

UYGULAMALI GRUP ETKİLEŞİMİ DERSİ İLE İLGİLİ ÖĞRENCİ İZLENİMLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Dr. Uğur ÖNER

GİRİŞ

Günümüzde artık insanı kendi başına bir birey olarak değil, çevresi içinde düşünen, duyan, hareket eden bir varlık olarak anlamak, ona böyle yaklaşmak ve yardım etmek eğilimi gittikçe artmakta ve benimsenmektedir. Böylece grup yaşantısı, öğrenmeyi ve büyümeyi destekleyici bir araç olarak kullanılmaktadır.

Üniversite eğitimi için büyük kentlere farklı bölgelerden ve kültür ortamlarından gelen öğrenciler, birden bire kendilerini geniş gruplar içerisinde buluveriyorlar. Zamanlarının büyük bir bölümü ya da tümü, kendileri için yeni, anlaşılabilmesi güç ve karmaşık ilişkilerle dolu büyük gruplar içerisinde geçmeye başlıyor. Oysa, bireyler insan ilişkilerinden en fazla doyumunu daha küçük gruplar içerisinde yaşanan yüz yüze, içten, sıcak ve sürekli ilişkilerden sağlayabilirler. Küçük gruplar içinde bireyler, dış dünyanın baskılı yaşam koşullarına uyabilme yeteneklerini geliştirme ve pekiştirme olanağını bulabilirler. İşte bu gereksinimleri karşılayabilmek amacı ile grup yaşantıları önem kazanmaya başlamıştır. Bu yöntem bireylerin kendilerini tanımlarında, sorunlarını görebilmede, çevresindekilerle daha iyi bir iletişim kurabilmede etkili olmaktadır.

Bireyler yaşam boyunca çeşitli alanlarda çeşitli sorunlarla karşılaşurlar ve bunların üstesinden gelmeye çalışırlar. Gençlik dönemi bu sorunların daha da yoğun biçimde yaşandığı dönemdir. Bu sorunlar, kendini tanıma, arkadaş ilişkileri; ana-baba ve yakın çevreyle iletişim kurabilmede yaşanan güçlükler, beden ve ruh sağlığı ile ilgili kaygılar, kişilik gelişimi, eğitim barınma, gelecekle ve meslek yaşamı ile ilgili sorunlar olarak belirebilir. Bu sorunlar içerisinde bazen birey kendini çaresiz ve yalnız hissedebilir ve çevresinden kopabilir. Oysa grup yaşantısı içerisinde, diğer kişilerin de benzer sorunları olduğunu görebilir, onlarla bu sorunları paylaşabilir. Ayrıca bunları yalnızca kendi-

sinin yaşamadığını görmesi normallik duygusu geliştirmesine de yardımcı olur.

Çevre insanlar için çeşitli doyum sağlayıcı olanaklarla dolu olduğu kadar, aynı zamanda çeşitli sorunların kaynağını da oluşturabilmektedir. Bu nedenle sorunların yaşıt grupları içerisinde tartışılması daha etkili olabilmektedir. Çünkü grup, güven duyabilme, kabul edilme, ait olma, grup üyeleriyle özdeşleşme gibi temel olan gereksinimleri karşılayabilme potansiyelini taşır.

İşte psikoloji bölümü öğrencileri de grubun işlevlerini öğrenmek ve grup yaşantısının etkilerini tanımak amacıyla böyle bir derse katılmakla yükümlüdürler.

Eğitim Bilimleri Fakültesinde, Uygulamalı Grup Etkileşimi dersi, Eğitimde Psikolojik Hizmetler alanında görev yapacak kişileri grup konusunda eğitmek amacı ile yürütülen bir derstir. Bu çalışma 14 haftalık bir süreyi kapsamaktadır. İlk birkaç hafta boyunca grupla ilgili kavramlar kuramsal bir çerçeve içerisinde açıklanmakta ve tartışılmaktadır. Daha sonra, öğrencilerin yaşayarak deneyim kazanabilmeleri için grup yaşantısına geçilmektedir.

1986 yılından beri yürütülen bu dersin sonunda her yıl öğrencilerden grupta yaşadıklarını dile getirmeleri ve bu etkinliği değerlendirmeleri istenmektedir. Böylece hem dersin yürütülmesinin değerlendirilmesi, hem de öğrencilerin grupta neler yaşadıklarını, duygularını ve sorunlara nasıl yaklaştıklarını görebilmek söz konusu olmaktadır.

Bu çalışma ile, psikoloji alanında bilgi edinmenin yanı sıra, kazanılan bu bilgilerle öğrencilerin kendi kişilikleri arasındaki ilişkiyi görebilmenin, yaşayabilmenin onlara neler kazandırdığını saptamak amaçlanmaktadır. Bu amaçla öğrencilerin kendi değerlendirmelerinden, kendi anlatımlarıyla, aynı şeyleri tekrarlayan kağıtları dışta bırakarak, hiçbir sıralama yapmadan yararlanılmıştır (her ifadenin başına öğrencinin cinsiyetini gösteren bir rumuz konmuştur).

Grup yaşantısıyla ilgili bu izlenimler, üç yıl boyunca 121 öğrencinin katıldığı gruplar sonundaki yazılı değerlendirmelerden elde edilmiştir. Aşağıda bu değerlendirmelerin çözümlemesi ve yorumu yapılmaktadır. Bu amaçla öğrencilerin ifadeleri belirli başlıklar altında ele alınmaktadır, ancak bu sınıflama kesin değildir, çünkü bir ifade birçok kategori altına girebilmektedir. Sonuç olarak bu çalışma öğrencilerin uygulamalı Grup Etkileşimi dersine ilişkin değerlendirmelerinin niteliksel bir yaklaşımla incelenmesinden ibarettir.

ÖĞRENCİ DEĞERLENDİRMELERİ

K- "Bu ders bana herşeyden önce *keşfimi toplum içinde ifade edebilme* gücü kazandırdı. Çünkü diğer derslerdeki sınıf içi etkinliklerde konuşmak için söz almaktan çekinir ve topluluk içinde konuşmaktan sıkılırdım. Bu ders sayesinde kendime güvenimi kazanmış oldum.

Grup Etkileşimi dersini almadan önce sınıftaki pek çok arkadaşım ile olan ilişkilerim "günaydın" yada "iyi akşamlar" sözcüklerinden öteye gitmiyordu. Pek çok arkadaşımın sadece adını biliyor onları tanııyordum. Bu nedenle sadece önyargılı hareket ediyordum. Bu ders sayesinde pek çok arkadaşımı tanımış oldum ve ilişkilerim daha içten ve yakın olmaya başladı.

Bazı sorunları sadece kendimin yaşadığını sanıyordum ve bunlar cevapsız kaldıkları için kafamda soru işaretleri bırakıyorlardı. Oysa bu dersi aldıktan sonra benim içimde sorun olan duyguların pek çok arkadaşım için de sorun olduğunu gördüm. Bunlar geleceğe yönelik endişeler, cinsel konular, çeşitli bunalımlar, derslerdeki başarısızlıklar gibi.

Bu dersle fakülte hayatımda ilk defa öğretim üyesiyle öğrencileri arasında sıcak ve samimi bir ilişki ortamı içinde ders yapma duygusunu yaşadım. Gördüm ki öğrenci-öğretmen kaynaşması kesinlikle disiplin-siz bir ortam yaratmıyor ve öğrenci için çok daha olumlu bir uygulama.

Bu ders ayrıca bana insanlarla ilişki kurmamda ve onlara nasıl yaklaşsam daha samimi ilişkiler kurabileceğim yolunda da bilgi verdi. İnsanlarla iletişim kurmanın yollarını öğretti. İnsanları tanımayı ve anlamayı öğrendim.

Benim için sorun yaratan bir takım duyguları da bu sayede çözmüş oldum"

K. "Bu ders bana daha çok sürekli olarak ayrı ortamda bulduğumuz, selamlaştığımız, ayak üstü konuştuğumuz, görmezlikten geldiğimiz ve oturup konuştuğum halde yakından tanıyamadığım insanları beklediğim ölçüde olmasa bile tamamamı sağladı.

Ayrıca değişik insanları tanımak bana yaşam zenginliği kazandırdı. Onlar ne hissediyor, bir olay karşısında tepkileri ne oluyor. Beni farklı tanıyan arkadaşlarımın ön yargılarını sliip atmalarını aramızda bir yakınlığın kurulmasını sağladı.

Aklıma hiç bir zaman burada anlattıklarımın sonra bana karşı kullanılacağı fikri gelmedi. İçimden nasıl geldiyse öyle davrandım. Duygularımı aktardığım düşüncesindeyim.

Ayrıca bir grup nasıl oluşuyor aşamaları neler, grup üyelerinin huzursuzluklarını gözleme bir grup yöneticisinin grup akışını nasıl sürdüğünü göme olanağı buldum.”

K. “Ben bir kazancım olduğunu düşünüyorum. Olaylara tek bir açıdan değil birçok açıdan bakabilmeyi gerçekleştirebilecek cesareti gerçekleştirdim...”

Hiç karşımdaki açımdan düşünmedim samiyorum. Onun düşüncelerini ve duygularım hiç hesaba katmadım bir çok olayda...

Yani öyle bir noktaya getirdiki bu ders beni, geçmişle bir hesaplaşmaya girdim. Ama itiraf edebilirim ki büyük bir rahatlama oldu. Bir adım atıldı ve yürüyebilmek bizim elimizde.”

K. “Bu derse ilk başladığımızda bana fazla bir şey verebileceğini zannetmiyordum. Ancak bu zamanla ortadan kalktı doyumsuz bir ders haline geldi.

Arkadaşlarımı daha yakından tanıdım. Hep birlikte içten, samimi, açık bir ortam oluşturduk. Ben bazı sorunlarımı en yakın arkadaşım ile bile paylaşamazken aynı sorunları aşında yalnızca ben değil pek çok arkadaşım da olduğunu gördüm. Kendimin çözüm bulamadığım yanlarıma hep birlikte daha kolay çözüm bulduk.

Yine bu ders benim fakülteadaki öğretmenler hakkındaki düşüncelerimin değişmesine neden oldu.”

K. “Kendi iç benliğimizden söz etmek grup arkadaşlarımızla yüzeysel olan ilişkilerimizin derinleşmesine neden oldu.

Arkadaşlarım ve ben grubu güven duyulan bir ortam olarak görmeye başladıkça iç-benliklerimizdeki gizli kalmış uydularımızdan bahsettik. Duygularımdan bahsederken bazen acıyı, bazen sevinci yeniden yaşıyordum. Böyle olunca grubun yardım elini gördüm. Yardım etme çabası gruba güven hissimin artmasına neden oldu. Çeşitli yönlerimi görmeye başladım. Kendimi olduğum gibi kabul etmeye ve analize yöneldim. Kendimi çözersem daha başarılı olacağıma inanıyorum artık. Böylece bir adım daha atmış oldum sanırım. Grupta, dışarda kullandığım çoğu maskeleri ve rolleri attım.

• Duygularımı konuşuyor, olmamı istedikleri biçimde davranmıyor, içimden gelenden bahsetmeyi öğreniyordum. İçimde kapalı kal-

miş olan bazı istekler ve arzular dışarıya çıkış yolu buldular. Şimdi eskisinden çok daha iyimser çok daha rahatım.”

K. “Uy. Grup Et. dersinde ne yapacağımı bilmeden bu derse başladım. Merak ediyordum. Acaba nasıl bir ders diyordum. Bu ders için Birime gittik yerlerde minderlerin üzerine oturduk. Burası sınıftan çok değişik bir ortamdı. İnsan kendini daha rahat hissediyordu.

Güvenmemiz ve duygularımızı açabilmemiz. Bunun bir ölçüde sağlandığına inanıyordum. İnsanın duygularını o anda açığa vurması güzel bir olay.

Üç yıldır aynı sınıfta olduğumuz arkadaşlarla selamlaşıyoruz, konuşuyoruz.”

K. “Bu dersin sınıf ortamından farklı yüz yüze ilişki içerisinde yapılması daha iyi olmasına olanak sağladı.

Üç yıldır aynı sınıfta olupta tanımadığım arkadaşları tanıma fırsatını buldum.

Onların sorunlarını kendimde yaşadım ve kendimi daha iyi değerlendirmeye fırsatı buldum. Çözüm bulamadığım bazı durumları çözmeme bir nevi kolaylaştı. Bu dersin daha uzun süre kapsamaması derse bazı sınırlılıklar getirdi. Belli bir güven ortamı sağlandıktan hemen sonra ders bitti. Kendimi açıklama fırsatı bulamadım. Bu ders alsında birinci sınıftan itibaren verilmeli ve bir dönemlik ders olmaktan öteye gitmelidir.”

E. “Ders süresinin kısa olması bozım için bir şanssızlıktı. Arkadaşlarımı kendime uzak buluyordum. Sanki benim yaşadığım duyguları onlar yaşamıyormuş gibi geliyordu. Gördümki onlar da benim gibi hisseden ve bir takım üzünceleri yaşayan insanlarmış. Sanıyorum ki bundan sonra kendimi onlara daha yakın hissedeceğim. Sanıyorum diyorum çünkü insanları kendime yakın bulma hissine tamamen alışmış değilim. Yine de içimde duyduğum bir uzaklık var. Ders süresi uzun olsaydı belki bu da olmayacaktı. Pencerelemlerimi insanlara açabilecektim.

Kendimi tanımak istiyorum. Çevremdeki insanlardan çok kendimi tanımak. Eminim ki o zaman etrafımdaki insanları daha kolay tanıyacak ve anlayacağım.

Bu ders bana kendimi anlama yolunda ne yapmam gerektiğini öğretti.”

K. “Bu dersin bana kazandırdığı bir şey de insanlara karşı içimde yok olmaya yüz tutmuş güven duygusunu yeniden kazandırmış olma-

sıdır. Gördüm ki arkadaşlarıma bir çok şeyi anlatabileceğim, paylaşabileceğim bir güven ve sevgiyle dolular.

Bu dersin 3. sınıfta olması büyük bir kayıp. Keşke birinci sınıftan konsa da arkadaşlarımızı tanıyıp kaynaşabilsek. İşte o zaman çekingenlik, güvensizlik denen olaylar da ortadan kalkar.”

E. “Herşeyden önce bu dersin programa konması çok güzel bir olay, Tek eksikliği sınırlı olması.

Bir çok duyguları diğer arkadaşlarımda yaşadığımı anladım. Bir çok duyguları ortak olarak yaşadığımızı daha iyi anladım.

Bir arkadaşım sorunu anlatırken ben de onunla birlikte o duyguları yaşadım. Tek olumsuz olan yönü gruba rahatça girememem, bir çok duygularımı anlatamamam oldu.”

K. “Dersin ilk üç haftasının uygulamaya yönelik olmadan kuramsal olarak işlenmesi bizi uygulamaya hazırladı.

Dersin farklı bir fizik ortam da yapılması beklentilerimizin farklılaşmasına ve ilgi düzeyimizin yoğunlaşmasına neden oldu.

Benim kendimi algılayışım ile grubun beni algılayışı farklıydı. Bu fark bana davranışlarım arasında bazı analizler yapmağa itti.

Bu ders üç sene içerisinde bana psikoloji bölümünde durduğumu somut olarak ortaya koyan sayılı derslerden biri olmuştur.

Bazen tümü ile açamadığım, içimde gizli olan bir takım duygularımı açığa vurmama ve rahatlanmama neden oldu. Bu değişme ve gelişme benim için en değerli kazançtır.”

K. “Arkadaşlarımla aramda olan yüzeysel ilişkiler ilerleyerek dostluklara kadar vardı.

Bende var olan duyguların ve düşüncelerin sadece bende olduğuna inanır (ör. yalnızlık), bunun anormal bir davranış olduğunu sanırdım. Arkadaşlarla paylaştığım bu duyguyu.

Kendimi nasıl tanıyacığım sorusuna cevap buldum.

İnsanlara daha bir güvenle ve sevgiyle bakmaya başladım, insanları sevmeyi öğrendim.”

E. “Kendi aile ortamı içerisinde dahi hep içimizde bir sır gibi kalan düşüncelerin öyle büyürülecek bir yanının bulunmadığına inanmam böyle bir dersin biz gençlere verebileceği en büyük nimet olsa gerek.”

K. “Şunu rahatlıkla söyleyebilirim kimse samimi bir şekilde genel veya özel bir sorununu açıklamadı. Daha doğrusu açıklamak istemedi. Ben bile ailemle özellikle ablamla olan çatışmalarımı anlatırken bile tümüyle samimi olduğumu söyleyemem. Bunu söylerken, söylediklerim yalan ya da yanlış şeylerdi demek istemiyorum. Ama her bir şeyi söylerken kendimi kontrol etmeye özellikle dikkat ettim.

Fakat tüm bunlara rağmen yine de ben o ortamda bir parça da olsa bir sıcaklık bir yakınlık hissettim. Ben başlangıçtan beri o ortamda hiç kimsenin bir şey açıklamayacağını sanıyordum. Bu düşüncem biraz olsun silindi ama büyük bir bölümü halen geçerliliğini korumakta.”

K. “Ben uygulamalı grup et. dersi aracılığıyla kişilerle iletişime girmede ne kadar zorlandığımı daha iyi anladım. Grup yaşanırken öyle çok ilgimi çeken konular olduğu ama orada konuşmakta zorluk çektim. Aslında kısa süreli bir ders olması ve yeni yeni gruba ayak uydurabilmemden kaynaklanıyor. Ben eğer bir kaç hafta daha girmiş olsaydım kendimi gruba açabilirdim. İnsanlara karşı ne kadar güvenilebileceğini anladım. İlk defa bir sınıf ortamını paylaşan arkadaşlarla birlikte, arkadaşlarımızın anlattıklarını paylaşıyorduk. Beni en çok mutlu eden olay da karşımızdaki kişilerin bize güvenmesiydi.

En çok ilgimi çeken de sadece bana ait diye gördüğüm ve benim seddiğim bir çok sorunu diğer arkadaşlarımda yaşamış olması.

Ayrıca arkadaşlarımdan çoğunun ailesi ile bir çok sorunlarını paylaşabildiğini anlatması, beni üzdü. Bunun sebebi de kendimin böyle bir olayı yaşamamasından, ama en kısa zamanda bunu başarmak için girişimlere girmeyi düşünüyorum.

Gruba bir kez katılmama ve sadece dinleyici olarak kalmama rağmen arkadaşlarımdan sorunlarını tartışması, kendilerini dile getirmeleri ile kendimi tanımaya çalıştım. Bu sayede aslında bir çok bilmediğim yönümü de gördüm diyebilirim.”

E. “Bu ders çoğu zaman yabancılaştığım kişiliğimi ve farkında olmadığım birçok davranışımı görmemi sağladı. Tanımadığım, üç yıldır tahta sıralarda ensesini seyrettiğim arkadaşlarımla yüz yüze gelecek yaşanan bir çok duygunun tanığı oldum.

Eğer çeşitli ortamlar yaratılırsa kendimi ortaya koymada ilişki kurmada ne kadar başarılı olacağımı anladım. Yıllarca bir otorite figürü olarak algıladığım öğretmenlik mesleğinin değişik şekillerde kullanıldığında öğrencilere ne kadar yararlı olacağımı düşündüm.

Grup yaşantısı bana kız arkadaşlarımın sorunlarına karşı daha duyarlı olmayı öğretti.

Kısacası ben belki bu ders olmasaydı 4 yıl boyunca arkadaşlarım arasında bir yabancı gibi olacaktım.”

K. “Topluluk içinde duygu ve düşüncelerimi açma veya başkalarının düşüncelerine katkıda bulunmakta güçlük çekiyordum. Topluluk içinde konuşurken engelleyemediğim bir takım durumlar içine giriyordum ve bu beni çok rahatsız ediyordu. Ders süresince ilk aşamada bu zorluk sürdü fakat sonra kendimi rahatlıkla konuşur buldum.

Ayrıca aile içindeki bir takım sorunlarda yalnızca anne babamı suçluyordum. Tutarsızlığın ashnda benden kaynaklandığını anladım.”

K. “Duygularımı arkadaşlarıma açtığım zaman kendimi rahat hissediyorum. İnsanlararası ilişkilerde sevginin oldukça önemli olduğunu bu ders sayesinde oldukça iyi anladım. Sevdiğim kişilere “Seni seviyorum” diye rahatlıkla söyleyebiliyorum. Söylediğimde ben de rahatlıyorum, karşımdaki de, ilişkiler bu sefer daha iyiye doğru gidiyor.

Son olarak insan kendini yaşayabilmeli, yaşamın tadını anlamalı ilişkilerde sıcak olmalı.”

K. “Herkes gibi bende kendimi kusursuz görmekteydim ve bu ders dışında bana yapılan eleştirilere büyük bir tepki gösterirdim. Arkadaşlarımın iyi ya da kötü yönlerimi eleştirmeleri benim şahsım için olumlu duygular ve davranışlar geliştirmeme neden oldu.”

K. “Ben okulun başlangıcında iki tane arkadaş edinip ve başka kimseyle arkadaş olmaya gerek görmemiştim. Bu yıl başıma kadar da bu düşüncedydim. Bu derste iç gruba girinceye kadar sadece diğer arkadaşlarımı dinlemekle yetiniyordum. Topluluk içinde konuşmak benim için çok güçtü. Sanki söylediklerim hep yanlış ve yanımdakiler benimle alay edecekmiş gibi geliyordu. Bu düşünceyle, her hafta birimde bir köşede oturuyordum. Fakat sonunda iç gruba girmek zorunda kaldım. Önceleri konuşmadım. Sonra konuşmak zorunda kaldım. Sandığım kadar zor değilmiş konuşmak. Önceleri yüzümün kızardığını hissettim fakat sonra rahatça konuşmaya başladığımı hissettim. Hiçte beklediğim gibi arkadaşlar bana gülmüyordu.”

K. “Bu dersler sırasında beni oldukça sarsan bir şeyi anladım. Ben, hayatım hakkında yeterince düşünmediğimi gördüm. Yani benimle ilgili pek çok konu hakkında çoğu zaman başkaları karar verdi. Buna sebep gene benim. Düşünüyorum da şimdiye kadar olaylara

hep kadereci diyebileceğim bir gözle baktım. Geleceğim hakkında bazı kararlar vermem ya da bende huzursuzluk yaratan bir duruma çözüm bulmanın gerektiği zamanlarda bunu hep başkalarına bıraktım. Ya da zamana bıraktım. Ama şimdi düşünüyorum niye ben gitmedim olayların üstüne niye ben en azından çözebileceğim kadarını çözmedim diye. Sorunun cevabı da kendime güvensizlik. Tek çocuk olmam ve sorunlarıma ailemin bir çözüm bulması oldu. İşte grup dersinde bunu anladım ve bu benim için çok önemli bir şey. Değişmeye çalışıyorum. Sanıyorum başarılı da oluyorum.”

K. “Kendimi gruba öylesine kaptırmıştım ki, artık grup içinde ben de konuşuyordum. Yaşasın uygulamalı grup etkileşimi. Benim sınıf içinde konuşmamı sağlayan ilk ders. Benim için en önemli büyüdü artık bu alışkanlığı kazanmıştım.”

E. “Ben bu dersi almadan önce, birşey söyleyeceğim zaman yüzüm kızarır yanlış yaptığım zaman arkadaşlar tarafından alay edileceğimi düşünür ve bu yüzden daima yalnızlığı tercih ederdim. Artık kendime güvenmeye başladım. Başkalarının benim hakkındaki düşünceleri pek fazla etkilememeye başladı. Başkalarının etkisi altında kalmaktan kurtardı. Kendim hakkındaki kararları kendimin verebileceğine inandım ve bu şekilde davranmaya başladım.”

E. “Düşünceler duygulardan daha çok geliyordu ortaya. Bir de grup çok kalabalıktı. Daha az olsaydı yaşantılar daha yoğun olurdu.”

K. “Ben bir toplulukta konuşurken bayağı sıkılıyor, çekiniyor konuşmamayı yeğliyordum fakat dersten sonra grup içinde sıklıkla ve çekingenliğim daha azaldı diyebilirim. Bundan başka sıkıntıları, duygularımı bu derste arkadaşlarımla paylaşmak, konuşmak ve onların duygu ve düşüncelerini dinlemek beni fazlasıyla rahatlatmıştı. Buna da bir örnek verme gerekirse babamla ilişkilerimin bozukluğundan yakınıyordum ve babamı haksız buluyordum. Fakat bunu gruba getirdikten sonra benim de hatalarımın olduğunu ve bunları düzeltmenin yollarını düşündüm yani kendimi değerlendirebildim ve şimdi ilişkilerimizi ben de yönlendirebiliyorum az da olsa.”

E. “Bu derste ne yapacağımızı bilmediğimden zaten tedirgindim. Zaten okulu bırakıp bırakmama arasında halen tereddütteyim. Bir de bu tedirginlik üzerine eklenince iyice bunalmıştım. Bu nedenle tartışmalara katılmıyor, katıldığım zamanda ani çıkışlar yapıyordum ya da kendimi kontrol edemiyordum. Zamanla dersi çekici bulmaya başladım. Bana göre artık bu çok güzel bir olay olmaya başladı. Sonuçta

bu dersin olduğu saati dört gözle beklemeye başladım. Dersi seviyordum ve böyle bir dersin tek bir dönemde bitmesinide özüldüm.”

E. “Kendim dış grupta iken iç gruptaki olaylara müdahale etmemek için zaman zaman kendim ile büyük bir mücadeleye girebildim. Kendimi frenlemesini öğrenebildim.”

K. “İç dünyamı, öznel yaşantımı grubun ilk başında anlatmak güç geldi. Daha sonra bunu başarabildim.

Bazı arkadaşlara karşı olumsuz duygular duyuyordum. Bunların çoğu onları tanıdıktan sonra değişti. Sınıfa geldiğimde hep bir huzursuzluk duyuyordum önceleri sınıf ortamında rahat değildim arkadaşlarımla aramdaki bu kopukluk beni rahatsız ediyordu. Bu duygularım şimdi kayboldu. Sınıfta kendimi daha rahat hissediyorum.”

K. “Duygularımızı dile getirebilmek zordu. Bunu pek başarabildik sayılamaz. Belki de bunun en önemli nedeni toplumdaki kaynaklanıyor olabilir. Çünkü toplumumuzda duygularımızı pek dışarıya yansıtamayız. Yansıtan kişiler de pek hoş karşılanmazdı. İlk bakışta kendimde aynı şeyi düşünüyordum ve böyle davranıyordum. Bu uygulamada bundan biraz kurtuldum. Artık daha rahat duygularımı yansıtıyorum. Keşke grup daha küçük olsaydı. O zaman duygularımızı daha rahat dile getirebilirdik. Benim açımdan çok önemli konularımı açığa çıkartmamda yararlı oldu.”

K. “İlk günlerde bana oldukça sıkıcı gelmişti. Bazı arkadaşlarının eleştiriye uğramaları beni oldukça rahatsız etti. Bazen gruba gelmemeyi bile düşündüm. Ama devan mecburiyeti yüzünden geldim. Daha sonra gruptaki olaylara daha çok dikkatimi verdim. İyi bir dinleyici olmayı öğrendim. Arkadaşlarımdan dile getirdiği yaşantıları, duygularını ben de onlarla birlikte yaşadım. Kendimi ve onları daha iyi tanımaya çalıştım.

Gruba katılamadım başlarda. Bunun nedenini arkadaşlara güven duymadığım şeklinde yorumladım. Daha sonra kendimi dile getirme güçlüğü çektiğimi, daha doğrusu konuşmayı beceremediğimi, korktuğumu anladım.

Grupa yaşantılarımız, bizimle ilgili olaylar üzerinde duruldu. Bazı arkadaşların kendilerini çok rahat bir şekilde dile getirmeleri beni heyecanlandırdı. Grubun bittiğine üzülüyorum. Öyle bir ortamı yaşamıyoruz. Çünkü sınıfta sadece dersler var.”

E. "Gruba katılmadım. Daha doğrusu katılmak istemedim. Çünkü amacım duygularımı sözle dışarı vurup, beraberce çözüm bulmak yolunda değil, duygularımı sözsüz anlatıp içte kendimce çözüm bulmak yolunu seçmekti. Ben bu yolu seçtim ve bunun dışına çıkmadım. Genelde her hafta olaylardan ötürü bir çok duyguyu yaşadım. Çünkü bir tek olay yoktu bende, olaylar vardı. Olaylar sonucunda da yeni bir kişilik oluşmuştu, bende. Belki herkes duyguya inemediğimi sanıyordu ama ben çoktan duygu boyutuna inmiştim bile. Ama kimse bilmiyordu. Kimse benim kadar duygu boyutuna inememiştir belki. Çünkü bu, anlatmaktan daha kolaydı. Duygularımı bencil davranarak kendim yaşadım. Sorunlarımı ise zaten önceden çözmüştüm. Sadece tekrar gözden geçirmiş oldum. Ayrıca istemiyerek de olsa iyi-kötü geçmişi tekrar yaşayarak bir boşalım sağladım. Zaten en büyük katkısı da bu oldu. Duygularımı belki dışarıya aktaramadım ama hiç yoktan günlüğüme aktarabildim."

K. "Bu ortama girdiğimde heyecanlandığımı gizleyemem. Zaman geçtikçe heyecanım yatıştı.

K. "Gruba girmeden önce insanlara yaklaşmıyordum. İletişim kuramıyordum. Şimdi sosyal etkinliklerimde bir artış var."

K. "Diğer arkadaşlarının içtenlikle duygularını dile getirmeleri beni de cesaretlendirdi. Hatta katıldığım grupta ben de bir duygumu dile getirebildim. Daha önce buna cesaretim yoktu. Diyebilirim ki gruptaki kadar hiçbir zaman kendimi başkalarının yerine koyduğumu hatırlamıyorum. Başkalarının duygularını paylaşmak bana sorunlarımı yeniden ele alıp değerlendirmeyi de kazandırdı.

Grup içinde çekingenliğimi bir parça olsun atmış oldum. Duygularımı açığa vurmakta rahatladığımı hissettim Grupla kendimde bir takım değişmelerin olduğunun farkına vardım."

E. "Kendi kendimi değerlendirme imkanı buldum. Belli sorunların kendimden kaynaklandığını, istersem bu sorunları kendi kendime de çözebileceğim güvenini kazandım. Kendi kişiliğimi tanıma fırsatı buldum."

K. "İki senenin birikimini grup içerisinde yaşadım Grupta konuştuktan sonra ben bile şaşırđım. Çünkü evde bile pek olumsuz duygularımı yaşayamamaktaydım. Grupta daha hiç selam vermediğim kişiler içinde konuştum."

K. "En çok yakındığım konu olan sınıf veya büyük bir topluluk önüne çıkıp bir şeyler söylemeyi artık başarabiliyorum. Bu ders olmasaydı belki de dört yıllık fakülte boyunca hiç konuşmadan ayrılacaktım."

K. "Gruba girmeden önce gruptaki öğrencilerin hiçbirisinin gruba katılacağını düşünmüyordum. Çünkü herkes de bir güvensizlik vardı. Bazıları bu güvensizliği yendiler ama bendeki güvensizlik gruba girdiğimde de aynıydı. Bu yüzden de grup derslerinden çıktığımda kendimde büyük bir huzursuzluk hissediyorum.

Çekingeliğimi az da olsa bu derste yenmeyi öğrendim. İlk defa bir grup içinde bu derste konuşabildim."

K. "Kendi içimdeki bir çok yasağı kaldırdım. Erkeklere bakma, gülme, ağlama gibi.

Grubun bittiği günü hiç sevmedim, siz haydi iyi günler deyince bizi kovuyormuşsunuz gibime geldi."

K. "İnsanların duygularını dile getirmeleri bana göre çok zordu ve olmayacak gibi geliyordu. Oysa daha sonra herkes kendinden ailesinden eksik bulduğu şeylerden bahsetmeye başladı. Adeta hep bir şeyleri saklamamız gereği ile yetiştiriliyoruz. Oysa duyguları anlatmak, onların farkında olma anlamına geliyor ki o zaman problemi halletmek pek de o kadar zor olmuyor. Bir de insan herşeyi anlatırken kendisi de olayları baştan gözden geçirme fırsatını buluyor. Sonra karşısındaki insanın gözünden olayın çok daha değişik bir boyutunu görebiliyor.

Ben diyebilirim ki şu küçük ve kirlentli odada olduğu kadar kendimi başka hiç bir yerde bu kadar derinlemesine didiklemedim ve bunun sonucundan da çok memnunum. Bir yaşam deneyimi oldu."

K. "Günlük yaşantımda bazı olayları yaşarken duygu ve düşüncelerimi birbirinden ayırtetmeğe çalıştım. Böylece kendimi daha iyi anlamaya ve tanımaya başladım.

Sevgisizlikten ve ilgisizlikten ürküyorum. Yaşadığım hayatın, çevremdekilerin ve çabalarımızla toplumun o duyarsızlık noktasına gelmemesi için çalışmamız gerektiğine inanıyorum."

E. "Benim için ilginç olanı bir arkadaşımın beni tanıdığı kadarıyla şakacı biri olduğumu ve hiç bir şeyi ciddiye almadığımı söyledi. Ben çok şaşırılmıştım. Çünkü bu yanı biliyor ve bundan da rahatsız olmuyordum. Bu uyarıyla acaba kendimi tanımıyor muyum diye düşündüm..."

K. "Grupta kendimi anlatırken aslında kendimin bilmediğim yönlerini de görebildim. Şimdi bir şeyi merak ediyorum. Acaba kişiliğimin ne kadarının farkındayım. Gruba gelmeden önce hiç böyle bir şey düşünmemiştim."

K. "Bu ders benim için bir kazanç oldu. Çünkü bu derste çeşitli kişilerden değişik sorunlar geldi. Sorunların nedenlerini araştırmayı, sorunlara kesin çözümler olmasa da, çözmeye çalışılması için değişik yollar öne sürmeyi öğrendik. Bence bu ders sadece bir döneme sığdırılmamalıydı. Her döneme konmalıydı. Çünkü harika bir ders. Bundan dolayı bu dersi sadece psikoloji bölümlerine değil, sorunlarla dolu bir üniversite gençliğini düşünerek, tüm üniversitelerin, tüm bölümlerine konulması gerektiği kanısındayım."

K. "Size iletmek istediğim bir konuda "minder" konusudur. Hepimiz minderlerin eksik olmasından yakınıp durduk. Ama şu anda öyle düşünmüyorum ve inanıyorum ki kendimizi yabancı hissettiğimiz bir çok arkadaşımızla bu konuda yakınlaştık. Bir minder paylaşılarak, oturmak, bugün benim için epeyce önemli. Minder sayısı yönünden önceleri samimi olunmayan birisiyle paylaşmak bir çekingenlik yarattı ama daha sonra doğrusunun bu çekingenliği atmak gerektiği olduğunu anladım."

ÇÖZÜMLEME VE YORUM

Bu bölümde yukarıda aktarılan öğrenci ifadeleri çözümlenecek ve yorumlanacaktır. Bu çözümleme duygusal, toplumsal, zihinsel alanlarda olmak üzere başlıca üç kategoride yapılacaktır. Her kategoride hem yazarın açıklamalarına hem de öğrencilerin yaşantılarına ve görüşlerine -kendi ifadeleriyle- yer verilecektir.

1. Grup Yaşantısının Duygusal Gelişme Katkıları

Kişiler kendilerini ancak rahat ve güvenli hissedebildikleri ortamlarda ifade edebilirler. Tehdit edici, kınayıcı bir ortam bireyi savunucu olmaya iter. Bu durumda duyguların dile getirilmesi güçleşir. Buna karşılık grup bireylere rahat olabilecekleri bir ortam sağladığında, kişilerin kendilerini anlatabilmeleri, duygularını açabilmeleri daha da kolaylaşır.

Grubun başlangıcında bireylerin hem kendilerine, hem de çevrelerindeki kişilere güven duyabilmeleri güç olmaktadır. Bu duygular grupların hepsinde başlangıçta hep yaşanmıştır. Bu duygular ilkin gruba güvenmeme biçiminde dile getirilmiş, daha sonra ise temelde kişilerin kendilerine güvenemedikleri ön plana çıkmaya başlamıştır. Ancak grup üyelerinden bazıları bu engellenmeleri aşmış duygularını dile getirince grupta güven duygusu gelişmeye başlamıştır.

Böylece de bireyler hem kendilerine hem de gruba güvenebilmeyi öğrenmeye başlamışlardır. Bu duygularını belirtmeye çalışan bireylerin anlatımlarından birkaç örnek verebiliriz;

- “Bu dersin bana kazandırdığı bir şey de, insanlara karşı içimde yok olmaya yüz tutmuş güven duygusunu yeniden kazandırmış olmasıdır.”
- “İnsanlara daha bir güvenle ve sevgiyle bakmaya başladım, insanları sevmeyi öğrendim.”
- “Birşey söyleyeceğim zaman yüzüm kızarır, yanlış yaptığım zaman arkadaşlar tarafından alay edileceğimi düşünüyordum ve bu yüzden daima yalnızlığı tercih ediyordum. Artık kendime güvenmeye başladım.”

Grupta insan ilişkileri ile ilgili ölçütler farklıdır. Bu ortamda bir yargılama söz konusu değildir. Tüm çabalar bireylerin birbirlerini anlamaya çalışmalarından yanadır. Duygularını dile getiren, kendisini anlatmaya çalışan kişiler grubun verdiği geribildirimlerle yüreklenip kendilerini açabilmeyi başarabildiler. Ayrıca yapılan geribildirimler, temelde bireyin kendisini daha doğru algılamasına yardımcı olabilmek amacıyla güttüğünden, olumlu da olsa, olumsuz da olsa bireyleri incitmeden onların benlik algılarını yeniden gözden geçirebilmelerine yardımcı olmaktaydı. Destekleyici olduğu kadar bazen de acı verici geribildirimler verilebilmekteydi. Ancak bunlar açık yüreklilikle ve dürüstçe yapılmaya çalışılıyordu. Bu duyguları bir grup üyesinin şu cümlelerinde görebiliyoruz:

- “Bana yapılan eleştirilere büyük bir tepki göstermedim. Arkadaşlarımdan iyi ya da kötü yönlerimi eleştirmeleri, benim şahsım için olumlu duygular ve davranışlar geliştirmeme neden oldu.”

Aynı zamanda grup içinde yapılan geri bildirimler bireylerin kendi kişiliklerinin farkına varmalarına yardımcı olmaktadır. Başkaları tarafından nasıl algılandıklarını görmek, tanımadıkları bazı yönlerini tanımalarına yardımcı olabilmektedir. Bir başka öğrenci de bunu şöyle dile getiriyor:

- “Bu ders çoğu zaman yabancılaştığım kişiliğimi ve farkında olmadığım bir çok davranışımı görmemi sağladı.”

Kişinin kendi kendisini tanıması aynı zamanda onu başkalarını da tanımaya itmektedir. Birey kendi duygularını, sorunlarını tanımaya

çalışırken, aynı zamanda çevresindekilerini de tanımaya ve olaylara onların bakış açısından da bakabilmeye çalışmakta, böylece de empatik olabilmeyi başarabilmektedir. Bu durumu şu sözlerde açıkça görebiliriz;

- “Olaylara tek bir açıdan değil bir çok açıdan bakabilmeyi gerçekleştirebilecek cesareti kazandım. Hiç karşımdaki açısından düşünmedim sanıyorum. Onun düşüncelerini ve duygularını hiç hesaba katmadım, bir çok olayda.”
- “Kendimi tanımak istiyorum. Çevremdeki insanlardan çok kendimi tanımak. Eminim ki o zaman etrafımdakileri daha kolay tanıyacak ve anlayacağım. Bu ders bana kendimi anlama yolunda ne yapmam gerektiğini öğretti.”
- “Benim için en önemli olan özelliği, kendimi tammamı sağlamaıdır.”

Grup yaşantısı, bireyin bastırıldığı birçok düşüncesinin ve duygusunun çıkış yolu bulabilmesine olanak sağlamaktadır. Bastırılmış malzemenin grup ortamında ortaya çıkması bireyin kendini daha kolay kontrol edebilmesini sağlıyordu. Çünkü grubun destekleyici olması bireylerin suçluluk duygularına kapılmamasına yardımcı oluyordu. Ayrıca öğrenciler kendi duygularına yaklaştıkça daha çok spontan davranabilmeyi, daha çok kendi kendileri olabilmeyi başarabiliyorlardı. Bu ortamda duygularını uygun bir biçimde, denetimlerini yitirmeden dile getirebilmeyi gerçekleştirebilmektedirler. Bu duyguları şu ifadelerde izleyebiliyoruz:

- “Bazen tümü ile açamadığım içimde gizli kalan birtakım duygularımı açığa vurmama ve rahatlamama neden oldu.”
- “Kendi aile ortamım içerisinde dahi hep bir sır gibi kalan düşüncelerin öyle büyütülecek bir yanının bulunmadığına inanmam böyle bir dersin biz gençlere verebileceği en büyük nimet olsa gerek.”
- “Duygularımı konuşuyor olmam, olmamı istedikleri biçimde davranmıyor, içimden gelenden bahsetmeyi öğreniyordum.”
- “Kendimi frenlemesini öğrendim.”
- “Toplumumuzda duygularımızı pek dışarıya yansıtamayız. Yansıtan kişiler de pek hoş karşılanmazdı... Artık daha rahat duygularımı yansıtıyorum.”

Grup içerisinde duyguların dile getirilebilmesinde önemli olan bazı etkenler vardı. Bunlar ortamın rahatlığı, öğrencilerin duygularını nasıl dile getirebilecekleri konusunda birbirlerini model olarak alabilmeleri ve grubun destekleyici olabilmesiydi.

Ortam öğrencilerin kendilerini rahat hissedebilmelerine yardımcı olabildi. Sıralar arasında, sınıf içerisinde yürütülmeye çalışılan ilişkiler, burada yüz yüze, yan yana, istediklerinde birbirlerine dokunabilecekleri bir yakınlıkta yürütülmekteydi. Öğrenciler oldukça geniş bir odada yer minderlerinde oturuyorlardı. Mekanın bu olumlu etkilerini şu sözlerde görebiliyoruz:

- “Diyebilirim ki şu küçük odada olduğum kadar kendimi başka hiç bir yerde bu kadar derinlemesine didiklemedim.”
- “Burası sınıftan çok değişik bir ortamdı. İnsan kendini daha rahat hissediyordu.”
- “Bir minderi paylaşarak oturmak bugün benim için çok önemli.”
- “Tanımadığım, üç yıldır tahta sıralarda ensesini seyrettiğim arkadaşlarımla yüz yüze gelerek yaşanan bir çok duygunun tanığı oldum.”

Ayrıca grup içerisindeki ilişkiler de bireyler için destekleyici olabilmeyi sağlayabildi. Grup üyeleri, sıkıntılı, sorunlarla başa çıkmaya çabalayan kişinin yanında oldukları mesajını iletebilmeyi başardılar. Sorunlarını açmak istediklerinde gruba dayanabilecekleri, güvenebilecekleri duygusunu iletebildiler. Bu duygular şöyle anlatılıyor;

- “Duygularımdan bahsederken bazen acıyı, bazen sevinci yeniden yaşıyordum. Böyle olunca grubun yardım elini gördüm. Yardım etme çabası gruba güven hissimin artmasına neden oldu.”
- “Grupta daha hiç selam vermediğim kişiler içinde konuştum.”
- “Önceleri yüzümün kızardığını hissettim, fakat sonra rahatça konuşmaya başladığımı gördüm. Hiç de beklediğim gibi arkadaşlar bana gülmüyordu.”

Gruptaki bireylerin kendilerini ve duygularını ifade etmeye hazır oluş hızları farklılıklar göstermekteydi. Bireyler farklı hızlarda ilerleme gösteriyorlardı. Kimi duygularını açmaya, kendini güvenli hissedebilmeyi daha çabuk gerçekleştirebiliyordu. Kimi ise grup ilerledikten sonra bunu başarabiliyordu. Kimi de grubun sonuna kadar gruba ka-

tilabilmeyi başaramıyordu. Grupta her bireyin gelişme hızına, hem grup üyeleri hem de grup yöneticisi tarafından, saygı gösteriliyordu. Gruba katılamayan bireyleri gruba çekebilmek için fazla zorlayıcı olmadan ufak çabalar harcınıyordu. Ancak gruba katılmayan, sessiz kalmayı sürdüren bireyler de grup yaşantısından yararlanabildiklerini ifade ediyorlar;

- “Belli bir güyen ortamı sağlandıktan hemen sonra ders bitti. kendimi açıklama fırsatı bulamadım.”
- “Tek olumsuz olan yönü gruba rahatça girememem, bir çok duygularımı anlatamam oldu.”
- “Gruba katılamadım... Belki herkes duyguya inemediğimi sanıyordu, ama ben çoktan duygu boyutuna inmişim bile.”
- “Ders süresinin kısa olması bizim için bir şanssızlıktı.”

Grubun her üç yılda da sayıca kalabalık olması, sürecin daha yavaş gelişmesine neden oluyordu. Bu nedenle de bir sömestriyelik süre öğrencilere kısa gelmekteydi. Bu konudaki yakınmalara öğrenci değerlendirmelerinde sıklıkla rastlıyoruz.

Gruptaki bazı üyelerin kendilerini daha çabuk ifade edebilmeleri, aynı zamanda bir model olabilmeye görevini gerçekleştirebiliyordu. Çünkü, bazen öğrenciler kendilerini ifade etmek isteseler bile bunu nasıl yapacaklarını bilemiyorlardı. Daha önce duygularından söz etmeyi denememiş ya da uzun süredir bunu deneyebileceği bir ortamda bulunmamış olmak onları engelliyordu. Ancak bunu birbirlerinden görerek, yaşayarak ve deneyerek öğrenmeye başlıyorlardı. Bu duyguları da şöyle ifade ediyorlar:

- “Bazı arkadaşların kendilerini çok rahat bir şekilde dile getirmeleri beni heyecanlandırdı.”
- “Arkadaşlarımla sorunlarımı tartışması kendilerini dile getirmeleri ile kendimi tanımaya çalıştım.”
- “Diğer arkadaşların içtenlikle duygularını dile getirmeleri beni de cesaretlendirdi.”

Grup yaşantısının sağladığı en önemli yararlarından birisi de grubun sorunları paylaşabilmesiydi. Öğrenciler o güne kadar yaşadıkları sorunların yalnızca kendilerine özgü olduğunu sanıyorlardı. Sorunlar grup içerisinde yavaş yavaş dile getirildiğinde bunların ortak sorunlar olduğu anlaşılabilirdi. Bu sorunlar tartışıldıkça da insanların benzer sorunlar yaşamalarının normal olduğu kamsına varılabiliyordu. Gruptaki yaşantılar bireyin kendisini tanıyabilmesine, sorunlarına yaklaşabil-

mesine ve normallik duygusu geliştirmesine yardımcı olabildi. Gruptaki üyelerden bazıları şöyle söylüyorlar;

- “Benim içimde sorun olan duygularım pek çok arkadaşım içinde sorun olduğunu gördüm.”
- “Gördüm ki onlar da benim gibi hisseden ve birtakım üzünceleri yaşayan insanlarmış.”
- “Bende varolan duygularım ve düşüncelerin sadece bende olduğuna inanır (ör. yalnızlık), bunun anormal bir davranış olduğunu sanırdım.”

2. Grup Yaşantısının Toplumsal Gelişime Katkısı

Gençlerin grup etkinliklerinde bulunabilmeleri, onların duygu ve davranışlarında toplumsal örüntülerin gelişebilmesi için önemli olmaktadır. Eğitimlerini gruplar içerisinde yürütmelerine, kendi yaşatlarıyla birlikte öğrenci yurtlarında kalmalarına karşın gençler kendilerini oldukça yalnız hissetmektedirler. Ayrıca bu ortamlarda birbirleriyle sağlıklı doyum sağlayıcı ilişkilere girememektedirler. Yakın ilişkilerden yoksundurlar. Kendilerini, çevrelerindeki kişileri tanıyabilmede zorlanıyorlar. Ya yalnız kalıp içe kapanıyorlar ya da çevrelerindeki kişilerle ilişkilerini yüzeysel bir biçimde sürdürebiliyorlar. Oysa gereksinme duydukları husus, daha yakın ilişkiler kurabilmek, birlikte bazı etkinliklerde bulunabilmek ve yaşantılarını paylaşabilmektir. İlişkilerin yüzeysel olduğu, üç yıl bir sınıfta paylaşılan öğrencilerin birbirlerini ne kadar az tanıdıkları ve ne kadar az güvendikleri yaşantılarını dile getişlerinde açıkça görülmektedir:

- “İnsanlara daha bir güvenle ve sevgiyle bakmaya başladım, insanları sevmeyi öğrendim.”
- “Kişilerle iletişime girmede ne kadar zorlandığımı daha iyi anladım.”
- “Sıkıntılarımı, duygularımı bu derste arkadaşlarımla paylaşmak, konuşmak ve onların duygu ve düşüncelerini dinlemek beni fazlasıyla rahatlattı.”
- “Arkadaşlarımla aramda olan yüzeysel ilişkiler ilerleyerek dostluklara kadar vardı.”
- “Sınıf ortamında rahat değildim, arkadaşlarımla aramdaki bu kopukluk beni rahatsız ediyordu. Bu duygularım şimdi kayboldu. Sınıfta kendimi daha rahat hissediyorum.”

— “Değişik insanları tanımak bana yaşam zenginliği kazandırdı.”

Ayrıca grup içerisinde konuşabilme, “kendimi ifade edebilme en önemli sorun olarak ön plana çıkıyordu. Oysa üniversite yıllarında topluluk içerisinde konuşabilme yetisini kazanmak gerekmektedir. Grup dışındaki tartışmalarda öğrencilerin sıraladıkları sorunlar daha çok eğitim ve gelecekle ilgili kuşkuhanı içerirken, grup yaşantısına girdiklerinde en fazla iletişime girmek, topluluk içerisinde konuşabilmek ve duygulardan söz edebilmek önemli bir sorun olarak belirliyordu. Bunları şöyle dile getiriyorlardı;

— “En çok yakındığım konu olan sınıf veya büyük bir topluluk önüne çıkıp birşeyler söylemeyi artık başarabiliyorum.”

— “Bu ders olmasaydı belki de dört yıllık fakülte boyunca hiç konuşmadan ayrılacaktım.”

— “Her şeyden önce kendimi toplum içinde ifade edebilme gücü kazandım.”

Grup yaşantıları öğrenciler için karşı cinsi daha yakından tanıyabilmede de yardımcı olabilmektedir. Öğrenciler karşı cinsle ilişki kurabilmede zorlandıklarını sık sık dile getirmektedirler. Bu duyguların böylesine bir ortamda yaşanması ve iki tarafın duygularını birbirlerine iletebilmeleri, bu sorunlara birlikte çözüm yolları bulmaya çalışmalarına yardımcı olmaktadır. Ayrıca öğrenciler grup içerisinde karşı cinsle iletişim kurabilmeyi, yaşayarak, deneyerek öğrenebilmektedirler. Bu da öğrencileri yeni ilişkiler kurabilmede cesaretlendirmektedir. Bir tür yeterlilik duygusu kazanabilmelerini sağlamaktadır. Öğrenciler bunları şöyle belirtiyorlar;

— “Grup yaşantısı bana kız arkadaşlarımla sorunlarına karşı daha duyarlı olmayı öğretti.”

— “Kendi içimdeki birçok yasağı kaldırdım. Erkeklere bakma, gülme, ağlama gibi...”

Grup yaşantılarına ilişkin öğrenci değerlendirmelerinde değinilen bir başka konu da grup yöneticisiyle öğrenciler arasındaki ilişkilerle ilgilidir. Grup yöneticisi aynı zamanda gruptaki öğrencilerin diğer derslerine de girmektedir. Sınıf ortamı, grup ortamından çok farklı olmaktadır, dolayısıyla ilişkiler de... Bu iki farklı ortam ve üstlenilen farklı roller, öğrencileri engellememiştir. Grup etkileşimi boyunca da grup yöneticisini grubun bir üyesi olarak kabul edebilmişlerdir.

- “Bu dersle fakülte hayatımda ilk defa öğretim üyesiyle öğrencileri arasında sıcak ve samimi bir ilişki ortamı içinde ders yapma duygusunu yaşadım.”

3. Grup Yaşantısının Zihinsel Gelişime Katkısı

Grup yaşantısı gençlerin benmerkezli düşünce biçiminden sıyrılabilmelerinde de yardımcı olabilmektedir. Gençlik dönemine özgü olarak insanlararası ilişkilerde daha çok kendine dönük olmak, kendi gereksinmelerine doyum bulmak söz konusudur. Gençin kendi amaçları, kendi istekleri daha ön plandadır. Olgunlaşmayla birlikte kendi gereksinmelerine doyum bulurken başka insanların istek ve duygularına da yer vermeye başlanmaktadır. Eşit koşullarda ve karşılıklılığı gözetilen ilişkiler kurulabilmektedir.

- “Arkadaşlarımla dile getirdiği yaşantıları, duygularını ben de onlarla birlikte yaşadım. Kendimi ve onları daha iyi tanımaya çalıştım.”

Grup yaşantısı bireyin hem kendisini, hem de diğer insanları tanıyabilmesine yardımcı olmaktadır. Böylece de kendi sorunlarını tanıyıp, olası çözüm yolları üzerinde düşünebilme olanağı bulabilmektedir. Diğer insanların ne tür sorunlar yaşadığını öğrenmek, onların sorunlarını nasıl çözmeye çalıştıklarını izlemek, bunları kendi durumuyla kıyaslayabilmek ve bazı yolları grup içerisinde deneyebilmek, öğrencilerin zihinsel gelişimlerine de yardımcı olmuştur. Ayrıca öğrenciler grubun verdiği geri bildirimlerle ilişkilerinde nelerin aksadığını görüp, bunları yeniden gözden geçirebilme olanağını bulabilmişlerdir.

Grup konusunda hem kuramsal bilgi edinmişler, hem de grubun tüm aşamalarını yaşayarak bu alanda beceri kazanmaya çalışmışlardır. Bu görüşleri yansıtan bir örnek;

- “Ayrıca bir grup nasıl çalışıyor, aşamaları neler, grup üyelerinin huzursuzluklarını gözleme, bir grup yöneticisinin grup akışını nasıl sürdürdüğünü görme olanağı buldum.”

Grubun bitişi tüm yakın ilişkilerin bitişi içinde yaşanan acı ve mutlu duyguların birlikte belirlenmesine yol açmıştır.

Grubun kalabalıklığı ve kişilerin gelişme hızlarının birbirinden farklı olması bitişin kişilerde değişik duygular yaratmasına neden olmuştur. Kimi üyeler bitişe karşı çıkmakta ve daha hazır olmadıklarını belirtmektedir. Bir üye bunu şöyle dile getirmiştir,

— “Grubun bittiği günü hiç sevmedim, siz haydi iyi günler deyince bizi kovuyormuşsunuz gibime geldi.”

Grup eğitim amacı ile yürütüldüğü için, program içinde saptanan süre sonunda bitirilmektedir. Ancak bazı duygularını çözümleyememiş kişilerin zaman zaman yöneticiye başvurabilecekleri bu sorunları tartışabilecekleri güvencesi gruba iletilmiştir.

Tüm yaşantıları gözden geçirebilmek amacı ile grubun son toplantısı bir genel değerlendirmeye ayrılmaktadır. Grup boyunca neler yapıldığı, neler kazanıldığı, nelerin yapılamadığı tartışılmaktadır. Yaşamamış, bastırılmış duyguları kalmışsa, bunların çıkış bulabilmesine yardımcı olunmaktadır. Bitiş olayının acı ve heyecan verici duygularını daha rahat dile getirebilmeleri, bu duyguları yaşayabilmeleri için grup ufak bir çay toplantısıyla içten ve sıcak bir havada bitirilmektedir.

Grup boyunca birçok şey öğrenilmiştir. İnsanlararası ilişkilerde bir ilerleme kazanılmıştır. Kişiler değişmeye hazır hale gelebilmişler ya da değişme gereğini hissetmeye başlamışlardır. Gelişme ve büyüme başlamıştır. Bu da hem acı hem de heyecan verici bir olaydır. Grubun sonunda tüm bu duygularda yaşanmıştır. Böylece bir gelişme başlatılmıştır, artık bunu sürdürmek bireylerin kendi sorumluluğundadır. Bu sorumluluk duygusunu öğrencilere iletmeye çalışmak önemlidir. Bu duygular bazı öğrencilerce şöyle anlatılmış;

— “Ama itiraf edebilirim ki büyük bir rahatlama oldu. Bir adım atıldı ve yürüyebilmek artık bizim elimizde.”

— “Bu değişme ve gelişme benim için en değerli kazançtır.”

SONUÇ

Eğitim Bilimleri Fakültesi’nde “Uygulamalı Grup Etkileşimi” dersinin öğrenciler tarafından değerlendirilmesi temeline dayanan bu incelemede aşağıdaki bulgular elde edilmiştir:

1. Grup yaşantısı için rahat ve güvenli bir ortamın sağlanması; bu ortamda yargulamaya ve suçluluk duygusuna yer verilmemesi; üyelerin geribildirimlerle yüreklendirilmesi; bastırılmış duygu ve düşüncelere çıkış yolunun açılması; kendiliğindenliğe ve özdenetime olanak sağlanması; kendine güven kazanma ve kendini dile getirme sürecindeki bireysel farklılıklara saygı gösterilmesi ve bu konuda zorlayıcı olunmaması; sorunları paylaşma

ve benzer sorunlar yaşama bilincinin uyandırılması vb., uygulamalı grup etkileşiminde dikkat edilecek önemli noktalar olarak ortaya çıkmaktadır.

2. Üniversite yılları boyunca öğrencilerin birbirlerini çok az tanıdığı, karşılıklı güvenin, yakınlığın ve sıcak ilişkilerin çok az olduğu, topluluk içinde konuşma yetisinin geliştirilemediği, karşı cinsi tanımada güçlükler yaşandığı vb. görülmüş ve bu engellerin grup yaşantısı aracılığıyla aşılabildiği saptanmaktadır.
3. Grup yaşantısı, insanlar arasındaki eşitliğin önemini, kendine dönük ve benmerkezli olmanın sakıncalarını, başka insanları yakından tanımanın ve anlamının yararlarını, insanın değişme kapasitesini ve sorumluluğunu ortaya koyabilmektedir.

Sonuç olarak, Uygulamalı Grup Etkileşimi dersinin hem öğrencilerin duygusal, toplumsal, zihinsel gelişimlerine katkıda bulunduğu, hem de onlara grup yaşantısını tanıtarak psikolojik (mesleki) formasyonlarını zenginleştirdiği görülmektedir.

KAYNAKLAR

Cüceloğlu, D. *İnsan İnsana*. Altın Kitapları Yayınevi, İstanbul, 1979.

Gerard, E. *Encounter: Group Processes for Interpersonal Growth*. Brooks/Cole Publishing Comp. Belmont, California, 1970.

Geçtan, E. *İnsan Olmak: Varoluşun Bireysel ve Toplumsal Anlamı*. Adam Yayıncılık A. Ş., 1984.

Mahler, C. A. *Group Counseling in the Schools*: Houghton Mifflin Co. Boston, 1969.

Naar, R. Çeviren Hisli, N. *Grup Psikoterapilerine İlk Adım*. Erdem Kitapevi Yayınları, İzmir, 1987.

Patterson, C. H. *An Introduction To Counseling in the School*. Harper and Row, Publishers. New York, 1971.

Rogers, C. *Carl Rogers on Groups*. Harper and Row Publishers New York, 1970.