

## Ünite 6: Kişilik

### Kişilik

Kişilik, farklı durumlar ve zamanlarda bireyin ayırt edici davranış düzenlerini etkileyen karmaşık ve psikolojik nitelikler bütünüdür. Bir diğer tanıma göre ise kişilik, bireyin iç ve dış çevresiyle kurduğu, diğer bireylerden ayırt edici, tutarlı ve yapılaşmış bir ilişki biçimidir. Kişilik, bireyin kendisinden kaynaklanan tutarlı davranış kalıpları ve kişilik içi süreçler olarak tanımlanabilir. Burada kişiliğe ilişkin bazı özellikler olduğundan söz edebiliriz: Birincisi, kişiliğin tutarlı olmasıdır; bugün dışa dönük olan bir kişinin yarın da dışa dönük olmasını bekleriz. İkinci özellik ise kişilik içi süreçle ilgilidir. Kişilik içi süreçler, nasıl davranacağımızı ve hissedeceğimizi etkileyen ve içimizde gelişen bütün duygusal, güdüsel ve bilişsel süreçleri kapsar. Kişilik, yapılaşmıştır; kişiliği oluşturan özellikler birbiriyle bağlantılı bir örüntü geliştirir. Üçüncüsü, kişiliğimiz bizi diğer bireylerden ayırt eder.

#### *Kişilik Kavramı ile Yakın İlişkili Kavramlar:*

Kişilik kavramı tanımlanırken karakter ve mizaç gibi kavramlar birbirine karıştırılır ya da birbirinin yerine kullanılır. Bu kavramlar kişilikle ilgili olmakla birlikte kişilikten ve birbirinden farklı anlamlara sahiptirler.

**Kişilik-Karakter:** Günlük konuşma dilinde birbirinin yerine kullanılan kişilik ve karakter kavramları aslında farklı anlamlar taşımaktadır. Karakter, bir insanın yaşadığı çevresine, başka insanlara, içinde yaşadığı topluma ve genellikle hayatın gereklerine karşı takındığı tavrı anlamamızı mümkün kılar. Karakter özellikleri, kişilik bütününe önem kazanmak ve kendini kabul ettirmek için başvurduğu araçlar ve mekanizmalardır; bunların kişilik bütünü içerisinde almış olduğu biçimler insanı belli bir yaşama tekniğine götürmektedir. Karakter, doğuştan ya da kalıtımla geçen bir şey değildir; onları özel bir beden yapısını yaşatabilmek amacı ile kazanılmış özellikler olarak görmek gerekir.

- **Kişilik-Mizaç:** Allport, mizacı bireyin kendine özgü duygusal doğaya sahip olma olgusu olarak tanımlar. Mizaç, davranışsal eğilimlerdir. Bu eğilimler, belirgin kişilik özelliklerine kıyasla daha geniştir. Mizaç, yani genel davranış eğilimlerinin hangi belirgin kişilik özelliklerine dönüşeceği, bu eğilimlerin bireyin yaşadığı çevreyle girdiği etkileşime göre değişir. Mizaçtaki bireysel farklılıklar, genellikle yaşamın birinci yılında gözlenebilir ve kişinin yaşamı boyunca aynı şekilde kalır. Bir diğer ifadeyle, karakterden farklı olarak mizacın genellikle kalımsal olduğu söylenebilir.

### Kişilik Gelişimini Etkileyen Faktörler

#### *Kalıtım ve Kişilik Etkileşimi:*

İçgüdülerimiz, kendimizi koruyabilmek ve türümüzün devamını sağlayabilmek için sürekli birtakım eylemleri tekrarlamamızı sağlar. Genetik olarak getirdiğimiz özellikler, davranışlarımızın temel itici gücünü oluşturur. Ana rahmine düşüldüğü andan itibaren, plasentanın konumu, annenin psikolojisi, fiziksel sağlığı gibi birçok etmen bebeği etkiler. Doğumla birlikte meydana gelen bireysel farklılıklar, onun çevresiyle etkileşimini de etkiler.

#### *Yetenek ve Kişilik Etkileşimi:*

İnsanların yetenekleri, aslında kişiliklerinin bir parçasıdır ve kişiliğin şekillenmesinde önemli bir etkidir. Yetenekler, kişinin tanınmasını sağladığı gibi bireylerin yeteneklerini kullanabilecekleri davranışlara güdülenmesini de sağlar

#### *Aile ve Kişilik Etkileşimi:*

Kişiliğin biçimlenmesinde en önemli çevresel etken ailedir. Aile, özel davranışların kazanılmasında toplumsallaştırma ortamının başat kaynağıdır. Toplumsallaştırma, çocuğun ailesi ve sosyal grubu tarafından kabul edilen standartlara, adetlere, beklentilere göre davranış örüntülerini geliştirme sürecidir. Sevgi ve ilgisiyle anne-babalar, çocuğun kendilik değerini yükseltirler ve kendine güvenmesini sağlarlar. Aile, ayrıca toplumsal cinsiyet rollerinin öğrenildiği yerdir. Aileyle birlikte arkadaşlar, öğretmenler ya da diğer kurum ya da gruplar bireyin kişiliği üzerinde etkilidir. Gazete, radyo, televizyon gibi araçların yanında günümüzde tartışmasız en etkili olan faktörlerin başında teknoloji ya da internetin geldiğini söyleyebiliriz. Sosyal etkileşimin yerini sanal etkileşimin almasının olası negatif etkilerini maalesef gözlemlemeye başladık. Yalnızlaşma, sosyal zeka eksikliği, sapkın davranışlar geliştirme gibi negatif özellikler, sanal etkileşimin artmasıyla hızla yayılmaya devam edecektir. Bu nedenle ailelerin bu konuda dikkatli olması, çocuklarıyla yeteri kadar zaman geçirmesi önemli bir ihtiyaç olarak karşımıza çıkabilmektedir.

## Kişilik Kuramları

### *Psikodinamik Yaklaşım:*

Psikodinamik yaklaşım, bilinçli ve bilinçli olmayan psikolojik dürtüler arasındaki dinamik etkileşimle ilgilidir. Psikoanalitik yaklaşımın kurucusu Sigmund Freud'un 19.yy'da psikiyatrik sorunlar ve bilinçdışı dürtülerle ilgili yaptığı öncü çalışmalar, psikodinamik yaklaşımın gelişmesini sağlamıştır. Freud, bireyi anlamak için zihnin bilinçaltı yapı ve içeriğini anlamamız gerektiğini ifade eder.

Freud'a göre kişilik üç kısımdan oluşur: İd, Ego ve Süpereo. İd (alt benlik), ilkel, kaba, kalıtsal haz ve tutkudan oluşur; id, organizmayı harekete geçiren enerjiyi sağlar. Freud'a göre cinsellik ve saldırganlık en temel içgüdüdür. İd, temel arzularının hemen karşılanmasını ister. Koşullar ya da ortamın özelliklerini dikkate almaz. Bir bebeğin acıktığında gecenin bir saatinde yüksek sesle ağlaması örneğinde olduğu gibi id de ilkel istek ve arzularının anında tatmin edilmesi için harekete geçer. Çoğu zaman farkında olmadığımız bu yönlendirmeler, bilinçaltında yer almaktadır. Ego ise id'i dengeleyen, onu denetim altında tutmaya çalışan ve onun isteklerini karşılamak için uygun ortamların oluşmasına çabalayan kısımdır. Ego (benlik), id'in akıl hocası rolünü üstlenmiştir. İd, "hemen şimdi istiyorum" derken ego, "Koşullar uygunsa sana istediğini verebilirim" der. Ego ve id, genellikle çatışma yaşasalar da, ego, temel görevinin id'in istek ve arzularını mümkün olduğunca doyurmak olduğunu bilir. Ahlaki tutumları neredeyse olmayan egonun temel amacı id'e hizmet etmektir. Süper ego (üst benlik) ise kişiliğe ahlaki ekleyen kısımdır. İd'in arzu ve isteklerinin karşılanabilmesi için önce ahlaki unsurlara ve kuralların uygunluğuna dikkat edilmesi gerektiğini ego'ya bildiren kısımdır. İd ve ego gibi büyük kısmı bilinçaltında bulunan süper ego, bireyin davranışlarını toplumun ahlak kurallarına göre süzgeçten geçirerek "bu yaptığın yanlış, utan kendinden" ya da "bu yaptığın doğru, aferin sana" mesajlarını verir. Bu durumda ortaya çıkan çatışma ise endişe yaratır. Bireylerin bu süreçle nasıl baş ettikleri ya da hangi savunma mekanizmalarını kullandıkları ise onların kişiliklerine göre farklılık gösterir.

Freud, kişiliğin beş temel psikoseksüel aşamadan geçerek geliştiğini ileri sürmüştür. Bu aşamalar şu şekildedir:

- Oral dönem (0-1 yaş)
- Anal dönem (1-3 yaş)
- Fallik Dönem (3-6 yaş)
- Latens Dönem (6-11 yaş)
- Genital Dönem.

### *Alfred Adler ve Kişilik:*

Adler'in kişilik kuramına getirdiği bakış açısını incelemeye onun şu cümlesiyle başlayabiliriz: "İnsan olmak kendini aşağı hissetmek demektir, iler psikolojik yaşamın başlangıcında derin bir aşağılık duygusu yer alır." Her çocuk, yetişkinlerden oluşmuş bir çevre içinde büyümek zorunda olduğundan, kendini zayıf, küçük ve yalnız başına yaşayamayacak kadar güçsüz hissetme eğilimindedir. Çocuktan yapabileceğinden daha fazla şey istemekle, çocuğun güçsüzlüğünü ve çaresizliğini yüzüne vurmuş oluruz. Bazılarına bir yükümü gibi, bazılarına da dikkat edilmesi gereken değerli bir eşyaymış gibi davranmak, çocuğa iki şeye gücü olduğuna inandırır: Büyüklerin boşuna gitmek ya da gitmemek. Anne babaların yaratmış olduğu bu aşağılık duygusu bir insanın hayatının gagesini belirler.

- Üstün Olma çabası: Adler, doğduğumuz andan itibaren yetişkin kişilerin bakımlarına muhtaç olduğumuz için yaşama bir aşağılık duygusu ile başladığımızı ifade eder. Bu algı, yaşam boyu devam eder; bu aşağılık duygusu ile başa çıkabilmek için göstereceğimiz çabaya üstünlük çabası veren Adler, cinsellik ve saldırganlık güdülerini yerine temelde üstün olma çabasının tüm işlevlerimiz üzerinde etkili olduğunu söyler. Örneğin, yarış kazanmak, birinci olmak, yüksek not almak gibi hedeflerimiz, aşağılık duygumuzdan kurtulmak içindir. Çevreden üstün olma gayretinin özünde bireyin kendini kabul ettirme isteği de yer alır.
- Kişilik Gelişiminde Ebeveyn Etkisi: Adler'e göre iki tip ebeveyn tarzı çocuğun ileriki yaşlarda kişilik sorunu yaşamasına sebep olur. Birincisi çocuğa aşırı özen göstermek ve aşırı korumak. İkincisi ise çocuğa özen göstermemek ve ihmal etmektir. Birincisinde, yani çocuğun şımartıldığı aile ortamında çocuğun bağımsızlığı elinden alınır ve bu durum aşağılık duygusunu artırabilir. Hiçbir sınır ve kural olmadan aşırı bir sevgi ortamında büyüyen çocuk, ancak bir iki kişiye bağlanmakta ve onlardan ayrılmak istememektedir. Bütün hayatı boyunca başkalarının sevgisini kazanmak ve dikkatini çekmek için çırpınıp duracaktır.
- Doğum Sırası: Adler, kişilik gelişiminde doğum sırasının önemli olduğunu söyleyen ilk bilim insanıdır. Ailede

ilk sırada doğan, yani ailenin ilk çocuğu olan kişilerin ikinci çocuğun gelmesiyle birlikte üzerindeki ilgiyi kaybettiğini, bu yüzden aşağılık duygusunun daha güçlendiğini söyler.

## *Cari Jung ve Kişilik:*

İlk başlarda Freud ile çalışan Jung, Freud ile fikirlerinin uyuşmaması nedeniyle felsefe ve mitolojiyi birleştiren çalışmalarıyla psikanalitik yaklaşımda kalarak kendi teorisini geliştirmiştir. Freud'un cinsel dürtülere aşırı yer verdiğini düşünen Jung, yaşamda bir amacın olmasının ve bu amaca ulaşmak için çaba sarf etmenin önemine işaret etmiştir. Kolektif bilinçdışı kavramını geliştiren Jung, nesiller boyunca aktarılan ortak deneyimlerin bizim şimdiki hayatımızdaki etkisine dikkat çekmiştir. Yeni doğan bebeğin annesiyle kurduğu bağ ya da her çocuğun karanlıktan korkması gibi doğuştan sahip olduğumuz bilinçaltı psişik özellikler, çevremize belli şekillerde tepki vermemizi sağlar.

Jung, atalarımızdan miras aldığımız bu imgelere arketip adını verir. Jung'a göre her bireyde varlığını kabul etmek istemediği bir karanlık bir taraf vardır. Gölge arketip ismini verdiği bu gölge yan, bilinçli ve bilinç dışı zihin arasında eşikte bekler ve içimizdeki bastırılmış ilkel, sakil ve kullanılmayan tüm özellikleri kapsar. Bu gölge yanımızla ne kadar yüzleşirsek, u kadar yararlı ve olgun olabiliriz. Onu ehlileştirip, taleplerini bastırabilecek kişilik bölümüne tiyatro oyuncularının çeşitli rolleri sergilerken taktıkları maske anlamına gelen -persona-Jung'a göre persona sayesinde toplum tarafından kabul edilmek mümkün olur.

## *Erik Erikson ve Kişilik:*

Erikson'un kişilik kuramına yaptığı en önemli katkı benlik-kişilik ilişkisine getirdiği yaklaşım ve kişilik gelişiminin yaşam döngüsü içindeki yerine yaptığı vurgudur. Freud'dan farklı olarak kişilik gelişiminde ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinin de etkili olduğunu savunan Erikson, bu durumu şu cümlesiyle özetlemektedir: "Eğer her şey çocukluk dönemiyle açıklanırsa, o zaman her şey bir başkasının kusuru olarak değerlendirilir ve insanın kendi sorumluluğunu üstlenme gücüne duyulan güven de azalmış olur."

## *Benlik ve Kişilik İlişkisi:*

Erikson'a göre benlik, kişiliğin oldukça güçlü ve bağımsız bir bölümüdür. Benliğin birinci işlevi bir kimlik duygusu oluşturması ve bunu korumasıdır.

- Yaşam Döngüsü İçinde Kişilik Gelişimi Freud'a göre kişilik gelişimi süper ego'nun oluşmaya başladığı 6 yaş civarında biterken, Erikson'a göre kişilik gelişimi kişinin yaşamı boyu devam eder.
- Temel Güvene Karşı Güvensizlik:
- Özerkliğe Karşı Utanma ve şüphelilik:
- Girişkenliğe Karşı Suçluluk Duygusu:
- Başarıya Karşı Aşağılık Duygusu
- Kimlik Kazanmaya Karşı Rol Karmaşası
- Yakınlık Kurmaya Karşı Soyutlanma:
- Üretkenliğe Karşı Durgunluk
- Benlik Bütünlüğüne Karşı

*Erich Fromm ve Kişilik:* Psikanalitiği sonradan benimsemiş olan Fromm, Özgürlükten Kaçış kitabında insanların Nazi liderleri ile özdeşleşmelerini sağlayan şeyin ne olduğunu kişilik kuramıyla ele almıştır. Modern hayatın yaygınlaşmasıyla birlikte her eylemimizde özgür irademizle hareket etmemiz ve seçim hakkımız olmasının yanında bu özgürlük belli bir takım maliyetlere sahiptir. Kaygı ve korku yaratan bu özgürlük, Fromm'un ifadesiyle güçsüzlük ve yalnızlığın dayanılmaz halidir. Her birimizin büyümesi ve bağımsızlık kazanmasıyla birlikte, kontrol edemediğimiz şeylerin farkına varır ve çaresizliğimiz ile yüzleşiriz. Fromm'a göre birey olarak ne kadar önemsiz olduğumuzu gördüğümüzde iki şekilde tepki veririz: Ya özgürlükten kaçırız ya da "olumlu özgürlüğe" doğru ilerleriz. Fromm, özgürlükle gelen çaresizlik ve yalnızlık duygusunu aşmak için üç ana strateji kullanıldığını savunur: Otoriteciliğe başvurmak: Yıkıcılığı seçmek ve Uyumluluğu seçmek.

## Özellikler Yaklaşımı

*Gordon Allport'un Özellik Yaklaşımı:* Allport, özelliklerin kişiliği oluşturan temel yapı taşları ve birey olmanın kaynakları olduğunu düşünmüştür. Allport'un yaklaşımına göre tek bir boyut üzerinde bireyleri tanımlamak mümkündür. Bireyin bir özellikten aldığı sonuç, diğer bireylerin sonuçlarıyla karşılaştırıldığında bu özelliklere genel ayırıcı özellikler denir. Allport'un bir diğer önerisi ise bireyi kendi içinde incelemektir.

*Beş Faktör Kişilik Modeli :*Büyük Beşli adıyla da anılan bu model, farklı araştırmalarda sıklıkla ortaya çıkan kişilik özelliklerinin bir araya gelmesiyle oluşmuştur. Dışa dönüklük, girişken, konuşkan, sosyal, enerjik, sıcakkanlı olma gibi özellikler taşırken, diğer ucunda yer alan içe dönüklük, çekingen, sıklıgan, sessiz, sakin ve utangaç olma gibi özellikleri barındırır. Sorumluluk, düzenli, tedbirli, dikkatli, organize olabilen, başarı odaklılık gibi özelliklere sahipken, düşük sorumluluk, dağınık, düzensiz, hemen pes etme, öz denetimden yoksun olma gibi özellikler taşır. Duygusal denge, duyguların tutarlı olması, kontrol edilebilmesi, gerilimi yönetebilme becerisidir. Uç kısmında yer alan duygusal dengesizlik ya da nevroitiklik, kaygılı, endişeli, sinirli, gergin, kızgın, sıkıntılı, karamsar, depresif olma gibi özellikleri ifade eder. Deneyime açıklık, yeni şeyler öğrenme ve keşfetme arzusunun derecesidir. Merak, yaratıcılık, yüksek hayal gücü bu boyutun özelliğidir. Diğer ucunda ise geleneksel, kuralcı, tutucu özellikler söz konusudur (Can, Azizoğlu ve Aydın, 2015: 83-84).

## İnsancıl Kuramlar

İnsancıl kuramlarda dört ana öge karşımıza çıkmaktadır:

- Kişisel Sorumluluk: Başımıza gelenlerin sorumlusu bizleriz.
- Şimdi ve Burada: Geçmiş ya da gelecek üzerinde fazlaca düşünmek yerine hayatı dolu dolu yaşamak ve gerçek potansiyelimizi kullanabilmek için tek yol şimdi ve burada yaşamaktır.
- Bireyin Tenomenolojisi: Kimse, bizi bizden daha iyi tanıyamaz. Kararlarımızda, tercihlerimizde, çözüm yollarımızda kendimizi iyi tanımalı ve nereden geldiğimizi iyi bilmeliyiz.
- Kişisel Gelişim: İnsan gelişiminin doğal hali daha iyiye ulaşmaktır. Yaşam, bitmek bilmeyen bir kendiliğini keşfetme sürecidir.

İnsancıl kuramcılardan Carl Rogers, potansiyelini tam kullanan kişilerin yaşamlarında uygun bir doyum noktasına ulaşmak için doğal bir çaba gösterdiğini savunmuştur. Potansiyelini tam kullanan kişi, yaşamın her anını değerlendiren, yaratıcı ve meraklı kişilerdir. Kendi duygularına güvenmeyi ve başkalarının ihtiyaçlarına duyarlılık geliştirmeyi öğrenir. Meslek seçimi ya da yaşam tarzı gibi konularda toplumsal beklentileri çok dikkate almaz. Rogers, potansiyelin tam olarak kullanılabilmesi için çocuk yetişirken olumlu koşulsuz kabulün ne kadar önemli olduğuna vurgu yapmıştır. Olumlu bir benlik geliştirebilmek, yeteneklerimizin ve iyi özelliklerimizin farkına varabilmek için koşulsuz sevgi ve onay önemlidir.

İnsancıl kuramın temsilcilerinden Karen Horney, olumlu çevresel koşulların varlığının bireylerin "gerçek bir öze" sahip olmaları açısından gerekli olduğunu söyler. Sıcak bir ortam, ebeveynin çocuğu kendinden "ayrı bir birey" olarak sevmesi gibi olumlu çevresel koşulların yokluğu bireylerde kaygı yaratır. Bireyler, bu kaygı durumuyla baş edebilmek için çeşitli kişiler arası savunma mekanizmaları ya da kişisel (ruhsal) savunma mekanizmaları geliştirirler. Kişiler arası savunma mekanizmaları şu şekildedir:

- Diğer bireylere karşı kendini geri planda tutma, pasif olma,
- Diğer bireylerden uzaklaşma,
- Diğer bireylere karşı saldırgan, kibirli ve narsistik tavır alma.

Rogers, Horney ve Maslow gibi insancıl kuramcılardan ortak noktası kişiliği bir bütün olarak ele almalarıdır. Bireylerin davranışları çeşitli kişilik özelliklerinden değil, kişiliğin bir bütünüdür. Diğer kuramlardan farklı olarak insancıl kuramlar, mutluluk ve kendini gerçekleştirme için çabalayan sağlıklı kişilere odaklanmaktadır.

## Sosyal Öğrenme Kuramları

Diğer kişilik kuramlarından farklı olarak sosyal öğrenme kuramları kişiliğin gelişiminde çevrenin etkisine odaklanır, çevre-davranış-çevre etkileşimi üzerinde duran sosyal öğrenme kuramları, davranışın hem çevreden etkilendiğini hem



de içinde bulunulan çevrenin türünü etkilediğini, dolayısıyla çevrenin de davranışı etkilediğini söyler.

*Julian Rotter'in Beklenti Kuramı:* Öğrenme kavramıyla kişilik gelişimini açıklamaya çalışan Rotter, kuramını beklenti üzerine kurmuştur. İnsanların davranışları, o davranışların sonucunda alacakları ödülün varlığına inanmalarına bağlıdır.

İçsel ve dışsal denetim odağı kavramını geliştiren Rotter, içsel denetim odağı yüksek olan bireylerin başlarına gelen her şeyin kendi eylemlerinin ve özelliklerinin bir sonucu olduğuna inanırlar. Dışsal denetim odağı yüksek kişiler ise şans, kader gibi üçüncü olgu ya da kişilerle başlarına gelen olayları açıklamaya çalışırlar. Çoğumuz, bu iki uç arasında bir yerde olabiliriz. İçsel denetim odaklı kişiler, bağımsız, aktif, girişken olurken, dışsal denetim odaklı kişiler, kaygılı, dogmatik ve kuşkucu özellikler taşıyabilirler.

*Albert Bandura'nın Bilişsel-Sosyal Öğrenme Teorisi:* Sosyal öğrenme yaklaşımının güçlü savunucularından olan Bandura, kişilik gelişiminde bireysel faktörler, çevresel uyarıcılar ve davranış arasındaki karşılıklı etkileşime dikkat çeker. Tutumlarımız, çevredeki uyarıcılar ve geri bildirimler davranışlarımızı, dolayısıyla kişiliğimizi etkiler. Davranışlarımız da çevremiz üzerinde etkilidir. Bandura, bu etkileşime karşılıklı belirlenimcilik adım vermiştir.

Bandura'nın sosyal öğrenme yaklaşımına göre gözleyerek öğrenme yetenek, tutum ve davranışlarımızı etkileyebilir. Çenemizdeki insanların tiyatroyu sevmesi ve izlemesi, bu alışkanlıkları sayesinde sosyal bir insan olduklarını gözlemlememiz, bizim de tiyatroya karşı olumlu bir tutum kazanmamıza yol açabilir.

Kuramına öz-yeterlik kavramını da ekleyen Bandura'ya göre, bireylerin kendilerini ne kadar yeterli buldukları, onların hedefleri ya da eylemleri için ne kadar çaba sarf edeceklerini ve mücadele vereceklerini belirler. Yeterli olmadığımızı düşündüğümüz eylemlerden ise kaçma davranışı geliştiririz. Bu nedenle özyeterlik, algı, motivasyon ve performans gibi birçok durumu etkiler. Özyeterlik algısının oluşumunda üç bilgi kaynağı mevcuttur:

- Dolaylı tecrübe: Başkalarının yaptıklarını gözlemleme
- İkna: Kişinin kendi kendini ikna etmesi ya da başkalarının onu başarabileceğine dair ikna etmesi
- Eyleme ilişkin duygu durumu: Bir eylemi düşündüğünde ya da o eyleme yöneldiğinde hissedilen duyguların gözlemlenmesi

## Bilişsel Kuramlar

*George Kelly'nin Kişisel Yapılar Kuramı:* Kelly'nin yaklaşımına göre bireyler, tıpkı bir bilim adamı gibi yaşamlarına ilişkin geliştirdikleri hipotezler geliştirir ve sınarlar. Tutarlı olan varsayımları kullanmaya devam ederken, tutarsız olanları siler ve yenisini geliştirirler. Bunu yapmalarındaki amaç belirsizliği azaltmak ve geleceğe ilişkin kestirimlerde bulunmaktır.

*Walter Mischel'in Bilişsel-Duyusal Kişilik Kuramı:* Mischel'in modelinde bilişsel-duyusal değişkenler, birbirleriyle etkileşime girerek davranışımızı belirler. Bilişsel modelde davranıştaki bireysel farklılıkların nasıl oluştuğunu açıklarken sıklıkla başvurduğu kaynaklardan bir tanesi şemalardır. Şemalar, bilgiyi algılama, düzenleme, işleme ve kullanmamıza yardım eden varsayımsal bilişsel yapılarıdır, şemaların işlevlerinden bir tanesi çevremizdeki bir çok karmaşık ve fazla sayıdaki uyarıcıyı düzenlememize yardımcı oku\*. Bir diğeri ise şemaların bize bilgiyi düzenleyebileceğimiz ve işleyebileceğimiz bir yapı sunmasıdır.

## Kişilik Değerlendirmesi

Alanında uzman psikologlar tarafından kişilik özelliklerinin ölçülmesi yapılabilir. Geçerli ve güvenilir testler kullanıldığı ölçüde bireylerin kişiliğini değerlendirmek mümkündür.

*Nesnel Testler:* Nesnel ya da objektif testler, puanlaması ve uygulaması kolay testlerdir; iyi tanımlanmış kuralları sayesinde tek bir özellik için tek bir puan ya da farklı özellikler için bir dizi puanlama yapılabilir. Kişilik envanterleri, bireylerin kendi düşünceleri, duyguları ya da davranışlarıyla ilgili soruları cevaplandırdıkları nesnel bir testtir. En yaygın kullanılan Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri (MMP1), 1930'lu yıllarda psikolog Hataway ve psikiyatrist McKinley tarafından geliştirilmiştir.

*Projektif Testler:* Nesnel testlerde bireylerin önceden belirlenmiş ifadelerle "evet", "hayır" gibi önceden belirlenmiş cevaplar vermeleri söz konusuysen, projektif testlerde önceden belirlenmiş cevaplar yoktur. Soyut resimler, tamamlanmamış resimler yoluyla katılımcıların kişiliklerini anlatacakları hikayelere yansıtacakları varsayılır. En yaygın olanı Rorschach ve Tematik Algı testidir.

