

Mizaç(huy) ise; sinirlenmek, neşelenmek, saldırgan olmak, soğukkanlı olmak gibi bireyde farklı düzeyde görülen kalıtımsal ve sosyal çevre öğrenmeleri ile oluşan örüntülerdir.

Kişilik Kavramları



BENLİK

- Bireyin kendi kimliğidir.
- Bireyin gelişimsel özellikleri çerçevesinde kendisini algılaması ve değerlendirmesidir.
- Bireyin kendisine ilişkin algılarıdır.

ÖZGÜVEN

- Bireyin kendisine olan güveni ve inancı
- Bireyin kendisi ile ilgili olumlu yargıları
- Kendisi ile barışık olması

BENLİK SAYGISI(ÖZSAYGI)

- Bireyin gelişim özelliklerine değer vermesi
- Kapasitesini bilmesi
- Performansını bilinçli kullanması
- Risk alabilmesi
- Hedefler belirlemesi ve çaba göstermesi

ERİKSON'A GÖRE KİŞİLİK(PSİKOSOSYAL) GELİŞİMİ

Kişiliğin oluşumunda **biyolojik etkenler** ile birlikte **sosyal çevre** de önemlidir. Kişilik gelişiminde sosyal çevreye verdiği önemin yanı sıra, biyolojik temelli doğuştan getirilen bazı özelliklerin de üzerinde duran Erikson, **epigenetik**(gelişim dönemler halinde olur.) bir temelle kişilik gelişimini açıklamaktadır.

Erikson'a göre her dönemde farklı bir çatışma ya da karmaşa durumu ortaya çıkar. Erikson bu karmaşa ya da çatışmalara “**psikososyal kriz**” denir.

Belli kritik dönemlerdeki krizler çözülmezse, birey gelişimsel olarak bir sonraki evreye eksik geçiş yapar. Fakat daha sonraki dönemlerdeki olumlu yaşantılarla bu eksiklikler giderilir.

Psikososyal Gelişim Dönemleri ve Gelişimsel Karmaşalar /Krizler

Erikson'a göre insan hayatı kişilik gelişimi açısından sekiz döneme ayrılabilir. Erikson'un kuramında her dönem o dönemde çözülmesi gereken problem ve olası durumlarla ifade edilmiştir. Erikson insan hayatının tümünü içeren bir gelişim kuramı ortaya atmıştır.

1. Temel Güvene Karşı Güvensizlik(0-2 Yaş)

Bireylerdeki kişilik gelişiminde ilk kazanılması gereken özellik güven duygusudur.

Anne bebeğini yeterince besler, sevgi ve ilgi gösterirse bebekte **güven duyguları** gelişir. Bebek acıktığı, altını ıslattığı ve ağladığında rahatsızlığı hemen giderilirse annesine güveneceğini anlar. Ters durumda güvensizlik duygusu gelişir.

Bu dönemi olumsuz yaşayan, diğer bir ifadeyle temel güven duygusundan yoksun olarak yetişmiş çocuklar ilerideki yaşamlarında **sosyal ilişki kurmaktan kaçınma, çekingen, kaygılı, gergin, kararsız, karamsar ve kendine güvensiz olma** gibi kişisel özellikler taşıyabilirler.

Bu dönemde “Ben bana ne verilmişse oyum” düşüncesi gelişir.

Bowlby’nin Duygusal Bağlanma Kuramı Bağlanma-Kopma (Etholojik Kuram)

Bağlanma; bireyin kendisi için özel olan bireylerle kurduğu güçlü ve duygusal bir bağdır.

Özerkleşme (kopma); ise, çocuğun annesinden ve çevresinden bağımsız olarak eylemlere yönelmesini kapsayan bir süreçtir.

- Güvenli Bağlanma

Bebeğin ilk ihtiyaçları, uygun zamanda ve kalitede karşılanmıştır. Güvenli bağlanma, bebeğin bireye güvenin esas olduğu, sağlıklı duygusal bağlanmadır. Bu tür bağlanmada güven esas olduğu için birey bağlandığı kişi ile zaman zaman ayrı kalabilmekte çünkü onun zamanı geldiğinde tekrar geri döneceğini bilmektedir.

- Güvensiz-Kaçınan Bağlanma

Anne bebeğin ihtiyaçlarını uygun düzenlilik ve tutarlılık içinde karşılamamıştır. Bu tür bağlanma gösteren bebekler, dışarıdan gözlemlendiğinde oldukça bağımsız görünürler. Bu tür bebekler sık sık yalnız bırakıldığı için yalnızlığa alışmıştır ve anneleri onları terk ettiğinde bir sorun yaşamazlar ve anneleri ortamda olmadığı için tepki göstermezler. Anneleri tekrar ortama girdiğinde de bir tepki göstermezler ve onunla gitme eğilimi de göstermezler.

- Güvensiz-Çelişkili(Kuşkulu) Bağlanma

Bu tür bireylerde güvensizlikten dolayı aşırı bağlanma ya da aşırı bağımsızlaşma görülür. Yabancı ortamlarda bu tür bağlanma gösteren bebekler bağlandıkları kişiye sınımsıkı sarılırlar, ayrılmak istemezler. Bağlandıkları kimse bulunulan mekandan ayrıldığında aşırı endielenir döndüğünde ise çelişkili tepkiler verirler ya da ona sarılır ya da onu iterler.

- Öğrütlenmemiş (Yönlendirilmemiş) Bağlanma

Bebeklerin bazen de yabancı durumlarda çelişkili ve kaçınan bağlanma türlerinin bir karışımı olan durumlar göstermesidir.

DUYGUSAL BAĞLANMA TÜRLERİ



```
graph TD; A[DUYGUSAL BAĞLANMA TÜRLERİ] --> B[GÜVENLİ BAĞLANMA]; A --> C[GÜVENSİZ BAĞLANMA]; C --> D[KAÇINAN]; C --> E[KUŞKULU]; C --> F[ÖRGÜTLENMEMİŞ];
```

The diagram is a hierarchical flowchart. At the top is a box labeled 'DUYGUSAL BAĞLANMA TÜRLERİ'. A line from this box splits into two arrows pointing down to 'GÜVENLİ BAĞLANMA' and 'GÜVENSİZ BAĞLANMA'. From 'GÜVENSİZ BAĞLANMA', three arrows point down to 'KAÇINAN', 'KUŞKULU', and 'ÖRGÜTLENMEMİŞ'.

**GÜVENLİ
BAĞLANMA**

**GÜVENSİZ
BAĞLANMA**

KAÇINAN

KUŞKULU

ÖRGÜTLENMEMİŞ

- Ayrılık Kaygısı

Bowlby'e göre özellikle bu dönemde bebekler yakın çevrelerindeki bireylere bağlanma eğiliminde olmaktadır. Yakın çevredeki anne babaya ya da başka bireye bağlanma da güvende olma duygusunu etkileyen faktörler arasındadır. Yani diğer insanlardan birine bağlanan bebek kendini hayatta daha güvende hissetmektedir. 0-3 yaş arasındaki bebeklerin büyük bir kısmı anneleri yanlarından uzaklaştığında **ayrılık kaygılarının** bir göstergesi olarak ağladıkları gözlemlenmiştir.

Gelişimsel olarak özellikle altı ay ile üç yaşları arası bebeklerin başta annelerinden olmak üzere yakınlarından ayrılmak istemedikleri bir zaman dilimidir. Üç yaşından sonra sosyalleşme ile birlikte bu kaygının yavaş yavaş ortadan kalktığı gözlenmektedir.

- **Özerklik (Kopma)**

Bebekler anneye bağılılık geliştirdikleri dönemi takiben, giderek değişen ve genişleyen çevreyi tanımak ve ona uyum sağlamak isteyeceklerdir. Bebek bir yandan çevreyi keşfetme, tanıma, uyum arayışı ve öğrenme güdüsünü karşılamak isterken bir yandan da güven ihtiyacı duyar. Bir tehlike hissettiğinde ise, tekrar annesinin yanına döner.

2. Özerkliğe Karşı Kuşku ve Utanç(2-4 Yaş)

Çocuğun yürümeye ve konuşmaya başlaması ile anneye olan bağımlılık azalır. Çocuk özerk bir biçimde davranmaya ve bağımsız eylemlerden zevk almaya başlar. İstediklerini kendi kendine ve anne babasının (belli ölçüde) kontrolünde yapar. Fiziksel olgunluğa bağlı olarak kendi kendine giyinebilme, yemek yeme, tuvaletini kontrol etme davranışlarını gösterir. Çocuğa kendi eylemlerini kontrol etme olanağı vermek, özerklik duygusunun gelişmeye başlamasını sağlayacaktır.

Böylece bağımsız davranmaya ve bunlardan haz almaya başlar. Örneğin; merdivenden inen üç yaşındaki çocuğunu korumak için elinden tutmak isteyen annesine çocuğun”Ben inerim,bırak” demesi, kendi başına giriştiği eyleme başkalarının müdahale etmesini istememesinden kaynaklanır.

Kendisine fırsat verilmeyen, bir işi başaramamanın heyecanını yaşayamayan çocuklar, ileriki yaşlarda **kendisinden ve kapasitesinden kuşku duyma, utanma, çekingen olma kendi başına karar verememe** davranışlarını gösterir.

Bu dönemde “**ben ne olacaksam oyum**” düşüncesi gelişir.

3. Girişimcilige Karşı Suçluluk(4-6 Yaş)

Bu dönemde çocuğun çevresinde olanlara duyarlılığı daha da artar. Çevresinde gelişen olayları anlayabilmek için sık sık sorular sorar. Çocuğu sorduğu sorular yüzünden azarlamak, araştırma çabalarının önüne geçmek çocuktaki girişimcilik duygusunu köreltecek ve kendini suçlu hissetmesine neden olacaktır.

Bu nedenle bu dönemde çocukların yaşadıkları bu doğal merakın sonucu ortaya çıkan bu tür davranışları sabırla karşılanmalı ve onlara öğrenmek istedikleri uygun biçimde açıklanmalıdır.

Bu dönemde “**Ben olmayı hayal ettiğim gibiyim**” düşüncesi gelişir.

Okul Öncesi Dönemde Girişimciliği Geliştirme

- Çocukların kendileri için seçim yapmalarına izin verilmelidir.
- Çocuklar kendi istekleriyle bir şeyler yapmaya cesaretlendirilmelidirler.
- Çocukların seçtikleri etkinliklerde başarılı olmalarına olanak sağlanmalıdır.
- Çocukların farklı roller oynamalarını mümkün kılan etkinlikler geliştirilmelidir.
- Çocukların yapmaya çalıştıklarına destek olunmalıdır.
- Çocuklara yapma, etme, yasak, dokunma gibi yönlendirilmelerden kaçınılmalıdır.

4. Çalışkanlığa Karşı Aşağılık Duygusu / Başarıya Karşı Yetersizlik(6-12 Yaş)

Bu dönemde okula başlayan çocuk için artık oyun oynamak eski çekiciliğini yitirmiştir. Bunun yerini bir şeyler üretmek, yaptığı işlerde başarılı olmak isteği almaya başlamıştır. Çocuk öğrenebildiği ve başarabildiği konularda çevresinden onay ve takdir bekler. Çocuğa bu dönemde ilgi ve yetenekleri ölçüsünde sorumluluklar verilerek kapasitelerini kullanmaları ve gelişmeleri sağlanırsa, çocukların “benlik algısı” güçlenecek ve başarı duygusu gelişecektir. Aksi halde aşağılık ve yetersizlik duyguları gelişecektir.

Bu dönemde çocuğu okulda ve evde başkalarıyla kıyaslamak olumsuz benlik gelişimine sebep olur.

Bu dönemde “bana öğretilenler neyse oyum” düşüncesi gelişir.

Bu dönemde, özellikle okula yeni başlayan çocukların okula gitmeden önce ya da okuldayken duydukları bir tür korku vardır.

- Okul Fobisi

Tek başına kalamama, okul ya da başka her hangi bir yere gitmeyi reddetme, güvendikleri yetişkinler olmadan mekan değiştirmeme, kendileri için önemli olan bağlandıkları kişilerden ayrılma durumunda baş-karın ağrısı, kabus görme gibi belirtiler söz konusudur. Ayrılık kaygısı paralelinde, eş bir zorluk alanı da okul fobisidir.

İlköğretimde Çalışkanlığı Destekleme

- öğrencilere sorumluluklar verilmelidir.
- Her öğrencinin performansının olumlu yönleri belirlenmeli ve desteklenmelidir.
- Öğrenciye başarıma yetenekleri açısından cesaret verilmelidir.

5. Kimlik Kazanmaya Karşı Kimlik(rol) Karmaşası(12-18 Yaş)

“ben kimim?” sorusunun sorulduğu ve kimlik arayışının yoğunlaştığı dönemdir. Ergenlik döneminde yaşanan psikososyal karmaşa ise kimlik kazanmaya karşı kimlik bocalamasıdır. Erikson kimlik kazanmayı kimliğe yönelik olumlu bir tutum geliştirme olarak tanımlamakta ve psikososyal olarak kişinin kendini iyi hissetmesi ile açıklamaktadır.

Ergenlik döneminde, kimlik arayışı başlamasına karşı, dönemin sonunda mutlaka kimlik duygusunun kazanılmış olması da gerekmez. Bazı durumlarda kimliğin kazanılması sonraki gelişim dönemlerine ertelenmiş olabilir.

Kimlik bocalamasına yol açan etkenler;

- Düşünce sistemindeki değişiklikler yani soyut düşünmenin gelişmesi
- Cinsel rolleri benimseme ve karşı cinse ilgi duyma
- Meslek seçimine yönelme, sosyal rollerdeki değişimler
- Akran grubu içindeki durumlar ve hareketler
- Ben merkezci düşünme

- Marcia'nın Kimlik Statüleri

Ergenlik dönemindeki bireyler için dört kimlik statüsü tanımlamıştır:

Başarılı Kimlik

Bu dönemde ergenin kararları tutarlıdır ve geçerlidir. Bireyin kendi tercihleriyle kimlik krizini tamamlaması ve çözümlemesi söz konusudur.

Bireyler herhangi bir kararsızlık durumunda(bunalım durumunda) etkin karar alarak tercih yaparlar. Verdikleri kararların doğru olduğunu kabul ederler ve kararlardan memnundurlar. Diğer insanların kendisini kabul ettiğine inanırlar.

Bu durumdaki bireyler kendi ailelerinin ve sosyal çevrelerindeki bireylerin dini, siyasi ve geleneksel inançlarını incelemişler ve kendilerine uygun olanları tercih ederek kimliklerine uygun olmayanlardan vazgeçmişlerdir.

İpotekli/Engellenmiş/Erken Bağlanmış Kimlik

Ergen kendine özgü bir kişilik oluşturmamakta, çevresinin yönlendirmesine ihtiyaç duymaktadır. Birey birilerinin bağımlılığına girer ve bu kişilerin düşünce, karar ve hayallerine ulaşmayı ister. Bu bireyler başka seçeneklere ilişkin hiçbir araştırma yapmaksızın ya da başka seçeneklerle ilgili sınırlı araştırmalarla ailevi değerlere sıkı sıkıya bağlanmışlardır.

Kimlikle ilgili tüm kararlar anne-baba, deneyimli ya da otorite olarak kabul edilen diğer kişiler tarafından alınmıştır.

Birey, benlik arayışına hiç girmez. Anne-babanın ya da diğer yetişkinlerin kendisi için belirlediği kimliğe girer.

Gecikmiş/Beklemeli/Moratoryum/Askıya alınmış Kimlik

Ailenin ve sosyal çevrenin tercihleri ile kendi tercihleri arasında sıkışıp kalmışlardır. Bu kararsızlık nedeniyle hiç karar vermemeyi ve hiçbirşey yapmamayı tercih edebilir, başıboş dolaşırlar. Bu tür kararsızlık, erteleme, gözden geçirme ya da kendini dinlendirme sürecine yani moratoryum kişiliğine girerler.

Bu nedenle öğretmenlerin ve anne-babaların bu dönemde ergenlere oldukça çaba gerektiren uzun vadeli hedefler değil; **kısa vadeli ve daha az çaba gerektiren hedefler koyması** daha uygun olur.

Kargaşalı/Dağınık Kimlik

Bu statüdeki bireyler çeşitli seçenekleri incelemiş olsalar bile yaşamlarında belli bir yönelme yapmamış kimselerdir. Bu tür bireylerde kimlik bunalımı yoktur. Kimliksiz olmak onları rahatsız etmez. Kimlik konusunda bir girişimleri yoktur. Bu statüdeki ergenler kriz yaşamazlar, ciddi bir şekilde seçenekleri araştırmazlar. Kararlarını durumdan duruma değiştirirler.

Erikson'un Diğer Kimlik Statüleri

Gölgelenmiş Kimlik

Bireyin seçiminde ailenin baskı ve zorlaması vardır. İpotekli kimlikte seçim aile isteklerine uygun yapılırken gölgelenmiş kimlikte bu seçim baskı altında gerçekleşir.

Ters Kimlik

Bazı durumlarda ergenler ebeveynleri ve yaşadıkları toplum tarafından istenmeyen kimlik türlerini seçebilmektedirler. Örneğin; eğlence olsun diye hırsızlık yapan bir savcının kızı. Hiç kimse olmaktansa “kötü” biri olmayı tercih ederler.

KİMLİK STATÜLERİ

BAŞARILI KİMLİK	İPOTEKLİ KİMLİK	MORATORYUM KİMLİK	DAĞINIK KİMLİK	TERS KİMLİK	GÖLGELİ KİMLİK
BUNALIM (KARARSIZLIK) VAR, ÇÖZÜM DE (UYGUN KARAR) VAR.	BUNALIM (KARARSIZLIK) VAR, ÇÖZÜM (KARAR) VAR FAKAT BAŞKALARININ ÇÖZÜMÜDÜR.	BUNALIM (KARARSIZLIK) VAR, FAKAT BİR SÜRELİĞİNE ERTELENİR	BUNALIM (KARARSIZLIK) YOK AYNI ZAMANDA KARAR DA YOK ALDIKLARI KARARLARI DURUMDAN DURUMA DEĞİŞTİRİRLER	HİÇ KİMSE OLMAKTANSA KÖTÜ BİRİ OLMAYI TERCİH EDERLER	BUNALIM (KARARSIZLIK) VAR ÇÖZÜM DE (KARAR) VAR ANCAK AİLENİN BASKISI ALTINDA

6.Yakınlığa Karşı Uzaklık(18-30 yaş)

Bu dönemde birey karşı cins ile geleceğe ve evliliğe dönük yakın ilişkiler kurmayı ister ve bireylere belli bir samimiyetle yaklaşır. Meslek seçimi isteği taşır. Eğer bireyler evlilik, arkadaşlık kurma ve meslek seçimi gibi konularda başarısız olurlarsa ve yakın ilişkilere geçemiyorlarsa yalnızlığa düşer, yetersizlik duyguları gelişir, mutsuz olur, kalabalığın içinde yalnız kalır ve insanlardan uzaklaşır. Bu dönemi olumsuz yaşayan bireylerde bağlanma duygusu gelişir. Birey “iş bulunca evleneceğim” ya da ev alınca evleneceğim” gibi bahanelerle korkularını gizlemeye çalışır.

7.Üretkenliğe Karşı Durgunluk (30-60 yaş)

Bu karmaşa yetişkinlik yıllarında yaşanmaktadır. Birey toplum için yararlı işler yapabildiği, yeni kuşaklara rehberlik edebildiği sürece üretkendir. Yetişkin gerek iş, gerek aile hayatında üreticilik işlevini yerine getiremeyecek olursa, içine kapanarak durgunluğun hakim olduğu bir yaşam sürer. Çevrelerine karşı kayıtsız kalır ve aşırı bireyselleşen kişiler olurlar. Bu dönemi yaşayan öğretmenler, yetiştirdikleri öğrencilerin kalitesi ile mutlu olur ve doyum alırlar.

8.Benlik Bütünlüğüne Karşı Umutsuzluk(60 ve üstü yaş)

Yaşlılık yıllarını kapsayan bu dönemle birey, önceki dönemlerde yaptıklarının muhasebesini yaparak, yaşamını değerlendirir ve o güne kadar yaptıklarının anlamını(yaşamla hesaplaşır) sorgular. Önceki dönemlerden doyum alan kişiler benlik bütünlüğüne ulaşırlar. Önceki dönemlerden rahatsız olanlar (keşkeler ve pişmanlıklarla uğraşanlar) hayatının boşa geçtiğini düşünerek umutsuzluğa düşerler.