

# Psiko-eğitim Gruplarının Yapılandırılması ve Genel İlkeleri

S. Sonay GÜÇRAY, Ferah ÇEKİCİ & Oğuzhan ÇOLAKKADIOĞLU

**Özet** – Bu çalışmada Psikolojik Danışma ve Rehberlik alanındaki uygulamalarda sıklıkla kullanılan psiko-eğitim gruplarının diğer grup türleri içindeki yeri, kavramsal çerçevesi, çocuk ve ergenler için nasıl yapılandırılması gerektiği ile ilgili bilgiler sunulmaktadır. Grup Uygulamaları Uzmanları Derneği (*The Association for Specialist in Group Work, ASGW*, 2000) tarafından yapılan sınıflamada gruplar genel olarak dört farklı başlık altında ele alınmaktadır. Bunlar; psiko-eğitim/rehberlik grupları, danışma/kişilerarası problem çözme grupları, psikoterapi/kişiliği yeniden yapılandırma grupları ve görev/iş yönelimli gruplardır. Bu araştırma kapsamında psiko-eğitim gruplarının tanıtımı ve bu gruplarda oturumların yapılandırılmasında izlenmesi gereken aşamaların neler olduğu üzerinde durulmuştur. İlgili alanyazın incelendiğinde psiko-eğitim gruplarının yapılandırılmasında altı aşama belirlenmiştir (Brown, 2004; DeLucia-Waack, 2006; Furr, 2000). Bunlar; grup öncesi hazırlık, grubun içeriği ve ana hatları, kurum ve okul desteği, gruba üye seçme, grup liderinin hazırlığı, izleme ve değerlendirmedir. Sonuç olarak bu araştırma da psiko-eğitim gruplarının diğer gruplar içindeki yeri, amacı, içeriği ve planlanması konusunda uygulayıcılara yardımcı olabilecek bilgiler sunulmaya çalışılmıştır.

**Anahtar kelimeler:** Grup türleri, psiko-eğitim grupları, psiko-eğitim gruplarının planlanması.

**Abstract – Planning of Psycho-educational Groups and Their Principle** – In this study, the knowledge about the place of psycho-educational groups - mostly used in counseling practices - in other group types, theoretical frame, and how they will be structured for children and adolescence is being presented. The Association for Specialist in Group Work (ASGW, 2000) has classified the groups under four different main titles. These are psycho- educational/guidance, counseling/interpersonal problem solving psychotherapy/personality reconstruction and task/work groups. In this paper the definition of the psycho-educational groups and what the stages which will be followed in arranging the sessions must be, are being explained. While the concerning literature being studied, it is noticed that there are six stages to be followed in planning a psycho-educational group. These are respectively: Preparation before group process, the contents and outlines of the sessions, support from school and foundation, selection of the participants, the leader's preparation for group work and following/evaluation. Consequently, in this study the knowledge which may help the practitioners about the place of psycho-educational groups in other group types, its goal, its content and planning, is presented.

**Key words:** Types of groups, psycho-educational groups, planning in psycho-educational groups.

---

S. Sonay Güçray, Prof. Dr., Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü, <songuc@cu.edu.tr>; Ferah Çekici, Araş. Gör., Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü, <fcekici@cu.edu.tr>; Oğuzhan Çolakkadioğlu, Araş. Gör., Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü, <colakkadioglu@cu.edu.tr>. Bu makale II. Ulusal PDR Uygulamaları Sempozyumu'nda (18-20 Haziran 2008, Selçuk Üniversitesi, Konya) sözel bildiri olarak sunulmuştur.

*Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Cilt 5, Sayı 1, Haziran 2009, ss. 134-153.

*Mersin University Journal of the Faculty of Education*, Vol. 5, Issue 1, June 2009, pp. 134-153.

## **Giriş**

Bu araştırmada psikolojik danışma ve rehberlik alanındaki uygulamalarda sıklıkla kullanılan psiko-eğitim gruplarının diğer grup türleri içindeki yeri, kavramsal çerçevesi, çocuk ve ergenler için nasıl yapılandırılması gerektiği ile ilgili bilgiler sunulmaya çalışılmıştır. Bu çalışma kapsamında sunulan bilgilerin, alanda uygulama yapan grup yöneticilerine kuramsal anlamda destek olabileceği düşünülmektedir. Alanda uygulama yapan grup yöneticileri, ne tür bir grup yöneteceği (psiko-eğitim, psikolojik danışma vb...), bu grupların sınırlarının neler olduğu ve oturum amaçlarını ve içeriğini planlarken nasıl bir yol izlenmesi gerektiği konusunda sıkıntılarla karşılaşabilmektedirler. Bu bağlamda planlama yaparken grupların birbirinden farklılıklarını ve benzerliklerini bilmek önemlidir. Bu araştırmada psiko-eğitim gruplarının diğer gruplar içindeki yeri ve bir psiko-eğitim grubu oluştururken nasıl bir planlama yapılması gerektiği açıklanmaya çalışılmıştır.

Grup Uygulamaları Alanındaki Uzmanlar Derneği (The Association for Specialist in Group Work) (ASGW, 2000) yaptığı sınıflamaya göre gruplar genel olarak dört farklı başlık altında ele alınmaktadır. Bunlar; görev/iş yönelimli gruplar, psikoeğitim/rehberlik grupları, danışma/kişilerarası problem çözme grupları ve terapi/kişiliği yeniden yapılandırma gruplarıdır. Bu grupların özellikleri şu şekilde açıklanmaktadır:

### ***Görev/İş Yönelimli Gruplar***

Görev veya iş grupları, belli bir konuda bir arada çalışan kişilerin beraber çalışmasını kolaylaştırmayı hedefleyen geniş bir alanda kullanılan gruplar olarak tanımlanabilir. Bu gruplar, iş süreci, takım çalışması için beraber çalışma veya performans artırılması ile ilgili bilgi verir. Ayrıca, iyi bir yönetim, takım çalışması ve beceri gelişimine de odaklanabilirler. Bu gruplarda liderlerin konu hakkında gerekli bilgiye sahip olması ve bir yardımcı liderin olması önemlidir. Ayrıca lider grubun görevini belirlemeden önce, grubu oluşturmalı ve problemin çözümü için alıştırmalar yapmalıdır. Görev grupları üyelerin birbirlerini etkileme yollarını gözlemlemek için de kullanılmaktadır. Bu tür gruplarda, genelde ortak çalışma konusunda güçlükleri olan üyeler yer alır. Örneğin, okul ortamında yapılacak bir gezi için para toplamak amacıyla birlikte çalışan bir grup genç veya bir bilimsel projeyi birlikte hazırlayan ergenler birlikte çalışma konusunda bilgilendirilebilir (Brown, 2004; Jacobs, Mason ve Harvill, 2006; Neukrug, 2003; Smead, 1995).

### ***Psiko-eğitim/Rehberlik Grupları***

Psiko-eğitim grupları, eğitimsel içerikli olup beceri geliştirmeyi hedefleyen ve başarılması gereken amaçların yer aldığı bir grup çeşidi olarak tanımlanmaktadır (Brown, 1998;2004; DeLucia-Waack, 2006; Jacobs ve ark., 2006; Madrid ve Swanson,

1995). Bu gruplar özellikle problemlerin ortaya çıkmasını “önleme” ye (Brown, 1998; Conyne, 1996; DeLucia-Waack, 2006; Gazda, Ginter, Horne, 2001) odaklanırlar. Bilgi verme ağırlıklıdır. Üyelerin birbiriyle etkileşimleri önemli olmasına rağmen asıl amaç kendilerine sunulan bilgileri öğrenmeleridir. Bu gruplarda lider iyi plan yapmamışsa ve aktif değilse grubun amaca ulaşması zorlaşır (Geroski ve Kraus, 2002; Jacobs ve ark., 2006). Psiko-eğitim gruplarında özellikle rol oynama, problem çözme, karar verme ve iletişim becerileri gibi “grup temelli eğitim ve gelişim stratejileri” kullanılır. Belirli beceriler öğretilmeye çalışılır ve problemleri önlemek için çaba sarf edilir (Brown, 2004; DeLucia-Waack, 2006; Geroski ve Kraus, 2002; Neukrug, 2003; Smead, 1995).

Psiko-eğitim grupları genel olarak okul ortamında bilişsel-davranışsal konularda kullanılmaktadır. Günümüzde ise psiko-eğitim grupları duyuşsal ve varoluşsal konuları da içermeye başlamıştır. Örneğin yalnızlık (McWhirter, 1995) ve uyum sorunu olan ergenlerin ailelerine yönelik (Fristad, Gavazzi, Centolella ve Soldano, 1996), AIDS’le mücadele (Pomeroy, Rubin, Val Laningham ve Walker, 1997), kanser hastalarının çocuklarına yönelik (Taylor-Brown, Acheson ve Farber (1993) psiko-eğitim grupları oluşturulmuştur. Psiko-eğitim grupları okullar dışında hastane, klinik vb kuruluşlarda da önleme (HIV-AIDS) ve destekleme (cinsel istismar, hamilelik vb...) amacıyla kullanılmaktadır (Geroski ve Kraus, 2002; Smead, 1995).

### ***Danışma/Kişilerarası Problem Çözme ve Terapi Grupları***

Danışma grupları genel olarak “grupla psikolojik danışma” olarak isimlendirilmektedir. Danışma grupları üyelerin problemlerinin çözülmesine, yeni yaşam deneyimi ve becerileri kazanmasına, kişilerarası ilişkilerini geliştirmesine yardımcı olur. Bu bağlamda danışma gruplarında, öfke, karmaşık olmayan yas ve kayıplar, arkadaşlık ilişkileri ve öz saygı gibi konular ele alınır. Terapi grupları daha derin psikolojik problemlere odaklanmaktadır. Kişiliğin yeniden organizasyonu, kişilerarası bilişsel ve algısal bozukluklar ile ilgilenmektedir. Okullardan ziyade kliniklerde uygulanmaktadır. Yapısı gereği danışmanlık ve terapi grupları yetişkinler için daha uygundur (DeLucia-Waack, 2006; Neukrug, 2003; Smead, 1995).

Danışma ve terapi gruplarında üyelerin psikolojik sağlık durumları birbirinden farklı olduğu için diğer gruplarla kıyaslandığında daha karmaşık dinamiklere sahiptirler. Bu karmaşık dinamiklerin oluşmasını önlemek için lider üyelerle bireysel görüşmeler yapar. Bazı liderler bu dinamikleri göz ardı edebilir. Bu durumlarda genellikle üyelerde, diğer üyelere ve lidere karşı güvensizlik ortaya çıkar. Bir danışma veya terapi grubunu etkili bir şekilde yönetebilmek için liderin bilgi ve beceri sahibi olması gerekir (Jacobs ve ark., 2006; Neukrug, 2003). Liderler üyelerin düşünce ve duygularını yoğunlaştırarak değişmek için daha iyi bir duruma gelebilecekleri bir ortam sağlayabilirler. Terapi gruplarında, güven sağlama ve öneri sunma kendini anlamayı kolaylaştırılmaz, fakat saygı ve dinleme isteği üyeleri problemleri incelemeye teşvik eder. Teknikler kaygıları dile getirmek ve yaşamlarında şimdiki, geçmişteki

deneyimleri arasında bağları keşfetmeleri için danışanlara fırsat sağlayabilir (Corey, Corey, Calnanon ve Russel, 1992).

### ***Psiko-eğitim Grupları ile Danışma ve Terapi Gruplarının Karşılaştırılması***

DeLucia-Waack'a (2006) göre, psiko-eğitim grupları, danışma ve terapi gruplarından üç açıdan farklılaşmaktadır. İlk olarak psiko-eğitim gruplarında kazandırılacak hedef davranışlar bellidir. Çoğunlukla bu gruplar beceri geliştirmeye, bilişsel stillere ve amaca ulaşma stratejilerine odaklanırlar. Hedefleri şunlar olabilir: Duyguları açıklamak ve tanımlamak, bir kişiyi rahatsız eden mantıkdışı düşünceleri tartışma ve tanımlamak, arkadaş olmanın ve arkadaşlara sahip olmanın ne anlama geldiğini anlamaya yardımcı olmak, yapıcı olmayan arkadaşlık davranışlarının yerine, uygun becerilerin kazanılmasına yardımcı olmak, bireysel stres kaynaklarına ve strese ilişkin tepkilerin anlaşılmasına yardımcı olmak, organizasyon becerilerini öğrenmeye yardımcı olmaktır. Bireysel amaçlar bakımından da psiko-eğitim, psikolojik danışma ve terapi grupları arasında farklar vardır. Psiko-eğitim gruplarında üyeler ortak grup amaçlarına sahiptir. Psikolojik danışma ve terapi gruplarında ise grup amaçları daha genel olabilir ve buna bağlı olarak üyelerin bireysel hedefleri daha çok farklılık gösterebilir.

İkinci olarak; psiko-eğitim gruplarının yapısı, psikolojik danışma ve terapi gruplarından oldukça farklıdır. Psikolojik danışma ve terapi gruplarında grup yapısının öncelikli işlevi grubun devamını ve güven ortamını oluşturmaktır. Ancak psiko-eğitim gruplarında grup yapısı, belli bir süre içerisinde bir konuyu etkili bir biçimde sunmak ve beceri geliştirmeyi sağlamaktır. Psiko-eğitim grupları ortalama 6 ila 20 oturum devam edebilmektedir. Buna karşın psikolojik danışma ve terapi grupları 3 aydan daha fazla bir süre devam edebilmektedir. Ayrıca psikolojik danışma ve terapi grupları için grup oturumlarının uzunluğu yaklaşık 90 dakika iken, özellikle okul ortamında psiko-eğitim grupları çocuklar için 30 ila 45 dakika, ergenler için 45-60 dakika arasında değişmektedir.

Psiko-eğitim gruplarında liderin daha çok eğitici rolü vardır. Bu nedenle grup liderleri ilgili konu hakkında bilgi sahibi olmalı üyelerin daha çok aktivitelere odaklanmalarına yardımcı olmalıdır. Buna karşın psikolojik danışma ve terapi gruplarında liderler güveni sağlayacak bir ortam oluşturmalı ve tartışma konuları seçmeyi daha çok üyelerin tercihlerine bırakmalıdır. Brown'a (2004) göre psiko-eğitim gruplarında lider danışma ve terapi gruplarından daha aktif olmalıdır. Danışma ve terapi gruplarında liderin daha fazla zamanı vardır. Psiko-eğitim gruplarında ise liderin zamanı daha sınırlıdır ve daha çok iş yönelimlidir.

Üçüncü olarak; psiko-eğitim grubundaki etkili olan faktörler psikolojik danışma ve terapi gruplarından farklıdır. Psikolojik danışma ve terapi gruplarında terapötik faktörler dört başlık altında ele alınmaktadır. Bunlar: duygusal destek, duygusal anlayış, bilişsel destek ve bilişsel anlayıştır. Duygusal destek kabul edilmeyi, katarsisi, kişilerarası öğrenmeyi vurgularken duygusal anlayış kabul edilme, umut aşılama ve ev-

renselliği vurgular. Psiko-eğitim gruplarında terapötik faktörler bilişsel destek ve bilişsel anlayıştan oluşur. Bilişsel destek; dolaylı öğrenmeyi, rehberliği ve kendini anlamayı vurgulamakta iken, bilişsel anlayış; kişilerarası öğrenme, kendini anlama, dolaylı öğrenmeyi vurgulamaktadır. Bu nedenle psiko-eğitim gruplarında yeni becerileri pekiştirmek için pratik yapmak önemlidir (DeLucia-Waack, 2006). Grup türleri ve genel özellikleri Tablo 1’de özetlenmiştir.

**Tablo 1: Grup Türleri**

	<i>Görev/İş Grupları (Task-Work)</i>	<i>Psikoeğitim/Rehberlik Grupları (Psychoeducation-Guidance)</i>	<i>Danışma Grupları (Counseling)</i>	<i>Terapi Grupları (Therapy)</i>
	Hedef yönelimlidir.	Önleyicidir.	İlişkiseldir.	İlişkiseldir.
	İş başarma vardır.	Eğitseldir.	Süreç odaklıdır.	Süreç odaklıdır.
	Bir konu üzerinde odaklanır.	Gelişimseldir.	Problem yönelimlidir.	Problem yönelimlidir.
<b>Özellikleri</b>	Grup anlaşmazlıkları kontrol edilir.	Bilişsel odaklıdır. Beceri geliştirmeye yöneliktir. Geniş gruplara uygulanabilir.	Duygu odaklıdır. Davranış değişikliği sağlanır. Küçük gruplara uygulanır.	Duygu odaklıdır. Davranış değişikliği sağlanır. Küçük gruplara uygulanır.
		Herkes içindir veya gönüllü olan kişilere yöneliktir.	Grup başlamadan önce eleme ve yönlendirme vardır	Grup başlamadan önce eleme ve yönlendirme vardır
		Kendini-açmaya izin verilir fakat bu cesaretlendirilip desteklenmez yoksa bu konu odak noktası olmaya başlar.	Üyelerin kendini açması beklenir.	Üyelerin kendini açması beklenir.
		Gizlilik ve güven üzerinde birincil olarak durulmaz. Bu nokta vurgulanmaz.	Gizlilik ve güven temel öğelerdendir ve oldukça önemlidir.	Gizlilik ve güven temel öğelerdendir ve oldukça önemlidir.

(sonraki sayfada devam ediyor)

**Tablo 1: Grup Türleri**

(önceki sayfadan devam ediyor)

	<b>Görev/İş Grupları (Task-Work)</b>	<b>Psikoeğitim/Rehberlik Grupları (Psychoeducation -Guidance)</b>	<b>Danışma Grupları (Counseling)</b>	<b>Terapi Grupları (Therapy)</b>
<b>Özellikleri (devam)</b>	Grup anlaşmazlıkları kontrol edilir. (devam)	Bazen bir oturum dahi olabilir	Genellikle birçok oturumdan oluşmaktadır 3-6 ay arası sürebilir.	Genellikle birçok oturumdan oluşmaktadır. Uzun süreli kişilik değişimi ile ilgilidir.
<b>Grubu yönetmeye yetkili kişiler</b>	Meslek eğitiminden geçmiş geniş bir profesyonel grup tarafından uygulanır.	Görev yönelimli olup görevi yerine getirme noktası vurgulanır.	Genel olarak terapötik koşullar görev yöneliminden daha çok önemsenir.	Genel olarak terapötik koşullar görev yöneliminden daha çok önemsenir.
<b>Örnekler</b>	Öğrenme grubu	Öğretmenler, Hemşireler, Danışmanlar, Sosyal Hizmet Uzmanları, İdareciler vb...	Ruh sağlığı konusunda en az yüksek lisans seviyesinde sertifikaya sahip olmak.	Ruh sağlığı konusunda en az yüksek lisans seviyesinde sertifikaya sahip olmak. İleri düzey grup eğitimleri ve süpervizyon almak.
		Sosyal beceri eğitimi Kariyer araştırması AIDS eğitimi	Bireylerarası ilişkiler Boşanma sorunları Geçiş problemleri	İlişki sorunları Normaldışı davranışlar Çözülmemiş kayıp ve yaslar

### Psiko-eğitim Gruplarında Planlama Aşamaları

Psiko-eğitim gruplarında eğitime başlamadan önce uzun bir süre grubun ihtiyaçları üzerinde çalışılmalıdır. Etkili bir psiko-eğitim grubunun planlanması güçlü bir kuramsal temele dayanmaktadır. Planlama, çoğunlukla grup liderliği veya performansından daha çok zaman alır ve enerji harcar. Bu nedenle grubun başarısı, liderin her bir evreyi iyi planlamasına bağlıdır. Planlama güvenli bir ortamın oluşmasında, sorunların azaltılmasında veya giderilmesinde lidere yardımcı olmaktadır.

Brown'a (2004) göre, genel olarak psiko-eğitim gruplarının planlanmasında sekiz aşama izlenmektedir. Bunlar; grubun amaçlarının ortaya konması, hedef kitlenin kararlaştırılması, hedefler ve beklenen sonuçlarının belirlenmesi, alanyazının gözden

geçirilmesi, çevresel faktörlerin belirlenmesi, oturumların planlanması, eğitim stratejileri ve materyallerin seçilmesi ve en son aşama değerlendirmedir. Brown (2004), çocuklar ve ergenlere yönelik psiko-eğitim gruplarında da bu temel aşamaların kullanılması gerektiğini belirtmekle birlikte çocuklar ve ergenlere yönelik grupların, büyüklük, oturum süresi, içeriğin yönetimi gibi noktalarda yetişkin gruplarından farklılaştığını belirtmektedir.

Furr ve Fukerson (1982) psiko-eğitim gruplarının yapılandırılmasında iki aşamalı bir model geliştirmişlerdir. İlk aşama üç basamaktan oluşmaktadır. Bunlar; grubun amacının belirlenmesi, bu amaçla ilgili hedeflerin saptanması ve amaca ulaşma yoludur. İkinci aşama ise; içeriğin belirlenmesi, aktivitelerin planlanması ve değerlendirme basamaklarından oluşmaktadır (Akt. Furr, 2000).

Genel olarak psiko-eğitim grupları daha çok çocuklar ve ergenler için tasarlanmaktadır. Çocuklar ve ergenler için oluşturulan bu gruplar daha çok önleyici nitelikte ve beceri geliştirme amaçlıdır. Çocuk ve ergenlerle yürütülen gruplarda grup liderleri grup üyelerinin konu üzerine odaklanmalarına yardımcı olmalı, uygun olmayan iletişim tarzlarını nazikçe düzeltmeli ve grup içinde etkileşim sağlamaya çalışmalıdır. Çünkü grup üyeleri kendi aralarında geribildirim alıp verebilir, problem çözebilir ve yeni davranışları öğrenmek ve uygulamak için beyin fırtınası yapabilir. Kısaca çocuk ve ergen grupları yetişkin gruplarından farklı bir şekilde düzenlenmeli ve uygulanmalıdır. Özellikle kazandırılacak hedefler bakımından belirli aktivitelerin grup oturumlarında yer almasına dikkat edilmelidir (DeLucia-Waack, 2006).

DeLucia-Waack'a (2006) göre çocuklar ve ergenler için psiko-eğitim gruplarının yapılandırılmasında sırasıyla şu aşamalar izlenmektedir; grup öncesi hazırlık, grup oturumlarının içeriği ve ana hatları, kurum ve okul desteği, gruba üye dahil etme ve grup liderinin hazırlığıdır. Bu alanda yapılmış çalışmalar incelendiğinde genel olarak çocuk ve ergenler için psiko-eğitim gruplarının yapılandırılmasının altı aşamada gerçekleştiği görülmektedir (Brown, 2004; DeLucia-Waack, 2006; Furr, 2000). Bunlar:

1. Grup öncesi hazırlık
  - İhtiyaçların değerlendirilmesi
  - Grubun kuramsal temeli ve amacının belirlenmesi
  - Grupta cinsiyet dağılımı
  - Oturum sayısı, süresi ve oturumların yapılacağı yer
  - Grup oturumlarının planlanması
  - Her bir oturumun planlanması
2. Grup oturumlarının içeriği ve ana hatları
  - Oturumları grup hedeflerine eşleştirme
  - Müdahaleleri ve aktiviteleri oturum konularıyla eşleştirme
  - Müdahaleleri ve oturumları grup üyelerinin düzeylerine uygun olarak eşleştirme
  - Kullanılacak materyallerin belirlenmesi

3. Kurum ve okul desteği
4. Gruba üye seçme
5. Grup liderinin hazırlığı
  - Yardımcı liderlik
  - Kaynak toplama
  - Süpervizyon
6. İzleme ve değerlendirmedir.

### ***Grup Öncesi Hazırlık***

Bir psiko-eğitim grubuna başlamadan önce ilk olarak grup öncesi hazırlık yapılmalıdır. Grup öncesi hazırlıkta grup başlamadan önce kullanılacak içerik ve müdahaleler hakkında önemli kararlar alınmalıdır. Ancak bu kararlar, oturumların nerede yapılacağına ve katılımcı adaylarının ihtiyaç ve ilgilerinin neler olduğu belirlendikten sonra verilmelidir. Genel olarak grup öncesi hazırlıkta altı faktöre dikkat etmek gerekmektedir. Bunlar; ihtiyaçların değerlendirilmesi, grubun kuramsal temeli ve amacının belirlenmesi, grupta cinsiyet dağılımı, oturum sayısı, süresi ve oturumların yapılacağı yer, grup sürecinin ve her bir oturumun planlanmasıdır.

### ***İhtiyaçların değerlendirilmesi***

Grup öncesi hazırlıkta ilk adım ihtiyaçların belirlenmesidir. Bu amaçla gerekli bilgiler toplanmaya başlanmalıdır. Bunu yapmanın birçok yolu vardır. Bunlardan bir tanesi potansiyel grup üyelerine danışmaktır. Okullarda öğrencilere gruplar için potansiyel konu listeleri sunulabilir. Öğrenciler bu gruplardan hangilerine katılmak istediklerini belirtebilir. Bunun yanında öğretmenler de öğrencilerin hangi tür gruptan yararlanacağı hakkında önemli bir bilgi kaynağıdır. Öğrencilerin ihtiyaçları ve öğretmenlerin görüşlerini kullanarak veriler toplandığında, grup liderleri şu aşamada en çok hangi gruplara ihtiyaç olduğuna karar verebilir (DeLucia-Waack, 2006; Jacobs ve ark., 2006). Benzer şekilde Furr'de (2000) danışanların benzer nitelikteki problemlerinin bizim için önemli bir veri olacağını belirtmektedir. Bu şekilde elde ettiğimiz gözlemler sonucunda grup içeriğinin neler olabileceği konusunda fikir sahibi olabiliriz.

### ***Grubun kuramsal temeli ve amacının belirlenmesi***

Grup öncesi hazırlıkta ikinci adım grubun kuramsal temeli ve amacının belirlenmesidir. Bu aşamada grubun kuramsal temelini oluşturmak da önemlidir. Lider belli bir kuramsal temel ya da birkaç kuramsal temelin bileşimine dayanarak varsayımlar oluşturmalıdır. Eğer grup, kuramsal bir temele dayalı olarak oluşturulmazsa bu durum



içerik ve aktiviteler arasında bağlantıların azalmasına ve karışıklığa yol açabilir. Eğer lider belirlediği konuda sınırlı bir deneyime sahipse bu konuda deneyimli kişilerden de yardım almalıdır (Furr, 2000). Grubun amacı belirlendikten sonra üyelerle yapılan görüşmelerde hedefler belirlenmelidir. Hedefler gerçekçi olarak oluşturulmalıdır. Katılımcıların zamanları sınırlı olacağından belli bir süre içinde bu hedeflere ulaşmalarını sağlamak önemlidir. Hedefler ulaşılacak istenen amaçla tutarlı olmalıdır (Brown, 2004; DeLucia-Waack, 2006; Furr, 2000).

#### *Grupla cinsiyet dağılımı*

Grubun amaçları belirlendikten sonra üçüncü adım oluşturulacak grupta cinsiyet dağılımının nasıl olacağı belirlemektir. Grup amaçlarına dayanarak, grupla ilgili alınacak kararlar gruptaki üye sayısı ve cinsiyete göre belirlenmelidir. İdeal üye sayısı katılımcıların yaşına göre değişir. Çocuklarda yaş aralıkları fazla olmamalı en fazla bir veya iki yaş aralığı olmalıdır. Ayrıca hedeflenen üye sayısı belirlenmelidir. Seçilen öğrencilerde devamsızlık oranı yüksekse birkaç öğrenci daha eklemek faydalı olabilir (Brown, 2004; DeLucia-Waack, 2006). Kalter'e göre (1998), karma veya tek cinsiyetli grup olup olmayacağı grup liderinin deneyimine ve stiline bağlıdır. Çoğu danışmanlar karma gruplardaki duygu ve tepki çeşitliliğinin grup sürecini olumlu etkilediğine değinmektedirler (Akt. DeLucia-Waack, 2006). Ancak bazı danışmanlar ise karma grup yapısından kaynaklanan kendini açma güçlüğüne azaltmak için ergenlerde tek cinsiyetli grupları tercih etmektedirler (Hines ve Fields, 2002). Carrell (2000) daha olgun ergenler için karma cinsiyetli grupları kurmayı önerir, çünkü bu grubun odak noktası ve ilgisinin ilişkiler üzerinde olduğunu belirtmektedir.

#### *Oturum sayısı, süresi ve oturumların yapılacağı yer*

Dördüncü adım oturum sayısı, süresi ve oturumların yapılacağı yeri belirlemektir. Çünkü oturumların süresi ve sayısı da grup üyelerinin yaşına ve uygulanan yere (okul, çocuk bakım yurdu, yetiştirme yurdu, klinik, hastane vb...) göre değişir. Yedi ile dokuz yaşa kadar olan çocuklar için en uygun süre 20-30 dakika, dokuz yaş üzeri çocuklar için ise 30-40 dakika arasında olmalıdır. Ergenlerde ise ortalama 50-60 dakika arasında değişmektedir. Grubun toplanma sıklığı da konuya, grubun amacına, ortama ve katılımcılara bağlı olarak değişim gösterebilmektedir. Genel olarak haftada bir defa bir araya gelmek uygundur. (Brown, 2004). Burada dikkat edilmesi gereken nokta, görüşmelerin sıkıcı olabilecek kadar sık olmaması ve her görüşme sanki ilk görüşmeymiş gibi olacak kadar da aranının uzatılmamasıdır. Grubun özelliklerine bağlı olarak psiko-eğitim grupları için ortalama oturum sayısı 12-16 arasındadır. Bazı durumlarda oturum sayısı çok kısa olabilir. Örneğin ebeveyn boşanmasına adapte olmaya yönelik olan gruplarda ortalama iki oturum olabilir. Ama stresle başa çıkma, problem çözme, öfke yönetimi vb... konularda oturum sayısı daha fazla olmalıdır

(Morgan, 2004). Çocuklarla yürütülen psiko-eğitim gruplarında ortalama süre 30 dakika ve oturum sayısı altı olabilir. Grubun uzunluğuna bakılmaksızın ilk veya ikinci oturumlar kuralların ve hedeflerin belirlenmesine ayrılmalıdır. En azından bir oturum üyelerin ne öğrendiklerine, grup hakkında ne hissettiklerine, grup dışında ne öğrendiklerine dair paylaşımda bulunabilecek şekilde ayrılmalıdır. Oturum sayısının gidişi ile ilgili genel bir rehber verilecekse bir veya iki oturum giriş için, bir veya iki oturum sonlandırma yapmak için ayrılmalıdır (DeLucia-Waack, 2006).

Psiko-eğitim gruplarının planlanmasında oturumların sayısı ve süresi kadar yapıldığı yer de önemlidir. Psiko-eğitim grubunun yürütüleceği yerin grup üyeleri arasındaki etkileşimi güçlendirmeye olanak sağlamalıdır. Grubun bir araya geleceği yerin herkesin rahatlıkla ulaşabileceği bir yer olması gereklidir. Psiko-eğitim gruplarında yazılı alıştırma yapılılabilmeye için sıra, masa vb.. materyallerin bulunması gereklidir. Bu gruplarda ideal olan etkileşim ve uygulamaların ayrı ayrı olacak şekilde yeterince büyük bir alanın olması üyelerin sandalyelere oturması ve aralarında bir engelin olmaması önemlidir. Fiziksel alana ilişkin göz önünde bulundurulması gereken diğer özellikler de rahatlık, odaklanma ve gizlilik. Üyelerin rahat bir şekilde oturmalarına olanak sağlanmalı, oda sıcaklığı iyi ayarlanmalıdır (Brown, 2004; Jacobs ve ark., 2006; Morganett, 2005).

#### *Grup oturumların planlanması*

Oturum sayısı, süresi ve oturumların yapılacağı yer belirlendikten sonra beşinci adımda grup oturumlarını planlamaktır. Bütün gruplar, grup tipi veya liderlik stiline bağlı olmaksızın bir takım aşamalardan geçerek ilerlerler. Bazı uzmanlar grubun üç aşamadan (Jacobs ve ark., 2006) bazıları dört aşamadan (Brown, 2004) oluştuğunu belirtmektedirler. Psiko-eğitim grupları genel olarak başlangıç, çatışma ve zıtlık, çalışma ve sonlandırma aşamasından oluşur. Başlangıç aşaması, grubun uzunluğuna bakmayarak, temel kuralların ve grup üyelerinin hedeflerinin belirlenmesine, üyelerin birbirleriyle tanışmasına, grubun amacının açıklanmasına, kuralların belirlenmesine ve üyelerin kaynaşmasına yardımcı olmak amacıyla ısınma egzersizlerine dayanmalıdır. Bu aşamada, grubun ne zaman toplanacağı, ne kadar süreceği, nerede yapılacağı konusunda da bilgi verilmelidir (DeLucia-Waack, 2006; Jacobs ve ark., 2006). Çatışma ve zıtlık aşamasında, üyeler lidere yönelik suçlayıcı bir tutum içerisine girebilir. Burada liderin savunmaya geçmemesi önemlidir. Bir başka unsur da üyeler birbiriyle çatışmaya girmesidir. Bu durum doğal olarak kabul edilmektedir. Çünkü grubun kaynaşabilmesi için çatışma gereklidir. İyi bir planlama ve kaynaşmaya yönelik aktivitelerin seçimi bu sürecin sağlıklı aşılmasına yardım eder (Brown, 2004). Çalışma ve uyum aşamasında, üyeler birbirleriyle ilgilenir ve birbirlerini desteklerler. Bu aşama üyelerin amaçlar üzerinde odaklandıkları ve yeni şeyler öğrenmeye istekli oldukları aşamadır (Brown, 2004; Jacobs ve ark., 2006). Çalışma aşaması, aktiviteleri, düşünme yollarını ve yeni becerileri denemek, öğrenmek ve belirlemek kadar grup üyelerinin

ilişkilerini olumsuz olarak etkileyen davranışlarını belirlemeye de odaklanabilir. Psiko-eğitim gruplarında bu aşamada beyin fırtınası, rol oynama ve etkileşim stilleri ile ilgili çalışmalar yapılır. Bu beceriler grup üyelerinin grup içinde etkili bir biçimde çalışmalarına, grubun dışındaki ilişkilerini de geliştirmeye yardım eder. Çalışma aşamasının amaçları ile grubun amaçları doğrudan bağlantılı olmalıdır ve aktiviteler kazandırılmak istenen beceriyle doğrudan ilişkili olmalıdır (DeLucia-Waack, 2006). Son olarak sonlandırma aşaması gelmektedir. Sonlandırma aşamasına gelmeden önceki oturumlarda liderin sonlandırmaya yaklaştığını ifade etmesi gerekir (Brown, 2004; Jacobs ve ark., 2006). Sonlandırma aşaması grup üyelerinin kazanılan becerileri grup bittikten sonra nasıl kullanacağına odaklandığı gibi kişisel amaçlarına ulaşım ulaşmadığının da bir değerlendirmesini içerir. Kısaca sonlandırma aşamasında süreç değerlendirilir ve üyelerin olumlu duygularla ayrılması sağlanır. Sağlıklı bir sonlandırma da yarım kalan bir duygu ve iş olmamalıdır.

#### *Her bir oturumun planlanması*

Grup öncesi hazırlıkta son adım her bir oturumun planlanmasıdır. Psiko-eğitim gruplarında yeni becerilerin öğretilmesi, davranışların gelişimi ve konuların tartışılması gibi nedenlerden dolayı oturumların içeriği önemlidir. Eğer oturumun içeriği iyi yapılandırıldıysa bir oturumdan diğerine geçmek daha kolay olacaktır ve oturumlar daha güvenli olacaktır. Bunun için her bir oturum ayrı ayrı yazılmalıdır. Her bir oturum ayrı ayrı yazıldığında lider bocalamayacak ve kafası karışmayacaktır. Her oturumun planında olması gerekenler: oturumun hedefleri, gerekli materyallerin listesi, konuşmanın metni ve alıştırmaların sırasıdır.

Psiko-eğitim gruplarında genel olarak oturumlar dört aşamadan oluşmaktadır. Bunlar: başlangıç, çalışma, süreç ve sonlandırmadır. Başlangıç aşaması önceki oturumu gözden geçirme, ev ödevleri varsa bunları tartışma ve bu oturum için yapılacak çalışmaları içermektedir. Bir ödevi tamamladıktan sonra yapılanları gözden geçirmek, bir önceki oturumdan bu yana üyelerin neler yaptıklarını gruba ifade etmeleri önemlidir. Bundan sonra günün konusuna geçmek psiko-eğitim gruplarında yararlı stratejilerdendir (DeLucia-Waack, 2006; Furr, 2000).

Genellikle grup oturumlarını açmak için kullanılan genel sorular vardır. Bunlar:

- Geçen oturumdan bu yana grupta öğrendiklerinizle ilgili karşılaştığımız durumlar ve kendi davranışlarınız hakkında gruba getirmek istediğiniz yaşantılarınız neler?
- Ev ödevlerinizi nasıl yaptınız? (zorlandınız mı?, sıkıcı mıydı?, hoşlandınız mı?, karşılaştığımız güçlükler nelerdi? vb...)
- Geçen oturumda öğrendiklerinizden hangisini burada denemek istersiniz? (DeLucia-Waack, 2006).

Çalışma aşaması, grubun hedeflerine dayalı olarak beceri geliştirme üzerine odaklanmaktadır. Duyguların ifade edilmesi, kendine güven, iletişim becerileri gibi

belirli becerileri öğretmek ve uygulamak, grup içinde etkileşimi sağlamak ve üyelerin hedeflerini karşılamak açısından yararlı olmaktadır. Rol oynama, sosyo-drama, boş sandalye gibi teknikler de yeni kişilerarası becerileri geliştirmeye ve sorunları araştırmaya yardımcı olabilir (DeLucia-Waack, 2006; Furr, 2000). Bu aşamada lider üyelerin bireysel sorunlarına derinlemesine girmemelidir. Çünkü bu durumda grup psiko-eğitim grubu olmaktan çıkıp psikolojik danışma grubuna doğru ilerler.

Süreç aşaması belki de herhangi bir grup oturumunun en çok dikkate alınmayan kısmıdır. Stockton, Morran ve Nitza (2000) süreci, grup dışında kendi yaşamlarında öğrendiklerini üretmek, eylemlerini, duygularını ve kendi düşüncelerini daha iyi anlamak deneyimlerinin anlamı üzerine grup üyelerine yardımcı olmak için grup etkileşimlerindeki önemli olaylardan yararlanmak olarak tanımlamaktadır. Süreç üyelerin öğrendiklerini kendi hayatlarına aktarmalarına, kendileri hakkında öğrenmelerine ve farkındalık kazanmalarına yardımcı olmaktadır (Furr, 2000). Süreç kısmı ayrıca grubun hedefine uygun belirli becerilerin öğretilmesi ve uygulanmasında son derece yararlıdır. Örneğin bir karar verme grubunda grup üyeleri paylaşımcı olursa, grup lideri grupta üyelerinin karar verme ile ilgili tartışmasına yardımcı olursa, grup dışında bir karar verme durumu gerçekleştiğinde üyeler neler yapabileceği konusunda olası müdahaleler oluşturmaya başlarlar.

DeLucia-Waack (2006) buna ek olarak grup oturumunun bitiş kısmının bir parçası olarak, grup liderleri için grup üyelerinin bugün ne öğrendiklerini değerlendirmesinin önemli olduğunu belirtmiştir. Basit bir şekilde bu haftaki oturumdan neler öğrendiklerini, gelecek haftalarda bunu nasıl kullanacaklarını sormak olarak sıralanabilir. Üyelerden gelen geribildirimler sonucunda lider küçük uyarlamalar yapabilir (Furr, 2000). Süreç kısmı 45-60 dakikalık oturumlarda ortalama 3-8 dakikalık kısıllıkta bir bölümdür. Süreç kısmında şu sorular sorulabilir:

- “Bugün oturumda ne (neler) öğrendiniz?”
- “Bugün burada olmak senin için ne anlam ifade ediyor?”
- “Bugün oturumda kendinize ilişkin neleri fark ettiniz?”
- “Bu hafta öğrendiğiniz hangi beceriyi denemek istiyorsunuz?”

Sonlandırma aşaması gruptan neler öğrenildiğinin açıklanmasına yardımcı olur. Grup oturumlarının sonlandırma aşamasında, hem grup oturumlarında çalışmak, hem de grup üyelerine grup dışında yardımcı olmak için hedefler belirlenmelidir. Grup üyelerinin bir sonraki oturumdan önce neleri yapacaklarını belirlememize yardımcı olur. Bu bağlamda üyeler, yeni davranışları denemeleri için desteklenmelidir. Bu bağlamda tüm gruba veya grup üyelerine belirli sorumluluklar verilmesi sonlandırma kısmının bir parçasıdır (Brown, 2004; DeLucia-Waack, 2006; Jacobs ve ark., 2006). Grup üyelerinin ev ödevlerini yapmalarını istemek çok faydalıdır. Bu amaçla sonlandırma aşamasında şu sorular sorulabilir:

- “Her biriniz gelecek oturumda neler yapmak istiyorsunuz?”

- “Haydi, son 10 dakikamızı gelecek hafta ne yapacağımız üzerine harcayalım.”

Grup oturumlarında birçok rahatsız edici düşünce ve duygular ortaya çıkabileceğini göz önünde bulundurmak gereklidir. Bu nedenle grup üyeleri bazen gerçek yaşamlarına geri dönmek isteyebilirler. Bu nedenle sonlandırma kısmına çocukların ve ergenlerin geçişlerini kolaylaştırıcı aktiviteler koymak önemlidir. Grup üyelerinin dans edip şarkı söyleyebileceği aktiviteler olumsuz duyguları dağıtır ve bir sonraki oturuma katılımı destekler.

### ***Grup Oturumlarının İçeriği ve Ana Hatları***

Grup öncesi hazırlık aşaması tamamlandıktan sonra ikinci aşamada grup oturumlarının içeriği ve ana hatlarını belirlemek gerekmektedir. Grup liderleri grup hedeflerini ve belirli müdahaleleri belirlediği zaman grup oturumlarının içeriğini ve ana hatlarını planlamaya başlamalıdır. Planlama yaparken müdahaleleri, grubun hedeflerine uygunluğunu, zaman sınırlamasına ve grubun büyüklüğünü göz önünde bulundurarak yapmak gerekmektedir (DeLucia-Waack, 2006). Grup oturumlarının içeriği ve ana hatlarını belirlerken dört unsura dikkat etmek gerekmektedir. Bunlar; oturumları grup hedeflerine eşleştirme, müdahaleleri ve aktiviteleri oturum konularına eşleştirme, müdahaleleri ve oturumları grup üyelerinin düzeyine eşleştirme ve kullanılacak materyalleri belirlemedir.

#### *Oturumları grup hedeflerine eşleştirme*

Grup oturumlarının sırasına ve her birinin içeriğine önceden karar vermek önemlidir. Ön görüşmelerde ve ilk oturumlarda grup hedeflerini tanımlayarak grup materyallerini sağlamak önemli bir noktadır. Çünkü grupta olan her şey birbiriyle ilişkilidir. Her bir oturum diğerinin tamamlayıcısı olmalıdır. Oturumlar kuramsal temele bağlı olarak hedefleri karşılamalıdır (DeLucia-Waack, 2006; Furr, 2000; Mobley ve Fort, 2008). Grubu planlarken mutlaka açılış ve sonlandırma için bir oturum ayırmak önemlidir. Genellikle sekiz hafta süren bir psiko-eğitim grubunda 2-3 hedef belirlenir. Bu hedefleri gerçekleştirmek de 5-6 haftalık bir içerikte mümkün olur (DeLucia-Waack, 2006).

#### *Müdahaleleri ve aktiviteleri oturum konularıyla eşleştirme*

Grup liderlerinin belirli bir grup için hedefleri tanımladığında bu hedefleri karşılamak için önerilen müdahaleleri araştırması önemlidir. Seçilen aktiviteler kuramsal bir temele dayalı olmalıdır. Grupta verilen bilgi ile tutarlı olmak zorundadır. Psiko-eğitim gruplarını planlamak ve alanyazın araştırması çok zaman alır. Örneğin bir karar verme

grubunda bu konuda gerekli alanyazının taranması, kuramsal kısmın belirlenmesi ve buna uygun aktivitelerin belirlenmesi, daha önceden yapılmış grup çalışmalarının analizi grup liderinin müdahaleleri belirlemesi açısından önemlidir.

#### *Müdahaleleri ve oturumları grup üyelerinin düzeylerine uygun olarak eşleştirme*

Grup çalışmasında en başta gelen görevlerden biri grup üyelerinin düzeyine uygun aktivite seçmek ve belirlenen müdahaleleri grubun seviyesine eşleştirmektir. Bunun için de grubun özelliklerini bilmek önemlidir (Brown, 2004; DeLucia-Waack, 2006; Furr, 2000). Grubun özellikleri içerisinde en önemli olanları yaş ve eğitim seviyesidir (Brown, 2004). Her aktivite ihtiyaçlara odaklanmalı ve içerikle örtüşmelidir. Uygun aktivite seçimi grubun demografik karakteristiğine de bağlıdır. Yaş grubuna göre aktivite seçmek önemlidir. Bu dikkate alınmazsa genç grup üyeleri ileri seviyedeki aktiviteleri anlamakta güçlük çekerler ya da bunun tam tersi yaşanır.

#### *Kullanılacak materyallerin belirlenmesi*

Aktivitelerde yaratıcılığı sağlamak için elde birçok materyal buldurmak gerekir. Tahta, tebeşir, kağıtlar, kalemler, tahta kalemleri vb... pratik materyallere ihtiyaç vardır. Bunun yanı sıra kitap, video ve oyunlar sosyal beceriler ve iletişim açısından faydalıdır. Çocuklar için ise maskotlar ve kuklalar oldukça yararlıdır. Bu kuklalar farklı rolleri temsil edebilir: polis, itfaiye eri, kral, kraliçe, prens, prenses gibi (DeLucia-Waack, 2006). Materyaller grup oturumundan önce bir araya getirilmelidir ve üye sayısı kadar olmasına özen gösterilmelidir. Çünkü materyaller bir arada olmadığına bunları da bir araya getirmek için grup sürecinde zaman kaybına yol açabilmektedir. Özellikle bu durumda çocukların ellerini yıkayabileceği şekilde mekanın düzenlenmesi önemlidir (Brown, 2004).

#### ***Kurum ve Okul Desteği***

Grup öncesi hazırlık ve grup oturumlarının içeriği ve ana hatları belirlendikten sonra üçüncü aşamada kurum ve okul desteğini sağlamaktır. Yönetimsel destek, kaynakların dağıtımı (zaman, para, mekan, personel) ve uygun prosedürlerin takip edilmesi için gereklidir. Okul düzeyinde grup liderleri grubu yönetmek için izin alacakları kanalların neler olduğunu belirlemelidir. Eğer gerekli izinleri yönetim boyutunda gerçekleştirememişse çalışmayı gerçekleştirmek mümkün olmayacaktır. Gerekli yönetim desteği sağlanmış ise çalışmanın amacına uygun ilerlemesi için gerekli donanım da sağlanmış olacaktır. Psiko eğitim gruplarında yönetime öneri verirken grubun amacı, hedefleri ve katılımcıları net bir şekilde sunmak, yöneticileri haberdar etmek önemlidir.

Okulda görev yapan yardımcı çalışanlar da hedefleri, hedeflenen grubu ve tipik müdahaleleri anlamak, psiko-eğitim gruplarının etkililiğine inanmak zorundadır. Öğretmenlerin bu grupların sınıf düzeyinde hem akademik hem de sosyal olarak öğrencilerin gelişimine katkıda bulunacağına inanmalarına yardım etmek gerekir (DeLucia-Waack, 2006). Öğretmenler için ikilem şudur: Akademik olarak daha iyisi için uğraşan öğrenciler ders kaçırdıklarında akademik olarak geriye düşerler. Grup liderleri grupların değerini öğretmenlerin anlaması için çalışmalıdır. Bu nedenle derslerden önce veya sonra toplantı veya öğretmenler odasında küçük bir toplantı yaparak öğretmenlere oluşturacağınız grup hakkında kısaca bilgi verebilirsiniz.

### **Gruba Üye Seçme**

Bir psiko-eğitim grubunu planlamada dördüncü aşama gruba üye seçmedir. Psiko-eğitim gruplarında bir grubun zaman süresi, hedefleri hakkında çalışmalar yapıldıktan sonra potansiyel grup üyelerini seçmeye başlamak gerekir. Grup çalışmasının hazırlık sürecindeki en önemli faktörlerden biri grup üyelerinin seçimidir. Gruba üye seçerken dikkat edilmesi gereken iki nokta yer almaktadır. Bunlardan birincisi, grubun amaçları, konular ve grubun detayları konusunda bilgi vermektir. İkincisi ise, gönüllülük ve bireyin gruptan yararlanıp yararlanamayacağına ilişkin kişilerarası iletişim becerilerine sahip olup olmadığı konusunda karar verebilmektir. Gruba başlamadan önce grup hakkında aileyi bilgilendirmek ve gruba katılacak kişilerin ailelerden izin almak da önemlidir (DeLucia-Waack, 2006).

Grup sürecinde her üyede gelişim potansiyeli olduğu fark edilir. Bu süreçte üyelerin zarar görme riski de vardır. İç içe girmiş pek çok ilişki nedeniyle grubun kendine özgü bir yapısının olduğu söylenir. Bir üyenin başına gelen şey diğer bütün üyeleri etkilemektedir. Bundan dolayı, olumlu yaşantılara sahip olması en çok muhtemel olan üyeyi seçmek ve kendisine ya da başkalarına zarar verme ihtimali olanları tespit etmek liderin sorumluluğundadır (Morganett, 2005).

Gruba üye seçerken ilk olarak genel kriterler değerlendirilir daha sonra ise özel değerlendirme yapılır. Genel kriter değerlendirmesinde dikkat edilmesi gereken noktalar:

- Grup üyeleri birbirinden öğrenmeye istekli olmalı ve birbirine yakın olmalıdır.
- Kardeşler aynı grupta yer almamalıdır.
- İdeal olarak gruba katılacak üyeler benzer özelliklere sahip olmamalıdır. Ne kadar çok problemlere farklı bakış açıları getirebilecek üyelerden oluşursa o kadar iyidir.
- Herhangi bir grup üyesi diğerlerinden de çok farklı olmamalıdır. Aksi durumda kendini terkedilmiş hissedebilir ve günah keçisi olabilir.

- Okullarda birbiriyle problemleri olan öğrencilerin aynı grupta olmamalarına özen gösterilmelidir.
- Her grupta üyeler model olabilecek en az bir öğrenci olmalıdır (DeLucia-Waack, 2006).

Bu kriterler değerlendirildikten sonra bir sonraki aşamaya geçilir. Burada da şu noktalara dikkat edilir:

- Grubun amaçlarına amaçları uymayan öğrenciler,
- Oldukça sinirli, agresif vb. özelliklere sahip olan öğrenciler,
- Kronolojik olarak aralarında 2 yıldan fazla fark olan öğrenciler,
- Grup aktivitelerine odaklanamayan ve hiperaktif öğrenciler,
- Diğerleri ile empati kurmada zorluk yaşayan öğrenciler,
- Akran grubundan farklı cinsel tercihi olan öğrenciler,
- Yalan söylemeyi veya çalmayı alışkanlık haline getirmiş olan öğrenciler,
- Eleştiriye duyarlı, kapalı olan öğrenciler,
- Tacize uğradığını bildiğiniz veya tacize uğramış olduğundan emin olduğunuz öğrenciler,
- Öğrencinin gruba katılması konusunda anne babası aynı fikirde olmayan öğrenciler,
- Psikolojik rahatsızlıkları olan (depresyon vb) ya da intihara eğilimli olan öğrenciler gruba dahil edilmezler.

Seçimle ilgili son bir nokta da öğrencilere seçilmediklerinin bildirilmesidir (DeLucia-Waack, 2006; Morganett, 2005).

### ***Grup Liderinin Hazırlığı***

Grup liderinin hazırlığı beşinci aşamada ele alınmalıdır. Bu bağlamda grup lideri üç noktaya dikkat etmelidir. Bunlar, yardımcı liderlik, kaynak toplama ve süpervizyondur.

### ***Yardımcı liderlik***

Çocuklar ve ergenlere yönelik psiko-eğitim gruplarında yardımcı liderlik tercih edilebilir. Yardımcı liderlik birkaç nedenden dolayı oldukça faydalıdır. Bunlar; etkililik, yeterlilik, bilgiyi paylaşma, grubun işleyişi hakkında geribildirim sağlama ve denetlemedir (DeLucia-Waack, 2006; Morganett, 2005). Bunun yanında bay lider ve bayan yardımcı veya bayan lider bay yardımcı olduğunda lider takımları bay ve bayan yetişkinlerde model olabilmektedir. Yardımcı liderin danışman olmasına gerek yoktur. Yapısal olarak iyi hazırlanmış bir grupsa, yalnızca grup liderinin danışman olması



yeterlidir. Grup okulda yürütülüyorsa, yardımcı lider öğretmen olabilir (DeLucia-Waack, 2006).

### *Kaynak toplama*

Grup liderleri grubu oluşturmadan önce grubun özelliklerine ve amaçlarına bağlı olarak yeni bilgiler toplamalıdır. Grup liderleri için en etkili kaynak toplama biçimi var olan grup çalışmalarından faydalanmaktır. Daha önce hedeflerin belirlenmesinde de açıklandığı gibi grup liderleri hali hazırda olan araştırma ve uygulamaları incelemek zorundadır. Grup konusu seçildiğinde en son güncellenmiş kaynaklardan, grup müdahalelerinden ve grup aktivitelerinden faydalanmak gerekir.

### *Süpervizyon*

Grup Uygulamaları Alanındaki Uzmanlar Derneği (ASGW) grup liderlerinin ve varsa yardımcılarının haftada en az bir saat planlama yapması gerektiğini belirtmektedir. Süpervizyon, grup lideri ve yardımcılarının deneyimlerini paylaşmak ve varsa yapılacak yeni müdahaleleri kolaylaştırmak amacıyla yapılmaktadır. Eğer yalnızca lider varsa da grup süreci üzerinde düşünmesi ve yapacaklarını planlaması açısından da yararlıdır (DeLucia-Waack, 2006). Yalom (1995), süpervizyon olmadan grup liderlerinin hatalarını tespit edemediklerini, yeni eylem planları yaratamadıklarını bunun yerine tekrarlanan etkisiz müdahaleler döngüsüne saplanıp kaldıklarını belirtmiştir.

### *İzleme ve Değerlendirme*

Psiko-eğitim grubunun planlanmasında altıncı ve son aşama izleme ve değerlendirmedir. Değerlendirme, bir grubun gerekli olan bölümlerinden bir tanesidir. Bir grubun etkili olup olmadığı ancak değerlendirme ile anlaşılabilir. Bu süreçte lider hangi öğelerin üyelerde değişikliği kolaylaştırdığını belirlemelidir. Furr'e (2000) göre değerlendirme iki şekilde olabilmektedir. Bunlar; süreç değerlendirme ve sonuç değerlendirmedir. Süreç değerlendirme, üyelerin gruba olan bağlılıkları, anlayışları ve grubun etkililiği ile ilgilidir ve bu nedenle süreç değerlendirme liderler tarafından devam eden oturumların sonunda da yapılmalıdır. Bu tür bir değerlendirme oturumların ilerleyişi ve ihtiyaçların karşılanıp karşılanmadığı ile ilgili bilgi verir. Sonuç değerlendirme ise hedefe ne kadar ulaşıldığının saptanması ile ilgilidir. Sonuç değerlendirme lider tarafından bir ölçme aracıyla yapılabileceği gibi üyeler tarafından yazılı olarak da ifade edilebilir. Psiko-eğitim grupları daha çok beceri geliştirme üzerine odaklandığı için değerlendirmede ölçme araçlarını kullanmak yararlı olur. Değerlendirmede grup üyelerine bazı sorular sorularak kazanımları öğrenilebilir.

Ayrıca öğretmenlerden ve ailelerden onların fark ettikleri ilerleme ve potansiyel değişiklikler hakkında da geribildirim alınabilir (DeLucia-Waack, 2006).

Grup başlangıcında yapılan bireysel görüşmeler gibi değerlendirme için üyelerle grup sonunda da bireysel görüşmeler yapılabilir. Bazen grup üyeleri son oturumda önceden ifade edilmiş noktalardan farklı şeyler söylemeyebilir. Bu nedenle grup sonrası yapılan bireysel görüşmeler, grup içi yaşantılar ve öğrendikleri şeyleri ifade edebilmeleri için ikinci bir şanstır. Grup üyeleri, bireysel görüşmede kendilerini daha yakın hissedebilirler ve bu nedenle yaşadıklarını daha iyi ifade edebilirler. Görüşmede yer alacak muhtemel sorular şunlar olabilir:

- Bu grup yaşantısı sonucunda davranışsal olarak neler kazandığınızı düşünüyorsunuz?
- Kazandığınız değişiklikler konusunda grup sana nasıl yardımcı oldu?
- Bu grupta hangi olaylar ve aktiviteler sana en az yardımcı oldu? Neden?
- Bu grupta hangi olaylar ve aktiviteler sana en çok yardımcı oldu? Nasıl?
- Liderin sana yardım etmek için müdahalede bulunduğu veya bulunamadığı zamanlar oldu mu? Ne zaman? Nasıl?
- Liderin müdahale etmemesi gerektiği zamanlar oldu mu? Ne zaman? Nasıl? (DeLucia-Waack, 2006).

Son grup oturumundan yaklaşık 4-8 hafta sonra bir izleme oturumunun yapılması iyi olacaktır. Bu oturum öğrencilere grupta başardıkları ve gruptan öğrendiklerini paylaşma imkanı sunacaktır ve grupta ele alınan konuları nasıl çalışacaklarına ilişkin yeni fikirler elde etmelerine olanak sağlayacaktır (Morganett, 2005).

## **Sonuç ve Tartışma**

Sonuç olarak psiko-eğitim grupları amaç, içerik ve grup liderinin eğitim seviyesi açısından diğer gruplardan farklılaşmaktadır. Özellikle okul ortamında beceri geliştirme ve öğretim odaklı olarak yürütülmektedir. Rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerinin bir bölümünü grup çalışmaları oluşturmaktadır. Bu bağlamda okul psikolojik danışmanları, psiko-eğitim grupları oluşturabilmektedir. Psiko-eğitim gruplarının özelliklerini ve diğer grup türlerinden farklılıklarını bilmek, okul psikolojik danışmanlarının grubu oluşturmalarını kolaylaştıracak ve iyi bir planlama yapılmasına yardımcı olacaktır.

Bir psiko-eğitim grubu yürütülmek istendiğinde gruba başlamadan önce planlama yapılması gerekmektedir. Eğer iyi bir planlama yapılmamışsa grubun amacına ulaşmasında sorunlarla karşılaşılabilir. İyi bir planlama içinde grup liderinin zamana ihtiyacı vardır. Grupların planlanmasında ilk olarak grup öncesi hazırlık yapılması gerekmektedir. Bu aşamada okuldaki öğrencilerin ihtiyaçlarının değerlendirilmesi

önemlidir. Grubun hedefi, içeriği, formatı ve müdahaleleri grubun ihtiyaçlarına göre karar verilir. İhtiyaçlar belirlendikten sonra grubun psiko-eğitim veya danışma grubu olup olmayacağını belirleyen amaç, popülasyon ve hedefler belirlenmelidir. Bunları belirlemek için grubu oluşturma amaçları, üyelerin kimlerden oluşacağı, gruptan istenen sonucun ne olduğu, grup müdahalelerinin ne kadar süreceği ve grup genişliği için amaçların ulaşılabilirliği belirlenmelidir. Bunlar liderlere grup içeriğini ve bu ihtiyaçlara uygun bir şekilde yönelten formatı seçmeye müsaade eder.

Lider ikinci aşamada grup oturumlarının içeriğini ve ana hatlarını belirlemek durumundadır. Burada da oturumları grup hedeflerine uygun olarak eşleştirmesi, aktiviteleri belirlemesi, oturumları ve müdahaleleri grubun seviyesine uygun olarak eşleştirmesi ve kullanılacak materyalleri belirlemesi önemlidir. Üçüncü aşamada kurum ve okul desteğini almaya çalışmalıdır. Bu bağlamda yönetimden gerekli araç gereç, izin gibi evrakları tamamladıktan sonra, okulda çalışan öğretmenler bu konuda bilgilendirilmelidir. Dördüncü aşama gruba üye seçmedir. Bu aşamada lider üye seçiminde dikkat edeceği noktaları bilebilmeli ve seçimi de buna göre yapmalıdır. Aksi takdirde grup süreci olumsuz etkilenebilir ve grubun işleyişinde aksaklıklar ortaya çıkması muhtemeldir. Beşinci aşamada lider kendi hazırlığını yapmalıdır. Bunun için yardımcı lider olup olmayacağını belirlemeli, grubun konusu ile ilgili en son çıkan kaynaklara ulaşmaya çalışmalı ve süpervizyon çalışmaları için neler yapabileceğini belirlemelidir. En son aşamada izleme ve değerlendirmedir.

Ülkemizde özellikle çocuk ve ergenlerin gelişiminde beceri kazandırmak önemlidir. Bu becerilerin kazandırılmasında psiko-eğitim grupları önemli bir yer tutmaktadır. Bunun için psiko-eğitim gruplarının oluşturulmasında, bu alanda uzman kişilerin bir araya gelerek konu üzerinde çalışması ve belli standartların sağlanması gerekmektedir. Getirilen standartlar ilgili kurumların yöneticileriyle de paylaşılarak buna uygun ortamların sağlanmasına çalışılmalıdır. Aksi takdirde oluşturulacak psiko-eğitim grupları iyi bir planlama yapılmadığı için üyelerin olumsuz yaşantılar yaşamasına neden olabilecektir. Ayrıca belli olanaklar sağlanmadığı için planlanan çalışmaların amacına ulaşmasında sıkıntılar yaşanabilmesi söz konusudur.

## Kaynaklar

- Association for Specialists in Group Work (ASGW), (2000). Association for specialists in group work: Professional standards for the training of group workers. *Journal for Specialists in Group Work*, 25, 327-342.
- Berg, R.C., Landreth, G.L., Fall, K.A. (1998). *Group counseling concepts and procedures*. USA: Accelerated Development.
- Brown, N. W. (1998). *Psychoeducational groups*. USA: Taylor-Francis.
- Brown, N.W. (2004). *Psychoeducational groups process and practice*. New York: Brunner-Routledge.
- Carrell, S. (2000). *Group exercises for adolescents a manual for therapists*. USA: Sage Publications.

- Conyne, R.K. (1996). The association for specialists in group work training standards: Some considerations and suggestions for training. *The Journal for Specialists in Group Work*, 21, 155-162.
- Corey, G., Corey, M.S., Calnanon, P., Russel, J.M. (1992). *Group techniques*. Brooks/Cole Publishing Comp.
- DeLucia-Waack, J.L. (2006). *Leading psychoeducational groups for children and adolescents*. United Kingdom: Sage Publications.
- Fristad, M., Gavazzi, S., Centolella, D., Soldano, K. (1996). Psychoeducation: A promising intervention strategy for families of children and adolescents with mood disorders. *Contemporary Family Therapy*, 18, 371-384.
- Furr, R.S. (2000). Structuring the group experience: A format for designing psychoeducational groups. *Journal for Specialists in Group Work*, 25(1), 29-49.
- Gazda, G.M., Ginter, E.J., Horne, A.M. (2001). *Group counseling and group psychotherapy: Theory and application*. USA: Allyn and Bacon.
- Geroski, A.M., Kraus, K.L. (2002). Process and content in school psychoeducational groups: Either, both or none?. *Journal for Specialists in Group Work*, 27(2), 233-245.
- Hines, P.L., Fields, T.H. (2002). Pregroup screening issues for school counselors. *Journal for Specialists in Group Work*, 27, 358-376.
- Jacobs, E.E., Masson, L.R., Harvill, R.L., (2006). *Group counseling strategies skills*. USA: Thomson.
- Madrid, E., Swanson, J. (1995). Psychoeducational groups for young adults with genital herpes: Training group facilitators. *Journal of Community Health Nursing*, 12(4).
- McWhirter, J. (1995). Emotional education for university students. *Journal of College Student Psychotherapy*, 10, 27-38.
- Mobley, J. A., Fort, S. D. (13-Kasım-2008). Planning psycho-educational groups for schools. <<http://www.counselingoutfitters.com/vistas/vistas07/Mobley.pdf>> İnternette 13 Kasım 2008'de elde edilmiştir.
- Morgan, R.D. (2004). Groups with offenders and mandated clients. *Handbook of Group Counseling and Psychotherapy*. (DeLucia-Waack, J.L., Gerrity, D.A., Kalodner, C.R., Riva, M.T. (Ed), USA: Sage Publications.
- Morganett, R. S. (2005). *Yaşam Becerileri. Ergenler için grupla psikolojik danışma uygulamaları*. (Çev. Güçray, S., Kaya, A., Saçkes, M.). Ankara: PegemA Yayıncılık.
- Neukrug, E. (2003). *The world of the counselor*. USA: Thomson.
- Pomeroy, E., Rubin, A., Van Laningham, L., Walker, R. (1997). "Straight talk": The effectiveness of a psychoeducational group intervention for heterosexuals with HIV/AIDS. *Research on Social Work Practices*, 7, 149-164.
- Smead, R. (1995). *Skills and techniques for group work with children and adolescents*. USA: Research Press.
- Stockton, R., Morran, D.K., Nitza, A.G. (2000). Processing group events: A conceptual map for leaders. *Journal for Specialists in Group Work*, 25, 343-355.
- Taylor-Brown, J., Acheson, A., Farber, J. (1993). Kids can hope: A group intervention for children whose parents have cancer. *Journal of Psychosocial Oncology*, 11, 41-53.
- Yalom, I.D. (1995). *The theory and practice of group psychotherapy*. New-York: Basic Books.