

MESLEKİ VE KİŞİSEL GELİŞİM AÇISINDAN PDR ÜÇÜNCÜ SINIF ÖĞRENCİLERİNİN GRUP REHBERLİĞİ ETKİNLİKLERİNE İLİŞKİN GÖRÜŞLERİNİN İNCELENMESİ

Doç. Dr. Meral Atıcı
ÇÜ Eğitim Fakültesi
PDR Anabilim Dalı
matici@cu.edu.tr

Dr. İsmail Sanberk
ÇÜ Eğitim Fakültesi
PDR Anabilim Dalı
sanberk@cu.edu.tr

Dr. M. Yalçın Ortakale
y.ortakale@hotmail.com

ÖZET

Bu araştırmanın amacı grup rehberliği etkinliklerine katılan PDR üçüncü sınıf öğrencilerinin bu etkinliklere katılmanın mesleki ve kişisel gelişimlerine olan etkileri konusundaki görüşlerini incelemektir. Araştırma grubu Grup Rehberliği Etkinlikleri dersi kapsamında 11 hafta boyunca grup rehberliği etkinliklerine katılan 87 psikolojik danışma ve rehberlik bölümü üçüncü sınıf öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırmada nitel veriler önceden hazırlanmış beş açık uçlu soruya öğrencilerin yazarak yanıt vermeleri yoluyla toplanmıştır. Bu verilerin içerik analizi yöntemiyle analizi sonucunda grup rehberliği etkinliklerine katılan öğrencilerin bu etkinlikleri yürütürken kullanılan eylem ve becerileri fark etme, önemini anlama, becerileri kullanma konusunda güven ve gelişim gösterdikleri, duygu ve düşüncelerini fark etme ve ifade etme, bazı düşünce ve davranışlarını değiştirme, insanları tanıma ve anlama, iletişim becerilerini geliştirme gibi sonuçlar elde ettikleri ortaya çıkmıştır. Bu bulgular psikolojik danışma eğitiminde uygulamaya yönelik derslerin ve çalışmaların öğrencilerin psikolojik danışma becerileri ve kişisel gelişimleri açısından oldukça önemli olduğu yönündeki görüşler doğrultusunda tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: grup rehberliği, psikolojik danışma becerileri, psikolojik danışma öğrencileri

ABSTRACT

The purpose of this study was to investigate psychological counselling and guidance students' views about the effects of group guidance activities on their professional and personal development. Participants for this study were third year students who attended group guidance activities lesson in psychological counselling and guidance department. Qualitative data were collected by asking students to write the answers of five open ended questions in questionnaire. Data were analysed by using a content analysis method. Result showed that as a result of attending group guidance activities students enhanced their awareness of actions and skills used for conducting these activities, understood the importance of these skills, developed their confidence for using these skills, understood their thoughts and feelings and expressed them, changed some of their thoughts and behaviour, got to know people and understood them and develop their communication skills. The results were discussed in the light of significance of practice on students' counselling skill development and their personal development.

Key Words: group guidance activities, psychological counselling skills, psychological counselling students

Giriş

PDR lisans mezunu psikolojik danışmanlar eğitim, sağlık, endüstri, özel eğitim ve rehabilitasyon, emniyet, ordu gibi çeşitli kurumlarda istihdam edilebilmekle birlikte en fazla çalıştıkları alanlardan biri eğitim kurumlarıdır. Eğitim kurumu olarak okullarda çalışan mezunlardan ise bireysel, grup ve sınıf ortamında öğrencilerle bazı psikolojik danışma ve rehberlik çalışmaları yapmaları beklenmektedir. Aslında grup rehberliği ve sınıf rehberliği çalışmaları okul psikolojik danışmanlarının yaptığı başlıca etkinlik ve çalışmalar arasındadır. Bu nedenle de PDR lisans eğitimi sırasında öğrencilerin psikolojik danışma becerilerini grup ve sınıf rehberliği sırasında nasıl kullanabileceklerine yönelik gözlem ve uygulamaya dayalı yaşantı geçirmelerini ve deneyim kazanmalarını amaçlayan bazı dersler yer almaktadır. Özyürek, Çam ve Atıcı da (2007, s.573) Türkiye’de okul psikolojik danışmanlığı ile ilgili rehberlik uygulamalarında olması gereken özelliklerden birinin grup ve sınıf rehberliği çalışmaları olduğunu belirtmişlerdir. Öğrencilerin bir kişisel uygulama planı doğrultusunda grup ve sınıf rehberliği ile ilgili becerileri geliştirmek amacıyla grup ve sınıf rehberliği etkinlikleri yapmalarının önemi üzerinde durmuşlardır.

Psikolojik danışman adaylarının eğitiminde lisans düzeyindeki her bir dersin, adayların mesleki gelişimlerine etkilerini incelemenin mesleki standartların geliştirilmesine hizmet edeceği, eğitimin değerlendirilmesinde, güçlü ve zayıf yönlerinin belirlenmesinde başvurulacak temel kaynaklardan birinin öğrencilerin görüşleri olduğu vurgulanmaktadır (Strauß ve Freyberger, 2009). Bu görüşe paralel biçimde lisans eğitiminde bazı dersler içinde yer alan etkinlik ve uygulamaların son sınıf öğrencilerinin psikolojik danışma becerilerinin gelişimine ve yetkinliklerine olan etkileri çeşitli araştırmalarda ele alınmıştır. Örneğin, grup rehberliği etkinliklerini yürüten PDR son sınıf öğrencilerinin (psikolojik danışman adaylarının) kullandıkları psikolojik danışma becerilerini, etkinlik yürütmeye ilişkin yeterlik algılarını ve grup yönetimini zorlaştıran istenmeyen davranışlarla baş etme yollarını incelemek amacıyla Atıcı ve Ulusoy (2010) tarafından yapılan bir araştırmada Uygulama Dersi kapsamında ilköğretim okullarında grup rehberliği çalışmaları yapan öğrencilerden beş öğrenci gözlemlenmiş ve aynı öğrencilerle ve gözlenmeyen beş öğrenci ile görüşmeler yapılmıştır. Yani beşi kız, beşi erkek toplam on öğrenci ile görüşme yapılmıştır. Araştırmada elde edilen nitel verilerin analiz sonuçlarına göre öğrencilerin uygulamaların başladığı birinci dönemin başından ikinci dönemin sonuna kadar psikolojik danışma becerilerini etkili kullanmada önemli bir gelişme sağladıkları, olumsuz duyguların yerini olumlu duygulara bıraktığı, grup yönetiminde karşılaşılan istenmeyen davranışlarla yapıcı yollarla baş ettikleri ve bu konuda da gelişim gösterdikleri ortaya çıkmıştır. Grup rehberliği uygulamalarında etkili olan dersler konusunda öğrencilerin büyük çoğunluğu özellikle üçüncü sınıfta aldıkları grup rehberliği etkinlikleri dersinin becerilere ve sürecin işleyişine model olma ve üye olma deneyimi kazanmaları açısından birinci sırada geldiğini, bunu geribildirim ve öneri almaya katkısı açısından uygulama (süpervizyon) derslerinin takip ettiğini belirtmişlerdir. Literatürde de psikolojik danışma eğitimi almış olan danışmanların terapötik uygulama ve süpervizyonu kendi gelişimlerine en çok etki eden ders ve uygulama olarak gördüklerini ortaya koyan araştırma sonuçları vardır (Bayer, 2007; Zimmer, 2000; Laireiter, 2000; Zimmer & Zimmer, 1998) bu bulguyla paralellik göstermektedir.

Yukarıdaki araştırmaya benzer biçimde yine PDR son sınıf öğrencilerinin yaptığı grup rehberliği uygulamalarının grup rehberliği ile ilgili yetkinlik algılarına ve mesleki benlik saygısına olan etkileri öğretim yılının başında (Ekim), ortasında (Mart) ve sonunda (Haziran) nicel ve nitel veri analiz yöntemleriyle incelenmiştir. Öğrencilerin yetkinlik inançlarında ve benlik saygılarında bir artış olduğu ve yetkinlik beklentisi ile benlik saygısı arasında da son ölçümlerde (Haziran) daha yüksek bir ilişki olduğu görülmüştür. Görüşmeye katılan tüm öğrenciler grup rehberliği etkinliklerini yürütme konusunda güz döneminin başından ikinci görüşmenin yapıldığı ana kadar yetkinlik inançlarının arttığını belirtmişlerdir. Yetkinlik düzeyi düşük öğrenciler bile uygulamalar sırasında kendilerini daha yetkin hissetmeye başladıklarını vurgulamışlardır. Rehberlik uygulamalarının yetkinliği yüksek öğrencilerin yetkinliğini daha da yükselttiği, yetkinlik düzeyi düşük olan öğrencilerin ise yetkinliğini yükseltmede ne kadar önemli olduğunu göstermektedir (Atıcı, Özyürek ve Çam, 2005).

Danışman adaylarının staj uygulamaları sırasında yaptıkları grup rehberliği uygulamalarının psikolojik danışma becerilerinin gelişimindeki rolü ve grup rehberliği etkinliklerinin yetkinlik düzeylerine etkisi konusunda yapılan çalışmalar yanında danışman adaylarının eğitimleri sırasında katıldıkları bazı grup çalışmalarının onların benlik saygısı, duyguları, tutumları ve kişisel gelişimlerine etkisi de araştırmaya konu olmuştur. Örneğin, O'Leary ve Crowley (1994) İrlanda da bir yıllık psikolojik danışma ve rehberlik kursuna katılan 10 kadın psikolojik danışman adayı ile yaptığı çalışmada kişi merkezli grup yaşantısının benlik saygısı, duygu ve tutumlar ile kişisel gelişimlerine olan etkilerini incelemişlerdir. Danışman adayları haftada iki saat olmak üzere 25 hafta ve 50 saatten oluşan grup oturumlarına katılmışlardır. Deney ve kontrol grubu arasında bir fark olmamakla birlikte deney grubunun ilk ve son ölçümlerine göre benlik saygısında ve tutumlarında değişim olduğu görülmüştür. 'Kişisel gelişim senin için ne anlama geliyor' gibi açık uçlu bir anket sorusuna verdikleri yanıtlardan oluşan nitel verilerin analizinde ise danışman adaylarının kişisel gelişimle ilgili görüşleri beş kategori altında toplanmıştır. Bunlar, farkındalık, saydamlık/içtenlik, değişimle ilgili duygular, dini referans ve sürecin tanımlanmasıdır. Danışman adaylarının grup yaşantısı sonucunda farkındalıklarında değişim olduğu, bu değişim sürecini 'çağlayan bir ırmak', 'başlangıç noktasından hareket' gibi metaforlarla ifade ettikleri ve böylece kişisel gelişimi dinamik algıladıkları yönünde sonuçlara ulaşılmıştır. Danışman adaylarının bir kişi olarak gerçek olmaları anlamına gelen saydamlık/içtenlik kategorisinde 'kendisine karşı gerçekçi olma', 'duyguların fark edilmesi ve anlaşılması' gibi ifadeler yer almıştır. Değişimle ilgili duygular acı veren, korkutucu gibi genellikle negatif olarak sınıflanmakla birlikte katılımcıların bunu negatiften çok kişisel gelişim sürecinin doğal bir parçası olarak algıladıkları vurgulanmıştır.

Benzer biçimde danışman adaylarıyla yapılan bir çalışmada yapılandırılmış grup çalışmasının farklı üyelerden oluşan gruplarda benzer yaşantı ve etkileşimler ortaya çıkarıp çıkarmayacağı incelenmiştir (Erwin, 1999). Danışma psikolojisi alanında eğitim gören ve temel danışma becerileri dersini alan 32 öğrenci bu dersin bir parçası olarak grup çalışmasına katılmışlardır. Bu grup çalışmasında öğrenciler üç gruba ayrılmışlardır. Grup her hafta iki saat olmak üzere sekiz hafta toplanmıştır. Her bir alıştırmaların sonunda katılımcılar o oturumda yaptıkları alıştırmayı 12 maddeden oluşan bir anketi kullanarak değerlendirmişlerdir. Eğitim programında yer alan 10 alıştırmaya sözleşme yapma, grup üyeleriyle tanışma, bağlılığı artırma, stresli bir durumu

tanımlama, problem çözme, geribildirim verme, model olma, bilişsel yeniden yapılandırma, kendi kendine konuşmayı kullanma ve bilişsel model olmadır. Her oturumun sonunda grup üyelerinin doldurdıkları anketler analiz edildiğinde üç grubun grup sürecinde uygulanan 10 alıştırmadan altısına ilişkin değerlendirmelerinde anlamlı farklılıklar olsa da hiç farklılığın olmadığı durumların da oldukça çok olduğu görülmüştür. Bununla birlikte yüksek düzeyde yapılandırılmış bir grup danışması programında bile her grubun kendine özgü olduğu ve kendi sosyal iklimini yarattığı ortaya çıkmıştır. Bu sonuç, gruplar arasındaki kültür ve iklim farklılıklarına rağmen yapılandırılmış grup danışmasının daha eşit bir terapötik yaşantı sağlamada etkili bir teknik olabileceğini göstermiştir. Bu araştırmada da benzer şekilde psikolojik danışmada lisans eğitimi alan öğrenciler (danışman adayları) yapılandırılmış aynı etkinliklerin üç farklı öğretim elemanı tarafından uygulandığı üç gruba ayrılmışlardır.

Psikolojik danışma büyük ölçüde psikolojik danışmanın kişiliğinden ve terapötik ilişkiden etkilendiğinden danışmanlık veya psikoterapi eğitiminde danışmanın eğitim sürecindeki kişisel deneyimleri mesleki yeterlilik üzerinde rol oynamaktadır. Psikolojik danışmanların empati, dinleme, geribildirim, duyguları tanıma ve ifade etme gibi terapötik becerileri ancak kişisel deneyimler sonucunda gelişebilmektedir (Berns, 2005). Örneğin, bir araştırmada katılımcılar alınan eğitimin 'kişisel deneyimlerle' ilişkilendirilmesi durumunda daha memnuniyet verici olduğunu belirtmişlerdir. Buna göre kuramsal eğitimden çok uygulamaya dönük eğitimin öğrencilerin eğitimden daha fazla memnun kalmalarına yol açtığı vurgulanmaktadır (Barthel ve diğerleri, 2010).

Yukarıda özetlenen araştırmacı görüşleri ve araştırma bulguları çerçevesinde psikolojik danışma eğitiminde danışman adaylarının kişisel deneyimlerinin beceri gelişimindeki rolü ve katıldıkları bazı grup çalışmalarının onların kişisel gelişimindeki rolü, süpervizyon ve uygulamaların eğitimdeki etkileri, eğitimin değerlendirilmesinde öğrencilerin derslere ilişkin görüşlerine başvurmanın önemi ortaya çıkmaktadır. Ayrıca, PDR lisans eğitiminde son sınıfta yer alan staj sırasında yapılan grup rehberliği uygulamalarının öğrencilerin bu etkinlikleri yürütme konusunda yetkinlik inançları ve psikolojik danışma becerilerinin gelişimindeki rolü ile ilgili araştırmalar olmakla birlikte öğrencileri bu tür uygulamalar yapmaya hazırladığı sayıtlısına dayanan grup rehberliği etkinlikleri dersinin öğrencilerin hem kişisel hem de mesleki gelişimlerine nasıl bir katkı sağladığının bilinmesinde yarar olduğu düşünülmektedir. Bu nedenle bu araştırmanın amacı grup rehberliği etkinliklerine katılan PDR üçüncü sınıf öğrencilerinin bu etkinliklerin psikolojik danışma becerileri ve kendi kişisel gelişimlerine olan etkileri konusundaki görüşlerini belirlemektir. Bu genel amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır.

1. Öğrencilerin grup rehberliği etkinliklerinin yararları konusundaki görüşleri nelerdir?
2. Öğrencilerin başkalarıyla ilişkiler, kendi davranışlarındaki ve önyargılarındaki değişimler konusundaki görüşleri nelerdir?
3. Öğrencilerin grup rehberliği etkinliğini yürüten liderde gözledikleri psikolojik danışma becerileri ve bunların kendi beceri gelişimlerine etkisi konusundaki görüşleri nelerdir?

Yöntem

Araştırma Grubu

Araştırma grubu 2007-2008 öğretim yılının bahar yarıyılında Grup Rehberliği Etkinlikleri dersi kapsamında grup rehberliği etkinliklerine katılan 87 psikolojik

danışma ve rehberlik bölümü üçüncü sınıf öğrencisinden oluşmaktadır. Öğrencilerin 51'i kız, 36'sı erkek; 36'sı normal, 51'i ikinci öğretim öğrencisidir.

Veri Toplama Aracı

Araştırmada nitel veriler önceden hazırlanmış beş açık uçlu soruya öğrencilerin yazarak yanıt verdikleri bir anket aracılığıyla toplanmıştır. Bu sorular, grup rehberliği etkinliklerinden çıkarmış oldukları en önemli sonuç, başkalarıyla olan ilişkilerdeki değişimler, değiştirdikleri ve kazandıkları davranışlar, önyargılarında olan değişimler, liderde gözledikleri psikolojik danışma becerileri ve bunların katkılarına yönelik olmuştur. Bu beş sorunun yer aldığı anket son derste ve son etkinlikten sonra öğrencilere verilmiş ve sorulara yönelik düşüncelerini yazmaları istenmiştir. Bu işlemi 30 dakikada tamamlamışlardır.

İşlem

Öğrencilerle grup rehberliği etkinlikleri kapsamında dönem boyunca 11 grup rehberliği etkinliği yapılmıştır. Bu etkinlikler EPH 322 Grup Rehberliği Etkinlikleri dersi kapsamında yapılmaktadır. Bu ders bahar yarıyılında üçüncü sınıflarla 14 haftadan oluşan bir programla yürütülmektedir. Dersin ilk iki haftasında dersin amaç, işleyiş ve değerlendirme süreci üzerinde durulmuştur. Ayrıca grup rehberliğinin ve grup rehberliği etkinliklerinin amacı, grup rehberliği etkinliklerinin planlanması ve yürütülmesi, bu etkinlikleri yürütürken kullanılacak psikolojik danışma becerileri ve süreç hakkında ayrıntılı bilgiler verilmiştir. Bundan sonraki 11 hafta boyunca her hafta bir etkinlik olacak şekilde bir etkinlik yapılmıştır. Bu etkinlikler, lisansüstü çalışmalarını PDR alanında yapmış, ikisi halen PDR anabilim dalında çalışan dersin sorumlusu üç öğretim elemanı tarafından yapılmıştır. Her bir etkinlik yaklaşık bir saat 30 dakika sürmüştür. Tüm gruplarda aynı etkinlikler aynı sırayla yapılmıştır. Etkinliklerin konusu sırayla iletişim engelleri, etkin dinleme, geribildirim verme; akılcı olmayan düşünceler ve bu düşünceleri değiştirme; kendini tanıma, anlama ve kabul etme; girişken, saldırgan ve çekingenlik açısından kendini gözden geçirme; öfkeyle baş etme; ve benlik saygısı olmuştur. Etkinlikleri yürütürken bilgi verme, rol oynama, tartışma, beyin fırtınası gibi yöntemler ve psikolojik danışma teknikleri kullanılmıştır.

Erwin (1999) yapılandırılmış grup danışmasının en önemli avantajının belirli bir yapılandırmaya sahip olması nedeniyle katılımcıların o anki göreve odaklanmalarına yardım etmek ve görev dışı davranışlarla aşırı uğraşmayı engellemek olduğunu belirtmiştir. Yapılandırılmış grup alıştırılmaları kişilerin daha küçük alt gruplarda, ikili gruplarda ya da daha geniş grup içinde bağımsız çalışmasını gerektiren alt görevleri içermektedir (Erwin, 1999). Bu araştırmada kullanılan grup rehberliği etkinliklerinin de yapılandırma ve sürecin işleyişi açısından yapılandırılmış grup danışmasıyla benzerlik taşıdığı söylenebilir.

Verilerin Analizi

Nitel veriler bu dersi yürüten ve aynı zamanda araştırmayı yapan araştırmacılardan biri tarafından içerik analizi yöntemi (Strauss, 1996; Strauss & Corbin, 1990; Yıldırım & Şimşek, 1999) kullanılarak analiz edilmiştir. İlk olarak, öğrencilerin her bir soru için yazdığı bilgiler okunmuş ve bu okuma sırasında olası kodlar ilgili soruların sol tarafına yazılmıştır. İkinci olarak, tüm öğrencilerin sorulara verdikleri yanıtların kodlanması bu şekilde yapıldıktan sonra bu kodlar tekrar gözden geçirilerek birbiriyle ilişkili kodlar belirli temalar altında toplanmaya çalışılmıştır. Örneğin, ben dili, geribildirim verme ve etkin dinleme gibi kavramlar kullanılarak

yapılan kodlamalar iletişim becerileri kavramı/teması altında toplanmıştır. İçerik yansıtması, duygu yansıtması, soru sorma ve özetleme gibi kavramlar kullanılarak yapılan kodlamalar psikolojik danışma becerileri teması altında toplanmıştır. Üçüncü olarak ise belirli temalar altında toplanan kavramlar o temaya uygunluk açısından tekrar gözden geçirilmiştir. Bu aşamada çok az sayıda kavram daha uygun olduğu düşünülen başka bir temanın altına yerleştirilmiştir. Bu araştırmada verilerin analizi makalenin ilk yazarı tarafından yapılmıştır. Araştırmacının güvenilirliğini incelemek için yedi öğrenciye ait verilerin bir kısmı birer ay arayla iki defa kodlanmıştır. Sonra bu kodlamalar arasındaki tutarlılık hesaplanmış araştırmacının güvenilirliği % 84 olarak bulunmuştur (Miles & Huberman, 1994; Robson, 1993; Yıldırım & Şimşek, 1999). Bulguları sunarken öğrenci görüşlerinden alıntılara yer verildiğinde öğrencinin isminin ve soyadının baş harfleri alıntının sonuna yerleştirilmiştir.

Bulgular

1.Grup Rehberliği Etkinliklerinin Yararları

Öğrencilerin grup rehberliği etkinliklerinden çıkarmış olduğu en önemli sonuçla ilgili verilerin analizinden grup rehberliği etkinliğini yürütme ve becerilerin kullanımı ile kişisel gelişim ve farkındalık konusunda yararlı olduğu yönünde sonuçlara ulaşılmıştır.

Etkin dinleme ve etkin dinlemenin önemini anlama, etkinliğin nasıl yapılacağını görme, teorik bilgilerin uygulamasını görme, beceriler açısından gelişme ve kendini yetkin hissetme, liderin sahip olması gereken becerileri fark etme ve liderliğin zor olduğunu görme etkinliğin yürütülmesi ve becerilerle ilgili kategoride daha çok vurgulanan boyutlar olmuştur. Empati kurma, becerilerde gelişme ihtiyacı içinde olma, becerileri kullanmanın zorluğunu fark etme, öneri ve yönlendirmenin etkisizliğini görme yanında öğrenciler becerilerin önemini anlamaya da özellikle vurgu yapmışlardır. Geribildirim, yardım ve iletişim becerilerinin, grup kontrolünün, kabul ve saygının, uygulamaların, jest ve mimiklerin önemini anlama üzerinde durulan noktalar.

Aşağıdaki alıntılarda etkinliklerin etkin dinleme becerilerini geliştirme, teorik bilgilerin bir etkinliği yürütmede nasıl uygulamaya konduğunu görme, psikolojik danışma becerilerinin nasıl kullanıldığını ve bu becerileri kullanmanın zorluğunu fark etme yanında kendini ifade etme, iletişim ve dinleme becerilerini geliştirmeye ve kendine güven geliştirmeye olan katkıları anlatılmaktadır.

Psikolojik danışman adayı olarak etkin dinleme becerilerini kullanmayı, etkin dinlemenin grup içerisinde anlamayı, anlaşılmayı çok iyi sağladığını ve etkin dinleme becerilerinin önemli olduğunu düşünüyorum. (MŞ,)

Benim aldığım en önemli şey kağıt üzerinde okuduklarımı pratik olarak gördüm. Kağıt üzerinde bana çok basit gelen danışmanlık becerilerinin o kadar kolay olmadığını anladım. Nasıl tepki vermem gerektiğini anladım. Ayrıca jest ve mimiklerin kişi üzerinde ne kadar önemli olduğunu anladım. (İŞ,)

Grup rehberliği etkinlikleri dersinin çok önemli olduğunu, gerekçelerinin ne kadar sağlam olduğunu gördüm. İletişim konusunda, dinleme becerileri, kendimi ifade etme konusunda, mesleki ve daha da önemli olarak kişisel gelişimim açısından çok fazla katkısının olduğunu düşünüyorum. Bu etkinliklerin gruplar şeklinde olması daha fazla ilgilenme konusunda faydalı olduğunu düşünüyorum. Bu ders sonucunda

farkındalıklarımın, kendime olan güvenimin, iletişim becerilerimin arttığını rahatlıkla söyleyebilirim. (MK)

Kendimi topluluk içerisinde ifade etme becerimi sorguladım. Başkalarının kendini nasıl ifade edebildiğini gördüm. Üç yıl boyunca öğrendiğimiz becerilerin uygulamalı şeklini bu etkinliklerde gördüm. Aldığım bir takım geribildirimler kendime güvenimi artırdı ve dışarıdan nasıl görüldüğümü fark etmemi sağladı. En çok fark ettiğim şey ise öneri vermenin, yönlendirmenin etkisiz olduğu ve kişinin kendisinin karar vermesine yardımcı olmamız gerektiği idi. (ÖA)

Kendini ve başkalarını tanıma ve anlama, kendini ifade etme, başkalarıyla ilişki ve iletişimi geliştirme anlamındaki kişisel gelişim ve farkındalık grup rehberliği etkinliklerinden çıkarılan bir diğer önemli sonuçtur. Bunun içinde de duygu, düşünce, istek ve beklentilerini ifade etme (kendini ifade etme), kendi duygu, düşünce, olumlu ve olumsuz özellikleri hakkında farkındalık geliştirme, iletişim becerilerini geliştirme, üyeleri ve insanları tanıma ve anlama en çok vurgulanan noktalar olmuştur. Grupta rahat, güven, mutluluk, önemsenme, kendine güven gibi olumlu duygular hissetme, yakın ve sağlıklı ilişkiler kurma, duygu düşünce ilişkisini, duygu ve düşünceleri ifade etmenin önemini anlama, başkalarının kendisini nasıl algıladığını fark etme, akılcı olmayan düşüncelerini ve duygularını değiştirme, insanlara önyargılarda azalma bu grupta değinilen diğer noktalar olmuştur.

Öğrencilerden ikisi kişilik özelliklerini fark etme, sosyal ilişki, iletişim ve etkin dinleme becerilerinde gelişme, beklentilerini ifade etme ve sorunlara farklı çözümler üretme ile ilgili görüşlerini aşağıdaki gibi açıklamışlardır.

Sade mesleki anlamda birçok nitelik öğrendim. Kişisel gelişim konusunda Farkındalık düzeyim arttı. Özellikle kişilik özelliklerim konusunda arkadaşlarımla ve öğretmenimin vermiş olduğu geribildirimler bu farkındalığımı yükseltti. Sosyal ilişkilerimin daha anlamlı, sağlıklı ve de samimi olmasında etkinlikler sırasında öğrendiğim özellikler ve geliştirdiğim iletişim becerileri etkili oldu. Yaşadığım ikili ilişkide özellikle kendi beklentilerimi daha açık bir şekilde söylemeye başladım. Bunun da isteklerimi ima etme ya da hiç söylememekten daha yararlı olduğunun farkına vardım. (AT)

Daha aktif bir şekilde insanları dinlemeye özen göstermeye çalışıyorum. Kendimi ifade ederken daha açık bir şekilde ifade edebildiğime inanıyorum. Bu grup etkinliği sayesinde iletişime, ilişkiye daha kolay girebilmeme katkı sağladı. Bir sorun yaşadığımda çeşitli çözümler, alternatif seçenekler düşünmeme katkı sağladı. Kendimi tanımladığım özelliklerimin diğer insanların farkında olduklarını görebildim. Bir sorun üzerine tek bir düşünceye odaklanmak yerine birden fazla düşünce ortaya çıkarabildim. Genel olarak en önemli sonuç benim kendimi daha rahat olarak ifade etmeme ve diğer kişilerle olan ilişkilerimi geliştirmeme ve onları anlamama yardımcı oldu. Farkındalık düzeyimin geliştiğini gördüm. (ŞA)

2.Başkalarıyla İlişkide Değişimler

Öğrenciler grup rehberliği etkinliklerine katıldıktan sonra başkalarıyla olan ilişkilerdeki değişimleri; başta üyelerle olmak üzere insanlarla ilişkide gelişme, yakınlaşma, sağlıklı ve olumlu ilişki kurma ve onları yakından ve daha iyi tanıma şeklinde belirtmişlerdir. En çok bu yöndeki değişimler üzerinde durmuşlardır. İlişkilerde girişken olma, önyargılı olmama, anlayışlı, hoşgörülü, sabırlı, rahat olma, kendini açma, ilişkilerde yardım becerilerini kullanma etkinlik sonrasındaki değişimler olarak vurgulanmıştır.

Yukarıdakilere göre daha az (birer kez) vurgulansa da saygı duyma, güven duyma, duygulara önem verme, davranışının başkaları üzerindeki etkisini görme, karşısındakinin isteğinin farklı olacağını anlama ve ilişkide yetersizliğini anlama birer kez dikkat çekilen diğer konulardır.

Öğrencilerden biri gruptaki arkadaşlarını daha yakından tanıma konusundaki düşüncelerini aşağıdaki gibi ifade etmiştir.

Grup etkinlikleri sayesinde arkadaşlarımı daha yakından tanımaya başladım. Tanıdığım kişilerin aslında bilmediğim birçok özelliğinin olduğunu farkına vardım. Bundan dolayı arkadaşlarımla olan bağlarımın daha da arttığını belirtebilirim. (AÇÖ)

Başkalarıyla ilişkide değişimler anlamında en çok üzerinde durulan nokta iletişimdir. İletişimde de sıklık sırasına göre etkin dinleme, duygu, düşünce, istek ve sorunlarını ifade etme, empati kurma, iletişim engellerini yapmama, sağlıklı, olumlu, açık iletişim kurma, ben dilini kullanma, geribildirim verme, ses tonunu uygun kullanma üzerinde durulmuştur.

Öğrenciler başkalarıyla ilişkilerdeki değişimler kısmında kendileriyle ilgili farkındalık ve değişimlere de yer vermişlerdir. Sıklık sırasına göre akıl dışı düşüncelerini fark etme ve değiştirme (genelleme yapmama), ön yargılı olmama, olaylara geniş ve farklı açılardan bakma, yapıcı problem ve çatışma çözme, öfkelerini denetleme, kendini kontrol etme, daha rahat seçimler yapma, duygu düşünce ilişkisini açıklama, davranışın nedenlerini anlama, yararsız davranışları değiştirme ve daha az alıngan olma bu alandaki değişimlerdir. Bu bulgulara göre kendilerinde olan bu tür değişim ve farkındalığın karşısındaki kişi ile olan ilişkiye yansıtıldığı, bu nedenle de bu soru altında bu tür değişimlere yer verdikleri söylenebilir.

Etkinliklerin iletişim engellerini fark etme ve yapmama, dinleme ve empati kurma becerilerinde gelişme, ben dilini kullanma, kendini daha rahat ve iyi ifade etme üzerindeki etkileri aşağıdaki alıntılarda örneklenmektedir.

Başkalarıyla olan ilişkilerimde kullandığım engelleri fark etmemi sağladı. İletişime geçtiğim insanlara, iletişim biçimime ve kendime daha çok dikkat ederek iletişim tarzıma yönelmemi varsa yanlışlarım iletişim sırasında ve sonrasında bunları düzeltme olanağı sağladı. (FY)

Bir başkasını dinleme konusunda kendimi geliştirdiğimi düşünüyorum. Aynı zamanda iletişimde ben dilinin önemini kavradım. Bu da arkadaşlarımla olan ilişkilerimde kendimi daha rahat ifade etmemi sağladı. Genellemeler yapıp durumu yanlış değerlendirme konusunda daha dikkatli olmaya başladım. (EK)

Farkındalık kazandığım yönlerim sayesinde ilişkilerimde kendimi daha iyi ifade ettiğimi düşünüyorum. Geribildirim verme, istek ve beklentilerini belirtebilme konusunda ilerleme kat ettiğimi düşünüyorum. Ayrıca ilişkide karşısındakinin duygu ve düşüncelerini anlama yani empati kurma becerisi kazandığımı düşünüyorum. (HÜ)

Ben dilini kullanmaya daha çok özen gösteriyorum. Daha çok geribildirim vermek istiyorum. Onların söylediklerini dinleyip, daha rahat seçimler yapabiliyor, istemediğim konularda önceden de hayır diyebilmeme rağmen bu konuda daha rahat olabiliyorum. (AÖ)

3.Değiştirilen ve yeni kazanılan davranışlar

Değiştirilen ve yeni kazanılan davranışlar açısından kendini tanıma, anlama, farkındalık kazanma ve kabul etme; iletişim becerileri; insanlarla ilişkiler ve onları tanıma; mesleki bilgi, beceri ve tutum başlığı altında toplanabilecek dört ana kategori belirlenmiştir.

Kendini tanıma ve anlama başlığı altında en çok vurgulanan boyutun akılcı olmayan düşünceleri fark etme ve değiştirme olduğu görülmektedir. Bunu sırasıyla öfkelerini kontrol etme, gırışken olma (saldırgan olmama), duygularını tanıma, anlama, önem verme, kendini tanıma ve farkındalık takip etmektedir. Bazı öğrenciler akıldışı düşüncelerde azalma, öfkelerini kontrol etme ve daha sakin tepkiler verme konusundaki değişimleri aşağıdaki gibi vurgulamışlardır.

Ayrıca akıl dışı düşüncelerim fazlasıyla azaldı. Birini dinlerken kendi açımdan değil de onun referansından bakmayı öğrendim. Çünkü o ayrı bir birey, onun değerleri, tutumları benimkinden farklı. Ayrıca öfkemi kontrol edebiliyordum ama bunu hep yalnız kalarak ya da uyuyarak yapıyordum. Şimdi daha farklı şeyleri de deniyorum. (GY)

Bu etkinlikler sonucunda öfkemi daha iyi denetleyebiliyorum. Karşımdaki kişileri daha fazla dinliyorum. (SM)

Ani tepkilerimden sıyrıldım. Daha sakin davranabiliyorum. Empati becerim biraz daha gelişti ve belki de bundan dolayı insanlar bana daha çok anlatmak istiyorlar. (HM)

Seçenekli düşünme, sabırlı olma, eleştirilere açık olma, kendi kararını verme, davranışının birden fazla nedeni olduğunu anlama, stereotipik davranışları azaltma ve kendine güvenme birer kez dile getirilen diğer davranışlardır.

İletişim becerileri grubuna giren davranışlara bakıldığında duygu, düşünce, beklentilerini, kendini ifade etme, etkili dinleme, empati kurma, iletişim becerilerinde gelişme, ben dilini kullanma, geri bildirim verme, iletişim engellerini yapmama, göz iletişimi kurma, beden dilinin önemini anlama ve olumlu dil kullanma öğrencilerin değiştirdiği, kazandığını belirttiği davranışlar olmuştur.

Değiştirdiğim davranışlar: inatçılıktan vazgeçip ortak kararlar almaya başladım. Önyargılı davranmaktan vazgeçtim. Kazandığım davranışlar: daha çok iletişim kurmaya, kendimi daha iyi ifade etmeye ve rahat davranmaya başladım. Ayrıca grup liderimizin müdahaleleri sonucunda iletişim kazalarına yol açan, iletişimi

zorlaştıran, yanlış anlamalara yol açan ve daha birçok zararı olan kelimeleri kullanmamaya özen göstermeye başladım. (EMO)

Biraz çekingen bir insandım. Şu an gruplarda daha rahat konuşabiliyorum. İnsanları daha etkin (sözel ve sözel olmayan davranışlarla) dinlemeyi öğrendim. İletişim engellerinin neler olduğunu, günlük yaşamda çok fazla kullandığımı gözledim. Şu an iletişim engellerini kullanmadığımı düşünüyorum. İnsanlara daha empatik tepkiler vermeyi de öğrendim. (SA)

Değiştirdiğim davranışlarım çok fazla olmuştur ama en dikkatimi çeken ilişkilerimde yani karşı tarafla iletişimimde daha çok ben dilini kullanıyorum. (GY)

Öğrenciler insanlarla ilişkiler ve insanları tanıma alanında da davranış değişimi olduğunu, bu değişimlerinde insanlara önyargılı olmama, samimi, yakın ilişkiler kurma, insanları anlama, üyeleri tanıma, insanlara değer verme, onlar adına konuşmama, hoşgörülü olma ve sorunları konuşarak çözme alanında olduğunu belirtmişlerdir. Öğrencilerden biri etkinliklerin insanlarla yakın ilişkiler kurmaya olan etkisini aşağıdaki gibi dile getirmiştir.

Çok yakın olmadığım insanlarla daha kolay kaynaşmamı, daha sıcak ve sevecen olmamı sağladı. Karşımdakini daha dikkatli ve özenli bir şekilde dinlemeye başladım. (GCD)

Psikolojik danışmanlık ve liderlik becerilerini fark etme, becerileri kullanma ve psikolojik danışman olmaya güven gibi mesleki bilgi ve becerilerde de değiştirilen davranışlar olmuştur.

4.Değiştirilen Önyargılar

Değiştirilen önyargılar insanlarla ilgili ve kendisiyle ilgili olmak üzere iki grupta toplanmıştır. Daha çok vurgulanan insanlara önyargı içinde üyelere önyargıda değişim, olumlu yanlarını görme, yakınlık kurma, dışlanmadığını görme şeklinde olmuştur. Bunu takip eden tanımadan fikir sahibi olmama içinde ise birkaç özelliğine, dış görünüşüne, dışarıdan karar vermeme yer almaktadır. Önyargıda değişimin olduğu bir diğer alan ise insanlara güven, anlama, değer verme, tahammül etme ve empatik olmadır. Öğrenciler insanları dış görünüşlerine göre değerlendirmeme, onlara değer verme, tanımadan düşünce sahibi olmama ve olumlu yanlarını görme konusundaki görüşlerini aşağıdaki gibi belirtmişlerdir.

İnsanları görünüşleriyle yargıladığım zamanlar olmaktadır. Ama artık dış görünüşe mümkün olduğunca kapılmamak gerektiğini gördüm. Çünkü insanların görünüşlerinin içlerini her zaman yansıtmadığını gördüm. Değer verdiğim taktirde değer ve saygı göreceğimi gördüm bu etkinlikte. (KÖM)

İnsanların dış görünüşlerine göre çok fazla yorum yapmayı bırakıp onları tanıdıktan sonra onların hakkında bir yorum yapmaya başladım. (MS)

İnsanları tanımadan haklarında düşünceler üretmenin ilişkilerimi olumsuz etkilediğini süreç içinde fark ettim. Aynı zamanda insanların olumsuz davranışları olsa da her insanın olumlu yanlarının olduğunu ve o insanlara bu açıdan bakmam gerektiğini fark ettim ve uyguluyorum. (MT)

Kendisiyle ilgili önyargılarda değişim akıl dışı (otomatik düşünceleri, bilişsel hataları) düşünceleri değiştirme, psikolojik danışma yapma, becerileri kullanma ve grubu yönetme, kendini açma, olaylara olumlu ve geniş açıdan bakma, beklentilerini ifade etme, göz teması kurma, olumlu algılandığını fark etme, saldırganlığın yetersiz olduğunu görme, olumsuz duygularını ifade etme ve olumlu geribildirim verme etrafında toplanmıştır. Öğrenciler sözkonusu alanlarda daha önce kendileriyle ilgili negatif düşünce ve algılara (önyargılara) sahipken grup rehberliği etkinliklerinden sonra bu olumsuz düşüncelerinin değiştiğini belirtmişlerdir. Aşağıdaki alıntılarda öğrencilerin kendini açma, psikolojik danışma becerilerini kullanma ve akıldışı düşüncelerini değiştirmeye yönelik önyargılarındaki değişimin nasıl olduğu görülmektedir.

Duygularımı açamayacağım, becerileri kullanamayacağım, kişileri dinlesek de anlayamayacağım gibi önyargılarım vardı. Bu önyargılarımda değişiklik oldu. (GA)

Önyargılarım özellikle akılcı olan/olmayan düşüncelerimi, inançlarımı sorguladığımda oldu. Herkes sevgi dolu, dürüst olamaz, ben her şeyi yapabilecek kadar robot değilim ama bir şeyleri yapabilecek kadar mutlu, değerli ve becerikli bir insanım. Grupta birilerini sevimsiz, çekilmez, huysuz olarak nitelendirirdim. Ama süreç içerisinde bunun kırıldığını hatta düşündüğüm kişilerle daha yakın ve samimi oldum. (ŞK)

Önyargılarımın bazılarında değişimler olduğunu söyleyebilirim. Kendimizle ilgili düşüncelerimizde ve dünyaya bakışımızdaki kalıp düşünceleri fark ettiğimde bunların yerine akılcı düşünceler koymaya çalışıyorum. (MZ)

5.Liderde gözlenen beceriler

Öğrencilerin grup rehberliği etkinliğini yürüten liderde gözledikleri beceriler oldukça geniş bir yelpazeyi oluşturmaktadır. Aslında öğrencilerin liderde gözlediklerini belirttikleri beceri/davranışlar analiz edildiğinde bunları terapötik ilişkinin koşulları, psikolojik danışma ilke, yöntem ve teknikleri ve grup sürecini yapılandırma şeklinde gruplamak mümkün olmuştur. Etkin dinleme becerileri liderde en çok gözlenen becerilerden olmuştur. Buna değinen öğrencilerin büyük bir çoğunluğu (57) doğrudan 'etkin dinleme' ifadesini kullanmış, bazı öğrencilerde göz iletişimi, sözel olmayan mesajların kullanımı, beden duruşu, ses tonu gibi etkin dinlemenin öğelerine ayrıca vurgu yapmışlardır. İletişim becerileri ve ben dilinin kullanımına değinen öğrencilerin ifadeleri de bu grup altında ele alınmıştır.

Etkin dinlemeden sonra en fazla gözlenen psikolojik danışma becerileri içerik yansıtması, duygu yansıtması, geribildirim verme, kendini açma ve soru sorma olmuştur. Bu becerileri sıklık sırasına göre üyeleri grup sürecine katma, grup sürecinde kendini katma, etkinliği özetleme (oturumun başında veya sonunda), yüzleştirme, cesaretlendirme, yorumlama, somutlaştırma ve açıklama izlemektedir. Örnek verme, bağdaşım kurma, öneri verme ve espri yapma becerileri ise liderde en az gözlenen

beceriler olmuştur. Öğrenciler liderin psikolojik danışma ilke ve tekniklerini kullanma açısından nasıl model olduğunu aşağıdaki gibi açıklamışlardır.

Empati, içerik tepkisi, duygu yansıtmaları, yol açıcı tepkileri sıkça gözlemledim. Ayrıca destekleyici ve güven vericiydi. İyi bir modeldi ve hepimiz için yeterli becerileri sergilediğini düşünüyorum. Bizim için ilk model olması açısından da önemliydi. Farkındalığının artmasında, kendi duygularımın farkına varmamda yardımcı oldu. (EK,)

Liderimizin çok iyi, etkin bir dinleyici olduğunu gördüm. İletişim becerilerini çok iyi kullanıyordu. Duyguların ifade edilmesine özen gösteriyor ve herkesin rahatlıkla katılmak isteyebileceği şekilde etkinliği yürütüyordu. Bunların her biri etkinlikteki her saniye benim gelişimimde önemli olumlu bir katkıydı. Empati, yüzleştirme, yansıtma, içerik tepkileri, geribildirim liderin kullandığı becerilerdi. Empati, yansıtma, içerik tepkileri benim gelişimimde önemli katkısı oldu. Yorumlama, kapı aralayıcı, somutlaştırma önem verdiği becerilerdendi. Geribildirimleri şimdi ve burada ya yönelikti. Konuşmaya teşvik için soru sormaya dikkat ediyordu. Etkin dinlemeye çok önem veriyordu. (MY)

Terapötik ilişki koşulları kategorisi altına yerleştirilen ve en çok gözlenen koşul empatidir. Ayrıca bazı öğrenciler liderin saygı, şimdi ve buradaya odaklanma, kabul gibi koşulları sağladığını da belirtmişlerdir. Güven verme, yargılamama, saydamlık, onaylama ve destekleme gözlenen diğer koşullar arasında yer alırken eşitlik, değer verme, gizlilik ve gönüllülük ilkelerine birer kez değinilmiştir. Liderin terapötik ilişki koşullarını yaratma ve psikolojik danışma becerilerini kullanmasıyla ilgili öğrencilerin görüşlerine örnek olabilecek bazı alıntılar aşağıda yer almaktadır.

Liderimiz mükemmeldi öncelikle. Liderimizin görebildiğim en büyük becerisi koşulsuz kabul, saygı, empatiyle yaklaşması. Ayrıca kendi özel yaşamını bizimle paylaşması. Yani kendini açma becerilerini bariz bir şekilde gördüm. Çok iyi bir model oldu liderimiz benim için. Onu tanıdığıma çok mutluyum. (ES)

Özellikle içerik ve duygu tepkileri, hıhı tepkileri, sorular sorarak açık olmayan ifadeleri açmaya çalışma, kendini katma, grup sürecini başlatma ve bitirme becerileri süreç içinde dikkatimi çeken becerilerdi. Grup etkinliğine katılmış olmak teoride öğrendiğim bu becerilerin nasıl uygulandığını görmem açısından yararlı oldu. Teoride öğrendiğim bir şeyi yapmaktansa gözleme imkanı bulduğum bir şeyi yapmak daha kolay olacaktır. (EA)

Etkinlikleri yürütürken lider danışman becerilerini çok iyi kullanıyordu. İçerik yansıtması olsun, duygu yansıtması olsun ve bunun gibi birçok beceriyi grup üyelerine yararlı olacak şekilde kullanıyordu. Özellikle etkinlikler öncesinde ya da sonrasında duygular üzerine odaklanması, yaşantılardan bahsedilmesi, çok hoşuma gitti. Lider bu açıdan da başarılıydı. Açıkçası ben de insanların hislerine önem vermeye, ne hissettiklerini sormaya başladım. Bu açıdan bana model oldu. Bunun yanında lider grup üyelerinin tümünü sürece dahil etmeye çalışıyordu, ve bu konuda da başarılı olduğunu düşünüyorum. Bu şekilde tüm grup üyelerini tanıma fırsatım oldu. (FG)

Grup sürecini yapılandırma ve sürdürmeye ilişkin ise öğrenciler liderin oturum ve etkinlikler arasında bağlantı kurma ve yaşantıları sorma, grup sürecini başlatma, bitirme ve yapılandırma, zamanı planlama ve iyi kullanma, konuya odaklanma ve amacı gerçekleştirme yönünde davrandığını belirtmişlerdir.

Öğrenciler liderin grup sürecini işletirken kullandığı psikolojik danışma becerileri, yarattığı ilişki koşulları ve ortamından lideri model alma yönünde etkilendiklerini, özellikle becerileri kullanma, öğrenme, önemini anlama, etkin dinleme ve iletişim becerilerini kazanma/öğrenme, etkinliğin nasıl yapılacağını ve liderliği öğrenme, psikolojik danışma ilkelerini kullanma ve becerilerin önemini anlamaya vurgu yaparak belirtmişlerdir. Ayrıca bu süreçte üye olarak bulunmanın kendini, duygu ve düşüncelerini tanıma, anlama, duygularını ve kendini ifade etme, kendine güven geliştirme, önyargıları azaltma, üyeleri tanıma, insanlarla sağlıklı ilişkiler kurma, onları anlama ve önem verme açısından etkili olduğunu vurgulamışlardır.

Liderin aktif dinleme, geribildirim verme, içerik ve duygu tepkileri verebilme becerileri, özetleme, açıklama, cesaretlendirme gibi becerileri kullandığını gözlemledim. Olumlu bir katkısı oldu. İleride yürüteceğim grup etkinlikleri sırasında liderlik yaparken nasıl davranmam, hangi becerileri kullanmam konusunda fikir sahibi oldum. (SB)

Tartışma ve Yorum

PDR son sınıf öğrencileri okullarda yaptıkları grup rehberliği uygulamalarında sürecin işleyişine ve becerilere model olma açısından üçüncü sınıfta aldıkları grup rehberliği etkinlikleri dersinin en çok yararlandıkları ders olduğunu belirtmişlerdir (Atıcı ve Ulusoy, 2010). Bu araştırmada da öğrenciler grup rehberliği etkinlikleri dersine devam etmenin grup rehberliği etkinliğini yürütme ve becerilerin uygulanışını gözleme fırsatı sağladığını, etkinliklere katılım sonucunda becerileri fark etme, önemini anlama ve becerileri kullanma konusunda güven ve gelişim gösterme gibi sonuçlar elde ettiklerini vurgulamışlardır. Bu sonuçların elde edilmesinde liderin etkinliği yürütme sürecinde yaptığı davranışları ve kullandığı danışmanlık becerilerini gözleminin büyük rolü olduğu söylenebilir. Çünkü öğrenciler grup rehberliği etkinliğini yürüten liderde etkin dinleme, içerik yansıtması, duygu yansıtması, geribildirim verme, kendini açma, soru sorma, kendini katma, özetleme, yüzleştirme ve cesaretlendirme gibi psikolojik danışma tekniklerini; empati, saygı, şimdi ve buradaya odaklanma, kabul gibi terapötik ilişki koşullarını; grup sürecini yapılandırma ve sürdürmeye ilişkin becerileri gözlediklerini belirtmişlerdir. Bu gözlemler sonucunda grup rehberliği etkinliğini yürüten bir liderin süreç boyunca kullandığı psikolojik danışma tekniklerini ve yarattığı terapötik ortamı model alma yoluyla öğrenme, üye olarak kendi duygu ve düşüncelerini anlama ve ifade etme gibi katkıları olduğu ortaya çıkmıştır. Bu bulgu Berns'in (2005) danışmanın eğitim sürecindeki kişisel deneyimlerinin mesleki yeterlikte rol oynadığı, empati, dinleme, geribildirim, duyguları tanıma ve ifade etmenin ancak kişisel deneyim sonucu gelişeceği yönündeki görüşü ile paralellik göstermektedir.

Ayrıca, kuramsal eğitimden çok uygulamaya dönük eğitimin ve eğitimin 'kişisel deneyimlerle' ilişkilendirilmesinin öğrencilerin eğitimden daha fazla memnun kalmalarına yol açtığı vurgulanmaktadır (Barthel Y, Lebiger-Vogel J, Zwerenz R, Beutel ME, Leuzinger-Bohleber M, Rudolf G, Brähler E & Schwarz R. 2010).

Bu araştırmada da öğrenciler üye olarak katıldıkları etkinlikler sırasında hem liderin kendileriyle ve diğer üyelerle etkileşimde kullandığı becerileri bizzat gözleme olanağı bulmuşlar hem de kişisel olarak kendi duygu ve düşüncelerini fark etme ve ifade etme, birbirlerini dinleme, geribildirim verme becerilerini kullanmışlardır.

Grup rehberliği etkinliklerine katılmanın öğrencilerin kişisel gelişimlerinde ve insanlarla iletişim ve ilişkilerinde de rolü olduğu görülmüştür. Duygu, düşünce, istek ve beklentilerini fark etme ve ifade etme, akılcı olmayan düşünceleri fark etme ve değiştirme, olumlu ve olumsuz özelliklerini fark etme, öfkesini kontrol etme ve girişken olma gibi hem farkındalık hem de davranış değişikliği konularında kişisel gelişim gösterdikleri sonucuna varılmıştır. O'Leary ve Crowley da (1994) kişi merkezli grup yaşantısı geçiren danışman adaylarının benlik saygılarında, kişisel gelişim ve farkındalıklarında değişim olduğunu, kendilerini daha gerçekçi algıladıklarını ve duygularını fark ettiklerini bulmuşlardır.

Grup üyelerini ve diğer insanları tanıma ve anlama, başkalarıyla ilişkileri geliştirme, yakınlaşma, etkili dinleme, empati kurma, ben dilini kullanma, geribildirim verme, kendini ifade etme, sözel olmayan mesajları etkili kullanma gibi iletişim becerilerini geliştirme de öğrencilerin bu etkinliklere katılmaları sonucunda kişilerarası ilişkilerde gösterdikleri değişim ve gelişimlerdir.

Sonuç olarak, PDR üçüncü sınıf öğrencilerinin bir ders kapsamında 11 hafta boyunca üye olarak katıldıkları grup rehberliği etkinliklerinin kendilerini tanıma ve anlama, psikolojik danışma becerilerini gözleme, öğrenme ve bu becerileri kullanma konusunda gelişim gösterme ve insanlarla ilişkilerde ve iletişim kurmada yani hem mesleki hem de kişisel anlamda farkındalık ve gelişim gösterdikleri ortaya çıkmıştır. Buradan yola çıkılarak PDR eğitiminde kuramsal bilgiler yanında öğrencilerin grup ve bireysel psikolojik danışma uygulamalarında yapılan işlem ve kullanılan psikolojik danışma becerilerini gözleyerek ve yaşayarak öğrenmelerini sağlayan uygulamaya yönelik derslerin önemini vurgulamakta yarar vardır. Çünkü daha önce yapılan bazı çalışmalar üçüncü sınıfta grup rehberliği uygulamaları konusunda ders almanın dördüncü sınıfta okullarda uygulama dersinde yapılan grup rehberliği çalışmalarına büyük katkısının olduğunu (Atıcı ve Ulusoy, 2010), yine uygulama dersinin başından sonuna kadar öğrencilerin grup rehberliği uygulamaları konusundaki yetkinliğinin arttığını, bununla başarılı yaşantılar, olumlu geribildirimler ve duygusal olarak rahatlamının sonucu oluştuğunu göstermiştir (Atıcı, Özyürek ve Çam, 2005). Bir başka deyişle uygulamaya yönelik ders ve çalışmalar öğrencilerin psikolojik danışma becerilerini öğrenmesini, bu konuda gelişmelerini ve yetkinleşmelerini sağlamaktadır.

Kaynaklar

- Atıcı, M., Özyürek, R. ve Çam, S. (2005). Okul Danışmanlığı Uygulamalarının Yetkinlik Beklentisi Algıları ve Mesleki Benlik Saygısı Üzerindeki Etkilerinin Boylamsal Olarak İncelenmesi, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3, 24, 7-24
- Atıcı, M. Ve Ulusoy, Y. (2010). Psikolojik danışman adaylarının grup rehberliği etkinliğini yürütürken kullandıkları psikolojik danışma becerilerinin, bu becerileri kullanmaya ilişkin yeterlik algılarının ve grup yönetimini sağlama yöntemlerinin incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 19, 1, 62-81.
- Barthel, Y., Lebigier-Vogel, J., Zwerenz, R., Beutel, M.E., Leuzinger-Bohleber, M., Rudolf, G. vd. (2010). Kandidaten in psychotherapeutischer Ausbildung Zugang und Zufriedenheit. *Forum Psychoanal*, 26, 87–100.
- Bayer, S. (2007). *Ausbildungszufriedenheit. Ein Aspekt des Qualitätsmanagements in der Ausbildung zum psychologischen Psychotherapeuten in Verhaltenstherapie*. Unveröffentlichte Diplomarbeit, Universität Freiburg, Institut für Psychologie.
- Berns U. (2005). Psychotherapieausbildung im Licht empirischer Psychotherapieforschung. *Psychotherapeut*, 51, 26–34.
- Erwin, P.G. (1999). The effects of programme of training in structured group counselling. *Counselling Psychology Quarterly*, 12, 2, 191-198.
- Laireiter, A.-R. (2000). Selbsterfahrung/Eigentherapie in der Psychotherapie–Konzept, Methodik und erste Befunde eines empirischen Projekts. *Psychotherapie Forum*, 8, 159-176.
- Miles, B. M., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis* (2nd ed.). London: Sage Publications.
- O’Leary, E., Crowley, M. (1994). A personal growth training group with trainee counsellors: Outcome evaluation. *Counselling Psychology Quarterly*, 7, 2, 133-141.
- Özyürek, R., Çam, S. ve Atıcı, M. (2007). Psikolojik Danışman Eğitiminde Okullardaki Rehberlik Uygulamalarının Önerilen Özellikleri, *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 7, 1, 555-588.
- Robson, C. (1993). *Real world research*. Oxford: Blackwell Publications.
- Strauß B. & Freyberger H.J. (2009). Ausbildungsforschung in der Psychotherapie Ergebnisse des Forschungsgutachtens. *Psychotherapeut*, 54, 409–410.
- Strauss, A. L. (1996). *Qualitative analysis for social scientists*. Cambridge University Press.
- Strauss, A., & Corbin, J. (1990). *Basics of qualitative research: Grounded theory procedures and technique*. London: Sage Publications.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (1999). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayınevi.
- Zimmer, D. (2000). Lernziel Beziehungsgestaltung: Erfahrungen und Ergebnisse aus der Ausbildung von Verhaltenstherapeuten. *Verhaltenstherapie und Verhaltensmedizin*, 21(4), 455-467.
- Zimmer, D. & Zimmer F.T. (1998). Wie hilfreich sind die Bausteine einer Verhaltenstherapie- Weiterbildung? *Verhaltenstherapie*, 8(4), 254-257.

