

Makale Türü:	Başvuru Tarihi:	Kabul Tarihi:
Araştırma Makalesi	16/05/2024	05/07/2024

YARATICI DRAMAYLA AİLE YAŞAM BECERİLERİNİ GELİŞTİRMEK: ÇEMBERDE DÖNÜŞÜM AİLEDE DEĞİŞİM

Sema BAŞ¹

Özet

Ailenin, bireylerin sosyalleşmesinin ve belirli temel yaşam becerilerinin öğrenildiği işlevsel en temel kurum olduğu söylenebilir. Değişen ve gelişen dünyaya ayak uydurabilmek için bu kurumunun desteklenmesi günümüzde önemli bir hâl almıştır. Aile yaşam becerilerini yeniden gözden geçirmenin ve desteklemenin temel alındığı eğitim ve destek çalışmaları henüz çatışmalar ortaya çıkmadan koruyucu ve önleyici kapsamda değer bulmaktadır. Bu bağlamda ele alınan araştırmanın amacı, ilkokul çağındaki çocuğu olan ebeveynlerin aile yaşam becerilerini kapsayan yaratıcı drama uygulamalarına yönelik deneyimlerini araştırmaktır. Bu temel kazanım doğrultusunda araştırmada yaratıcı drama yöntemi kullanılarak "Aile Yaşam Becerileri" programı geliştirilmiştir. Yaratıcı drama yaparak ve yaşayarak öğrenmeyi desteklerken yaşamın provasına da imkân tanır. Programın kazanımları empati, aile içi iletişim becerileri, aile tutumları ve aile içi problem çözme becerileri temelinde oluşturulmuştur. Araştırmada nitel araştırma yönteminin fenomenoloji deseni kullanılmıştır. Araştırmanın katılımcılarını çocuğu ilkokulda eğitim gören 17 veli oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak doküman, gözlem ve odak grup görüşmesi kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin analizinde içerik analizi kullanılmıştır. Araştırmanın uygulama sürecinde aile yaşam becerilerini geliştirmek adına yaratıcı drama atölyeleri hazırlanmış ve yüz yüze uygulamaları yapılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre katılımcıların, yaratıcı drama uygulamalarından sonra çocuklara karşı empatiyi geliştirme, aile içi iletişim becerileri kazandırma, çocuklara karşı davranışları düzenleme, aile içi problem çözme becerisi kazandırma gibi kazanımlar elde ettiği görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Yaratıcı drama, aile yaşam becerileri, aile eğitimi, psikolojik danışma ve rehberlik.

Developing Family Life Skills with Creative Drama: Transformation in the Circle Change in the Family

¹ Uzm. Psikolog, Millî Eğitim Bakanlığı, semabas971@gmail.com, ORCID ID: ORCID 0000-0003-2309-0275

Abstract

The family is the most basic functional institution where individuals are socialized and learn certain basic life skills. Supporting this institution has become important today in order to keep up with the changing and developing world. Training and support activities based on revisiting and supporting family life skills find value in a protective and preventive context before conflicts arise. In this context, the aim of this study is to investigate the experiences of parents with elementary school-age children towards creative drama practices involving family life skills. In line with this basic outcome, a "Family Life Skills" program was developed using creative drama method. While creative drama supports learning by doing and experiencing, it also allows for the rehearsal of life. The outcomes of the program are based on empathy, family communication skills, family attitudes and family problem solving skills. The phenomenology design of qualitative research method was used in the study. The participants of the study consisted of 17 parents whose children were in primary school. Document, observation and focus group interview were used as data collection tools. Content analysis was used to analyze the data obtained in the study. In the implementation process of the research, creative drama workshops were prepared to develop family life skills and face-to-face application was made. According to the results of the research, it was seen that the participants gained gains such as developing empathy towards children, gaining communication skills within the family, regulating behaviors towards children, and gaining family problem solving skills after creative drama practices.

Keywords: *Creative drama, family life skills, family education, psychological counseling and guidance*

1.Giriş

Yaşam becerilerinin tanımını yapan Dünya Sağlık Örgütü (1997) bireylerin günlük yaşam olaylarına uyum sağlamalarını destekleyen ve bu olaylarla olumlu baş etmeyi sağlayan beceriler olarak ifade etmiştir. Yaşam becerileri bu açıdan ele alındığında bireylerin yaşamlarını sağlıklı bir biçimde sürdürebilmeleri ve karşılıklarına çıkan her yeni duruma uyum sağlayabilmeleri açısından oldukça önemli bir unsurdur. Sosyal öğrenmenin etkin olduğu yaşam becerilerinin ilk deneyimlendiği yer ailedir. Kendini gerçekleştirmiş, empati becerisi yüksek, problem çözme becerisi olan, etkili iletişim kullanan, stres ve duygu yönetimi yüksek, yaratıcı düşünme becerisini aktif kullanan ve demokratik bir aile ortamı oluşturabilen ebeveynlerin olduğu bir ortamda yetişen çocuklar bu becerileri yaşamının her alanına transfer edebilirler. Eğitimin yaşam boyu devam ettiği göz önünde bulundurulursa ebeveynlerin kaç yaşında olurlarsa olsunlar aile yaşam becerilerini güçlendirmek için bu amaçla geliştirilmiş eğitim programlarına katılabileceklerini söylemek mümkündür. Bu eğitimler özellikle yaratıcı drama gibi yöntemlerle planlandığında günlük yaşamda gözlemlenen durumların yeniden canlandırılması gerçekçi çözüm önerilerine ve çatışma çözme becerisine yönelik önemli kazanımlara ulaşmayı sağlamaktadır.

2. Kavramsal Çerçeve

2.1. Aile Yaşam Becerileri

Alanyazında yaşam becerileri ile ilgili pek çok tanıma rastlamak mümkündür. Ancak en temel anlamda “yaşam becerileri, bireylerin kendilerini koruma, geliştirme, sağlıklı olma, sosyal ilişkiler kurma gibi alanlarda yetkin olmasını sağlayan ve tüm yaşamları boyunca ihtiyaç duyacağı becerileri kapsayan becerilerdir” (Koran, 2020).

Yaşam becerileri kapsamında yapılan ve standartlar geliştiren birçok çalışma vardır. Bu açıdan önemli bir örnek olan “21. Yüzyılın Öğrenme Çerçevesi” uzmanlar tarafından geliştirilen yaşam becerilerini üç ana başlıkta toplanmıştır:

- Öğrenme ve yeniliklere açık olma becerileri: yaratıcılık ve yenilikçilik, eleştirel düşünme ve problem çözme, iletişim ve işbirliği kurma.
- Bilgi, medya ve teknoloji becerileri: bilgi okuryazarlığı, medya okuryazarlığı, BİT okuryazarlığı.
- Yaşam ve kariyer becerileri: esneklik, inisiyatif alma, kendi kendini yönlendirebilme, sosyal ve kültürlerarası beceriler, üretkenlik ve hesap verilebilirlik, liderlik ve sorumluluk (P1,2019).

Diğer bir örnek ise yaşam boyu öğrenmeyi de kapsamına alan ve American Association of School Librarians (AASL) tarafından geliştirilen “21. Yüzyıl Öğrenen Standartları”dır. Bu standartların genel kazanımları dört ana başlıkta ele alınmıştır:

- Düşünmek: Sorgulamak, eleştirel düşünmek ve bilgiye ulaşmak
- Yaratmak: Sonuca ulaşmak, bilinçli kararlar vererek bilgiyi ulaşılan ve yeni bilgiyi karşılaşılan durumlarda kullanmak ve bilgiyi yaratmak.
- Paylaşmak: Bilgiyi paylaşmak ve demokratik bir biçimde toplum süreçlerine etik ve üretken bir şekilde katılmak.
- Büyüme: Kişisel ve estetik gelişimi sağlamak için çaba göstermek (AASSL, 2017).

Runkel’e göre (2008) büyüme kavramının yetişkin olduğunda sona erdiği düşüncesi etkili ana baba olmanın önünde önemli bir engeldir. Oysa büyüme yaşam boyu devam eden ve yaşam becerilerimizin sürekli güçlendiği bir süreçtir. Kendine zaman ayırmak, farklı eğitim etkinliklerine katılıp öz değerlendirmeler yapmak boşa geçen bir zamandan ziyade daha sağlıklı ebeveynler olarak aile süreçlerinde aktif olmayı sağlar.

Aile yaşam becerilerini sözü geçen yaşam becerilerinden ayrı tutmak mümkün değildir. Zira örgün eğitimde verilen yaşam becerileri eğitimlerinin nihai amacı bu becerilerle donanmış birer vatandaş yetiştirmektir. Aile kurumu bu bilinçle yetişmiş ebeveynlerden kurulduğunda yetiştirdikleri çocuklar da bu bilinçte olacaktır (ASHB, 2011).

Türkiye’de aile yaşam becerilerine dair pek çok eğitim verilmektedir. Bunlardan biri Millî Eğitim Bakanlığına bağlı Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğü’nün 2022 de başlattığı aile okuludur. Yaygın eğitimle ulusal düzeyde verilen bu eğitimin aile yaşam becerilerine dair konuları şu şekildedir:

- Aile içi iletişim becerileri
- Çatışma ve stres yönetimi
- Sosyal duygusal beceri gelişimi
- Ana baba tutumları

Bir diğer program olan Millî Eğitim Bakanlığı’nın UNİCEF işbirliğinde 2008 yılında başlattığı ve yaygınlaştırdığı 7-19 Aile Eğitimi Programı’nın temel felsefesi çocuğun yüksek yararını gözetir. Program çocukla ilk iletişimi kuran ailenin güçlü yönlerini fark etmesini ve var olan yaşam becerilerini desteklemeyi, buradan topluma ulaşarak toplumun da güçlenmesini hedeflemektedir (MEB, 2008).

2.2. Yaratıcı Drama ve Yaşam Becerileri

Her toplum büyüyebilmek ve gelişebilmek için yaratıcı bireylere ihtiyaç duyar. Bu bireyler etkin bir biçimde yeni ürünler ortaya koyarken aldıkları eğitim de hem bireylerin hem de çağın gereksinimlerine ayak uydurmak zorundadır. Bilinçlenme ve kültürlenme süreçleri bireyin yaratıcı yönünün gelişimini desteklemeli ve uygun ortamlar sağlamalıdır. “Eğitimde Yaratıcı Drama” çağın gereksinimlerini bu açıdan destekleyebilecek bir alan olarak sanat-estetik eğitimi ve eğitimde yaratıcı bireyler yetiştirmek için önemli bir seçenek olarak karşımıza çıkmaktadır (Adıgüzel, 2018).

Yaratıcı dramanın sosyal beceriler üzerindeki etkisini çalışan Freeman ve arkadaşları (2003) bu yöntemle sosyal beceri üzerinde olumlu kazanımlar elde edildiğini söylemekte ve önermektedirler. Yaşamı boyunca pek çok problemle karşılaşan birey bu problemlerin üstesinden gelebilmek için belirli yaşam becerileri geliştirmek zorundadır. Yaratıcı drama bu açıdan bu problemleri kurgusal bir ortamda deneyimleme ve öğrenme şansı tanır.

Yaparak ve yaşayarak öğrenmede kalıcılığın önemini vurgulayan Adıgüzel(2018) yaratıcı dramada öğrenmenin davranışa ve sonuçta yaşam becerilerine dönüşme sürecini şu şekilde ifade eder:

“Eğitimde drama veya yaratıcı drama alanlarının temel amacı, bireydeki tüm bilişsel, duyuşsal ve devinişsel davranış alanlarını geliştirmektir. Bu durum bile eğitimin geniş bir alanını kapsar ve yaşamda eğitimle ilgili olmayan, eğitici olmayan bir eylem ya da etkinliğin bulunmadığını gösterir. Özetle eğitici veya eğitsel olmayan bir dramadan söz edilemez, zira tüm drama yaşantıları eğitseldir, eğitimle ilgilidir. Bunların en başında

yaratıcılık olmak üzere, kendini tanıma, iletişim becerilerini artırma, demokratik tutum ve davranış geliştirme, empati becerisini, dil ve sözel ifade becerilerini geliştirmek gelir” (Adıgüzel,2018, s. 80).

Literatürde aile eğitiminde yaratıcı dramaya yönelik sınırlı da olsa araştırmalar bulunmaktadır. Gökbulut (2006), ebeveynlik bilincinin geliştirilmesinde yaratıcı dramanın bir yöntem olarak kullanımını araştırmış ve okul öncesi ebeveynlere oyun, öğrenme, eğitim, özgüven, ödül, ceza, tüketim ve bireysel özellikler gibi kavramları yaratıcı drama yoluyla çalışmıştır. Sonuç olarak drama yönteminin bu kavramlarda farkındalık geliştirdiğini söylemek mümkündür. Tan (2020) 1-3 yaş bebeği olan annelere yaratıcı drama yöntemi ile “Anneyle Mutlu Bebek Drama Eğitimi” programı uygulamış, çalışma sonunda katılımcıların annelik becerilerinde öz yeterlik açısından anlamlı bir farklılık oluştuğunu, bebeklerinse sosyal duygusal gelişim becerileri yönünden geliştiğini bulmuştur. Keski ve Aykaç (2014), ilköğretim çağında çocukları olan annelere iletişim becerileri kapsamında iletişim engelleri, ben dili, empati ve etkin dinleme gibi iletişimi güçlendiren süreçleri yaratıcı drama yöntemiyle çalışmıştır. Çalışma sonunda katılımcıların iletişim engellerini ve iletişimi güçlendiren ben dili ve etkin dinleme sürecinde kazanıma ulaştıkları sonucuna ulaşmışlar ve aile eğitimlerinde yaratıcı dramanın bir yöntem olarak kullanılmasını önermişlerdir. Yaratıcı drama yöntemi ile tutum ve beceri çalışmalarının etkililiği üzerine yapılan tüm bu araştırmalar göstermiştir ki yaratıcı drama etkili bir yöntemdir.

Bu bağlamda ele alınan araştırmanın amacı, ilkokul çağında çocuğu olan ebeveynlerin aile yaşam becerilerini geliştirmeyi hedefleyen yaratıcı drama uygulamalarına yönelik deneyimlerini araştırmaktır. Bu amaç doğrultusunda hazırlanan Aile Yaşam Becerileri Programı'nın (AYBP) bir atölye süresi 40+40 dk olacak şekilde 22 atölyeden oluşmaktadır. Program içeriği yaratıcı drama eğitmeni olan araştırmacı tarafından geliştirilmiştir. Programın konu başlıkları şu şekildedir:

- İletişim kurmak
- Birlikte büyüebilmek
- Aile tutumları
- Olumlu davranış kazandırmak
- Çatışmayı Çözebilmek

Araştırmada ebeveynlerin yaratıcı drama etkinliklerine katılım süreci, bu etkinlikler sırasında yaşadıkları deneyimler, öğrendikleri yeni beceriler ve bu becerilerin aile yaşamlarına olan etkileri detaylı bir şekilde incelenmiştir. Araştırma, yaratıcı dramanın ebeveynlerin çocuklarıyla olan iletişim ve etkileşimlerini nasıl etkilediğini, aile içi ilişkilerdeki değişiklikleri ve ebeveynlerin kişisel gelişimlerine olan katkılarını ortaya koymayı

hedeflemektedir. Ayrıca, bu deneyimlerin ebeveynlerin problem çözme, duygusal farkındalık ve empati gibi aile yaşam becerilerinin gelişimine olan etkileri de değerlendirilmiştir. Araştırmada aşağıdaki sorulara yanıt aranmaktadır:

1. Ebeveynlerin yaratıcı drama etkinliklerine katılım süreçlerinde yaşadıkları deneyimler nasıldır?
2. Yaratıcı drama etkinlikleri, ebeveynlerin aile yaşam becerilerini nasıl etkilemektedir?
3. Ebeveynlerin yaratıcı drama etkinliklerinden öğrendikleri yeni beceriler, aile içi ilişkilerine ve genel aile yaşamlarına nasıl yansımaktadır?
4. Yaratıcı drama yönteminin ebeveynlerin kişisel gelişimlerine olan katkıları nelerdir?

3. Yöntem

3.1. Araştırma Modeli

Bu araştırmada nitel araştırma yönteminin fenomenoloji deseni kullanılmıştır. Fenomenoloji birkaç kişinin bir fenomen ya da kavramla ilgili yaşanmış deneyimlerinin ortak anlamını keşfetmeyi amaçlar (Creswell, 2013). Bu araştırmada yaratıcı drama yönteminin kullanıldığı aile eğitimine katılan ebeveynlerin süreçteki deneyimlerini nasıl anlamlandırdıkları incelendiğinden bu desen tercih edilmiştir.

3.2. Çalışma Grubu

Bu çalışmada amaçlı örnekleme türlerinden ölçüt örnekleme kullanılmıştır. Ölçüt örneklemede araştırmacı tarafından oluşturulan ya da önceden belirlenen ölçütlere göre çalışma grubu oluşturulabilir (Yıldırım ve Şimşek, 2008). Bu çalışmanın katılımcı grubu oluşturulurken çocuğu ilkokula giden veli olması ölçüt olarak belirlenmiştir. Çalışma grubu seçilirken katılımda gönüllük esas alınmış ve çalışmaya 17 anne katılmıştır.

3.3. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada veri toplama aracı olarak görüşme, gözlem ve doküman kullanılmıştır. Görüşme olarak ilkokul çağında çocuğu olan ebeveynlerin aile yaşam becerilerini kapsayan yaratıcı drama uygulamalarına yönelik görüşlerinin neler olduğu yarı yapılandırılmış odak grup görüşmesi yapılarak belirlenmeye çalışılmıştır. Odak grup görüşmesi gruptan bir bireyin sorulara verdiği yanıtın diğer bireylerce duyulması, onlara kendi düşüncelerini verilen bu yanıt çerçevesinde oluşturma fırsatı sağlar. Yani grup dinamiği sorulara verilen yanıtların

kapsamını ve derinliğini etkileyen önemli bir etken olarak görülmektedir (Yıldırım ve Şimşek, 2008).

Görüşmede kullanılan bazı örnek sorulara aşağıda yer verilmiştir:

1- Aile eğitiminde yaratıcı dramanın etkililiği hakkında neler söyleyebilirsiniz? Açıklayınız.

2- Aile eğitimi sürecinde hangi yaşam becerilerini kazandınız? Açıklayınız.

Araştırmada kullanılan nitel veri toplama araçlarından ikincisi gözlemdir. Gözlem insanların davranışlarını ve bunların gerçekleştiği bağlamı öğrenmenin doğrudan ve güçlü bir yolu olarak kullanılmaktadır (Maxwell, 2018). Bu araştırmada gözlem atölyeleri uygulayan araştırmacı tarafından atölyeler esnasında yapılmıştır. Araştırmanın üçüncü veri toplama aracı olan dokümanları katılımcı günlükleri ve atölyede elde edilen yazılı belgeler oluşturmaktadır. Günlük, rapor ve formlar nitel araştırmalarda sıklıkla kullanılan veri toplama araçlarıdır (Yıldırım ve Şimşek, 2008).

3.4. Verilerin Toplanması

Araştırmanın uygulama süreci araştırmacı tarafından 40+40 şeklinde yapılarak, 22 atölye uygulanmıştır. Araştırmanın odak grup görüşmesi uygulamalar bittikten sonra yapılmıştır. Araştırma kapsamında hazırlanan sorular ilk sorudan başlayarak bütün katılımcılara sorulmuş, ilk soruya dair cevaplar bittikten sonra diğer sorulara geçilmiştir. Her sorudan sonra katılımcılara eklemek istedikleri yanıt olup olmadığı sorulmuştur. Katılımcılara her bir soru için 5 dakika süre verilmiştir. Bazı sorularda verilen sürede esneklik sağlanmıştır. Araştırmanın gözlem verileri araştırmacı tarafından atölye ortamında alan notları olarak toplanmıştır. Araştırmanın üçüncü veri toplama aracı olan günlükler uygulama süresince her drama atölyesinden sonra toplanmıştır.

3.5. Verilerin Analizi

Araştırmanın nitel verilerinin analizinin yapılabilmesi için katılımcı günlükleri ve görüşmelerin transkripti yapılmıştır. Katılımcı günlükleri ve görüşmelerden elde edilen verilen daha derin bir işleme tutulması ve betimsel bir yaklaşımla fark edilmeyen kavram ve temaların keşfedilebilmesi için içerik analizine tabi tutulmuştur. İçerik analizinde verileri tanımlamak ve verilerin içerisinde saklı olabilecek gerçekleri ortaya çıkarmak amaçlanmaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2008). Çalışmada transkript edilen günlük ve görüşme verileri Word programına aktararak katılımcı onayı alındıktan sonra analize başlanmıştır. Onaylanan veriler araştırmacı tarafından kod, kategori ve temalara ayrılmıştır. Araştırmacının alan notları ilgili kod ve kategorilere eklenmiştir. Kod, kategori ve temalar benzerlik ve farklılıkları dikkate alınarak sınıflandırılmış ve sunulmuştur.

3.6. Geçerlik ve Güvenirlik

Nitel araştırmada iç geçerlik, araştırmada elde edilen bulguların gerçeği yansıtıp yansıtmadığını sorgular (Yıldırım & Şimşek, 2008). Merriam'a (2018) göre, çalışmada elde edilen verilerin mevcut gerçeklikle uyumlu olup olmadığı ve gerçeği yansıtıp yansıtmadığı ile ilgilidir. Çalışmanın iç geçerliğini artırmak için verilerin toplanması sırasında çeşitli önlemler alınmıştır. Katılımcılardan elde edilen veriler, doğrulama amacıyla tekrar katılımcılara gönderilmiş ve transkript edilen metinler katılımcı onayı alındıktan sonra analiz edilmiştir. Katılımcıların görüşme ve günlüklerinden alınan yanıtlar, bulgular kısmında doğrudan alıntılar yapılarak verilmiştir. Odak grup görüşmesi öncesinde katılımcıların rahatlatılması için güven ortamı oluşturulmuş ve görüşmelere başlamadan önce katılımcılarla samimi bir sohbet yapılmıştır. Ayrıca, iç geçerliliği artırmak amacıyla nitel veri toplama araçları olarak görüşme, gözlem ve günlük kullanılmıştır.

Dış geçerlik ise araştırma sonuçlarının genellenebilirliğini ifade eder. Merriam'a (2018) göre, araştırma sonuçları benzer ortamlara ve durumlara genellenebiliyorsa dış geçerliliğin olduğu söylenebilir. Dış geçerliliği artırmak için araştırma deseni, çalışma grubu, veri toplama araçları, uygulama süreci, elde edilen verilerin analizi, bulguların düzenlenme şekli ve araştırmacıların rolü ilgili bölümlerde detaylı bir şekilde açıklanmıştır.

Araştırmanın iç güvenirliliğini, yani tutarlılığını artırmak amacıyla görüşme, günlük ve gözlemlerden elde edilen veriler hem araştırmacı hem de kör kodlayıcı tarafından kodlanmış ve yapılan kodlamalar ile kategoriler birbirleriyle eşleştirilerek revize edilmiştir. Kategorilere ilişkin kodların tutarlılığını kontrol etmek için bir drama eğitimcisine sunulmuş ve geri bildirimler doğrultusunda araştırmacılar arasında fikir birliğine varılarak iç güvenirliliğin sağlanması amaçlanmıştır.

Dış güvenirliliği artırmak için ise araştırma verileri sonuç bölümünde uygun bir şekilde tartışılmıştır. Sonuç ve bulgular bölümünün tutarlılığı alan uzmanları ile tartışılmış ve görüş birliği sağlanmıştır. Ayrıca, sonuç tartışma kısmı ile bulgular kısmının tutarlılığı bir nitel araştırma uzmanına teyit ettirilmiştir.

3.7. Bulgular

Bu bölümde aile yaşam becerileri teması altında drama etkili iletişimin anahtarıdır, çocuğa olan yaklaşımı geliştirmek, anneyken çocuk olmak, drama ve empati, mutlu anne mutlu çocuk yetiştirir, yapılan hataları anlamak, evden uzaklaşmak iyi gelir, problemi fark etmek ve çözmek kategorilerine ilişkin bulgular yer almaktadır. Katılımcı gizliliğini sağlamak adına bulgularda kod isimler kullanılmıştır.

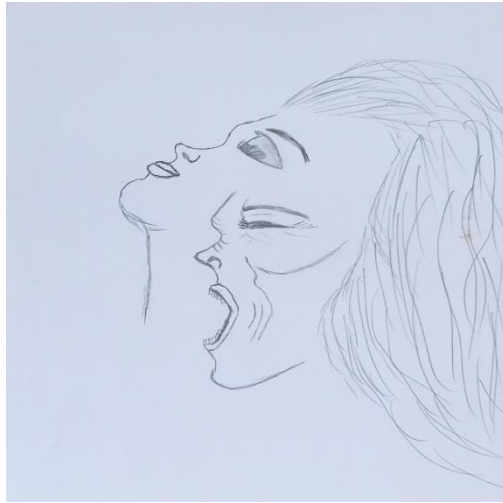
Drama etkili iletişimin anahtarıdır!

Bu başlıkta, ebeveynlerin aile yaşam becerileri kapsamında etkili iletişime ilişkin bulguların yorumlanmasına yer verilmiştir. Bu konuya ilişkin katılımcı düşünceleri aşağıdaki gibi ifade edilmiştir;

“Yaratıcı drama ses tonumu mimiklerimi iletişim kurmayı öğrenmemde etkili oldu. Çocuklarım ile iletişim kurarken nasıl davranacağımı, benim ne anlattığımı değil onların ne anladığının önemini kavradım. Süreçten sonra çocuklarımla iletişimim daha iyi oldu” (İpek, Katılımcı günlüğü).

“Çabuk parlayıp çabuk sönen bir yapım var. Çocuklarımla iletişimimde parlamadan önce bir durup düşünmeyi öğrendim. Açıkçası kendimi frenlemeyi öğrendim. Çocuklarımla iletişimimde çok büyük etkisi olduğunu düşünüyorum” (Kiraz, Odak grup görüşmesi).

“Drama aile iletişimimizi güçlendirdi. Çünkü eve gelince o gün öğrendiğim şeyleri eşimle paylaşıyordum ve artık ikimiz birlikte çocuğumuza karşı aynı tutum ve davranışı gösteriyorduk. Artık bağıırıp çağırıyoruz.” (Yaprak, Katılımcı günlüğü) (Görsel 1.)



Görsel 1. Katılımcı Yaprak'ın uzlaşabilmek atölyesi değerlendirme aşamasında yaratıcı drama ve iletişim üzerine yaptığı resim

(Kaynak: Sema Baş, Kişisel Arşiv)

Elde edilen bulgular yaratıcı drama yoluyla aile eğitiminin, katılımcıların kendilerini ve başkalarını daha iyi anlamalarına ve iletişim becerilerini geliştirmelerine yardımcı olduğunu göstermektedir. Aile eğitimi sürecinde katılımcılar kendi iletişim becerilerini geliştirmiş (n=17), bunun sonucunda çocuklarıyla olan iletişimlerini de güçlendirmişlerdir. İletişimde

sadece sözcüklerin değil, ses tonu ve mimiklerin de etkili olduğunu fark eden katılımcılar, yalnızca ne anlattıklarının değil çocuklarının jest ve mimiklerinden ne anladıklarının da önemli olduğunu kavradıklarını dile getirmişlerdir. Kendi duygularını artık daha iyi ifade ettiklerini, özellikle öfke kontrolü açısından önemli bir aşama kaydettiklerini, kendilerini frenlemeyi öğrendiklerini, böylelikle yaşadıkları çatışmaları daha iyi yönettiklerini, atölyelerden sonra anne baba olarak ortak bir dil geliştirme çabasında olduklarını ve bu durumun aile içi ilişkilerini olumlu yönde etkilediğini belirtmişlerdir. Bu açıdan bakıldığında atölyelerde canlandırma aşamasında verilen dramatik durumların özellikle ebeveyn çocuk rolleri ekseninde olmasının çatışma çözme becerilerinin gelişmesinde etkili olduğu söylenebilir.

Sağlıklı bir iletişimde engelleri ortadan kaldırmak, süreci çözümcü bir yaklaşımla başlatmak ve devam ettirmek için ben dili ve sen dili önemli bir anahtardır. Bulgulara bu kapsamda bakıldığında katılımcılar atölyeler sonunda sorgulayıcı ve engelleyici buldukları sen dili yerine daha empatik ve kabul edici buldukları ben diliyle iletişim kurmakta istekli davranmışlardır. Ben dilinin aile içinde ortak paydada buluşturduğunu fark ederek yaşamlarında daha aktif kullanmaya başlamışlardır. Bu açıdan ben dili ve sen dilinin önemini kavrayan katılımcılar (n=17) bu yolla çocuklarıyla daha sağlıklı iletişim kurduklarını belirtmiştir;

“Bir şey söylerken ya da uygularken iki kez düşünüyorum artık. Normalde de çoğu zaman ben dili kullanan bir insanım aslında ama artık sen dili kullandığım zamanların farkına varıp onları düzeltiyorum. Böylece daha etkili iletişim kuruyoruz” (Sümbül, Katılımcı günlüğü)

Çocuğa olan yaklaşımı geliştirmek

Bu başlıkta, ebeveynlerin aile yaşam becerileri kapsamında çocuklarına olan yaklaşımlarına dair bulguların yorumlanmasına yer verilmiştir. Bu konuya ilişkin katılımcı düşünceleri (n=16) aşağıdaki gibi ifade edilmiştir;

“Çocuklara ergenlik döneminde nasıl sağduyulu davranmam gerektiğini öğrendim” (Fulden, Katılımcı günlüğü).

“Benim iki tane kız çocuğum var ve birbirleriyle zıt karakterdeler. Ben onlara karşı nasıl davranacağımı bir türlü bilemedim. Ama buraya geldikten sonra çocuğumla nasıl konuşmam gerektiğini, onu nasıl anlamam gerektiğini öğrendim. Onlara karşı davranışlarım değişti. Doğru davranış sandıklarımın yanlış olduğunu öğrendim” (İpek, Odak grup görüşmesi).

“Hepimiz dikenlerimizi çıkarırsak yaralanmadan çatışmadan çıkmak mümkün olmuyor. Çocuklara nasıl yaklaşırsak öyle yaklaşıyorlar. Drama bana dikenin içindeki gülü görebilmenin önemli olduğunu gösterdi.” (Sümbül, Katılımcı günlüğü) (Görsel 2.)



Görsel 2. Katılımcı Sümbül'ün iletişim atölyesi değerlendirme aşamasında empati üzerine yaptığı resim
(Kaynak: Sema Baş, Kişisel Arşiv)

Bulgulara göre yaratıcı drama ile aile eğitimi, ebeveynlerin çocuklarının bireysel özelliklerini tanımalarına, farklı ihtiyaç ve duygularına duyarlı olmalarına ve bunlara uygun şekilde tepki vermelerine yardımcı olmuştur. Yaptıkları canlandırmalarda çocukların kendilerinin aynası olduğunu gören katılımcılar aslında çocuklarına nasıl yaklaşırlarsa benzer tepkiler aldıklarını fark etmişler ve sonuç olarak kendi davranışlarını ve yaklaşımlarını sorgulamışlar, doğru bildikleri yanlışları düzeltmek ve olumsuz yaklaşımlarını değiştirmek için yollar aramışlardır. Çalışma süresince özellikle ergenlik döneminde artan aile içi çatışmaların temel nedenlerine dair uygun çözüm yolları üzerine tartışmışlar ve aslında sağduyu ile yaklaşmanın gerginliği azaltacağını ifade etmişlerdir. Bu yaklaşımları daha sağlıklı ilişkiler geliştirmelerini sağlamıştır.

Anneyken çocuk olmak, drama ve empati!

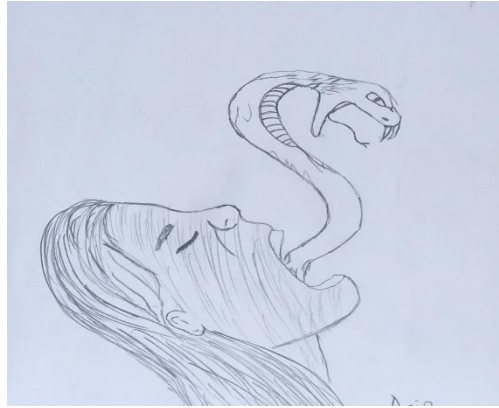
Bu başlıkta, ebeveynlerin aile yaşam becerileri kapsamında çocuklarıyla empatik iletişim kurabilmelerine yönelik bulguların yorumlanmasına yer verilmiştir. Bu konuya ilişkin katılımcı düşünceleri (n=14) aşağıdaki gibi ifade edilmiştir;

“Ben burada kızım ile arama empati koymadığımı fark ettim. Ve onunla benim aramda bir köprü olmadığını fark ettim. Ben bunu böyle yapabiliyorsam sen de yapabilirsin mantığındaydım. Ama aslında öyle değilmiş. Onun dünyasına girmeye çalıştım. Özellikle oynadığımız dramalardan sonra. Onun penceresinden bakmaya başladım.

Aslında ağızımdan çıkan en ufak bir cümlemin karşımnda bıraktığı izlenimi fark ettim” (Şevval, Odak grup görüşmesi).

“Bazen anne bazen çocuk rolünde oldum. Anne olarak yaptığım hataların çocuklar üstünde nasıl etkisi bıraktığını görmüş oldum” (Meryem, Katılımcı günlüğü).

“Bu eğitim öncesi özellikle tartışma yaşarken ağızıma geleni söylerdim. Bunlar hep zehir zemberek sözler olurdu. Ama artık bu eğitimden sonra eşim ve çocuğumla tartışmalarımızda empati kurarak problemleri çözmeyi ve daha mantıklı öneriler sunarak ortak yol bulmayı denedim ve başarılı oldum”. (Gül, Katılımcı günlüğü)
(Görsel 3)



Görsel 3. Katılımcı Gül'ün iletişim atölyesi değerlendirme aşamasında empati üzerine yaptığı resim

(Kaynak: Sema Baş, Kişisel Arşiv)

Empati yaratıcı drama atölyelerinin en temel kazanımlarından biridir. Farklı toplumsal rollere girerek deneyim kazanan katılımcılar gerçek yaşamda bu tür durumlarda bireylerin yaşadığı duygu ve düşünceleri daha iyi ve doğru anlayabilirler. Bu çalışmada da katılımcılar atölyelerde çocuk rollerine girdiklerinde onların duygu ve düşüncelerini anlamaya çalışmışlar kendilerini onların yerine koyabilme becerilerinde olumlu yönde gelişim göstermişlerdir. Elde edilen bulgular yaratıcı drama yoluyla gerçekleştirilen aile eğitiminin, ebeveynlerin empati yeteneklerini geliştirmede, onların penceresinden bakabilme becerisini güçlendirmede ve çocuklarıyla daha sağlıklı, anlayışlı ve destekleyici ilişkiler kurmada ne kadar etkili olabileceğini göstermektedir. Katılımcılar, çocuklarının dünyasına daha açık ve duyarlı bir şekilde yaklaşırken, kendi ebeveynlik tarzlarını ve iletişim yöntemlerini yeniden değerlendirme fırsatı bulmuştur. Vermiş oldukları tepkilerin çocuklarının yaşamında ne tür izler bırakabileceğini ve ağızlarından çıkabilecek her olumsuz kelimenin iletişimlerini nasıl

etkileyebileceğini fark etmişlerdir. Canlandırmalarda kendi çocukluk ve gençlik dönemlerini yeniden hatırlayıp o dönemin düşünce, duygu ve davranışlarını gözden geçirmek çocuklarının onlara vermiş olduğu tepkilerde haklı gerekçeler bulmalarını kolaylaştırmıştır. Bu sayede empati kurmaları güçlenmiş, canlandırmalardan sonra yapılan ara değerlendirmelerde genel olarak ifade edilen “biz de o yaşlarda olduk” düşüncesi ile problemleri çözmek için daha akılcı öneriler sunmuşlar ve ortak yol bulmada başarılı olmuşlardır.

Mutlu anne mutlu çocuk yetiştirir!

Bu başlıkta, ebeveynlerin aile yaşam becerileri kapsamında öznel iyi oluş ve mutluluk üzerine elde edilen bulguların yorumlanmasına yer verilmiştir. Bu konuya ilişkin görüş belirten katılımcı (n=10) görüşleri aşağıda yer almaktadır;

“Bence biz mutluluğumuzu çok erteliyoruz. Ya da önce çocuğum önce eşim aman tadımız kaçmasın Ali Rıza Bey modundayız ama hayatı kaçırdığımızın çok da farkında değiliz. Üzülerek bazen mutsuz anneler olarak çocuğumuza sesimizi yükseltiyoruz. Sonrası zaten vicdan azabı. Ya da içimize atıyoruz kendi içinde çok mutsuzsun ama maskeleyip, hani vardır ya maskelerimiz, onun takıp içimizde ağlayan bir Pollyanna yüzümüzü var. Burada kendine zaman ayırmanın önemini anlıyoruz. Biraz ben olmanın önemini anlıyoruz” (Fulden, Odak grup görüşmesi).

“Ben evde bir şey olduğunda eşimi çocuklarımı düşünüyordum. En ufak bir şeyde hep kendimi suçlardım. Drama çalışmasında hocamız bana dedi ki kendini düşünmek bencillik değildir. İlk önce kendin iyi olasan ki çocukların, eşin ailen iyi olsun. Aslında bizim iyi olmaya ihtiyacımız varmış. Mutlu anneler mutlu çocuklar yetiştirir” (İrem, Katılımcı günlüğü).

Yaratıcı drama bir grup çalışmasıdır ve grup çalışmaları katılımcıları sosyal ve duygusal açıdan desteklemektedir. Bulgular bu açıdan yaratıcı drama ile aile eğitiminin ebeveynler için sadece eğitici değil, aynı zamanda kişisel gelişimlerini destekleyici bir araç olarak da işlev gördüğünü göstermiştir. Öznel iyi oluşları yükseldikçe mutluluklarının da arttığını ifade eden katılımcılar iyi hissettiklerinde daha etkili iletişim kurduklarını ve bu iyi oluşun tüm aileye sirayet ettiğini söylemişlerdir. Katılımcılar, kendi duygularını, ihtiyaçlarını ve sınırlarını anlama konusunda daha fazla farkındalık kazanmış, bu süreç onların mutluluğunun çocuklarına yansıtacağına olan düşüncelerine etki etmiştir. Bu sonuç yaşadıkları çatışmalarda daha yaratıcı düşünmelerini sağlamış ve problemlere alternatif çözümler getirmelerinde aktif rol oynamıştır.

Yapılan hataları anlamak

Bu başlıkta, ebeveynlerin aile yaşam becerileri kapsamında ebeveyn olarak iletişim kurarken yapılan hatalara yönelik bulguların yorumlanmasına yer verilmiştir. Bu konuya ilişkin katılımcı görüşleri (n=10) aşağıdaki gibi ifade edilmiştir;

“Aile eğitimi boyunca birçok doğru bildiğim yanlışların olduğunu ve özellikle çocuğumla bir türlü anlam veremediğim çatışmanın ne olduğunu fark ettim. Eğitim boyunca fark ettiğim ve düzelttiğim birçok yanlışlarım oldu. Çok bağırarak bir anneydim ben. Artık bu bağırmaı da kestim” (Mutlu, Odak grup görüşmesi).

“Bazen iyi anne olayım derken fazla taviz verdiğimin bazen de gereksiz çıkışlar yaptığının farkına vardım. Sinirlendiğim zaman kızımın gözünde çok çirkin olduğumu öğrendim. Yaşayarak öğrenemediğimiz kavramları oynayarak öğrendik. Böylece yapacağımız hataların öncesinden farkına varmış olduk” (Sevgi, Katılımcı günlüğü).

“Öfkemi bir fırtınaya benzettim bugün atölyede. Yaptığım canlandırmada öfkenin ne kadar yıkıcı olabileceğini gördüm. Bu kadar yıkıcı olmaya gerek var mı diye düşündüm. Öfkemi kontrol edebilirsem düzen de geliyor aslında.” (Mutlu, Katılımcı günlüğü) (Görsel 4.)



Görsel 4. Katılımcı Mutlu'nun öfke kontrolü atölyesi değerlendirme aşamasında öfkesini tanımladığı resmi

(Kaynak: Sema Baş, Kişisel Arşiv)

Yaratıcı drama temelli aile eğitimi ebeveynlerin kendi davranışlarını ve ebeveynlik yaklaşımlarını içsel bir perspektiften değerlendirmelerine nasıl yardımcı olduğunu göstermektedir. Öz farkındalıklarında önemli gelişim yaşayan katılımcılar girdikleri rollerde hem kendi pencerelerinden hem de çocuklarının gözünden öz değerlendirme yapma şansını bulmuşlardır. Bu anlamda olumsuz iletişimin ne tür sonuçlar getirebileceğini, özellikle öfkenin ilişkilerde ne denli yıkıcı olabileceğini fark etmişler, öfke kontrolünün önemini deneyimlemişlerdir. Bu süreç kendi hatalarını fark etme ve bu hataları düzeltebilme fırsatı sunmuştur. Güncel yaşantılarındaki çatışma durumlarını canlandırmalarda gören katılımcılar çatışma çözmekle ilgili yeni şeyler öğrenmişler, bundan sonra yaşayabilecekleri olası

durumlarda iletişim engeli olabilecek hatalı davranışların önceden farkına vardıklarını ifade etmişlerdir. Gelişimin yaşam boyu devam ettiğini düşünürsek yaratıcı drama temelli aile eğitiminin hem ebeveyn-çocuk ilişkilerini düzenlemede, hem aile içi iletişimde hem de ebeveynlerin öfke kontrolü gibi öznel gelişiminde olumlu etkileri olduğunu söylemek mümkündür.

Problemi fark etmek ve çözmek

Bu başlıkta, ebeveynlerin aile yaşam becerileri kapsamında çocukları ile yaşadıkları problemler ve getirdikleri çözümler üzerine elde edilen bulguların yorumlanmasına yer verilmiştir. Katılımcılar bu süreçte problem çözme becerilerini geliştirdiklerini (n=9) aşağıdaki gibi ifade etmiştir;

“Ben oğlumla sorun yaşadığımda görmezden gelmeyi seçerdim. Sorunu görmezden gelip geçmesini beklerdim. Fakat bunun faydasından çok olumsuz sonuçlar doğurduğunu gördüm yaptığımız dramalarda. Çözüm bulma yollarını keşfettim ayrıca. Görmezden gelmek yerine sorunları oturup konuşmanın daha faydalı olduğunu düşünüyorum” (Nehir, Odak grup görüşmesi).

“Kendi çarpık yansımalarımızı birbirimize gösterir olduk. İletişim ile problem çözmenin çok farklı yolları olduğunu aile içi ilişkilerin ifade etme ve etkin anlatımla daha sağlam temellere oturduğunu burada öğrendim” (Sedef, Katılımcı günlüğü).

“Bu eğitimden sonra demokratik bir ebeveyn olmaya gayret edeceğim. Herkes istediğini sevgi ve saygı içinde söylesin. Çocuğumu da böyle yetiştirmeye özen göstereceğim.” (Deniz, Katılımcı günlüğü) (Görsel 5.)



Görsel 5. Katılımcı Deniz'in aile tutumları atölyesi değerlendirme aşamasında demokratik aileyi tanımladığı resmi

(Kaynak: Sema Baş, Kişisel Arşiv)

Yaratıcı dramayla aile eğitimi uygulamaların, bireylerin kendilerini ve aile üyelerini daha derinlemesine anlamalarına, iletişim becerilerini geliştirmelerine yardımcı olabilmektedir. Yaratıcı drama yaşamın yeniden deneyimlenmesidir ve her yeni deneyim alternatif düşünebilme ve yaşanan sorunlara yaratıcı çözümler getirebilme adına önemli kazanımlar sağlamaktadır. Katılımcılar da atölyelerden sonra yaşanan sorunları görmezden gelip yok saymak yerine çözüme ulaştırmak için çaba sarf etmişler ve bunun aile içi iletişimlerini güçlendiren bir yaklaşım olduğunu düşündüklerini belirtmişlerdir. Canlandırmalardan sonra yaşanan çatışmalar grup içinde yeniden tartışılmış ve katılımcılar yaşanan problemi fark edip farklı çözüm yolları üretmişlerdir. Özellikle demokratik aile tutumu atölyesinde ele alınan çatışmayı çözmek için, ailece ortak karar almanın daha etkili bir yol olduğunu, herkesin sevgi ve saygı içinde duygu ve düşüncelerini söyleyebileceğini, sonuç olarak iletişimi güçlendirmek için bunun bir yaşam biçimine dönüşmesi gerektiğini ifade etmişlerdir.

Evden uzaklaşmak iyi gelir!

Bu başlıkta, ebeveynlerin aile yaşam becerileri kapsamında sosyalleşmelerine yönelik bulguların yorumlanmasına yer verilmiştir. Bu konuya ilişkin katılımcı görüşleri (n=6) aşağıdaki gibi ifade edilmiştir;

“Arkadaşlarımızla hepimiz farklı yaşantılarda olsak da hepimizin aynı sorunlarla mücadele ettiğini görmek bakış açımı değiştirdi. Burada birbirimizle olan ilişkimizi geliştirdi. Ev işleri dışında bir şeyle uğraşmak bize iyi geldi” (Meryem, Odak grup görüşmesi).

“Böyle aktivitelere katılmanın beni yalnızlıktan kurtardığını fark ettim. Sürekli ev işlerinde uğraşmam beni çevremden uzaklaştırdığını fark ettim” (Nida, Katılımcı günlüğü).

Selam arkadaşım nasılsın? İyi misin. Ben çok iyiyim. Canım ben seminere başladım. Çok endişeli başladığım seminere iki hafta sonra gelmeye başladım. Endişeli başlayıp keyifle bitirdiğim seminer çok güzel geçiyor. Ön yargılarımdan kurtulmam gerektiğini anladım. Kendime zaman ayırmanın beni daha enerjik yaptığını gördüm. Mutlu olduğumu hissettim. Böyle aktivitelere katılmam aslında beni yalnızlıktan kurtardığını fark ettim. Zamanımın daha dolu geçtiğini farkettim. Sürekli ev işleri ile uğraşmam beni çevremden, sosyalleşmeden uzaklaştırdığını fark ettim. İnsanlarla iletişimde yanlış konuştuğumu, sen diliyle konuştuğumu anladım. Artık ben diliyle konuşmak zor da olsa başarmak, ben diliyle konuşmak istiyorum. İnsanlarla daha olumlu konuşmaya başlıyorum. Esim ve çocuğumla deniyorum. Olumlu karşılık almaya başladım.

Görsel 6. Katılımcı Irmak'ın "Aile Yaşam Becerileri" programı değerlendirme atölyesinde yazdığı mektup

(Kaynak: Sema Baş, Kişisel Arşiv)

Sürekli ev işleriyle meşgul olmak, bireyleri sosyal çevrelerinden izole edebilir ve bu da yalnızlık duygusuna yol açabilir. Elde edilen bulgulara göre katılımcılar kendi aileleri içinde yaşadıkları çatışmalarda yalnız olmadıklarını, bu tür durumların her ailenin başına gelebileceğini ve ebeveyn olarak benzer tepkiler verdiklerini görmüş, sonuç olarak yalnızlık duygusundan uzaklaşmışlardır. Katılımcılar bu süreçte sosyalleştiklerini ve bunun kendilerine iyi geldiğini ifade etmişlerdir. Eğitim sonunda yazılan mektuplarda arkadaş ve yakınlarına bu tür eğitimlere katılmaları yönünde tavsiyelerde bulunmuşlardır. Yaratıcı dramının bu bağlamda bireylerin kendi iç dünyalarını ve yaşamlarını yeniden değerlendirmelerine, kendilerini ifade etmelerine ve sosyal bağlar kurmalarına yardımcı olduğunu söylemek mümkündür.

4.Sonuç ve Öneriler

Günümüz dünyasının hızlı değişimine hepimiz adapte olmaya çalışırken bu durumun getirdiği zorlukların ve riskli durumların özellikle çocukları ve ergenleri olumsuz yönde etkilediğini söylemek mümkündür. Aile içi yaşanan çatışmaların temelinde bu uyum sorununun olduğu göz önünde bulundurulursa yaşama hazırlanmak ve hazırlamak konusunda ebeveyn olmak her zamankinden daha fazla önem kazanmıştır. Bu açıdan ailenin gerekli yaşam becerilerini kazanmasını desteklemek toplumun tüm kurumları anlamında da önemlidir. 21. yüzyıl yaşam becerilerinin kazandırılmasında yeni yöntem ve teknikler kullanmak çağın gereklilikleri arasındadır. Bu eğitimlerin yaratıcı drama gibi sanat eğitimi temelli yapılması içinde bulunduğumuz yüzyılı yakalayabilmek açısından önem kazanmaktadır.

Literatür incelendiğinde yaratıcı drama yöntemi ile aile yaşam becerileri konusunda kısıtlı çalışmaya rastlanmıştır. Bu yönden araştırmamıza konu olan programın uygulanma süresi, yaşantı odaklı olması ve yaratıcı drama yöntemiyle işlenmesi programın güçlü yanını oluşturmaktadır. Yapılan araştırmada yaratıcı drama yöntemi kullanılarak hazırlanan aile yaşam becerileri programının özellikle aile içi iletişim konusunda etkili olduğu görülmüştür. Ben dili ve sen dilinin iletişim engelleri ve çatışma üzerindeki önemini kavrayan katılımcılar bu yolla çocuklarıyla daha sağlıklı iletişim kurduklarını söylemişlerdir. Özellikle empati kurabilme becerisinin önemli ölçüde geliştiği söylenebilir. Anneyken çocuk olmanın ne olduğunu unuttuklarını ifade eden ve çocuk rolünderken kendi çocukluk dönemlerini yeniden hatırlayan katılımcılar, o dönemdeki duygu ve düşüncelerini yeniden canlandırırken çocuklarını daha iyi anladıklarını belirtmişlerdir. Atölyelerde canlandırmalar sonunda kendi davranışlarını ve yaklaşımlarını sorgularken tutumlarını yeniden tartışıp, daha sağlıklı ilişkiler kurmaya başladıklarını ifade etmişlerdir. Bu anlamda kendi duygularını, ihtiyaçlarını ve

sınırlarını anlama konusunda daha fazla farkındalık kazanan katılımcılar kendi mutluluklarının çocuklarına olan etkisini fark etmişlerdir. Yaratıcı drama katılımcıların aile yaşam becerilerinde yeni bir perspektif açmış, kendi hatalarını fark etme ve bu hataları düzeltebilme fırsatı sunmuştur. Bu sayede problem çözme becerilerini geliştirdiklerini söylemek mümkündür. Sürekli ev işleriyle meşgul olmak, bireyleri sosyal çevrelerinden izole edebilir ve bu da yalnızlık duygusuna yol açabilir. Yaratıcı drama sosyalleşme açısından uyum becerisini kolaylaştırırken bireylerin kendi iç dünyalarını ve yaşamlarını yeniden değerlendirmelerine, kendilerini ifade etmelerine ve yeni iletişim kanalları açarak sosyal bağlantılar kurmalarına yardımcı olur.

Çalışma sonunda ulaşılan bulgular genel olarak alan yazınla benzerlik göstermektedir. Yaşantıya dayalı öğrenmelerin daha kalıcı olduğu yaklaşımıyla yapılmış olan aile eğitimi programları da çalışmamızla benzer sonuçlara ulaşmıştır. Şahin ve Özbey (2007) aile eğitim programlarının gerekliliği hakkındaki çalışmalarında farklı aile eğitim programları geliştirme ve yaygınlaştırmaya vurgu yapmış, çocukların her yaş döneminde farklı özellikler gösterdiğini belirterek ebeveynlerin bu dönemlere uygun eğitim programlarına katılmalarını önermiştir. Şahin ve Kalburan (2009) yurt dışında uygulanan farklı aile eğitim programlarının etkililiğini araştırmışlardır. Ulaştıkları çalışmalarda yaşantıya yönelik programlar da yer almaktadır. Bu programların uygulama sonuçlarına göre ebeveyn davranışlarının olumlu yönde değiştiği ve öz yeterlilik duygularının arttığı bilgisine ulaşmışlardır. AEP programı temel alarak yeni bir formda yaptığı çalışmasında Koca Akça (2013) evlilik doyumu, evlilikte sorun çözme becerisi ve psikolojik iyi oluş düzeyini arttırdığı görülmektedir. Bu çalışma aileleri koruyucu önleyici kapsamda aile ilişkilerini geliştiren, öz kaynaklarını etkili bir şekilde kullanabilen ve karşılaşabilecekleri çeşitli risklere yönelik önlemler alabilen ebeveynler olma yolunda bir grup yaşantısı sağlamıştır. Kazdin, Siegel ve Bass (1992) aile yaşam becerilerinden biri olan “Ebeveynlerin Problem Çözme Becerileri Eğitim Programı” sonucunda, amaçladıkları kazanıma ulaşmış anne babaların çocuklarında da davranış problemlerinin düzelmesinde önemli düzeyde başarıya ulaşmıştır. Sonuç olarak çocuklarda sosyal çatışmalarda gerileme aynı zamanda diğer sosyal becerilerde de artış gözlenmiştir. Anne babalarda olumlu ebeveynlik algısı desteklenirken stres de azalmıştır. Bu çalışma bu yönden anne baba eğitimlerinin aile yaşam becerilerinde önemli katkısı olduğunu göstermektedir.

Yaratıcı drama 21. yüzyıl becerilerinin temel konularından biri olan sanat ve yaratıcılık temelinde alındığında bu yüzyıl için birey yetiştirme açısından etkin ve önemli bir yöntemdir. Yaşam boyu eğitimin önemini vurgulayan AASL (2017) düşünmenin, yaratıcı olmanın, paylaşmanın ve büyümenin yaşam boyu sürdüğünü ifade etmektedir. Yaşam boyu eğitim kapsamında yaratıcı drama yöntemi kullanılarak verilen aile eğitimiyle bilinçlenen aile kurumu, çocuklarını da bu becerilerle güçlendirdiğinde 21. yüzyıl becerileri hedeflerine de ulaşmış olacaktır.

Yaratıcı drama da tıpkı ailede deneyimlenen yaşantıların modellendiği gibi yaparak ve yaşayarak öğrenmeye dayalıdır. Bu anlamda rol model olan ebeveynler çocukları ile yaşamış

oldukları çatışma durumlarına getirdikleri çözüm önerileri açısından da yaratıcı drama yöntemiyle yeniden deneyimleme şansı bulurlar. Yaratıcı drama çatışma çözme becerilerini geliştirirken karşılaşılan problemleri çözmeye alternatif çözümler getirebilme becerisini de destekler. Katılımcılar başka bir role girerler rol oynama sürecinde girdikleri roller gibi davranırlar. Roldeki kişilerin neler düşündüğünü ve hissettiğini deneyimlerler. Bu sayede yaratıcı tutum ve düşünme becerileri gelişir. Gelecekte benzer durumlara verebilecekleri tepkileri önceden görebilme şansını yakalarlar ve gerçek yaşam durumlarına dair bir öngörü sahibi olurlar. Sonuç olarak yaşam becerilerine dair yeni bakış açıları geliştirebilirler.

Bu araştırmanın sonunda aile yaşam becerileri ile yapılabilecek çalışmalar için aşağıdaki öneriler verilebilir:

- Bu çalışmaya sadece anneler katılmıştır. Çalışmanın daha etkili olması için diğer ebeveynleri de içine alan daha kapsamlı bir program geliştirilebilir. Eş zamanlı olarak çocuklarla da benzer atölyeler yapmak bütüncül bir yaklaşım sağlayacaktır.
- Yaratıcı drama yöntemiyle yapılan bu çalışma katılımcıların kişisel gelişimini desteklerken yeni sosyal bağlar kurmalarına fırsat sunmuş, aile yaşam becerilerine önemli derecede katkı sağlamıştır. Bu açıdan bakıldığında bu tür beceri eğitimlerinde yaratıcı dramayı daha yaygın kullanmak daha etkili öğrenme ortamları ve yaşantı zenginliği sağlayacaktır.

Kaynakça

- Adıgüzel, Ö. (2018). *Eğitimde yaratıcı drama*. Ankara: Yapı Kredi Yayınları.
- Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, (2011). *Aile Yaşam Becerileri Programı*. <https://aep.aile.gov.tr/>.
- Akça Koca, D. (2013). Bir aile eğitim programının evli annelerin evlilik doyumu, evlilikte sorun çözme becerisi ve psikolojik iyi oluşuna etkisi, [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Marmara Üniversitesi.
- American Association of School Librarians (AASL),(2017). *AASL standards framework for learners*. <https://standards.aasl.org/wp-content/uploads/2017/11/AASL-Standards-Framework-for-Learners-pamphlet.pdf>
- Creswell, J. W. (2013). *Nitel araştırma yöntemleri beş yaklaşıma göre nitel araştırma ve araştırma deseni*. Ankara: Siyasal Kitabevi.
- Dede, C. (2010). Comparing frameworks for 21 century skills. Bellanca, J. & Brandt,R. (Ed.), 21. century skills:rethinking how students learn. Printed:USA https://books.google.com.tr/books?hl=en&lr=&id=aGYXBwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT79&dq=info:eXTqrb71pA4J:scholar.google.com&ots=wdc1DT2-4P&sig=CgfQN9cfiebR9mU5e6JptfJAKYM&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false

- Dünya Sağlık Örgütü (World Health Organization), (1997). Life skills education for children and adolescents in school. Introduction and guidelines to facilitate the development and implementation of life skills programmes. <https://www.orientamentoirreer.it/sites/default/files/materiali/1994%20OMS%20lifeskills%20edizione%201994.pdf>
- Freeman, G. D., Sullivan, K., & Fulton, C. R. (2003). Effects of Creative Drama on Self-Concept, Social Skills, and Problem Behavior. *The Journal of Educational Research*, 96(3), 131–138.
- Gökbulut, Ö. Ö. (2006). Anne baba olma farkındalığı gelişiminde yaratıcı dramanın yöntem olarak kullanılması. *Yaratıcı Drama Dergisi*, 1(2), 29-39.
- Kazdin, A. E., Siegel, T. C. ve Bass, D. (1992). Cognitive problem-solving skills training and parent management training in the treatment of antisocial behavior in children. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 60(5), (733-747). <https://scihub.se/https://doi.org/10.1037/0022-006X.60.5.733>
- Keski, Y. ve Aykaç, M. (2014). İletişim engellerinin aile içi iletişime etkisini incelemede yaratıcı drama yönteminin kullanımına ilişkin katılımcı görüşleri. *TSA*, 18 (3), 121-144.
- Koran, N. (2020). *Yaşam becerileri*, A. Ummanel (Ed.), İstanbul Üniversitesi Açık Ve Uzaktan Eğitim Fakültesi.
- Maxwell, J. A. (2018). *Nitel araştırma tasarımı etkileşimli bir yaklaşım*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- MEB, (2008). *7-19 Aile eğitimi programı eğitici klavuzu*. Ankara.
- MEB, (2022). *Aile okulu*: <https://aileokulu.meb.gov.tr/>.
- Merriam, S. B. (2018). *Nitel araştırma desen ve uygulama için bir rehber*. (S. Turhan, Çev.) Ankara: Nobel Yayıncılık.
- P21 Headquarters, (2019). *Framework for 21st Century Learning*. <https://www.battelleforkids.org/insights/p21-resources/>
- OECD. (t.y.). Social and emotional skills: Well-being, connectedness and success <https://www.oecd.org/education/cei/social-emotional-skills-study/>
- OECD. (t.y.). 21st Century Skills: How can you prepare students for the new Global Economy? <https://www.oecd.org/site/educeri21st/40756908.pdf>
- Runkel, H. E. (2008). *Screamfree parenting: the revolutionary approach to raising your kids by keeping your cool*. Portland: Broadway Books.
- Şahin F. T., Kalburan F.N.C. (2009). Aile eğitim programları ve etkililiği: dünyada neler uygulanıyor? *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25 (25), (1-12).

- Şahin F. T., S. Özbey (2007). Aile Eğitim Programlarına Niçin Gereksinim Duyulmuştur? Aile Eğitim Programları Neden Önemlidir? *Aile ve Toplum* ,3 (12), (7-12).
- Tan, E. (2020). Yaratıcı Drama Eğitiminin Annelerin Özyeterlik Becerileri Ve Bebeklerinin Sosyal-Duygusal Gelişimleri Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi[Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Karabük Üniversitesi.
- Yıldırım, A., ve Şimşek, H. (2008). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.