

# KIŞILIK GELİŞİMİ

**Carl Rogers &  
Abraham Maslow**

# CARL R. ROGERS(1902-1987)



# CARL ROGERS'IN YAŞAMI

- Illinois'de 8 Ocak 1902'de katı dini görüŐleri olan ifti bir ailenin ortanca çocuğu olarak dünyaya geldi. Sürekli okuyan yalnız ve zeki bir çocuktu.
- 1919-1924 Wisconsin niversitesinde Ziraat okudu.
- Columbia niversitesinden 1931 yılında Klinik ve EĞitim psikolojisi alanında doktora derecesini aldı.

- 1945'te Chicago Üniversitesi'nde Psikolojik Danışma Merkezi kurmuştur.
- 1963 yılında Kaliforniya La Jolla'da Kişi Çalışmaları Merkezini kurdu.
- Yaşamının son 15 yılını toplumsal çatışma ve dünya barışı gibi konulara adadı.

# Rogers'ın Kuramı

- Benlik Kavramı
- Potansiyelini Tam Kullanan Kişi

# BENLİK KAVRAMI

**Benlik:** Kişinin kendisi hakkında doğru ya da yanlış olan hipotezlerden oluşur ve sürekli değişim halindedir.

**Benlik Tasarımı:** Kişinin kendisiyle ilgili düşüncelerini, algılarını içerir. Herkes daha olumlu bir benlik geliştirme çabası içindedir.

# BENLİK KAVRAMI

**İdeal Benlik:** Kişinin ulaşmak istediği ve sahip olduğu takdirde kendisini çok değerli bulacağı benlik kavramını ifade eder.

Bu durumda kişide ortaya çıkan uyumsuzluk gerçek benlik ile ideal benlik arasındaki farktan kaynaklanmaktadır.

Ancak bu iki benlik arasındaki fark kaçınılmazdır. Bu fark bazen güdüleyici, sağlıklı ve istenen bir durumdur.

# POTANSİYELİNİ TAM KULLANAN KİŞİ

İnsanların yaşamında bir doyum noktasına ulaşmak için doğal bir çaba gösterirler ve doyum noktasına ulaşan insanlar **potansiyelini tam kullanan kişilerdir**. Bu kişiler;

- Yeni deneyimlere açıktır, yaşamın onu nereye götüreceğini görmek isterler.
- **Eğer bir şeyin doğru olduğuna inanıyorsa muhtemelen onu yapar.**



# POTANSİYELİNİ TAM KULLANAN KİŞİ

- Toplumun beklentileri doğrultusunda davranmak adına kaygıya kapılmaz ve insanların gereksinimlerine de kayıtsız kalmazlar.
- Meslek seçimi ve yaşama tarzı gibi konularda karar verirken kendi ilgi, değer ve gereksinimlerini göz önünde bulundururlar.
- Bu insanlar duygularını diğer insanlara göre daha derin ve yoğun yaşarlar.

# ABRAHAM MASLOW

## (1908-1970)



# ABRAHAM MASLOW'UN YAŞAMI

- Nisan 1908'de New York Manhattan'da doğdu.
- Babası kadın peşinde koşan, alkolik ve ailesine karşı ilgisiz bir kişiydi. Annesi güçlü batıl inançlara sahip ve Maslow'u en küçük hareketinde cezalandıran bir anneydi. Annesi diğer iki kardeşini Maslow'dan üstün tutuyordu.

# ABRAHAM MASLOW'UN YAŞAMI

- Çok zeki, yetenekli ve bol okuyan biriydi. Önce hukuk öğrenimine başladı ama okulu terk etti. Cornell Üniversitesi'nde felsefe ve psikoloji okumaya başladı.
- Felsefe dalında yüksek lisansını aldı. Ardından psikoloji doktorasına başladı. Davranışçılığı ilginç buluyordu. 1934'de doktorasını aldı ama akademik bir görev bulamadı.

- İlk kızının doğumunun ardından kızını gözlemledi ve davranışçılığın insan davranışını anlamakta yeterli olmadığını fark etti.
- İnsancıl (hümanistik) yaklaşımları önemsendi
- 1940'lı yılların ortalarından itibaren sağlığı bozulmaya başladı. Mahcup, kendine kızan, mutsuz, izole psikolojik yapısını seneler süren psikanalize rağmen hiç aşamadı.
- 8 haziran 1970'de, 62 yaşında şiddetli bir kalp krizi geçirerek yaşama veda etti.

# MASLOW'UN KAVRAMLARI

- Gereksinimler (İhtiyaçlar) Hiyerarşisi
- Kendini Gerçekleştiren (psikolojik açıdan Sağlıklı ) İnsanın Özellikleri

# GEREK SINIMLER HIYERARŞISI



1. Fizyolojik gereksinimler
2. Güvenlik gereksinimi
3. Ait olma gereksinimi
4. Saygı gereksinimi
5. Kendini gerçekleştirme gereksinimi

# Kendini Gerçekleştiren İnsanın Özellikleri

- Gerçekçi, yaratıcı, empatik ve spontandırlar.
- Bağımsızdırlar ve özel yaşama önem verirler.
- Kültürün ve toplumun beklentileri doğrultusunda hareket etmezler.
- Yoğun zirve deneyimleri geçirmişlerdir.



# Kendini Gerçekleştiren İnsanın Özellikleri

- Az sayıda insanla çok derin ve anlamlı ilişkilere sahiptirler
- Deęerleri ve tutumları demokratiktir.
- Kendilerini olduğu gibi kabul edip severler.
- Mizah anlayışları felsefi ve dostçadır

# ROGERS, MASLOW VE VAROLUŐUŐU PSİKOLOJİNİN BENZER YÖNLERİ

- İnsan doğası "iyi"dir.
- Geçmiş ve gelecek kaygısı yerine: "Şimdi ve Burada" kavramını kullanmışlardır.
- Her insan biriciktir ve her insanı içinde bulunduğu koşullara göre değerlendirmeliyiz.
- İnsan davranışlarından sorumludur.
- İnsanlar sürekli kendini değiştirip geliştirebilir.

- İnsanın amacı kendini gerçekleştirmektir ve bu insan psikolojik açıdan sağlıklıdır.
- Kişiliğin sağlıklı yönüne dikkat çekmişlerdir.
- Kavramlarını net olarak açıklayamamıştır.
- Kişiliği anlamak için bilimsel yöntemler kullanılamayacağını öne sürmüşlerdir.

- İnsan davranışlarını bilinç düzeyinde gerçekleştirir
- Kaygılara karşı savunma mekanizmaları kullanırız.
- Çocukluk yaşantıları kişinin nasıl yaşayacağını belirlemez.

# SONUÇ

- İnsanların kişisel deneyimleriyle tutarlılığı oranında kabul görmüş ve etkisini günümüze değin sürdürmüştür.
- İletişim, iş doyumu, eğitim gibi alanlarda uygulanmaya devam etmektedir.
- Yaklaşım insanın göz ardı edilen özelliklerin gündeme gelmesini sağlamıştır.
- Kişinin sağlıklı yönüyle ilgilenmesi "olumlu psikoloji" gibi kavramların ortaya çıkmasına sağlamıştır.