

**T.C  
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI**



**MEGEP**

**(MESLEKİ EĞİTİM VE ÖĞRETİM SİSTEMİNİN GÜÇLENDİRİLMESİ  
PROJESİ)**

**ÇOCUK GELİŞİMİ EĞİTİMİ**

**ÇOCUK RUH SAĞLIĞI**

**ANKARA 2006**

Milli Eğitim Bakanlığı tarafından geliştirilen modüller;

- Talim ve Terbiye Kurulu Başkanlığının 02.06.2006 tarih ve 269 sayılı Kararı ile onaylanan, Mesleki ve Teknik Eğitim Okul ve Kurumlarında kademeli olarak yaygınlaştırılan 42 alan ve 192 dala ait çerçeve öğretim programlarında amaçlanan mesleki yeterlikleri kazandırmaya yönelik geliştirilmiş öğretim materyalleridir (Ders Notlarıdır).
- Modüller, bireylere mesleki yeterlik kazandırmak ve bireysel öğrenmeye rehberlik etmek amacıyla öğrenme materyali olarak hazırlanmış, denenmek ve geliştirilmek üzere Mesleki ve Teknik Eğitim Okul ve Kurumlarında uygulanmaya başlanmıştır.
- Modüller teknolojik gelişmelere paralel olarak, amaçlanan yeterliği kazandırmak koşulu ile eğitim öğretim sırasında geliştirilebilir ve yapılması önerilen değişiklikler Bakanlıkta ilgili birime bildirilir.
- Örgün ve yaygın eğitim kurumları, işletmeler ve kendi kendine mesleki yeterlik kazanmak isteyen bireyler modüllere internet üzerinden ulaşılabilirler.
- Basılmış modüller, eğitim kurumlarında öğrencilere ücretsiz olarak dağıtılır.
- Modüller hiçbir şekilde ticari amaçla kullanılamaz ve ücret karşılığında satılamaz.

# İÇİNDEKİLER

AÇIKLAMALAR .....	ii
GİRİŞ .....	1
ÖĞRENME FAALİYETİ-1 .....	3
1. RUH SAĞLIĞINA GİRİŞ .....	3
1.1. Ruh Sağlığı .....	3
1.2. Ruh Sağlığının Tanımı ve Ruh Sağlığı Bilgisinin Önemi .....	3
1.3. Çocuk Ruh Sağlığının Önemi .....	6
1.4. Koruyucu Anne Davranışları .....	7
1.4.1. Çocukla Aşırı İlişki .....	7
1.4.2. Reddedici Anne .....	8
UYGULAMA FAALİYETİ .....	11
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME .....	13
DEĞERLENDİRME .....	14
ÖĞRENME FAALİYETİ-2 .....	15
2. KİŞİLİK .....	15
2.1. Kişilikle İlgili Temel Kavramlar .....	15
2.1.1. Kişilik .....	16
2.1.2. Karakter .....	17
2.1.3. Mizaç .....	18
2.1.4. İhtiyaç .....	18
2.2. Kişiliği Etkileyen Etmenler .....	20
2.2.1. Biyolojik Etmenler .....	21
2.2.2. Çevre .....	25
2.3. Beden Yapısının Ruh Sağlığına Etkileri .....	26
2.4. Sinir Sisteminin Ruh Sağlığına Etkileri .....	27
UYGULAMA FAALİYETİ .....	29
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME .....	31
MODÜL DEĞERLENDİRME .....	33
CEVAP ANAHTARLARI .....	34
ÖNERİLEN KAYNAKLAR .....	36
KAYNAKÇA .....	37

## AÇIKLAMALAR

<b>KOD</b>	<b>310TDB001</b>
<b>ALAN</b>	<b>Çocuk Gelişimi ve Eğitimi</b>
<b>DAL/MESLEK</b>	<b>Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Alanı / Tüm Dallar</b>
<b>MODÜLÜN ADI</b>	<b>Çocuk Ruh Sağlığı</b>
<b>MODÜLÜN TANIMI</b>	Çocuğun ruh sağlığını tanımayı çocuk ruh sağlığını önemini tanımayı, kişiliği kavramayı içeren öğrenme materyalidir.
<b>SÜRE</b>	40/8
<b>ÖN KOŞUL</b>	Modülün ön koşulu yok.
<b>YETERLİK</b>	Çocuk ruh sağlığını tanımak
<b>MODÜLÜN AMACI</b>	<b>Genel Amaç:</b> Uygun ortam sağlandığında, çocuk ruh sağlığının önemini kavrayabileceksiniz. <b>Amaçlar:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Uygun ortam sağlandığında çocuk ruh sağlığının önemini tanıyabileceksiniz.</li><li>➤ Uygun ortam sağlandığında bireylerin kişiliğini kavrayabileceksiniz.</li></ul>
<b>EĞİTİM ÖĞRETİM ORTAMLARI VE DONANIMLARI</b>	<b>Ortam :</b> Sınıf, erken çocukluk eğitim kurumları, özel eğitim kurumları, rehberlik araştırma merkezleri, özel ve Kamu kurum ve kuruluşlarında bulunan eğitim odaları... <b>Donanım:</b> Kaynak kitaplar, bilgisayar, projeksiyon, fotoğraflar, afiş, broşür, dergiler, uyarıcı pano tepegöz, asetat, fotoğraflar, CD, VCD, bilgisayar donanımları, VCD, DVD, televizyon, projeksiyon...
<b>ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME</b>	Modülde yer alan her bir öğrenme faaliyetinden sonra, verilen ölçme araçlarıyla kazandığınız bilgileri ölçerek kendinizi değerlendirebileceksiniz. Öğretmen tarafından modül sonunda kazandığınız bilgi ve becerileri değerlendirmek amacıyla çeşitli ölçme araçları uygulanacaktır.

# GİRİŞ

## Sevgili Öğrenci,

Çocuk gelişimi ve eğitiminde, erken çocukluk eğitimi ve özel eğitim, önemli bir yer tutar. Gelişen bilim, teknoloji ve kalabalık şehirler günümüz insanının ruh sağlığını olumsuz yönde etkilerken annenin çalışması, ekonomik yetersizlikler kontrolsüz gelişen kitle iletişim araçların da ruh sağlığını tehdit eder duruma gelmektedir.

Çocuklarımız toplumun güvencesidir. Bundan dolayı onların beden ve ruh sağlığı bizim için çok önemlidir biz yetişkinlerin bilinçsizce ve sorumsuzca yaptığımız en küçük bir hatalı davranış çocukları ömür boyu hasta kişilikli yapabilir. Toplum içinde bu kişiler her zaman sorun olabilirler.

Onları, saldırgan ve mutsuz kişiler olarak değil, olumlu, geleceğe umutla bakan, sağlıklı ve üretken kişiler olarak yetiştirmek gerekir. Unutmayınız ki ilk adım toplumun en küçük birimi olan ailede atılmaktadır. Aile ruh sağlığı sağlıklı bireyler yetiştirdiği oranda sağlıklı toplumlara sahip olabiliriz.

Bu modülde; çocuk ruh sağlığının önemini, bireylerin kişiliğini tanıyarak çocuklara etkili olarak yardım edebileceksiniz. Çocuk ruh sağlığının önemini, bireylerin kişiliğini tanıyabilmek için yeni bilgi ve beceriler kazanacaksınız.



# ÖĞRENME FAALİYETİ-1

## AMAÇ

Öğrenme faaliyetinde kazandırılacak bilgi ve beceriler doğrultusunda uygun ortam sağlandığında çocuk ruh sağlığının önemini tanıyabileceksiniz.

## ARAŞTIRMA

- Ruh sağlığının tanımı ve önemi hakkında araştırma yapınız.
- Ruh sağlığı yerinde olan insanlarda görülen davranışları gözlemleyiniz. Gözlemlerinizi rapor haline getirip, edindiğiniz deneyimleri arkadaşlarınıza sunarak paylaşınız.

## 1. RUH SAĞLIĞINA GİRİŞ

### 1.1. Ruh Sağlığı

Her insan bir toplum içinde yaşar. Yaşadığı toplumun kuralları vardır. Dolayısıyla insanın içinde bulunduğu ortama ayak uydurabilmesi için diğer insanlarla ilişkilerini düzene koyması kendisi ve çevresi ile uyum içinde olması gerekmektedir. Bu uyumu sağlayabilmesi için de bireyin kendini ve çevresini tanıması, davranışlarını kendisi ve çevresine uygun olarak düzenlemesi gerekir. Topluma uyum sağlayabilen kişiler, kendisi ile barışık içsel çatışmaları sıkıntıları korku ve kaygıları bulunmayan sık sık öfke nöbetlerine tutulmayan davranışlarını ayarlayabilen dengeli ve tutarlı kişilerdir. Eğer kişi bu iç ve dış dengeyi kuramıyorsa sinirsel tepkilerden başlayarak nevroz sonuçlar karşımıza çıkar.

### 1.2. Ruh Sağlığının Tanımı ve Ruh Sağlığı Bilgisinin Önemi

Ruh sağlığını tanımlayabilmek için öncelikle sağlığın tanımını yapmak gerekir. Dünya sağlık örgütünün sağlık tanımında bedensel, ruhsal ve sosyal yönden tam bir iyilikten söz edilmektedir.

Bütün bedensel ve ruhsal hastalıkların tek yönlü olarak ele alınması yerine bedensel ve ruhsal yönden birlikte incelenmesine başlanmıştır. Bu yöneme “çok yönlü teşhis” denilmiştir.

Kendi iç dünyasıyla ve çevresindeki diğer insanlarla çatışma halinde olan insanın ruh sağlığından söz edemeyiz. Ruh, bedenle uyum ve ahenk ile birleşmiştir. Ruhun izlerini bedende gözlemek mümkündür. Üzgün insanın yüz çizgileri asıktır.



**Fotoğraf 1.1 : Ruh sağılığı çocuk için önemlidir**

Sevinçli ve mutlu insanın yüz çizgileri yuvarlak ve anlamlıdır. Ruh ve beden sağılığı birbiriyle çok sıkı bağılıdır. Beden sağılığı bozulan bir insanın zamanla ruh sağılığı da bozulabilir.

Ruh sağılığı, bir bireyin öteki bireylerle ruh sağılığı ile uyuşabilen ölçüde vücut, zekâ ve duyu bakımından en uygun gelişmesine izin veren bir koşuldur iyi bir toplum bireylerine böyle bir gelişim sağılayandır.

### **Ruh Sağılığının Tanımı**

Kişinin kendisiyle ve çevresiyle sürekli uyum içinde olmasıdır.



**Fotoğraf 1.2 : Annenin ruh sağılığı çocuğı etkiler**

Ruhsal durumunuz yaşam kalitemizin en önemli kriteri diyebiliriz. Günümüzde psikolojik problemlerin tüm sağılık sorunlarının önemli bir oranını oluşturduğu dikkate alınırsa konunun önemi daha iyi anlaşılacaktır. Fakat ekonomik sıkıntılar pek çok zaman ruh sağılığının ikinci plana atılmasına sebep oluyor. Her gün karşılaştığımız mutsuz insanların en önemli sebebi de işte bu önemsenmemedir. Hâlbuki ruh ve beden bir bütün ikisi de hastalanabiliyor. Sonuç dersiniz, mutsuz hayatlar yığını.



İnsan iki ayrı yapıdan oluşuyor, birisi fiziki yapısı yani vücudu, diğeri de ruhsal yapısı yani psikolojisi. Bu iki yapıdan birisindeki sorun diğeri de olumsuz etkilediğini düşünürsek bir yerimiz ağrıdığında hemen doktora koşarken, mutsuz, depresif veya aile içi problem yaşadığımız dönemlerde psikolog desteği almayı düşünmemekte ısrar ediyoruz.



**Fotoğraf 1.3 : Anne-babanın ruh sağlığı çocuğu da etkiler**

Maalesef hala psikologları deli olarak görenlerin bulunduğu bir ülkede yaşıyoruz. İleri ülkelerde her bireyin bir aile doktoru, bir avukatı, bir psikoloğu var. Çok koştuğumuzda bacaklarımızın ağrması ne kadar normalse hayat şartları ve ilişkilerimizdeki sorunların da psikolojimizi bozması o kadar normal fakat Türk insanı bu durumu kendi çabasıyla çözmeye çalışıyor bu da çoğu zaman başarısız olmasına ve sorunların büyümesine neden oluyor.

Ruh sağlığı biliminin çalışma alanları :

- Ruh hastalıklarının önlenmesi,
- Halkın aydınlatılması ve eğitilmesi,
- Erken teşhis,
- Tedavi ve rehabilitasyon ruh sağlığı eğitimde de etkilidir.



**Fotoğraf 1.4 : Ruh sağlığında Eğitim Önemlidir**

- **Ruh hastalıklarının önlenmesi:** Ruh hastalıklarında önleme, ancak kişinin geçmişteki yaşantıları araştırılarak yapılır. Ruh hastalıkları etkenleri özellikle kişinin büyüdüğü, yaşadığı aile ortamı, çevresi, aile geçimsizlikleri, anne ya da babasızlık, olumsuz ilk yaşantılardır.

İş hayatında sağlıklı ilişkiler kurabilmeyi öğrenme, emeklilikte hayata bağlanma insanlara yararlı olmayı öğrenme ruh hastalığının işidir.

Halkın aydınlatılması ve eğitilmesi: Halk, çeşitli gazete, dergi, broşür ve TV-radyo programlarıyla eğitilebilir.

- **Erken teşhis :** Ruh hastalıklarının erken belirtileri görülür görülmez tanınmasının tedaviyi etkileyeceği kesindir. Okullarda, iş yerlerinde erken teşhisler yapılabilir.
- **Tedavi ve rehabilitasyon :** Tedavi hastanede ekip çalışmasıyla gerçekleşir. Rehabilitasyon ruh hastasının tedavisi sonucunda topluma kazandırılması için girişilen bütün çabaları içine alır. Kişinin topluma kazandırılması için onun yeteneklerini keşfedip iyi bir işe yerleştirme, kendine güven, iş başarma gibi önemli duyguları kazandırma önemlidir. Rehabilitasyon kişinin toplumdaki sosyal rolün düzenlenmesidir

### 1.3. Çocuk Ruh Sağlığının Önemi

Çocuk kişiliğinin temelini oluşturan ilk ruhsal yapıyı 0-6 yaşlarında oluşturmaktadır. Bu dönemden sonra ilk yaşantılarıyla birleştirip ruhsal yapısını tamamlayarak yaşamını sürdürür. Çocuğun kendi başına bir fert, birey olduğunu hissedip ilk izlenim ve yaşantılarını kazandıracak ana-baba daha sonra ailenin diğer bireyleridir. Çocuğun anne-baba ile sağlıklı ilişkiler içinde geçireceği ilk yıllar, onun geleceğinin en önemli güvencesidir. Başta anne olmak üzere diğer aile bireyleri, olumlu ya da olumsuz etkileriyle çocuğu gelecekte yaşamını sürdürmeye aday olarak hazırlamakta ya da onun gelecekte mutsuzluğun temellerini atmaktadır.

Çocukların fiziksel sağlıklarının yanı sıra ruh sağlıklarının da normal sınırlar içinde bulunması gelecekte yetişkin olacak bu kütlenin sağlıklı bir toplum oluşturması anlamına gelir. Ruh sağlığı yerinde olan toplumda eğitimci ve yönetici kadrolarında çalışacak olan bu kişilerin ülkeyi daha iyi yarınlara götürmeleri mümkün olabilir.

Ruh sağlığı normal olarak büyüyüp gelişen çocuklar, anne-baba olduklarında yine “normal” diye tanımladığımız sınırlarda çocuklar yetiştirebilirler.



**Fotoğraf 1.5 : Ruh Sağlığı bozulduğunda sağlıkta bozulur**

Her çocuk ayrı bir dünyadır. Çocuk yetiştirmek ise en kutsal, en büyük, en zor, hayat boyu devam ettirilmesi gereken en önemli sanattır. Gelecek açısından düşünüldüğünde bu konunun önemi her geçen gün daha iyi anlaşılmaktadır. Daha doğacak çocuk anne karnında iken anne- babaların kafasında birçok soru işareti oluşur. Kız mı? Erkek mi? Sağlıklı doğup, büyüyecek mi? Ailemizde ve günlük hayatımızda nasıl bir değişiklik olacak? İleride nasıl bir insan olacak? Okul başarısı iyi olacak mı? Nasıl bir meslek sahibi olacak? Hayatta başarılı olacak mı? Ve buna benzer sorularla çocuğu beklemeye koyulurlar.

Çocuk dünyaya geldiğinde çocukla onu yetiştiren anne arasındaki ilişkinin çocuğun gelişiminde rolü büyüktür.

Duygusal yönden sağlıklı bir anne için çocuk sahibi olmak normal bir durumdur. Anne çocuğa bir hediye olarak benimser. Nörotik anne için ise çocuk nörotik bir davranış olarak kabul edilir ve çocuk bakım isteyen bir obje bir sorumluluk bir ceza olarak kabul edilir. Bu yüzden bu tip anneler başlangıçta erken teşhis edilip tedavi edilirse yetişmekte olan çocuğa yardım edilmiş olur.

## **1.4. Koruyucu Anne Davranışları**



**Fotoğraf 1.6 : Koruyucu anne**

### **1.4.1. Çocukla Aşırı İlişki**

Çocuğun işlerini uzun zamanda yapma, ergenliğe kadar aynı odada yatma, kendi yatağına alma, çocuğa okul çağına kadar küçük bir ocuk gibi davranma, sosyalleşmesine engel olma, kendi dışındaki kişilerle özellikle çocuklarda ilişki kurmasına engel olma, böylece çocuğun dış etkenlerden korunacağını zannetme, çocuğu sık sık doktora götürme, düşünülen bütün kontrolleri yaptırmadır.

### 1.4.2. Reddedici Anne

Evlilik dışı bir çocuğa sahip olmaktır. Mecburi evlilikler gibi çocuk istenilen bir çocuk olabilir. Ancak beklenen gibi değildir. Erkek beklenirken kız, kız beklenirken erkek olabilir. Zekâ özürlü veya sakat olması da etkiler.

Annenin kişiliği anne olmaya yeterli olmayabilir. Çocuğu emzirme ve bakma sorumluluğundan korkuyor olabilir.



**Fotoğraf 1.7 : Geçimsizlikler çocuğun ruh sağlığını bozar**

Meslek sahibi kadın çocuk yüzünden işini bırakmışsa reddedici tavıra girebilir. Bazı annelerde kendi baba ve annelerinin özelliklerini yansıtır. Araştırmalara göre boşanmış veya evlilik dışı çocuklara karşı nefret ve sevgi karışımı bir duygu içindedirler. Bu çocuklar nevrotik ve sert karakterli olabilirler.

Aşırı reddedici anneden saldırgan, suça yönelik; aşırı koruyucu anneden ise çocukça davranan, kendine güvensiz kişilik oluşur.

### 1.5. Çocuğun Sosyalleşmesini Aksatan Ruh Sağlığını Bozan Nedenler

- Sosyo-ekonomik yetersizlikler
- Uzun süre yetersiz ve dengesiz beslenme
- Başkalarıyla kıyaslama
- Evdeki yaşam standardının düşüklüğü
- Geçirilen uzun süreli hastalıklar
- Yakınlarını kaybetme
- Güven duygusunun gelişmemesi
- Cinsiyet ayrımı
- Kalıtsal hastalıklar
- Eğitim eksikliği
- Aşk ve şiddet



**Fotoğraf 1.8: suçlayacağınıza yol gösteriniz**

➤ **Etkinlik 1:**

- Kızacağınıza alternatif verin.
  - Ne pis çocuksun ellerini yıka da öyle gel (yanlış)
  - Yemekten önce ellerinin temiz olması gerekir(doğru)
- Beni rahat bırak işim var görmüyor musun?(yanlış)
  - Ben yemeği hazırlayana kadar sende bunlarla yemek yap oldu mu?(doğru)

➤ **Etkinlik 2:**

- Azarlayacağınıza açıklayınız.
  - Bunların yeri burası sana kaç kere söyleyeceğim?(yanlış)
  - Al çanta ile paltonu kapının önüne bırakma kalabalık oluyor. Hemen al içeri götür tamam mı?(doğru)
- Bağırarak söylenen eleştiriler yönlendirmeler etkili değildir. Zamanla duyulmaz hale gelir.
- Beklentinin açıklanması suçlamadan daha etkilidir.
- Çocuk yetişkin değildir.
- Yetişkin gibi düşünemez, davranamaz ama zamanı gelince öğrenir.

➤ **Etkinlik 3:**

- Elif (5 yaşında) annesi ile komşu ziyaretindedirler.

Elif: Anne burası çok sıcak

Anne: Kızım hava soğuk hırkanı çıkarma sakın üşürsün.

Elif : Ama anne çok ısındım.

Anne: Üşütür hastalanırsın diyorum, hırkanı çıkarma demedim mi?  
Elif: (Ağlayarak) Ama anne burası çok sıcak

**Sonuç:** anne çocuğa ben sana dediğimi yap demedim mi? Diyerek iyice azarlar. Çocuk, ziyaret boyu anneyi “hırkayı çıkarayım mı?” diye veya başka bir nedenle rahatsız eder. Annede komşuya çocuğunun ne kadar laf dinlemez, mızımız biri olduğunu şikâyet eder.

### **Bu örnekten çıkaracağımız mesaj şu:**

Sen kendi algılarına, duygularına düşüncelerine inanma, onlar yanlıştır. Benimkileri kabul et. Isınmış olamazsın çünkü ben üşüyorum.

Anne çocuğun duygularını inkâr edip, kendi duygu ve düşüncelerini çocuğa kabul ettirmeye çalışmaktadır.

Sonuçta tartışma birbirinden uzaklaşma, çocuktan anne-babaya kızgınlık, içerleme, öfke, anne-babadan çocuğa kızgınlık, içerleme, öfke bu duyguların ileriki iletişime yansımasıdır.

Hikâyede koyu yazılmış yerden itibaren siz olsaydınız ne yapardınız? diye öğrencilere sorulur. Öğrenciler küçük gruplar halinde problemin çözümü için kaynakları inceleyerek, düşüncelerini ifade ederler. Tüm gruplar yazılı olarak hazırladıkları düşüncelerini ifade ederler. Çözüm önerilerinin tartışılması ve değerlendirilmesi izler.

## UYGULAMA FAALİYETİ

Ruh sağlığını, tanımını, ruh sağlığı bilgisinin önemini, çocuk ruh sağlığının önemini araştırınız. Çevrenizde gördüğünüz çocukları ruh sağlığı açısından gözlemleyiniz. Araştırmalarınızın ve gözlemlerinizin sonucunu rapor haline getirip broşür hazırlayınız. Raporunuzu ve broşürünüzü arkadaşlarınızla paylaşınız.

İŞLEM BASAMAKLARI	ÖNERİLER
➤ Çocuk ruh sağlığı ile ilgili temel kavramlar konusunu inceleyiniz.	➤ Çocuk ruh sağlığı ile ilgili temel kavramlar konusunu dikkatlice araştırınız.
➤ Çocuk ruh sağlığını inceleyiniz.	➤ Çocuk ruh sağlığını dikkatli ve titiz olarak araştırınız.
➤ Çevrenizde gördüğünüz çocukları ruh sağlığı açısından inceleyiniz.	➤ Çevrenizde gördüğünüz çocukları ruh sağlığı açısından dikkatli ve titiz olarak araştırınız.
➤ Araştırmalarınızın ve gözlemlerinizin sonucunu rapor haline getiriniz.	➤ Araştırmalarınızın ve gözlemlerinizin sonucunu yaratıcı ve estetik olarak rapor haline getiriniz.
➤ Araştırmalarınızın ve gözlemlerinizin sonucuna dayanarak çocuk ruh sağlığı konusunda çevresine bilgi vermeye yönelik broşür materyali hazırlayınız.	➤ Araştırmalarınızın ve gözlemlerinizin sonucuna dayanarak çocuk ruh sağlığı konusunda çevresine bilgi vermeye yönelik broşür materyalinizi yaratıcı ve estetik olarak hazırlayınız.
➤ Raporunuzu ve broşürünüzü arkadaşlarınızla paylaşınız.	➤ Raporunuzu ve broşürünüzü arkadaşlarınızla objektif, dikkatli, yaratıcı ve estetik olarak paylaşınız.

## DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ

Uygulama faaliyetinde yapmış olduğunuz çalışmaları kendiniz ya da arkadaşınızla değişerek değerlendiriniz.

DEĞERLENDİRME KRİTERLERİ			
		Evet	Hayır
1.	Çocuk ruh sağlığı ile ilgili temel kavramlar konusunu incelediniz mi?		
2.	Çocuk ruh sağlığını incelediniz mi?		
3.	Çevrenizde gördüğünüz çocukları ruh sağlığı açısından incelediniz mi?		
4.	Araştırmalarınızın ve gözlemlerinizin sonucunu rapor hâline getirdiniz mi?		
5.	Araştırmalarınızın ve gözlemlerinizin sonucuna dayanarak çocuk ruh sağlığı konusunda çevresine bilgi vermeye yönelik broşür materyali hazırladınız mı?		
6.	Raporunuzu ve broşürünüzü arkadaşlarınızla paylaştınız mı?		

## DEĞERLENDİRME

Yapmış olduğunuz değerlendirme sonunda hayır şeklindeki cevaplarınızı bir daha gözden geçiriniz. Kendinizi yeterli görmüyorsanız, öğrenme faaliyetini tekrar ediniz cevaplarınızın hepsi evet ise bir sonraki faaliyete geçiniz.



## ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

### ÖLÇME SORULARI

Bu faaliyet kapsamında kazandığınız bilgi ve becerileri aşağıdaki soruları yanıtlayarak belirleyiniz. Soruların yanındaki başlıkları; doğru önermeler için (D), yanlış önermeler için (Y) yazarak doldurunuz.

- ( ) Çocuklara söz hakkı tanınmalıdır.
- ( ) Aşırı reddeden anneden kesinlikle sevecen, hayata bağlı çocuklar oluşur.
- ( ) Çocuklara kızmak yerine mantıklı açıklama yapmak uygun olur.
- ( ) Duygusal yönden sağlıklı olmayan anne de çocuk doğurabilir.
- ( ) Anne, babaların kendi göreneklerini çocuğuna taşıması gerekir.
- ( ) Çocuk kişiliğinin temelini oluşturan ilk ruhsal yapıyı 0-6 yaşlarında oluşturmaktadır.

Aşağıdaki soruları dikkatlice okuyarak doğru seçeneği kurşun kalem kullanarak işaretleyiniz. Cevaplarınızı cevap anahtarından kontrol ediniz.

- Aşağıdakilerden hangisi sağlığın tanımıdır?  
A) Sosyal ve bensesel yönden tam bir iyilik hâlidir.  
B) Bedensel, ruhsal ve mantıksal yönden tam bir iyilik hâlidir.  
C) Bedensel, ruhsal ve sosyal yönden tam bir iyilik hâlidir.  
D) Ruh sağlığının tam bir iyilik hâlidir.
- Ruh sağlığı biliminin çalışma alanlarının en son bölümü hangisidir?  
A) Halkın eğitilmesi  
B) Tedavi ve rehabilitasyon  
C) Ruh hastalıklarının önlenmesi  
D) Erken teşhis
- Çocuğun bir obje, eşya ya da bir ceza olduğunu düşünen hangi anne özelliği aşağıdakilerden hangisidir?  
A) Duygusal anne  
B) Koruyucu anne  
C) Nörotik anne  
D) Reddedici anne

4. Ruh sağlığı yerinde olan kişilerin oluşturduğu toplumu nasıl bir gelecek bekler?
- A) Daha iyi yarınlara götüreceğ bir gelecek
  - B) Yarınlarından kuşku duyacak bir gelecek
  - C) Yasakları çok olan bir gelecek
  - D) Mutluluktan yoksun bir gelecek

### DEĞERLENDİRME

Cevaplarınızı, cevap anahtarı ile karşılaştırınız. Doğru cevap sayınızı belirleyerek kendinizi değerlendiriniz. Yanlış cevaplar verdiyseniz öğrenme faaliyetinin ilgili bölümüne dönerek ilgili bölümü kontrol ediniz. Cevaplarınız doğru ise diğer öğrenme faaliyetine geçiniz.

# ÖĞRENME FAALİYETİ-2

## AMAÇ

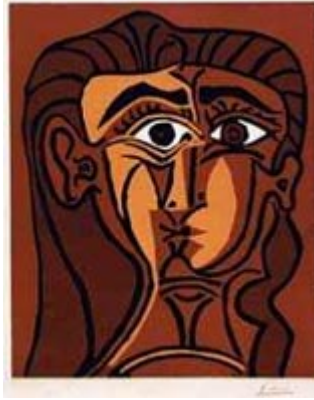
Öğrenme faaliyetinde kazandırılacak bilgi ve beceriler doğrultusunda uygun ortam sağlandığında bireylerin kişiliğini tanıyabileceksiniz.

## ARAŞTIRMA

- Kişilik, kişilikle ilgili temel kavramlar ve kişiliği etkileyen faktörleri araştırınız.
- Kişilik, kişilikle ilgili temel kavramlar ve kişiliği etkileyen etmenler konusunda çevrenizdeki çocukları gözlemleyiniz. Yukarıdaki araştırmalarınızı ve gözlemlerinizi rapor haline getirip, arkadaşlarınızla paylaşınız.

## 2. KİŞİLİK

### 2.1. Kişilikle İlgili Temel Kavramlar



Resim 2.1: Kişilik

İnsanın başarılı ve mutlu olma yolundaki girişim ve atılımları söz konusu olunca akla ilk gelen kavram “kişilik” tir. Kişiliğin yapısı gelişim koşulları bilinmedikçe insan ne kendisini nede başkalarını tanıyabilir. Ne de hızla değişen ve gelişen ekonomik toplumsal, kültürel sorunlarına tutarlı çözümler bulabilir. Bireyin sorunlarının çözümü ancak kendisinin ve başkalarının ne olduğunu, ne olmadığını bildiği oranda kolaylaşır.

Kişilik bireyi temsil eder. Yani insan olarak bedensel özelliklerimizi, yeteneklerimizi, kusurlarımızı, ilgilerimizi, duygularımızı, coşkularımızı, düşüncelerimizi, tavır ve davranışlarımızı anlatan bir kavramdır.

### 2.1.1. Kişilik

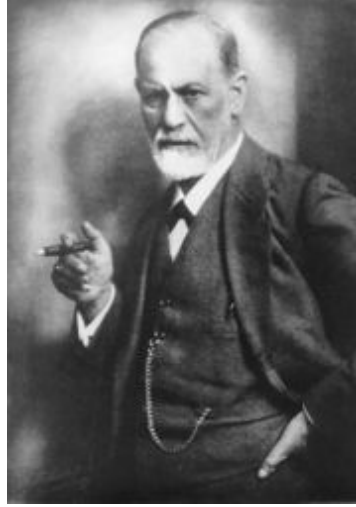
Bir insanın doğuştan getirdiği ve sonradan kazandığı niteliklerin tümüdür.

**Watson**, “Kişilik için” Bir insanın alışkanlıklarının ya da alışkanlık sisteminin toplamıdır.” demiştir.

**Mark May**, için ise kişilik insanın sosyal uyarıcı nitelikleridir.

**Alport**, kişilik için ise “kişilik insanın çevresine kendisine özgün bir biçimde uymasını sağlayan, psikofizik içgüdülerin dinamik bir görüntüsüdür” demiştir.

**Freud**’a, göre İd, ego, süperego olmak üzere üç bölümün birbirini etkilemesinden oluşan olgudur. Buna göre;



**Fotoğraf 2.1 : Freud**

**İD:** Ham tabiidir, iç güdüler, iştahlar istek ve ihtirasları içerir burada haz prensibi hakimdir.

**EGO (BEN) :** İdin yöneticisi, koruyucusu, savunucusu gibidir. Burada geçerlik prensibi vardır. İç ve dış hayatın uzlaştırıcısıdır.

**SÜPEREGO (ÜST BEN):** Vicdan da denilebilir. Toplumun “ayıptır, yasaktır, günahıdır” gibi birtakım değerler sistemiyle gelişir. Bireyin davranışlarını kontrol eden bir sansür gibidir. Ego idin aşırı istekleri ve süper egonun aşırı yasakları karşısında bir uzaklaştırıcıdır. Bu üç mekanizma dengede olmalıdır. Denge bozulduğu an ruh sağlığı da bozulur.

Bu görüşler doğrultusunda bir tanım yapacak olursak kişilik; bir insanı özel ve nesnel yanları ile diğer insanlardan ayıran duygu, düşünce, değer yargıları ile birlikte tutum ve davranışların tümüdür.

### 2.1.2. Karakter

Karakter, kişiye özgü davranışların bütünü olup, insanın bedensel, duygusal ve zihinsel etkinliğine çevrenin verdiği değerdir.

Bireyin karakteri, kişisel özellikleri ve içinde yaşadığı değer yargılarından oluşur. Yani karakter içinde yaşanan çevrenin toplumsal değerlerini ve ahlak kurallarını içerir. Bu kuralları yerine getiren kişi karakterli olarak değerlendirilir.

Bunun tersi kötü huylu, yalancı ve bencil insanlar “karaktersiz” olarak adlandırılırlar. Oysa iyi-kötü, güzel-çirkin, doğru-yanlış, olumlu-olumsuz gibi kavramlardır. Bu nedenler, bu tür yakıştırmalar karakterleri tanımlamaya yetmez. Ahlak açısından olumlu, olumsuz gibi kavramlar toplumdan topluma değişen kavramlardır. Bu nedenle bu tür yakıştırmalar karakteri tanımlamaz. Ahlak açısından bakıldığında karakter insanın içinde yaşadığı çevrede geçerli olan değer yargılarını ve ahlaki kuralları kullanılış biçimidir.

Karakter ilk yaşlarından itibaren aile, okul ve diğer sosyal çevre içinde geçirilen sosyal yaşantılar sonucu gelişmeye ve biçimlenmeye başlar.



**Fotoğraf 2.2 : Çevre karakter üzerinde etkilidir**

Çocukluk döneminde bireyin içinde bulunduğu olumsuz çevre koşulları, geçirilen olumsuz yaşantılar, ruhsal çatışmalar ruhsal yapının bozulmasına neden olarak olumsuz kişilik yapılarını ortaya çıkarır. Bu kişiler tüm yaşamları boyunca kendi iç dünyaları ve çevresiyle çatışma içinde olduklarından toplumun değer yargılarına ve ahlak kurallarına ters düşen davranışlarda bulunurlar. İyi bir sosyal çevrede olumlu yaşantılar kazanarak yetişen bir bireyin ise düşünce ve duygular ile davranışları arasında bir uyum vardır.



**Fotoğraf 2.3: Mizaç**

### **2.1.3. Mizaç**

Mizaç, insanın duygusal hayal ve davranışsal özelliklerinin tümüdür. Bazı davranış bilimcileri mizaç, duyguların çabuk uyanıp, uyanmaması, sürekli olup olmaması, derin duyulup duyulmaması olarak açıklanmaktadır. Bu açıklamalar paralelinde mizaç, duygusal denge durumunun özellikleri olarak tanımlayabiliriz. İç salgı bezlerinin salgıladığı hormonlar, mizacı büyük ölçüde etkilemektedir. Hormonların ruhsal çöküntü, huysuzluk, çabuk duygulanma, sevinç, üzüntü gibi durumlarda rol aldığı bilimsel olarak saptanmış durumlardır.

### **2.1.4. İhtiyaç**

İnsanın gelişimi ve çevresiyle uyumsal bir ilişki kurabilmesi için gereken önemli koşulların eksikliğinin duyulmasına ihtiyaç denir.

Örneğin açlık hâlinde mide kaslarının kuvvetli bir şekilde gerilip büzülmesi salya salgılarının çoğalması vb. gibi durumlarda ihtiyacın giderilmesi gerekir. Ve birey bunu sağlayacak davranışlarda bulunmak zorunluluğu duyar.

İşte eksikliğin duyulmasına “ihtiyaç”, bu eksikliği gidermek için organizmada beliren güce “dürtü”, organizmanın ihtiyacı gidermek için belli bir yönde etkinlik göstermesi eğilimine de “güdü(motif)” adı verilir.

#### **İhtiyaçlar iki gruba ayrılır:**

- Fizyolojik ihtiyaçlar
- Toplumsal ihtiyaçlar
- **Fizyolojik ihtiyaçlar:** Yaşama var olma ihtiyacına hizmet eder. Bunlar özellikle beden dokusunun canlı kalması için gereken ihtiyaçlardan meydana gelir.

Açlık, susuzluk, oksijen eksikliği, atık maddelerin dışarı atılması, dinlenme, uyuma, beden ısını dengede tutmadır. Organizmanın canlı kalabilmesi için bu ihtiyaçların karşılanması şarttır.

Cinsel etkinlik ve uyarılma ihtiyacı: Baştan geçen yaşantılar dolayısıyla çeşitli sosyal ihtiyaçların gelişmesine yol açar. Bunların sonucu olan davranışlar ve sosyal nitelikler gösterir.

- **Toplumsal İhtiyaçlar:** Yaşantılar sonucunda meydana gelir. Ve ileriki yaşlarda davranışları daha çok etkiler

Toplumdan topluma değişme gösterir. İçinde yaşanılan toplumun, içindede biraz değişim gösterir.

### **Sosyal ihtiyaçlar aşağıdadır:**

**Bağlılık ihtiyacı:** Bu birine ya da bir gruba bağlanma, grubun bir parçası olduğunu hissetme ihtiyacıdır. Bu güdünün açlık ihtiyacını anne tarafından doyurulması sonucunda gelişmiş olması ihtimali öne sürülmektedir.

Kulüpler, çeteler ve arkadaş gruplarının kurulmasında bu ihtiyaç etkilidir.

**Güvenlik içinde olma ihtiyacı:** Sosyal güvenlik başkaları tarafından sevilme, beğenilmek arzusu olarak kendini gösterir. Sevilme isteği en kuvvetli ihtiyaçlardan biridir. Özellikle küçük çocukların davranışlarında bu ihtiyacın belirtileri daha açık örülür.

**Saygınlık ( itibar) kazanma ihtiyacı:** herkes toplumda değerli bir yer sahibi başarılı ve üstün kişi olmak ister. Bu ihtiyacın çeşitli yollarda karşılamak ister. Eksiklik kaygısı küçük düşme duygusu insanı rahatsız eder. Mutsuz kılar.

**Cinslik:** Cinsellik biyolojik bakımından cinsin devamını sağlayan bir ilgi, sosyal bakımından da bir kişiyi diğer bir kişiye yönelten bir eğilimdir. Bu eğilim hayvan ya da insan bütün canlılarda bulunur.

**Özgürlük ve özerklik ihtiyacı:** İnsanlar küçük yaşlardan itibaren davranışlarının engellenmesinden hoşlanmazlar.

Çocuklar başkaları tarafından hazırlanan kurallara uymak istemezler. Gençlerde kuralların kendileri tarafından yapılmasını isterler. Davranışlarının sınırlandırılmasını hareketlerinin kısıtlanmasından hoşlanmazlar.

**Hazza varma:** Etrafına zarar veren durumlardan kaçma organizma için faydalı şeylere yaklaşma eğilimi olur. Sıkıntılı insanlardan ve işlerden kaçmak, karşı cinse yakınlık duymak, eğlencelerden hoşlanmak vb.

**Saldırıcılık ihtiyacı:** Zararlı varlıklardan kendini koruma ihtiyacının bir belirtisi olarak ya da başarı ve üstünlük ihtiyacının doyurulması sonucunda meydana gelen bir eksiklik duygusundan ileri gelebileceği düşünülmektedir.

**Kişilik bozuklukları:** Kardeşim sürekli olarak evde oturuyor, hep tek başına, hiç arkadaşı ok. Eve misafir gelince odasına çekiliyor, kitap oluyor. Kocam çok sinirli, aniden sinirleniyor, o an ne yaptığını bilmiyor. Bu gibi durumları çevremizde duyuyoruz. Bu gibi durumlar o kişinin çevresiyle olan ilişkilerinin bozulmasına neden oluyor

Suç işleyen kişilerde % 70 - % 80

Alkol kullananlarda %60 - %70 oranında kişilik bozukluklarına rastlanmaktadır.

Bu tip kişilik bozuklukları eşini, başkalarını yaralayanlarda, terör eylemlerine katılanlarda yaygın olarak rastlanmaktadır.



**Fotoğraf 2.4 : Kişilik bozuklukları**

Genellikle erişkinliğe geçiş yıllarında teşhis edilmekle birlikte çocukluk yıllarında başlangıç gösterebilmektedir.

Ruh hastaları ve suçlular arasında yapılan araştırmalarda bu kişilerin çocuklarında ana ve baba yitimine daha çok uğradıkları saptanmıştır.

Özellikle depresyon ve intihar eğilimi gösteren kimselerin geçmişlerinde (beş yaşından önce) anne ölümü yüksek oranda bulunmuştur.

## **2.2. Kişiliği Etkileyen Etmenler**

Her insanın başkalarına benzeyen özellikleri yanında kendine özgü nitelikleri de vardır. Hiçbir insan tıpatıp bir başkasına benzemez. Tıpkı başkası gibi de davranamaz.

Bebek doğduğu anda belirli bir kişiliğe sahip değildir. Doğduktan sonra yaşantılarından yararlanılarak aşama aşama kendine özgü uyum biçimlerini benimsemeye başlar. Süt çocuklarında görülen ilk tepkiler kalıtsaldır. Altıncı aydan sonra fiziksel ve sosyal tepkilerde ayırt edici nitelikler belirlemeye başlar.



Yaşamın ilk yıllarında kazanılan bu kişiye özgü nitelikler yaşam boyu kalıcı özelliğe sahiptir.

Ancak zaman zaman toplumsal değişimler, hastalıklar, kazalar, doğal afetler, gibi durumlarda bazı kişilik özelliklerinde önemli değişimler meydana gelebilir. İlk yıllarda çok çabuk değişebilen kişilik özellikleri, yetişkinlik çağında daha yavaş değişmeye başlar. Orta yaş ve yaşlılıkta ise bu bedensel, zihinsel, duygusal, cinsel ve sosyal tüm gelişmelerin ortak bir ürünüdür. Kişilik biyolojik ve sosyal iki etmen sonucunda oluşmaktadır.

## 2.2.1. Biyolojik Etmenler

### 2.2.1.1. Kalıtım

Anne ve babadan genler yoluyla bebeğe geçen özelliklerdir. Fiziksel özellikler, saç rengi, boy, kilo, zekâ, zihin yetenekleri, karakter, huy, mizaç, bazı davranış ve alışkanlıkların da genlerle geçtiği tespit edilmiştir.



**Fotoğraf 2.5: Kalıtım ruh sağlığını etkiler**

Genler yoluyla bebeğin beden yapısı, organları ve tüm vücut sistemlerinin bir bütün olarak çalışmasının yanı sıra bir ırka ve bireye ilişkin tüm özelliklerinin de soydan soya geçmesi sağlanır. Bireyin doğumdan sonra sahip olacağı özelliklerin tümü genler yoluyla belirlenir.

Kişiliğin bir iç, bir de dış yapısı vardır. Kişiliğin dış boyutları insanın fiziki yetenek ve becerileri bazı huy ve davranışları gibi ölçülebilen özellikleri kapsar. Kişiliğin iç boyutları ise bireyin duygusal ve güdüsel eğilimlerini fikir ve tutumlarını bilinçli ve bilinçsiz eğilimlerinin tümünü içermektedir.

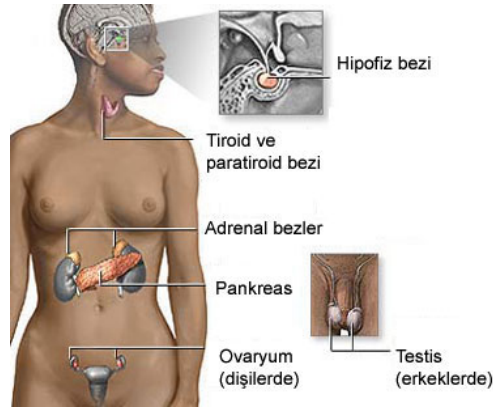
Aynı çevrede bulundukları hâlde çocukların birbirlerinden ayrı özelliklere sahip olmaları, farklı davranışları ve gelişmeleri kalıtım etkisini göstermektedir.

Beden hücrelerinin gelişmesiyle meydana gelen özelliklere “genetipi” denilmektedir. İnsanın yüz çizgileri, beden biçimi, saç ve göz rengi, çeşitli yetenekleri gibi görülebilen ve ölçülebilen özelliklerine de “fenotipi” denir.

- Organizma genel olarak kendine benzer varlıklar meydana getirir. Anne-baba ile çocuklar birbirlerine çok benzerler.
- Canlı varlıklarda yavrular ana-babaya tıpatıp benzemeyebilirler. Bazı aileler ve çocuklar arasında benzeme çok azdır.
- Her ikisi de aynı yönde üstün niteliklere sahip ana ve babanın çocuklarında normal nitelikler görülür. Örn. uzun boylu anne babanın çocukları kısa boylu, üstün zekalı anne babanın çocukları normal zekaya sahip olabilir.
- Kalıtım yoluyla ana babadan çocuklara geçen özelliklerden bazıları başat (dominant) bazılarının ise çekinik (resesif) olduğu saptanmıştır.

Başta nitelikler insanın görünen ve incelenebilen yanlarını belirler. Çekinik nitelikler ise genotipler de gizli kalıp bir sonraki kuşakta kendini gösterir.

#### 2.2.1.2. İç Salgı Bezleri

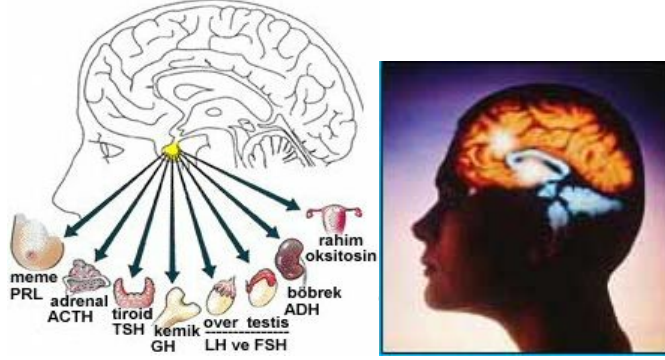


**Resim 2.2 : İç salgı bezlerinin vücut üzerindeki yerleri**

İşlevlerinin tümü kesin olarak saptanmamış olmakla birlikte iç salgı bezlerinin kişiliği önemli ölçüde etkilediği kabul edilmektedir. İç salgı bezleri hormon adını verdiğimiz salgılarını doğrudan doğruya kana boşaltır. Ve bu salgılar kan yoluyla vücudun her yerine ulaşır. Bu bezlerin yeterli çalışmadığı veya gerektiğinden fazla çalıştığı durumlarda bedenin tüm dengesi bozulmakta beden yapısında zekâya, mizaçta ve kişiliğin öbür yanlarında önemli değişiklikler olmaktadır. Bunların sonucu olarak da toplumsal ve ruhsal tepkilerimizde anormallikler görülmektedir.

İç salgı bezleri birbirlerine bağlı olarak çalışır. Bu nedenle bir bezin işlevinin bozulması öbür bezlerin de işlevlerinin bozulmasına yol açar. Her bezin işlevinin kesin olarak saptanmamasının önemli bir nedeni de bu işlevlerin birbirine bağlı oluşudur. Bu konuda karşılaşılan bir başka güçlükte bazı bezlerin birden fazla etkiye sahip hormon salgılamasıdır.

### 2.2.1.2.1. Hipofiz (Pitüviter) Salgı Bezi:



Resim 2.3: Hipofiz bezi

Beynin tabanında oluşan fasulye büyüklüğünde, bir gram ağırlığında iki parçadan oluşan bir bezdir. Salgıladığı hormonla hemen hemen vücudun bütün organlarının büyümesi ve gelişmesinde, diğer salgı bezlerinin gelişip görevlerini yerine getirmesinde etkin rol oynar. Çocukluk çağlarında bu bezin az çalışması cüceliğe, çok çalışması develiğe neden olmaktadır. Kadınlarda gebeliğin oluşumu ve devamını sağlayan, doğumdan sonra süt salgılamasında rol oynayan bu bezin hormonlarıdır. Cinsel işlevlerin normal olarak yerine getirilmesinde de rolü bulunan bu bezin üst kısmının aşırı çalışması aşırı erkeklik özelliğine sahip kişilik taşıyan kişilik yapısının gelişmesine neden olur. İnsanın yaşamının normal sürmesi için hipofiz bezinin dengeli çalışması gerekir.

### 2.2.1.2.2. Troid Salgı Bezi

Boğazın ön kısmında gırtlığın iki yanında bulunan at nalı biçiminde birbirine bağlı iki parçadan oluşmuş bir bezdir. Doğumdan önce gelişmeye başlar ve ergenlikte tam hacmine ulaşır. Salgısına **trioksin** adı verilir. Bu hormon kemik ve kasların gelişiminde sinir sisteminin çalışmasında, kan dolaşımında, derinin sağlığının korunmasında, beslenme düzeni üzerinde, zihinsel etkinlik ve huylar üzerinde etkilidir.

Bu bezin **yetersiz çalışması** zihinsel yetersizlik, kas zayıflaması, derinin buruşması, lekelerin oluşması, boyun ve omuzlarda yağ bezlerinin oluşmasıyla ortaya çıkan bedensel geriliğe neden olur. Bedensel gerilik olarak nitelendirilen bu hastalığa **kretenizm** adı verilir.

Bezin fazla çalışması ise nabız artışına, çarpıntılara, aşırı heyecana ve çabuk sinirlenmeye yol açar.

Troid bezi fazla çalışan çocuklar, aşırı duyarlı ve korkak olur. Yeterli uyumadıkları için zayıf düşerler. Troid bezinin salgısının yetersizliği ile fazlalığının değişik ölçülerde birleşmesi sonucu kararsız, dengesiz kişilik tipleri ortaya çıkar. Bu bez hipofiz ve cinsel salgı bezlerinin hormonlarıyla birlikte cinsel organların gelişmesini de etkiler. Düzensiz çalışması erken yaşlarda tespit edildiğinde tedavisi mümkündür.



**Fotoğraf 2.6: Guatr hastalığı**

#### **2.2.1.2.3. Paratriod Salgı Bezi**

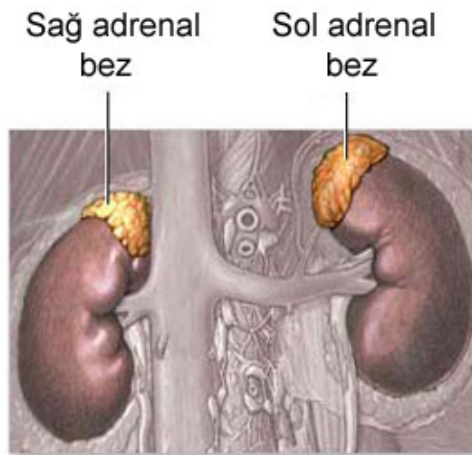
Triod bezine bitişik dört küçük parçadan oluşur. Gelişimi ergenlikle tamamlanır. Salgıladığı hormonlar vücudumuzun kalsiyum ve fosfor düzeyini ayarlar. Kemik gelişimini, sinir sistemi ile kaslar arasındaki koordinasyonu, kalp vuruşu ve kanın pıhtılaşmasını düzenler.

#### **2.2.1.2.4. Cinsel Salgı Bezleri**

Ergenlik çağına doğru çalışmaya başlayan bu bezler, cinsel yaşamın düzenli olmasını sağlar. Bu bezlerin yetersiz çalışması anormal cinsel davranışların ortaya çıkmasına neden olur.

#### **2.2.1.2.5. Böbrek Üstü Salgı Bezleri**

Böbreklerin üzerinde bulunurlar. Salgılarına **adrenalin** adı verilir. Doğum öncesinde gelişmeye başlar. Doğumdan sonra ilk birkaç yıl içinde gelişimlerini tamamlar.



**Resim 2.4 : Böbrek üstü bezleri**

Çıkardıkları, hormonlar büyümeyi, kan dolaşımını ve kan basıncın düzenlerler. Duygusal yaşam üzerinde önemli etkileri vardır. Kızgınlık, korku ve kaygı gibi duygular adrenalin fazla çalışmasına neden olur. Bu bezlerin aşırı çalışması kan damarlarının daralmasına göğüs kaslarının gevşemesine, yüzde sivilcelerin artmasına neden olmaktadır.

Yetersiz çalışması ise, tansiyonda düşme, ruhsal çöküntü, çabuk yorulma, sinirlenme ve kaygının artması gibi durumlar ortaya çıkar.

#### **2.2.1.2.6. Epifiz Salgı Bezi**

Beynin tabanında, hipofiz bezinin yanında bulunur. Beslenme düzeyini ve gelişimini etkiler.

#### **2.2.1.2.7. Timüs Salgı Bezi**

Soluk borusunun önünde bulunur. Diğer bezlerin tersine çocukluk çağının sonunda küçülerek yağ parçası haline gelir. Hormonları kalsiyumun kemiklerde depo edilmesine, kemiklerin gelişmesini ve sertleşmesini sağlar. Yetersiz çalışması, kemik gelişiminin geri kalmasına, aşırı hormon salgılaması da güdülerin denetlenmemesine, cinsel sapmalara ve suça yönelmelerin artmasına neden olur.

#### **2.2.1.2.8. Pankreas Salgı Bezi**

Midenin solunda yer alır. Salgıladığı iki salgıdan birini mideye, diğerini kana akıtır.

İnstülün adı verilen ikinci salgı kandaki şeker düzeyini ayarlar. Şeker düzeyinin dengelenmemesi sağlığın bozulmasına neden olur.

### **2.2.2. Çevre**

Bireyin içine doğduğu ve yaşamını sürdürdüğü, bireyi etkileyen canlı, cansız varlıklarla, bütün güç ve uyarıcılar toplamına **çevre** denir. Kişilik, kalıtımın yanı sıra doğal ve ekonomik etmenlerin oluşturduğu fiziksel, toplumsal ve kültürel çevreden de etkilenerek şekillenmektedir. Ruh sağlığımız, beden sağlığımız ve kişiliğimizin oluşmasında, beslenme, barınma ve maddi olanakların önemli bir yeri vardır.

Çevreyi birbirine bağılıklarını ve karşılıklı etkileşimlerini gözden uzak tutmamak koşuluyla fiziksel, toplumsal ve kültürel çevre olarak üç bölüme ayırabiliriz.

Fiziksel çevre iklim, doğal bitki örtüsü, yeryüzü biçimleri gibi şeylerin oluşturduğu çevredir. Bunların kişiliğin oluşumunda ve gelişiminde oldukça önemli rolleri vardır.

İnsan, belirli bir kültürel yapısı bulunan toplumsal çevre içinde doğar ve büyür. Kişiliğin gelişimi ve toplumsal çevre arasında sıkı bir ilişki vardır. Çocuk kişiliğini doğuştan getirdiği bedensel, zihinsel ve gizli yeteneklerini, toplumsal ve kültürel çevrede işleyerek geliştirir.

Kişilik çocuğun gizli güçlerinin yeterliliği ve çevre koşullarının elverişli oranında gelişir. İnsanın yaratıcı yönünü belirleyen zihin gücünü kullanarak biriktirdiği ve geliştirdiği değerler vardır. Bunların pek çoğu kültür adını verdiğimiz ulusal birikimlerdir.

Kişiliğin gelişim, kuşaklar boyunca, yeni eklerle çoğalarak yeni kuşaklara aktarılan bu toplumsal birikimin başta aile olmak üzere diğer toplumsal etmenlerinin de etkisiyle bireyin kendi kişiliğine mal edilmesi yani kişinin toplumsallaşmasıdır.

İnsanın içinde bulunduğu ilk toplumsal çevre ailesidir. Toplumsal bir birim olan aile, içinde yoğrulduğu ve benimsendiği kültür değerleri doğrultusunda çocuğu etkileyerek, onu toplumda duygu, düşünce ve sanat ürünlerine göre eğitmeye çalışır. Bu görevi yerine getirdikten de daha çok kendi kişisel görüş ve eğilimlerini ön planda tutar.



**Fotoğraf 2.7 : Aile ortamı**

Çevrenin en küçük birimi olan aile çocuk ruh sağlığında önemli rol oynar.

### **2.3. Beden Yapısının Ruh Sağlığına Etkileri**

Beden yapısının kişiliğe etkileri, ruh bilimcileri her zaman yakından ilgilendirmiştir.

Kişilik ile beden yapısı arasındaki ilişkilerle ilgili görüşleri ilk kez sistemleştiren kafatası ve beyin yapısı ile ilgilenen bilim adamlarıdır. Onlara göre, kişilikle ilgili özellikler beynin belirli merkezlerinde toplanır. Bazı kişilik özelliklerinin gelişmesinin nedeni, o özellikte ilgili merkezin gelişimi ile ilgili bilgiler verir

Yüz yapısı ile ilgilenen bilim adamları ise daha çok alın, burun ve kulak yapısı ile kişilik arasında bir ilişki aramıştır. Onlara göre alın, burun ve alt çene yapısı zekâyı ve kişilik özelliklerini yansıtır.

Beden yapısı ile kişilik arasındaki ilişki ile ilgili bir başka görüş de Alman Ruh hastalıkları uzmanı Kretschmer ve Sheldon tarafından ortaya atılmıştır.

Kretschmer'in basık alın, yelken kulak, iri gövde, kısa bacak ve uzun kollara sahip kişilerin suça eğilimli olarak doğduklarını iddia etmiş, suç işleme eğilimi ve beden yapısı arasında ilişki bulunduğunu savunmuştur.

Sheldon ise bireyleri belirli birkaç sınıfa yerleştirmenin yanlış olduğundan yola çıkarak, doğum öncesi dönemin ilk iki haftalık süresi olan dölüt döneminde oluşan üç temel dokunun gelişim durumlarına göre insanları gruplandırmıştır.

## 2.4. Sinir Sisteminin Ruh Sağlığına Etkileri

Kişiliğimizi etkileyen kalıtsal etmenlerden birisi de sinir sistemimizdir. Sinir sistemi insanın organizması ile çevresi arasında uyum sağlayabilmek için vereceği tepkileri belirleyen ve bu tepkilerin oluşumunu sağlayan sistemdir. Uyum gerektiren toplumsal durumları sezme, algılama ve kavrama sonucu, yeni tepki biçimlerini benimseyerek eylemde bulunabilme, zekâ gücünü kullanabilme sinir yapısıyla yakından ilgilidir.

Başarılı ve mutlu bir yaşam sürdürebilmek için duyu organları ile sinir sisteminin uyum içinde çalışması ve yeni durumlar uyum sağlayabilme yeteneğinin olması gerekir.

Sinir sisteminin yeterli gelişmemesi, ruhsal yönden çeşitli sarsıntılara yol açmaktadır. Çocukların yaşları ilerlediği hâlde, yaşlarından beklenen beceriyi gösterememelerinin nedeni sinir sistemindeki yetersizlik ve bozukluklardır.

0–6 yaş döneminde çocuğun aile içinde almış olduğu eğitim onun daha sonraki eğitimine temel oluşturmaktadır. İleriki yaşamında başkalarıyla kuracağı ilişkiler, bu dönemde anne-baba ve diğer aile bireyleri ile kurmuş olduğu ilişkilere benzerlik gösterir.

Annenin çalışıyor olması, anne-baba ilişkileri, aile ile beraber yaşayan akrabalar, ailedeki çocuk sayısı, anne-babanın çocuğa karşı tutumları gibi aile içi pek çok etmen duygusal yapı ve tutumların belirlenmesinde önemli bir rol oynar.

Çocuk yetişkin yaşamda başkalarıyla, bu yaşantıların kazandırdığı tutumların niteliğine uygun olumlu ya da olumsuz ilişkiler kurar. Dolayısıyla çocuğun kişilik gelişiminin istenilir biçimde olması, önemli ölçüde ailedeki bu etmenlerin olumluluk derecesine bağlıdır.

İnsan yaşamında aileden sonra gelen en önemli toplumsal ve kültürel çevre okul çevresidir. Okul, amaçlı, planlı, programlı bir yol izleyerek çocuğa çağdaş toplum beklentilerine etkin bir biçimde uyum sağlayabilecek bir kişilik kazandırmakla görevli toplumsal kurumdur.

Okul, ailenin kazandırdığı temel doğrultusunda kişiliğin olumlu yönlerinin güçlenip, olumsuz istenmeyen yönlerinin, zayıflatılmasını sağlayabilir. Okul payına düşen bu görevi yerine getirebilmek için, çocuğun aile çevresini tanımak zorundadır. Okula başlayan çocuk, ilk defa o güne kadar yaşadığı aile çevresi dışında yeni bir varlık haline gelmeye zorlar. Bunun dengeli olarak gerçekleşebilmesi, esli çevre ile yeni çevre arasında bir benzerlik, uygunluk bulunmasına bağlıdır. Çocuk içine girdiği yeni ortam da kendine yakın bireyler bulursa, bu yeni ortama uyum sağlamada güçlük çekmez.

Çocuğun gelecekteki toplumsal ilişkilerini önemli ölçüde etkileyen bir başka çevre de, çocuğun arkadaş çevresidir. 2–6 yaş döneminde akran grubu ile başarılı ilişkiler geliştirebilen çocuk ileriki yaşlarında da toplumsal ilişkilerinde de başarılı olur.

Her insan için vazgeçilmez bir uğraşı olan oyunun ve oyun arkadaşlığının, çocuğu yarına hazırlama, kişiliğin gelişimine katkıda bulunma gibi önemli bir işlevi vardır. Çocuğun üyesi bulunduğu akran grubunun ölçüleri ve benimsedikleri değerler ile çocuğun ailesi arasında uyum olması kişilik gelişimini olumlu yönde etkiler.

➤ **Etkinlik : Bulmaca**

Aşağıdaki soruların yanıtlarını bulunuz. Daha sonra bulmaca içindeki harfler dizisinde soruların yanıtlarını arayınız. Bütün cevapları bulduktan sonra size verilmiş olan şifre sözcüğü bulunuz.

- Bir insanın doğuştan getirdiği ve sonradan kazandığı niteliklerdir.
- İçgüdüler iştahlar istek ve ihtiyaçları içerir.
- İnsanın duygusal hayal ve davranışsal özelliklerinin tümüdür.
- Bireyin davranışlarını kontrol edendir.
- İç ve dış hayatın düzenleyicisidir.
- Yaşama var olmaya hizmet eder.
- Kulüp arkadaş grubu kurulmasında etkilidir.
- Kişiyi özgü davranışların bütünüdür.
- Başarılı ve üstün kişi olmaktır.
- Yaşantılar sonucunda meydana gelir.
- İnsanın gelişimi için gerekli koşulların eksikliğidir.

S	A	Y	G	I	N	L	I	K	İ	H	T
İ	H	T	İ	Y	A	Ç	I	C	A	Y	İ
F	İ	Z	Y	O	L	O	J	İ	K	B	S
A	S	Ş	Ç	A	Y	İ	T	H	İ	O	A
R	Ü	R	I	L	I	S	I	N	S	K	I
E	P	M	İ	Z	A	Ç	Z	Y	T	İ	E
T	E	B	R	İ	K	E	A	R	S	Ş	E
K	R	E	G	O	R	L	A	İ	M	İ	Y
E	E	E	N	İ	İ	L	F	A	A	L	I
R	G	L	İ	H	Ç	Y	E	T	E	İ	C
A	O	X	T	A	G	E	X	Ç	İ	K	A
K	N	İ	Y	İ	X	İ	D	X	Z	X	Y
B	A	Ğ	L	I	L	I	K	İ	H	T	İ



## UYGULAMA FAALİYETİ

Kişilik, kişilikle ilgili temel kavramlar ve kişiliği etkileyen etmenler konusunu araştırarak, bu konuda çevrenizdeki çocukları ve yetişkinleri gözlemleyiniz. Araştırmalarınızı ve gözlemlerinizi rapor haline getirip, edindiğiniz deneyimleri elektronik ortamda sunu oluşturacak şekilde hazırlayarak, arkadaşlarınızla paylaşınız.

GÖZLENECEK DAVRANIŞLAR	ÖNERİLER
➤ Kişilik, kişilikle ilgili temel kavramlar ve kişiliği etkileyen etmenler konusunu inceleyiniz.	➤ Kişilik, kişilikle ilgili temel kavramlar ve kişiliği etkileyen etmenler konusunu istekli olarak dikkatlice araştırınız.
➤ Kişilik, kişilikle ilgili temel kavramlar ve kişiliği etkileyen etmenler konusuna yönelik çevrenizdeki çocukları ve yetişkinleri gözlemleyiniz.	➤ Kişilik, kişilikle ilgili temel kavramlar ve kişiliği etkileyen etmenler konusuna yönelik çevrenizdeki çocukları ve yetişkinleri güler yüzlü, hoşgörülü, dikkatli ve objektif olarak gözlemleyiniz.
➤ Araştırdığınız bilgilerinizi ve gözlemlerinizi rapor haline getiriniz.	➤ Araştırdığınız bilgileri ve gözlemlerinizi rapor haline getiriniz.
➤ Kişilikle ilgili temel kavramlar konusunda çevresine bilgi vermeye yönelik materyal (sunu) hazırlayınız. (Araştırdığınız bilgilerle ve gözlemlerle elektronik ortamda sunu oluşturunuz.)	➤ Kişilikle ilgili temel kavramlar konusunda çevresine bilgi vermeye yönelik materyal tertipli düzenli yaratıcı estetik, objektif olarak araştırınız.
➤ Hazırladığınız materyali arkadaşlarınızla paylaşınız.	➤ Raporunuzu hazırlarken istekli, dikkatli düzenli, temiz ve titiz olunuz. ➤ Arkadaşlarınıza istekli olarak anlatınız.
➤ Hazırladığınız sunuyu diğer arkadaşlarınızın hazırladıklarıyla benzerlik ve farklılıkları karşılaştırarak tartışınız.	➤ Hazırladığınız sunuyu diğer arkadaşlarınızın hazırladıklarıyla benzerlik ve farklılıkları objektif olarak karşılaştırınız.

## DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ

Uygulama faaliyetinde yapmış olduğunuz çalışmaları kendiniz ya da arkadaşınızla değişerek değerlendiriniz.

DEĞERLENDİRME KRİTERLERİ			
		Evet	Hayır
1.	Kişilik, kişilikle ilgili temel kavramlar ve kişiliği etkileyen etmenler konusunu incelediniz mi?		
2.	Kişilik, kişilikle ilgili temel kavramlar ve kişiliği etkileyen etmenler konusuna yönelik çevrenizdeki çocukları ve yetişkinleri gözlemlediniz mi?		
3.	Araştırdığınız bilgilerinizi ve gözlemlerinizi rapor haline getirdiniz mi?		
4.	Kişilikle ilgili temel kavramlar konusunda çevresine bilgi vermeye yönelik materyal (sunu) hazırladınız mı? (Araştırdığınız bilgilerle ve gözlemlerle elektronik ortamda sunu oluşturunuz.)		
5.	Hazırladığınız materyali arkadaşlarınızla paylaştınız mı?		
6.	Hazırladığınız sunuyu diğer arkadaşlarınızın hazırladıklarıyla benzerlik ve farklılıkları karşılaştırarak tartıştınız mı?		

## DEĞERLENDİRME

Yaptığınız değerlendirme sonunda hayır şeklindeki cevaplarınızı bir daha gözden geçiriniz. Kendinizi yeterli görmüyorsanız öğrenme faaliyetini tekrar ediniz. Cevaplarınızın hepsi evet ise bir sonraki faaliyete geçiniz.

## ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Aşağıdaki soruları dikkatlice okuyarak doğru seçeneği kurşun kalem kullanarak işaretleyiniz. Cevaplarınızı cevap anahtarından kontrol ediniz.

1. Bir insanın doğuştan getirdiği ve sonradan kazandığı niteliklerin tümüne ne ad verilir?  
A) Kalıtım B) Yetenek  
C) Mizaç D) Kişilik
2. Aşağıdaki ifadelerden hangisi **yanlıştır**?  
A) Karakter kişiliğin bir yönüdür.  
B) Karakter bireyin sivri ve billurlanmış özellikleridir.  
C) Karakter bireyin içinde yaşadığı çevreye göre değerlendirilir.  
D) Karakter doğuştan getirilen özelliklerdir.
3. Freud'a göre Ego'nun görevini aşağıdakilerden hangisi açıklar?  
A) İdden gelen tepkileri bastırır.  
B) Kişiliğin yürütme organıdır.  
C) Kişiliğin törel yönüdür.  
D) Doğuştan var olan psikolojik gizli güçlerin tümüdür.
4. Kişilik bozuklukları hangi dönemde başlangıç gösterir?  
A) Yetişkinlikte B) Çocuklukta  
C) Ergenlikte D) Yaşlılıkta
5. Organizmanın canlı kalabilmesi sağlayan ihtiyaç hangisidir?  
A) Fizyolojik ihtiyaçlar  
B) Toplumsal ihtiyaçlar  
C) Sosyal ihtiyaçlar  
D) Psikolojik ihtiyaçlar
6. Aşağıdakilerden hangisi benliği oluşturan öğelerden birisidir?  
A) Bireyin yaşantıları  
B) Yetenekleri  
C) Amaç ve idealleri  
D) Hepsi
7. Bireyin anne ve babadan aldığı genler yoluyla oluşturmuş olduğu toplam genetik yapıya ne ad verilir?  
A) Genotip C) Kalıtım  
B) Fenotip D) Hiçbiri

8. Aşağıdakilerden hangisi hipofiz salgı bezinin yetersiz çalışması sonucu ortaya çıkan bir durum **değildir**?
- A) Cücelik ve develik
  - B) Gebeliğin oluşamaması
  - C) Doğumdan sonra süt salgılanamaması
  - D) Kretenizm
9. Duygularımız üzerinde en fazla etkiye sahip olan iç salgı bezi aşağıdakilerden hangisidir?
- A) Paratroid salgı bezi
  - B) Troid salgı bezi
  - C) Böbrek üstü salgı bezi
  - D) Timüs salgı bezi
10. Bireyin **icinde** doğduğu ve yaşamını sürdürdüğü, bireyi etkileyen canlı, cansız varlıklarla, bütün güç ve uyarıcılar toplamına ne ad verilir?
- A) Uyarıcı
  - B) Gütüler
  - C) Çevre
  - D) Hiçbiri

## DEĞERLENDİRME

Yaptığınız değerlendirme sonunda hayır şeklindeki cevaplarınızı bir daha gözden geçiriniz. Kendinizi yeterli görmüyorsanız öğrenme faaliyetini tekrar ediniz. Cevaplarınızın hepsi evet ise bir sonraki faaliyete geçiniz.

# MODÜL DEĞERLENDİRME

Bu faaliyet kapsamında kazandığınız bilgi ve becerileri aşağıdaki soruları yanıtlayarak belirleyiniz. Soruların yanındaki başlıkları; doğru önermeler için (D), yanlış önermeler için (Y) yazarak doldurunuz.

1. ( ) Kalıtım yoluyla anne babadan çocuklara geçen özelliklerden bazıları başat bazıları çekiniktir.
2. ( ) İnsan yaşamının normal sürmesi için hipofiz bezinin dengeli çalışması gerekir.
3. ( ) Cinsel salgı bezleri bebeklikte çalışmaya başlar.
4. ( ) Başarılı ve mutlu bir yaşam sürdürebilmek için duyu organlarıyla duyu sistemi uyum içinde çalışmalıdır.
5. ( ) Mizaç, insanın duygusal özellikleridir.
6. ( ) Meslek sahibi kadın, çocuk yüzünden işini bırakmışsa reddedici tavıra girebilir.

Aşağıdaki sorularda boş olan yerlere uygun olan kelime / kelimeleri işaretleyiniz. Cevaplarınızı cevap anahtarından kontrol ediniz.

1. Kişinin kendisiyle ve çevresiyle uyum içinde olması..... olarak tanımlanır.  
A) Eğitim psikolojisi  
B) Çocuk sağlığı  
C) Ruh sağlığı  
D) Gelişim sağlığı
2. Bir yerimiz ağrıdığı anda hemen doktora gidiyorsak, aile içi problem yaşadığımızda da ..... / ..... almalıyız.  
A) Psikolog desteği  
B) Hastane desteği  
C) Anne-baba desteği  
D) Kendi kendimizin desteği
3. Ruh hastasının tedavisi sonucunda topluma kazandırılması için girişilen bütün çabalara ..... denir.  
A) Psikoloji  
B) Erken teşhis  
C) Eğitim  
D) Rehabilitasyon
4. Ruh hastalıklarını önleme kişinin ..... araştırılarak yapılır.  
A) Geçmişteki yaşantıları  
B) Aile yapısı  
C) Kardeş sayısı  
D) İş hayatı

# CEVAP ANAHTARLARI

## ÖĞRENME FAALİYETİ-1 CEVAP ANAHTARI

1	D
2	Y
3	D
4	Y
5	D
6	D
1	C
2	B
3	C
4	A

## ÖĞRENME FAALİYETİ-2 CEVAP ANAHTARI

1	D
2	A
3	B
4	B
5	A
1	D
2	B
3	D
4	B
5	C

## MODÜL DEĞERLENDİRME CEVAP ANAHTARI

1	D
2	D
3	Y
4	D
5	Y
6	D
1	C
2	A
3	D
4	A

## ÖNERİLEN KAYNAKLAR

- BAYMUR Feriha **Genel Psikoloji**, İnkılap ve Aka Kitabevi, İstanbul. 1973.
- KIRKINCIOĞLU Meliha, **Çocuk Ruh Sağlığı**, Yapa Yayınları, İstanbul, 1984.
- NAZİK Behire, **Çocuk Ruh Sağlığı**, Altın Kitaplar Yayınevi, 1982.
- NAVARO Leyla, **Beni Duyuyor musun?**, İstanbul, 1983.
- YÖRÜKOĞLU Atalay, **Çocuk Ruh Sağlığı**, Türk Tarih Kurumu Basımevi, Ankara, 1984.
- Rehabilitasyon Merkezleri
- Bilgisayar Eğitim Bilgileri



## KAYNAKÇA

- AÇIKGÖZ ÜN Kamile, **Aktif Öğrenme**, Eğitim Dünyası Yayınları, İzmir, Mart, 2005.
- ADASAL Rasim, **Mekal Psikoloji**, A.Ü.T.F Yayınları, Ankara, 1974.
- BAŞARAN Ethem, **Eğitim Psikoloji**, Yargıçoğlu Matbaası, Ankara, 1974.
- BAYMUR Feriha, **Genel Psikoloji**, İnkılap ve Aka Kitabevleri, İstanbul, 1974.
- ENÇ Mithat, **Ruh sağlığı**, İnkılap ve Aka Kitabevleri, İstanbul, 1974.
- GENÇTAN Engin, **İnsan Olmak**, Adam Yayıncılık, Ankara, 1984.
- [www.hatunca.net](http://www.hatunca.net)
- [www.ruhsagligi.org](http://www.ruhsagligi.org)