

BİR DERLEME: BENLİK KAVRAMINA İLİŞKİN BAZI YAKLAŞIMLAR VE TANIMLAMALAR

Hanzade Aslan-Yılmaz¹

Öz

Bu çalışmada psikoloji bilimi çerçevesinde benlik kavramına ilişkin yapılmış olan bazı tanımlamalardan ve benlik kavramı hakkındaki temel yaklaşımlardan söz edilmiştir. Literatür, kronolojik olarak değil, benzer yaklaşımlardan bir arada söz edilerek aktarılmıştır. Bu bağlamda, özne benlik, nesne benlik, olası benlikler, ego kavramı, savunma mekanizmaları, benliğin bilinçdışı ile tanımlanması, benliğin sosyalleşme ile ilişkisi, benliğin gelişim süreçleri ve benliğin bellekle ilişkili olarak tanımlanması hakkındaki temel bazı görüşlerden söz edilmiştir. James'in maddesel, ruhsal, sosyal benlikler ve saf ego sınıflandırması açıklanmış, James'in olası benlikler hakkındaki görüşlerine değinilmiştir. Bu sınıflandırma ve olası benlikler hakkında diğer kuramcıların söz ettikleri aktarılmıştır. Freud ve Jung'un görüşleri, Cooley, Mead, Sarbin, Şerif ve Şerif, Rogers, Kinch, Tajfel ve Turner; Shavelson, Hubner ve Stanton'un görüşleri, Erikson ve Allport'un benlik gelişimi ile ilgili görüşleri, ayrıca benlik ve bellek ilişkisine ilişkin bazı araştırmacıların tanımları aktarılmıştır. Benliğin nasıl oluştuğu ve nasıl geliştiğine ilişkin yaklaşımların anlaşılması, benlik kavramını temel alan literatürün daha iyi anlaşılması açısından sosyal bilimlerle ilgili çalışan araştırmacılara fayda sağlayacaktır.

Anahtar kelimeler: Benlik kavramı, benlik tanımlaması, ego

A REVIEW: SOME APPROACHES AND DEFINITIONS ABOUT THE SELF CONCEPT

Sosyal
Bilimler
Dergisi
Sayı:48

Abstract

In this article, it is mentioned about some basic approaches and definitions about the concept of self in within the scope of psychology. Literature is conveyed not chronically but by mentioning the similar approaches together. In this sense, some basic approaches are mentioned like subject and object selves, possible selves, ego concept, defense mechanisms, definition of self by means of unconsciousness, the relationship between the self and socializing, the development stages of the self, and the definition of self in terms of memory. James' classification of material self, social self, spiritual self and pure ego and what James mentioned about possible selves are explained. What others stated about this classification and possible selves are mentioned. Freud and Jung's approaches, views of Cooley, Mead, Sarbin, Şerif and Şerif, Rogers, Kinch, Tajfel and Turner; Shavelson, Hubner and Stanton, views of Erikson and Allport about the development stages of self, and some definitions about self in terms of memory are mentioned. Understanding the approaches about how the self is formed and the development of self will be useful for researchers who study about social sciences in terms of understanding the literature based on the concept of self.

Keywords: Self concept, definition of self, ego.

1 Dr., hanzadeaslan@gmail.com

Giriş

Pek çok disiplinde söz edilen “benlik” kavramı hakkında literatürde farklı yaklaşımlar olduğu görülmektedir. Kimi kuramcılar benliği değişmez olarak görürken, kimileri sürekli değiştiğini savunmuşlardır. Takip eden bölümlerde benliğin (sadece psikoloji bilimi kapsamında) nasıl tanımlanmış olduğundan, benlik hakkındaki bazı temel yaklaşımların ne olduğundan söz edilecektir. Okuyucunun, benlik tanımlamalarının ve benliğe ilişkin yaklaşımların benzer özellikler içerebildiğini, alt başlıkların yaklaşımların en çok göze çarpan özelliklerine göre yapıldığını, bu alt başlıkların akademik kaynaklı herhangi bir sınıflandırmayı içermediğini; benlik kavramının, benliğe ilişkin tanımlamaların ve benlikle alakalı kavramların bu çalışma ile özetlenemeyecek kadar kapsamlı olduğunu akılda tutmasında fayda olacaktır.

1.Özne Benlik, Nesne Benlik, Olası Benlikler

Benlikle ilgili literatüre bakıldığında William James’in 1890 tarihinde yazdığı (ve 1950’de tekrar basılmış olan) “The Principles of Psychology” kitabının başlangıç olduğunu görmekteyiz. Bu eserde James (1950), “maddesel benlik”, “sosyal benlik”, “ruhsal benlik” ve “saf ego” olmak üzere dört benlik türü olduğunu belirtmiştir. James (1950), benlik türlerini, “bilen ben” ve “bilinen ben” olarak da sınıflandırmıştır. Bu sınıflandırmaya göre maddesel, sosyal ve ruhsal benlik türleri bilen bene, saf ego bilinen bene karşılık gelmektedir. Yazar, ilk benlik türünü İngilizce’deki “me” kelimesiyle, ikincisini ise “I” kelimesiyle ifade etmiştir. Brown’un (1998) konu hakkındaki örneği oldukça açıklayıcıdır. Brown’a (1998, s. 2) göre kişi kendisini gördüğünü söylerse (“I see me”), görme eylemini gerçekleştiren yani “özne benlik” olan (I) bilinen bendir. Görülen yani “nesne benlik” olan (me) ise bilen bendir (Brown, 1998, s. 2).

Brown’a (1998, ss. 2-3) göre özne benliğin işlevi, kişinin kendisini diğer nesne ve insanlardan ayırt etmesini sağlamak, tecrübelerini biriktirmek, kişiye bir devamlılık ve birlik hissi vermek; nesne benliğin işlevi ise bugünkü ve gelecekteki kimliğini oluşturmak için, kendisi hakkındaki bilgileri daha dikkatle algılamak ve akılda tutmaktır.

Lewis de (1990, akt. Eysenck, 2004) benliğin İngilizcedeki “I” kelimesine karşılık gelen bir “varoluşsal” ve “me” kelimesine karşılık gelen bir “kategorik” kısmı olduğundan söz etmiş; kategorik benliği, benliğin diğerleri tarafından fark edilmeyi sağlayan kısmı, başka bir deyişle nesneymiş gibi algılanan kısmı olarak tanımlamıştır.

James’in (1950, s. 183) materyal benlikle kastettiği fiziksel varlığımız, bedenimiz ve aynı zamanda “benim” olarak tanımlayabileceğimiz yakınlarımız, sahip olduğumuz eşyalar, unvanlar gibi unsurlardır. Aile kurmak, mülk sahibi olmak gibi davranışların materyal benliğimizi koruma amaçlı olduğu görülmektedir (James, 1950, s. 183). “Benim” olarak nitelendirdiğimiz şeylerin öneminden Nuttin (1985) de “isim harfleri etkisi” (name letter effect) ile bahsetmiştir. Nuttin’in bu çalışması kişilerin kendi isimlerini oluşturan harflere daha çok sempati duyma eğiliminde olduklarını göstermektedir. Görülmektedir ki, bu sahiplik duygusu semboller için bile geçerlidir.

James’in (1950, s. 184) söz ettiği sosyal benlik ise, diğerleri tarafından nasıl algılandığımızla ilgili benlik türüdür. Bazı grupların içinde olmak, statü kazanmak, ünlü, onurlu, gururlu olmak istemek gibi davranışlar sosyal benliğimizle ilişkilidir (akt. Brown, 1998). James’e

(1950, s. 184) göre bir insan için, diğeri tarafından görmezden gelinmek baş edilmesi zor bir durumdur. James (1950), diğelerince nasıl algılandığımız bizim açımızdan önemli olduğu için farklı sosyal ortamlarda farklı sosyal kimliklerimiz olduğundan ve içinde bulunduğumuz yerlere ya da koşullara göre farklı rollere büründüğümüzden söz etmiştir. Buna göre, aile içinde, çocuklarımızın yanında, iş yerimizde ya da bir müşterinin yanında farklı davranmamızın sebebi sosyal benliğimizdir (James, 1950, s. 184). James'e (1950, s. 184) göre sosyal benlik sayımız, bizi tanıyan insan sayısıdır.

James'in (1950, s. 185) ruhsal benlikle kastettiği ise tutumlar, istekler, kişisel özellikler gibi kişinin bilişsel ve psikolojik durumudur. James (1950, s. 185), "kendimizi ahlaki hassasiyetimizi ya da irademizi savunurken düşündüğümüzde, bir nesneye sahip olduğumuzu düşünürken yaşadığımızdan daha fazla tatmin duygusu yaşadığımızı" söylemiştir.

James'in (1950, ss. 185-192) saf ego ile kastettiği ise kişiye süreklilik duygusu veren, benliğin deneysel olarak incelenemeyen ve "kendi kendini düşünen" kısmıdır.

James (1950, s. 193) kişinin gelecekteki benliklerine ilişkin bir kavram olan olası benliklerden de bahsetmiştir. James (1950, s. 193) kişinin bu olası benlikleri gerçekleştirirken başarısızlıktan kaçınacağını ifade etmiştir. James (1950, s. 193), denemeden başarısızlık yaşanmayacağını, başarısızlık olmadan hayal kırıklığı olmayacağını, benlik duygumuzun, olmayı denediğimiz benliklerde başarılı olmamıza bağlı olduğunu; benlik saygısının, başarı/iddia oranı ile ölçülebileceğini belirtmiştir. Marcus ve Nurius da (1986) olası benliklerden bahsetmişler; bu benliklerin olmak istediklerimiz ve istemediklerimize göre şekillendiğini, geçmiş tecrübeler ve gelecek hedefleriyle birlikte içinde bulunulan zamandaki benliği anlamamızı sağladıklarını belirtmişlerdir.

Olası benlikler kavramına benzer şekilde, literatürde "gerçek benlik", "ideal benlik" gibi kavramlardan da bahsedildiği görülmektedir. Higgins'e (1987, ss. 320-321) göre benlik "gerçek", "ideal" ve "olması gereken" olarak üç boyutludur. Gerçek benlik, kişinin sahip olduğunu düşündüğü benliği, ideal benlik kendisi için istediklerini, olması gereken benlik ise olması gerektiğine inandığı özellikleri ifade etmektedir (Higgins, 1987). Higgins (1987, ss. 322-327), gerçek benlik ile ideal benlik arasındaki farkın hayal kırıklığı, tatminsizlik, üzüntü gibi hüznle ilişkili duygulara; gerçek benlikle olması gereken benlik arasındaki farkın ise korku, huzursuzluk gerginlik gibi duygulara yol açacağını belirtmiştir. Higgins (1987, ss. 325-326) aynı zamanda benlik için iki bakış açısı olduğundan bahsetmiştir: Kendi bakış açısı ve anlamlı diğelerinin bakış açısı (aile, yakın arkadaş gibi). Higgins (1987, s. 326) benliğin bu bakış açılarının, literatürde bazen karışıklığa yol açtığını, örneğin benlik saygısı gibi benlikle ilgili bir kavram araştırılırken genellikle kişinin asıl benliği ile ideal benliği arasındaki fark değerlendirilmekteyken, bazen kişinin asıl benliği ile diğeri kişilerin onun ideal benliğinin nasıl olması gerektiği hakkındaki düşüncelerine ilişkin öncül arasındaki farkın ele alındığını ifade etmiştir. Üç tür benlik durumu ile iki bakış açısı birleştirildiğinde altı benlik durumu ortaya çıkmaktadır: gerçek/kendisi, gerçek/diğeleri, ideal/kendisi, ideal/diğeleri, olması gereken/kendisi ve olması gereken/diğeleri (Higgins, 1987, ss. 325-326). Higgins'e (1987) göre ilk iki durum "benlik kavramı" denildiğinde kastedilen durumdur; kalan 4 durum ise "benliğe rehberlik eden" durumlardır.

Bazı araştırmacılar, benlik türleri arasındaki farkların bazı duygulara sebep olduğundan bahsetmişlerdir. Örneğin, Horney (1950, ss. 35-36) ideal benliği, hedeflenen ve hayal

gücüyü ilişkili bir benlik türü olarak ifade ederken, nevrotik kişilerin ideallerindeki bu benliği gerçekleştirme zorunluluğu hissettikleri için kendileri hakkında hatalı yargılara vardıklarından söz etmiştir. Ogilvie (1987, ss. 383-384) olmak istemediğimiz benlik ile şu anda var olduğumuz kişi arasındaki fark ne kadar büyükse o kadar iyi hissettiğimizi ifade etmiştir. Ogilvie (1987, ss. 383-384) yaşam doyumunun gerçek benlikle ideal benlik arasındaki farktan daha fazla gerçek benlikle istenmeyen benlik arasındaki farktan kaynaklandığını göstermiştir.

Mead (1934) için de özne ben (I), nesne ben (me) ayırımı vardır. Mead'e (1934) göre özne ben, sosyalleşen nesne benin farkında olan bendir. Mead bu eserinde, nesne benin başkalarının tavırlarıyla şekillendiğini ve özne benin bunlara verilen tepki olduğunu belirtmiştir. Mead (1934, s. 136) kişi bedeninin parçalarını görebilse de, o bedene bir bütünlük hissi veren benlik olduğunu ifade etmiştir. Ayrıca, beden alışkanlığa dayanan davranışlarla varlığını sürdürebileceğinden ancak bu davranışların içinde benlikten söz edilemeyeceğinden bahsetmiştir. Eserde bu durum şu şekilde örneklenmiştir: Geçmişe ait bir anıya ilişkin zihinde bir görüntü belirlediğinde ancak bu anının ne zaman gerçekleştiği hatırlanamadığında, kişi rahatsızlık hisseder çünkü bu anıyı kendi benliğinin bir parçası yapmak ister; ancak tehlikeden var gücüyle kaçan biri için ise benliğin rolünden söz edilemez (Mead, 1934, s. 137). Mead'e (1934, s. 138) göre, benliğin ya da öz bilincin temel sorusu, bir kişinin nasıl olup da kendisini, deneysel anlamda, kendisinin bir nesnesi olarak görebiliyor olduğudur. Mead (1934, s. 138) bu sorunun çözümünün kişinin içinde bulunduğu sosyal ortamda olduğunu ifade etmiştir. Bir kişi diğerlerini değerlendirirken onları nasıl birer nesne olarak ele alıyorsa, o kişilerden aldığı tepkiler ve yaşadığı tecrübelerin rehberliğinde kendini de bir nesne olarak değerlendirmektedir (Mead, 1934, s. 138).

2. Ego ve Savunma Mekanizmaları, Bilinç Dışı

Freud benlik için "ego" kelimesini kullanmıştır. Zihinsel süreçleri açıklarken bilinçdışının önemine vurgu yapmıştır. Zihinsel süreçleri, bilinçdışının üzerindeki bir adaya, bir buz kitlesinin tepesine benzetmiştir (akt. Rennison, 2001, s. 30). Rennison'un (2001, s. 38) aktardığı üzere, 1920'li yıllardan sonra Freud zihni açıklamak için üç unsurlu bir model önermiştir: "id", "ego" ve "süperego". Aynı kaynağa göre (Rennison, 2001, s.38) bu model aşağıdaki şekilde açıklanmıştır: Zihnin, istek ve ihtiyaçların hemen karşılanmasını isteyen ilkel kısmı iddir. Zamanla, sosyalleştikçe, idin ihtiyaçlarını görmezden gelmeye, çevreyle uyumlu hale getirmeye çalışırız ancak id hiçbir zaman tamamen yok olmamakta; taleplerini rüyalar, nevrotik belirtiler, dil sürçmeleri gibi durumlarla belirtmektedir (Rennison, 2001, s.39). Ego ise zihnin akılcı kısmıdır ve kişinin dış çevreyle adaptasyonunu sağlamakta, idin isteklerinin karşılanıp karşılanmayacağına ya da hangi koşullarda bunların gerçekleşebileceğine karar vermektedir (Rennison, 2001, s.39). Ayrıca bu kaynakta (Rennison, 2001, s. 39), Freud'un id ve ego arasındaki ilişkiyi bir at ve sürücüsü örneği ile ifade ettiği aktarılmıştır. Buna göre, bir at, sürücüsünü zaman zaman üzerinden atabilse bile, çoğu zaman sürücünün kontrolindedir. Süper ego ise, egonun id üzerindeki kontrolüne benzer şekilde ego üzerinde kontrol sağlamaya çalışmaktadır. Freud'a göre, hayatın ilk döneminde insan yavrusu narsistik bir eğilimdedir (akt. Rennison, 2001, s. 39). Büyüdükçe, ego gelişmekte ve kişi dünyanın merkezindeymiş hissinden uzaklaşarak, diğer insanların varlığına göre

davranmaya başlamaktadır (akt. Rennison, 2001). Süper ego ise egonun gelişimiyle birlikte gelişir ve amacı egoyu kontrol etmektir (akt. Rennison, 2001, ss. 39-40). Süper egonun amacı egoyu sosyal olarak en kabul edilebilir şekilde kararlar vermeye yöneltilmiştir; bir başka deyişle, süper ego toplumun ne düşündüğü, ailemizin bize ne öğrettiği, iş ortamında nasıl davranılması gerektiği gibi düşüncelerdir (akt. Rennison, 2001, s. 40). Süper ego, egonun mükemmel hatta imkânsız koşulları gerçekleştirmesi amacıyla (akt. Rennison, 2001, ss. 39-40). Ego, idin istekleriyle süper egonun doğruları arasında bir bağlantıdır (akt. Rennison, 2001).

Geçtan (2000, s. 72), Freud ve ego-psikanalistlerinin bazı savunma mekanizmalarından söz ettiklerini belirtmiştir. Geçtan'ın (akt. 2000, ss. 72-104) eserinden konuyu aktarmak gerekirse bu savunma mekanizmaları hayatın zorluklarıyla başa çıkmak ve psikolojik anlamda kendini korumak amaçlıdır. Aynı esere göre, ego-psikanalistleri egonun “baskı”, “yadsıma-düşleme”, “neden bulma”, “yansıtma”, “ödünleme”, “yüceltme”, “özdeşleşme”, “içleştirme”, “yön değiştirme”, “duygudaşlık-boyun eğme”, “duygusal soyutlanma”, “yapma-bozma”, “karşıt tepki oluşturma”, “dönüşme”, “somatizasyon” savunma mekanizmaları ile korunduğundan bahsetmişlerdir.

Jung Freud'dan etkilenmiş ancak fikirlerine yeni yaklaşımlar getirmiştir (akt. Morris, 2002, s. 460). Morris'e (akt. 2002, s. 460) göre Jung, bilinç dışını ego kavramına katkıda bulunan bir unsur olarak tanımlamış; “kişisel” ve “ortak” bilinçdışı olarak sınıflandırmıştır. Aynı kaynağa göre, kişisel bilinç dışı, bastırılmış ancak tetikleyici bir olay olması durumunda açığa çıkabilecek yaşantılarken, ortak bilinç dışı ise, insan zihninin tarih öncesinden bu yana aktarılan davranışlar, anılar, deneyimlerden de oluşmaktadır (akt. Morris, 2002, s. 460). Ayrıca Jung, bunları arketipler olarak adlandırmıştır (akt. Morris, 2002, s. 460). Örneğin “persona” (maske) arketipi, kişiliğimizin diğer insanlara açtığımız kısmıdır (akt. Morris, 2002, s. 460). Jung, kişilik gelişiminin çocukluktan başlayarak orta yaşlara kadar sürdüğünü ve insanın hep kendini geliştirmek istediğini savunmuştur (akt. Morris, 2002, s. 461). Bununla beraber, Jung için benlik kavramı yetişkinliğe ilişkin bir kavramdır (akt. Urban, 2005, s. 575). Jung benliği “psişenin bütünü” olarak tanımlamış (akt. Brooke, 2009, s. 601) ve benlik kavramı ile ego kavramını ayrı tutmuştur (akt. Brooke, 2009). Jung'a (akt. Brooke, 2009, ss. 604-605) göre benliğin kaynağı çoğunlukla bilinç dışıdır ve kendini fark etmek için ego gerektiğinden, benliğin var olması için de ego gereklidir.

3. Benlik ve Sosyalleşme

Cooley (1902) “ayna benlik” kavramıyla diğer bir insanın bizim hakkımızda düşündüklerinin kendimizi nasıl hissedeceğimizi belirlediğini ifade etmiştir. Cooley'e (1902) göre benlik çocukluk döneminde oluşmakta ve toplumsallaşma ile gelişmektedir. Aynı kaynakta Cooley'nin (1902) benlik kavramına ilişkin olarak aşağıdaki bilgilere de rastlanmaktadır: Çocuklukta onaylanan davranışlar devam ettirilmektedir. Çocuğun benliğini diğerlerinin, özellikle de ebeveynlerin onun hakkında ne düşündüğü belirlemektedir. Kendimiz hakkında bir fikrimiz vardır. Ailemizin, arkadaşlarımızın yakınlarımızın bizi nasıl gördükleri hakkında bir fikir oluştururuz ve onlardan aldığımız tepkilerle bu fikirlerin doğru olup olmadıklarını test ederiz. O kişilerin neden bizi bu şekilde algıladıklarını anlamaya çalışır ve bu doğrultuda benliğimizi geliştiririz.

Mead (1934), sosyal etkileşim kuramıyla, insanların gerçekliği sosyal etkileşim ile yaratıklarını, bunu yaparken de dili kullandıklarını savunmuş; dilin, benliğin gelişiminde önemli bir rol oynadığını belirtmiştir. Mead'e (1934, s. 14) göre hayvanlar da jestler vasıtasıyla anlaşmaktadırlar ancak bir jestin anlamlı olabilmesi için jesti alan kişide, jesti yapan kişinin beklentisine uygun bir yanıt yaratabilmelidir. Bu anlamlılıksa sembollerle yani dille yaratılmakta, bir kelime ya da bir cümle sarf edildiğinde dil aracılığıyla sözü söyleyen de, duyan da aynı şeyi anlamaktadır (Mead, 1934, s. 54). Mead (1934) için dil vasıtasıyla iletişim, hayvanların birbirlerini anlamalarından farklı olarak, sadece karşımızdakine değil, kendimize de yönelik bir araçtır; kişinin kendini bir nesne olarak algılamasına yardım eder. Mead (1934) benliği açıklamak için sosyal etkileşimin öneminden bahsederken, benliğimizi roller yoluyla oluşturduğumuzu savunur. Mead'e (1934) göre insan sosyal durumları çözmeye çalışmakta, kendini başka bir insanın yerine koymayı öğrenmekte ve o durumlara uygun tepkiler vermeyi tercih etmektedir. Bu anlamda aile, arkadaşlar ve yaş ilerledikçe toplumun diğer bireyleri benlik gelişimi için çok önemli olmaktadır (Mead, 1934). Benliğini geliştirme aşamasındaki bir çocuk öncelikle taklit etmeyi öğrenmekte; ardından gelen evrede oyun oynarken çeşitli rollere bürünmekte ve o rollerin sahiplerini anlamaya başlamaktadır (Mead, 1934). Grup içinde oynadığı oyunlarsa çocuğun benlik gelişimi için çok önemlidir (Mead, 1934, s. 159). Mead (1934, s. 154), benliğin gelişiminde rol oynayan ve üyelerinin birbirleriyle bağlantılı oldukları sosyal grupları tanımlamak için "genelleştirilmiş diğerleri" terimini kullanmıştır. Mead de (1934, s. 142) James gibi sosyal rollerimiz ölçüsünde farklı benliğimiz olduğunu savunmuştur.

Sarbin (1952) benliği sosyal davranışı belirleyen bilişsel yapılardan bir tanesi olarak görmüştür. Sarbin (1952, s. 11) "epistemojenik" olarak tanımladığı kuramında benliğin gelişimini açıklamayı amaçlamıştır. Buna göre insan kendi bedenini, inançlarını, statüsünü v.b., diğer insanları değerlendirdiği gibi değerlendirebilir, bir başka deyişle kendini bir nesne olarak algılayabilir (Sarbin, 1952). Sarbin'e (1952) göre davranışlar birbirleriyle bağlantılı bilişsel yapılarla oluşurlar ve benlik, bu yapılardan biridir. Sarbin'e (1952) göre benlik, deneysel olarak ele alınmalıdır ve davranış ölçümünde, o anda kişinin içinde bulunduğu bilişsel durum dikkate alınmalıdır. Benlik de diğer bilişsel yapılar gibi gelişime ve değişime açıktır (Sarbin, 1952).

Şerif ve Şerif, benlik için hem ego, hem benlik kelimelerini kullanmışlardır. Şerif ve Şerif (1956) benliğin, gelişimsel bir formasyon olduğunu, kişinin kendisiyle ve etrafıyla ilişkilerini düzenleyen bir yapı olduğunu ifade etmişlerdir. Şerif ve Şerif'e (1956, s. 81) göre benlik doğuştan var olan bir özellik değildir, kişi kendisi ile etrafı arasında fark olduğunu kavradıkça ve çevresiyle ilişkiler kurdukça gelişmektedir.

Rogers (1959, akt. McLeod, 2014) benliği bir kişinin sahip olduğu algılar ve inançların tutarlı bir birlikteliği olarak tanımlamıştır. Rogers, (1959, akt. McLeod, 2014) tüm insanların kendini gerçekleştirme isteğinin olduğundan, kendimizi en iyi tanıyanın yine kendimiz olduğundan; kişinin kendini gerçekleştirebilmesi için ise benlik imajı ile ideal benlik kavramının birbirine uygun olması gerektiğinden bahsetmiştir. Rogers (1961, akt. McLeod, 2014) bunu gerçekleştiren kişileri "tam olarak işlevsel" olarak tanımlamıştır ve bu kişilerin beş özelliği olduğundan bahsetmiştir: 1. Deneyime açıklık, negatif deneyimleri reddetmek yerine üzerinde çalışmak, 2. Deneyimleri önyargıdan uzak algılamak. Geçmiş ve ge-

lecek yerine şimdiki zamana odaklanmak 3. Kişinin kendisi için doğru kararlar vereceğine güvenmesi 4. Risk alabilmek ve yaratıcılık 5. Mutluluğa, yaşam doyumuna sahip olmak. Rogers'a (1959, akt. McLeod, 2014) göre benliğin 3 unsuru vardır: benlik değeri (benlik saygısı), benlik imajı ve ideal benlik.

Kinch (1963, s. 481) benliği, kişinin sosyal etkileşimleri sonucu oluşan ve davranışlarına yön veren, kendisi hakkındaki değerlendirmeleri olarak tanımlamıştır. Kinch (1963), bir kişinin bizim hakkımızda ne düşündüğü hakkındaki algımızın kendimiz hakkındaki fikri belirlediğini söylemiştir. Kinch'in (1963) önerdiği model özetle, diğerlerinin bize olan asıl tepkisinin, bizim onların tepkisini algılama filtremizden geçtikten sonra, benliğimizi etkilediği ve benliğimizin ise davranışımızı oluşturduğu yönünde bir zincirleme süreçtir.

Tajfel ve Turner'ın 1970'li yılların ortalarında geliştirdikleri "Sosyal Kimlik Kuramı" benlik kavramını sosyal bağlamda ele almaktadır (akt. Demirtaş, 2003, s. 123, s.131). Kurama göre, kişiler bir gruba üye olduklarında, benliklerini bu doğrultuda şekillendirmektedirler (akt. Demirtaş, 2003, s. 129). Kişi, kendi grubunu diğer gruplarla kıyaslamakta ve bunu yaparken kendi grubunu kayırmaktadır (akt. Demirtaş, 2003, ss. 129-130).

Shavelson, Hubner ve Stanton, (1976, s. 411) benliği kişinin kendisi hakkındaki algısı olarak tanımlamışlardır. Benliğin, kişinin çevresiyle etkileşimine ilişkin tecrübelerinden ve diğerlerinin varlığından etkilendiğinden bahsetmişlerdir. Shavelson ve arkadaşlarına göre (1976, ss. 411-412) benliği tanımlamak için yedi unsur önemlidir: Benlik, organize olmuş, çok yönlü, hiyerarşik, değişmez, gelişimsel, değerlendirci, farklılara dayanan bir yapıdadır. Buna göre kişiler tecrübelerini kendi kültürleri çerçevesinde organize etmektedirler (Shavelson, Hubner ve Stanton, 1976, ss. 411-412). Benlik kavramı bir birey ya da grup tarafından paylaşılan bir sınıflandırmayı yansıtabilmektedir (Shavelson, Hubner ve Stanton, s. 412). Shavelson, Hubner ve Stanton (1976, s. 413) benliğin hiyerarşik olarak sınıflandırılabilirliğini belirtmiş ve örnek olarak benliğin akademik ve akademik olmayan olarak iki sınıfa ayrılabilirliğini, akademik olmayan benliğin sosyal, duygusal ve fiziksel benlik kavramları olarak sınıflandırılabilirliğini belirtmişlerdir. Shavelson, Hubner ve Stanton'a (1976, ss. 412-414) göre benlik algısı değişime dirençlidir ve genel olarak kendi benlik algısı kişi için değişmezdir. Benlik, insan yavrusunun gelişimiyle birlikte gelişmektedir, ayrıca başkalarının varlığı ve içinde bulunulan duruma göre oluşturulmaktadır (Shavelson, Hubner ve Stanton, 1976, s. 414). Kuramsal olarak ilişkili görüldüğü diğer kavramlardan farklıdır (Shavelson, Hubner ve Stanton, 1976, s. 415).

4. Benlik ve Gelişim Evreleri

Erikson'un (1950) benlik gelişimi hakkındaki psikoanalitik modeli sekiz aşamayı kapsamaktadır. Erikson'un (1950, ss. 67-77) bu eserinde, söz konusu aşamalar aşağıda özetlendiği şekilde ifade edilmiştir: İlk dönem "güvene karşı temel güvensizlik" dönemidir. Bebeğin temel ihtiyaçları beslenme, uyku ve boşalımdır. Bu ihtiyaçlar giderildikçe ve bebek düzenli olarak konfor sağlayan ve kendisine tanıdık gelen bir ortamda buldukça benliğini uygun şekilde geliştirmektedir. Bu dönemde annenin bebeğe verdiği hassas bakım bebeğin temel güven duygusunu oluşturmasında önemlidir. İkinci aşama "özerkliğe karşı utanç ve kuşku" dönemidir. Bu dönemde anal bölgedeki kaslar gelişmeye başlamakta ve tuvalet eğitimi önem kazanmaktadır. Çocuk bu dönemde tutma ve bırakma davranışlarını öğrenmektedir.

Tutma davranışı, bu dönemin olumsuz geçmesi halinde sınırlayıcı, yasaklayıcı bir tavıra, olumlu geçmesi halinde koruyup kollama davranışına dönüşebilmektedir. Benzer şekilde bırakma davranışı, saldırganlığa ya da rahatlamaya dönüşebilmektedir. Erikson utanç ve kuşku duygularının birbirine benzediğini ifade etmiş; kardeş duygular olarak tanımlamıştır. Üçüncü aşama “girişkenliğe karşı suçluluk” dönemidir. Bu dönemde çocuğun cinsellikle ilgili farkındalığı gelişmektedir. Erikson, bu dönemi çocukların gördükleri bir rüya ile örneklemiştir. Çocuk, oyun oynarken bir canavar ya da kaplan olsa da, rüyasında hayatını kurtarmak için kaçıyor olabilir. Erikson bu dönemde görülen böyle bir rüyanın, yeni keşfedilen cinsel enerjiden alınan heyecana karşı suçluluk duygusundan kaynaklandığını ifade etmiştir. Sonraki aşama “çalışkanlığa karşı aşağılık duygusu” dönemidir. Bu dönemde çocuk üretici olmalıdır; aksi takdirde yetersizlik duygusu oluşacaktır. Erikson çocuğun aile yaşantısının onu okula hazırlamamış olması durumunda, gelişiminin aksayacağını belirtmiştir. Gençlik dönemindeyse, “kimliğe karşı rol karışıklığı” dönemi yaşanmaktadır. Bu dönemde genç kimliğini bulma çabasıdadır. Ardından “yakınlığa karşı yalıtılmışlık” dönemi gelmektedir. Bu dönemde kişiler yakın ilişkiler istemektedirler. Aksi durum yalnızlık hissi yaratmaktadır. Takip eden dönem yetişkinlikteki “üretkenliğe karşı durgunluk” dönemidir. Bu dönemde kişi, gelecek nesilleri meydana getirmek ve yönlendirmek ister. Son basamakta “ego bütünlüğüne karşı umutsuzluk” dönemi yaşanmaktadır. Bu dönemde kişi, geçmiş yedi dönemin sonucuyla karşılaşmaktadır. Ego bütünlüğünün hissedilmemesi ölüm korkusu olarak hissedilmektedir.

Allport (1955) kendi zamanında, psikologların benlik çalışmalarına ara verdiklerini belirtmiş ve bunu eleştirmiştir. Allport benliğin gelişimini “propriyum” kavramı ile açıklamıştır. Allport (1955, ss. 41-55) bu eserinde proprium kavramının nelerden oluştuğunu açıklamış olup, bu maddeler aynı kaynaktan aşağıdaki şekilde özetlenerek aktarılmıştır. Birinci maddede “beden anlamında benlik” tir. Allport bu evreyi (İngilizce) “coenesthesia” olarak adlandırmıştır. Bedenin oluştuğu, kas, kemik, damarlar, eklemler gibi parçaların bir “duyusal akış” oluşturduğunu, bu akışın sıklıkla farkında olmadığımızı ancak egzersiz, acı, zevk gibi bazı durumlarda hatırlanmakta olduğunu belirtmiştir. Allport, yeni doğan bebeklerin beden algılarının gelişmemiş olduğunu ifade etmiş ve beden algısıyla ilgili olarak tükürük örneğini vermiştir. Bir kaba tükürükten sonra, onu içmek istemeyiz; oysa ki sürekli ağzımızda var olan bir sıvıdır. Allport bu durumu, salgının bedenden uzaklaşmasıyla benliğimizden de uzaklaşması olarak açıklamıştır. İkinci basamak “benlik kimliği” dir. Bu aşamada kişi, nasıl geçmişte yaptıklarını ya da söylediklerini hatırlıyorsa, aynı şekilde bir süreklilik hissi kazanır. Allport bu evrede sosyal etkileşimin öneminden bahsetmiş; dört-beş yaşlarına kadar benlik kimliğinin istikrarlı olmasının beklenemeyeceğini, ancak bu yaştan sonra sabit bir benlik kimliği oluştuğunu belirtmiştir. Üçüncü basamak “ego geliştirme” evresidir. Allport bu evrenin hayatta kalma dürtüsüyle, özünü arama ve kendini ifade etmeyle ilgili olduğunu belirtmiştir. dördüncü basamak “benliğin genişlemesi” evresidir. Bu genişleme kişi için önemli, “benim” olarak tanımlayacağı kişiler, nesnelere, fikirler v.s. ile olmaktadır. Beşinci unsur rasyonellikle ilgilidir. Kişi yaşamda karşılaştığı sorunlara rasyonel yaklaşımla çözüm bulmaktadır. Altıncı evre “benlik imgesi” olarak adlandırılmıştır. Allport iki tür benlik imgesi olduğundan bahsetmiş, birinin kişinin gelecekte olmak istediği benliğiyle, diğerinin kişinin ideal benliğiyle, tutkularıyla ilişkili olduğunu ifade etmiştir. Allport ayrıca “otoma-

tik kültürel öğrenme” yoluyla benlik imgesi gerektirmeyen bir var oluş şekli olduğundan da söz etmiştir. Yedinci aşama motivasyonla ilgilidir. Allport’a (1943, s. 459) göre bir işi farkında olarak yapmak o işe benliği katmaktır. Allport (1955), uzun dönem amaçların bir insanı hayvandan ayırdığını belirtmiş; pek çok zihin durumunun ilgiler, eğilimler, beklentiler, planlar gibi gelecek zaman odaklı olduğunu ifade etmiştir. Allport (1943, s. 468) psikolojik bir bulgudan bahsetmiş; insanların genellikle geleceklerine odaklanmış olduklarının bilindiğini ancak psikologların ise genellikle kişilerin geçmişleriyle ilgilendiklerini belirtmiştir.

5. Benlik ve Bellek

Benliğin bellekle ilişkili tanımlanabileceğini düşünen kuramcılar olmuştur. McConnell, Shoda, ve Skulborstad (2012) benliği bellek olarak tanımlamışlar, kişinin bir hastalık nedeniyle anılarını hatırlaması mümkün olmadığında kim olduğu hakkındaki fikrinin de net olmadığını belirtmişlerdir. McConnell, Shoda, ve Skulborstad’a (2012, s. 383) göre benliğin bu bellek yönü, detaylı bir şekilde organize olmuş halde karşımıza çıkmaktadır. Örneğin bir kadın hem anne hem sporcu olabilir ve bu yüzdendir ki, çocuklarıyla birlikteyken anne gibi, egzersiz yaparken sporcu gibi davranır (McConnell, Shoda, ve Skulborstad, 2012, s. 384). McConnell, Shoda, ve Skulborstad (2012) benliği, kişinin hedefine uygun olacak şekilde bir takım unsurların bir araya gelerek oluşturduğu, belleğe ilişkin bir yapı olarak tanımlamışlardır. Markus ve Wurf’a göre (1987) benlik, anıları depolar, tecrübeleri organize eder, aynı zamanda duygular ve güdülenme de hesaba katılarak tanımlanabilir; değişebilen dinamik bir yapısı vardır. Conway ve Pleydell-Pearce (2000, s. 261) otobiyografik bilginin ve benliğe ilişkin hedeflerin depolandığı ve “benlik-bellek sistemi” olarak adlandırdıkları bir yapıdan söz etmişlerdir. Rubin (1986, s. 7) otobiyografik belleğin benlikle ilişkili olduğunu, kendimiz hakkındaki görüşlerimizin otobiyografik belleğimiz sayesinde oluşturulabildiğini ifade etmiştir. Rubin (1986, s.7) otobiyografik belleğin kişiye kimlik sahibi olma ve süreklilik hissi veren unsur olduğunu gösteren çalışmalar olduğunu aktarmıştır.

6. Sonuç

Benlik kavramı hakkında psikoloji bilimi anlamında pek çok yaklaşım olduğu görülmektedir. Benliğe ilişkin çalışmaların sıklıkla James’in (1950) yapmış olduğu sınıflandırma ve önerdiği benlik türleri üzerinden yapıldığını görmekteyiz. James’in (1950) söz ettiği “bilen ben” ve “bilinen ben”, zaman içinde diğer kuramcılarca “özne ben” ve “nesne ben” olarak da adlandırılmıştır. İdeal benlik ve olası benlik kavramları benlik konusunda çalışan kuramcıların ilgi alanı olmuştur. Benliği araştıran kuramcılarının bir kısmı ise benliğin hayat boyunca nasıl geliştiği hakkında bugün de önemini koruyan yaklaşımlar getirmişlerdir. Tüm bu yaklaşımların anlaşılması özellikle bir insanın benliğinin nasıl oluştuğu ve geliştiği ile çocukların ve gençlerin eğitilmesi konularında faydalı bakış açıları sunacaktır. Bunun yanında psikoloji literatüründe benliği temel alan pek çok kavram ve bu kavramlara ilişkin literatür çalışması bulunmaktadır. Bu çalışmaların yürütülmesi ve yorumlanması sırasında, benlik kavramına ilişkin temel yaklaşım ve tanımlamaların bilinmesi bir gereklilik olacaktır.

Kaynakça

- Allport, G. W. (1943). The ego in contemporary psychology. *Psychological Review*, 50(5), 451-478.
- Allport, G.W. (1955). *Becoming: Basic Considerations for a Psychology of Personality*. Yale University Press.
- Brooke, R. (2009). The self, the psyche and the world: a phenomenological interpretation. *Journal of Analytical Psychology*, 54(5), 601-618.
- Brown, J.D (1998). *The Self*. Psychology Press.
- Conway, M.A., & Pleydell-Pearce, C.W. (2000). The construction of autobiographical memories in the self-memory system. *Psychological Review*, 107(2), 261-288.
- Cooley, C.H. (1902) *Human Nature and The Social Order*. Charles Scribner's Sons, New York.
- Demirtaş, H.A. (2003). Sosyal Kimlik Kuramı, Temel Kavram ve Varsayımlar. *İletişim Araştırmaları*, 1(1), 123-144.
- Erikson, E.H. (1950). *Childhood and Society* (pp. 219-233), Norton, New York.
- Eysenck, M.W. (2004). *Psychology, An International Perspective*. Psychology Press, Taylor & Francis Group, Hove and New York.
- Geçtan, E. (2000). *Psikanaliz ve Sonrası*. Remzi Kitabevi, İstanbul.
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, Vol 94(3), pp. 319-340.
- Horney, K. (1950). *Neurosis and Human Growth*. New York: W. W. Norton.
- James, W. (1950). *The Principles of psychology*. Vol 1. Reprint Edition, Dover Publications. (Kitabın orijinali 1890 yılında MacMillan and Co, London tarafından basılmıştır.)
- Kinch, J.W. (1963). A formalized theory of the self concept. *American Journal of Sociology*, 68, 481-486.
- Lewis, M. (1990). Self-development and social development in early life. In (ed.) L.A.Pervin, *Handbook of Personality* (pp. 277-300), Guilford, New York.
- Markus, H., & Nurius, P. (1986). Possible selves. *American Psychologist*, 41(9), 954-969.
- Markus, H., & Wurf, E. (1987). THE DYNAMIC SELF-CONCEPT: A Social Psychological Perspective. *Annual Review Of Psychology*, 38(1), 299.
- McLeod, S. A. (2014). Carl Rogers. Retrieved at 01.10.2015 from www.simplypsychology.org/carl-rogers.html
- Mead, G.H. (1934). *Mind, Self, and Society*. The University of Chicago Press, Chicago.
- McConnell, A.R., Shoda, T.M., & Skulborstad, H.M. (2012). The Self as a Collection of Multiple Self-Aspects: Structure, Development, Operation, and Implications. *Social Cognition*, Vol. 30 (4), 380-395.
- Morris, C.G. (2002). *Psikolojiyi Anlamak (Psikolojiye Giriş)*. (Çeviri Editörleri H.B. Ayvaşık, M.Sayı) Türk Psikologlar Derneği Yayınları, Ankara.
- Nuttin Jr, J. M. (1985). Narcissism beyond Gestalt and awareness: the name letter effect. *European Journal of Social Psychology*, 15(3), 353-361.
- Ogilvie, D. M. (1987). The undesired self: A neglected variable in personality research. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 52(2), 379-385.
- Rennison, N. (2001). *The Pocket Essential Freud & Psychoanalysis*. Pocket Essentials,

Great Britain.

Rogers, C. (1959). A theory of therapy, personality and interpersonal relationships as developed in the client-centered framework. In (ed.) S. Koch, *Psychology: A study of a science*. Vol. 3: Formulations of the person and the social context. New York: McGraw Hill.

Rogers, C. R. (1961). *On Becoming a person: A psychotherapists view of psychotherapy*. Houghton Mifflin.

Rubin, D.C. (Ed.). (1986). *Autobiographical Memory*. Cambridge University Press, Cambridge.

Sarbin, T. R. (1952). A preface to a psychological analysis of the self. *Psychological Review*, 59(1), 11-22.

Shavelson, R.J., Hubner, J.J., & Stanton, G.C. (1976). Self-Concept: Validation of Construct Interpretations. *Review of Educational Research*, 46(3), 407-441.

Şerif, M., & Şerif, C. W. (1956). *An outline of Social psychology*. Harpers & Brothers, New York.

Urban, E. (2005). Fordham, Jung and the self: a re-examination of Fordham's contribution to Jung's conceptualization of the self. *Journal Of Analytical Psychology*, 50(5), 571-594.