



UŞAK REHBERLİK VE
ARAŞTIRMA MERKEZİ

SESSİZ GÜÇ İÇEDÖNÜKLER

Ebeveynler Öğretmenler ve
Psikolojik Danışmanlar İçin
Bir Çalışma

İÇİNDEKİLER

İçindekiler

Giriş

1.Mizaç, Karakter ve Kişilik.....	1
2.Kişilik Tipleri.....	1
2.1. <i>Analitik Psikolojide İçedönüklük ve Dışadönüklük</i>	2
2.2. <i>Biyolojik Yaklaşım Göre İçedönüklük ve Dışadönüklük</i>	2
3.İçedönüklüğün Nedenleri.....	2
4.Utangaçlık ve Aşırı Duyarlılıktan Farklı Olarak İçedönüklük.....	3
5.İçedönüklük ve Kültür.....	6
6.İdeal Kişilik Miti.....	8
7.İçedönüklerin Liderliği.....	9
8.Sinema ve Edebiyatta İçedönüklerin Yeri.....	11
9.Eğitimde İçedönükler.....	13
9.1. <i>Eğitimde Bireyi Tanımanın Önemi</i>	13
9.2. <i>Eğitimde İçedönükler</i>	13
9.3. <i>Eğitimde Bireysel Farklılıkları Destekleyen Uygulamalar</i>	15
10.Sonuç ve Öneriler.....	16
Kaynakça.....	19

GİRİŞ

İnsanoğlu var olduğundan bu yana, kendisinin ve dış dünyanın karmaşıklığını anlamlandırma çabası içerisinde olmuştur. Bu anlamlandırma süreci ise her bireyde farklı gelişmektedir. Bu durum da, her bireyin farklı bir bakış açısına ve kişilik özelliklerine sahip olduğunu göstermektedir.

Bireylerin farklılıklarının yanı sıra benzerliklerinin de olması kişiliklerin gruplanmasına zemin hazırlamıştır. Geçmişten günümüze, farklı özellikler ölçüt alınarak oluşturulan gruplar insanların birbirini anlamasında ve tanınmasında kolaylık sağlamıştır. Bundan dolayı kişilik özellikleri her dönemde önemini ve çekiciliğini korumuştur. İnsanların birbirlerinin kişilik özelliklerini anlama ve birbirlerini tanıma sürecine, yeni tanışılan birine burcunu sorma durumu örnek olarak verilebilir. Çünkü burçlar hakkında biraz bilgi sahibi olduğu takdirde o kişinin uğurlu sayısından, hangi burçlarla anlaşılabilir ve anlaşamayacağına varana kadar o kişi hakkındaki birçok şey tahmin edilebilir. Bu sayede insanlar, kimi muhatap aldığı farkına varır ve ona göre hareket eder.

Burçlar dışında kişilik özelliklerini gruplarken önemli bir yere sahip olan bir diğer ölçüt ise bireyin fiziksel özellikleridir. Literatürde fizyognomi olarak geçen bu bilime, Aristo ve Hipokrat gibi eski Yunan düşünürlerin eserlerinde rastlanmaktadır. Türk kültüründe ise 18. Yüzyıl bilim adamı ve mutasavvıflarından olan Erzurumlu İbrahim Hakkı'nın ünlü eseri Marifetname'de bu konuyla ilgili derinlemesine bilgiye yer verildiği görülür. Bu kitap incelendiğinde, "Başı büyük olanın akli çok olur, alını dar olanın ahlakı da dar olur, gözleri gök olan zekidir" gibi uzayıp giden bir liste olduğu görülür.

19. yüzyılın sonları ile 20. yüzyılın başlarına gelindiğinde ise, modern psikoloji ile birlikte kişilik tiplerinin gruplanmasında önemli adımların atıldığı görülmektedir. Bu adımları atan kişilerden biri olan Adler, insanları karşılaştıkları zorluklara göre iyimser-kötümser, saldırgan-kendini savunanlar olarak ayırmıştır. Jung ise kişiliğin; içedönük-dışadönük olarak iki temel tutumu ve düşünme, hissetme, duyma ve sezgi olarak dört işlevi olduğunu öne sürmüştür (Geçtan, 2012). Her insan zaman zaman dışadönük, zaman zaman da içedönük tutumlar sergileyebilir ancak bu iki tutum bilinç düzeyinde aynı anda bulunmaz. Yani her kişide içedönük ve dışadönük tutumlardan biri daha baskın olur.

Jung'a göre dışadönüklüğün baskın olduğu kişi, kendi algıları üzerinde düşünmektense diğer insanların ve olayların dış dünyasını kavramaya çok fazla zaman harcamaktadır. Bu kişiler olaylara, insanlara karşı ilgilidir, onlarla ilişki içine girer ve onlara bağlılık gösterir. Aynı zamanda çevrelerinden çok fazla etkilenirler. İnsanlara kolay yaklaşırlar ve sosyaldirler (Yazgan İnan ve Yerlikaya, 2008). İçedönüklüğün baskın olduğu bireyleri ise Jung, "Kendi öznel deneyimlerine yönelmiş derin düşünme eğiliminde olan ve kendi iç ilişkileri ile fazlaca meşgul olan kimseler" olarak tanımlamıştır. İçedönük bireyler nesnel gerçeklik yerine öznel dünyalarına odaklanmaya çok daha fazla zaman ayırır. Bu kimseler bakışlarını kendisine çevirmiş, kendi iç sorumluluğuyla uğraşan bireylerdir (Burger, 2006).

Günlük yaşantımızdan ilgili alanyazına varıncaya kadar içedönük bireylerin toplumdan kendisini soyutlayan, çekingen ve bu özelliklerinden dolayı toplum tarafından çok da tasvip

edilmeyen bireyler olarak algılandığı görülmektedir. Hatta günümüz dünyasında içedönük bireylerin içinde buldukları bu durumdan kurtulup dışadönük bireyler haline gelebilecekleri ve gelmeleri gerektiği şeklinde bir anlayış hakimdir. Genel kanıya göre içedönük bireyler daha çok sosyal ortamlarda bulunarak, grupla yapılan sosyal aktivitelere katılarak, kişilere ve olaylara daha çok önem vererek işe koyulabilirler. Ancak tam da bu noktada, içedönük bireylerin kendi öznel dünyalarında sahip oldukları derin düşüncelerle büyük kitleleri arkalarından sürükleyebilecek bir güce sahip oldukları gözden kaçırılmaktadır. İslamda, Hıristiyanlıkta ve Musevilikte peygamberlerin insanlara hitap etmeden önce kendi iç dünyalarına çekilmeleri, Budizm'deki meditasyon, dünyaca ünlü yazarların büyük eserlerini ortaya koydukları süreçler ve tarihteki birçok kırılma noktası sayılan olaylar içedönük bireylerin genel kanının tam aksi kişiler olduğuna örnektir. Bu görüşe örnek olarak tarihteki birçok kırılma anından biri olan, Rosa Parks'ı "Sivil Halk Hareketinin Annesi" yapan bir olaydan bahsedilebilir:

1 Aralık 1955. Alabama, Montgomery. Her zamanki gibi işten çıkmış eve dönmek için otobüs durağına doğru giden Rosa Parks, günün yorgunluğunu üzerinde taşıyordu. O dönemde belediye otobüslerinin zenciler için ayrı bölmeleri ve katı uygulamaları vardı. Yolcuların yaklaşık yüzde 70'i zenci olmasına rağmen yalnızca otobüsün arka kısmındaki birkaç koltuk onlara aitti ve eğer beyazlara ait olan kısımda yer kalmamışsa zenci yolcular yerlerinden kalkarak otobüse yeni binen bir beyaz yolcuya yer vermek durumundalardı. Gelen otobüse binen Rosa'nın o gün sarf edeceği tek kelime, pasif direnişinin ve büyük protestoların çıkış noktası olacaktı. Yolculuk devam ederken binen beyaz yolcuya yer kalmaması üzerine şoför Rosa'ya ve onun yanındaki yolcuya yerlerinden kalkmasını söyleyecekti. Rosa ise yalnızca "Hayır" diyerek yerinden kalkmayacaktı. Şoför ona kalkmazsa tutuklanacağını söyleyecek ve bir polis memuru çağıracaktı. Polisin gelişiyile Rosa tutuklanacak ve kamu düzenini bozduğu gerekçesiyle yargılanacaktı. Ancak duruşmanın ardından meydana Rosa için 5000 kişi toplanacaktı. Toplanan kalabalığa konuşma yapan Martin Luther King ise Parks'ın cesaretini övecek ve "Zulmün demirden ayağının altında ezilmenin insanların canına tak ettiği bir an gelir" diyecekti. Rosa'nın yürekliliğini desteklemek için buluşan bu kişilerle başlayan protesto, 381 gün boyunca uygulanan otobüs boykotuyla devam edecekti. İnsanlar kilometrelerce yol yürümek zorunda kalsa dahi otobüsleri kullanmayacaklar ve nihayet otobüs firmaları zor durumda kaldıkları için bu ayrımcı uygulamaya son vereceklerdi. Bu insanlar Amerikan tarihinin akışını işte böyle değiştireceklerdi.

Bu hikâye okunduğunda Rosa Parks nasıl hayal edilmiştir? Böylesine cesur ve kararlı bir kadınla ilgili zihinlerde nasıl bir tasvir canlanmıştır? Rosa'yı yakın çevresinin ve kendisinin içedönük, tevazu sahibi, çekingen ve sessiz olarak tanımladığı düşünülünce bu özellikler hayal edilen tasvire uymuş mudur? Aslında Rosa Parks, alçak sesle konuşan, sevimli, ufak tefek biriydi. Ancak bir aslanın yürekliliğini taşıdığı aşıkardı. Peki, hem sessiz hem de yürekli olunabilir miydi? Rosa Parks, yıllar sonra yazdığı otobiyografisine "Sessiz Güç (Quiet Strength)" ismini verdi. Ancak, sessiz güçlü olabilir miydi? Sessiz kişiler onlardan umulmayan daha neleri yapabilirlerdi?

1. MİZAÇ, KARAKTER, KİŞİLİK

Günlük yaşantımızda birbirimizi tanımaya ve anlamaya çalışırken, “anlayışlı biri, lider kişiliğe sahip, kararlı, meraklı, hoşgörülü, sabit fikirli, dobra ya da tam bir gözlemci” gibi ifadeleri sıkça kullanırız. Kendimizi tanıtırken bize has özelliklerimizi sıralarız. Bizi biz yapan, bizi diğerlerinden ayıran, kimi zaman da ötekiyle bir olduğumuzu gösteren özelliklerimizden bahsederiz. Bazen bu özelliklerimizden dolayı birbirimize yaklaşıırken bazen de uzaklaşabiliriz.

Temelde, insanın farklılıklarından ve benzerliklerinden yola çıkılarak ortaya atılan kişilik, kavram olarak ruhbilimciler tarafından farklı formlarda tanımlanmıştır. Köknel (1999), “Bir insanı başkalarından ayıran bedensel, zihinsel ve ruhsal özelliklerin bütünü” olarak değerlendirmiştir. Başka bir ifadeyle, kişilik kavramından, bir insanı nesnel (objektif) ve öznel (subjektif yanlarıyla diğerlerinden farklı kılan duygu, düşünce, tutum ve davranış özelliklerinin tümü anlaşılır. Mizaç ya da huy, günlük yaşantı içinde kişiye özgü, oldukça sınırlı, belirli duygusal tepkilerin nitelik ve nicelik bakımından değişmesidir. Yani mizaç kişiliğin ancak bir yanını oluşturmaktadır. Çabuk kızmak, sıkılmak, öfkelenmek, neşelenmek vb. bireylere göre değişen mizaç özellikleri ya da huydur. Karakter ise, kişiye özgü davranışların bütünü olup, insanın bedensel, zihinsel ve duygusal etkinliğine çevrenin verdiği değerdir. Başka bir ifadeyle, karakterde, kişilikle içinde yaşanılan çevrenin değer yargıları birlikte yorumlanır. Bütün bunlar ise kişiliği oluşturur. İnsanların benzer ve farklı özelliklerini çeşitli kuramcılar farklı yaklaşımlarla ele almış ve kişilik tipleri sınıflamasına gitmişlerdir.

2. KİŞİLİK TİPLERİ

Kişilik tiplerini sınıflamanın ilk örneği Eski Yunan ve Roma’da görülmüştür. Hipokrat ve Gallen, insanları tabiattaki dört unsur (su, hava, ateş, toprak) esasına dayalı ve dört temel vücut salgısına göre karakterlere ayırmıştır. Bedenlerinde “kırmızı kanın” en etkin sıvı olduğuna inanılan insanlar; canlı, neşeli, “beyaz kanın” etkin sıvı olduğuna inanılan insanlar; ağırkanlı, yavaş, “kara safra” etkin olanlar; düşünceli duygusal, “sarı safra” etkin olanlar ise çabuk parlayan, öfkeli olarak değerlendirilmiştir(Göka ve Beyazyüz,2015). Hemen her dilde bir insanın belirleyici kişilik özelliğinden bahsederken sıcakkanlı ve ağırkanlı deyişlerinin olması bu eski tip anlayışının mirası olduğu söylenebilir.

Kişiliklerin sınıflandırılmaya çalışılması ilerleyen yüzyıllarda da farklı şekillerde devam etmiştir. Önceleri genellikle tıbbi bir şekilde açıklanan ve sınıflandırılmaya çalışılan kişilik tipleri, sonrasında fiziksel görünüm esas alınarak sınıflandırılmaya çalışılmıştır. 20. Yüzyılın başından itibaren birçok farklı psikoloji ekolü ortaya çıkmıştır. Bu ekollerden en önemlisi bugün bile kullanılan, kişilik ölçeklerine kaynaklık eden C.Gustav Jung’un “Tipler Teorisi” dir. Jung, insanları hayata karşı yaklaşımlarına ve olaylara tepki biçimlerine bakarak temelde içedönük ve dışadönük tipler olarak ikiye ayırmıştır. Jung’un öğretilerini temel alan ve üç büyük psikolojik akımdan biri olan “analitik psikoloji”de içedönüklük ve dışadönüklük ayrıntılı olarak ele alınmıştır.

2.1. Analitik Psikolojide Dışadönüklük ve İçedönüklük

Jung (2015) 'a göre birtakım insanlar dış dünyadan uyarana geldiği zaman, ona tereddütsüz yaklaşır. Bir takım insanlar da önce hafif bir şüpheyle “ neden” diye sorar ve bir adım geri çekilirler. İlk tutum dışadönüklüğe, ikinci tutum ise içedönüklüğe uymaktadır. Dışadönük davranışın özellikleri, libidonun, olaylara, insanlara ve nesnelere karşı ilgi, onlarla ilişki içine girmek ve onlara karşı bağlılıktır. Bu özelliklerin herhangi birinde huy olarak bulunmasını Jung, dışadönük tip diye tanımlamıştır. Dışadönük tip, sosyal bir tiptir ve yabancı olduğu çevrelerde güvenlidir. Genellikle çevresiyle iyi geçinir. Çevresiyle ters düştüğünde bile oraya bağlı olduğu söylenebilir; çünkü karşıtı olduğu içedönük tipin aksine, bir yana çekilmek yerine tartışmayı ve ağız kavgasını yeğler ya da çevresini kendi kalıplarına göre yeniden düzenler. İçedönük davranışı ise Jung, geri çekilmeci bir davranış olarak tanımlar. Libido içeriye doğru akar ve kişisel etkenler üzerinde yoğunlaşır. Yine bu davranışı huy edinmiş kişiler ise içedönük tipleri oluşturur. İçedönük tip, insanlara ve nesnelere karşı güvensizdir, sosyal değildir, kendisiyle baş başadır ve düşünmeyi harekete geçmeye yeğler. Her iki tip de karşıtının olumsuz özelliklerini görür ve küçümser. Bu gerçek, sayısız yanlış anlaşılmalara yol açmış, hatta zamanla uzmanlaşmış felsefelerin, birbiriyle çelişen psikolojilerin, farklı hayat değerlerinin ve yollarının ortaya çıkmasına zemin hazırlamıştır(Fordham,1996).

Jung'un oluşturduğu dışadönük ve içedönük kişilik tipini Eysenck, daha ayrıntılı ele alarak bu iki tipin kendi içinde açılımları olabileceğini belirtmiştir. Başka bir deyişle içedönük ve dışadönük tipleri birbirinden keskin bir şekilde ayırmak yerine bu tiplerin kendi içlerinde geçişlerinin olabileceğini söylemiştir.

2.2. Biyolojik Yaklaşım Göre Dışadönüklük ve İçedönüklük

Eysenck, Jung'dan farklı olarak, içedönük ve dışadönüklerin sadece davranışlarının değil, fizyolojik yapılarının da farklı olduğunu savunmuştur. İlk başta tam tersi bir durum söz konusuymuş gibi gelse de, dışadönüklerin içedönüklere göre beyin kabuğu uyarılması düzeylerinin daha düşük olduğunu öne sürmüştür (Burger, 2006). Bir diğer farkı ise, oturmuş-uçarı ayırımıdır. Ona göre, oturmuşlar çevrelerine daha iyi uyum sağlarken, uçarılarda uyum problemleri ortaya çıkmaktadır. Oturmuş-dışadönük, hoş sohbet, aldırılmaz, atılgan ve önderlik özellikleri olan, uçarı-dışadönük ise hemen alınganlaşan, saldırgan, çabuk heyecanlanan, hareketli bireyleri temsil etmektedir. Benzer şekilde oturmuş-ıçedönük toplum içinde kontrol mekanizmasını ele alarak denetimci davranışı kabullenirken, uçarı-ıçedönüğün ise topluluktan kaçan, karamsar, katı, kaygılı olduğunu söylemiştir (Hazar,2006). Çeşitli yaklaşım ve kuramcılara göre incelenen içedönüklüğün nedenlerine değinmek de yerinde olacaktır.

3. İÇEDÖNÜKLÜĞÜN NEDENLERİ

Kişiliğin oluşumundaki farklılığın sebeplerinin çevresel ve kalımsal olarak iki boyutta incelendiği göze çarpmıştır. Kişiliğin kalıtımla geçen yönü üzerine birçok biyolojik araştırma yapılmıştır. Bu alanda yapılan ilk çalışmalar Eysenck tarafından yapılmıştır.

Eysenck'e (1965) göre bireylerin içedönüklük ve dışadönüklük bakımından birbirinden ayrılmasında önemli oranda kalıtımın etkisi vardır. Ona göre içedönüklerin otonom sinir sistemi ve korteksleri normalin üstünde, dışadönüklerinki ise normalin altında uyarılma

kapasitesine sahiptir. Dolayısıyla dışadönük bireyler daha güçlü uyarıcılara gereksinim duymakta ve uyarıcıların daha yoğun olduğu çevreleri aramaktadır. İçedönük bireyler ise biyolojik olarak uyarımlara daha açık olup, uyarıcıları daha algılayıp daha güçlü tepki verebilecek beyin yapısına sahiptirler (Akt. Pişkin, 2004). Dışadönüklerin daha fazla riskli ve tehlikeli davranışlarda bulunması, içedönüklerin daha temkinli olması dışadönüklerin içedönüklere oranla daha fazla uyarana ihtiyaç duyması ile açıklanabilir. Kalabalık bir arkadaş grubunda çok fazla uyarıcı olduğu için içedönükler böyle ortamlarda kendilerini rahatsız hissetmektedirler. İçedönüklerin uyarım düzeyleri daha düşük olduğu için yoğun ışık ve yüksek gürültüden daha fazla etkilenmektedirler.

Olsen Laney'in (2002) araştırmasına göre, içedönüklerin beyinlerinde baskın olan nörotransmitterler dışadönüklerinkinden farklıdır. Dışadönüklerde sempatik sistemin (vücudu saldırıya, kavgaya veya dış dünyayla ilgili çabalara hazırlayarak performans göstermeye yarayan sistem) aktiviteleri baskınken, içedönüklerde parasempatik sistemin (gevşemeyi, dinginliği ve korunmayı sağlayan sistem) aktiviteleri baskındır. Sempatik sistemde dopamin kullanılırken, parasempatik sistemde asetilkolin kullanılmaktadır. Dışadönükler dopamin yolağında daha fazla aktivite gösterirken, içedönükler daha fazla asetilkoline sahiptir (Akt. Loehken, 2016). Dopamin merak, haz ve farklılık arayışı ile ilişkilirken; asetilkolin öğrenme ve hafızayla ilişkilidir. Bu yüzden içedönüklerin daha yüksek konsantrasyona ve daha güçlü hafızaya sahip olduğu söylenebilir.

Iowa Üniversitesi psikoloji bölümünde yapılan bir araştırmada (Shy or Outgoing, 2000), 18 sağlıklı insanın beyin tomografileri ayrıntılı biçimde incelenmiş ve içedönüklerinin beyinlerinin ön lobu ve ön talamuslarının daha etkin çalıştığı saptanmıştır. Beynin bu bölümleri anımsama, problem çözme ve plan yapma gibi beynin içsel süreçleri ile ilgilidir (Akt. Pişkin, 2004).

Benzer çalışmalarda da içedönük ve dışadönük kişilik özelliğinin bireylerin biyolojik farklılıklarından kaynaklandığı görüşü savunulmuştur. Kişilik özelliklerinin nedenleriyle alakalı tek bir etken söylemek pek mümkün değildir. Kişiliğin oluşmasında kalıtıma ek olarak çevrenin de büyük etkisi vardır.

Kişilik kavramı ve davranışlar bireye ve çevreye göre değişiklik gösterir. Çevresel sebepler içerisinde; içinde bulunulan kültürün değerleri, ailenin yetiştirme tarzı, sosyokültürel durumu, eğitim sistemi gibi faktörlerin etkisi sayılabilir. Farklı çevrelerde yetişen kişilerin biyolojik özellikleri benzer olsa da içedönüklük-dışadönüklük düzeyleri farklı olabilir; aynı şekilde aynı çevrede yetişen kişilerin benzer özellikler gösterse de aynı kişilik özelliğine sahip olmaları beklenmez.

4. UTANGAÇLIK VE AŞIRI DUYARLILIKTAN FARKLI OLARAK İÇEDÖNÜKLÜK

İçedönük dendiğinde genellikle akıllarda sosyal ilişkilerde başarısız, utangaç, aşırı duyarlı, pek konuşmayan kişiler canlanmaktadır. Ancak içedönüklük utangaçlıktan, aşırı duyarlılıktan oldukça farklıdır. Aşırı duyarlılık, sinir sisteminin dışarıdan gelen etkilere olağan dışı bir şekilde duyarlı olmasıdır. İçedönüklerin ise dışadönüklere oranla beyinleri dışarıdan

gelen uyarılara karşı daha yoğun şekilde yanıt verir ve daha duyarlıdır (Loehken, 2016). Bu durum gürültülü bir ortamda ders çalışamayan, tamamen sessiz ortama ihtiyaç duyan, arkadaşlarla geçirilen uzun bir günün ardından yalnız kalarak enerjisini depolama ihtiyacı hisseden bireyler anlamına gelir. Ancak görüldüğü gibi bu aşırı duyarlılık anlamına gelmemektedir. Aynı şekilde utangaçlık teriminden de farkı barizdir. Utangaç bireyler çevreyle sosyal temas kurma, insanlarla karşılaşma konusunda kaygı duyarlar. İçedönüklerde ise böyle bir durum genellikle söz konusu değildir.

Jung, içedönüklük ve dışadönüklüğün tek başına olumlu ya da olumsuz özellikler bütünü olmadığını, ancak bu özelliklere sahip bireylerin sergileyebilecekleri davranış türüne bağlı olarak olumlu ya da olumsuz olarak adlandırılabilceğini belirtmektedir (Pişkin, 2004). Uçlarında içedönüklük ve dışadönüklük bulunan yelpazenin içedönük kısmına yakın olan bireyler birtakım özelliklere sahiptir. Bu özellikler ve davranış kalıpları süreğen olmayıp zaman zaman değişebilmektedir. Her insanın ruh halindeki dalgalanmalar gibi içedönük ve dışadönük bireylerin de dalgalanmalar yaşadığı görülmektedir. Ancak bir sıralama yapılacak olursa içedönük bireylerin özelliklerine değinebilmek mümkündür.

İçedönük bireylerin özelliklerinden biri tedbirli olmaktır. Tedbirlilik, kişinin güven içinde olmasını sağlayan bir özelliktir. İçedönüklerin de tedbirli olmaları güvenlik ve emniyet içinde olma arayışlarından doğar. İçedönükler içinde buldukları projelerde ve işlerde dikkati elden bırakmazlar, derin gözlemler ve incelemeler yapmadan risk altına girmezler, dışadönüklerin aksine konuşmadan, fikirlerini dile getirmeden ve hareket etmeden önce çokça düşünürler (Loehken, 2016). Sessiz bireyler aynı zamanda çevresindekilerle olan mesafelerini bir süre korurlar. Kendileri için önemli olan şeyleri korumaya ve kendilerini ele vermemeye meyillidirler. Bütün bunlar içedönüklerin tedbirli oldukları ve kendi güvenliklerini sağladıkları anlamına gelmektedir.

Sessiz bireylerin özellikleri arasında bağımsız ve içten denetimli olmaları da yer almaktadır. Bağımsız bireyler diğerlerinin ne düşündükleriyle ilgili daha az kaygı duyarlar. Kendilerince doğru ve kabul edilebilir buldukları şeyleri diğer insanlara göre daha kolay gerçekleştirirler. Karabulut'a (2014) göre, içe dönük düşünme stilini tercih eden bireyler, kendi başlarına, diğerlerinden bağımsız olarak sürdürebileceği işlere, projelere ya da durumlara izin veren aktivitelerle uğraşmayı severler. Bu özellikleriyle dış çevrenin tepkilerinden bağımsız olan, onların uyarılarına daha az ihtiyaç duyan, kendi denetimlerini ve güçlerini kendi içlerinden alan içedönükler, dışadönüklere oranla daha fazla bağımsızdırlar. Böylece bağımsız içedönükler başkalarından onay beklemeden kendilerine yetebilir durumda, kendileri için sorumluluk alabilme ve içsel özgürlüğe sahip olma becerisine sahiptirler (Loehken, 2016).

Her birey çocukluğundan itibaren kendi gelişim süreci içerisinde hangi davranışının hangi sonucu doğuracağı ve hangi sonuçların kendi davranışlarından kaynaklandığı, hangilerininin bağımsız olduğu konusunda tutarlı beklentiler geliştirir. Rotter (1966) bu beklentilerin içten veya dıştan denetim kaynağına; inanç olarak nitelendirerek yaşamındaki ödül ve cezaları belirleyen güçlerin yoğunlaştığı yere denetim odağı adını vermiştir (Yeşilyaprak, 2004). Bireylerin de bu beklentileri geliştirmesi sırasında çevreden aldığı pekiştiriciler, üzerlerinde farklı etkiler yaratmaktadır. Buna bağlı olarak birey ya kendi

davranışlarının denetim kaynağını kendine bağlı olarak gördüğü içsel; ya da kendi dışındaki etkenlere bağladığı dışsal bir kişilik yapısı geliştirmektedir. Tanımı yapılacak olursa içsel denetim ödül ve cezaların bireyin kendi davranışının bir sonucu olduğunu, dışsal denetim ise ödül ve cezaların bireyin kendi dışındaki başka güçlerin (Allah, kader, şans vb.) bir sonucu olduğu belirtmektedir (Köksal, 1991).

Alanyazın tarandığında içedönük-dışadönük kişilik özelliğinin denetim odağı ile ilişkisinin incelendiği çalışmalara pek rastlanmamıştır. Ancak içsel denetimli bireylerin entelektüel ve akademik etkinliklerde daha fazla zaman harcadıkları, okul başarılarının daha yüksek olduğu göz önünde bulundurularak içedönük bireylerin içten denetimli olabileceği sonucu çıkarılabilir. Aynı zamanda sorumluluk olarak ilişki kurulursa; içedönük insanların Jung'a göre alt boyutları incelendiğinde sorumluluk alma özelliklerinin bulunduğu görülmektedir ve dışadönük insanların alt boyutlarında ise sorumsuzluk ifadesi yer almaktadır (Güler, 1996).

İçedönük bireylerin enerjilerini kendi iç dünyalarından aldıkları bilinmektedir. İç dünyalarına sıklıkla yönelen içedönükler edindikleri izlenimleri kendilerince işleyerek deyim yerindeyse sermaye birikimi oluştururlar. Nesnelere, olaylar, insanlar hakkındaki yoğun düşünceleriyle edindikleri sermayelerini insanlarla birlikte vakit geçirirken çokça kullanırlar. Genel bir kanı olan içedönüklerin konuşmayı sevmemesinin, insanlarla sohbet etmekten uzak durmasının aslında doğru bir bilgi olduğu söylenememektedir. Çünkü bu bireyler ilgilerini çeken bir konu olduğunda rahatlıkla sohbet edebilmektedirler. Bu kanının sebebi ise içedönüklerin buldukları ortamda yüzeysel konuşmalardan uzak durması, konunun derinine, özüne inmesi, ana fikrine vurgu yaparak temel düşünceler hakkında konuşması olarak düşünülebilir. Aslında dışadönüklere oranla daha az yaptıkları düşünülen iletişim, sıklıkla derinliği olan bir iletişimdir. Bu şekilde sosyal ilişkilerde yüzeysellikten uzak durup, öze inen içedönükler genellikle hayat boyu devam eden arkadaşlıklara sahip olurlar. Mudore (2002), çalışmasında içedönüklerin pek çok kişiyle iletişim kurmak yerine az sayıda insanla ama derin ilişkiler kurmaktan hoşlandıklarını, bir konuyu derinlemesine inceleme becerilerinin güçlü olduğunu belirtmektedir (Akt. Pişkin, 2004). Bütün bunlar içedönüklerin derinlik, öze inme, derin ilişkiler kurma gibi özelliklere sahip olduğunu göstermektedir.

Sosyal medyanın ilişkiler üzerindeki etkisi gün geçtikçe artmaktadır. İnsanlar sosyal medya üzerinde arkadaşlıklar kurmakta, paylaşımlar yapmakta ve birbirlerini takip etmektedirler. İçedönüklerin sosyal medyayı ne ölçüde kullandıkları, ne sıklıkla paylaşım yaptıkları ise merak konusudur. Bu bireylerin özellikleri incelendiğinde dışadönüklere oranla daha az paylaşım yapma ihtiyacına sahip oldukları akla gelmektedir. Bu durumu içedönüklük dışadönüklük bağlamında ele alan araştırmacılar da alanyazın tarandığında bulunmaktadır.

Gosling ve arkadaşları (2011) dışadönüklerin toplumla sosyalleşmek için sosyal medya kullanımında daha istekli olduklarını, daha fazla paylaşım yaptıklarını, haber akışını ve beğenileri daha fazla takip etkilerini ifade ederken, Chen ve arkadaşları (2012) içedönüklerin paylaşım yapma ihtiyacının dışadönüklere oranla daha düşük olduğunu, dışadönüklerin daha fazla bilgi paylaştıklarını ifade etmektedir. Summer ve arkadaşlarının (2011) çalışmasına göre de dışadönük bireylerin fotoğraf paylaşma ve başkalarının paylaşımlarına yorum yapma eğilimlerinin yüksek olduğu ortaya çıkmıştır (Akt. Yanık Düşünceli, 2016).

Yanık Düşünceli'nin (2016) yaptığı araştırma sonucunda ise dışadönük kişilik özelliği arttıkça paylaşım yapma ihtiyacı alt boyutu düzeyi de yükselmektedir. Bu durum dışadönüklerin daha fazla etkileşime girdikleri ve başkalarının da kendileriyle daha fazla iletişim kurmaya çalıştıklarını düşündürmektedir. Kendilerini saklamadan sosyal ortamda ve internet ortamında gösteren dışadönüklere oranla içedönüklerin paylaşım düzeyleri ve sıklığının düşük bulunması bu konuda beklenen ve anlamlı bir sonuç olmaktadır.

İçedönüklük ve dışadönüklüğü kişiliğin iki karşıt yatay ucu olarak değerlendiren ve nevrotik-dengeli olmanın iki karşıt dikey uçta bulunduğunu ifade eden Eysenck'e göre de içedönüklerin özelliklerine değinmek mümkündür. Yatay ucun birinde olan içedönüklük nevrotikliğe yaklaştıkça sessiz, içe kapanık, çekingen, kötümser, ciddi, sert, endişeli ve kaprisli özelliklerini alırken; dengeli içedönüklükte ise pasif, dikkatli, düşünceli, barışçıl, kontrollü, güvenilir, soğukkanlı, sakin özellikleri bulunmaktadır (Yalçın, Şeker ve Bayram, 2014).

Kişiliğin bir parçası olan içedönüklükte görüldüğü üzere nevrotik uca gidildikçe olumsuz özellikler ortaya çıkmaktadır. Bu durum yalnızca içedönüklük için geçerli değildir. Aynı durum dışadönüklük için de geçerlidir. Dışadönüklükte dengeli uca yaklaştıkça sosyal, sempatik, konuşkan, rahat, tasasız, liderlik gibi özellikler görülürken; nevrotik uca yaklaştıkça aktif, iyimser, kararsız, heyecanlı, aceleci, alıngan gibi özellikler görülmektedir (Kaya, 2010). Bu tür farklı kuram ve görüşler incelendiğinde aslında dışadönük ve içedönük özelliklerin salt olumlu ya da salt olumsuz diye sınıflandırılmasının doğru olmadığı söylenebilir. Her iki durumda da bireyler bir uçtan diğerine geçerken olumlu özellikler sergilediği gibi olumsuz özellikler de sergilediği görülmektedir.

İçedönüklerin etkin dinleme, empati yapabilme gibi özellikleri de bulunur. Bilindiği üzere sosyal temaslarda insanların birbirleriyle kurdukları iletişimin düzeyi önem arz etmektedir. Bireylerin monolog şeklindeki iletişimlerinden ziyade gerçek diyaloglarla kurulan iletişim daha etkili ve ilişki daha güçlü olmaktadır. İçedönükler, dışadönüklerin aksine konuşma esnasında veya konuşma bittikten sonra değil konuşmadan önce düşünmektedirler. İyi bir gözlemci olan içedönükler anlamlı bir diyalog kurmak için karşılarındaki kişiyi etkili dinleyerek ona göre tepkiler vermektedirler. Tartışmalardan olabildiğince sakınan içedönükler uzlaşmacı tavırlar sergiler. Konuştukları kişilerin duygu ve düşüncelerini anlamakta güçlük çekmeden empati kurabilirler. Özellikle sağ beyinleri baskın ve çok duyarlı olan içedönüklerin empatik olma olasılığı sol beyinleri baskın olanlara ve diğerlerine göre daha fazladır (Loehken, 2016).

Bütün bu özelliklerin yanı sıra içedönüklerin kararlı oldukları, konuşmaktansa yazmayı tercih ettikleri görülmektedir. Üstlendikleri işlerde titiz ve detaylı çalışmaları, dış uyaranlarca dikkatleri kolayca dağılmadan projeleri sürdürebilmeleri, kimi durumlarda çeşitli engellerle karşılaşsalar da azimle devam etmeleri, içedönüklerin kararlı olmalarına örnek gösterilebilir.

5. İÇEDÖNÜKLÜK VE KÜLTÜR

Kültürel birikimler insanların içinde buldukları topluluklarda gelişerek bireyler ve toplumlar için bazı değer yargılarının oluşmasına, buna bağlı olarak da belirli davranış kalıplarının gelişmesine neden olmaktadır (Çarıkçı ve Koyuncu, 2010). İnsanların içinde

buldukları kültürden ayrı düşünülmesi mümkün değildir. Kalı-Soyer'e (1992) göre farklı toplumlarda farklı kişilik özellikleri pekiştirilmekte ve o toplumun beklentilerine uygun davranış gösteren bireyler o toplum için daha üretken ve uyumlu olmaktadır. Örneğin Doğu toplumlarında sessiz, içedönük ve uysal kişilik özelliği pekiştirilirken Batı toplumlarında rekabetçi, girişken ve dışadönük kişilik özelliği pekiştirilmektedir. İçedönük biri Doğu toplumlarında olgun ve ağırbaşlı kabul edilirken; aynı kişi Batı toplumları tarafından pasif olarak görülebilmektedir.

Doğu ülkeleri kültürel açıdan oldukça zengindir. Bu kültürel zenginlikte din ve öğretilerin büyük etkisi vardır. Bu din ve öğretilerden en etkili olanları Budizm, Konfüçyüsçülük ve İslamiyet'tir (Nur Hidayet, 2006). Budizm dünyanın en yaygın öğretilerinden biri olarak Doğu'da ortaya çıkıp, Doğu kültüründen izler taşısa da zaman içerisinde Batı'yı da etkisi altına almıştır. Budizm'in ana özelliklerinden biri de sakinliktir ve Budizm'de boş veya lüzumsuz konuşmak sonucunda kötülük olan 10 fiilden biridir (Şarafullina, 2013). Budizm öğretisinde insanlar içsel bir yolculuk olan meditasyon ile Nirvana'ya ulaşabilmektedir. Nirvana sonsuz mutluluk, olgunlaşma, arzu ve kötülüklerden kurtulma ve ulaşılabilecek en yüksek saf bilinçlilik halidir. Nirvana'ya ulaşmanın 4 derecesi vardır. Bunlar: inzivaya çekilmek, dünyadan el etek çekmekten haz duymak, sakin ve durgun bir zevk haline ermek, iyilikten ve kötülükten uzaklaşmak, huzur ve sükûn içinde yaşamaktır (Şahin, 2005). Bu derecelerden dördüncüye ulaşan kişi Nirvana'ya yani sonsuz bilgelik ve mutluluğa ulaşmıştır. Bu bilgiler doğrultusunda Budizm'de içedönük özelliklerin bir erdem olarak sayıldığı, Nirvana'ya ulaşmada ön koşul kabul edildiği görülmektedir.

Konfüçyüs felsefesi özellikle Çin ve Japonya'nın yönetim ve eğitim sisteminde yaygındır. Çinli eğitimci ve filozof Konfüçyüs'e göre gençler büyüklerine, çocuklar anne babalarına itaat etmeli, saygı göstermeli ve alçakgönüllülükle bilgiyi aramalıdır. Konfüçyüs felsefesi grup temeline bağlı, çoğulcu bir felsefedir. Yani grup içerisindekiler genellikle pasiftir ve üstlerine, büyüklerine itaat etmeleri beklenir (Nur Hidayet, 2006).

Batı toplumlarında, özellikle Avrupa ülkeleri ve ABD'de ise; bireysellik, özgürlük gibi değerler vurgulanmakta, bireysel başarı, rekabet, faydacılık özendirilmektedir (Tezcan, 1994). Özellikle filmler, müzikler, diziler, kitaplar vb. popüler kültür öğeleri karizmatik, rekabetçi, güçlü ve dışadönük kişilerden oluşmaktadır. Bu tip kişilerin rol model olarak gösterilmesi toplumun dışadönük kişiliği benimsemesine, dışadönük olmayan kişilerin ise farklı görülmesine neden olmaktadır. Girişkenlik, atılganlık, rekabet, sosyallik gibi kişilik özellikleri özendirilip bunların kabul görmesi; içedönüklerin kendilerini uyumsuz hissetmesine ve topluma ayak uyduramamasına sebebiyet verebilmektedir. Dışadönük çocuklar modern Batı kültürlerinde destek görür. Bu çocuklar aktif, konuşkan, arkadaş canlısı ve çevreleriyle ilgilidir. Ebeveynleri, aile çevresi ve öğretmenleri tarafından örnek olarak değerlendirilirler. İçedönük çocuklar ise tek başına oyun oynamayı yeğler, ürkek ve utangaç davranabilirler. Bu çocuklar ebeveynleri ve öğretmenleri tarafından sorunlu gibi algılanıp, kaygıya yol açabilir.

Türk kültüründe, Türklerin Orta Asya'dan göç etmesi ve İslamiyet'i kabul etmesi sebebiyle Doğu kültürünün etkileri bulunmaktadır. Aynı zamanda son yüzyıldaki Batılılaşma

hareketlerinin sonucu olarak Batı kültüründen de etkiler görmek mümkündür. Türkiye ne tam anlamıyla Batılı olabilmış ne de Batılılaşmadan vazgeçmiştir (Nur Hidayet, 2006).

Türk kültüründe bireysellikten çok grup dinamikleri, aile içi ilişkiler, büyüğe saygı ve itaat önemlidir. Bu açıdan Konfüçyüs felsefesi ile benzerlik göstermektedir. Sessizlik, içedönüklük bir erdem olarak kabul edilebilmektedir. “Söz gümüşse, sükût altındır.” atasözü bunu örnekler niteliktedir. Türk kültüründe içedönükler bilge olarak nitelendirilebilmektedir. Bu konuda İslam dini ve tasavvufun da etkisi büyüktür. Tasavvuf ile Nirvana yapı ve içerik olarak birbirine benzemektedir. Tasavvufta da içe yönelme ve çeşitli ibadetlerle en yüksek mertebeye ulaşmak esastır. Tasavvuf denilince akla gelen ilk isimlerden olan büyük âlim ve filozof Mevlana; az yemeyi, az uyumayı ve az söylemeyi vasiyet etmiş; “İnsanların en hayırlısı insana faydası dokunandır, sözün en hayırlısı da az ve öz olandır.” sözüyle az konuşmayı öğütlemiştir (Çomaklı, 2015). Mevlana’nın öğretisinin yaygınlaştırıldığı Mevlevi dergâhlarındaki eğitim yönteminin temel hedefi, her yönüyle huzurlu, iç dünyasında barışı ve sükûneti temin etmiş ve bunu topluma yansıtabilme kabiliyeti kazanmış model insanlar yetiştirmektir. Bu da ancak sağlıklı bir beden, sakin bir ruh yapısı ve sağlam bir sinir sistemiyle mümkündür (Karacif, 2013).

Buna karşın “Ağlamayan çocuğa meme vermezler.”, “Vur kafasına al ekmeğini.” gibi bazı Türk atasözleri toplumda sessiz, uysal kimselerin haklarını koruyamayacağından bahsetmektedir. Bu tip sözler sessiz ve içedönük insanların ezilmeyi hak ettiklerini vurgulamaktadır. Gelişen medya, iletişim kaynakları ve sosyal medyanın da etkisiyle Türk kültüründe de batının rekabetçi ve dışadönük tip özendirilmekte, özellikle gençler arasında dışadönük rol modeller benimsenmektedir. İçedönük ve dışadönüklere göre daha sessiz mizaçlı kişiler ezik olarak nitelendirilmektedir. Bütün bilgiler ve incelemeler ışığında şu noktaya varılmaktadır: Avrupa ülkeleri ya da ABD’ye göre nispeten daha az görülse de ülkemizde de dışadönük idealin değer kazandığı göze çarpmaktadır.

6. İDEAL KİŞİLİK MİTİ

Toplumlar her dönemde, içinde buldukları küresel kültürün ve kendi değerlerinin izlerini taşıyan ideal kişilik özellikleri belirlemiştir. Bu özellikler, çağlar boyu değişiklik göstermiş ve büyük çaplı olaylardan etkilenerek şekillenmiştir.

Günümüz dünyasına bakıldığında, kişilerin sosyal medyanın yaygınlaşmasından dolayı küresel gelişmelerden ve sosyal mecralarda sıkça rastlanan psikolojik temelli telkinlerden çok etkilendikleri gözlenebilir. Psikolojik temelli telkinlerin yer aldığı kişisel gelişim kitapları ise 1980’li yıllardan itibaren ülkemizdeki popülerliğini giderek artırmıştır. Özdemir (2010), “kişisel gelişim kitaplarında insanlara giderek artan rekabet içinde başarılı sayılmaları ve vaat edilen ödüllere kavuşabilmeleri için kendilerini devamlı geliştirmeleri ve iletişimle ilgili bilgi ve yeteneklerinin geliştirilmesinin salık verildiğini” ortaya koymuştur. Böylelikle başarının anahtarı olarak görülen iletişim ve sosyallik olmazsa olmaz olarak görülmeye başlanmıştır. Sosyallik olgusu yalnızca iş hayatında gerekli görülmemiş, giderek genel yaşam alışkanlıklarımızda ideal kişilik özelliği olarak yerini bulmuştur.

Amerika’da 1899 yılında *Karakter: Dünyadaki En Büyük Şey* başlıklı popüler bir kitapçık, kazandığı azıcık parayı donmakta olan dilenciye veren ve kimse ne yaptığını görmeden aceleyle uzaklaşan ürkek bir tezgâhtar kızı anlatıyordu. Bu hikâyeyle okura, bu kızın erdeminin sadece cömertliğinden değil, bilinmeme arzusundan kaynaklandığı mesajı veriliyordu (Cain, 2012). Aynı yazar, bu hikâyenin ardından 1921 yılında dönemin başlıca kişisel gelişim kitaplarından biri olacak olan *Masterful Personality* isimli bir kitap daha yazdı. Türkçe’ye *Her İnsan Hükümdardır* şeklinde çevrilen bu kitap, içeriğindeki değişikliği yalnızca ismiyle bile ortaya koymuştur. İlk kitapta ortaya konulan yardımseverliğin teşvik edildiği, ürkek olmanın erdemli olmaya engel olmadığı görüşü; zamanla güçlü olmanın en önemli şey olduğu ve bunu başarabilmek için de baskın olmak gerektiği gibi bir görüşe evrilmiştir.

1930’lu yıllara gelindiğinde Lux çamaşır deterjanı bir reklam yayınladı. Reklamda göze çarpan nokta ise dönemin Güzin ablası olan Bayan Dix’e yazılmış bir mektuptu. Mektupta “Sevgili Bayan Dix, nasıl daha popüler olabilirim? Oldukça güzelim, budala biri de değilim ama çok çekingenim ve içime kapamışım. Benden kimsenin hoşlanmayacağımdan eminim.” İfadesi yer alıyordu (Cain, 2012). Çekingen ve içine kapanık olarak tabir edilen kişilerin toplum gözündeki ideal kişilik tipine uymadığını açıkça belirten bu ve buna benzer birçok reklam ve yayın, aslında o zamanlardan itibaren ideal kişilik tipinin dışadönük tip olduğu düşüncesini akıllara yerleştirmeye çalışmaktadır.

Çağımızda büyük çoğunluğun sahip olduğu düşüncelerden biri ise içedönük bireylerin, toplumda nadir rastlanan kişiler olduğudur. Ancak Laurie Helgoe (2008) ve Devora Zack (2012) içedönüklerle ilgili yaptıkları çalışmalarda toplumdaki içedönükler ve dışadönükler arasında yüzde 50’ye 50 gibi dengeli bir oran bulmuşlardır (Akt. Loehken, 2016). Bu veri göz önüne alındığında her iki insandan biri olan içedönükler, ideal kişilik tipinin dışadönük tip olarak dayatıldığı günümüz dünyasında kendilerine nasıl yer bulmaktadırlar? Scott (1995)’a göre zorlu yaşam koşulları altında yaşamlarını sürdürmeye çalışan insanlar güçsüzlükleri nedeniyle güçlüler karşısında stratejik tavırlar benimsemek, başka bir deyişle rol yapmak zorunda kalmaktadırlar (Akt. Özdemir, 2010).

7. İÇEDÖNÜKLERİN LİDERLİĞİ

Günümüzde sıkça yaşanan durumlardan biri, içedönüklerin liderlik pozisyonları için pas geçilmeleridir. Ancak tarihin akışını değiştiren pek çok lidere bakıldığında onların içedönük kişiliklere sahip olduğu görülür: Eleanor Roosevelt, Marie Curie, Charles Darwin, Albert Einstein, Bill Gates, Angela Merkel, Isaac Newton, Barack Obama, Rahibe Theresa, Mark Zuckerbeg, Tefik Fikret, Mahatma Gandhi, Rosa Parks... İçedönüklerle ilgili kapsamlı araştırmalar yapmış olan Amerikalı Wall Street avukatı Susan Cain, 2012 yılında TED kapsamında yaptığı bir konuşmada kimisi siyasete, kimisi bilime, kimisi edebiyata, kimisi ise sosyolojik gelişimlere liderlik etmiş bu kişilerin kitleler üzerinde etki uyandırabilmesine değinmişti. Konuşmasında, “Bu kişiler, diğerlerine emir vermekten hoşlandıklarından veya onlara bakılmasından hoşlandıklarından değil, başka seçenekleri kalmadığından belli durumlara öncülük etmişlerdi.” Diyerek içedönüklük ve liderlik konusuna yeni bir bakış açısı getirmişti. Kitleler, içedönük kişilerdeki bu ayrımı fark ediyor ve böylece bu kişileri destekliyorlardı.

Giriş kısmında yer verilen tarihteki içedönük liderlerden biri olan Rosa Parks'ın hikâyesi bu konuya örnek niteliğindedir. 1955 yılının kışında başlayan pasif direniş hareketi incelenirken öncelikle Martin Luther King ve Rosa Parks'ın partnerliğinin işlevine göz atmak gerekir.

Parks, doğası gereği bu davaya öncülük etmek için çok uygundu. Dini bütün bir Hıristiyan, namuslu bir vatandaş ve en önemlisi yumuşak huylu biri olduğu için boykotçuları etkilemişti. Bu yüzden sloganları “Bu sefer yanlış kişiye çattılar” şeklindeydi. Parks'ı doğruluğundan kuşkulanamaz yapan da onun sessiz gücüydü. Zira Martin Luther King, siyahi cemaatine otobüs boykotu için düzenlediği mitingde “Hiç kimse Rosa'nın sınırsız dürüstlüğünden ve onun karakterinin yüceliğinden kuşku duyamazdı. O yüzden bu Rosa gibi birinin başına geldiği için mutluyum” demişti (Cain, 2012).

Nihayetinde otobüs boykotu işe yaradığında ve otobüslerdeki ırk ayrımcılığı ortadan kalktığında Amerikan basınının olaydan bahsederken Rosa Parks'ı göz ardı etmesi dikkatlerden kaçmayacak bir nokta olmuştu. New York Times, King'i tebrik eden ama Parks'tan söz etmeyen bir yazı yayınlamıştı. Otobüslerin önünde duran boykot liderlerinin birçok fotoğrafı çekilmişti ancak Parks bu karelerde yer alması için davet edilmemişti. Yine de bu durum onun için sorun niteliği taşımamıştı. Yürekliğiyle ve karakteriyle öncülük ettiği bu boykotun sona erdiği gün o, evinde annesiyle vakit geçirmeyi tercih etmişti. İşte bu yüzden Parks'ın hikâyesi, tarih boyunca sahne ışıklarından sakınan liderlerle onurlandırıldığımızı anımsatan canlı bir örnektir.

Bir dışadönük olan King ile bir içedönük olan Parks'ın birbirlerinin karakter özelliklerini inanılmaz bir şekilde dengelediği görülmektedir. İkisi de kendi karakterlerinin güçlü yönleriyle yaptıkları protestoya anlam katmışlardır. Bu iki önemli insandan biri diğerinin işlevini gerçekleştiremeyeceği gibi, öbürünün eksikliği de bu ying yangın eksik kalmasına sebep olacaktır. Müthiş bir hatip kısımlara ayrılmış bir otobüste oturduğu yerden vazgeçmeyerek dirensedi; çok zaruri olmadıkça sessiz kalmayı yeğleyen bir kadın kadar etki uyandırabilir miydi? Veya o kadın, ayağa kalkıp bir hayalinin olduğunu söyleseydi; kalabalığı aynı şekilde etkileyebilir miydi? (Cain, 2012).

Günümüzdeki liderlik seçimlerine de yansıyan ideal bir liderde bulunması gereken kişilik özellikleri ile ilgili yaygın görüşleri ortaya koyabilmek amacıyla birkaç araştırmaya yer verilecektir. Bunlardan biri ABD kökenli 1400'ün üzerinde şirketi inceleyen, vasat bir şirketin nasıl mükemmel ve aynı zamanda kalıcı başarılar elde eden bir şirkete dönüşebileceği konusunda evrensel boyutta uygulanabilir araştırma bulguları elde eden Jim Collins (2016)' göre “İdeal bir yönetici için kendi egolarını değil, yönettikleri kurumları inşa eden liderlere ihtiyacımız vardır.”

Ülkemizde yapılan araştırmalar incelendiğinde dışadönüklük ve liderlik arasında bir bağ olduğu gözlenmektedir. Eroğlu'e (2014) göre “Dışadönüklük kişilik özelliği kişilerin çevreleriyle daha kolay ilişkiye girmelerini sağlar. Aynı zamanda insanlarla etkileşimin anahtarı olması nedeniyle liderlik özellikleri arasında önemli bir yere sahiptir.” Bu bulguları destekler şekilde beş faktör kişilik özelliklerine ilişkin yapılan araştırmalarda da liderlikle kişiliğin yakından ilişkili olduğunu ortaya koyan önemli bulgular elde edilmiştir. Örneğin,

Judge ve Bono (2000) uyumluluk, dışadönüklük ve yenilikçiliğe açıklığın karizmatik liderlikle ilişkili olduğunu tespit etmiştir (Akt. Erkuş, 2011). Ancak dışadönüklük ve liderlik ile ilgili yapılan araştırmaların büyük çoğunluğunun anketlere dayanması, sonuçların kişisel görüşlerden etkilendiğini ortaya koymaktadır. Ve kişisel görüşler çoğu zaman kültürel önyargıları yansıtmaktadır.

Konuyla ilgili olarak Wharton yönetim profesörü Adam Grant'ın çalışması örnek niteliğindedir. Grant (2016)'a göre, dışadönüklükle liderlik arasında bir bağıntı olduğunu söyleyen mevcut araştırmalar tüm gerçekleri yansıtmıyordu. ABD Hava Kuvvetleri'ndeki bir filo komutanını anlattığı hikâyeye sinde bu adamın, çok fazla kişiyle etkileşime girdiği takdirde odağı kaybettiğinden ve daha sağlıklı düşünmek için kendine zaman ayırdığından bahsediyordu.

Grant'ın bahsettiği bu komutan sessizce konuşuyordu. Fikrini ileri sürmekten ve bir sohbeti domine etmeye çalışmaktansa dinlemek ve bilgi toplamakla daha fazla ilgileniyor, emrinde çalışanlara kritik bilgiler vererek makul kararları uyguluyordu. Takdir edilmeyi önemsemiyordu, sadece bir görevi en iyi yapabilecek kişiye veriyordu (Cain, 2012). Yani içedönük bir lider olarak tanımlanabilecek bu adam, diğer liderlerin kendilerine saklayacakları en önemli ve en ilginç görevleri başkalarına devredebilmektedir. Böylelikle herhangi bir iş, grubun ulaşabileceği verimlilik düzeyinin en yüksek haliyle ortaya konulabilecektir.

Grant (2016), araştırmasının sonucunda liderlerin başarısının çalışanlarının pasif veya proaktif olmasına göre değiştiğini bulmuştur. Dışadönükler, ortama kendi damgalarını vurmaya çok heveslidirler. Diğerlerinin fikirlerini riske atarak çalışanlarının edilgenleşmesine yol açabilirler. Öte yandan içedönükler, başkalarını dinlemeye yatkın olduklarından ve ortamı domine etmekle ilgilenmediklerinden gelen önerileri uygulayabilirler.

Grant'ın araştırmasına bakılarak içedönüklerin yönettikleri kişilerin yeteneklerinden yararlanarak onları daha proaktif olmaya motive etmeleri de daha muhtemel görünmektedir. Yani içedönük liderler, sanılanın aksine verimli bir döngü yaratmaktadır. Bu yüzden içedönükler proaktif çalışanlara liderlik ettikleri durumlarda, dışadönüklerden daha başarılı olacakları söylenebilir. Tüm bu örneklerden yola çıkılarak varılabilecek sonuç ise bu insanların içedönüklüklerine rağmen değil içedönüklükleri sayesinde başarılı olduklarıdır.

8. SİNEMA VE EDEBİYATTA İÇEDÖNÜKLERİN YERİ

Edebiyat ve sinema her zaman toplumun birebir yansıması olmuştur. İçedönük karakterler de gerek filmlerde ve dizilerde, gerekse edebi eserlerde oldukça yer alan karakterlerdendir. Toplumun büyük kesiminin bildiği pek çok filmde ve kitapta rastlanabilen bu karakterlerin, içedönük karakterler olmalarının yanı sıra genellikle olayların başrolünde yer almalarının da altı çizilmelidir. Örneğin, gösterime girdiği yıldan itibaren oldukça ilgi gören ve hala popülerliğini koruyan bir film olan 2001 yapımı *Amélié*; utangaç, sessiz ve içedönük bir kız olan Amélié Poulain'in tanıdığı ve tanımadığı kişileri mutlu etmeye çalışmasını anlatır. Bu kız, utangaç biri olduğu için âşık olduğu adam ile iletişime geçemez ama hazırladığı küçük oyunlarla onun kendisini bulmasını sağlar. Film boyunca bir içedönük olan Amélié'nin günlük yaşantısı çok etkili bir biçimde işlenir.

Türkçeye *Sevginin Gücü* olarak çevrilen 1994 yapımı *Léon: The Professional* filminin başkahramanı olan Léon, yalnız yaşayan ve pek konuşmayı sevmeyen bir seri katildir. Bitkilerine çok değer verir ve işini bitirdikten sonra evinde kendi başına kalıp düşünmeyi tercih eder. Filmde 12 yaşındaki komşusu Mathilda'nın ailesi öldürülünce Léon'un onu koruması ve aralarında oluşan yakınlık anlatılır. Dışarıdan sert ve tehlikeli görünen birinin aslında sevgi dolu bir kalbe ve merhamete sahip olabileceği bu filmle güzel bir şekilde ortaya koyulmuştur.

2010 yılında gösterime giren *Ejderhanı Nasıl Eğitirsin?* filminin başkahramanı Hiccup ise Vikinglerin güçlü reisinin oğludur. Tüm Vikingler güçlü ve iri yarıdır, silah kullanmayı çocukken öğrenirler. Hiccup ise sıska bir çocuktur ve bu nedenle hor görülmektedir. Vikingler, ejderhaları düşman olarak kabul etmektedir ve ejderha öldürenler toplumda saygı görmektedir. Hiccup da babasına kendini kanıtlamak için bir ejderhayı yaralar fakat kimse Hiccup'a inanmaz. Çünkü o sessiz, içedönük, silahlar yerine kitapları tercih eden biridir. Ormanda dolaşırken yaraladığı ejderhayı görür. Ama onu öldürmek istemez, yarasını iyileştirir ve arkadaş olurlar. Hiccup, Toothless adını verdiği ejderhadan öğrendikleri ile ejderha akademisini geçer. Daha sonra Hiccup, ejderhaların Vikinglere saldırma sebeplerini öğrenir, arkadaşları ve ejderhalarla birlikte köyü kurtarır. Görüldüğü gibi filmin başkahramanı diğerlerinden farklıdır, fiziksel olarak güçlü değildir ve daha çok kendi kendine vakit geçiren biridir. Bu filmde farklı, pasif olarak görülen birinin de kahraman olabileceği ve köyünü kurtarabileceği anlatılır. Yine bu film, farklı kişilik özelliklerinin güçlü ve zayıf yanları olduğunu ve bireylerin bu özelliklerinin fark edilip ona göre yönlendirme yapılırsa her bireyin önemli işler başarabileceğini gözler önüne sermektedir.

Süper kahramanların gerçek kişilikleri, içedönük karakterlere bir başka örnek olarak verilebilir. Örneğin, en güçlü süper kahramanlardan biri olan Superman'in, tanınmamak için gizli bir kimliği vardır. Bu gizli kimliğe sahip olan Clark Kent, oldukça sıradan görünen, sessiz ve içedönük tavırları olan bir gazete muhabiridir. İçedönük tavırları ve gözlükleri ile kimse onun Superman olduğundan şüphelenmez. Aynı şekilde Örümcek Adam'ın asıl kimliği olan Peter Parker da oldukça içedönük, utangaç ve çalışkan bir öğrencidir. Superman ile benzer olarak o da bir gazetede fotoğrafçı olarak çalışmaktadır. Bu nedenle örümcek adamın o olduğunu kimse anlamaz. Bu gibi filmlerde toplumun içedönüklere olan bakış açısı gerçekçi bir biçimde yansıtılmıştır. Kimse içedönük bir insanın süper kahraman olabileceğini düşünmez. Fakat bu durum aslında hiç de sanıldığı gibi değildir.

Sinemadan buna benzer birçok örnek bulmak mümkündür. Edebiyattaki içedönüklere yer verilecek olursa Sir Arthur Conan Doyle'un ünlü dedektif romanının aynı isimli başkahramanı Sherlock Holmes'tan söz edilebilir. Holmes da üstün zekâsı ve pratikliğine karşın insanlarla ilişki kurmaktan kaçınan içedönük biridir. Ama bu kişilik özelliği hiçbir zaman onun cinayetleri aydınlatmasına engel olmamıştır. Günümüzde hala en popüler karakterlerden biri olan Holmes'un içedönüklüğünün ona sağladığı özelliklerle birtakım gözden kaçan noktaları görebilmiş olması muhtemeldir.

Jane Austen'in ünlü romanı *Gurur ve Önyargı*'nın kahramanlarından Mr. Darcy de içedönük bir insandır. Yeni tanıştığı insanlarla pek rahat konuşamaz, oldukça gururludur, kalabalık ortamlarda genellikle gergin ve tedirgindir. Onun bu özelliklerini çoğu kişi kibir ve

kendini beğenmişlik olarak görerek ona karşı önyargılı davranırlar. Ancak romanın ilerleyen bölümlerinde Mr. Darcy'nin centilmenliği ve kültürüyle adeta her genç kızın hayal ettiği bir kişi olduğu ortaya çıkacaktır. Roman bu yönüyle, toplumda içedönüklere karşı olan yanlış tutum ve önyargıları vurgulamaktadır.

Son dönemin popüler kitaplarından olup filme uyarlanan *Açlık Oyunları*'ndaki karakterlerde de benzer durumlar gözlenmektedir. Kitabın başkahramanı Katniss Everdeen, Capitol'ün şiddetli ve acımasız yönetimi altındaki 12 mıntıkadan birinde ailesi ile yaşamaktadır. Her yıl tüm mıntikalardan birer kız ve erkek açlık oyunları adı verilen yarışa katılmak zorundadır. Bu açlık oyunlarında hayatta kalan son kişi yarışmayı kazanmaktadır. Katniss kurada seçilen küçük kardeşi yerine gönüllü olarak oyuna katılmıştır. Bir distopyadan bahseden seride, Katniss'in açlık oyunlarına katılmadan önceki yaşamına, yarışma esnasındaki düşüncelerine, direniş zamanlarındaki tavırlarına bakıldığında onun sahip olduğu birçok içedönük özellik görülecektir. Katniss'in içsel konuşmaları, doğayı sevmesi, insanlar arasında yalnız olduğundaki kadar rahat olamaması, Capitol'ün kalabalığından ve gösterişinden rahatsız olması, detaylara dikkat eden ve rekabeti sevmeyen yapısı onun içedönük özelliklerine örnektir. Serinin sonunda Katniss, içedönük özelliklerinin ve rekabetten çok insanı merkeze alan dünya görüşünün etkisiyle tüm mıntikalardaki insanların direnişi için umut ve güç kaynağı olmuştur.

Kendisi de bir içedönük olan J. K. Rowling'in ünlü kitap serisi *Harry Potter*'daki birçok karakter içedönüktür. Tüm büyücüler dünyasına kötülüğüyle nam salmış acımasız Voldemort'u alt eden Harry, Ron ve Hermione de aslında içedönük karakterlere sahiptir. Harry, bebekken yaşadığı bir olay üzerine hep tanınan ve ünlü bir kişi olmuştur. Ancak her zaman bu durumdan rahatsızlık duymuş ve yalnız kalmayı ya da iki yakın arkadaşıyla birlikte olmayı kalabalığa tercih etmiştir. Ron 7 çocuklu ailesinde hep sıradan bir çocuk olarak görülmüştür. Ancak serinin ilerleyen zamanlarında karakterinin ona sağladığı birçok güçlü özelliklerle çözülemeyen durumları çözebilmiştir. Hermione, grubun beyni olarak her zaman kitaplarla iç içe olmayı ve yalnız kalıp derinlemesine düşünmeyi sevmiştir. Bu karakterlerin üçü de kimsenin onlardan bekleyemeyeceği kadar büyük olaylara imza atmışlar ve tüm sihir dünyasının geleceğini değiştiren olayların öznesi olmuşlardır.

9. EĞİTİMDE İÇEDÖNÜKLER

9.1. Eğitimde Bireyi Tanımının Önemi

İncelenen örneklerden de anlaşılacağı üzere insanlar arasındaki farklılıklar kaçınılmazdır. Günlük yaşamda iletişim halinde olduğumuz insanların farklı yönlerini tanımaya çalışır, davranışlarımızı buna göre düzenleriz. Eğitim bağlamında düşünecek olursak bu farklılıkların bilinmesi sınıf dinamiği açısından önem taşımaktadır. Bu farklılıklara rağmen Kuzgun ve Deryakulu (2004)'na göre eğitim programları öncelikle benzerlikler üzerine kurulur ve uygulamada her bireyin yapısına göre ayarlamalar yapılması beklenir; çünkü eğitimde benzerliklere odaklanmak ekonomik ve kolaylıktır, farklılara odaklanmak ise zor ve pahalıdır, fakat eğitim, bireyler arasındaki farklılıklara duyarlı olabildiği ölçüde başarılı olabilir. Bu da ancak bireyi tanımak ile mümkündür. Öğretim süreçlerinin temelini birey oluşturduğuna göre bireyi tanımak sürecin başlangıcı açısından önemlidir.

Her birey; farklı yeteneğe, zekâya, ilgiye, öğrenme biçimine, ön bilgilere ve farklı motivasyonlara sahiptir (Aktepe, 2005). Nasıl ki toplumda farklı kişiliğe sahip insanlar varsa okullarda da bu farklılıklar belirgin bir şekilde görülmektedir. Eğitim uygulamalarında da bu farklılıklar göz önünde bulundurulmalıdır. Bu durumda her kişiliğe aynı ölçüde ilgi gösterilmeli ve insanlara onları anlayabilmek için aynı kurallar çerçevesinde eşit olarak yaklaşılmalıdır.

Her ne kadar eğitimde bireysel farklılıkların önemine vurgu yapılırsa da uygulanan öğretim tekniklerinin bazı kişilik tiplerini göz ardı ettiği ve genelin dışında özelliklere sahip olan bireylerin kendini ifade etme yollarını kapattığı görülmektedir. Araştırmacıların bu kadar üzerinde durduğu, kişiliğin iki boyutunu oluşturan içedönüklük ve dışadönüklüğe dair eğitimde ne gibi uygulamalara yer verilmektedir?

9.2. Eğitimde İçedönükler

Alanyazında kişilik tipleri ile öğrenme arasındaki ilişkileri ele alan birçok araştırmanın yapıldığı gözlenmektedir. İçedönük ve dışadönük öğrencilerin daha iyi bir eğitim alabilmesi için farklı görüşler ortaya atılmıştır.

Eysenck, kuramını göz önünde bulundurarak öğrencilerin daha kolay öğrenebilmesi için öğrenme ortamlarının dışadönükler için olanaklı olduğu kadar uyarıcılarla desteklenmiş olması, ancak içedönük öğrenciler için yoğun uyarıcılardan arındırılmış olması gerektiğini söylemiştir. Schmek ve Lockhart (1983) dışa dönük öğrencilerin, sesli ve canlı renklere yer veren görüntülü iletişim araç ve teknolojilerin kullanıldığı derslerde, içedönüklerin ise ana konu ve temasının sıkça vurgulandığı ve dikkati dağıtan uyarıcıların olabildiğince az olduğu durumlarda daha iyi öğrendiklerini belirtmektedir. Farley ve Gordon (1981), önce bir örnek verilip ardından kuralın açıklanması halinde dışadönük öğrencilerin, buna karşılık önce kuralın açıklandığı, ardından örneklerin verilmesi halinde ise içedönüklerin daha kolay ve hızlı öğrendiklerini belirtmektedirler (Akt; Pişkin, 2004).

İçedönük çocuk tek başına oynamayı sever ve birçok arkadaş yerine bir tek arkadaşı yeğler. Dışadönüklüğün yaygın biçimde geçerli olması dolayısıyla bu tür içedönük çocuklar ailelerine kaygı verirler. Fakat onlar da öteki tip çocuklar kadar normal ve zekidirler. Genellikle zengin bir hayal dünyaları vardır. En çok gereksinim duydukları şey, daha belirginleşmemiş olan yeteneklerini geliştirmek ve dış dünyada da kendilerini evdeymiş gibi hissetmeyi öğrenmektir (Fordham, 1996).

Sessiz çocuklar okulda ve sınıfta da pek dikkat çekmezler. Diğer yandan bu durum öğretmenlerine çok az sorun çıkardıkları anlamına gelir. Ancak bu aynı zamanda öğretmenlerin içedönük öğrencilere kendini ortaya koymada daha becerikli çocuklara göre daha az ilgi göstermeye eğilimli olmaları anlamına gelir. Sessiz bir çocuk kolayca edilgen biri olarak algılanabilir, ayrıca böyle bir çocuğun grup çalışmalarında yapabileceğinden daha az katkıda bulunması söz konusu olabilir (Loekhen, 2016).

Kendisi de bir içedönük olan Cain (2012), okul ya da iş yeri gibi önemli kurumların dışa dönük insanlar için tasarlandığını ve günümüzün tipik bir sınıfında masaların kümeler şeklinde dizilip çocuklara sayısız grup ödevi verildiğini belirtmektedir. Çocukluk yıllarında dışadönük ve sosyal olması için öğretmenleri ve akranları tarafından sürekli baskı gördüğünü söylemiştir.

Dışadönük kişilik özelliğinin normal görüldüğü eğitim ortamlarında, içedönüklere yönelik yapılan tek şey, onların da birer dışadönük olması yönünde desteklenmesidir.

Kendi kişiliklerine uygun eğitim olanakları bulamayan içedönük öğrenciler, kimi zaman başarısız ve çekingen çocuklar olarak görülmektedir. Ancak kişilik tipleriyle öğrencilerin akademik başarıları arasındaki ilişkileri inceleyen Wilson ve Lynn (1990), 13-14 yaşlarındaki çocuklar üzerinde yaptıkları araştırmada, içedönük öğrencilerin dışadönük öğrencilerden daha başarılı olduklarını belirtmektedirler. Aynı araştırmacılar, yaklaşık 1200 ilk ve ortaokul öğrencisi üzerinde yaptıkları araştırmalarda ise, dışadönük olma ile bilişsel performans arasında anlamlı bir ilişki bulamamışlardır. Üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmada Eysenck (1971), içedönük öğrencilerin dışadönük öğrencilerden anlamlı bir biçimde daha başarılı olduklarını bulmuştur (Akt; Pişkin, 2004).

Bu araştırmalar sonucunda içedönük öğrencilerin dışadönük öğrencilere göre daha başarılı oldukları, entelektüel aktivelere daha fazla ilgi duydukları, bunun yanı sıra gürültülü ortamlardan daha çok olumsuz etkilendiği ve iletişim konusunda daha fazla kaygı yaşadıkları görülmüştür.

9.3. Eğitimde Bireysel Farklılıkları Destekleyen Uygulamalar

Eğitimde bireysel farklılıklara dikkat çeken Susan Cain (2012) Joyse ve yedi yaşındaki kızı Isabel'in hikâyesini anlatıyor. Dışadönük bir kişiliğe sahip Joyse kızı için endişelenip Dr. Miller' den yardım alır. Joyce kızının içedönük olabileceğini öğrendikten sonra Isabel'in okuldaki deneyimleri hakkında farklı düşünmeye başlar. Kızı için okula gitmenin ve okuldaki sosyalleşmenin makul olduğunu anlamış ve okul dışında sosyal etkinlikler konusunda kızını zorlamayı bırakmıştır. Çocuğu ile farklı mizaçlara sahip diğer ebeveynlerde de bu farkındalığı oluşturmak, ebeveyn-çocuk uyumu açısından önem taşımaktadır.

Çocuklardaki farklılıkları kabul eden ebeveynler bağımsız mekânlara değer veren, grup etkinlikleri kadar bireysel çalışmanın da önemsendiği, çocuğun önceliklerine göre imkânlar sağlayan okul arayışına girmiştir. Bu arayış geleneksel eğitim süreçlerinin dışında farklı uygulamaların ortaya çıkmasına neden olmuştur.

Bunlardan biri alan yazında gittikçe daha çok yer bulan “Ters Yüz Sınıf” uygulamasıdır. Bilgi ve iletişim teknolojilerinin yaygın kullanımı eğitim alanında farklılıkların doğmasına zemin hazırlamıştır. Gelişen teknoloji seçeneklerinin öğretmen ve öğrenciler tarafından kullanılması ile birlikte bilgi ve iletişim teknolojilerinin yer aldığı eğitim süreçleri gelişmektedir.

Kısaca Ters Yüz Sınıf geleneksel öğrenim akışını tam tersine çevirerek, sınıf içinde anlatılması gereken konuyu öğrencilerin ders saatleri dışında, elektronik ortamda kayıtlı materyalden öğrenmesini öngörür. Sınıf saatlerinde ise konunun tartışılması ve pekiştirici alıştırmaların yapılmasıyla öğrenmenin derinleştirilmesi ve pekiştirilmesine olanak sağlanır (Kara, 2015). Öğrencilerin bir gece önce kendi başlarına dersin çoğunu çalıştıkları ve sonra

sınıfta birebir ya da küçük gruplar halinde öğretmenleriyle kafalarındaki soruları cevaplama fırsatı yakaladıkları bu model hem içedönük hem de dışadönük öğrencilere hitap etmektedir.

Okullarda öğrencilere seçme hakkı veren esnek alanların olduğu okul tasarımlarının içedönük öğrenciler için daha ideal olduğunu belirtmiştir (Cain, 2012). Hem bireysel hem de grup çalışmalarını destekleyen Ters Yüz Sınıf Uygulaması gibi Montessori sınıfları da diğer okul öncesi ortamların aksine çocuklar için özgür alanlar sunuyor.

Montessori sınıflarında çocuklar, bireysel olarak veya birlikte çalışabilir, tüm çocukların aynı anda aynı şeyi yapması beklenmez. Her çocuk, diğer çocukların çalışma alanlarına ve haklarına saygı gösterdiği sürece bağımsız çalışma özgürlüğüne sahiptir (Oğuz ve Akyol, 2006). Bu sayede farklı mizaç tiplerinin çatışma yaşamasının önlendiğini söyleyebiliriz.

Bir diğer uygulama öğrencilerin bireysel farklılıklarının yaşam boyu değişmeyen mizaç temelinde ele alan, mizaç yapılarına uygun iletişim ve öğretim stratejilerinin belirlenmesini öne süren Dokuz Tip Mizaç Modeli yaklaşımıdır. Mizaç Temelli Eğitim Yaklaşımı, eğitimde kullanılan güncel yaklaşım stratejilerinin daha etkili olabilmesi için; “hangi öğrenciye, hangi yaklaşım, nasıl uygulanırsa etkili olur?” sorularının cevapları konusunda eğitimcilerde yol gösterir.

Seçuk ve Yılmaz (2015), güncel ihtiyaçlara yanıt verebilecek mizaç temelli bir rehberlik sistemi öneriyor. Dokuz Tip Mizaç Modeli, mizaç tipleri ve özelliklerini tespit etmenin ötesinde, mizaç yapılarından yola çıkarak öğretmen, akran ve ebeveyn arasındaki ilişkilerin psikolojik dinamiklerini açıklıyor. Öğrencilerin mizaç yapılarını temel alarak bireysel farklılıklara uygun, pratik ve uygulanabilir önerilerde bulunuyor. Bireyin mizaç yapısı üzerinden yaşamdaki temel arayışını, normal, stres ve rahat durumlarındaki davranışları, akademik ve ruhsal yönelimleri, doğal eğilimleri, olumsuzluğa açık riskleri ve kendi ekosistemindeki diğer unsurlarla ilişkilerini belirleyebilen bütüncül bir öğretim ve rehberlik yaklaşımı sağlıyor.

Fordham (1996) da kitabında içedönük ve dışadönük mizaca sahip bireylerin, mizaç özelliklerine uygun mesleklere yönelebileceğini vurgulamıştır. Stephen Hawking’in “Sessiz insanlar en gürültülü zihinlere sahiptir.” sözü dikkate alındığında; içedönük öğrencilerin zihinlerindeki gürültüyü dışa vurabilmeleri için farklılıklar dikkate alınarak tasarlanmış okullara, öğrencileri destekleyici eğitim süreçlerine ve bu yönde sunulacak rehberlik hizmetlerine ihtiyaç duyulduğu söylenebilir.

10. SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuç olarak alanyazın incelendiğinde bazı kaynaklarda ve toplumun genel kesiminde içedönüklüğün yanlış tanımlandığı görülmektedir. Ancak çalışma içerisinde incelenen kaynaklar ve verilen örneklerle içedönüklüğün bir eksiklik ya da geliştirilmesi gereken bir durum değil sadece farklı bir kişilik özelliği olduğu görülmüştür. İnsanların diğer özellikleri gibi içedönüklük düzeyleri de bireyden bireye, durumdan duruma değişiklik gösterebilmektedir. Yapılan bu araştırmalar göz önünde bulundurulduğunda içedönük bireyler için ebeveyn, öğretmen ve psikolojik danışmanlara yönelik aşağıda önerilere yer verilmiştir.

Öğretmenlere ve Psikolojik Danışmanlara yönelik;

- İçedönük ve dışadönük öğrencilerin özellikleri bilinmelidir. Okul sadece akademik bilgilerin verildiği bir yer değildir. Aynı zamanda öğrencilerin kişisel gelişimine özen gösterilmesi gerekir. Bu nedenle öğretmenlerin bilgi vermenin yanı sıra kişilik gelişimine katkıda bulunma gibi görevleri de vardır. Öğretmenler, kişisel özellikleri iyi bilmeli ve öğrencileri dikkatli bir şekilde gözlemlemelidir. Farklı kişilikleri ve farklı gereksinimleri olan öğrencilerin erken fark edilmesi öğrencilerin gelişimlerinin daha iyi desteklenmesi açısından önemlidir. Farklı kişilik özelliklerinin ayırt edilmesi konusunda öğretmenler okul psikolojik danışmanından yardım alabilirler.
- Farklı kişiliklere saygı duyulmalı, bireylerin gereksinimlerine duyarlı olunmalı ve farklılıkları geliştirmenin önemi kavranmalıdır. Öğrencilerin değişime kapalı yönlerini hiçe sayarak tek tip birey yetiştirme çabası içinde olan öğretmenler; öğrencilerin gelişmesine katkı sağlamak bir yana onların gelişimine zarar bile verebilecekleri göz ardı edilmemelidir.
- Tüm insanlardan aynı olay karşısında aynı davranışı göstermesini beklemek mümkün değildir. Her insan kendine özgü ve biriciktir. Bu nedenle okulun öğrencilerin farklılıklarını ortaya koyabilmesi için olanak sağlaması gerekir. İçedönük öğrencilerin daha hassas ve kırılğan olduğu göz ardı edilmemelidir. Ayrıca derse katılma veya grup ödevleri konusunda dışadönükler kadar istekli olmayabilirler. Böyle durumlarda öğrencilere karşı yargılayıcı bir tutum takınılmamalıdır.
- İçedönüklük tedavi edilecek bir şey değildir. Eğer içedönük bir çocuğun sosyal becerilerde yardıma ihtiyacı varsa, tıpkı matematik dersi için fazladan desteğe ihtiyaç duyan bir öğrenci için yapılacağı gibi sınıf içi ya da sınıf dışı eğitim verilebilir ya da etkinlikler uygulanabilir.
- İçedönük öğrenciler dışadönükler gibi sürekli sosyal ortamlarda olmaktan, fazla uyaranlardan dolayı kendilerini rahatsız hissedip bazen yalnız kalmak isteyebilirler. Bu isteklerine yerine göre saygı duyulması ve olanak sağlanması gerekmektedir. Ayrıca arkadaşlık kurmayı isteyip bu konuda yetersiz veya utangaç hisseden bireyler için de arkadaşlık kurma ve bu arkadaşlığı sürdürme konusunda yardımcı olunabilir. Örneğin; okul psikolojik danışmanları, sosyal beceri atölyesi düzenleyebilir. Bu atölyeler çocuklara yeni gruplara nasıl girileceğini, kendilerini yaşlılarına nasıl tanıttıklarını öğretmek için yeni durumlarla baş etmelerine yardımcı olabilir. Özellikle sosyalleşmenin daha yoğun olduğu okul günleri için, bu sosyal beceri atölyeleri oldukça faydalı olabilir. Öğrencilerin yaş ve düzeyine uygun sosyal beceri eğitimi programları planlanıp uygulanabilir. Sosyal beceri açısından kendini yetersiz hissettiğini belirten ya da desteğe ihtiyaç duyan öğrencilerin ilgi alanları veya hobileri belirlenip bunlarla ilgili etkinlikler düzenlenebilir.
- Öğretmenlerin öğrencilerin kişilik yapılarını, güçlü ve zayıf yönlerini tanımları yanında; ders sırasında, verilen ödevlerde, geribildirim ve performans değerlendirmesinde bu özellikleri dikkate almak ve farklı yöntem ve teknikler geliştirmeleri ve uygulamaları gerekmektedir. Sadece içedönükler ya da sadece dışadönüklere yönelik hazırlanan ders planları uygun değildir. Herkese hitap edecek şekilde çeşitlendirilmiş eğitim programları tercih edilmelidir. Örneğin grup tartışmaları öğrenme etkinlikleri açısından oldukça faydalıdır. Fakat içedönük öğrenciler bu tartışmalara katılmakta isteksiz olabilirler. Bu durumda tüm sınıfın tartışması yerine küçük tartışma grupları oluşturmak etkili olabilir.

- Sınıftaki tüm öğrencilere hizmet etmek için öğretme yöntemleri dengelenmelidir. Dışadönükler, hareket, uyarım ve işbirliğinden hoşlanma eğilimindedir. İçedönükler, ders dinlemeyi, kendi başına kalmayı ve bağımsız projeleri tercih ederler. Bunlar adil bir biçimde karıştırılmalıdır. Kimi işbirliği gerektiren çalışmalar içedönükler için iyi hatta yararlıdır. Ancak bu küçük gruplar halinde olmalı ve her çocuğun rolünü bileceği şekilde dikkatle yapılandırılmalıdır. Olumsuz geribildirim ve eleştirilerden kaçınılmalıdır.
- İçedönüklerin, akranları tarafından paylaşılmayan bir ya da iki derin merakı vardır. Bu çocuklar bu merakları için övülmeli, teşvik edilmeli ve sınıfta değilse bile dışarıda kendilerine benzer arkadaşlar bulmalarına yardımcı olunmalıdır.

Ebeveynlere yönelik;

- İçedönük ve dışadönük bireylerin kişilik özellikleri özellikleri bilinmelidir. Bireyin farklılıkları, kişilik özelliklerini ve gereksinimlerini keşfetmesi desteklenmeli ve tercihleri hakkında yargılayıcı olunmamalıdır. Ebeveynler çocuklarına saygı duyarak ve destek olarak onların kendilerini tanımalarına, özgüvenlerini geliştirmelerine yardımcı olabilirler.
- İçedönük bireylere onların özel yeteneklerinin fark edildiği gösterilmeli, istedik davranışları açık ve net bir dille betimlenerek pekiştirme yapılmalıdır. Örneğin bireyin arkadaşlarıyla oyun oynaması için zorlanması yerine arkadaşlarıyla geçirdiği vakitlerde olumlu geribildirim ve pekiştirmeyle sosyal davranışları geliştirilebilir.
- İçedönüklerin sadece yeni insanlara değil, yeni mekan ve olaylara tepki verdiği hatırlanmalıdır. Bu nedenle ebeveynler, çocuklarının yeni durumlardaki ihtiyatını başkalarıyla ilişki kurma acizliğiyle karıştırmamalıdır. Ebeveynler içedönük bir çocuk için onunla beraber yeniliğe verdiği tepkiler üzerinde çalışabilir ve onları olası yeni durumlara karşı hazırlayabilirler.
- Ebeveynler, içedönük olan çocuklarından özellikle onların yanında utangaç, pasif, ezik olarak bahsetmemelidir. Bu kelimelerin toplumda olumsuz bir özellik olarak algılanması, çocuğun bu etikete inanmasına ve tedirgin olmasına neden olabilir.
- Ailede ev içinde yalnız kalabileceği alanları olmasına izin verilmeli, dinlenebileceği ve kendini dinleyebileceği özel alanlara saygı gösterilmelidir.

KAYNAKÇA

Aktepe, V. (2005). Eğitimde bireyi tanımanın önemi. *Gazi Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi*, 6(2), 15-24.

Burger, J. M. (2006). *Kişilik*. İstanbul: Kaknüs.

Cain, S. (2012). *Sakinler de Kazanır*. İstanbul: Optimist.

Collins, J. (2016). *İyiden Mükemmel Şirkete*. İstanbul: Boyner.

Çarıkçı, İ. H., Koyuncu, O. (2010). Bireyci-Toplumcu Kültür Ve Girişimcilik Eğilimi Arasındaki İlişkiyi Belirlemeye Yönelik Bir Araştırma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2(3), 1-18.

Çomaklı, K. (2015). *Mevlana'nın Mesnevi Adlı Eserinde Yer Alan Hikayelerin Sosyal Bilgiler Dersi Öğretim Programındaki Değerlerin Öğretiminde Kullanımının İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.

Demirel, E. ve Tikici, M. (2004). Kültürün Girişimciliğe Etkileri. *Fırat Üniversitesi Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları Dergisi*, 2(3), 49-58.

Erkuş, A. (2011). Çok Boyutlu Lider-İzleyici Etkileşiminde Kişilik Özelliklerinin ve Güç Kaynaklarının Rolü. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 25, 127-152.

Erogluer, K. (2014). Örtük Liderlik Üzerine Bir Analiz:İmalat Sektörü Çalışanlarının Kişilik Özelliklerinin Liderlik Algılarına Etkisi. *Ege Stratejik Araştırmalar Dergisi*, 5(2), 105-147.

Fichter, J.H. (Çev. Tezcan, M.) (1994). Amerikan Değer Sisteminin Görünümleri. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 1 (6), 127-137.

Göka, E. ve Beyazyüz, M. (2015). *Geçimsizler: Kişilikleri tanıma ve geçinmeyi kolaylaştırma kitabı* (5. baskı). İstanbul: Timaş.

Gökçe, F. (2009). İlköğretim Okulu Öğretmenlerinin Takım Rollerini. *Eğitim ve Bilim*, 34(151).

Grant, A. (2016). *Vermek ve Almak*. İstanbul: Modus Kitap.

Güler, M. (1996). Üniversite Gençliğinin Kişilik Özellikleri ve Uyum Sorunları. *Eğitim Bilimleri Dergisi*, 8(8), 109-119.

Kalı Soyer, M. (1992). *Üniversite Öğrencilerinin Sosyal İçedönüklük ve Dışadönüklük Kişilik Özelliğinin Uyum Düzeylerine Etkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Kara, C. (2015). Ters yüz sınıf. *Toraks Cerrahi Bülteni*, 9(3), 224-8.

Karabulut, E. (2014). *Psikolojik Danışman Adaylarının Duygusal zekâ Düzeyleri ile Düşünme Stilleri Arasındaki İlişki*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Erciyes Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Karacif, M. (2013). *Mevlevilik ve Kilis Mevlevihanesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). 7 Aralık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kilis.

Kaya, Y. (2010). *Örgütsel Yaşamda Kişilik ve Davranışlar Arasındaki İlişkiler: Duyguların Aracı Rolü*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Erciyes Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kayseri.

Köknel, Ö.(1999). *Kaygıdan mutluluğa kişilik* (15. Basım). İstanbul: Altın Kitaplar.

Köksal, F. (1991). *Denetim Odağı ile Saldırgan Davranışlar Arasındaki İlişkiler*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Atatürk Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.

Kuzgun, Y. (2004). Bireysel farklılıklar ve eğitime yansımaları. Y. Kuzgun ve D. Deryakulu, (Ed.), *Eğitimde bireysel farklılıklar* (1. Baskı) içinde (1-11). Ankara: Nobel.

Loehken, S. (2016). *İçedönüklerin Sessiz Gücü*. Erkan Aktaş (Çev.). İstanbul: Paloma.

Nur Hidayet, D. (2006). *Çinli ve Türk Yöneticilerinin İşe Yönelik Tutumlarının Geleneksel Çin ve Türk Kültürleri Açısından Karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Oğuz, B.U.V., ve Akyol, A.K. (2006). Çocuk eğitiminde Montessori yaklaşımı. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 15(1), .243-256.

Özdemir, İ. (2010). Kişisel Gelişim Kitaplarının Eleştirel Bir Değerlendirmesi. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(2), 63-95.

Pişkin, M. (2004). İçedönük ve Dışadönük Kişilik Yapısı. Yıldız Kuzgun ve Deniz Deryakulu (Ed.), *Eğitimde Bireysel Farklılıklar* içinde. Ankara: Nobel.

Selçuk, Z. ve Yılmaz, E. (2015). *Rehber benim* (1). Ankara: Pegem Akademi.

Şahin, F. (2005). *Budizm'de Nirvana Anlayışı*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Erciyes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kayseri.

Şarafullina, A. (2013). *Budizm'de ve Tibet Budizm'inde İnanç Esasları*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.

Yalçın, İ., Şeker, M. ve Bayram, A. (2014). Yöneticilerin Kişilik Özellikleri ve Duygusal Zekâları ile Yönetim Bilişim Sistemleri Kullanımı Arasındaki Etkileşimin Tespitine Yönelik Bir Araştırma. *Uluslararası İktisadi ve İdari İncelemeler Dergisi*, 13(13), 75-92.

Yanık Düşünceli, M. (2016). *Özel Lise Öğrencilerinin Sosyal Medya Tutumları ile İçedönüklük-Dışadönüklük Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Yeşilyaprak, B. (2004). *Denetim Odağı*. Yıldız Kuzgun ve Deniz Deryakulu (Ed.), *Eğitimde Bireysel Farklılıklar* içinde. Ankara: Nobel.