

## ÜNİVERSİTE İİ. SİNİF ÖĞRENCİLERİNİN GRUP ETKİLEŞİMİ YAŞANTISIYLA İLGİLİ TUTUMLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ

Doç. Dr. Uğur ÖNER\*  
Araş. Gör. Sevgi KÜÇÜKER\*\*  
Uzm. Psk. Gül AKBALIK\*\*\*

Günümüzde insanı iyileştirmeye yönelik belli başlı yaklaşımlar, farklı teknikler kullanmalarına ve farklı görüşler öne sürmelerine rağmen hepsi de insanın sorunlarını görebilmesine, çözebilmesine ve kendi kendisine yetebilmesine yardımcı amaçlamaktadır. Tüm bu yaklaşımlarda temelde vurgulanan, insanlarla yoğun etkileşime girebilmektir.

İnsanın sağlıklı bir kişilik geliştirebilmesi, kendi iç dünyasının ufak da olsa bir kısmını bir başka insana açabilmesine bağlıdır. Sağlıklı kişiliğin belirleyici özelliklerinden birisi de, bireyin kendisini, en azından yaşamında kendisi için önemli olan diğer bir insana açabilmesidir. Buna karşın insan kendisini açma sürecini ihmal ederse sağlıklı bir kişilik gelişimi de engellenmeye başlar (Jourard, 1964). Eğer insan kendini açabilmeyi başaramıyorsa kendi gerçek benliğini tanıyabilmesi de güçleşir. Bireyin kendini açabilmesi doğrudan sağlıklı kişilik anlamına gelmemekle birlikte, insanın ruh sağlığı ve kişilik gelişimi için gerekli ve önemli bir başlangıçtır. İnsan kendi gerçek benliğine yabancılaştığı oranda, çevresindeki kişilerle olan ilişkileri gitgide yüzeyselleşir, yaratıcılıktan uzak, verimsiz bir ilişki türüne dönüşmeye başlar. İşte bu noktada insanı rahatsız etmeye başlayan ilişki türleri ortaya çıkar.

İnsanlara yardım yollarından birisi olan grup yaşantısı, insanlar arasında anlamlı bir iletişimin kurulabilmesinde önemli ölçüde yardımcı olmaktadır. İnsan toplumsal bir varlık olduğundan, gelişimi ve değişimi, içinde yaşadığı toplumdaki etkilenmektedir. Günümüzde bireyi tanımadaki ve onun da kendisini tanıyabilmesine yardımcı edebilmede, grup yaşantısı

\*Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bölümü Öğretim Üyesi.

\*\* Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bölümü, Özel Eğitim Anabilim Dalı Araştırma Görevlisi

\*\*\* Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışma Birimi elemanı.

önemli bir yaklaşım olmaktadır. Gruba katılan üyeler için, kendi davranışlarına diğer grup üyelerinin açıkça gösterdikleri tepkiler anlamlı olup, onlar için önemli bir öğrenme fırsatı oluşturur. Ayrıca akranlarla yürütülen grup yaşantısı içerisinde duyguların ifade edilebilmesi ve yaşanması ve bu duygular hakkında konuşabilme, insan olma gizil gücünü zenginleştiren en temel süreçtir (Lieberman, Yalom, Miles, 1973).

Etkileşim grupları etkinliklerini, grup içerisindeki üyeler arasında kurulan ilişkiler ve etkileşim üzerinde yoğunlaştırırlar. Grup içerisinde yer alan, sayısı 6 ile 20 arasında değişebilen üyeler, genellikle yüzyüze yoğun bir etkileşimi yürütürler. Böylesi bir grup ortamında kurulan olumlu ilişkiler, grup süreci içerisinde grup üyelerinin güven, anlayış, kabul, diğer üyeleri gözetme gibi duyguları yaşayabilmelerine olanak sağlar. Ancak bu duygular yaşanmaya başladığında grup üyeleri kendilerini açabilir ve sorunlarını paylaşabilirler. Yani grup, bireyleri açık ve dürüst olma, kendi kendisiyle yüzleşebilme, duygularını ifade edebilme gibi yaşantıları sınımada yüreklendirir. Böylece de üyeler kendi yaşamlarının anlamını, davranışlarını ve başarılarını tanıyabilme olanağını bulabilirler. Grup yaşantısı insanın davranışlarında, tutumlarında, değerlerinde ve yaşam biçiminde bir değişimi amaçlar. Etkileşim grupları kendi üyelerinin, aynen sınıflarda ya da terapi gruplarında olduğu gibi, önceden şaptanan amaçlar doğrultusunda bir değişimi yaşamalarını amaçlarlar.

Ancak her tedavi yaklaşımı hem yardım edebilme hem de zarar verebilme gücünü birlikte içerir. Bu nedenle grup liderleri ve gruba katılacak olan bireyler grup yaşantısının sınırlarının ve tehlikelerinin bilincinde olmalıdırlar. Bu nedenle de çeşitli meslek kuruluşları etik ilkeleri belirlemeye çalışmışlardır. Bu etik ölçütler grup yaşantısına sınır getirmek yerine yol göstericidirler. Çünkü tüm grup ortamları önceden bilinemez, ancak grup liderleri belirlenen bu ilkeleri izleyerek kendi kararlarını daha bir kolaylıkla verebilirler. Bunu yaparken de hem meslektaşlarıyla tartışmalı hem de tüm grupla ilgili etik görüşlerini gözden geçirmelidirler (Vander Kolk, 1985).

Ayrıca geçirilen grup yaşantısı bir biçimde değerlendirilmelidir. Bu değerlendirme, hem bu yaşantının üyeler için ne sağladığının anlaşılmasına hem de liderin yürüttüğü etkinliği bir kez daha gözden geçirebilmesine rehberlik edecektir.

Etkileşim grupları hem eğitimi hem de iyileştirmeyi amaçlar. Ancak ne sınıf ortamında olduğu kadar zihinsel boyut vurgulanmamalıdır, ne de terapi gruplarındaki gibi sağaltıma yönelinmelidir. Bu nedenle etki-

leşim grupları, üyelerinin yaratıcılığına yer veren bir tür öğrenme ortamlarıdır. Böylesi bir ortamda farkında oluş, duyarlık yaşanır ve birey kendi kendisini çeşitli ilişkiler içerisinde tanımayla karşılaşır.

Bu bağlamda Eğitim Bilimleri Fakültesi, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bölümü, üçüncü sınıf öğrencileri grup sürecini öğrenmek ve grup yaşantısını tanıyabilmek amacıyla "Uygulanmış Grup Etkileşimi" dersini 1991-92 öğretim yılının birinci yarısında almaktadırlar. Bu uygulamanın amacı, ilerde çeşitli ortamlarda, psikolojik hizmet verecek olan öğrencileri grup konusunda eğitmek ve grup yaşantısıyla ilgili deneyim kazanmalarına yardımcı olmaktır. 1991-1992 öğretim yılında da bu tür bir uygulama sürdürülmüştür. Akademik gelişmeyle, duygusal gelişmenin birlikte yer almasını amaçlayarak, 14 haftalık eğitim süresinin ilk birkaç haftasında grupla ilgili kavramlar açıklanmış ve tartışılmış, daha sonra grup yaşantısına geçilmiştir.

Öğrencilerin programlarında yer alan bilgi edinme ve yaşantıyı birlikte içeren bu uygulamayla ilgili öğrenci tutumlarını saptayabilmek için uygulayıcı tarafından her yıl yapılan uygulama sonunda bir değerlendirme yapılmaya çalışılmaktadır. Bu yıl yapılan uygulamaya liderin yanı sıra yardımcı liderler katılmışlardır. Bu araştırma çerçevesinde uygulama grubuna katılan öğrencilerin geçirdikleri yaşantılar sonucunda grupla ilgili tutumları saptanmaya çalışılmıştır.

#### Araştırmanın Amacı

Bu çalışmada 14 hafta süren grup uygulamasına katılan öğrencilerin, grup yaşantısına ilişkin tutumları saptanmaya çalışılmaktadır. Bu amaçla aşağıdaki sorulara yanıt aranacaktır.

1. Grup, üyeler tarafından güvenli mi yoksa tehlikeli olarak mı algılanmaktadır?
2. Üyeler grup yaşantısını içten mi yoksa yüzeysel mi bulmaktadırlar?
3. Grup yaşantısı üyelerin kendilerini tanımalarına yardımcı olabilmekte midir?
4. Üyeler, grup yaşantısından sosyal bir kazanç sağlayabilmekte midirler?

#### Araştırmanın Önemi

Uygulanmış grup etkileşimi çalışmalarının amacı, çeşitli alanlarda psikolojik hizmet verecek olan öğrencilerin grup yaşantısıyla ilgili bilgi

ve deneyim kazanmalarıdır. Bunun yanı sıra öğrencilerin kendilerini ve çevrelerindeki daha iyi tanıyarak, kendileriyle ve çevreleriyle ilgili algılamalarını yeniden düzenleyebilmeleri ve uygun davranışları sına-maya başlayabilmelerine yardım amaçlanmaktadır.

Eğitim amacıyla düzenlenen bu tür gruplarla ilgili öğrenci tutumlarının saptanması önemli olmaktadır. Yurdumuzda yapılan grup uygulamalarıyla ilgili değerlendirmelerin az sayıda olması, bu tür uygulamalar hakkındaki bilgilerimizi sınırlamaktadır. Oysa grup yaşantısının bireylere ne oranda yarar, ne oranda zarar verdiğinin yaşantı sonunda değerlendirilmesi de etik bir zorunluluk olmaktadır.

Ayrıca grup yaşantısının değerlendirilmesi grup sürecinin anlaşıl-masına, ülkemizde ve diğer ülkelerde yürütülen uygulamalardan elde edilen verilerin karşılaştırılmasına olanak sağlar. Bunun yanı sıra yapı-lan bu değerlendirmeler, bu tür eğitim programlarının hazırlanmasına ve bu konuda eğitim veren kişilerin, çalışmalarının etkinliğini görmeleri-ne yardımcı olması açısından önemlidir.

## Yöntem

### *Araştırma Grubu*

Bu çalışma "Uygulamalı Grup Etkileşimi" dersini alan EPH-III. sınıf öğrencilerinden 42 kişi ile yürütülmüştür. Grup yaşantısı için bu sayı çok fazla olduğundan iki grup oluşturulmuştur. Birinci grup, 12 kız, 10 erkek toplam 22 öğrenciden, 2. grup ise 16 kız, 4 erkek toplam 20 öğrenciden oluşmuştur. Gruplar aynı liderin yanı sıra farklı birer yardımcı liderle birlikte yürütülmüştür.

Bu çalışmalar oldukça geniş ve rahat bir mekanda, hali ve minder-ler üzerinde oturularak yapılmıştır. Her iki grup, ayrı gün ve saatlerde, haftada bir, üçer saat süreyle 14 hafta toplanmıştır. Gruplarda çalış-malara başlarken önce amaçlar ve kurallar, grup lideri, yardımcı lider ve grup üyeleri tarafından tartışılarak saptanmaya çalışılmıştır. Grup amaç-larının grup başlarken açıklanması, grup yaşantısı sona erdiğinde bu amaçlara ne kadar ulaşılabildiğinin görülmesinde ve ayrıca grubun bu amaçlar doğrultusunda gelişebilmesinde önemli bir rol oynar. Grup ku-ralların belirlenmesi ise grup bağlılığının daha çabuk gelişmesine ve ne yaşanılacağını bilememeden kaynaklanan kaygının azalmasına yardımcı olmaktadır. Amaçların ve kuralların üyelerle tartışılarak belirlenmesi, bu amaç ve kuralları üyelerin daha kolay benimseyebilmelerine yardımcı olur.

Grup çalışmaları başlarken, araştırmaya konu olan gruplarda ortak amaçlar aşağıdaki biçimde belirlenmiştir.

1. Ergenlik döneminde bireyin duygu ve düşüncelerini akranları ile paylaşması,
2. Bireyin kendini ve grup üyelerini tanıyarak daha iyi iletişimler kurması,
3. İçinde bulunduğu döneme özgü sorunlarını ve bunlarla başa çıkabilme yollarını arama,
4. Bireyin duygularını grup içerisinde ifade ederek ve "ben" dilini kullanarak kendini açabilmesine grubun destek sağlaması,
5. Grupta bireylerin gelişmesi ve büyümesi,
6. Yaşayarak öğrenme. Psikoloji bilgilerini yaşantı yoluyla, yaşama geçirebilme.

Her iki grubun kuralları ise aşağıdaki biçimde belirlenmiştir.

1. Grup içerisinde yeralan yaşantılar, grup dışında hiç bir biçimde kullanılamaz. Tartışılmak istenen konular bir sonraki grup oturumuna getirilir.
2. Her grup üyesi hem kendisini hem de diğer bireyleri anlamakla sorumludur. Ayrıca bireyler birbirlerini anladıklarında bunu grup içerisinde sözel olarak ifade etmeli ve böylece bir iletişim başlatılmalıdır. Bu süreç içerisinde bireyden hem yardım alması hem de yardım etmesi beklenir.
3. Grup kapalı bir gruptur. Sonradan girmek isteyenler gruba kabul edilemezler.
4. Grup üyelerinin "ben dili" kullanmaya özen göstermeleri gereklidir.
5. Grup süresince şiddet ya da saldırganlık içeren rollerin oynanmasına izin verilmez, ancak süreç yavaşladığı ya da tıkandığı zaman grup üyelerinin duygularını ifade etmelerini kolaylaştıracak bazı alıştırmalara yer verilebilir.
6. Grup, üyelere olumlu yaşantılar sunduğu kadar bazı riskler de taşır. Bu durumlarda grubun ve liderin desteğinin sağlanması önemlidir.
7. Üyeler gerektiğinde bireysel görüşme için lidere başvurabilirler.

8. Grup yapılandırılmayacak, etkileşim üzerinde odaklaşılacak, etkileşim içerisinde gündemi üyeler oluşturacaktır.
9. Grup lideri ve yardımcı lider aynen bir grup üyesi gibi açık ve içten bir biçimde yaşantıya katılacaktır.
10. Bireyler konuşmak istemedikleri konularda konuşmaya zorlanmazlar. Herkesin kendini açma hızı kendine özgüdür.
11. Genellemeler yapmak ve genel doğruları tartışmak yerine, bireylerin kendileriyle ilgili duygularını getirmeleri beklenir.

Grup etkinlikleri süresince, üyelerin bu yaşantılardan yarar sağlayabilmeleri için bu kurallara uyulmasına özen gösterilmiştir.

### *Grup Yaşantısı-1*

1. grup 22 kişinin katılımıyla başlamıştır. Grup yaşantısı bir lider ve bir yardımcı liderle 14 hafta sürdürülmüştür. Grup lideri, uygulamalı grup etkileşimi çalışmalarını 7 yıldan beri sürdürmektedir. Yardımcı lider ise doktora programını sürdürmekte olup, grup dinamiğiyle ilgili kuramsal bilgileri kapsayan derslerini tamamladıktan sonra grup yaşantısında deneyim kazanmak üzere, grup lideriyle birlikte bu uygulamaya katılmıştır.

Grup yaşantısının ilk oturumunda, üyelerin de katılımlarıyla grubun amaç ve kuralları belirlenmiştir. İlk oturumlarda grup üyeleri daha çok genel ve yüzeysel konulardan söz etmişlerdir. Buna, daha üyelerin birbirlerine ne kadar güvenebileceklerini bilememeleri neden olmuştur. Üyeler bu kaygılarını dile getirmeye başladıklarında grup etkileşimi içerisinde önce kendilerine, daha sonra çevrelerindeki güven duyabilmenin önemini kavramaya başlamışlar ve böylece de üyeler kendi güven sınırlarını tanımaya çalışarak yavaş yavaş kendi iç dünyalarıyla ilgili duygu ve düşüncelerini açmaya başlamışlardır.

Gruptan aldıkları destek ve kabul, kendini açan bireyler için en büyük ödül olmuş ve bu da diğer üyelerin kendilerini açmalarına yardımcı olmuştur. Böylece giderek grupta kendini açmanın, kendini tanımanın kabul gören bir davranış olduğu, bir grup normu olarak belirmeye başlamıştır. Yargılayıcı, düşünce boyutunda kalan etkileşim biçimleri grupta onay görmeyerek grup dinamiklerinin işlemesine yolaçmıştır.

Süreç içerisinde gerek duydukça lider ve yardımcı lider grup kurallarının işleminde, güven ortamının oluşmasında, amaçların gerçekleşmesinde gerekli yorumlar yaparak etkileşimin sürmesinde yardımcı ol-

muşlardır. Grup lideri ve yardımcı lider de yeri geldiğinde grup etkileşimine doğal olarak katılmışlardır. Bu da grup üyelerinin kendilerini açabilmelerinde, duygularını ifade edebilmelerinde bir model olmuştur.

Grup süreci içerisinde bazı olumlu ve olumsuz roller ortaya çıkmıştır. Örneğin üyelerden birisi, adeta bir yardımcı lider gibi davranarak grup sürecinin işlenmesine yardımcı olabilmektedir. Bunun yanı sıra olumsuz bazı roller de ortaya çıkmıştır. Örneğin üyelerden birisi, grubun ahlak kurallarının belirleyicisi gibi davranmıştır. Bu rollerle ilgili diğer grup üyelerinin verdikleri geribildirimler, bu rolleri üstlenen üyelerin insanlararası ilişkilerde üstlendikleri rolleri tanıyabilmelerine yardımcı olarak içgörü geliştirebilmelerini sağlamıştır. Grubun onayını alan üyeler bu rollerini sürdürmeye ve geliştirmeye çalışırken, gruptan olumsuz tepkiler alan bireyler ise kendi davranışlarını sorgulamaya ve yeni davranış biçimleri aramaya yönelmişlerdir.

Grup üyelerinin hepsinin kendilerini açma ve gruba katılma hızları farklı olmuştur. Grup lideri ve diğer üyeler, sessiz ve çekimser kalan üyeleri zorlamadan zaman zaman yaşantıya çekmeye çalışmışlar ve bu çabalar birçok üyenin katılımını sağlamada başarılı olmuştur. Grupta normlar belirledikçe, çeşitli roller ortaya çıktıkça, güven ve bağlılık geliştikçe üyeler tarafından arkadaşlık ilişkileri, karşı cinsle olan ilişkiler gibi konular gündeme getirilmiştir.

Bütün bu konularla ilgili duygu ve düşüncelerin toplu halde bir kez daha değerlendirilebilmesi için mutluluk, özgürlük, üzüntü, sevgi ve öğrenme gibi bazı anahtar kavramlar verilerek, gündeme gelen tüm konularla ilgili olarak üyelerin duygu ve düşüncelerini bir kez daha dile getirebilmelerine fırsat verilmiştir. Tüm bu duygular yaşandıktan sonra üyelerle birlikte grup yaşantısının bir özeti yapılarak her bir üyenin kendisi için grup yaşantısının ne anlama geldiğinin değerlendirmesini yapmasına olanak sağlanmış ve grup ortamı oldukça sıcak bir toplantıyla bitirmeye çalışılmıştır. Bu toplantı süresince yarım kalmış, aktarılamamış ve grubun bitişiyile ilgili yaşanan acı verici türden duyguların ifade edilebilmesine fırsat verilmiştir.

### *Grup Yaşantısı-2*

2. grup uygulaması da 20 öğrenciyle sürdürülmüştür. Bu gruba da bir lider ve bir yardımcı lider birlikte katılmışlardır. Bu gruptaki lider, 1. gruptaki lider olup, yardımcı lider ise, psikolojik danışma ve rehberlik alanında uzmanlık çalışmasını tamamlayarak gruba ilgili kuramsal bil-

gileri aldıktan sonra grup yaşantısında deneyim kazanmak üzere bu uygulamaya katılmıştır.

Bu grupta da ilk oturumlarda üyelerin katılımlarıyla grubun amaç ve kuralları belirlenmiştir. İlk oturumlarda mesleki kimlik sorunları, gelecekle ilgili kaygılar ve güvenle ilgili konular üzerinde durulmuştur. Bu kaygıların ortak sorunlar olduğunu görmeleri, grup üyelerini birbirlerine yaklaştırmıştır. Üyelerden birisinin ailesiyle olan çatışmalarını dile getirmesiyle tüm grup üyeleri onunla birlikte kendi yaşantıları üzerinde düşünmeye başlamışlardır. Sonraki oturumda da bu üye diğer üyelerden gerekli geribildirimleri alamamaktan ötürü, kendini açmaktan rahatsızlık duyduğunu ifade ederek bir anlamda gruba sorumluluğunu hatırlatmış ve yardım talebinde bulunmuştur. Bu üyenin oynadığı başlatıcı rol, diğer üyelerin de etkileşime katılmasına yardımcı olmuştur. Ancak yine de gruba katılmayan ve sessiz kalan üyeler, grup lideri veya yardımcı lider tarafından yaşanılan olaylarla ilgili duygularını ifade etmeleri konusunda yüreklendirilmişlerdir.

Grupta üyeler arasında bazı roller ortaya çıkmıştır. Grupta başlatıcı, kolaylaştırıcı rollerin yanı sıra bazı üyelerin çok baskın olmaya, bazı üyelerin de grubun fazlaca zamanını almaya çalıştıkları görülmüştür. Bu rollerle ilgili verilen geribildirimler üyelerin üstlendikleri roller üzerinde düşüncelerini sağlamış ve grup dinamiklerinin işlemlerine yönlendirmiştir. Üyeler daha kabul edici, destekleyici, güven verici bir ortam sağlandıkça kendilerini daha fazla açmışlar, aile çatışmaları, karşı cinsle ilişkiler gibi konular ele alınmıştır. Bir oturumda, grubun çoğunluğunun izlediği bir filmin gündeme gelmesi uyarıcı rolü oynamış ve üyelerin kendilerini açmalarına yardımcı olmuştur.

1. grupta olduğu gibi 2. grupta da oturumlardan birinde, üyelerin grup yaşantısının başından bu yana yaşadıkları duygu ve düşüncelerini toplama ve ifade etmelerine yardımcı olmak amacıyla mutluluk, özgürlük, sevgi, üzüntü ve öğrenme gibi bazı anahtar kavramların yer aldığı bir liste verilerek bu liste üzerine kavramlarla ilgili akıllarına ilk gelen ifade ya da resmi aktarmaları istenmiştir. Daha sonra tüm üyelerin bu ifadelerle ilgili duygu ve düşüncelerini paylaşmalarına fırsat verilmiştir.

Grubun son oturumunda, grup amaçları doğrultusunda üyelerin gruba ilgili tüm duygu ve düşüncelerini gözden geçirmelerine olanak sağlanmış ve daha sonra sıcak bir hava içinde üyelerin, ayrılık ve grubun bitimiyle ilgili duygularını ifade etmelerine ve paylaşmalarına yardımcı olunmuştur.



### *Veri Toplama Aracı*

Bu uygulamaya katılan öğrencilerin grup yaşantısıyla ilgili tutumlarını değerlendirmek amacıyla grup yaşantısının başında saptanan ve ulaşılmaya çalışılan amaçlar doğrultusunda bir tutum ölçeği geliştirilmiştir. Ölçek geliştirilirken Yalom'un (Lieberman, Yalom, Miles, 1973) geliştirmiş olduğu araçtan yararlanılarak bu grubun amaçları doğrultusunda madde ve boyutlar ele alınmıştır. Ölçekte, öğrencilerin grup yaşantısına yönelik tutumlarını içeren 4 boyut vardır. Bunlar; Güven/ Tehlike, İçtenlik/ Yüzeysellik, Kendini Tanıma ve Sosyal Fayda boyutlarıdır. Bu araçta 4 boyutla ilgili 28 madde yer almaktadır. Her boyutta olumlu ve olumsuz ifadelerden oluşan 7'şer madde bulunmaktadır.

Geliştirilen bu tutum ölçeğinde yer alan boyutlar şunlardır:

#### 1) *Güven/ Tehlike*

Grup yaşantısı grup üyeleri için olumlu yaşantıların yanı sıra bazı tehlikeler de içerebilmektedir. Bireyin kendini tanıması ona doyum sağladığı kadar, bazen de acı verebilir. Birey güçlü yönlerini tanıdığı kadar, güçsüz ve istenmedik yönlerinin de farkına varabilir. Bu yaşantılar geçirilirken eğer grup destekleyici ve yüreklendirici olursa birey grubu güvenli bulur.

#### 2) *İçtenlik/ Yüzeysellik*

Eğer birey grup ortamını güvenilir ve samimi bulursa, duygu ve düşüncelerini olduğu gibi yani içinden geldiği gibi ifade edebilir.

#### 3) *Kendini Tanıma*

Grup yaşantısı içerisinde bireyin kendi duygu ve düşüncelerini açabilmesi ve bu doğrultuda çevresinden aldığı geribildirimler yoluyla bu duygu ve düşüncelerini anlayabilmesi yani kendini tanıyabilmesidir.

#### 4) *Sosyal Fayda*

Grup süreci içerisinde akranlarla birlikte paylaşılan yaşantılar yoluyla daha sağlıklı, yakın ilişkiler kurabilme becerisini kazanmaktır.

Grup yaşantısının sonunda öğrencilerden ölçekteki maddeleri benimseyip-benimsememelerine göre "katılıyorum" ya da "katılmıyorum" biçiminde değerlendirmeleri istenmiştir.

Ayrıca gruba katılan üyelerin, grup yaşantısıyla ilgili izlenimlerini yazılı olarak ifade etmeleri istenmiştir. Grup üyelerinin kendi yaşantılarını doğrudan ifade etmeleri, grup yaşantısıyla ilgili önemli bilgileri içermektedir. Bu nedenle üyelerin grup yaşantısıyla ilgili tutumları değerlendirilirken iki ayrı yaklaşım izlenmiştir. Bunlardan birisi tutum ölçeğinin uygulanması, diğeri ise üyelerin grup yaşantısıyla ilgili öznel duygu ve düşüncelerini yansıttıkları yazılı değerlendirmelerdir.

Öğrencilerin kendi anlatımları, tekrarlanan ifadeler dışta bırakılarak dört boyut altında sınıflandırılmıştır. Bu sınıflandırma kesin değildir çünkü bir ifade birçok boyuta girebilmektedir. Ancak bu ayrım öğrencilerin grup yaşantısına ilişkin değerlendirmelerinin niteliksel bir yaklaşımla incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

Böylece grup yaşantısı hem niceliksel hem de niteliksel bir yaklaşımla değerlendirilmiştir.

### **Bulgular ve Yorum**

İki ayrı gruba katılan toplam 42 öğrencinin izlenimlerini grup yaşantısının bitiminde yazılı olarak belirtmelerinden elde edilen değerlendirmeler dört boyutta ele alınmaktadır.

### **Öğrencilerin Grup Yaşantısına İlişkin Öznel Değerlendirmeleri**

#### *1) Güven / Tehlike Boyutu ile İlgili Değerlendirmeler*

K- "İlk başlarda herkes çekingen, birbirinden birşey beklemekteydi. Ama daha sonra üyeler arasında yavaş yavaş güven ve yakınlık oluştu. Artık grup üyeleri rahatlıkla geçmişteki yaşantılarını hatta bir başka grup üyesine ilişkin duygularını ifade edebilir, grupta tartışabilir hale geldi".

E- "Güvenlik ve yakınlık duygusu hissetmemdeki en önemli etken ben ve arkadaşlarımın açık olmasıydı. Yavaş yavaş açıldık ve bir güven duygusu doğdu. Korkacak birşey olmadığını gördüm en azından. Duygu ve düşüncelerinden dolayı yargılanıp dışlanmıyorsun. İşte bu faktör çok önemliydi".

K- "Bilmediğim bir yanımı keşfettiğim zaman acı ve kızgınlık hissettim. İyi yanlarımda ise çok mutlu oldum".

K- "Bu gruba katıldığım ilk hafta çok tedirgindim. Çünkü ne tür birşey olduğunu bilmiyordum. Çoğu zaman kendi kendime konuşmam gerektiğini söylüyordum. İlk başlarda söylediğim şeylere karşı bir-

şeyler söylendiğinde kendimi suçlu ve yanlış şeyler düşünüyormuşum gibi hissettim. Sınıfta çok yakın olmadığım kişilerle bir aradaydım ve kendimi yabancı hissediyordum. Grup süreci ilerledikçe düşüncem ne olursa olsun kendimi, rahatsız olmaksızın ifade etmeye başladım. Benim açımdan en önemli şey bu oldu”.

K- “Gruba kendimle yüzyüze gelmek beni çok korkuttu ve ürktüm. Bu yüzden çok fazla açılmamaya dikkat ettim. Sanki kendimi açıklarsam, bu açıklamalarımın aleyhime kullanılacağını zannettim. Fakat sonradan bunun yanlış olduğunu öğrendikçe duygularımı kolaylıkla aktardım. Benim için orası gerektiğinde bir aile, gerektiğinde sırlarımı paylaşabileceğim bir dost ortamı, günün stresini ve kendimle ilgili kaygılarımı azaltmamı sağlayan küçük, sıcak ve güvenli bir ortamdı”.

K- “Her grup üyesi kendini açtıkça, diğer üyeler de duygularını açma yürekliliği göstermiştir. Güven duydukça kişiler kendilerini açmıştır. Kendi duygularıyla yüzleşmek beni rahatsız etmedi”.

K- İlk başta büyük bir tedirginlik yaşadım. Çünkü sürecin işleyişi hakkında bir belirsizlik vardı. Üstelik arkadaşlarımla herşeye rağmen bir mesafe vardı. Bu etkileşim sürecine kadar ne ben onların yaklaşmasına izin verdim, ne de onlar yaklaşma girişiminde bulundular. Gruba katılımım ise bir başka grup üyesinin ilk adımı atmasından sonra oldu. Duygularımı paylaşmamın verdiği ilk tedirginliğin yerini alan rahatlık ve haz, gruba katılmamın bir sonucuymdu sanırım”.

K- “Gruba çok aktif katılan bir üye değildim. Duygularımı doğrudan aktaramamamın bir nedeni de grup üyelerinin tepkisinin nasıl olacağından emin olamamamdı. O anda bana göre ters olan bir tepki verseler benim için çok yıkıcı olurdu. Bende gruba karşı güven duygusunun gelişmesi, insanların özel yaşantılarını bizlere güvenerek açmasıyla oldu. Eğer bizi bu kadar güvenilir bulup, bu yaşantılarını anlatabiliyorlarsa onlara güvenmemem için hiçbir sebep yoktu.”

K- “Gruba girdiğim ilk gün olumsuz düşünceler içerisindeydim. Çünkü bir önceki yıl geçirdiğim bir yaşantı bu yıl gruba girişimi etkiledi. Ben de bunu sonradan çözdüm. Sonuçta kendimi birdenbire açmadan kurtulabileceğim fikrine vardım. Belki de benim kişilik özelliğim kendimi açmamı engelledi. Gruba kendimi hep yakın gördüm fakat güven bir süre sonra gerçekleşti. Güven arttıkça yaklaşma da arttı”.

K- “Herşeye rağmen gruba tam katılmadım. Yani açılmadım. Bunun nedeni de kendimi hazır hissetmememdi. Bu da herhalde güven duygusu ile ilişkili...”.

## 2. İçtenlik/ Yüzeysellik Boyutu İle İlgili Değerlendirmeler

E- "Gruba aktif olarak katıldığım söylenemez. Bunun nedeni grup üyelerini daha önceden tanımamamdı. Bazı konular gündeme geldiğinde kendime ilişkin bazı dirençler hissettim".

K- "İnsanlar yararlanmak için ya da utandıkları, yadırganmaktan çekindikleri için kendileri gibi olamamaktadırlar".

K- "Gruba katılımım azdı. Çünkü tanımadığım ya da az tanıdığım insanlarla sorunlarımı paylaşmam ve kendim hakkında çok az şey anlattım".

K- "Daha önceleri kimselere anlatamadığım duygularımı anlatma cesareti buldum. Hoş olan birşey de kimsenin daha önceden hazırlanmadan, o anki duygularımı anlatmasıydı".

E- "Herkes tam anlamıyla açık olmadı, kendini açmadı. Sınıfa oranla karşılıklı samimiyet ve açıklık daha fazlaydı. Şahsen ben açık ve samimiydim".

K- "Gruba başladığım ilk haftalarda ortamın yapay olacağını düşünüyordum. Belli bir önyargı vardı bende. Grup ilerledikçe kendimi çok sıcak ve samimi bir ortam içinde hissetmeye başladım."

K- "Kendimi gruba yakın hissetmemin nedeni; arkadaşlarımın içten, samimi ve çok sıcak kanlı olmalarıydı".

K- "Gruba genelde katıldığımı düşünüyorum. Yani hep konuşan bir kişiydim. Hatta hiç direnç göstermeden kendini açan ilk kişilerdendim. Gruba karşı dürüst olmaya çalıştım. Kendimce açtım".

E- "Arkadaşlarımın, benim için çok zor birşey olan, kendilerini hemen açmaları, belki sır olan iç dünyalarını ortaya dökmeleri bir anda beni grup içine çekti. Bundan müthiş bir sevinç duydum. Çekingenliğim ve ürkekliğim grup boyunca sürdü. Düşüncelerimi o anda söyleyemedim. Arkadaşlarıma söylemek isteyip de söyleyemediğim şey, onlara karşı sevgi ve iyi dileklerle dolu olduğumdur. Bunları ifade edemedim".

K- "Zaten birbirimizi tanıyor ve aramızdaki sorunları tartışıyorduk. Onun için tanımadığım kişilerle bir arada olsaydım sanırım daha fazla yarar sağlardım".

E- "Grubun devam etmesini isterdim. Daha uzun bir grup yaşantısı daha iyi olurdu kanısındayım".

K- "Herşeye rağmen gruba tam katılamadım, yani açılmadım. Bunun nedeni de kendimi hazır hissetmememdi".

E- "Grupla olan yaşantım soğuktan sığağa doğru bir ilerleme gösterdi. Gruba kendimi en çok yakın hissettiğim an, benim duygu ve davranışlarımı kabul ettikleri bir toplantıydı. Hiç ummadığım kişilerin benim hakkımda olumlu düşünceleri olmasıydı".

### 3. Kendini Tanıma Boyutuyla İlgili Değerlendirmeler

K- "Kendimi tanımaya, anlamaya daha da çok sevmeye başladım. Kendimle yüz yüze gelmek ilk başta beni şaşırttı. Çünkü hiç de sandığım kişi değildim. Bu aynaya bakıp farklı birini görmek gibi birşey...".

E- "Konuşmamamın direnç olduğunu öğrendim. Kendimde önceleri kabul etmediğim ama sonra zor da olsa kabul ettiğim duygum, reddedilme duygusuydu".

K- "Benim gerçekten ben olduğum an var mı diye sordum. Aslında benim de sosyal maske taktığımı farkettilim. Bir de tartışmalara genellikle kavga etmek, karşımdakini yenmek için girdiğimi farkettilim".

E- "Grup benim açımdan, kendi yerimi bulmam açısından, kendim hakkında fikir sahibi olmam açısından faydalı oldu. Sonuçta az çok insanların hemen hemen aynı şeylerin peşinde koştuğunu, sıkıntıların, ümitlerin birbirine yakın olduğunu gördüm. Onlardan biriyim ve durumum öyle çok fena da değil".

K- "Grup yaşantısı, kendimi daha iyi tanımamı, hangi özelliklere sahip olduğumu, hangi olay karşısında nasıl tepki gösterdiğimi görmemi sağladı".

K- "Grup yaşantısında kendimi sevdiğimi ve mutlu olduğumu düşünerek, biraz daha kendimin farkına vardım. Kendimle barışık olduğumu hissettilim".

K- "Grup benim, o ana kadar farkına varamadığım birtakım benlik öğelerimi tanımama yardımcı oldu. Bunu bana grup yaşantısı ve arkadaşlarımdan aldığım geribildirimler sağladı. Bu yeni benlik öğelerim bana olumsuz özelliklerimi değiştirmem gerektiğini, olumlu özelliklerimin söylenmesi de kendime güvenimi arttırdı".

K- "Kendimin iyi ve kötü, güçlü ve zayıf yönlerini zaten biliyordum. Ancak bunların grupta birçok kişide de olduğunu bilmek beni rahatlatıldı".

K- "Ben grup içerisinde kendimi, duygu ve düşüncelerimi, diğer üyelerin kendilerini anlatmalarında buldum ve kendimi bir analizden

geçirdim. İnsanlara bazı durumlarda nasıl yaklaşmam gerektiğini, sabırlı ve sakin olmam gerektiğini öğrendim”.

K- “Kendim olmaya çalışmaya önce kendimi tanımaktan başlayacağımı öğrendim. Kendimden bazı ipuçları yakalamaya, kendimi gözlemlemeye başladım. Okul dışındaki arkadaşlarımla denemeler, gözlemler yaptım. Çünkü insanların karşısında sıkılıp, kızarıp, kekelemek zoruma gidiyor. Ben eksiklerimle, fazlalarımla, doğrularıyla, yanlışlarımla bir insanım. Bunun önemini, değerini farkettim”.

E- “Alanıma girilmesinden hoşnut olmadığım zamanlar oldu, zorlandım. Mesela aşırı eleştiriye tahammül edemiyordum. Ama zamanla eleştiri yapan insanların gözüyle kendimi değerlendirmeye çalıştım. Grup yaşantısı, benim kendimi algılamamı ve dışarıyla ilişkimin farkına varmamı sağladı”.

E- “Arkadaşların bir çok sorununda kendimi buldum. Onlarla kendimi daha iyi tanıdım”.

#### 4. Sosyal Fayda Boyutuyla İlgili Değerlendirmeler

K- “İnsanlarla bir grup olmak beni rahatlattı. Dış yaşamda, grup yaşantısından öğrendiklerimi kullanarak daha rahat duygularımı ifade edebilen bir insan olmaya çalışacağım. Yine bir grup yaşantısı kurulsa, buna katılmak isterim. Çünkü bu tür yaşantılar arttırıldıkça insanlar birbirlerini ve kendilerini daha iyi tanıyabilecekler”.

K- “Tanımadığım kişilerle bir arada olsaydım sanırım daha fazla yarar sağlardım. Hayata atılmadan önce böyle bir yaşantıdan geçmek beni çok sevindirdi. Arkadaşlarıma ve kendime daha yakın olabildiğimi hissettim”.

K- “Artık başka insanların her birisinin çok özel ve farklı yapıları olduğunu kabul ediyorum. Onları o özellikleriyle kabul etmeye, anlamaya çalışıyorum”.

E- “Grup bize yeni arkadaşlıklar kurma olanağı verdi. İki yıl boyunca aynı sınıfta olmamıza rağmen, hiç konuşma fırsatı bulamadığımız, merhabalaşmadığımız insanlarla konuşmak ve merhabalaşmanın sandığım kadar zor olmadığını öğrendim. Sınıfta pasif biri olma huyundan vazgeçip, derslere katılmayı ve devam etmeyi planlıyorum”.

K- “Gruptaki yeni öğrendiklerimin ve geçmişi irdelememin, toplumsal hayata uyum sağlamama yardım edeceğini düşünüyorum”.

E- "Daha iyi dinlemeyi öğrendim, sevmeyi öğrendim. Her insanın düşünce ve duygu dünyasının farklı farklı olduğunu öğrendim. Arkadaş, iş ve aile çevremde bu kazandıklarımı paylaşmak, yaşamak istiyorum. Özellikle arkadaşlarımla konuşurken, daha farklı düşünce alanında daha olgun olacağım, onlara birden saldırmayacağım".

K- "Şu anda grup yaşantılarımızın da yardımıyla, ilişkilerimin daha bir düzene girdiğini hissediyorum. Çünkü ilişkilerimde karşı tarafı sayınmaya itmemeye çalışıyorum".

K- "İnsan öğrendiği şeyleri davranışa dönüştürebiliyorsa, bence o zaman gerçek öğrenme sağlanmış olur. Grup, bu öğrenmenin tamamlanması için çok iyi bir ortandı".

E- "Kendi hakkımda öğrendiklerimle çevremi genişlettim ve ilişkilerimi daha sağlam temellere oturttum. Yaşayarak öğrenmenin etkililiğini farkettim. Gerekli ortam sağlandığında ne denli sıcak ilişkiler kurulabileceğini anladım. İletişimin ve kaynaşmanın insan psikolojisindeki rolünü ve dostluğun önemini, iletişime girmem sayesinde en iyi şekilde anladım."

K- "Gruptan pek bir yarar sağlamadım. Bunda en büyük rol de benimdi. Çünkü ben gruba tamamen katılmadım".

K- "İnsan ilişkilerinin sağlıklı bir şekilde yürütülebilmesi için bu yaşantıları her birey yaşamalı diye düşünüyorum. Arkadaşlarıma karşı daha anlayışlıyım, yargılamadan önce düşünüyorum. Ailemle eskisinden daha iyiyiz. Ankara'ya gelirken babama sarıldığımda hissettiğim duygular çok farklıydı. Bundan sonra da böyle olacak."

Gruba katılan öğrencilerin gruba ilgili yukarıda verilen öznel değerlendirmelerinin ardından öğrencilerin, grup yaşantısıyla ilgili tutumlarının, ölçekte yer alan boyutlara göre yüzdelik dağılımları ise aşağıdaki çizelgede gösterilmektedir.

Elde edilen yüzdeler ve öğrencilerin grup yaşantısıyla ilgili izlenimleri, her boyut için ayrı ayrı yorumlanmaya çalışılacaktır.

1. "Güven/Tehlike" boyutunda grubun % 60.72'si grup yaşantısını güvenli bulurken, % 39.28'i grubu tehlikeli bulmaktadır.

İkinci grupta ise üyelerin 61.04'ü bu yaşantıyı güvenli bulurken % 38.96'sı ise grubu tehlikeli bulmuştur.

Çizelge 1. Öğrencilerin Grup Yaşantısına İlişkin Tutum Ölçeğine Verdikleri Yanıtların Boyutlara Göre Yüzdelik Dağılımı

	Güven / Tehlike Boyutu		İçtenlik / Yüzeysellik Boyutu		Kendini Tanıma Boyutu		Sosyal Fayda Boyutu	
	Grubu Güvenli Bulma	Grubu Tehlikeli Bulma	Grubu İçten Bulma	Grubu Yüzeysel Bulma	Grubu Kendini Tanıma Açısından Yararlı Bulma	Grubu Kendini Tanıma Tamamı Açısından Yararlı Bulmama	Gruptan Sosyal Fayda Sağlama	Gruptan Sosyal Fayda Sağlanama
Grup 1 (N = 22)	60.72	39.28	67.14	32.86	91.47	8.53	92.14	7.86
Grup 2 (N = 20)	61.04	38.96	67.53	32.47	93.51	6.49	85.06	14.94



Lewin'e göre çatışma grubun doğasında vardır ve kaçınılmazdır. Her grup, birey için olumlu ve olumsuzları birlikte taşır. Alan kuramına göre her birey grubun üyesi olarak, kendisine uygun olabilecek bir yaşam alanı için mücadele eder. Zaman zaman bu çaba içerisinde bir grup üyesinin gereksinimleriyle grubun gereksinimleri çatışabilir. Grup yaşantısı bireye özveride bulunma ve yaşam alanı içerisindeki davranışlarına bazı sınırlar koyma zorunluluğu getirebilir. Buna karşılık grubun vereceği destek, kabul ve bireyin katılımından sağladıkları, yaratılan çatışmanın azalmasına neden olur. Grup yaşantısında bağlılık ve yıkıcı güçler dengeli bir biçimde vardır. Gerilimin düzeyi bu iki unsurdan birisinin üstün olmasına göre değişir (Öner, 1989). Bir grup üyesinin aşağıdaki ifadesinde bunu görebiliyoruz.

“İlk başlarda büyük bir tedirginlik yaşadım. Çünkü sürecin işleyişi hakkında bir belirsizlik vardı. Üstelik arkadaşlarımla herşeye rağmen bir mesafe vardı. Bu etkileşim sürecine kadar ne ben onların yaklaşmasına izin verdim, ne de onlar yaklaşıma girişiminde bulundular. Gruba katılımım ise bir başka grup üyesinin ilk adımı atmasından sonra oldu. Duygularımı paylaşmanın verdiği ilk tedirginliğin yerini alan rahatlık ve haz, gruba katılımımın bir sonucuydu sanırım”.

Ayrıca grup ortamının algılanması her birey için aynı değildir. Her birey bu ortamı kendine göre algılar. Çünkü bu yaşantıya gelinceye kadar birey dış çevrede kendisini engelleyici zarar verici bazı ortamlarda yaşamıştır. Grubun, bu ortamlardan farklı olduğunun, güvenilebilir olduğunun farkına varılması ise zaman almaktadır. Grup da bireyleri güven duyabilmeleri için yüreklendirir. Bunu öğrencilerin değerlendirmelerindeki şu ifadelerde görebiliriz:

“Her grup üyesi kendini açtıkça diğer üyeler de duygularını açma yürekliliği göstermiştir. Güven duydukça kişiler kendilerini açmıştır. Kendi duygularıyla yüzleşmek beni rahatsız etmedi”.

“Grup yaşantısının başlangıcında ürktüm. Grupta kendimle yüzyüze gelmek beni çok korkuttu ve ürktüm. Bu yüzden çok fazla açılmamaya dikkat ettim. Sanki kendimi açıklarsam, bu açıklamalarımın aleyhime kullanılacağını zannettim. Fakat sonradan bunun yanlış olduğunu öğrendikçe duygularımı kolaylıkla aktardım. Benim için orası gerektiğinde bir aile, gerektiğinde sırlarımı paylaşabileceğim bir dost ortamı, günün stresini ve kendimle ilgili kaygılarımı azaltmamı sağlayan küçük, sıcak ve güvenli bir ortamdı”.

Ayrıca bireyin grup içerisinde kendi duygu ve düşüncelerini açabilmesi, her zaman onun olumlu duygular yaşamasına yol açmaz. Bireyin kendini açması aynı zamanda bazı tehlikeleri de içerir. Birey istedik yönleriyle yüzyüze geldiği kadar hiç de hoşlanmayacağı, üstelik kendisine acı verici yönleriyle de yüzyüze gelebilir. Bu tür yaşantılar, grubun bir güven ortamı olduğu kadar bazı tehlikeleri de içerdiğinin algılanmasına yol açar. Bu duyguları bir öğrencinin şu cümlesinde görebiliyoruz:

“Bilmediğim bir yanıma keşfettiğim zaman acı ve kızgınlık hissettim. İyi yanlarımda ise çok mutlu oldum”.

Tüm bu ifadelerde de görüldüğü gibi üyelerin çoğunluğu, grubu güvenli olarak algılayan bazı üyeler daha tehlikeli bulabilmişlerdir.

2. “İçtenlik/ yüzeysellik” boyutunda birinci grupta üyelerin % 67.14’ü grup yaşantısını içten bulurken, grubun % 32.86’sı ise grup yaşantısını daha yüzeysel bulmaktadır.

İkinci grupta ise üyelerin % 67.53’ü bu yaşantıyı içten bulurken, % 32.47’si daha yüzeysel bulmaktadır.

Elde edilen bu sonuçlara bakarak, grup üyelerinin önemli bir çoğunluğunun grupta içten olabildiklerini ileri sürebiliriz. Ancak amaç tüm üyelerin bu düzeye ulaşabilmeleriydi. Grup yaşantısında az da olsa bir grup üyenin içten olamamaları incelenmeye değer bir konudur. Grup üyelerinin bu duygularını şu anlatımlarında görebiliyoruz:

“Gruba katılımım çok azdı. Çünkü tanımadığım ya da az tanıdığım insanlarla sorunlarımı paylaşmam ve kendim hakkında çok az şey anlatırm”.

“Grupta yaşananların samimi duygular olduğuna inanmıyorum. Gruptaki bazı arkadaşlarla iletişim kurmak için içimden geçen hiç bir istek yoktu. Böyle olunca da hiç bir çaba harcama gereği duymadım”.

Grup yaşantısı bireylere psikolojik bir güven ortamı sağladığı zaman üyeler kendilerini özgürce ifade edebilme olanağı bulabilirler. Kendi duygu ve düşüncelerini açabilir, diğer üyelerle içten bir iletişim kurabilirler. Ancak grup üyelerinin birbirlerini anlayabilmeleri o kadar kolay değildir. Çaba harçayarak yavaş yavaş ulaşılabilir. Aynı zamanda insanın karşısındakini anlaması bir risktir. Çünkü bu yeni bir ilişkinin başlaması anlamına gelir. Bu nedenle bazı üyeler yüzeysel ilişkiler ku-

arak gerçek bir ilişkiye girmekten kaçınırlar. İnsanın kendisini doğal ve içten bir biçimde ifade edebilmesi yüreklilik ister. Bunun gelişebilmesi de her birey için farklıdır. Bu nedenle her bir üyenin içten olabilmesi ve kendini açabilmesi yine kendi hızına bağlıdır. Bunu bazı grup üyeleri şöyle dile getirmişlerdir:

“Gruba başladığım ilk haftalarda ortamın yapay olacağını düşünüyordum. Belli bir önyargı vardı bende. Grup ilerledikçe kendimi çok sıcak ve samimi bir ortam içinde hissetmeye başladım”.

“Grupla olan yaşantım soğuktan sığağa doğru bir ilerleme gösterdi. Gruba kendimi en çok yakın hissettiğim an, benim duygu ve davranışlarımı kabul ettikleri bir toplantıydı. Hiç ummadığım kişilerin benim hakkımda olumlu düşünceleri olmasıydı”.

Bu uygulama grubunda ise üyelerin çoğu grubu içten yaşayabilmeyi başarabilirken, bazı üyeler yukarıda değindiğimiz nedenlerle bunu başaramamışlardır. Ayrıca grubun büyüklüğü, üyelerin birbirlerini tanımaları ve sürenin kısıllığı da bazı üyelerin kendilerini ifade edebilmelerini ve içten olabilmelerini olumsuz etkilemiştir. Bu durumu öğrencilerin şu ifadelerinde görebiliyoruz:

“Zaten birbirimizi tanıyor ve aramızdaki sorunları tartışabiliyorduk. Onun için tanımadığım kişilerle birarada olsaydım, sanırım daha fazla yarar sağlardım”.

“Grubun devam etmesini isterdim. Daha uzun bir grup yaşantısı daha iyi olurdu kanısındayım”.

3. “Kendini Tanıma” boyutunda birinci grup için bulunan oran % 91.47’dir. Grup yaşantısı üyelerin % 91.47’sine kendilerini tanıyabilmeye yardımcı olurken, % 8.53’üne bir yarar sağlayamamıştır.

İkinci grupta elde edilen oran ise % 93.51’dir. Grup yaşantısı üyelerin % 93.51’ine kendilerini tanıyabilmelerinde yardımcı olurken, % 6.49’una bu yararı sağlayamamıştır.

Grup yaşantısının, bireyin kendisini tanımasını sağlaması, grubun sağladığı en önemli yararlarından birisidir. Grup üyeleri farklı hızlarda kendilerini ifade edip açsalar da, gruba katılımları bazı üyelere kıyasla daha yavaş olsa da, araştırma bulgularından da görüldüğü gibi yine de grup yaşantısı onların kendilerini tanıyabilmelerinde önemli olmaktadır. Bunu öğrencilerin şu anlatımlarında görebiliyoruz:

“Kendimi tanımaya, anlamaya, daha da çok sevmeye başladım. Kendimle yüzyüze gelmek ilk başta beni şaşırttı. Çünkü hiç te sandığım kişi değildim. Bu, aynaya bakıp farklı birini görmek gibi bir şey”.

“Grup yaşantısı kendimi daha iyi tanımamı, hangi özelliklere sahip olduğumu, hangi olay karşısında nasıl tepki gösterdiğimi görmemi sağladı”.

Her grup yaşantısında oluşan psikolojik ortamın bütünleyici bir yönü vardır. Her üye kendi açısından grubu algılar ve yaşar. Yaşantının amacı, ya doğrudan katılarak ya da izleyerek bireyin kendini tanıyabilmesine yardımcıdır. Bunu öğrencilerin şu ifadelerinde görebiliyoruz:

“Ben grup içerisinde kendimi, duygu ve düşüncelerimi diğer üyelerin kendilerini anlatmalarında buldum ve kendimi bir analizden geçirdim. İnsanlara bazı durumlarda nasıl yaklaşmam gerektiğini, sabırlı ve sakin olmam gerektiğini öğrendim”.

“Konuşmamamın direnç olduğunu öğrendim. Kendimde önceleri kabul etmediğim ama sonra zor da olsa kabul ettiğim duygum, reddedilme duygusuydu”.

Grupta yer alan üyelerin bazılarının kendilerini daha çabuk ifade edebilmeleri aynı zamanda bir model olabilme görevini de gerçekleştirir. Diğer üyelerin bu modelleri izleyebilmeleri ve kendi içlerinde, anlatılanları kendilerine uygulamaları yada kendileriyle kıyaslamaları da bir tür öğrenmeye yol açabilmektedir. Bunu bir öğrenci şöyle dile getiriyor:

“Arkadaşların birçok sorununda kendimi buldum. Onlarla kendimi daha iyi tanıdım”.

Ayrıca grup içerisinde sorunların paylaşılması grup üyelerinin o güne kadar yaşadıkları sorunların yalnızca kendilerine özgü olmadığını görebilmelerine yardımcı olmaktadır. Tüm insanların benzer sorunları yaşamalarının normal olduğu görüşünün gelişebilmesine yardımcı olabilmektedir. Grupta yaşananlar bireyin kendini tanıyabilmesine, sorunlarına yaklaşabilmesine ve normallik duygusu geliştirebilmesine yardım sağlayabilmektedir. Bunu öğrencilerin şu anlatımlarında görebiliyoruz:

“Grup benim açımdan kendi yerimi bulmam açısından, kendim hakkında fikir sahibi olmam açısından faydalı oldu. Sonuçta az çok insanların hemen hemen aynı şeylerin peşinde koştuğunu, sıkıntıların, ümitlerin birbirine yakın olduğunu gördüm. Onlardan biriyim ve durumum öyle çok fena da değil”.

“Kendimin iyi ve kötü, güçlü ve zayıf yönlerini zaten biliyordum ancak bunların grupta birçok kişide de olduğunu bilmek beni rahatlatmış”.

Bu değerlendirmelere bakarak, üyelerin etkin olarak gruba katılmasalar, sessiz kalmayı sürdürseler bile yine de bu grup yaşantısından etkilendikleri görülmektedir. Grup yaşantısı boyunca yer alan açıklamalar, yorumlamalar ve yaşantılar yalnızca ilgili kişilere yarar sağlamakla kalmaz, bu ortamı paylaşan diğer üyeler de bunlardan birşeyler öğrenerek yarar sağlarlar. Böylece grup üyeleri sürekli olarak birbirlerinden birşeyler öğrenirler. Bu da grubun sağladığı en temel yardımdır diyebiliriz.

4. “Sosyal Kazanç” boyutunda birinci gruptaki üyelerin % 92.14’ü grup yaşantısından sosyal kazanç sağladıklarını belirtirken, % 7.86’sı ise grup yaşantısından sosyal kazanç sağlayamadıklarını belirtmişlerdir.

İkinci gruptaki üyelerin % 86.06’sı sosyal kazanç sağladıklarını, % 14.94’ü ise sosyal kazanç sağlamadıklarını belirtmişlerdir.

Grup yaşantısını akranlarla paylaşmak gençler için önemli bir anlam taşır. Çünkü akran grupları onlar için aynı zamanda bir başvuru çerçevesidir. Bir grup içerisinde akranlarla birlikte bir yaşantıyı paylaşmak, gençlerin yaşamlarını doğrudan etkileyebilme gücüne sahiptir. Akranlarla grup içerisinde yer alma bu dönemin en önemli ve en belirgin özelliklerindedir. Yaşantılar, tüm üyelerin algı ve tutumları üzerinde etkili olabilmektedir. Grup gençler için bir forumdur. Bu forumda yer alan bireyler eşittirler. Çünkü birçok benzer yaşantıları vardır. Kendilerini ilgilendiren konuları tartışarak adım adım çözüme ulaşabilmeyi birlikte yaşarlar.

Gençlerin dış dünyayı anlayabilmeleri için, bu dünya onların kolayca algılayabilecekleri kadar basitleştirilmelidir. Grup yaşantısı ise bir tür dış çevrenin sadeleştirilmiş örneğini oluşturur. Böyle bir ortamda genç insanlar kendi yaşantılarını anlayabilir ve yaşamayı deneyebilirler. Bu durumu bir öğrencinin şu ifadesinde görebiliyoruz:

“İnsanlarla bir grup olmak beni rahatlatmış. Dış yaşamda, grup yaşantısında öğrendiklerimi kullanarak, daha rahat duygularımı ifade edebilen bir insan olmaya çalışacağım.”

Bu ortamda genç, diğer üyeleri dinleyebilir, kendi davranışlarının başkaları üzerindeki etkilerinin sorumluluğunu üstlenebilir. Bunu ise bir öğrenci şöyle belirtiyor:

“Şu anda grup yaşantılarının da yardımıyla ilişkilerimin daha bir düzene girdiğini hissediyorum. Çünkü ilişkilerimde karşı tarafı savunuya itmeye çalışıyorum”.

Genç, kendisine yöneltilen olumlu ya da olumsuz değerlendirmeleri hoşgörüle karşılayabilir. Bu da bir tür olgunlaşmadır. Olgunlaşmayla birlikte birey kendi gereksinmelerine doyum bulurken, başka insanların istek ve duygularına da yer vermeye başlamaktadır. Bu da grubun sağladığı bir sosyal kazançtır. Bir öğrencinin şu anlatımında bunu görebiliriz:

“Daha iyi dinlemeyi öğrendim, sevmeyi öğrendim. Her insanın düşünce ve duygu dünyasının farklı olduğunu öğrendim. Arkadaş, iş ve aile çevremde bu kazandıklarımı paylaşmak, yaşamak istiyorum. Özellikle arkadaşlarımla konuşurken daha farklı düşünce alanında daha olgun olacağım, onlara birden saldırmayacağım”.

Geçirilen bu grup yaşantısı sonunda elde edilen bulgular da, grup üyelerinin kendi akranlarıyla birlikte yürüttükleri bir yaşantıdan sosyal kazanç sağlayabildiklerini göstermektedir. Grup yaşantısının sağladığı en önemli yardımlardan biri de bireyin sosyal gelişimidir. Bu durumu aşağıdaki öğrencinin anlatımları örneklemektedir.

“Gruptaki yeni öğrendiklerimin ve geçmişi irdelememin toplumsal hayata uyum sağlamama yardım edeceğini düşünüyordum”.

“Grup bize yeni arkadaşlıklar kurma olanağı verdi. İki yıl boyunca aynı sınıfta olmama rağmen hiç konuşma fırsatı bulamadığımız, merhabalaşmadığımız insanlarla konuşmak ve merhabalaşmanın sandığım kadar zor olmadığını öğrendim. Sınıfta pasif biri olma huyundan vazgeçip derslere katılmayı ve devam etmeyi planlıyorum”.

## SONUÇ

Dört boyutla ilgili bulguları tek tek yorumladıktan sonra bu bölümde genel olarak grup yaşantısının bir değerlendirmesi yapılmaya çalışılacaktır.

Öğrencilerin grup yaşantısıyla ilgili tutumlarından elde edilen oranları incelediğimizde, 1. grupta grup üyelerinin % 60.72'sinin, 2. grupta ise % 61.04'ünün güven duyabildiğini ve grubu güvenli bir ortam olarak yaşayabildiğini görebiliyoruz. Dört boyut içerisindeki en düşük yüzdeler güven / tehlike boyutu için bulunmuştur.

Daha önceki yıllarda eğitim gruplarıyla yürütülen uygulamalar sonunda yapılan araştırmalarda da (Öner, 1988 ve Öner, 1991) grup yaşantısı içerisinde güven kazanabilme en önemli sorun olarak öne çıkmaktadır. Öner (1991) tarafından grup yaşantısının değerlendirilmesine yönelik yapılan araştırmada, grup üyelerinin insan doğasını algılayışlarıyla ilgili öntest ve sontest uygulamalarından elde edilen sonuçlar arasında sontest lehine .01 düzeyinde anlamlı bir farklılık elde edilmiştir. Yani grup yaşantısı sonunda üyelerin güven duymalarında bir artış görülmüştür. Ayrıca Öner (1988) tarafından yapılan bir başka çalışmada da öğrencilerin grubu değerlendirmelerinde, grup yaşantısının önce kendilerine daha sonra da çevrelerindekiyle inanmayı öğrenebilmelerinde önemli rol oynamakta olduğu belirtilmiştir.

Bu araştırmada ise, grup yaşantısının özetlendiği bölümlerde de belirtildiği gibi, ilk oturumlarda güven sorunu gündeme gelmiş, üyeler süreç ilerledikçe güven duyabilmişlerdir. Bir ön değerlendirme yapılmadığı için güven duygusunda bir artış olup olmadığını ileri süremeyiz. Ancak bu boyut için elde edilen yüzde oldukça yüksektir.

Bu boyutu izleyen İçtenlik/ Yüzeysellik boyutunda 1. gruptaki üyelerin % 67.14'ü, 2. gruptaki üyelerin ise % 67.53'ü grup yaşantısı boyunca içten olabilmeyi başarmıştır ve grubu tümüyle içten bulmuşlardır.

İlk iki boyutta (Güvenli/ Tehlikeli ve İçtenlik/ Yüzeysellik) elde edilen yüzdeler, diğer boyutlardaki (Kendini Tanıma ve Sosyal Fayda) yüzdelerden daha düşüktür. Yalom ve arkadaşları (1973), 17 ayrı gruba yürüttükleri araştırmada tüm grup yaşantısından elde edilen verilerin değerlendirilmesi sonucunda, gruba katılan bireylerin % 57'sinin grup yaşantısını olumlu, % 29'unun nötr ve % 14'ünün olumsuz bulduklarını belirtmişlerdir. Yalom ve arkadaşlarının araştırma sonuçlarıyla, bu araştırmanın sonuçları karşılaştırıldığında oranların yakınlığı dikkate değerdir.

Kendini Tanıma Boyutunda 1. gruptaki üyelerin % 91.47'si, 2. gruptaki üyelerin ise % 93.51'i grubu, kendini tanıma açısından yararlı bulmuşlardır.

Benzer şekilde Sosyal Fayda Boyutunda da 1. gruptaki üyelerin % 92.14'ü, 2. gruptaki üyelerin ise % 85.06'sı gruptan sosyal fayda sağladıklarını belirtmişlerdir.

İlk iki boyuttaki (Güvenli/ Tehlikeli ve İçtenlik/ Yüzeysellik) oranlara göre, son iki boyuttaki (Kendini Tanıma ve Sosyal Fayda) bu yük-

sek oranlar, bireylerin grubu çok güvenli bulmasalar ve içten katılmaları da, grup süreci içerisinde diğer üyeleri izleyerek bile kendilerini tanıyabildiklerini ve sosyal fayda sağlayabildiklerini göstermektedir.

Her iki grup için dört boyutta elde ettiğimiz verilere baktığımızda, bulunan yüzdelerin birbirine çok yakın olduğunu görüyoruz. Gruplarda başlangıçta, amaç ve ilkeler ortak saptanmıştır. Ancak her iki grup da bu amaç ve ilkeler doğrultusunda yürütülmesine rağmen, üyelerin özelliklerine bağlı olarak grup farklılaşmıştır.

Elde edilen sonuçlara baktığımızda her iki grubun dört boyutla ilgili tutumlarında büyük bir benzerlik gözlenmektedir. Bu da her iki grupta da başlangıçta belirlenen amaçlara büyük ölçüde ulaşılabildiğini kanıtlamakta ve uygulamacılar için anlamlı bir geribildirim sağlamaktadır.

Sonuç olarak Uygulamalı Grup Etkileşimi yaşantısı öğrencilerin, güven duyabilmelerine, içten olabilmelerine, kendilerini tanımalarına ve sosyal fayda sağlamalarına yardımcı olabilmektedir.

#### Kaynakça

- Corey, G. (1990). Manuel for theory and practice of group counseling. Brooks/Cole Publishing Company. California.
- Jourard, S. (1964). The transparent self; self disclosure and well-being. Princeton, N.J: Van Nostrand.
- Lieberman, M.A., Yalom, I.D., Miles, M.B. (1973). Encounter groups: First facts. Basic Books Inc., Publishers. New York.
- Merritt, R.E., Walley, D.D. (1978). The Group leader's handbook. Research Press Company. Illinois.
- Öner, U. (1988). Uygulamalı grup etkileşimi dersiyle ilgili öğrenci izlenimlerinin değerlendirilmesi. A.Ü. Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi. 21 (1-2), 133-154.
- Öner, U. (1991). Grup yaşantısının üniversite öğrencilerinin insan doğası anlayışına etkisi. A.Ü. Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi. (Basımda).
- Vander Kolk, C.J. (1985). Introduction to group counseling and psychotherapy. Bell-Ha well Company. Columbus.