

ADDT Odaklı Grupla Psikolojik Danışmanın 8. Sınıf Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerine Etkisi

The Effect of Group Counseling to the Social Skill Level of Secondary School Students

Mesud Ünlü¹

Öz

Araştırmanın amacı akılcı duygusal davranışçı terapisi (ADDT) odaklı grupla psikolojik danışmanın ortaokul kademesindeki öğrencilerin sosyal beceri düzeylerine etkisini incelemektir. Araştırmada ön test-son test kontrol gruplu deney deseni (ÖSKD) kullanılmıştır. Karşılaştırmalarda, tekrarlı ölçümler için iki yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Araştırmanın verileri, 2009-2010 öğretim yılında Denizli Çameli 8. sınıf öğrencilerinden elde edilmiştir. Riggo (1986, 1989) tarafından geliştirilen, geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmış, Yüksel (1998) tarafından Türkçeye uyarlanan Sosyal Beceri Envanteri ve araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formunun ön uygulama verilerine dayanarak 63 kişilik gruptan 10 kişi deney, 10 kişi de kontrol grubu olmak üzere toplam 20 kişi seçilmiştir. Araştırmada deney grubu ADDT odaklı 10 haftalık bir grupla psikolojik danışma sürecine tabii tutulmuştur. Kontrol grubuna ise herhangi bir işlem yapılmamıştır. ADDT odaklı grupla psikolojik danışmaya katılan deney grubu öğrencilerinin; ön test- son test karşılaştırmaları sonucunda, sosyal beceri düzeylerinin kontrol grubu öğrencilerine göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Elde edilen bulgulara göre; akılcı duygusal davranışçı terapisi, sosyal beceri düzeyini anlamlı düzeyde olumlu yönde etkilemektedir.

Anahtar Kelimeler

Sosyal beceri eğitimi
Duygulanımcı davranış terapisi
Grupla psikolojik danışma

Abstract

The purpose of the research is to analyze the effect of rational emotive behavior therapy (REBT) centered group counseling to the social skill level of secondary school students. In the research, experimental design with pre post test control group (PPCG) was used. The split plot design ANOVA was administered for comparison. In the research, Social Skill Inventory developed and tested by Riggio (1989) in an effort to scale the social skills and adapted to Turkish by Yüksel and the Personal Sheet prepared by the researcher were administered simultaneously to 63 8th grade students of Denizli Çameli. On the basis of pre-application data, 20 students 10 experimental 10 control group were selected from these 63 students. In the research, rational emotive behavior therapy (REBT) centered group counseling was conducted in experimental group during 10 weeks. On the other hand, control group were not taken any application. It has been seen that in the result of the comparison of the pre-post test of experimental and control group, social skill level of experimental group attending rebt centered group counseling is higher than the social skill level of control group who doesn't attend the process of counseling. According to the findings; rational affective behavioral therapy significantly affects social skill level.

Keywords

Social skill education
Rational emotive behavior therapy
Group counseling

Başvuru Tarihi/Received

13. 07.2020

Kabul Tarihi /Accepted

09.12.2020

| Araştırma Makalesi / Research Article |

Suggested APA Citation/Önerilen APA Atıf Biçimi:

Ünlü, M. (2020). ADDT odaklı grupla psikolojik danışmanın 8. sınıf öğrencilerinin sosyal beceri düzeylerine etkisi. *Manisa Celal Bayar University Journal of the Faculty of Education*, 8(2), 18-29.

¹Millî Eğitim Bakanlığı, Denizli, TÜRKİYE; <https://orcid.org/0000-0002-3396-8726>

GİRİŞ

İnsan sosyal bir varlıktır. İnsanın bu özelliğinden dolayı insanlar, diğer insanlar ile etkileşim içinde yaşama ihtiyacı duyarlar. Sosyallik kavramı içerisinde değerlendirilebilecek başka bir kavram da, sosyal beceridir. Sosyal beceri; başkaları ile iletişimi mümkün kılacak, sosyal açıdan kabul edilebilir ve öğrenilmiş davranışlar olarak tanımlanabilir (Özabacı, 2004: 1-2). Kişi sosyal ilişkiler kurarak çevresiyle etkileşimde bulunur. Bu etkileşim sürecinde sağlıklı ilişkiler kurabilmek ancak yeterli sosyal becerileri kazanmakla gerçekleşebilir. Combs ve Slaby (1977), sosyal becerileri başkalarıyla toplumsal olarak kabul edilebilir, kişisel olarak yararlı ve aynı zamanda öncelikle başkalarına yararlı olan sosyal bağlamda etkileşim kurma yeteneği şeklinde tanımlamışlardır (Akt: Deniz, 2003: 2). Riggio (1986), ise sosyal beceriyi altı alt boyutta açıklamıştır (Akt: Yüksel, 1997: 41-42):

1. Duyuşsal Anlatımcılık (Emotional Expressivity): Duyuşsal anlatımcılık bireyin sözel olmayan iletişim becerilerini, özellikle duyuşsal mesajları gönderme becerilerini ölçer. Duyuşsal anlatımcı birey, canlı ve neşelidir bu becerileri ile diğer insanları etkileyebilirler. Örnek: 'Pek çok insandan daha hızlı konuşurum.'

2. Duyuşsal Duyarlık (Emotional Sensitivity): Duyuşsal duyarlık başkalarının sözel olmayan iletişimlerini alma ve yorumlama becerileridir. Duyuşsal yönden duyarlı bireyler, başka bireylerin duyuşsal imalarını doğru ve tam olarak yorumlarlar. Örnek: 'Çok insan benim kadar duyarlı ve anlayışlıdır.'

3. Duyuşsal Kontrol (Emotional Control): Duyuşsal kontrol bireylerin duyuşsal ve sözel olmayan tepkilerini düzenleme ve kontrol becerileridir. Bu yapı ayrıca, belli başlı duyguları yetenekle birleştirme ve bu duyguları bir maske altında gizleme becerilerini kapsar. Örnek: 'Duygularımı kontrol etmede çok başarılı sayılmam.'

4. Sosyal Anlatımcılık (Social Expressivity): Sosyal anlatımcılık, bireylerin birbirleriyle sosyal iletişim kurma ve iletişime katılma becerileridir. Sosyal anlatımcı bireyler, cana yakın, sosyal ya da herhangi bir konuda sohbeti başlatma ve yönlendirme becerilerine sahiptirler. Örnek: 'İnsanların beni iyice anlamaları çok zaman alır.'

5. Sosyal Duyarlık (Social Sensitivity): Sosyal duyarlık başkalarının sözel iletişimlerini yorumlama becerileridir. Sosyal duyarlı bireyler, sosyal davranışlarını sergilerken sosyal normlara özen gösterirler ve ortama uygun hareket etme bilincindedirler. Örnek: 'Çevremdeki karamsar ruha sahip olanlardan büyük ölçüde etkilenirim.'

6. Sosyal Kontrol (Social Control): Sosyal kontrol sosyal rol oynama ve bireyin sosyal olarak kendini ortaya koyma becerileridir. Sosyal kontrol becerisi gelişmiş bireyler, herhangi bir sosyal durumda ortama uygun hareket eden, kendinden emin ve sosyal durumlara kolayca ayak uydurabilen bireylerdir. Örnek: 'Grup tartışmalarını yönetmede çok başarılıyım.'

Okul öncesi dönemde çocuk, henüz dünya ile başa çıkabilmek için gerekli altyapıyı oluşturma ve geliştirme çabası içindedir. İlköğretim dönemi benmerkezcilikten çıkma dönemidir, başka bir deyişle benmerkezciliğin dağılma dönemidir. Bunun diğer bir anlamı çocuğun artık başkalarının, başkaları olduğunun fark etmesi ve onların da kendisi gibi bir "ben" olduklarını kavrayabilmesi demektir. Bu özelliğin uzantıları oyunda ve sosyal ilişkilerde görülür. Çocuklar artık birlikte oynamaya başlarlar. İş birliği yapabilir hale gelirler. Kısacası, ilköğretim dönemi başkalarının keşfedildiği dönemdir (Akkök,1996). Başkalarının keşfedilmesi kişinin kendisinin dışındaki kişilerle karşılıklı ve sağlıklı ilişkiler kurabilmesi demektir. Böyle ilişkilerin kurulabilmesi için birtakım beceriler gereklidir. İşte bu becerilere kısaca sosyal beceriler denir. Bu yüzden sosyal beceriler toplumsal bir canlı olduğu düşünülen insanın en önemli becerileridir. İnsanlar bu becerileri sayesinde bir arada yaşarlar.

Akılçı Duyuşsal Davranışçı Terapisi'nin çalışma alanlarından birisi de bireylerin sağlıklı bir yaşam sürdürmeleri üzerinedir. Sağlıklı bir sosyal yaşam için de sosyal beceriler oldukça önemlidir. Bu terapi bilişsel-duyuşsal ve davranışsal bir tedavi yöntemidir. Bu terapinin temel amacı, bireylere düşünceler ile duyguların etkileşim halinde olduğunu ve düşüncelerin değiştirilmesi ile duygularında değişeceğini öğretmektir. Ayrıca ifade etmek gerekir ki "insanlar olaylardan rahatsız olmazlar onlar olaylarla ilgili düşüncelerinden rahatsız olurlar" (Ellis 1984). Akılçı duyuşsal terapide bilişler, davranışlar, stresle ilgili düşünce biçimleri, karar verme, yargılama ve analiz biçiminde daha yönlendiricidir. Bilişler, duygular ve davranışlar birbirlerini önemli derecede etkilerler. (Ellis, 1979a, 1979c, 1987a, 1989).

Grupla yapılan psikolojik danışma sürecinin çok önemli olduğu da çeşitli kaynaklarca vurgulanmıştır. Gazda 1989'a göre grupla psikolojik danışmanın ergenler üzerinde yararlı etkisinin olacaktır. Sosyal beceriler ve ADDT ile ilgili yurt içinde ve yurt dışında birçok çalışma yapılmış ve bu konu üzerine çok durulmuştur. Yapılan bu çalışmalar sosyal becerinin, bireyin hayatı üzerinde çok önemli bir yere sahip olduğunu göstermektedir. Bu yüzden bu programa katılan bireyler, sosyal beceri ve bu beceriye ait tüm alt becerileri kazanma ve bunu hayatlarına uygulama anlamında, en azından adım atmış olacaklardır. Fakat bu iki konunun birbiri ile ilişki olarak ele alınmasının gereği de ortadadır.

Alan yazın incelendiğinde, ADDT ile ilköğretim düzeyindeki öğrencilerin sosyal beceri arasındaki ilişkiyi inceleyen herhangi bir çalışma tespit edilmemiştir.

Bu çalışmanın amacı, Akılcı Duygusal Davranışçı Terapisi (ADDT) odaklı grupla psikolojik danışmanın ortaokul öğrencilerinin sosyal beceri düzeylerine etkisini araştırmaktır. Çalışmanın ulaşacağı sonuçların, okulların rehberlik hizmetlerinin öğrencilerde sosyal beceriler geliştirme işlevi açısından fayda sağlayacağı düşünülmektedir. Dolayısıyla bu durum da çalışmanın önemini ortaya koymaktadır.

YÖNTEM

Çalışmanın ana problem durumu; Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi odaklı grupla psikolojik danışmanın, 8. sınıf öğrencilerinin sosyal beceri düzeylerine etkisi var mıdır? Alt problemleri ise; 1. Deney grubunun öntest başarı puanı ile sontest başarı puanı arasında, .05 anlamlılık düzeyinde bir fark var mıdır? 2. Kontrol grubunun öntest başarı puanı ile sontest başarı puanı arasında .05 anlamlılık düzeyinde bir fark var mıdır? 3. Deney grubunun sontest başarı puanı ile kontrol grubunun sontest başarı puanları arasında .05 anlamlılık düzeyinde bir farklılık var mıdır? Şeklindedir.

Araştırmada deney grubuna 10 hafta süre ile haftada 1.5 saat süren ADDT odaklı oturumlar ile "sosyal beceri eğitimi" verilmiştir. Oturumların genel amacı öğrencilerin sosyal becerilerini arttırmaktır. Sürecin temel amacı iyi bir güven ilişkisinin kurulması olmuştur. Yapılan oturumların merkezinde ADDT olmuştur. Oturumlar genel itibarı ile rehberlik servisinde okul saatinden sonra saat 3'te başlamıştır. Ama bazı oturumların, oturumun içeriğine göre farklı mekanlarda ve farklı saatlerde yapıldığı da olmuştur. Oturumlar haftada bir kez yapılmış ve toplam 10 hafta süre ile devam etmiştir. Bu eğitim ile; öğrencilerin mantık dışı düşüncelerinin yerine mantıklı olanlarını koymalarına yardımcı olmak, ABC modeli ile mantıklı düşünceler geliştirmelerine katkı sağlamak, kendilerini ifade etmeleri için yardımcı olmak, sosyal beceriyi oluşturan diğer alt becerileri öğretmek ve uygulamak, gibi önceden hazırlanmış uygulamalar gerçekleştirilmiştir.

Evren ve Örneklem

Araştırmanın çalışma evrenini, Denizli ilinin Çameli ilçesindeki 2009-2010 eğitim öğretim yılında 8. Sınıfa devam eden 63 öğrenci oluşturmaktadır. 8.sınıf öğrencilerinden deney bir de kontrol grupları oluşturulmuştur. Desenin oluşturulması için birtakım çalışmalar yapılmıştır.

İlk etapta, araştırmaya katılacak olan tüm bireylere Sosyal Beceri Envanteri ve kişisel bilgi formu uygulanmıştır. Deney ve kontrol grubu seçilirken; Sosyal Beceri Envanterinden, düşük ve orta düzey puanlar ölçüt alınmıştır. Ölçüt alınan puan aralığındaki öğrenciler arasından, farklı şubede yer alan öğrenciler karıştırılarak, 10'ar kişilik deney ve kontrol grupları oluşturulmuştur. Grupta yer alan bireylerin; envanterden aldıkları puanların yanında kişisel bilgi formundan elde edilen bilgilerinin de denk olmasına dikkat edilmiş ve sosyo ekonomik düzeyleri orta düzey olan ve ailesiyle ilçe merkezde yaşayan bireylerden oluşturulmuştur. Araştırmanın örneklemini; deney grubunda 10, kontrol grubunda da 10 öğrenci olmak üzere toplam 20 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan tüm bireyler gönüllü olarak araştırmaya katılmışlardır. Araştırmaya katılan bireylerin hiçbirine deney ya da kontrol grubunda olduklarına dair bilgi verilmemiştir. Deney grubundaki bireylere araştırmacı tarafından 10 oturumluk ADDT odaklı grupla psikolojik danışma yapılmış, kontrol grubuna ise hiçbir işlem yapılmamıştır. Deney grubunun uygulamaların sonunda Sosyal Beceri Envanteri hem deney hem de kontrol grubuna uygulanarak son test ölçümleri elde edilmiştir.

Veri Toplama Aracı

Bu araştırmada veriler iki araç ile toplanmıştır. 8. sınıfa devam eden 63 öğrenciye, Riggio (1986) tarafından geliştirilen ve Yüksel (1998) tarafından Türkçeye uyarlanan; her biri 15 öge olan, 6 alt boyutta ve toplam 90 ögeden oluşan, Sosyal Beceri Envanteri ve araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu uygulanmıştır. Bu form ile bireylerin sosyo-ekonomik düzeyleri ve buna benzer özelliklerin eşdeğer olması sağlanmıştır.

Sosyal beceri envanteri

Riggio tarafından geliştirilmiş (1986) ve Yüksel tarafından Türkçeye uyarlanmış bir Sosyal Beceri Envanteri'dir. Envanter, bireylerin sosyal beceri düzeyleri hakkında bilgi toplamaya yardımcı olur. Kapsam alanı oldukça geniştir. Sosyal becerileri; duygusal anlatımcılık, duyuşsal anlatımcılık, duyuşsal kontrol, sosyal anlatımcılık, sosyal duyarlık, sosyal kontrol olmak üzere altı ayrı alt alanda ölçmektedir. Ayrıca, sosyal becerilerin tümünü kapsayan küresel sosyal beceri seviyesini toplam olarak hesaplamaktadır (Yüksel, 2004).

Yukarıdaki ölçeklerden her biri 15 maddeden oluşmaktadır. Envanterdeki maddelere beşli likert tipi bir cevaplama anahtarı hazırlanmıştır. Anahtarda en düşük puan 1, en yüksek puan ise 5'dir. Bir kişi envanterin tümünden toplam puan olarak en düşük 90, en yüksek 450 puan alabilir. Alt ölçeklerden ise en az 15, en fazla 75 puan alabilir.

Sosyal Beceri Envanteri, 14 yaş ve üzerindeki herkes için uygulanabilen bir envanterdir. Sosyal Beceri Envanterinde toplam 90 madde bulunmakta, bu maddelerden 32 tanesi tersten puanlanmaktadır. Tersinden puanlanan madde sayısı, alt ölçeklere göre sırası ile şu şekildedir: Duyuşsal anlatımcılıkta sekiz, duyuşsal duyarlılıkta bir, duyuşsal kontrolde yedi, sosyal anlatımcılıkta üç, sosyal duyarlılıkta üç ve sosyal kontrolde ondur. Toplam puan ve alt ölçeklerden elde edilen puanlar "yüksek", "orta", "düşük", olarak gruplanmaktadır. Sosyal Beceri Envanterinin güvenilirliği testin tekrarı ve iç tutarlılık yöntemleri ile ayrı ayrı hesaplanmıştır. Sosyal beceri envanterinin deney ve kontrol grubunun tamamının sontest verileri üzerinde güvenilirlik testi yapılmış ve eksi değerli 16 madde çıkarılmıştır. 74 madde üzerinden Crombach's Alpha katsayısı .901 olarak bulunmuştur. İki yarı güvenilirlik testinin sonunda Spearman-Brown katsayısı .895 olarak bulunmuştur. Sosyal Beceri Envanterinin geçerlilik çalışması olarak kapsam ve benzer ölçekler geçerliliği olmak üzere iki yöntem kullanılmıştır.

Kişisel bilgi formu

Araştırmada kullanılan bir başka veri toplama aracı ise öğrencilere uygulanan ve araştırmacı tarafından geliştirilen ve benzerleri de benzer çalışmalarda kullanılan kişisel bilgi formudur. Bu form ile öğrencilerin sosyo-ekonomik durumları hakkında bilgi toplanmıştır.

İşlem Yolu

8.sınıf öğrencilerinin tamamına *Sosyal Beceri Envanteri* sınıf ortamında uygulanmıştır. Uygulamaya geçilmeden önce her öğrenciye envanterin nasıl cevaplanacağı hakkında detaylı bilgi verilmiştir. Uygulamanın sonunda her öğrencinin puanları hesaplanmıştır. Yine sınıf ortamında tüm öğrencilere kişisel bilgi formu uygulanmıştır. Hesaplama sonucunda sosyal beceri düzeyi düşük ve orta düzey olan öğrencilerden 10 deney 10 kontrol grubu olmak üzere 20 öğrenci seçilmiştir. Seçilen bu öğrencilerin kişisel bilgi formları sonuçlarının da denk olmasına dikkat edilmiştir.

Sosyal Beceri Envanterinden elde edilen puanlar ön test puanı olarak değerlendirilmiş ve uygulamadan hemen sonra envanter yeniden uygulanmış buradaki puanlarda son test puanı olarak değerlendirilmiştir. Araştırma modelinde ön testin bulunması, grupların deney öncesi benzerlik derecelerinin bilinmesine ve son test sonuçlarının buna göre düzeltilmesine yardım etmektedir (Karasar, 2004).

Verilerin Analizi

Deney ve kontrol grubunda yapılan ölçümler tekrarlı olduğundan, verilerin analizinde tekrarlı ölçümler için iki yönlü varyans analizinden yararlanılmıştır. Tekrarlı ölçümler için iki yönlü varyans analizinde, bir gruptaki ön test son test puanları arasındaki fark diğer grubun ön test son test puanları arasındaki farkla karşılaştırılarak, deneysel işlemin etkililiğini ortaya koymaktadır (Büyüköztürk, 2007).

BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın iki alt problemine ilişkin bulgulara yer verilmektedir. Deney ve kontrol grubu öğrencilerinin ön test-son test puanlarının karşılaştırılması. Deney ve kontrol grubundaki deneklerin Sosyal Beceri Envanterinden elde ettikleri ön test ve son test puanları arasındaki farkların bulunması amacıyla verilere istatistikî işlem uygulanmış ve sonuçlar Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1. Deney ve Kontrol Grubunun Sosyal Beceri Envanteri Ön test ve Son test Aritmetik Ortalama Puanları ve Standart Sapmaları

	Gruplar	N	\bar{x}	SS
Ön test	Deney Grubu	10	219,30	25.97
	Kontrol Grubu	10	215,30 \bar{x}	18.71
	Toplam	20	217,30	22.13
Son test	Deney Grubu	10	257,00	30.25
	Kontrol Grubu	10	217,00	24.96
	Toplam	20	237,00	33.91

Tablo 1’de görüldüğü gibi kontrol grubunun; ön test aritmetik ortalaması 215,30 standart sapması 18,71 son test aritmetik ortalaması 217,00 standart sapması 24,96 olarak bulunmuştur. Deney grubunun ön test aritmetik ortalaması 219,30 standart sapması ise 25,97 son test aritmetik ortalaması 257,00 standart sapması ise 30,25 olarak bulunmuştur.

Tablo 2. Deney ve Kontrol Gruplarının Sosyal Beceri Envanteri Ön Test Son Test Puanlarının Karışık Ölçümler İçin ANOVA sonuçları

Varyans Kaynağı	Kareler toplamı	SD	Kareler ortalaması	F	p
Gruplararası	16331.10	19			
Grup (Deney-Kontrol)	4840.00	1	4840.00	7.58	.013*
Hata	11491.10	18	638.39		
Gruplarıçi	18696.00	20			
Ölçüm (Ön test-Son test)	3880.90	1	3880.90	6.04	.024*
Grup*Ölçüm	3240.00	1	3240.00	5.04	.038*
Hata	11575.10	18	643.06		
Toplam	35027.10	39			

(p<0.05)

Tablo 2’de görüldüğü gibi deney ve kontrol grubu öğrencilerinin, sosyal beceri envanteri puan ortalamalarının hem grup içi hem de gruplar arası olmak üzere öntest sontest arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gösterdiği belirlenmiştir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmada, ADDT odaklı grupla psikolojik danışmanın ilköğretim 8. sınıf öğrencilerinin sosyal beceri düzeylerine olan etkisi incelenmiştir. Araştırmanın amacı bu çalışmayla bireylerin sosyal beceri düzeylerini yükseltmedeki etkisini ortaya koymak ve ADDT’nin etkililik düzeyi araştırılarak grupla uygulamanın yararlı olup olmadığı incelenerek sonraki çalışmalara zemin hazırlamaya çalışmaktır. Bu bağlamda yapılan çalışma sonucuna göre şu sonuçlara varılmıştır. ADDT odaklı grupla psikolojik danışmaya katılan deney grubu öğrencilerinin sosyal beceri düzeylerinde kontrol grubu öğrencilerine nazaran daha yüksek çıktığı ve bu yükselişin anlamlı olduğu ortaya

çıkıştır. Bu da gösteriyor ki sosyal beceri eğitiminin ilköğretim 8. sınıf öğrencilerinin sosyal beceri düzeylerine olumlu yönde etkisi vardır. ADDT odaklı grupla psikolojik danışma alan bireylerin sosyal becerilerinde bir artış olduğu, danışma sürecine katılmayan kontrol grubu bireylerinde ise fazla bir artış olmadığı gözlenmiştir. Bu sonuç literatürdeki araştırma bulguları ile paralellik göstermektedir.

Araştırma sonucunda gruplar (deney-kontrol) arasındaki farklar istatistiki açıdan anlamlı bulunmuştur. Buna ek olarak ölçümler arasındaki fark da .05 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Ama bunların anlamlı olması programın etkili olduğunu tam olarak göstermez. Uygulanan sürecin tam olarak etkili olduğunu anlamamız için ana etkiye bakmamız, yani etkileşime ilişkin farklarda farklılık olması gerekir. (Büyüköztürk, 2007)'e göre bu durum şu şekilde açıklanmıştır; desende AB ortak etki testinin anlamlı çıkması A ve B'nin birlikte uygulanması durumunda, deneysel işlemin etkisine bağlı olarak deneklerin davranışlarında anlamlı bir değişimin olacağını gösterir. Buradan hareketle bulunan ana etkinin .05 anlamlı düzeyde olduğu yani programın etkin olduğu anlaşılmaktadır.

ADDT odaklı grupla psikolojik danışmanın, deney grubundaki üyelerin sosyal becerilerini artırmasında olumlu katkılar sağladığı programdan sonra yapılan ölçüm ile tespit edilmiştir. Deney grubundaki bu anlamlı artışın, bireylerin oturumlar sırasında sürece etkin katılımlarından, duygu ve düşüncelerini rahatlıkla ifade edebilmelerinden, yapılan çalışmalara aktif katılmalarından, verilen ev ödevlerini zamanında ve istekli yapmalarından, akılcı olmayan düşünceler yerine akılcı olanlarını koyabilme becerileri kazanabilmelerinden kaynaklandığı söylenebilir.

Literatür taraması yapıldığında benzer bulgulara da rastlanmıştır. Örneğin Yüksel, (1997) tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerine sosyal beceri eğitimi vermiştir. Araştırma 1995-1996 öğretim yılında Gazi Eğitim Fakültesi'nin çeşitli bölümlerinde okuyan 66 kişilik gönüllü bir grup üzerinde yapılmıştır. Elde edilen bulgular genel olarak sosyal beceri eğitiminin, öğrencilerin sosyal beceri düzeyini olumlu yönde etkilediği şeklindedir. Başka bir çalışmada; Uzamaz (2000), sosyal beceri eğitiminin ergenlerin kişilerarası ilişkiler düzeyine etkisini incelemek amacıyla gerçekleştirmiştir. Araştırma, ön test, son test kontrol gruplu deneysel araştırma modeline göre düzenlenmiştir. Çalışma grubu liseye devam eden 9. Sınıf öğrencileri arasından 28 kişilik gönüllü bir gruptan oluşmaktadır. Öğrencilerin 14'ü deney grubuna, 14'ü ise kontrol grubuna alınmıştır. Elde edilen bulgular, genel olarak sosyal beceri eğitiminin öğrencilerin kişilerarası ilişkiler düzeyinde olumlu etkiler sağladığı yönündedir. Dikmeer (1996) ise çalışmasında sosyal içe dönük olan ergenlerden oluşan bir gruba sosyal beceriler öğretmiş; öğretim programına katılan gençlerin içe dönüklük düzeylerinin azalıp azalmadığını incelemiştir. 12"şer kişiden oluşan deney ve kontrol grupları ile yürütülen çalışma sonunda, sosyal beceri öğretim programına katılan ergenlerin, sosyal içe dönüklük düzeylerinde anlamlı azalma sağlandığı görülmüştür (Akt: Çıfci, Sucuoğlu, 2005). Oğurlu (2006) tarafından yapılan çalışmada da Albert Ellis'in geliştirdiği Akılcı Duygusal Davranışçı Terapisinin (ADDT) grupla psikolojik danışmada uygulanması ile ergenlerin benlik saygısını yükseltmedeki etkisi araştırılmıştır. Elde edilen bulgulara göre Akılcı Duygusal Davranışçı Terapisi odaklı grupla psikolojik danışma alan bireylerin deney sonrası Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden elde ettikleri puanlarda bir artış olduğu gözlenmiştir. Yine başka bir çalışmada Hooper ve Layne (1985) beşinci sınıftan yedinci sınıfa kadar olan 586 öğrenciye 6 hafta süresince her hafta 1 saat olmak üzere ADDT programı uygulamıştır. Elde edilen bulgular, deney grubundaki öğrencilerin kontrol grubuna göre akılcı düşünceye daha eğilimli olduklarını göstermiştir. Jacobs (1971) kolej öğrencilerinde kaygıyı azaltmada ADDT'nin etkililiğini araştırmıştır. Tedavi bir saatlik 5 oturumda gerçekleştirilmiş, iki kontrol grubu ve bir deney grubundan oluşmaktadır. Tedaviden sonra deney grubundaki kolej öğrencileriyle kontrol grubundaki öğrencilerin kaygı düzeyleri karşılaştırıldığında deney grubundaki öğrencilerin lehine anlamlı farklar ortaya çıkmıştır (Akt: Yüksel, 1997)

Yukarıda bahsedilen araştırmalara bakıldığında yurt içi ve yurt dışında sosyal beceri ve ADDT odaklı grup çalışmalarının daha önce de yapıldığı görülmektedir. Yapılan bu çalışmalar göstermiştir ki; sosyal beceri eğitimi ve ADDT odaklı grupla psikolojik danışma çalışmaları deney grupları üzerinde etkili olmuştur. Özellikle Yüksel, (1997) tarafından yapılan çalışma ile bu makalede bahsedilen çalışma bulgular bakımından benzerlik göstermektedir. Her

iki çalışmada da genel olarak sosyal beceri eğitiminin, öğrencilerin sosyal beceri düzeyini olumlu yönde etkilediği şeklindedir.

Özetlemek gerekirse, sosyal beceri eğitimi programına katılan 8. sınıf öğrencilerinin sosyal beceri düzeyleri bu programa katılmayan yani kontrol grubu öğrencilerine göre daha yüksek çıkmıştır. Bu da gösteriyor ki, sosyal beceri eğitiminin öğrencilerin sosyal beceri düzeylerine olumlu etkisi vardır.

KAYNAKÇA

- Akkök, F. (1996). *İlköğretimde Sosyal Becerilerin Geliştirilmesi, Öğretmen El Kitabı*, İstanbul: MEB Yayınevi
- Avcıoğlu, H. (2005). *Etkinliklerle Sosyal Beceri Öğretimi*. Ankara: Kök Yayıncılık.
- Bacanlı, H. (1999). *Sosyal Beceri Eğitimi*, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Balcı, S. ve Kalkan, M. (2001) *Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. Selçuk Üniversitesi Eğitim Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*. Sayı: 11, 76-92.
- Büyüköztürk, Ş. (2007). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı*. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Cartledge, G., Milburn, J.F. (1983). Social Skills Assessment and Teaching in the Schools. *Advances in School Psychology*. (Ed. T.R. Kratochwili) London Lawrence 3, 175-235
- Cerrahoğlu, S. (2002). *Sosyal Beceri Eğitiminin İlköğretim Öğrencilerinin Öz kavramı Düzeylerine Etkisi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- Combs, M.L., Slaby, D.A (1977). *Social Skills Training With Children*. In advances in Clinical Child Psychology. Newyork
- Corey, M. ve S, Corey, G. (2005). *Groups Process and Practice*. Pasific Grove: Brooks / Cole.
- Corey, G. (2001). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Pasific Grove, CA: Brooks / Cole.
- Çakıl, N. (1998). *Grupla Sosyal Beceri Eğitiminin Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyine Etkisi*. (Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Çivitçi, A., Türküm, A.S., Duy, B. ve Hamamcı, Z. (2009). *Okullarda Akılcı –Duygusal Davranış Terapisine Dayalı Uygulamalar*. Ankara: Pegem Akademi.
- Çifçi, İ. ve Sucuoğlu, B. (2005). *Bilişsel Süreç Yaklaşımıyla Sosyal Beceri Öğretimi*. Ankara: Kök Yayıncılık.
- Deniz, M. E. (2003) Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Sayı. 9, 2
- Dökmen, Ü. (1986). *Yüz İfadeleri Konusunda Verilen Eğitimin Duygusal Yüz İfadelerini Teşhis Becerisi ve İletişim Çatışmalarına Girme Eğilimi Üzerine Etkisi*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi) Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Dryden, W. ve Gordon, J. (1990). *What is Rational Emotive Therapy? A Personal and Practical Guide*. Loughton, Essex, Gale Centre Publications.
- Ellis, A. (1997). Rational-Emotive Therapy: Research Data Supports the Clinical And Personality Hypothesis of RET and Other Models of Cognitive-Behavior Therapy, *The Counseling, Psychologist*, 7 (1), 2-20
- Ellis, A. (1997). *A Guide Rational Living*, Albert Ellis Institute, New York.
- Ellis, A. (1992). Group Rational-Emotive and Cognitive-Behavioral Therapy, *International Journal of Group Psychotherapy*, Number 42, pp. 65-69.
- Ellis, A. (1979). *Theoretical And Empirical Foundations of Rational-Emotive Therapy*. Brooks / Cole Publishing Compay, Monterey, California.
- Giblin, L. (1995). *İnsan İlişkilerinde Kendine Güven ve Güç Elde Etmenin Yolları*. (çvr: İdil Güpüpoğlu). İstanbul: Sistem Yayıncılık
- Gormally, J., VarvilWeld, D., Raphael, R. Sipps, G. (1988). Treatment of Social Anxious College Men Using Cognitive Counseling And Skill Training. *Journal of Counseling Psychology*. 28, 177-187
- Gresham, F.M. ve Nagle, R.J. (1992). Social Skills Training With Children: Responsiveness to Modeling and Coaching as a Function of Peer Orientation. *Journal Of Consulting and ClinicalPsychology*. 48, 781-729.
- Hooper, S. R. Ve Layne, C. C. (1985). The Common Belief Inventory For Students: A Measure Of Rationality In Children. *Journal of Personality Assesment*, 47 (1), 75-85
- Karasar, N. (2009). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Karasar, N. (2009). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayıncılık
- Kelly, J.A. (1982). *Social Skills Training: A Practical Guide For Interventions*. Newyork. Springer Publishing Company
- Knaus, W. J. (1986). *Rational Emotive Education. A Manual For Elementary School Teachers*. Fiuirth Edition. New York, Institute for Rationale Emotive Therapy

- Korkut, F. (2004). *Okul Temelli Önleyici Rehberlik ve Psikolojik Danışma*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Kozanoğlu, T. (2006). *Utangaçlıkla Baş Edebilme Sosyal Beceri Eğitim Programının Ergenlerin Utangaçlık Düzeyine Etkisi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Köroğlu, E. (2005). *Akılci Duygusal Davranışçı Terapisi*. Ankara: HYB yayıncılık.
- Lecroy, C.W. (1982). Social Skills Training with Adolescents: A Review *Child and Youth Services* (5), 3-4 91-116
- Oden, E.Ş., Asher, S.R. (1977). Coaching Children in Social Skills for Friendship Making. *Child Development*. 48, 495-506.
- Oğurlu, U. (2006). *Akılci Duygusal Davranışçı Terapisi (ADDT) Odaklı Grupla Psikolojik Danışmanın Ergenlerdeki Benlik Saygısı Düzeyine Etkisi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Özabacı, N. (2004). Öğretmen Adaylarının Duygusal Zekâ ve Sosyal Beceri Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi XIII. *Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı, 6-9 Temmuz 2004 İnönü Üniversitesi, Eğitim Fakültesi*.
- Pepler, D.J, Rubin, N.H. (1991). A social-cognitively based social skills training program for aggressive children. *The Development and treatment of childhood aggression*. 361-379
- Riggio, R.E. (1990). *Social Skills and Self Esteem. Personality and Individual Differences*. 11. (8), 799-804.
- Riggio, R.E., (1989). *Social Skills Inventory Manual*. (R. Edition) Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Pres. USA.
- Riggio, R.E., (1986). The Assessment of Basic Social Skills. *Journal of Personality and Social Psychology*. 51, 649-660.
- Stravynski, A. Ve diğerleri (1994). The treatment of Avoidant Personality Disorder By Social Skills Training in The Clinic or in Real life Settings. *Canadian Journal of Psychiatry*. (39) 8, 377-383
- Uzamaz, F. (2000). *Akılci Duygusal Davranış Terapisi (ADDT)'ne Dayalı Grupla Psikolojik Danışmanın Üniversite Öğrencilerinin Problem Çözme Becerisi Algısına Etkisi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Voltan-Acar, N. (2005). *Grupla Psikolojik Danışma İlke ve Teknikleri*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Yüksel, G (2004). *Sosyal Beceri Envanteri El Kitabı*. Ankara: Asil Yayıncılık.
- Yüksel, G. (2001). Öğretmenlerin Sahip Olmaları Gereken Davranış Olarak Sosyal Beceri. *Milli Eğitim Dergisi*. <http://yayim.meb.gov.tr/yayimlar/149/yuksel.htm>
- Yüksel, G. (1997). Sosyal Beceri Envanterinin Türkçe'ye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları", *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2. (9), 39-48.
- Yüksel, G. (1997). *Sosyal Beceri Eğitiminin Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeyine Etkisi* (Yayınlanmamış Doktora Tezi) Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü: Ankara
- Yeşilyaprak, B. (2002). *Eğitimde Rehberlik Hizmetleri*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Wlaker, H.M., (1998) *The Walker Social Skills Curriculum: The Access Program*. Virginia, Pro-Ed

Extended Abstract

Introduction

The aim of this study is to investigate the effect of psychological counseling on the social skill levels of middle school students with a group focused on Rational Affective Behavior Therapy (REBT). It is thought that the results of the study will benefit the schools' guidance services in terms of the function of developing social skills in students. Therefore, this situation reveals the importance of the study.

In order to conduct the research in a more analytical manner, subproblems were identified. These are:

1. What is the place of rational affective behavior therapy in group counseling methods?
2. Does rational affective behavioral therapy have an impact on middle school students' social skills?

Method

The study population consists of 63 8th grade students from Çameli (a district of Denizli) Experiment and control groups were formed from 8th grade students. Some work has been done to create the pattern.

First of all, Social Skills Inventory and personal information form were applied to all individuals who will participate in the research. While selecting the experimental and control groups; Low and medium level scores were taken from the Social Skills Inventory. 10 students of experiment and control groups were formed by mixing the students in different branches among the students in the range of criteria. Of the individuals in the group; In addition to the scores they received from the inventory, attention was paid to ensure that the information obtained from the personal information form was also equivalent, and individuals with moderate socio-economic levels and living in the district center with their family. The sample of the research; A total of 20 students, 10 in the experimental group and 10 in the control group.

The individuals in the experimental group were counseled by the researcher with a 10-session REBT-oriented group, and no control was performed on the control group. At the end of the applications of the experimental group, Social Skill Inventory was applied to both the experimental and control groups, and post-test measurements were obtained.

Two tools were used in the data collection phase. The first one is the Social Skills Inventory developed by Riggio (1986) and adapted to Turkish by Yüksel. The second is the Personal Information Form developed by the researcher. With this form, socio-economic levels of individuals and similar features are provided to be equivalent.

Social skills inventory: The Social Skills Inventory, which helps gather information about the social skill levels of individuals, is a small scale but a comprehensive measurement tool. It measures social skills in six different areas. In addition, it calculates the global level of social skills in total, covering all social skills (Yüksel, 2004).

Sub scales: Emotional Expressionism, Affective Expressionism, Affective Control, Social Expressionism, Social Sensitivity, Social Control, Personal information form

In the data collection phase, Social Skills Inventory was applied to 8th grade students in the classroom environment. Before starting the application, each student was given detailed information on how to answer the inventory. At the end of the application, the scores of each student were calculated. Again, a personal information form was applied to all students in the classroom. As a result of the calculation, 20 students, 10 experimental and 10 control groups, were selected from the students with low and medium social skills. It was paid attention that the results of these selected students are equivalent to their personal information forms. The scores obtained from the Social Skills Inventory were evaluated as a pretest score and the inventory was reapplied immediately after the application, and the scores here were evaluated as the posttest score. The presence of pretesting in the research model helps to know the similarity levels of the groups before the experiment and correct the posttest results accordingly (Karasar, 2004). It was developed by Riggio (1986) and adapted to Turkish by Yüksel (1998). Personal Skills Inventory

developed by the researcher, Social Skill Inventory, consisting of 6 items and a total of 90 items, of 15 items each, was applied.

In the data analysis, since the measurements made in the experimental and control groups are repeated, two-way analysis of variance was used in the analysis of the data. In two-way analysis of variance for repeated measurements, the difference between the pretest-posttest scores in one group is compared with the difference between the pretest-posttest scores of the other group and reveals the effectiveness of the experimental process (Büyüköztürk, 2007). According to the pattern of this research, the significance of the difference between the pretest-posttest scores of the experimental and control groups was examined.

Findings

1. It was revealed that the social skill levels of the experimental group students who participated in psychological counseling with the REBT focused group were higher than the control group students and this increase was significant. This shows that social skills education has a positive effect on 8th grade primary school students' social skill levels.

2. Five sub-dimensions, other than social expressionism, which is one of the sub-dimensions of social skills, showed an increase in affective expressionism, affective sensitivity, affective control, social sensitivity and social control mean score and arithmetic mean, but this difference was not significant between experiment and control group. However, in the fourth sub-dimension, social expression sub-dimension, all values were significant, so the effectiveness of the program was also significant on this sub-dimension basis.

3. It was observed that there was an increase in the social skills of individuals who received psychological counseling with the REBT-oriented group, and there was not much increase in the control group individuals who did not participate in the counseling process. This result is in line with the research findings in the literature.

4. It was determined with the measurement made after the program that the psychological counselor with the REBT-focused group contributed positively to the social skills of the members in the experimental group. It can be said that this significant increase in the experimental group was caused by the active participation of individuals in the process during the sessions, their ability to express their feelings and thoughts, their active participation in the work done, the homework given on time and their willingness, and the ability to acquire rational ones instead of irrational thoughts.

General evaluation of the findings; rational affective behavioral therapy significantly affects the social skill level ($p < 0.05$).

Result and Discussion

Yüksel, (1997), provided social skills training to university students. The research was carried out on a volunteer group of 66 people studying in various departments of Gazi Education Faculty in 1995-1996 academic year. The findings obtained are that, in general, social skill education positively affects the social skill level of students. Similarly, social skill education has been shown to be effective on the level of affective sensitivity as a sub-dimension of social skill.

Uzamam (2000) was carried out in this study to examine the effect of social skills education on the interpersonal relations level of adolescents. The research was arranged according to the experimental research model with pre-test and post-test control group. The working group consists of a group of 28 volunteers among 9th grade students attending Adana Chamber of Commerce Anatolian High School. 14 of the students were taken to the experimental group and 14 of them to the control group. The findings obtained are that social skill education generally has positive effects on the level of interpersonal relations of students.

Hooper and Layne (1985) implemented the REBT program for 586 students from the fifth grade to the seventh grade for 1 hour every week for 6 weeks. The findings showed that students in the experimental group were more prone to rational thinking than the control group. Jacobs (1971) investigated the effectiveness of REBT in reducing

anxiety among college students. The treatment was carried out in 5 sessions of one hour, consisting of two control groups and one experimental group.

In the study conducted by Çapri, Gökçakan (2008), it is to examine the effect of psychological counseling on the perception of problem solving skills of university students based on Rational Emotional Behavior Therapy (REBT). Significant differences were found between experimental and control groups at the end of the study. It has been observed that REBT increases self-esteem and increases the orientation towards internal focus.

In summary, the social skill levels of the 8th grade students who participated in the social skills training program were higher than those of the control group students who did not participate in this program. This shows that social skills training has a positive effect on students' social skill levels. However, it was observed that social skills were effective only in social expressionism sub-dimensions and five dimensions were not effective.

Araştırmanın Etik Taahhüt Metni

Yapılan bu çalışmada bilimsel, etik ve alıntı kurallarına uyulduğu; toplanan veriler üzerinde herhangi bir tahrifatın yapılmadığı, karşılaşılabilecek tüm etik ihlallerde "Manisa Celal Bayar Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi ve Editörünün" hiçbir sorumluluğunun olmadığı, tüm sorumluluğun Sorumlu Yazara ait olduğu ve bu çalışmanın herhangi başka bir akademik yayın ortamına değerlendirme için gönderilmemiş olduğu sorumlu yazar tarafından taahhüt edilmiştir.