

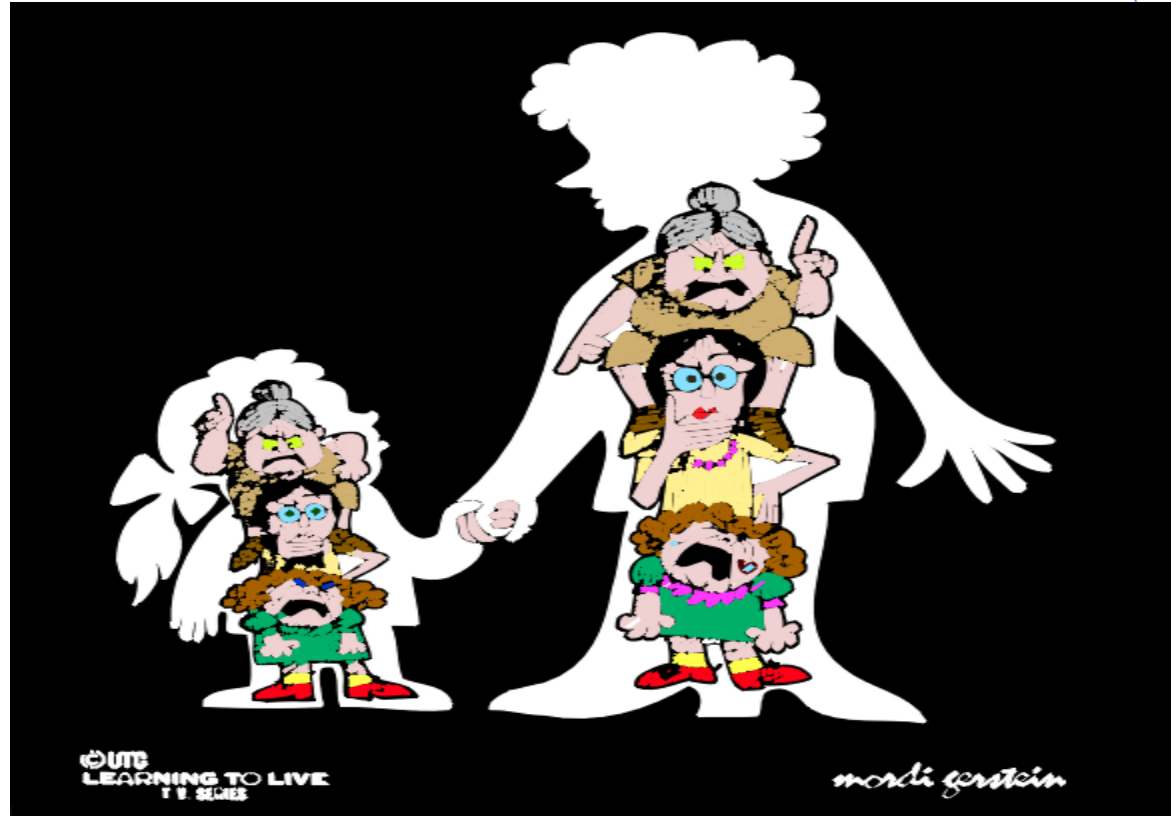
İNSAN İLİŞKİLERİ VE İLETİŞİM



Doç. Dr. İlhan YALÇIN
Ankara Üniversitesi

İÇERİK

❖ İletişim ve Ego-durumları



İLETİŞİM VE EGO-DURUMLARI

- ❖ Kişilerarası ilişkileri incelemenin pek çok yolu vardır.
- ❖ Bunlardan birisi de Transaksiyonel Analiz yaklaşımıdır.

İLETİŞİM VE EGO-DURUMLARI

Ego Durumları

Ebeveyn

Değerler, inançlar,
kural ve kalıplar

Yetişkin

Kararlar, tercihler,
somut ve sahici

Çocuk

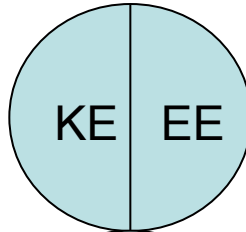
İhtiyaçlar, korkular
ve duygular

İLETİŞİM VE EGO-DURUMLARI

- **Ebeveyn ego-durumu:** Bireyin yaşamında karşılaştığı ebeveyn figürlerinin duygu, düşünce ve davranış örüntüleri takımıdır.
- Kişiliğimizin insanlara nasıl davranmaları gerektiği konusunda öğütler, emirler veren kısmıdır.

İLETİŞİM VE EGO-DURUMLARI

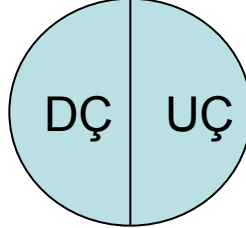
KORUYUCU
EBEVEYN



ELEŞTİRİCİ
EBEVEYN



DOĞAL
ÇOCUK



UYARLANMIŞ
ÇOCUK

İLETİŞİM VE EGO-DURUMLARI

- **Koruyucu Ebeveyn:** Karşımızdaki yaşı kaç olursa olsun, onun sağlığını ve çıkarını korumaya yöneliriz.

İLETİŞİM VE EGO-DURUMLARI

KORUYUCU EBEVEYN

- ❑ “Ceketini giy, üşürsün”
- ❑ “Okuldan geldin açsındır, hemen yemek hazırlayayım”
- ❑ “Sen bıçakla soyamazsın, ben soyarım”
- ❑ “Ben senin başarılı olacağına inanıyorum”

İLETİŞİM VE EGO-DURUMLARI

- **Eleştirici Ebeveyn:** Toplumsal kuralları- değerleri korumaya, bunlara uymayanları eleştirmeye ve gerektiğinde cezalandırmaya yöneliriz.

İLETİŞİM VE EGO-DURUMLARI

ELEŞTİRİCİ EBEVEYN

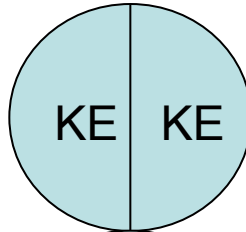
- ❑ “Dersini yap, yoksa öğretmenini arayacağım”
- ❑ “Şu dağıttıklarını topla artık koca adam oldun”
- ❑ “Her zaman düzenli ol”
- ❑ “Benimle asla böyle konuşma”
- ❑ “Öyle oturulmaz”

İLETİŞİM VE EGO-DURUMLARI

- **Çocuk ego-durumu:** Bireyin yaşamla baş etmek üzere kendi potansiyelini işe koşarken, kendisinin oluşturmuş olduğu ve çocukluğundan da izler taşıyan duygu, düşünce ve davranış örüntüleri takımı.

İLETİŞİM VE EGO-DURUMLARI

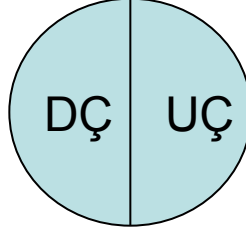
KORUYUCU
EBEVEYN



ELEŞTİRİCİ
EBEVEYN



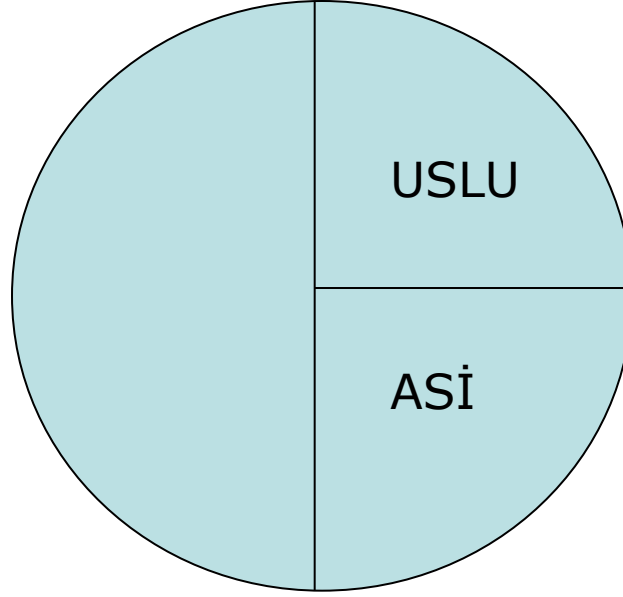
DOĞAL
ÇOCUK



UYARLANMIŞ
ÇOCUK

İLETİŞİM VE EGO-DURUMLARI

DOĞAL
ÇOCUK



UYARLANMIŞ
ÇOCUK

İLETİŞİM VE EGO-DURUMLARI

- **Doğal Çocuk:** Kişinin fiziksel ihtiyaçlarını gözetir, spontandır, içinden geldiği gibi davranır.
- **Asi Çocuk:** Otoritenin isteğine zıt bir davranış sergiler.
- **Uslu Çocuk:** Kendi isteğini bir yana bırakıp, otoritenin istediği gibi davranır.

İLETİŞİM VE EGO-DURUMLARI

DOĞAL ÇOCUK

- ❑ “Off! Sıkıldım”
- ❑ “Hadi ama gelsene”
- ❑ “Canım pasta çekti, hadi yapalım”
- ❑ “Senin yüzünden, arkadaşlarımla oynamaya gidemiyorum.”
- ❑ “Ben, biraz daha tv izlemek istiyorum.”

İLETİŞİM VE EGO-DURUMLARI

USLU ÇOCUK

- ❑ “Tamam, nasıl istersen.”
- ❑ “Ben, zaten o oyunu çok severim.”
- ❑ “Ben, bütün arkadaşlarımı çok seviyorum.”
- ❑ “Bir daha yapmayacağım, söz.”

İLETİŞİM VE EGO-DURUMLARI

ASİ ÇOCUK

- ❑ “O kazağı giymeyeceğim işte”
- ❑ “Ben bu yoldan gitmek istiyorum”
- ❑ “Bana ne”
- ❑ “Özür dilemek istemiyorum”
- ❑ “Sana inat yapmayacağım”

İLETİŞİM VE EGO-DURUMLARI

- **Yetişkin ego-durumu:** Şu andaki gerçeğe uygun olan ve diğer iki kategoriden özerk duygu, düşünce ve davranış örüntüleri takımıdır.
- Çocuk ego-durumundan farkı, nesnel verileri işleyerek, problemi çözmeye çalışır.

İLETİŞİM VE EGO-DURUMLARI

- **Yetişkin Ego-Durumu:** Kişiliğimizin akılcı yanıdır. Algılama, bellekte tutma, veri işleme, bilişsel etkinlikler onun fonksiyonudur.
- Onun sayesinde fiziksel gerçeklere ilişkin objektif verileri-bilgileri toplarız.

İLETİŞİM VE EGO-DURUMLARI

- **Yetişkin Ego-Durumu:** Ne sadece **toplumsal kuralları** gözetir, ne de yalnızca **kişisel ihtiyaçlarımızı** dikkate alır. Yetişkin yanımız sayesinde yargılayıcı ya da duygusal olmadan, aklımızın gerekli gördüğü şekilde davranırız.