

## KENDİNİ GERÇEKLEŞTİRME

**Dr. Yıldız KUZGUN**

İnsan davranışlarını yöneten faktörleri açıklamakta biri "dürtü azalması" (drive reduction), diğeri "gelişim gücü" (force for growth) olarak adlandırılan iki temel ilkeye dayalı, birbirinden oldukça farklı iki yaklaşım görüyoruz.

Davranışları dürtü azalması ilkesi ile açıklayan psikanalitik ve davranışçı okullar insanın biyolojik yanına daha çok önem vermekte, davranışların esas amacının fizyolojik ihtiyaçların meydana getirdiği gerilimi giderme olduğunu kabul etmektedirler. Psikanalitik okulun kurucusu Freud'a<sup>1</sup> göre insan hayvan türünden gelmiştir ve hayvanla ortak bazı dürtüleri vardır. Bu dürtüler aslında antisosyal olup mantık kuralları tanımazlar. Bunun için bu dürtülerin devamlı baskı altında tutulmaları gerekir. Hayat ve ölüm dürtüsü olarak iki gruba ayrılan bu dürtüler toplumun baskısı yüzünden devamlı olarak ego tarafından kontrol altında bulundurulurlar.

Psikanalitik okula göre insan hayatının temel yönü hayatın ilk yıllarında belirlenir. Moral davranış., bencil olmayan davranış, insan tabiatına zıt olup, ancak insan asıl tabiatını bastırabildiği sürece ortaya çıkar. Toplumun tabu ve yasakları hayatın ilk yıllarında ana-baba ve yakın çevre tarafından çocuğa öğretilir. Zamanla içselleştirilen (introject) bu yasaklar superegoyu meydana getirip ego aracılığı ile id'in muhtevasını teşkil eden kaba dürtüleri ya tamamen bastırmak yahut biçim değiştirerek ortaya çıkmasına izin vermek suretiyle kontrol altında tutarlar. İnsanın tüm psikolojik gelişimi, yani zekâsı düşünme süreci ve realite algısı, içtepilerin kısmen engellenmesi ve yüceltilmesi sürecinden oluşur. Psikanalitik okula göre,, temel fizyolojik ihtiyaçlarını toplumla çatışma haline düşmeden doyurabilen kimseler psikolo-

1 Freud, S. *An outline of Psychoanalysis*. Trans James Stracey New York: Norton, 1949.

jik bakımdan sağlıklı kimselerdir. Bu anlamda normal insan, sosyal norm ve standartlarla uyum halinde, kendi arzu ve isteklerini toplumun beklentileri ile özdeşirmiş olup psikopatolojik belirtilerden (symptomlardan) arınık kimsedir. Nörotik ve hasta kişi ise toplumda şiddetli yasaklarla karşılaşan, cinsiyet ve saldırganlık ihtiyaçlarını yüceltmemiş veya bu ihtiyaçları giderme sırasında toplumun katı engelleri karşısında çatışmaya düşmüş ve bir takım patolojik belirtiler geliştirmiş kimsedir.

Davranışçı psikologlara göre de davranışların amacı dürtülerin meydana getirdiği gerilimi azaltmaktır. Başlangıçta açlık, susuzluk gibi birincil fizyolojik dürtüler bireyi davranışa seykederler. Zamanla öğrenme yolu ile kazanılan başarıma, üstünlük gibi toplumsal güdüler de davranışların nedeni olmaya başlar. Gerilimi azaltmada başarılı olan davranışların ilerde tekrarlanma olasılığı artar. Yetişkinler pekiştirme ve ceza yolu ile istenilen davranışları geliştirip istenmeyenleri söndürerek bireyi toplumsal bir varlık yapmaya çalışırlar.

Davranışçı okula mensup psikologlar insan tabiatını değiştiren ve toplumun istediği biçime sokan dış çevreye çok önem vermişlerdir. Çevre, özellikle hayatın ilk yıllarında kişiliğin ilerde alacağı şekli belirleyen çok önemli bir etkidir. Davranışçılara göre insan tabiatı esnek, yumuşak olup bulunduğu çevreye göre şekil alır. Bunu davranışçılığın kurucusu Watson<sup>2</sup> şöyle ifade etmektedir:

"Bana bir düzine sağlıklı bebek ve onları istediğim şekilde yetiştirme olanağı veriniz. Onlardan tesadüfen herhangi birini alıp yetenekleri, eğilimleri, ırk ve cediti ne olursa olsun seçeceğim herhangi bir alanda yetiştirip meselâ doktor, hukukçu, artist, tüccar, hatta dilenci, hırsız yapabileceğimi garantilerim".

Psikanalistler araştırmalarını genellikle ruh hastaları, davranışçılar ise hayvanlar üzerinde yapmaktadırlar. Her iki okul da insan davranışlarının değerlendirilmesinde olumsuz yaklaşımı temsil ederler. Yani kişiyi, uyumsuz yönlerini dikkate alarak değerlendirmeye bakarlar. Bu olumsuz niteliklerin bir kimsede bulunuş derecesine göre kişiyi uyumsuz sayarlar. Bu belirtiler mutsuzluk, bazı psikosomatik nitelikte beden rahatsızlıkları, sosyal standartlara aykırı davranışlar, işde etkin

2 Watson, J. B. *Behaviorism*. Chicago, Üniversity of Chicago Fress. 1959, sayfa: 104.

olamama v.b. belirtilerdir. İyi uyum ve ruh sağlığı ise, bu tür belirtilerin yokluğu demektir.

Psikanalitik ve davranışçı okulların insan davranışlarını dürtü-tepki formülüne indirgeyen deterministik yaklaşımlarını insan gelişimini açıklamada yetersiz bulan ve insan davranışlarının kanunlarını bulup bunları kontrol altına almaya çalışmayı insan özgürlüğünü zedeleyici bir tutum sayan psikologlar, psikolojiye "üçüncü kuvvet" olarak nitelendikleri bir görüşü getirdiler. Varoluşçu felsefenin görüşlerinden ve Fenomenci ve Gestaltçı okulların tutum ve metotlarından etkilenen ve "Hümanistik Psikoloji" olarak adlandırılan bu görüş insanı anlamada tümcü (holistik) ve dinamik bir yaklaşımı temsil eder. Hümanistik psikologlar akıl hastaları ve hayvanlar üzerinde yapılan incelemelerden varılan sonuçlarla normal insanın anlaşılamayacağı, ortalama (average) insanın davranışlarının ölçüt olarak alınmasının yani istatistiksel yaklaşımının ise insan türünün gelişimi hakkındaki beklentileri kısıtladığı görüşündedirler.

Hümanistik psikologlara göre insan davranışlarını yöneten en önemli güdü "Kendini Gerçekleştirme" güdüsüdür. Hümanistik psikologlar beslenme, korunma, nesli sürdürme gibi fizyolojik ihtiyaçların önemini inkâr etmemekle, hattâ bunları temel saymakla birlikte, insanın insan olarak daha üst düzeyde bazı ihtiyaçları olup bunları doyumaya çalıştığını ileri sürerler. Bu üst düzeydeki ihtiyaçlar, saygı görmek, bilgi edinmek güzellikten zevk almak gibi salt insana özgü ihtiyaçlardır. Maslow'un<sup>3</sup> tümüne "gelişme ihtiyaçları" (growth needs) dediği bu yüksek seviyedeki ihtiyaçlar ancak temel ihtiyaçlar doyurulduktan sonra ortaya çıkabilirler.

İnsan tabiatının aslında "iyi" olduğuna inanan hümanistik psikologlar bu tabiatın elverişli ortamda gelişme ve sosyalleşme yolunda açınacağını (unfolds) kabul ederler. Hümanistik psikologlara göre insanda gelişme için kuvvetli bir ihtiyaç vardır. Gelişme güdüsü insanın kalıtsal yapısına mevcuttur. İnsan, davranışları uyaran-tepki formülü ile açıklanacak ve kontrol altına alınacak pasif bir yaratık değildir. Davranışları salt gerilim azalması ilkesi ile açıklanamaz. İnsanda yalnız ihtiyaçları giderme, gerilimden kurtulma güdüsü değil; gelişme, ilerleme

<sup>3</sup> Maslow A. *Toward a Psychology of Being*. New York: Van Nostrand Reinhold Co. 1968. s. 21.

ve kendini aşma güdüsü de vardır. Her ihtiyacın doyurulması ihtiyaçlar hiyerarşisinde yeni bir ihtiyacın belirmesine yol açar. Bu durumda gerilimden kurtulma ve statik bir dengeye kavuşma ne mümkündür, ne de arzulanır. Maslow<sup>4</sup>, der ki:

"Yoksunluk güdüleri (açlık, susuzluk, cinsiyet v.b.) aslında gerilimi azaltmayı ve denge kurmayı sağlar; gelişme güdüler ise uzak ve çok kez erişilmez hedeflere duyulan ilgide gerilimi devam ettirir".

Psikanalitik ekol birinci, davranışçılık ikinci kuvvet olarak kabul edildiği takdirde "hümanistik psikoloji" psikolojide üçüncü kuvvet olarak ortaya çıkmıştır. Hümanistik psikolojlara göre sağlıklı insan, benliğini toplumsal otorite içinde eriten, yok eden, topluma pasif uyum gösteren insandan farklı olarak, kendi öz duygu ve ihtiyaçlarını doğrultusunda hareket eden, sahip olduğu gizil güçleri gerçekleştirmeye çalışan, fakat bunu yaparken toplumla ciddi olarak çatışma haline düşmeyen insandır. Davranışlarını yöneten güdü gelişme, kendini gerçekleştirme güdüsüdür. Nörotik ise sevilme, korunma, ait olma gibi daha temel seviyedeki ihtiyaçları vaktinde yeterince doyurulmamış, devamlı olarak bu yoksunluğun giderilmesi yolunda çaba harcayan, çevresindeki insan ve nesneleri bu ihtiyaçlarını giderecek araçlar olarak algılayan kimsedir.

#### Kendini Gerçekleştirme Kavramının Gelişimi:

Sağlıklı insanın davranışlarının temel yönetici gücü sayılan kendini gerçekleştirme kavramına ilk olarak Carl Jung'un<sup>5</sup> yazılarında rastlıyoruz. Jung, Freud'un bilinçaltı dürtülere ağırlık verip bireyin hayat amaçlarını ve emellerini ihmal etmesine karşı çıkmıştır. Jung'a göre biyolojik ihtiyaçlar hayatın gençlik yıllarında önemli ise de, yerlerini zamanla manevi doyum sağlayan, yüksek düzeyde amaçlara bırakırlar. Kişilik, devamlı gelişme eğilimindedir. Bu gelişimin amacı harmonik, dengeli ve olgun bir benlik geliştirmektir. Bu da başlangıçta farklılaşmış bir bütünün zamanla harmonik bir şekilde gelişmesi ve ayrışması (individuation process) ve sonra bu ayrışmış sistemlerin bütünleşmesidir (transcendent process). Bu bütünleştirme (integration) devresinde temel güdü, zıt eğilimleri uzlaştırmak ve birliğe erişmektir.

4 A.G.C. S. 31.

5 Jung G.C. *Two Essays on Analytical Psychology: The collected Work of C. G. Jung*. Vol: 7 New York: Pantheon Books second edition, 1966.

Adler<sup>6</sup> de davranışın amacının sadece alt düzeydeki ihtiyaçları giderme olduğu görüşüne karşıdır. Adler'e göre kişi, hayatının ilk yıllarında çaresizdir ve bunun yarattığı küçüklük duygusu içindedir. Bireyin hayatın problemlerini ele alış biçimi demek olan "hayat tarzının" (life style) belirlendiği 4-5 yaşlarında "yaratıcı ben" ortaya çıkar ve birey bununla hayatın ilk yıllarında temel heyecansal problemlerini çözer. Sağlıklı çözüm, mükemmelliğe ulaşmaya veya kendini gerçekleştirmeye çalışmadır. İnsanda üst seviyede amaçlara yönelme eğilimi vardır. Bu amaçlar da, başkalarına karşı bencil olmayan bir ilgi göstermek, işbirliğine yatkın olmak ve grupla özdeşim kurabilmek ihtiyaçlarıdır.

"Kendini gerçekleştirme" terimini doğrudan doğruya kullanmamış olmakla beraber kendini gerçekleştirme kavramını Rank'ta<sup>7</sup> da görüyoruz. Rank, insanın içinde oluşum halinde bulunan doğal bir eğilim bulunduğunu, onun, geçmişinden koparak halde bağımsız yaşama çabasında olduğuna inanır. Birey kendisini koruyan, yaşamını kolaylaştıran çevresinden kopup bağımsızlığını kazanmak ister. Çünkü bağımsız olmanın sağladığı bir haz vardır. Fakat bunun yaratacağı güçlükleri göze almak gerekir. Birey ancak bu yolla kimliğini kazanır. Bu ancak "yaratıcı irade" (creative will) ile mümkün olur. Sıradan, vasat insan bu iradesini ortaya koymada başarısız kimsedir; topluma boyun eğer, kimliğini kazanmaz. Nörotik, iradesini ortaya koymak ister, fakat hayat korkusu yüzünden bunu başaramaz. Sağlıklı insan bu çatışan kuvvetleri birleştirip bütünleştirebilmiş kimsedir. Sürüden ayrılmanın sıkıntısını göze alabilir; ama nörotikten farklı olarak, bir birey olmaya muktedirdir ve çevresi ile ahenk halindedir. İradeli insan kendini gerçekleştiren insandır.

Karl Goldstein'e<sup>8</sup> göre insan tabiatında yaratıcı bir eğilim vardır. Bu da kendini gerçekleştirmedir. Açlık, cinsiyet, kuvvet ve başarı kazanma gibi güdüler bu temel ve egemen güdünün çeşitli görünümleridir. Belli bir ihtiyacın doyumu, tüm organizmanın kendini gerçekleştirmesi için ön şart olduğu zaman ön safhaya geçer, ihtiyaç giderilince organizma

6 Adler, A. The Practice and Theory of Individual Psychology. London: Routledge and Kegan Paul, 1929.

7 Rank, O. Will Therapy. New York: Alfred Knopf. 1945.

8 Goldstein K. Human Nature in the light of Psychology. Combridge Mass: Harward University Press, 1944.

kendini gerçekleştirmiş olur. Kendini gerçekleştirme örgensel (organizmic) bir ilkedir. Ancak çevre kendini gerçekleştirmeyi mümkün kılan şartlar hazırlayabilir. Eğer organizmanın amaçları ile çevrenin gerçekleri arasındaki aykırılık çok fazla ise organizma amaçlarının bir kısmından vazgeçer ve kendini daha aşağı bir düzeyde gerçekleştirme yoluna gidebilir.

Erich Fromm<sup>9</sup> da toplumsal ihtiyaçlara biyolojik ihtiyaçların üzerinde bir yer verir. Fromm'a göre bir gruba ait olma, hayvansal hayatı aşip yaratıcı bir varlık olma, kendine özgü (biricik) bir varlık olma gibi ihtiyaçlar kişi davranışının belirleyicilerindedir. Fromm'da insan tabiatında bireyselleşme ve bağımsızlığa kavuşma yolunda kuvvetli bir eğilim görür. İnsan, hayatının ilk yıllarında ihtiyaçlarını karşılayan çevresine bağımlılık geliştirir. Ancak büyüdükçe bu çevreden kopup kişiliğini kazanmak ister. Bireyselliğini kazandıkça, çevre desteğinden uzaklaştığı için kendini yalnız hisseder. İnsan bu yalnızlıktan kurtulmak için çok kere sosyal otoriteye boyun eğer; hatta diktatörler yaratır. Fromm'a göre gelmiş geçmiş insan toplumlarından hiçbiri bağımlılık ve bireyselleşme yolunda kişinin karşılaştığı çatışmaya yeterli bir çözüm getirememiştir. Ancak hümanistik sosyalist bir toplum kişiye dayanışma içinde bireyselliğini kazanma olanağı verebilir.

Organizmayı dinamik bir sistem olarak gören Rogers'a<sup>10</sup> göre tek bir hayat gayesi tek bir güdü vardır. Tüm davranışları açıklamaya yeterli olan bu güdü kendini gerçekleştirme güdüsü olup organizmanın, kalıtımın belirlediği yönde gelişip farklılaşması ve daha otonom, daha sosyalleşmiş hale gelmesi demektir. İleri doğru gelişme eğilimi, ancak seçenekler açıkça algılanır ve yeterli şekilde sembolize edilirse gerçekleşebilir. Kişi, geliştirici ve geriletici davranış yollarını ayırdetmedikçe kendini gerçekleştiremez. İyi seçim, iyi kötü hakkında bilgiye dayanır. Kişi bunu bilirse iyiyi seçmeye yönelir.

Rogers'a<sup>11</sup> göre kendini gerçekleştirme, sosyal evrimin sonu, psikoterapinin en son amacıdır. Rogers, kendini gerçekleştiren kimseye "kapasitesini tam olarak kullanan" (Fully Functioning) kimse demektedir. Kendini gerçekleştiren kişilerin başlıca özelliklerini Rogers dört başlık altında toplamaktadır:

9 Fromm E. *Escape From Freedom*. New York: Rinehart, 1941.

10 Rogers, C. *Client Centered Therapy*. Boston; Houghton Mifflin Co. 1951 s. 487—491.

11 Rogers R. C. *On Becoming a Person* Boston: Houghton Mifflin Co. 1961 Bl: 9.

1- *Yaşantılara Daha Açık Olma*: Uyarıcıları çarpıtmadan, rahatça algılama, duyguların farkında olma, onları bastırma gereğini duymama.

2- *Daha Varoluşsal Bir Hayat Sürme*: İlke ve kurallara sıkı sıkıya bağlanmaksızın, hayatın her anını tam olarak yaşayabilme.

3- *Organizmaya Daha Fazla Güvenme*: Örgensel (organismic) tepkileri davranışlara rehber olarak alma.

4- *Daha Tam Olarak Fonksiyonda Bulunma*: Mümkün olduğu kadar bol ve doğru uyaran almak için organizmayı tam olarak işe koşma.

Abraham Maslow<sup>12</sup> kendini gerçekleştirme kavramına ampirik bir yolla yaklaşmıştır. Tarihi ve halen yaşamakta olan seçkin kişiler üzerinde, klinik metodla derinliğine yürüttüğü incelemeleri sonunda, kendini gerçekleştiren kişilerin en belirgin özellikleri olarak şunları saptamıştır:

1- *Gerçeği Olduğu Gibi Algılayabilme*: Arzu, beklenti ve önyargıların etkisi altında olmadan, nesne, olay ve insanları oldukları gibi algılayabilme; genel, soyut ve kalıplaşmış yargılardan çok, somut ve taze yaşantılara değer verme.

2- *İçten Geldiği Gibi Davranabilme*: Kuralları, merasimi, kalıplaşmış davranış biçimlerini gereksiz sayıp, içten geldiği şekilde hareket etme; dışardan empoze edilen kurallardan çok kendi geliştirdiği değerler sistemine göre davranma.

3- *Bir Probleme Dönük Olmak*: Genellikle kişisel olmayan, insanlıkla ilgili bir problem alanına koyulma; felsefi ve etik alanda temel sorunlarla uğraşma.

4- *Kendine Yeterli Olma*: Problemini kendi başına çözebilme, felâketleri vakarla karşılayabilme; ketum ve sakin olabilme; başkalarından yardım, destek ve iltifat beklememe.

5- *Çevreden Bağımsız Olma*: İnsanları, yoksunluk güdülerinin doyum aracı olarak görmeme; fiziksel ve sosyal çevreden bağımsız olarak yaşayabilme.

6- *Takdir Edebilme*: Hayattaki güzellikleri devamlı olarak taze, saf bir şekilde algılayabilme ve beğenebilme; güzellikler karşısında coşku (ecstasy) hali yaşayabilme.

12 Maslow A. *Motivation and Personality*, New York: Harper and Row Publishers, 1970 BL: 11.

7- *İnsanlıkla Özdeşme*: İnsanlığa derin bir sempati duyma, kendini insanlara yakın hissetme.

8- *Demokratik Bir Karakter Yapısına Sahip Olma*: Irk, sınıf, eğitim ve siyasal inanç farkı gözetmeksizin insanlarla dostluk kurabilme; insanlarda soy, şöhret, servet yerine bilgi, hüner ve iyi kişilik özelliklerine saygı duyma.

9- *Nüktedanlılık*: Kaba ve başkalarını küçük düşürücü şakalardan hoşlanmama; ince, filozofik değeri olan, güldürürken düşündüren nükteler yapma.

10- *Yaratıcılık* : Herhangibir alanda yeni, orijinal bir eser meydana getirebilme.

11- *Sosyal Kalıplaşmaya Karşı Direniş*: Kültürn geliştirdiği davranış kalıplarını benimseme zorunluğunu, modayı yakından izleme gereğini duymama.

#### *Kendini Gerçekleştirmeyi Etkileyen Çevresel Etkiler*

Görülüyor ki kendini gerçekleştirme bir gelişme çabası, insan davranışlarını yöneten bir güdü olduğu kadar, erişilmeye çalışılan bir gelişme düzeyi olarak da anlaşılmalıdır. Kendini gerçekleştirme, hayat boyunca devam eden bir süreç olduğundan insan, hayatının belli bir anında, kendini gerçekleştirme yönünden belli bir düzeye sahip olabilir ve kendini gerçekleştirme yönünden bireyler arasında farklar bulunabilir. Kendini gerçekleştirme kavramına önem veren ve bunun işe vuruk (operational) tanımını yapmaya çalışan psikologlar, kendini gerçekleştirmeyi kolaylaştırıcı ya da engelleyici çevre koşulları, özellikle ana-baba tutumları üzerinde de durmuşlardır.

Rogers'a<sup>13</sup> göre hayatın ilk yıllarından itibaren insanın yakın çevresi ile etkileşimi, onun kendini gerçekleştirme düzeyini etkileyen en önemli etkidir. Rogers kendini gerçekleştirmeyi tüm davranışların temelinde yatan ana güdü saymakla birlikte özellikle hayatın ilk yıllarında iki ihtiyaca özel bir önem vermiştir. Bunlar "Olumlu Saygı" (Positive Regard) ve "Benlik Saygısı" (Self Regard) ihtiyaçlardır. Bu

13 Rogers, R.C. A Theory of therapy, Personality and interpersonal relationships as developed in a client-centered framework (S. Koch Ed.) *Psychology: A Study of a science*. Vol: 3e New York: McGraw-Hill, 1959, s. 184-256.



ihtiyaçların her ikisi de bebeklikten itibaren kazandır. Çocuğun sevgiye ihtiyacı vardır. Bu ihtiyacın ilk doyum kaynağı ise onun yakın çevresi, özellikle annesidir. Çocuk, anneyi hoşnut eden biçimde davrandığı zaman sevilir. Anneyi hoşnut etmeyen herhangi bir davranışı memnuniyetsizlik, sevgi ve şefkatin esirgenmesi şeklinde karşılık görür. Artık çocuk organizmanın ihtiyaçlarını doyum ve geliştirmek için değil, annesini hoşnut etmek için çalışır. Zamanla kendisini annesinin gördüğü biçimde görmeye, örgensel olarak doyum sağlayıcı olmasalar da, anneyi hoşnut eden davranışları olumlu davranışlar olarak değerlendirilmeye başlar. Artık davranışları doğal ihtiyaçları tarafından değil, içselleştirilmiş (introjection) değer yargıları tarafından belirlenir. Yani, kişi bu iç şartlara uygun davranmadıkça kendini değerli saymaz.

Eğer çocuk olduğu gibi kabul edilir, davranışları diğer yetişkinleri hoşnut etmekten çok organizmanın gelişimini sağlaması açısından değerlendirilirse (değer için herhangi bir şart konmazsa), çocuğun örgensel ihtiyaçları ile çevre beklentileri ahenkli bir birlik teşkil eder. Böylece, kendini gerçekleştirme için uygun ortam yaratılmış olur.

Maslow'da hayatın ilk yıllarında çevrenin özellikle ana-babanın göstereceği sevgi ve şefkatin çocuğun ileride kişilik gelişimi üzerinde çok olumlu etkileri olacağına inanır. Maslow'a<sup>14</sup> göre ana-baba, çocuğun temel fizyolojik ihtiyaçları yanında ve hemen onlar kadar önemli olan sevilme ve saygı görme ihtiyacına da kulak vermeli ve bunu yeterince karşılamaya çalışmalıdır. Çocuğuna içten bir sevgi ve saygı gösteren ana-baba, bazı hatalı davranışları da olsa çocuk eğitiminde başarılı sayılırlar. Zira, hayatın ilk yıllarında kendilerini güvenli hisseden çocuklar, gelecekteki tehdit edici durumlar karşısında aynı güveni devam ettirirler. Sevgiden yoksun kalan çocuklar devamlı güvenlik, hayranlık ve sevgi ararlar ve bunu elde edebilmek için yetişkin çağlarda bile her türlü çocuksu, olumsuz yollara başvurabilirler. Ana-baba, sevgiyi yemek içmek kadar doğal bir ihtiyaç sayıp çocuğu bu yönden doyurma lıdırlar.

Ancak, Maslow'a göre çocuğu sevmek onun her istediğini yerine getirmek demek değildir. Aşırı hoşgörü ve şımartma çocukta kendine güvenin gelişmesini engeller. Her istediğini zahmetsizce elde eden çocuklar, başka insanları kendi ihtiyaçlarının doyumunu için araç olarak

14 Maslow A., a.g.e., 1970. s. 40, 65, 71.

görmeye başlarlar. Şımartılan çocuklar ne kendilerine ne de başkalarına saygı duymayı öğrenebilirler.

Aşırı hoşgörü kadar sert disiplin, otoriter tutum da çocuğun sağlıklı gelişimi için tehlikelidir. Bu tür bir tutum çocukta bağımsızlık, kendine güven ve kendine yetme gibi önemli kişilik özelliklerinin gelişimi engeller, Maslow'a<sup>15</sup> göre çocuk eğitiminde en doğru yol, çocuğa makul sınırlar içinde özgürlük tanımak olmalıdır. Zira, küçük yaştaki çocuklarda bile iyi ve kötüyü sezecek bir içsel bilgelik (internal wisdom) vardır. Çocuk neyi ne kadar yemesi ve ne miktar uyuması gerektiğini bilir. Yetişkinlerin yapacağı şey, çocuğa seçme fırsatı vermek olmalıdır. Çocuğun ihtiyaçlarını çekinmeden söyleyebileceği rahat, kabul edici bir atmosfer yaratmak gereklidir. Uygun eğitsel süreç, çocuğa rahat bir şekilde gelişme olanakları sağlayan, öz tabiatını (inner nature) gerçekleştirmesini kolaylaştıran süreçtir. Yetişkinler, kendi rahatlarını korumak ya da kendi arzuları yönünde yetiştirmek için çocuğu baskı altında tutmamalıdır.

Maslow insanı bencil, saldırgan ve uzlaşmaz olarak gören psikanalitik görüşe karşıdır. Maslow'a göre insan, saldırgan olabildiği gibi cömert, işbirliğine yatkın ve digergam da olabilir. Birinci ya da ikinci durumun ortaya çıkışı onun yetiştirildiği ortama bağlıdır. Eğer bir kimse kendini güvensiz, tehdit altında hissediyorsa, temel ihtiyaçlarının doyurulması sık sık engelleniyorsa, ikinci, yani olumsuz nitelikler baskın olacaktır.

Yukarıda görüşlerini özetlediğimiz psikologların, kendini gerçekleştirme kavramının muhtevası ve kendini gerçekleştirmeye olumlu ya da olumsuz yönde etkileyen ana-baba tutumları konusunda az çok anlaşma halinde oldukları görülmektedir.

Klinik gözlemlerin ürünü olan bu görüşleri sınamak amacı ile, yazar<sup>17</sup> tarafından deneysel bir araştırma yapılmıştır.

Bu çalışmada, ana-babanın çocuğa karşı gösterdiği sevgi ve çocuğun davranışlarına uyguladığı kontrolün derecesine göre, demokratik, ilgisiz ve otoriter olmak üzere üç tip ana-baba tutumu dikkate

15 Maslow, a.g.e., 1968, s. 199.

17 Kuzgun Yıldız. Ana-baba tutumlarının bireyin kendini gerçekleştirme düzeyine etkisi. *Hacettepe Sosyal ve Beşeri Bilimler Dergisi* Cilt: 5, sayı: 1, Mart 1973.

alınmış ve bunları ölçmek için bir ana-baba tutumu ölçeği geliştirilmiştir. Kendini gerçekleştirme düzeyi ise Shostrom<sup>18</sup> (1968) tarafından geliştirilen ve bu araştırma sırasında Türkiye evreni için geçerliği yoklanan Kişisel Yönetim Envanteri (Personel Orientation Inventory) ile ölçülmüştür. Araştırma 1971 yılı güz döneminde "Psikolojiye Giriş" dersi almakta olan üniversite öğrencileri üzerinde yapılmıştır.

Ana-babalarını birinci derecede demokratik, ilgisiz ya da otoriter olarak algılayan üç ayrı denek grubumu) (sırasıyla 53, 55, 56 denek) Kişisel Yönetim Envanteri'nden aldıkları puan ortalamaları karşılaştırıldığında, ana-babaların demokratik olarak algılayan grubun en yüksek puan ortalaması aldıklarını, bunun sırasıyla ilgisiz ve otoriter olarak algılayan grupların izledikleri görülmüştür.

Bu durumda, içten sevgi ve geliştirici kontrol ile nitelenen demokratik ana-baba tutumunun kendini gerçekleştirmeyi olumlu, sıkı disiplin ve şartlı sevgi ile nitelenen otoriter ana-baba tutumunun olumsuz yönde etkilediğini, ilgisiz ana-baba tutumunun ise bu ikisi arasında yer aldığını söyleyebiliriz. Verilerin analizi sırasında Türk öğrencilerinin Kişisel Yönelim Envanterinden elde ettikleri puan ortalamalarının, aynı yaş ve eğitim düzeyindeki Amerikalı öğrencilerin puan ortalamalarından daha düşük olduğu görülmüştür. Bu sonucun Türk öğrencilerinin daha bağımlı ve ana-baba otoritesine daha saygılı olarak yetişmelerinden ileri geldiği düşünülebilir. Nitekim Kâğıtçıbaşı<sup>19</sup> (1970) Türk öğrencilerinin Amerikalı öğrencilere göre daha fazla otoriteye bağlı olduklarını bulmuştur. Bu durumda, iki evren arasında kendini gerçekleştirme bakımından gözlenen bu farkın kültür ve yetişme farklarından ileri geldiğini söyleyebiliriz.

#### KAYNAKLAR

- 1- Adler, A.: *The Practice and the Theory of Individual Psychology*. London: Routhledge and Kagan Paul, 1929.
- 2- Freud, S.: *An Outline of Psychoanalysis*. Trass. J. Stracey. New York: Norton, 1949.
- 18- Shostrom, E.L. *Manual for the Personal Orientation Inventory*. San Diego: Educational and Psychological Testing Service. 1968
- 19- Kâğıtçıbaşı, Çiğdem. Social norms and authoritarianism A Turkish American Comparison. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1970, 16, 444-451

- 3- Fromm, E.: *Hürriyetten Kaçış*. Çev. A Yörükhan. Ankara: Tur Yayınları, 1972.
- 4- Goble, F. G.: *The Third Force*. New York: Grossman Pub. 1970.
- 5- Goldstein, K.: *Human Nature in the Light of Psychopathology*. Cambridge Mass: Harvard University Press, 1944.
- 6- Jung, C. G.: *Two Essays on Analytical Psychology: The Collected Works of C. G. Jung*. Vol: 7 New York: Pantheon Books, Second Ed. 1966.
- 9- Maslow, A.: *Motivation and Personality*. New York: Harper and Row, 1970.
- 10- Maslow, A.: *Toward a Psychology of Being*. New York: Van Nostrand 1968.
- 11- Maslow, A.: Psychological Data and Value Theory. Ed. A. Maslow. *New Knowledge in Human Values*. New York: Harper And Row. 1959.
- 12- Kağıtçıbaşı, Çiğdem.: Social norms and authoritarianism: A Turkish-American comparison. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1970, 16, 444-451.
- 8- Kuzgun, Yıldız.: Ana-baba tutumlarının bireyin kendini gerçekleştirme düzeyine etkisi. *Hacettepe Sosyal ve Beşeri Bilimler Dergisi* Cilt: 5 Sayı: 1 Mart 1973.
- 12- Rank, O.: *Will Therapy*. New York: Alfred Knopf, 1945.
- 13- Rogers, R. C.: *On Becoming A Person*. Boston: Houghton Mifflin Co. 1961.
- 14- Rogers, R.C.: A Theory of therapy: Personality and interpersonal relationships as developed in a client-centered framework. S Koch, Ed. *Psychology: A Study of Science*. Vol: 3. New York: McGraw Hill, 1959.
- 15- Watson, J. B.: *Behaviorism*. Chicago: University of Chicago Press. 1959.