

Benliğin İnşası

Gelişimsel ve Sosyokültürel Temeller

Susan Harter

Çeviri Editörleri:

Mehmet Kandemir

Caner Çetiner

İkinci Baskıdan Çeviri





Susan Harter

Çeviri Editörleri: Doç. Dr. Mehmet Kandemir - Dr. Caner Çetiner

BENLİĞİN İNŞASI
Gelişimsel ve Sosyokültürel Temeller

ISBN 978-605-318-562-8

DOI 10.14527/9786053185628

Kitabın orijinal adı: The Construction of the Self
Developmental and Sociocultural Foundations

Yazar: Susan Harter

Baskı sayısı: 2. Baskı

ISBN: 978-1-4625-0297-4

The Guilford Press

Kitap içeriğinin tüm sorumluluğu yazarlarına aittir.

© 2019, PEGEM AKADEMI

Bu kitabın basım, yayım ve satış hakları Pegem Akademi Yay. Eğt. Dan. Hizm. Tic. AŞ'ye aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri, kapak tasarımı; mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kayıt ya da başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz. Bu kitap T.C. Kültür ve Turizm Bakanlığı bandrolü ile satılmaktadır. Okuyucularımızın bandrolü olmayan kitaplar hakkında yayinevimize bilgi vermesini ve bandrolsüz yayınları satın almamasını diliyoruz.

Pegem Akademi Yayıncılık, 1998 yılından bugüne uluslararası düzeyde düzenli faaliyet yürüten **uluslararası akademik bir yayinevidir**. Yayımladığı kitaplar; Yükseköğretim Kurulu'nca tanınan yükseköğretim kurumlarının kataloglarında yer almaktadır. Dünyadaki en büyük çevrimiçi kamu erişim kataloğu olan **WorldCat** ve ayrıca Türkiye'de kurulan **Turcademy.com** ve **Pegemindeks.net** tarafından yayınları taranmaktadır, indekslenmektedir. Aynı alanda farklı yazarlara ait 1000'in üzerinde yayını bulunmaktadır. Pegem Akademi Yayınları ile ilgili detaylı bilgilere <http://pegem.net> adresinden ulaşılabilir.

I. Baskı: Aralık 2019, Ankara

Yayın-Proje: Özge Yüksek
Dizgi-Grafik Tasarım: Tuğba Kaplan
Kapak Tasarım: Pegem Akademi

Ay-bay Kırtasiye İnşaat Gıda Pazarlama ve Ticaret Limited Şirketi
Çetin Emeç Bulvarı 1314. Cadde No: 37A-B Çankaya/Ankara
0312 472 58 55

Yayıncı Sertifika No: 36306
Matbaa Sertifika No: 33365

İletişim

Karanfil 2 Sokak No: 45 Kızılay / ANKARA
Yayınevi: 0312 430 67 50 - 430 67 51
Dağıtım: 0312 434 54 24 - 434 54 08
Hazırlık Kursları: 0312 419 05 60
İnternet: www.pegem.net
E-ileti: pegem@pegem.net
WhatsApp Hattı: 0538 594 92 40

Yazar Hakkında

Susan Harter (PhD) Denver Üniversitesi'nde emekli, psikoloji profesörüdür. Benlik saygısı (öz saygı), çoklu benliklerin inşası, hatalı benlik davranışı, sınıf motivasyonu ve duygusal gelişime odaklanan araştırması Ulusal Çocuk Sağlığı ve İnsani Gelişim Enstitüsü ve W. T. Grant Foundation tarafından finanse edilmiştir. Çalışma ve araştırma alanları arasında toplumsal cinsiyet konusu da vardır. Son zamanlarda ise dikkatini okulda şiddet konusuna ve benlik sisteminin depresif ve intihar düşüncesine götürmedeki rolüne çevirmiştir. Sansasyonel okul saldırganlarının deneyimleriyle ortaya konan bu yeni alanda aşığılanmanın rolü, nedensel kökenleri ve intikam gibi davranışsal tepkiler incelenmektedir.

Dr. Harter'ın çalışmaları ABD'de ve başka ülkelerde yaygın biçimde kullanılan değerlendirme araçlarının geliştirilmesini sağlamıştır. Sayısız akademik makale ve kitap bölümü yayımlamıştır; Ulusal Ruh Sağlığı Enstitüsü'nde görev yapmıştır ve *Developmental Psychology*, *Child Development*, *Psychological Review*, *Psychological Bulletin*, *Development and Psychopathology* ve *The American Educational Research Journal* gibi dergilerin yayın kurulu üyesidir. Ayrıca, dünya çapında bir dizi kolok-yuma davetli konuşmacı olarak katılmıştır.

Dr. Harter çalışma alanında ulusal ve uluslararası çapta gösterdiği başarı ile Denver Üniversitesi'nden iki önemli ödül almıştır: 1990 yılında Yılın Öğretim Üyesi ödülü ve 1993 yılında John Evans Profesörlük Ödülü. Bu ödüllerden ikincisi Üniversite'nin öğretim üyelerine verebileceği en yüksek akademik ödüldür. İki ayrı yayında Dr. Harter dünyanın en iyi 50 gelişim psikoloğu arasında gösterilmiştir.

Sunuş

“Benlik” anlaşılması kolay bir kavram değildir. Gözlemlenebilir özellikleri yoktur ve ölçülmesi de zordur. Kişi “benliği” ölçtüğünü söyleyebildiğinde bile bu ölçümün ne anlama geldiğini söylemek genelde zordur. Tüm bu zorluklara ek olarak, benliğin bir dizi karakteristik özelliğe sahip olduğuna ve bunların da bir dizi süreci ve deneyimi tetiklediğine inanılır. Her ne kadar benliğin tam olarak ne olduğu konusunda uzlaşma çok az olsa da benliğin gerçek olduğu ve her birimizin içinde var olduğu konusunda neredeyse evrensel düzeyde bir uzlaşma mevcuttur.

“Benliğin İnşası”nın bu ikinci baskısında Susan Harter benlik gerçeğini netleştirmektedir. Harter bunu felsefe, psikoloji, kültürel çalışmalar ve tarih olmak üzere bir dizi farklı akademik alandan aldığı çeşitli fikir, bakış açısı ve bulgu içerisine yerleştirerek yapmaktadır. Bu alanların her biri, benliğin ne olduğuna, nasıl oluştuğuna ve nasıl işlev gördüğüne yönelik farklı bir bakış açısını da beraberinde getirmektedir. Kitapta, benliği oluşturan bileşenleri konu alan bir dizi ampirik literatürden yararlanılmakta ve bu bileşenlerdeki bir değişimin uyum ve huzuru nasıl etkilediği ele alınmaktadır. Belki de bu kitabın en önemli yönü, benliğin insan yaşamına nasıl uyum sağladığı hakkındaki temel soruları ele almasıdır. Benliğe ilişkin bir dizi ampirik literatürü dikkatli biçimde incelemesi ve kapsamlı biçimde betimlemesinin ötesinde, Harter bu kitabında belirli bir yerde, belirli bir zamanda bir kişi olma deneyimimize ilişkin anlayışımızı derinleştirmektedir. Aslında benliğin kendisi anlam yüklü bir yapı olduğundan benliği konu alan bir kitabın da bir kişinin hayatında işlevsel bir anlamın ne demek olduğunu ve bunu nasıl başardığını dikkatle incelemesi gerekir.

Harter buna benlikteki tarihsel değişimleri ele alarak başlamaktadır. Tarihin belirli anlarındaki öncül sosyal ve kültürel yapıların benliğin temel özelliklerini tanımlamada nasıl bir araya geldiğini göstermektedir. Benlik 18. ve 19. yüzyıldaki romantizm akımı süresince sevgi, kişilerarası sadakat ve tutku, doğanın gücü ve ahlaka dair düşüncelerden oluşmaktaydı. Oysa, rasyonel 21. yüzyıl modernizmi süresince benlik; öz yönlendirme, bireycilik, öz güven, özerklik ve bireysel güç gibi kavramlara dayanır hale gelmiştir. Ayrıca rasyonelliğe doğru odak kayması yaşanmıştır ve benlik hakkındaki iddiaların, bilimsel olarak doğrulanması ihtiyacı doğmuştur. Bu değişimler, benlik hakkındaki görüşlerin zamanın öncül kültürel ve siyasi görüşlerini nasıl yansıttığını açığa çıkarmaktadır. Çağdaş formüller ise çoklu benliklerin inşasında açığa çıkarılan daha bağlamlştırılmış bakış açılarının potansiyel bir endişe sebebi olduğu postmodern düşüncenin sonuçlarına odaklanmaktadır.

Harter ayrıca benliği gelişimsel bir bakış açısı içerisine koymaktadır. Benlik nasıl tarih içerisinde değişim gösterdiyse kişinin hayatı içerisinde de en azından birkaç benzer sebepten ötürü değişiklik gösterir. Harter benliğin, doğrudan deneyimin sonucu olmadığını bunun yerine kişinin bilişsel yeteneklerine dayanan birçok yapıcı süreçlerin ve bunların deneyim ve gelişimsel tarihle kesişiminin sonucu olduğunu iddia etmektedir. Bilişsel becerilerindeki kısıtlamalar sebebiyle küçük çocuklarda benlik kavramı çok dardır. Onlar genelde kendilerini fiziksel görünüş ve basit fiziksel beceriler gibi temel ve kolay gözlemlenebilir özelliklere göre düşünür (“Ben hızlı koşabilirim.” gibi). Ayrıca bir kişi olarak genel değerleri (evrensel benlik saygıları veya öz değerleri gibi) hakkında kapsamlı bir etki yaratmada da sıkıntı yaşarlar. Bu türde genel bir öz temsilin oluşturulması, belirli işlev alanlarındaki izlenimlerin üst-düzye bütünleştirilmesini gerektirir. Küçük çocuklarda belirli işlev alanları birbirinden açık biçimde ayrılmamıştır ve bu yüzden bütünleşmeye engeldir. Bilişsel becerileri söyleyişte kolaylığı da içeren yaşça büyük çocuklar ise deneyim alanları arasında dikkatli bir ayırım yapabilmekte ve bunları incelikli yollarla birleştirebilmektedir. Ayrıca kendilerini başkalarıyla daha iyi kıyaslayabilmekte ve daha geniş sosyal ve kültürel bağlamın özelliklerini ve dinamiklerini daha iyi anlayabilmektedir. Sonuç olarak onlar kendi sevdikleri ve sevmediklerinden başkalarıyla benzerliklerinden ve farklılıklarından oluşan daha zengin ve daha karmaşık bir benlik inşa edebilirler. Aynı öneme sahip olarak onların kişisel anlatı oluşturmadaki becerileri de onlara geçmiş, bugünü ve geleceği olan bir benlik inşa etmeleri imkânı sağlar.

Yaşça büyük çocuklar kendilerini başkalarıyla daha iyi kıyaslayabilmekte ve gözlemedikleri benzerliklerin ve farklılıkların etkilerini daha iyi anlayabilmektedir. Fakat sosyal karşılaştırma becerileri ise eğer kişi değerlendirme hiyerarşisinde daha alta olduğuna kanaat getirirse daha olumsuz algılara neden olabilir. Bu örnek, Harter’ın gelişimsel analizinin önemli bir katkısına vurgu yapmaktadır. Çocukluk ve ergenliğin her bir düzeyinde öz gelişimin normatif eksikliklerine işaret etmektedir. Harter, genelde geçiş dönemi eksikliği olan normatif eksiklikleri patolojik gösterimlerden ayrılmaktadır.

Benliğin güçlü biçimde bağlı olduğu yaşam dönemleri dile getirilecekse bunlar, ergenlik ve “beliren yetişkinlik”tir. Bu dönemde bir dizi değişiklik meydana gelir. Bunlar arasında soyut düşünme ve öz yansıtma içerisinde bulunma, kişilerarası ilişkilerde yakınlık düzeyinin artması ve kişilerin günlerini geçirdiği bağlamların artması vardır. Bu dönemdeki baskılar ise kişinin seçilen hedefleri, riske karşı savunmasızlık, kişinin kendini geleceğe yansıtması ve başkalarına karşı bağlılık dahil olmak üzere benliğin birçok yönünde çeşitli değişimlere neden olur. Yaşam süresinin bu dönemleri, hem tarihi romantik dönemin tutkulu özelliklerini hem

de modernizmin rasyonel yönlerini üstlenir. Harter'ın beliren yetişkinlik dönemi- nin benliğe ilişkin dinamiklerine dair bu betimlemesi (4. Bölüm) benim gelişimsel dönemlere ilişkin bugüne kadar okuduğum en iyi açıklamadır.

Benlik hakkındaki birçok soru, nihai olarak benliğin ne olduğuna geri gitmektedir. Benliğe ilişkin ısrarcı sorulardan biri otantiklikte ilgiliyken diğeri ise doğrulukla ilgilidir. Harter, benliğin bu zorlayıcı yönleriyle son bölümde boğuşmaktadır. Bu soruların üstünü çizmek kolaya kaçmak olurdu fakat o ısrarla üzerine gitmektedir. Kişi benliğin otantikliği ve doğruluğuyla neden ilgilenir ki! Herhalde benlik benliktir. Bunu büyütme ne gerek var. Fakat otantikliğin ve doğruluğun aslında büyütülmesi, önemsenmesi gereken konular olduğu zamanla ortaya çıkıyor. Otantikliğin önemi, birçok kişinin benlik hakkındaki rehberleri din ve güçlü kültürel öğeler gibi geleneksel kaynaklardan alamadığı günümüz modern çağında ortaya çıkmaktadır. Ayrıca, kişiler farklı bir dizi şart altında işlev görme ve bir dizi rol üstlenmeye eğilimli olduğundan benlikleri de ister istemez farklı hale gelir. Bu farklılaşma seviyesi bütünleşmeyi ve otantikliği daha zor hale getirir. Otantiklik hissinin iyi hal ile olumlu biçimde ilişkilendirildiği dikkate alındığında bütünleşik ve otantik benliğe ilişkin bu postmodern yoksunluk, postmodern dünyanın bir rahatsızlığı olabilir. Hatalı bir benliğe (nesnel göstergelerden farklı olan bir benlik gibi) sahip olmak da bir hastalık çeşidi olabilir. Bozulmaları olumlu olan kişiler (yani gerçekteki hallerinden daha iyi olduğunu düşünen kişiler) öfke, düşmanlık ve kızgınlık riski altındayken; bozulmaları olumsuz olan kişiler ise depresif duygu riski altında olurlar. Harter'ın bu konulara ilişkin zengin içerikli tartışması, yalnız benliğin temel özelliklerine değinmekle kalmayıp aynı zamanda hangi tür benliğin "en iyisi" olduğu sorusuna da değinmektedir.

Bu baskıda yeni olan iki bölüm, benliğin bağlamsal faktörlerle nasıl kesiştiğine ilişkin başka bakış açıları sunmaktadır. 8. Bölüm özellikle bunlar bireycilik ve toplulukçuluktaki bağlamsal farklılıklarla ilişkili olduğundan benlikteki kültürel değişimlere ilişkin kapsamlı bir tartışma sunmaktadır. Bu bölüm, benliğin bizim düşüncelerimizi, duygularımızı ve başkalarından beklentilerimizi yöneten ve deneyimlerimize anlam veren kültürel uygulamalarda derin kökünün olduğunu açıkça göstermektedir. Bireycilik ve toplulukçuluk kavramlarının klişe olacak kadar çok kullanıldığına ilişkin bazı iddialar olmasına rağmen bu bölüm, bunların bizim kim olduğumuza ve ne yaptığımıza dair hissimizle temel ilgisini göstermektedir. "Bizim ne yaptığımıza" vurgu yapılması, 7. Bölüm'deki benliğe ilişkin çeşitli temel süreçlerin başarı motivasyonunu ve sonuçlarını nasıl etkilediğine dair tartışmada da görülmektedir. Harter, benliğin akademik başarıyla ilişkilendirildiği çok seviyeli süreçlerin karmaşık doğasını betimlemekten kaçınmamaktadır.

Benlik konusu birçok dinleyiciyi ilgilendirdiğinden bu kitap, benlikteki kökenleri ve ontojenik değişimleri anlamak isteyen gelişim psikologları, kavramsal formüllerin ampirik çalışmalara nasıl karşı çıktığına ilişkin anlayışlarını geliştirmek isteyen felsefeciler, benliğin işlevsel dinamikleri ve yapısındaki gelişimsel bakış açısına ilgi duyan sosyal psikologlar; benlik süreçlerinin depresyon ve öfke gibi psikopatoloji türleriyle nasıl ilişkili olduğuyula ilgilenen klinik psikologlar ve ruh sağlığı uzmanları; benliğin sınıf motivasyonu ile nasıl ilişkili olduğuna ilgi duyan eğitimciler ve önceki kavramları düzeltmeye ilgi duyan kültürler arası psikologlar olmak üzere geniş bir okuyucu kitlesine hitap edecektir. Bu çok katmanlı akademik çalışma bu grupların her birine çok şey sunmakta ve tüm okuyucularına bir şey ifade etmektedir.

Belki de bu kitabın en etkileyici yönü nasıl konuştuğudur. Her kitabın bir sesi vardır ve bana göre bu ses doğrudan yazardan gelir. Ben bu kitabı okurken Susan Harter'ın benimle konuştuğunu duyabiliyorum. Gerçekten onun da odada benimle olduğunu, benlik ve buna ilişkin tüm bileşenler ve süreçler hakkında bana akademik bir ders verdiğini hissettim. Bu açıdan bakıldığında bu kitap, Susan'ın benliğe ve bu benliğin gelişimde yerinin nerede olduğu konusuna ilişkin yaptığı araştırmalarla geliştirdiği zengin ve üretici kariyerinin bir yansımasıdır.

WILLIAM M. BUKOWSKI, PhD

Concordia Üniversitesi, Psikoloji Bölümü,

Montreal, Quebec, Kanada

Ön Söz

Uzun tarihi boyunca benlik hem tanımı hem de belirleyicileri, bağları ve sonuçları açısından gelişmeye devam etmiştir. Bu kitabın 1999 yılındaki ilk baskısından bu yana bir dizi alanda benlik kavramlarının değişmesine ve genişlemesine şahit olundu: (1) Benliğe yönelik kuramsal yaklaşımlar, (2) “beliren yetişkinlik” gibi yeni gelişimsel evrelerin belirlenmesi (Arnett, 2000), (3) benlik süreçlerinin doğasını keşfetmede metodolojik ilerlemeler, (4) kişinin iç benliğinin (benlik saygısının) dış benliğiyle (fiziksel görünüm ve çekicilik algısıyla) nasıl yakından ilişkili olduğuna ilişkin sosyo-kültürel anlayış, (5) bizim psikopatoloji anlayışımızla ilgili olan öz dinamiklerin etkisine yönelik klinik önemiyet gösterilmesi, (6) sınıf ortamında ortaya çıkan benlik yapılarının eğitimle ilgili yönü ve (7) benliğin kavramsallaştırılmasında kültürler arası farklılıklara ilişkin anlayış.

Bu ikinci baskıda bu konular ele alınmaktadır. Beliren yetişkinlik dönemindeki öz süreçler, benlik saygısı ve algılanan görünüm, öz süreçler ve sınıftaki motivasyon, kültürler arası ve çok kültürlü hususlar, otantikliğe dayanan benliğin tekrar gözden geçirilmesi gibi konuları ele alan beş yeni bölüm eklenmiştir. Çocukluk dönemindeki öz süreçler, ergenlik dönemindeki öz süreçler ve öz bilinçli duyguları ele alan diğer üç bölüm ise gözden geçirilmiştir.

İkinci baskıda yinelenen bir konu ise Amerikalıların benliğe ilişkin duydukları ilgidir. Benliğe bu şekilde odaklanılması öz gelişim stratejilerine ilişkin yetişkin gösterimlerinde, kendi kendine hizmet eden ön-yargılarda, narsistik eğilimlerde ve hatalı benlik davranışlarında gözlemlenebilir. Çocukluk ve ergenlik dönemlerini ele alan gözden geçirilen bölümler, otantik benliğin gösteriminden ödün verilmesine neden olduğu iddia edilen bu davranışlar içinde bulunulmasına neden olan güdü ve becerilerin gelişimsel öncülerini incelemektedir.

Giriş bölümünden sonraki üç bölüm çocukluğa (2. Bölüm) ergenliğe (3. Bölüm) ve beliren yetişkinliğe (4. Bölüm) ilişkin gelişimsel konuları betimlemektedir. Çocukluğun üç alt bölümü (erken, orta ve geç) 2. Bölüm’de ve ergenlik ise 3. Bölüm’de ele alınmaktadır. Bu tür bir yaklaşım çocukluktan ergenliğe geçişi sadece iki monolitik gelişim evresi olarak gören geleneksel yaklaşımlardan farklıdır. Ayrıca, Arnett (2000) “beliren yetişkinlik” gibi ayrı bir dönemi tanımladığından beri yaşça büyük ergenlerin öz temsillerinin daha genç beliren yetişkinlik dönemindekilerden (18-25 yaş arası) ayrılması, kritik öneme sahip hale gelmiştir.

Çocukluk, ergenlik ve beliren yetişkinlik dönemindeki benlik üzerine olan bölümler üç farklı konuyu ele almaktadır: (1) Benliğin özelliklerinin normatif tanımları, (2) öz gelişimin normatif eksiklikleri ve (3) belirli bir evredeki bireysel farklılıkları yansıtan benlik gelişimine ilişkin patolojik gösterimler. Doğası gereği

daha geçici olan normatif eksikliklerle uzun sürmesi ve ciddi olması daha muhtemel olan patolojik süreçler arasında ayırım yapılabilmesi önemlidir.

2. ve 3. bölümün içerikleri çocukluk ve ergenlik döneminin üç alt evrelerinde keşfedilecek yedi farklı öz süreçlerdeki gelişimsel değişimleri ele alacak şekilde genişletilmiştir ve düzenlenmiştir: (1) Öz farkındalık (öz irade, öz süreklilik ve öz tutarlılık dâhil), (2) benmerkezcilik, (3) öz değerlendirmelerin doğruluğu, (4) evrensel benlik saygısı, (5) narsisim, (6) doğru benlik davranışına karşı hatalı benlik davranışı ve (7) öz gelişim stratejileri.

Bu baskıda yeni olan 4. Bölüm ise benlikle özellikle ilgili olan beliren yetişkinlik dönemine ait boyutlara değinmektedir. Bu evrenin, güçlü taahhütlerde bulunmadan önce kimliklerine ilişkin çeşitli keşifler yapma lüksüne sahip orta sınıf gençler için normatif olması daha fazla muhtemeldir. Böylece, bu gençler iş imkânlarını, sosyal ve yakın ilişkilerini ve benlik sistemlerini deneme fırsatı bulurlar. Sosyal sınıftaki ve kültürdeki farklılıklar bu evrenin evrensel düzeyde geçerli olması üzerine kuşku konulmaktadır ve beliren yetişkinlik dönemine ilişkin kavramlaştırmanın tekrar incelenmesini önermektedir.

Bu baskıda yeni olan 5. Bölüm'de algılanan görünümle evrensel benlik saygısı arasındaki ayrılmaz bağı incelemektedir. Bizim kendi araştırmamız tüm yaşam süresi boyunca (küçük çocukluktan yetişkinliğin son dönemlerine kadar) algılanan görünüm ve benlik saygısı arasında güçlü, olumlu ilişkilerin olduğunu açığa çıkarmaktadır. Buna ilişkin korelasyonlar .55 ile .80 arasında değişiklik göstermektedir ve bu değerler başka araştırmaların bulgularıyla tutarlıdır. Kişinin dış ve iç benliğine ilişkin algıları arasındaki bu güçlü ilişkinin temel nedeni, medya tarafından da gösterildiği üzere çekiciliğe ilişkin altın standartları temsil eden kültürel ikonlarda bulunabilir. Sinemalar, televizyon, internet ve dergilerin hepsi çekiciliğe ilişkin ulaşılamaz toplumsal standartlara bağlı kalmanın önemini çığırtağını yapmaktadır. Bu standartları karşılamada başarısız olmak, psikolojik olarak felç edici olabilir. Tarihsel açıdan bakıldığında, kadınlar bu kültürel mesajların hedefleri olagelmıştır fakat son zamanlarda çekiciliğe ilişkin çita, erkekler için de yükseltilmiştir. Benliklerini görünüş algıları üzerine temellendirdiğini kabul eden kişilerin düşük benlik saygısı, depresyon ve yeme bozukluğu davranışı gibi olumsuz sonuçları yaşaması daha muhtemeldir.

Öz bilinçli duygular konulu 6. Bölüm ilk baskıdan bu yana ciddi anlamda genişletilmiştir. Utanma ve suçluluğa ek olarak ikinci baskıda mahcubiyet ve aşağılanma da listeye eklenmiştir. Her gün okullarda ve çevrelerinde çocukların zorbalığa ve tacize uğraması gerçeğine rağmen özellikle aşağılanma, duygusallığa ilişkin ampirik literatürde neredeyse hiç ilgi çekmemiştir. Bu konuya ilişkin benim ilgim

12 sansasyonel okul saldırısına dair medya raporlarını incelememle başladı. Hepsi erkek, beyaz ve orta sınıftan olan okul saldırısı gerçekleştiren kişilerin geçmişleri, onların yalnız kronik zorbalık ve tacizden mustarip olmadıklarını aynı zamanda failerin elinde öz bilinçli aşağılanma duygusunu da yaşadıklarını göstermektedir. Aşağılanma da karşılık olarak intikam ve misilleme eylemlerini tetiklemiştir. Altı belirleyici ve ayırt edici boyutta utanma, suçluluk, mahcubiyet ve aşağılanma olmak üzere dört olumsuz öz bilinç duygusunu karşılaştırdım: (1) Her bir duygunun nedeni, (2) benliğe yönelik etkileri, (3) başkalarının rolü, (4) duygusal bağlar, (5) davranışlar ve tepkiler ve (6) uyumlayıcı işlevler. İlgili literatür, benlik ve toplumsal normları ihlal etme eğilimimizi gemleme konusunda olumsuz öz bilinç duygularına ihtiyaç duyduğumuza ilişkin sosyokültürel kaniya işaret etmektedir.

Bu baskıda yeni olan 7. Bölüm ise sınıftaki öz süreçlerin rolüne ve onların öğrenci motivasyonuna olan bağlantılarına odaklanmaktadır. Bulgular, okuldaki becerisine ilişkin olumsuz algıları olan kişilerin daima düşük düzeyde akademik motivasyon bildirdiğini tutarlı biçimde ortaya koymaktadır. Merak, keşfetme ve ustalıktan zevk gibi etkenlerle motive olan kişilerin becerilerine ilişkin daha olumlu algılar bildirmesi daha muhtemeldir. Eğitim sistemi, ortaokul ve liseye geçişle başlayarak okul dışı yaşama uyumunun daha fazla zayıflatılması konusunda eleştirilmiştir. Çabadan ziyade beceriye odaklanılması, notlara ve test sonuçlarına odaklanmayla güçlendirilmesi ve herkese açık sosyal karşılaştırmayla (notların aleni biçimde ilan edilmesi gibi) durumun daha da kötüleştirilmesi gibi eğitim uygulamaları yaygındır. Bunlar, akademik totemin en üstündekiler dışında tüm öğrencilerin motivasyonunu azaltarak ergenliğin normatif öz bilinçliliğiyle işbirliği içerisine girer.

Yine bu baskıda yeni olan 8. Bölüm ise benliğe ilişkin kültürler arası ve çok kültürlü yaklaşımları ele almaktadır. Bireyci ve toplulukçu kültürleri karşılaştıran önceki araştırmacıların ayrımlarıyla başlamaktadır. Böyle yaparak bu bölüm her bir kültürel oryantasyonun değer sistemlerini ilgili öz değerlerinden ayırmaktadır veya koparmaktadır - benliğin bağımsız inşasına karşı birbirine bağımlı inşası. Çoğu çağdaş kültürlerarası araştırmacı bu ayrımlar arasındaki çizgilerin çok keskin biçimde çizildiğini kabul etmektedir. Bu bölümde, bu konuları kuramsal, metodolojik ve ampirik bakış açılarından ele alan bir eleştiri sunulmaktadır. Bu durumda hâlâ güçlü kalan kültürlerarası farklılıklar vardır. Örneğin; Batı'nın bireyci kültürlerine hâkim olan öz gelişim stratejileri varken Doğu'nun toplulukçu kültürlerine hâkim olan daha kendini geride tutma eğilimleri vardır.

Çok kültürlülük kendi ülkesinden azınlık haline geldiği başka bir ülkeye (genelde ABD) göç eden kişilerin uyum sağlamasına değinmektedir. Azınlık haline gelmiş kişiler baskın kültürün getirdiklerini reddederek uyum sağlamaya çalışır-

lar. Farklı kültür uyumu biçimlerinin sonuçları, benliğe yönelik uyumları ve etkileri açısından farklılık göstermektedir. 8. Bölüm'de Amerikan değerlerinin ve öz yapılarının gerçekçi olmayan öz gelişim stratejileri ve kendi kendine hizmet eden önyargıları nasıl oluşturduğu ele alınmaktadır. Bunlar yalnız başkalarına karşı otantik bağlılığı engellemekle kalmayıp aynı zamanda benliğe yönelik olumsuz sonuçlarla sonunda geri de tepebilmektedir.

Yeni bir kapanış bölümü olan “Benliğin Yeniden Düşünülmesi: Otantiklik Arayışı” isimli 9. Bölüm ise önceki bölümlerden yararlanmaktadır. Çağdaş benliğin açıkça endişe kaynağı olduğunu önermektedir. Çocukluk, ergenlik ve beliren yetişkinlik dönemindeki öz gelişimi ele alan ilk bölümlerde incelenen materyallerin çoğunun benliğe yönelik olumsuz etkilerle (eksiklikler ve patolojik gösterimler) geçirilmesi buna yönelik bir ipucudur. Bir diğeri ise benliğin aslında bir lanet haline gelmesidir (bkz. Leary, 2004). Benliği abartılarla, kendi kendine hizmet eden önyargılarla ve narsisimle gerçekçi olmayan biçimde teşvik eden öz gelişimci stratejilerle ve benlikle aşırı meşgul olunması hep yükselmiştir. Bireyin sesleri artık uyumlu olmayan çoklu sosyal benlikler oluşturmasına yönelik çoğulcu talepler de vardır. İç-ruhsal stres, çatışma, kaos ve kafa karışıklığı 21. yüzyıl benliğinin postmodernist karakterini temsil etmektedir. Ayrıca, vatandaşların ve bizim öğrencilerimizin benliklerinin geliştirilmesinin birçok toplumsal yarayı kapatacağını iddia eden “benlik saygısı hareketi” kötü biçimde tökezlemiştir ve ciddi eleştiri almıştır. Büyük ölçüde bu çabaların başarısızlığı, onların bireylerin öz değerlendirmelerini gerçekçi olmayan biçimde şişirme çabalarından kaynaklanmaktadır. Bu da benliğe yönelik olumsuz sonuçlar doğurmaktadır. Bu çabalar, aynı zamanda kişinin benliğinin kaderini belirler hale gelen öz gelişim stratejilerinin ve kendi kendine hizmet eden önyargıların daha fazla kullanılmasını da teşvik etmiştir.

Neyse ki benliğe yönelik bir umut vizyonu ile postmodernizm kötümserliğine karşı çıkanlar da vardır. Benliğin otantikliğini yeniden keşfettiğine yönelik savunmalar aşikârdır. Gerçekçi öz değerlendirmeler gerçek benliğe giden bir yol olarak teşvik edilir. Pozitif psikoloji hareketinin de benliğe ilişkin daha iyimser bir vizyona katkısı olmuştur. Başkalarına ve benliğe yönelik şefkat, başkalarını düşünme, minnettarlık, umut, otantiklik ve sesiz bir ego bu alanın bilinçliliğinde ortaya çıkmıştır. Bu daha cesaret verici konuların sonunun nasıl olacağı belirsizliğini koruyor. Bu aradaki zaman ise benliği çalışmak (ve bu süreçte kendin olmak) için heyecan verici bir zamandır.

Teşekkürler

Kitabın bu baskısının oluşmasında birçok kişinin işbirliğine dayanan çaba etkili olmuştur. Denver Üniversitesi'nde yıllardır yüksek lisans öğrencileri ve doktora sonrası araştırmacılar bizim araştırmamızın bel kemiğini oluşturmuştur. Hibe kurumlarından gelen maddi destek de bu çalışmayı mümkün kılmıştır. Bu aşamada birçok okulun işbirliği yapması da ciddi öneme sahip olmuştur. Birçok meslektaşım çalışmamızı hoş karşılamıştır ve desteğini esirgememiştir. Son olarak bu kitabın tamamlanması, The Guilford Press yayınevindeki kişilerin fedakâr çabaları sayesinde gerçekleşmiştir.

Bir dizi yetenekli yüksek lisans öğrencisi ve dereceli birçok lisans öğrencisi enerji ve anlayışlarıyla çalışmamıza katkı sağlayıp bu baskıda sunulan araştırmanın temelini oluşturan çığır açıcı tezlerin ortaya çıkmasını sağlamıştır. Değerli çabaları öncelik sırasına konulamayacağından burada isimlerini alfabetik sırayla vermek istiyorum: Kauser Ahmed, Lisa Badanes, Natasha Bolling, Heather Bouchey, Shelly Bresnick, Bonnie Buddin, Cris Chandler, Chris Chao, Jim Connell, Barbara Danis, Jackie Dougherty, Kay Freyer, Maria Elena Guzman, Jane Haltwanger, Brad Jackson, Crystal Johnson, Don Johnson, Eric Johnson, Lori Junkin, Diana Kastelic, Lisa Kiang, Patty Kowalski, Kevin Lancelotta, Peggy Lane, Sabina Low, Donna Marold, Wanda Mayberry, Kendall McCarley, Tara Mehta, Bonnie Messer, Ann Monsour, Jennifer Neemann, Rosanna Ng, Diana Nikkari, Lisa Pettitt, Robin Pike, Danielle Pulham, Mari Jo Renick, Andrew Renouf, Shauna Riens, Nancy Robinson, Valerie Simon, Ayelet Talmi, Robert Thompson, Amanda Volenec, Nancy Whitesell ve Nancy Winfrey.

Araştırmamıza büyük katkı sağlayan iki öğrenciden özellikle bahsetmek istiyorum. Nancy Whitesell doktorasını bitirdikten sonra birlikte çalışmaya devam ettik ve araştırma programımızda yıllarca önemli bir role sahip oldu. Araştırma deseni, öz süreçler konusundaki anlayışı, istatistiksel teknikleri ve profesyonelle-re yönelik bulgularımız konusundaki nihai sunumu düzenlemesindeki açıklığıyla Nancy, birçok yönden araştırmaya katkı sağlamıştır. Yüksek lisans eğitimi esnasında klinisyenlik yapan Donna Marold ise depresyon, intihar ve çocukların ve ergenlerin normal işleyişi üzerine erken yaşlardaki istismarın etkileri konularındaki uzmanlığıyla araştırmaya katkı sağlamıştır. İşbirliğine dayanan bu araştırma W. T. Grant Foundation isimli hibe kuruluşundan destek almıştır, böylece birçok makale ve bölümün yayımlanması sağlanmıştır.

Gelecekte meslektaşlarımız olacak doktora öğrenci grubu da bu çalışmalara katkıda bulunmuştur. Söz konusu çalışmaya kendi becerilerini, özgün fikirlerini ve uzmanlıklarını getirerek çalışmanın zenginleşmesini sağlamışlardır. Eğitimleri

süresince canlı bir araştırma ekibi olup lisans öğrencilerine rehberlik etmişlerdir. Kym Baum, Paula Bealle, Jeff Elison, Jennifer Kofkin, Kristin Neff, Clare Stocker ve Tricia Waters'a katkılarından dolayı müteşekkirim. Elison, Neff ve Waters oldukça ünlü kurumlardan daimi kadro tekliflerini kabul etmeleriyle yollarına devam etmişlerdir.

Yıllar içerisinde bize verdikleri maddi destekten ötürü bir dizi kuruluşa müteşekkirim. Ulusal Çocuk Sağlığı ve İnsani Gelişim Enstitüsü çalışmamızı yıllarca desteklemiştir. Ulusal Ruh Sağlığı Enstitüsü ise Denver Üniversitesi Gelişim Psikolojisi Bölümü'ndeki Doktora Sonrası Araştırma Programımızı yirmi yıl desteklemiştir. W. T. Grant Foundation hibe kuruluşu ise Donna Marold ile birlikte gerçekleştirdiğimiz benlik sistemi ve ergenler tarafından sergilenen depresif tepkiler arasındaki bağlantılar konulu çalışmamıza fon sağlamıştır. Son zamanlarda W. T. Grant Foundation, aşagılanma konulu yenilikçi araştırmamıza destek vermiştir.

Yıllar içerisinde gerçekleştirdiğimiz bu araştırma, çocukluk ve ergenlik konusundaki anlayışımızı geliştiren öğrencilere sahip bir dizi okulun işbirliği olmasa gerçekleştirilemezdi. Yıllar içerisinde bize verdiği destekten ötürü Colorado Englewood'daki Flood Ortaokulu müdürü Steven Cohen'a teşekkürü özellikle borç bilirim. Bizim başarımızın büyük bir kısmı ise onun öğretmenleri ve öğrencilerin ebeveynlerini de araştırma grubumuza dâhil etmemize ilişkin fikrinden gelmektedir. Ayrıca Arapahoe Lisesi, Bear Creek Lisesi, Cherry Creek Lisesi, Rangeview Lisesi, Smoky Hill Lisesi, Aziz Meryem Lisesi, Hamilton Ortaokulu, Indian Hills İlköğretim Okulu, Laredo Ortaokulu, Merrill Ortaokulu ve Steele Street İlköğretim okulu idarecilerine ve öğrencilerine teşekkürü borç bilirim.

Ayrıca bu baskının hazırlanmasında birçok meslektaşım katkı sağlamıştır. Onlar, araştırmamın uygulamaya dayanan kısımlarında, örneğin sınıfta ve çok kültürlü ortamlarda ve araştırmamızın depresyon ve dışa dönük öfke gösterimi gibi klinik konuları ele aldığı zamanlarda özellikle yardım etmiştir. Bu yüzden Catherine Cooper, Barbara McCombs ve Stephen Shirke özellikle teşekkür ederim.

Son zamanlardaki araştırma ekibimizin ayrılmaz bir parçası olan Kendall McCarley'ye (PhD 2009) özellikle teşekkür ederim. Kendall bu baskının yayımlanmasında yorulmak bilmeden çalıştı. Bir dizi konu başlığını araştırdı ve araştırmamızla ilgili birçok yayını tarayıp son yılları kapsayan literatür havuzunun oluşturulmasını sağladı. Kitabın bölümleri geliştikçe bunları dikkatli biçimde eleştirdi. Ayrıca, onun şahin gözleri kitabın baskı metninin şekillendirilmesinde özellikle yardımcı olmuştur. Son olarak, benim kitapta vermek istediğim mesajı anlamaya başlayınca kitabın ikna edici bir sonla bitmesi konusunda yardımcı oldu.

Son olarak The Guilford Press'teki kişilerin rehberliği olmasa böyle bir kitap asla ortaya çıkmayabilirdi. Baş editör Seymour Weingarten böyle bir ikinci baskının günümüzün hızla değişen dünyasında ortaya çıkan benliğe ilişkin yeni sorunları aydınlatacağı konusundaki inancımı paylaştı. Editör Kristal Hawkins ise süreç boyunca rehberlik ederek günlük destek vermiştir. Barbara Watkins ise kullandığım dilbilgisinin en verimli sonucu vermesi konusunda verdiği önerilerle katkı sağlayan bir editör olmuştur. Hep birlikte "Susan Harter Ekibi"ni oluşturan birçok insana teşekkürü bir borç bilirim. Herkes en iyi performansını gösterdi ve sonsuza kadar müteşekkir olacağım. Taslak eseri dikkatli ve kapsamlı biçimde okuması sebebiyle Bill Bukowski'ye özellikle teşekkür ederim. Önerileri daha incelikli tartışmalar oluşturmamda çok değerli katkı sağlamıştır. Kendi sesimle konuşmamı da desteklemiştir. Ayrıca, övgüyle dolu sözlerinden ötürü benlik gelişimi konusuna her biri önemli katkılar sağlamış ve hepsi de büyük üne sahip Jacque Eccles, Mark Leary ve Rich Ryan'a teşekkür ederim.

Çeviri Editörlerinin Ön Sözü

Psikoloji ve eğitim dünyasında “öz” ile başlayan onlarca kavram olduğu ve bu kavramların “ben”lik yapıları başlığı altında kavramsallaştırıldığı görülmektedir. Bu yapıların, araştırmalarda açıklayıcı, açıklanan ya da değişkenlere aracılık yapan değişkenler olarak çok sık kullanıldığına, bu kavramlarla ilgilenen her araştırmacı tanıklık etmiştir.

Araştırmacıların çokça ilgisini çeken ve onları araştırmalarda kavramı çokça kullanmaya motive eden özellik, kavramın pek çok kuramcılar açısından insanı açıklamada kullanması ile kavramın doğasının araştırmacılar tarafından yeterince açıklanamaması paradoksları ya da genişleme özelliği olan bir kavram olmasından kaynaklı olabilir. Her ne kadar benlikle ilgili yapılan çalışmaların çok fazla olmasına rağmen, benlik kavramıyla ilgili paradoksların yaşanması, benlik kavramının daha çok betimsel, ilişkisel ve kesitsel araştırmalarda daha fazla kullanılmasıyla ilişkili olabilir. Benlik araştırmalarında benliğin doğası, gelişim yolculuğu, genişlemesi gibi özelliklerini içeren boylamsal ve gelişimsel çalışmaların sınırlı olması, kavramın sınırlı düzeyde açıklanması gibi doğal bir sonucu doğurmuştur.

Susan Harter’in gelişimsel ve kültürel perspektifte hazırlamış olduğu “Benliğin İnşası” kitabında, benliğin doğası, gelişimsel yolculuğu, kilometre taşları sosyo-ekolojik değişkenleri uyumlu bir şekilde nasıl yapılandığı ve oluştuğu açıklanmaya çalışılmıştır. Bu bakış açısıyla kaleme alınmış kitabın, benlik araştırmalarını tamamlayan bir işlevi olduğu görülmektedir. Aynı zamanda, pozitif psikoloji, beliren yetişkinlik, başarı, sınıf motivasyonu, kültürler arası, otantik olma gibi psikoloji ve eğitimde önemli yeri olan alanlarda benliğin işlevselliği ile ilgili kitapta çok değerli bilgiler bulunmaktadır.

Benlik konusunda önemli bir eser olan bu kitabın Türkçe’ye çevrilmesi sürecinde, akademik ve sosyal yaşamlarındaki yoğunlukları arasında zaman ve emek harçayarak kitabın çevirisine katkı sağlayan çok değerli akademisyenlerimize çok teşekkür ederim. Kitabın çeviri sürecine katkı sağlayan akademisyenler: Doç. Dr. Ahmet Rağıp ÖZPOLAT, Doç. Dr. Alper KAŞKAYA, Dr. Öğrt. Üyesi Mehmet BOYACI, Dr. Öğrt. Üyesi Yusuf SARIKAYA, Dr. Öğrt. Üyesi Mustafa Kemal YÖNTEM, Doç. Dr. Meryem ÖZTURAN SAĞIRLI, Dr. Caner ÇETİNER, Arş. Gör. Yunus HAYRAN ve Arş. Gör. Zahide TONGA. Kitabın çeviri sürecinde bizlere geribildirimleri ile önemli katkılar sağlayan dil uzmanı Doç. Dr. Kasım KIROĞLU’na ve kitabın çeviri izin, dizgi, basım sürecinde sabır ve titizlikle bizlere destek veren PEGEM Akademi ailesine çok teşekkür ederim.

Doç. Dr. Mehmet KANDEMİR

Dr. Caner ÇETİNER

Aralık, 2019

Bölümler ve Çevirenleri

Çeviri Editörleri: Doç. Dr. Mehmet KANDEMİR - Dr. Caner ÇETİNER

- 1. BÖLÜM Benliğin Gelişimine İlişkin Güncel Yaklaşımlar**
Dr. Öğr. Üyesi Mehmet BOYACI
İstanbul Medeniyet Üniversitesi
- 2. BÖLÜM Çocukluk Döneminin Öz Temsillerindeki Gelişimsel Farklılıklar**
Doç. Dr. Alper KAŞKAYA
Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi
- 3. BÖLÜM Ergenlik Döneminin Öz Temsillerindeki Gelişimsel Farklılıklar**
Arş. Gör. Yunus HAYRAN
Kırıkkale Üniversitesi
- 4. BÖLÜM Beliren Yetişkin Dönemindeki Öz Süreçler**
Doç. Dr. Mehmet KANDEMİR
Kırıkkale Üniversitesi
- 5. BÖLÜM Algılanan Fiziksel Görünüm ve Benlik Saygı Arasındaki Ayrılmaz Bağlantı**
Dr. Öğr. Üyesi Yusuf SARIKAYA
Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi
Dr. Öğr. Üyesi Mustafa Kemal YÖNTEM
Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi
- 6. BÖLÜM Öz Bilinç Duyguları**
Arş. Gör. Zahide TONGA
Kırıkkale Üniversitesi
Arş. Gör. Yunus HAYRAN
Kırıkkale Üniversitesi
- 7. BÖLÜM Sınıf İçi Öz Süreçler ve Motivasyon**
Doç. Dr. Alper KAŞKAYA
Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi
Doç. Dr. Meryem ÖZTURAN SAĞIRLI
Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi
- 8. BÖLÜM Kültürlerarası ve Çok Kültürlü Düşünceler**
Doç. Dr. Ahmet Rağıp ÖZPOLAT
Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi
- 9. BÖLÜM Benliği Yeniden Ele Almak: Özgünlük Arayışında**
Arş. Gör. Zahide TONGA
Kırıkkale Üniversitesi

İÇİNDEKİLER

1. BÖLÜM	Giriş: Benliğin Gelişimine İlişkin Güncel Yaklaşımlar	1
2. BÖLÜM	Çocukluk Döneminin Öz Temsillerindeki Gelişimsel Farklılıklar	29
3. BÖLÜM	Ergenlik Döneminin Öz Temsillerindeki Gelişimsel Farklılıklar	77
4. BÖLÜM	Beliren Yetişkin Dönemindeki Öz Süreçler	141
5. BÖLÜM	Algılanan Fiziksel Görünüm ve Benlik Saygısı Arasındaki Ayrılmaz Bağlantı	169
6. BÖLÜM	Öz Bilinç Duyguları	209
7. BÖLÜM	Sınıf İçi Öz Süreçler ve Motivasyon	251
8. BÖLÜM	Kültürlerarası ve Çok-Kültürlü Düşünceler	301
9. BÖLÜM	Benliği Yeniden Ele Almak: Özgünlük Arayışında.....	353
	Kaynakça	405
	Dizin	449

1. BÖLÜM

Giriş

Benliğin Gelişimine İlişkin Güncel Yaklaşımlar

Bu kitabın amacı benliğin gelişimini ve oluşumunu şekillendiren sosyokültürel etkileri ve bilişsel gelişimleri keşfetmektir. Bu bölümde benliğin gelişimine katkıda bulunmuş öncüllere ve benliğin işlevsel sonuçlarına odaklanılmıştır. Benlik konusunda çalışan öncüllere dayanarak, benliğin iki ana teması olan bilişsel ve sosyal yapı açıklanmış daha sonra bu iki ana temanın çevrelediği gelişimsel materyal açıklanmıştır. Benliğin bilişsel belirleyicileri benliğin normatif *gelişimsel* özelliklerine ışık tutmaktadır. Sosyal öncüller (çocuk-yetiştirme uygulamaları, kültürel faktörler) ise daha çok benliğin oluşumundaki *bireysel farklılıkları* belirlemektedirler.

Bilişsel perspektiften bakıldığında, benliğin zaman içerisinde oluşumu kaçınılmazdır. Kendilerini yetişkinler üzerine çalışmaya adanmış benlik teorisyenleri (örn, Epstein, 1991; Greenwald, 1980; G. A. Kelly, 1955; Leary & Tangney, 2003; Markus, 1980; Sarbin, 1962) türümüzün, aktif olarak dünyaya ilişkin deneyimlerini anlamlı kılmak üzere benliğin inşasını da içeren *teoriler* üretmek için tasarlandığını öne sürmüşlerdir. Bilişsel gelişim teorisyenleri, özellikle *yeni-Piagetçiler/neo-Piagetians* (örn. Case, 1992; Fischer, 1980) çocukların farklı gelişim dönemlerinde oluşturdukları benlik teorisinin doğasını belirleyen değişen bilişsel yapıları işaret etmektedirler. Bilişsel süreçler normatif gelişimsel değişimlere uğradığı için tam bu sebeple benliğin yapısı ve organizasyonu da değişimlere uğramaktadır. Böylece, her bir gelişim dönemindeki belirli bilişsel kısıtlamalar ve gelişmeler, oluşabilecek olası benlik portresinin özelliklerinin ortaya çıkmasını etkilemektedir. Ergenler her zaman tek bir sesle konuşmayabilecek çoklu benlikler inşa etme becerisi geliştirdiklerinden benliğin bütünlüğünden ödün verilebilir. Sonuç olarak, bireyde şöyle bir merak ortaya çıkabilir: “Acaba hangisi benim gerçek benliğim?”

Açıkçası benlik aynı zamanda sosyal bir oluşumdur. Öncelikle aileyle kişilerarası ilişkiler içinde oluşan sosyalleşme deneyimleri benlik içeriği ve değerini vurgulayacaktır, bu ise pozitif ve negatif benlik değerlendirmeleri arasında bir denge oluşumuyla sonuçlanacaktır. Açıkça görülmektedir ki değerlendirilen içerik benliği, çoğunlukla başkalarının benliğe ne kadar anlamlı davrandığının değeriyle tanımlanır. Bu değer biçmeler, çocuklar başkalarının benliğe karşı bakış açılarını takdir etmeye başladığında içselleştirilmeye başlamaktadır. Benliğe ilişkin değerlendirmeler, çocuğun gelişimiyle birlikte çeşitli akran gruplarına, öğretmenlere ve diğer yetişkinlere kadar genişler. Zaman içerisinde bireyin yaşamını etkileyen diğer sosyokültürel faktörler artarak daha eleştirel bir hal alır. Örneğin, okul gelişen benliği derinlemesine etkileyen toplumun küçük evreni olur. Daha geniş kültürlerarası etkileşimler ise benliği geliştiren boyutlar üzerine güçlü bir etkiye sahiptir.

Kitap boyunca ana bir konu ve merak/ilgi *sebebi* olarak çağdaş benlik üzerine odaklanılmıştır. Yetişkinlerle çalışan sosyal psikologlar sayısız kendini geliştirme stratejileri, kendine hizmet eden ön yargılar, gerçek dışı benlik algıları ve narsistik eğilimler tanımlamıştır. Tüm bu tanımlanan durumlar kişilerarası ilişkilerin kalitesini azaltmakta ve benliğin gerçekliğinden taviz verilmesine yol açmaktadır. Gelişimci bir perspektiften, çocukluk ve ergenlik ve bunların alt evreleri üzerine olan 2. Bölüm ve 3. Bölüm'de sırasıyla var olan kendini geliştirme stratejileriyle güdü ve becerilerin ne denli ilgili olduğuna değinilmiştir. *Bu güdü ve beceriler gelişimin hangi aşamasında meydana çıkarlar?* Kitabın yazarına göre, bu güdü ve beceriler çeşitli kendini geliştirme stratejileri kullanılabilir olduğunda ortaya çıkmakta ve potansiyel olarak yetişkinlikte hayata geçmektedir. Sonuç bölümünde ise çocukluktan başlayıp ergenliğe kadar devam eden deneyimlerle benliğin gerçekliğinden nasıl taviz verildiğine odaklanılmıştır. Ayrıca yine son bölümde kültürde var olan engellemelerin üstünlüğüne rağmen, gerçek benliğin nasıl yeniden diriltilebileceğine ilişkin öneriler sunulmuştur. Bu konuların çoğunun kökeni benliğe ilişkin burada değineceğim tarihsel kavramssallaştırmalara dayanmaktadır.

Tarihi Perspektifte Benliğin Değişen Kavramsallaştırmaları

Benlik hiçbir zaman sabit bir yapı olarak gösterilmemiştir. Sonraları akademik ve bilimsel entelektüeller tarafından yerlerinden edilen geçmiş tarihî dönemlerin filozofları, benlik üzerine kendi perspektiflerini sunmuştur (incelemeler için bkz. Baumeister, 1987; Gergen, 1991; Harter, 1997). 18. ve 19. yüzyılların *romantizm* dönemi boyunca; içsel değer, ahlak, yaratıcılık, ilham, tutku, ruhanilik ve ruhu içeren benliğin psikolojik iç yapısı ve gözlemlenemeyen vasıfları üzerinde durulmuştur. Sonraki *modernizm* dönemi 20. yüzyılın bilimsel ve teknolojik gelişmelerine ev sahipliği yapmıştır. Aklın, objektif kanıtların ve rasyonalizmin öne

çıkışı romantik bakış açısıyla bağdaşmıyordu. Bilimsel araştırmaların paradigmaları bilim ve aklın varlığıyla ortaya çıkarılan evrensel kesin gerçeklerin olduğu inancına dayalıydı (bkz. L. Hoffman, Steward, Warren, & Meek, 2009). Bu prensipler benliğin yeniden kavramsallaştırılmasına neden oldu, bu noktada rasyonalite ve akıl insanlığın hakikati haline geldi. Benlik; bilimin kurallarına uyan ve kendini yöneten, durumlar ve zaman içerisinde sürekli, düzeniyle kolay anlaşılır, sarsılmaz, prensipli ve gerçek (bkz. Gergen, 1991; Vitz, 2006) hale gelen, maddesel bir gerçeklik (Norman, 2006) olarak yer almaktaydı. Aslında modern insan gözlemlenebilir davranışlar, özellikler ve güçlü yönler hakkında bilinçli ve akıllı çıkarımlar yapmıştır.

Son yıllarda modernizm şu anki *postmodernizm* döneminin oluşumuna sebebiyet vermiştir. Vitz'in (2006) tanımladığı gibi, bilimsel bir perspektiften gerçeklerin evrensel olduğuna artık inanılmıyor; yani gerçekler göreceli hale geldiler ("Senin gerçeğin, benim gerçeğim"). Modernizm çağı boyunca benimsenen nesnel gerçeklik ve bilimsel akıl yürütme gibi değerler parıldılarını kaybetmişlerdir. Onların yerine, akıl ve bilimin sınırları, Vitz'in nihilist akıma benzer biçimde karakterize ettiği hatalı, yanıltıcı araştırmalar olarak vurgulandı. Böylelikle, postmodernizm kendinden önceki modernizmin kemikleşmiş varsayımlarına bir eleştiri, karşı evrensellik varsayımlarına ve katı rasyonalizme bir tepki olmuştur. Çoğulculuk, bağlamcılık ve bakış açılarının çokluluğu slogan haline gelmiştir.

Benliğin bu değişen felsefi kavramsallaştırmaları 19. yüzyılın sonunda ortaya çıkan *akademik* felsefe disiplini içerisindeki eğilimlerle paralel ilerlemekteydi. İçerik bakışın erken dönemlerinde, romantizm döneminden bir kalıntı olarak, benliği ve aklı ilgilendiren konular üzerine meşru bir soruşturma gelişti. William James (1890, 1892) *zamanın ruhuna (zeitgeist) katkıda bulunmuştur. Çalışmasının en önemli kısmı bilen-benlik/I-self ve bilinen-benlik/me-self arasındaki farkı tanıtmıştı*. James (1890), Bilen-benliği aktör ya da bilen kişi olarak tanımlarken öte yandan bilinen-benliği nesnel olarak bilinen şeylerin deneysel bir bütünlüğü" (s. 197), bir kişinin bilgisinin nesnesi olarak tanımlamıştır. Bir ürün olarak bilinen-benlik, en açık bir şekilde bireyin benlik saygısının (öz saygısının) bilinçli inşasında yansıtılmaktaydı. Bilen-benlik ve Bilinen-benlik arasındaki ayrım yıllarca geçerliliğini korumuştur ve bu fark, benliğe dair birçok kuramsal çalışmada yinelenen bir konu olmuştur (bkz. Dickenstein, 1977; Harter, 1983; M. Lewis, & Brooks-Gunn, 1979; Wylie, 1979). Yakın zamana kadar temel deneysel ilgi, bir kimsenin değerlendirmesinin nesnesi olarak, 1970'lerde ortaya çıkmaya başlayan benlik-kavramı ve benlik saygısı üzerine yapılan çok sayıda çalışma (bkz. Harter, 1983, 2006a; Montemayor & Eisen, 1977; Wylie, 1979, 1989) tarafından da kanıtlanacağı üzere bilinen-benliğe (Me-self) adanmıştır.

Bireyin, bir kişinin yapmak zorunda olduğu farklı toplumsal rollerle uyuşan çoklu Bilinen-benlikler (*Me-selves*) yarattığı da James'in (1890) iddiasıdır. James, bu çoklu benliklerin her zaman aynı sesle konuşmayabileceklerini gözlemlemiştir. Bu bilinçli "farklı Benlik (me) çatışmaları" bir kişinin aşmak zorunda olduğu çoklu toplumsal rollerle bağdaşamaması yüzünden ortaya çıkmıştır. Ancak, bu benlik sürecinin içe bakışçı kavramsallaştırılmasında ters eğilimler de bulunmaktaydı.

1920 ve 1930'larda radikal davranışçılığın ortaya çıkmasıyla, James'in (1890) öznel, zihinsel yapıları birçok teorisyenin bilimsel dağarcığından eksildi. Modernizmin ilkeleri benliğin kavramsallaştırılmasında baskın hale geldi. Böylece, James'in yazıları ve benzer düşünen bilginler takdir edilebilecek bir dönem için tozlu raflardaki yerlerini aldılar. Tarih boyunca, benliğin davranışçılar açısından neden bu denli uzun süre davetsiz misafir muamelesi gördüğü ilgi çeken bir soru haline almıştır. Benliği meydana getiren benlik saygısı, ego gücü, her şeye gücü yetme, narsistik yaralanma, bilinçsiz reddetme hissi ve bunun gibi şeyler neden davranışçıların iştahlarını kabartmak için yeterli gelmemektedir? Bu durumdan sorumlu birçok sebebin olduğu ortadadır.

Davranışçı akımın temeli *gözlemlenebilirlerin* tanımlanmasında yatar. Böylelikle, varsayımsal yapılar hem kavramsal hem de metodolojik olarak kabul edilemezler. Genel olarak, bilişsellik ve özellikle benliğin sözel tanımı gözlemlenebilir davranışlar gibi işlenemediği için ölçülemeyeceği sanılıyordu. İnsanların kendi davranışlarını değerlendirmesinde kesin olamayacağı öngörüldüğü için metodolojik içerikte yer verilmeyen benlik-yapılarını kılavuzlamak için öz bildirim ölçekleri tasarlandı. Daha geçerli olan içe bakışsal metodolojiler var olan benlik-kavramı ölçütlerini, içerikleri çoğunlukla fazlaca belirsiz ve genel olduğu için yetersiz buldu. Sonunda, benlik-yapıları *işlevleri* açıkça belirtilmediği için davranışçıların ilgi alanına girmedi. Davranışçı yaklaşımların en önemli köşe taşı davranışın işlevsel analizinde yatar. Buna karşın, benliğe ilişkin yaklaşımlar, öz tanımlamaları davranışın değişkenleri olarak ima etmenin çok az ilerisine gitmişlerdir, bu da onlara davranışın sebebi veya aracı olarak çok az güç vermiştir.

20. yüzyılın ikinci yarısından itibaren başlayan odak kayması, benlik-yapılarının daha makul olmalarını sağladı. Genel olarak varsayımsal yapılar teorik modellerde gözlemlenebilirlerin soyut bir çoğunluğundan daha uygun olarak davranışın tutucu tahminçileri olarak fayda görmüştür ve ayrıca, hem çocuk hem de yetişkin psikolojisinde bilişsel bir devrime değer kazandı. Ayrıca hem çocuk hem de yetişkin psikolojisinde bilişsel bir devrim görüldü (Bruner, 1990). Gelişimciler için, Piagetçi ve neo-Piagetçi modeller öne çıktı. Deneysel ve sosyal psikologlar için sayısız bilişsel model rağbet gördü. Bu devrimin ortaya çıkışıyla, benlik teorisyenleri benliği, benlik teorisini oluşturan zihinsel belirtileri, bir *bilişsel* yapı olarak

dirilerek çoğunluğa katıldılar (örn. Brim, 1976; Case, 1985; Epstein, 1973, 1981; Fischer, 1980; Greenwald, 1980; G. A. Kelly, 1955; Markus, 1977, 1980; Sarbin, 1962). Benliğin bilişsel teorileri, evrim geçiren bilimsel modernist teori ve paradigmaların uygulanmasında yeni zamanın ruhunu temsil etmiştir.

Bilişsel benlik sunumları (benliğin insana özgü tanımlanan özellikleri) meşruluk kazanmaya başlamışken, davranış odaklı terapistleri de içine alan klinisyenler, müşterilerinin patolojilerinde etkili bir biçimde gösterilen anlık öz değerlendirme ifadelerini kabul etmeye zorlandılar. Bilim adamları benliği bir bireyin bilişsel olarak yapılandırması gereken bir teori olarak kavramsallaştırmaya başladı. Birtakım etkili kişilik teorisyenleri bireyler tarafından yapılandırılan benlik teorisinin (self-theory) bilişsel yorumlamalarına katkıda bulundular. Benliğin bütünleştirilmesinde ve birleştirilmesinde pek çok bilim adamı büyük rol oynamıştır (Allport 1961; Horney, 1950; C. G. Jung, 1928; Lecky, 1945; Maslow, 1954; Rogers, 1951). Allport'a göre benlik içe doğru bir birleşim hissi oluşturan kişiliğin tüm yönlerini içermekteydi. Lecky davranışın, benliğin bütünlüğünü ve birleşimini sürdürmek için verilen çabayı nasıl ifade ettiğini vurgulayarak öz tutarlılık teması etrafında bütün bir teoriye şekil vermiştir. Epstein (1973, 1981) örneğin; bireyin benlik-teorisinin kıstasları arasında içsel varoluşuyla buluşması gerektiğini savunmuştur. Böylece bireyin benlik-teorisi, bireyin yapılandığı veya zıt görünen bir teori içinde varsaydığı benlik imajıyla tutarsızlık gösteren bir kanıt olarak muamele görecektir. Epstein (1981) bu gözlemelerini, bireyin en temel ihtiyaçlarından birinin benliği tanımlayan kavramsal sistemlerin birlik ve anlamını idame ettirmek olduğunu vurgulayarak "birlik ilkesi" yönergesi altında resmileştirdi.

Ancak, modernizmin kumdan kalelerinin yıkılışı gibi 1970'lerde rüzgâr tersine esmeye başladı ve evrensel doğrular ve rasyonelliği de beraberinde götürdü. Psikologların insanların doğal olarak kendilerini, yansıtma nesnesi olarak aldıklarını fark etmesiyle birlikte James'in (1890) yazıları yeniden kullanılabilir hale geldi. Böylece, bilen-benlik (I-self) ve bilinen-benlik (Me-self) arasındaki fark bir zamanlar olduğu gibi yeniden rağbet gördü. Üstelik çoklu bilinen-benlikleri (Me-self) nitelendirmesi, bu kadar çokluğun provoke ettiği zorlukları da içinde barındırarak benlik gelişiminin gerçeği olarak gösterildi. Bu alan, benliğin durumsal ve ilişkisel bağlamlarda nasıl değişikliğe uğradığını gösteren modeller için harareti artıran bir hal aldı (bkz. Ashmore & Ogilvie, 1992; Gergen, 1991; Kilhstrom, 1993; Markus & Cross, 1990; S. Rosenberg, 1988; Stryker, 1987).

Bu farkındalık baskın olmaya hazır olan postmodernizm çağına ev sahipliği yaptı. Postmodernizm benliğin nasıl kavramsallaştırılacağına dair açık ve kesin sonuçlara sahipti. Benlik rastlantısal ya da toplumsal olarak yapılandırılmış bir kimliğe geçiş yaptı (bireyin kendi başına yaratmış olduğu bir benlikten farklı