

Okul Psikolojik Danışmanları İçin Bir Müdahale Yöntemi : İkili Psikolojik Danışma

Esra CEYHAN*

ÖZET

Günümüzde, okul psikolojik danışmanları zamanlarının çoğunu duygusal ve davranışsal problemlere sahip öğrencilere ayırmak zorunda kalmaktadırlar. Bu çocukların yaşadıkları problemlerin çoğunluğunun ise, kişilerarası ilişkilerle ilgili olduğu gözlenmektedir. Bu nedenle, okullarda onlara yönelik bireysel ve grupla psikolojik danışma hizmetleri düzenlenmektedir. Bununla birlikte, bireysel ve grupla psikolojik danışma hizmetlerinin, sosyal ve bilişsel yetersizliklerden kaynaklanan kişilerarası ilişkilerle ilgili problemlerin sağaltımında zaman zaman yetersiz kalabildikleri görülmektedir. Bu durumda, öğrencilerin ihtiyaçları doğrultusunda farklı bir müdahale yöntemi olarak ikili psikolojik danışma,

(pair counseling) kullanılabilir. İkili psikolojik danışma, yakın ilişki kurmada sosyal ve bilişsel kapasite açısından yetersiz olan çocukların kişilerarası ilişki gelişimini desteklemeye yöneliktir. İkili psikolojik danışma, merkezinde oyun olan bir psikolojik danışma ilişkisinde iki çocuğun eşleştirildiği bir psiko-sosyal müdahale yöntemidir. Bu çalışmada, ikili psikolojik danışmanın tanımı, gelişimi, ikili terapi ile karşılaştırılması, amacı, yardım verilecek çocukların özellikleri, danışma süreci, kullanılan teknikler ve danışmanın rolüne ilişkin bilgiler verilmektedir.

ANAHTAR SÖZCÜKLER: İkili psikolojik danışma, ikili psikolojik danışman.

ABSTRACT: *An Intervention For School Counselors: Pair Counseling*

Nowadays, school counselors spend most of their

time for students having emotional and behavioral problems. It is observed that most problems of these children are related to interpersonal relationships. For this purpose, individual and group counseling services are presented to these students in schools. However, co-counseling services sometimes may be ineffective in the treatment of interpersonal relationship problems caused by social and cognitive insufficiencies. In this condition, pair counseling as a different intervention may be used according to students' needs. Pair counseling is aimed to foster interpersonal development of children having insufficient social and cognitive capacities for establishing intimate relationships. Pair counseling is a psychosocial intervention where play is the center two

children are matched in the counseling relationship. In this paper, definition, aim, and historical development of pair counseling, it's comparative with pair therapy, characteristics of children, counseling process, techniques and the role of the counselor are presented.

KEY WORDS: *Pair counseling, pair counselor*

Günümüz okullarında, yaşlıları ile ilişki kurmada güçlükler yaşayan, yaşlıları tarafından reddedilmiş, öfkelerini kontrol edemeyen, sosyal becerileri yetersiz, saldırgan davranışlar sergileyen, duygusal ve davranış problemlerine sahip öğrencilerin sayıları azımsanmayacak kadar çoktur. Bu durumun doğal bir sonucu olarak, okullarda şiddet de her geçen gün artmaktadır. Bu durumun, gençlerin çatışma durumları ile karşılaştıklarında yapıcı ve işbirliğine yönelik çatışma çözme stratejileri yerine yıkıcı stratejileri daha çok kullanmalarından (Türnüklü ve Şahin, 2004) kaynaklandığı söylenebilir.

* Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı Öğretim Üyesi
A.Ü. Psikolojik Danışma ve Rehberlik Merkez Müdürü

Buna ek olarak, yönetici, öğretmen, öğrenci ve veli gibi okul üyelerinin, öğrencilerin yaşadıkları çatışmalara çözüm ararken daha çok yetkeci ve dış kontrol odaklı çözüm stratejilerine eğilim göstermelerinin de (Türnüklü, Öztürk ve Şahin, 2002) şiddet olaylarındaki artmanın bir diğer nedeni olduğu belirtilebilir.

Duygusal ve davranış problemlerine sahip bu çocuklar, okulun ve sınıfın düzenini bozdukları gibi okul personelini de rahatsız etmektedir. Aynı zamanda, çetelere katılma, madde bağımlılığı ve şiddete yönelme gibi olumsuzluklar açısından risk altında görülen bu tür çocuklar, okul psikolojik danışmanlarının zamanlarının büyük bir bölümünü tüketmektedirler. Bununla birlikte, bu çocukların yaşadıkları problemlerin çoğunluğunun temelini kişilerarası ilişkilerle ilgili olması nedeniyle onlara yönelik gerçekleştirilen bireysel ve grupla psikolojik danışma müdahaleleri yetersiz kalabilmektedir (Moody, 1997a). Bu durumda okul psikolojik danışmanları için öğrencilerin ihtiyaçları doğrultusunda ikili psikolojik danışma (pair counseling) uygun bir müdahale yöntemi gibi görünmektedir.

İkili Psikolojik Danışma

İkili psikolojik danışma; sosyal ve bilişsel kapasite yetersizliği nedeniyle yakın ilişki kurmada güçlük yaşayan iki çocuğun bir araya getirilmesi ile gerçekleştirilen ve çocukların eşleştirildiği yaşıtı ile yakın ilişki kurarak kişilerarası ilişkilerini geliştirmeyi ve desteklemeyi amaçlayan, ve merkezinde oyun olan bir psikolojik danışma ilişkisidir (<http://www.paircounseling.com>).

Çocukların sağlıklı bir kişilik geliştirmelerinde, yaşıtıları ile olumlu yaşantılar geçirmesi oldukça önemli olduğundan (Vorrath ve Brendtro, 1985), yaşıtıların eşleştirilmesi yöntemi, "eşli terapi" (duo-therapy) ve "yaşıtı-eşleştirmesi yaklaşımı" (peer pair approach) gibi yaklaşımlarda farklı biçimlerde kullanılmıştır (Birnbam, 1975; Mervis, 1985; Selman ve Shultz, 1990; Morris, Messer ve Gross, 1995; Watts, Nakkula ve Barr,

1997). İkili psikolojik danışma da yaşıtı etkisinin gücünü merkeze alan diğer bir yöntemdir. İkili psikolojik danışmanın, hem kuramsal modeli hem de psikolojik danışma yaşantısının etkileri açısından bu yaklaşımlara göre kendine özgü farklılıkları vardır. İkili psikolojik danışmanın kuramsal modeli, hem genel amaçları hem de iki çocuğun seçilmesi, eşleştirilmesi, oyun aktivitelerinin kullanılması ve terapistin rolü gibi boyutlara ilişkin belirgin yöntemleri de düzenlemektedir (Selman ve Shultz, 1990).

İkili psikolojik danışma, saldırgan, utangaç veya yetersiz sosyal becerileri nedeniyle etkili bir şekilde ilişki kuramayan gençler için yeni bir müdahale yöntemidir. Bu yaklaşımda, çocuklara başarısız sosyal etkileşim stratejilerini yeniden gözden geçirme ve test etme fırsatı veren destekleyici kişiler arası etkileşim ortamı sunulmaktadır. İkili psikolojik danışma yoluyla çocuklar, gelişen arkadaşlık ortamında, yeni kişilerarası anlaşmaları öğrenirler ve yeni uzlaşma stratejilerini uygulamaya koyarlar. Böylece ikili psikolojik danışma ile çocuklar, yaşıtıları veya diğer yetişkinlerin kendilerine sağlayabileceği fırsat ve olanaklardan daha farklı bir biçimde etkileşimi artırabilme yollarını geliştirebilme ve gelişimsel yaşantılar elde edebilme olanağına kavuşabilirler (<http://www.paircounseling.com>).

İkili Psikolojik Danışmanın Gelişimi

İkili psikolojik danışma, klinik psikoloji ve gelişim psikolojisi alanlarında 25 yıllık bir geçmişi olan ikili terapi yaklaşımına dayanmaktadır. İkili psikolojik danışma, Robert Selman'ın çocukların kişiler arası ilişkilerini ve sosyal bakış açılarını anlama ile ilgili çalışmaları üzerine de temellendirilmiştir. Selman'ın yaklaşımı okulda, evde, yaşıtı gruplarında ve sosyal ortamlarda başarısız olmalarına yol açan önemli psiko-sosyal problemlere sahip çocuk ve ergenlerin sosyal ilişki becerilerini ve kişilik gelişimini desteklemeye yönelik olarak geliştirilmiştir (Selman ve Schultz, 1990). Nitekim, iki-

li psikolojik danışmanın temelindeki sayılıya göre çocukların problemleri, bugüne kadar yeterli sosyal beceri geliştirebilmek için fırsatlarının olmamasından kaynaklanmaktadır. Bir diğer sayılı ise çiftlerin içinde bulunduğu ortam içerisinde geliştirdikleri becerilerin, çiftlerin dışındaki diğer kişilerle olan ilişkilerine de genelenebileceği biçimindedir (<http://www.paircounseling.com>).

İkili psikolojik danışmanın kuramsal temellerinin ve uygulamasının oluşturulmasında Sullivan'ın çalışmaları da oldukça önemlidir. Sullivan kişilik kuramını bir kişilerarası ilişkiler kuramı olarak tanımlamakta ve kişilik gelişimini paylaşılan yaşantıların bir ürünü olarak görmektedir. Dolayısıyla, ikili psikolojik danışma ortamı, çocuklara her bir bireyin bakış açısındaki farklılıklara tahammül etmek, bu farklılıkları başarıyla çözmek ve hatta bunlarla yüzleşmek için güvenli bir ortam yaratmak ve yaşatları hakkında soru sormak ve kendi kendilerine açıklamalar yapmak, güvenli bir terapötik ortam içerisinde çeşitli yeni yaklaşımlar denemelerini ve geliştirmelerini cesaretlendirmek ve sonuçta, olumlu yaşıt etkileşimleri yaşamalarını sağlamayı içermektedir (Selman ve Schultz 1990 ; Moody, 1997a).

İkili Psikolojik Danışma ve İkili Terapi İlişkisi

İkili psikolojik danışma, ikili terapiden hareketle geliştirilmiş bir müdahale yöntemidir. Bu nedenle, ikili terapi ve ikili psikolojik danışma müdahale yöntemleri arasında benzerlikler vardır. Ancak, uygulamada bu iki müdahale yöntemi arasında bazı farklılıklar bulunmaktadır. Burada, ikili terapi ve ikili psikolojik danışma arasındaki temel farklılıklar ortaya konmaktadır.

İkili terapi (pair therapy), ciddi duygusal ve davranışsal bozuklukları olan çocuk ve gençlerin uzun süreli tedavisi için kullanılan gelişimsel temelli psiko-sosyal tedavi şeklidir. İkili terapi, sosyal becerilerin gelişimi kadar kişilik yapılarının değişmesi üzerinde de odaklanır. Bu terapi yöntemi, kişiliğin yeniden düzenlenmesi-

ni ve karşılıklılığın gelişmesi fikrini hızlandıran bir yaklaşım olarak nitelendirilmektedir. Bu tedavide, bireylerin süregelen bir biçimde bilişsel ve duygusal yetersizlikleri nedeniyle yaşadıkları sosyal ilişki eksikliklerini gidermek amaçlanmakta ve kişiliğin bilişsel ve duygusal boyutları yeniden yapılandırılmaktadır. Bu nedenle, ikili terapi psiko-eğitimsel bilişsel terapinin özelliklerini taşımasının yanı sıra dinamik bir kişilik terapi yöntemidir (Selman ve Schultz 1990; <http://www.paircounseling.com>).

İkili psikolojik danışma ise, klinik ortamda kullanılan ikili terapinin uygulama sonuçları üzerine oluşturularak okullarda daha hafif sorunları olan çocuklara yönelik bir müdahale olarak geliştirilmiştir (Selman ve Demorest, 1984; Selman ve Schultz 1990). Bu nedenle, ikili terapi ve ikili psikolojik danışmanın temel yapıları aynı olmakla birlikte uygulamada birbirinden farklılıklar göstermektedirler. İkili terapi; uzun süreli, daha az yapılandırılmış, beceri kazanılmasını daha az vurgulayan, daha çok terapötik ilişkiler yoluyla kişilik gelişimi üzerinde odaklaşan ve kliniklerde veya yatılı tedavi kurumlarında aşırı duygusal ve davranışsal problemler gösteren çocuk ve gençlere yönelik olarak klinisyenlerce gerçekleştirilen bir yardım hizmetidir. İkili psikolojik danışma ise kısa süreli, daha çok yapılandırılmış, beceri kazanımını daha çok vurgulayan, problem çözme, çatışma çözümü gibi kişiler arası ilişki becerileri üzerinde odaklaşan ve okullarda psikolojik danışmanlar tarafından okul ve çevresinde çeteler oluşturma, madde bağımlılığı ve şiddet kullanma açısından risk grubu olarak değerlendirilen çocuk ve ergenlere yönelik, önleyici müdahale içeren bir yardım hizmetidir. İkili terapi uzun süreli müdahale ile gelişimsel yetenekler kadar kişiliği de geliştirme amacıyla iken, ikili psikolojik danışma bundan farklı olarak kısa süreli ikili oyun terapisinin yapılandırılmış bir biçimi yoluyla sosyal becerileri, bilişsel-gelişimsel büyümeyi ve daha iyi yaşıt ilişkileri kurmayı hedeflemektedir (Schultz, 1997; Watts,

Nakkula ve Barr, 1997; <http://www.paircounseling.com>).

Sonuç olarak, ikili psikolojik danışma, ikili terapiden uygulama açısından farklılaşmakta ve yaygın olarak okullarda sosyal beceri eksikliği olan çocuklar için kullanılmaktadır. Bununla birlikte, ikili psikolojik danışmanın ikili terapinin kullanıldığı uygulama ortamlarında da etkili olabildiği yönünde bulgular da bulunmaktadır. Örneğin, Karcher ve Lewis (2000), ikili psikolojik danışmanın klinik ortamlarda şiddetli duygusal ve davranışsal bozuklukları olan çocuklar için de etkili olabildiği sonucuna ulaşmışlardır (<http://www.paircounseling.com>). Moody (1997b) ise; silahlı soygun, kundakçılık ve cinsel saldırı gibi ağır suçlar işleyerek hapse girmiş olan ve aynı zamanda duygusal problemlere sahip olan çocuklarda ikili psikolojik danışmanın, yaşıt ilişkilerini geliştirmede etkili bir müdahale yöntemi olduğunu bulmuştur. Bu araştırma kapsamında eşleştirilen çocukların, birbirleri ile arkadaş olmasalar ve birbirlerinden hoşlanmasalar bile, birbirleri ile nasıl iletişim kuracaklarını öğrendikleri de belirlenmiştir. Ancak, araştırmada ikili psikolojik danışmanın çocukların ahlaki muhakeme düzeyini artırmada ve tekrar suç işleme oranlarını azaltmada etkili olmadığı da görülmüştür.

İkili Psikolojik Danışmanın Amacı

İkili psikolojik danışmanın temel amacı, çocukların nasıl daha iyi arkadaş olacaklarını, ilişkilerinde nasıl daha etkili bir şekilde uzlaşabileceklerini ve uzun süreli ilişkileri nasıl kurabileceklerini ve sürdürebileceklerini öğrenmelerine yardım etmektir. İkili psikolojik danışmada, çocuklara yaşıtları ile yakın ilişkiler kurma ve sürdürmede gerekli olan beceriler öğretilir ve bu becerileri uygulamaları konusunda cesaretlendirilirler. Bu nedenle ikili psikolojik danışma, sosyal beceri eksikliği olan, yaşıtları ile ilişki kurma problemlerine sahip ve sosyal soyutlanma yaşayan çocuklar için ideal bir müdahale yöntemidir (<http://www.paircounseling.com>).

İkili psikolojik danışmada, çocukların kişiler arası ilişkilerini, problem çözme becerilerini ve ahlak gelişimini desteklemek için iki çocukla psikolojik danışma yapılmaktadır. İkili psikolojik danışmanın amacını;

- çocukların sosyal davranışlarını arttırmak yoluyla uzlaşma strateji düzeylerini yükseltmek,
- çocukların yaşadıkları çevrede kullanabilecekleri genel sosyal becerileri ve öfke denetimini öğretmek,
- ahlaki ikilemler üzerinde tartışarak konulara diğer insanların bakış açısından bakabilme yeteneklerini arttırmak yoluyla çocukların ahlaki muhakeme düzeylerini yükseltmek oluşturmaktır. Bu amaçlar çerçevesinde ikili psikolojik danışma uygulamalarının temel boyutlarını; oyun etkinlikleri, problem çözme etkinlikleri ve ahlaki ikilemleri içeren etkinlikler oluşturmaktadır (Selman ve Schultz, 1990 ; Moody, 1997a).

İkili Psikolojik Danışma Yardımı Verilecek Çocukların Özellikleri

İkili psikolojik danışma yardımı verilecek çocuklar için en uygun yaş aralığı 8 – 14 olarak önerilmektedir. İkili psikolojik danışmaya alınan çocuklar; istek ve ihtiyaçlarını uzlaştırabilmede yetersiz olmalarının yanı sıra doyum verici kişiler arası ilişkiler geliştirmelerini engelleyici sosyal problem çözme ve uzlaşma yönelimlerine sahip olan çocuklardır. Gelişimsel olarak uygun olmayan bir bakış açısına ve uzlaşma stratejilerine sahip olan çocuklar yaşıtları tarafından tecrit edilmeye ve reddedilmeye eğilimlidirler (<http://www.paircounseling.com>).

Robert Selman, ikili psikolojik danışmada eşleştirilecek çocukların uzlaşma strateji düzeylerinin aynı, eylem yönelimlerinin ise farklı olmasını önermiştir. Eşleştirilen çocuklar birbirlerinin farklı olan yönelimlerini öğrenerek daha dengelenmiş bir uzlaşmaya doğru iler-

leyebilmektedirler. Robert Selman, çocukların kişiler arası ilişki çatışmalarını çözmek için kullandıkları, kişilerarası uzlaşma stratejilerini 4 düzeyde tanımlayarak özelliklerini şu şekilde belirtmiştir :

- 0 düzeyindeki stratejileri kullanan çocuklar, içtepsel olma ve ben-merkezci uzlaşmayı kullanmaları ile tanımlanmaktadır.
- 1 düzeyindeki stratejileri kullanan çocuklar, hakimiyet kurma ve tek yönlü uzlaşmayı kullanmaları ile tanımlanmaktadır.
- 2 düzeyindeki çocuklar karşılıklı ve değişme yönelimli uzlaşmayı kullanmaları ile tanımlanmaktadır.
- 3 düzeyindeki çocuklar ise ortak ve işbirlikçi uzlaşmaları kullanmaları ile tanımlanmaktadır (Selman ve Schultz, 1990).

Çocukların kullandıkları uzlaştırma stratejilerinin çeşitleri bireyin diğer bireylerle nasıl ilişki kurduğuna dair eylem yönelimine bağlıdır. Bu eylem yönelimleri şu şekilde belirtilebilir:

- Diğerlerini değiştirme yöneliminde olan çocuklar; çatışmaları çözmek için diğer bireyleri değiştirmeyle çalışan ve saldırgan bir biçimde tepki veren çocuklardır. Bu çocuklar, çatışma durumlarında tehdit etme, kavgaya, gözdağı verme eğilimindedirler.
- Kendini değiştiren çocuklar ise, çatışmaları çözmek için kendilerini değiştirirler. Bu çocuklar, çatışma durumlarında kaçma, geri çekilme, sessiz kalma veya uzlaşma sağlama eğilimindedirler (Selman ve Demorest, 1984; Selman ve Schultz, 1990; Moody, 1997a).

İkili psikolojik danışmaya seçilecek olan çocukların, uzlaşma strateji düzeylerinin aynı, eylem yöneliminin ise farklı olmasının yanı sıra, gelişimsel ihtiyaçlarının ve kişisel özelliklerinin aynı olması (yaş, cinsi-

yet, ilgiler, zeka düzeyi) ve katılmaya istekli ve ilgili olmaları gibi özelliklere sahip olmaları da gerekmektedir (<http://www.paircounseling.com>).

İkili Psikolojik Danışmanın Süresi

İkili psikolojik danışma, katılanların problemlerinin çeşitliliği ve danışmanın ayırabileceği zamana göre 10 hafta ile 2 yıl arasında değişebilen uzun-sürelili bir müdahale yöntemi olarak yürütülebilmektedir. Aynı zamanda 4 hafta ile 10 hafta arasında süren kısa süreli müdahale biçiminde de uygulanabilmektedir (Selman ve Demorest, 1984; Moody, 1997a). Oturumların uzunluğu 15 dakika ile 2 saat arasında değişebilmekle (Selman ve Schultz, 1990) birlikte, tipik bir ikili psikolojik danışma oturumu 50 dakika sürebilmektedir (<http://www.paircounseling.com>).

İkili Psikolojik Danışma Süreci

İkili psikolojik danışma oturumlarının içeriği esnek olup, çiftlerin ihtiyaçlarını karşılamaya yöneliktir. Psikolojik danışmanın, katılanların problemlerine uyarlanabilecek ahlaki ikilemler, etkinlikler, oyunlar ve problem öyküleri hazırlaması gerekmektedir. Tipik bir ikili psikolojik danışma oturumu, önceden tanımlanan problem çözme adımlarını kullanarak, öğrencilerin endişelerini tartışma ile başlar. Öğrenciler problemlerini rol oynama yöntemiyle uygun bir şekilde belirlerler. Daha sonra, çiftler diğer insanların bakış açılarını dikkate almayı geliştirmeye yardım eden bir etkinlik olan ahlaki ikilemler üzerinde tartışır. Son etkinlik ise, etkileşimleri geliştirmek için bir oyun oynamayı içerir. Oturumun sonunda, çiftler, danışmanın oturumlardaki tartışmaları yönetebilmesine ilişkin kusurlarını ifade ederler ve danışmanın tuttuğu kendilerine ait bir deftere duygu ve düşüncelerini yazarlar (Moody, 1994).

İkili psikolojik danışma oturumları, sosyal uzlaşmaya yönelik, yapılandırılmış bir dizi durumlar içermektedir. Eşler oturumlar boyunca meşgul olacakları bir çok

etkinliğe birlikte karar vermek durumundadırlar. Bu uzlaşmalar şu üç kuralı izlemektedir:

- Çiftler oturum boyunca ne oynayacaklarına birlikte karar vermek zorundadırlar.
- Çiftler her neyi tercih ederlerse, bunu birlikte yapmak zorundadırlar.
- Çocukların birbirlerine, psikolojik danışmana ve odadaki eşyalara zarar verememeleri gerekmektedir (Selman ve Shultz, 1990).

İkili psikolojik danışma çiftlere sosyal etkileşim biçimlerini görebilmeleri için yapılandırılmış fırsatlar sağlamaktadır. Her bir oturumun başında, çiftlerin bir önceki haftadaki başarı ve başarısızlıkları kısaca ele alınmaktadır. Oturumların ortalarında, çocuklar oyun oynamakta ve psikolojik danışman onların etkileşimlerini kolaylaştırmaktadır. Psikolojik danışman genellikle çocukların oyunlarına aktif olarak katılmamakla birlikte çatışmalar ortaya çıktığında, çocukların problem çözme ve çatışma çözümü tekniklerini kullanmalarına yardım etmektedir. Oturumlar süresince danışman, gençlerin kendi bakış açılarını ifade etmelerine izin vermekte, bakış açıları arasında bağlantılar kurmakta ve başkalarının bakış açılarını görebilmelerine yardım etmektedir. Her bir oturumun son 10 dakikasında, danışman, çocukların oturum sırasında yaşadıkları çatışmalarda kendi kusurlarını görmelerine, çatışmaları çözümlemedeki etkililiklerini değerlendirmelerine, gelecek oturumlarda yaşayacakları çatışmaları o andakinden farklı olarak nasıl ele alacaklarını belirlemelerine yardım etmektedir. Aynı zamanda danışman, çocuklardan paylaştıkları olumlu yaşantılarını tanımlamalarını, zaman zaman kurdukları yakınlık ve işbirliğine neyin yol açtığını tanımlamalarını ve çiftler arasında daha sonraki oturumlarda benzer bir yakınlık ve anlaşmanın oluşabilmesi için yapabilecekleri etkinlikleri tanımlamalarını istemektedir (<http://www.paircounseling.com>).

İkili Psikolojik Danışmada Kullanılan Teknikler

İkili psikolojik danışmada, çocukların kişiler arası uzlaşma stratejilerinin düzeyini artırmak ve olaylara başkalarının bakış açılarından bakabilmelerini geliştirmek için kullanılan üç temel teknik bulunmaktadır. Bunlar:

- Çocukların kendi ihtiyaçlarını düşünmeden ifade etmelerine izin vermek (kendi bakış açısını ifade etmek- 0 düzeyinden 1 düzeyine)
- Bağımsız bir şekilde davranamayan iki çocuğun bakış açıları arasında bağlantı kurmalarını sağlamak (gençlerin iki sosyal bakış açısını birbirine göre ayarlamalarına yardım etmek-1 düzeyinden 2 düzeyine)
- Çocukların ortak ilişkilerinde bireysel eylemlerinin uzun süreli sonuçlarını görmelerini sağlamak (3. kişinin bakış açısını görmelerine yardım etmek- 2 düzeyinden 3 düzeyine) (Selman ve Schultz, 1990).

Bu teknikler, çiftlerin işbirliği içinde çalışmalarını için değil, onların sahip olduklarından daha etkili ve olgun bir şekilde davranabilmelerini sağlamak amacıyla kullanılmaktadır. Bu müdahale teknikleri, çocuk ve gençler arasında yaygın olan sosyal bakış açısının üç düzeyinden birini ilerletmek için kullanılmaktadır.

(<http://www.paircounseling.com>).

İkili Psikolojik Danışmanın Rolü

Danışmanın psikolojik danışma oturumlarındaki tutum ve davranışları, müdahalenin başarısını etkileyen önemli bir etkidir. Çeşitli etkinlikler boyunca danışman, çocukların birbirleriyle iletişim kurmalarını kolaylaştırmak, dolaysız iletişim kurmak ve bir diğerini anlamaya yardım etmek yoluyla bir aracı (mediator) gibi çalışır. Böylece çocuklar, hem diğerlerinin hem de kendilerinin isteklerini dikkate almayı başarabilirler. Psikolo-

jik danışman, çocukların çatışma durumları ile karşı karşıya kaldıklarında kaçınma stratejilerini kullanmalarına izin vermemektedir. Psikolojik danışman, çocuklar kaçınma stratejilerini kullandıklarında, bu tür çözüm yollarının uygun olmadığını belirterek ya da adil olma ile ilgili sorular sormak yoluyla bu stratejilerin kullanılmasını engellemektedir. Psikolojik danışman, her bir öğrencinin destekleyici ve yapıcı bir biçimde nasıl iletişim kurabileceğini öğrenmesine yardım eder. Psikolojik danışmanın rolü, çiftlerin kendi endişelerini sıkıntılarını, diğeri ile tartışmasına yardım etmektir. Psikolojik danışman, çocukların uzlaşma stratejilerinin düzeyinin artması için çaba sarf etmektedir. Psikolojik danışmanın müdahaleleri sonucunda kendini değiştiren çocuklar daha iddiacı duruma gelirlerken, diğelerini değiştiren çocuklar ise daha çok teslim olmaya, kabul edici olmaya ve suskun olmaya istekli duruma gelirler (Selman ve Schultz, 1990).

Danışman, çocukların oyunlarını seçmelerine, birlikte ne yapacaklarına ve bunu ne kadar süre yapacaklarına karar vermelerine izin verir. Çocuklar oynarken, özellikle de her iki çiftin hoşlandıkları bir oyun oynanıyor ve birbirlerine saygı göstererek etkileşiyorlarsa, o zaman danışman çocukların bu türden ilişki becerilerini ve arkadaşlık oluşturma çabalarını över. Danışman işbirliğinin oluşmasına ve kişilerarası bağlanışlığı arttırmaya yardım eder. Bağlanışlık, çocukların birbirlerinin bakış açısından olaylara bakmaya istekli olmaları ve ikili ilişkilerinde daha uygun sosyal becerileri kullanmaya çalışmalarını ile oluşmaktadır (<http://www.paircounseling.com>).

Sonuç

Okul psikolojik danışmanları, okullarda davranış ve akademik problemler açısından risk altında olan çocuk ve gençler için çeşitli müdahale yöntemleri kullanmaktadırlar. Ancak bu müdahale yöntemleri ile her zaman başarılı sonuçlar alınmamaktadır. Bu durumda, daha

etkili olabilecek başka müdahale yöntemlerine ihtiyaç duyulmaktadır. İkili psikolojik danışma bu ihtiyacı karşılamak amacıyla okul psikolojik danışmanları tarafından oldukça etkili sonuçlar ortaya çıkarabilecek bir müdahale yöntemi olarak kullanılabilir.

Genellikle başkaları ile yakın kişilerarası ilişkiler kuramayan çocuklar, ya saldırganlaşmakta ya da içe kapanmaktadırlar. Bu çocuklara, başkalarının bakış açısından bakabilme ve çatışma çözme becerileri kazandırılarak, kişilerarası ilişkilerini geliştirebilmeleri kolaylaştırılabilecektir. Böylece, başkaları ile nasıl ilişki kuracaklarını, problemlerini nasıl çözebileceklerini, nasıl arkadaş olabileceklerini öğrenebilecek ve sağlıklı bir kişilik ve sosyal gelişim gösterebileceklerdir.

KAYNAKLAR

- Birnbaum M. P. (1975). Peer pair psychotherapy: A new approach to withdrawn children. **Journal of Clinical Child Psychology**, Spring: 13-16. <http://www.paircounseling.com>
- Mervis, B. A. (1985). The use of peer-pairing in child psychotherapy. **Social Work**, March-April:124-128.
- Morris, T. L. Messer, S. C. ve Gross, A. M. (1995). Enhancement of the social interaction and status of neglected children: A peer-pairing approach. **Journal of Clinical Child Psychology**, 24(1): 11-20.
- Moody, E. (1994). An investigation of pair therapy with incarcerated juvenile delinquents. *Dissertation Abstracts International*, 56, July 1995, 96-A, DA9517670.
- Moody, E. (1997a). Pair counseling: An invention for disturbed children when nothing else works. **Elementary School Guidance & Counseling**, 31(3).

- Moody, E. (1997b). Lessons from counseling with incarcerated juvenile delinquent. **Journal of Addictions and Offender Counseling**, 18 (1).
- Schultz, L.H. (1997). A comprehensive framework for evaluating pairs. (Ed: R. L. Selman, C.L Watts, ve L.H.Schultz,) **Fostering friendship: Pair Therapy for treatment and prevention..** New York:Adline De Gruyter.
- Selman, R. L. ve Demorest, A. (1984). Observing troubled children's interpersonal negotiation strategies: Implications of and for a developmental model. **Child Developmental**, 55: 288-304.
- Selman, R. L. ve Schultz, L. H. (1990). **Making a friend in youth: Development theory and pair therapy.** New York: Adline De Gruyter.
- Türnüklü, A., Öztürk, N. ve Şahin, İ. (2002). İlköğretim okullarında, öğrencilerin, öğretmenlerin, okul yöneticilerinin ve velilerin çatışma çözüm stratejilerinin incelenmesi. **XII. Ulusal Psikoloji Kongresi.** Ankara:ODTÜ.
- Türnüklü, A. ve Şahin, İ. (2004). 13-14 Yaş grubu öğrencilerin çatışma çözme stratejilerinin incelenmesi. **Türk Psikoloji Yazıları**, 7(13), 45-61.
- Vorrath, H.H. ve Brendtro, L.K.(1985). **Positive peer culture.** (Second Edition) New York:Adline De Gruyter.
- Watts, C.L., Nakkula, M.J. ve Barr, D. (1997). Person-in-Pairs-in-Program: Pair Therapy in different institutional contexts. (Ed: R. L. Selman, C.L Watts, ve L.H.Schultz,) **Fostering friendship: Pair Therapy for treatment and prevention.** New York:Adline De Gruyter.
- Yeates, K.O., Schultz, L.H. ve Selman, R. L. (1991). The development of interpersonal negotiation strategies in thought and action: Asocial status. **Merril-Palmer Quarterly**, 37:369-406.

Summary

An Intervention for School Counselors : Pair Counseling

Esra Ceyhan*

Nowadays, in schools there is a growing number of students who can't manage their anger and behave aggressively, have a lack of social skills, behavioral and emotional problems so they are rejected by their peers.

As a result, violence observed in schools rises day by day. This may be caused by the frequent use of destructive strategies by adolescents instead of constructive and collaborative conflict resolution strategies when they are faced with conflicting situations (Türnüklü & Şahin, 2004). Furthermore, it can be stated that another reason of the increase in violent acts is the usage of external locus of control and authoritarian conflict resolution strategies in conflicting situations by students themselves and their parents, teachers, and managers (Türnüklü, Öztürk & Şahin, 2002).

Children having emotional and behavioral problems disturb not only school and class systems but also school personnel. In addition, these children at the risk of substance abuse, becoming a gang-member, being inclined to the aggression and violence, spend large amounts of school counselors' time. However, most of these children's problems are based on interpersonal relationships. Therefore, individual and group counseling interventions directed to them may be inefficient (Moody, 1997a). Under this condition, pair counseling *may be seen as an alternative intervention style, appropriate for school counselors in the framework of students' needs.*

Pair counseling is a counseling relationship with the emphasis on play in which two children are paired to

provide opportunities to establish an intimate relationship with his or her partner. The aim is to develop and enhance interpersonal relationships of children having difficulty due to social and cognitive incapacities (<http://www.paircounseling.com>).

The main purpose of pair counseling is to help children learn how to become a better friend, to establish and maintain enduring relationships and to reach a negotiation more effectively. In pair counseling, skills for establishing and maintaining intimate relationships with peers are taught. Therefore, pair counseling is an ideal intervention for children socially isolated, having a lack of social skills and having difficulties in establishing relationship with their peers (<http://www.paircounseling.com>).

Pair counseling was developed as an intervention for less disturbed children in schools. It was based on the results of pair therapy applications in clinical settings (Selman & Demorest, 1984; Selman & Schultz 1990). On the other hand, Karcher and Lewis (2000) claimed that pair counseling is effective both for children having social skills deficit and for children in clinical settings having severe psychopathology (<http://www.paircounseling.com>).

Although bases of pair therapy and pair counseling are the same, they have some application discrepancies. *Pair counseling is a long term and less structured helping service, focusing more on the personality development by means of therapeutic relationships. It gives less emphasis on the attainment of social skills. Clinicians for children in residential treatment center carry it out. In contrast, pair counseling, a short term; more struc-*

* Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı Öğretim Üyesi
A.Ü. Psikolojik Danışma ve Rehberlik Merkez Müdürü
* e-mail: matici@mail.cu.edu.tr

tured helping service, emphasizes skill acquisition. At the same time, it focuses on interpersonal relationship skills such as problem solving and conflict resolution. It's a preventive intervention directed to children and youth evaluated as risk groups for gang membership, substance abuse and violence and aggression in the school context. School counselors carry it out. Pair therapy supports personality development as well as social skill development by means of long-term intervention. Different from pair therapy, pair counseling aims at cognitive developmental growth in order to make children establish better relationships with peers by enhancing social skills with a short term, structured form of dyadic play therapy (Schultz, 1997; Watts, Nakkula & Barr, 1997; <http://www.paircounseling.com>).

Age range of eight to fourteen is suggested as the most appropriate for pair counseling. When the characteristics of children involved in pair counseling are taken into consideration, it's observed that these children have social problem solving skills and negotiation strategies, and these deficiencies prevent them from establishing satisfied interpersonal relationships (<http://www.paircounseling.com>).

In the selection of the pair counseling participants, levels of negotiation strategies and action orientations should be considered. Levels of negotiation strategies should be the same, while that of action orientation should be different. Besides, equivalence of developmental needs and similar personality characteristics are also to be considered. Voluntary participation and interest for the process are also taken into account (<http://www.paircounseling.com>).

As a long-term intervention, pair counseling can last ten weeks to two years, depending on the counselor's time and the variety of participant's problems. It is practical also as a short-term intervention between four and ten weeks (Selman & Demorest, 1984; Moody, 1997a). A typical pair counseling session length can take 50

minutes (<http://www.paircounseling.com>). But the duration of sessions changes between 15 minutes and two hours (Selman & Schultz, 1990).

In terms of content, pair counseling is flexible and directed to satisfy the pair's needs. The counselor is responsible for preparing moral dilemmas, problem stories, games and activities applicable to the participants' problems. Typical pair counseling sessions begin with the discussion of concern for students by means of using previously identified problem-solving steps. After this phase, students can state their problems by means of role-play. Then, pairs discuss moral dilemmas. This provides students with opportunities to take the other's perspective. The last activity requires playing a game to foster interactions. At the end of the session, pairs state the counselor's faults related to the management of discussion during the session. They also write their feelings and thoughts in a notebook that the counselor takes notes (Moody, 1994).

Attitudes and behaviors of the counselor during the session are important factors affecting the success of the intervention. The counselor acts as a mediator for making children establish relationships with each other easily and directly, and helps them to take another's perspective. Thus, children may become successful and can learn to pay attention to the needs of both themselves as well as their partners'. The counselor helps each student to learn how she/he can establish relationships in a supportive and constructive manner. The counselor makes an effort to increase the levels of children's negotiation strategies. As a result of the counselor's interventions, the self-transforming child becomes more assertive while the other-transforming child becomes more willing to give in and be submissive (Selman & Schultz, 1990).

School counselors employ various intervention methods for children and youth under the risk of behav-

ioral and academic problems in schools. These may not lead to desirable results. Under these conditions, alternative intervention methods which are more effective are required. For the purpose, pair counseling may be employed as an intervention leading to quite effective results.

Children who cannot establish intimate relationships with others become aggressive or introverted. By means of making children acquire conflict resolution and perspective taking skills, interpersonal relationship development can be fostered. Thus, children can learn how to establish and maintain relationships, solve problems, and become friends. As a result, they can acquire a healthy personality and social development.