

# KIŐILİĐE KIŐILERARASI BAKIŐ

# Kişilerarası İlişkiler ve Kişilik

- Kişiliği, kişilerarası ilişkilerde nasıl davrandığımız- başkaları ile olan ilişki biçimlerimiz, tepki şekillerimiz temelinde inceler.
- Kişilik teorilerinin çoğunda ilişki vurgusu;
  - Freud → ebeveyn ile ilişkiler, toplumla ilişkiler
  - Rogers → otantik duygulara yabancılaşma, koşulsuz olumlu kabul
  - Maslow → sevgi ve aidiyet ihtiyacı
- «Personality» → «persona»

# Harry Stack Sullivan

- 1953 → «Psikiyatrinin Kişilerarası Kuramı»
- İlişkiler sadece önemli değil hayati!!
- Tümüyle kişilerarası ilişkilere odaklanan ilk sistematik kişilik kuramı
- Kişilik → «insan hayatını tanımlayan yinelenen kişilerarası durumların dayanıklı bir modeli»

# Harry Stack Sullivan

- Kişilik gelişimi → kişilerarası deneyimsel bir süreç
- Doğumla birlikte karşılaşılan kişiler ve sosyal çevre kişilik için belirleyici bir öneme sahiptir.

## Gelişim Evreleri

- Bu gelişim aşamaları, **etkili kişilerarası ilişkiler için kapasitenin veya çevrenin sosyal yapısına uyum sağlama becerisindeki aşamalı gelişimi** temsil eder.

# Harry Stack Sullivan

## Gelişim Evreleri

1. **Bebeklik** → doğumdan konuşmayı öğrenene kadar geçen süre (0-30 ay)
  - Güvenlik ihtiyacı
  - Gerilim ve öfori hali (tüm evrelerde)
  - Biyolojik ihtiyaçlar → bebekte gerginlik
  - Bebekteki gerginlik → annede gerginlik
  - Anne hassasiyeti/sıcaklığının gelişimi
  - Böylesi bir ilişki → hayatta kalabilmek ve gelişebilmek için ilişkilere ihtiyaç olduğu anlayışı
  - **Karşılıklı duygular savı**

# Harry Stack Sullivan

## Gelişim Evreleri

### 1. **Bebeklik:**

- Kaygı → gerçek veya hayali bir tehdit, ilgisizlik/sevgisizlik veya annedeki kaygı (empati)
- Tamamen bir başkasına bağımlı olma → yoğun kaygı
- Güven duygusu – ancak kişilerarası bir alanda mümkün
- Bu yatırılmayan kaygı → yetişkinliğe

# Harry Stack Sullivan

## Gelişim Evreleri

2. **Birinci Çocukluk** → okul öncesi dönem (bebeklikten 5-6 yaşa kadar olan dönem)
  - Anne önemli kişi olmaya devam eder,
  - Yakınlık gereksinimi
  - İlişkiler daha karşılıklı bir düzlemde ilerler,
  - Anne-babanın ödül ve cezaları → kendilik sistemi gelişimi
  - Ebeveynler dışında başka ilişkiler → hayali veya gerçek arkadaş
  - Hayali arkadaş → çocuğun güvenli bir ilişki bulma ve kaygısını giderme yolu
  - Kültürel etkileşim → cinsiyet rollerini öğrenme, toplum içinde yeme davranışı, tuvalet eğitimi vb.

# Harry Stack Sullivan

## Gelişim Evreleri

3. **İkinci çocukluk** → ilkokul yılları (5-6/8-9 yaş)
  - Akranlarla oynama ihtiyacının ortaya çıkması ve en yakın arkadaşı bulma ile sona ermesi
  - Okul otorite figürü olur, kendilik sistemine katkı sağlar.
  - Ebeveynler tanrısal özelliklerini yitirirler.
  - Bu dönemde rekabet, uzlaşma ve işbirliği içinde olma gibi kişilerarası faktörler
  - İşbirliği içinde olmak sosyalleşebilmek için önemli bir beceridir.



# Harry Stack Sullivan

## Gelişim Evreleri

### 4. Ergenlik Öncesi → 9-12 yaş

- Aynı cinsiyetten bir kişi ile – samimi ve yakın ilişki ihtiyacı
- Sevme kapasitesinin gelişmesi – bencillikten uzak sevgi
- Bir başkasının iyiliğini düşünme – işbirliğinin altında yatan motivasyon
- Bu evrenin yaşanması sonraki kişilik gelişimi için önemli

# Harry Stack Sullivan

## Gelişim Evreleri

### 5. İlk Ergenlik → 13-17 yaş

- Erinlik çağına ulaşılması ile başlar.
- Karşı cinse yönelik duygular görülmeye başlar.
- Cinsel arzu benlik üzerinde etkili olmaya başlar.
- Arkadaşlarla yakınlık ihtiyacı bu evrede de devam eder.

# Harry Stack Sullivan

## Gelişim Evreleri

6. **İkinci Ergenlik** → 18-22 yaş
  - Uzun süre devam eden ilişkilerin kurulduğu
  - Yakınlık ve cinsel arzunun tek kişiye yöneldiği
  - Toplumsal olarak sorumlu bir birey olmanın gerekliliklerinin başladığı
7. **Yetişkinlik** → 22 yaş ve sonrası
  - Benlik sisteminin oturduğu, ilişkilerin stabil olmaya başladığı dönem
  - Önceki evrelerdeki gelişimin etkileri

# Harry Stack Sullivan

## Gelişim Evreleri

- Kronolojik yaşansa deneyime vurgu
- Kişilerarası becerileri kazanmak için gerekli olan olanaklar verilmezse → **gelişimsel kaçak**
- Bu kaçak kişiliğin sabit kalması anlamına gelmez → yapıcı değişimlerin çeşitliliği ve hızında azalma olur.
- Bu kaçak kişilerarası ilişkilerde sorunlar, tuhaflıklar vb.

# Harry Stack Sullivan

## Kişiliğin Yapısı

- Kişileştirmeler kavramı
- Yaşantılarımızı kendimiz ve başkaları ile ilgili zihinsel imgeler oluşturarak örgütleriz.
- Bebeklikte başlayıp sonraki yıllarda da devam eder.
- Özneldir – aynı olayı farklı algılamamız

# Harry Stack Sullivan

## Kaygı ve Kaygıyı Giderme

- Kendilik ile ilgili → iyi ben, kötü ben, ben-değil
- İyi-ben
- Kötü-ben
- Ben-değil
  
- Zamanla kendi ile ilgili tutarlı bir imge → bu imge ile örtüşmeyen kişilerarası deneyimler kaygı

# Harry Stack Sullivan

## Kaygı ve Kaygıyı Giderme

- Kaygı → Hoşnutsuzluk yaratan birçok duyguyu kapsar
- Freud'dan farklı olarak → kaygı ilişkisel temelli
- Onaylanmamak, olumsuz tepkiler almak, başkalarının bizle ilgili olumsuz değerlendirmeleri → kaygı
- Kaygı ile baş etme araçlarından biri → kendilik sistemi

# Harry Stack Sullivan

## Kendilik Sistemi

- Kendilikleri ile örtüşmeyen bir bilgi ile karşılaştıklarında → tehdit, kaygı
- Kendilik sistemi → bir tür koruma sistemidir.
- Kaygıyı azaltarak kişilerarası ilişkilerde güvenlik hissini sürdüren kişiye özgü davranış örüntüleri
- Güvenlik işlemleri → kendini savunmaya yönelik kişilerarası ilişkiler ve tutumlar



# Harry Stack Sullivan

## Kaygı ve Kaygıyı Giderme

- Kaygı ile baş etmek için kendilik sistemi tarafından güvenlik işlemleri:
- Çözülme
- Seçici dikkatsizlik

# Harry Stack Sullivan

## Psikopatoloji ve Psikoterapi

- Güvenlik işlemleri → çocuklukta uygun ama yetişkinlikte işlevsiz
- Kişinin kendini tanıması ve sağlıklı ilişkiler kurmasında engel
- Psikolojik sıkıntıların oluşmasında etkili
- Psikoterapi → kendi ile ilgili imgeleri, kaygı doğduğu zaman ne tür güvenlik işlemleri, hangi deneyimler tehdit edici
  - Ruhsal sağlık → sağlıklı ilişkiler kurabilme

# Harry Stack Sullivan

## Değerlendirme

- Kişilerarası ilişkileri odak noktasına alması önemli bir katkıdır.
- Katkıları sınırlıdır → soyut ve muğlak kavramlar, ampirik olarak test etmesi güç
- Önemi → sonraki kişilerarası kişilik bakışının gelişmesinde katalizör rolü oynamıştır.

# Kişilerarası Kuramlar

## Kişilerarası Döngüsel Modeli (Interpersonal Circumplex)

- David Bakan (1966) → sosyal dünyanın etrafında döndüğü iki boyutu bireysellik (agency) ve toplumsallık (communion)
- **Bireysel boyut** → başarı odağı ve sonuç üzerinde söz sahibi olma
  - Yüksek bireysellik → baskın olma, statü kazanma, özerk ve bağımsız hareket etme, atılganlık
  - Düşük Bireysellik → boyun eğicilik, pasiflik, zayıflık

# Kişilerarası Kuramlar

## Kişilerarası Döngüsel Modeli (Interpersonal Circumplex)

- David Bakan (1966)
- **Toplumsal boyut** → ilişki odaklı olma, başkaları ile bağlantı içinde kalma
  - Yüksek toplulukçuluk → bakım verme, dayanışma, birlik olma
  - Düşük toplulukçuluk → soğukluk, yabancılaşma, uzaklaşma

# Kişilerarası Kuramlar

## Kişilerarası Döngüsel Modeli (Interpersonal Circumplex)

- David Bakan (1966)
- **Psikolojik uyum** → bireysel ve toplumsal özelliklerin dengesi
- Aşırı bireycilik → başkaları pahasına «beni» tercih etme; küçümseyen, egoist, aç-gözlü, kibirli kişiler
- Aşırı toplulukçu → kendi pahasına başkalarını önceleme; bağımlı, silik, başkalarının hizmetinde
- İkisi de → düşük sosyal destek alma, düşük yardım arama, kötü sağlık koşulları

# Makyavelist ve Yetkeci Kişilik

- Kişiliğin kişilerarası yönlerini inceleyen araştırmalar → iki kişilik yapısı
- Makyavel kişilik → ismini İtalyan filozof – politika danışmanı Niccollo Machiavelli
  - «Prince» adlı kitabında kişisel veya politik çıkarlar için başkalarını manipüle etmeyi (yağcılık veya yalan söyleme taktikleri) savunur.
  - «Hedefe giden her yol mubahtır»
  - Christie & Geis (1970) → bu özellikleri günlük ilişkilerde de gözlemler

# Makyavelist ve Yetkeci Kişilik

- Sherry ve ark. (2006) başkalarını düşmanca algılama → onlara yüklenen mükemmeliyetçi beklentilerin yansıması
- Makyavelizm → düşmanlıkla örülü bir çevrede yetişme
- Araştırmalar → aşırı rekabet eğilimi, yabancılaşma, anti-sosyal davranışlar, düşük sosyal ilgi, kin tutma, kurnazlık, düşük sempati hissi, kaba davranışlar



# Makyavelist ve Yetkeci Kişilik

- Makyavel özellikler → çocuklarda da gözlemlenir.
- Zorbalık ile ilişkili → bir hedefe ulaşmak için
- Bu çocuklar → sosyal anlamda becerikli değerlendirilir; akranları tarafından sevilir ve hayranlık duyulur.

# Makyavelist ve Yetkeci Kişilik

## ○ Yetkecilik

- Adorno ve ark. (1950) → «Yetkeci Kişilik» kitabı
- Yetkeci kişiler → baskıcı, demokrasi karşıtı, duyguları önemsemeyen ve ayrıca güce vurgu yapan liderleri takip etmeye isteklidir.
- Kişilerarası döngüsel model → baskıcı ve güçlü ama soğuk kişilerarası ilişkiler
- Çevrelerini «siyah-beyaz», «ya hep ya hiç» mantığının içinden algırlar ve insanları kategorileştirme eğilimindedirler.
- Duygusal yakınlık göstermek ve ifade etmekten kaçınırlar
- Genellikle soyut ve karmaşık durumlardansa açık, belirgin, öngörülebilir durumları tercih ederler.

# KAYNAKÇA

- Cervone, D. ve Pervin, L. A. (2016). *Kişilik psikolojisi: Kuram ve araştırma* (12. Basımdan Çeviri). Nobel Yayınevi.
- Feist, J. ve Feist, G. (2009). *Theories of Personality* (7th ed). The McGraw-Hill Companies.
- Flett, G. L., (2007). *Personality Theory and Research* (1st ed.).Wiley.