



GRUPLA PSİKOLOJİK DANIŞMADA ŞİİR KULLANIMININ ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ONAY BAĞIMLILIK DÜZEYLERİNE ETKİSİ

THE EFFECT OF USING POETRY IN GROUP COUNSELING ON THE APPROVAL DEPENDENCE LEVELS OF UNIVERSITY STUDENTS

Ersun ÇIPLAK¹

Öz

Bu araştırmanın amacı, grupta psikolojik danışmada şiir kullanımının üniversite öğrencilerinin onay bağımlılık düzeylerine etkisini incelemektir. Araştırmada öntest sontest kontrol gruplu deneysel desen kullanılmıştır. Deney (n: 14) ve kontrol (n: 16) grupları, Çukurova Üniversitesi Psikolojik Danışma Birimi'ne başvuran ve gönüllülük esasına göre çalışmaya katılmak isteyen öğrencilerden oluşturulmuştur. Deney ve kontrol gruplarına öntest ve sontest olarak "Kişilerarası İlişki Boyutları Ölçeği"nin "Onay Bağımlılık Alt Ölçeği" uygulanmıştır. Deney grubu 12 oturumlu grupta psikolojik danışmada şiir kullanımı sürecine alınmıştır. Araştırmanın bulguları, deney grubu ile kontrol grubunun sontest puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğunu göstermiştir. Araştırma bulguları alanyazına bağlı kalınarak tartışılmış ve gelecekte yapılacak olan araştırma ve uygulamalara yönelik öneriler sunulmuştur.

Anahtar kelimeler: *Grupla psikolojik danışmada şiir kullanımı, Onay bağımlılık, Akrostiş, Grup şiiri*

Abstract

The purpose of this research is to investigate the effect of using poetry in group counseling on the approval dependence levels of university students. Therefore pretest posttest control group experimental design was used in this study. The experimental group included 14 and control group included 16 university students who wish to participate in the study on a voluntary basis in Çukurova University Counseling Unit. "Scale of Dimensions of Interpersonal Relationships (SDIR) Approval Dependence Subscale" as pretest and posttest were applied to the experimental and control groups. Group counseling (12 sessions) was applied to the experimental group. Findings of the study indicated that there was a statistically significant difference between the posttest mean scores of the experiment and control groups.

The research findings were discussed with linked literature and suggestions are presented for future research and practice.

Keywords: *Using poetry in group counseling, Approval dependence, Acrostic, Collaborative poem*

1. GİRİŞ

1.1. Amaç

Sosyal psikolojik bir olgu olarak benlik, birey ile onun içinde yaşadığı toplum ve kültürün etkileşiminin ürünüdür. Toplum ve kültürel yapı, bireyin benliğinin farklı özelliklerle donanmasını sağlamaktadır. Bu nedenle benliğin Batı toplumlarında daha çok bireycilik, Doğu toplumlarında ise toplulukçuluk temelinde yapılandığı ileri sürülmektedir (Kağıtçıbaşı, 1998, 1999). Türkiye gibi hem Doğulu hem de Batılı özelliklerin birlikte gözlemlendiği toplumlarda ise birey, aynı anda hem bireyci hem de toplulukçu özelliklere sahip olabilmektedir. İlişkisel olarak adlandırılan bu benlik tipine sahip bireyler, aile ve yakın çevre ile olan ilişkileri önemsemektedirler (Ercan, 2011, 2013; Kağıtçıbaşı, 1998, 1999). Yani birey, karar alma ve tercih yapma durumuyla karşılaştığında sıklıkla içinde yer aldığı grubun, yakın çevresinin ve ailesinin görüşlerine ve onayına başvurmaktadır. Böylece bireyin tercih, karar ve davranışlarının kabul görmesi önemli ölçüde sosyal çevresinden aldığı onayla ilişkilendirilmektedir (Kağıtçıbaşı, 1999).

Onay bağımlılık, bireyin kurduğu kişilerarası ilişkilerde başkalarının tutum ve değerlerini ön planda tutmasına gönderme yapmaktadır (Erden İmamoğlu ve Aydın, 2009). Dolayısıyla toplulukçu ve ilişkisel benlik tipine sahip bireylerin kurdukları kişilerarası ilişkilerde onaya daha çok ihtiyaç duydukları ileri sürülebilir. Buna bağlı olarak da daha yüksek düzeyde başkalarına bağımlı oldukları düşünülebilir. Kağıtçıbaşı'ya (1998) göre, bireysel ya da ilişkisel benliğin, özellikle de aile düzeyinde sosyal ve kültürel değişkenlerle ilişkilendirilmesi gerekmektedir. Bireyin benliğinin yapılandığı ilk kişilerarası bağlam ailedir (Vygotsky, 1978). Birey doğumuyla birlikte ilk kişilerarası ilişkisini anne (bebeğin bakımını üstlenen kişi) ile kurmakta; sonrasında kişilerarası ilişki çemberi, aile başta olmak üzere daha geniş bir sosyal çevreyi kapsayacak şekilde genişlemektedir (Dales ve Jerry, 2008). Bu durumda bebeğin annesiyle kurduğu ilk ilişkinin, sonraki ilişkilerine yansıdığı ve kişilerarası ilişkilerinin kalitesini belirlediği söylenebilir (Bowlby, 2013; Ekşi, 2012).

Bowlby, *Bağlanma* başlıklı yapıtında bağımlılık ve bağımlılık kavramları arasında dikkate değer bir ayrım yapmaktadır. Bowlby'ye göre bebek, yaşamının ilk döneminde annesine bağımlıdır ancak bağılı değildir. Sonradan gelişen bir davranış biçimi olan bağlanmanın temel modeli, çoğunlukla anneye kurulan iletişime dayanmaktadır. Anneyle kurulan kişilerarası ilişkinin niteliği, bireyin referans çerçevesini de şekillendirmektedir. Bu referans çerçevesi bireyin karşısına çıkan tercihleri değerlendirirken özerk veya bağımlı davranmasının temelini oluşturmaktadır (2013). Toplumumuzda özerk davranmak bireyin kurduğu kişilerarası ilişkilerde çoğunlukla övgüye değer görülmektedir. Bununla birlikte bağımlılık, bireyi kurduğu kişilerarası ilişkilerde zor durumda bırakan bir değişkendir (Bowlby, 2013). Bu nedenle de bireyin bu durumla başa çıkması gerekmektedir.

Bağlanma stiline, bireyin bağımsız karar almasını ya da sürekli kendisi için önemli olan kişilerin onayına ihtiyaç duymasını belirleyen bir değişken olduğu düşünülebilir (Tüzün, 2006). Özellikle de kaygılı bağlanma stiline sahip olan bireylerin kişilerarası ilişkilerinde yoğun olarak onay bağımlılık ihtiyacı duydukları gözlenmektedir (Solmuş, 2011). Onay bağımlılık ihtiyacı, farklı bireyler tarafından farklı boyutlarda yaşanmakta ve bireyin kurduğu kişilerarası ilişkilerin niteliğini belirlemektedir. Örneğin Beşikçi'ye (2008) göre, anne-baba onayı, romantik ilişkilerde bireyin eşine bağlanımını artırmaktadır. Anne baba onayını dolaylı olarak etkileyen değişken ise bireyin romantik ilişkisini annesinin kabullenmesidir. Buna ek olarak Solmuş (2011), bağlanmanın, bireyin sonraki yaşamında cinsellik başta olmak üzere pek çok sosyal davranışını etkileyen bir değişken olduğunu ifade etmektedir.

Kişilerarası onay bağımlılık; duygusal güven, sosyal özgüven eksikliği ve otonomi kavramlarıyla yakından ilişkilidir (Ulusoy, 2010). Ancak otonomi boyutunun, tek başına kişilerarası onay bağımlılık değişkeninin niteliğini belirlediği de düşünülebilir (McFerran, Baker, Patton ve Sawyer, 2006). Bu nedenle alanyazında yer alan çalışmalarda bir yandan onay bağımlılık değişkenine, öte yandan da kişilerarası bağımlılık teması altında öbeklenen duygusal güven, sosyal özgüven eksikliği ve otonomi boyutlarına odaklanıldığı görülmektedir (Asner-Self ve Feyissa, 2002; Mazza, 2014; Ulusoy, 2010). Örneğin Nicholas Mazza, *Şiir Terapi* (2014) başlıklı eserinin bir bölümünü, şiddet gören kadınlara yönelik şiir terapi uygulamalarına ayırmıştır. Bu bölümde şiddet mağduru kadının kişisel ve kişilerarası düzeyde yaşadığı zorluklar ele alınmıştır. Şiir terapinin mağdur kadınların benlik saygısını geliştirdiği, başkalarına güven duyma ve otonomi kazanmalarına yardımcı olduğu öne sürülmüştür.

Yakından bakıldığında Türkiye toplumunda kültürel olarak kendini şiirle ifade etmeye yönelik güçlü bir eğilim bulunduğu görülmektedir. Yani Türkiye'de bireylerin kendilerini düzyazıdan daha çok şiirle ifade ettikleri düşünülmektedir (Duymaz ve Nacar, 2010; Süreya, 2015). Buna bağlı olarak Türkiye'de şiirin, kişisel ve kişilerarası sorunları ele almak açısından oldukça verimli bir araç olduğu düşünülebilir. Şiirin, okuma ve özellikle de yazma aşamasında bireyden kendini gözlemesini ve kendi deneyimlerine düşünmesini gerektirmesi bireyin özerkliği harekete geçirdiği bilinmektedir. Mazza'ya (2014) göre, bu nokta, şiirin terapötik bir araç olarak verimli bir araç olmasının temelidir. Özellikle de kişilerin kendilerini açmalarına olanak tanınması nedeniyle bireysel ve kişilerarası sorunları ele almaya oldukça elverişli bir araçtır (Mazza, 2014). Psikolojik danışma sürecinde şiir kullanımı bir yandan bireylerin bağımsız olarak dize ve şiir yazmalarına bir yandan da grup olarak grup şiiri oluşturmalarına olanak sağlamaktadır (Mazza, 2014). Bu açıdan, psikolojik danışmada şiir kullanımının danışanların terapötik süreçten yararlanmalarına katkı sağlayacağı düşünülebilir.

Yurtdışı ve yurtiçinde yapılmış olan çalışmaları kapsayan alanyazın tarandığında, grupla psikolojik danışmada şiir kullanımının üniversite öğrencilerinin onay bağımlılık düzeylerine etkisinin incelendiği bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bununla birlikte grupla psikolojik danışmada şiir kullanımının kişilerarası ilişki düzeylerine etkisinin incelendiği bazı çalışmalarda, dolaylı da olsa, katılımcıların onay bağımlılık düzeylerinin de olumlu yönde etkilendiğine yönelik veriler elde edilmiştir. Bu çalışmalarda örnek olarak grupla psikolojik danışmada şiir kullanımının bireylerin özgüven, kişisel bilinç sahibi olmak, işbirliği-bağlılık ve güvengenlik değişkenleri açısından kazanım elde etmelerine yardımcı olduğu sonucuna da ulaşılmıştır (Bembry, Zentgraf ve Baffour, 2013; Çıplak, 2015; Keser

Özcan, Bilgin ve Eracar, 2011; Mazza, 2014; Reynolds, Lim Kee ve Prior, 2008). Buna ek olarak, psikolojik danışmada şiir kullanımının sosyal geri çekilmeyi ve izolasyon duygusunu azalttığını gösteren çalışmalar da bulunmaktadır (Asner-Self ve Feyissa, 2002; Deshpande, 2010; Mazza, 2014).

Türkiye gibi toplulukçu ve ilişkisel benlik tiplerinin ağır bastığı toplumlarda bireyler, yoğun biçimde onay bağımlılık ihtiyacı duyabilmektedirler (Kağıtçıbaşı, 1999). Oysa onay bağımlılık, kurduğu kişilerarası ilişkilerde bireyin olumsuz yönde etkilenmesine neden olabilmektedir (Bowlby, 2013). Bireyler sıklıkla yaşadıkları bu sorunla başa çıkmakta zorlanmaktadır. Bu zorlukla çoğunlukla üniversite öğrencilerinin karşı karşıya kaldıkları görülmektedir. Bunun en önemli nedeninin, üniversite öğrencilerinin içinde buldukları dönemin gelişim görevleri olduğu ileri sürülebilir. Bu gelişim görevleri öğrencilerin onay bağımlılık ihtiyacı hissetmelerine neden olabilmektedir. Üniversite öğrencilerinin bu dönemde bağlanacakları politik görüş, üstlenecekleri toplumsal cinsiyet rolü ve yapacakları mesleğe yönelik karar vermeleri gerekmektedir (Erikson, 2014). Üniversite öğrencileri bu üç alana yönelik kararlar alırken özerk davranma ya da başkalarının onayını alma çelişmesini yaşayabilmektedirler. Öğrencilerin yaşadıkları bu zorlanma durumlarında, başta psikolojik danışmanlar olmak üzere tüm psikolojik yardım profesyonellerine önemli görevler düşmektedir. Psikolojik danışma ile bireyin onay bağımlılık düzeylerine müdahale edilebilir (Ulusoy, 2010). Psikolojik danışmanlar bireyin yaşadığı bu zorlukla baş etmesine yardımcı olabilir. Böylece soruna dönük olmaktan daha çok gelişimsel ve önleyici nitelikte psikolojik danışma hizmeti sunabilirler. Bununla birlikte psikolojik danışmanların bundan daha fazlasını başarabilmeleri de mümkündür. Örneğin bireyin yaşadığı böylesi bir güçlüğü aşmasına yardımcı olurken, toplumsal düzeyde bir değişimin öncüsü olma şansını da elde edebilirler. Kuzgun'a (1997) göre, psikolojik danışman, etkin olduğu bağlamda yalnızca bir psikolojik yardım hizmeti sunmaz, aynı zamanda kişisel gelişim ve toplumsal değişim konularındaki bilgisi ile çevresinde yeniliklere önderlik eder. Bu noktadan hareketle bu çalışmanın sonuçları, psikolojik danışmanların, bireylerin kişilerarası onay bağımlılık düzeylerine müdahale ederken kullanabilecekleri bir yaklaşımla tanışmalarını sağlayabilir. Bu gerekçe ve öneme dayanarak bu çalışmanın psikolojik danışma alanındaki önemli bir boşluğu dolduracağı ve alanda çalışan psikolojik danışmanların ufuklarını genişletmelerine yardımcı olacağı düşünülmektedir.

Bu çerçeveye uygun olarak bu çalışmada, grupla psikolojik danışmada şiir kullanımının, üniversite öğrencilerinin onay bağımlılık düzeylerine etkisi incelenmiştir. Bu genel amaçla ilişkili olarak aşağıdaki denence test edilmiştir:

- Grupla psikolojik danışmada şiir kullanımı sürecine katılan deney grubu ile hiçbir deneysel işlemin uygulanmadığı kontrol grubunun “Kişiler Arası İlişki Boyutları Ölçeği Onay Bağımlılık Alt Ölçeği (KİBÖ-OBAÖ)” ön test puanları kontrol altına alındığında son test puanları arasında deney grubu lehine anlamlı düzeyde bir farklılık vardır.

2. YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Modeli

Grupla psikolojik danışmada şiir kullanımının üniversite öğrencilerinin onay bağımlılık düzeylerine etkisinin incelendiği bu çalışmada deneysel desen türlerinden biri olan öntest-sontest kontrol gruplu deneysel model (Heppner, Wampold ve Kivlighan, 2013) kullanılmıştır.

2.2. Denekler

Denekler, 2014-2015 öğretim yılında Çukurova Üniversitesi'nde öğrenimlerine devam eden ve araştırmaya katılmaya gönüllü olan lisans öğrencileri arasından seçilmiştir. 15 Eylül ve 5 Ekim 2014 tarihleri arasında çalışmanın duyurusu yapılmıştır. 5 Ekim ve 12 Ekim 2014 tarihleri arasında ise gönüllü öğrencilerle Çukurova Üniversitesi Psikolojik Danışma Birimi'nde ön görüşmeler yapılmıştır. Ön görüşmelerde öğrencilere çalışma tanıtılmış ve kurallar açıklanmıştır. Oturumlara devam edemeyeceğini belirten öğrenciler kontrol grubuna, çalışmayı aksatmadan katılabileceğini ifade eden ve istekli olan öğrenciler ise deney grubuna atanmak üzere not alınmıştır. Deney ve kontrol gruplarına rastlantısal bir şekilde atama yapılamamıştır.

Deneklerin öntest puanlarının normal dağılım gösterip göstermediğine denek sayısının 50'den az olması nedeniyle (Büyüköztürk, 2007, 2011) Shapiro Wilk Testi ile bakılmış olup bu değer 0.16 olduğu görülmüştür. Bu değer onay bağımlılık değişkeni için istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p>.01$). Bu sonuç deneklerin öntest puanlarının normal dağılıma uygun olduğunu göstermektedir. Ardından denekler deney ve kontrol gruplarına rastlantısal olmayan bir şekilde atanmış ve ölçeklerden aldıkları puanlarının aritmetik ortalamaları arasında fark olup olmadığına ilişkisiz gruplar için t testi ile bakılmıştır. Deney ve kontrol gruplarının "KİBÖ-OBAÖ" öntest puanlarının aritmetik ortalama, standart sapma ve t değerleri Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Deney ve kontrol gruplarının KİBÖ-OBAÖ öntest puanlarının aritmetik ortalama, standart sapma ve t değerleri

	Deney Grubu		Kontrol Grubu		t	p
	n: 14		n: 16			
	\bar{x}	Ss	\bar{x}	Ss		
KİBÖ-OBAÖ	46.16	7.05	49.06	6.10	-1.21	0.23

Tablo 1 incelendiğinde, deney ve kontrol grubunda yer alan katılımcıların "KİBÖ-OBAÖ" öntest puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farklılık olmadığı görülmektedir. Böylece deney ve kontrol grubunda yer alan katılımcıların "KİBÖ-OBAÖ" öntest puan ortalamalarının istatistiksel olarak eşit düzeyde olduğu söylenebilir.

Tablo 2'de, grupla psikolojik danışmada şiir kullanımının üniversite öğrencilerinin onay bağımlılık düzeylerine etkisinin incelendiği çalışmanın deney ve kontrol grubunda yer alan katılımcıların cinsiyetlerine ve öğrenim gördükleri bölümlere yönelik bilgiler verilmiştir.

Tablo 2. Deney ve kontrol gruplarına atanan katılımcıların özellikleri

Bölüm	Deney Grubu (n: 14)		Kontrol Grubu (n: 16)	
	Kadın	Erkek	Kadın	Erkek
Psikolojik Danışma ve Rehberlik (PDR)	8	4	6	4
İlahiyat (İF)	1	-	3	-
Din kültürü ve Ahlak Bilgisi	1	-	-	-
Öğretmenliği (DKABÖ)				
Sınıf Öğretmenliği (SÖ)	-	-	1	-
Uluslararası İlişkiler (Uİ)	-	-	1	-
Hukuk Fakültesi (HF)	-	-	1	-
Toplam	10	4	12	4

Tablo 2’de görüldüğü gibi, araştırmanın deney grubunda 10 kadın, 4 erkek; kontrol grubunda ise, 12 kadın, 4 erkek üye yer almaktadır. Deney grubundaki katılımcıların yaşları 19 ile 24; kontrol grubundaki katılımcıların yaşları ise 19 ile 33 arasında değişmektedir. Deney grubunda yer alan öğrenciler; PDR (12), ilahiyat (1) ve DKABÖ bölümlerine; kontrol grubundaki öğrenciler ise; PDR (10), ilahiyat (3), Uİ (1), SÖ (1) ve hukuk fakültesine (1) devam etmektedirler. Tablo 1 incelendiğinde, hem deney hem de kontrol grubunda yer alan katılımcıların çoğunluğunun kadın olduğu ve psikolojik danışma ve rehberlik bölümünde öğrenimlerine devam ettikleri görülmektedir. Bu araştırmanın amacına bağlı olarak diğer demografik değişkenler kapsam dışında tutulmuştur.

2.3. Verilerin Toplanması

Çukurova Üniversitesi Psikolojik Danışma Birimi’nde yapılan ön görüşmelerde öncelikle üniversite öğrencilerinin kişisel bilgileri (devam edilen bölüm, yaş, cinsiyet vb.) kaydedilmiştir. Daha sonra öntest ölçümü için “KİBÖ-OBAÖ” uygulanmıştır. Aynı ölçme aracı, deney ve kontrol gruplarından sontest ölçümü alınırken yeniden uygulanmıştır.

2.4. Veri Toplama Araçları

Araştırmanın deney ve kontrol gruplarının öntest ve sontest ölçümlerinde Erden İmamoğlu ve Aydın (2009) tarafından geliştirilmiş olan “Kişiler Arası İlişki Boyutları Ölçeği Onay Bağımlılık Alt Ölçeği (KİBÖ-OBAÖ)” kullanılmıştır. “KİBÖ”, Erden İmamoğlu ve Aydın (2009) tarafından 680 genç yetişkinden (20-40 yaş aralığında 379 kadın ve 301 erkek) oluşan örneklemden toplanan veriler analiz edilerek geliştirilmiştir. “KİBÖ”, 53 maddeden oluşan, beşli Likert tipinde bir kendini değerlendirme ölçeğidir. “KİBÖ”, onay bağımlılık, empati, başkalarına güven ve duygu farkındalığı olmak üzere dört alt ölçekten oluşmaktadır. “KİBÖ”nün tüm alt ölçeklerine bakıldığında toplam 23 madde ters cevaplanmaktadır. “KİBÖ”den alınacak puanlar, Onay Bağımlılık Alt Ölçeği için 15-75, Empati Alt Ölçeği için 9-45, Başkalarına Güven Alt Ölçeği için 15-75 ve Duygu Farkındalığı Alt Ölçeği için 14-70 arasında değişmektedir. Alt ölçeklerden alınan puanın azalması olumlu anlama gelmektedir. Analiz sonuçlarına göre bu dört alt ölçek birlikte test toplam varyansının 36.04’ünü açıklamaktadır. Yapılan faktör analizinde faktör yükünün 0.33 ile 0.76 arasında değiştiği görülmektedir. Ölçeğin güvenilirlik

analizinde test-tekrar test sonuçları 0.62 ile 0.96, Cronbach Alfa değerleri de 0.78 ile 0.85 arasında değişmektedir.

Bu çalışmada öntest ve sontest ölçümlerini almak için kullanılan “KİBÖ-OBAÖ”ye bakıldığında ise, toplamda iki maddenin (21. ve 28. madde) ters cevaplandığı görülmektedir. “KİBÖ-OBAÖ” test toplam varyansının 10.21’ini açıklamaktadır. Yapılan analizler, “KİBÖ-OBAÖ” faktör yüklerinin 0.44 ile 0.63 arasında değiştiğini göstermektedir. Yapılan güvenilirlik analizinde ise test tekrar test değerinin 0.68; Cronbach Alfa değerinin ise 0.84 olduğu saptanmıştır (Erden İmamoğlu ve Aydın, 2009). Bu çalışma kapsamında (n: 30) yapılan analizlerde ise “KİBÖ-OBAÖ”nün Cronbach Alfa değeri 0.67 olarak bulunmuştur.

2.5. Grupla Psikolojik Danışmada Şiir Kullanımı

Grupla psikolojik danışmada şiir kullanımı sürecinin genel çizgileri belirlenirken insancıl yaklaşım, kişilerarası kuram ve şiir terapi paradigması (Mazza, 2014) esas alınmıştır. Psikolojik danışmada şiir kullanımı süreci, üniversite öğrencilerinin psikolojik ve sosyal ihtiyaçlarına odaklanılarak kendilerini ifade etmelerine yardımcı olmak amacıyla şiirin kullanılmasına dayandırılmıştır. Bu anlamda şiir, psikolojik danışma sürecinde üyelerin kendilerini ifade etmesini sağlamak amacıyla kullanılmıştır. 12 oturumluk grupla psikolojik danışmada şiir kullanımı sürecinde oturumlarda onay bağımlılık düzeyini olumlu yönde etkilemeye yönelik bireysel (akrostiş) ve grup şiiri yazma, okuma ve dinleme, ayrıca mektup yazma etkinliklerine yer verilmiş; bu etkinlikler aracılığıyla grup etkileşimi geliştirilmeye çalışılmıştır. Grupla psikolojik danışmada şiir kullanımı süreci özetle şu şekilde gerçekleştirilmiştir:

Birinci oturum: grupla psikolojik danışma süreci tanıtılmış ve grup kuralları belirlenmiştir. Deneklerin süreçten beklentilerini ifade etmeleri istenmiştir. Temel psikolojik danışma becerileri (yol açıcı tepkiler, içerik ve duygu yansıtması, soru sorma vb.) kullanılarak beklentilerini belirlemeleri sağlanmıştır. Daha sonra danışanların birbirlerine ve sürece ısınmalarını sağlamak amacıyla tanışma etkinliği yapılmıştır. Bu etkinlikte denekler ikiyeşerli olarak eşleşmişler ve birbirlerine sorular sormuşlardır. Daha sonrasında üyeler eşlerini gruba tanıtmışlardır. Ardından deneyimler paylaşılmış ve özetleme yapılarak oturum sonlandırılmıştır.

İkinci oturum: Oturumun başında bir önceki oturumun özeti yapılmıştır. Ardından işbirliği ve güven duygusunu geliştirmek amacıyla ısınma oyunu oynanmıştır. Bunun ardından grup üyelerinden ısınma oyunu sırasında yaşadıkları deneyimleri birer dize ile ifade etmeleri istenmiştir. Kurdukları dizeler odağında içerik ve duygu tepkisi verilerek, soru sorarak, kendini açma tepkileri verilerek süreç derinleştirilmiştir. Daha sonra bu dizeleri kullanarak bir grup şiiri oluşturmaları istenmiştir. Grup şiiri üzerine paylaşım yapılırken üyelerin birbirlerine geribildirim vermeleri sağlanmıştır. Özetleme yapılarak oturum sonlandırılmıştır.

Üçüncü oturum: Özetleme yapılarak oturum başlatılmıştır. Ardından üyelerin yaşadıkları duyguları fark etmelerini ve ifade etmelerini desteklemek amacıyla duygu zarı etkinliği uygulanmıştır. Bir üye yaşadığı bir duyguyu anlatırken diğer üyelerin de sürece katılımını sağlamak için benzer duyguları yaşadıkları deneyimlerini anlatmaları istenmiştir. Buna ek olarak birbirlerine geribildirim vermeleri sağlanmıştır. Ardından danışanlardan seçtikleri duyguyu anlatan bir akrostiş şiir yazmaları istenmiştir.

Şiirlerin paylaşımı aşamasında teşvik edici ve cesaretlendirici tepkiler verilmiştir. Oturumun özeti yapılarak oturum sonlandırılmıştır.

Dördüncü oturum: önceki oturumun özetlemesi yapılarak sürece başlanmıştır. Grup üyelerinin kendini açmalarına yardımcı olmak amacıyla bir sırrım var etkinliği uygulanmıştır. Kendini açmakta zorlanan deneklere cesaretlendirici ve yol açıcı tepkiler verilmiştir. Ayrıca grup üyelerinin kendini kabul duygusu deneyimlemeleri için kişilerarası destek sunmak amacıyla diğer üyelerin de cesaretlendirici tepkiler vermeleri sağlanmıştır. Bunun ardından yaşanan deneyimlerden yola çıkılarak grup şiiri yazdırılmıştır. Bir yazıcı belirlenmiş ve grup şiiri yazma sürecine tüm üyelerin katılımı sağlanmıştır. Grup şiirinin okunmasının ardından paylaşımına geçilerek grup etkileşimi geliştirilmiştir. Son olarak oturum özetlenmiş ve sonlandırılmıştır.

Beşinci oturum: Dördüncü oturum özetlenerek süreç başlatılmıştır. Grup üyelerinin etkin dinleme becerilerini geliştirmek amacıyla “önden arkadan konuşma” (Altınay, 2009) etkinliği uygulanmıştır. Ardından etkinlikle ilgili deneyimler paylaşılmış, etkin dinleme ve yüz yüze iletişimin önemi vurgulanmıştır. Daha sonra cümle tamamlama tekniği ile bireysel şiir yazdırılmıştır. Grup üyelerinin şiirlerini paylaşmalarının ardından özetleme yapılarak oturum sonlandırılmıştır.

Altıncı oturum: Özetleme yapılarak altıncı oturum başlatılmıştır. Grup üyelerinin kişilerarası ilişkilerde özgüvenin önemini fark etmeleri amacıyla “çeşitli düzeylerden konuşma” (Altınay, 2009) etkinliği uygulanmıştır. Danışanların böylece kişilerarası ilişkilerde etkin dinleme ve eşit iletişimin önemini fark etmeleri amaçlanmıştır. Etkinliğin ardından deneyimler paylaşılmış ve temel psikolojik danışma becerileri kullanılarak danışanların farkındalık geliştirmeleri sağlanmıştır. Sonrasında yaşadıkları deneyimleri cümle tamamlama tekniğini kullanarak bireysel şiire dönüştürmeleri istenmiştir. Sonrasında paylaşımına geçilmiştir. Özetlemenin ardından oturum sonlandırılmıştır.

Yedinci oturum: Oturumun başlangıcında özetleme yapılmıştır. Ardından “Yaşadıklarımın Öğrendiğim Bir Şey Var” (Behramoğlu, 2008) şiiri dağıtılmış ve üyelerin okumaları istenmiştir. Sonra şiir üzerine paylaşımında bulunulmuştur. Bu etkinlik aracılığıyla üyelerin kendini açmaları ve kendini kabul duygusu ile özgüven geliştirmeleri amaçlanmıştır. Paylaşım aşamasında üyelerin ben dili kullanarak kendilerini ifade etmeleri istenmiş ve deneyimlerini paylaşmaları için cesaretlendirici tepkiler verilmiştir. Benzer deneyimi olan üyeler arasında bağdaştırma yapılmış, içerik ve duygu tepkileri ile kendilerini ifade etmeleri desteklenmiştir. Oturum özetleme yapılarak sonlandırılmıştır.

Sekizinci oturum: Özetleme yapıldıktan sonra oturum başlatılmıştır. Grup üyelerinin kendilerini açmalarının önemini anlamalarını sağlamak amacıyla “Sevgilerde” (Necatigil, 2000) şiiri kayıttan dinlenilmiştir. Kendini açmalarını teşvik etme, girişimlerini cesaretlendirme ve özgüven duygusu geliştirmelerine yönelik öneriler verilmiş ve paylaşımında bulunulmuştur. Özetleme yapıldıktan sonra oturum sonlandırılmıştır.

Dokuzuncu oturum: Özetleme yapılarak oturuma başlanmıştır. Başkaları ne der diyerek göz ardı ettikleri ihtiyaçlarını yeniden değerlendirmelerini sağlamak amacıyla üyelere, “Anlar” (Borges, 2015) şiiri kayıttan dinletilmiştir. Sonrasında paylaşımında bulunulmuştur. Grup etkileşimi oluşturulmuş ve üyelerin birbirlerine geribildirim vermeleri sağlanmıştır. Özetlemenin ardından süreç sonlandırılmıştır.

Onuncu oturum: Oturuma başlanırken özetleme yapılmıştır. Pişmanlıklarda özgüven eksikliğinin önemine değinilmiştir. Ardından “keşke” dedikleri bir anılarını düşünmeleri istenmiş ve bitirilmemiş işlere odaklanmak için o kişi ya da o ana gönderilecek bir mektup yazmaları istenmiştir. Ardından paylaşımda bulunulmuştur. Paylaşım aşamasında içerik ve duygu yansıtılmalarına ek olarak yol açıcı tepkiler ve kendini açma becerileri kullanılmıştır. Oturum özetlenmiş ve sonlandırılmıştır.

On birinci oturum: Bir önceki oturumun özeti yapılmıştır. Grup üyelerinin sürecin sonuna yaklaşırlarken neler hissettikleri sorulmuştur. Ardından grup sürecini ele alan bir grup şiiri yazdırılmıştır. Paylaşım aşamasında temel psikolojik danışma becerilerine başvurulmuş ve süreç derinleştirilmiştir. Özgüven, girişkenlik, etkin dinleme ve empatinin kişilerarası ilişkilerdeki önemine değinilmiştir. Özetleme yapıldıktan sonra oturum sonlandırılmıştır.

On ikinci oturum: Bir önceki oturumun özeti yapılmıştır. Grupla psikolojik danışmada şiir kullanımı süreci değerlendirilmiş ve üyelerin yaşadıkları değişimler ele alınmıştır. Grup üyelerinin birbirlerini olumlu hatırlamaları ve özgüvenlerini desteklemek için geribildirim etkinliği uygulanmıştır. Ardından lider genel bir değerlendirme yapmış ve vedalaşmanın ardından süreç sonlandırılmıştır.

Grupla psikolojik danışmada uygulanacak etkinlikler için gereken malzemeler (kağıt, kalem, poster kartonları vb.) araştırmacı tarafından grup üyelerine sunulmuştur. Grupla psikolojik danışmada şiir kullanımı süreci, deney grubundaki üniversite öğrencileri ile haftada bir gün olmak üzere toplam 12 oturumda gerçekleştirilmiştir. Oturumlar ortalama 180 dakika sürmüştür. Bu süreçte kontrol grubuna yönelik herhangi bir çalışma yapılmamıştır. Deney grubundaki katılımcılardan oturumlara başlamadan önce, toplanan verilerin araştırma amaçlı kullanılacağı konusunda gereken izinler alınmıştır.

2.6. Verilerin Analizi

Bu araştırmada deney ve kontrol gruplarından elde edilen veriler, öncelikle dijital ortama aktarılmış ve SPSS 22 istatistik paket programıyla çözümlenmiştir. Öncelikle kullanılacak istatistik tekniği belirlemek üzere verilerin normal dağılım gösterip göstermediğine Shapiro Wilk testi ile bakılmıştır. Daha sonra deney ve kontrol gruplarının öntest puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı ilişkisiz gruplar için t testi ile incelenmiştir. En sonunda deney ve kontrol gruplarının öntest ve sontest puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını açığa çıkarmak için kovaryans analizi tekniği kullanılmıştır. Denekler gruplara rastlantısal olarak atanmadığı için öntest ölçümü kovaryat değişken olarak alınmıştır (Büyüköztürk, 2007, 2011). Böylece deney ve kontrol gruplarının sontest puanlarındaki farklılığın deneysel müdahaleden kaynaklanıp kaynaklanmadığı tespit edilmeye çalışılmıştır.

3. BULGULAR

3.1. Grupla Psikolojik Danışmada Şiir Kullanımının Onay Bağımlılık Üzerindeki Etkisine İlişkin Bulgular

Bu çalışmada, “Grupla psikolojik danışmada şiir kullanımı sürecine katılan deney grubu ile hiçbir deneysel işlemin uygulanmadığı kontrol grubunun “Kişiler Arası İlişki Boyutları Ölçeği Onay Bağımlılık Alt Ölçeği (KİBÖ-OBAÖ)” ön test puanları kontrol altına alındığında son test puanları arasında deney grubu lehine anlamlı düzeyde bir farklılık vardır.” denencesi test edilmiştir.

Deney ve kontrol gruplarında yer alan üniversite öğrencilerinin “KİBÖ-OBAÖ”den aldıkları öntest ve sontest puanlarına ilişkin aritmetik ortalama, standart sapma değerleri ile sontest düzeltilmiş ortalama ve standart hata değerleri Tablo 3’te sunulmuştur.

Tablo 3. Deney ve kontrol gruplarındaki öğrencilerin KİBÖ-OBAÖ öntest ve sontest puanlarına ilişkin aritmetik ortalama, standart sapma ve düzeltilmiş ortalama değerleri

	Öntest		Sontest		Sontest Düzeltilmiş Ortalama Değerleri
	n: 14		n: 16		
	\bar{x}	Ss	\bar{x}	Ss	
Deney Grubu	46.14	7.05	45.28	9.88	47.03
Kontrol Grubu	49.06	6.10	53.00	7.72	51,46

Tablo 3’teki öntest puanlarına bakıldığında deney grubunun ortalamasının \bar{x} : 46.14, kontrol grubunun ortalamasının ise \bar{x} : 49.06 olduğu görülmektedir. Sontest puan ortalamaları incelendiğinde deney grubunun ortalamasının \bar{x} : 45.28 (\bar{x} d: 47.03), kontrol grubunun ortalamasının ise \bar{x} : 53.00 (\bar{x} d: 51.46) olduğu dikkati çekmektedir. Deney grubunun sontest ortalamasının, kontrol grubunun sontest ortalamasından daha düşük olduğu gözlenmektedir. Sontest puanları arasındaki bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını test etmek amacıyla kovaryans analizi uygulanmış olup elde edilen sonuçlar Tablo 4’te gösterilmiştir.

Tablo 4. Deney ve kontrol gruplarındaki öğrencilerin KİBÖ-OBAÖ sontest puanlarına uygulanan kovaryans analizi sonuçları

Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	P
Kontrol Edilen Değişken (Öntest-KİBÖ/OBAÖ)	1524.79	1	1524.79	64.32*	.00
Gruplama Ana Etkisi	139.33	1	139.33	5.87*	.02
Hata	640.06	27	23.70		
Toplam	75820.00	30			

*p<.05

Tablo 4’te görüldüğü gibi, grupla psikolojik danışmada şiir kullanımı sürecine katılan deney grubu ile hiçbir deneysel işlemin uygulanmadığı kontrol grubunun “KİBÖ-OBAÖ” öntest puanları kontrol altına alındığında sontest puanları arasında deney grubu lehine istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farklılık vardır (F: 5.87; p<.05). Araştırmada test edilen denence desteklenmiştir. Buna göre deneysel işlem, üniversite öğrencilerinin onay bağımlılık düzeyleri üzerinde etkilidir.

4. SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu çalışmada grupla psikolojik danışmada şiir kullanımının üniversite öğrencilerinin onay bağımlılık düzeylerine etkisi incelenmiştir. Araştırmanın sonucunda, grupla psikolojik danışmada şiir kullanımı sürecine katılan deney grubu ile hiçbir deneysel işlemin uygulanmadığı kontrol grubunun

“KİBÖ-OBAÖ” öntest puanları kontrol altına alındığında sontest puanları arasında deney grubu lehine istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farklılık vardır şeklinde ifade edilen denencenin desteklediği sonucuna ulaşılmıştır.

Alanyazında yer alan çalışmaların sonuçları, grupla psikolojik danışmada şiir kullanımının bireylerin onay bağımlılık düzeylerine olumlu yönde etkisi olduğunu ortaya koymaktadır (Bembry vd., 2013; Çıplak, 2015; Mazza, 2014; Reynolds vd., 2008). Böylece, yürütülmüş olan bu çalışmanın sonuçlarının, alanyazında yer alan araştırma sonuçlarıyla paralellik gösterdiği söylenebilir. Bu noktadan hareketle, grupla psikolojik danışmada şiir kullanımı sürecindeki şiir yazma etkinliklerinin işlevsel olduğu yorumu yapılabilir. Bu işlevselliğin kaynağında, şiir yazma etkinliklerinin grup üyelerinin kabul edici bir ortamda kendilerini ifade etmelerine yardımcı olmasının yer aldığı düşünülebilir. Böylesi bir terapötik ortam grup üyelerinin başkalarının onayına ihtiyaç duymadan kendilerini ifade etmelerine, geribildirim almalarına yardımcı olduğu söylenebilir. Aynı zamanda grup sürecinde yaşadıkları güven duygusu ve işbirliği aracılığıyla girişkenliklerinin ve özgüvenlerinin gelişim gösterdiği ileri sürülebilir.

Bu çalışmada elde edilen sonuçlara bağlı olarak şu öneriler verilebilir. Grupla psikolojik danışmada şiir kullanımının üniversite öğrencilerinin onay bağımlılık düzeylerine etkisinin incelendiği bu çalışmanın en önemli sınırlığı, katılımcıların deney grubuna seçkisiz bir şekilde atanamamış olmasıdır. Dolayısıyla denekler gruplarda cinsiyet ve yaş değişkenine göre benzeşik temsil edilememiştir. Bu durum araştırmanın sonuçlarının genellenmesinin önünde bir engeldir. Gelecekte yapılacak araştırmalarda katılımcılar deney ve kontrol gruplarına seçkisiz bir şekilde atanabilir ve böylece bu çalışmanın etkililiği yeniden sınanabilir.

Ayrıca deney grubunda yer alan 14 katılımcıdan 12'sinin PDR öğrencisi olmasının, bu çalışmanın sonuçlarının Çukurova Üniversitesinde öğrenim gören öğrencilere genellenmesini engellediği düşünülebilir. Bundan sonra yapılacak çalışmalarda deney ve kontrol gruplarına atanacak katılımcılar, farklı bölümlere devam eden öğrenciler arasından seçilebilir.

Buna ek olarak bu çalışmada bağlanma stili ve benlik tipi bağımsız değişken olarak belirlenmemiştir. Yani denekler benlik tiplerine ve bağlanma stillerine göre deney ve kontrol grubuna atanmamışlardır. Alanyazın incelendiğinde ülkemizde benlik tiplerini ve bağlanma stillerini belirlemek amacıyla geliştirilmiş veya Türkçeye uyarlama çalışmaları yapılmış olan objektif ölçme araçları bulunmaktadır (Ercan, 2011; Sümer ve Güngör, 1999). Bundan sonra yapılacak olan çalışmalarda denekler, objektif ölçme araçları kullanılarak benlik tiplerine ve bağlanma stillerine göre deney ve kontrol gruplarına atanabilir.

Son olarak, her ne kadar grupla psikolojik danışmada şiir kullanımının deney grubunun onay bağımlılık düzeylerine etkisi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuşsa da deneysel işleme bağlı olarak katılımcıların olumlu-olumsuz yönde değişim yaşamalarına ya da hiç değişim yaşamamalarına neden olan unsurların neler olduğuna yönelik bir bilgiye ulaşılamamıştır. Oysa ülkemizde kısıtlı olan grupla psikolojik danışmada şiir kullanımına ilişkin alanyazının boyut kazanması açısından detaylı bilgi ve bulgulara ihtiyaç duyulmaktadır. Bu nedenle bundan sonra yapılacak araştırmalarda süreç ve sonucun ayrıntılı biçimde incelenmesi için niteliksel araştırma yöntemlerinden de yararlanılabilir. Yani görüşme, gözlem ve doküman inceleme teknikleri kullanılarak katılımcıların grupla psikolojik danışmada şiir

kullanımı sürecine yönelik görüşleri ve değerlendirmeleri alınabilir. Böylece elde edilen verilerden yola çıkılarak hem sürece yönelik geribildirimler elde edilebilir hem de toplanan niteliksel veriler analiz edilerek Furman'ın (2006) önemini vurguladığı gibi yeni ve farklı yol haritaları çizilebilir.

5. KAYNAKÇA

Altınay, Deniz (2009), *Psikodrama: 400 Isınma Oyunu ve Yardımcı Teknik*, Sistem Yayıncılık, İstanbul.

Asner-Self, Kimberly K. - Feyissa, Alemé (2002), "The Use of Poetry in Psychoeducational Groups with Multicultural-Multilingual Clients", *Journal for Specialists in Group Work*, Volume.27 Issue.2, (136-160).

Behramoğlu, Ataol (2008), *Yaşadıklarımın Öğrendiğim Bir Şey Var*, Tekin Yayınevi, İstanbul.

Bembry, James X. - Zentgraf, Sharon - Baffour, Tiffany (2013), "Social Skills Training through Poetry Therapy: A Group Intervention with Schizophrenic Patients", *Journal of Poetry Therapy*, Volume.26, Issue.2, (73-82).

Beşikçi, Ezgi (2008), *Romantik İlişkiye Bağlanımı Yordayan Değişkenler: Algılanan Çocuk Yetiştirme Stilleri, Anababa Onayı ve Psikolojik Tepkisellik*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Borges, Jorge Louis, "Anlar", http://www.suur.gen.tr/suur/j/jorge_luis_borges/anlar.htm, Erişim tarihi: 06.06.2015.

Bowlby, John (2013), *Bağlanma*, Çev: Tuğrul Veli Soylu, Pinhan Yayıncılık, Ankara.

Büyüköztürk, Şener (2007), *Deneyisel Desenler: Öntest-Sontest Kontrol Grubu Desen ve Veri Analizi*, Pegem A Yayıncılık, Ankara.

Büyüköztürk, Şener (2011), *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı: İstatistik, Araştırma Deseni, Spss Uygulamaları ve Yorum*, Pegem A Yayıncılık, Ankara.

Çıplak, Ersun (2015), *Grupla Psikolojik Danışmada Şiir Kullanımı: Deneyisel bir Araştırma*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Dales, Shelley - Jerry, Paul (2008), "Attachment, Affect Regulation and Mutual Synchrony in Adult Psychotherapy", *American Journal of Psychotherapy*, Volume.62, Issue.3, (283-312).

Deshpande, Anjana (2010), "Recon Mission: Familiarizing Veterans with their Changed Emotional Landscape through Poetry Therapy", *Journal of Poetry Therapy*, Volume.23, Issue.4, (239-251).

Duymaz, Cuma – Nacar, Salim (2010), "Bu Toprakların Temel Meselesi Şiir Midir?", *Karayazı Edebiyat* Sayı 11 (11-14).

Ekşi, Füsün (2011), "Kişilerarası İlişkiler: Psikolojik Danışmanlık ve Halkla İlişkiler Öğrencilerinin Karşılaştırılması", *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Cilt.11, Sayı.2, (79-94).

Ercan, Hülya (2011), "İlişkisel-Bireyci-Toplulukçu Benlik Ölçeği'nin Psikometrik Özellikleri ve Uyarlama Çalışması", *Karamanoğlu Mehmet Bey Üniversitesi Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, Cilt.13, Sayı.21, (37-45).

Ercan, Hülya (2013), “Genç Yetişkinlerde Benlik Kurgusu Üzerine bir Çalışma”, *Zeitschrift für die Welt der Türken*, Cilt.5, Sayı.2, (157-178).

Erden İmamoğlu, Seval - Aydın, Betül (2009), “Kişilerarası İlişki Boyutları Ölçeğinin Geliştirilmesi”, *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, Sayı.29, (39-64).

Erikson, Erik H. (2014), *İnsanın Sekiz Evresi*, Çev: G. Akkaya, OkuyanUs Yayınları, İstanbul.

Furman, Rich (2006), “Poetry as Research: Advancing Scholarship and the Development of Poetry Therapy as a Profession”, *Journal of Poetry Therapy*, Volume.19, Issue.3, (133-145).

Heppner, Paul P. - Wampold, Bruce E. - Kivlighan, Dennis M (2013), *Psikolojik Danışmada Araştırma Yöntemleri*, Çev. Ed: Didem Müge Siyez, Mentis Yayıncılık, Ankara.

Kağıtçıbaşı, Çiğdem (1998), *Kültürel Psikoloji: Kültür Bağlamında İnsan ve Aile*, Yapı Kredi Yayınları, İstanbul.

Kağıtçıbaşı, Çiğdem (1999), *Yeni İnsan ve İnsanlar: Sosyal Psikolojiye Giriş*, Evrim Yayınları, İstanbul.

Keser Özcan, Neslihan – Bilgin, Hülya – Eracar, Nevin (2011), “The Use of Expressive Methods for Developing Empathic Skills”, *Mental Health Nursing*, Volume.32, Issue.2, (131-136).

Kuzgun, Yıldız (1997), *Rehberlik ve Psikolojik Danışma*, ÖSYM Yayınları, Ankara.

Mazza, Nicholas (2014), *Şiir Terapi: Teori ve Pratik*, Çev: Ersun Çıplak, OkuyanUs Yayınları, İstanbul.

McFerran, Katrina. - Baker, Felicity - Patton, George C. - Sawyer, Susan M. (2006), “A Retrospective Lyrical Analysis of Songs Written by Adolescents with Anorexia Nervosa”, *European Eating Disorders Review*, Issue.14, (397-403).

Necatigil, Behçet (2000), *Şiirler*, Yapı Kredi Yayınları, İstanbul.

Reynolds, Frances - Lim Kee, Hean - Prior, Sarah (2008), “Narratives of Therapeutic Art-Making in the Context of Marital Breakdown: Older Women Reflect on a Significant Mid-Life Experience”, *Counseling Psychology Quarterly*, Volume.21, Issue.3, (203-214).

Solmuş, Tarık (2011), *Çift, Evlilik ve Aile Terapisi*, Doruk Yayınları, Ankara.

Sümer, Nebi - Güngör, Derya (1999), “Yetişkin Bağlanma Stili Ölçeklerinin Türk Örneklemini Üzerinde Psikometrik Değerlendirmesi ve Kültürlerarası Bir Karşılaştırma”, *Türk Psikoloji Dergisi*, Cilt.14, Sayı.43, (71-106).

Süreya, Cemal (2015), *Şapkam Dolu Çiçekle ve Şiir Üzerine Yazılar*, Yapı Kredi Yayınları, İstanbul.

Ulusoy, Yağmur (2010), *Kişiler Arası Bağımlılık Ölçeği'nin (Interpersonal Dependency Inventory) uyarlama çalışması*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Vygotsky, Lev Semyonovich (1978), *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*, Harvard University Press, USA.