dingin

Kaynak: Cattell, R. (1965) The scientific analysis of personality, Baltimore: Penguin Books'tan uyarlanmıştır.

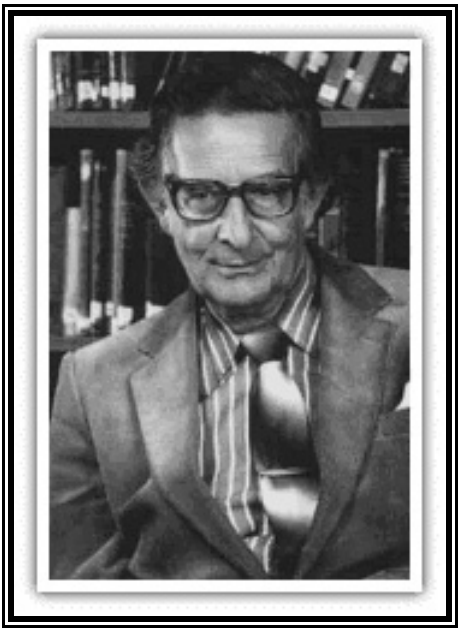
Kişiliğin Gelişimi

Kalıtım ve çevrenin kişilik gelişimi üzerindeki etkisini belirlemek amacıyla bir istatistiksel analiz geliştiren Cattell, bu analiz sayesinde yalnızca kalıtımın etkisi olup olmadığını değil, hangi kişilik özelliklerinin ne ölçüde kalıtımla, ne ölçüde çevre etkisiyle biçimlendiğini de belirlemeye çalışmıştır (Ewen, 1998). Bu amaçla aynı ailede yetişen eş yumurta ikizleri, aynı ailede yetişen ancak ikiz olmayan kardeşler, birbirinden uzakta yetişen eş yumurta ikizleri ve birbirinden uzakta yetişen ve de ikiz olmayan kardeşler arasındaki benzerlikleri inceleyerek bunları kendi geliştirmiş olduğu analizle çözümleyen Cattel, genetik ve çevresel etkilerin farklı kişilik özellikleri için farklı düzeylerde olduğunu saptamıştır. Örneğin zeka ve atılganlık ölçümlerinde elde edilen değerlerdeki değişkenliğin yaklaşık olarak %70'ini genetik faktörler açıklarken, kurallara bağlılık ve duygusal kararlılık gibi özellikler için bu oran yarı yarıya azalmaktadır (Hjelle ve Ziegler, 1992). Cattell, genel olarak kişiliğin üçte ikisinin çevresel faktörlerce, üçte birinin ise genetik faktörlerce belirlendiğini belirtmişse de insanların davranışları üzerinde durumsal faktörlerin etkilerini de göz ardı etmemiştir.

Eleştiriler ve Değerlendirme

Cattell'in kişiliğin temel bileşenlerini ortaya çıkarma, insan davranışlarını matematiksel bir kesinlikle ölçme ve yordama çabaları ve iddiaları, çalışmalarını temellendirdiği faktör analizi tekniğinin sınırlılıkları ölçüsünde değerlendirilmelidir. Faktör analizi çok sayıdaki değişken arasındaki ilişkileri özetlemekte çok etkili bir istatistik teknik olmakla birlikte, bu tekniğin hipotez ölçme ve temel gerçekleri keşfetmedeki kapasitesi tartışılır niteliktedir. Ancak Cattell'in kişiliğin incelenmesi çalışmalarında kesin ve duyarlı ölçümleri ve çok yönlü istatistik tekniklerini kullanarak gerçekleştirdiği çok sayıda çalışma, bu yöndeki çabalar için öncü nitelik taşımaktadır. Onun kişiliğin incelenmesi çalışmalarını nicelleştirme çabası kimi kuramcılarca eleştirilmiş olsa da kesin ölçümlere dayalı bir kuram ortaya koymak yönünde hem kendi gerçekleştirdiği birçok çalışma, hem de kendisinden sonraki araştırmacıların bu yöndeki çabalarında oynadığı rol etkileyicidir. Öznel spekülasyonlar yerine ampirik yaklaşıma dayalı bir kuram geliştiren Cattell'in çalışmaları sonucunda ortaya koyduğu kişilik faktörleri ve kişiliğin temel bileşenlerinin ölçümü için geliştirdiği ölçme araçları bugün de birçok araştırmacı tarafından kullanılan faydalı araçlar olmayı sürdürmektedir. Oldukça üretken bir araştırmacı olan Cattell'in fen bilimlerinde aldığı lisans eğitiminden sonra psikoloji alanında uzmanlaşmayı tercih etmesi psikoloji için bir kazanç, fen bilimleri için ise bir kayıp olarak değerlendirilebilir.

BİYOLOJİ TEMELLİ FAKTÖR ANALİTİK AYIRICI ÖZELLİK KURAMI



HANS EYSENCK

Hans Eysenck'in Yaşam Öyküsü

Hans Jürgen Eysenck, 4 Mart 1916'da Almanya'nın Berlin şehrinde dünyaya geldi. Ünlü bir aktör ve şarkıcı olan babası ve bir film yıldızı olan annesi, Hans'ın da gösteri dünyasında kariyer yapmasını planlamışlardı. Eysenk henüz sekiz yaşındayken bir sinema filminde de rol almıştı. Ancak o daha dört yaşındayken anne ve babası boşandığı için Eysenck anneannesi tarafından yetiştirildi. Çocukluk yıllarını Berlin'de geçiren Hans Eysenk liseden mezun olduktan sonra üniversiteye devam ederek fizik eğitimi almaya karar verdi. Ancak Berlin Üniversitesi'nde fizik okuması için Nazi gizli polisine katılması koşulu öne sürüldüğünde bunu çok iğrenç bir teklif olarak değerlendirdi ve yükselen Nazi zulmünden uzaklaşmak istediği için yurtdışında okumaya karar verdi. Bir yıl Fransa'da kaldıktan sonra İngiltere'ye yerleşti. Ancak burada yaşadığı bir bürokratik sorun nedeniyle de okumayı istediği fizik bölümüne giremedi. Üniversiteye kabul edilmesi için bir giriş sınavını geçmesi gerekiyordu. Sınavı geçtikten sonra Londra Üniversitesi'nde fizik eğitimi almak için başvurduğunda kendisine giriş sınavında yanlış konuları seçtiği bu nedenle de fizik eğitimi alamayacağı belirtildi. Bir yıl daha beklemek istemeyen Eysenck bu durumda girebileceği bir program olup olmadığını sorduğunda psikoloji bölümüne girebileceği yanıtını aldı. O güne değin psikoloji konusunda neredeyse hiç bir bilgisi olmayan Eysenck, zaman kaybetmek istemediği için bu alanda eğitim almaya karar verdi. Psikoloji konusunda neredeyse hiçbir bilgisi olmayan, psikolojinin bir bilim olup olamayacağı konusunda şüpheleri olan Hans Eysenck yıllar sonra yazdığı 75'in üzerinde kitap ve 800'ün üzerinde makale ve kitap bölümü ile psikoloji literatürünün en üretken yazarı olacaktı.

Hans Eysenck psikoloji alanındaki lisans derecesini 1938 yılında, doktora derecesini ise 1940 yılında Londra Üniversitesi'nden aldı. İngiltere'nin de diğer birçok Avrupa devleti gibi II. Dünya Savaşına girmesiyle Eysenck için farklı sorunlar gündeme gelmeye başladı. Alman olduğu için orduya kabul edilmedi ve savaş yıllarında psikiyatri ya da klinik psikoloji alanında hiçbir eğitim almamış olmasına rağmen bir hastanede kaygı, depresyon ve histeri gibi çok farklı sorunlardan muzdarip hastaların tedavisinde görev aldı. Buradaki deneyimleri sırasında faktör analizi tekniğini kullanarak iki temel kişilik faktörünün (dışadönüklük-içedönüklük ve nevrotizm-duygusal kararlılık) tüm geleneksel tanı sınıflamalarında yer alan psikolojik rahatsızlıkların açıklanmasında yeterli olduğu görüşünü öne sürdü. Bu çalışmaları daha sonra 'Kişiliğin Boyutları' (Dimensions of Personality) isimli kitabında yayınladı.

Savaş bittikten sonra Maudsley Hastanesi'nde Psikoloji Bölüm Başkanlığı görevini yürüttü ve ardından da Londra Üniversitesi'nde Psikoloji Bölümünde doçent oldu. İngiltere'de klinik psikoloji uzmanlık alanını kurmak amacıyla 1949-50 yıllarında Birleşik Devletler ve Kanada'daki klinik psikoloji programlarını incelediği gezisini gerçekleştirdi.

İngiltere'ye döndükten sonra 1938'de evlendiği ilk eşi Margaret Davis'ten boşanan Eysenck kendisi de bir psikolog olan Sybil Rostal'la evlendi ve yeni eşi ile birlikte birçok bilimsel çalışmaya imza attı. Eysenck'in matematikçi olan önceki eşinden olan oğlu Micheal Eysenck de birçok yayını olan oldukça tanınmış bir psikologdur.

Amerika'dan döndükten sonra Londra Üniversitesi'nde Klinik Psikoloji bölümünü kuran Eysenck, 1955'te profesör oldu. Amerika'dayken yazmaya başladığı ve 1952 yılında İngiltere'de yayınladığı 'İnsan Kişiliğinin Yapısı' (The Structure of Human Personality) adlı kitabında kişiliğin incelenmesinde faktör analizinin en uygun yöntem olduğu savını ortaya koydu. Yaşamı boyunca başına buyruk, asi bir bilim adamı portresi çizen Eysenck, 1950'lerde; uzun zaman alan, pahalı ve uzmanlık eğitimi almış psikologlar ve psikanalistler tarafından yürütülen psikoterapilerin işe yaramadığını ve böyle bir tedavi sürecinden geçen hastalarla geçmeyenler arasında bir fark olmadığını iddia etmiş ve bu fikrinden de yaşamı boyunca vazgeçmemiştir. Eysenck'in tepki aldığı bir başka konu da Arthur Jensen'in IQ'nun büyük ölçüde genetik olarak belirlendiği ve iyi niyetli sosyal programlarla geliştirilemeyeceği yönündeki iddiasına katılması ve bu iddiayı destekleyen yayınlar yapmasıdır. Eysenck ayrıca tütün kullanımının kanser açısından önemli bir risk faktörü olmadığını anlatan bir kitap da yazmış ve orta yaşlarında tenis oynamasını etkilediği gerekçesiyle sigara içmeyi bırakana kadar da tütün kullanmayı sürdürmüştür. Sigara konusunda yazdığı kitabın maddi destekçisinin bir Amerikan tütün şirketi olduğunun ortaya çıkması ise tartışmaya bambaşka bir boyut katmıştır.

1983 yılında emekli olan Eysenck, Londra Üniversitesi'ndeki görevini 4 Eylül 1997'de kanserden ölene kadar onursal profesör olarak sürdürmüştür. Çok üretken bir bilim adamı ve yazar olan Eysenck aynı zamanda hem Avrupa'daki hem de Amerika'daki birçok saygın bilimsel kuruluş tarafından da defalarca ödüle layık görülmüştür.

Biyoloji Temelli Faktör Analitik Ayırıcı Özellik Kuramı: Temel Kavramlar ve İlkeler

İnsanın Doğası

Eysenck de Cattell gibi psikolojinin amacının davranışı yordamak olduğunu ve kişiliğin incelenmesinde faktör analizinden yararlanılması gerektiğini belirtmiştir. Eysenck'in kişilik kuramı güçlü psikometrik ve biyolojik temellere sahiptir. İnsan kişiliğinin yapısını incelemek ve ölçmek için karmaşık psikometrik tekniklerin gerekli olduğuna ancak bunların tek başlarına yeterli olmadığına inanan Eysenck (1997), biyolojik temelleri ortaya konmadıkça faktör analizi tekniği ile elde edilen kişilik bileşenlerinin kısır ve anlamsız kalacağını belirtmiştir.

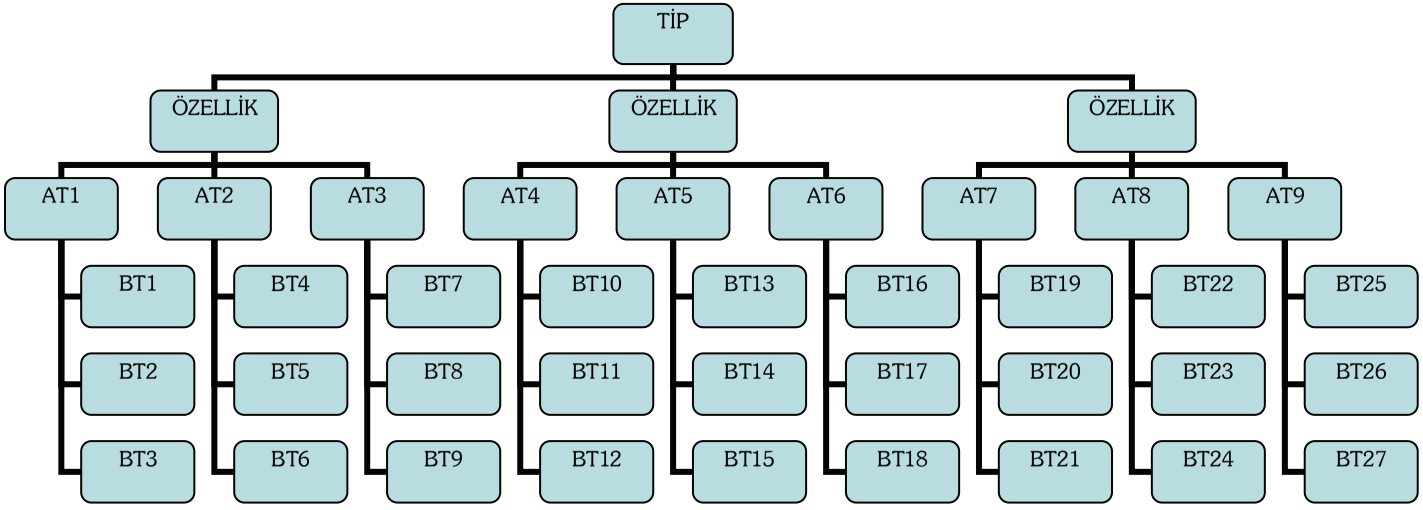
Eysenk'in faktör analizini kullanma şekli Cattell'den biraz farklıdır. Tümevarımcı bir yaklaşımı benimseyen Cattell'in aksine Eysenck ölçülmek istenen temel özellikle ilgili iyi geliştirilmiş bir hipotezle işe başlanması ve bu özellikle ilgili kesin ölçümler gerçekleştirilerek yola devam edilmesi gerekliliğini savunur. Eysenck bu yaklaşımla faktörleri belirlemede dört temel ölçüt ortaya koymuştur (Feist ve Feist, 2006). Bunlardan biri, faktörün varlığına ilişkin psikometrik kanıtlar elde edilmiş olmasıdır. Diğer bir deyişle elde edilen faktör güvenilir ve yinelenebilir olmalıdır. Bir diğer ölçüt, elde edilen faktörün kalıtımsal bir temeli olması ve genetik bir modele yerleşmesidir. Üçüncü ölçüt, elde edilen faktörün kuramsal bakış açısıyla anlamlı olmasıdır. Daha önce de belirtildiği gibi Eysenck araştırmada tümdengelimci bir yaklaşımı benimsemiş ve araştırmaya kuramsal bir temelle başlamış daha sonra verilerini toplamıştır. Son ölçüt ise elde edilen faktörün sosyal açıdan anlamlılık taşımasıdır. Diğer bir ifadeyle, matematiksel olarak elde edilen bu faktörlerin madde bağımlılığı, sıra dışı sportif başarılar, suç, psikotik davranışlar gibi değişkenlerle ilişkili olması gerekmektedir.

Bu ölçütleri kullanarak gerçekleştirdiği faktör analizleri sonucunda insan davranışının en fazla üç süper özellikle açıklanabileceğini belirten Eysenck bunlara tip adını vermektedir (Eysenck ve Eysenck, 1985). Eysenck'e göre en temel kişilik özellikleri büyük ölçüde genetik olarak belirlenmekle birlikte, davranışın biçimlenmesinde kalıtım ve çevre etkileşimi çok önemlidir. Bu yüzden ayırıcı özellikler ve tipler temel olarak kalıtımla belirlenmekle birlikte çevresel ve durumsal faktörler de kişiliği etkilemektedir.

Kişiliğin Yapısı

Eysenck'in kuramının temelini oluşturan görüşe göre kişilik ögeleri hiyerarşik olarak sıralanabilecek çeşitli birimlere bölünebilir (Eysenck, 1967). Bu yapının en alt birimi kişiye özgü olan ya da olmayan 'belirli tepkiler' ya da düşüncelerdir (BT). Örneğin bir öğrenci öğle tatilinde kantinde oturup (BT1), arkadaşları ile sohbet edip (BT2), şakalaşıyorsa (BT3) bu durumda onun üç belirli tepkisini gözlemiş oluyoruz. İkinci düzeyde ise benzer koşullar altında tekrar tekrar ortaya çıkan 'alışkanlık tepkileri' yer alır (AT). Eğer sözünü ettiğimiz öğrenci tüm öğle tatillerini aynı şekilde geçiriyor (AT1) ve ders aralarında (AT2) ve okul dışı vakitlerinde arkadaşları (AT3) ile birlikte olmayı, onlarla sohbet edip şakalaşmayı tercih ediyorsa bunlar da onun alışkanlık tepkileridir. Üçüncü düzeyde ise alışkanlık tepkilerinin birleşiminden oluşan ayırıcı özellikler yer alır. Bu öğrencinin sosyalleşme etkinliğinin yalnızca okulda, ders aralarında, öğle tatilinde değil de okul dışında, hafta sonlarında, okul arkadaşlarıyla olduğu kadar akrabaları ya da okul dışı arkadaşlarıyla da gerçekleşiyor olması durumunda öğrencinin bu alışkanlık tepkilerinden oluşan sosyallik gibi ayırıcı özelliğe sahip olması söz konusudur. Hiyerarşinin en üstünde ise üstün ayırıcı özellikler (tipler) yer almaktadır. Tipler ayırıcı özelliklerin birleşiminden oluşur. Sözünü ettiğimiz öğrenci, sahip olduğu diğer bazı ayırıcı özelliklerle birlikte (atılganlık, aktiflik, canlılık vb.) dışadönüklük gibi bir üstün ayırıcı özelliğe (süpertrait) sahiptir. Kısacası, üstün ayırıcı özelliklerin (tiplerin) açık davranış üzerinde güçlü bir etkisi vardır. Bu üstün özellikler ise birbirleri ile ilişkili ayırıcı özelliklerin bir arada bulunmasıyla oluşmuştur. Bu ayırıcı özellikler ya etkili olan tip boyutunun yüzeysel bir yansıması ya da bu boyuta katkıda bulunan belirgin özelliklerdir. Özellikler pek çok sayıdaki alışkanlık tepkilerinden oluşmaktadır, bu tepkiler ise çok sayıda belirli tepkilerden (BT) oluşmuştur.

Eysenck'in Hiyerarşik Kişilik Yapısı Modeli



Kaynak: Eysenck, H.J. (1967) The Biological Basis of Personality, Springfield, IL: Charles C. Thomas'tan uyarlanmıştır.

Bu hiyerarşinin en üst basamağında yer alan üstün ayırıcı özellikler için kullanılan tip sözcüğü, iki kutuplu bir süreklilik üzerinde normal dağılım özelliği gösteren kişilik boyutlarını tanımlamaktadır. Diğer bir deyişle bu tipler iki uçlu sürekliliği temsil etmekte ve kişiyi dışadönük ya da içedönük olarak sınıflandırmaktan ziyade bu iki uç arasında bulunduğu noktaya bağlı olarak kişinin iki uçtan hangisine daha yakın olduğunu göstermektedir. İnsanların büyük çoğunluğu bu iki uçlu süreklilikte orta noktaya yakın bir yerde bulunmakta, yalnızca çok az sayıda insan uçlarda yer almaktadır. Diğer bir ifadeyle tip olarak adlandırılan üstün ayırıcı özellikler tek tepedeğerli normal bir dağılım özelliği göstermektedir.

Kişiliğin Gelişimi

Eysenck (1990), temel kişilik boyutlarının (dışadönüklük, nevrotizm ve psikotizm) kalıtım yoluyla ve biyolojik olarak belirlendiğini öne sürmüş ve kişilik gelişiminde çevresel faktörlerin çok önemli olmadığını belirtmiştir. Bu üç kişilik boyutundaki değişkenliğin % 75'inin kalıtımla açıklanabileceğini belirten Eysenck'e göre çevrenin bu değişkenlikteki payı, % 25 ile sınırlıdır. Kişiliğin gelişimi konusunda ayrıntılı açıklamalar yapmak yerine temel kişilik boyutlarını saptamaya çalışan Eysenck, bu kişilik boyutlarının oluşumunda nedensel etkiye sahip en önemli faktörün kalıtım olduğunu belirtmiştir. Eysenck, genel olarak kişiliğin dörtte üçünün genetik faktörlerce belirlendiğini öne sürmüş ve insanların davranışları üzerinde çevresel ve durumsal faktörlerin etkilerine önem vermemiştir.

Kişilik Tipolojisi (Kişiliğin Boyutları ve Temel Kişilik Tipleri)

Eysenck ve Cattell'in ulaştığı temel kişilik boyutu sayısının farklı olması farklı faktörleme düzeylerinde çalışmış olmalarından kaynaklanmaktadır (Feist ve Feist,, 2006). Cattell'in dile getirdiği ayırıcı özellikler Eysenck'in kuramındaki üçüncü düzey bileşenlerle örtüşmektedir. Eysenck'in üç temel kişilik boyutu ise dördüncü düzeydedir. Kaç temel kişilik boyutu olduğu yıllardır incelenen ve tartışılan bir konudur. Günümüzde araştırmacıların büyük çoğunluğu kişilik özelliklerinin faktörlenmesi sonucunda ortaya beş faktör çıkacağı konusunda hemfikirdir (Feist ve Feist, 2006). Bu düşünceyi destekleyen çok güçlü bulgular da mevcuttur. Eysenck ise çalışmalarında yalnızca üç temel boyut elde edebilmiştir. Eysenck'in (1994) temel kişilik boyutları; **dışadönüklük** (extraversion), **nevrotizm** (neurotism) ve **psikotizmdir** (psychoticism).

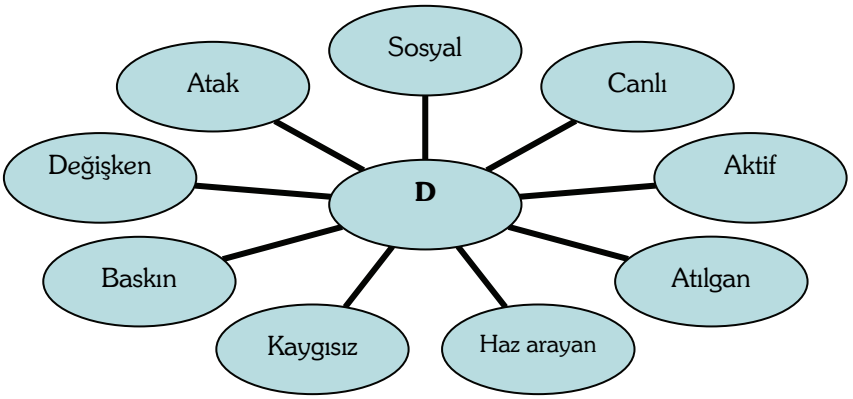
Eysenck kişiliğin temel boyutlarını incelerken kendini ifade ölçekleri, gözlemci değerlendirmeleri, biyografi analizleri, fiziksel ve fizyolojik özelliklerin değerlendirilmesi ve objektif psikolojik testler gibi çok farklı veri kaynaklarından yararlanmıştır (Hjelle ve Ziegler, 1992). Daha sonra elde ettiği verileri faktör analizine tabi tutarak kişiliğin yapısını belirlemeye çalışmıştır. Araştırmalarının başlangıç evrelerinde içedönüklük–dışadönüklük ve nevrotizm-duygusal kararlılık olmak üzere iki temel boyut elde etmiştir. Yıllar içinde çalışmaları ilerledikçe psikotizmin de dışadönüklük ve nevrotizmle eşit düzeyde bir temel kişilik boyutu olduğunu belirlemiştir (Eysenck, 1976).

Her ne kadar ruh sağlığı bozuk bireylerin nevrotizm ve psikotizm puanları normal insanlardan daha yüksek olsa da bu boyutlar yalnızca patolojik bireylerle sınırlı değildir. Eysenck sözü edilen bu üç boyutun normal kişilik yapısının bir parçası olduğunu düşünmektedir. Daha önce de belirtildiği gibi bu üç boyut da iki uçludur. Dışadönüklük için bir uçta dışadönüklük diğer uçta içedönüklük, nevrotizm için bir uçta nevrotizm diğer uçta duygusal kararlılık ve psikotizm için de bir uçta psikotizm diğer uçta ise süperego gücü yer almaktadır.

Dışadönüklük

Dışadönüklük temel olarak sosyallik, girişkenlik, cana yakınlık, konuşkanlık, uyumluluk, canlılık, liderlik ve aktiflik gibi özelliklerle karakterizedir. Tipik bir dışadönük kendi başına olmaktansa diğer insanlarla birlikte olmaktan hoşlanır, çok sayıda arkadaşa sahiptir ve heyecan verici aktivitelere eğilimlidir. İyimserlik, şakacılık, değişkenlik dışadönüklüğün diğer belirgin özellikleridir. İçedönükler ise dışadönüklük özelliklerinin tersine sahiptir. Tipik bir içedönük; sessiz, içe kapanık, çok fazla sayıda arkadaşa sahip olmayan ve yakın arkadaşları dışında diğer insanlarla birlikte olmaktansa tek başına olmayı tercih eden bir bireydir. Temkinlilik, çekingenlik ve edilgenlik de içedönüklüğün diğer belirgin özellikleridir (Eysenck ve Eysenck, 1969, 1985).

Dışadönüklük Boyutunun Hiyerarşik Yapısı



Kaynak: Eysenck, H.J. ve Eysenck, M.W. (1985) Personality and individual differences,: A natural science approach, New York: Plenum'dan uyarlanmıştır.

Eysenck içedönükler ve dışadönükler arasındaki farkın temel nedeninin elektroensefalografik (EEG) kayıtlarla belirlenen kortikal uyarılma düzeyi olduğunu öne sürmüştür. Eysenck (1982) uyarılma düzeyi terimini en düşük düzeyden (uyku) en üst düzeye (panik durumu) kadar değişen bir sürekliliğin ifadesi için kullanmıştır. Eysenck'e göre içedönüklerin kortikal uyarılma düzeyleri dışa dönüklere göre daha yüksektir. Bu aşırı uyarılmadan dolayı dışarıdan gelen uyarılmalara karşı çok hassas olan içedönükler bu yüksek düzeyi daha da rahatsız edici bir düzeye getirmemek için kendilerini aşırı derecede etkileyecek durumlardan sakınırlar. Buna karşılık dışadönüklerin kortikal uyarılma düzeyleri ise gereğinden düşüktür. Bu nedenle de dışadönükler dıştan gelen uyarıcılara karşı duyarsızdırlar. Hatta bu kimseler heyecan gereksinimlerini karşılamak ve can sıkıntısından kurtulmak için kendilerini uyarıcı özellikteki durumları ve yaşantıları özellikle aramaktadırlar. Her ne kadar dinlenme ve uyku halindeki kortikal uyarılma düzeyleri açısından içedönükler ve dışadönükler arasında bir fark bulunamamışsa da içedönükler ve dışadönükler arasında fizyolojik fonksiyonlar açısından önemli farklılıklar olduğunu gösteren çalışmalar da vardır (Burger, 2007). Örneğin limon damlası testi adı verilen bir deneyde (Corcoran, 1964) içedönük ve dışadönük bireylerin dillerine dört damla limon suyu damlatıldığında Eysenck'in düşük uyarılma eşiğine sahip olduklarını iddia ettiği içedönüklerin yüksek uyarılma eşiğine sahip olduklarını iddia ettiği dışadönüklere oranla iki kat daha fazla tükürük salgıladıkları görülmüştür. İçedönüklerin nikotin ve kafein gibi maddelere ve yüksek sesli müzik ya da hareketli sosyal ortamlar gibi uyarıcılara

karşı da daha duyarlı olduklarını gösteren çalışmalar bulunmaktadır (Burger, 2007).

İçe Dönüklerle Dışadönükler Arasındaki Farklılıklar

Eysenck içedönükler ve dışadönükler arasında, bireysel farklılıklarıyla ilişkili, anlamlı davranış farklılıkları olup olmadığını da incelemiş ve bu farklılıkların hem laboratuar çalışmaları hem de kendini değerlendirme ölçekleri kullanılarak belirlenebileceğini belirtmiştir. Bu yöndeki çalışmalar dışadönüklerin içe dönüklere kıyasla ağrıya daha fazla dayanıklı olduklarını ortaya koymuştur (Hjelle ve Ziegler, 1992). Ayrıca heyecanın dışadönükler için performansı artırıcı, içedönükler için ise performansı engelleyici etkisi olduğu bulunmuştur. İçedönüklerin kuramsal ve bilimsel meslekleri (mühendislik, kimyagerlik gibi) dışadönüklerin ise insan odaklı meslekleri (satış, sosyal çalışma gibi) daha çok tercih ettikleri de bu araştırmalarla ortaya konulan önemli farklılıklar arasındadır. Eysenck'in öne sürdüğü ve ampirik çalışmalarla desteklenen diğer farklar ise dışadönüklerin cinsel ilişki yaşamaya içedönüklere oranla daha erken yaşlarda başladıkları, daha sık cinsel ilişki yaşadıkları ve daha çok sayıda partnere sahip olduklarıdır (Wilson, 1978; Akt., Hjelle ve Ziegler, 1992).

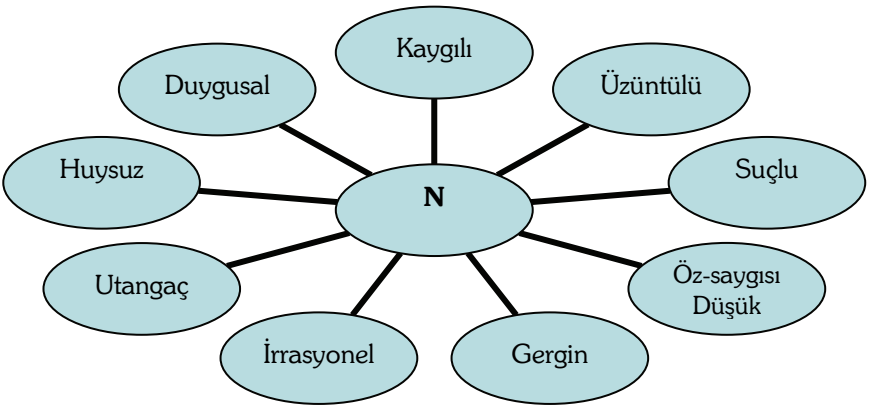
Akademik başarı açsısından içedönükler ve dışadönükler arasındaki farklar incelendiğinde ise içedönüklerin üniversite yıllarında dışadönüklerden daha yüksek notlara sahip oldukları, ancak okulu psikolojik nedenlerle bırakanların da daha çok içedönükler olduğu görülmüştür (Wilson, 1978; Akt., Hjelle ve Ziegler, 1992). İçedönükler ve dışadönükler arasında saptanan bir başka fark da içedönüklerin sabahları, dışadönüklerin ise akşamları daha yüksek uyarılma düzeyine sahip olduklarıdır. Bu bulguyla paralel bir şekilde içedönüklerin sabahları, dışadönüklerin ise öğleden sonraları daha iyi çalıştıkları bulunmuştur (Wilson, 1978; Akt., Hjelle ve Ziegler, 1992).

Nevrotizm

Eysenck'in kuramındaki ikinci temel kişilik boyutu nevrotizmdir. Nevrotiklik düzeyi yüksek olan insanlar kararsız, huzursuz, kaygılı, alıngan, duygusal davranma eğiliminde olan, çabucak üzülen ya da öfkelenen, küçük sorunlar karşısında bile aşırı duygusal tepkiler veren ve tekrar normale dönmekte güçlük yaşayan kimselerdir (Eysenck ve Eysenck, 1969, 1985). Sıklıkla baş ağrısı ya da sırt ağrısı gibi fiziksel belirtilerden şikayetçi olurlar ve kaygı, endişe gibi genellikle belirsiz psikolojik sorunlar yaşarlar. Nevrotiklik düzeyi düşük insanlar ise belirli bir duygusal kararlılığa sahiptirler, beklenmedik tepkiler vermezler ve çok fazla duygusal iniş-çıkış yaşamazlar (Eysenck ve

Eysenck, 1969, 1985). Dışadönüklük-içedönüklük boyutunun olduğu gibi nevrotizm boyutunun da güçlü kalıtımsal bir temeli vardır. Eysenck, kaygı, histeri ve obsesif –kompulsif bozukluk gibi birçok nevrotik özelliğin genetik temelleri olduğunu ortaya koyan birçok çalışma olduğunu belirtmiştir.

Nevrotizm Boyutunun Hiyerarşik Yapısı



Kaynak: Eysenck, H.J. ve Eysenck, M.W. (1985) Personality and individual differences,: A natural science approach, New York: Plenum'dan uyarlanmıştır.

Nevrotizm-duygusal kararlılık boyutunda rastlanan bireysel farkların kaynağı otonom sinir sisteminin uyarıcılara verdiği tepkinin derecesidir. Özellikle de bu boyut limbik sistemle ilişkilidir. Limbik sistem beynin güdülenmeyi ve duygusal davranışı etkileyen duygusal sistemi olarak değerlendirilebilir. Nevrotizm düzeyi yüksek olanlar duygusal açıdan kararlı kişilere kıyasla acı veren, yeni, rahatsız edici uyarıcılara daha çabuk tepki verirler. Bu kişilerin gösterdikleri duygusal tepkiler, duygusal açıdan kararlı kişilerin tepkilerine kıyasla uyarıcı ortadan kalktıktan sonra da daha kalıcı nitelik sergiler.

Burada nevrotizm sözcüğünün geleneksel anlamda nevrotik bir rahatsızlığa işaret etmediği unutulmamalıdır. Bu boyutta yüksek puan alsalar da insanlar nevrotik bir rahatsızlığa ya da belirtilere sahip olmayabilirler. Ancak nevrotizm düzeyi yüksek bireylerin stresli yaşantılar karşısında nevrotik bir rahatsızlık yaşamaya yatkınlıkları daha fazladır. Bu boyutta düşük puan alan bireyler ise aşırı stres durumlarında dahi nevrotik rahatsızlıklara direnme kapasitesine sahiptir.

Eysenck'in ilk ortaya koyduğu iki kişilik boyutu dışadönüklük ve nevrotizm olduğu için ilk kişilik kuramı bu iki boyut üzerine yapılandırılmıştı. Eysenck iki uçlu iki boyuttan oluşturduğu ilk kişilik tipolojisinde bireyleri birbirinden farklı dört gruba ayırmıştır. Her iki boyutta da normal dağılım ve süreklilik söz konusudur. Bu da bireysel farklılıkların çok çeşitli olmasına yol açmaktadır. Ayrıca bireylerin çoğu iki uçlu süreklilikte, uçlara değil orta noktalara yerleşmektedir. Bu özellikleri aşırı düzeyde taşıyanların yani uçlarda yer alanların sayıları ise sınırlıdır.

Eysenck'in İki Kutuplu İki Boyutlu Kişilik Tipolojisi Modeli

	Duygusal Açıdan Kararlı	**Nevrotik**
İçedönük	Sakin Güvenilir Kontrollü Huzurlu Düşünceli Dikkatli Pasif Ölçülü	Değişken Kaygılı Katı Kötümser Sosyal olmayan Sakin Ketum Ağırbaşlı
Dışadönük	Lider Umursamaz Canlı Uysal Tepkisel Konuşkan Cana yakın Sosyal	Alıngan Huzursuz Saldırgan Kolay heyecanlanan Değişken Dürtüsel İyimser Aktif

Kaynak: Eysenck, H.J. (1975) The Inequality of Man, London: Temple Smith'den uyarlanmıştır.

Tabloda da görüleceği üzere hem içedönük hem duygusal açıdan kararlı olanlar davranışlarında kontrollü, dikkatli ve düşüncelidirler. Öte yandan içedönüklük ve nevrotizmin birleşmesi kaygılı, pesimist ve ketum bir nitelik taşır. Dışadönüklük ve duygusal kararlılık özelliklerinin birleşmesi ise kaygı-

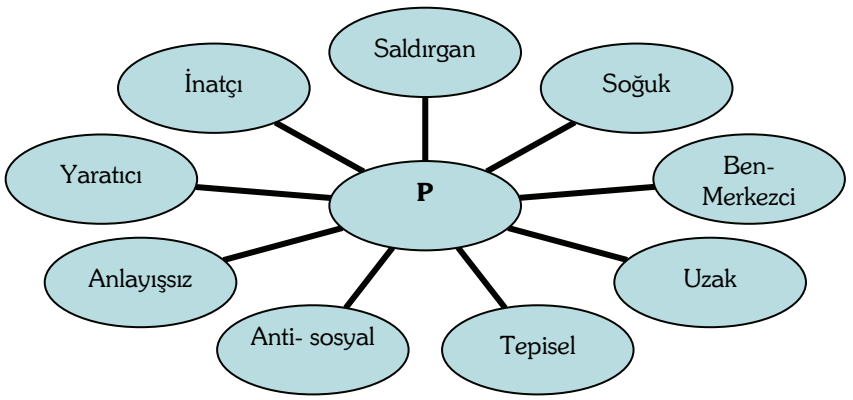
sız, uysal ve sosyal kişiliklere yol açmaktadır. Dışadönüklük ve nevrotizmde yüksek puan alanlar agresif, dürtüsel ve kolay uyarılan kişiler olmaktadır.

Bu iki kutuplu, iki boyuttan oluşan model incelenirken Eysenk'in bireysel ayrılıklara önem verdiği unutulmamalıdır. Eysenck'e göre bu kişilik tiplerinin kombinasyonlarından hiçbiri, istendik özelliklere bir diğerinden daha fazla sahip değildir. Örneğin vurdumduymaz ve dışadönük olmanın da, sakin ve içedönük olmanın da iyi ve kötü yönleri vardır. Burada daha istenir ya da istenmeyen kişiliklerden değil sadece farklılıktan söz edilmektedir.

Psikotizm

İlerleyen yıllarda Eysenck (1976) kuramına piskotizm olarak adlandırdığı üçüncü bir kişilik boyutu eklemiştir. Bu boyutta yüksek puan alanlar benmerkezci, dürtüsel ve diğerlerine karşı isyankar bir yapıdadırlar. Bencillik, saldırganlık, anlayışsızlık, başkalarının haklarına ve iyiliğine duyarsızlık bu boyutta yüksek puan alan kişilerin belirgin özellikleridir. Genelde bu bireyler, toplumda sorun yaratan, diğer insanların canını isteyerek sıkan kişilerdir (Eysenck ve Eysenck, 1969, 1985).

Psikotizm Boyutunun Hiyerarşik Yapısı



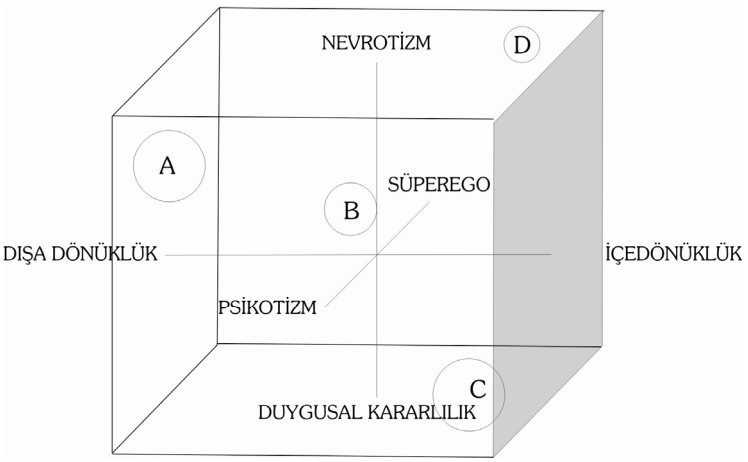
Kaynak: Eysenck, H.J. ve Eysenck, M.W. (1985) Personality and individual differences,: A natural science approach, New York: Plenum'dan uyarlanmıştır.

Psikotizm düzeyi düşük olan bireyler ise yardımsever, empatik, işbirliğine yatkın, uysal ve geleneksel kişilerdir (Eysenck ve Eysenck, 1969, 1985). Eysencek'e göre psikotizm, psikoza veya psikopatolojiye genetik olarak eğilimli olmayı ifade eder. Bu özellik erkeklerde daha sıklıkla ortaya çıktığı için

Eysenck bu boyutun biyolojik temelini erkeklik hormonlarının düzeyine bağlamıştır. Eysenck bu sonuca, erkeklerin psikotizm ölçeğinden daha yüksek puan almaları ve kadınlara oranla daha sık suç işlemeleri ve mahkum olmaları gerçeğinden yola çıkarak ulaşmış olsa da cinsiyet hormonları ve psikotizm arasında ilişki olduğunu ortaya koyan çok az araştırma bulgusu olduğu da bir gerçektir. Dolayısıyla psikotikliğin androjen hormon sistemiyle ilişkilendirilme görüşü tartışmaya açıktır.

Dışadönüklük, nevrtotizm ve psikotizm boyutları birbirleri ile ilişkisiz olduğu için bir boyutun ucunda yer alan kişiler diğer iki boyutta yüksek ya da düşük puan alabilmektedirler. Bu durumda aynı ölçüde dışadönük olan kişilerin nevrotizm ve psikotizm boyutlarında farklı değerler almaları ve dolayısıyla da çok farklı kişilik özellikleri sergilemeleri mümkün olmaktadır. Bu da bireysel farklılıkların çok çeşitli olmasına yol açmaktadır. Örneğin yüksek dışadönüklük, yüksek psikotizm, yüksek nevrotizm puanlarına sahip bir birey aşağıdaki şekilde A harfiyle; orta düzey dışadönüklük, orta düzey psikotizm, orta düzey nevrotizm puanlarına sahip bir birey B harfiyle; düşük dışadönüklük, yüksek psikotizm, düşük nevrotizm puanlarına sahip bir birey C harfiyle; düşük dışadönüklük, düşük psikotizm ve yüksek nevrotizm puanlarına sahip bir birey ise D harfiyle temsil edilecektir. Benzer şekilde herhangi bir bireyin Eysenck Kişilik Envanteri'nden aldığı puanlar bu şema üzerinde üç boyutlu şekilde gösterilebilir.

Eysenck'in Üç Boyutlu Kişilik Modeli



Eysenck'in kişiliğin boyutlarıyla ilgi nörofizyolojik yorumu psikopatoloji kuramıyla yakından ilişkilidir. Özellikle kişinin gösterdiği semptomlar veya

hastalıkların kişilik özellikleri ve sinir sisteminin işlevi ile yakından ilişkili olduğu belirtilmektedir (Hall, Lindzey, Loehlin ve Manosevitz, 1985). Örneğin içedönüklük ve nevrotiklik boyutlarında uçlara yakın olan kimselerin fobiler ya da obsesif-kompulsif bozukluk gibi kaygı kaynaklı rahatsızlıklara sahip olma olasılığı daha yüksektir. Buna karşılık dışadönüklük ve nevrotizm boyutunda uçlara yakın olan kimseler psikopatik (antisosyal) bozukluklara yatkın olacaklardır. Ancak Eysenck psikolojik bozuklukların otomatik olarak genetik eğilimlerin sonucu ortaya çıkmadığını da belirtmektedir. Eysenck'e göre kalıtsal eğilimler, belirli koşulların varolduğu durumlarda kişinin belirli şekilde davranacağını belirleyen yönelimlerdir. Ancak çevresel etkenler de psikolojik bozuklukların gelişiminde bir ölçüde rol oynayabilmektedir.

Kişilik Özelliklerinin Ölçülmesi

Eysenck de Cattell gibi kişiliğin boyutlarının değerlendirilmesinde kullanılacak kendini ifade ölçekleri geliştirmiştir. Bunlardan en çok tanınanı Eysenck Kişilik Ölçeğidir. Bu ölçekteki maddeler Eysenck'in kişilik yapısıyla ilgili kuramını oluşturan ayırıcı özellik faktörlerinin ölçümünde kullanılan maddeleri içermektedir. Buna ek olarak ölçek bir yalan skalası da içermektedir. Yalan skalası bireyin yanıtlarında ne ölçüde samimi olduğunu belirlemek amacıyla oluşturulmuştur. Eysenck'in geliştirdiği iki ana boyut tipi (içedönüklük-dışadönüklük ve nevrotiklik-duygusal kararlılık) çeşitli kişilik envanterleri kullanılarak ampirik olarak sınanmıştır. İçe dönüklerle dışadönükler arasındaki davranışsal farklara odaklanan çalışmalarda elde edilen bulgular da Eysenck'in görüşlerini destekler niteliktedir.

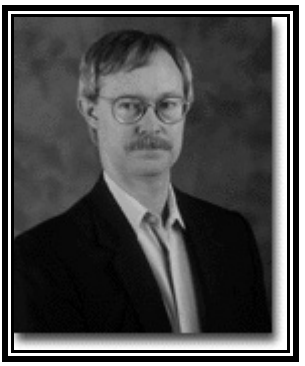
Eleştiriler ve Değerlendirme

Eysenck kişiliğin incelenmesinde oldukça katı ampirik bir yol izleyerek bilimsel bir model geliştirmiştir. Çok sayıda insandan oldukça geniş ölçüde veri toplayarak, elde ettiği ölçümler arasındaki ilişkileri ve bu ilişkilerdeki örüntüyü inceleyen Eysenck, bu sayede kişiliği oluşturan boyutları klinik gözlemlere dayalı içgörüler ve yargılar yerine psikometrik temellere dayandırmıştır. Eysenck yayınlarında, özellikle davranışta gözlenen bireysel farklılıkların kökenindeki nörofizyolojik ve genetik etkenlere vurgu yapmıştır. Ortaya koyduğu iddiaların bilimsel yöntemle sınanabilir oluşu Eysenck'in kuramının güçlü yönlerindendir. Hem kendi çalışmaları hem de diğerlerinin onun kuramından yola çıkarak gerçekleştirdikleri çalışmalar gözden geçirildiğinde, Eysenck'in kuramının birçok araştırmaya temel oluşturduğu görülmektedir.

Kişilikle ilgili özelliklerin ölçülebilmesi için gerçekleştirdiği çalışmalar, kişiliğin ölçülebilir, bu sayede de bilimsel olarak incelenebilir bir fenomen haline gelmesine önemli derecede katkı sağlamıştır. Eysenk'in kuramı aynı zamanda iç tutarlığı yüksek bir kuramdır, ancak ortaya koyduğu kapsamlı sınıflandırma; eğitmenler, anne-babalar ya da terapistler için, araştırmacılar için olduğu kadar kullanışlı değildir. Bu bağlamda Eysenck'in kuramının eğitim ve terapiye dönük olarak çok önemli katkılar ortaya koyduğunu söylemek pek mümkün değildir.

Yerleşmiş inançlara karşı çıkan, psikolojiye farklı bir bakış açısı getiren oldukça üretken bir bilim adamı ve yazar olan Eysenck zaman zaman çok ciddi eleştirilerle karşılaşmış olsa da bugün kişilik çalışmalarında oldukça kabul gören faktör yaklaşımlarının öncülerindendir.

BEŞ FAKTÖR (BÜYÜK BEŞLİ) KURAMI





ROBERT McCREA **PAUL T. COSTA**

Robert McCrea ve Paul Costa'nın Yaşam Öyküleri

Robert Roger McCrea 28 Nisan 1949'da Kansas'ın kuzeyindeki küçük bir kasaba olan Maryville'de dünyaya gelmiştir. Ailesinin üç çocuğunun en küçüğü olan McCrea çocukluğunda fen ve matematiğe ilgi duymuş olsa da Michigan Üniversitesi'nde felsefe alanına yönelmiştir. Felsefe alanında lisans diplomasını alan McCrea yüksek lisansını psikoloji alanında yapmaya karar vermiştir. Matematik ve fen bilimlerine olan ilgisi nedeniyle lisansüstü eğitimi sırasında Cattell'in çalışmalarını oldukça ilgi çekici bulmuş ve kişiliğin incelenmesinde faktör analizini kullanmayı tercih ederek kişiliğin biyolojik temellerini incelemeye yönelmiştir. Doktora eğitimi sırasında Paul Costa ile tanışan McCrea uzun yıllar Costa ile kişilik özellikleri üzerinde çalışmalar yürütmüştür.

Paul T. Costa, 16 Eylül 1942'de New Hampshire'da dünyaya gelmiştir. 1964'te Clark Üniversitesi'nden psikoloji alanında lisans diplomasını alan Costa, yüksek lisans ve doktora derecesini Chicago Üniversitesi'nden almıştır. Bireysel farklılıklar ve kişiliğin incelenmesi konusuna ilgisi daha sonra birlikte insancıl kişilik kuramı konusunda bir kitap yayınlayacağı Salvatore Maddi ile birlikte çalışmasına neden olmuştur. Doktorasını tamamladıktan sonra Massachusetts ve Harvard Üniversitelerinde çalışan Costa, 1976'da McCrea ile birlikte çalışmaya başlamıştır. Bu ortak çalışma süreci bugün kişilik psikologları arasında yaygın bir biçimde kabul gören ve 'Büyük Beşli' olarak adlandırılan Beş Faktör Kişilik Kuramının ve çok yaygın bir şekilde kullanılan Beş Faktör Kişilik Envanterinin geliştirilmesini, 200'ün üzerinde bilimsel yayının ve çok sayıda kitabın yayınlanmasını sağlamıştır.

Beş Faktör Kuramı: Temel Kavramlar ve İlkeler

İnsanın Doğası

Allport'la başlayan, Cattell ve Eysenck'le devam eden ayırıcı özellik çalışmaları ve kişiliğin temel boyutlarını belirleme çabaları 1970'lerin sonunda ve 1980'lerin başında Robert McCrea ve Paul Costa'nın çalışmaları ile yeni bir noktaya gelmiştir. Kişiliğin sürekliliğini ve yapısını incelemek amacıyla faktör analizini kullanan bu iki araştırmacı öncelikle dışadönüklük ve nevrotizm boyutlarına odaklanmış ancak kısa süre sonra "deneyime açıklık" adını verdikleri yeni bir boyut keşfetmişlerdir. 1985 yılına kadar üç faktörlü modeli savunan McCrea ve Costa 1983-85 yılları arasında gerçekleştirdikleri çalışmalar sonucunda kişiliğin beş temel boyutu olduğunu keşfetmişler ve bu beş boyutun ölçülebilmesini sağlayan bir ölçme aracı geliştirmişlerdir (Costa ve McCrea, 1985, 1992). Daha önce geliştirmiş oldukları üç boyutlu ölçeğin

gözden geçirilmesi sonucunda geliştirilen bu yeni beş faktörlü ölçek, 1992 yılında yeniden gözden geçirilerek kişiliğin beş temel boyutunu ölçen ve oldukça yaygın olarak kullanılan bir ölçme aracı haline gelmiştir (Feist ve Feist, 2006).

Çok sayıda veriyi kolaylıkla çözümlemeye olanak veren bilgisayarların ve istatistik programlarının geliştirilmesiyle birlikte, faktör analizini kullanarak kişiliğin temel boyutlarını araştırma çalışmaları daha da yaygınlaşmış ve farklı araştırmacıların farklı örneklemler üzerinde gerçekleştirdikleri çalışmalarda beş temel kişilik boyutuna ilişkin kanıtlar elde edilmiştir. Birçok kişilik psikoloğu 1980'lerin başından beri beş faktörlü kişilik modelini benimsemiş ve farklı kültürlerde, farklı dillerde gerçekleştirdikleri çalışmalarında bu beş faktörlü modeli destekleyen önemli bulgular elde etmişlerdir (Feist ve Feist, 2006).

Başlangıçta yalnızca kişilik özelliklerinin sınıflaması olan bu beş faktör zaman içinde bir kişilik kuramına dönüşmüştür. Elde edilen tutarlı bulgularla kişiliğin yapısını oluşturan şeyin ne olduğu sorusuna doyurucu bir yanıt bulduklarını düşünen McCrea ve Costa kişiliğin boyutlarını tanımlamanın yeterli olmadığını, bu boyutların açıklanması gerektiğini düşünerek kuram geliştirme çabasına girmişlerdir. Klinik deneyimler ve spekülasyonlara dayalı olarak geliştirilen kendilerinden önceki kuramlara karşı çıkan McCrea ve Costa, bu kuramların yerini geçmişin kavramsal içgörülerinden gelişen ve çağdaş ampirik araştırma bulgularına dayanan yeni kuramlara bırakması gerektiğini öne sürmüşlerdir. Çağdaş kişilik araştırmalarının öncülerinden olan McCrea ve Costa tanımladıkları beş kişilik boyutunun ya da bunlarla ilgili araştırma bulgularının bir kişilik kuramı oluşturmak için yeterli olmadığını, iyi bir kişilik kuramının, elde edilen bu bulguları tutarlı bir bütün oluşturacak şekilde organize etmesi gerektiğini belirtmişlerdir. Beş faktör modelini bir kişilik kuramı haline getiren McCrea ve Costa'nın kuramının temel kavramlarına geçmeden önce kişiliğin yapısını oluşturan beş temel boyutu tanımlamak yararlı olacaktır.

Kişilik Tipolojisi (Kişiliğin Boyutları)

McCrea ve Costa da Cattell ve Eysenck gibi kişiliğin yapısını oluşturan temel boyutların iki kutuplu bir süreklilik arz ettiğini ve normal dağılım özelliği sergilediğini kabul etmektedir. McCrea ve Costa'nın (2003) faktör analizi çalışmaları sonucunda keşfettikleri beş temel kişilik özelliği, ***dışadönüklük***, ***nevrotizm***, ***deneyime açıklık***, ***uyumluluk*** ve ***öz-disiplin***dir.

McCrea ve Costa'nın nevrotizm ve dışadönüklük tanımları Eysenck'in tanımıyla örtüşmektedir. Nevrotizm boyutunda yüksek puan alan bireyler kaygılı, güvensiz, kendine acıyan duygusal kimselerdir ve stresle ilişkili ruhsal

rahatsızlıklara daha yatkındırlar. Bu kişiler nevrotizm boyutunda düşük puan alan bireylere oranla günlük olaylar karşısında daha sık stres yaşarlar. Bu boyutta düşük puan alan bireyler ise aşırı ve uyumsuz duygusal tepkilere yatkın olmayan, sakin, rahat ve iyi uyum göstermiş kimselerdir (McCrea ve Costa, 2003).

McCrea ve Costa'nın sınıflamasındaki ikinci boyut dışadönüklüktür. Bu boyutta yüksek puan alan bireyler eğlenceyi seven, konuşkan, şakacı, sevecen ve sosyal kişilerdir. Bu boyutun diğer ucunda ise içedönüklük yer alır. İçedönükler, dışadönüklerin sergiledikleri özelliklere sahip olmasalar da bu onların asosyal ve enerjisi olamayan kimseler olduğu anlamına gelmez. İçedönükler daha çok çekingen, mesafeli, ketum, sessiz, edilgen ve yalnızlığı seven kimselerdir (McCrea ve Costa, 2003).

Deneyime açıklık boyutu insanları yeni deneyimlere açık olma ve alışkanlıklara bağlı olma sürekliliği üzerinde bir noktaya yerleştirir. Sürekli olarak farklı ve çeşitli deneyimler arayışında olan insanlar deneyime açıklık boyutundan yüksek puan alacaklardır. Bu kişiler bağımsız düşüncelere sahip kişiler olup geleneksel değerleri sorgulama eğilimindedirler. Düşük puan alan bireyler ise geleneksel değerleri korumaya ve belirli bir yaşam tarzını sürdürmeye eğilimli, yeni şeylerden, insanlardan ya da deneyimlerdense alışık oldukları şeyleri, insanları ve deneyimleri tercih eden kimselerdir. Özetle deneyime açık kimseler meraklı, hayal gücü geniş, yaratıcı ve özgürlükçü insanlardır. Bu boyutta düşük puan alanlar ise geleneksel, ayakları yere basan, tutucu ve fazla meraklı olmayan kimselerdir (McCrea ve Costa, 2003).

Dördüncü faktör olan uyumluluk boyutu ise insanları uysallık ve acımasızlık sürekliliği üzerinde bir noktaya yerleştirmektedir. Bu boyuttan yüksek puan alan bireyler uysal, güvenilir, yardımsever, cömert, kabul edici ve iyi huylu insanlardır. Bu boyutun diğer ucunda ise şüpheci, eleştirici, çabuk kızan, cimri ve düşmanca insanlar yer alır. Uyumluluk boyutunda yüksek puan alan bireyler işbirliğine, bu boyuttan düşük puan alanlar ise rekabete daha yatkındırlar (McCrea ve Costa, 2003).

Beşinci faktör olan öz-disiplin boyutu ise bireylerin ne kadar düzenli, kontrollü, disiplinli, organize ve başarı yönelimli olduğu ile ilişkilidir. Bu boyuttan yüksek puan alan bireyler çalışkan, dakik, iyi organize olmuş, hırslı ve azimli insanlardır. Öz-disiplin boyutundan düşük puan alan bireyler ise dikkatsiz, dağınık, amaçsız, ihmalkar ve işten kaçan kimselerdir (McCrea ve Costa, 2003).

Kişiliğin Yapısı ve Gelişimi

McCrea ve Costa'ya göre davranışın yordanması kişiliğin üç merkezi üç de periferik bileşenini anlamakla mümkündür.

Kişiliğin Merkezi Bileşenleri

Kişiliğin üç temel merkezi bileşeni; temel eğilimler, karakteristik adaptasyonlar ve kendilik kavramıdır (McCrea ve Costa, 2003: s. 187). **Temel eğilimler**, doğrudan gözlenemeyen ancak dolaylı olarak çıkarsanan kapasite ve yatkınlıklardır. Kalıtımla getirilmiş olabilecekleri gibi erken yaşlardaki deneyimlerce, hastalık ya da psikolojik müdahale nedeniyle de biçimlenmiş olabilirler. Temel eğilimler kişinin potansiyelini ve yönelimini belirler. Temel eğilimler, beş temel kişilik özelliğinin yanı sıra genel ve özel yetenekleri, cinsel yönelimi ve dilin öğrenilmesinin altında yatan psikolojik süreçleri içerir.

Temel eğilimlerin biyolojik temelleri vardır ve tutarlıdırlar. Diğer bir ifadeyle zamanla ya da bir durumdan diğerine değişiklik göstermezler. Her insan bu kişilik özelliklerinin kendine özgü bir kombinasyonuna sahiptir. Hepimiz nevrotizm, dışadönüklük, deneyime açıklık, uyumluluk ve özdisiplin özelliklerine belli ölçüde ancak kendimize özgü bir kombinasyonda sahibizdir. Bu kişilik özelliklerinin biçimlenmesinde aile ortamının ya da anne-baba tutumlarının etkisi yoktur. Diğer taraftan bu kişilik özellikleri çocukluk yılları boyunca gelişir ve değişir. Ergenlik yıllarında bu gelişim ve değişim yavaşlar ve otuzlu yaşlarda neredeyse durur. Temel eğilimlerin bir diğer özelliği de hiyerarşik bir yapıya sahip olmalarıdır. McCrea ve Costa da Eysenck gibi kişilik özelliklerinin dar ve spesifik özelliklerden geniş ve genel özelliklere doğru hiyerarşik bir yapıya sahip olduğunu öne sürmektedir. Ancak McCrea ve Costa'ya göre kişiliği oluşturan genel boyutların sayısı Eysenck'in belirttiği gibi üç değil beştir.

Karakteristik adaptasyonlar, insanların çevrelerine uyumları sonucunda gelişen sonradan kazanılmış kişilik yapılarıdır (McCrea ve Costa, 2003: s. 187). Temel eğilimlerle karakteristik adaptasyonlar arasındaki temel fark karakteristik adaptasyonların esnek oluşudur. Temel eğilimler oldukça kalıcıdır, karakteristik adaptasyonlar ise kazanılmış beceriler, alışkanlıklar ve tutumlar gibi dış etkenlerden etkilenebilirler. Dil, okuma yazma, matematik gibi sonradan kazanılan beceriler karakteristik adaptasyonlara örnek verilebilir. Bununla birlikte temel eğilimler karakteristik adaptasyonlar üzerinde doğrudan etkilidir. Karakteristik adaptasyonlarımız temel eğilimlerimizce biçimlendirilir.

Temel eğilimler oldukça kalıcı ve sürekli bir yapıya sahipken, karakteristik adaptasyonlar kişinin yaşamı boyunca değişime açıktır. Bunun yanında karakteristik adaptasyonlar kültürden kültüre de farklılık gösterebilir. Örneğin bir büyüğün yanında bir kadının eşine olan sevgisini ifadesi, bizim toplumumuzda batı ülkelerinde olduğundan daha az hoşgörü ile karşılanır. Kalıcı ve sürekli olan temel eğilimlerle değişken bir yapıya sahip olan adaptasyonlar arasındaki farkın kavranması, kişiliğin sürekliliği ve esnekliğinin anlaşılması oldukça önemlidir.

McCrea ve Costa'ya göre (2003) insanlar zamanla kişilik özellikleri ve daha önceki adaptasyonları ile tutarlı düşünce, duygu ve davranış örüntüleri edinerek çevrelerine uyum sağlarlar. Diğer bir ifadeyle kişilik özelliklerimiz çevremize uyum sağlama biçimimizi etkilemektedir. Örneğin dışadönük insanlar avukatlık gibi kişilik özelliklerine uygun meslekleri ya da arkadaşlarla vakit geçirmek gibi yine kişilik özellikleriyle tutarlı boş zaman etkinliklerini tercih edeceklerdir.

Karakteristik adaptasyonların her zaman kişisel hedeflerle ya da kültürel değerlerle tutarlı olması da beklenmemelidir. Örneğin çok uçlarda bir içedönüklük patolojik düzeyde sosyal utangaçlığa ya da asosyalliğe yol açabilir. Çok uç düzeyde öz-disiplin eksikliği de kişinin diğerleriyle ilişkisini ve günlük yaşamını uyumlu şekilde sürdürmesini engelleyebilir. Kısacası bu karakteristik adaptasyonlar bazen kişinin uyumunu bozacak kadar katı ve kompulsif bir hal alabilirler.

Karakteristik adaptasyonlar biyolojik olgunlaşmaya, çevredeki değişimlere ya da kasıtlı müdahalelere bağlı olarak zaman içinde değişebilirler. Daha önce de değinildiği gibi değişime kapalı olan temel eğilimlerin aksine karakteristik adaptasyonlar psikoterapi gibi müdahale ile değiştirilebilirler.

Kendilik kavramı da aslında bir karakteristik adaptasyondur. Ancak öylesine önemli bir adaptasyondur ki ayrıca ele alınması daha uygundur (McCrea ve Costa, 2003: s. 214). Kendilik kavramı kişinin kendi kişisel geçmişi ile ilgili çeşitli gerçeklerden, kişiye yaşamında bir amaç ve tutarlılık sağlayan kimlik duygusuna kadar değişen, kendisiyle ilgili düşünce, görüş ve değerlendirmelerden oluşur. Kişinin kendisiyle ilgili inançları ve duyguları herhangi bir durumda nasıl davranacağını belirlediği için önemli bir karakteristik adaptasyondur. Örneğin kişinin kendini zeki biri olarak değerlendirmesi onun zeka gerektiren konularda daha iddialı olmasına yol açar.

Kişiliğin Periferik Bileşenleri

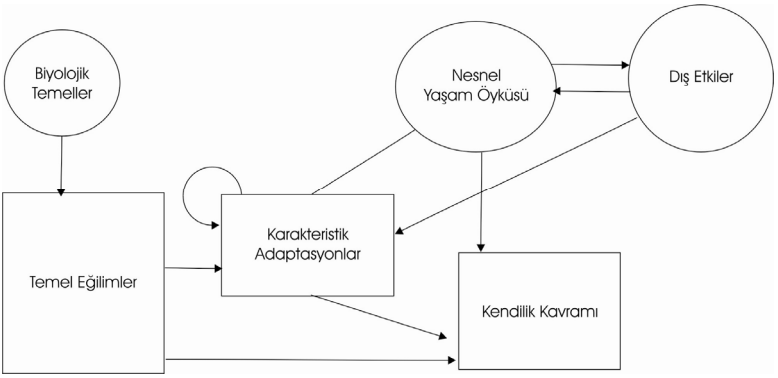
Kişiliğin periferik bileşenleri biyolojik temeller, nesnel yaşamöyküsü ve dış etkilerdir.

Biyolojik temeller: Beş faktör kuramına göre kişilik özellikleri üzerinde nedensel etkiye sahip tek faktör biyolojidir. Temel eğilimleri etkileyen biyolojik mekanizmalar, genler, hormonlar ve beyin yapısıdır (McCrea ve Costa, 1999, 2003). McCrea ve Costa'ya göre temel eğilimlerin şekillenmesinde çevrenin etkisi yoktur. Ancak bu çevresel faktörlerin kişiliğin biçimlenmesinde etkili olmadığı anlamına gelmez. Çevrenin temel eğilimler üzerinde biçimlendirici bir etkisi olmasa da, kişiliğin diğer önemli bir bileşeni olan karakteristik adaptasyonlar üzerinde önemli bir etkisi vardır.

Nesnel Yaşamöyküsü: Nesnel yaşamöyküsü kişinin yaşamı boyunca yaptığı, düşündüğü ve hissettiği her şeydir (McCrea ve Costa, 2003). Nesnel yaşam öyküsü kişinin deneyimlerine ilişkin algılarından ziyade nesnel olarak bu deneyimlere vurgu yapmaktadır. Diğer bir ifadeyle McCrea ve Costa'ya göre önemli olan kişinin yaşamı boyunca yaşadığı şeyleri kendisinin nasıl algıladığı değil nesnel olarak yaşadığı şeylerdir. Kişinin yaşamındaki her davranış ve tepki bu birikimli kaydın bir parçası haline gelmektedir.

Dış etkiler: İnsanların içinde bulundukları fiziksel ve sosyal durumlar kişiliklerini etkiler (McCrea ve Costa, 2003). İçinde bulunduğumuz çevrenin taleplerine ve bu çevredeki fırsatlara verdiğimiz tepkiler dış etkilerle ilgilidir. McCrea ve Costa'ya (2003) göre verdiğimiz bu tepkiler karakteristik adaptasyonların ve onların çevresel etkilerle etkileşiminin bir fonksiyonudur. Örneğin arkadaşları tarafından tiyatroya davet edilen bir üniversite öğrencisi (dış etkiler) tiyatrodan hoşlanmadığı ve tiyatroya gitmeyi sevmediği için (karakteristik adaptasyon) bu teklifi reddedebilir (nesnel yaşamöyküsü). Bu öğrencinin yeni deneyimlere açık olmama ve yalnızlığı sevme gibi temel eğilimleri de olabilir. Bütün bunlar öğrencinin tiyatro davetini reddetmesine ve tiyatroya ilişkin olumsuz bakış açısını sürdürmesine neden olacaktır. Kişiliğin temel bileşenlerinin etkileşimleri ve aralarındaki nedensel etkiler aşağıdaki şekilde de görülmektedir. Şekilde merkezi bileşenler dörtgenlerle, periferik bileşenler dairelerle gösterilmiştir. Oklar ise ilişkilerin nedensel yönünü belirtmektedir.

Beş Faktör Kuramına Göre Kişilik Sisteminin İşleyişi



Kaynak: McCrea, R. R. ve Costa, P.T. (1999) A Five-Factor theory of personality, (Ed. L.A Pervin ve O.P. John, Handbook of Personality: Theory and research, New York: Guilford Press'ten uyarlanmıştır.

Eleştiriler ve Değerlendirme

McCrea ve Costa'nın kişiliğin incelenmesindeki katı ampirik yaklaşımları klinik yargılardan ziyade psikometrik temelleri olan bir kişilik kuramının ortaya konulmasını sağlamıştır. Beş faktör kuramı ampirik araştırma bulgularına dayalı bir kuram olmanın yanı sıra, birçok araştırmanın ortaya çıkmasını da sağlamıştır. Bu anlamda bilimsel olarak sınanabilirlik açısından oldukça iyi bir kuram olduğu söylenebilir. Yapılan araştırmalar beş faktörlü yapının yalnızca batı kültürlerine özgü olmadığını, farklı dillerde ve kültürlerde de beş faktörlü yapının tutarlı olarak ortaya çıktığını göstermiştir. Bugün kişilik araştırmacıları arasında oldukça yaygın bir biçimde kabul gören beş faktör kuramının ve Beş Faktör Kişilik Envanterinin uygulama açısından da önemli doğurguları vardır. McCrea ve Costa, her ne kadar eğitimciler ya da psikoterapistler açısından doğrudan kullanılabilir teknikler önermemişlerse de geliştirdikleri beş faktörlü model ve ölçme aracı ile kişiliğin ölçülmesinde ve kişilik özellikleri ile ilişkili seçimler konusunda uygulayıcılara yararlı araçlar sunmuşlardır.

Beş faktör kuramına yöneltilen eleştirilerin başında McCrea ve Costa'nın kuramlarını geliştirirken belirli hipotezlerden yola çıkmayıp, elde ettikleri bulgularla anlamlı bir açıklama geliştirmeye çalışmaları gelmektedir. Bir diğer temel eleştiri de faktör analizi ile elde edilecek bulguların analize dahil edilen verilerle sınırlı oluşudur. Diğer bir ifadeyle kişiliğin olası farklı boyutlarına ilişkin verilerin toplanamamış ve analizlere dahil edilmemiş olması mümkündür. Bu da kişiliğin temel yapısının keşfedildiği ve beş boyutlu bir yapı olduğu iddiasına şüpheyle yaklaşılmasına neden olmaktadır.

5. Bölüm

İNSANCIL/VAROLUŞÇU KURAMLAR

İnsancıl kuramlar sağlıklı gelişim ve ilerleme yönünde doğuştan getirdiğimiz potansiyeller üzerine odaklanmışlardır. İnsancıl yaklaşıma göre patolojinin nedeni, sağlıklı potansiyelimizin patojenik çevre koşulları tarafından engellenmesidir. İnsancıl/Varoluşçu yaklaşımlara göre böyle bir engellenme durumunda ortaya çıkan rahatsızlıklardaki temel belirti kişinin kim olduğu ve gerçekten ne istediği konusundaki farkındalığının azalması ve kendine özgü anlamlı bir yaşam sürememesidir.

Yirminci yüzyılın ikinci yarısında, bazı psikanalistler ve psikoterapistler tuhaf ve kafa karıştırıcı bir durumla karşılaştılar. Toplumsal standartlar, özellikle de cinsellikle ilgili olanlar, Freud'un döneminden daha hoşgörülü bir hale gelmişti. Teorik olarak bu özgür ortamın id ve süperego arasındaki çatışmaların azalmasına yardımcı olması ve nevrozların sayısının azalması gerekiyordu. Ancak beklentinin aksine gittikçe çok daha fazla sayıda insan psikolojik yardım talebinde bulunuyordu. Bununla birlikte hastalar tarafından dile getirilen sorunlar; içsel bir boşluk ve kendine yabancılaşma gibi yeni ve tuhaf problemlerdi. Bu kişiler belirli bazı semptomların tedavisi yerine yaşamlarının anlamsızlığına nasıl çare bulacakları gibi daha felsefi bir soruya yanıt bulma ihtiyacı içindeydiler.

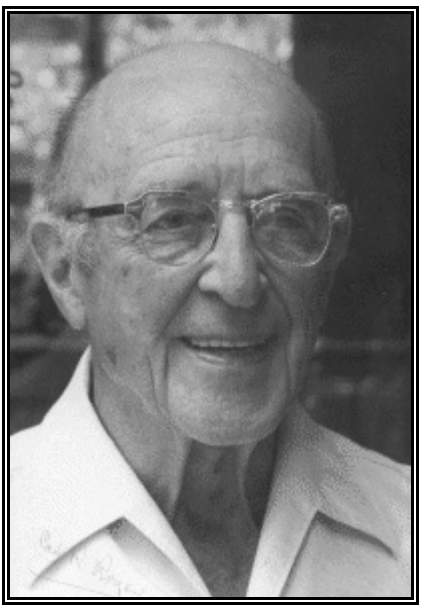
Kimi kuramcılar bu duruma belli ölçüde psikanalitik bir yaklaşımla çözüm bulmayı denemişlerdir. Örneğin Erikson'un kimlik krizleri, Fromm'un özgürlükten kaçış kavramı gibi. Bazı önemli psikologlar Freud'un görüşlerinin kendi çağının sorunlarına çok iyi bir şekilde uygulanabildiğini ancak bugünün çağdaş sorunları karşısında yetersiz kaldığını belirtmişlerdir. Hem Freud'un pesimist insan doğası görüşüne ve biyolojik determinist yaklaşımına hem de özgür irade ve insan onuru gibi insan kişiliğinin önemli boyutlarını yok sayan davranışçılığın determinizmine bir tepki olarak kimi psikologlar insancıl yaklaşım (varoluşcu ya da fenomenolojik yaklaşım) olarak adlandırılan yeni bir akım geliştirmişlerdir. Bu yaklaşımı diğerlerinden ayıran temel noktalar, insan doğasına ilişkin iyimser bakış açıları ve kişinin özgür iradesine inanarak, kim olduğundan ve nasıl davrandığından kişiyi sorumlu tutmalarıdır.

İnsancıl psikolojinin kökleri temel olarak iki alanda yatmaktadır: Bunlardan birincisi Avrupa kaynaklı varoluşçu felsefe, diğeri ise Rogers ve Maslow gibi Amerikalı psikologların öncü çalışmalarıdır.

Camus, Heidegger, Kierkegaard, Sartre ve Tillich'in yazılarında varoluşçuluk olarak adlandırılan holistik ve teleolojik felsefe, sonraları insancıl yaklaşımın yapı taşı haline gelmiş olan yaşamın anlamı, özgür irade, insanın biricikliği gibi birçok soruyu ele almıştır. Çoğu Avrupalı olmakla birlikte varoluşçu felsefe birçok psikolog ve psikoterapist arasında kabul görmüştür. Bu psikologlar kendi yaklaşımlarını geliştirirken varoluşçu felsefe akımından yola çıkmışlardır. Ludvig Biswanger, Medard Boss, Viktor Frankl, R. D. Laing ve Rollo May bu yaklaşımı benimseyen başlıca varoluşçu psikologlardır.

Freud'un insan doğasına ilişkin pesimistik görüşlerine karşı çıkan ve varoluşçu felsefeden etkilenerek geleneksel psikoloji kuramlarından uzaklaşan Abraham Harold Maslow ve Carl Ransom Rogers da insancıl psikolojinin öncüleridir. İnsancıl/Varoluşçu kuramların ele alındığı bu bölümde önce insancıl yaklaşımın kurucusu sayılan Rogers ve Maslow'un kuramlarına daha sonra da İsviçreli psikiyatristler Ludwig Binswanger ve Medard Boss tarafından başlatılan varoluşçu psikoloji akımının Amerikalı temsilcisi olan ve varoluşçu bir kişilik kuramı geliştirmiş olan Rollo May'in kuramına yer verilmiştir.

BİREY MERKEZLİ YAKLAŞIM



CARL RANSOM ROGERS

Carl Ransom Rogers'ın Yaşam Öyküsü

Carl R. Rogers 8 Ocak 1902'de Chicago'nun bir banliyösü olan Illinois, Oak Park'ta dünyaya geldi. Babası başarılı bir mühendisti. Dört erkek ve bir kız kardeşi olan Rogers'ın çocukluğu Protestan değerlerine aşırı bağlı, tutucu ve üyelerinin birbirine kenetlendiği bir aile ortamında geçti. Aile ilişkileri her tür duygunun dışavurumunun bastırıldığı, çocukların anne babalarının kurallarına göre yaşamaya zorlandığı kısıtlayıcı bir nitelik taşıyordu. Rogers, bu durumu "bizim ailemizde diğer insanlarda gördüğümüz kaçamaklara pek yer yoktu" sözleriyle dile getirmiştir. Bu kaçamaklar, sigara içme, sinemaya gitme, kağıt oynama, dans etme, içki içme gibi kimi önemsiz etkinliklere katılmayı içeriyordu. Bu nedenlerle Rogers, çocukluğunda ve ergenliğinde daha çok yüzeysel ilişkiler kurabilmiş ve sosyal yönden zayıf kalmıştır. Rogers, oldukça utangaç ve yalnız, ancak zeki ve sürekli okuyan bir çocuktu. On iki yaşındayken ailesinin Chicago'nun batısında bir çiftliğe taşınmasının ardından Rogers, doğaya karşı büyük bir ilgi geliştirmiş ve ziraatla ilgili pek çok yazı okumaya ve bilimsel yaklaşımla ilgili bir şeyler öğrenmeye başlamıştı. Bu dönemde çevresi onu bulundukları bölgenin biyoloji ve ziraat konusundaki uzmanı olarak görmeye başlamıştı. Böylece Rogers'ın çocukluğu ve ergenliği yalnız bilimle, kitap sevgisiyle ve ailesi dışında çok az sosyal ilişkiyle geçti. Entelektüel olarak bir hedefe yönelmiş olsa da duygusal yaşamı bir kargaşa içindeydi. Bu dönemdeki hayallerinin oldukça tuhaf olduğunu ifade eden Rogers, bir uzmanın kendisini şizoid olarak sınıflandırabileceğini belirtmiş ancak hiçbir zaman bir psikologla bağlantısı olmamıştır. Ziraatla ilgili okumaları onun bilimsel konulara ilgi duymasına, bunun sonucu olarak da Wisconsin Üniversitesi'nde ziraat alanında eğitim almasına yol açtı. Önceleri bu alanda uzmanlaşmayı düşünmüştü ancak daha sonra ziraatın yeteri kadar ilgisini çekmediğini fark etti. Daha sonra papaz olmaya karar veren Rogers bunun için iyi bir ön hazırlık olacağını düşündüğü tarih alanına yöneldi. Kiliseye girmek amacıyla, yeni evlendiği eşi Helen Eliot'la birlikte, New York'a taşınan Rogers burada Teolojik Seminer Birliği'ne katıldı. Ancak bu liberal kuruluştaki tecrübeleri ona daha çekici ve yeni yollar gösterdi; bu da psikolojiydi. Bu okuldaki birkaç arkadaşı ile birlikte yolun karşısındaki Columbia Üniversitesi'nde psikoloji dersleri almaya başladı. Kilisede çalışmak ona insanlara yardım etme imkanı verse de inançları zayıflamaya başlamıştı. Mesleğini yapmaya devam edebilmek için bazı inançlara sahipmiş gibi davranmak zorunda kalmaktan oldukça rahatsız olan Rogers, düşünce özgürlüğünün kısıtlanmayacağından emin olduğu bir alan seçmesi gerektiğine karar verdi. Bu nedenle anne babasının itirazlarına rağmen psikoloji alanında kariyer yapmak amacıyla kiliseden ayrıldı ve Columbia Üniversitesi Öğretmenler Koleji'ne geçti. Bu

Üniversite'den 1928'de yüksek lisans, 1931 yılında da doktora derecesini alan Rogers, 1928 yılında New York Rochester'da bulunan çocuklar için danışmanlık hizmetinin sunulduğu bir rehberlik merkezinde çalışmaya başladı. Burada çalışan diğer danışmanlar gibi Freud'un kuramıyla eğitilmiş olan Rogers zamanla analitik bakış açısının danışanlarına bir faydası olmadığını keşfetti. On iki yıl boyunca bu merkezde çalıştıktan sonra psikoterapide kendi yaklaşımını ortaya koydu ve 1940'da Ohio Devlet Üniversitesi'nde profesör unvanıyla çalışmayı kabul etti. Rogers 1945'de Chicago Üniversitesi'ne geçti. 1945-47 yılları arasında iki yıl süreyle burada psikoloji profesörü olarak görev yaptı ve bu üniversitede kurduğu danışma merkezinde yönlendirici olmayan ve danışan-merkezli terapi olarak anılan kendi terapi yaklaşımını geliştirme ve bu konuda araştırmalar yapma şansı buldu. 1957'de Wisconsin Üniversitesi'ne geçen Rogers burada psikoterapi ve kişilik üzerine araştırmalar yaptı. Rogers, bu sıralarda, o dönemde yaygın olan Freudiyen psikoterapi yaklaşımı ve akademik dünyada baskın olan davranışçı yaklaşımla mücadelesini sürdürdü. 1962-63 yılları arasında Stanford Üniversitesi'nde Davranış Bilimleri İleri Çalışmalar Merkezinin üyesi olarak görev aldı. 1964 yılında Kaliforniya La Jolla'ya taşınan Rogers, burada Western Davranış Bilimleri Enstitüsü'nde çalışmaya başladı ve 1968 yılında bazı arkadaşlarıyla birlikte La Jolla İnsan Çalışmaları Merkezi'ni kurdu. Kariyerinin bundan sonraki kısmını danışan-merkezli terapi çalışmalarına ve toplumsal çatışma ve dünya barışı gibi konulara adadı. Rogers'ın meslek yaşamının odağında, insanlara duyduğu ilgi yer almaktaydı. Rogers dünya barışına katkıda bulunmak amacıyla 1985'de 13 ulustan liderleri bir araya getiren Viyana Barış Projesi'ni organize etti ve 1986 yılı boyunca Moskova'da barış seminerleri düzenledi. Kariyeri boyunca her hafta 15-20 saatini danışan merkezli terapi uygulamalarına ayıran Rogers, 10 civarında kitap ve pek çok makale yazmıştır. 1946-47 yıllarında APA (Amerikan Psikoloji Birliği) başkanlığını da yürüten Rogers 1956'da birlik tarafından verilen Üstün Bilimsel Katkı Ödülü'nün de ilk sahibi olmuştur. Carl Rogers 4 Şubat 1987'de geçirdiği bir kalp krizi sonucunda yaşamını yitirene kadar yazmaya ve psikoloji alanına katkıda bulunmaya devam etmiştir.

Birey Merkezli Yaklaşım: Temel Kavramlar ve İlkeler

İnsanın Doğası

Danışan-merkezli terapi olarak bilinen terapi yaklaşımıyla ün kazanmış olan Rogers'ın terapi yöntemine verilen isim onun kişiliğe ait düşüncelerini yansıtmaktadır. Rogers, danışanın pasif bir şekilde, terapistin akıllıca yorumlarına bağımlı olduğu terapi anlayışını reddetmiştir. Terapi sürecinin sonunda hedeflenen değişimde sorumluluğu terapiste değil danışana, yani kişinin kendisine veren Rogers, insanın kendi düşünce ve davranışlarını olumlu yönde değiştirebileceğini öne sürmüştür. İnsanın yalnızca kendisinin, kendi yaşamına yön verebileceğini belirten Rogers bu inanışa uygun olarak kendi terapi yaklaşımını "danışan-merkezli terapi" olarak adlandırmıştır. Ancak onun fikirleri ebeveynlik, eğitim, dünya barışı ve ırklar arası ilişkiler gibi klinik olmayan alanları da içerdiği için terapi yaklaşımı için kullanmış olduğu bu isim yerine kişilik kuramı için daha kapsayıcı olan "birey merkezli yaklaşım" ismi tercih edilmektedir.

Rogers çocuklukta yaşanılan olayların yetişkin kişiliğini oluşturmada önemli bir rol oynadığını kabul etmekle birlikte, daha çok şu anki ihtiyaçlarımız ve gerçekleştirme yönündeki amaçlı çabalarımız üzerinde durmuştur. Rogers'a göre davranış geçmişte gerçekleşmiş şeyler nedeniyle oluşmamaktadır. Organizmanın gidermeye ya da azaltmaya çalıştığı gerilimler yalnızca şu an var olan gerilimler ve ihtiyaçlardır (Rogers, 1959).

Gerçekleştirme Eğilimi

Rogers'a göre (1961) insanlar tek bir pozitif güçle motive edilirler. Gerçekleştirme eğilimi adını verdiği bu güç, organizmanın kendi kapasitesi yönünde gelişmesi, gelişimini sürdürmesi, zenginleşmesi ve üretmesi için doğuştan getirdiği aktif bir süreçtir (Rogers, 1959). Ancak bireyin potansiyellerini gerçekleştirmeye yönelik doğuştan getirilen bu istek çocukluk yaşantıları ve öğrenme yoluyla desteklenmeye ya da engellenmeye açıktır. Gerçekleştirme eğilimi, temelde olumlu olarak, yalnızca belli koşullar karşılandığında, kişinin kendini yönetme, düzenleme ve kontrol etme potansiyeline sahip olduğu görüşüdür (Rogers, 1959).

İçsel potansiyellerimizi gerçekleştirme eğilimi hem gerilim azaltan hem de artıran davranışları içerir. İnsanlar bir taraftan açlık, susuzluk, cinsellik ve oksijen ihtiyacı gibi dürtüleri nedeniyle oluşan gerilimi azaltmaya çalışırken bir taraftan da merak, yaratıcılık ve daha etkili ve bağımsız olabilmek amacı taşıyan zahmetli öğrenme deneyimlerine maruz kalma isteği gibi gerilim artıran davranışlar sergiler (Ewen, 2003).

Rogers'ın iyimser kuramsal yaklaşımı insanların yıkıcı ve acımasız davranışlara yönelik bir kapasitesi olduğu gerçeğini yok saymamakta, ancak bu acımasızlık ve yıkıcılığı içsel güçlerden çok dışsal güçlere bağlamaktadır. Kişiliğin en temel düzeyleri içsel olarak olumlu bir nitelik taşır ve gerçekleştirme eğilimi ideal şartlarda bu olumlu ve yapıcı potansiyelleri seçip geliştirecektir. Ancak daha önce de değinildiği gibi kapasitelerimizi gerçekleştirme yolunda potansiyel engeller vardır ve elverişsiz koşullar olumlu içsel doğamıza aykırı şekilde davranmamıza neden olabilir. Birey merkezli yaklaşım, tüm psikolojik sorunların gerçekleştirme eğiliminin engellenmesinden kaynaklandığını ileri sürmektedir.

Olumlu Saygı İhtiyacı

Bütün insanlar, özellikle ebeveynleri gibi yaşamlarındaki önemli kişilerden saygı, kabul görme ve onlarla sıcak bir ilişki kurma ihtiyacı duyar. Olumlu saygı ihtiyacı hayat boyu devam eder. Ancak diğerleri ile belirli temaslarımızdan bağımsızlaşarak ikincil, öğrenilmiş bir olumlu öz-saygı ihtiyacının oluşmasına da yol açabilir. Olumlu öz-saygı ihtiyacını doyurmak için gösterilen çabalar, kendini gerçekleştirmenin en büyük engelidir. Olumlu öz-saygı ihtiyacının doyurulması yönündeki çabaların kendini gerçekleştirme sürecindeki olumsuz etkileri benlik kavramı ve kendini gerçekleştirme başlığı altında daha ayrıntılı olarak ele alınacaktır.

Kişiliğin Yapısı

Rogers, gerçekleştirme eğiliminin organizmanın tamamını kapsadığını düşündüğü için spesifik yapısal kavramlar öne sürme ihtiyacı duymamıştır. Buna rağmen kuramı tamamıyla bütüncül (holistik) değildir. Rogers, genellikle acı verici intrapsişik çatışmalar yaşadığımızı düşünen Horney ile aynı fikri paylaşır. Rogers ayrıca benlik ve benlik kavramları arasında da bir ayrım yapmaktadır. Benlik orgenizmik benliğin dayandığı gerçektir. Benlik kavramı ise kişinin kendini algılama biçimidir ki bu algı her zaman kişinin kendi yaşantılarıyla ya da benliği ile (organizmik benlik) tutarlı olmayabilir. Benlik ve benlik kavramı arasındaki farka kendini gerçekleştirme ile ilgili bölümde daha ayrıntılı olarak değinilecektir.

Deneyim ve Organizmik Değer Verme Süreci

Deneyim: Rogers, duyusal ve içsel yaşantı kavramını, fizyolojik değil psikolojik bir kavram olarak ele almaktadır. Kişinin bilebildiği tek gerçek o anda algıladığı ve yaşadığı gerçektir. Rogers'a göre her birimiz özel ve her an değişen içsel deneyimlerimizin merkezinde yaşarız ki bu deneyim başkaları

tarafından tam olarak anlaşılamaz. İnsanın yalnızca kendi sahip olduğu algılama ve duygular noktasından incelendiğinde anlaşılabileceğini belirten Rogers (1959) bireyin gerçek dünyayı değil yalnızca algıladığı dünyayı (fenomenal alan) bilebileceğini öne sürmüştür. Çevresinde bulunan uyarıcılara onları nasıl algıladığına göre tepkide bulunan insan için deneyimleri onun gerçeğini oluşturmaktadır. Bu anlamda fenomenal alan bireyin farkında olduğu, kendine özgü çevredir ve bireyin davranışları fenomenal alanı tarafından belirlenmektedir.

Deneyim, herhangi bir anda farkında olunan her şeyi içerir. Rogers (1959) farkındalığı, "deneyimlerimizin bir kısmının sembolik temsili" olarak tanımlamıştır. Farkındalığın üç düzeyi vardır. Bazı olaylar farkındalık eşiğinin altında yaşanmaktadır. Bu yaşantılar ya *göz ardı edilmekte* ya da *inkar edilmektedir*. Bu durumda insanlar yaşantılarının büyük bir kısmının farkında olmayabilir. Örneğin kişi oturuyorken dikkati o yöne doğru çekilmedikçe oturduğu sandalyenin baskısını hissetmeyecektir. Ya da kalabalık bir caddede ilerleyen bir kişi karşı karşıya kaldığı uyarıcıların hepsine dikkat edemeyeceği için - aslında görebilecek ve duyabilecek durumda olduğu halde – bu uyarıcıların bir çoğunu göz ardı edecektir. Bazı deneyimler ise inkar edildikleri için farkındalık eşiğinin altında kalmaktadır. Örneğin çocuk sahibi olmayı istememiş ancak anne olmuş bir kadın çocuklarına karşı öfke ve kızgınlığının yıllar boyunca farkında olmayabilir ve onlara karşı aşırı ilgili bir tavır sergileyebilir. Ancak bu öfke ve kızgınlık hiçbir zaman bilince ulaşmasa da onun deneyimlerinin bir parçası olmayı sürdürecek ve bilinçli davranışlarına etki edecektir.

Rogers'a göre farkındalığın ikinci düzeyi *çarpıtılmış* şekilde algılanan deneyimleri içermektedir. Deneyimlerimiz kendi hakkımızdaki düşüncelerimizle uyuşmadığında onları yeniden biçimlendirerek ya da çarpıtarak var olan benlik kavramımız içinde özümsenebilir hale getirebiliriz. Örneğin düşük akademik benlik kavramına sahip bir öğrenci öğretmeninden ödevi ile ilgili olumlu bir geribildirim aldığında durumu öğretmenin ödevi iyi okumadığı ya da öğretmenin standartlarının çok düşük olduğu şeklinde yorumlayabilir.

Deneyimlerimizin bir kısmı ise (üçüncü düzey) kendimizle ilgili düşüncelerimizle tutarlı olduğu ve onları pekiştirdiği için doğru bir biçimde algılanmaktadır. Bu tür deneyimler tehdit edici olmayan ve kişinin benlik kavramı ile tutarlı olan yaşantıları içerir. Örneğin kendisini çekici ve popüler bulan bir öğrenci yakın arkadaşlarından birinin kendisine bu yönde iltifatta bulunması durumunda arkadaşının söylediklerini net bir biçimde duyup bunları doğru bir biçimde sembolize ederek benlik kavramı içine yerleştirecektir.

Organizmik Değer Verme Süreci: Rogers'a göre insanların neyin gerçekleştirme eğilimine yönelik olduğunu ve olmadığını öğrenme gereksinimleri yoktur. Organizmik değer verme süreci, gerçekleştirme eğilimimize uygun gördüğümüz deneyimlere içsel bir olumlu değer verme, uygun olmadığını düşündüklerimize ise negatif bir değer verme sürecidir. Örneğin küçük bir çocuğun merak ve güvenlik gibi deneyimleri tercih etmesi ancak açlık ve acı gibi gerçekleştirme eğilimine uygun görmediği deneyimleri reddetmesi bunun bir göstergesidir. Kısacası organizmik değer verme süreci; deneyimlerimize, gerçekleştirme eğilimimizi doyurma yetenekleri açısından bir değer biçme sürecidir. Bu deneyimleri değerlendirme süreci bilinçli bir sembolik süreç olmaktan çok organizmik bir süreçtir. Bu nedenle deneyimin bilinçdışı yönleri bilinçli düşüncelerimize ve planlarımıza güvenilir ve paha biçilmez bir katkı sağlar. İşte tam da kişiliğin bu en derin noktası bizim için neyin iyi, neyin kötü olduğunu bildiğimiz yerdir. Bu yüzden de organizmik değerlerimizi ebeveynler veya psikoterapistler değil en iyi kendimiz tespit edebilir ve kendi potansiyellerimizi nasıl en iyi şekilde gerçekleştirebileceğimizi kendimiz anlayabiliriz. Değer verme sürecinin kaynağı ya da çeşitli deneyimlere verilen değerler, kendi duyusal ve içsel gerçeklerine göre davranan çocuklarda oldukça net bir şekilde görülür. İnsanlar büyüdükçe bu durum değişmektedir. Bu nedenle de bir kimsenin değer verme süreçlerinin kendini gerçekleştirmesine yardımcı olmadaki etkisi kendi içinde ne olup bittiğini ne ölçüde algıladığına ve farkında olduğuna bağlı olacaktır.

Benlik Kavramı ve Kendini Gerçekleştirme

Gerçekleştirme eğilimi ile yönlendirilen bebek geliştikçe deneyim alanını genişletir ve kendisini ayrı ve farklı bir varlık olarak algılamaya başlar. Benlik kavramı tamamıyla bilinçlidir ve sürekli akış halinde olan öznel deneyimin uç kısmındaki bir parçayı temsil eder (Ewen, 2003). Rogers'a göre (1959) bebek, deneyimlerinin bir kısmı "ben" ya da "benim" deneyimleri şeklinde bir farkındalık içinde farklılaştıkça ve kişiselleştikçe belirsiz bir benlik kavramı geliştirmeye başlar. Bebekler, neyin tadının güzel olduğunu neyin olmadığını, hangi deneyimlerin hoş olduğunu hangilerinin olmadığını hissederek yavaş yavaş kendi kimliklerinin farkında olmaya başlar (Feist ve Feist, 2006). Bebek, gerçekleştirme eğilimini bir ölçüt olarak kullanarak deneyimlerini olumlu ya da olumsuz olarak değerlendirmeye başlar. Beslenme, gerçekleştirme için bir gereklilik olduğundan bebekler yemeğe değer verirken, açlığın değerinin düşürür. Benzer şekilde, uykuya, temiz havaya, bedensel temasa ve sağlığa değer verirler çünkü bütün bunlar gerçekleştirme eğilimi için gereklidir.

Bebekler temel bir benlik yapısı oluşturmaya başladıklarında kendini gerçekleştirme yönündeki eğilimleri gelişmeye başlar. Çünkü bu durumda gerçekleştirme eğilimlerinin bazıları benlik kavramının taleplerini doyurma amacına yönelecektir. Kendini gerçekleştirme, gerçekleştirme eğiliminin bir alt kümesidir. Bu nedenle eş anlamlı olarak kullanılmaları doğru olmayacaktır. Gerçekleştirme eğilimi bireyin organizmik deneyimlerine bağlıdır. Diğer bir ifadeyle bilinçli ve bilinçsiz, fizyolojik ve bilişsel kişinin bütününü temsil eder. Kendini gerçekleştirme ise bireyin kendini bilinçli olarak algılayışındaki biçimiyle gerçekleştirme eğilimidir. Benlik kavramı kişinin varlığının ve deneyimlerinin bilinçli şekilde algılanan tüm yönlerini kapsar. Benlik kavramı da organizmik benlikle aynı şey değildir. Organizmik benliğin bazı kısımları kişinin farkındalığının ötesinde olabilir ve kişi bunlara sahip olduğunun farkında olamayabilir. Organizma ile kişinin kendini algılayışı arasında bir uyum olduğunda gerçekleştirme ve kendini gerçekleştirme eğilimleri hemen hemen özdeş olacağı için bir sorun olmayacaktır. Ancak kişinin organizmik deneyimlerinin kendine ilişkin algısıyla uyumlu olmaması durumunda gerçekleştirme ve kendini gerçekleştirme eğilimlileri arasında bir tutarsızlık oluşacaktır. Örneğin organizmik deneyimi eşine duyduğu öfke olan bir kişinin benlik kavramı eşe öfke duymanın doğru olmadığını vurguluyorsa bu kişinin gerçekleştirme ve kendini gerçekleştirme eğilimleri tutarsız olacak ve kişi çatışma ve içsel gerilim yaşayacaktır. Rogers benliğin, **benlik kavramı** ve **ideal benlik** olmak üzere iki alt sistemi olduğunu belirtmiştir. Benlik kavramı kişinin varlığına ve deneyimlerine ilişkin farkındalık içinde algılanmış (her zaman doğru bir biçimde olmasa da) bütün yönlerini kapsar. Daha önce de değinildiği gibi benlik kavramı kişinin organizmik benliği ile aynı şey değildir. Kişi gerçek (organizmik) benliğinin kimi yönlerini benlik kavramı ile tutarlı olmadığı için reddedip bilinçli bir şekilde algılamayabilir. Bu yüzden insanlar bir kez benlik kavramlarını oluşturduklarında benlik kavramlarıyla tutarsız olan deneyimlerini ya inkar ederler ya da ancak çarpıtılmış biçimde kabul ederler. **İdeal benlik** ise kişinin kendisini görmeyi arzuladığı şekildeki algısıdır. İdeal benlik insanların sahip olmayı arzuladıkları çoğunlukla olumlu olan özellikleri içerir. Kişinin ideal benliği ve benlik kavramı arasında çok fazla fark olması uyumsuzluk ve sağlıksız kişiliğin belirtisidir. Psikolojik açıdan sağlıklı kimseler kendi benlik kavramları ile ideal olarak olmak istedikleri arasında çok az fark hisseden kişilerdir.

Rogers'a göre gerçek potansiyellerimizi gerçekleştirmek için organizmik değer verme süreci tarafından sağlanan içsel kılavuzları takip etmemiz gerekir. Ancak kendini gerçekleştirme farklı bir yolla gerçekleşir. Benlik kavramı kişinin yaşamındaki önemli kişiler tarafından olumlu saygı ile desteklenmelidir. Bu nedenle çocuğun anne babasının istek ve beklentilerine

çok dikkat etmesi gerekir. İdeal olan anne-babaların çocuğun organizmik değer verme süreci ile çatışacak hiçbir şey yapmamaları ve çocuklarının benlik kavramına ve duygularına karşı **koşulsuz olumlu saygı** göstermeleri, eleştirilerini yalnızca belirli istenmeyen davranışlarla sınırlamalarıdır. Örneğin kardeşine karşı düşmanca bir tavır sergileyen ve ona vuran bir çocuğun annesi ona "kardeşine çok öfkelenmeni ve ona vurmak istemeni anlıyorum ancak kardeşine vurmana izin veremem çünkü sen ona vurduğunda kardeşinin canını acıtırsın, kardeşinin canının yanmasını istemiyorum. Çünkü öyle olduğunda üzülüyorum" şeklinde bir tepki verirse ideal olanı yapmış olur. Bu durumda çocuk kötü bir çocuk olduğu ya da utanç verici duygulara sahip olduğu için suçlanmadığından onun olumlu benlik saygısı tehdit edilmemiş olacaktır. Çocuk kendi saldırganlığını kendi benlik kavramının bir yönü olarak kabul edecek ve kendine ilişkin görüşü, deneyimleri ve organizmik değer verme süreci ile tutarlı olacaktır. Ancak anne çocuğuna kötü bir çocuk olduğunu söyler ve bu şekilde davrandığı için sevilmeyeceğini ifade ederse çocuk kendi yaşantısından (organizmik değer verme sürecinden) yola çıkarak küçük kardeşine vurmanın hoş bir değer olmadığını kabullenmeyebilir. Ancak olumlu saygı ihtiyacı ve annesinin tavrı nedeniyle yaşantısını olumsuz bir değer olarak kaydeder. Çocuk bu durumda, yaşantısını "ben bundan hoşlansam da annem bundan hoşlanmıyor" şeklinde doğru bir biçimde sembolize etmek yerine "ben bundan hoşlanmıyorum" şeklinde çarpıtarak sembolize edebilir (Rogers, 1951). Kişinin kendi organizmik değer verme sürecinden daha çok başkalarının değerlendirmelerine dayanan bu değerler, **değer verme koşulları** olarak adlandırılır (Rogers, 1959).

Anne babalar ya da bakıcılar çocuklara genellikle şefkat ve sevgi gösterirler ancak bunu koşulsuz yapmazlar. Çoğu anne baba, çocukları kendilerinden beklenenleri yerine getirdiği sürece çocuklarını sever, onların davranışlarını onaylamadıklarında ise sevgilerini geri çekerler. Bu durumda çocuklar yalnızca anne babalarının istediklerini yaptıkları sürece sevildiklerini hissederler. Aslında çocuğun sağlıklı kişilik gelişimi için koşulsuz olumlu saygıya ihtiyacı vardır. Eğer anne babalar çocuklarına sevgiyi yalnızca uygun davranışlar karşılığında verirlerse çocuk onların bu tutumunu içselleştirerek buna uygun değer koşulları geliştirecektir. Bu durumda kendisini yalnızca belirli koşullar altında değerli hissedecek ve sonuç olarak benliğini bir bütün olarak geliştiremeyecek ve bir kısmının reddedileceği korkusuyla benliğinin tüm yönlerini açığa vuramayacaktır. Koşullu olumlu saygının sonucu olarak çocuklar kendi gerçek duygularından ve isteklerinden vazgeçerek, anne babalarının uygun gördüğü şekilde hissetmeyi ve davranmayı öğrenir. Böylece çocuklar kendi hatalarını ya da zayıf taraflarını inkar ederek kendileriyle ilgili farkındalıklarını azaltırlar.

İleriki yaşlarda da önem verdiğimiz kişilerin onayını ve dolaysıyla sevgisini ve desteğini kazandıracak davranışları ve özellikleri benlik kavramımızla bütünleştirmeye devam ederiz. Kendimizle ilgili farkındalıktan uzaklaşma yolcuğuna zamanla birçok sosyal kurum ve grup da dahil olmaya başlar. Birçoğumuz dışsal standartları benimseyerek onların bize ait olduğuna inanmaya başlarız. Aslında her insan ortaya çıkması halinde önem verdikleri kişilerin onaylamayacağı hatta reddedeceği özelliklere sahiptir. İnsanlar bu düşünce ve isteklerini dışa vurmak ya da kabul etmek yerine çarpıtarak bilinçlerinden uzaklaştırmayı tercih eder. Sonuç olarak kişinin kendisiyle, kendi gerçek duygu ve özellikleriyle bağı kopar. Rogers, başkaları tarafından kabul edilmeyeceğini bildiğimiz halde kendi hatalarımızı ya da zayıflıklarımızı kabul edebilmek için koşulsuz olumlu saygıya ihtiyaç duyduğumuzu belirtmiştir. Koşulsuz olumlu saygı gördüğümüzde ne yaparsak yapalım kabul göreceğimizi ve sevileceğimizi bildiğimiz için bu yönlerimizi inkar etme gereği duymayız. Bu yüzden anne babalar çocuklarının yaptıkları davranışları onaylamasalar da onları her zaman seveceklerini ve kabul edeceklerini çocuklarına hissettirmelidir.

Kaygı ve Savunma

Rogers'a göre benlik kavramımızla tutarsızlık gösteren organizmik deneyimlerimiz bizde kaygıya yol açtığı için böyle deneyimler karşısında **inkar** ya da **çarpıtma** yoluyla savunmaya geçeriz. Örneğin, daha önce sözü edilen küçük kız, kardeşine bir kez daha öfkelenip ona vurmak istediğinde bir sorun yaşayacaktır. Gerçek (organizmik) deneyimi kardeşine vurmanın keyif verici olduğu şeklindeyken benlik kavramını ve olumlu saygısını koruyabilmek için ona vurmanın hoş bir şey olmadığına inanması gerekecektir. Bu tehdit edici tutarsızlığa karşı kendisini savunmak için kardeşine karşı sevgiden başka bir şey hissetmediğini düşünüp, onu incitmeyi hayal etmemeye başlayabilir.

Benlik kavramımızla tutarlı olmayan deneyimlerimiz bizde kaygıya yol açabilmektedir. Kibar bir insan, başarılı bir öğrenci ya da hoş sohbet biri olduğumuza inanabiliriz. Ancak kimi durumlarda bu algımızla çelişen bir deneyim yaşayabiliriz. Örneğin bir gün tanıdığımız birinin bizim hakkımızda ne kadar sevimsiz biri olduğumuz şekilde bir yorumda bulunduğunu duymuş olabiliriz. Eğer bu deneyim çok tehdit edici değilse bilinç düzeyinde kalacaktır. Ancak bu deneyim benlik kavramımızı çok ciddi bir şekilde tehdit ederse yaşadığımız kaygının yoğunluğu fazla olacaktır ve onunla baş etmek de güçleşecektir. Bu durumda benlik kavramımızla tutarsız olan bu deneyimi bilinç düzeyinin altında tutmaya gayret ederiz. Bu süreç Rogers tarafından bilinçaltı algı olarak adlandırılmıştır. Kişi böyle bir durumda yaşadığı kaygıyla

başa çıkmak için savunma mekanizmalarına başvuracaktır. Rogers'a göre en sık kullanılan mekanizma çarpıtmadır. Hakkımızda olumsuz bir değerlendirmede bulunan kişinin bunu anlık bir öfkeyle ya da kötü bir gün geçirmiş olması nedeniyle söylediğini düşündüğümüzde bu deneyimi çarpıtarak benlik kavramımızla çelişmez hale getirip kaygıya yol açmasını engellemeye çalışırız. Bir diğer yol ise inkardır. Bu deneyimin yol açtığı kaygıyla başa çıkabilmek için kişinin bunları söylerken samimi olmadığını, şaka yaptığını ya da bir başka kişiyi kastettiğini düşünerek kaygı verici deneyimi inkar edebiliriz. Kişinin benlik kavramı ile tutarsız olan ve kişide kaygıya yol açan deneyimlerin her zaman olumsuz olması gerekmemektedir. Önemli olan bu deneyimin kişinin benlik kavramı ile çelişiyor olmasıdır. Bu durumda kişi, hakkında olumlu bilgi sağlayan deneyim de eğer onun benlik kavramı ile tutarsız ise yine kaygıya yol açabilmektedir. Örneğin kötü bir öğrenci olduğunu düşünen bir genç aldığı iyi bir notu şansa veya hocasının hatasına bağlayabilecek ya da kendisini arkadaşları tarafından sevilmeyen biri olarak algılayan bir kişi birilerinin kendisiyle ilgili olumlu şeyler söylediğini duyduğunda buna inanmayı reddedecek, bunu söyleyen kişinin nezaket icabı böyle yaptığına ya da bir çıkarı olduğu için bunu söylediğine inanacaktır.

Kişisel deneyimlerimiz de kaygı yaşamımıza yol açabilmektedir. Benlik kavramımıza uymayan düşünce, duygu, arzu ya da davranışlarımız olduğunda kaygı yaşayabiliriz. Parayla ilgili konularda bir arkadaşımızı kandırmış, birilerinin kalbini kırmış ya da kendi çıkarımız için yalana başvurmuş olabiliriz. Bu gibi durumlarda da çarpıtma ya da inkar yoluyla kaygımızı azaltmaya çalışabiliriz. O paranın aslında bizim hakkımız olduğunu, söylediğimiz şeyde kırılacak bir şey olmadığını ya da söylediğimiz şeyin aslında doğru olduğunu düşünmeyi tercih edebiliriz.

Çarpıtma ve inkar kısa vadede kaygıyı azaltmada işe yarasa da kişinin yaşamını dolu dolu yaşamasını engeller. Aşırıya kaçıldığında ise gerçeğin yerini hayal almaya başlar. Başarısız bir öğrenci aslında kendisinin çok zeki ve birikimli olduğuna ancak hocalarının onun söylediklerini ve yazdıklarını anlayacak kapasitede olmadıklarına inanabilir. Diğer taraftan benlik kavramı ve gerçeklik arasındaki fark çok fazla olup artık savunma süreçleri yeterli olmadığında ise kişi Rogers'ın (1959) **düzensizlik** olarak adlandırdığı durumu yaşayacaktır. Kişinin organizmik deneyimleri ve benlik kavramı arasındaki tutarsızlık inkar edilemeyecek ya da çarpıtılamayacak derecede açık olduğunda ya da çok ani bir şekilde algılandığında kişinin davranışı çözülüp bozularak düzensizleşecektir. Düzensizleşme durumunda kişinin davranışları kimi zaman benlik kavramıyla kimi zaman ise organizmik deneyimleriyle tutarlı olacaktır. Böyle olduğu için de kişinin davranışları tuhaf ve kafa karıştırıcı görünecektir.

Kişiliğin Gelişimi

Rogers, kişilik gelişimi ile ilgili belirli gelişimsel evreler ve kriterler öne sürmek yerine çocuğa koşulsuz olumlu saygıyla yaklaşmanın gereğini vurgulamıştır. Rogers'a göre, çocuğa sunulacak bu koşulsuz olumlu saygı doğumdan itibaren başlamalıdır. Gelişmekte olan çocuk, deneyimlerini kendince değerlendirme fırsatına sahip olmalı ve kendi organizmik değer verme sürecine göre seçimlerini yapabilmelidir. Ancak Rogers, ebeveynlerin de saygı hakkı olduğunu ve çocuklar tarafından ihlal edilmemesi gereken haklara sahip olduklarını belirtmiştir.

Çok yaygın olan otoriter yapının egemen olduğu ailelerde, tüm kararları ebeveynler verir ve birçok konuda sayısız kural koyar. Bu yüzden çocuk güç elde etmek için somurtmak, yalvarmak, bir ebeveyni diğerinin karşısına çıkarmak ve şikayet etmek gibi sinsi stratejilere başvurur. Oysa birey merkezli aile, yargılayıcı olmayan duyguların paylaşılmasını vurgular (Ewen, 2003). Örneğin katı kurallar koymak ya da kişiliği eleştirmek yerine anne "ev dağınık olduğunda kötü hissediyorum ve bunu çözmek için gerçekten yardım istiyorum" diyerek hem kendi ihtiyaçlarını uygun şekilde dile getirir hem de çocuklarını yargılamamış olur. Bu durumda çocuklar evin temizliği ve düzeni için işbirliğine hazır olacaklardır. Çünkü bu şekilde anne yaşanan sorunun çocuklarının kabahati olduğunu iddia etmek yerine kendi problemi olduğunu açıkça ifade etmektedir. Rogers, birey merkezli bir aile ortamı yaratmanın hiç de kolay olmadığını kabul etmekle birlikte bunun kesinlikle çabalamaya değer olduğunu belirtmiştir. Çünkü böyle bir aile çocukların minimum patojenik değer koşullarıyla gelişmelerine ve gerçekleştirmeye doğru kendi yollarında özgürce ilerlemelerine fırsat tanır.

Rogers (1959) sağlıklı kişilik gelişimi için kimi gereklilikler olduğunu belirtmiştir. Her şeyden önce bireyin başkalarıyla olumlu ya da olumsuz bir temasta bulunması gerekir. Bu temas kişileşme sürecinin en temel gerekliliğidir. Çocuğun hayatta kalabilmesi için ebeveynleriyle ya da kendisine bakan kişiyle temasta olması gerekmektedir. Çocuk bir başkasının kendisi için ilgi ve kabul (saygı) gösterdiğini hissettikçe olumlu saygıya değer vermeye başlayacaktır. Diğer bir ifadeyle çocuk başkaları tarafından sevilmek, kabul edilmek ve beğenilmek yönünde bir ihtiyaç geliştirmeye başlar ki bu Rogers tarafından olumlu saygı olarak adlandırılmıştır. Çocuk eğer diğerlerinin, özellikle de kendi yaşamında önemli bir yere sahip olan kişilerin, kendisine değer verdiğini algılarsa olumlu saygı ihtiyacı bir ölçüde doyurulmuş olur. Olumlu saygı, olumlu öz-saygı için bir ön koşuldur. Olumlu öz-saygı kişinin kendisini değerli bir varlık olarak görmesi şeklinde tanımlanabilir. Rogers, olumlu öz-saygı için kişinin diğerlerinden olumlu saygı görmeye ihtiyacı olduğunu belirtmiş ancak olumlu öz-saygı oluştuktan

sonra sevilme ihtiyacından bağımsızlaşmaya başladığını ifade etmiştir. Bu anlamda olumlu saygının kaynağı bireyin diğerlerinden aldığı olumlu saygı olmakla birlikte, oluştuktan sonra otonom bir özellik kazanmakta ve kendi kendini sürdürmektedir. Rogers'ın deyimiyle (1959) kişi bir anlamda kendi kendisi için yaşamındaki önemli bir kişi haline gelmektedir. Kişiliğin sağlıklı gelişimini engelleyen ise **değer koşullarıdır**. Hemen hemen herkes anne babasından ya da kendisini yetiştiren kişilerden sevgi ve şefkat görmekte ancak bunu koşulsuz olarak alamamaktadır. Birçok ebeveyn çocukları kendilerinden beklenenleri yerine getirdiği sürece onlara sevgi ve ilgi göstermekte, onaylamadıkları davranışlar sergilediklerinde ise sevgilerini onlardan esirgemektedir. Bu durumda çocuklar yalnızca kendilerinden beklenenleri yaptıkları sürece sevilmeye değer olduklarını düşünmeye başlarlar. Sonuç olarak çocuğun benliği bir bütün olarak gelişemez. Bir kısmının reddedileceği korkusuyla benliğinin tüm yönlerini açığa vuramayan çocuğun kişilik gelişimi bundan olumsuz etkilenecektir. Sağlıklı kişilik gelişimi için her çocuğun koşulsuz olumlu saygıya ihtiyacı vardır. Ebeveynler çocuğun davranışlarını dikkate almaksızın sevgi ve ilgilerini çocuklarına gösterebilmelidir. Bu şekilde sevgi ve ilgi gören çocuk değer koşulları geliştirmeyecek ve ortaya çıkan benliğinin hiçbir parçasını baskı altına almayacaktır. Bu yolla çocuk kendini gerçekleştirmeyi başarabilecektir. Kendini gerçekleştirme psikolojik sağlığın en üst seviyesidir. Rogers, psikolojik olarak sağlıklı insanı **potansiyelini tam kullanan kişi** olarak tanımlamış ve kendini tam olarak ortaya koyan insanın özelliklerini şöyle sıralamıştır:

Rogers'a göre potansiyelini tam olarak kullanan kişi değer koşullarına sahip olmamakla karakterizedir. Böyle bir kişinin diğer insanların içselleştirilmiş standartlarını karşılamak gibi bir ihtiyacı olmadığı için, büyük ölçüde kendi organizmik değer verme süreci tarafından yönlendirilecek ve kendisini bütünüyle kabul edecektir (koşulsuz olumlu öz-saygı). Herhangi bir tutarsızlık yaşamayacağı için savunma ihtiyacı da duymayacaktır. Rogers'a göre potansiyelini tam olarak kullanan birey yeni deneyimlere açık olduğu için kalıp davranışlar sergilemek yerine yaşamın her anını değerlendirmeye çalışır. Deneyime açıklıktan dolayı, potansiyelini tam olarak kullanan birey başkalarının "-meli, -malı"ları yerine kendi organizmik değer verme süreçlerine kulak verir. İşe yaramayan seçimlerine körü körüne bağlı kalmak yerine bunları gözden geçirip değiştirme motivasyonuna sahiptir, çünkü hatalarını açık ve doğru bir biçimde algılamaktadır. Potansiyelini tam kullanan bireyde gerçekleştirme ve kendini gerçekleştirme eğilimleri kişinin kendi içsel potansiyellerinin yerine getirilmesi için uyum içinde işlemektedir.

Potansiyelini tam kullanan bireylerin bir diğer özelliği kendi duygularına güvenmeleri ve içlerinden geldiği gibi davranma eğilimleridir. Böyle bir kişi

başkalarının düşünceleri ya da mantığı yerine kendi içinden geldiği gibi davranma yeteneğine sahiptir. Rogers (1961), bu duruma örnek olarak dramatik ve dışavurumcu üslubu çağdaşlarınca çok anlaşılmayan ressam, El Greco'yu, yazar Ernest Hemingway'i ve ünlü fizikçi Albert Einstein'ı göstermiştir. Ona göre bu üst düzeydeki yaratıcı insanlar ürettikleri işlerin ve fikirlerinin kendilerine özgü olduğunun farkındaydılar. El Greco iyi ressamların kendisi gibi çizmediğinin, Hemingway iyi yazarların kendisi gibi yazmadığının, Einstein da büyük fizikçilerin kendisi gibi düşünmediğinin farkındaydı. Bununla birlikte alışılagelmiş standartları kabul etmek ve kendi gerçek duygularını toplumun kabul ettiği bir perdenin arkasında saklamak yerine, kendi içsel deneyimlerine güvendiler ve tam olarak kendileri olmak için zor olan yolu seçtiler. Rogers'a göre bu kişiler iyi ressamlar benim gibi çizmez ama ben böyle çiziyorum, iyi yazarlar böyle yazmaz ama ben böyle yazıyorum ya da iyi bir fizikçi bu şekilde düşünmez ama bu benim düşüncem diyebilen kişilerdi. Bununla birlikte Rogers'a göre kendi içinden geldiği gibi davranmak ve kendine güvenmek yalnızca sanatçılar ve dahiler için geçerli bir durum değildir, her birimiz hayatımızı kendi içsel değerlerimize göre yaşama ve kendimizi benzersiz ve tatmin edici yollarla ifade etme potansiyeline sahibizdir. Potansiyelini tam kullanan bireyler sosyal açıdan uyumlu olmakla birlikte toplumsal beklentilerce belirlenmiş rollere uymak konusunda diğer insanlara göre daha az isteklidirler. Bu yüzden de çevresindekilerin onaylamayacağından korkarak yapmak istedikleri şeyleri yapmaktan vazgeçmezler. Meslek tercihi, yaşam biçimi gibi konularda önemli kararlar alırken kendi isteklerini, ilgilerini, ihtiyaçlarını ve değerlerini daha çok dikkate alırlar.

Potansiyelini tam kullanan birey ayrıca kendisini başkaları tarafından beğenilmeye, hoşlanılmaya değer bulur ve onlarla ilgilenme konusundaki potansiyeline güvenir, olumlu saygı ihtiyaçlarını insanlarla başarılı ilişkiler kurarak karşılar. Böylece, kendisi için olduğu kadar başkalarına da koşulsuz olumlu saygı gösterir. Sonuç olarak böyle insanlar yaşamlarını her dakika özgürce, yaratıcı bir biçimde ve tam olarak yaşarlar. Hem olumlu hem de olumsuz duygularını diğer insanlara oranla çok daha gerçekçi bir şekilde, daha derin ve yoğun yaşayarak daha zengin ve doyurucu deneyimlere sahip olurlar. Deneyimlerine spontan bir şekilde karşılık verir, mutluluğu karmaşık bir ütopya değil de zamanla değişen bir yolculuk gibi görürler. Rogers (1961) bu durumu, "iyi bir yaşam, bir durum değil süreçtir; bir hedef değil bir yöndür" diyerek özetlemiştir. Bu ifadeyle Rogers, potansiyelini tam kullanan bireyi kendini gerçekleştirmiş olarak değil, kendini gerçekleştirmekte olan kişi olarak tanımlamaktadır. Ona göre benliğin gelişimi daima bir ilerleme ve süreklilik halindedir.

Eleştiriler ve Değerlendirme

Rogers'ın kuramı Adler'in kuramı gibi insan doğası hakkındaki basit fikirleri, özgür irade konusundaki vurgusu ve fazlasıyla iyimser yaklaşımı nedeniyle eleştirilmiştir. 1960'larda oldukça popüler olan Rogers'ın görüşleri 1970'lerin sonuna doğru popülerliğini yavaş yavaş yitirmeye başlamıştır. Ancak yine de Rogers'ın çağdaş psikolojiye önemli katkıları olmuştur. Özelikle sağlıklı içsel potansiyellere vurgusu psikanaliz ve davranışçılığa bir alternatif olmuştur ve üçüncü bir güç olarak da adlandırılmıştır.

Rogers'ın kuramı kendisine dayalı olarak gerçekleştirilen bilimsel çalışmaların sayısı açısından değerlendirildiğinde üretken bir kuram olduğu söylenebilir. Özellikle eğitim ve psikoterapi alanında çok sayıda araştırmaya yol açan birey merkezli kuram içerdiği önermelerin bilimsel olarak yanlışlanabilmesi ölçütü açısından da oldukça olumlu bir değerlendirmeyi hak etmektedir. İç tutarlılığı ve işevuruk bir şekilde tanımlanmış kavramlarıyla oldukça yalın ve açık bir anlatıma sahip olması Rogers'ın kuramının diğer güçlü yanlarıdır. Uygulamaya dönük olarak değerlendirildiğinde anne babalara çocuğun sağlıklı kişilik gelişimi için neler yapmaları gerektiği konusunda öneriler sunan ve davranışçılığa ve psikanalize alternatif bir psikoterapi yaklaşımı ortaya koyan Rogers olumlu şekilde değerlendirilmektedir. Ancak Rogers'ın yaklaşımının sınırlı durumlar için geçerli olduğu ve çok ciddi psikolojik sorunları olan kişiler için bir faydası olmayacağı da psikoterapi yaklaşımına yöneltilen eleştirilerdendir.

Rogers'ın yaklaşımı yaygın olan davranışçı ve psikanalitik yaklaşımların yerine geçmeyi asla başaramamış olsa da insan doğasına alternatif bir bakış açısı sunmasıyla birçok psikoloğu etkilemiştir. Birçok psikoterapist kendisini insancıl olarak tanımlamış daha da önemlisi insancıl yaklaşımın kimi yönleri diğer kuramsal bakış açılarına sahip terapistler tarafından da benimsenmiş ve kullanılmaya başlanmıştır.

KENDİNİ GERÇEKLEŞTİRME KURAMI



ABRAHAM H. MASLOW

Abraham H. Maslow'un Yaşam Öyküsü

Abraham Harold Maslow, 1 Nisan 1908'de Brooklyn, New York'ta doğdu. Anne ve babası eğitim görmemiş Rus göçmenlerdi. Maslow'un çocukluğu hem ekonomik hem de sosyal yönden sorunlu geçti. Ne annesiyle ne de babasıyla yakın ilişkiler kuramayan Maslow özellikle annesini hiçbir zaman sevememişti. Güçlü batıl inançlara sahip tutucu bir Yahudi olan annesi onu en küçük yanlış davranışlarında bile cezalandırıyor ve tanrının da onu cezalandıracağı yönünde tehditlerde bulunuyordu. Annesinin, bir gün Maslow'un sokakta bularak eve getirdiği ve evin bodrum katında bir kap içine koyduğu sütle beslediği kedi yavrularını tutup onları öldürünceye kadar kafalarını duvara vurması Maslow'un hayatı boyunca unutmayacağı bir anı oldu. Annesinin kendisine yaklaşımını hiçbir zaman bağışlamayan Maslow o öldüğünde cenazesine katılmayı bile reddetti. Annesinin, tanrının onu kötü davranışlarından dolayı cezalandıracağı yönündeki tehditlerini sınamak için kasıtlı olarak kötü davranışlar sergileyen Maslow, ilahi bir cezayla karşılaşmadığını görünce annesinin tehditlerinin bilimsel olarak geçerli olmadığını keşfetti ve yavaş yavaş dini inançları zayıflamaya başladı. Zamanla bu inançlarını iyice yitiren Maslow bir ateist oldu. Maslow'un arkadaşlık ilişkileri de oldukça sorunluydu. Yahudi olmayan bir mahalledeki okulunda bulunan tek Yahudi çocuk olan Maslow kendisini her zaman yalnız ve mutsuz hissetti. Maslow soyutlanmış ve mutsuz bir şekilde, arkadaşlarıyla birlikte vakit geçirmekten ziyade çoğunlukla kitap okuyarak ve kütüphanelere giderek büyüdü. Oldukça zayıf olması ve büyük bir buruna sahip olması nedeniyle çocukluğunda aşağılık duyguları yaşayan Maslow ergenlik yıllarında bu aşağılık duygusunu atletik becerilerini geliştirerek telafi etmeye çalıştıysa da bu alanda da başarılı olamamış ve bunun yerine kitaplara yönelmiştir.

Maslow, Brooklyn'deki erkek lisesini bitirdiğinde, oldukça zeki, yetenekli ve çok okuyan bir gençti. Mezuniyetinin ardından babasının beklentisi doğrultusunda hukuk okumak için New York Şehir Koleji'ne girdi. Bir yıl okuduktan sonra hukuk alanını ilgi çekici bulmadığı için bir gün kitaplarını da arkasında bırakarak bu okuldan ayrıldı. Cornell Üniversitesi'ne giderek psikoloji eğitimi almaya başladı. Ancak buradaki hocası E. B. Titchener'i soğuk bulduğu için tekrar New York Şehir Koleji'ne döndü. Bu sıralarda henüz 20 yaşında iken ailesinin karşı çıkışlarına rağmen 19 yaşındaki kuzeni Bertha ile evlendi. Daha sonra Wisconsin Üniversitesi'ne geçen Maslow burada bağlanma konusundaki çalışmaları ile ün yapmış olan Harry Harlow'la birlikte çalıştı. Bu üniversiteden lisans, yüksek lisans ve doktora derecelerini alan Maslow burada bulunduğu yıllarda davranışçı psikolojinin kurucusu kabul edilen J. B. Watson'un görüşlerinden çok etkilendi. Mezun

olduktan sonra Columbia Üniversitesi'nde ünlü öğrenme kuramcısı E. L. Thorndike ile birlikte çalıştı. Başlangıçta çok hevesli bir davranışçı olan Maslow, yaşadığı bir dizi kişisel deneyimin ardından (ilk çocuğunun doğumu, II.Dünya savaşının başlaması, gestalt psikoloji akımı ve psikanalizle tanışması) davranışçılığın insan davranışını anlamakta yeterli olmadığını ve bu yaklaşımın insanla ilgili konuları ele alışının çok sınırlı olduğunu düşünmeye başladı.

1930'lar ile 40'lar arasında New York'ta yaşadığı süre içinde Nazi tehdidi nedeniyle Avrupa'dan ayrılarak Amerika'ya göç etmiş olan birçok ünlü psikologla tanışma şansı buldu. Adler, Horney, Fromm gibi psikanalistler, Koffka ve Wertheimer gibi Gestalt psikologları bu kişilerden bazıları idi. Ünlü Amerikalı antropolog Ruth Benedict'ten de oldukça etkilenen Maslow bu etkileşimleri sonucunda davranışçılıktan iyice uzaklaştı. Bu kişiler arasında özellikle Max Werteimer ve Ruth Benedict onu fazlasıyla etkiledi. Onların tanıdığı en etkileyici kişiler olduğunu belirten Maslow'a göre Max Werteimer ve Ruth Benedict insan doğasının en iyi örnekleriydi. Maslow'un bu iki insanı daha iyi anlama isteği onu kendini gerçekleştirmiş insanları keşfetmeye ve dolayısıyla da kendi kuramını geliştirmeye yöneltti. 1937 yılında Brooklyn Koleji'nde ders vermeye başlayan Maslow, sağlığının bozulması üzerine 1946 yılında Kaliforniya'ya taşındı. 1949'da kısmen düzelerek döndüğü Brooklyn Koleji'nde iki yıl daha çalıştıktan sonra 1951'de Brandeis Üniversitesi'ne geçiş yaptı. Bu üniversitede uzun yıllar çalışan Maslow, kendini gerçekleştirme fikriyle tanışmasını sağlayan Kurt Goldstein'ı da burada tanıma şansı buldu. Brandeis'te geçirdiği yıllar boyunca kendi kuramını geliştiren Maslow zaman içinde hümanistik psikoloji yaklaşımının önde gelen temsilcilerinden biri haline geldi. 1969'a kadar Brandeis'te çalışmalarını yürüten Maslow 1970'te ani bir kalp krizi sonucu yaşamını yitirdi. Bu süre içinde kitaplar ve makaleler yazan Maslow'un psikolojiyle ilgili birçok makalesi ve altı adet kitabı bulunmaktadır. Hayatı boyunca pek çok ödül almış olan Maslow 1967-68 yılları arasında Amerikan Psikoloji Birliğinin'in başkanlığını da yürütmüştür. Öldükten sonra psikolojide yeni bir hareket ve kendi kişiliğini miras olarak bırakmayı istemiş olan Maslow bu isteğini büyük ölçüde gerçekleştirebilmiş yirminci yüzyılın psikoloji alanındaki önemli simalarından biridir.

Kendini Gerçekleştirme Kuramı: Temel Kavramlar ve İlkeler

İnsanın Doğası

Maslow'a göre (1968) her birimizin biyolojik bir temele dayanan, belli ölçüde "doğal", temel, ve sözcüğün dar anlamıyla değiştirilemez ya da değişmez bir içsel doğamız vardır. Her bireyin sahip olduğu bu içsel doğanın bir bölümü tüm insanlıkla ortak, bir bölümü ise bireye özgüdür. Maslow, Rogers'ın insan doğasına ilişkin iyimser bakış açısını büyük ölçüde paylaşmaktadır. Maslow'a göre doğuştan getirdiğimiz eğilimlerimiz çoğunlukla sağlıklıdır ve yapıcı yönde gelişim, nezaket, cömertlik ve sevgi potansiyelini içerir. Maslow (1968), her insanda doğuştan varolan bu içsel doğanın temelde ya da zorunlu olarak kötü olmadığını belirtmiştir. Ona göre insanın temel gereksinimleri ve insani duygu ve yetenekler ilk bakışta ya nötr ya da yapıcı nitelikleri ile "iyi"dirler. Yıkıcılık, kin, gaddarlık, sadizm, nefret, vb. insanın temel özellikleri değildir. Bunlar yalnızca gereksinim, duygu ve yeteneklerin engellenmesine karşı duyulan şiddet eğilimli tepkilerdir. İçsel doğamız kötü değil de aksine "iyi" olduğu için açığa çıkarılmasının desteklenmesi Maslow'a göre seçilecek en iyi yoldur. İnsanlar kendi yaşamlarını yönetebilme şansına sahip oldukları takdirde daha sağlıklı, üretken ve mutlu olacaktır. Ancak bu temel yapısı reddedildiği ya da baskı altına alındığı zaman insan sağlığı açıkça ya da gizliden gizliye, hemen ya da zamanla bozulacaktır. Bununla birlikte Maslow, Erikson'un içgüdüsel kalıntıların çok zayıf olduğu ve çok daha kuvvetli güçler olan öğrenme ve kültür tarafından kolayca bastırılabilecekleri fikrine de katılmaktadır. Maslow'a göre insanın içsel doğası hayvanların içgüdülerinin aksine güçlü, egemen ve yanılmaz değil, zayıf ve hassastır. Alışkanlıklara, kültürel baskıya ya da olumsuz tavırlara kolaylıkla boyun eğer. Bu durumda, patojenik bir çevre kolaylıkla bizim olumlu potansiyellerimize engel olabilir ve saldırganlık, nefret ve kendini yıkıcı davranışlara neden olabilir. Maslow bu yüzden Freud'un yaklaşımını tamamıyla reddetmek yerine daha eklektik bir yaklaşımı tercih etmiş ve psikologlara aşırı iyimser bir kuramsal yaklaşımdan kendilerini koruyabilmeleri için Freudiyen psikanaliz konusunda eksiksiz şekilde bilgi edinmelerini önermiştir. Psikanalitik yaklaşım konusunda olumlu düşüncelere sahip olan Maslow, Freud'un insanlara psikolojinin hastalıklı yönünü gösterdiğini ancak bunun yeterli olmadığını, sağlıklı yanının da açığa çıkarılması gerektiğini belirtmiştir. Freud'un insan doğasına ilişkin karamsar ve kasvetli görüşlerinin yerine iyimser ve neşeli bir tablo çizmeye çalışan Maslow, bilinçaltı dürtülerin varlığını kabul etmekle birlikte dikkatini kişiliğin bilinçli boyutlarına yoğunlaştırmıştır.

Eksiklik ve Gelişme Güdüleri

Maslow güdülenme konusunda da ikili bir model öne sürmüş ve iki tür güdü olduğunu belirtmiştir. Birincisi ihtiyaç duyulan bir nesnenin yetersizliğinden kaynaklanan *eksiklik güdüleri* diğeri ise bir ihtiyacın doyurulmasından çok artmasına neden olabilen *gelişim güdüleridir*.

Eksiklik Güdüleri: Bunlar temelde organizmanın eksikliğini duyumsadığı ve kişinin sağlığı için doyurulması gereken gereksinimlerden kaynaklanan güdülerdir. Bizim doğuştan getirdiğimiz güdülerimizin bazıları; açlık, susuzluk, güvenlik, diğerlerinden sevgi ve saygı görme gibi ihtiyaçlardan kaynaklanan gerilimin azaltılmasını hedeflemektedir. Eksiklik güdüleri, gerilimin azaltılmasını ve dengenin yeniden sağlanmasını ister. Bu gereksinimler kişinin kendisi dışındaki insanlar ya da nesneler yoluyla doyurulabilmektedir. Bu nedenle ve oldukça farklı olan diğer güdülenme tipi ile arasındaki ayrımı vurgulamak için Maslow (1968) bunları eksiklik güdüleri (E-güdüleri) olarak adlandırmıştır. Bu güdülerin doyurulmaması hastalığa neden olur. Doyurulması hastalığı engeller ve iyileştirir. Gerek duyulan nesne elde edildiğinde doyuma ulaşan eksiklik güdüleri genellikle diğer kişilik kuramlarında ele alınan güdülerdir. Örneğin psikanalizde insanların güdülenmesi gerilim azaltılması olarak tanımlanmaktadır ve güdülenmenin temel hedefi gerilimin olmadığı bir konuma dönmektir.

Gelişim Güdüleri: Eksiklik güdüleri gerilimin azaltılmasını ve dengenin yeniden kurulmasını hedeflerken gelişim güdüleri gerilimi, gelecekteki hedefleri elde etmek için canlı tutar. Bu da Maslow'a göre (1968) insanı hayvandan ya da bir yetişkini bebekten ayıran özelliktir. Gelişim güdüleri (G-güdüleri) çevreden nispeten bağımsızdır ve kişiye özgüdür. Bu ihtiyaçlar, kişinin kendi içsel potansiyelini ve kapasitesini geliştirme, diğerlerine bencil ve sahiplenici olmadan sevgi verme ve merak gibi zevk verici dürtülerin artmasını içerir. Eksiklik güdülerinin aksine gelişim güdüleri gerek duyulan nesne bulunduğunda tatmin olmaz. Doyum duygusu güdünün dışavurumu ile yaşanır. Bu yüzden de gelişim güdülerini tatmin etmek oldukça keyif vericidir. Gelişimin kendisi ödüllendirici ve heyecan verici bir süreçtir. İyi bir öğretmen olmak, gitar çalmak ya da el sanatları konusunda hayranlık uyandıran becerilere sahip olmak, insanları ve evreni ya da kendini gittikçe daha iyi anlamak, hangi alanda olursa olsun yaratıcılığını geliştirmek gibi gereksinimlerin doyurulması kişide gerilim ve heyecanın azalmasına değil artmasına, arzuların yoğunlaşmasına ve yükselmesine yol açacaktır. Dolayısıyla da gelişim gereksinimlerinin giderilmesi gelişim isteğini köreltmeyip, keskinleştirecektir.

Eksiklik güdüleri kendini koruma gibi önemli hedeflere hizmet ederken gelişim güdüleri daha zevk verici, üst düzey ve daha sağlıklı bir işlevselliği

temsil eder. Bu yüzden de eksiklik gereksinimlerinin doyurulması hastalığı önlerken gelişim güdüleri sağlığı besler. Maslow'a göre Freud'un gerilim azaltma konusundaki vurgusunun nedeni yalnızca nevrotik hastalarla çalışmış olmasıdır. Bu kişilerin, dürtülerini, onlarla nasıl baş edeceklerini bilmedikleri için korkulacak şeyler olarak görmeleri doğaldır. Aksine gereksinimleri geçmiş deneyimlerinde doyuma ulaşmış sağlıklı kişiler artan gerilimi yaşanacak doyumun bir işareti olarak görecekleri için gerilimi korkulacak bir şey olarak görmezler. Örneğin "kişi yemek yemekten hoşlanıyorsa ve iyi yemek yeme fırsatına da sahipse acıkma duygusunun bilinçli duruma gelmesinden korkmaz hoşlanır. Böyle bir kişi için 'yemek yemenin tek kötü tarafı iştahını dindirmesi' olacaktır" (Maslow, 1968: s. 28).

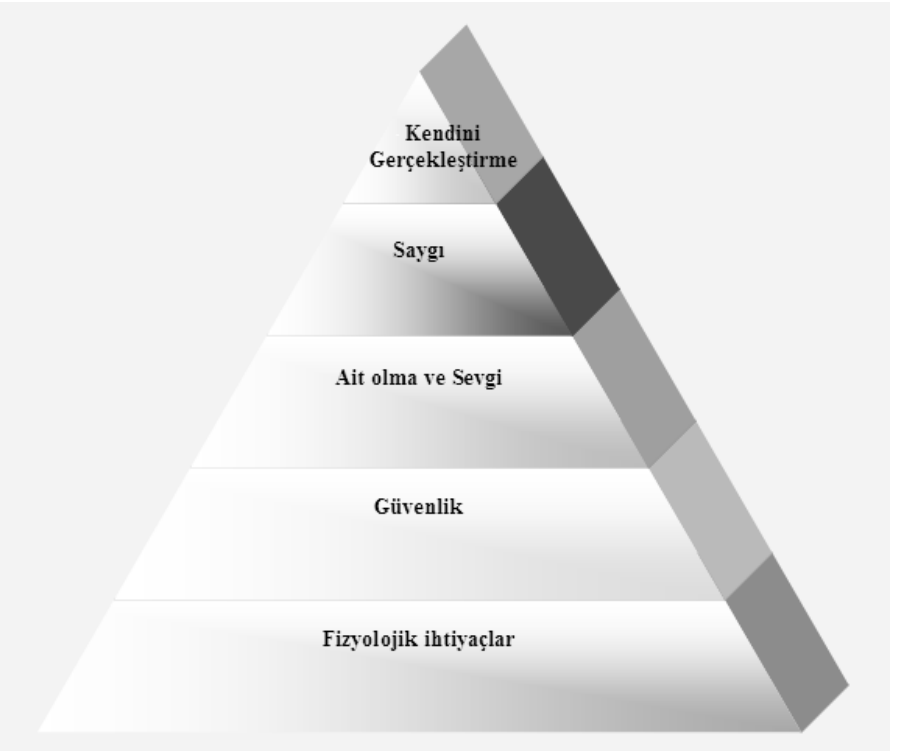
İhtiyaçlar Hiyerarşisi

İnsan güdülerinin çok karmaşık ve birbirleriyle ilişkili olduğunu belirten Maslow belirli insan ihtiyaçlarının bir listesini yapmak yerine bu ihtiyaçları beş ana sınıfta toplamayı tercih etmiştir. Bu beşli sınıflama aynı zamanda hiyerarşik bir yapı oluşturmaktadır. Maslow bu ihtiyaçları öncelik sırasına koyarak çok popüler olan ihtiyaçlar hiyerarşisini geliştirmiştir. Bu hiyerarşik yapıya göre bazı gereksinimlerin diğerlerinden daha önce doyurulması gerekmektedir. İhtiyaçların sıralaması oldukça akla yatkın görünmekle birlikte dikkat çeken istisnalar da söz konusudur. Örneğin yaratıcılığını dışa vurmak konusunda oldukça yoğun istek duyan bir sanatçı daha alt düzeydeki kimi gereksinimlerini bu uğurda feda edebilir. Onun için resim yapmak ya da yazı yazmak sabit geliri olan bir işten daha önemli olabilir. Bazı insanlar da sevgi ve ait olma ihtiyacından daha önce özsaygı ihtiyaçlarını karşılamayı isteyebilirler. Bir başka çarpıcı istisna örneği de yaşamlarını bir ideal uğruna feda edebilen insanlardır. Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi ile ilgili bir diğer nokta da üst düzeydeki ihtiyaçların hissedilmesi ve doyurulması için alt düzeydeki ihtiyaçların % 100 karşılanmış olması gerekmeyişidir. Maslow'a göre alt düzeydeki ihtiyaçlar belli ölçüde doyurulduğunda ancak üst düzey ihtiyaçlar ortaya çıkabilmekte ve doyurulmaktadır. Maslow'un tanımladığı ve sıraladığı insan ihtiyaçları şunlardır:

Fizyolojik İhtiyaçlar: Hiyerarşinin en alt basamağını açlık, susuzluk, cinsellik, oksijen, uyku ve dışkılama gibi fizyolojik ihtiyaçlar oluşturur. Bunlar en önemli fizyolojik gereksinimlerdir ve daha yüksek gereksinimlere doğru ilerlemek için öncelikle bunların doyurulması gerekir. Örneğin, aç olan bir insan şiir yazmayı, bir sevgili bulmayı, çok etkileyici bir araba satın almayı, yaralanmaktan kaçınmayı ya da yemek bulma çabasının dışındaki diğer tüm şeyleri çok az önemseyecektir. Fizyolojik ihtiyaçların birçoğu eksikliklerden

kaynaklansa da tamamının öyle olduğu söylenemez. Örneğin "cinsellik, dışkılama, uyku ve dinlenmenin eksiklikten kaynaklandığı söylenemez" (Maslow, 1968: s. 27). İnsanlık tarihi boyunca ve hatta günümüzde bile dünyanın birçok yerinde insanların çoğunun yaşamı bu temel fizyolojik ihtiyaçları karşılamaya çalışmakla geçmektedir. Bu insanlar için yaşamlarını sürdürmeye yönelik ihtiyaçlarını giderme çabası çevrelerinin saygısını kazanmak ya da sanatsal becerilerini geliştirmek gibi ihtiyaçların önüne geçmektedir.

Güvenlik İhtiyaçları: Kişinin fizyolojik ihtiyaçları belli ölçüde karşılandığında hiyerarşideki ikinci düzey olan güven ihtiyacı baskın hale gelmeye başlar. Güvenlik ihtiyaçları korku, endişe ve karmaşadan uzak olma, emniyet, istikrar, korunma ve düzeni içerir. Özellikle kişi geleceği yordayamadığında ya da toplumsal ve politik istikrar tehdit altında olduğunda güvenlik ihtiyacı daha belirgin hale gelir. Güvenliğinin tehlike altında olduğunu hisseden kişi, para biriktirerek, daha iyi ancak riskli bir iş yerine güvencesi yüksek bir işi tercih ederek, potansiyel felaketlere karşı sigorta satın alarak ya da sürekli olarak aşina olduğunu tercih ederek ve bilinmeyene karşı alışılmışlığı arayarak bu ihtiyacını karşılamaya çalışır. Güvenlik ihtiyaçları kişiyi acıdan, tehlikelerden ve yaralanmalardan korumakla birlikte kişilik gelişimi önünde bir engel de teşkil edebilir. Çünkü "gelişim ve ilerleme yönünde atılan her adımı mümkün kılan şey güvende olduğunu, güvenli bir yuvadan bilinmeze doğru hareket edildiğini ve geri dönüşün mümkün olduğunu bilmektir" (Maslow, 1968:s. 49). Tam bir güven daha üst düzeydeki ihtiyaçların ortaya çıkmasına ve doyurulmasına yardımcı olacaktır. Ancak güvenliğin tehlikeye düşmesi gerilemeye neden olacak ve kişiyi daha alt düzeydeki ihtiyaçları karşılamaya itecektir. Bu durumda güvenlik ve gelişim arasında yapılacak seçimde normalde güvenlik baskın gelecektir. Çünkü güvenlik gereksinimleri gelişim gereksinimlerinden daha güçlüdür. Bu yüzden de sağlıklı kişilik gelişimi için güvenlik gereksinimlerinin giderilmiş olması gerekir. Karşılanmayan güvenlik gereksinimleri sürekli olarak içten içe doyurulmak için diretecek ve ilerleme ve gelişime engel olacaktır. Maslow'a göre "bu gereksinim ne kadar çok doyurulursa o denli az ayak bağı olacaktır. Ne denli az olursa cesaret de o denli az olacaktır" (1968: s. 49).



İhtiyaçlar Hiyerarşisi

Ait Olma ve Sevgi İhtiyacı: Güvenlik ihtiyacı ve fizyolojik ihtiyaçlar az ya da çok doyurulduğu zaman, ait olma ve sevgi ihtiyacı güdüleyici güç olarak öne geçer. Böylece birey bir arkadaş, bir sevgili ya da eş hatta çocukların eksikliğini hissetmeye başlar. Daha alt düzeydeki ihtiyaçlar bir ölçüde doyurulduğu zaman kişi, insanlarla ilişki kurmak, bir grupta ya da ailede yer edinmek isteyecektir (Maslow, 1970: s. 43). Maslow (1968) iki tür sevgi olduğunu öne sürmüştür. Birincisi açlık gibi bir eksikliğin üzerine kurulu olan *eksiklik sevgisidir* (E-Sevgisi). Bu bir anlamda içi sevgiyle doldurulan bir boşluktur. Eğer bu gereksinim doyurulmazsa patoloji baş gösterir. Doğru zamanda, doğru oranda ve gerektiği biçimde elde edildiğinde ise patolojinin oluşmasını engeller. Bu tür sevginin temelinde bir eksiklik olduğu için bencil bir sevgidir ve vermekten çok almak üzerine kuruludur. Ancak eksiklik sevgisi ikinci tür sevgi olan *varlık sevgisinin* (V-Sevgisi) ortaya çıkması için gereklidir. Varlık sevgisi bir başka kişinin varlığına duyulan, gereksinimsiz ve bencil olmayan sevgidir. Varlık sevgisi bilinç düzeyinde rahatlıkla kabul edilir ve bundan haz duyulur. Sahiplenici

olmadığı ve gereksinimden çok değer vermeyi vurguladığı için bir soruna yol açmaz (Maslow, 1968). Eksiklik sevgisi doygunluğa ulaşabilir ancak varlık sevgisinin tamamıyla doyurulması hiçbir zaman mümkün değildir. Bu anlamda varlık sevgisinden alınan haz sonsuzdur, genellikle yok olmaz aksine daha da büyür ve gelişir. İçsel olarak haz vericidir ve bir araç olmaktan çok amaçtır. Yokluğu patolojiye varlığı ise patolojinin yokluğuna neden olan eksiklik sevgisinden farklı olarak varlık sevgisi patoloji engellemekten öte ruh sağlığını iyileştirici bir etkiye sahiptir.

Saygı İhtiyacı: Maslow da Adler, Rogers, Fromm ve Erikson gibi kuramcılarla paralel bir biçimde insanların üstünlük ve saygıya duydukları ihtiyaç konusuna kayda değer ölçüde önem vermiştir. İnsanlar kendilerine güvenmeye, çevrelerine hakim olmaya ve diğerleri tarafından tanınmaya ve takdir görmeye ihtiyaç duyarlar. Ancak bu saygı ihtiyacının güdüleyici olarak harekete geçmesi için kişinin fizyolojik ve güvenlik ihtiyaçlarını belli ölçüde doyurmuş olmasının yanı sıra ait olma ve sevgi ihtiyacını da önemli derecede karşılamış olması gerekmektedir. Maslow'a göre saygı ihtiyacının iki bileşeni vardır: (1)Kendini yeterli ve başarılı olarak algılama gereksinimi ve (2) beğenilme ve saygı duyulma gereksinimi. Bununla birlikte Maslow gerçek benlik saygısının aşırı övgü ve ünden daha çok, gerçek yeterlilik ve önemli başarılar üzerine kurulu olması gerektiğini vurgular. Ona göre kişinin ihtiyacını duyduğu bu saygının hak edilmiş bir saygı olması gerekir. Kişinin saygıdeğer ve yetkili bir kişi olma konumuna ulaşmaya çalışırken diğerlerini kandırıp onlara yalan söylememesi gerekir. Bu durumda yalnızca servet, dışsal ölçütlere dayalı başarı ya da sahip olunan önemli bir mevki Maslow'un sözünü ettiği saygı ihtiyacını gidermekte tek başına asla yeterli olmayacaktır. Bütün bunlara fazlasıyla sahip olan bir kişi bile özsaygı ve beğenilme gereksinimini gerçekçi bir biçimde karşılayamazsa aşağılık duygusuna kapılacaktır.

Kendini Gerçekleştirme İhtiyacı: En üst düzeydeki ihtiyaç kişinin kendine özgü doğuştan getirdiği potansiyelini ve kapasitesini keşfetmesini ve yaşama geçirmesini içerir. Daha önce sözü edilen tüm ihtiyaçlar doyurulmuş olsa bile yine de kişi kendisini bir hoşnutsuzluk ve rahatsızlık hissi içinde bulacaktır. Maslow'a göre bu durumda kişiyi güdüleyici güç kendini gerçekleştirme ihtiyacıdır. Maslow alt düzeydeki tüm ihtiyaçlarını belli ölçüde doyurmuş kişinin yaşayacağı hoşnutsuzluk ve rahatsızlık hissini aşması için 'uygun olduğu şey' olmak için çabalaması gerektiğini belirtmiştir. Ona göre insan kendi doğasına sadık kalmalı ve olabileceği her şeyi olmalıdır. "Kendisiyle barışık bir biçimde yaşamak istiyorsa müzisyenler müzik yapmalı, ressamlar resim yapmalı ve şairler şiir yazmalıdır" (Maslow, 1970: s. 46). Eksiklik gereksinimleri tüm insanlarda hatta bir dereceye kadar diğer canlılarda ortakken kendini gerçekleştirme kişiye özgüdür çünkü her insan

farklıdır (Maslow, 1968). Tüm ağaçların güneşe, suya ve çevreden edinecekleri besinlere gereksinimi olduğu gibi tüm insanlar da kendi çevrelerinden edinecekleri güvenliğe, sevgiye ve statüye gereksinim duyarlar. Bununla birlikte gerçek kişiliğin gelişmesi bu ortak gereksinimlerin giderilmesiyle başlar ve her ağaç, her insan bu ihtiyaçları kendi amaçları doğrultusunda, kendi tarzında, kendine özgü bir biçimde kullanmaya başlar. Alt düzeydeki ihtiyaçlarını karşıladığında kişi kendisine hayattan ne istediğini, yaşamının nereye doğru gittiğini ve neyi başarmak istediğini sorar. Bu soruların yanıtı kişiden kişiye farklılık gösterecektir. Kişinin tek yapması gereken gizilgüçleri doğrultusunda ilerlemektir.

Kendini gerçekleştirme, Rogers'ın kuramındaki gerçekleştirme kavramına benzer. Tek fark kendini gerçekleştirmenin fiziksel ihtiyaçlar, güvenlik ihtiyacı, sevgi ihtiyacı ve saygı ihtiyacının en azından kısmen tatmin edilene kadar ortaya çıkmaması ve fark edilmemesidir. Bu yüzden de Jung'un bireyselleşme kavramı gibi kendini gerçekleştirme de gençlik yıllarında görülmeyen bir olgudur. Maslow'a göre gençler, yaşama hazırlanma olarak kabul ettiği, eğitim alma, kimlik geliştirme, eş ve iş bulma gibi konularla meşguldürler. Maslow'a göre çok az sayıda insan potansiyellerini tam olarak geliştirebildikleri konum olan kendini gerçekleştirme noktasına ulaşabilmektedir.

Düşük ve Üst Düzey İhtiyaçların Özelikleri

Maslow, üst düzey ihtiyaçları insanların ayırt edici özelliği olarak kabul etmektedir. Besin ihtiyacımızı tüm canlılarla, sevgi ihtiyacımızı gelişmiş maymunlarla paylaşıyoruz ancak kendini gerçekleştirme ihtiyacı yalnızca bize yani insanlara özgüdür.

Üst düzey bir ihtiyacın ortaya çıkması, Freud ve Erikson'un kuramlarındaki daha üst düzey bir gelişim basamağına ulaşmada olduğu gibi, üst düzey bir psikolojik gelişimin göstergesidir. Üst düzey ihtiyaçların tatmin edilmesi birey için daha alt düzeydeki ihtiyaçların tatmininden daha değerlidir. Ancak diğer taraftan üst düzey ihtiyaçlar daha az somut ve acildirler. Kişinin yaşamını sürdürmesi açısından zorunlu değildirler ve patojenik bir çevre tarafından kolayca bloke edilebilirler. Bu nedenlerle üst düzey ihtiyaçların hissedilmesi bile kayda değer bir başarıyı simgeler. Maslow (1970), ortalama bir ABD vatandaşının fizyolojik ihtiyaçlarının % 85'ini, güvenlik ihtiyaçlarının %70'ini karşıladığını; ancak sevgi ihtiyacının % 50'sini, saygı ihtiyacının % 40'nı ve kendini gerçekleştirme ihtiyacının ise yalnızca % 10'unu karşıladığını tahmin etmiştir. Böylece Maslow, kişilik kuramcılarının çoğunun belirttiği gibi kendini doğru bir biçimde tanımanın başarılması zor ama yine de önemli bir yük olduğunu belirtmiştir. İnsanların

doyum sağladıkları şeyler kültürlere göre farklılaşabilse de ihtiyaçlar hiyerarşisinin birçok insana uygulanabileceği düşünülmektedir (Ewen, 2003). Örneğin ilkel bir kabilenin üyelerinden biri çok iyi bir avcı haline gelerek saygı kazanmaya başlayabilir. Gelişmiş toplumlarda ise bu ihtiyaçlar daha iyi bir mevki kazanılarak karşılanabilir. Ancak Maslow, birçok istisna olabileceğini de belirtmiştir. Bazı insanlar saygıya sevgiden daha fazla değer verebilirler. Bazıları ise yaratıcılığı en üst statüye yerleştirmektedirler. Ya da üst düzey ihtiyaçlar düşük düzeyde bulunan ihtiyaçların tatmin edilmeyerek engellenmesi sonucunda ortaya çıkabilir. Örneğin, cinsel ihtiyaçları artistik çabaların önüne yerleştirmek gibi. Yine de kendimizi daha bencil olan alt basamaklardaki ihtiyaçlardan kurtarmanın ve üst düzey ihtiyaçlarımızı ortaya çıkarıp doyurmanın en kolay yolu onları tatmin etmektir.

Bilinçdışı

Zayıf içgüdüsel ihtiyaçlarımız, çevresel etkilerle o kadar çabuk belirsiz hale getirilir ki kolaylıkla bilinçdışı bir durum alabilirler. Maslow'a göre (1970) bilinçdışı motivasyonun önemini gösteren pek çok delil vardır. Temel ihtiyaçlar genellikle bilinçdışıdır. Bu nedenle, mantıklı bir kuramın bilinçdışı yaşamı reddetmesi mümkün değildir. Maslow'a göre (1968: s. 5) türümüze özgü erdemlerden her uzak düşüşümüz, kendi doğamıza karşı işlediğimiz her suç, yaptığımız her kötülük bilinçdışımızda bir iz bırakır. Bilinçdışı, utanç verici olduğu için unuttuğumuz davranışlarımızı barındırdığı gibi sevgi, yaratıcılık ve mizah gibi önemli olumlu potansiyellerimizi de içerir. Maslow ayrıca Freud'un davranışlarımızın altında bilinçdışı nedenlerin yattığı şeklindeki nedensellik ilkesini de kabul etmemekte aksine, uğrunda çabaladığımız geleceğe dönük amaçlar üzerinde durmaktadır. Bir diğer ifadeyle Maslow'a göre davranışların belirleyicisi bilinçdışı geçmiş değil bireyin gelecekteki hedef ve beklentileridir.

Kişiliğin Yapısı

Maslow, Freud'dan farklı olarak kişiliğin yapısı konusunda spesifik yapısal kavramlar öne sürmeyi reddetmiştir. Ancak bastırma, yansıtma, karşıt tepki geliştirme ve akla uygunlaştırma gibi savunma mekanizmalarını kabul etmiştir. Maslow bu konudaki görüşlerini şu cümlelerle dile getirmiştir: "Freud'un en büyük keşfi, kişinin kendini, gizilgüçlerini, duygu, dürtü, anı, kapasite ve yazgısını tanımaktan duyduğu korkunun birçok psikolojik rahatsızlığın nedeni olduğunu ortaya koymuş olmasıdır" (Maslow, 1968: s. 60); "Psikanalitik literatür bize hiçbir şey öğretmediyse bile en azından bastırmanın problemleri çözmenin iyi bir yolu olmadığını öğretmiştir (Maslow, 1971: s.49). Bununla birlikte Maslow Freud'un belirttiği

içselleştirilmiş anne-baba ve toplum standartlarından oluşan vicdanın (süperegonun) yanı sıra bir de insancıl bir vicdana sahip olduğumuzu belirtmiştir. *Temel vicdan* olarak adlandırdığı bu kavram Rogers'ın organizmik değer verme sürecine benzer ve "kendi doğamızın, yazgımızın, kapasitemizin; kendi yaşam çağrımızın bilinçdışı ve bilinçötesi algılanışından kaynaklanır. Bu vicdan bizden, kendi içsel doğamıza karşı dürüst olmamızı; onu kendi güçsüzlüklerimiz, çıkarlarımız ya da başka nedenlerle yadsımamamızı ister. Yeteneklerini körelten, doğuştan ressam olup da hisse senetleri alıp satan, akıllı olduğu halde aptalca davranan, doğruyu bilip de ağzını açmayan, cesaretini köreltip korkakça davranan insanlar içten içe kendi kendilerini aldattıklarını ve bu nedenle de kendilerini aşağı gördüklerini hissederler" (Maslow, 1968: s. 7).

Kişiliğin Gelişimi

Maslow'a göre (1968) çocuklar üzerinde yürütülen çalışmalarda elde edilen bulgular, çocuğun ulaştığı her uyum durumuna, denge ve durağanlığa umutsuzca sarıldığını öne süren Freud'un yaklaşımına ters düşmektedir. Bu incelemeler sağlıklı çocuğun gelişimden, ilerlemekten, yeni beceriler, güçler ve kapasiteler edinmekten haz duyduğunu göstermektedir. Bu gözlemler, gelişim ve ilerleme yönünde isteksiz olduğu düşünülen çocuğun sürekli olarak o güvenli, yeğlenen konumundan ileriye, korkutucu yeni bir koşula doğru ittirilmesi gerektiğini öne süren Freud'un yaklaşımı ile ters düşmektedir. Maslow (1968) Freud'un bakış açısının güvensiz ve korkak çocuklar için büyük oranda geçerli olabileceği iddiasını kabul etmekle birlikte temelde sağlıklı, mutlu ve güvenli olan çocuk için bu durumun geçerli olmadığını belirtmiştir. Yeterli doyum, özgür seçim ve tehdit edici olmayan bir ortam sağlandığında çocuk kolaylıkla oral evreden ileriye doğru gelişecek ve bu evreyi kendisi terk edecektir. Bu anlamda çocuğun olgunlaşmaya zorlanması gerekmeyecektir. Çünkü çocuk daha üst düzey hazlara doğru gelişmeyi, eskilerden sıkılmayı kendisi seçecektir. Örneğin memeden kesilmeye hazır olan bir çocuk katı gıdalar yemeyi istekli ve hevesli bir şekilde tercih edebilecektir. Maslow'a göre sağlıklı çocuklar "gelişmeye, olgunlaşmaya ve geçmişteki uyum durumlarını eskimiş bir çift pabuç gibi bir yana atmaya isteklidirler" (1968: s.23). Bu yalnızca yeni becerilere duyulan bir heves olmaktan ziyade yeni beceriyi defalarca tekrarlamaktan önemli ölçüde haz almayı içermektedir. Bu anlamda Maslow'a göre sağlıklı gelişim sürecini kişinin tüm yaşamı boyunca yaşadığı özgür seçim koşulları olarak düşünebiliriz. Kişi, güvenlik ve gelişim, bağımlılık ve bağımsızlık, gerileme ve ilerleme, olgun olmamak ve olgunluk ve bunların doğuracağı sonuçlar arasında bir seçim yapmak durumundadır. Güvenlik de gelişim de kaygı ve hazzı birlikte getirir. Gelişimden duyulan haz ve güvenliğin yarattığı kaygılar,

güvenlikten duyulan hazzı ve gelişimin yarattığı kaygıları aştığı zaman kişi de gelişmeye başlar. Bu durumda çocuğun gelişimine yardımcı olmak için yapılması gereken tek şey, yardım istediğinde ona yardım etmek ya da yeni deneyimler yaşamayı göze alabilmesi için onun kendini güvende hissetmesini sağlamak, yürümeye teşvik etmek için bebeğine kollarını açan bir anne gibi ona ileriyi göstermektir (Maslow, 1968). Çocuğu gelişmeye zorlamak yerine onu tatlılıkla ikna etmek daha uygun bir yoldur. Bununla birlikte Maslow (1970) çocuk için önceden belirlenmiş planların, onun önüne koyulan büyük amaçların, onun hazırlandığı rollerin hatta onun şu ya da bu olması yönündeki umutların dahi çocuk üzerinde anne-babasının onun ne olacağı konusundaki beklentilerini temsil eden talepler olduğunu ifade etmiştir.

Ancak Maslow, aşırı izin vericiliğin de hoş olmayan sonuçlar doğuracağını iddia etmiştir. Tecrübesiz çocuğun her durumda doğru seçimi yapması nadiren beklenebilir. Ayrıca çok fazla özgürlük, sevgi eksikliği ve ihmal olarak da yorumlanabilir. Bazı kurallar ve eğitim çocuğun yaşamda önemli hatalardan kaçınmasına yardımcı olmada, karmaşık dünyada hoş bir güven duygusu sağlamada ve aşırı bencil, şımarık bir yaşam tarzını önlemede önemli derecede etkilidir. Bunun yanında bir miktar engellenme kişilik gelişimini güçlendirmeye hizmet eder. Maslow (1968) zaferler kazanmayan, direnmeyen ve bir şeylerin üstesinden gelmeyen kişinin bunları yapabileceğinden kuşkulanmaktan kurtulamayacağını belirtmiş ve bu yüzden keder ve acının insan gelişimi için bazen gerekli olduğunu belirtmiştir. Disiplin, yoksunluk, engellenme, acı ve trajedinin içsel doğamızı açığa çıkaran, besleyen ve gerçekleştiren; yaşamak istenilen deneyimler olduğunu öne süren Maslow (1968) bu deneyimlerin başarı, ben gücü ve dolayısıyla da özsaygı ve özgüvenle yakından ilişkili olduğunu belirtmiştir. Fakat çoğu durumda çocuğun farklı ihtiyaçlarını karşılamak, sağlıklı kişilik gelişimini ilerletmenin en iyi yoludur. Kısacası belirli ve gerekli ölçüde sınırlamaların dışında çocuğun seçimlerini kendi doğasına göre yapabilmesi ve gelişebilmesi için seçimlerinin doğru ölçütü olarak kendi öznel deneyimlerinden aldığı hazzı ve sıkıntıyı benimsemesine izin verilmelidir. Bu seçimler bir başka kişinin dileğine göre yapıldığında çocuğun benliği kaybolur. Seçim koşulları gerçekten özgürse ve engellenmiyorsa çocuk, çoğunlukla ileriye doğru bir gelişme sergileyecektir.

Kendini Gerçekleştiren Birey

Psikolojik sorunlar yaşayan insanları inceleyerek kişilik kuramlarını geliştiren birçok kuramcının aksine Maslow, Allport ve Rogers gibi en iyi psikolojik uyumu tanımlama yönünde önemli ölçüde çaba harcamıştır. Bu

amaçla kendini gerçekleştirme ihtiyacını karşılamada önemli mesafeler kaydetmiş insanları seçerek onların özelliklerini incelemeyi tercih eden Maslow, ihtiyaç duyduğu bilgileri toplamak için listesini oluşturduğu kişilerden hayatta olanlarla görüşmeler yapmış, Thomas Jefferson, Albert Einstein, Eleanor Roosevelt, Williams James, Albert Schweitzer, Jane Addams ve Baruch Spinoza gibi hayatta olmayanların ise biyografilerini incelemiştir. İzlediği yöntemin bilimsel açıdan çok kuvvetli olmadığını kendisi de kabul eden Maslow bu yolla psikolojik açıdan sağlıklı insanların kişiliklerini tanımlayan ölçütlerin bir listesini oluşturmaya çalışmıştır. Maslow yaptığı incelemeler sonucunda kendini gerçekleştirmiş olan bireylerin birçok yönden kendilerine özgü insanlar olmakla birlikte aşağıda sıralanan özellikleri de paylaşmakta olduklarını belirtmiştir.

Nesnel Bir Gerçeklik Algılaması: Kendini gerçekleştiren bireyler gerçeği tam ve doğru algılama gücüne sahiptir ve sağlam bir temele dayanmayan iyimserlikten, kötümserlikten ve gerçeğin diğer savunucu çarpıtmalarından uzaktırlar. Psikolojik olarak sağlıklı kişiler, insanları, olayları, fikirleri ve gelecekle ilgili durumları daha doğru ve net bir şekilde değerlendirebilirler.

Kendini ve Başkalarını Olduğu Gibi Kabul Etme: Kendini gerçekleştiren bireyler kendilerini ve diğerlerini olduğu gibi kabul ederler ve insanın zayıf taraflarına karşı daha toleranslıdırlar. Bu yüzden de kendilerine ve başkalarına karşı daha az yargılayıcıdırlar. Psikolojik açıdan sağlıklı kişiler yapmış oldukları hatalardan dolayı suçluluk ve kaygı duyarak zaman kaybetmek yerine kendi eksikliklerinin farkına varırlar ve bunları gidermek için çaba harcarlar. Tembellik, düşüncesizlik gibi düzeltilmesi olası kusurlardan, kıskançlık, önyargı gibi duygulardan ya da bazı kötü alışkanlıklardan dolayı utanç duyabilirler çünkü bunlar doğal olmayıp öğrenilmiş olan davranışlardır ve düzeltilmeleri mümkündür. Kendini gerçekleştiren bireyler mükemmel olmadıklarının farkındadırlar ancak kendilerini oldukları gibi kabul edip severler. Bu kişiler yanlıca kendilerini değil diğer insanları ve varlıkları da oldukları gibi kabul ederler.

İçinden Geldiği Gibi Davranma (Doğallık) ve Kendini Tanıma: Kendini gerçekleştirmiş bireyler davranışlarında daha içten ve doğaldırlar çünkü kendi güdülerini, duygularını, yeteneklerini ve güçlerini daha iyi algılarlar. Bu kişiler yapaylıktan, yapmacıklıktan, ikiyüzlülükten, etiketten ve merasimden hoşlanmazlar. Geleneksel değildirler ancak bunu saplantı haline getirmezler. Yerleşik kurallara uymayı büyük bir sorun haline getirmemekle birlikte kendi ahlaki standartlarına uygun bir biçimde davranırlar.

Problem Odaklı Olma: Kendini gerçekleştiren kişiler kendi yaşamları dışındaki problemlerle de ilgilidirler. Kendi iç dünyalarına ve sorunlarına

dönük olmaktansa geniş bir bakış açısıyla diğerlerini ilgilendiren sorunlar konusunda kendilerini sorumlu hissederek bu sorunlarla ilgilenme eğilimindedirler. Küçük ayrıntılar üzerinde durmayışları yaşamı sadece kendileri için değil aynı zamanda çevrelerindeki insanlar için de daha kolay hale getirir.

Mahremiyet İhtiyacı: Kendini gerçekleştiren insanlar yalnızlık ve mahremiyete daha çok ihtiyaç duyarlar. Bu kişiler kendi başlarına kalmak için güçlü bir gereksinim duyarlar. Bu sağlıklı uzaklık bir ölçüde kendi değer ve duygularına olan güvenlerine bağlıdır.

Özerklik ve Konformist Bir Yaşam Tarzına Karşı Direnç: Kendini gerçekleştiren insanlar dışsal ödüller yerine kendi iç potansiyellerini gerçekleştirme ihtiyaçlarından güdülenirler. Bu kişiler aynı zamanda diğer insanlardan ve çevreden nispeten bağımsızdırlar. Sevgi ve saygı ihtiyaçları büyük ölçüde sağlandığı için, diğer insanları kendi bencil amaçları için kullanmaları çok muhtemel değildir. Böyle insanlar her ne kadar bulundukları toplumla özdeşleşmiş ve çevrelerindeki insanları benimsemiş olsalar da her türlü kültürel etkiyi hemen kabullenmezler. Diğer bir ifadeyle bu kişiler normal bir insana göre kültürel kurallar ve gelenekler tarafından kendilerini daha az kısıtlanmış hissederler. Kendini gerçekleştiren insanlar kendi hedef ve istekleriyle ya da ölçütleriyle uyum içinde değilse toplum beklentilerine, yaygın kabul gören davranışlara ya da popüler eğilimlere karşı koymaktan çekinmezler. Kısacası bu kişiler büyük ölçüde kültürden bağımsızdırlar.

Yoğun Duygusal Tepkiler ve Deneyimlerde Tazelik: Çoğu insan için evlilik, iş başarısı ya da yeni bir araba gibi başarılmış herhangi bir hedef bir süre sonra ilk andaki değerini yitirir ve kıymeti bilinmez hale gelir. Kendini geçekleştiren kişiler yaşamlarındaki güzellikleri coşku ve hayranlıkla değerlendirme gücüne sahiptir. Bu kişiler için her gün doğumu bir diğeri kadar güzeldir, her açan çiçek nefes kesen güzelliktedir, gördükleri her bebek mucizevi bir üründür. Böyle bir kişi altmış yaşında bile eşinin çekiciliğinden kırk yıl önce olduğu kadar etkilenir. Kendini gerçekleştiren insanlar günlük monoton yaşam içinde bile heyecan verici yönler bulabilirler.

Doruk Yaşantılar: Maslow'un psikolojik açıdan sağlıklı insanlarda bulduğu bir diğer özellik de doruk yaşantılardır. Doruk yaşantı, kişinin zaman ve mekan algısını aştığı, bütün kaygılarından arınıp evrenle bütünleştiği, güç ve merak duygusunu yaşadığı bir andır. "Doruk yaşantısı" ile kastedilen, kişinin kendini çok mutlu hissettiği, yaşantısının anlamını kavradığı coşku dolu anlardır. Bu yaşantılar mistizmle, aşkla, sanatla vb. ilişkili olarak kişinin kendini dünyayla evrenle bir hissettiği deneyimlerdir. Yaratıcılık anları, derin estetik hazlar, sevginin en yoğun hissedildiği anlar,

doruk yaşantılara örnek olarak verilebilir. Doruk yaşantıların bunları hiç yaşamamış insanlara tarif edilmesi zordur. Maslow bu deneyimleri "kişisel cennete ziyaret" olarak tanımlamıştır. Doruk yaşantılar aynı zamanda kişisel gelişim açısından da önemlidir. Bu deneyimlerin ardından kişi daha içten, yaşamın değerini daha iyi bilen, sorunların canını sıkmasına izin vermeyen bir insan haline gelir. Her insan zaman zaman benzer deneyimler yaşayabilse de kendini gerçekleştiren insanları diğerlerinden ayıran onların doruk deneyimlere daha fazla sayıda ve daha sıkça sahip olmalarıdır. Maslow (1970) kendini geçekleştiren insanların da doruk yaşantılara sıkça sahip olanlar ve olmayanlar olmak üzere ikiye ayrılabileceklerini belirtmiştir. Psikolojik açıdan sağlıklı olan bu iki insan tipinin toplum içindeki işlevleri de birbirinden farklıdır. Doruk yaşantıları sık ve yoğun olan kendini gerçekleştiren insanlar sanata, felsefeye, edebiyata ve dine daha yatkın kişilerdir. Doruk yaşantılara bu denli fazla sahip olmayan kendini gerçekleştirenler ise daha pratik sorunlara yönelmiş, ayakları yere sağlam basan, toplum ve dünya sorunlarının çözümüne kendini adamış, reformcu kişilerdir.

Tüm İnsanlığa Yönelik Empati ve Sevgi: Kendini gerçekleştiren insanlar tüm insanlıkla derin bir empati kurabilirler. Adler gibi Maslow da sosyal ilgiyi psikolojik sağlığın temel belirtisi olarak kabul eder. Kendini gerçekleştiren kişiler diğer insanların sorunlarına, acılarına karşı duyarlı ve onlara yardım etmeye isteklidirler. İnsanların bencilliği karşısında zaman zaman onlara karşı öfke duyabilseler de bu öfke çoğunlukla bir diğer kişinin iyiliğiyle ilgilidir ve bu kişiler yine de insanları sevmeye onlara hoşgörüyle davranmaya devam ederler.

Derin ve Anlamlı Kişiler Arası İlişkiler: Kendini gerçekleştirmiş insanlar, geniş arkadaşlık ilişkileri yerine birkaç yakın arkadaşla yakın ve sevecen ilişkiyi tercih ederler. Böyle kişilerin az sayıda arkadaşı olması şaşırtıcı gelebilir ancak unutulmamalıdır ki bu ilişkiler oldukça derin ve doyurucudur. Sevgileri sahiplenici olmayan varlık sevgisi türünde olduğu için sevdikleri birinin başarısından korkmak yerine bundan gurur duyma yeteneğine sahiptirler. Bu kişiler için aşk yoksa seks anlamsızdır.

Alçakgönüllülük ve Saygı (Demokratik Karakter Yapısı): Kendini gerçekleştiren insanlar, bütün ırklardan, sınıflardan, etnik gruplardan insanlarla arkadaş olabilme yeteneğine sahiptirler ve genellikle bu ayrımların neredeyse farkında bile değildirler. Sosyal sınıf, din, ırk ayrımı yapmayarak herkesi insan olarak saygıya değer bulurlar ve her insanın kendine göre değerli bir yanı bulunabileceğine inanırlar. Haksızlığa, eşitsizliğe, acımasızlığa ve başkalarını sömürmeye sert ve etkili bir şekilde karşıdırlar.

İyi ile Kötüyü Birbirinden Ayırt Edebilme: Kendini gerçekleştirmiş bireyler güçlü ahlaki standartlara sahiptirler ve doğruyu ve yanlışı, iyiyi ve kötüyü ayırt etmekte güçlük çekmezler. Bu kişiler kendi hatalarında ve yanlışlarında başkalarını suçlamak ya da durumu mantığa bürümek yerine genellikle kendi hareketlerinin sorumluluğunu üstlenirler.

Amaçla Aracı Birbirinden Ayırt Edebilme: Kendini gerçekleştiren insanların bir başka özelliği de belli bir durumda amaç ile ona götüren aracı doğru bir biçimde ayırt edebilmeleri ve çoğu durumda amacı daha önemli bulmalarıdır. Ancak bu amaca götüren çabaları da doyum kaynağı olarak görmedikleri anlamına gelmez. Bu kişiler amaca ulaşmak için yaptıkları şeyi de sırf bunu yapmaktan haz aldıkları için yapma kapasitesine sahiptirler. Bu sayede bir amaca ulaşmak için sergiledikleri çabalardan da zevk alabilir ve rutin ve önemsiz sayılabilecek bir işi bile eğlenceli bir oyun haline getirebilirler.

Mizah Anlayışı: Kendini gerçekleştirmiş bireylerin felsefi ve dostça bir mizah anlayışları vardır. Bu kişiler sıradan insanlara komik gelen cinsiyetçi ya da ırkçı içerik taşıyan saldırganca esprilere gülmezler. Daha çok planlı olmayan kendiliğinden ve spontan bir şekilde oluşan, bir kişi ya da grupla ilgili değil de durumdan kaynaklanan mizahı tercih ederler. Bu kişiler zaman zaman kendileri ile dalga geçme potansiyeline de sahiptirler ancak bunu yaparken niyetleri kendilerini küçük düşürmek ya da aşağılamak değil yalnızca gereğinden fazla ciddiye almamaktır. Bu şekildeki bir mizah anlayışı kendini gerçekleştiren insanların nesnel bir gerçeklik algısına ve esnek bir yaklaşıma sahip olmalarının bir göstergesidir.

Yaratıcılık: Maslow kendini gerçekleştiren insanların yaratıcı olduğunu belirtmiştir. Ancak bu yaratıcılık geleneksel anlamdaki, yetenekle özdeşleşmiş sanatsal bir ürün ortaya koyma anlamında kullanılan yaratıcılıktan farklıdır. Sanatsal yaratıcılık çoğunlukla üstün bir yeteneğin ortaya konulmasıdır ve kişiliğin diğer yönleriyle ve psikolojik sağlıkla ilişkili olmayabilir. Tanınmış bir yazar ya da çok ünlü bir ressam olmak, kendini gerçekleştirmiş olmayı gerektirmez. Bu başarı kişilikten çok kişinin özel bir yeteneğinden kaynaklanıyor olabilir. Kendini gerçekleştiren insanların yaratıcılığı ise kişinin sıradan işlere sıra dışı bir şekilde yaklaşımı ile ortaya çıkar. Bu yaratıcılık insan doğasının ortak bir özelliğidir ve herkeste varolan bir gizilgüçtür. Ancak kültür ve toplumsal kurallar bu yaratıcılığın ortaya çıkmasını engelleyebilmektedir. Kendini gerçekleştiren insanlar bu gizilgüçlerini ortaya koyabilen insanlardır. Örneğin kendini gerçekleştirmiş bir öğretmen bilgileri öğrencilerine aktarırken yenilikçi yöntemler geliştirebilir. Ya da bir işadamı işini ilerletmek konusunda karşılaştığı sorunlara yeni ve farklı çözümler getirebilir. Benzer şekilde kendini gerçekleştirmiş bir ev kadını, aile için

yemek hazırlama ve servis yapma konusunda yeni yollar geliştirerek yemek masasını tatsal, görsel bir hazza dönüştürebilir. Kısacası kendini gerçekleştirme, yaratıcılığı yaşama yaklaşım biçimidir ve bir çocuğun içinden geldiği gibi çevresini inceleyip keşfetmesine benzer. Bu yaratıcı gizilgücümüzün ortaya çıkabilmesi ya da körelmemesi için kültürleşme sürecinin bozucu etkilerinden kendimizi korumamız gerekir. Kendini gerçekleştiren insanların konformist olmayan bir yaşam tarzına eğilimli olmaları ve kültürden bağımsız olmaları onların bu gizilgüçlerini köreltmeyip ortaya koymalarına yardımcı olur.

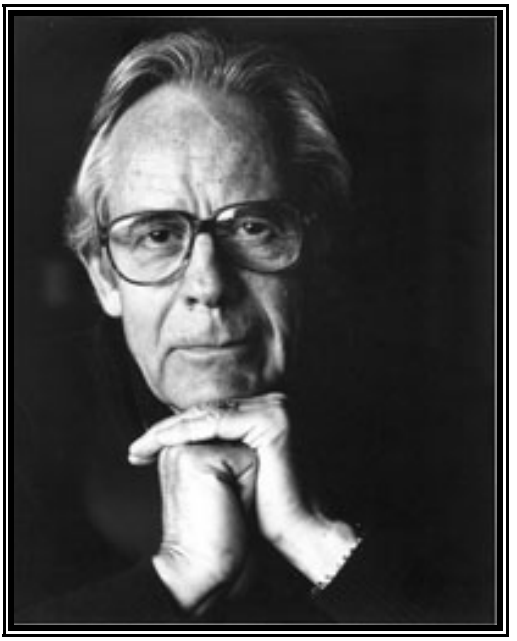
Maslow kendini gerçekleştirmenin bir 'ya hep ya hiç' sorunu olmaktan çok bir derece sorunu olduğunu belirtmiştir. Kendini gerçekleştiren insanlar da zaman zaman saygısızlık, kabalık, öfke patlamaları, ahmaklık ya da önyargı gibi zayıflıklar gösterebilirler. Ya da zaman zaman can sıkıcı, sinirli ya da aşırı yufka yürekli olabilirler. "Mükemmel insan yoktur." (Maslow, 1970: s. 176) Bununla birlikte psikolojik açıdan daha az gelişmiş bireyler de daha önce de belirtildiği gibi nadir de olsa doruk yaşantılara ulaşabilirler. Kendini gerçekleştiren bireyler; olgunluk, yardımsever bir yaklaşım, yaratıcılık, mutluluk ve akıl gibi özellikleri çok daha sık sergilerler ve insanlık için çok daha fazla umut taşırlar.

Eleştiriler ve Değerlendirme

Freud'un prensiplerini kabul etmesi Maslow'u birçok eleştiriden korumuş olsa da insan doğasına yönelik iyimser bakışı yüzünden eleştirilmiştir. Maslow genellikle araştırma yöntemi ve üzerinde çalıştığı örneklemlerin genellemeler yapmaya elverişli olmayacak kadar küçük olduğu iddiasıyla eleştirilmiştir. Üzerinde çalıştığı kişileri kendi özel kriterlerine göre seçmiş olması ve kullandığı terimlerin tanımlarını net ve tutarlı bir biçimde yapmamış olması da ona yöneltilen diğer eleştirilerdir. Çalışmasının yöntemsel zayıflığını kendisi de kabul eden Maslow kendini gerçekleştirme konusunda başka türlü bir araştırma yapmanın mümkün olmadığını belirterek bu eleştirilere yanıt vermiş ve kendi çalışmasını bu konudaki çalışmalar için bir başlangıç olarak nitelendirerek ulaştığı sonuçların bir gün doğrulanacağına dair inancını ifade etmiştir. Ancak Maslow'un kendini gerçekleştirme kuramı az sayıda ampirik çalışma tarafından desteklenmiş ve çoğu araştırma bu kuramı destekleyecek sonuçlar vermemiştir. Maslow her ne kadar kendi kuramının ampirik olarak sınabilir olduğuna işaret etmişse de onun bu görüşü birçok psikolog tarafından kabul edilmemektedir. Ancak iyi bir kuramın taşıması gereken bir başka özellik olan iç tutarlılık açısından değerlendirildiğinde Maslow'un kuramının olumlu şekilde değerlendirildiği görülmektedir.

Genellikle psikolojik sorunlarla ilgilenen kişilik kuramcılarından farklı olarak Maslow psikolojik açıdan sağlıklı insanı tanımlama çabasıyla psikolojiye farklı bir alternatif sunmuştur. Maslow'un yakın zamanda doğmuş olan pozitif psikoloji akımının ortaya çıkmasına önemli etkileri olduğu söylenebilir. Bununla birlikte anne-babalar, eğitimciler ya da terapistler açısından bakıldığında da Maslow'un kuramı uygulamaya dönük önerileri ile olumlu değerlendirmeleri hak etmektedir. Maslow'un kuramının etkileri yalnızca psikoloji ve psikoterapi alanlarıyla da sınırlı değildir. Eğitim, iletişim, iş yönetimi gibi alanlarda da önemli etkileri olmuştur. Örgüt ve endüstri psikologları Maslow'un görüşlerini dikkate almakta ve uygulamalarında onun yaklaşımını bir rehber olarak kullanmaktadır. İnsan doğasına ilişkin iyimser yaklaşımı ve umutlu bakış açısı genel okuyucu tarafından da takdir edilen Maslow hak ettiği bir üne sahip olmuş ve görüşleri güncelliğini neredeyse hiç yitirmemiştir denilebilir.

VAROLUŞÇU PSİKOLOJİ



ROLLO MAY

Rollo May'in Yaşam Öyküsü

Rollo Reese May, 21 Nisan 1909'da Amerika Birleşik Devletleri'nin Ohio eyaletinde dünyaya gelmiş ancak kendisi henüz çok küçükken ailesinin taşınması nedeniyle çocukluğunun büyük bölümünü Michigan Eyaleti'nde geçirmiştir. Çocukluğu boyunca babasıyla, babasının işi gereği yaptığı sık seyahatler nedeniyle, annesiyle de kendisini ve diğer kardeşlerini sıkça kendi başlarına bırakıp gitmesi nedeniyle çok yakın ilişki kuramamıştır. Kendi aralarında da sıkça anlaşmazlıklar yaşayan anne-babası daha sonra ayrılmışlardır.

May çocukluğunda aile kavgalarından kaçmak ve rahatlamak için sık sık St. Clair Nehri kıyılarında oyun oynamaya gitmiş ve burada tek başına zaman geçirmiştir. Yazları serinlemek için yüzdüğü, kışları ise üzerinde buz pateni yaptığı sakin bir yer olan St. Clair Nehri bir anlamda May'in en yakın arkadaşı olmuştur. Rollo May gençliğinde resim ve edebiyata ilgi duymuş ve bu ilgisi yaşamı boyunca da sürmüştür. 1930 yılında Oberlin Koleji'nden İngilizce alanında lisans diplomasını alan May, sonraki üç yıl boyunca Erik Erikson'un gezisine benzer bir Avrupa gezisi gerçekleştirmiştir. Doğu ve Güney Avrupa'da dolaşan May, Selanik'teki Anadolu Koleji'nde İngilizce dersleri vermiş, Türkiye, Polonya, Avusturya'da gezgin bir ressam olarak yaşamıştır. Bu seyahati sırasında Alfred Adler'in bir yaz kursuna da katılmış ve Adler'den çok etkilenmiştir.

Amerika'ya döndükten sonra 1933 yılında New York Teolojik Seminer Birliğinde din eğitimi almış ancak amacı din adamı olmak değil de insanın doğasına ilişkin zihnini meşgul eden sorularına yanıt aramak olduğu için iki yıl papaz olarak çalıştıktan sonra bu işi bırakarak psikolojiye yönelmiştir. May'in varoluşçu felsefeyle tanışması da aldığı bu din eğitimi sırasında gerçekleşmiştir. Burada tanıştığı ünlü teolog ve felsefeci Paul Tillich ile 30 yıl süren dostluklarının May'in görüşlerine önemli etkileri olmuştur. Psikolojiye olan ilgisi May'in William Alanson White Psikiyatri Enstitüsü'nde psikanaliz ve psikoloji eğitimi almasına yol açmıştır. Bu sıralarda aynı zamanda New York Şehir Koleji'nde erkek öğrencilere danışmanlık da yapan May bu enstitüde aldığı eğitim sırasında Sullivan ve Fromm'la tanışmış, onların görüşlerinden de etkilenmiştir.

Kendi danışma birimini 1946 yılında açan May iki yıl sonra William Alanson White Enstitüsünün bir üyesi olmuştur. 1949'da Columbia Üniversitesinden klinik psikoloji alanında doktora derecesi almış ve 1974 yılına kadar da Enstitüdeki öğretim üyeliği görevini sürdürmüştür.

Doktorasını almasının ardından genç yaşta tüberküloz hastalığına yakalanan May üç yıl boyunca bu hastalıkla mücadele etmiştir. O dönemlerde tüberküloz hastalığının kesin tedavisi olmadığı için May tam bir buçuk yıl boyunca hayatta kalıp kalamayacağını bilmeden hastalıkla mücadelesini sürdürmek zorunda kalmıştır. Ciğerlerindeki hastalığın azaldığını mı yoksa arttığını mı gösterecek olan aylık röntgen sonuçlarını beklemekten başka elinden bir şey gelmemesi kendisini çaresiz hissetmesine neden olmuştur. Kaldığı sanatoryumda çevresindeki hastalardan hastalığı kabullenenler arasında ölenlerin daha çoğunlukta olduğunu, hastalıkla mücadele edenlerin ise hayatta kaldıklarını gören May, hastalığının kendi çaresizliğinden ve pasif tutumundan istifade ettiğini fark ederek bu konuda önemli bir içgörü geliştirmeye başlamıştır. Bu şekilde, iyileşme sürecinin aktif bir süreç olduğunu anlayan May, hastalığı ile savaşmadıkça ve yaşamak yönünde bir isteği olduğunu ortaya koyma sorumluluğunu göstermedikçe iyileşemeyeceğini anlamıştır. May, hasta olan kişinin, ister fiziksel isterse ruhsal bir rahatsızlığı olsun tedavi sürecinde aktif bir katılımcı olması gerektiğini düşünmeye başlamıştır. Hastalığı sırasında anksiyete konusunda bir kitap yazan May, anksiyete konusunda hem Freud'un hem de ünlü Danimarkalı düşünür Søren Kierkegaard'ın yazdıklarını okumuştur. Freud'un yazdıklarını da beğenmekle birlikte anksiyeteye, varolmamaya karşı bir mücadele olarak yaklaşan Kierkegaard'ın görüşlerinden daha çok etkilenmiştir. 1950 yılında "Anksiyetenin Anlamı" ismiyle yayınladığı bu kitapta anksiyete kavramını varoluşçu bir perspektifle ele almıştır. Bu kitaptan üç yıl sonra yayınladığı "Kendini Arayan İnsan" isimli eseri onu daha da tanınmış bir psikolog haline getirdi. Ernest Angel ve Henri Ellenberger ile birlikte 1958'de yayınladıkları "Varoluş: Psikiyatri ve Psikolojide Yeni Bir Boyut" isimli eser ise Amerika'daki psikoterapistlere varoluşçu terapinin temel kavramlarını tanıtmış ve varoluşçu hareketi daha da popülerleştirmiştir. Yaşamı boyunca üretken bir yazar olmanın yanı sıra hem psikoterapistliği sürdürmüş hem de Harvard, Yale, Princeton gibi üniversiteler de dahil olmak üzere birçok üniversitede ders vermiştir. Aralarında Amerikan Psikoloji Birliği'nin de bulunduğu birçok kurumdan önemli ödüller almış olan ve varoluşçuluğun Amerika'daki en önemli temsilcisi olarak kabul edilen Rollo May 22 Ekim 1994'te, 1975'ten beri yaşamını sürdürdüğü Tiburon'da hayatını kaybetmiştir.

Varoluşcu Psikoloji: Temel Kavramlar ve İlkeler

Çağdaş varoluşçu psikolojinin kökleri ünlü Danimarkalı teolog ve düşünür Søren Kierkegaard'ın görüşlerine dayanır. Kierkegaard, 'endüstri ötesi' toplumlarda ortaya çıkan ve gittikçe artan insanca özelliklerden uzaklaşma eğilimine dikkat çekmiş ve insanların yalnızca nesne gibi görülmesine karşı çıkmıştır. Bununla birlikte insanların öznel algılarının kişinin tek gerçekliği olduğu şeklindeki görüşü de benimsememiştir. Kierkegaard, hem deneyimleyen insanla hem de insanın deneyimleriyle ilgilenmiş ve insanları düşünen, aktif ve iradesi olan varlıklar olarak kabul etmiştir. Hem Kierkegaard hem de daha sonraki varoluşçular özgürlük ve sorumluluk arasındaki dengeden söz etmişlerdir. İnsanlar öz-farkındalıklarını artırarak davranışlarında ve davranışlarının sorumluluğunu kabul ederek de istedikleri gibi hareket etmede özgürlük kazanırlar. Ancak özgürlük ve sorumluluğun kazanılması kaygıya yol açar. İnsanlar kendi yazgılarından sorumlu olduklarını anladıklarında özgürlüğün sıkıntısını ve sorumluluğun acısını hissetmeye başlarlar. Nietzsche ve Heidegger de XX.yüzyılda varoluşçuluğun yaygınlaşmasında etkili olan iki Alman düşünürdür. Özellikle Heidegger'in İsviçreli psikologlar Ludwig Biswanger ve Meddard Boss üzerinde önemli etkisi olmuştur. Ludwig Biswanger, Meddard Boss, Karl Jaspers ve Viktor Frankl gibi Avrupalı psikologlar varoluşçu felsefeyi psikoterapi uygulamalarına aktaran öncü kişilerdir. İkinci Dünya Savaşının ardından varoluşçuluk ABD'de da yaygınlaşmaya başlamıştır. Sözünü ettiğimiz düşünürlerin görüşlerinden ve öncü psikologların çalışmalarından etkilenen Rollo May, ABD'de varoluşçu perspektifin psikoloji ve psikoterapi alanına taşınmasında öncü olmuş ve varoluşçu bir kişilik kuramı geliştirmiştir.

İnsanın Doğası

Dasein (Evrende Bulunmak / Being in-the-World)

Varoluşçular insanı anlamak için fenomenolojik bir yaklaşımı benimsemiştir. Varoluşçulara göre kişi, en iyi kendi bakış açısıyla anlaşılabileceği bir dünyada varolmaktadır (Feist ve Fesit, 2006). Kişi ve çevresi arasındaki bu temel birlik, 'burada olmak' anlamına gelen, Almanca 'dasein' sözcüğü ile anlatılmaktadır (May, 1994: s.25). İnsanoğlunun içine doğduğu bu dünyada varolma ve bağımsız, ayrı bir varlık olarak kendisini görme (bilinçli/bilinçaltı) duygusuna sahip olma yönünde doğuştan getirdiği bir ihtiyacı vardır. Varoluşçulara göre insanın dünyadan ayrı bir varlığı yoktur ve yine içinde yaşadığı dünya da kişinin onu algılayışından bağımsız değildir. İnsanın ruhsal yapısının ve içinde yaşadığı fiziksel dünyanın bir bütün olduğunu öne süren varoluşçular, bu bütünlük içindeki varoluş algısını 'dasein' olarak adlandırmaktadır. Kişinin 'dasein'ı ne kadar güçlü ise kişilik de o denli sağlıklı-

dır. Ancak insanın 'dasein'nını geliştirmesi ve doğuştan varolan potansiyellerini yaşama geçirebilmesi sürekli çaba ve cesaret gerektirmektedir (May, 1994). Anlamlı bir yaşam sürmenin yolu; sosyal kurallar ve bunlara uyma baskısı, yanlış ana baba standartları ve ölümün kendi tehdidi karşısında dahi 'dasein'ımızı ortaya koymak ve onaylamaktır.

May'e göre yaşadığımız uyma (conformity) çağında, cesaretin ölçütü, kişinin kendi inanç ve doğruları üzerinde durabilme kapasitesidir. Bu ayakta duruş inatçı, isyankar ya da intikamcı bir biçimde gerçekleşmemelidir. Çünkü bunlar cesaretin değil savunmanın ifadeleridir. İnsan sadece inancı o yönde olduğu için cesur davranmalıdır ve davranışlarıyla "bu benim, bu benim varoluşum" demelidir (May, 1994). Dolayısıyla insan kendi kimliğini kendi gayreti ile yaşayabilir.

Dasein büyük ölçüde kişiye özgü bir konu olduğu için hiç kimse bir diğerine dünyada olmanın ne olduğunu ve nasıl olduğunu tam olarak anlatamaz. Her birimizin kendi potansiyel ve değerlerini keşfetmesi gerekir. Bunu yapmanın en iyi yolu da yaşadığımız her anı etkin ve spontan bir biçimde yaşamaktır. Aslında cinsellik ve saldırganlık gibi temel dürtüler dahi 'dasein'a göre ikincil derecede önemlidir. Dürtüler birer soyutlamadır ve insanların dürtülere sahip olduğunu ve dürtüleri tarafından yönetildiğini düşünmek, insanı mekanikleştirir. Bizler aslında açlığımızın, susuzluğumuzun, duygularımızın ve fikirlerimizin kendisiyizdir ve gerçekten insan olmanın temeli bu deneyimlerdir (Ewen, 1998).

Birçok insan kendilerine ve içinde yaşadıkları dünyaya yabancılaştıkları için kaygı ve umutsuzluktan şikayetçidir. Bu kişiler kendilerine ilişkin açık ve net bir imaja sahip olmamanın yanı sıra, kendilerine uzak ve yabancı görünen bir dünyada yalıtılmışlık duygusu da yaşarlar. Dolayısıyla kendileri ve içinde yaşadıkları dünyaya ilişkin bir bütünlük duygusuna yani 'dasein'a sahip değildirler (Feist ve Feist, 2006). İnsanoğlu doğa karşısında güç kazanmaya çalıştıkça doğayla arasındaki bağı yitirmiş, endüstriyel devrimin ürünlerine bağımlı olmaya başladıkça topraktan, denizden ve gökyüzünden daha da uzaklaşmış ve bunlara yabancılaşmıştır. Dünyaya yabancılaşmak aynı zamanda kişinin kendi bedenine de yabancılaşmasına yol açmıştır (May, 1996). May'e göre bu uzaklaşma ve yabancılaşma duygusu yalnızca psikolojik sorunları olan insanlarda değil, çağdaş toplumlardaki her insanda görülmektedir. Yabancılaşma çağımızın sorunudur ve kendini; doğadan uzaklaşma, anlamlı kişiler arası ilişkilerden yoksun olma ve kişinin kendi otantik gerçekliğine yabancılaşması gibi üç şekilde göstermektedir.

Dasein'in Tarzları

İnsanlar birbirleriyle eş zamanlı üç ayrı tarzda dünyada varolmaktadır. Diğer bir deyişle 'dasein' birbiriyle ilişkili üç alandan oluşmaktadır (May, 1994).

1. **Umwelt**: Fizyolojik ve fiziksel çevremizi oluşturan içsel ve dışsal objelerin dünyası (çevremizdeki dünya)
2. **Mitwelt**: Diğer insanlardan oluşan sosyal dünya (diğerleri ile ilişkilerimiz)
3. **Eigenwelt**: Kişinin kendisi ile potansiyelleri ve değerleri arasındaki ilişkinin oluşturduğu psikolojik dünya (kendimizle ilişkimiz)

Bazı kişilik kuramcıları bu tarzlardan yalnız birine yoğunlaştıkları halde varoluşçular insanın kişiliğinin gerçekten anlaşılabilmesi için her üçüne de eşit önem verilmesi gerektiğini vurgulamışlardır.

Umwelt, kişi onların farkında olmasa da varlığını sürdürecek olan nesnelerin dünyasıdır (May, 1994). Doğum ve ölüm gibi olguları, açlık ve uyku gibi biyolojik dürtüleri de içeren doğanın ve doğa yasalarının dünyasıdır. İnsanoğlu umweltten kaçamayacağı için içinde yaşadığı dünyadaki değişikliklere uyum sağlamayı ve bu dünyada yaşamayı öğrenmelidir. May'e göre Freud biyoloji ve içgüdüler üzerindeki vurgusu nedeniyle büyük oranda umweltle ilgilenmiş ancak bu şekilde 'dasein'ın diğer alanlarını göz ardı etmiştir. Çünkü insanoğlu yalnızca fiziksel çevresi içinde (umweltte) yaşamamakta aynı zamanda diğer insanlarla da ilişki içinde (mitweltte) yaşamaktadır.

Mitwelt, diğer insanlarla ilişki kurmak yönündeki doğuştan getirdiğimiz ihtiyacı içermektedir (May, 1994). May'e göre hiç kimse, Adler, Horney, Fromm ve Sullivan'ın da belirttiği gibi, diğer insanlardan izole bir durumda anlamlı bir varolma duygusu elde edemez. İnsanlara nesne gibi değil, insan gibi davranmamız gerekir. Eğer onlara nesne gibi davranırsak o zaman mitweltte değil yalnızca umweltte yaşıyor oluruz. Umwelt ve mitwelt arasındaki fark, aşk ve seks arasındaki farkla kolaylıkla anlaşılabilir. Eğer bir insan diğer bir insanı yalnızca cinsel doyum için bir araç olarak kullanıyorsa bu kimse umweltte yaşıyordur. Aşk, karşıdaki kişiye bağlanmayı ve o kişinin varoluşuna koşulsuz saygıyı ve kabulü gerektirir.

Eigenwelt insana özgü öz-farkındalık dünyasıdır. Diğer bir ifadeyle eigenwelt kendimize özgü potansiyellerimizin farkında olarak varoluşumuzun merkezi olduğumuzu bilmektir (May, 1994). Eigenweltte yaşamak demek kişinin bir insan olarak kendisinin farkında olması, nesneler ve insanlar dünyası ile ilişkiler kurarken kim olduğunu kavraması demektir. Bu tarz, özellikle bir yaşantıyı kişisel olarak değerlendirirken, neyi sevip sevmediğimizi veya

neye gereksinimimizin olduğunu doğru bir şekilde değerlendirirken öne çıkar. Dolayısıyla boşluk duygusu veya kendine yabancılaşma 'eigenwelt'in bozulmasının bir yansımasıdır.

Erikson'un kimlik kavramından farklı olarak eigenwelt ve 'dasein' diğer insanların beklentilerine ve fikirlerine bağlı değildir. May'e göre kişinin öz-saygısı uzun vadede toplumsal onaylamaya dayanıyorsa bu öz-saygı (self-esteem) değil sosyal uyumun (konformitenin) daha gelişmiş halidir.

May'e göre (1958) Sağlıklı insanlar bu üç tarzı da eş zamanlı bir biçimde yaşarlar. Doğal dünyaya uyum sağlarlar (umwelt), diğer insanlarla insanca ilişkiler kurarlar (mitwelt) ve tüm bu deneyimlerin kendileri için ne anlam ifade ettiğine dair keskin bir farkındalığa (eigenwelt) sahiptirler.

Varolmama (Nonbeing) ve Kaygı

May (1958) varolmanın ne anlama geldiğini anlayabilmek için kişinin varolmayabileceğini (yok olabileceğini) kavraması gerektiğini belirtmiştir.

Kişiliğin öznel ve nesnel bölümleri iç içe geçmiş olsa da dünyada varolma ile ilgili kesin olan tek gerçek vardır ki o da ölümdür. Ölümden hiçbirimizin kaçması mümkün değildir. Narin varoluşumuz her an bir kaza ya da hastalıkla son bulabilir. Her ne kadar ölüm varolmamanın tek yolu değilse de en açık ve belirgin olanıdır. Ölme olasılığımızla yüzleştiğimizde yaşam bizim için daha önemli ve daha anlamlı hale gelir (Ewen, 1998). Yaşamda görece olmayan ve kesin olan bir şey varsa o da bir gün öleceğimiz gerçeğidir. Bu farkındalık kişinin varoluşuna ve yaşamına anlam katar. Ölümü düşünerek kendi varolmayışımızla cesaretle yüzleşmediğimiz zaman, varolmama deneyimini alkol ya da uyuşturucu bağımlılığı, ayrımsız cinsel ilişki arayışı ya da diğer zorlantılı davranışlar biçiminde yaşarız.

Ölüm korkusu çoğu zaman insanları daha korunaklı bir yaşam biçimine itmekte ve yaşamdan daha az şey almalarına yol açmaktadır. Bu şekilde kişi kim olduğunu ve ne istediğini dikkate almaksızın tercihler yaparak aktif seçimler yapmaktan kaçınmaktadır. Kişi öz-farkındalığını azaltarak ve kendi bireyselliğini inkar ederek varolmama korkusundan kaçınmaya çalışır. Ancak bu da kişide boşluk ve umutsuzluk duygularına yol açar. Dolayısıyla insanlar varolmama korkusundan kaçmanın bedelini daha kısıtlanmış bir varoluşla ödemektedirler (May, 1991). Sağlıklı olan ise ölümün kaçınılmazlığı ile yüzleşmek ve ölümün, varolmanın ayrılmaz bir parçası olduğunu kabul ederek daha anlamlı bir varoluş sürdürmektir.

Kaygı: Yaklaşan ölüm gerçeği, reddedilme ve küçük görülmelerin yarattığı psikolojik zedelenmeler acı veren bir duygu olan kaygının ortaya çıkma-

sına yol açabilir. Rollo May'e göre (1996) kaygı; bireyin kişiliğinin varolması için zorunlu olduğuna inandığı değerlerinin ya da doğrudan varlığının tehdit altında olduğu durumlarda ortaya çıkan bir duygudur. Kişinin varoluşunun tehdit altında olduğuna ilişkin öznel yargısı, yaşamının yok olacağı ve bir "hiç" olacağı duygusunu geliştirmesine yol açar.

Kaygı ontolojik olduğu için korkudan farklıdır (May, 1958). Örneğin bir öğrencinin, yolda karşılaştığı çok değer verdiği bir hocasının kendisini görmeden yanından geçip gitmesi nedeniyle öz-güveni sarsılabilir. Öğrenci "Ben göze çarpmayacak kadar değersiz miyim?" diye kaygılanabilir. İnsan belirli bir kimsenin, bir statü sembolünün veya bir pozisyonun varlığı olmadan yaşayamayacağını düşündüğünde de kaygı yaşayabilir. Öte yandan diş hekiminin koltuğunda otururken duyulan korku 'dasein'ı tehdit etmez, dolayısıyla koltuktan kalktığımızda bu olumsuz duygudan da kurtulmuş oluruz. Kaygı ontolojik özellik taşırken korku taşımaz, kaygı daima 'dasein'a bir tehdit olarak algılanır. May (1996) kaygının kaynağının varolma ve varolmama tehdidinden kaynaklandığını ifade etmektedir.

Rollo May'in kaygı ve özgürlük konusundaki görüşleri Kierkegaard'ın ve Fromm'un görüşlerine paraleldir. May'e göre (1981) özgürlük beraberinde kaygıyı da getirmektedir ve kaygı olmaksızın özgürlük, özgürlük olmaksızın da kaygı olmaz. Kierkegaard'ın da belirttiği gibi kaygı, özgürlüğün insanın başını döndürmesidir. Bu baş döndürücü deneyim hoş olabileceği gibi nahoş da olabilir. Yaşanacak kaygı, yapıcı bir biçimde insana enerji ve zevk verebilir. Ancak yıkıcı olduğunda kişiyi paniğe sokup felce de uğratabilir. May (1967) kaygıyı (anksiyete) normal ve nevrotik kaygı olmak üzere iki başlık altında incelemiştir.

May'e göre her insan kaygının etkilerine maruz kalır. Gelişme ve kişinin değerlerinin değişimi yapıcı ya da normal diye adlandırılan kaygının yaşanması yoluyla gerçekleşir. May (1967) normal kaygıyı; tehditle orantılı olan, bastırma içermeyen ve bilinç düzeyinde yapıcı bir biçimde yüzleşilebilen kaygı olarak tanımlamıştır. İnsanlar gelişip olgunlaştıkça değerleri de değişir, her gelişim basamağında bu değişim normal kaygıya yol açar. Kişinin kendi yaşamının ya da başkalarının yaşamının kalıcı bir biçimde değişebileceğine dair bir içgörü kazanması durumunda da yaşayacağı kaygı normal kaygıdır.

Gelişim dönemlerinde ya da kişinin varlığının veya değerlerinin tehdit altında olduğu durumlarda yaşanan kaygı her insan için geçerlidir. Tehditle orantılı olduğu sürece de yapıcı ve sağlıklı olabilir. Ancak kaygının sağlıksız olan bir diğer şekli daha vardır. May'a göre (1967) nevrotik kaygı, tehditle orantılı olmayan bir tepkidir ve bastırma ve diğer intrapsişik çatışmaları içerir. Nevrotik kaygıyla ancak birçok faaliyet ve farkındalığın engellenmesi yoluyla baş edilebilir. Normal kaygı kişinin değerleri tehdit altında olduğun-

da yaşanırken nevrotik kaygı değerler dogmalara dönüşmüş olduğunda yaşanır. Kişinin inançlarında kesinlik olması bir güvenlik duygusu sağlasa da bu güvenlik öğrenme ve gelişmeden feragat etme pahasına elde edilen bir güvenliktir.

Suçluluk Duygusu

Hiçbir insan dünyada varolmanın (dasein) üç tarzını da mükemmel bir biçimde yaşayamaz. Ne kadar uğraşırsak uğraşalım seçimlerimiz doğuştan getirdiğimiz potansiyellerin tamamını doyurucu bir şekilde kullanmamızı sağlayamayabilir. Bu durumda eigenweltin yadsınması söz konusudur. Diğer taraftan mitwelt de yadsınabilir. Mükemmel empati mümkün olmadığı için diğerleri ile önyargılı ve doyurucu olmayan etkileşimlere girme olasılığımız vardır. Doğa ve çevre ile birliğimizi gözden kaçırıp kendimizi umweltten bağımsız ve ayrı bir varlık gibi algılama hatasına da düşebiliriz. Bu ve benzeri kaçınılmaz hatalar ontolojik suçluluk duygusuna yol açar. May (1958) her biri bir 'dasein' tarzı ile ilişkili üç ayrı ontolojik suçluluk duygusu tanımlamıştır.

Umweltle ilişkili suçluluk duygusunu anlamaya çalışırken ontolojik suçluluk duygusunun kişinin kendi davranışları ya da hatalarına bağlı olarak ortaya çıkmak zorunda olmadığı, kişinin varoluşuna (dasein) ilişkin farkındalık eksikliğinden de kaynaklanabileceği unutulmamalıdır. Uygarlık ilerleyip teknoloji geliştikçe insanlar doğadan (umwelt) gitgide daha da fazla uzaklaşmaktadır. Bu yabancılaşma özellikle gelişmiş toplumlarda yaşayan bireylerde görülen bir tür ontolojik suçluluk duygusuna yol açmaktadır. İnsanlar ısıtılmış ya da serinletilmiş mekanlarda yaşayıp, neredeyse her yere motorlu araçlar vasıtasıyla ulaşmakta, başkaları tarafından üretilen ve hazırlanan yiyecekleri yemektedir. Bu tür suçluluk duygusu doğadan ayrılmanın bir sonucu olarak ortaya çıktığı için May (1958) bunu 'ayrılma suçluluğu' olarak da adlandırmıştır.

Diğer insanların dünyasını kesin bir biçimde anlayamayışımızdan kaynaklanan suçluluk duygusu ise mitweltle ilişkilidir (May, 1958). Başkalarını ancak kendi gözümüzle görebilir ve hiçbir zaman onların gereksinimlerini tam anlamıyla anlayamayız. Diğerlerinin ihtiyaçlarını hatasız bir biçimde anlayamadığımız için onlarla ilişkilerimizde kendimizi yetersiz görebiliriz. Bu da herkesçe bir ölçüye kadar yaşanan ve her birimizin ayrı birer varlık olmasından kaynaklanan kaçınılmaz bir suçluluk duygusuna yol açar.

Eigenweltle ilişkili olan suçluluk duygusu ise daha önce de değinildiği gibi kişinin kendi potansiyellerini doyurucu bir biçimde ortaya çıkarıp kullanamamasından kaynaklanır (May, 1958). Diğer bir ifadeyle bu suçluluk duygusu kendimizle aramızdaki iç ilişkide ortaya çıkar. Hiçbir insan potansi-

yellerini bütünüyle keşfedip ortaya koyamayacağı için bu suçluluk duygusu da evrensel bir nitelik taşımaktadır.

Kaygı gibi ontolojik suçluluk duygusu da yapıcı ve yıkıcı biçimler alabilir. İdeal olan, bu suçluluk duygusunu kabul etmek ve bu duyguyu diğer insanlarla ilişkilerimizi geliştirmek, potansiyellerimizi daha yaratıcı bir biçimde kullanmak ve doğayla bağımızı güçlendirmek gibi yapıcı amaçlar için kullanmaktır. Ancak bu duyguyu yadsımayı tercih edersek nevrotik bir suçluluk duygusu haline gelir ve cinsel yetersizlik, çökkünlük, diğerlerine karşı kötü davranma ya da karar verememe gibi üretken olmayan nevrotik belirtilere yol açar.

Amaçlılık

May, insanoğlunun yalnızca geçmiş yaşantılarınca (bebeklik ve ilk çocukluk) yönetilmediğini aynı zamanda kendi seçtiği hedeflere ulaşmak için çabalama özgürlüğü ve sorumluluğuna da sahip olduğunu belirtmektedir. May'e göre (1969) kişinin davranışları kendi niyetlerine bağlı olarak ortaya çıkan tercihlerine dayanacaktır ve bu şekilde gelecek, kişinin bugününe (bugünkü davranışlarına) biçim verecektir. Ancak gelecekte olmayı arzuladığımız şey ya da yaşamayı istediğimiz durum geçmişimizden de kaynaklanıyor olabilir. Bu durumda da gelecek (kişinin bugünkü davranışları) geçmiş tarafından biçimlendirilmektedir. May insan davranışlarının anlaşılmasında hem psişik determinizmi hem de amaçlılığı dikkate almak gerektiğini belirtmiştir (Ewen, 1998). Psikolojik açıdan sağlıklı kimseler zihinlerinde geleceğe dair arzulanır bir durumu canlandırıp bu duruma ulaşmak için gerekli davranışları sergileyebilirler. May (1969) bu durumu irade ya da amaçlılık olarak adlandırmaktadır. Seçim yapma yeteneğinin altında, yapılan bu seçimin dayandığı ve bu seçime anlam kazandıran bir yapı vardır. Deneyime anlam kazandıran ve insanların geleceğe dair kararlar almasını sağlayan bu yapıya amaçlılık adı verilir. Bu irade olmaksızın insanlar ne seçim yapabilir ne de yaptıkları seçime yönelik davranışlar sergileyebilirler.

Amaçlılık kimi zaman bilinçli kimi zaman ise bilinçdışı bir biçimde gerçekleşebilir (May, 1969). Özellikle de kişinin geleceğe dair beklentilerinin ve hedeflerinin temelleri geçmiş (çocukluk) yaşantılarına dayandığı durumlarda amaçlılık büyük olasılıkla bilinçdışı olacaktır. Örneğin bir kimse işinde çok başarılı olmak ve terfi etmek istediği için kendini profesyonel gelişimine adamış olabilir. Bu hedef kişinin bugünkü davranışlarına yön verecektir ancak aynı zamanda kişinin bu hedefi çocukluk yıllarındaki yaşantılarından da kaynaklanıyor olabilir.

Sevgi

Varoluşumuzu (daseinımızı) onaylamanın en yapıcı yolu kendisi de ontolojik nitelik taşıyan sevgidir. Sevgi; diğer bir insanın varlığından hoşlanmak ve onun değerini ve gelişimini kendimizinki kadar onaylamak anlamına gelir. Aslında sevgi dört temel bileşenin karışımından oluşmaktadır. May (1969) dört tür sevgi tanımlamıştır:

1. Seks: Seks cinsel birleşme ya da cinsel gerilimin boşaltılabildiği diğer yollarla doyurulabilen biyolojik bir işlevdir. Seks gereksinimimiz, fiziksel boşalma ve bu şekilde cinsel dürtünün yol açtığı gerilimin azaltılması yoluyla karşılanmaktadır (May, 1969). May'e göre eski çağlarda yemek-içmek ya da uyumak gibi sıradan bir eylem olarak kabul edilen seks modern çağda bir problem haline gelmiştir. Önceleri üzerinde konuşulması tabu haline gelen cinsel arzular inkar edilmiş ancak yirminci yüzyılda insanların bu cinsel bastırmaya karşı çıkmalarının bir sonucu olarak tekrar açık bir biçimde ele alınmaya başlanmış ve toplumun en çok meşgul olduğu konu haline gelmiştir.

2. Eros: Bizim için önemli olan kişilerle birlikte olmak yönünde duyduğumuz arzu ve o kişiyi düşününce veya özleyince hissettiğimiz hoş gerilim duygusudur (May, 1969). Seks gerilimin azaltılmasıyla doyurulan biyolojik bir gereksinim iken eros hoş olarak algılanan gerilimin artmasıyla karşılanan psikolojik bir gereksinimdir. Eros şefkat ve özen gösterme üzerine kuruludur ve uzun süreli bir birliktelik arzusunu içerir.

3. Filia (Philia); Dostça ya da arkadaşça sevgi anlamına gelen filia iki insan arasındaki, cinsel içerik taşımayan, hoşlanma duygusudur (May, 1969). Filia kardeşler arasındaki ya da uzun yıllardır dost olan insanlar arasındaki ilişkilerde olduğu gibi zamanla gelişir. Filia için karşımızdaki kişiyi olduğu gibi kabul edip, onunla birlikte olmamız ve onunla birlikte olmaktan hoşlanmamız yeterlidir. Daha doğrudan bir ifade ile filia, arkadaşlık olarak tanımlanabilir.

4. Agape: Karşıdaki kişiye sahip olma isteği taşımadan o kişiye duyulan adanmışlık duygusudur (May, 1969). Diğerlerine duyulan saygı, hiçbir kazanç gözetmeksizin diğerlerinin refahını önemseme, karşılıksız ve çıkarsız sevgi olarak tanımlanan agape fedakarca sergilenen sevgidir. Agape diğer kişinin davranışlarından bağımsız ve koşulsuz bir sevgidir.

Sağlıklı yetişkin ilişkileri bu dört tür sevginin karışımından oluşur. Cinsel doyum üzerine kuruludur ve sürekli bir birliktelik arzusunu, içten bir dostluğu ve karşıdaki kişinin refahı için bencilce olmayan bir tutumu içerir (Feist ve Feist, 2006). Ancak böyle bir sevgi ilişkisi kolaylıkla kurulamaz. Bununla birlikte sevgi 'dasein'ın tüm tarzlarını kapsayan zengin bir yaşantıdır. Sevgi biyolojik dürtüleri (umwelt), diğerleriyle ilişkiyi (mitwelt) ve kişinin benliğini

ve değerlerini onaylamasını (eigenwelt) içerir. Ancak sevgi her zaman hoş yaşantılara yol açmaz. Aynı zamanda yüksek bir kaygıya da yol açabilir. Örneğin ilk kez anne-baba olduğumuzda, sevdiğimiz çocuğumuzun varolamama potansiyeline çok açık olduğunu gördüğümüzde ve kaderin cilvelerinin çocuğumuzun başına neler getirebileceğini düşündüğümüzde kaygı yaşarız (Ewen, 1998).

Şeytansı (Daimonic)

Her ne kadar saldırganlık 'dasein' kaybı nedeniyle ortaya çıkan güçsüzlük duygularına dayalı ise de May (1969) insanların doğuştan getirdikleri hem iyi hem de kötü yönü olan güdülerce yönetildiklerini belirtmektedir. İyi yönlerini cinsellik, eros, tutku ve üreme oluştururken; kötü yönlerini kabalık, düşmanlık, öfke ve güç peşinde koşma oluşturmaktadır. Bunlar bizim şeytansı yönlerimizdir. Psikolojik sağlığımıza kavuşmak için şeytansı yönümüzü kabul edip kontrol altına almaya çalışmamız gerekir. Ancak bu çok kolay bir iş değildir. Çünkü bizler, iyi yönlerimizi öne çıkarıp kişiliğimizin karanlık yönlerini bastırmayı tercih ederiz. Ancak bu durumda şeytansı yönümüz bizi egemenliği altına alabilir veya bilinçdışında tutulan şeytansı yönümüz, diğer ülkelerin insanlarına veya etnik gruplara yansıtılarak savaş ve şiddete yol açabilir (Ewen, 1998).

Kişiliğin Yapısı

Ontolojik özelliklerimizi soyut yapılara dayandırmak insanı mekanikleştirdiği için May kişiliğin yapısı ile ilgili soyut kavramlar öne sürmemiştir (Ewen, 1998). May'e göre kişilik insanın varoluşu, kaygısı, suçluluk duygusu, sevgisi vb.dir. Varoluşçu psikoloji kişiliğe bütünsel bir bakış açısıyla yaklaşır. Ancak May bilinçdışı süreçlerin önemini vurgulayarak bastırma, yansıtma, karşıt tepki geliştirme ve entelektüelleştirme gibi savunma mekanizmalarını kabul etmektedir.

May'e göre kişi kaygısını, cinselliğini ya da şeytansı yönünü bastırdığında bunu kişiliğinin bir bölümü diğeriyle çatıştığı için yapmıyordur. Bu durumda cesaretten yoksun olan ve tehdit edici insanca yaşantılardan kaçan, bir bütün olarak bireyin kendisidir. Bu yanlış seçimin nedeni de güçlü olmayan bir 'dasein'dır.

Kişiliğin Gelişimi

Kişiliğin sağlıklı gelişimi çeşitli patojenik anne-baba davranışlarından dolayı engellenebilir (Ewen, 1998). Reddedilme çocuğun mitwelti yadsımasına ve diğer insanlardan uzaklaşmasına yol açar. Çocuğun doğal irade gösterimleri bastırılırsa güven duygusu için nevrotik bir arayış ortaya çıkar. Bu ne-

denle çocuk bütünüyle iyi ve itaatkar bir kişi olma çabasına girer ve 'dasein' feda edilebilir. Çocuğun her isteğinin yerine getirilmesi ise onun ebeveyn otoritesine karşı çıkabilmesini ve bireyselliğini geliştirmesini engeller. Bu da özellikle tek çocuk için önemli bir tehlikedir.

Eleştiriler ve Değerlendirme

May'e ve genel olarak varoluşçulara yöneltilen temel eleştiri; öne sürdükleri fikirleri kuramsal bir yapıda şekillendirmemiş olmalarıdır. Varoluşçu kuramın bilimsel olarak sınanabilir belirgin hipotezler içermemesi ve bu nedenle de kurama dayalı olarak pek fazla ampirik araştırma yapılamaması da yapılan olumsuz eleştiriler arasındadır. May'in pozitivist bilimsel yaklaşımdan oldukça uzak bir perspektifle ortaya koyduğu kuramı; bilimsel yöntemle desteklenebilir ya da yanlışlanabilir hipotezlerden ya da bu yöndeki bulgulardan daha çok felsefi spekülasyonlar içermektedir. Psikoterapi ya da eğitim açısından somut ve uygulanabilir öneriler içermeyen bu kuram insan davranışlarının yordanması ve kontrol edilmesinden ziyade insanı anlamaya odaklanmıştır. Bilimsel değil de felsefi kaynaklardan besleniyor olması başkalarınca eleştirilse de May bunu bir tercih olarak seçmiştir. Nitekim May kendisini sıklıkla düşünür olarak ya da düşünür-terapist olarak adlandırmayı tercih etmiştir.

Özellikle kişilik gelişimi, öğrenme, biliş ve motivasyon gibi kişilikle ilgili temel konularda açıklayıcı olmaması ve öne sürdüğü kavramlar arasında yeterince açık ilişkiler kurmaması kuramın zayıf bir başka yönüdür. Bazı yazarlar da May'in amaçlılık ya da otantik varoluşun yaşanması gibi düşüncelerinin Adler'in ve Rogers'ın görüşlerine oldukça yakın olduğunu ve orijinal olmadığını belirtmektedir.

Varoluşçu kuramın kişilik psikolojisine yaptığı temel katkı 'dasein' kavramıyla kişiliğin kavramsallaştırılmasında ortaya koyduğu yeni açılımdır. May ve diğer varoluşçu kuramcıların çalışmaları psikiyatrik tanı listelerine kronik yabancılaşma ve anlamsızlık duygularına karşılık gelen, "varoluş nevrozu" isminde yeni bir kategori eklenmesini sağlamıştır. Varoluşçu yaklaşımın bireyi yeniden merkeze alarak özgürlüğüne, sorumluluğuna ve bilinçli tercihlerle yaşamına yön verme potansiyeline yaptığı vurgu, çağdaş psikoterapiyi önemli ölçüde etkilemiştir. Terapötik ilişkinin niteliğine verilen önem ve danışanın rolüne ilişkin vurgular, terapi sürecinin mekanik bir süreç olmaktan çıkmasını sağlamış ve diğer psikoterapi yaklaşımlarını da bu yönde etkilemiştir. May'in varoluşçu kişilik kuramı her ne kadar güçlü ve kapsamlı bir kuram olarak değerlendirilmese de genelde varoluşçular özelde de Rollo May, çağımızda yaşanan psikolojik sorunlara ilişkin derin felsefi içgörüler ortaya koymuştur. Bununla birlikte varoluşun ve kişiliğin anlaşılmasının ve anlamlandırılmasının tek yolunun pozitivist bilimsel yaklaşım olmadığı da bir gerçektir.

Kaynaklar

Adler, A. (1927) *Understanding human nature,* New York: Greenberg.

Adler, A. (1931) *What life should mean to you,* New York: Capricorn Books.

Adler, A. (1956) *The Individual psychology of Alfred Adler: A systematic presentation in selections from his vvritings* (Ed. H.L. Ansbacher ve R.R. Ansbacher), New York: Basic Books.

Adler, A. (1964) *Supehority and social interest: A collection of later writings* (Ed. H.L. Ansbacher ve R.R. Ansbacher), New York: Norton.

Adler, A. (1968) *The practice and theory of individual psychology,* Totowa, NJ: Littlefield Adams.

Adler, A. (1969) *The science of living,* New York: Anchor Books.

Allen, B.P. (1997) *Personality theories,* New York: Allyn and Bacon.

Allport, G. W. (1937) *Personality: A psychological interpretation,* New York: Henry Holt.

Allport, G. W. (1955) *Becoming: Basic consideration for a psychology of personality,* New Haven, CT: Yale University Press.

Allport, G. W. (1961) *Pattern and growth in personality,* New York: Holt, Rinehart and Winston.

Allport, G. W. (1966) Traits revisited, *American Psychologist,* 21, 1-10.

Bandura, A. (1977a). *Social learning theory.* Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Bandura, A. (1977b). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review,* 84, 191-215.

Bandura, A. (1978). The self-system in reciprocal determinism, *American Psychologist,* 33, 344-358.

Bandura, A. (1982). Psychology of chance encounters and life paths, *American Psychologist,* 37, 747-755.

Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory.* Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Bandura, A. (1991). Social cognitive theory of self-regulation. *Organizational Behavior and Human Decision Processes,* 50, 248-287.

Bandura, A. (1994). Social cognitive theory of mass communication.(Ed. J. Bryant ve D. Zillman, *Media effects: Advances in theory and research* (s. 61-90). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Bandura, A. (1998). Exploration of fortuitous determinants of life paths, *Psychological lnquiry,* 9, 95-99.

Bandura, A. (1999). Moral disengagement in the perpetration of inhumanities. *Personality and Social Psychology Review,* 3, 193-209.

Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual Review of Psychology,* 52,1-26.

Bandura, A. (2002). Selective moral disengagement in the exercise of moral agency. *Journal of Moral Education,* 31, 101-119.

Brenner, C. (1998) *Psikanaliz: Temel kavramlar,* Ankara. HYB

Cattell, R. (1950) *Personality: A systematic, theoretical, and factual study,* New York: McGraw Hill.

Cattell, R. (1965) *The scientific analysis of personality,* Baltimore: Penguin Books.

Cattell, R. (1973) *Personality and mood by questionnaire,* San Franscisco: Jossey-Bass.

Cattell, R. (1979) *Personality and learning theory. Vol. 1: The structure of personality in its environment,* New York: Springer.

Chapman, A. H. (1976) *Harry Stack Sullivan: His life and his work,* New York: Putnam.

Costa, P.T. ve McCrea, R. R. (1985) *Manual for the NEO Personality Inventory,* Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.

Costa, P.T. ve McCrea, R. R. (1992) *NEO-PI-R Professional manual,* Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.

Cüceloğlu, D. (1993) İnsan ve davranışı: Psikolojinin temel kavramları, İstanbul: Remzi Kitabevi

Dollard, J. ve Miller, N. E. (1950) *Personality and psychotherapy: An analysis in terms of learning, thinking and culture.* New York: McGravv Hill.

Erikson E. H. (1994) *Identity youth and crisis,* New York: W. W. Norton & Company. Erikson, E. H. (1993) *Childhood and society,* New York: W. W. Norton & Company.

Erikson, H. E. (1998) *The Life Cycle Completed,* New York: W. W. Norton & Company.

Ewen, R. B. (1998) *An introduction to theories of personality,* New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc., Publishers.

Ewen, R. B. (2003) *An introduction to theories of personality,* New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc., Publishers.

Eysenck, H. J. (1976) *Sex and personality,* Austin: University of Texas Press. Eysenck, H. J. (1982) *Personality, genetics and behavior,* New York: Praeger.

Eysenck, H. J. (1994) Personality: Biological foundations, (Ed. P.A. Vernon) *The neuropsychology of individual differences,* San Diego, CA: Academic Press.

Eysenck, H. J. (1997) Personality and experimental psychology: The unification of psychology and the possibility of a paradigm, *Journal of Personality and Social Psychology,* 73, 1224-1237.

Eysenck, H. J. ve Eysenck, S. B. (1969) *Personality structure and measurement,* San Diego: R.R. Knapp.

Eysenck, H.J. (1967) *The biological basis of personality,* Springfield, İL: Charles C. Thomas.

Eysenck, H.J. (1990) Biological dimensions of personality, (Ed. L.A. Pervin) *Handbook of personality: Theory and research,* New York: Guilford Press.

Eysenck, H.J. ve Eysenck, M.W. (1985) *Personality and individual differences,: A natural science approach,* New York: Plenum.

Feist, J. ve Feist G. J. (2006) *Theories of personality,* New York: McGraw-Hill.

Ferster, C. B. ve Skinner, B. F. (1957) *Schedules of Reinforcement,* New York: Appleton-Century-Crofts.

Fordham F. (1953) *An Introduction to Jung's Psychology,* London: Penguin Books.

Freud, A. (1946) *Ego and the mechanisms of defense,* New York: International Universities Press.

Freud, S. (1955) *Beyond the pleasure principle,* Standard Edition (Vol.18). Freud, S. (1957) *The unconscious,* Standard Edition (Vol.14). Freud, S. (1960) *The psychopathology of everyday life,* Standard Edition (Vol.6). Freud, S. (1962) *The ego and the id,* New York: W. W. Norton & Company.

Freud, S. (1963) *Introductory lectures on psychoanalysis,* Standard Edition (Vol.15-16).

Freud, S. (1964) *New Introductory lectures on psychoanalysis,* Standard Edition (Vol.22).

Freud, S. (1977) *Inhibitions, symptoms and anxiety,* New York: W. W. Norton & Company.

Fromm, E. (1941) *Escape from freedom,* New York: Holt, Rinehart and Winston.

Fromm, E. (1947) *Man for himself: An inquiry into the psychology of ethics,* New York: Holt, Rinehart and Winston.

Fromm, E. (1955) *Sane society,* New York: A Fawcett Premier Book.

Fromm, E. (1956) *The art of loving,* New York: Holt, Rinehart and Winston.

Fromm, E. (1964) *The heart of man,* New York: Harper& Row.

Fromm, E. (1973) *The anatomy of human destructiveness,* New York: Holt, Rinehart and Winston.

Geçtan, E. (2004) *Psikanaliz ve sonrası,* İstanbul: Metis Yayınları.

Hall, C. S. ve Nordby, VJ. (1999) *A primer of Jungian psychology,* New York: Plume Publications.

Hall, C.S., Lindzey, G. ve Campbell, J.B. (1997) *Theories of personality,* New York: John VViley & Sons, Inc.

Hall, S.C., Lindzey, G., Loehlin, J. C. ve Manosevitz, M. (1985) *Introduction to Theories of Personality,* New York: John Wiley & Sons, Inc.

Hjelle, L. A. ve Ziegler D. J. (1992) *Personality theories,* New York: McGraw-Hill

Horney K. (1937) *The neurotic personality of our time,* New York: Norton.

Horney K. (1939) *New ways in psychoanalysis,* New York: Norton.

Horney K. (1942) *Self analysis,* New York: Norton.

Horney K. (1945) *Our inner conflicts: A constructive theory of neurosis,* New York: Norton.

Horney K. (1950) *Neurosis and human growth:* The struggle toward self-realization, New York: Norton.

Jacobi, J. (1973) *The Psychology of C. G. Jung,* New Haven: Yale University Press.

Jung, C. G. (1955) *Modern man in search of a soul,* New York: Harvest Books.

Jung, C. G. (1968) *Man and his symbols,* New York: Dell Publications.

Jung, C. G. (1976) *Psychological types* (Collected Works of C.G. Jung Vol.6), Princeton N J: Princeton University Press.

Jung, C. G. (1991) *The archetypes and the collective unconscious,* London: Routledge.

Jung, C. G. (1992) *Two essays on Analytical Psychology,* London: Routledge. Karasar, N. (2004) *Bilimsel araştırma yöntemi,* Ankara: Nobel Yayınevi.

Kelly, G. A. (1955) *The psychology of personal constructs,* New York: Norton.

Kelly, G. A. (1963) *A theory of personality: The psychology of personal constructs, New York: Norton.*

Kelly, G. A. (1970) A brief introduction to personal constructs theory, (Ed. D. Banister) *Perspectives in personal construct theory,* London: Academic Press.

Kerlinger, F.N. ve Lee, H.B. (1999) *Foundations of behavioral research,* Fort Worth: Harcourt College Publishers.

Maslow, A. H. (1968) *Toward a psychology of being,* New York: Van Nostrand.

Maslow, A. H. (1970) *Motivation and personality,* New York: Harper & Row.

Maslow, A. H. (1971) *The farther reaches of human nature,* New York: Viking.

May R. (1958) Contributions of Existential Psychotherapy, (Ed.R. May, H.F. Ellenberger), *Existence: A New Dimension in Psychiatry and Psychology,* s.37-91, New York: Basic Books.

May, R. (1967) *Psychology and the human dilemma,* New York: W. W. Norton & Company.

May, R. (1969) *Love and will,* New York: W. W. Norton & Company.

May, R. (1981) *Freedom and destiny,* New York: W. W. Norton & Company.

May, R. (1991) *The cry for myth,* New York: Norton.

May, R. (1994) *The discovery of being: writings in existential psychology,* New York: W. W. Norton & Company.

May, R. (1996) *Psychology and the Human Dilemma,* New York: W. W. Norton & Company.

McCrea, R. R. ve Costa, P.T. (1999) A Five-Factor theory of personality, (Ed. L.A Pervin ve O.P. John), *Handbook of personality: Theory and research,* New York: Guilford Press.

McCrea, R. R. ve Costa, P.T. (2003) *Personality in Adulthood,* New York: Guilford Press.

Miller, N. E. ve Dollard, J. (1941) *Social learning and imitation.* New Haven: Yale University Press.

Monte, C. (1999) *Beneath the mask: An introduction to theories of personality,* Fort Worth: Harcourt Brace College Publications.

Morgan, C. T. (1977) *A brief introduction to psychology,* New York: McGraw Hilll.

Morris, C. G. (1991) *Understanding psychology,* New Jersey: Prentice-Hall.

Öztürk, M. O. (2001) *Ruh sağlığı ve bozuklukları,* Ankara: Hekimler Yayın Birliği.

Pervin, L. A. (1993) *Personality: Theory and research,* New York: John Wiley and Sons, Inc.

Pervin, L. A. ve John, O. P. (2001) *Personality: Theory and research,* New York: John Wiley ve Sons, Inc.

Rogers, R. C. (1959) A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships, as developed in the client-centered framework, (Ed. S. Koch) *Psychology: A study of a science* (Vol. 3) New York: McGraw-Hill.

Rogers, R. C. (1961) *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy,* Boston: Houghton Mifflin.

Schultz, DP. ve Schultz S. E. (2002) *Modem psikoloji tarihi,* (Çev. Y. Aslay), İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Skinner, B. F. (1938) *The behavior of organisms,* New York: Appleton-Century-Crofts.

Skinner, B. F. (1948) *Walden two,* New York: Macmillan.

Skinner, B. F. (1953) *Science and human behavior,* New York: Macmillan.

Skinner, B. F. (1971) *Beyond freedom and dignity,* New York: Knopf.

Skinner, B. F. (1976) *About behaviorism,* New York: Knopf.

Sullivan H. S. (1947) *Conceptions of modem psychiatry.* Washington DC: William Alanson White Psychiatric Foundation.

Sullivan H. S. (1950) *The illusion of personal individuality, Psychiatry,* 13 (3) 317-332. Sullivan H. S. (1953) *The interpersonal theory of psychiatry.* New York: Norton.

Watson, J.B. (1913) *Psychology as the behaviorist views it, Psychological Review,* 20, 158-177.

Watson, J.B. (1925) *Behsaviorism,* New York: Norton.

Watson, J.B. ve Rayner, R. (1920) Conditioned emotional reactions, *Journal of Experimental Psychology,* 3, 1-14.