

**T.C.  
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI**

**SAĞLIK HİZMETLERİ**

**KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ**

**Ankara, 2017**

- Bu materyal, mesleki ve teknik eğitim okul/kurumlarında uygulanan Çerçeve Öğretim Programlarında yer alan yeterlikleri kazandırmaya yönelik olarak öğrencilere rehberlik etmek amacıyla hazırlanmış bireysel öğrenme materyalidir.
- Millî Eğitim Bakanlığınca ücretsiz olarak verilmiştir.
- **PARA İLE SATILMAZ.**

# İÇİNDEKİLER

AÇIKLAMALAR .....	ii
GİRİŞ .....	1
ÖĞRENME FAALİYETİ-1 .....	3
1. KİŞİLİK VE GELİŞİM DÖNEMLERİ.....	3
1.1. Kişilik Gelişimi ve Örgütlenmesi Kuramları .....	3
1.1.1. Temel Eğilim Kuramları.....	3
1.1.2. Psikodinamik Kuramlar .....	4
1.1.3. Öğrenme Kuramları .....	4
1.1.4. Hümanistik ve Varoluşçu Kuramlar .....	5
1.2. Kişiliğin Ölçülmesi .....	5
1.2.1. Kişilik Testleri .....	5
1.2.2. Kişilik Testlerinin Çeşitleri.....	6
1.3. Çocuklarda Gelişim Dönemleri .....	7
1.4. Gençlik Dönemi ve Kimlik Gelişimi .....	10
1.4.1. Gençlik Döneminin Gelişimsel Görevleri .....	10
1.4.2. Gençlik ve Ergenlik Döneminde Görülen Değişimler.....	10
1.5. Kimlik Kavramı ve Kimlik Oluşumu.....	11
DEĞERLER ETKİNLİĞİ-1 .....	12
UYGULAMA FAALİYETİ .....	13
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME .....	14
ÖĞRENME FAALİYETİ-2 .....	15
2. KENDİNİ GERÇEKLEŞTİRME.....	15
2.1. Kendini Gerçekleştirenlerin Özellikleri .....	15
2.2. İnsancıl Yaklaşım (Hümanist Yaklaşım) .....	17
2.2.1. Gestalt Kuramı.....	17
2.2.2. Maslow'un İhtiyaçlar Kuramı.....	18
2.2.3. Rogers'ın Teröpatik Öğrenme Kuramı .....	19
UYGULAMA FAALİYETİ .....	21
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME .....	22
ÖĞRENME FAALİYETİ-3 .....	23
3. NORMAL DAVRANIŞ VE DAVRANIŞ BOZUKLUKLARI.....	23
3.1. Normal ve Anormal Davranışlar .....	23
3.1.1. Anormal Davranışlara Çevresel Yaklaşımlar .....	24
3.1.2. Anormal Davranışlara Psikolojik Yaklaşımlar .....	24
3.1.3. Anormal Davranışlara Biyolojik ve Organik Yaklaşımlar .....	24
3.2. Anormal Davranışların Nedenleri .....	24
3.3. Anormal Davranışların Sınıflandırılması.....	25
3.3.1. Nevrotik Bozukluklar .....	25
3.3.2. Psicotik Bozukluklar .....	26
DEĞERLER ETKİNLİĞİ-2 .....	28
UYGULAMA FAALİYETİ .....	29
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME .....	30
MODÜL DEĞERLENDİRME .....	31
CEVAP ANAHTARLARI .....	32
KAYNAKÇA .....	33

# AÇIKLAMALAR

<b>ALAN</b>	<b>Sağlık Hizmetleri</b>
<b>DAL</b>	<b>Sağlık Bakım Teknisyenliği</b>
<b>MODÜLÜN ADI</b>	<b>Kişilik Özellikleri</b>
<b>MODÜLÜN SÜRESİ</b>	40/16
<b>MODÜLÜN AMACI</b>	Öğrenciye; gelişim dönemleri, kendini gerçekleştirme ve davranış bozuklukları ile ilgili bilgi ve beceri kazandırmaktır.
<b>MODÜLÜN ÖĞRENME KAZANIMLARI</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Gelişim dönemlerini açıklayabileceksiniz.</li><li>2. Kimlik kavramı ve kimlik oluşumunu açıklayabileceksiniz.</li><li>3. Normal davranış ve davranış bozukluklarını açıklayabileceksiniz.</li></ol>
<b>EĞİTİM ÖĞRETİM ORTAMLARI VE DONANIMLARI</b>	<b>Ortam:</b> Sınıf <b>Donanım:</b> Bilgisayar, projeksiyon, etkileşimli tahta, afiş ve broşürler.
<b>ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME</b>	Bireysel öğrenme materyali içinde yer alan ve her öğrenme faaliyetinden sonra verilen ölçme araçları ile kendinizi değerlendirebileceksiniz.

# GİRİŞ

## **Sevgili Öğrencimiz,**

Toplumsal değişim, bireyler üzerinde kültürel farklılık ve etki oluşturur. Bu farklılık ve etki kimliğin gelişimi ve oluşmasında önemli rol oynar.

Bu materyal ile kişilik özellikleri, kimlik kazanımı ve davranış bozukluklarını öğrenerek kendinizi tanımayı gerçekleştirebilirsiniz. Kendinizi gerçekleştirebilmeniz için hayata dair hedeflerinizin olması gerekir. Hedeflere ulaşmak için çaba gösterilirken hedefe yaklaşılacak durum ve insanlara yönelmeli, uzaklaştırıcaklardan da kaçınılmalıdır.

Kazanılacak yeterlikler; kendinizi, hasta ve hasta yakınlarını tanıma ve anlamada ve mesleğinizi yerine getirmede size yardımcı olacaktır.



# ÖĞRENME FAALİYETİ-1

## ÖĞRENME KAZANIMI

Gelişim dönemlerini açıklayabileceksiniz.

## ARAŞTIRMA

- Kişilik ve gelişim dönemlerini araştırarak bir sunum dosyası hazırlayınız. Hazırladığınız dosyayı sınıfta arkadaşlarınızla paylaşınız.
- Kendinizi ve hayattan beklentilerinizi on cümleyle arkadaşlarınıza anlatınız.

## 1. KİŞİLİK VE GELİŞİM DÖNEMLERİ

Bireyleri birbirlerinden ayıran farklı özelliklerin bir araya gelmesi ile kişilik oluşur. Kişilik karmaşık bir bütündür. Kişiliğin oluşumuna **kalıtım, fizyolojik etkenler, bilinçaltı** ve **sosyokültürel çevre** etki eder.

### 1.1. Kişilik Gelişimi ve Örgütlenmesi Kuramları

Kişilik karmaşık bir olgudur. Kişilik oluşumu ve gelişimi ile ilgili yapılan araştırmalar sonucunda birçok kuram geliştirilmiştir.

#### 1.1.1. Temel Eğilim Kuramları

İnsan davranışları; hız, azim, uyumluluk, duygusallık gibi özelliklere yatkındır. Bu kuramı savunanlara göre bireyin doğuştan getirdiği fiziksel yapısı ile kişiliği arasında sıkı bir bağ vardır. Kalıtım ile doğuştan getirilen eğilim ve özellikler birbirini tamamlar. Bazı araştırmacılar, beden yapılarına göre kişilik tipleri belirlemişlerdir. **Sheldon**, (şeldon) beden özelliklerine göre bireyleri **endomorfi, mezomorfi** ve **ektomorfi** olarak üçe ayırır:

- **Endomorfi:** Şişman ve kısa beden yapısı içinde rahatı, zevki, yemeyi ve sosyal ilişkileri seven insan tipidir.
- **Mezomorfi:** Kemik ve kasları gelişmiş beden yapısı içinde hareketlilik, enerjik olma ve atılganlık özelliği gösteren insan tipidir.
- **Ektomorfi:** Narin ince, uzun beden yapısı içinde utangaç, içe dönük, sakin, duygusal insan tipidir.

Günümüzde ise fiziksel yapı ile kişilik yapısı arasında bağ kurma kabul görmemektedir.

### 1.1.2. Psikodinamik Kuramlar

Sigmund Freud, Psikodinamik Kuram'ın kurucusudur. Freud'a göre kişilik id, (alt benlik) ego (benlik) ve süper egodan (üst benlik) oluşur. Her sistemin kendine göre işleyişi vardır.

- **İd:** Kişiliğin ilkel yanıdır ve haz ilkesine göre çalışır. Doğuştan getirilen güdü, dürtü ve istekler bu sistemde yer alır. Acıkan, susayan, saldırmak isteyen **iddir**. İd mantık dışı hareket eder ve bu isteklerinin hemen karşılanmasını ister. İd isteklerinin ertelenmesine tahammül edemez. Yaşamın ilk yıllarında tamamen idin isteklerine göre hareket eden çocuk çevresiyle olan etkileşimi arttıkça idden gelen isteklerini ertelemeyi öğrenmeye başlar.
- **Ego:** Kişiliğin mantıklı yanıdır ve gerçeklik ilkesine göre hareket eder. Ego, id ile süper ego arasında dengeyi sağlayan sistemdir. İdden gelen isteklerin uygun bir biçimde karşılanmasını sağlar. Freud'a göre kişiliğin sağlıklı olması egonun denge işlevini yerine getirebilmesine bağlıdır. Ego denge işlevini yitirdiğinde psikolojik rahatsızlıklar ortaya çıkar.
- **Süper ego:** Süper ego ise çocuğun anne babasından, yakın çevresinden ve toplumdan öğrendiği kurallara, gelenek ve göreneklere göre şekillenir. Kişiliğin toplumsal yanını oluşturur. Süper ego ahlak ilkesinden yola çıkarak katı ahlak ilkeleri çerçevesinde kararlarını verir. Bu bağlamda da çoğunlukla idden gelen isteklere karşı çıkararak onları bilinçaltına atar. Bu durum davranışları etkiler. Bilinçaltı, davranışların şekillenmesinde ve kişiliğin gelişiminde önemli faktördür.

### 1.1.3. Öğrenme Kuramları

Davranışçı yaklaşım içindeki psikologlar bu kuramı savunur. Bu kurama göre kişilik, yaşanmış tecrübeler, öğrenilmiş davranışlar ve davranışların pekiştirilmesi sonucunda oluşur. Toplum içinde insan davranışları, ödüllendirme ya da cezalandırma yolu ile pekiştirilir. Pekişen davranış sürekli hâle gelirse kişilik özelliği oluşur.

Skinner'e göre kişilik, koşullandırma yolu ile öğrenme sonucunda oluşur. Korkular, zevkler, insanlarla ilişki, iyi ve kötü alışkanlıklar bu yolla kazanılır.

Albert Bandura, kişiliğin oluşmasında koşullanmaya ek olarak başkalarının davranışlarını gözleyerek öğrenmeyi vurgular. Bireyin içinde yaşadığı toplumsal çevre ve örnek aldığı insanlar kişilik oluşumunda çok etkilidir.

Julian Rotter, kişiliği beklenti-değer kuramı ile açıklar. Sonucu, birey için bir değer taşıyorsa o davranış sürekli hâle gelir. Sonuç bir değer taşııyorsa birey davranışı tekrarlamaz.



### 1.1.4. Hümanistik ve Varoluşçu Kuramlar

Kişi ve kişiliği iyimser bir tavırla ele alan bu kuramın savunucularından biri **Carl Rogers**'tır. Bu kuramda, her insanın doğuştan iyi olduğu ilkesini savunulur. Kişiliğin oluşumunda **benlik bilinci** ön plana çıkartılır. Kişilik, bireyin kendini yönlendirmesi ve benlik bilinci sonucu meydana gelir. Benlik bilinci, o bireyin kendini nasıl gördüğü yani kendisi ile ilgili düşünce ve kanaatleridir. Benlik bilincinin gelişmesi, koşulsuz sevgi ortamında yetişerek oluşur. Kişiliği tüm yönleriyle açıklayabilmek için kişiliğin oluşmasına neden olan etkenleri bilmek gerekir.

- **Kalıtım:** İnsanlar arasında doğumdan kısa bir süre sonra duygu ve davranış düzeyinde farklılıklar görülür. Kişiliğin bir yönü olan mizaç kalıtımla doğuştan kazanılır.
- **Fizyolojik etkenler:** Bu etkenler, iç salgı bezleri, hormonlar ve otonom sinir sistemidir. İç salgı bezlerinin azlığı ya da yokluğu organizmanın işleyişini bozar. Bu durum organizma ve kişiliği etkiler.
- **Bilinçaltı etkenler:** Her insanın kendine has arzu, inanç, duygu ve düşünceleri vardır. Bu duyguların mantıklı ve toplumsal değerlere uygun olmayanları bilinçaltına atılır. Bilinçaltındaki arzu, duygu, düşünce ve inançlar davranış ve kişilik gelişimimizi olumsuz etkiler.
- **Sosyal ve kültürel etkenler:** Kişilik özellikleri, bireyin içinde yaşadığı sosyal ve kültürel çevrenin etkileşimidir. Birey, bu özellikleri toplumla yaşarken öğrenir; toplum içindeki ahlak kurallarını, inançları, örf ve adetleri öğrenip bunlara uygun davranır. Bu durum bireyde davranış kalıpları oluşturur. Davranış kalıpları devamlı hâle gelince kişilik oluşur. Kişilik; biyolojik, fizyolojik ve sosyal etmenlerin bireyi uzun süre etkilemesi sonucu şekillenir.

## 1.2. Kişiliğin Ölçülmesi

Kişilik özelliklerinin ortaya çıkartılmasıyla ilgili çeşitli kişilik testleri yapılmaktadır. Bu testler, bireyin kişilik özellikleri hakkında bilgi toplamak amacıyla kullanılır. Kişilik, karmaşık bir olgu olduğundan bugüne kadar tam anlamıyla ölçülebilen herhangi bir araç bu güne kadar geliştirilememiştir.

### 1.2.1. Kişilik Testleri

Kişilik testleri kişilerde, hangi kişilik özelliklerinin farklılık gösterdiğini belirlemek amacıyla kullanılır. Kişilik testleri hazırlanırken hangi özelliklerin araştırılacağı belirlenir. Hazırlanan testler çok sayıda insana uygulanarak test normları oluşturulur. Tekrar araştırmalar yapılarak test normlarının geçerliliği ve güvenilirliği tespit edilir. Bu araştırmalar sonucu istenen özellikler ölçülebilen araçlarla test şekline getirilir.

## 1.2.2. Kişilik Testlerinin Çeşitleri

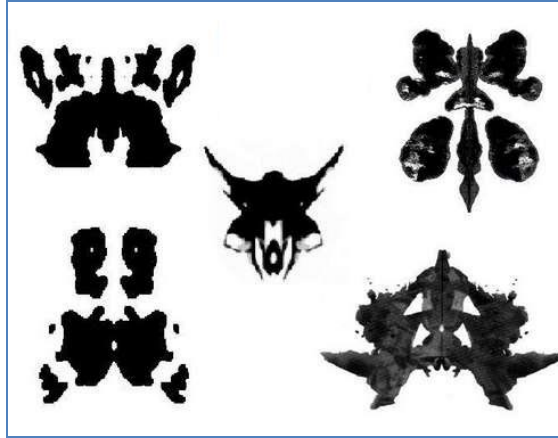
### Kişilik testleri şunlardır:

- **Görüşme:** Kişiliğin değerlendirilmesinde kullanılan yöntemdir. Bu yöntem genellikle iki ayrı ortamda kullanılır. Bunlardan biri, bir kimsenin bir işe uygunluğunu tayin etmek amacıyla yapılan iş görüşmesidir. İkincisi ise görüşmecinin, bir kimseyi yaşantıları hakkında konuşurarak o kimsenin duygu ve tutumlarının açığa çıkmasını sağlamaya çalıştığı danışma görüşmesidir. Görüşmenin amacına ulaşabilmesi için görüşmecinin uzman, aynı zamanda önceden hazırlıklı olması gerekir. Görüşmeci, nasıl bir yol izleyeceğini ve hangi soruları soracağını önceden belirlemelidir.
- **Derecelendirme ölçekleri:** Gözlem ya da görüşme sonucu elde edilen izlenimler derecelendirme yolu ile kaydedilir. Bu test, bireyde hangi özelliğin hangi oranda bulunduğunu belirlemeyi amaçlar. Bir insanın kendine güveninin çok iyi, iyi, orta, kötü gibi dereceleri belirlenir. Yanlış ve olumsuz sonuçlar almamak için bu testi uzman kişilerin yapması gerekir.
- **Yazılı testler:** Temelde, bireyin belli durumlardaki tepkilerini ve hislerini bildirdiği anket şeklindedir. Bu testte kişiliği değerlendirecek bireylere çeşitli sorular sorulur. Cevaplar, puanlanarak değerlendirilir. Testler kişiliğin bir özelliğini ölçmek için hazırlanabildiği gibi birçok özelliği ölçmek için de hazırlanır. **Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri (MMPI)** ve **Kaliforniya Psikolojik Envanteri (CPI)** günümüzde kullanılan yazılı testlerdir.
- **Projektif testler:** Projeksiyon dışı yansıtma anlamındadır. Fertlerin kabul edilmeyen ve istenmeyen fikir, duygu, düşünce ve içgüdülerinin, kendilerinin farkında olmadan bilinç dışı mekanizmalarla ortaya çıkarılmasıdır. Projektif test tekniği, insanın içinden geçeni, çevresinde bulunan dış dünyaya yansıtarak açığa çıkarmak için kullanılır. Bu test uyarıcının çeşidine, testin işlev ve değerlendirme biçimine göre çeşitli şekillerde sınıflandırılabilir. Başlıcaları, **Rorschach (Rorşah)** ve **TAT (öykü tamamlama)** testleridir.
- **Rorschach testi:** Çok sayıda ve çeşitli kişilik özelliklerine sahip insanlara uygulanarak standart normal değerleri tespit edilir. Karışık mürekkep lekeleriyle yapılmış 10 kart deneklere gösterilir. Kartlardaki mürekkep lekelerinin bazıları renkli, bazıları siyahtır. Deneğe belli bir sürede bütün kartlara tek tek bakması ve bunu yorumlaması söylenir. Bu yolla bireyin kendi düşüncelerini yansıtacağı kabul edilir.



Resim 1.1: Roschach testi

- **TAT (Tematik Algı Testi):** Ferdin diğer insanlarla ilişkilerini, çevrelerine karşı takındıkları tavrı araştırmakta ve daha çok kişiliğin sosyal yönünü açığa çıkarmaya çalışmaktadır. Deneklere, 20 resim gösterilir. Bireyden bu resimle ilgili hikâye anlatması istenir. Deneğin bu yolla kendi kişilik özelliklerini anlatacağı hikâyeye yansıtacağı kabul edilir.



Resim 1.2: TAT (Tematik algı testi)

### 1.3. Çocuklarda Gelişim Dönemleri

Canlı varlıklar doğar, büyür ve ölür. İnsan sürekli oluşum içindedir. Çocuklarda gelişim dönemleri şunlardır:

- **Süt çocukluğu çağı:** 0-2 yaş arası süt çocuğu çağıdır. Bu çağda çocuk hızlı gelişir. Ana babaya bağımlıdır. Bu dönemin sonuna doğru bağımsız hâle gelir. Aile üyeleri ile sevgi ilişkileri kurar. **Bu dönemde çocuk:**
- Süt çocuğu, doğum sonrası çevresel değişikliklere uyum sağlar (nefes alma vb.).
  - Emmeyi öğrenir.
  - Belli saatlerde uyur ve uyanır.
  - Belli zamanlarda dışarı çıkma alışkanlığını kazanır.
  - 6. aydan sonra katı gıdaya alışır.
- **Oyun çağı:** 2. yaştan 5-8 yaşına kadar olan zamandır. Çocuk, yetişkin dünyasına yönelir. Kendi başına oynayarak bazı işlerini görebilir. Günlük yaşamı düzene girer. **Bu dönemde çocuk:**
- Yürümeyi ve koşmayı,
  - Konuşmayı,
  - Kendi kendine yemeyi,
  - El ve göz koordinasyonu kurmayı,
  - Çevresini kontrol edebilmek ve istediklerini yapabilmek için gerekli araçları kullanabilmeyi,
  - Kendi kendine giyinmeyi,
  - Cinsiyet farkını ve cinsel ahlakı,
  - Sevilmeyi, sevmeyi ve paylaşmayı,
  - Sevgiyi gösterme yollarını,
  - Yanlış ve doğru konusunda kültürel kavramları ve vicdan duygusu geliştirmeyi öğrenir.
- **Okul çağı:** Bu çağ, 5-8 yaşından 10-12 yaşına kadar olan zamanı kapsar. İlköğretime devam eden çocukları içine alır. Büyüme hızı ve fizyolojik süreçler istikrarlı hâl almıştır. Çocuk, okulda ve mahallede bir takım sosyal ilişkiler kurar. Sinir ve kas becerisi gerektiren bedensel oyunlar oynamaya başlar. Okula gitmekle yetişkinlerin zihinsel kavramları, mantığı, sembolizmi ve iletişim yollarını kavrama çabası içindedir. Bu çağın sonuna doğru çocuk kendine özgü bir düzeye ulaşır. **Bu dönemde çocuk:**
- Büyük ve küçük kaslarını kullanır.
  - Çeşitli oyunlarda beceri kazanır.
  - Kurumsal kurallara uyarak yaşamayı öğrenir.
  - Yaşıtlarının dünyasında oynamaya ve yaşamaya alışır.
  - Ev dışındaki yetişkinlerle de ilişki kurabilir.
  - Bedenini, kendine özgü nitelikleri ile tanır ve kabul eder.
  - Kendi cinsi ile özdeşim kurabilir ( Özdeşim, bireyin örnek aldığı kişinin düşünce ve davranışlarını benimseyerek taklit etmesi ve kendi kimliğine mal etmesi sürecidir.).

- Kişisel temizlik alışkanlıklarını kazanır.
  - Yaşlıları ile yaşamının; yetişkin standartlarına göre yaşamadan daha önemli olduğunu benimser.
  - Kendi davranışlarının sorumluluğunu alabilir.
  - Okuma, yazma, konuşma ve hesap yapma gibi temel okul becerilerini kazanır.
  - Zaman kavramlarını öğrenir.
  - Somuttan soyuta doğru anlama yeteneği gelişir.
- **Ergenlik öncesi:** Bu dönem, çocukluğun son yılları ya da ergenlik öncesidir. Bu çağ kızlarda daha erken, erkeklerde biraz daha geç olmak üzere 9-14 yaşlarını kapsar. Bu çağın başlangıcında gelişme hızı azalır, huysuzluk, terslik yapma olaylarına rastlanır. Sonuna doğru gelişme hızlanarak cinsel olgunluğa götüren hormonal faaliyetler, özellikle kızlarda artar. **Bu dönemde çocuk:**
- Akranlarınca önem verilen oyunlarda beceri kazanmaya çalışır.
  - Bedene iyi bakım alışkanlıklarını kazanır ve beden fonksiyonlarına karşı sağlıklı bir tutum geliştirir.
  - Cinsellik konusunda ilgilerini gizli tutmayı öğrenir.
  - Soyut düşünme ve doğrudan doğruya yaşanmamış fikirleri semboller yolu ile kavrayabilme gücü gelişir.
  - Kendi değerler sistemi içinde ‘doğru’ ve ‘yanlış’ kavramları gelişir.
  - Dilin yazılı sembollerini ustaca kullanır.
  - Fiziksel ve sosyal çevreye çeşitli biçimlerde uyum yollarını öğrenir.
  - Genel ilkeleri, soyut durumlara uygular.
  - Yaşlılarının standartlarını benimser ve onlarla özdeşleşir.
  - Küçük kasları ilgilendiren beceriler kazanır.
  - Kendine özgü değerler sistemi geliştirmeye başlar.
- **Ergenlik çağı (Adolesan):** Çocukluk ile yetişkinlik arasında, aşağı yukarı 13-20 yaş arasını kapsayan geçiş dönemidir. Hızlı büyüme zamanıdır. Kol ve bacak gibi vücudun uzun kemiklerindeki büyüme dikkati çeker. Hormon salgıları önemli gelişmelere yol açar. Bu gelişmeler sayesinde birey, çocukluktan çıkıp fizyolojik ve anatomik yönden bir yetişkinin niteliklerini kazanır. Ergenlikteki gelişmelerin çoğu fizyolojik temele dayanır. **Kişi;**
- Hızla gelişen ve değişen bedenine uyum gösterir.
  - Yaşlıları içinde yer edinir.
  - Meslek seçme ve buna hazırlanmaya başlar.
  - Ekonomik bağımsızlığı güvence altına alma ve hayatını kazanabileceği bir meslek sahibi olma yoluna girer.
  - Aileden bağımsızlığını kazanır.
  - Yetişkinin sosyal statüsüne erişir.
  - Evlenmeye ve aile kurmaya hazırlanır.
  - Uygun bir hayat felsefesi ile birlikte kişisel değer duygusunu oluşturur.

## 1.4. Gençlik Dönemi ve Kimlik Gelişimi

Ergenlik; yetişkinlik öncesi fizyolojik, psikolojik, sosyolojik ve pedagojik yönleri olan bir dönemdir. Büyümenin beden her yanında eşit olmaması, aşamalar hâlinde olması gibi nedenler, ergenin uyum yeteneğini zorlaştırır. Bu gerginlik hâli, bireyler üzerinde toplumun etkilerini artırdığı anlarda ortaya çıkar.

### 1.4.1. Gençlik Döneminin Gelişimsel Görevleri

**Gençlik döneminin gelişimsel görevleri şunlardır: Birey;**

- Bedensel özelliklerini kabul eder.
- Kendi cinsine uygun biçimdeki bir toplumsal rolü gerçekleştirir.
- Anne babadan ve diğer yetişkinlerden bağımsız bir kişilik oluşturur.
- Bir mesleğe yönelir.
- Evliliğe ve aile yaşamına hazırlanır.
- Toplumsal bakımdan sorumluluk üstlenmeyi ister ve gerçekleştirir.
- Toplumsal değer ve normları öğrenip bir dünya görüşü geliştirir.

### 1.4.2. Gençlik ve Ergenlik Döneminde Görülen Değişimler

- **Fizyolojik değişimler:** Bireyin bedensel ve fizyolojik yönden yetişkinliğe hazırlandığı dönemdir.
  - Boy ve ağırlık artar. Büyüme sonucu vücudun oranları değişir. Boy artışı on beş yaşına kadar çok hızlıdır. On beş yaşından sonra kilo artışı boy artışından fazladır.
  - İskelet, beyin ve kalpte büyüme görülür. Mide, bağırsak hacmi oldukça gelişir, tükürük ve mide sularının miktarı artar.
  - Yüz büyür, kol ve bacaklar hızla uzar, beden oranları değişerek ve hareketlerin ahengi bozulur.
  - Hormonlar belirli faaliyetleri oluşturup cinsel olgunluğu ortaya çıkarır. Ses değişir.
- **Sosyal değişimler:**
  - Statü sorunu olur. Ergen; ev, okul ve toplumda beklediği konumu elde edemezse ya saldırgan olur ya da toplumsal kavramları inkâr eder.
  - Sosyal beklenti içine girer. Aile kurmak ve mesleki başarı önemli sorundur.
  - Toplumdaki çeşitli değerler içinden seçim yapma zorunluluğu ortaya çıkar. Özgürlük, ergenin davranışlarında tutarsızlık oluşturur.
  - Ergenlerde değerlere ters düşme sık gözlenir. Anne, baba, öğretmen gibi kişilerin değerleriyle ters düşülür. Kuşak çatışması ortaya çıkar.
  - Yeniliklere açık değerlerin benimsenmesi gerektiğine inanır.

➤ **Psikolojik değişmeler:**

- Ergenlik döneminde duygusallık artar. Dostluğun şiddetli bir duygusallıkla yaşandığı dönemdir.
- Kendine güven duygusu artar. Gizli bir güvensizlik de duyar fakat son derece güvenli görünmeye çalışır. Kendi beklentilerini yerine getiremediğinde hayal kırıklığı fazla olur. Onarılması güç yaralar açabilir.
- Ölçüsüzlüğün artmasıyla olayların gerçek değerini veremez. Onun duygularında, düşüncelerinde ve davranışlarında aşırılık vardır. İlgileri çabuk söner ve yerini başkalarına bırakır. Büyüdükçe sorumluluk ve görevler artar. İlgileri doğrultusunda sosyal beceriler geliştirir.

## 1.5. Kimlik Kavramı ve Kimlik Oluşumu

Kimlik; bireyin, yalnızca ona özgü tutum, duygu, algı, değer ve davranışlarından ibaret olan kendisi hakkındaki görüşüdür. Kimliğin kazanılmasında, toplumun bakış açısı, değer ve kuralları etkilidir. Birey, kendisini değerlendirirken içinde yaşadığı toplumun ölçütlerini kullanır. Birey, kimliğini ergenlikte ve gençlikte fark eder; yaşamı boyunca da geliştirir. Birey, yaşamın neresinde ve nasıl olduğunu, bağımsız bir kişilik olduğunu fark etmesi ile kimliğini kazanmış olur. Kimlik içseldir, birey tarafından yapılandırılır, dinamiktir. Bireyin yetenekleri, inançları, her alandaki yaşantılarıdır. **Kimlik oluşumunun aşamaları şunlardır:**

- **Dağınkılık:** Birey; kendisine örnek oluşturabilecek, benimseyebileceği seçenekleri gözden geçirmemiş ya da seçim yapmamıştır.
- **Körü körüne bağlılık:** Birey; kendisine daha önce öğretilen, anne babasına ait görüş ve değerlere körü körüne bağlıdır. Bu durum değişmezse birey kendisine özgü uygun seçimler yapamaz.
- **Askıya almak:** Özdeşleşme, krizinin tam ortasındadır. Birey, tüm değerlerini askıya almış, bir seçim yapamaz hâle gelmiştir. Bu nedenle kimlik bunalımına girer. Bunalımı atlatamazsa uyum bozulur ve kimlik karmaşası oluşur.
- **Özdeşleşmenin başarılması:** Birey kendisi için en uygun özdeşleşmeyi gerçekleştirir. Özdeşleşme 18-24 yaşları arasında gerçekleşir. Kimlik oluşturma, yaşamın her döneminde devam eden bir süreçtir. Birey, yaptığı seçimleri, verdiği kararları, yeni deneyimlerle tekrar değerlendirir, özümle ve kendinde gerekli değişiklikleri yapar. Kendini eleştirebilmek ve gerektiğinde değiştirebilmek, başarılı kimlik oluşumunda gereken özelliktir. Kimlik oluşumunun başarısızlığı bireyin ruh sağlığının bozulmasına neden olabilir.

## DEĞERLER ETKİNLİĞİ-1

Alanınızda çok tecrübeli ve yetkin biri, hatta bir uzman da olsanız insanlarla etkin iletişim kurmakta iyi değilseniz iş başarınız bir yönden eksik kalacaktır. Bilgiyi ve tecrübeyi net ve anlaşılır bir ifadeyle ve nezaketle ifade edebilen; karşısındakıyla olumlu bir diyalog kurabilen kişi iş hayatında her zaman bunu yapamayan birinin önünde olur.

Para kazanmak, iş geliştirmek, iş almak, ürün tanıtmak, çevre genişletmek gibi şeylerle ilgisi olmayan günlük bir konuşmada bile, bize bir şeyler anlatan kişinin güzel bir sohbeti olması dinlemeyi ne kadar keyifli hale getirir; değil mi? Böyle bir insanı sıklıkla görmek, sıklıkla dinlemek isteriz. Ama çevremizdeki herkesin böyle bir anlatma yeteneği yoktur. İyi bir iletişim kurabilen kişiler günlük hayatta bile bu kadar fark ediliyor ve aranıyorsa, iş hayatında özellikle dikkat çekmemeleri ve daha başarılı olmamaları mümkün müdür?

Bu özelliğe sahip olan insanların kendi aralarındaki koordinasyonu iyi olacaktır. Bu sebeple gelecekteki hayatımızda başarılı olabilmek için şimdiden kendimizi geliştirmeli ve bu tür olumlu yönlerimizi arttırmalıyız.

Sizler Kendinizi geliştirmek için neler yapmalısınız kısaca yazınız.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



## UYGULAMA FAALİYETİ

Aşağıdaki işlem basamaklarını ve önerileri takip ederek gelişim dönemlerini ayırt ediniz.

İşlem Basamakları	Öneriler
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Kişilik testlerini şematize ediniz.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Materyalde konu ile ilgili bölümü tekrar okuyabilirsiniz.</li><li>➤ Konuyu farklı kaynaklardan araştırmalısınız.</li><li>➤ Şemanızı görsellerle (Örneğin; TAT testine ait örnekler) zenginleştirebilirsiniz.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Gençlik döneminin gelişimsel görevlerini tablo ile gösteriniz.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Farklı kaynaklardan araştırma yapmalısınız.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Gençlik ve ergenlik döneminde görülen değişimleri drama hâlinde sergileyiniz.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Konuyla ilgili bölümü tekrar edebilirsiniz.</li><li>➤ Dramanızda fizyolojik, sosyal ve psikolojik değişimlere ait en az bir örnek vermelisiniz.</li></ul>

## ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki soruları dikkatle okuyarak doğru seçeneği işaretleyiniz.

1. Aşağıdakilerden hangisi egoyu tanımlar?  
A) Kişiliğin ilkel yanıdır.  
B) Kişiliğin mantıklı yanıdır.  
C) Kişiliğin toplumsal yanıdır.  
D) Haz ilkesine göre gelişir.  
E) İsteklerinin ertelenmesine tahammülsüzlüktür.
2. Aşağıdakilerden hangisi kişiliğin oluşumuna neden olan etkenlerden değildir?  
Kalıtım  
Fizyolojik etkenler  
Bilinçaltı etkenleri  
Sosyal ve kültürel etkenler  
Kişilik testleri
3. Aşağıdakilerden hangisi kişilik testlerinden değildir?  
A) Görüşme  
B) Derecelendirme ölçekleri  
C) Yazılı testler  
D) Projektif testler  
E) Psikoterapi
4. Aşağıdakilerden hangisi süt çocukluğu çağındaki çocukların özelliklerindedir?  
A) Yürümeyi, koşmayı öğrenir.  
B) Sevmeyi, sevmeyi, sevgiyi ve paylaşmayı öğrenir.  
C) Emmeyi öğrenir.  
D) Konuşmayı öğrenir.  
E) Kardeşleri ve ana babasıyla uygun ilişkiler kurar.
5. Aşağıdakilerden hangisi kimlik oluşumunun aşamalarından değildir?  
A) Dağınıklık  
B) Körü körüne bağlılık  
C) Askıya almak  
D) Özdeşleşmenin başarılması  
E) Ölçsüzlüğün artması

## DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise bir sonraki öğrenme faaliyetine geçiniz.

# ÖĞRENME FAALİYETİ-2

## ÖĞRENME KAZANIMI

Kimlik kavramı ve kimlik oluşumunu açıklayabileceksiniz.

## ARAŞTIRMA

- Kimlik kavramı ve kimlik oluşumunu ile ilgili araştırma yapınız. Araştırma sonucu elde ettiğiniz bilgileri sunum hâline getirerek arkadaşlarınızla paylaşınız.

## 2. KENDİNİ GERÇEKLEŞTİRME

Her insanın yaşam döngüsü, onun kendini gerçekleştirme yolunda attığı adımlardan oluşur. İnsan nasıl yaşıyorsa yaşadığı şekilde kendini ifade eder. Hedefinin ne olduğu belirsiz biri, her gün televizyon başında saatlerini harcayarak tercihini bu yönde kullanır. Hedefi olan ve ulaşmak için çaba gösteren biri de kendini o hedefe yaklaştıracak durumlara ve insanlara yönelir, hedefinden uzaklaştıracak durumlardan da kaçır.

### 2.1. Kendini Gerçekleştirenlerin Özellikleri

İnsan yaşamı, kendisi tarafından çizilen bir tablo gibidir. Herkes kendi hayatının ressamıdır. Çizimleriyle kendini ifade eder. Yoğun olarak karamsar bir ruh hâline sahipseniz olumsuz inançlarınız çoksa siyah ağırlıklı bir resminiz ortaya çıkaracaktır. Ben çok başarısızım, hiçbir şeyi beceremiyorum, kimse bana değer vermiyor gibi inançlarınız varsa yine de kendinizi bu olumsuz inançlarınıza rağmen değiştirip geliştirebileceğinize inanıyorsanız bu siyah ağırlıklı renk öncelikle griye sonra tonu açılarak beyaza doğru bir yolculuğa çıkar.

Kendi hakkınızda düşünceleriniz gerçeğe dönüşebilir. Bilinçaltınız bu konuda yoğun bir gayret gösterir. Olaylar karşısında hem içsel hem de dışsal olarak kendinizi gözlemek nasıl davrandığınızı anlama yolunda önemli bir adımdır.

İnsanlar, önlerine çıkan engellere verdikleri tepkilerle kendini gösterir. Farklı tepkilerin ortaya çıkması; olayların algılanışı, tanımlanması ve yorumlanmasına bağlıdır. Bir olayla karşılaşıldığında olayın bir gerçeği bir de bizim ona verdiğimiz anlamı vardır. Olaya yüklenen anlam, nasıl davranacağımızı belirler. İnsanın yanlış algılarının olması, kendini değerlendirme sürecinde ciddi sıkıntılara neden olur. Kendini işe yaramaz ve değersiz hissediyorsa çevresinin de onu böyle gördüğünü düşünür ve gelecekte hayatının iyi olmayacağına inanmaya başlar.

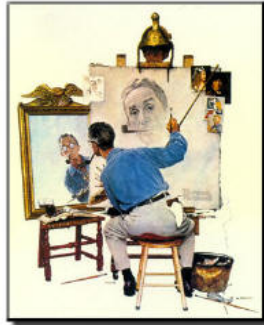
Kendini gerçekleştirme yolundaki ilk adım insanın kendini tanmasıdır. Bunun için kişinin; yeterlilikleri, karakter özellikleri, güçlü ve zayıf yanlarını bilmesi gerekir. Kendini tanımak için doğru soruların sorulması ve gelen cevapların onaylanması gerekir. Dolayısıyla kendini tanıma ve gerçekleştirme yolunda ilk barışı insan kendisi ile yapacaktır. İlk ulaştığı varlıkta yine kendisi olacaktır.

➤ **Kendini gerçekleştiren insanların özellikleri**

- Gerçekliği verimli bir şekilde algırlar ve belirsizliğe tahammül edebilirler.
- Kendilerini ve başkalarını oldukları gibi kabul ederler.
- Düşünce ve davranışlar içtendir.
- Kendi üzerlerinde yoğunlaşmaktan çok, sorun üzerinde yoğunlaşırlar.
- İyi bir mizah anlayışları vardır.
- Çok yaratıcıdırlar.
- Gelenek dışı olmalarına karşın öz kültürlerinin içselleştirilmesine dirençlidirler.
- İnsanlığın refahı ile ilgilenirler.
- Yaşamın temel deneyimlerini değerlendirebilirler.
- Çok değil, az insanla derin, tatmin edici kişilerarası ilişkiler kurarlar.
- Hayata nesnel bir açıdan bakabilirler.

➤ **Bireyin kendini gerçekleştirmesini sağlayan davranışlar**

- Hayatı bir çocuğun yaptığı gibi tam bir konsantrasyonla ve her şeyi özümseyerek yaşar.
- Emin ve güvenli yollara takılıp kalmaktansa yeni bir şeyler dener.
- Yaşantıları değerlendirirken geleneğin, ya da çoğunluğun sesini değil, kendi sesini dinler.
- Dürüştür.
- Görüşlerinin çoğu diğer insanların görüşleriyle uyuşmuyorsa gözden düşmeye hazırlıdır.
- Sorumluluk alır.
- Yapmayı kararlaştırdığı konuda çok çalışır.
- Savunmalarını saptar ve bunlardan vazgeçme cesaretine sahiptir.



**Resim 2.1: Kendini tanıma**

## 2.2. İnsancıl Yaklaşım (Hümanist Yaklaşım)

Hümanist (İnsancıl) yaklaşım, çağdaş bir psikoloji akımıdır. Bu yaklaşım, psikolojinin insan boyutu ile ilgilidir. **Hümanistik psikoloji, davranışçı** ve **psikanalitik** ekollerine reaksiyon olarak 1950'lerde ortaya çıkmıştır. Hümanistik yaklaşımın kökleri **varoluşçu** düşünceye dayanır. Bazen de psikolojinin üç değişik ekolü içinde algılanır. Bunlar davranışçılık, psikanaliz ve hümanizmdir. Hümanistik Psikolojinin temelini atanlar **Abraham Maslow, Carl Rogers ve Rollo May**'dir.

### Hümanistik psikolojinin terapi yöntemleri;

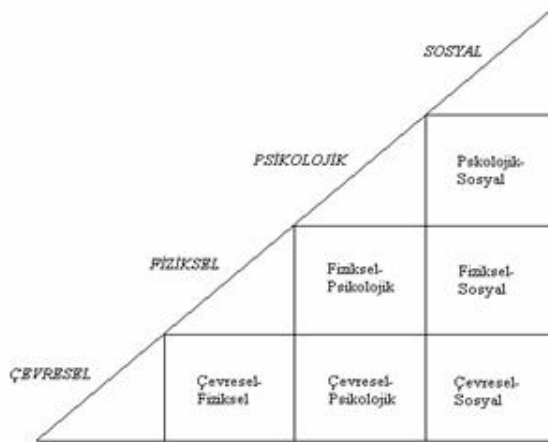
- Danışma,
- Psikoterapi,
- Grup çalışmasıdır.

Hümanistik terapinin amacı, kişiye bütüncül bir tanım vermektir. Kişinin kendisini bir bütün olarak algılamasını sağlamayı hedefler, kendini gerçekleştirme (self-actualization) hedefindedir.

Hümanistik psikolojiye göre insan; kendinden, davranış ve oluşturacağı kimliğinden kendi sorumludur. Geçmiş ya da gelecek değil, içinde yaşanan an önemlidir. İnsan davranışlarını denetim altına almak yerine, daha çok özgürlüğe yer verilmelidir. Hümanistik psikoloji çağdaş bir psikoloji akımıdır.

### 2.2.1. Gestalt Kuramı

Gestalt kuramcıları, sanat eserlerini, görsel ve psikolojik deneyim olarak tanımlar. Sanatı, **duyarlılıkla düzenlenmiş bir bütün** olarak ele alırlar. Sanat nesnesini algılama kişilik, uyarılma, düşünce, birikim ve belleğe bağlıdır. Algı sürecinde bu unsurlar iç içedir. Herhangi bir sanat eseri hakkında oluşan görüş sadece bakılan nesnenin özellikleriyle açıklanamaz. Kişinin beyninde olup bitenlere bağlıdır.



Şekil 2.1: Gestalt kuramı

Bu kuramı savunan psikologlar, algılama sürecinde gerçekleşen düzenleme yeteneği üzerine yoğunlaşırlar. Çevreden aldığımız duyular birbirinden kopuk, ilişkisiz olmasına rağmen birim ve nesnelere bütünlükleri içinde algılıyoruz. Bir müzik eseri, notaların düzen içinde birbirleriyle ilişkisi sonucu oluşan bir bütündür. Müzik eseri farklı bir oktav ya da anahtardan çalınsa bile notalar arası ilişki sırası ve ritim düzeni değişmez. Şarkıyı içerdiği düzen sayesinde tanırız.

## 2.2.2. Maslow'un İhtiyaçlar Kuramı

**Maslow**, insan davranışlarının temelinde yatan ihtiyaçları, hiyerarşik olarak sınıflandırır. İhtiyaçları sınıflandırırken **iki varsayım** vardır. Bu varsayımlardan birincisi, insan davranışlarının temelinde ihtiyaçların bulunduğu, birey davranışlarını anlayabilmek için ihtiyaçlarının neler olduğunu bilmelidir. İkinci varsayımı ise ihtiyaçların önceliği ve şiddeti ile ilgilidir. Birey; organizması, kendi sağlığı ve iyiliği için hangi ihtiyaçlarının öncelikle cevaplandırılması gerektiğini sıralamayı akla yaptırmak yerine, daha işlevsel şekilde kendi denetiminde tutmaktır. **Maslow'un ihtiyaçlar kuramının hiyerarşik sıralaması şu şekildedir:**

- **Fizyolojik ihtiyaçlar:** Açlık, susuzluk, uyumak, cinsellik, barınma ve dinlenme gibi organizmanın hayatını sürdürücü nitelikteki ihtiyaçları içerir. İhtiyaçlar yeterince tatmin edilmezse büyük gerilim yaşar. İhtiyaç şiddeti ne kadar kuvvetli ise gerilim o denli yoğun olur. Üst seviyedeki ihtiyaçlar ortaya çıkmaz.
- **Güvenlik ihtiyaçları:** Fizyolojik ihtiyaçları karşılanan bireyin, bundan sonra hissedeceği ihtiyaç kategorisi, güvenlidir. Güvenlik ihtiyaçları, insanların sonradan kazandığı ilk ihtiyaçtır. Hayat boyunca devam eder. Annesini yanında göremeyen çocuğun ağlaması ve yetişkinlerin güvenlik ihtiyaçları (iş güvenliği, sosyal güvenlik vb.) bu duruma örnektir.
- **Ait olma ve sevgi ihtiyaçları:** Diğer ihtiyaçlar tatmin edildiğinde ortaya çıkar. Başkaları tarafından kabul edilme, yakınlarıyla birlikte olma, arkadaşlık ve dostluklar kurma, çevresine karşı sevgi gösterme ve karşılığında sevilme gibi duyguları içerir. Bu ihtiyaçlar tatmin edilmediği takdirde gerilim ve tedirginlik oluşur. İleride tatmin edilse bile geçmişteki tatminsizliğin izleri bireyin davranışlarını hayatı boyunca etkiler.
- **Takdir ve saygı ihtiyaçları:** Kişinin hem kendine hem de diğerlerine karşı önemli gözükme ihtiyaçlarından ibarettir. Kişi sevilip sayıldıktan sonra başkalarının takdir ve hayranlığını kazanma, bunu sağladıktan sonra da kendi kendini takdir etme ihtiyacını hisseder. Kendi benliğini aşarak mükemmelliğe doğru geçer.
- **Kendini tamamlama ihtiyacı:** Kendini tamamlama, kişinin potansiyelinin farkında olmasıdır. Kişi bütün ihtiyaçlarını tatmin etse bile zaman zaman içinde hoşnutsuzluk ve huzursuzluk duyabilir.



Şekil 2.2: Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi

### 2.2.3. Rogers'ın Teröpatik Öğrenme Kuramı

Terapi bir çeşit öğrenme kuramıdır. Öğrencilerin algılarına dayanır. Rogers başlangıçta öğrenciyi tümüyle özgür bırakmak yerine derece derece uyum sağlayabilme düzeyleri ile orantılı bir artış içinde özgürlük tanımlamasını önerir. Öğrenci, hangi gelişim düzeyinde olursa olsun kabul edici ve empatik (Bireyin içsel başvuru çerçevesini ve ona eşlik eden anlamları, duyguları sanki bireyin yerindeymiş gibi ama kendini kaybetmeden algılama durumu= Karşdakinin yerine koyma.) bir sınıf ortamı sağlandığında yaşına uygun düzeyde kendini tanır ve başkalarının duygularına duyarlı olmayı öğrenir.



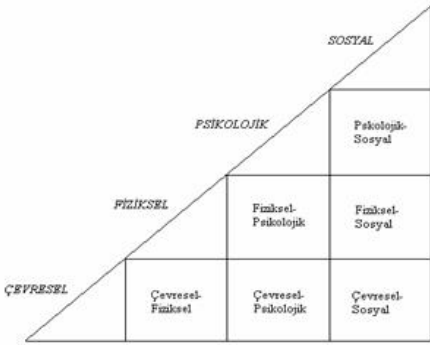

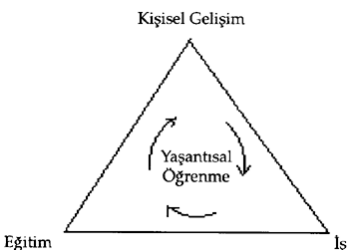
Şekil 2.3: Rogers'ın öğrenme kuramı

- **Öğrenme kuramının özellikleri**
  - Öğrenci merkezlidir.
  - Öğrencileri, konuya ilgi uyandıran problemlere yöneltir.
  - Öğrencinin bireysel görüşlerini ortaya çıkarır ve ona değer verir.
  - Öğretim programını öğrenci görüşlerine göre yönlendirir.
  - Bilginin, öğrenmenin var olan değer yargıları ve yaşantılar tarafından üretildiğini savunur.
  - Öğrenmenin, soru sorma, problem çözme, araştırma gibi öğrenci faaliyetleri ile gerçekleştirilebileceğini savunur.
  - Öğrenmeyi genel kavramlarla yapılandırır.
  - Öğrenmelerin değerlendirilmesini, öğretim kapsamında ele alır.
  
- **Öğrenme kuramının aşamaları**
  - **Dikkat çekme:** Öğrenme görevine odaklanmaları için soru sorma ve ilginç bir olayı anlatmaktır.
  - **Keşfetmek:** Öğrencinin materyal ve öğrenme görevi ile doğrudan etkileşime girmesidir.
  - **Açıklama:** Öğrenciler soyut yaşantıları somut hâle dönüştürür.
  - **Bilgiyi anlamlandırmak:** Öğrencilerin öğrendikleri kavramı genişletmesi ve diğer ilgili kavramlarla ilişki kurarak bilgisini gerçek yaşamda kullanmasıdır.
  - **Değerlendirme:** Değerlendirme, devam eden bir süreçtir; öğretim sürecinin her aşamasında yer alır. Öğretmen gözlemleri, öğrenci görüşmeleri, öğrenci dosyaları, proje ve probleme dayalı öğrenme ürünleri örnektir.



## UYGULAMA FAALİYETİ

Aşağıdaki işlem basamaklarını ve önerileri takip ederek kimlik kavramını ve kimlik oluşumunu açıklayınız.

İşlem Basamakları	Öneriler
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Kendini gerçekleştiren insanın özelliklerini liste hâlinde sununuz.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Konuyla ilgili bölümü tekrar ediniz.</li> <li>➤ Listeyi afiş hâlinde hazırlayabilirsiniz.</li> <li>➤ Listenizi görsellerle zenginleştirebilirsiniz.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Gestalt Kuramı'nı şematize ediniz.</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Şekli tekrar gözden geçirebilirsiniz.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Maslow'un İhtiyaçlar Kuramı'nı şematize ediniz.</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Şekli tekrar gözden geçirebilirsiniz.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Rogers'ın Teröpatik Öğrenme Kuramı'nın aşamalarını listeleyiniz.</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Konuyla ilgili bölümü tekrar ederek şekli tekrar gözden geçirebilirsiniz.</li> </ul>

## ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki soruları dikkatle okuyarak doğru seçeneği işaretleyiniz.

1. Aşağıdakilerden hangisi kendini gerçekleştiren insanların özelliklerinden değildir?  
A) Düşünce ve davranışları içtendir.  
B) Çok yaratıcıdır.  
C) İnsanın refahı ile ilgilenirler.  
D) İyi mizah anlayışları vardır.  
E) Statü sorunları olabilir.
2. Aşağıdakilerden hangisi kendini gerçekleştirmesini sağlayan davranışlardan değildir?  
A) Yaratıcı değildir.  
B) Dürüsttürler.  
C) Sorumluluk alırlar.  
D) Yapmayı kararlaştırdığı konuda çok çalışırlar.  
E) Savunmalarını saptar, bunlardan vazgeçme cesaretine sahiptirler.
3. Aşağıdakilerden hangisi Rogers'ın Teröpatik Öğrenme Kuramı'nın yapılandırma aşamalarından değildir?  
A) Dikkat çekmek  
B) Keşfetmek  
C) Güvenlik ihtiyaçları  
D) Bilgiyi anlamlandırmak  
E) Değerlendirme
4. Aşağıdakilerden hangisi Maslow'un İhtiyaçlar Kuramı'nın hiyerarşik sıralaması değildir?  
A) Kendini tanımlama ihtiyacı  
B) Fizyolojik ihtiyaçlar  
C) Askıya almak  
D) Ait olma ve sevgi ihtiyaçları  
E) Takdir ve saygı ihtiyaçları

## DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise bir sonraki öğrenme faaliyetine geçiniz.

# ÖĞRENME FAALİYETİ-3

## ÖĞRENME KAZANIMI

Normal davranış ve davranış bozukluklarını açıklayabileceksiniz.

## ARAŞTIRMA

- Normal davranış ve davranış bozuklukları ile ilgili araştırma yapınız.
- Araştırma sonuçlarınızı sunum hâline getirerek arkadaşlarınızla paylaşınız.

## 3. NORMAL DAVRANIŞ VE DAVRANIŞ BOZUKLUKLARI

Davranış, organizmanın yaptığı ve organizmada var olan her türlü eylem olarak tanımlanır. Normal ve anormal davranışların sınırlarını belirlemek oldukça karmaşık ve zordur. Davranışı uyarıcı etkenler; doğal güdüler ve toplumsal güdülerdir. Davranışın yapıldığı ortam, süresi ve gerektiği anda ortaya çıkması ya da şiddeti bu durumda etkilidir. **Davranış, normal ve anormal davranış olarak ikiye ayrılır.**

### 3.1. Normal ve Anormal Davranışlar

Normal davranış, “kurallı, alışlagelene uyan”; anormal davranış ise “kurala ve alışlagelene uymayan davranış” anlamına gelir. Davranışın yapıldığı ortam çok önemlidir.

#### **Normal davranışlar sergileyen kişiler;**

- Gerçekle tam ilişki hâindedir.
- Sorunlarını çözebilir.
- Faaliyetlerinin yönünü ve şiddetini ayarlayabilir.
- Dikkatini toplayıp yoğunlaşabilir.
- Bir konuyu ayrıntılı ve yansız olarak düşünüp kendisini eleştirebilir.
- Bilgisini kullanır.
- Faaliyetlerini, toplum tarafından kabul gören bir amaç etrafında toplar.
- Yaşamdan zevk alır.

Anormal davranışlar ise insanın belirli doğal ve toplumsal koşullarda uyarıcılara alışılmışın dışında, gösterdiği tepkidir. Yalnızken yapılan davranışların belli kuralları yoktur. Davranışın yanlış yerde yapılması anormal nitelik kazandırabilir. Bir toplumun kültüründe normal sayılan davranış, bir başka toplumda anormal olarak nitelendirilebilir. İçinde yaşanılan kültürün kuralları, davranışları normal ve anormal olarak belirler.

### 3.1.1. Anormal Davranışlara Çevresel Yaklaşımlar

Anormal davranışlar, bireyin sorunlarını çözmesinde etkili olabilecek davranışları öğrenmemesinden dolayı ortaya çıkar. Birey, engellenme ve çatışma durumunda uygun davranışları gösteremez ve anormal davranışlar sergiler.

**Davranışsal yaklaşım savunucuları;** anormal davranışları, öğrenmeye ve çevre etkisine bağlamış, hayvanlar üzerinde yapılan deneylerle görüşlerini doğrulama yoluna gitmişlerdir. Örneğin; Pavlov, bir köpeğe bir daire ve elipsi ayırt etmeyi öğretirken farklı bir duruma tanık olmuştur. Şeklin elips mi daire mi olduğunun zor anlaşıldığı durumda köpek ayırım yapamıyor, şekillere gösterdiği tepkileri hangisinde göstereceğine karar veremiyordu. Benzer deneyler tekrarlandığında köpek artık daireyi ve elipsi hiç ayırt edemez ve davranışlarında bazı değişikliklerin olduğu gözlenir. Önceleri sessiz ve uysal olan köpek, saldırgan, bunalım ve nevroz belirtileri göstermeye başlar. Köpek, daire ve elipse nasıl tepki vermesini öğrenememiştir.

### 3.1.2. Anormal Davranışlara Psikolojik Yaklaşımlar

Anormal davranışlara psikolojik yaklaşımlar Freud ile başlar. Freud'a göre normal dışı düşünce ve davranışlar, mekanizmaların abartılmış biçimleridir. Anormal davranışlar; gerçekte, kişinin iç çatışmalarından kurtulması için gösterdiği yetersiz çabaların belirtileridir. Bireyin, dış çevreden gelen tehlikelere karşı olağan tepkisi, korku duygusudur. Korku duygusu mantıklı yöntemlerle denetlenmezse savunma mekanizmaları sağlıklı şekilde kullanılamaz ve gerçekçi olmayan yöntemlere başvurulabilir. Böylece ruhsal rahatsızlar ortaya çıkar.

### 3.1.3. Anormal Davranışlara Biyolojik ve Organik Yaklaşımlar

Bu yaklaşımı savunan psikologlar, anormal davranışın temelinde iki faktör ararlar. Genler yoluyla ana babadan çocuklara geçen kalıtsal faktörler ve beslenme, alınan ilaçlar, iklimde meydana gelen değişimler gibi çevresel faktörlerin etkisiyle bedende biyokimyasal dengesizlikler oluşur.

## 3.2. Anormal Davranışların Nedenleri

Anormal davranışlar, psikiyatrik hastalık olarak değerlendiriliyorsa belirli bir şiddet ve sürede yer alması ya da birden fazla anormal davranışın bir arada bulunması gerekir. **Anormal davranışların başlıca nedenleri şunlardır:**

- **Kalıtım:** Anormal davranış nedenlerindedir. Psikiyatrik hastalığı olan anne babanın çocuklarında hastalık çıkma olasılığını, olumsuz çevre koşulları da etkiler.
- **Mikrobik hastalıklar:** Anormal davranışların oluşmasına neden olabilir. Örneğin, sifiliz hem cinsel ilişki ile hem de doğumla bulaşarak ruhsal bozukluklara neden olur.

- **Cinsiyet:** Yapılan araştırmalarda, erkekler ve kadınlarda anormal davranışlara yol açan nedenler farklılıklar gösterir.
- **Yaş:** Anormal davranışlar üzerine etkilidir. Kadın ve erkekte farklılıklar gösterir. Erkeklerde 30-40, kadınlarda da 25-35 yaşları arasında davranış bozuklukları gözlenmektedir. Yetmiş yaşından sonra her iki cinste de bunama (demans) görülme olasılığı yüksektir.
- **Anne yoksunluğu ve uygun olmayan anne baba rnekleri:** Anormal davranış nedenlerindedir. Çocuğun anneden ayrılarak özel kurumlarda yetişmesi veya bir ev ortamında yetiştiği hlde, anneden gereken ilgi ve sıcaklığı bulamaması sonucu anne yoksunluğu görülür. Normal koşullarda çocuğun temel rneği anne ve babasıdır. Değerleri yanlış olan ebeveynler çocuklarına kötü örnek olurlar.
- **Tutarsız anne baba tutumları ve kardeş kıskançlığı:** Tutarsız anne baba tutumları, anormal davranışlara sebep olur. Anne, baba çocuğun aynı ya da benzeri anormal davranışlarını bir kez cezalandırır, görmezden gelir ya da dllendirirse ocuk, hangi davranışın doğru olduğunu bilemez. Bu ocuklar dengeli değer yargılarına ileriki yaşlarda sahip olmaz. Kardeşlerinden birine kendisine gösterildiğinden daha çok ilgi yöneltildiğini sezdiğinde ya da yeni doğan kardeş tüm ilginin merkezi olduğunda, çocukta bazı uyum güçlüklere ortaya çıkar ve çoğu kez psikolojik gelişiminde gerileme görülür.
- **Diğer nedenler:** Yoksulluğun yarattığı kısıtlamalar, hızlı değişen toplumsal değer ve koşullara uyma güçlüğü, savaşlar, kentleşme ve gler, kuşaklar arası çatışmalar, kitle iletişim araçlarının etkileri anormal davranışın sebepleri arasında sayılabilir.

### 3.3. Anormal Davranışların Sınıflandırılması

Davranış bozuklukları; **nevrotik bozukluklar** (nevrozlar) ve **psikotik bozukluklar** (psikozlar) diye sınıflandırılır. Nevrotik bozukluklar, bedensel ve toplumsal işlevlerde aksamalara neden olmayan bozukluklardır. Psikotik bozukluklar ise kişilik bütünlüğünün ve bireyin uyum gücünün büyük lde bozulmasıyla görülür.

#### 3.3.1. Nevrotik Bozukluklar

Nevrozların kaynağı benliğin savunma mekanizmalarını (Güdüler doyorulmadığında organizmaya psikolojik ya da fizyolojik olarak zarar verir. Kendimizi bu zarardan koruyabilmek için savunmaya geçer ve belli mekanizmaları devreye sokarız. Bu istemsiz davranışlar savunma mekanizmalarıdır.) harekete geçiren çatışma ve kaygıdır. Savunma mekanizmaları, kişideki kaygıyı bastırmada başarısız olmuşsa ya da abartılı bir biçimde kullanılmışsa çatışmalar ve uyum zorlukları çözülemez. Savunma mekanizmaları normal yaşamda olabilecek kadar hafif düzeyde ve geçici olarak değil de insanı sıkıntıya sokacak kadar şiddetli uzun süreli kullanılırsa görülür.

Çocuklarda 12 yaş öncesi psikiyatrik hastalık görülmez. Bazı çocuklarda anormal davranışlar gözlene bile bunlar, uyum güçlüğünden kaynaklı kısa süreli davranışlardır. Çocuklarda en çok görülen davranışlardan biri dikkat çekmedir. Ağlama, gösteriş yapma, gürültülü sesler çıkarma, saldırganlık, altını ıslatma, suçu üzerinden atma, çok fazla hayal kurma, hayali hastalıklara sığınma, sinirlilik çocuklarda sık görülen davranışlardandır. Anne, baba ve çevre bilinçli davranırsa bu davranışlar kısa sürede ortadan kalkar.

### ➤ **Nevrotik bozuklukların özellikleri**

**Nevrotik hastalıkları ve nevrozlu kişileri (nevrotik) karakterize eden özellikler şunlardır:**

- Nevrotik rahatsızlıklar, bireyin gündelik faaliyetlerini etkilese de kişi işi, evi, eğitimi, insan ilişkilerinde belirli düzeyde uyumu sürdürebilir.
- Nevrotik kimselerin gerçeği değerlendirme yetileri bozulmamıştır. Kendi düşünce ve hayalleri ile gerçek dünyayı ayırt edebilirler.
- Nevrotik kişinin duygusal yaşamında iniş çıkışlar, sıkıntı ve gerginlikler, duygularını ifade etme güçlükleri olabilir. Bunlar, nicelik düzeyindedir ve gerçek yaşamla bir bağ içerir.
- Nevrotiklerde rahatsızlık, birçok ruhsal yapının sağlıklı biçimde çalışmasını engelleyecek düzeyde değildir. Nevrotik kimsenin düşüncelerinde, algılamalarında, konuşmasında bir bozulma görülmez. Zihinsel kapasitesi de aynen korunduğu gibi çoğu zaman rahatsızlık zihinsel işlevlerin yürütülmesini engellemez. **Örneğin;** sınavın önemini nevrotik bir üniversite öğrencisi değerlendirebilir. Hem de sınavda zihinsel kapasitesini kullanabilir.
- Nevrotik kimselerin kullandığı savunma mekanizmaları, gelişmiş mekanizmalardır. Değiştirme, konversiyon, izolasyon gibi savunma mekanizmalarını kullanırlar.
- Nevrotik kişi, hastalığının bilincindedir. Çektiği sıkıntılardan, belirtilerinden ve kendisini insan ilişkilerinde soktuğu zor durumlardan kurtarmak için tedaviye genellikle başvurur. Tedavide çoğu zaman isteklidir.

Nevrotik bozukluklar sonucu oluşan hastalıklar; **anksiyite** (bunaltı), **somatoform bozukluklar**, (organik nedeni olmayan bedensel şikayetler) **hipokondri**, (hastalık hastalığı) **fobi**, (bazı nesne ve durumlara karşı geliştirilen olağan dışı ve yersiz korku) **panik atak**, (çarpıntı, terleme, nefes darlığı, göğüs ağrısı ve baş dönmesi belirtileriyle yoğun korku ve rahatsızlık duyma) **obsesif-kompulsif bozukluk** (Kişide sıkıntı yaratan ama zihninden bir türlü uzaklaştıramadığı tekrar edilen düşünce obsesyon; kompulsiyon, kişinin kendisini yapmaktan alıkoyamadığı eylemlerdir.).

### **3.3.2. Psikotik Bozukluklar**

Kişilerin gerçekte ilişkilerinin kesildiği ve davranışların sebep-sonuç ilişkilerinin tamamen koptuğu psikiyatrik hastalıklardır. Kişi, çevresinde olanların farkında değildir. Kendi yarattığı dünyada yaşar. Düşünce mantık dışıdır, yanılsama ve sanrılar görür.

➤ **Psikotik bozukluklarının özellikleri**

- Ağır ruhsal hastalıklardır. Psikotikler hastalıklarını kabul etmezler.
- Hasta nerede olduğunu bilemez. Gerçeklerden uzak hayal dünyası içinde yaşar.
- Duygu, düşünce, davranış ve çevreyle ilişkilerde kendini belli eder.
- Hasta kendine bakamaz, hastanede gözetim altında tutulmalıdır.
- Psikotik bozukluklar bedensel veya ruhsal kaynaklı olabilir.

Psikotik hastalıklar; **şizofreni**, (zihnin yarılması, kişi dış dünyayla ilişkisini keser ve içe döner.) **mani**, (duygu uçuşumu) **depresyon**, (çöküntü) ve **paranoya** (halüsinasyon=sanrı) gibi hastalıklardır.

## DEĞERLER ETKİNLİĞİ-2

Günümüzde insanlar refah düzeyini yükseltmek, daha fazla gelişebilmek uğruna sınırlı olan doğal kaynakları kayıtsızca kullanarak, üretim ve tüketim düzeyini çevre dengesinin bozulması pahasına arttırmaktadır. Bu nedenle, çevreyi düşünerek tüketim yapan bireyler yetiştirmek eskisinden daha fazla önem kazanmıştır

Birey tüketici olarak sosyalleşirken çeşitli sosyalleşme araçlarının etkisinde kalmaktadır. Aile, okul, medya, akranlar, internet vs. tüketicinin sosyalleşmesinde önemli rolleri olan sosyalleşme araçlarıdır

Sizce bu sosyalleşmeye etki eden unsurlar sizleri nasıl bilinçli hale getirir.

Aile:

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Akranlar:

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

İnternet:

.....  
.....  
.....  
.....  
.....



## UYGULAMA FAALİYETİ

Aşağıdaki işlem basamaklarını ve önerileri takip ederek normal davranış ve davranış bozukluklarını açıklayabileceksiniz.

İşlem Basamakları	Öneriler
➤ Normal davranışlara örnekler veriniz.	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Materyalde yer alan konu ile ilgili bölümü tekrar okuyabilirsiniz.</li><li>➤ Konuyu farklı kaynaklardan araştırmalısınız.</li><li>➤ Normal davranışları drama edebilirsiniz.</li></ul>
➤ Anormal davranışlara örnekler veriniz.	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Materyalde yer alan konu ile ilgili bölümü tekrar okuyabilirsiniz.</li><li>➤ Konuyu farklı kaynaklardan araştırmalısınız.</li><li>➤ Anormal davranışları drama ediniz.</li></ul>

## ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki soruları dikkatle okuyarak doğru seçeneği işaretleyiniz.

1. Aşağıdakilerden hangisi anormal davranışlardandır?  
A) Dikkatini toplayıp yoğunlaşabilmektir.  
B) Bilgiyi kullanabilmektir.  
C) Sorunlarını çözeabilmektir.  
D) Kural ve alışıla gelen davranışlara uymamaktır.  
E) Gerçekle tam ilişki içinde olmaktır.
2. Aşağıdakilerden hangisi psikotik bozukluğu olan hastalarda görülen özellik değildir?  
A) Ruhsal yapısı çalışmasını engellemez.  
B) Gerçekle tam ilişki halindedir.  
C) Hastalıkları kabul etmez.  
D) Hayal dünyası içinde yaşar.  
E) Kendine bakamaz.
3. Aşağıdakilerden hangisi nevrotik bozukluğu olan hastalarda görülen özelliklerdendir?  
A) Hastalığının bilincindedir.  
B) Hayal dünyasında yaşar.  
C) Tedaviye isteklidir.  
D) Tedavi olmayı kendisi ister.  
E) Düşünce ve algılamada bozulma olmaz.
4. Aşağıdakilerden hangisi, anormal davranış nedenlerinden değildir?  
A) Korku  
B) Cinsiyet  
C) Yaş  
D) Kalıtım  
E) Mikrobik hastalıklar
5. Aşağıdakilerden hangisi, nevrotik bozukluklardan değildir?  
A) Anksiyite  
B) Somatoform bozukluklar  
C) Depresyon  
D) Hipokondri  
E) Fobi

## DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı cevap anahtarıyla karşılaştırınız. Yanlış cevap verdiğiniz ya da cevap verirken tereddüt ettiğiniz sorularla ilgili konuları faaliyete geri dönerek tekrarlayınız. Cevaplarınızın tümü doğru ise modül değerlendirmeye geçiniz.

# MODÜL DEĞERLENDİRME

## KONTROL LİSTESİ

Bu faaliyet kapsamında aşağıda listelenen gelişim dönemleri, kendini gerçekleştirme ve davranış bozuklukları ile ilgili davranışlardan kazandığınız beceriler için **Evet**, kazanamadığınız beceriler için **Hayır** kutucuğuna (X) işareti koyarak kendinizi değerlendiriniz.

Değerlendirme Ölçütleri	Evet	Hayır
1. Kişilik testlerini şematize ettiniz mi?		
2. Gençlik döneminin gelişimsel görevlerini tablo ile gösterdiniz mi?		
3. Gençlik ve ergenlik döneminde görülen değişimleri drama ettiniz mi?		
4. Kendini gerçekleştiren insanın özelliklerini liste hâlinde sundunuz mu?		
5. Gestalt Kuramı'nı şematize ettiniz mi?		
6. Maslow'un İhtiyaçlar Kuramı'nı şematize ettiniz mi?		
7. Rogers'ın Teröpatik Öğrenme Kuramı'nın aşamalarını listelediniz mi?		
8. Normal davranışlara örnekler verdiniz mi?		
9. Anormal davranışlara örnekler verdiniz mi?		

## DEĞERLENDİRME

Değerlendirme sonunda “**Hayır**” şeklindeki cevaplarınızı bir daha gözden geçiriniz. Kendinizi yeterli görmüyorsanız öğrenme faaliyetini tekrar ediniz. Bütün cevaplarınız “**Evet**” ise bir sonraki materyale geçmek için öğretmeninize başvurunuz.

# CEVAP ANAHTARLARI

## ÖĞRENME FAALİYETİ 1'İN CEVAP ANAHTARI

1	B
2	E
3	E
4	C
5	E

## ÖĞRENME FAALİYETİ 2'NİN CEVAP ANAHTARI

1	E
2	A
3	C
4	C

## ÖĞRENME FAALİYETİ 3'ÜN CEVAP ANAHTARI

1	D
2	B
3	B
4	A
5	C

## KAYNAKÇA

- BAYMUR Feriha, **Genel Psikoloji**, İnkılap Kitabevi, İstanbul.1994.
- BİNBAŞIOĞLU Cavit, **Öğrenme Psikolojisi**, Kadioğlu Matbaası, 5.Basım, Ankara, 1991.
- EROĞLU Feyzullah, **Davranış Bilimleri**, Beta Basım, İstanbul, 2004.
- PETİT Jorge R.,Çeviri Murat COŞKUN, **Acil Psikiyatri El Kitabı**, İstanbul Medikal Yayıncılık, 1.Basım, İstanbul, 2006.
- ŞENER Beria Bilge, Zafer ÇELİK, İbrahim UÇAK, **Psikoloji**, Bediralp Matbaacılık, İstanbul, 2008.
- <http://dergiler.ankara.edu.tr/dergiler> (Erişim Tarihi: 23.02.2017 / 15.35)