

KİŞİLERARASI İLETİŞİM

GELİŞİM PSİKOLOJİSİ İnsanda ve davranışlarında ortaya çıkan değişiklikleri ve değişikliklerin nedenlerini ele alır, bireyler arasındaki gelişimsel farklılıkları inceler.

SOSYAL PSİKOLOJİ, bireyi, kültürü hem öğrenen hem de oluşturan konumunda ele alır. Sosyal Psikoloji modellerinin önemli bir kısmı, alanın dışında da etkili olan ve “kişilik” ve “öğrenme”ye ilişkin açıklamalarda bulunan modellerdir.

SOSYAL PSİKOLOJİ MODELLERİ: “Bilişsel Tutarlılık Modeli”, “Ödül ve Zararı Temel Alan Görüşler”, “Duygusal Modeller”, “Sevgi ve Hoşlanma Türlerine İlişkin Modeller” ve “İlişki Modelleri” başlıkları altında değerlendirilebilir.

GELİŞİM PSİKOLOJİ MODELLERİ: Psikanalitik Görüş, Toplumsal Öğrenme Yaklaşımına Dayanan Görüş, Biyolojik Kökenli Görüş, Bilişsel Görüş.

Ödül ve zararı temel alan görüşler: Öğrenme kuramlarının etkisinde kalarak geliştirilen modeller, bireylerin ödülle sonuçlanan davranışları yineleme, ceza gördükleri davranışları terk etme eğilimi taşıdıklarını ifade eder.

İNSAN GELİŞİMİN TEMEL ÖZELLİKLERİ: Gelişim, dinamik bir olgudur. Genetik bireyselliğin bir sonucudur. Giderek artan bir özelleşme sürecidir. Denge vardır. Gelişim, art arda görülen, düzenli bir süreçtir.

Büyüme dönemlerindeki ortak özellikler: Uyum zorlukları, Enerji düzeyi, Beslenme gereksinimleri, Isı dengesinin sürdürülmesi, Beceriksizliktir. **12 yaş ve 16 yaş arasındaki hızlı gelişim ergenlik fıskırması** olarak nitelenir.

BİLİŞSEL SÜREÇLER: algılama → bellek → muhakeme → düşünme → kavramadır.

HEYECAN, “organizmanın bütünüyle uyarılması” veya “belirli bir uyarıcıya bedenin global tepkisi” olarak ifade edilir.

HEYECANLARIN İNSAN YAŞAMINDAKİ ROLÜ; Çocukların yaşama bakış açılarını düzenler. Sosyal etkileşimi sağlar. Bir iletişim biçimi şeklinde görev yapar. Zihinsel faaliyetler heyecanları etkin şekilde uyarır. Motor becerileri ve yetenekleri bozabilir. Bedeni harekete hazırlar. Çocukların günlük deneyimlerini olumlu biçimde etkiler.

ERGENLİK, 1.Yetişkin olmayla ilintili görünen duygular ve davranışlar için, 2.Yaşam çevriminde buluş çağıyla ilişkilendirilen fiziksel değişikliklerin çevrede fark edilmesinden önceki evre için 3.Çocukluk statüsünden yetişkinlik statüsüne geçiş için kullanılır.

SOSYAL BİLİMCİLER TARAFINDAN ERGENLİK SINIFLANDIRMALARI:

Erken ergenlik:(10-13 yaş arası dönem) Kendi cinsinden özel bir kişiye, yakın bir arkadaş veya sırdaşa duyulan ilgi belirginleşir. **Orta ergenlik:**(14-17 yaş arası dönem) Yakınlık ve güvenlik gereksinimleriyle bağdaşmayan duygu redd edilir. **İleri ergenlik:**(18-22 yaş arası dönem) Diğerlerinin yaşama dair görüşleri ve ilişkilerdeki sorunların ele alınışına tanışıklık artar.

ERGENLİK DÖNEMİNİN GELİŞİM ÖZELLİKLERİ: Biyolojik geçiş: Erinliğin başlaması Bilişsel geçiş: Daha ileri düşünme yeteneklerinin ortaya çıkışı Toplumsal geçiş: Toplumda yeni rollere geçiş

Kişilik, bireyin sosyal ve psikolojik tepkilerinin tümünü ifade eder. **Kimlik**, “birinin belirli bir kimse olmasını sağlayan şartların bütünü” olarak tanımlanır.

YETİŞKİN, Latince büyüme fiilinin geçmiş zaman ortacından türemiştir. Yetişkin birey büyümüş sayılır. Birey hem psikolojik hem de fiziksel özellikleri anlamında olgunlaşmıştır.

İnsan Yaşamının Akışı Kuramı: Charlotte Bühler ve öğrencileri, yaşam akışını Viyana’da topladıkları yaşam öyküsü ve özyaşam öyküsü verilerinden hareketle ele almışlardır. Bühler’e göre Büyümede kararlılık = 25-45 yaşlardır.

Kuhlen’e göre büyüme-genişleme güdülleri (başarı, güç, yaratıcılık ve kendini gerçekleştirme) bireyin davranışına yaşamının ilk yarısında egemendir. Kuhlen’e göre insanın yaşam döngüsü bir genişleme ve daralma eğrisi olarak nitelenebilir.

Sınav öncesinde son tekrar için hazırladığımız bu Gümüş Not;

Altın Notlar ve Altın Sorular’dan hazırlık yapan öğrencilerimizin anlayacağı şekilde kısaltılarak hazırlanmıştır.

www.akademiaof.com

ROBERT PECK'E GÖRE, YAŞLILIKTAKİ SORUNLAR; Ego ayrışmasına karşı iş rolünün ağırlık kazanması, Bedenin aşılmasına karşı bedene aşırı ilgi, Ego aşkınlığına karşı egoya aşırı ilgi.

Yetişkinlerin kişilerarası ilişkilerini etkileyen faktörler; aile, iş-meslek ve toplumsal çevredir.

EMEKLİLİĞİN EVRELERİ: Emeklilik öncesi, Uyanma, Yeniden yönelim, Kararlılık, Bitirme.

İNTERNET, dünya çapında binlerce bilgisayar ağını birbirine bağlayan bir ağ, yeni bir iletişim teknolojisidir. **İnternetin kullanım amacının tarihsel gelişim süreci,** askeri amaçlı-akademisyenlerin bilgi alışverişine yönelik-ticari amaçlıdır.

YENİ MEDYA, sayısal, etkileşimsel medyayı, internet ağlarını, sosyal iletişim medyasını ifade eder. Kitap, gazete, radyo ve televizyon geleneksel medya olarak adlandırıldığından yeni medya kapsamına girmezler.

SOSYAL MEDYANIN TANIMI: Sosyal medya, kullanıcılara sınırlı bir sistem içinde açık ya da yarı açık profiller oluşturma, diğer kullanıcıların profillerini listeleme ve paylaşımında bulunma, bağlantılı oldukları kullanıcıların ve diğer kişilerin hareketlerini takip etme izni veren web tabanlı hizmetler olarak tanımlanmaktadır.

Sosyal medya araçlarının avantajları; Ucuz maliyet, Erişim kolaylığı, Erişim hızı, Kullanım basitliği

KİŞİLERARASI İLETİŞİMİN TEMEL ÖZELLİKLERİ: İki birey arasındaki yüz yüze görüşmeleri içerir. Birbirlerine karşı değişen rolleri ve ilişkileri olan iki insanı içerir. Her zaman iki yönlüdür. Anlam, iki kişi arasında ortaklaşa yaratılır. Kısım veya tamamen bir amaca dayalıdır. Devam eden bir süreçtir. Zaman içinde birikerek çoğalır.

KÜLTÜR: Belirli bir insan grubunun yaşam biçimi, gelenek, değer ve inançları, dil ve iletişim sistemlerinin tümü, kısaca insanın doğa karşısında ürettiği her şeydir. **Kültür kavramının önem ve yaygınlık kazanması ve uygarlık sözcüğü yerine kullanılması 19. yüzyıldan itibaren olmuştur.**

KÜLTÜRÜN ÖZELLİKLERİ; toplumsallık, kurallar sistemi, tarihsellik, kalıtsallık, işlevsellik, birlik içinde çokluk, soyutlama, devingenlik ve değişkenliktir.

KİŞİLERARASI İLETİŞİM BECERİLERİ, bir ya da birden fazla insanın birbirleriyle etkileşimleri sırasında kullandıkları çeşitli iletişimsel taktiklerdir. **ÇATIŞMA,** kişilerarası ilişkilerde görülmesi normal ve hatta sağlıklı ilişkilerin bir parçası olan bir olgudur.

ÇATIŞMA YÖNETİMİNDE ETKİLİ OLAN KİŞİLERARASI İLETİŞİM BECERİLERİ; Dinlemek, Yok saymak yerine iletişim kurmak, Konuşma tarzı, Önyargıların farkında olmak.

Çatışma çözme stratejileri; meydan okuma, uzlaşma, taviz verme, kaçınma ve iş birliği yapma şeklinde olabilir.

STRES, bir gerginlik hali ya da tehdit oluşturan; olumlu ya da olumsuz değişme ya da uyum gerektiren, herhangi bir çevresel istek ve beklentiye bireyin verdiği tepkisel durumdur.

STRESE YOL AÇAN KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ; Kendine zarar veren, Sürekli olumsuz düşünen, Mükemmeliyetçi, Takdir bağımlısı.

STRESİN BELİRTİLERİ; fiziksel, duygusal, zihinsel ve sosyal belirtilerdir.

Stres yönetiminde DKBY (Değiştir-Kabul Et-Boş Ver-Yaşam Tarzını Yönet) Modeli (Braham, 1998) bireylerin stres düzeylerini kontrol altına almak ve yönetmek için geliştirilmiş dört aşamalı bir modeldir.

Stresle doğrudan başa çıkma taktikleri; yüzleşme, uzlaşma ve geri çekilmedir.