



BÜTÜN GÖRME sistemi alıştırma metni

günümüz toplumlarında hızlı bir değişim yaşanmaktadır yaşanan bu hızlı değişim bireylerin fiziksel zihinsel ve ruhsal sağlığını etkilemektedir özellikle üniversite öğrencileri gibi geçiş döneminde bulunan bireyler için bu durum daha da zorlaşmaktadır bu dönemde gelecek kaygısı kimlik arayışı aileden uzaklaşma sorumlulukların artması gibi yaşanan sorunlar bireylerin karmaşa ve gerginlik yaşamasına neden olmaktadır bununla birlikte bireyin sahip olduğu kişilik özellikleri de bu gerginliğin azalması ya da artmasında birincil etkindir

stres kavramı ilk olarak ikinci dünya savaşında askerlerin çatışma anındaki donup kalma panik olma nevrotik ya da psikotik davranış şekilleri ile dikkati çekmiştir normal yaşamda ameliyat geçirecek olan bireylerin yaşadığı stres türü hans selyenin kuramsal çalışmalarının ışığında incelenmeye çalışılmış sonuçta stres karşısında çevresel faktörler kadar bireysel farklılıkların ve kişilik özelliklerinin de önemli olduğu vurgulanmıştır dolayısıyla bireyin sahip olduğu kişilik özelliklerinin stres üzerinde olumlu ve olumsuz katkıları söz konusudur

günümüzde üniversite öğrencilerinin yaşadıkları çeşitli sorunlar olmaktadır özellikle aileden uzakta yaşayan öğrencilerin daha fazla sorunla yüz yüze kaldıkları görülmektedir kimlik arayışı sorumlulukların artması maddi problemler kalınan yer ile ilgili problemler duygusal bilişsel ve psikolojik sorunlar akademik başarı kaygısı gelecek korkusu ve mesleğe hazırlanma üniversite öğrencilerinin yaşam kalitesini bozmakta ve stresle karşı karşıya bırakmaktadır

bu noktada üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri de onların stresle başa çıkma yollarını etkilemektedir kişilik günlük dilde çok sık kullandığımız kavramlardan birisidir ayrıca geçmişten günümüze üzerinde çok çalışılan bir konu olması sebebiyle de dikkat çekmektedir birçok davranış bilimcisine göre kişilik bireyi diğerlerinden ayırt eden özelliklerin bütünü olarak ele alınmakta ve değerlendirilmektedir literatürde kişilik kavramı ile ilgili birçok tanıma yer verilmekte ancak ortak bir tanıma ulaşma konusunda birtakım güçlükler yaşanmaktadır bu bölümde öncelikle kişilik ile ilgili değişik kavramsal açıklamalara yer verilecek kişiliğin tarihsel gelişimi üzerinde durulacak temel özelliklerine değinilecek kişiliği oluşturan etmenlere yer verildikten sonra kişilik kuramları detaylı olarak ele alınacak ve incelenecektir

kişilik bireysel farklılığa dayanan duyguların düşüncelerin becerilerin yeteneklerin alışkanlıkların oluşturduğu işlevsel bir bütündür tanımdan da anlaşıldığı gibi kişilik duygu düşünce beceri yetenek ve alışkanlıklar toplamıdır günlük yaşamımızın büyük bir bölümü çeşitli duyguların

ve heyecanların izlerini taşır bunlar aynı anda pek çok yönü olan olaylardır duygu ve heyecanlar davranışsal olarak derin uykudan gerilime kadar değişebilen genel uyarılmışlık halleridir fiziksel olarak ölçülebilen fizyolojik ya da bedensel durumlardır bunlar aynı zamanda bir yaşantı ya da hisse ilişkin farkındalık ve diğerlerince gözlenebilen davranışımızda sergilenen ifadedir düşünce çevremize ilişkin bilginin işlenmesi sonucu ortaya çıkan bir üründür beceri bireyin bir işi ya da işlemi amacına uygun olarak başarması durumudur yetenek bireyin anlama yapabilme ve bir duruma uyma konusunda doğuştan getirdiği güç ya da kapasitedir alışkanlık ise iç ve dış etkilerle davranışların tekrarlanması ve yerine getirilmesidir kişilik bireyin doğası ile ilgilenmektedir

kişilik kavramı özellikle bireysel farklılıklar üzerinde durmaktadır hatta bazen kişilik psikolojinin diferansiyel bir alanı olarak da görülmektedir bazı düşünürlere göre kişiliğin iki ayrı tanımı vardır birinci tanım kişiliğin dışsal tanımıdır yani kişilik bir bireyin diğerleri tarafından nasıl tanımlandığı ve kabul edildiğidir bireyin kendi içinde diğerlerinin onu niçin kabul ettiğine dair yaptığı açıklamalardır kişilikle ilgili yapılan tanımlamalarda genelde bu iki görüş çok fazla hesaba katılmamaktadır genelde bireyin içinde bulundurduğu faktörlerin onların karakteristik davranışlarını açıklamada etkili olduğu görüşü savunulmaktadır böylelikle kişilik alanının psikoloji biliminin en önemli alanlarından biri olduğu anlaşılmaktadır bir toplumdaki bireylerin hemen hemen aynı olan birçok yanları vardır toplumumuzda örneğin okul çağına gelmiş çocukların okula gitmesi ya da günde

üç öğün yemek yemesi gibi kişiliğin incelenmesinde bireyin başkalarından hangi noktalarda ayrıldığı önem kazanmaktadır eğer çocuğun okuldan kaçma alışkanlığı varsa bir kişi çok az ya da çok fazla yemek yiyorsa bu gibi özellikler kişiliğin ayırıcı özellikleri olmaktadır bireyleri birbirinden ayıran ya da onları diğerlerinden farklı kılan en önemli faktör kişiliktir birey anlaşılması kolay bir canlı değildir bireyden bireye hatta toplumdan topluma bir takım düşünce davranış ve yaklaşım farklarının doğması önlenememektedir demek ki insan bireysel bir yaratıktır ona bu bireyselliğini kazandıran özellikler kişilik dediğimiz onun kendisi ve çevresiyle başkalarına benzemeyen kendine özgün biçimde geliştirdiği ilişkilerin yapısıdır bir diğer ifade ile kişilik bireyin belirgin değişmeyen ve tutarlı olan özelliklerinin tümünü ifade eder bireylerin gösterdikleri bireysel farklılıkların anlaşılması ve açıklanmaya çalışılması binlerce yıldan bu yana araştırmacıların ilgisini çeken bir konu olmuştur psikolojinin kişilik alanı bir bütün olarak bireyle ve bireysel farklılıklarla ilgilenir yukarıdaki tanımlardan da anlaşıldığı gibi kişilik kavramı geniş bir kavramdır bireyler arasındaki farklılıkları ortaya koyabilmek için başvurduğumuz kavramlardan birisidir kişilik bir taraftan bireyi diğerlerinden ayıran özelliklerin tümünü kapsarken bir taraftan da bireyin çevresine uyumunu sağlamak için ortaya koyduğu bir davranış biçimidir