

CUMHURİYET ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ DÖNEM I II. KOMİTE DAVRANIŞ BİLİMLERİ DERS NOTLARI

ÖĞRENME

Evrin basamakları yükseldikçe doğuştan uygun tepki gösterebilme kapasitesi azalmaktadır. Evrin basamağının en üst sırasında yer alan insanda bu kapasite en düşük seviyededir. İnsan yavrusu değişen her koşula uyabilmesi ve yaşamını sürdürebilmesi için sürekli olarak yeni davranışlar geliştirmelidir. Bunların olması öğrenme ile olur.

Öğrenme; çeşitli değişkenlerle ortaya çıkan uzun süreli bir davranış değişikliğidir.

Öğrenme formülü: (by H. Miller & J. Dollard)

1-Bir şey istemeli: Kişinin içinden gelen istek onu motive eder.

2-Bir şey sezmeli: Kişinin bir şeyler sezmesi bazı etkenlerin bir şekilde öğrenmeyi tetiklediğini gösterir.

3-Bir şey yapmalı: Kişinin uyarılara bir tepki göstermesi ya da bir yanıt vermesi durumudur.

4-Bir şey almalı: Bir şey kazanma öğrenmenin ardından ödüllendirilmeyi kapsar ve bu öğrenmeyi pekiştirir.

Öğrenme Kuramları:

1-Davranışçı kuram: öğrenme edinilmiş davranışları geliştirme sürecidir der.

2-Kognitif (Bilişsel) kuram: öğrenme zihinsel bir süreçtir der.

Öğrenmeyi etkileyen kişisel etkenler:

1-Yaş: Erken yaşlarda daha kolay öğrenilir.

2-Zeka: Zeka düzeyi ve öğrenme kapasitesi arasında doğru orantı vardır. Fakat her zeki insan daha hızlı ve daha çok öğrenemeyebilir.

3-Güdüleme: Bir kişi bir şey öğrenmeye koşullanmışsa daha iyi ve daha hızlı öğrenir.

4-Deneyim: Daha önce öğrenilmiş bir konuya benzer olan bir konunun öğrenilmesi daha kolaydır.

5-Diğer etkenler: Kişinin konuya ilgisi, beklentileri, problem çözme becerisi, belleği, yargılaması, öğreneceklerinin yarar sağlayıp sağlamayacağı vb.

Öğrenme nörofizyolojisi:

MSS ile ilgilidir. Her yeni şey öğrenildiğinde beyinde yeni sinapslar oluşuyor. Pekiştirildiğinde sinapslar kalıcı hale geliyorlar.

Öğrenme türleri:

1-Klasik koşullama: (Ivan Pavlov) Organizmanın belirli uyarılara karşı gösterdiği belirli tepkileri başka uyarılara karşı da göstermeyi bilmesidir.

Koşulsuz uyarı: Öğrenilmeden, organizmaya ilk defa verildiğinde belirli bir tepki ortaya çıkarabilen uyarandır. Örn: et

Koşulsuz tepki: Koşulsuz uyarana karşı gösterilen öğrenilmemiş tepkisidir. Örn: ete karşı salya salgılama

Koşullu uyarı: Bir süre koşulsuz uyarı ile birlikte verildikten sonra koşulsuz uyarının tepkisini ortaya çıkarabilen uyarandır. Örn: Zil sesi

Koşullu tepki: Koşullu uyarana karşı gösterdiği öğrenilmiş tepkisidir. Örn: zil sesine karşı salya salgılama

Tepkinin genelleşmesi: Bir tepkiyi ortaya çıkaran uyarana benzer başka uyarıların da aynı tepkiyi ortaya çıkarmasına denir.

Sönme: Uygulamanın sayısı arttıkça yanıt giderek azalması ve belli bir süre sonra koşullu tepkinin ortadan kalkmasıdır.

Söndürme: Dışarıdan bir müdahale ile koşullu tepkinin daha kısa bir sürede ortadan kaldırılmasıdır.

2-Edimsel koşullama: İnsan kendi davranışlarına da koşullandırılabilir. Edimsel terimi, organizmanın çevresi üzerinde bir işlem yaptığını ve davranışının yararlı bir sonuç yarattığını gösterir. Bu davranışlara edimsel davranış denir. Örn: Güvercinin tabladan kağıdı çekince altından buğdayı alması.

Klasik koşullamada koşullu uyarı ve koşullu tepki arasında bir ilişki varken edimsel koşullamada davranış ile davranışın sonucu arasında bir ilişki vardır ayrıca birey klasikte edilgen, edimselde etkindir.

Pekiştirme: Davranış ortaya çıkma olasılığını güçlendirme sürecidir.

CUMHURİYET ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ DÖNEM I II. KOMİTE

DAVRANIŞ BİLİMLERİ DERS NOTLARI

Olumlu pekiştireç: Organizmaya verildiği zaman davranışın ortaya çıkma olasılığını arttıran uyaranlara denir.

Olumsuz pekiştireç: Organizmaya verilmediği zaman davranışın ortaya çıkma olasılığını arttıran uyaranlara denir.

Sönme: Pekiştirmenin ortadan kalması sonucunda edimsel davranışın giderek azalmasıdır.

Söndürme: Edimsel davranışın dışarıdan müdahale ile ortadan kaldırılmasıdır.

3-Çağrışım yoluyla öğrenme: Öğrenilecek olan şey, kişinin daha önceden bildiği ve belleğinde yer alan özellikleri ona anımsattığı ölçüde daha kolay öğrenilir.

Bu yolla öğrenmede 3 önemli ilke var:

Yakınlık: Yer ve zaman benzerliği olan olaylar birbirlerini çağrıştırır. Örn: 1991-Körfez Savaşı

Benzerlik: Benzer nesnelere birbirleri çağrıştırır. Örn: Kar-yağmur

Zıtlık: Zıt özellik taşıyan nesnelere çağrışım yaptırır. Örn: uzun-kısa, gece-gündüz

4-Deneme yanılma ile öğrenme: Soruna karşı üretilen davranışlardan uyanı bulmadır. Kişi daha sonrasında aynı ya da benzer bir sorunla karşılaştığında daha kolay cevap verecektir. Zaman alıcıdır.

5-Kavrama yoluyla öğrenme: Bu öğrenmede algılama, bellek, düşünme ve problem çözme süreçleri birlikte işler. Bu yolla öğrenmede organizma düşünmeye zorlanır ve bu öğrenmenin kalıcı olmasını sağlar.

6-Taklit (gözlem) yoluyla öğrenme: Çocukların erişkinleri taklit etmesi bu şekilde bir öğrenmedir.

7-Eğitim yoluyla öğrenme: Burada klasik ve edimsel koşullama, deneme yanılma, taklit, çağrışım ve kavrama yoluyla öğrenme türlerinin tümünü kullanır. Etkili kalıcı ve en ucuz öğrenme şeklidir.

BELLEK

Kısaca öğrenilenlerin depolanmasıdır. Bellek, öğrenilen bilgilerin ve yaşantıların değerlendirilmesi, işlenmesi, kodlanması ve zihinde depolanması ve gerektiğinde anımsanması işlevidir. İşlev değil işlevler bütünüdür.

Bellegen özellikleri:

1-Bellek kapasitesi: Genel olarak edinilmiş davranışları çok olan türlerin daha geniş bellek kapasitesine sahip oldukları söylenebilir. Her türde bellek belirli bir yükten fazlasını taşıyamaz.

2-Bellek içeriği: İnsanın bellek deposuna aktarılmış olan yaşantıları, öğrendikleri, duydukları, düşünceleri, algıları, anıları gibi somut ve soyut etkinlikleri bellek içeriğinin oluşturur.

3-Bellek ve bilinç ilişkisi: Çağrışım yoluyla bellek deposundan bilinçle çağrılan içerikler, bilinç alanına girerek zihinsel etkinlik gösterirler ve daha sonra bellek deposuna geri dönerler.

4-Çağrışım: Yeni uyaranlarla bellek deposundaki içeriklerin bütünleştirilmesi, aralarında anlamlı bir bağ kurulmasıdır. Örn: yemek kokusu

5-Anımsama: Bellekte depolanmış içeriklerin bilinç alanına getirilerek yeniden yaşanmasıdır.

6-Unutma: Pekiştirme olmazsa depodaki bilgiler zamanla silinir.

7-Bellek transferi: İnsanlar için kültür ortak bellek olarak kabul edilir. Bu bellek o toplumda kuşaktan kuşağa aktarılır.

Bellek nörofizyolojisi:

1-Elektro fizyolojik yaklaşım: Nöronlar arası ilişkilere ağırlık verir.

2-Biyokimyasal yaklaşım: Öğrenilenler proteinler halinde depolanır.

Bellegen işlevleri:

1-Saptama: Bireyin iç ve dış çevresinde olan bitenleri tanımasını ve bellemesini gösterir. Dikkat gerektirir.

2-Saklama: Alınan bilgilerin kodlanarak depolanmasıdır. İçerik ayrıntılardan başlanarak yavaş yavaş silinir.

3-Anımsama: İçeriklerin çağrışım yolu ile bilinç alanına getirilerek yeniden yaşanmasıdır.

4-Yerine yerleştirme: İçerikler yer ve zaman ilişkisine göre bir araya getirilerek bir bütün oluşturulur.

Bellek türleri:

1-Kısa süreli (yakın) bellek: Öğrenilen bilgilerin çok kısa bir süre ancak birkaç dakikanın tutulabildiği bellektir.

2-Uzun süreli bellek: İçerikler dakikalardan daha uzun hatta yıllarca bu bellekte tutulabilir.

CUMHURİYET ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ DÖNEM I II. KOMİTE

DAVRANIŞ BİLİMLERİ DERS NOTLARI

Kısa ve uzun süreli bellek arasındaki farklar:

- Kısa süreli bellekte görsel ve işitsel kodlama (biyofizik süreç), uzun süreli bellekte anlamsal kodlama (biyokimyasal süreç) işler.
- Kısa süreli belleğin depolama kapasitesi 7 ± 2 birim, uzun süreli belleğin ise çok fazladır.
- Zaman geçmesi nedeniyle uzun süreli bellekten zihne geri getirme işlemi hata yapmaya eğilim gösterir.

Bellek bozuklukları:

1-Amnezi: Unutma

- Anterograd (ileriye doğru) amnezi: Yaşanan olayın ardından gelenleri anımsayamamadır.
- Retrograd (geriye doğru) amnezi: Anterogradın tersidir.
- Retro-anterograd amnezi: Olayın öncesini ve sonrasını hatırlayamamadır.

2-Hiperamnezi: Aşırı anımsama durumudur.

3-Paramnezi: Bellek çarpıtmalarıdır.

- Boşluk doldurma (confabulation): Bellekteki olayların bilinçdışı olarak doldurulmasıdır.
- Deja vu: İlk kez görülen bir şeyi geçmişte görmüş olma yanılgısına düşme.
- Jamais vu: Bireyin daha önce gördüğü şeyleri ilk kez gördüğü şeklindeki yanılsamadır.

DÜŞÜNME

İnsanı diğer canlılardan ayıran en önemli fark düşünme yetisine sahip olmasıdır. Düşünme süreci işlemeden bir problem çözülemez. Düşünme: düşünce, kavram ve çağrışımların amaca yönelik akışı biçiminde tanımlanabilir.

Soyutlama: Nesnelerin gerçekte ayrılamayan özelliklerinin zihinde ayrılarak üzerinde düşünülmesi sürecidir.

Yargılama: Zihinde oluşan imgeler arasında benzerliklerine ya da zıtlıklarına göre bağlar kurma işlemine denir.

Yargılama sonucunda ortaya çıkan bağa yargı denir.

Uslamlama: Eski yaşantılara ya da bilgilere dayanarak, zihinde oluşturulan yargılar aracılığıyla yeni yargılara varma sürecidir.

- Tüme varım yolu ile uslamlama: Birçok bilginin bir araya getirilerek genel bir yargıya ulaşılmasıdır.
- Tümden gelim yolu ile uslamlama: Bir genellemenin tek bir özgül duruma uygulanması ile yeni bilgilerin elde edilmesidir.

Düşünmenin özellikleri:

- Düşünme duygusallığın yetersiz kaldığı noktada başlar.
- Duyular ve algılarla başlayan zihinsel etkinlik düşünme ile devam eder.
- Konuşma ile yakından ilişkilidir.
- Çoğu zaman soyut olaylarla ilgilidir.
- Çoğu zaman bir problemi çözmeye yöneliktir.
- Kavramsal ya da sözel, mantıklı ya da mantıksız veya yaratıcı olabilir.
- Öğrenme gibi zihinsel işlevlerle ilişkilidir. Uyanırken de düşünürüz. Hatta düşünürken...

Düşünmenin nörofizyolojisi:

Düşünme bir nevi sessiz konuşmadır. Kişi konuşurken ve söylediği şeyi düşünürken aynı aksiyon akımı ortaya çıkar. Fark sadece şiddetidir. Düşünme büyük oranda korteks, talamus ve limbik sistemle ilgilidir.

PROBLEM ÇÖZME

Problem: Bireyin amacına ulaşmasını engelleyen, bir çözüm ya da inceleme gerektiren durum olarak tanımlanır. Problem amaca ulaşmayı önleyen engeldir.

Problem çözme: Bireyin amacına ulaşmasını önleyen engeli ortadan kaldırması için çaba göstermesi ve çabalarının amaca ulaşması olarak tanımlanabilir.

Problemi çözme süreçleri:

- Problemi tanıma ve tanımlama
- İpuçlarını araştırma ve veri toplama

CUMHURİYET ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ DÖNEM I II. KOMİTE
DAVRANIŞ BİLİMLERİ DERS NOTLARI

- 3-Problemle ilgili özellikleri belirleme
- 4-Çözüm seçeneklerini belirleme
- 5-Uygulanacak yaklaşımı ya da planı belirleme
- 6-Planı uygulama
- 7-Değerlendirme

Problemi çözme aşamaları:

- 1-Hazırlık dönemi: Problemlerle karşılaşılır problem tanınır.
- 2-Kuluçka dönemi: Nasıl çözüleceği düşünülür.
- 3-Kavrama (aydınlanma) dönemi: Çözüm bulunur.
- 4-Değerlendirme dönemi: Çözümün gerçekte işe yarayıp yaramadığını gözden geçirir, doğru olup olmadığını sınırlar.

Problem çözmeyi etkileyen etkenler:

- 1-Zeka: Zeka düzeyi ile problem çözme doğru orantılıdır.
- 2-Güdüleme: Bireyin güdülenmesi o problem hakkında düşünmesini sağlar.
- 3-İşleve takılma: Nesnelerin belirli işlevlerde kullanıldığını biliriz. Bu bilgilerimiz nesnelerin değişik işlevlerde kullanılmasını engelleyebilir veya güçleştirir.
- 4-Deneyim: Benzer problemlerin çözümünü ve yeni problemlere çözüm bulmayı kolaylaştırır.
- 5-Zihinsel kurgu: Bireylerin bir problemi çözme yöntemi, benzer problemlerin çözümü için bir hazırlık durumu yaratır.
- 6-Kullanılan yaklaşım: Problem çözmeye iki yaklaşım vardır. a) deneme yanılma b) içgörü

ZEKÂ

Yeni bilgiler ve davranışlar öğrenme, beceriler kazanma, gerektiğinde bunları kullanabilme, problem çözme ve uyum sağlama yeteneğidir. Zekânın ne olduğu tam olarak açıklanamamaktadır, ancak tüm zihinsel yeteneklerdir şeklinde genelleştirilebilir. Zekâyı hem kalıtsal özellikler hem de çevre faktörleri belirler.

Zekâ bölümü (zekâ katsayısı) = Zekâ yaşı/Takvim yaşı x 100

Çevre koşullarının niteliklerine bağlı olarak zekâ bölümü doğuştan var olan potansiyel sınırları içerisinde az miktarda artabilmekte ya da azalabilmektedir.

Zekâ gerilikleri: Zekâ bölümü 70'in altında olanlarda zekâ geriliği tanısı konur. Zekâ bölümü **70-89** arasında donuk (sınır) zekâ olarak adlandırılır. **90** ile **110** arasında olanlar ise normal olarak değerlendirilir.

- 1-Hafif düzeyde zekâ geriliği: Zekâ bölümü **50-69** arasındadır. Başarıları düşüktür. Başkalarının yardımı olmadan hayatlarını devam ettirebilirler.
- 2-Orta düzeyde zekâ geriliği: Zekâ bölümü **35-49** arasındadır. Motor ve zihinsel gelişme yavaştır. Okuma yazmayı güç de olsa öğrenebilirler.
- 3-Ağır düzeyde zekâ geriliği: Zekâ bölümü **20-34** arasındadır. Motor ve zihinsel gelişme geriliği belirgin, konuşma azdır.
- 4-Derin düzeyde zekâ geriliği: Zekâ bölümü **20**'den küçüktür. Yaşamlarını sürdürebilmeleri için yaşam boyu bakıma muhtaçtırlar.

PSİKANALİTİK KURAM

Sigmund Freud tarafından öne sürülmüştür. Düşlerin yorumu adlı kitabında şöyle der: "Normal ve anormal davranışlar arasında çok uzak bir mesafe yoktur."

Haz ilkesi: Organizmanın acı ya da ağrıdan kaçarak haz aramasını gösterir. Doğustandır. Dürtülerin amacı; doyuma ulaştırarak haz aldırmasıdır. Engellemeye dayanamaz.

Gerçeklik ilkesi: Organizmanın gereksinmelerinin dış gerçeklere göre ertelenmesini ya da doyurulmasını sağlar. Doğustan değildir. Gerçeklik ilkesi arttıkça haz ilkesi azalır.

Bilinç: Organizmanın iç ve dış dünyada olan bitenlerin farkında olabilmesi için gerekli olan uyanıklık durumudur.

Bilinçöncesi: Bilinç alanında olmayan fakat istemli çabayla bilinç alanına getirilebilen istek, eğilim, dürtü, duygu, düşünce, anı, olay gibi içerikler bilinç öncesi nitelik taşır.

CUMHURİYET ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ DÖNEM I II. KOMİTE

DAVRANIŞ BİLİMLERİ DERS NOTLARI

Bilinçdışı: Bilinç alanına getirildiklerinde bireyde anksiyete yaratabilecek potansiyele sahip olan istek, eğilim, dürtü, duygu, düşünce, anı, olay gibi içeriklerin itilerek tutuldukları alandır.

► **Altbenlik (Id):** Ruhsal aygıtın doğuştan gelen ve en eski yapısıdır. 1 yaşına kadar ruhsal aygıt salt altbenlikten oluşur. Altbenlik içerikleri sürekli boşalma ve doyum arar.

► **Benlik (Ego):** Ruhsal aygıtın organizmayı bir davranışa yönelten yapısıdır. 1 Yaşından itibaren altbenlikten ayrılır ve gelişir. Benliğin işlevleri şöyledir:

1-İç uyaranların algılanması,

2-Dış uyaranların algılanması ve dış dünya ile ilişkilerin sürdürülmesi,

3-İç uyaranlarla dış uyaranlar arasında bir düzenleme yapılması ve bunların çevre koşullarına uydurulması,

4-Doyumun sağlanmasına ve fiziksel çevrenin değiştirilmesine yönelik eylemlere geçilmesi.

► **Üst benlik (Süper ego):** Üstbenlik ruhsal aygıtın dizginleyici, suçlayıcı, yargılayıcı, cezalandırıcı yapısıdır. Günlük yaşamdaki karşılığı "vicdan", belirtisi ise "suçluluk duygusu"dur.

GÜDÜLEMELİ DAVRANIŞ

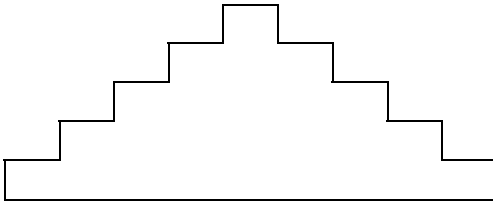
Güdüleme: Güdüler aracılığı ile organizmada bir davranış oluşturma sürecidir.

Gereksinme: Organizmada homeostatik denge bozukluğunu ya da bir eksikliği gösterir.

Güdü: Organizmada bir davranışı başlatan ve sürdüren bilinçli ya da bilinçdışı etkenlerdir.

Dürtü: Organizmada homeostatik denge bozukluğu olduğunda, onu denge bozukluğunu giderecek davranışlara yönelten bir iç uyarılma, gerginlik ya da itmedir.

İçgüdü: Türe özgü, doğuştan var olan, kalıplaşmış, otomatik davranış örnekleri ortaya çıkaran iç güçlerdir.



Kendini gerçekleştirme

Statü ve saygı görme

Sevgi ve ait olma

Güvenlik

Fizyolojik

Dürtüler ve özellikleri:

1-Birincil (fizyolojik) dürtüler: Bedensel gereksinimleri içeren yaşamsal dürtülerdir. 4 tür birincil dürtü vardır: Açlık, susuzluk, acı ya da ağrıdan kaçma, cinsellik

2-İkincil (psikososyal) dürtüler: Başarı, sevmeye, sevilmeye, saygı görme, onur, şeref ve güven bu tip dürtülerdendir. İkinci dürtülere yaygın olarak güdü denir. Toplumsal yaşam olmadan ikincil dürtüler gelişemez. İnsan amacına ulaşmak için dürtü nesnesi üzerinde bir işlem yapması anlatımından, daima dürtü nesnesine yöneldiği anlaşılmalıdır. Kimi zaman dürtü nesnesinden uzaklaşılarak doyum sağlanabilir. Dürtü nesnesinin organizmada yavaşlama ya da uzaklaşma davranışı ortaya çıkarabilme niteliğine **değerlik** denir.

— Yaşam içgüdü: Eros (cinsellik)

— Ölüm içgüdü: Tanatos (Saldırganlık & yıkıcılık)

Davranışın engellenmesi: Doyum sağlayamama durumu.

1-Birincil engelleme: Dürtü nesnesinin ortada olmama durumudur. Örn: Çölde susuz kalma

2-İkincil engelleme: Organizmayla dürtü nesnesi arasında bir engel vardır.

a) iç etkenler: Bunlar organizmaya ait ruhsal, fiziksel ve toplumsal etkenlerdir.

b) dış etkenler: Organizmanın dışında yer alan doğal ve toplumsal engellerdir.

Çatışma: Organizmanın birden çok olumlu ya da olumsuz değerlikli dürtü nesnesiyle karşılaşması ve bunlardan birini seçmek zorunda kalması; ya da bir dürtü nesnesinin kişi için hem olumlu, hem de olumsuz değerlik taşıması durumudur.

1-Yavaşlama-yavaşlama çatışması: Birden çok olumlu değerlikli dürtü ile ya da dürtü nesnesi ile karşılaşılması ve bunlardan birini seçmek zorunda kalması.

2-Kaçınma-kaçınma çatışması: Birden çok olumsuz değerlikli dürtü ile ya da dürtü nesnesi ile karşılaşılması ve bunlardan birini seçmek zorunda kalması.

CUMHURİYET ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ DÖNEM I II. KOMİTE

DAVRANIŞ BİLİMLERİ DERS NOTLARI

3-Yanaşma-kaçınma çatışması: Organizma için bir dürtünün ya da dürtü nesnesinin hem olumlu hem de olumsuz değerlik taşıması durumu.

Korku: Fiziksel ve toplumsal çevreden gelen, bilinçli olarak farkına varabildiği, tehlike ya da tehdit durumlarında duyduğu duygudur.

Fobi: Herkes için tehlike olmayan bir nesnenin, durumun ya da olayın kişide mantık dışı korkuya benzer bir duygu yaratması olarak bilinir.

Anksiyete: Bilinçdışı atışmalara bağlı olan ve nesnesi kişi tarafından tanınmayan tehlikelere karşı yaşanan kokuya benzer.

Kaygı: Anksiyete ile karıştırılır. Burada somut ve bilinebilir bir nedenden dolayı endişeleniriz.

SAVUNMA DÜZENEKLERİ

Savunma düzeneklerinin özellikleri ve işlevleri:

- 1- Bilinçdışı olarak gelişir ve otomatik işler.
- 2- Bu düzenekleri kullanmayan yoktur.
- 3- Sağlıklı ve hasta bireylerin savunma düzeneklerini kullanmaları arasındaki fark, kullanılan savunma düzeneklerinin niteliklerinde ve kullanma yoğunluğundadır.
- 4- Anksiyeteye karşı işlev görür. Amaç onu gidermek ya da azaltmaktır.
- 5- Benlik bütünlüğünü korumaya ve benlik saygısını sürdürmeye yönelik olarak çalışır.
- 6- Bu düzenekler özellikleri ve işlevleri bir bütün olarak insanın uyumuna yardım eder.

Bastırma: Anksiyete yaratan isteklerin, eğilimlerin, dürtülerin, duyguların, tutumların, anıların, olayların bilinç alanına çıkarılarak bilinç dışına itilmesi ve orada tutulmasıdır.

Yadsıma: İnkâr ya da yok saymadır. Bireyin baş edemediği tehlikeli ve sıkıntılı durumlarla karşılaştığında, yaratacakları anksiyeteden kurtulmaları için bunları yok saymasıdır.

Yansıtma: İnsanda anksiyete yaratan isteklerin, eğilimlerin, duyguların, dürtülerin, düşüncelerin... başkalarına mal edilmesidir.

Yer değiştirme: Çatışma ya da anksiyete yaratan bir dürtü nesnesinin değiştirilerek tehlikesiz ve daha yüksüz bir nesnenin seçilmesidir. Örn: karşısındakine yumruk atmak isterken masayı yumruklamak.

Mantıksallaştırma: Üstbenlik ve toplum tarafından kabul edilmeyen istek, eğilim, dürtü, duygu, düşünme, davranış, yetersizlik, başarısızlık gibi durumlar için anksiyete yaratmayan mantıklı gerekçelerdir. Fakat kişi kendisini ve karşısındakini aldatmaktadır.

Eksikliği giderme: Kişinin gerçek olan ya da imgesel eksikliklerini ve yetersizliklerini, yeterli olan başka yönleriyle giderme çabasıdır.

Karşı tepki oluşturma: Üstbenlik ve toplum tarafından kabul edilmeyen ve anksiyete yaratan isteklerin çok güçlü olduğu ve baskı altında tutulmadığı durumlarda, kişinin bu isteklerin tam tersi biçimde davranış göstermesidir. Örn: çocuğuna karşı bilinçdışı bir nefret duygusu olan anne ona çok sevecen davranabilir.

Döndürme: Kişi anksiyeteyi yaşamak yerine onu bilinçli bedensel belirtilere döndürür. Örn: Tokat atılan bir kadının baygınlık geçirmesi.

Düş kurma: Dürtülerin bir başka şekilde doyuma ulaştırılmasıdır.

Saplanma: Bu düzenek gelişme dönemleri sırasında kişiliğin bazı yönlerinin gelişmesinin duraklamasını ve olgunlaşmanın yeterli düzeyde olmamasını gösterir.

Gerileme: Kişinin gereksinimlerini karşılayamadığı, sorunlarla baş edemediği durumlarla karşılaştığında, bu tür sorunların yaşanmadığı daha önceki bir gelişme dönemine dönmesini gösterir. Örn: Bir çocuk kardeşinin doğumunun ardından tuvalet eğitimini tamamlamış olmasına rağmen idrar kaçırmaya başlayabilir.

Özdeşim: Çocukluktan erişkinliğe kadar olan dönemlerde kişinin bir başka kişi ya da grubun duygularını, düşüncelerini, davranışlarını ve değer yargılarını alarak kendi kişilik özellikler durumuna getirmesidir.

Yüceltme: Üstbenlik ve toplum tarafından onaylanmayan bir isteğin, eğilimin ya da dürtünün amacının ve/veya nesnesinin değiştirilerek toplum tarafından onaylanan, değer verilen biçimde anlatıma kavuşturulmasıdır. Örn: saldırganlık ve yıkıcılık dürtüleri yüceltmeye uğratıldığında, o kişi ileride çok iyi bir patlayıcı uzmanı ya da başarılı bir boksör olabilir.

CUMHURİYET ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ DÖNEM I II. KOMİTE DAVRANIŞ BİLİMLERİ DERS NOTLARI

RUHSAL-CİNSEL VE RUHSAL-TOPLUMSAL GELİŞME

Büyüme: Doğumdan başlayarak insanın zaman içinde bazı davranışları kazanmasını ve özelliklerinde niceliksel olarak bir artışı gösterir. Büyüme döllenmenin ardından başlar.

Gelişme: Döllenmeden başlayarak yaşamın sonuna dek süren belirli bir yöndeki ilerleyici değişimleri gösterir.

Olgunlaşma: Zaman içerisinde insanın kendiliğinden ortaya çıkan yapısal ve fizyolojik gelişimidir. Büyümede öğrenmenin rolü çok azdır oysa olgunlaşma için öğrenmenin önemi büyüktür.

Gelişmenin özellikleri:

- 1- Döllenmeden başlayarak ölüme dek aralıksız sürer.
- 2- Belirli bir sıra izler.
- 3- Gelişme sürecini iç ve dış etkenlerle, bunların kendi arasındaki etkileşimler etkiler.
- 4- Çok yönlü ve karmaşıktır.
- 5- Hızı dönemden döneme farklılıklar gösterir.
- 6- Bir insanın farklı yönleri farklı dönemlerde farklı hızda gelişir.
- 7- İnsanlar arasında gelişme hızları yönünden de farklılıklar vardır.
- 8- Gelişmenin olabilmesi için büyüme ve öğrenme süreçlerinin olması gerekir.
- 9- Gelişmenin hızı ve özellikleri her dönemde farklıdır.

Gelişme dönemlerinin genel özellikleri:

S. Freud'a göre haz veren, doyum sağlayan her nesnenin cinsel bir yanı vardır. Freud'a göre dürtülerin kaynağı cinsel haz bölgeleridir. Bunlar oral, anal ve genital (fallik) bölgelerdir. E. H. Erikson insanın gelişmesini ruhsal-toplumsal yönden doğumdan ölüme dek ele alarak dönemde incelemiştir. Erikson ruhsal-toplumsal gelişme kuramını ortaya koyarken bazı yeni kavramlar kullanmıştır. Bu kavramlardan biri aşamalı oluşum ilkesidir. Bu ilkeye göre her gelişme dönemi bir önceki gelişme döneminden izler taşır.

Oral Dönem – Temel güven dönemi:

Yaşamın birinci yılını kapsar. Cinsel haz bölgeleri ağız ve dudaktır. Bebeğin gereksinimlerinin aksatılmadan karşılanması süreklilik, hep aynı biçimde karşılanması tutarlılık, ona bakım veren kilerle zihnindeki imgelerin aynı olması aynılık özelliklerini gösterir. Bu özellikler bebekte temel güven duygusunun temelini oluşturur.

Temel güven döneminde kazanılan erdem “*umut*”tur.

Anal Dönem – Özerklik dönemi:

Birinci yaştan üç-üç buçuk yaşına kadar olan dönemi kapsar. Cinsel haz bölgeleri anal ve üretral bölgelerdir. Çocuk yatay konumdan dikey konuma geçmiştir. Denetim ve seçim yapabilme özerklik duygusunun temelini oluşturur. Çocukta özerlik duygusu gelişmezse, utanç ve kuşkuculuk duyguları gelişir.

Anal dönemde kazanılan erdem “*irade*”dir.

Fallik Dönem - Girişim dönemi:

Üç-üç buçuk yaşından altıncı yaşın sonuna kadar süren dönemdir. Fallik dönemde ruhsal-cinsel yönden haz bölgesi genital bölgedir. Çocuk cinsel organı ile oynamaktan haz duyar.

Bu döneme genital, ödipal dönem ya da oyun dönemi de denir. Çocuk karşı cinsten birine cinsel anlamda yaklaşır. Öğrenmek için bitmez tükenmez sorular sorar. Fallik dönemde temel işlev biçimi girciliktir.

Fallik dönemde kazanılan erdem “*amaç*”tır.

Oedipus karmaşası ve çözümü: Çocuklar genelde 3 yaştan sonra karşı cinsten birine yaklaşımaya başlar. Oğlan çocuğunun annesine sevgi ile yaklaşması babasından uzaklaşması bu karmaşa ile açıklanır. Tam tersi yani kız çocuğunun babaya yaklaşması durumu da elektra karmaşası olarak bilinir. Bu karmaşanın sonunda çocuk bükemediğin bileği öp mantığı sonucunda babası ile dost olur.

Gizlilik dönemi – Çalışma dönemi:

Altı yedi yaşlarında başlayıp on bir on iki yaşlarına dek sürer. Okul dönemi olarak da bilinir. Çocuğun ilgi alanına “araç ve gereç”ler de katılır.

Bu dönemde kazanılan erdem “*yeterlilik*”tir

CUMHURİYET ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ DÖNEM I II. KOMİTE
DAVRANIŞ BİLİMLERİ DERS NOTLARI

Ergenlik ve gençlik dönemi – kimlik geliştirme dönemi:

On bir – on iki yaşlarından ortalama yirmi bir yaşına dek sürer. 12–15 yaş arası döneme ergenlik (puberty), 15–21 yaşlar arası döneme gençlik-delikanlılık (adolescence) denir. Genç bu dönemde cinsel kimlik duygusu ve toplumsal yönden kimlik duygusu gelişir.

Gençlik ya da delikanlılık döneminde kazanılan erdem “*bağlılık*”tır.

Genç erişkinlik dönemi – Yakınlaşma dönemi:

Kabaca orta yaşlara kadar sürer. Gerçek cinsel uyum gözlenir

Genç erişkinlik döneminde kazanılan erdem “*sevgi*”dir.

Erişkinlik dönemi – Üretkenlik dönemi:

Bu dönemin en önemli özelliği yaratıcılık ve üretkenliktir.

Erişkinlik döneminde kazanılan erdem “*bakım verme*”dir.

Yaşlılık dönemi – Benlik bütünlüğü dönemi:

Bu dönem gerçekte olgunluk dönemidir. Kişi benlik bütünlüğüne ulaşmıştır Ölümü doğum gibi doğal karşılar ve ondan korkmaz.

Yaşlılık döneminde kazanılan erdem “*bilgelik*”tir.

Piaget’in Gelişme Kuramı:

Doğumdan 15 yaşına dek zihinsel gelişmeyi dört dönemde incelemiştir.

a) Duyusal-motor dönem: Yaşamın ilk bir buçuk yılına kapsar. Bilinç yoktur. Bebek kendisini ayırt edemez. Çocukta iyi ya da kötü anne simgeleri gelişir.

b) İşlem öncesi dönem: 2–7 yaşları arasındaki dönemdir. Mantıklı düşünme yok. Semboller oluşur. Temel özellik işarettir. Temel davranışlar taklit, oyun, çizim, zihinsel imgelerin ortaya çıkması, olayların sözel anlatımıdır.

c) Somut işlemler dönemi: 7–11 yaş arası dönemdir. Mantıksal düşünme gelişmeye başlar. Zaman kavramı anlaşılır. Ancak soyut gelişme tam olarak gelişmemiştir.

d) Biçimsel işlemler dönemi: 11–15 yaş arası dönemdir. Mantıklı düşünme, kavram oluşturma, problem çözme yetileri gelişmiştir. Soyut düşünme yetisi gelişmiştir.

Sullivan’ın Gelişme Kuramı:

Doğumdan gençlik döneminin sonuna kadar beş dönemde incelemiştir.

a) Bebeklik dönemi: Çocuğun anneden farklılaşmasıyla yeni semboller gelişir.

b) Çocukluk dönemi: 2–5 yaş arasındaki dönemdir. Çocuk diğer insanlar ile konuşarak ilişki kurar. Çocuk doyumunu engelleyen kişiyi düşman gibi görür.

c) Juvenil dönem: 5–8 yaşları arası dönemdir. Akranlarla ilişkiler gelişir. Paylaşma, işbirliği yapma ve yarışma öğrenilir.

d) Preadolesan dönemi: 8–12 yaşları arasında yaşanır. Çocuk yakınlık kurarak karşısındakinin olduğu kadar kendi değerini de tanır. Çocuklar kendi cinslerinden olan çocuklara ilgi gösterirler.

e) Adolesan dönemi: Gerçek cinsel ilgiler ortaya çıkar. Erken ve geç olmak üzere ikiye ayrılır.

Notu hazırlayan: 2004101007-Gökçe Dünder.

İletişim: gkcdndr@yahoo.com

Başarılar dilerim...