



KİŞİLERARASI İLİŞKİLERİN BAŞLANGICI VE GELİŞİMİ

Kişilerarası iletişim

- Kaynak ve hedef insan
- En az iki kişi arasında gerçekleşen iletişim
- Karşılıklı gvne dayanan
- İlişkiler ağı oluşturan
- Bilgi ve duygu paylaşımını amaçlayan
- Çift yönlü
- Sözlü-sözsüz etkileşim süreci

Bir iletişim ne zaman kişilerarası iletişim sayılır?

1. iletişime katılanlar belirli bir yakınlıkta yüz yüze
2. iki yönlü karşılıklı mesaj alışverişi
3. Sözlü / sözsüz zaman ve mekan birliği içinde olmalı

İletişimi etkileyen temel faktörler

- Kişisel özellikler
- Algı
- Duygular
- Kültür
- Fiziksel çevre

Kişisel özellikler

- Cinsiyet
- Fiziksel görünüm
- Kişilik özellikleri
- Geçmiş deneyimler ve davranış biçimleri

cinsiyet

- Kadınlardan kendini açması, ilgi göstermesi, işbirliği yapması beklenirken
- Erkeklerde amaç yönelimli konuşması beklenmekte...

Fiziksel görünüm

Fiziksel çekicilik ilişkiler üzerinde olumlu etki gösteriyor.

Kıskanma / yaklaşımdan çekinme bir zorluk mu?

Hemcinslerin reddi

İlk izlenimde olumlu uzun vadede sınırlı etki

Kişilik özellikleri

◦ BIG 5 / Büyük 5 li

1. Nevrotiklik

2. Dışadönüklük

3. Açıklık

4. Uyumluluk

5. Özdisiplin

Algı

- Duyu organlarından beyne giden verilerin örgütlenmesi, yorumlanması, anlamlandırılması
- **Aynı duyuşal uyarıcı farklı kişilerde tarafından farklı algılanır mı?**

Aynı duyusal uyarıcı farklı kişilerde tarafından farklı algılanır

- Neden?
- Fizyolojik
- Geçmiş deneyimler & roller
- Kültür ve alt-kültürler

- Kendimizi ve çevremizi nasıl algıladığımız kritik...
- **REFERANS ÇERÇEVELERİ**

- FİKİRLER

- TECRÜBELER

- İNANÇ SİSTEMLERİ

- DEĞER YARGILARI

- TUTUMLAR

REFERANS ÇERÇEVELERİ

- Algımızı filtreler
- **Yeni bilgi referansımızla tutarlı değilse red, tutarlı ise mevcut çerçeveye sarıl !**
- **Algılar her zaman gerçek dünyanın yansıması değil**
- **Hatalı değerlendirme sorunu**
- **En etkili DUYGUDURUMU**
- **Öfkeli/ gergin ----- neşeli/ rahat**

HALE ETKİSİ / Halo effect

- Bir kişinin diğer bir kişiyi / olayı tek bir özelliğinden tümünden olumlu ya da tek olumsuz özellikten tümünden olumsuz değerlendirmesi.
- Başarısız- yaramaz öğrenci
'yine ne yaptın?'

duygular

- İletişim ve duygular ilişkili
- Mutlu hissediyorsak diğer insanlarla olumlu ilişki kurma & olumlu geribildirim
- Kararlı duygu kalıpları (donuk, rahat, kaygılı vs...)

- **Olumlu duyuyş**

(mutlu, heyecanlı, güçlü, memnuniyet vb.)

Daha çok etkinlik daha çok zevk alma

- **Olumsuz duyuyş**

(stresli, sinirli, gergin vb.)

BİR DUYUM NE ZAMAN DUYGU
OLARAK TANIMLANIR?

- FİZYOLOJİK
- BİLİŞSEL ÖĞELERE SAHİP
- DAVRANIŞI ETKİLEMESİ

Kültür

- Vericinin mesajı----- hedefe farklı ulaşma durumu
- BEDEN DİLİ
- DEĞER YARGILARI
- BAKIŞ AÇISI

Fiziksel çevre

- Mobilyalar
- Görüşülen yer
- Gürültü düzeyi
- Isı
- Günün hangi saati

Kişilerarası İlişki tarzı nasıl gelişir?

- Duygu
- Düşünme stilleri
- Davranış tarzları

- Yeni Bilgi +yeni deneyim ile öğrenilenler değişir.
- Bireysel istekler +gereksinimler + toplumsal normlar

avantajlar

- Kişiliğın şekillenmesi
- Kişinin kendini kabul etmesi
- Kabul gören-değer verilen benlik algısı
- Kendi hakkında daha fazla şey öğrenmesi
- Yaşamın zenginleşmesi
- Online iletişim

dezavantajlar

- Olumsuz davranışlar (ergenlik)
- Kendine ayırdığın zamanın azalması
- Sosyal ilişkilerin zayıflaması
- Örselenme
- Olumsuz duygu durumu
- Online ilişki- gerçekten kim?

İlk izlenim nelere bağlı

- Fiziksel çekicilik
- Yakınlık
- Benzerlik
- Saygınlık

Fiziksel çekicilik

- Ne kadar çekici o kadar olumlu
- Çekici= ilginç, daha zeki, daha sosyal, daha uyum sağlayan
- Yakışıklı erkek
- Güzel kadın hemcinsleri tarafından red!

saygınlık

- Saygınlık arttıkça olumlu izlenim

benzerlik

- İyi bir arkadaşınızı düşünün !
- Benzer tutumlar+ değerler.....daha çekici
- Birbirini tamamlayıcı özelliği olanların ilişkisi?
- Sessiz-konuşkan

yakınlık

- Fiziksel yakınlık
 - Hoşlanma artar
 - olumsuzluklar minimize edilir
 - olumlu yönler vurgulanır....
-
- Peki ya uzun yıllar evli olanlar?
 - Uyumluluk!

Sözel olmayan işaretler

- Tanıdığı hatırlatma
- Sevdiğiniz kişi ise
- olumlu

Kişilerarası ilişkilerin aşamaları

1. Kontak kurma
2. Katılım
3. Yakınlık
4. Bozulma
5. Onarma
6. özölme

İLİŐKI TİPLERİ

Kişilerarası ilişki tipleri

arkadaşlık

romantik

aile

İlişki tipleri

Arkadaşlık İLİŞKİSİ

- Güven
- Duygusal destek
- İlgilerin paylaşılması

Arkadaşlık tipleri

- 1.Karşılıklı ilişki
- 2.Alıcı ilişkiler
- 3.İlişki

Karşılıklı ilişki

- İdeal olan
- Bağlılık
- Fedakarlık
- Ortak duygulanım
- Cömertlik

Alıcı ilişkiler

- Alınan- verilen dengesizliği
- Verici-alıcı
- öğretmen-öğrenci
- Statü farkı

İlişki

- Arkadaşça
- Sınıf arkadaşları
- Komşular
- İş arkadaşları

- Bağlılık –güven / verici-alıcı değil
- Samimiyet
- Yoğun bir ilişki yok

İlişki tipleri

Romantik İLİŞKİ

- İnsanlık tarihi boyunca AŞK
- Sternberg ve ark .

Üçgen sevgi kuramı

- Hendrick & Hendrick

Aşka ilişkin tutumlar ölçeği

Sternberg Üçgen Sevgi Kuramı & Aşk öyküleri

- YAKINLIK
 - TUTKU
 - BAĞLANMA
-
- 3 öğe farklılaşır:
kalıcılık, kontrol edilebilirlik,
psikofizyolojik boyut, bilinçli olma
düzeyi...

Sternberg Üçgen Sevgi Kuramı & Aşk öyküleri

- **Yakınlık:** Bağlılık, yakın olma, ve sırları paylaşma hislerini içerir.
- **Bağlılık:** İlişkiyi ileri boyutlara taşımak için gerekli olan sorumluluk, planlama, inisiyatif alma gibi öğeleri içerir.
- **Tutku:** Cinsel ve romantik çekim öğelerini barındırır. Kontrol edilemez, geçici ve bilinçsiz.

LEE'nin Aşk Biçimleri Kuramı

- renk analogjisinden yararlanmışır.
- **doğada üç temel renk olduğunu hatırlatır: Kırmızı, sarı ve mavi.**
- Diğer bütün renkler, bu üç temel rengin farklı oranda karışımlarından meydana gelir.
- Benzer şekilde hiçbirine diğerine indirgemeyen üç temel/birincil aşk biçemi vardır:
- **Tutkulu aşk (eros),**
- **oyun gibi aşk (ludus)**
- **arkadaşça aşk (storge).**

İkincil aşk biçimleri

Birincil aşk biçemlerinin bileşimlerinden oluşan

- **Mantıklı aşk**
- **Sahiplenici aşk**
- **Özgeci aşk**

Hendrick & Hendrick

- Erkekler kadınlara göre aşkı daha çok **oyun gibi gördükleri**
- **Kadınların arkadaşça , mantıklı, ve fedakarca aşkı daha yüksek puanladıkları**
- Benlik algısı yüksek olanlar romantik aşka inanmakta,
- düşük olanlar ilişkilerinde güvensiz, bağımlı ve kıskanç olarak ifade etmekte...

Bağlanma & romantik ilişkiler

- Çocuk- annebaba ilişkisi.....başkaları ile anlamlı ilişki (Bowlby)

Ainsworth ve ark.

3 TÜR EBEVEYN:

- 1. GÜVENLİ ANNE-ÇOCUK İLİŞKİSİ** (mutlu ve özgüven sahibi)
- 2. KAYGILI-KARARSIZ İLİŞKİ** (anne ilgili değil)
- 3. KAÇINMACI İLİŞKİ** (duyarlı değil)

AİLE İLİŞKİLERİ

- Aile tanımı
- Klasik tanım
- Değişim günümüzde
- Tek ebeveynli aile
- Evli olmadan birlikte yaşama
- Eşcinsel çiftler

KİŞİLERARASI İLİŞKİLER KURAMSAL YAKLAŞIMLAR

Kişilerarası ilişkiler

Thibaut & Kelley'in Değiş Tokuş Kuramı

- Ödül- bedel analizi
- Ödül (zevk memnuniyet)
- Bedel (harcanan enerji,zaman)
- Çıktı (elde kalan)

- Karşılaştırma düzeyi
(tecrübe,gözlem, normlar)
- Seçenekleri kıyaslama düzeyi
(subjektif bireysel standart değerlendirmesi)

Harry Stuck Sullivan

- Kişilik kişilerarası ilişkiler ile anlaşılır.
- Kaygılı anne – kaygılı bebek- baş etme mekanizması
- Seçici dikkatsizlik:
kaygılı durumu görme reddet!
Kişileştirme süreci için kritik...
- Baba – otorite Polis, öğretmen algısı

Eric berne transaksiyonel analiz

- Benlik durumlarımız
- 3 benlik durumu
- Ebeveyn
- Yetişkin çocuk

İLETİŞİMLER

- TAMAMLAYICI
- ÇAPRAZ
- GİZLİ (en karmaşık olan)