

PSİKO-SOSYAL KİŞİLİK KURAMI (ERİKSON)



Dr. Öğr. Üyesi Oya Sevcan ORAK



- ✓ Erikson, Freud'dan etkilenmiştir. Freud'un kuramını tümüyle reddetmek yerine bu kuramı genişletmiş ve geliştirmiştir. Fakat kuramında libidoya daha az önem vererek egonun ve sosyal güçlerin önemine değinmiştir. Freud'dan farklı olarak kişilik gelişiminde, **biyolojik etmenlerin** yanı sıra **sosyal çevrenin** de etkisini kabul eder.
- ✓ Freud normal dışı davranışlar üzerinde dururken, Erikson daha çok **normal ve sağlıklı gelişim üzerinde durmuştur.**



- Erikson, Freud'dan farklı olarak, kişilik gelişiminde sadece yaşamın ilk yıllarının (0-6 yaş) önem olmadığını, **tüm yaşam boyunca kişilik açısından önemli** olduğunu ve devam ettiğini ileri sürmektedir.
- Erikson, Freud'dan farklı olarak, **insanın doğuştan yıkıcı değil akılcı bir varlık** olduğunu ileri sürer.
- Erikson'a göre benlik gelişimi, belirli zaman dilimleri içerisinde biyolojik temelli ve aşamalı olur (**epigenetik ilke**).



- Her zaman bölümünde (evrede) kişilik, belli gelişim özelliklerini kazanmakta, sorunları çözmekte ve her evreye ait **psikososyal kriz konularını** atlatmaktadır. **Freud'a göre** belli bir dönemde ortaya çıkan sorunlar veya sağlıklı şekilde atlatılamayan bir dönem, sonraki gelişim dönemlerini de etkiler ve bunlar sonraki dönemlerde telafi edilemezler. **Erikson'a göre ise** birey yaşam boyunca, gelişim dönemlerinin her birinde farklı bir çatışma, karmaşa durumu (**psikososyal kriz**) yaşar. Bir dönemdeki kriz atlatılmazsa sonraki dönemlerde de devam eder fakat çözüme kavuşturulabilir. Yani Freud'dan farklı olarak **gelişim krizleri sonraki dönemlerde telafi edilebilirler.**



Erik Erikson'un psikososyal gelişim evreleri

(insanın sekiz evresi kuramı)

1. Güven yada güvensizlik (0-1)
2. Özerklik/ utanç ve kararsızlık (1-3)
3. Girişim/ suçluluk (3-6)
4. Başarı/yetersizlik (aşağılık duygusu) (6-11)
5. Kimlik /rol karmaşası (12/18)
6. Yakınlık /çekingenlik (18/30)
7. Üretkenlik / Durgunluk (30/65)
8. Bütünlük /Umutsuzluk (65/+)



Temel Güvene Karşı Güvensizlik (0-1 Yaş /Oral-duyusal Dönem)

- Bu dönem, Freud'un **Oral** döneminin karşılığıdır. Sağlıklı kişilik gelişiminde ilk olarak bireyin kendisine, başkalarına ve dış dünyaya güven oluşturmaları önemlidir. Bu nedenle **ilk kazanılması gereken özellik güven duygusudur.**
- Bebeğin bakım ve ihtiyaçlarının anne ya da onun yerine geçen yetişkin tarafından karşılanma biçimi bebekteki güven ya da güvensizlik duygusunun temellerini oluşturur.



Olumlu çıkarım: Eğer gereksinimleri sürekli karşılanır, kesintiye uğramazsa bebek çevresine ve yakınındaki insanlara **güven duymaya başlar.**

Olumsuz çıkarım: Gereksinimleri sürekli karşılanmazsa bebek dünyayı **tehlikeli ve güvensiz** bir yer olarak algılar.



- **Temel güven duygusundan yoksun olarak yetişmiş çocuklar,** ileriki yaşamlarında sosyal ilişki kurmaktan kaçınan, çekingen, kaygılı, kararsız ve kendine güvensiz olma gibi kişilik özellikleri geliştirirler.



- Yani **güven duygusu**, özellikle annelerin bebeklerin beklenti ve **gereksinimlerini düzenli, zamanında ve tutarlı bir şekilde gidermeleri** halinde oluşur. Çocuk hem kendine hem çevresine güven duyacaktır. Çocuk bu güven duygusunu daha sonradan tüm yaşamına genelleyecektir. **Mesela; üniversiteyi yeni kazanan birey, gittiği yeni ortamdaki arkadaşlarıyla hemen iletişim kurabilmekte ve ortama kolayca uyum sağlayabilmektedir.**



- **Güven duygusu** yaşamın **ilk 1 yıllık** süreci için **kritik dönem**dir.



Özerkliğe Karşı Kuşku Ve Utanç (1-3 Yaş/ Anal-kas Dönemi)

- Bu dönem, Freud'un **Anal** döneminin karşılığıdır. Bu dönem oyun dönemi olarak da adlandırılmaktadır.
- Çocuğun yürüme ve konuşması ile anneye olan bağlılık azalır.
- Çocuk bağımsız davranmaktan zevk alır.
- Bu dönemde anne baba çocuğuna kendi eylemlerini yapabilmesi için izin vermelidir. **Kendi kendine yemek yeme, eşyalarını toplama, giyinme ve soyunma, giysisini seçme gibi davranışlarda çocuk teşvik edilmelidir.** Böylece çocukta bağımsızlık duygusunun temelleri atılır.

Özerklik duygusu birbirine zıt istek ve eğilimler arasında bir seçim yapabilme gücüdür



- Anne-babanın aşırı kısıtlayıcı, koruyucu ve cezalandırıcı olması, çocuğun kendi kapasitesi hakkında **kuşkuya düşmesine ve utanç duymasına neden olacaktır.** Ayrıca çocuk çekingen olma, kendi başına karar alamama, saldırganlık gibi davranışlar gösterecektir.



Olumlu çıkarım: Etrafını keşfedebilirse yanlışlık yaptığında güvenini yitirmez, tekrar dener. Bu özellik ona gelecekte seçim, kontrol ve bağımsızlık gerektiren olayların üstesinden gelmede özgüven kazanımı sağlar.

Olumsuz çıkarım: Eğer ebeveynler aşırı koruyucu veya katı disiplinler yaklaşırsa çocuk davranışlarından utanç duyar, yapabileceklerinden ve becerilerinden kuşkulandır.



Girişkenliğe Karşı Suçluluk (3-6 Yaş/ Cinsel-devinimsel Dönem)

- Bu dönem, Freud'un **Fallik** döneminin karşılığıdır. Çocuk bu dönemde, belli amaçlara yönelik girişimler başlatır ve sorumluluk almayı ister. Çocuk çevresinde olup bitenlere daha **duyarlı ve meraklı** hale gelmiştir. Çocuk çevresindeki olayları anlayabilmek için **sık sık sorular sorar, keşfetmeye ve araştırmaya yönelik bağımsız bir takım girişimlerde bulunmak ister.**



- En belirgin özellik meraktır.
- Çevresindeki nesneleri ve kendi yeterliliklerini keşfetme çabasına girer.
- Dünyayı anlamlandırmak için sonu gelmeyen sorular sorar.
- Çocuğun yaşamı keşfe yönelik girişimci davranışlarının yetişkinler tarafından azarlanması, ayıplanması onun bu davranışları için suçluluk duymasına neden olur.



- Çocuğun var olan enerjisinin olumlu hedeflere yöneltilmesi önemlidir. Çocuğu sorduğu sorular yüzünden azarlamak, cezalandırmak ya da uygun cevaplar vermemek ve araştırma çabalarının önüne geçmek çocuktaki girişimcilik duygusunu köreltecek ve kendini suçlu hissetmesine neden olacaktır. Böylece çocuk kendi kabuğuna çekilecektir.
- **Mesela;** “evin bir köşesinde duran eski radyoyu gören Hasan’ın içinde ne olduğunu merak ederek radyoyu sökerek incelemesi” girişimcilik duygusudur.



- **Olumlu çıkarım:** Eğer ebeveyn çocuğunu cesaretlendirir, ancak disiplini de elden bırakmazsa, çocuk yanlış/doğru kavramlarını suçluluk duygusu olmaksızın öğrenir.
- **Olumsuz çıkarım:** Eğer böyle davranılmazsa çocukta suçluluk duygusu pekişir, bağımsız bir davranış göstermekten korkar hale gelir.



Başarılı Olmaya Karşı Aşağılık-Yetersizlik (6-12 Yaş/ Örtülü Dönem)

- Bu dönem, Freud'un **Gizil (Latent)** döneminin karşılığıdır. Bu dönemde çocuk **bir şeyler üretmek, yaptığı işlerde başarılı olmak, yaptığı işlerden beğeni toplamak, çevresi tarafından takdir edilmek isteyecektir.**
- Yetişkinlerin çocuğun derslerinde ve diğer faaliyetlerinde yaptıklarından çok yapmadıklarını, güçlü yönlerinden ziyade eksikliklerine odaklanmaları onun kendi yeteneklerine karşı **güvensizlik ve yetersizlik duymasına neden olur.**



- Yaptığı işlerde başarılı oldukça kendisine güven **(akademik özgüven)** duyacak, kendisine olan güveni arttıkça da çalışma ve başarılı olma güdüleri artacaktır. Aksi halde aşağılık ve yetersizlik duygularına kapılacaktır.





- Bu dönemde çocuğu evde veya okulda **başkalarıyla kıyaslamak** (çalışkan veya tembel), **çocuklardan yetenekleri üzerinde veya yetenek alanlarının dışında başarı talep etmek ve** gelişim düzeylerine uygun olmayan sorumluluklar vermek olumsuz benlik gelişimine sebep olur.
- **Bu nedenle sonuca değil, çocuğun yaptığı çabaya vurgu yapmak, çocuğa ilgi, yetenek ve gelişim düzeylerine uygun sorumluluklar vererek cesaretlendirmek gerekmektedir.**



- **Olumlu çıkarım:** Çocuk öğrenmeden, üretici olmaktan, başarılı görünmekten memnun olursa, başarı/yarışma duygusu geliştirir.
- **Olumsuz çıkarım:** Aksi halde aşağılık duygusu gelişmeye başlar.



2001 KPSS

- Bir öğretmen, sınıf arkadaşları kadar hızlı okumayan öğrencisine: “Senin de yakında çok hızlı okuyabileceğini biliyorum. Matematik işlemlerinde çok başarılısın. Bunu da yapabilirsin.” demiştir.
 - **Erikson’un “Psikososyal Gelişim Kuramı”na göre, öğretmen bu sözleriyle hangi gelişimsel soruna (kriz) çözüm bulmaya çalışmaktadır?**
- A) Başarıya karşı aşağılık duygusu
B) Kimliğe karşı rol karmaşası
C) Özerkliğe karşı utanç ve kuşku
D) Girişkenliğe karşı suçluluk
E) Üretkenliğe karşı durgunluk

Kimliğe Karşı Rol Karmaşası (12-18 Yaş/ Ergenlik Dönemi)

- Bu dönem, Freud'un Genital döneminin karşılığıdır. Ergenlik dönemi kapsar. “Ben kimim” sorusunun sorulduğu ve kimlik arayışının yoğunlaştığı dönemdir”
- Bu evrede ergen bir yandan kendi bedenindeki hızlı değişikliklere uyum sağlamaya çalışırken diğer yandan da bu değişimlere paralel olarak biçim değiştirmiş olan yeni sosyal rollerini öğrenmeye çalışmaktadır.



- **Bu dönemde birey, ya bir kimlik kazanır ya da kimlik (rol) karmaşası yaşar. Birey kendi ilgi ve yetenekleriyle ilgili uyumlu bir kimlik duygusu geliştirmişse, gelecek yaşamıyla ilgili kararlarını başarılı şekilde vermeye başlamış, kendine özgü bir değerler sistemi oluşturarak kişisel ve mesleki planlar oluşturabilmiş demektir.**



- **Kimlik krizi** ise, bireyin bu türden kararlar alamamış ve gelecekle ilgili herhangi bir plan yapmamış olmasıdır.



- Ergen bireyin, kimlik kazanma sürecinde toplumca genel kabul görmüş **değer ve amaçlarla karşı karşıya kalması**, geçirdiği hızlı **fizyolojik değişimlerle baş etmek zorunda olması**, aileden **bağımsızlık kazanma isteği ve cinsiyetine uygun roller edinmesi**, önemli bir sorun teşkil eder.
- Çünkü bunlar ergenin düşünsel ve duygusal yapısında, köklü bir değişime sebep olur.



- Ergen birey, kimlik kazanma sürecinde çevresinde **güvendiği kişileri model olarak alır.** Ergenin sağlıklı bir şekilde kimliğini kazanmasında, çevresinde uygun model alabileceği yetişkinlerin bulunması önem taşır.
- Ayrıca ergen birey, kendini toplumda kabul ettirmek amacıyla akran arkadaş gruplarına yönelir. En yoğun ilişki kurduğu kişiler akran gruplarıdır.
- Bu nedenle akran grupları içinde sevilen ve yetişkinler tarafından onaylanan ergenler, kimlik gelişiminde başarılı olurlar. Aksi halde ergen, kimlik/rol karmaşası yaşar.



- **Bu dönemin özelliklerinin bilinmesi ve ergenin anlaşıldığını hissetmesi benlik kavramına ve kimlik gelişimine olumlu katkı sağlayacaktır.**



Olumlu çıkarım: Bu karmaşık durumu başarı ile çözen ergende güçlü bir kimlik gelişir, gelecek ile ilgili planlar yapmaya hazır hale gelir.

Olumsuz çıkarım: Aksi halde, ergende kafa karışıklığı giderek artar, yaşam içindeki kendi rolü hakkında seçimde bulunmada ve karar vermede başarısız olur.



Yakınlığa Karşı Uzaklık-Yalnızlık / İlk Yetişkinlik (18-35 Yaş)

- Bu dönemde birey, kimlik arayışı (kazanma) çabalarını aşmış artık çevresindeki kişilerle yakın ilişkiler kurmaya, dostluk ve sevgi ilişkilerine girmeye ve sorumluluk almaya hazır hale gelmiştir. Ergenliğe göre çevresiyle daha iyi ilişkiler kurabilme seviyesine gelmiştir.
- Bu dönemde **birey karşı cins ile geleceğe ve evliliğe yönelik yakın ilişkiler kurmayı ister.** Aynı zamanda bu yaşta kendi kişiliğine ve yeteneğine uygun **meslek seçme eğilimi** de vardır.



- Eğer birey evlilik, arkadaşlık kurma veya meslek seçimi gibi konularda başarısız olursa ve yakın ilişkilere geçemiyorsa yalnızlığa düşer.
- Bu nedenle diğer insanlarla bütünleşme ve toplumsal kabul görme bu dönemin kritik özelliğidir. **Yalnızlık (yalıtılmışlık) karmaşası kalıcı ve güvenilir dostluklarla aşılabılır.**



Üretkenliğe Karşı Durgunluk / Orta Yetişkinlik (35-65 Yaş)

- Bu dönemde **birey, üretken ve yaratıcıdır**. Birey gerek kendisi için (anne-baba olmak, çocuk yetiştirmek), **gerekse çevresi ve toplum için yararlı işler yapmak ister**. Bu dönemde bireyin üreticilik işlevini yerine getirmesinde, **genç kuşaklara rehberlik etmesi** önemli bir yer tutar.
- Üretkenlik işlevini yerine getiremeyen bireyde hiçbir işe yaramama duygusu gelişir. Böylece birey de durgunluk dönemine girer, çevrelerine karşı kayıtsız kalır ve aşırı bireyselleşir.



Benlik Bütünlüğüne Karşı Umutsuzluk / İleri Yetişkinlik (65 Yaş)

- **Emeklilik dönemine denk gelir. Bu dönemde birey geçmişini, yani tüm hayatını gözden geçirir; bir nevi yaşam muhasebesi yapar.**
- Verimli ve dolu bir yaşam geçirmiş, yaşamsal amaçlarına ulaşmış olduğunu hisseden bireyler **benlik bütünlüğünü muhafaza ederler.** Bu sayede birey güvenli, mutlu, çevresine ve kendine faydalı, sevgi dolu bir yapıya sahip olurlar. **Böylece birey ölümü kabullenebilmektedir.**



- Aksi durumda ise, hayatını boşa geçirdiğine inanan birey, hayatında değişiklik yapmak için çok geç olduğunu düşünür.
- Bu nedenle kendine güvensiz, uyumsuz, sevgiden mahrum bir yapıya sahip olurlar ve ölümü kabullenmekte zorluk çekerler.



ERİKSON'UN PSİKOSOSYAL KURAMININ EVRELERİ, YAKLAŞIK YAŞ SINIRLARI, EGEMEN OLAN ORTAM VE BEKLENEN SONUÇLARI (ÖZET TABLO)

Gelişim Dönemi	Psikososyal Kriz	Egemen Ortam	Beklenen Olumlu Sonuç
Bebeklik	Temel Güven X Güvensizlik	Aile	Çocuk kendine, anne - babasına ve dünyaya güven duygusu geliştirir.
Çocukluk (18 Ay – 3 Yaş)	Özerklik X Utanç - Kuşku	Aile	Çocuk kendine güvenini yitirmeden kendini kontrol edebilme yeteneğini geliştirir.
3 - 6 Yaş	Girişkenlik X Suçluluk	Aile	Çocuk etkinliklerde yönelim ve amaç kazanmayı öğrenir.
6 Yaş - Ergenlik Öncesi	Çalışma X Aşağılık Duygusu	Komşular, Okul	Çocuk başarı ve yeterlik duyguları kazanır.
Ergenlik (12 - 18)	Özdeşim Kurma X Rol Karmaşası	Akran Grupları, Diğer Gruplar	Birey özdeşim yoluyla tutarlı benlik kazanır.
Genç Yetişkinlik (18 - 40)	Yakınlık X Yalnızlık	Dostluk, Sevgi (Eş Seçme)	Birey belirli bir mesleğe ulaşmak için çalışır; yakın ilişkiler kurma yeteneği geliştirir.
Olgunluk (40 - 65)	Üreticilik X Durgunluk	Yeni Aile, İş	Birey ailesinin dışındaki kişilerle, gelecek kuşaklarla ve toplumla ilgilenmeye başlar.
Yaşlılık (65 -)	Benlik Bütünlüğü X Umutsuzluk	Emeklilik – Ölüm Hazırlanma	Birey yaşamına dönüp baktığında bir tatmin hissi duyar.

Kaynaklar

- Öztürk O, Uluşahin A (2018) Ruh Sağlığı ve Bozuklukları, Nobel Tıp Kitabevleri.
- Ankay A. (2013) Savunma Mekanizmaları. Ruh Sağlığı ve Davranış Bozuklukları, Nobel Tıp Kitabevleri, İstanbul.
- Geçtan E. (2006). Psikodinamik Psikiyatri ve Normal Dışı Davranışlar, Metis Yayınları, İstanbul.
- Gürhan N (2016) Ruh Sağlığı ve Psikiyatri Hemşireliği, Ankara Nobel Tıp.

