

# Yapılandırılmış Grup Süreci Deneyimi: Görme Engelli Ergenlerle Yürütülen Bir Grup Süreci Neler Öğretir?

*Experience with Structural Group Process:  
What Does a Group Process Executed with Blind Adolescents Teach?*

Semra KARACA,<sup>1</sup> Gülten ÖZALTIN<sup>1</sup>

## ÖZET

**Amaç:** Bu makalede görme engelli ergenlerle yürütülen yapılandırılmış bir grup süreci deneyimleri ele alınmakta ve benzer araştırmalar yapan araştırmacılarla süreci paylaşmak amaçlanmaktadır.

**Grup Süreci:** Grup, görme engelli olan, 11-16 yaş grubunda ve yatılı öğrenim gören ergenlerle gerçekleştirilmiştir. Grupların yapılandırılması aşamasında gereksinim belirleme çalışması yapılmış (77 görme engelli ergen), bu doğrultuda grupta ele alınacak konular belirlenmiş ve 10 kişilik bir görme engelli ergen grubu ile ön çalışma yapılmıştır. Oturumlar için araştırmacı denetim (süpervizyon) almış, grup sürecinde yönetici yardımcısı olarak rol alacak rehber öğretmenin eğitimi de araştırmacılar tarafından üstlenilmiştir. Grup sürecinde odaklanılacak konular oluşturulurken grup süreci ve ergen çalışmalarıyla ilgili uzmanlardan görüş alınmıştır. Oturumlar; hazırlık, iletişim becerileri, sorun çözme becerileri, stresle baş etme, ergenlik döneminde gelişimsel değişiklikler, ergenlik döneminde cinsel gelişim, hayır diyebilme ve değerlendirmeyi içermiştir. Grup sürecinde bilgilendirme, model olma, rol provaları, rol oynamalar, düzeltici geri bildirimde bulunma, genelleme gibi psikoeğitim teknikleri ve şimdi-burada etkileşimine dayalı terapötik yaklaşımlar esas alınmıştır. Bu makalede ön çalışma sonrası yürütülen grup süreci; grup yöneticileri ve üyelerin ifadeleri ve denetimde görülenler özetlenerek sunulmuştur. Grup sürecine katılanlardan aydınlatılmış onam alınmış ve isimleri değiştirilerek kullanılmıştır.

**Sonuç:** Grup yöneticileri, süreçte üyelerin görme engellerine ilişkin güçlüklerle karşılaşmalarına rağmen, iletişim ve empati becerileri başta olmak üzere birçok alanda becerilerini geliştirme fırsatı sağlayan deneyimler yaşamışlardır.

**Anahtar sözcükler:** Görme engelli ergenler; psikoeğitim; yapılandırılmış grup süreci.

## SUMMARY

**Objectives:** In this article, we discuss the group process - a structural group process - with blind adolescents, with the aim to share our experiences with other researchers.

**Group Process:** The group included blind adolescents aged between 11-16 years who were in a boarding school. During the structuring (forming) of the groups, needs were determined (77 blind adolescents) and subjects to be discussed in the group were identified and subjected to expert review. A pilot study was then carried out with a group of 10 blind adolescents. The researcher received supervision for the sessions and undertook training the advisor teacher, who would act as assistant group leader. The sessions consisted of meeting and preparation, communication skills, problem-solving skills, coping with stress, developmental changes during adolescence, sexual development in adolescence, the importance of "saying no", and evaluation. During the group process, psycho-educational techniques such as informing, being a model, role rehearsing, role playing, corrective feedback, generalizing, and therapeutic approaches based on here-and-now interaction were used. As a result of these preparations, the group was structured and the study was carried out with a second group. In this article, the second group process, the expressions of group conductors and participants and discussions during supervision are summarized. Permission was obtained from group participants, but the names were changed.

**Results:** Group conductors were able to improve their empathy and communication skills in the group process in spite of group constructors meteed member's blind corresponding.

**Key words:** Blind Adolescents; psychoeducation; structural group process.

## Giriş

Grup çalışmaları, sosyal, duygusal ve davranışsal alanlarda farkındalık ve beceri geliştirmek amacıyla, pek çok farklı biçimde kullanılmaktadır.<sup>[1]</sup> Grup çalışmaları, grup üyelerinin birbirlerini ve kendilerini anlamalarını, sağlıklı davranış örüntülerini grup etkileşimi sırasında görmelerini, toplu-

ma uyum güçlüklerini somut olarak kavramalarını ve bunları nasıl değiştireceklerini bulmalarını sağlar.<sup>[2,3]</sup> Rogers'a göre, grupların önemli özelliklerinden birisi, grup üyelerinin çoğunun başkalarının acı ve üzüntülerine karşı doğal ve kendiliğinden iyileştirici, sorunları çözümleyici ve yardım edici davranışlar geliştirmelerini sağlayarak tüm üyeler için "iyileşme-yi" kolaylaştırmasıdır.<sup>[4]</sup>

Yalom, grupta her bir üyenin evrenseli temsil ettiğini, kişilerin grup ortamında geribildirimler yoluyla uyumsuz kişilerarası ilişki çarpıtmalarını sahneleme ve şimdi-burada etkileşimleri yoluyla diğer üyelere yansıtılan bu çarpıtmaların işlenerek düzeltilmesini sağladığını belirtir. Yalom, değişimin kaynağını, gruptaki doğal insan etkileşimlerinden kaynakla-

<sup>1</sup>Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı, İstanbul

**İletişim (Correspondence):** Dr. Semra KARACA.  
**e-posta (e-mail):** sckaraca@marmara.edu.tr

**Psikiyatri Hemşireliği Dergisi 2010;1(2):77-85**  
**Journal of Psychiatric Nursing 2010;1(2):77-85**

nan düzeltici duygusal yaşantılar olarak görür.<sup>[2]</sup> Yalom, grup çalışmasının terapötik etmenlerini, bilgilendirme, umut verme, evrensellik, elseverlik, toplumsallaştırma, kişilerarası öğrenme, duygusal boşalma, birincil aile grubunun düzeltici biçimde yeniden oluşturulması, bağlılık ve varoluşsal etmenler olarak açıklamaktadır.<sup>[2,3]</sup>

Grup çalışmaları terapi grupları, etkileşim grupları, yapılandırılmış eğitim grupları gibi pek çok farklı şekillerde yapılabilmektedir. Grupların tedavi edici etmenleri bu grupların özelliklerine göre değişim gösterse de çoğunlukla benzer biçimde etkinleşirler. Grup çalışmaları genellikle araştırmaya, yüzleşmeye, duygu dışavurumuna ve kendini açmaya değer verirler ve gruba katılanlar için değişim fırsatı sunarlar. Bir grup çalışması, terapi grubu olmasa da sağlıklı davranış gelişimini amaçladığı için tedavi edicidir. Grup yaşantıları üyeler için yararlandıkları ölçüde tedavi edici fırsatlar sunarlar.<sup>[2,3]</sup>

Ergenlik dönemi pek çok biyopsikososyal değişimin yaşandığı, sıkıntılı olabilen bir süreçtir.<sup>[5-9]</sup> Bu dönemde ne şekilde olursa olsun (duyma, görme, bedensel, zihinsel) engellilik bireyi daha çok etkilemektedir.<sup>[10]</sup> Bunların yanı sıra görme engellilerin diğer ergenlere göre bağımlılık ve bağımsızlık çatışmalarını daha yoğun yaşadıkları, büyüme ve gelişmenin yavaşladığı ve en iyi koşullar sunulsa bile başarısızlığa karşı aşırı duyarlılık gösterdikleri belirtilmektedir.<sup>[11]</sup> Yapılan bir çalışmada görme engelli ergenlerin engelli olmayan ergenlere oranla daha sık sosyal uyum güçlükleri yaşadıkları bulunmuştur.<sup>[12]</sup> Ayrıca bu kişilerde "görememe" durumunun kendilik algısını da önemli ölçüde zayıflattığı literatürde yer almaktadır.<sup>[13]</sup>

Ergenlere sağlıklı yaşam alışkanlıkları, etkili sosyal etkileşim, yetişkinlerle ilişkileri de kapsayan kişilerarası ilişkiler, akademik aktiviteler, gelecekle ilgili planlar yapma ve sorumluluk duygusu geliştirme konularında eğitim ve destek sağlanması önemlidir.<sup>[14]</sup> Yapılan bazı çalışmalar, ergenler için, hem bilgilendirme, hem de tutum ve davranış geliştirme açısından akranlardan oluşan grup çalışmalarının diğerlerinden daha etkili olduğunu göstermektedir.<sup>[15,16]</sup>

Grup çalışmasının, görme engelli bir ergene, pek çok alanda önemli fırsatlar sağlamanın yanı sıra, hem akranlardan oluşan bir grup olması, hem de ergene diğerlerinin gözünde nasıl görüldüğüne ilişkin geri bildirimler sağlamanı açısından narsistik kırılganlıkları için de iyileştirici olabileceği düşünülebilir.

Grup çalışmalarında önemli isimlerden biri olan Bion, grup sürecinde olanları yorumlamada, grubun yöneticisine karşı tutumu üzerine odaklanmaktadır. Bu yaklaşıma göre grup sadece bir bütün olarak değil, aynı zamanda tek tek üyelerin fonksiyonları, gruba ve yöneticisine karşı tutumları açısından da incelenir.<sup>[17]</sup> Bu makalede de, görme engelli ergenlerle gerçekleştirilen grup süreci deneyimleri hem üyelerin, hem de yöneticilerin ifadeleri ile sunulmaktadır.

benzer çalışmalar yapmayı düşünen araştırmacılarla paylaşım hedeflenmiştir.

### Grup Süreci

Bir grubun yapısı ve bir şekilde oluşturulması, onun etkinliğini belirler. Amaç ve hedefleri belirleme, grup sınırlarını, normlarını ve grup atmosferini oluşturma, olası iç ve dış etkenleri tanımlama bu anlamda çok önemlidir.<sup>[17]</sup>

Bu makalede ele alınan grupların yapılandırılması amacıyla 6., 7. ve 8. sınıfa devam eden görme engelli 77 öğrenci ile açık uçlu soru yöntemi kullanılarak gereksinim belirleme çalışması yapılmıştır. Ergenlere "En çok ne gibi durumlarda/konularda sıkıntı yaşadığınızı düşünüyorsunuz?" ve "Birileri size bir yardım teklif etse bunun nasıl bir yardım olmasını isterdiniz?" soruları sorulmuş, 40 dakika zaman verilmiş, isimsiz olarak yazdıkları cevaplar Braille alfabesi bilen bir uzmana okutularak deşifre edilmiş ve gruplandırılmıştır. Bu aşamanın sonunda belirlenen gereksinimler doğrultusunda sekiz oturumdan oluşan grup programı oluşturulmuştur. Oturumların kavramsal içeriği, kullanılacak yöntemler, izlenilecek sıradan konuyla ilgili uzmanlardan görüş alınmıştır. Grupların yapılandırılması aşamasında bir ön çalışma yapılmış, sürecin işlerliği sınanmış ve tüm oturumlar için araştırmacı denetim (süpervizyon) almıştır. Bu çalışmalar sonrası oturumlara son şekli verilmiştir.

Oturumlar tanışma ve hazırlık oturumu, iletişim becerileri, sorun çözme becerileri, stresle baş etme, ergenlik döneminde gelişimsel değişiklikler, ergenlik döneminde cinsel gelişim, hayır diyebilme ve değerlendirmeyi içermiştir. Bu oturumlar deneysel bir çalışma kapsamında üç ayrı grupla yürütülmüş, etkinliği istatistiksel olarak değerlendirilmiş ve sonuçları sunulmuştur,<sup>[18]</sup> ancak sürece ilişkin deneyimler belirtilen çalışmada yer almamıştır.

Oturumlara ulaşılabilir küçük hedefler konmuş, bilgilendirme yapılırken üyelerin gereksinimleri doğrultusunda onlardan gelen sorularla konu tartışılmış, yoğun bir içerik gündeme getirilmemiştir. Oturum konularının kavramsal içeriğiyle ilgili bir ses kaseti hazırlanmış, bu kasetler çoğaltılarak üyelere dağıtılmış, soruları için oturumlar dışında kalan zamanlarda danışmanlık edilmiştir.

Oturumların her biri haftada bir kez, 90 dakika süresince yürütülmüştür. Grup, kurumun rehberlik ve danışmanlık odasında, daire şeklinde oturulabilecek şekilde düzenlenen bir yerde gerçekleştirilmiştir. Oturumlara katılacak on kişi, belirlenen yaş grubunda olan ve başka herhangi bir engeli bulunmayan, öğrenci listelerinden sayı sırası ile seçilen kişilerden oluşturulmuş, grup çalışması hakkında bilgilendirme yapıldıktan sonra katılımın gönüllülük esasına dayandığı belirtilmiştir.

Her bir oturum ısınma ile başlatılmış, gündem tartışmaya açılmış, tüm üyelerin etkileşimi sağlanmıştır. Daha son-

ra 15-20 dakikalık bir bilgilendirme yapılmış ve 10 dakikalık bir ara verilmiştir. Arada o oturumun konusuna göre kullanılacak materyal (örneğin; maketler, kasetçalar v.b) ve ortam hazırlanmış, ardından rol oynamalar ve rol provaları ile bilgilerin davranışsal deneyleri sağlanmaya çalışılmıştır. Rol oynamalarda grup yönetici yardımcısı bir üyeye yer almış, diğerleri her rol oynamadan sonra o üyeyi değerlendirmiştir. Bu değerlendirmenin öğrenmeye çalışılan alanla ilgili olumlu geribildirimler içermesine dikkat edilmiş, son sözü yönetici yardımcısı olarak gerekli durumlarda düzeltici geribildirimde bulunmuştur. Ayrıca rol oynayan üyeye bu esnada kendini nasıl hissettiği, gerçek yaşamda bu alanda öğrendiklerini kullanmak konusundaki düşünceleri sorulmuştur. Son olarak da her bir üyeden oturumu değerlendirmesi istenmiş ve gerekli görüldüğünde gündemin tekrar oturumlarında ele alınması kararlaştırılmıştır (örneğin; grubun isteği doğrultusunda; hayır deme ile ilgili oturum tekrar oturumlarında çalışılmıştır.)

Tekrar oturumları sekiz haftanın sonunda üyelerin istekleri doğrultusunda yapılmış (bu grup için dört tekrar oturumu yürütülmüştür), gündem o sırada belirlenmiştir. Bu oturumlar yapılandırılmamış, daha etkileşimsel bir çerçevede yürütülmüştür.

Grup yöneticisi, sorun odaklı-destekleyici bireysel psikoterapi, ailenin değerlendirilmesi ve danışmanlık, sanat terapi, bilişsel-davranışçı terapi, psikososyal beceri eğitim grupları gibi alanlarda eğitim ve denetim (süpervizyon) almıştır. Grup sürecinde yönetici yardımcısı olarak rol alacak rehber öğretmenin eğitimi de araştırmacılar tarafından üstlenilmiştir. Yönetici yardımcısı olan okulun rehber öğretmeni olarak çalışan psikolojik rehberlik ve danışmanlık alanında yüksek lisans programına devam etmekte olup, grup çalışmasının daha sonra da devam edebilmesi amacıyla sürece dahil edilmiştir. Grup süreci önceden yapılandırıldığı ve psikoeğitimsel özellikler içerdiği için “terapist” ifadesi yerine “grup yöneticisi” ve “yönetici yardımcısı” ifadelerini kullanmak daha uygun görülmüştür.

Denetim sürecin de ise, her hafta grup bittikten sonra grup yöneticisi grup sürecini ve kendi deneyimini eğitimcisi ile paylaşmış, rehberlik-danışmanlık almıştır. Grup üyelerinin kimliklerinin gizli kalmasını sağlamak amacıyla makale içinde gerçek isimler yerine grup üyelerine araştırmacılar tarafından verilen kurgusal isimler kullanılmıştır.

Grup sürecinden önce, ilçe milli eğitim müdürlüğünden ve okuldan yazılı izin, etik kurul izni, üyelerden aydınlatılmış onam alınmış, kontrat yapılmış ve kişisel bilgilerinin gizli tutulacağı konusunda güvence verilmiştir.

### 1. Oturum: Tanışma ve Hazırlık

Bu oturum grubun amaçlarını açıklayarak, grup üyelerinin motivasyonlarını artırmayı ve gruba devamlılığı sağlamayı amaçlamaktadır.

Grup yöneticisi kısaca kendini tanıtmış, sonra yardımcıdan kendini tanıtmalarını istemiş ve sırayla üyeler kendilerini tanıtmaya başlamıştır. İlk fark edilen, ergenlerin grup yöneticisinin kendini tanıtmak için kullandığı ifadeler benzer ifadeler kullandıkları ve onun bahsettiği kadar kendilerinden bahsettikleri olmuştur.

Tanışma aşamasında, üyelerden Sezgi'nin Sivas'lı olduğunu söylemesi üzerine grup yöneticisi “Sivas'ı hiç gördün mü?” sorusunu yöneltmiş ve bunu sormuş olmanın onların engellerinin hafife alınması gibi algılanmasından kaygı duymuştur. Bunun üzerine “Özür dilerim hiç orda bulundun mu? demek istemiştin” sözlerine Sezgi'nin yanıtı; “Ben bu söze kırılmadım. Göremediğimi unutabiliyorsunuz” olmuştur. Bu konuşma grubun diğer üyelerinin de görme engelli olmanın toplumda ne anlama geldiğine dair bir tartışmaya girmelerine ve arkasından da hissettiklerini ifade etmelerine aracı olmuştur. Can, “Bizim engelli olmamız topluma yük olmamız anlamına gelmiyor, bizim de çalışarak kendimize bakabileceğimize ailelerimiz bile inanmıyor.”, Duru “Ben parmakla rıyla görürüm. Bir kazağa dokunduğumda onun desenli mi, düz mü olduğunu anlarım ama renklerini bilmem” demişlerdir. Ayşe'nin, “Annem hala bıçak kullanmamdan endişe ediyor. Onunla yemeğe gitmek istemiyorum çünkü sürekli beni izlediğini hissediyorum” sözleri yöneticiye, ergenlerin kendilerine inanacak yetişkinlere gereksinim duyduklarını düşündürmüştür.

İlk oturumda dikkat çeken diğer bir durum ise grup üyelerinden kısa boylu, zayıf ve oldukça küçük görünen Ali'nin diğerlerine göre daha sessiz kalıyor olmasıydı. Sürekli heyecanlı görünüyordu, konuşurken sesi titriyordu. Arkadaşlarını dinliyor gibi görünmekle birlikte, göz teması olmadığından grup yöneticisi bundan emin olamıyordu. Diğerleri sözlerini bitirdikten sonra onun söylemek istediği bir şey olup olmadığı sorulduğunda sadece “Arkadaşlarıma katılıyorum” demekteydi. Bu nedenle grup yöneticileri Ali'nin grup içinde biraz daha aktif olmaya davet edilmesine, desteklenmesine karar vermiş, Ali bu anlamda okul içindeki diğer etkinlikler sırasında da yakından gözlemlenmiştir.

Bu oturumda her bir üyeye gruba ilgili beklentileri sorulmuş, üyeler çoğunlukla kendileri ile ilgili yeni şeyler öğrenmeyi, iyi ilişkiler geliştirmeyi ve merak ettikleri konularda bilgi almayı beklediklerini ifade etmişlerdir. Karataş ve Gökçakan'ın<sup>[19]</sup> ergenlerle yürüttükleri bir grup çalışmasında da benzer olarak üyelerin grup çalışmasından beklentilerinin kendilerini daha iyi tanımak, başkaları ile iyi ilişkiler kurmak, arkadaşları ve aileleri ile yaşadıkları sorunların azalması olduğunu belirtmişlerdir.

Bu oturumun sonunda grubun amaçları, neler yapılacağı konuşulmuş ve grup kuralları belirlenmiştir. Üyeler tarafından, grup içinde yaşananların gizli tutulması, herkesin müm-

kün olduğunca zamanında gelmesi ve devamsızlık yapmaması, konuşan kişinin sözünün kesilmemesi gibi kurallar belirlenmiş ve bu kurallar oylamaya sunulmuştur.

Grup yöneticisi aldığı denetimde, 11-16 yaşlarında, görme engelli ergenlerin kendisini ne kadar şaşırttığını ifade etmiştir. Yönetici, fiziksel engeli olmayanların, engellilerin farklılıklarına tolerans göstermekte güçlük yaşadıklarını, onların dünyalarını anlamaya çalışmadığını, bu nedenle de bilinmezlik korkusu yaşıyor olabileceklerini düşündüğünü belirtmiş ve "farklı olmak" konusundaki hisleri ve bunların sürece olası etkileri hakkında danışmanlık almıştır.

## 2. Oturum: İletişim Becerileri

Bu oturum, iyi iletişim kurabilme ve sürdürülebilmenin yaşımdaki önemini ifade etmelerini ve dinleme, ses tonu, konuşmanın akıcılığı, genel enerji düzeyi, ben dili olmak üzere beş beceriye ilişkin davranış geliştirmeyi amaçlamaktadır.

Oturumdan önce kapıda bekleyen üç öğrenci ile karşılaşmıştır. Grup üyesi Fatma sınıf arkadaşları olan öğrencilerinde gruba katılmak istediklerini belirtmiştir. Ergen ve engelli grubuyla deneyim açısından, yolun başında olan yönetici için bu gurur verici olsa da grubun işleyişi açısından (birbirini tanıyanları aynı gruba almamak gerektiği düşüncesiyle ve grubun kurallarının ilk oturumda grup üyelerince belirlenerek kapalı bir grup olarak sürece başlanmış olması nedeniyle) bu istek reddedilmiştir.

İkinci oturuma üyelerin haftayı nasıl geçirdikleri sorularak başlanmıştır. Fatma "Ben hep grubumuzu anlattım ama burada olanları dışarıda konuşmayacağız kuralına uydum özel şeyleri söylemedim" demiştir. Grup yöneticisinin "Bunu duymak benim için çok anlamlı oldu, teşekkür ederim. Grubun nesi seni bu kadar etkilemiş olabilir?" sözleri üzerine; "Büyükleğin bizi dinlemesine alışık değilim bu hoşuma gidiyor! İlk kez bir öğretmenimiz ve bizden büyük biri bize ne düşünüyorsun diyor" yanıtı gelmiştir. Literatürde, grubun içinde varoluşsal destek bulmanın önemli dinamiklerden biri olduğu ve bunu sürecin içinde yaşamış olmanın tüm yaşama genellenebilecek anlamlar taşıdığı bildirilmektedir.<sup>[2]</sup> Grup dinamikleri açısından kesin bir yargıya varmak için erken olsa bile, bu anlamda yaşananların önemli bir deneyim olduğu düşünülmüştür.

Bu konuşma sürerken Ahmet'in yerinde duramadığı ve kıpırdanır biçimde oturduğu dikkati çekmiştir. Öfkeli olduğunu düşündüren bir sözle araya girerek, "Babam benimle ya bakkala göndermek için ya da azarlamak için konuşurdu. Öğretmenler de sadece ders anlatıyorlar" demiştir. Bu durumun ona ne hissettirdiği sorulduğunda çok kızdığını, büyüdüğünde bunların hepsini onlara söyleyeceğini ama bu kez de kendisinin onları dinlemeyeceğini söylemiştir. Tüm bunlar yöneticilere, ergenlerin bir otoriteye gereksinim duyduklarını ve bu otorite tarafından dinlenmeyi, önemsenmeyi arzu-

ladıklarını düşündürmüştür. Bu sırada Hasan'ın "Burada herkes çok sakin, sanki hiç sorun çıkarmamaya çalışıyorlar ve bu beni çok kızdırıyor" ifadesi üzerine gruba yönelik ilk duygu ifadesinin "olumsuz" özellik taşımasının önemli olabileceği düşünülmüştür. Rogers'a göre, grupların başında, olumsuz duygu ifadelerinin ortaya konuşması, grubun güvenilirliğinin ve özgürlük derecesinin ölçülmesinin yollarından biridir ve bu çerçevede ele alınmalıdır.<sup>[4]</sup>

Ali bu oturumda da yine alçak sesle ve kısaca konuşmuştur. Elif ise koşu takımına katıldığını grupla paylaşarak "Çok heyecanlıyım, inşallah pistte kimseye çarpmam" dediğinde grup gülmeye başlamıştır. Grup üyelerinden "Sanki görenler birbirine çarpıyor mu!" sözleri duyulmuştur. Bu oturumda Mehmet'in sessizliği dikkat çekmekteydi: "Mehmet bugün sessizsin, bir şey mi oldu? diye sorulduğunda grup yöneticisi tarafından fark edildiğine şaşırmış gibi görünerek; "Çok dikkatlisiniz hepimizin ismini öğrenmişsiniz, biz daha birbirimizimizi öğrenemedik" dedikten sonra ailesinin onu hiç aramadığını, kendini buraya bırakılmış, terk edilmiş gibi hissettiğini söyledi. Sözünü bitirir bitirmez Ali "Sen onları aradın mı? Belki bir şey olmuştur" dedi. Sonrasında grup üyelerinin neredeyse tamamı Mehmet'i rahatlatmaya çalıştı. Gruba ara verildiğinde ailesini arayan Mehmet, bir yakınlarının öldüğünü, ailesinin yaşadıkları şehrin dışında bir yerde bir süre kaldığını öğrenmişti. Rahatlamış olduğu gözlenen Mehmet arkadaşlarına teşekkür etmişti. Bu durum elseverliğin grup sürecinde oldukça erken bir dönemde ortaya çıkabileceğini düşündürmüştür. Grubun en çekingen üyesi olan Ali'nin arkadaşına destek olmak için ilk söz alan kişi olması grubun olumlu etkisinin çarpıcı bir örneği olarak değerlendirilmiştir.

Gruba ara verildiğinde Ayşe grup yöneticisinin bir yakınının engelli olup olmadığını sormuştu. Bunu neden merak etmiş olabileceği ve anlamının ne olduğu konuşulduğunda "Engelli olmayan birinin onlarla neden ilgilendiğini anlamadığını" ifade etmişti. Grup yöneticisinin bu sürecin kendisi için de öğretici olduğu sözleri üzerine, "Okumuş büyük insanlar da öğrenirler mi?" ifadesi biraz şaşkınlığını, biraz da büyüklerine kendisini daha yakın hissetme çabasını düşündürmüştür. Ayşe ikna edilmeye çalışılmamıştır ve ilerleyen oturumlarda Ayşe'nin otoriteye meydan okuyan ama diğer üyeleri ile kardeş rekabeti içine girmesi yakından gözlemlenmiş ve bunların anlamları Ayşe'nin dile getirdiği örneklerle yüzleşmeye hazır oluşu dikkate alınarak konuşulmuştur. Benzer durumların diğer üyelerce de paylaşılması yöneticilere süreçte yaşanan bu deneyimlerin, grubun bir parçası olarak kendilerini nasıl algıladıklarını gözlemlemek açısından anlamlı olabileceğini düşündürmüştür. Literatürde ergenlerle çalışırken terapötik ittifakın kurulmasının güç olabileceği, onların kendilerine yetişkin gibi davranılmasını beledikleri ve otoriteye ilişkin ikircikli davranabildikleri bildiril-

mekte ve bu anlamda yapıcı ve güvene dayanan bir ilişki kurulmasının önemine dikkat çekilmektedir.<sup>[20]</sup> Ayrıca terapötik ittifakın danışmanla danışanlar arasında ilişki sürecinde duygusal ve bilişsel bağlar kurulması yoluyla geliştirilebileceği bildirilmektedir.<sup>[21,22]</sup>

Bu oturumun hedefi olan iletişim becerileri her oturumda rol oynamalar ve rol provaları içinde denenmiş ve diğer üyeler kişiyi bu beceriler açısından değerlendirmiştir. Bu çalışmalar ulaşılmaya amaçlanan beş beceriye ilişkin her oturumda davranış provaları yapılmasına fırsat sağlamıştır.

### 3. Oturum: Sorun Çözme Becerileri

Bu oturum, üyelerin günlük yaşamda karşılaşılabilecekleri sorunları sorun çözme basamakları olan, “Dur ve düşün: sorun nedir? Sorunu nasıl çözersin? Sorunun çözümünde seçenekler nelerdir? Seçeneklerin avantaj ve dezavantajları nelerdir? Bir ya da daha fazla seçeneği seç ve uygulamayı planla! Çözümü ulaşmak için gerekli olan kaynaklar nelerdir? Seçtiğin çözüm için bir zaman belirle ve bunu yap!” çerçevesinde ele alabilmelerini sağlamayı amaçlamaktadır.

Oturuma her zamanki gibi üyelerin haftayı nasıl geçirdikleri konuşularak başlanmıştır. Duru “İletişim becerileri oturumunda öğrendiklerimizi uygulamaya çalıştım” demiş, birkaç kişi de benzer şeyler söylemişlerdir. Grup yöneticileri bunun otoriteye yaklaşma çabası mı yoksa gerçekten öğrenme çabası mı olduğunu anlamakta güçlük yaşamışlar ve bu nedenle yönetici yardımcısının onların grup dışındaki iletişim becerilerini gözlemlemesine karar vermişlerdir.

Tüm grup üyeleri geçen haftayı kısaca özetledikten sonra sorun çözme konusuna geçilmiştir. Sorun kelimesinin onlara çağrıştırdıkları konuşulurken hemen tamamının ilişkisel sorunlar getirdiği ve “Anlaşılmama”nın ortak tema olduğu gözlenmiştir. Bu konuşmaların sonunda ise Hasan ilk kez söz alarak “Neden anlaşılacak bu kadar önemli kızlar için” diyerek konuya katılmıştır. Grup yöneticisinin “Sen ne düşünüyorsun” sorusuna, “Ben o kadar önemsemem, istediğimi yaparım, söylerim ve karşımdaki anlamamışsa yapacak bir şey yok” cevabı gelmiştir. Hasan’ın genel olarak grup içinde lider olma çabası içinde olduğu, manüplatif davranışlar sergilediği gözlemleniyordu. Hasan’a cevaben Elif, “Ben anlaşıldığımda rahatlıyorum, zaten anlaşmazlık sorun değil mi?” demiştir. Sonrasında kızların kendilerine bir suçlama getirilmiş gibi açıklamalarda buldukları gözlenmiştir. Bu gözlem onlara iletilildiğinde şaşırılmış ve anlaşılmadıkları zamanlarda sıklıkla suçlandıklarını ya da yargılandıklarını hissettiklerini fark etmişlerdi. Hasan’ın yarattığı tartışmadan hoşnut görüldüğü gözlemi kendisine iletilildiğinde cevabı, “Kesinlikle hoşuma gitti! Arkadaşların tartışmalarından etkilendim doğrusu” olmuştur. Bunun anlamı konuşulduğunda bir grup içindeyken dikkat çekmekten, önde olmaktan hoşlandığını, bunun ailesinde kendisini “Görünmez adam” gibi hissetmekle ilgili olabilece-

ğini fark ettiğini belirtmiştir. Diğer üyelerin onu destekleyen geri bildirimlerde bulunmaları ve gruptan kabul görme davranışı sonrasında Hasan’ın arkadaşlarına daha nazik davranmaya başladığı dikkat çekmiştir.

Oturuma ara verildiğinde grup yöneticileri 2-3 kişilik alt grupların oluşmaya başladığına, iletişim becerilerini daha güzel ifade ettiklerine ilişkin gözlemlerini paylaşmıştır. Üyelerin boş zamanlarını geçirecek aktivite olanaklarının azlığından, öğretmenlerin de ana-babaları gibi baskıcı ve anlayışsız oluştundan yakındıkları görülmüştür. Yönetici yardımcısı okulla ilgili sıkıntıları okul idaresine iletmeğe dair söz vermiştir. Grupta olgun tavırları ile dikkat çeken Ayşe, “en azından söylemiş oluruz öğretmenim sağ olun” demiştir. Grup üyeleri yönetici yardımcısına “öğretmenim” demekte, grup yöneticisine ise ismiyle hitap etmekteydiler. Yöneticinin öğretmen gibi algılanmamasının grupta etkileşime fırsat sağlanmasından ve grup dinamikleri konusunda alınan denetimin katkısından kaynaklandığı düşünülmüştür. Yönetici yardımcısının hali hazırda okulda öğretmen olarak görev yapmasının bu anlamda önemli olabileceği düşünülmüştür.

Bu oturumda örnek bir senaryo ile sorun çözme alıştırmaları yapılmış, daha sonraki oturumlarda da üyelerin konuyla ya da kendi yaşamları ile ilişkili olarak getirdikleri bir sorun doğrultusunda en az bir alıştırmaya tekrarlanmıştır.

Denetimde grup yöneticisi okula ilişkin sorunlarda sıkıntı yaşadığını, üyeleri haklı bulduğunu ama kendisini misafir hissettiği için çözüme yönelik bir girişimde bulunamadığını fark etmiş ve denetimcisinden kendi duygularının süreci nasıl etkilediğini düşünmesi yönündeki geri bildirimlerini almak öğretici olmuştur.

### 4. Oturum: Stresle Baş Etme

Bu oturum, üyelerin stres ve stresörün tanımını yapabilmelerini, kendi stres tepkilerini tanıyabilmelerini ve derin nefes egzersizlerini uygulayabilmelerini amaçlamaktadır.

Başlangıç olarak grup, stresle ilgili düşüncelerini beyin fırtınası tekniğini kullanarak ifade etmeye davet edilmiştir. Sezgi kendisinde stres yaratan en önemli şeyin ailesi olduğunu söylemiştir: “Yatılı okumasam aileme dayanamazdım, sürekli benim için endişelenmeleri dayanılır gibi değil! Okadar geri kafalılar ki, her şey yanlış onlar için” ifadesiyle bir erenin ebeveynlerini değersizleştirerek bağımsız olma çabasına gönderme yaptığı düşünülmüştür. Ebeveynlerinin yaptığı hangi davranışların-sözlerin onda stres yarattığı stresi tanımladıktan sonra tekrar sorulduğunda, “Sanırım bu stres oluşturan bir şey değilmiş, bu kızgınlıkmiş onların iyi olmamalarına kızmışım galiba. Okumuş olmalarını çok isterdim. Birçok şeyi zaten anlamazlar diye sormuyorum onlara” dedi. Grup içinde Ali ve Fatma dışındaki tüm üyeler farklı ifadelerle olsa da ebeveynlerini eleştirmişlerdir. Bu tartışmalara Ali ve Fatma ebeveynlerini yücelten ifadelerle katılmış ve Fatma ken-

dini diğerleri ile kıyasladığında çok şanslı bulunduğunu belirtmiştir. Grubun dikkati bu farklılığa çekildiğinde kendilerinin “onları” yetersiz algılıyor olabilecekleri ortak kararına vardılar. Hasan’ın “Onlara bir şans vermek gerektiğini gençlerin sürekli anlaşılmamaktan dert yandığını ama kendilerinin de kimseyi anlamaya çabalamadığı” sözleri, otoriteye ilişkin algılamaların grup üyelerince tartışılmasına yol açmıştır. Öğretmenlerine ilişkin duyguları sorulduğunda da benzer değersizleştirme ya da yüceltme süreçlerinin yaşandığı ortaya çıkmıştır. Üyelerin tümü çok şaşırılmış görünmekteydi, grup yöneticisi ergenlikte gelişim oturumuna kadar bunu düşünmelerini, gerekirse notlar almalarını ve tekrar gündeme getirmelerini istedi. Literatürde bu dönemde ergenin kimliğini bulma çabalarının ve içsel çatışmaların etkisiyle, öncelikle anne-baba olmak üzere yetişkinleri değersizleştirmeye gereksinim duyabildikleri, bu nedenle “yetişkinlerin yetersiz olduğunu ve kendilerini anlamadıkları” düşünceleriyle sık karşılaşıldığı bildirilmektedir.<sup>[10,23,24]</sup>

Bu oturumda grup üyeleri stres belirtileri ve stresör olarak algıladıkları uyarıları tartışırken benzer durumlarda farklı duygular yaşadıklarını belirterek, engelli olmanın hissettirdiği farklılığın çok da olumsuz olmayabileceğini aslında “tüm insanların farklı olduğunu” ifade etmişlerdir.

Oturumda kasetçalar eşliğinde solunum egzersizleri yapılmış ve konuyla ilgili sorun çözüme egzersizi gerçekleştirilmiştir. Oturumun değerlendirilmesinde, stresör olarak algıladıkları uyarılarda farklılıklar olduğunu görmenin yanında, kendi tepkilerini konuşabilmenin yararlı olduğunu belirtmişlerdir.

Oturumlarda üyeler birbirlerini dinlemeye, anlamaya çalışmakta, önerilerde bulunmakta, destek almakta ve birbirlerinden bir şeyler öğrenmeye çalışmaktaydı. “Bizim grup” ifadeleri sıklıkla ifade edilmekteydi; bu durum grup bilinci ve bağlılığın oluşmaya başladığını düşündürmekteydi.

Denetim sürecinde grup yöneticisi üyeleri algılayış biçiminin değiştiğini, onları daha rahat dinleyebildiğini ve daha çok anlıyor hissettiğini fark etmiştir. Göremiyor olmalarının, grup yöneticisine “beni nasıl algılıyor olabilirler?” sorusunu düşündürdüğü, bu deneyimin “dinlemenin gücü” anlamında ne kadar öğretici olduğunu fark etmesine katkıda bulunduğu paylaşılmıştır.

##### **5. Oturum: Ergenlik Döneminde Gelişimsel Değişiklikler**

Bu oturum, üyelerin ergenlik dönemindeki fiziksel değişimlerin neler olduğunu bilmesini ve kendisinde meydana gelen değişimleri ifade edebilmesini sağlamayı amaçlamaktadır.

Gruba başlarken geçen oturumdan bu yana aileleriyle yaşadıklarını düşündüklerini belirttiler. Neredeyse grubun tamamı anlaşmazlıkların her iki taraftan da kaynaklanabilece-

ğini düşündüklerini ama farklı olmalarına ebeveynlerinin anlayış göstermemeleri durumunda bu sıkıntıları aşamayabileceklerini iletilmişlerdi. Engelli olmakla ilgili ikircikli tutumları olduğu fark edilmekteydi: Bir yandan engellerine yönelik farklı yaklaşım görmek istemiyor, diğer yandan yetişkinlerden ayrıcalık ve anlayış bekliyor gibi oldukları düşünülmüştü. Bu düşünce grupla paylaşıldığında ilk yanıt Ali’den geldi: “Biz çocuğuz onlar büyük! Biz isteriz onlar işlerine gelmezse yapmazlar.” Bunların anlamının sınırları zorlamak ve bu biçimde kendilik sınırlarını netleştirmeye çalışmak olabileceği düşünülmüş ve bu tartışma denetimde paylaşılmıştır.

Ergenlik döneminde değişimlere başlarken onların kendilerinde ne gibi değişiklikler fark ettikleri sorulmuştur. Genel olarak yaşadıkları fiziksel değişimlerin farkında oldukları ama nedenlerine ilişkin bilgilerinin yetersiz olduğu görülmüştür. Ahmet, görme engelliler için önemli olabileceği düşünülen bir şey söyledi: “Ben görmüyorum, vücudumda olanları kendime dokunarak anlıyorum ve dokunduğumda da organım sertleşiyor, bir kez bu yüzden çok fena fırça yemiştım babamdan ve çok utanmıştım”. Bunun üzerine Ali, “Kızlar çok şanslı” deyince grupta herkes gülmeye başladı. Elif “Evet bizim sadece göğüslerimizi saklamak gibi bir sıkıntımız var” diye yanıt verdi. Duru, çocukken yaşadığı ama tam olarak kaç yaşında olduğunu hatırlamadığı bir anısını paylaşmak istedi: “Kaç yaşındaydım hatırlamıyorum. Komşumuzun benim yaşında oğlu vardı. Birçok kez sen kızsın, sen erkeksin gibi sözler duyduğumuz için ya da merakımızdan ne farkımız olduğunu öğrenmek istedik. O bana sen soyun ben sana bakayım değişik bir şey varsa söylerim dedi, ben de o halde ben de sana dokunurum dedim. Kendimizce bir yandan oyun oynuyorduk bir yandan da merakımızı gideriyorduk. Bu sırada odaya annemle o teyze girmiş ve bir tokat yedim annemden, arkadaşşıma da benzer şeyler oldu. Onlar gittiğinde annem bana senin gibi ahlaksız bir kızım olduğu için utanıyordum dedi ve bir süre benimle konuşmadı”. Bu sözlerden sonra biraz sustu ve ağladı. Tüm grup sessizce Duru’yu bekledi. Sonra Duru’nun “Kendimi hep ahlaksız hissettim” sözleri üzerine Ayşe “Şimdi ne hissediyorsun?” diye sordu. Duru “Bunun sır olmaması iyi geldi sanki!” Mehmet Duru’ya “Sen kötü kız değil, bu yaptığın için olsa olsa meraklı bir kız olursun” dedi. Sezgi ise “Çok da cesursun bunu burada söyleyebileceğin için” dedi. Grup üyelerinin birbirine verdikleri destek gerçekten anlamlıydı.

Sezgi’nin Ayşe’ye verdiği desteğin grup süreci açısından bir anlamı daha olduğu düşünülmüştür: Önceki oturumlarda Ayşe ile Sezgi’nin grup içinde birbirleriyle rekabet ettiği gözlemlenmekteydi. Bu rekabete ve küçük gruplaşmalara rağmen özellikle zor bir konu paylaşıldığında birbirlerine destek olmuşlardı. Bu da grup bağlılığının oluştuğunun ve grubun terapötik öğelerinin iyi bir şekilde işlediğinin bir işareti olarak değerlendirildi.

Bu grupta herkes içten ve coşkulu bir biçimde kendini ifade etti. Bu durum duygusal boşalmanın en kolay gözlenen grup dinamiklerinden biri olabileceği şeklinde değerlendirildi. Grubun en kısa boylusu olan Ali bu oturumda konuştuklarımızı toparlarken; “Ben en çok büyüme atılımını öğrendiğime sevindim. Şu anda kısa olmam hep kısa olacağım demek değilmiş teşekkür ederim” dedi.

Rogers, grupta güven ortamı gelişmeye başladığında üyelerin kendilerinden daha rahat bahsedebildiklerini ve kişisel deneyimlerini paylaşabildiklerini, bu yaşantının her bir üye için farklı zamanlarda mümkün olabileceğini belirtmiştir.<sup>[4]</sup> Oturumda yaşananların bu açıdan oldukça anlamlı ve öğretici olduğu düşünülmüştür. Artık rol oynamalarda hepsinin daha başarılı olduğu ve iletişim becerileri açısından birbirlerini değerlendirirken birbirlerine daha olumlu geribildirimler verdikleri gözlemlenmiştir.

Denetimde grup yöneticisi, kendisi için sınırların ne anlama geldiğini ve bu konudaki hislerinin grup üyelerini algılayışını ve süreci nasıl etkiliyor olabileceği konusunda danışmanlık almıştır.

### 6. Oturum: Ergenlik Döneminde Cinsel Gelişim

Bu oturum ergenlikte cinsel gelişimle ilgili bilgi kazanmalarını ve bu konuda hissettiklerini ifade etmelerini sağlamayı amaçlamaktadır.

Konuyla ilgili düşünceleri sorulduğunda kısa bir sessizlik olmuştu ve genellikle grubu motive eden Mehmet “Cinsellik bizim kendi aramızda konuştuğumuz bir şey bunu büyüklerle konuşmaya alışık değiliz. Ben listeye bunu yazarken inanmamıştım konuşulacağına” demişti. Fatma, “Bu konuda biz büyüklerle soru sorup azarlandık ve bunları konuşmanın ayıp olduğunu öğrendik. Ama itiraf ediyorum annemi dinlemediğim belki tek konu budur” demişti. Can’ın ani bir tepkiyle “Kızlar da kendi aralarında konuşuyormuş!” sözleri gülüşmelere yol açarak grubun havasını yumuşatmıştı. Bu konuda çoğunlukla bilgi kaynaklarının arkadaşları olduğu anlaşılmaktaydı. Kızlar okul hemşiresi ve anneleri ile en azından menstrüasyon konusunda konuşabilmişlerdi. Erkekler bu duruma şaşırılmışlardı, çünkü onlara babaları bir şey anlatmamıştı. Ali, babasına küçükken bebeklerin nasıl oluştuğunu sormuş, hastaneden alındığını öğrenmiş, çok uzun yıllar buna inanmış hatta kendisini seçtikleri için ailesine ne kadar minnet duymuş olduğunu ifade ettiğinde grup üyeleri benzer deneyimlerini ve duygularını konuşmaya başlamıştı.

Oturuma ara verildiğinde Mehmet ve Ahmet gelerek grup yöneticisiyle bir şey konuşmak istediklerini bunu grup ortamında konuşmalarının uygun olup olmadığından emin olmadıklarını söylemişlerdi. Konu ıslak rüyalar, onlara kendileri için zor olmayacaksa bunu gruba getirmeleri, diğer arkadaşlarının da benzer şeyler yaşıyor olabilecekleri söylenildi. Oturum başladığında Ahmet söze başlayarak “Ben sizin

şimdi ıslak rüya dediğiniz türde rüyalar görüyorum. Kendimi kirli, pis biri sanıyordum. Bunun hormonlarımızla ilgili olduğunu öğrenmek beni rahatlatmıştı.” demiştir.

Grup üyeleri rol oynamalarda birbirlerini oldukça rahat bir biçimde bilgilendirdiler. Kendilerini rahat hissettiklerini, güvende ve yargılanmayacak olduklarını düşündüklerini ifade ettiler. Kız ve erkeklerden oluşan karma bir grupta bunları konuşuyor olmanın neler hissettirdiği sorulduğunda “bu konunun konuşulabilir olmasının rahatlatıcı olduğunu, herkesin saygıyla birbirini dinlemesinin de iyi geldiğini” belirtmişlerdir. Yönetici yardımcısının “Biz cinsel konuları konuşmaktan korkarız ama onlar sandığımızdan daha olgun biçimde bu konuda fikirlerini söyleyebiliyorlarmış” ifadesi yetişkinlerin cinsellik hakkında konuşmakta neden güçlük çektiğini düşündürmüştür.

Yönetici denetimde cinsellik konusunda konuşmanın beklediğinden daha rahat geçtiğini ifade etmiş, denetici bunu sağlayan etmenlerden birinin grup sürecinde üyelerin yargılanmadıklarına ilişkin algılarının olabileceğini belirtmiştir.

### 7. Oturum: Hayır Diyebilme

Bu oturum, ergenlere hayır diyebilme becerisi kazandırarak, sağlık için riskli davranışlardan korunmalarını desteklemeyi amaçlamaktadır. Hayır demenin adımları olan, “hayır demek, hayır demeyi sürdürmek, karşıdaki kişiye durumunuzu (nedeninizi) açıklamak, başka bir şey yapmayı teklif etmek (alternatif sunmak), karşıdaki kişiye hissedilenleri (sinirli, incinmiş, hayal kırıklığı v.b) söylemek” geliştirilmeye çalışılmıştır.

Konu tartışmaya açıldığında ilk söz alan Sezgi olmuş, ondan bir şey istendiğinde kendini yapmak zorunda hissettiğini anlatmıştır. Bunun nedeninin ne olabileceği tartışmaya açılmıştır:

Fatma “Ben birine hayır dersem onu sevmediğimi sanabilir diye endişelenirim” demişti. Aynı şeyin onun için geçerli olup olmadığına ilişkin soruya emin olmamakla birlikte “Belki de” yanıtını vermişti.

Ahmet’in “Ben hayır demem, yapmak istemiyorsam yapmam”, sözleri pasif-agresif biçimde davrandığını düşündürmüştür. Bu durumun nasıl sonuçlandığı sorulduğunda ise samimi bir biçimde, “Bazen unutuyor karşı taraf ama çoğu kez kızıyor bana, çok da işime yaramıyor bu taktik” demişti.

Elif “Bir isteğe hayır dersem beni dışlarlar diye korkuyorum” demişti. Mehmet “Ben özellikle sigara içmek ya da okulu kırmak gibi konularda arkadaşlarıma hayır diyemiyorum çünkü korkakmışım gibi düşünsünler istemiyorum” demişti. Üyelerle “sevilmek, korkmak, dışlanmak” gibi kişisel ifadeleri ve bunların anlamları tartışılmıştı. Bu sırada özellikle, hayır diyemedikleri isteklerin nasıl sonuçlandığına dikkat çekilmeye ve bu biçimde davranmanın işlevsel olmadığına vurgu yapılmaya çalışılmıştı.

Rol oynamalara geçildiğinde ilk kez bir oturumda zorlandıkları gözlemlenmiştir. Değerlendirmede ise, bu konuyu tek bir oturumda ele almanın yeterli olmayabileceği düşünülerek, tekrar oturumlarında bu konuyu gündeme getirmek isteyip istemedikleri sorulmuş, üzerinde daha uzun çalışılmasına karar verilmişti. Grup üyelerinin tamamı bu konuda bilinçli olmanın yararlı olabileceğini düşündüklerini ve deneyeceklerini ifade etmişlerdi.

Denetimde hayır deme ile ilgili kişisel dinamikler tartışılmıştı. Alınan danışmanlıkla tekrar oturumları için bu konunun daha çok etkileşimsel anlamda çalışılmasına ve üyeler için daha çok kişisel dinamikleri açıklayıcı bir destek sağlanmasına karar verilmişti.

### 8. Oturum: Değerlendirme

Bu oturumda grup üyelerinden, geçirilen zamanı ve süreci değerlendirmeleri istenmiştir. Oturuma, sürece ilişkin değerlendirmelerin yanı sıra ayrılığa ilişkin duyguların hakim olduğu gözlenmiştir.

Elif'in "İlk kez kendimi bir yere ait hissettim", Mehmet'in "Bittiğine üzülmediğim tek şey bu gruplar oldu", Sezgi'nin "Kendimi özel ve önemli hissettim, öğrendiklerim ise anlamayacağım kadar işime yaradı" sözleri, sürecin üyeler için anlam ifade ettiğini göstermiştir. Üyelerin neredeyse tamamı sürecin kendilerini tanımaya, ilişkilerini geliştirmeye ve sorunlarını daha farklı bir çerçeveden ele almaya katkıları olduğunu belirtmişlerdir.

Yönetici "Bana dünyalarınıza girme, sizleri anlamaya çalışma şansı tanıdığımız ve pek çok şey öğrettiğiniz için teşekkür ederim" sözleri sürecin sadece üyeler için değil, yöneticiler için de anlamlı ve öğretici oluşuna vurgu yapmıştır. Sabırları, azimleri, devamlılıkları ve öğrendiklerini denemek konusundaki cesaretleri için her üyeye teşekkür edilmiştir. Tekrar oturumunda görüşmek üzere vedalaşırken herkesin hüznü olduğu gözlenmiştir. Son olarak Hasan "Biz sizden şanslıyız birbirimizle bir araya gelip grupları sürdürebiliriz" demiştir.

Grup yöneticisinin denetimde "Öğrendiğim, geliştirdiğim ve belki de değiştiğim fırsat alanı ve gerçekten bu grupların bittiğine üzgünüm" ifadesi kendisinin ayrılıkla ilişkili duygularının konuşulmasını ve bu alandaki farkındalığının artmasını sağlamıştır.

### Sınırlılıklar

Grup çalışmasının okul ortamında yapılmış olması, grup saatlerini ve yerini belirlemek açısından sıkıntılar yaratmıştır. Ayrıca öğrencilerle gerçekleştirilmiş olması eğitim-öğretim döneminin içinde olması gerekliliği ile daha kısa süreli bir çalışma olmasını kaçınılmaz kılmıştır. Özellikle iletişim ve sorun çözme becerilerinin her oturumda çalışılması sağlanırken, hayır deme için bir oturumun yetmemesi süreci yapılandırılırken dikkate alınması gereken bir başka sınırlılıktır.

### Sonuç

Bir grup sürecinin neler öğrettiğine ilişkin sorunun cevabı oldukça uzun ve kapsamlıdır. Bu süreçte katılımcıların görme engellerine ilişkin yöneticilerin yaşadığı güçlükler olmasına rağmen, ergenlerin iletişim, sorun çözme, stresle baş etme ve hayır diyebilme becerilerinde olumlu değişimlerin olduğu ve kendilerinde olan dönemsel değişimlere ilişkin farkındalıklarının arttığı gözlenmiştir.

Grup yöneticisi grup deneyimi yaşamış olmanın yanı sıra iletişim ve empati becerilerini de geliştirme fırsatı bulmuş, ayrıca bir grup üyesi olarak kendisinin grupta varoluşuna ilişkin farkındalıklar deneyimlemiştir. Ergenlerle ve özellikle daha özel ihtiyaçları olduğu düşünülen engelli ergenlerle gerçekleştirilen grup çalışmalarının bu alanda çalışacak sağlık profesyonelleri açısından geliştirici, grup üyeleri için de çeşitli alanlarda yararlı olacağı söylenebilir.

Bu deneyimlerin ışığı altında alanda çalışmak isteyen araştırmacılara;

- Grup çalışmalarına başlamadan önce bir grup sürecine üye olarak dahil olmaları,
- Yapılandırılmış bir sürecin planlama aşamasında mümkün olduğunca profesyonel yardım almaları,
- Deneysel çalışmaların sadece istatistiksel sonuçları ile ilgili değil, süreçle de daha fazla yayın yapmaları ve meslektaşlarımıza rehberlik sağlamaları önerilebilir.

### Kaynaklar

1. Partona C, Manby M. The contribution of group work programmes to early intervention and improving children's emotional well-being. *Pastoral Care in Education* 2009;27:5-19.
2. Yalom I. Grup terapinin teori ve pratiği. [Çeviri editörleri: Tangör A, Karacam Ö] 3. Basım, İstanbul: Nobel Tıp Kitabevi; 1992. s. 458-98.
3. Yalom I. Kısa süreli grup terapileri. [Çeviri editörü: İlyoğan Z] 1. Basım, İstanbul: Kabcacı Yayınevi; 2003. s. 52-68.
4. Rogers CR. Etkileşim grupları. [Çeviri editörü: Erbil H] Ankara: Ege Matbaacılık; 2003. s. 20-56.
5. Karaahmetoğlu SŞ. Rehabilitasyon açısından özürüllüğün epidemiyolojisi. İçinde: Oğuz H, editör. Tıbbi rehabilitasyon. İstanbul: Nobel Tıp Kitabevi; 1995. s. 16-22.
6. Bilge S, Motovallı N, Alyanak B. Görme kaybı olan çocuklarda gelişimsel farklılıklar ve psikopatoloji, otizmle benzerlikleri: Gözden geçirme ve olgu sunumu. *Nöro Psikiyatri Arşivi* 1998;35:126-31.
7. Haznedaroğlu D. Adolesanlarla ilgili çalışmalar. 22. Pediatri Günleri ve 2. Pediatri Hemşireliği Günleri, İstanbul: 2000. s. 35-48.
8. Krenke-Seiffge I. Adolescent health: a developmental perspective. 1st ed., London: Lawrence Erlbaum Associates Publisher; 1998. p. 60-97.
9. Eskin M. Ergen ruh sağlığı sorunları ve intihar davranışıyla ilişkileri. *Klinik Psikiyatri Dergisi* 2000;3:228-34.
10. Ekşi A. Ben hasta değilim. Çocuk sağlığı ve hastalıklarının psikososyal yönü. İstanbul: Nobel Tıp Kitabevi; 1999. s. 149-55.
11. Van Hasselt BV. Social adaptation in the blind. *Clinical, Psychology Review* 1989;3:87-102.
12. Shari L, Barkin MD, Smith SK, Durant RH. Social skills and attitudes associated with substance use behaviours among young adolescents. *Journal of Adolescent Health* 2002;30:448-54.
13. Çetin F, Canat S, Kılıç E, Şenol S ve ark. Ergen ve ruhsal sorunları: Durum



- saptama çalışması. 14. Ulusal Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Kongresi & 4. Biyolojik Psikiyatri Sempozyumu (21-24 Nisan 2004, Bursa) Metin Kitabı, 2004. s. 65-8.
14. Millstein SG. Promoting the health of adolescents: new directions for the twenty-first century. New York: Oxford University Press; 1994. p. 217-23.
15. Kuipers JC, Clemens DL. Do I dare? Using role-play as a teaching strategy. *J Psychosoc Nurs Ment Health Serv* 1998;36:12-7.
16. Kulaksızoğlu A. Ergenlik psikolojisi. 1. Basım, İstanbul: Remzi Kitabevi; 1998. s. 11-79.
17. Eren N. Psikotik ve borderline hasta gruplarında sanatla psikoterapi sürecinin incelenmesi. [Yayımlanmamış Doktora Tezi] İstanbul: İstanbul Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı; 1998.
18. Karaca S, Özaltın G. Görme engelli ergenlerle yürütülen yapılandırılmış bir grup eğitiminin etkinliği. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi* 2010;3:3-14.
19. Karataş Z, Gökçekan Z. Psikodrama teknikleri kullanılarak yapılan grup uygulamalarının ergenlerde saldırganlığı azaltmadaki etkisinin incelenmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi* 2009; 20: 357-66.
20. Hansen DJ, Nangle DW, Meyer K. Enhancing the effectiveness of social skills interventions with adolescents. *Education & Treatment of Children* 1998;21:489-504.
21. Karver M, Shirk S, Handelsman JB, Crisp H, et al. Relationship processes in youth psychotherapy measuring alliance, alliance-building behaviors and client involvement. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders* 2008;16:15-28.
22. Shirk SR, Gudmundsen G, Kaplinski HC, McMakin DL. Alliance and outcome in cognitive-behavioral therapy for adolescent depression. *J Clin Child Adolesc Psychol* 2008;37:631-9.
23. Freud A. Ego ve savunma mekanizmaları. [Çeviri editörü: Erim Y] Ankara: Bağlam Yayıncılık; 1989. s. 132-68.
24. Parman T. Ergenlik ya da merhaba hüznün. Ankara: Bağlam Yayıncılık; 2000. s. 11-29.