

Ruh Sağlığı Çalışmalarında Yeni Bir Psikososyal Değişken: Eylemlilik *A New Psychosocial Variable in Mental Health Studies: Agency*

Hasan Atak¹

¹ Psikolog Dr., Ankara Numune Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Ankara

ÖZET

Eylemlilik, kişinin yaşamının yönüne ilişkin sorumluluk duygusu, yaşamı için sorumluluk alması, kişinin yaşamı ile ilgili kararları kontrol edebilme ve bunların sorumluluğunu alma konusundaki inancı ve yaşamdaki engellerle baş etmede ve seçtiği yaşam yönünde ilerlemeye ilişkin güveni olarak tanımlanmaktadır. Eylemlilik, öz saygı, yaşam amaçları, öz-yeterlilik ve iç denetim odağı olmak üzere dört psikolojik yapının birleşiminden oluşan üst bir psikolojik yapıdır. Literatürde, eylemlilik konusunda oldukça farklı açıklamalar olduğu dikkati çekmektedir. Bu durumun nedeni, kavrama sosyologlar ve psikologlar tarafından farklı anlamlar yüklenmesi olabilir. Eylemlilik konusyla ilgili hem yurtdışındaki hem de Türkiye'deki araştırmalar diğer psikososyal çalışma konularına göre nispeten azdır. Türkiye'de yapılacak çalışmalarda eylemlilik diğer bir psikososyal değişken olarak dikkate alınmalıdır.

Anahtar Sözcükler: eylemlilik, kişisel eylemlilik, bireyleşme, eylemli kişilik

ABSTRACT

The term agency has been defined as a sense of responsibility for one's life course, the belief that one is in control of one's decisions and is responsible for their outcomes, and the confidence that one will be able to overcome obstacles that impede one's progress along one's chosen life course. Agency is an upper psychological structure which consists of self-esteem, purpose in life, self-efficacy (ego strength), and internal locus of control. Literature offers quite different explanations for agency concept. The reason of this situation may be the attribution of different meanings to the concept by psychologists and sociologists. When considering the agency literature in Turkey and other countries, it can be said that the number of studies on agency subject is lower than the number of studies on other psychosocial study subjects. Agency

should be taken into consideration as a psychosocial variable in the studies to be made in Turkey.

Keywords: agency, personal agency, individualization, agentic personality

Eylemlilik (agency), “kendi başına davranma” [1] ya da “özerk eylemde bulunma” [2] anlamına gelmektedir ve farklı biçimlerde tanımlanmaktadır.[3,4] Bu kavram, “kişinin yaşamının yönüne ilişkin sorumluluk duygusu, yaşamı için sorumluluk alması, kişinin yaşamı ile ilgili kararları kontrol edebilme ve bunların sorumluluğunu alma konusundaki inancı ve yaşamdaki engellerle baş etmede ve seçtiği yaşam yönünde ilerlemeye ilişkin güveni” olarak tanımlanmaktadır.[4-6] Bu kavramı Türkçe’ye çevirirken sosyoloji ve psikoloji literatürü incelenmiş ve ayrıca uzman görüşüne başvurulmuştur. “Agency” kavramı; Kağıtçıbaşı’na [1] göre “kendi başına davranma”, Çok’a göre,[2] “özerk eylemde bulunma” anlamına gelmektedir. Türkiye’deki sosyologlar ise bu kavramı “faillik” olarak kullanmaktadır.[7] Tüm bu çevirilerdeki ortak nokta, kişinin özerk olarak belli eylemlerde/davranışlarda bulunabilmesine işaret etmesidir. Bu nedenle, bu yazıda “agency” kavramı terim olarak “eylemlilik” olarak çevrilmiştir ve eylemlilik teriminin “kendi başına davranma” ya da “özerk eylemde bulunma” anlamlarını içerdiği düşünülmektedir.

Eylemlilikle ilgili literatür incelendiğinde; Erikson bu kavramın özellikle kimlik gelişimindeki önemini vurgulamış olmasına karşın, bu konunun hem yurtdışında hem de Türkiye’de sadece sosyologlar tarafından çalışıldığı ve sadece kuramsal açıklamaların yapıldığı görülmektedir.[8] Sosyolojide eylemlerin mi toplumu (yapıyı) yoksa toplumun mu eylemleri etkilediğine ilişkin tartışma “eylemlilik/yapı (agency/structure)” tartışması olarak adlandırılmaktadır. Eylemlilik-yapı tartışması süregelen bir tartışmadır ve sosyolojide bu konudaki ilgi, bu kavramı ilk öneren kuramcılara (Durkheim gibi) kadar gitmektedir ve ayrıca biraz da çözümsüz bir tartışmadır.[4] Bu çözümsüzlüğün bir bölümü Durkheim’in sosyoloji ile psikolojiyi ayırma çabalarına ve Durkheim’dan beri psikolojiye karşı olan sosyologların tutumlarına dayandırılmaktadır.[5] Ancak Emirbayer ve Mische kişisel eylemliliği (personal agency) anlamak için bireylerin ruhsal durumlarının bazı sosyal yapılardan sorumlu olabileceğini bir parça da olsa kabul etmek gerektiğini öne sürmüşlerdir.[4] Ayrıca Cote’a göre yapı-eylemlilik ilişkisini fenomenolojik olarak inceleyebilmek için, psikolojik bir bakış açısıyla eylemliliğin bireysel farklılıklar açısından incelenmesi gerekmektedir.[9] Aynı zamanda, sosyal yapıların

eylemli bir şekilde davranmayı ve bir eylemlilik çeşidindeki davranışa girişmeyi kolaylaştırabileceği ya da engelleyebileceği gerçeği de kabul edilmelidir.[4] Bununla birlikte son yıllarda bu konuyla ilgili sosyopsikolojik açıklamaların yapılmaya başlandığı ve ruh sağlığı çalışmalarında eylemliliğe gereken önemin verilmeye başlandığı da görülmektedir.[10] Örneğin, Cote bireylerin eylemlilik düzeylerine bağlı olarak bireyleşmenin birkaç farklı şekilde geliştiğini ve eylemliliğin bireyleşme sürecinde önemli bir etken olduğunu öne sürmektedir.[10]

Bu bağlamda, bu çalışmada hem yurtdışı hem de Türkiye'deki ruh sağlığı çalışmalarında yeni bir psikososyal değişken olan ve önemi gittikçe artan eylemlilik konusu, Türkçe literatürde bu konudaki eksikliğin fark edilmesinden dolayı çok boyutlu olarak ele alınmıştır. İlk olarak kuramsal olarak eylemlilik kavramından, ardından insan eylemliliğinden (human agency), daha sonra kişisel eylemlilikten (personal agency) ve son olarak da eylemlilik düzeyine bağlı olarak gelişen bireyleşme türlerinden söz edilmiştir.

Eylemliliğe Kuramsal Bakış

Eylemlilik, hem sosyolojide, hem antropolojide hem de psikolojide uzun yıllardır tartışılan bir kavramdır. Aynı zamanda eylemlilik, farklı alanlarda benlik, güdülenme, irade, amaçlılık, niyetlilik, seçim, özgürlük ve yaratıcılık kavramları ile birlikte ele alınmıştır. Eylemlilik ele alınırken, analitik bir biçimde eylemliliğin farklı öğelerini incelemek ve birbirinin içine geçmiş farklı yapılarıdaki eylemlilik boyutlarını belirlemek gerekir.[4] Emirbayer ve Mische eylemliliği, “geçmişte toplumsal uğraşı sürecinin bir ögesi olarak, gelecekte ise alternatif olasılıkları düşünme kapasitesi olarak, burada ve şimdide ise anın sürekliliği içerisinde gelecek planlarını ve geçmiş alışkanlıklarını bağlamsallaştırma kapasitesi” olarak ele almaktadırlar.[4] Bu tanımdan, eylemliliğin geçmiş, gelecek ve şimdide farklı yapılar sergilediği anlaşılmaktadır. Bunlara ek olarak, özellikle sosyologlar eylemlilik ve yapı kavramlarını birbirinden ayırt etmede sorun yaşamışlardır ve eylemlilik/yapı tartışması sosyolojide uzun yıllardır sürmektedir.[5,10]

Eylemliliği açıklamada farklı kuramcılar farklı noktalara vurgu yapmışlardır. Fenomenolojik kuram, amaç arama ve amaçlılık üzerinde dururken; feminist kuramlar özgürlük ve yargı üzerinde vurgu yaparak eylemliliği açıklamışlardır.[4] Eylemliliğin kavramsallaştırılmasına bakıldığında, insanın özgür olup olmadığı ve akılcı seçimler yapabilmek için insanın özgür bir ajan/aktör (agent) olup olmadığına ilişkin felsefedeki tartışmalara bakmak önemlidir.

Günümüzde eylemlilik kavramı, bireylerin içinde yaşadıkları bağlamı düzenleyebilme kapasitesi olarak da ele alınmaktadır.[5] Bu düşünceyi, ya da tanımını destekleyen düşünürlere örnek olarak Adam Smith, Jeremy Bontham ve John Stuart Mill verilebilir.

Parsons, literatürde kara kutu olarak adlandırılan insan eylemliliğinin kütusunu açan kişi olarak ele alınmaktadır. Parsons eylemliliği, amaç ile araç arasındaki çaba olarak ele almaktadır. Felsefi anlamda yapılan tüm bu tartışmalardan eylemliliğin bir zaman süreci içerisinde gerçekleşen bir özellik olduğu sonucuna varılmaktadır.[4] Amaç kuramında eylemlilik ele alınırken geleceğe yönelik açıklamalar yapılır ve bu gelecek henüz var olmamıştır. “Eylemler, eylemlerin sonuçları tarafından belirlenir” tanımlaması sosyal kuramda eylemliliği ifade etmektedir. Bu görüşü ortaya atan kişi Coleman’dır.[7]

Jeffrey Alexander insan eylemliliğinin yapısal bir bağlam içerisinde ele alınması gerektiğini ortaya atan ilk araştırmacıdır. Alexander eylemin iki temel boyutu olduğunu belirtmektedir. Bunlardan ilki keşif (invention) ve tipikleştirme (typification) alt boyutlarından oluşan yorumlama (interpretation), ikincisi ise stratejileştirme (strategization) olarak adlandırılmaktadır.[5,9,10]

Mead, kendi kuramı çerçevesinde insan eylemliliğini ele almıştır.[11] Mead’e göre, sorumluluğun üç düzeyi vardır. Bireyler bu üç düzeyi kendi tepkilerini kontrol etme aracılığıyla çevrelerini yapılandırmada kullanırlar. Bu üç düzeyden ilki temas deneyimidir ve anda gerçekleşen duygu tepkileri anlamına gelmektedir. İkincisi mesafe deneyimidir ve sonuçlandırma, bekleme, hatırlama gibi hayal kurma kapasitesidir. Üçüncüsü ise, toplumsallaşma kapasitesidir. Toplumsallaşma kapasitesi başkalarının bakış açısını alarak, toplumsal anlamlar ve değerleri geliştirme anlamına gelmektedir. Bireyler ya da aktörler, bu süreçte otomatik tepki veren varlıklar değildirler. Aktif bir şekilde çevrelerinde olan bitenleri bilişsel dünyalarında yapılandırır, yani sorumluluk alırlar. Mead, bu üç araçla gerçekleşen sürece yansımali bilinçlenme adını vermektedir.[5,10,11]

Bourdieu ve Giddens gibi kuram ve uygulamayı bir arada ele alan kuramcılar, eylemliliği açıklamada alışkanlığa vurgu yapmışlar ve insan eylemliliğini tekrarlayıcı alışkanlığı içeren ve ilerleyen bir özellik olarak ele almışlardır.[11] Giddens’a göre insanın eylemlilik alanı sınırlıdır.[11] İnsanlar toplumu üretirler, ancak bu üretimi tarihsel olarak konumlanmış aktörler (agents) olarak ve kendi seçmedikleri koşullar altında gerçekleştirirler. Yapı, sadece insan eylemine kısıtlamalar getiren bir şey olarak değil, ona olanak sağlayan bir faktör olarak da kavramsallaştırılmalıdır. Bu ayırım, yapının ikiliği (duality of structure) olarak adlandırılmaktadır.[4,11] Bu noktada, eylemliliğin daha iyi

anlaşılması için eylemlilikle ilgili kuramlardan söz etmekte yarar vardır. Eylemliliği açıklayan kuramlara bakıldığında, neredeyse tamamının sosyoloji kuramları olduğu görülmektedir.

Eylemliliğe Felsefi ve Sosyolojik Bakış

Sosyal bilimlerdeki önemli tartışmalardan biri, birey ve toplum arasındaki ilişkilerin niteliğidir. Sosyoloji literatürü incelendiğinde, sosyal yapıyı ontolojik olarak kendisini oluşturan unsurlardan önce tutan yapısal-işlevselci, toplum merkezli makro sosyoloji ve eylemde bulunan bir varlık olarak bireyi ön plana çıkaran ama yapı, çatışma ve güç konularını ihmal eden, aktör merkezli mikro sosyoloji iki kutuba bölünmüştür.[4,7] Giddens bir çözümleme biçimi olarak sosyolojinin ve bir anlama çabası olarak da sosyal kuramın temel sorunlarını eleştirel bir yaklaşımla birleştiren çağdaş sosyal kuramın önde gelen isimlerinden biridir.[11]

Giddens eylemliliğe ilişkin düşüncelerini Schutz'un fenomenolojik sosyolojisini, Wittgenstein sonrası felsefenin önemli ismi olan Winch'in anlama sahip olmanın zorunlu olarak kurala bağlı olduğu düşüncesini, Apel, Habermas ve Gadamer'in bireylerin eylemlerini yorumlama etkinlikleriyle ilgili düşüncelerini ve Durkheim ve Parsons'ın düzen, güç ve çatışma kavramlarını eleştirerek ortaya atmıştır.[11] Ayrıca Giddens, yapılaşma kuramının temel ilkelerini, Erikson'un kimlik gelişimi, temel güvene karşı-güvensizlik ve özerkliğe karşı utanç-kuşku analizlerini, Goffman'ın günlük hayatta benliğin sunuluşu analizlerini, Levi-Strauss'un kabile toplumları görüşünü, Marx ve Weber'in sınıflara bölünmüş toplumlar ile sınıflı toplumlar analizlerini ve Laing'in ontolojik güvensizlikle ilgili görüşlerini eleştirerek ortaya atmıştır.[5,7]

Parsons'un geliştirdiği ve aktör olarak insanı dışlayan sosyal sistem yaklaşımı 1950'li yıllarda sosyoloji araştırmalarının temel çerçevesini oluşturmuş, buna karşılık aktörün önemi vurgulayan anlayış da 1960'lı yıllarda sosyolojiye egemen olmaya başlamıştır.[7] Bu yaklaşım işlevselcilik, doğalcılık ve sosyal nedensellik olmak üzere üç ana özelliğe dayanmaktadır. İşlevselcilik toplumun kendisini oluşturan üyelerinden farklı ihtiyaçları olduğunu savunurken, doğalcılık doğal bilimlerin yöntemlerinin sosyal bilimlerde de kullanılabileceği görüşüne dayanmaktadır. Sosyal nedensellik ise sosyal bilimcilerin bir bireyin davranışının nedenlerini bildiklerini, o bireyin ise nedenler konusunda söyleyecek bir şeyi olmadığını vurgulamaktadır. Parsons'ın insan aktörünü dışlayan yaklaşımına tepki olarak "insanı geri getirmek" anlayışı 1960'ların ortaların-

dan itibaren sosyolojiye egemen olmaya başlamıştır. Bunun sonucu olarak da aktör olarak insanı sosyal kuramın merkezine yerleştiren etnometodoloji ve sembolik etkileşimcilik gibi yorumsalcı yaklaşımlar ortaya çıkmıştır. Bunun sonucunda aktörlere aşırı bir vurgu yapılırken, makro aktörler ve konular geri plana itilmiştir.[7,9]

Giddens'i eylemin işlevsel olarak belirlenmesi ve sosyal yapının insan davranışının önemli bir sınırlayıcısı olması konularında Parsons'un yapısalci-işlevselci yaklaşımını eleştirmiştir.[11] Giddens, yapısalci-işlevselci yaklaşımın insanların gerçek hayatta ne yaptıklarını açıklarken insanların nedenlerini, amaçlarını dikkate almadığını ve bu nedenle onları kültürel kuklalar olarak gördüğünü vurgulamaktadır.[12] Aktörün kendisinin düşünüm (reflexive) davranabileceği göz ardı edilmektedir. İnsan toplumla etkileşime girmekte ve onun oluşumuna aktif olarak katılmaktadır. Ancak Giddens toplumun sadece bireyler tarafından meydana getirilmediğini de vurgulayarak, yapı kavramını reddetmemektedir.[11]

Sosyal bilimlerde ve özellikle sosyolojide en önemli tartışma konularından biri birey ile toplum ya da daha teknik bir ifadeyle "yapı ile eylem" arasındaki ilişkinin niteliğidir. Bu konuda Durkheim, Levi-Strauss ve Althusser gibi düşünürler yapının eylemden ve eylemi yapan aktörden önce geldiğini iddia ederken; Schultz, Giddens ve Garfinkel ise sosyal dünyanın ne yaptığını bilen aktörlerden oluştuğunu belirtip, eylemin yapıdan öncelikli olduğu görüşünü savunmuşlardır.[4,7] Dawe, bu "iki sosyoloji" toplum ile birey arasındaki ilişkilerde birbirleriyle çatışma halinde olan görüşleri savunduğunu öne sürmüştür.[13] Yorumsal sosyolojiler bireyi sosyal dünya hakkında bilgisi olan, amaçlı davranan ve ne yaptığını açıklayabilen bir "aktör" olarak değerlendirmektedir, ancak burada da yapı dikkate alınmamaktadır.[9,12] Yapı-eylem tartışmasını aşma yolunda son yıllarda bazı düşünürler önemli çabalar göstermişlerdir.[4] Giddens, Bourdieu ve Bhaskar bu konuda ilk akla gelen isimlerdir. Bu isimler içinde de en önemli görülen bilim adamı Giddens'tir. Giddens'in kuramı klasik sosyal kurama eleştirel bir yaklaşım geliştirmek; ikinci olarak, modernizmin ikilemleri ve doğası üzerine post Marksist bir açıklama geliştirmek; son olarak da sosyal kuramın konusunu yeniden kavramsallaştırmak olmak üzere üç ana bölümden oluşmaktadır: Giddens kuramına klasik ve modern sosyal kuramın belli başlı geleneklerini, bu geleneklerin önde gelen düşünürlerini inceleyerek başlamıştır.[7] Durkheim, Weber, Marx, Parsonss, Habermas ve Foucault, Giddens'in incelediği ve eleştirdiği düşünürler arasındadır. Bu düşünürlerin çalışmalarına yönelik eleştirilerini

Giddens zamanla yapılanma kuramının genel çerçevesini oluşturmakta kullanmıştır.[4]

Giddens yapısalcılıkta eylem ve aktör olmadığını, bunların yerine ihtiyaçlar ve rol beklentileriyle harekete geçen davranışlar olduğunu belirtmiştir.[14] Giddens yapının eylem ya da aktörün varlığı dışında bir varlığa sahip olmadığını savunmaktadır. Giddens'in vurguladığı nokta, organizmalardan farklı olarak sosyal yapıların kendi varlıklarını sürdürebilmek için her hangi bir ihtiyaçları ya da çıkarları olmadığıdır. Öte yandan, bazı yorumsalcı yaklaşımlardan farklı olarak yapı kavramının tümünden terk edilmesine de karşıdır. Giddens yapının beden ve maddi dünyadan kaynaklanan sınırlamalar, güç sınırlamaları ve yapısal sınırlamalar olmak üzere üç tür sınırlayıcı özelliği olduğunu öne sürmüştür.[11] Giddens, yapı ve eylem arasında ikisinin birbirine bağımlılığını sağlayan olguya sistem adını vermiştir.[15]

Yapılar zamansal olarak sadece ortaya çıktıkları anda mevcuttur. Bundan dolayı yapılar organize ettikleri eylemlerin hem ortamı hem de sonucudurlar; eylemleri mümkün kılan araçlardır. Sosyal sistemler günlük yaşamda sürekli yeniden üretilmeleri aracılığıyla yapılaşır.[4,7] Bu durumu Giddens yapının ikiliği (duality of structure) kavramı ile açıklamaktadır.[12] Toplumsal sistemlerin yapısal özellikleri bu sistemleri oluşturan uygulamaların hem aracı hem de sonucudur. Sosyal yapılar ise bireysel aktörler tarafından sosyal sistemlerin üretimi ve yeniden üretiminde kullanılan kurallar ve kaynaklar dizisidir.[4] Sosyal bilim hem bireylerin anlamlı eylemlerini hem de bu eylemlerin gerçekleştiği sosyal ortamların yapısal özelliklerini incelemelidir.[11] Sosyolojik literatürdeki yapı/eylem tartışması, insan eylemliliği kavramına işaret etmektedir. Bu kavramdan söz etmekte yarar vardır.

İnsan Eylemliliği (Human Agency)

Eylemlilik kavramı benlik, motivasyon, arzu, amaçsallık, tercih, insiyatif, özgürlük ve yaratıcılıkla özdeşleştirilmiştir.[4] Bir aktör olmak, içinde yer alınan sosyal ilişkiler üzerinde, bir noktaya kadar denetimde bulunma kapasitesine sahip olmak demektir.[7] Aynı zamanda eylemlilik, sosyal ilişkileri bir dereceye kadar da olsa dönüştürme kapasitesine işaret etmektedir. Aktör olmak eylemler için başkalarıyla birlikte ya da onlara karşı eşgüdüm gerçekleştirebilme özelliğini de gerektirmektedir. İnsan eylemliliği ise başka türlü davranma kapasitesini içermektedir.[14] Giddens insanların farklı eylem biçimlerini seçebilen, kavram taşıyan varlıklar olduğunu öne sürmekte; insanların akılcı olduklarına inanmakla beraber akılcılığı Weber'ci anlamda araçsal akıl-

cılık olarak değil, etnometodolojik akılcılık olarak algılanmaktadır. Eylemlerin nedenlerini ifade etme yeteneği insan eylemliliğinin bir ögesidir.

İnsan Eylemliliğinin Özellikleri

Giddens'a göre bir aktör olmak günlük yaşamın sürüp gitmekte olan bir parçası olarak dünyada farklılık yapabilme yeteneğine sahip olmak anlamına gelmektedir.[14] Giddens yapıscılardan farklı olarak, özneliğin sosyal olarak oluşmasının, bilgili öznenin sosyal kuramda devre dışı bırakılmasını gerektirmediğini söylemiştir. Sosyal yaşam bilgili sosyal aktörlerin eylemlerinin bir sonucudur ve her bir sosyal aktör pratik bir sosyal kuramcıdır. Öte yandan, aktörlerin bilgilenebilirliğinin, özellikle de eylemlerinin nedenlerini tam ve doğru olarak açıklama konusunda daima sınırlı olduğunu ifade etmektedir.[14] Dil ve gelenekler gibi insanların meydana getirdikleri yapılar insan eylemi için yeni alanlar açmakla beraber, aynı zamanda bu alanları sınırlamaktadır. Aktörün eylem özgürlüğünü kısıtlayan bir başka neden de bazı aktörlerin diğer aktörlere yaptırımında bulunma gücüne sahip olmalarıdır. Ayrıca aktörün özgürlüğünü eylemin amaçlanmayan sonuçları da sınırlamaktadır. Sosyal yeniden üretim sosyal eylemin hem amaçlanan hem de amaçlanmayan unsurları tarafından gerçekleştirilir. Amaçlanmayan sonuçlar kavramı insan eylemliliğini varsaymaktadır.[16]

İnsan eylemliliği, farklı yapısal çevrelerde zamana bağlı olarak gerçekleşen/yapılanan aktör tarafından ortaya konan bir uğraşı ve başa çıkmadır.[9,16] Eylem bağlamının zamansal ve ilişkisel olması demek, değişen tarihsel durumlarda ortaya çıkan sorunlara karşı verilen tepkiler anlamına gelmektedir. Bu tepkiler alışkanlığın, hayalin ve yargılamada bulunmanın aracılığı ile şekillenir. İnsan eylemliliği, bütünlendirmeyi, yansıtmayı ve pratik değerlendirmeyi içerir. Daha geniş bir bakış açısıyla bireyin, geçmiş, şimdi ve gelecekteki eylemlerine işaret eder. Kişi geçmiş ve geleceği göz önünde bulundurarak, şimdi ve burada davranışlarını yapılandırır.[7,11] İnsan eylemliliği hayali uzaklaştırma kapasitesidir ve aynı zamanda iletişimsel değerlendirme yapmayı da içerir. Bu da bireylerin toplumsal başa çıkmaları sayesinde, bireyin/aktörün problemleri durumlara karşı kendi duyarlılığını şekillendiren kapasitesini içeren yansıtıcı zekanın gelişimidir.[4]

İnsan eyleminin en önemli özelliklerinden biri de eylemlerin amaç içermesidir. Bir insanın davranışları ve amaçlarıyla, bunların topluma ya da herhangi bir sosyal ilişkiye olan etkisi arasında doğrudan basit bir ilişki yoktur.[17] Örneğin, insanların çoğu aşık olma, anababaların istemesi gibi değişik nedenlerle evlenirler. Bu davranışın etkisi toplumda çekirdek aile ilişkisinin varlığını

sürdürmesidir. Başka bir ifadeyle, insanlar toplumda çekirdek aile tipinin sürmesi için evlenmemektedirler ya da kapitalist ekonomik yapının sürmesi için ücret karşılığı bir işte çalışmamaktadır. İnsanlar bilinçli olarak gerçekleştirdikleri etkinliklerde, bilinçli olmadan kendi etkinliklerini etkileyen yapıları yeniden üretmektedirler.

İnsan Eylemliliğinin Bölümleri

Giddens'a göre, eylemin en önemli özelliği, eylemin herhangi bir şey tarafından doğrudan belirlenmemesidir.[14] Eylem başka türlü davranma olasılıklarını da içermektedir. Eylemin tanımında güç yer aldığından, güç insan ilişkilerinin gerekli bir ögesidir. Eylem herhangi bir şeyi değiştirme ya da başarabilme yeteneğidir. Eylem ile aktör üzerinde üç çeşit etki vardır ve insan eylemliliği üç bölümden oluşmaktadır.

1. Motivasyon-bilinçdışı: Bu etki eylemin kendisinden çok, eylem yapma potansiyelini ifade etmektedir. Eylemden en uzak düzey burasıdır ve insanın bilinçli varlığının altında yatan ve kolaylıkla kelimelere dökülemeyen düzeydir.[11] Bu düzey, insan bilişinin derinliklerinde yatan arzu ve duyguları ifade eder. Bunlar davranışın arka planını meydana getirmekle beraber, insan arzularını yerine getirmek zorunda değildir, hatta bu arzular bilinç tarafından bastırılabilir.
2. Pratik bilinç: Günlük yaşamda gerçekleştirilen etkinlikleri her zaman dil ile belirtmek kolay değildir. İnsanların başkalarının eylemlerini yorumladıkları ve kendilerini belli ortamlara yönlendiren ifade edilmemiş inanç ve bilgiler, pratik bilinç içindedir. Bu bilinç insanların eylemi gerçekleştirdikleri sosyal şartları anlamalarını gerektirmektedir.[4]
3. Söylemsel bilinç: İnsanlar yaptıkları eylemleri yansıtabilir, izleyebilir ve açıklayabilir. İnsanlar kendi davranışlarının nedenlerini bilinçli olarak dile getirirler. Pratik ve söylemsel bilinç arasında onları kesin olarak birbirinden ayıran bir sınır yoktur.[11]

Giddens'a göre bu üç etmen içinde en önemli olanı, aktörlerin dünya hakkındaki bilgilerinin çoğu pratik bilinç ürünü olduğu pratik bilinçtir.[11] Aktörlerin kendilerinin ve başkalarının eylemlerini anlamlı kılmak için gerekli olan kuralların tamamı pratik bilincin içinde yer almaktadır. Bu nedenle Giddens, kuralları pratik bilinç içerisinde değerlendirmektedir. Aktör ne yaptığı ile ilgili olarak ya söylemsel bir bilince sahiptir ya da sosyal ortamlarda nasıl davranacağı, ne yapacağıyla ilgili olarak pratik bilince sahiptir. Aktörlerin kuralları ve kaynakları kullanması demek, kurallar ve kaynaklar hakkında pratik bir bilince dayalı olarak eylemde bulunduğu anlamına gelmez. Söylem-

sel bilinç aktörlerin anladığı ya da bildiği ve kelimelerle ifade edebildikleri her şeyi kapsarken, pratik bilinç anladıkları ve bildikleri ama sözel olarak ifade edemedikleri her şeyi içermektedir.[4]

Eylemde kaynak kullanmak güç konusunu öne çıkarmaktadır. Güç en geniş anlamıyla insan aktörünün dönüşümcü kapasitesi olup, aktörün bir dizi olayın oluşmasına etki edebilme yeteneğini ve kapasitesini ifade eder.[14] Güç görelî olarak dar anlamıyla etkileşime ait bir özelliktir ve sonuç üretme kapasitesini belirtir. Bu anlamda güç başkaları üzerine kullanılır. Kaynaklar sosyal etkileşimde güç kaynağı olarak kullanılabilir her şeydir. Kaynaklar otorite sağlayıcı ve dağıtıcı olmak üzere ikiye ayrılır. Birincisi insanlar üzerinde denetim sağlayan özellikler olarak tanımlanırken, ikincisi nesnelere üzerinde denetim sağlayan özellikler olarak tanımlanmaktadır.[15]

Giddens'in insan eylemliliği çerçevesinde kullandığı önemli kavramlardan biri de çifte hermeneutikdir (double hermeneutics).[4] Bu kavram sosyal bilimcinin kullandığı kavramlar ile sıradan insanın kullandığı kavramlar arasındaki örtüşmeyi ifade etmektedir. Giddens, uzman söylemi ile günlük söylem arasındaki ilişkiyi vurgulayarak, araştırmacının araştırmasının toplumsal yaşam üzerindeki etkilerini hiçe sayarak nesnel bir sosyolojinin peşinde koşmaması gerektiğini savunmaktadır.[14] Sosyal bilim, günlük yaşamda yaratılan anlamlı sosyal dünya ile sosyal bilimcilerin kullandığı üstdillerden (metalanguages) oluşur. Sosyal bilimsel kavramlar, günlük söylemin bir parçası haline gelirken, sosyal bilimlerde insanların gündelik yaşamlarında yaratıkları anlamlardan yararlanır.[11] Kişinin geçmiş, gelecek ve şimdideki ilişkileri, kişinin eylemleri için farklılıkların oluşmasının nedenleridir. İnsan eylemliliği, zamansal-ilişkisel bağlamı içerir ve toplumsal ve ilişkisel bir yapıdır. Bu durum, bireyin toplumsal bağlamını yapılandırması anlamına gelir.[13,14] İnsan eylemliliği, bireyin çevresindeki kişilere, mekana, anlamlara ve olaylara ilişkin olmak durumundadır. Eylemlilik süreci, içsel özneliği, toplumsal etkileşimi ve iletişimi içermektedir.

İnsan Eylemliliğinin Üç Temel Ögesi

İnsan eylemliliğinin bütünleştirme, yansıtma ve pratik değerlendirme yapma olmak üzere üç ögesi vardır.[4] Bütünleştirme ögesi, aktörün geçmiş düşünce ve eylem örüntüsüne bağlı olarak, eylemlerini seçici bir şekilde yeniden etkili hale getirmesi anlamına gelmektedir. Bu öge, toplumsal evrendeki kurum ve kimliklere süreklilik oluşturmada yardımcı olur. Yansıtma ögesi, aktör tarafından gelecekteki olası tepkilerin hayali bir şekilde üretilmesi anlamına gelir. Bu üretim, aktörün umutlarını, korkularını ve geleceğe ilişkin isteklerini içe-

rir. Birey gelecekte yapmayı düşündüğü eylem ya da sahip olmayı düşündüğü düşüncelerini geleceğe ilişkin istek, korku ve umutları ile şekillendirir. Pratik değerlendirme yapma ögesi, aktörün olası eylemlere ilişkin normatif ve pratik yargılama yapma kapasitesini ifade eder. Kişi, bu yargılarını ortaya çıkan isteklerinde ve çatışmalı durumlarda kullanır.[13-15]

Bütünleştirme ögesinde kişi, geçmişin toplumsal deneyimlerini şematize eder.[4] Geçmişin deneyimlerini hatırlar, seçer ve eylem şeması içerisinde kullanır. Şematize etme bireyler toplumsal ilişkiler hakkında az ya da çok güvenilir bilgiler sunmaktadır. Aynı zamanda bu bireylere gelecekte neler olabileceğine ilişkin tahminlerde bulunma olanağı da sunmaktadır. Bu şekilde oluşan beklenti yapıları, bireyin eyleminde süreklilik oluşturmaktadır.[7] Şemalar, ilişkisel ve zamansal faktörlerini bilişsel ve duygusal öğelerle içerisinde barındırır. Bu bağlamda eylemlilik boyutu, bireyin seçici bir şekilde hatırlama, yerine koyma ve uygun durum ve koşullara şemaları uygulamasıyla ilişkilidir. Bütünleştirme ögesinde en önemli kavram alışkanlık kavramıdır ve alışkanlık bir uyarana tepki vermek olarak tanımlanır. Bütünleştirme, fenomenolojik kuramda ele alınmaktadır. Bütünleştirmenin üç önemli ögesi bulunmaktadır.[13] Bunlardan ilki olan seçici dikkat, bireylerin etkileşimlerinde dikkatlerini etkileşimin bir yönüne odaklamalarıdır ve kişinin eylemlerinin bilinçdışı bir yönü vardır. İkinci öge hatırlama tipleridir. Kişi, analogi, benzerlik ve aynılık aracılığıyla eylemlerini hatırlar ve hatırlama ve özümleme aracılığıyla eylemde süreklilik algısı oluşturur. Bütünleştirmenin son ögesi kategorik yerleştirmedir ve kişi geçmiş ve şimdide eylemlerini sınıflandırırken sadece benzerliklerden yararlanmaz, aynı zamanda bu yerleştirmeleri diğer kişilerle, bağlarla ve olaylarla ilişkilendirerek de yapar. Kişi eylemlerini alışkanlıkları içerisinde de seçmektedir.[4]

İnsan eylemliliğinin ikinci ögesi yansıtma, bireyin amaçları, güduları ve niyetleriyle geçmişten geleceğe yönelmesi anlamına gelmektedir ve bu yansıtma sürecine beklentiye dayalı tanımlama adı verilmektedir.[4] İnsanlar sadece geçmişin tepkilerini tekrarlamazlar, aynı zamanda düşünce ve eylemde yeni olasılıkları da üretirler. Yansıtma boyutu, eylemliliğin yaratıcı yeniden yapılandırmasıdır ve bu boyut, deneyimin yeniden hipotezleştirilmesi olarak da ele alınmaktadır. Yansıtma kavramı, ilk kez klasik aydınlanma döneminde ele alınmıştır. Bu kavram, Aristo'nun amaç-araç bağlantısındaki akılcılığa ve günümüzde varoluşçuluğa ve fenomenolojik kurama dayanmaktadır; aynı zamanda pragmatizmden de etkilenmiştir. Yansıtmanın içsel yapısına bakıldığında üç önemli boyut dikkati çekmektedir.[7,9,10] Bunlardan ilki öyküsel yapılandırma ve öyküsel yapılandırma gelecek zamana ilişkin

olarak bireye, kültürel kaynaklar sunar. Öyküsel yapılandırmanın karakter, bilinç ve durum olmak üzere üç ögesi vardır. Öyküler, eylemler için harita sunarlar ve problemlere çözümler sunarlar. Yansıtmanın ikinci ögesi olan yeniden sembolik bütünleştirme, eylem ya da algıya ilişkin olasılıklar sunarlar. Ayrıca kişilere ortak eylemler için olanaklar sunarlar. Yansıtmanın son ögesi ise varsayımsal (hipotetik) çözümdür. Varsayımsal çözüm ile kişi, yaşadığı çatışmalara pratik, ahlaki ve duygusal açıdan çözümler üretir. Kişiler istek ve amaçlarına uygun davranışlar oluştururlar. Varsayımsal çözümlemelerden sonra, bireyler eyleme yani çözümlerini uygulamaya koymaya başlarlar.[4]

Eylemliliğin üçüncü boyutu olan pratik değerlendirme yapma ögesi, günün beklentilerine ve beklenmedik durumlara cevap verme anlamına gelmektedir. Göreceli olarak, düşünce ürünü olmayan rutin eğilimler ve alışkanlıklar bile, değişen durumların gerekliliklerine göre ayarlanmalıdır.[18] Gerçek dünya koşulları içinde, yeni yaratılan hayal ürünü projelerin ayaklarının yere basması gerekmektedir. Bununla birlikte, kararların ve seçimlerin anlam belirsizlikleri, belirsizlikler ve anlaşmazlıklar dikkate alınarak yapılmalıdır. Yaşamda, anlamlar ve hedefler bazen birbirleri ile çelişmektedir ve bu tür istenmeyen sonuçlar, stratejide değişiklikler yapılmasını gerektirmektedir.[18] Bu nedenle, ortaya çıkan durumlara tepki olarak deneyimin bir problem haline gelmesi, sosyal aktörler tarafından giderek artan bir şekilde yansıtıcı ve yorumlayıcı çalışmalar yapılmasını gerektirmektedir. Bu duruma bağlı kararın uygulanması uygulama mantığı, sağduyu, sanat, incelik, takdir yetkisi, uygulama, doğaçlama ve zekâ gibi çeşitli şekillerde adlandırılmaktadır. Bu durum, eylemliliğin pratik değerlendirme yapma boyutu olarak ele alınmaktadır.[13]

Eylemliliğin pratik değerlendirme yapma boyutundaki temel odak, sosyal deneyimin bağlamsallaştırılmasıdır. Bu görüş, bu süreçlerin iletişimsel etkileşimsel boyutunu vurgulayan pragmatistlerin öne sürdükleri ile benzerdir.[4] Pragmatistlere göre, aktörler yaşanan olayların faydacı ve normatif gereklilikleri hakkında başkaları ile etkileşime girerek, kabul edilen eylem şekillerine başkaldırabilme yeterliği kazanmaktadır. Aktörler, pratik değerlendirme yeterliklerini artırarak, eylemliliği arabulucu bir şekilde hayata geçirme becerilerini güçlendirirler. Bu yöntemle, kendi başlarına eylem bağlamları ile başa çıkabilir ve bu bağlamları değiştirebilmek için kendi projelerini uygulamaya geçirebilirler.[11] Karşılıklı etkileşimlerin belirsizliği göz önünde bulundurulduğunda, eylemlerinin sonuçlarının kontrol edilemez olduğu ve çoğunlukla yeni eylemsel müdahaleler gerektiren şekillerde aktörlere geri döndüğü söylenebilir.[14,15]

Literatüre bakıldığında, eylemliliğin artık sosyolojik/psikolojik bir kavram olarak ele alındığı ve insan eylemliliğinin bir alt boyutu ve aynı zamanda yeni bir kavram olarak da kişisel eylemliliğin (personal agency) kullanıldığı görülmektedir.[19]

Eylemliliğe Sosyo-Psikolojik Bakış

Erikson'un sanayileşmiş toplumlarda psikososyal gelişim için kişisel seçim, özgürlük ve eylemliliğin önemini vurgulamasına karşın, psikoloji literatüründe bu kavramın göz ardı edildiği görülmektedir.[8] Bu bağlamda, kişisel eylemlilik konusuna değinmek, kavramın daha iyi anlaşılmasını sağlayabileceği gibi, kavramın ruh sağlığı çalışmalarındaki yerini de sağlamlaştırabilir.

Kişisel Eylemlilik (Personal Agency)

Kişisel eylemlilik, öz saygı, yaşam amaçları, öz-yeterlilik ve iç denetim odağı olmak üzere dört psikolojik yapının birleşiminden oluşan üst bir psikolojik yapıdır.[19,20]

Öz-Yeterlilik (Self-Efficacy)

Öz-yeterlilik, son zamanlarda çeşitli disiplinlerle ilgili yapılan araştırmalarda sıklıkla kullanılan değişkenlerden biridir. Öz-yeterlilik kavramı, bireylerin olası durumlarla başa çıkabilmek için gerekli olan eylemleri ne kadar iyi yapabileceklerine ilişkin, kişilerin bireysel yargılarıyla ilgilidir.[21]

Öz-yeterlilik, kişinin kendisinden beklenen durumları yönetmesini sağlayacak yeteneklere olan inancı şeklinde tanımlanmaktadır.[22] Bu bağlamda, kişilerin yeterlilik beklentilerine ilişkin algılamaları, yani öz-yeterlilikleri, onların eyleme geçmelerini ve sorunlarla baş etme güçlerini de etkilemektedir. Bandura'ya göre insanlar edilgin olarak kendi denetimleri dışında gerçekleşen olaylar yoluyla değil; bizzat kendi "eylemlerini" düzenleyerek ve seçenekleri değerlendirerek kendilerini şekillendirmektedirler.[21]

Bireyin ulaşmak istediği hedefleri belirlemesinde ve deneyimde bulunan çevreyi denetim altına almasında öz-yeterlilik inançları aracı olmaktadır. Yeterlilik inançlarında, öz-yeterlilik ve sonuç beklentisi olmak üzere, iki güdüleyici faktör söz konusudur. Öz-yeterlilik bir işi ve görevi etkileyen bireysel yeterliklerle ilgili inançlar olarak; sonuç beklentisi ise eylemlerin belirli sonuçlar doğuracağı ile ilgili inançlar olarak tanımlanmaktadır. Öz-yeterlilik inançlarını belirleyen dört temel kaynağın olduğunu belirten Bandura, bunlardan en etkili olanının bireylerin doğrudan kendi deneyimlerinden kazandı-

ğı bilgiler olduğunu; diğer kaynakların ise, bireylerin başarılı ya da başarısız uygulamalarına ilişkin gözlemleri, başarmaya ilişkin toplum etkisi ve başarıda psikolojik durum olduğunu vurgular.[22] Bandura'ya göre, öz-yeterlilik inancı, özellikle duygusal yoğunluk üzerinde etkilidir ve sosyal şartlarda tekrar düzenleyici bir rol oynar.[21]

Öz-yeterlilik inancı, insanların düşünce biçimlerini ve duygusal tepkilerini de etkilemektedir. Yüksek düzeyde öz yeterliğe sahip bireyler, zorluk düzeyi yüksek olan çalışmalarla karşı karşıya kaldıklarında daha rahat ve verimli olabilirler. Düşük öz-yeterlilik inancına sahip bireyler ise, yapacakları çalışmaların gerçekte olduğundan daha da zor olduğuna inanırlar. Bu tip bir düşünce kaygıyı ve stresi artırırken, kişinin bir sorunu en iyi şekilde çözebilmesi için gereken bakış açısını daraltır. Schunk'a göre, yeterlilik inancı, insan davranışlarının en önemli yordayıcısıdır.[23] Bireyler bir görevi gerçekleştirmek için gerekli yeteneğin ve denetim gücünün kendilerinde bulunduğuna inanırlarsa, bu görevi seçmek için daha istekli olurlar; bu konudaki kararlılıklarını dile getirirler ve özerk eylemde bulunurlar. Wigfield ve Eccles, bireylerin bir etkinliği gerçekleştirmede ne derece iyi olduğuna ilişkin inançlarının ve etkinliğe biçtikleri değer, bireysel seçimlerini, etkinliği gerçekleştirmeye yönelik olarak gösterdikleri ısrarı ve performanslarını etkilediğini öne sürmektedirler.[24]

Öz-yeterlilik inancı, kişilerin eyleme geçip geçmeme kararlarını ve zorluklar karşısında baş etme güçlerini etkilemektedir.[3] Bandura'ya göre,[21] bir kişinin öz-yeterlilik inancı dört kaynaktan beslenmektedir;

1. Bireyin deneyimleri: Kişisel deneyimler, bir eylemi başarmak için bir insanın toplayabildiği en doğal tecrübeleri sağladığı için, yeterlilik inancının en etkili kaynaklarıdır. İnsanlar başarıyı deneyimlediklerinde öz-yeterlilikleri yükselir ve devam etmeye daha istekli olurlar. Engeller ortaya çıksa bile, daha da güçlenecekler ve aksiliklerle basa çıkabileceklerdir.
2. Başkalarının deneyimleri: Başkalarının başarıları, model olarak görmek ve yeterlilik duygusunu artırmak için kullanılır. Başkalarının deneyimleri sosyal modeller yoluyla bir insanın kendi yeteneklerini yargılayabileceği standartlar belirler. Ancak, model alınan bireyin, kişinin aradığı yeterliliklere sahip olması gerekir.
3. Sözel ikna: Sözel ikna öz-yeterliliği artırmak için tek başına kullanıldığında sınırlı bir güç olabilir; ancak, gerçekçi bir şekilde kullanıldığında etkili bir etkidir. Sözel ikna diğer insanların yargıları ile insanların öz-yeterlilik inancının gelişimini sağlayabilir.
4. Psikolojik ve duygusal durum: Bu etken, kişinin kişisel yeterlilik yargısını etkileyebilecek psikolojik durumunu içerir. İnsanlar psikolojik durumla-

rını olumlu ya da olumsuz etkileyebilecek güçlü duygusal durumları yaşayabilirler. Olumsuz bir psikolojik durum öz yeterliliği azaltabilirken; olumlu bir psikolojik durum ise öz yeterliliği artırabilir.

Sonuç olarak, insanların yeterliklerine olan inançlarının çeşitli etkileri vardır. Bu inançların insanların yerine getirmek için seçtiği etkinlikleri, ne kadar emek ve çaba sarf ettiklerini, hatalar ve engeller karşısında çabalarını ne kadar sürdüreceklerini, çevresel beklentileri karşılamaya çalışırken ne kadar stres yaşadıklarını ve algıladıkları başarı düzeyini etkilediği ifade edilebilir.[25] Öz-yeterlilik eylemliliğin bir alt boyutu olarak ele alındığında, Cote öz-yeterliliğin kişinin eylemlilik kapasitesini artıran dört değişkenden biri olduğunu öne sürmektedir ve öz-yeterliliğe ilişkin açıklamalara bakıldığında, bu görüşün desteklendiği görülmektedir.[19] Öz-yeterlilik, kişinin kendisinden beklenen durumları yönetmesini sağlayacak yeteneklere olan inancı olarak ya da kişilerin, talep edilen zor görevler ve kendi uygulamaları üzerinde kontrol yeteneklerine olan inancı olarak tanımlanmaktadır. Aynı şekilde eylemlilik kişinin yaşamının yönüne ilişkin sorumluluk duygusu, yaşamı için sorumluluk alması, kişinin yaşamı ile ilgili kararları kontrol edebilme ve bunların sorumluluğunu alma konusundaki inancı ve yaşamdaki engellerle baş etmedeki ve seçtiği yaşam yönünde ilerlemeye ilişkin güveni olarak tanımlanmaktadır.[5] İki tanımda ortak olan nokta kişilerin kendilerine ilişkin inançlarıdır. Bu inanç, eylemli bir bireyin kendine ve yaşamına yön vermesinde önemlidir.[19] Bu tanımlara bakıldığında da öz-yeterlilik ile eylemlilik arasındaki ilişkiler görülmektedir. Eylemli bir birey, kendini ve yaşamını kontrol edebileceğine inanmaktadır. Benzer biçimde öz-yeterlilik sahibi bir birey de kendi kontrol yeteneğine inanmaktadır. Yüksek öz-yeterlilik kişinin daha eylemli olmasını sağlamaktadır.[10,19]

Öz Saygı (Self-Esteem)

Benlik saygısı ile ilgili literatür incelendiğinde, benlik saygısının evrensel bir tanımının olmadığı ve bu kavrama çeşitli anlamlar yüklendiği, yüklenen bu anlamlar kapsamında benlik saygısının genel olarak kendini sevme, kendini kabul ve yeterlilik olmak üzere üç anlam taşıdığı görülmektedir.

Mead, benliğin gelişiminde, bireyin içinde bulunduğu sosyal grup ile bütünleşme sürecini vurgulamıştır. Bireyin, başkasının gözünde kendini görmesi için ilişkiye girmesi gerekir. Kişinin yaşantısında anahtar rolü oynayan belirli insanlar benlik saygısının oluşumunu etkilemektedir. Kişi kendisi için önemli olan insanların düşünce, davranış ve tutumlarını değerlendirmektedir.[26] Rogers'a göre, benlik saygısı bireyin çevresinden aldığı değerlilik duygusudur.

Çocuğun benlik saygısının gelişmesi, çevresindeki kişilerin kendisini olduğu gibi ve koşulsuz olarak kabul etmesine bağlıdır.[10] Rosenberg'e göre, bireyler bütün nesnelere karşı bir tutuma sahip oldukları gibi kendi benliklerine karşı da bir tutuma sahiptirler.[27] Kişinin kendisine karşı olumlu ve olumsuz tutumlarının toplamından oluşan benlik saygısı sosyal yeterlilik, kişisel değer ve beden algısının bileşiminden oluşmaktadır. Bu özellikler her birey için farklı öneme sahiptir. Benlik hakkında bir yargıya varmak için kişinin özelliklerini gerçekte nasıl değerlendirdiğini belirlemek gerekir. Benlik saygısı kişinin kendisine karşı takındığı olumlu ve olumsuz tutumlardır.[27] Rosenberg, kendine değer biçiminde seçicilik, yorumlamada seçicilik, standartlarda seçicilik, kişilerarası seçicilik ve durumsal seçicilik olmak üzere benlik saygısının gelişmesini sağlayan beş tür psikolojik seçicilik mekanizmasından söz etmektedir.[27] Seçicilik yapılanmamış durumlarda ve seçeneklerin çok olduğu durumlarda olmak üzere iki koşul altında özgül işlev gösterir.

Coopersmith'e göre öz saygı, bireylerin sosyal, duygusal, bilişsel ve akademik yaşamlarını etkilemektedir.[28] Sağlıklı bir kişiliğin ön koşulu olan öz saygı, kişinin toplumun etkin [agent] bir üyesi olmasında önemli rol oynamaktadır. Yüksek öz saygı kişinin çevre ile ilişkilerinde daha etkili, hareketli, güvenli ve daha eylemli olmasını sağlamaktadır.[9] Ergenlikte, anababalar ve arkadaşlardan alınan sosyal destek benlik saygısının gelişiminde önemli rol oynamaktadır. Sosyal destek, ergenin olumsuz kişilik geliştirmesinde rol oynayabilecek kişilere karşı koruyucu bir etki yaratarak; ergenin kimliğini geliştirmesine yardımcı olmaktadır. Ergen, aile ve arkadaşlardan sağlanan destekle benlik saygısını geliştirir ve kendini güvende hisseder. Arkadaş desteğinin ergenin çevre üzerinde kontrol yeteneğini artırmada da etkili olduğu vurgulanmaktadır.[10]

Öz saygı eylemliliğin bir alt boyutu olarak ele alındığında, Cote çok yönlü yaklaşımında, öz saygının kişinin eylemliliğini yani özerk eylemde bulunabilme kapasitesini artıran dört değişkenden biri olduğunu öne sürmektedir.[19] Benlik saygısı kendini sevmeye, kendini kabul ve yeterlilik olmak üzere üç anlam taşımaktadır.[10] Aynı şekilde eylemli kişiliğe (agent personality) sahip bir birey, kendini kabul etmeye, kendini sevmeye ve kendi yeterliliğine inanma özelliklerine sahiptir. Bu özellikler, eylemli bireyin kendine ve yaşamına yön vermesinde anahtar rol üstlenmektedir.[19] Coopersmith'e göre öz saygı, kişinin toplumun etkin bir üyesi olmasında önemli rol oynamaktadır.[28] Bu tanımlara bakıldığında da öz saygı ile eylemlilik arasındaki ilişkiler görülmektedir. Eylemli bir birey, kendini değerli hissetmekte ve toplumda etkin bir

biçimde rol almaktadır. Yüksek öz saygı kişinin çevre ile ilişkilerinde daha etkili, hareketli, güvenli ve daha eylemli olmasını sağlamaktadır.[10]

İç Denetim Odağı (Internal Locus of Control)

Davranış bilimcilerinin en çok üzerinde durdukları kavramlardan biri kişiliktir. Kişilik, bir insanı başkalarından ayıran, bedensel, zihinsel ve ruhsal özelliklerin bütünü olarak değerlendirilmektedir. Literatür incelendiğinde denetim odağının da bir kişilik özelliği olarak ele alındığı ve farklı şekillerde tanımlandığı görülmektedir. Denetim odağı kavramı, bireyin inanç sistemi üzerine yoğunlaşmış olan Rotter tarafından ortaya atılmıştır.[29] Rotter, inanç sistemini kişilik ölçümünde bir boyut olarak görmüş ve bu boyutu denetim odağı olarak nitelmiştir. Rotter'a göre denetim odağı, bireylerin geçmiş yaşantılarındaki pekiştirici deneyimlerine dayalı olarak davranışlarının sonuçlarını kendi kontrollerine ya da şans ve kader gibi kendi dışlarındaki odakların kontrollerine bağlamaları sonucu oluşan bir özelliktir.[29] Geçmiş deneyimlerin sonucunda oluşan denetim odağının iç denetim odağı ve dış denetim odağı olmak üzere iki boyutu bulunmaktadır. Bireylerin sahip oldukları kişisel ve çevresel faktörlerin etkisi ile yaşamın ilk yıllarında denetim odağı oluşmaya başlamakta ve bu da kişinin gelişim süreci içinde içten denetim ve dıştan denetim olmak üzere iki boyutta şekillenmektedir.

Rotter, denetim odağını bireyin kendi hareketlerinin ve sonuçlarının kendisi tarafından ya da dış güçler tarafından etkileneceği inancının derecesi şeklinde tanımlamış ve bireylerin kişiliğini inanç sistemi doğrultusunda şekillenen içsel denetim odağı ve dışsal denetim odağı olarak boyutlara ayırmıştır. Denetim odağı, kişinin belli bir davranışını belli bir pekiştiricinin izleyeceğine dair ortaya çıkmış bir beklentinin kuvvetlenmesi/genellenmesi sonucunda oluşmaktadır. Birey kendi yaptığı bir davranışın olumlu ya da olumsuz pekiştirici ile sonuçlandığını algıladığında, o pekiştiricinin bu davranışı gelecekte de izleyeceğine ilişkin bir beklenti oluşturacaktır.[29] İç ve dış denetim odağı, kişilerin yaptığı eylemleri ve bunların sonuçları arasındaki ilişkileri algılama düzeyleriyle ilişkilidir. Bireylerin davranışlarının sonucunda elde ettikleri geribildirim bireyin kendi davranışlarının sonucu oluştuğuna dair genel beklenti eğilimi içten denetim odağını ve geribildirim kişinin kendi kontrolünün dışında, şans, talih ya da güçlü diğer insanlar (powerful others) tarafından oluştuğuna dair genel beklentisi ise dışsal denetim odağını belirlediği ifade edilmektedir.[30]

Literatürde iç denetim ve dış denetim odağına sahip bireyler için farklı özellikler betimlenmektedir. Rotter'a göre iç denetim odağına sahip bireyler

yaptıkları işin yeteneğe ve çabaya dayalı yönlerine önem vererek, başarılarını kendi davranışlarına bağlamakta; dış denetim odağına sahip bireyler ise koşullar, işin güçlüğü gibi etkenlere önem vererek, özellikle başarısızlıklarının nedenlerini bu etmenler olarak algılamaktadırlar.[29] İç denetim odaklı insanların dış denetimli insanlara göre kendi hedeflerini gerçekleştirmede, çevresindeki fırsatlara karşı daha dikkatli olduğu; çevresini geliştirmek için daha çok eylemlere giriştiği; başarmak için uğraş vermeye daha çok vurgu yaptığı; kendi becerilerini geliştirmeye daha eğilimli olduğu; daha çok soru sorduğu ve daha çok bilgiyi hatırladığı vurgulanmaktadır.

İç denetim odağına sahip bireylerin daha başarılı oldukları, özellikle yarışma ortamında daha üstün başarı gösterdikleri, toplumsal olaylarda aktif (agent) olduklarını, olumsuz etkilere daha fazla direndikleri, kişisel özgürlüklerinin sınırlandırılmasına güçlü bir tepki gösterdikleri, öz saygı ve öz güveni yüksek, bağımsız bir kişilik yapısı gösterdikleri ve daha uyumlu davranışlara sahip oldukları belirtilmektedir.[29] Buna karşın, dış denetim odağına sahip bireylerin çevre üzerinde kontrollerinin olmadığına inandıkları ve olayları denetleyemeyecekleri, sonucu etkileyemeyecekleri kanısından dolayı kaygılı ve kuşkucu oldukları ifade edilmektedir. Ayrıca, dış denetim odağına sahip bireylerin hem kendilerine hem de başkalarına daha az güvenen, kendini tanımada yetersiz, toplumsal kabul ihtiyaçları az olan, saldırgan tutumlar sergileyen ve daha çok savunma mekanizmaları kullanan bireyler oldukları ifade edilmektedir.[30] İç denetim odağı eylemliliğinin bir alt boyutu olarak ele alındığında sadece iç denetim odağı önem kazanmaktadır. Cote çok yönlü yaklaşımında, iç denetim odağının kişinin eylemliliğini yani özerk eylemde bulunabilme kapasitesini artıran dört değişkenden biri olduğunu öne sürmektedir.[19] İç denetim odağına sahip bireyler, davranışlarının nedenleri olarak kendilerini görmektedirler. Aynı şekilde eylemli kişiliğe sahip bir birey kendi sorumluluğunu almakta ve başına gelenlerin kendi yapıp ettikleri yüzünden olduğunu bilmektedir.[19]

Yaşam Amaçları (Purpose in Life)

Yaşam amaçları kavramının, kökeni felsefe (Frankl) ve psikolojiye (Maslow, Rogers, Jung, Allport, Erikson, Buhler, Neugarten ve Jahoda) dayanmaktadır.[31] Frankl'in bireyin amaç ararken psikolojik olarak engellenme duygusu yaşamayı görüşüne dayanarak Crumbaugh ve Maholick yaşam amaçları kavramını ortaya atmıştır.[32]

Yalom yaşam amaçlarının olmamasının psikopatoloji ile ilişkili olduğunu bulmuştur.[33] Ayrıca Yalom, yaşama olumlu anlam yükleme ile anababa

tutumları, dindarlık, bir gruba üye olma, nedensellik, yaşamdaki değerler ve açık hedefler arasında olumlu ilişki olduğunu öne sürmektedir. Lazarus, yaşam amaçları ve kişisel anlamın stresle başa çıkma sürecini etkilediği tespitini yapmıştır.[34] Antonovsky'nin anlam duygusu kavramının, "anamlılık" adı verilen bir boyutu vardır. Anamlılık, yaşam amaçlarının en önemli ögesidir ve zorlayıcı durumlarla başa çıkma konusunda işlev görmektedir.[35] Ryff psikolojik iyi oluşu açıkladığı kuramında, psikolojik iyi oluşun (psychological well being) altı öğeden oluştuğunu ve bunlardan birinin de yaşam amaçları olduğunu vurgulamıştır.[31] Psikolojik iyi oluş, yaşamda baş etmeyi, bireyin anlamlı hedefler belirleyip bu hedeflere ulaşmasını, büyümesini ve gelişmesini içermektedir. Psikolojik iyi oluş, yaşamdaki güçlükler karşısında bireyin uyumdur. Psikolojik iyi oluşta mutluluk bir hedef olmaktan çok, iyi yaşanan bir yaşamın ürünüdür.[31] Öznel iyi oluş durumunda ise, bireyin iyi oluşunun yüksek olabilmesi için bireyin haz veren deneyimlerinin haz vermeyen deneyimlerinden daha fazla olması ve bireyin yaşamının pek çok alanından doyum alıyor olması gerekmektedir. Yetişkin gelişimi ve olgunlaşma kuramları da yaşam amaçlarına değinmektedirler. Özellikle olgunlaşmanın tanımına bakıldığında, yaşam amaçları kavramı dikkati çekmektedir.

İnsanların yaşamlarında olumlu olayların olması onların yaşam amaçlarına olumlu katkılar sağlar. Bu noktada, aile ve arkadaşlarla olumlu ilişkiler içerisinde bulunmak, haz veren yiyecekleri tatmak ve içmek, cinsellik ve başarı deneyimleri bireylerin yaşam amaçlarını etkileyen önemli faktörler olmuştur. Yapılan araştırmalar, mutlu bireylerin yaşam olaylarına anlam verdikleri, mutluluklarını sağlamak ve sürdürmek için çaba gösterdikleri ve kendilerini olumlu olarak değerlendirdikleri sonucuna varılmıştır. Mutsuz bireylerin yaşam olaylarını mutsuzluklarını pekiştirecek şekilde yorumladıkları ve kendilerini olumsuz olarak değerlendirdikleri görülmüştür.[36] Yüksek düzeyde benlik gücü, kişinin daha büyük kişisel ve ekonomik kazanç elde etmesini sağlayan daha zorlu görevleri üstlenmesine yardımcı olur ve bireyin yaşamında daha büyük bir amaç hissine sahip olması, kişinin yüksek düzeyde kişisel ve mesleki hedeflerine ulaşma olasılığını artırarak uzun vadeli planlamayı kolaylaştırır. Yaşam amaçları eylemliliğin bir alt boyutu olarak ele alındığında, Cote yaşam amaçlarının kişinin eylemliliğini yani özerk eylemde bulunabilme kapasitesini artıran dört değişkenden biri olduğunu öne sürmüştür.[19] Yaşam amacı kavramı, bireyin yaşamdaki kısa ve uzun süreli hedeflerine işaret etmektedir.[31] Benzer şekilde eylemli kişiliğe sahip bir birey, yaşamını anlama, yönetme ve aldığı kararları uygulama, hedef belirleme ve bunları gerçekleştirmek için eyleme geçme gibi özelliklere sahiptir. Bu özellikler, eylemli bireyin ken-

dine ve yaşamına yön vermesinde anahtar rol üstlenmektedir.[19] Bu tanımlara bakıldığında da yaşam amaçları ile eylemlilik arasındaki ilişkiler görülmektedir. Yaşam amaçları olan bir birey, yaşamda ve ilişkilerinde daha etkin ve daha eylemlidir.[10]

Eylemlilikle İlgili Bazı Çalışmalar

Literatürde, eylemliliği ölçmek için en çok kullanılan ölçek Cote tarafından geliştirilmiş olan Çok-Yönlü Eylemlilik Ölçeği'dir (The Multi-Measure Agent Personality Scale).[9,10] Bu ölçek; benlik saygısını ölçen 5 madde, yaşam amaçlarını ölçen 5 madde, iç denetim odağını ölçen 5 madde ve özyeterliliği ölçen 5 maddeden ve dört alt faktörden oluşan 5 dereceli likert tipi bir ölçektir. Maddeler "tamamen katılıyorum"dan (5 puan), "tamamen katılmıyorum"a (1 puan) doğru sıralanan 5 dereceli bir değerlendirme ölçeği üzerinde işaretlenmektedir. Her bir alt ölçekten alınabilecek puanlar 5 ile 25 arasında değişmektedir. Öz saygı alt ölçeği için "Kendi hakkımdaki düşüncelerim olumsuzdur"; yaşam amacı için "Kişisel varlığım anlamlı ve amaçlıdır"; iç denetim odağı için "Başıma gelenlerden ben sorumluyum" ve son olarak öz-yeterlilik için "Güçlü bir iradem var" maddeleri örnek olarak gösterilebilir. Ölçekte puanlama yapılırken toplam puan dikkate alınmaktadır. Ölçekten yüksek puan almak özerk eylemde bulunmayı, düşük puan almak ise özerk eylemde bulunmamayı ifade etmektedir. Yapılan çalışmalarda, ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik değerleri yüksek bulunmuş ve eylemliliği ölçmek için ruh sağlığı çalışmalarında kullanılabileceği önerilmiştir.[6,9,10]

Ölçeğin Türk kültürüne uyarlaması Atak tarafından yapılmıştır.[37] Çeviri işleminin ardından, yapı geçerliğini belirlemek için açımlayıcı faktör analizi, doğrulayıcı faktör analizi ve ikinci düzey (second-order) doğrulayıcı faktör analizi; güvenilirliğini belirlemek için iç tutarlılık (Cronbach alfa) ve test-tekrar test yöntemi kullanılmıştır. Açımlayıcı faktör analizi sonucunda varyansın önemli bir yüzdesini (%57.43) açıklayan 15 madde ve 4 faktör bulunmuştur. Faktörler orijinal ölçekteki gibi benlik saygısı, yaşam amaçları, öz-yeterlilik ve iç denetim odağı olarak adlandırılmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda yüksek path katsayıları (0.41 ile 0.77 arasında) ve oldukça yüksek uyum iyiliği katsayıları elde edilmiştir. Faktör-ölçek ilişkisini ortaya koyan ikinci düzey doğrulayıcı faktör analizi sonucunda da benzer sonuçlar elde edilmiştir. Ayrıca, güvenilirlik çalışmasında iç tutarlılık ve test-tekrar test güvenilirlik katsayıları oldukça yüksek bulunmuştur. Sonuçta, bu ölçeğin Türk kültüründe eylemliliği ölçmek için kullanılabileceği sonucuna varılmıştır.[37,38] Hem yurtdışında

hem de Türkiye’de bu ölçek kullanılarak yapılan eylemlilik çalışmaları bulunmaktadır.

Eylemlilikle ilgili literatür ele alındığında; eylemlilik konusunda sadece birkaç çalışma yapıldığı dikkati çekmektedir.[6,10,19,20] Cote üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada, öz saygı, öz-yeterlilik, iç denetim odağı ve yaşam amaçlarından oluşan eylemlilik düzeyi ile çeşitli değişkenlerin ilişkisini incelemiştir.[19] Araştırma sonuçlarına göre, eylemlilik cinsiyet, yaş ve ailenin sosyoekonomik düzeyi ile ilişkili bulunmamıştır. Cote bir başka çalışmada, eylemlilikle kendilik-algısı ve yetişkinliğe geçiş arasındaki ilişkiyi incelemiştir.[10] Bu çalışmada, üniversite giderlerini kendileri karşılayan bireylerin, aileleri karşılayan bireylere göre kendilik algıları ve yetişkin toplumuyla bütünleşmeleri konusunda daha avantajlı olduklarını ve yetişkinliğe daha sağlıklı geçtikleri bulunmuştur.

Cote ve Schwartz, farklı etnik gruplardan olan katılımcılarla yaptıkları çalışmada kimlik biçimlenmesi ile eylemlilik arasındaki ilişkiyi incelemişler, ve araştırmada eylemlilikle keşif/esnek bağlanma arasında pozitif, kaçınma ile negatif ilişki bulunduğunu ve eylemlilikle ipotek/uyma arasında ilişki olmadığını bulmuşlardır.[20] Araştırma sonucunda eylemlilik arttıkça kimlik biçimlenmesinin daha sağlıklı olacağı sonucuna ulaşılmıştır. Benzer biçimde Schwartz ve arkadaşları,[6] eylemlilikle kimlik biçimlenmesi arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında eylemlilikle keşif/esnek bağlanma arasında pozitif, kaçınma ile negatif ilişki ve ipotek/uyma arasında ilişki olmadığı sonucuna varmışlardır. Araştırmada eylemlilik arttıkça kimlik biçimlenmesinin daha sağlıklı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Türkiye’de ise Atak anababaya bağlanma, kimlik biçimlenmesi ile eylemlilik arasındaki ilişkiyi incelemiştir.[37] Çalışmada, eylemlilikle keşif/esnek bağlanma arasında pozitif ilişki bulunurken; eylemlilikle ipotek/uyma arasında ve kaçınma ile eylemlilik arasında negatif ilişki bulunmuştur. Araştırma sonucunda eylemlilik arttıkça kimlik biçimlenmesinin daha sağlıklı olacağı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca, anneye sağlıklı bağlanma ile keşif/esnek bağlanma arasında pozitif ilişki bulunurken; ipotek/uyma ve kaçınma ile negatif ilişki bulunmuştur. Atak bir diğer araştırmasında, yetişkinliğe geçiş döneminde eylemlilik düzeylerinin çeşitli demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemiştir.[38] Sonuçlar eylemliliğin, eğitim durumuna, cinsiyete, iş durumuna ve üniversite eğitimi alıp almama durumuna göre farklılaştığını ve yaşa, ailenin gelirine, medeni duruma, sosyoekonomik düzeye ve anababa olma durumuna göre farklılaşmadığını göstermiştir.

Eylemlilik ve kimlik arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalara bakıldığında, araştırma sonuçlarının birbiriyle uyumlu olduğu ve eylemliliğin kimlik biçimlenmesiyle ilişkili bir değişken olduğu söylenebilir. Ayrıca literatüre bakıldığında, eylemliliğin derecesinin bireyleşme sürecinin yönünü belirlediği görülmektedir.[19,20] Bu bağlamda ayrılma ve bireyleşme kavramından ve bireyleşme türlerinden söz etmekte yarar vardır.

Kişisel Eylemlilik ve Bireyleşme Türleri

Bireyleşme Süreci

İnsanın bireyleşme sürecinde eylemlilik ya da kişinin özerk eylemde bulunması önemlidir ve bireyleşmenin yönünü belirleyen önemli değişkenlerden biri de eylemliliktir.[10] Eylemliliğin derecesi, bireyleşmenin yönünü belirlemektedir ve yüksek eylemlilik gelişimsel bireyleşmeye (developmental individualization), düşük eylemlilik ise varsayılan bireyleşmeye (default individualization) neden olmaktadır.[19] Bu bölümde ilk olarak ayrılma ve bireyleşme kuramlarından söz edilmiş, ardından gelişimsel ve varsayılan bireyleşmeye odaklanılmıştır.

İnsanın psikolojik gelişimindeki önemli dönüm noktalarından biri olan birinci ayrılma ve bireyleşme kavramını psikoloji literatürüne Mahler önermiştir. Bu iki kavram, gelişim psikolojisindeki bazı psikodinamik kuramlarda özerklik ve bağımsızlık gelişimini açıklamak için kullanılan kavramlardır.[39] Mahler'in kuramının temel varsayımı yenidoğanın dış dünyaya göre ayarlanmadan doğduğu, yani insan yavrusunun biyolojik doğumu ile bireyin psikolojik doğumunun çakışmadığıdır. Mahler, gelişim sürecinde çocuğun, kendi isteklerinin farkına varışıyla birlikte, ilk iki yıl içinde ilk bireysellik duygusunun oluştuğunu ifade etmektedir. Bu durum, birinci ayrılma ve bireyselleşme krizi olarak tanımlanmaktadır. Bu süreçte, anne bir dış benlik gibi işlev görür. Bakım ve ilgisi yeni doğanı iç ve dış uyaranlardan korur. Bir yandan da annenin varlığı bedensel algıların yavaş yavaş dışarıya yönelmesine yardımcı olur. Böylece, çocuk dış dünyayı giderek daha çok fark eder. Ben ile ben olmayan henüz ayrılaşmamıştır. Ancak, içerisi ile dışarısının farklı olduğu sezilmeye başlanmıştır. Zamanla çocuk haz verici- iyi olanla acı verici - kötü olanı ayırt etmeye başlar. Mahler'e göre, ayrılma bireyleşme "kimlik duygusunun" gelişmesi ve sürdürülmesi için önemli bir önkoşuldur.[40]

Blos, Mahler'in ayrılma-bireyselleşme kavramlarından hareketle, ergenlikte bireyleşme kavramını önermiştir.[2,9,19] Ergenlik döneminde bu zorlu kriz bir kez daha yaşanır. Bireyleşmenin sağlanabilmesi, kalıcı bir kimlik duygusu-

nun oluşumu ve bağımsız bir birey olarak aile ve aile dışı sevgi nesnelileriyle olgun ve sağlıklı ilişkiler kurulabilmesi için, bu ikinci bireyleşme krizinin ergenlikte de başarılması gerekmektedir.[19] Ergenin birey olabilmesi için çocukluğun bağımlılığından vazgeçmesi ve anababasından psikolojik olarak ayrılabilmesi gereklidir. Anababadan ayrılmayı başarabilmek, kimlik duygusunun oluşumunu ve sorumluluk alabilme becerisini geliştirir. Bu süreç, birincil sevgi nesnelere olan anababadan ayrılma ve vazgeçme ve aile dışında anababanın başka karşılıklarını bulma olmak üzere birbiriyle yakından ilişkili iki süreci içine alır. Vazgeçme, ergenin anababasını geçmişte ve şimdide otorite figürü konumuna koymaktan da vazgeçmesi anlamına gelir. İkinci bireyleşmenin en önemli noktası, erken çocuklukta şekillenmiş anababa tasarımlarının ölküleştirilmesinin bırakılmasıdır (deidealisation).[16] Bu da içselleştirilmiş anababa tasarımları ile olan bağın çözülmesi ile olanaklıdır. Ergenin kimliğini oluşturma, ruhsal ve duygusal olarak farklı bir kişi olma çabası başarılı bir olgunlaşma için gereklidir ve bunun için anababanın da desteği gerekir. Blos'a göre ergenler, anababaları ile olan ilişkilerindeki yetersiz özerklikten dolayı arkadaşlık ilişkilerine yönelmekte ve ana babalarıyla olan duygusal bağımlılıkları zayıflamaktadır.[26,37] Blos, arkadaş grubunun ergenlerin çatışmalarını çözmelerine ve ana-babalarına olan bağımlılıklarından kurtulmalarına hizmet eden bir işlevi olduğunu ifade etmektedir.[41] İkinci bireyselleşme krizi olarak adlandırdığı ana babadan ayrılık gelişimini açıklarken Blos, büyümekte olan bir kişinin kim olduğu ve ne yaptığı ile ilgili olarak giderek artan sorumluluklar yüklendiğini; dereceli olarak anne babasından özerk, onlarla rekabet eden ve onlardan ayrı olma gibi duygularla kendini ortaya koyan bir kişisel durum geliştiğini ve bütün bunların sonucunda ergenin, daha önce sahip olduğu ana-baba ve çocuk bağlarından daha ileri gittiğini ifade etmektedir.

Blos'un bakış açısını ayrıntılı bir şekilde genişleten Gold ve Douvan, özerklik ihtiyacının ergenin artık ailesinin hükmü altında olmama, yetişkinlik dünyasına yönelen bir hareketlilik içinde olma ve kendini ayarlamanın sorumluluğunu üzerine alma gibi toplumsal rol değişikliğine atfedileceğini belirtmişlerdir.[39] Mahler' in çocuk özerkliğinde ayrılma ve bireyselleşme kavramlarına dayalı olarak Hoffman, psikolojik ayrılma kavramını geliştirmiştir. Hoffman'a göre,[39] ergenlik boyunca psikolojik ayrılma süreci dört şekilde görülür:

1. İşlevsel bağımsızlık: Bireyin, ana babalarının yardımı olmaksızın kendi kişisel işlerini düzene koyabilme yeteneğidir.

2. Tutum bağımsızlığı: Ergenlerin, birbirleriyle ve ana babalarıyla tutumlar, değerler ve inançlar açısından farklılaşmalarıdır.
3. Duygusal bağımsızlık: Bireyin, ana babaları tarafından aşırı desteklenme gereksiniminden kurtulmasıdır.
4. Çatışma bağımsızlığı: Bireyin, ana babasına duyduğu aşırı kızgınlık ve suçluluk duygularından kurtulmasıdır.

Literatürde üçüncü bireyleşme sürecinden de söz edilmektedir.[37] Ayrılma ve bireyleşme süreci yaşam boyu sürer, çünkü her yeni bağımsızlaşma işlevi en azından bir nesne kaybı tehdidini beraberinde getirir. Colarusso'ya göre üçüncü bireyleşme benliğin olgunlaşması ve nesnelere ayrılması ile ortaya çıkan, yetişkinlikteki aralıksız olarak ortaya çıkan süreçtir. Settlege ise ayrılma bireyleşme sürecinin anneye sosyal bağ kurma ile başladığını, çocukluk çağının ve ergenliğin iyi bilinen ve yetişkinliğin daha az tanımlanmış evreleri boyunca sürdüğünü ve son ayrılma da kişinin kendi ölümü ile gerçekleştiğini belirtmiştir. Anababa olmak, üçüncü bireyleşmenin çekirdeğini oluşturur.[37,39] Her üç ayrılma-bireyleşme döneminde de ayrılmaya işaret eden özellik, bireyin özerk eylemde bulunmaya (eylemlerle bir biçimde davranmaya) başlamasıdır.[9] Özerk eylemde bulunmaya başlayan çocuk/ergen, anababasıyla kurduğu bağı koparmaya ve bireyleşmeye başlar.

Gelişimsel ve Varsayılan Bireyleşme (Developmental and Default Individualization)

Özellikle ikinci bireyleşme sürecinde kişinin özerk eylemde bulunma derecesi, bireyleşmenin yönünü belirlediği öngörülmektedir.[19] Yüksek eylemlilik gelişimsel bireyleşmeyle ilişkiliyken, düşük eylemlilik varsayılan bireyleşmeyle ilişkilidir.[10]

Bazı genç insanlar, tüketim toplumunun ve popüler kültürün sunduğu yaşam amaçlarını benimseyebilir; en son modayı taklit ederek, kendilerine sunulan var olan seçenekleri (default options) kullanırlar. Bu bireyleşme biçimi varsayılan bireyleşme (default individualization) olarak adlandırılmaktadır. Bu tür bireyleşme, yaşam sürecini dar ve belirli bir çevreyle sınırlandırmaya, bağımlılığa ve seçeneklerin kısıtlı olmasına dayanır. Bu yaşam biçimi bireye dayatılmış bir biçimdir ve burada kişinin çok sınırlı düzeyde çabası, yetkinliği ve eylemliliği söz konusudur.[9] Varsayılan bireyleşmede, bireyler iş ilişkilerinde, aile ilişkilerinde ve toplumda kurallara uymak zorundadırlar ve kendini kontrol ve topluma uyum yaşamın erken dönemlerinde ortaya çıkmaktadır. Bu tür bireyleşmede iyi-kötü ve doğru-yanlış kesin olarak belirlenmiştir; bek-

lentiler ve sorumluluklar nettir. Varsayılan bireyleşme genelde sanayileşmemiş toplumlarda görülen bir özelliktir ve kişilerarası farklılıklar toplum tarafından azaltılmakta ve bireysel farklılıkların sergilemesine olanak sunulmamaktadır.[5,6] Sanayileşmemiş toplumlarda çocuğun gereksinim duyduğu bilgilerin yetişkinler tarafından sunulması çocukluğun başlarında başlar ve yaşam süreci boyunca devam eder. Bu toplumlarda çocukların ve gençlerin çoğu, yetişkinlerin gözetimi ve denetimi altındadırlar. Bu durumlarda gençler, diğer bireylerle ilgilenmeyi yaşamın ilk yıllarında öğrenir ve çocukluğun başında başlayan bağımsızlık duygusuna ilişkin bilişsel etkinliklerde tüm bireyler birbirine benzer.[42] Birbirine bağımlılık ve başkalarına duyulan sorumluluk birden ortaya çıkmaz; zamanla oluşur ve bireyler aynı özelliklere göre yetiştirilirler. Varsayılan bireyleşme yaşayan bir kişi gerçekte kendini geliştirebilecek olanakları göz ardı etmiş olur.[9,10] Böyle bir yöntem, yetişkinliğe geçişte ve kimlik oluşturma sürecinde önemli olan ve kişiyi yetişkin yaşamına ve rollerine hazırlayan bazı konularda (evlilik, anababa olma, iş gibi) karar alma konusunda bireyleri hazırlıksız bırakmaktadır.[19]

Varsayılan bireyleşmeye alternatif olarak, genç insanlar bütün olanakları değerlendirdikleri bir yaşam biçimi benimseyebilir. Bu yaşam biçimi ya da bireyleşme yöntemi gelişimsel bireyleşme (developmental individualization) olarak adlandırılmaktadır.[9] Bu yöntem Evans ve Heinz'ın aktif bireyselleşme kavramında da olduğu gibi sürekli gelişime, büyümeye dayanan ve önceden planlanan bir yaşam biçimini içermektedir.[43] Gelişimsel bireyleşme, duygusal olarak anababalardan bağımsızlık ve özerk olma ve kişisel ilişkilerin özel olması ile belirgindir; ancak özerklik ve ilişkilerin özel olma başarısı, kişisel gelişim olaylarına da bağlıdır.[5,10] Bu bireyleşme türü, yaşam boyunca bireylere birçok seçeneğin sunulduğu ve bireylerin cesaretlendirildiği, bağımsızlığı vurgulayan değerlerin desteklendiği ve bireysellik ve kendini ifade etme gibi özelliklere verilen önemle belirgindir. Bu tür bireyleşmenin desteklendiği toplumlarda, beklentiler, sorumluluklar ve cezalar azdır. Bu tür bir bireyleşme bireysel farklılıkların ifadesine olanak tanımaktadır ve bireylerin birincil ilgi alanları kendileridir.[5] Gelişimsel bireyleşme bilişsel, mesleki ve psikolojik alanlarda gelişmeyi sağlayan fırsatları kullanmayı ve ulaşılabilir seçeneklerin keşfine ve denenmesine dayanan bir yaşam biçimini içermektedir. Gelişimsel bireyleşmede, bireylerin sorumluluk ve birbirine bağımlılık eylemleri farklılık gösterir.[10] Davranışsal olarak gelişimsel bireyleşme, kişisel kontrol ve toplumsal durumlara uyumla kendini gösterir. Gelişimsel bireyleşme, bireyin yeteneklerinin ve eylemlilik kapasitelerinin (agentive capabilities) aktif bir biçimde deneyimlenmesine işaret ettiği için, genç insanları yetişkin rollerine

hazırlayacak olan kararların alınmasına ve yetişkinliğe geçişte karşılaştıkları problemlerin çözülmesine yardım edebilmektedir. Gelişimsel bireyleşmede bireyler, yüksek düzeyde umursamaz davranışlar gösterebilirler. Bireye pek çok seçenek sunulmaktadır ve bireyden beklenen uyum için toplumsal baskı düşüktür.[9,10]

Genel olarak, gelişimsel bireyleşmede bireyler bir yandan daha yaratıcı, bağımsız ve özerk iken diğer yandan yüksek düzeyde yalnızlık yaşamakta, toplumsal sorunlar artmakta ve toplumsal ve bireysel karışıklıklar ortaya çıkmaktadır. Varsayılan bireyleşmede ise, bireylerde daha güçlü bir toplulukçu kimlik vardır.[10] Literatürde, bireyleşme türlerinin varlığını ve bazı değişkenlerle ilişkisini inceleyen çalışmalar yapılmıştır.

Eylemlilik Temelli Bireyleşme Çalışmaları

Schwartz ve arkadaşlarının yürüttüğü ve yetişkinliğe geçiş döneminde bireyleşme türlerinin varlığını inceledikleri bir çalışmada, örneklem grubuna farklı etnik gruplardan 332 birey dahil edilmiştir.[6] Hiyerarşik küme analizi sonuçlarına göre, yetişkinliğe geçiş yıllarında her iki bireyleşme türünün de olduğu görülmüştür. Grubun çoğunun gelişimsel bireyleşme grubunda yer aldığı ve bireyleşme türünün etnik kökene göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Kroger, 140 ergenle yaptığı çalışmada ego kimlik statülerinin altında yatan intrapsişik (intrapsychic) yapıları ayrılma-bireyleşme örüntüsünü dikkate alarak incelemiştir.[44] Araştırma sonuçlarına göre, başarılı ve askıya alınmış gibi istendik kimlik statüleri ile bireyleşme süreci arasında pozitif, ipotekli ve dağınık kimlik statüleri ile negatif ilişki bulunmuştur. Cote ve Schwartz ise kimlik biçimlenmesinin bireyleşme türlerine göre farklılaştığını ortaya koymuştur.[20] Gelişimsel bireyleşme ile sağlıklı kimlik biçimlenmesi (başarılı kimlik= arasında pozitif, sağlıksız kimlik biçimlenmesi (kaçınma gibi) ile negatif ilişki bulunmuştur. Ayrıca, varsayılan bireyleşme ile başarılı kimlik arasında negatif, kaçınma ile pozitif ilişki bulunmuştur.

Eylemlilik ve kimlik biçimlenmesini incelediği bir çalışmada aynı zamanda bireyleşme türleri ile kimlik biçimlenmesi arasındaki ilişki de incelenmiştir.[6] Bu çalışmada kimlik biçimlenmesinin bireyleşme türlerine göre farklılaştığı, gelişimsel bireyleşme ile keşif/esnek bağlanma arasında pozitif, kaçınma ile negatif ilişki bulunduğu, ancak gelişimsel bireyleşme ile ipotek/uyuma arasında ilişki bulunmadığı saptanmıştır. Ek olarak, varsayılan bireyleşme ile keşif/esnek bağlanma arasında negatif, kaçınma ile pozitif ilişki bulunmuştur.

Türkiye’de bireyleşme türleriyle ilgili literatür incelendiğinde, bu konudaki çalışmaların henüz çok az sayıda olduğu görülmektedir. As sayıda çalışmanın birinde Atak, yetişkinliğe geçiş döneminde bireyleşme türlerinin varlığını incelemiş, ve biri gelişimsel bireyleşmeyi, diğeri varsayılan bireyleşmeyi temsil eden iki grup olduğu ve grubun çoğunluğunun varsayılan bireyleşme grubunda olduğu bulunmuştur.[37] Ayrıca, bireyleşme türlerinin çeşitli değişkenlere göre dağılımı ele alınmış, bireyleşmenin yaşa göre farklılaştığı ve 18-19 ve 20-24 yaş grubundaki bireylerin çoğunun varsayılan bireyleşme grubunda yer aldığı ve 25-26 yaş grubundaki bireylerin çoğunun gelişimsel bireyleşme grubunda yer aldığı sonucuna varılmıştır. Genel olarak bireyleşme türlerinin yaş grupları arasında dağılımına bakıldığında; gelişimsel bireyleşmenin en çok 25-26 yaş arasında, varsayılan bireyleşmenin ise en çok 20-24 yaş arasında olduğu gözlenmiştir. Bireyleşme türleri ile cinsiyete arasındaki ilişki değerlendirildiğinde; hem kadınların hem de erkeklerin çoğunluğunun varsayılan bireyleşme grubunda yer aldığı görülmüştür. Üniversite öğrencisi olmayan bireylerin çoğunluğunun gelişimsel bireyleşme grubunda yer aldığı ve üniversite öğrencilerinin çoğunluğunun varsayılan bireyleşme grubunda yer aldığı ortaya çıkmıştır. Ayrıca, kimlik biçimlenmesinin bireyleşme türlerine göre farklılaştığı ve gelişimsel bireyleşme ile keşif/esnek bağlanma arasında pozitif, kaçınma ile negatif ilişki bulunmuşken; varsayılan bireyleşme ile keşif/esnek bağlanma arasında negatif, kaçınma ile pozitif ilişki bulunmuştur.

Literatürde bireyleşme türleri ile ilgili çalışmalara bakıldığında, genelde bireyleşme türleri ile kimlik biçimlenmesi ilişkisinin çalışıldığı görülmektedir. Araştırma sonuçlarının birbiriyle uyumlu olduğu ve kimlik biçimlenmesinin bireyleşme türlerine göre farklılaştığı söylenebilir.

Sonuç

Eylemlilik, bireyin yaşamı ile ilgili önemli kararları vermede konusundaki psikososyal yetenekleri ve bilişsel kapasitesini içerir.[9,19] Eylemlilik bireyin kendinde var olan ve davranışlarına yön veren içsel güçlerdir ve eylemli kişilik, benlik saygısı, yaşamda amaçlılık, içsel kontrol odağına sahip olma ve öz-yeterlilik (self-efficacy) olmak üzere dört psikolojik özelliğin bileşiminden oluşan üst bir psikolojik yapıdır.[19] Bu özelliklere sahip bir bireyin eylemli kişiliğe sahip olduğu ve eylemliliğin bireye yaşamda karşılaşılabileceği sosyal, mesleki, duygusal ve kişisel sorunlarla uygun bilişsel yollarla başa çıkmada önemli bir benlik gücü sağladığı da vurgulanmaktadır.[45] Eylemlilik, en genel anlamıyla bir bireyin kendi gelişiminde aktif olarak rol almasını, kendi

seçimlerini yapmasını ve bu seçimlerin sonuçlarını kabul etmesini içeren bir kavramdır. Bu bağlamda, eylemliliğin bireyci Batı toplumlarında desteklenen bir özellik olduğu söylenebilir.

Eylemlilikle ilgili olarak literatürde nispeten az çalışma olması ve eylemliliğin sadece kimlik biçimlenmesiyle ilişkisinin çalışılmasının nedenleri, Erikson'un sağlıklı kimlik biçimlenmesi için eylemliliğin önemini vurgulamış olması ve eylemliliğin yeni çalışılmaya başlanmış olması olabilir. İlerleyen yıllarda, eylemlilikle diğer demografik ve psikolojik değişkenlerin ilişkisinin çalışılacağı öngörülebilir.

Ergenlikten yetişkinliğe geçişte bireylerden beklenen en temel görevlerden biri de istendik kimlik biçimlenmesidir. Sağlıklı kimlik biçimlenmesi için, bireylerin bağımsız yaşantıları deneyimlemesi ve kendi başlarına davranabilmesi gerekmektedir. Başka bir ifade ile daha fazla eylemlilik daha sağlıklı bir kimlik biçimlenmesini doğurabilirken, daha az eylemlilik daha sağlıklı (kaçınma, norm yönelimli gibi) kimlik biçimlenmesine katkıda bulunabilmektedir. Eylemliliğin derecesi bireyleşmenin yönünü de belirleyebilmektedir. Ayrıca, literatüre bakıldığında yüksek eylemlilikle gelişimsel bireyleşme, düşük eylemlilikle varsayılan bireyleşmenin ilişkili olduğu sonucu çıkarılabilir.

Türkiye'deki eylemlilik ve bireyleşme ile ilgili olarak çok az sayıda araştırmanın ya da derlemenin yapıldığı ve yapılan araştırmaların tamamının yetişkinliğe geçiş sürecinde olan bireylerle yürütüldüğü görülmektedir.[37,38,45,46] İleriki çalışmaların, ergenlik dönemine odaklanması, ergenler ile yetişkinliğe geçiş sürecinde olan bireyleri ve yetişkinleri karşılaştıran çalışmalarla eylemlilik düzeyinin gelişimsel olarak incelenmesi uygun olacaktır. Ayrıca Türkiye'de yapılacak ruh sağlığı çalışmalarında, yeni bir değişken olarak eylemlilik ve bireyleşme türlerinin dikkate alınması bireylerin daha iyi anlaşılıp değerlendirilmesine katkıda bulunacaktır.

Kaynaklar

1. Kağıtçıbaşı Ç. İnsan Aile Kültür. Ankara, Remzi Kitabevi, 1993.
2. Çok F. Ergenlik. Ankara, İmge Kitabevi, 2007.
3. Bandura A. Human agency in social cognitive theory. *Am Psychol* 1989; 44:1175-1184.
4. Emirbayer M, Mishe A. What is agency? *AJS* 1998; 103:962-1023.
5. Côté JE, Levine CG. Identity Formation, Agency, and Culture: A Social Psychological Synthesis. Mahwah, NJ, Lawrence Erlbaum, 2002.
6. Schwartz SJ, Côté JE, Arnett JJ. Identity and agency in emerging adulthood: Two developmental routes in the individualization process. *Youth Soc* 2005; 37:201-229.
7. Giddens A. Sosyal Teorinin Temel Problemleri. Ankara, Paradigma Yayınları, 2005.

8. Erikson EH. *Identity: Youth and Crisis*. New York, W.W. Norton, 1968.
9. Côté JE. *Arrested Adulthood: The Changing Nature of Maturity and Identity*. New York, New York University Press, 2000.
10. Côté JE. The role of identity capital in the transition to adulthood: The individualization thesis examined. *J Youth Stud* 2002; 5:117-134.
11. Giddens A. *The Constitution of Society: Outline of the Theory of Structuration*. Cambridge, Polity, 1984.
12. Layder D. *Understanding Social Theory*. London, Sage, 1994.
13. Dawe A. The two sociologies. *Br J Sociol* 1970; 21:207-218.
14. Giddens A. *New Rules of Sociological Method: A Positive Critique of Interpretive Sociologies*. London, Hutchinson, 1976.
15. Giddens A. *Central Problems in Social Theory: Action, Structure and Contradiction in Social Analysis*. London, Macmillan, 1979.
16. Bernstein RJ. Social theory as critique. In *Social Theory of Modern Societies: Anthony Giddens and His Critics* (Eds D Held, JBThompson):19-33. Cambridge, Cambridge University Press, 1989.
17. Thompson JB. The theory of structuration. In *Social Theory of Modern Societies: Anthony Giddens and His Critics* (Eds D Held, JB Thompson):56-76. Cambridge, Cambridge University Press, 1989.
18. Arthur N, Garvey G, Swan PL, Taylor S. Agency theory and 'management research: A comment. *Australian Journal of Management* 1993; 18:93-102.
19. Côté JE. An empirical test of the identity capital model. *J Adolesc* 1997; 20:577-597.
20. Côté JE, Schwartz SJ. Comparing psychological and sociological approaches to identity: Identity status, identity capital, and the individualization process. *J Adolesc* 2002; 25:571-586.
21. Bandura A. Self-efficacy mechanism in human agency. *Am Psychol* 1982; 37:122-147.
22. Bandura A. *Self-efficacy in Changing Societies*. New York, Cambridge University Press, 1995.
23. Schunk DH. Goal setting and self-efficacy during self-regulated learning. *Educ Psychol* 1990; 25:71-86.
24. Wigfield A, Eccles JS. Expectancy-value theory of achievement motivation. *Contemp Educ Psychol* 2000; 25:68-81.
25. Byrant RL. *The relationship between urban teachers' self efficacy beliefs and adequate yearly progress* (Doctoral Dissertation). Pennsylvania, Indiana University of Pennsylvania, 2007.
26. Arnett JJ. *Emerging Adulthood: The Winding Road From the Late Teens Through the Twenties*. New York, Oxford University Press, 2004.
27. Rosenberg M. *Conceiving the Self*. New York, Basic Books, 1979.
28. Coopersmith S. *The Antecedents of Self-Esteem*. San Fransisco, W.H. Freeman, 1974.
29. Rotter JB. Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychol Monogr* 1966; 80:1-28.

30. Mueller SL, Thomas AS. Culture and entrepreneurship potential: A nine country study of locus of control and innovativeness. *Journal of Business Venturing* 2001; 16:51-75.
31. Ryff CD. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *J Pers Soc Psychol* 1989; 57:1069-1081.
32. Crumbaugh JC, Maholick LT. An experimental study in existentialism: The psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis. *J Clin Psychol* 1964; 20:200-207.
33. Yalom ID. *Existential Psychotherapy*. New York, Basic Books, 1980.
34. Lazarus R. Toward better research on stress and coping. *Am Psychol* 2000; 55:665-673.
35. Seeman M. Alienation and anomie. In *Measures of Personality and Social Psychological Attitudes, Volume I* (Eds. JP Robinson, PR Shaver, LS Wrightsman):291-371. San Diego, CA, Academic Press, 1991.
36. Lyubomirsky S. Why are some people happier than others?: The role of cognitive and motivational processes in well-being. *Am Psychol* 2001; 56:239-249.
37. Atak H. Yetişkinliğe geçişte kimlik biçimlenmesi ve eylemlilik (agency): Bireyleşme sürecinde iki gelişimsel kaynak (Doktora Tezi). Ankara, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, 2010.
38. Atak H. Agency in emerging adulthood: A beginning study. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri* 2011 (Baskıda).
39. Noom M. *Adolescent Autonomy: Characteristic and Correlates*. Delft, Eburon, 1999.
40. Mahler M. *On Human Symbiosis and the Vicissitudes of Individuation*. New York, International Universities Press, 1968.
41. Steinberg L. *Adolescence*, 6th Ed. New York, McGraw Hill, 2002.
42. Arnett J, Taber S. Adolescence terminable and interminable: When does adolescence end? *J Youth Adolesc* 1994; 23: 517-537.
43. Evans K, Heinz WR. *Becoming Adults in England and Germany*. London, Anglo-German Foundation, 1994.
44. Kroger J. Separation-individuation and ego identity status in New Zealand university students. *J Youth Adolesc* 1985; 14:133-147.
45. Özdikmenli-Demir G. Üniversite öğrencilerinde kimlik gelişimi: Kimlik statülerinin sosyal sermaye ve kimlik sermayesi ile olan ilişkisi. *Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 2010; 34(2):1-10.
46. Atak H. Kimlik Gelişimi ve Kimlik Biçimlenmesi: Kuramsal Bir Değerlendirme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar* 2011; 3:163-213.

Yazışma Adresi/Correspondence: Hasan Atak, Ankara Numune Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Ankara, Turkey. E-mail: sternum_001@hotmail.com