

Normal-Normaldışı Davranışlar


Ferhan Açıkgöz



Normal Birey Nedir?




Neyin Normal Olduğuna Karar Vermek



1) Bir görüŖe göre, normallik "sağlıklılık" olarak yorumlanabilir. Bu, aslında, durumları hastalık ya da sağlık olarak ele alan geleneksel yaklaşımdır. Bu yaklaşıma göre, tüm insanların davranışları bir skala üzerine yansıtıldığında, normallik büyük bir bölümü, normal dışı ise çok küçük bir bölümü oluşturur.

2) İkinci yaklaşımı benimseyenlere göre normallik diye bir Ŗey yoktur. Eđer normallik organizmanın tüm kişilik bölümlerinin birbiriyle denge durumunda ve uyumlu bir birlik içinde işlevlerini sürdürmesi anlamında alınırsa, böyle bir durumun gerçekleşmesi ütopyadır.



3) Üçüncü görüş, normalliği "ortalama" ile eşanlamda alır. Bu yaklaşım, davranışların normallik oranlarını ölçmek amacıyla günümüzde sıklıkla uygulanmakta ve değerlendirmeyi çan eğrisinin matematik ilkesine göre yapmaktadır.

4) Dördüncü yaklaşıma göre normallik bir süreçtir ve normal davranış, birbiriyle etkileşim durumunda olan sistemlerin ortak bir ürünüdür. Bir başka deyişle normallik, herhangi bir andaki durumu tanımlamak yerine, organizmada gözlemlenen değişiklikleri ya da süreçleri vurgular.



«Normal Birey» psikolojik olarak sağlıklı birey olarak tanımlanır.

Bu kendisine seçtiği yaşam tarzı doğrultusunda davranan bireydir.

Bir bireyin davranışı kendisine ya da diğerlerine zararlı değilse o davranış normal olarak kabul edilebilir

Sağlıklı Bireyin Özellikleri

Sağlıklı bir birey, günlük hayata ayak uydurabilir.

Günlük hayatın gerektirdiği rutin işlerle baş edebilir.

Sağlıklı bir birey, çevresindekilerle iyi geçinebilen insandır.

Gerçek hayatta mantıklı olarak davranabilir.

Gerçeđi anlayabilir ve onunla baş edebilir.

Sağlıklı bireyler, aileleriyle, arkadaşları ile iyi iletişimde bulunabilirler.

Mesleklerinin gerektirdiğini yerine getirirler ve toplumun diğer ihtiyaçlarına da yanıt verebilirler.

Sağlıklı Bireyin Özellikleri

Sağlıklı birey kendi içinde huzurludur ve kasıtlı olarak diğerlerine ya da kendisine acı çektirmek amacı gütmmez.

Kendi kimliği içinde huzurludur.

Sağlıklı bireyler karşılaştıkları hayal kırıklıklarıyla ya da sorunlarla baş edebilirler.

Çevrelerindeki insanların duygularını, heyecanlarını paylaşabilirler ve yeni tecrübelerle açıktırlar.

Kolay arkadaş edinebilir ve geniş çevrede yararlı bir rol edinebilirler.



Bu standartlar çerçevesinde çoğumuz normal yaşantılar sürmekten uzak düşebiliriz. Ancak unutmamak gerekir ki ne kadar normal bireyler olsak da zaman zaman anormal davranışlar gösterebiliriz. Bu geçici, dönemsel belirtiler, üzerinde durulacak davranışlar değildir.



Peki, normal dışı davranışları nasıl tanıyacağız?

Gerçekte hiçbir davranış tek başına ele alındığında anormal değildir.
Anormallik belli bir sosyal ortamın içinde anlam kazanır.

Evinizde oturup hayal dünyasına kapılabiliyorsunuz, kendi kendinize şarkı, şiir okuyabiliyorsunuz, takla atabiliyorsunuz. Bir kimsenin yalnız kaldığı zaman, uygun davranması için belirli kurallar yoktur. Yalnız bu tür davranışları sınıf içinde, sinema salonunda, kalabalık yerlerde yapmaya kalkarsanız adınız "deli"ye "kaçığa" çıkabilir.

Mesele bu davranışların yanlış yerde yapılmasıdır.

Aynı kurallar değişik kültürlerdeki farklı davranışlar içinde geçerlidir. Bir kültür için normal, beklenen ve onaylanan davranış, diğer bir kültür için uygunsuz ve kabul edilemeyen davranış olabilir. Örneğin, Japonya'da, **intihar** cesurca ve normal kabul edilen bir davranıştır. Çoęu batı ülkelerinde ise anormal bir davranış olarak kabul edilir.




**Normal mi Deęil mi? Kim Karar
Verecek?**



Toplum karar verebilir: Bazı durumlarda bireyin davranışı o kadar rahatsız edici olur ki dikkat çeker. Böylece toplum bireyin normal olup olmadığına karar verir.

Bireyin kendi karar verir: Birey anormal davranmaz fakat yardıma ihtiyacı olduğunu hissedebilir. Örneğin ciddi endişe ve depresyon duyguları, bireyin normal davranışını engelleyebilir. Birey kendi mutsuzluğunun farkında ise, kendinin normal olmadığını biliyorsa, bu tip yaklaşıma da kendini etiketleme yaklaşımı adı verilir.



Uzmanların karar vermesi: Psikiyatrist ya da klinik psikologları ruhi rahatsızlığın tanısını koyabilirler. Uzmanın başlıca görevi, bireyin şikayet ettiği rahatsızlığın adının konmasıdır. Ne tedavinin en uygun olduğuna da yine uzman karar verir.

Psikolojik testlerle belirleme: Psikolojik test sonuçlarına göre de bireylere anormal tanısı konabilir. İyi geliştirilmiş testler tanıda değerli ölçme araçlarıdır.

«Anormal» kavramında 7 kriter;

Üzüntü ya da yetersizlik

Uyumsuzluk

Mantıksızlık

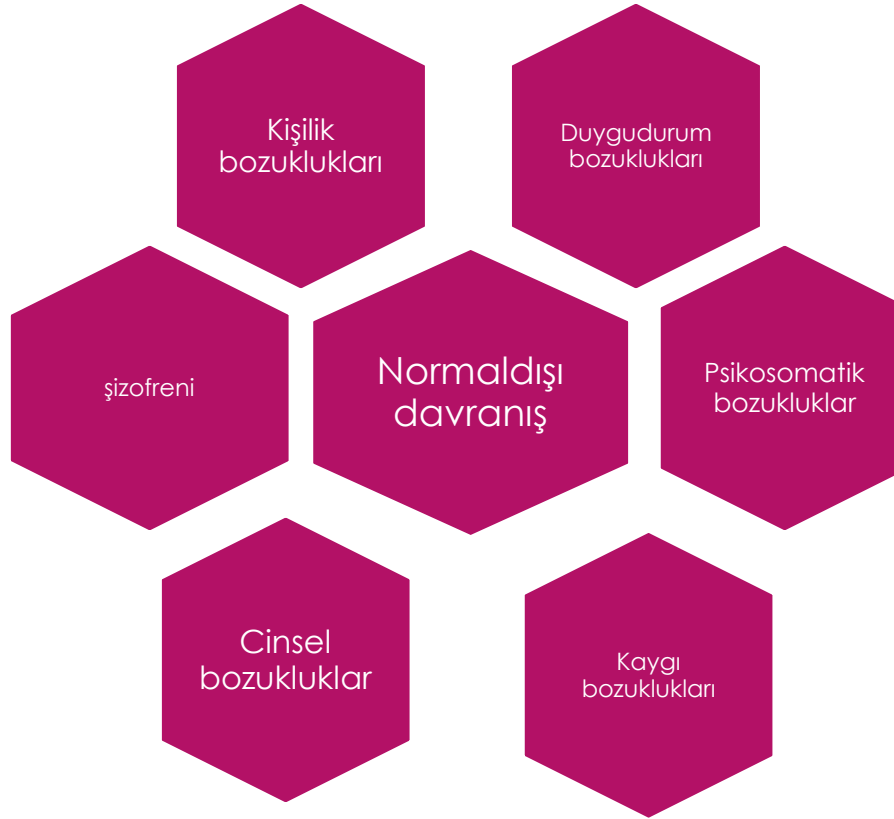
Tahmin edilemezlik

Resmi olmama

Gözlemci rahatsızlığı

Ahlaki ve ideal standartların yok edilmesi

Çeşitli Normal Dışı Davranış Biçimleri



Teşekkürler

