

T.C.

İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

SOSYAL HİZMET ANABİLİM DALI

SOSYAL HİZMET BİLİM DALI

**KORUMA ALTINDAKİ GENÇLERİN İLİŞKİSEL BENLİK
VE SOSYAL KAYGILARININ PSİKODRAMA
UYGULANARAK KARMA YÖNTEMLE İNCELENMESİ**

DOKTORA TEZİ

Hülya TÜRK

İstanbul

Aralık- 2023

T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
SOSYAL HİZMET ANABİLİM DALI
SOSYAL HİZMET BİLİM DALI

KORUMA ALTINDAKİ GENÇLERİN İLİŞKİSEL BENLİK VE
SOSYAL KAYGILARININ PSİKODRAMA UYGULANARAK
KARMA YÖNTEMLE İNCELENMESİ

DOKTORA TEZİ

Hülya TÜRK

Tez Danışmanı

Doç. Dr. Taner ARTAN

İstanbul

Aralık- 2023

TEZ ONAYI

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğüne,

Bu çalışma, jürimiz tarafından Sosyal Hizmet Anabilim Dalı, Sosyal Hizmet Bilim Dalında DOKTORA TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Danışman Doç. Dr. Taner ARTAN

Üye Dr. Öğr. Üyesi Sena ÖKSÜZ POPLATA

Üye Dr. Öğr. Üyesi Fatima Elif ERGÜNEY OKUMUŞ

Üye Dr. Öğr. Üyesi Mehmet GEDİK

Üye Dr. Öğr. Üyesi Mira ASSADI

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

.....

Prof. Dr. Erhan İÇENER

Enstitü Müdürü

BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Doktora tezi olarak hazırladığım “**Koruma Altındaki Gençlerin İlişkisel Benlik ve Sosyal Kaygılarının Psikodrama Uygulanarak Karma Yöntemle İncelenmesi**” isimli çalışmanın öneri aşamasından sonuçlandığı aşamaya kadar geçen süreçte bilimsel etiğe, akademik kurallara özenle uyduğumu, tez içindeki tüm bilgileri bilimsel, ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığımı, bu çalışmamda doğrudan veya dolaylı olarak yaptığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu beyan ederim.

.....

Hülya TÜRK

ÖN SÖZ

Bu tezde “Koruma Altındaki Gençlerin İlişkisel Benlik ve Sosyal Kaygılarının Psikodrama Uygulanarak Karma Yöntemle İncelenmesi” başlıklı konu, karma yöntem kullanılarak çok yönlü incelenmiştir. Elde edilen sonuçların literatüre katkı sağlaması ve saha uygulamalarında istifade edilecek bir başvuru kaynağı olması dileğimidir.

Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığında sosyal hizmet uzmanı olarak görev yaparken birlikte çalışma fırsatı bulduğum meslektaşım ve aynı zamanda kıymetli tez danışmanım Doç. Dr. Taner Artan’a bana huzur içinde çalışma fırsatı sunduğu, bilgi ve deneyimleriyle yol gösterirken sabrıyla ve yol açıcılığıyla yanımda durduğu için yürekten şükranlarımı sunmak isterim. Tezimin izlenmesinde süreç boyunca yer alarak her ihtiyaç duyduğumda samimiyetle beni karşılayan Doç. Dr. Emel Yurtsever’e teşekkürü bir borç bilirim. Yine tez izleme sürecinde bana katkılarıyla eşlik eden Doç. Dr. Şerife Sema Karakelle hocam yaşadığı sağlık sorunları nedeniyle savunmamda bulunamadı, kendisine emekleri için teşekkür ederim. Tez jürimde bulunarak katkılarını esirgemeyen Dr. Öğr. Üyesi Sena Öksüz Poplata’ya, Dr. Öğr. Üyesi Mehmet Gedik’e, Dr. Öğr. Üyesi Fatima Elif Ergüney Okumuş’a ve katkıları için Dr. Öğr. Üyesi Mira Assadı hocalarıma teşekkür ederim. Tezin uygulama aşamasında resmî izin, fiziksel ve sosyal koşulların hazırlanmasında her türlü öneri, kolaylık ve desteği sağlayan; İstanbul’da Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığına bağlı çocuk evleri sitesinde müdür yardımcısı olarak görev yapan Sosyal Hizmet Uzmanı Güllü Elçi başta olmak üzere tüm kurum çalışanlarına minnettarım. Ayrıca koruma altında bulunan, araştırmaya katılarak katkı veren sevgili gençlere emekleri ve samimiyetleri için içtenlikle teşekkür etmek isterim. Onlar olmasaydı bu çalışma olmazdı.

Uygulamada grup oturumlarında her hafta co-terapist olarak bulunan, not tutan ve destek olan Psikolog Hacı Ömer Akbudak’a desteği için teşekkür ederim.

Meslekî hayatıma Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığında koruma altında bulunan çocuk- genç- yetişkin bireylerle çalışma fırsatı bulduğum sosyal hizmet kuruluşlarında başladım. Sonra akademide olmak ve alanda çalışacak meslektaşlarımın yetkin birer sosyal hizmet uzmanı olmaları için destek vermek, onlarla tecrübelerimi paylaşmak istedim. Fiziksel olarak uzaklaştım da duygusal olarak mesleğimi uyguladığım sahadan hiç uzak olmadım,

kendimi sık sık onlar için bir şeyler yapabilme arzusu içinde buldum. Bu tezle onlara bir nebze de olsa katkı sunmanın değeri benim için paha biçilemez.

Böylesi zorlu çalışma dönemimde beni destekleyerek yanımda olan anneme, kız kardeşlerime, erkek kardeşime ve hayatıma dokunan tüm dostlarıma sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Tez çalışmamı bu yolculukta varlığını her duyumsadığımda iyi hissettiren, umudum ve gönül destekçim oğlum Temmuz Tan Çataloluk’a ithaf ediyorum. Varlığına minnettarım.

Hülya TÜRK
İstanbul-2023

ÖZET

KORUMA ALTINDAKİ GENÇLERİN İLİŞKİSEL BENLİK VE SOSYAL KAYGILARININ PSİKODRAMA UYGULANARAK KARMA YÖNTEMLE İNCELENMESİ

Hülya TÜRK

Doktora, Sosyal Hizmet

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Taner ARTAN

Aralık, 2023- 172 + XVI Sayfa

Bu araştırmada psikodrama grup terapisinin koruma altındaki gençlerin ilişkisel benlik ve sosyal kaygıları üzerindeki etkisini incelemek ve gençlerin ilişkisel benlik, sosyal kaygı, psikodrama deneyimleri aracılığıyla kapsamlı olarak konunun anlaşılmasını sağlamak amaçlanmaktadır. Karma yöntemin kullanıldığı araştırmada İstanbul'da bulunan çocuk evleri sitesinde koruma altında bulunan 30 gençle çalışılmıştır. Veriler; ergenler için sosyal kaygı ölçeği, ilişkisel benlik ölçeği, yarı yapılandırılmış görüşme formu ve kişisel bilgi formu kullanılarak elde edilmiştir. Ergenler için sosyal kaygı ölçeğinden orta üstü puan alan gençlerden deney ve kontrol grupları oluşturulmuştur. 15 gençten oluşan deney grubuna 10 oturum 90 dakika psikodrama uygulanmış, çalışma sonunda 12 gönüllüyle derinlemesine görüşme yapılmıştır. 15 gençten oluşan kontrol grubuna ise işlem uygulanmamıştır. Bulgular: Deney grubunun ilişkisel benlik ölçeğinin alt boyutu olan yansıma alt boyutu puan ortalaması kontrol grubundan anlamlı olarak farklı; sosyal kaygı ölçeğinin toplam puan ve alt boyutları olumsuz değerlendirilme korkusu, genel sosyal durumlarda korku ve huzursuzluk duyma puan ortalaması kontrol grubundan anlamlı olarak farklı bulunmuştur. Sonuç olarak araştırmanın amacı ve nicel boyutunda uygulanan psikodrama grup terapisinin koruma altındaki gençlerin ilişkisel benliğinin yansıma boyutuna, sosyal kaygısının toplamında, olumsuz değerlendirme korkusunda ve genel durumlarda korku ve huzursuzluk duymada etkili olduğu bulunmuştur.

Araştırmanın nitel boyutunda ilişkisel benlik, sosyal kaygı ve psikodrama deneyimleri ortaya çıkmıştır. Deneyimlerden gençlerin yakın çevre ve akranlarla ilişkilerinde güven duymama, değersiz hissetme, önemsenmeme yaşadıkları anlaşılmaktadır. Bununla birlikte koruma altındaki gençler özellikle akranlarla ve yakın çevreyle iletişimde kalarak, yeni insanlarla tanışarak sosyal kaygıyla baş etmeye çalışmaktadırlar. Gençler, çevrelerinden çok kısıtlı olumlu geri bildirim almakta; rol modeli ve özdeşim eksikliği yaşamaktadırlar. Sonuçta koruma altında bulunan gençlere psikodrama grup terapisi ve benzeri terapilerin uygulanması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Psikodrama grup terapisi, ilişkisel benlik, sosyal kaygı, koruma altındaki gençler, karma yöntem.

ABSTRACT

EXAMINATION OF RELATIONAL SELF AND SOCIAL ANXIETY OF YOUNG PEOPLE UNDER PROTECTION WITH MIXED METHOD BY APPLYING PSYCHODRAMA

Hülya TÜRK

Ph. D., Social Work

Advisor: Assoc. Prof. Taner ARTAN

December, 2023- 172 + XVI Pages

In this study, it is aimed to examine the effect of psychodrama group therapy on the relational self and social anxiety of young people under protection and to provide a comprehensive understanding of the subject through the relational self, social anxiety and psychodrama experiences of young people. In the mixed method study, 30 young people who were under protection in a children's home centre in İstanbul were studied. Data were obtained using the social anxiety scale for adolescents, relational self scale, semi-structured interview form and personal information form. Experimental and control groups were formed from the adolescents who scored above average on the social anxiety scale for adolescents. The experimental group of 15 adolescents received 10 sessions of 90 minutes of psychodrama and 12 volunteers were interviewed at the end of the study. The control group of 15 young people was not treated. Findings; the mean score of the experimental group in the reflection sub-dimension of the relational self scale, which is a sub-dimension of the relational self scale, was found to be significantly different from the control group; the mean score of the total score and sub-dimensions of the social anxiety scale, fear of negative evaluation, fear and restlessness in general social situations were found to be significantly different from the control group. As a result it was found that psychodrama group therapy applied in the purpose and quantitative dimension of the research had an effect on the reflection dimension of the relational self of the youth under

protection, on the total social anxiety, on the fear of negative evaluation, and on fear and restlessness in general situations.

In the qualitative dimension of the research, relational self, social anxiety and psychodrama experiences emerged. It is understood from the experiences that young people experience lack of trust, feeling worthless, and being ignored in their relationships with their close environment and peers. However, young people under protection try to cope with social anxiety by staying in contact with peers and close environment and meeting new people. Young people receive very limited positive feedback from their environment and experience a lack of role models and identification. As a result, it is recommended to apply psychodrama group therapy and similar therapies to young people under protection.

Keywords: Psychodrama group therapy, relational self, social anxiety, protected youth, mixed method.

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAYI	i
BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ	ii
ÖN SÖZ.....	iii
ÖZET	v
ABSTRACT	vii
İÇİNDEKİLER	ix
TABLolar LİSTESİ.....	xii
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xiii
KISALTMALAR LİSTESİ	xiv
BİRİNCİ BÖLÜM.....	1
GİRİŞ	1
1.2. Araştırmanın Problemi	3
1.3. Araştırmanın Nicel Hipotezleri ve Nitel Soruları	3
1.4. Araştırmanın Önemi.....	4
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları	6
1.6. Araştırmada Kullanılan Tanımlar	6
İKİNCİ BÖLÜM	9
ARAŞTIRMANIN KURAMSAL ÇERÇEVESİ	9
2.1. Gençlik Dönemi ve Koruma Altında Bulunan Gençler	9
2.2. Benlik, İlişkisel Benlik.....	12
2.2.1. Benlik Kavramı	12
2.2.2. İlişkisel Benlik Kavramı	16

2.3. Sosyal Kaygı	22
2.3.1.Sosyal Kaygı ve Kuramsal Yaklaşımlar	25
2.3.1.1. Psikanalitik Yaklaşım	25
2.3.1.2. Bilişsel (Kognitif) Yaklaşım	28
2.5. Psikodrama	36
2.5.1. Psikodrama Grup Terapisi ve Benlik, İlişkisel Benlik.....	39
2.5.2. Psikodrama Grup Terapisi ve Sosyal Kaygı	41
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	44
ARAŞTIRMA YÖNTEMİ.....	44
3.1. Araştırma Modeli Olarak Karma Yöntemler	44
3.3. Araştırmanın Grubu	52
3.4. Veri Toplama Araçları	54
3.4.1. Nicel Boyutta Kullanılan Veri Toplama Araçları	54
3.4.1.1. Kişisel Bilgi Formu (EK 1).....	54
3.4.1.3. Ergenler İçin Sosyal Kaygı Ölçeği (Ek 3).....	55
3.4.2.1. Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu (EK 4)	56
3.5. Psikodrama Grup Terapisinin Uygulanması	57
3.6. Süre ve Olanaklar	59
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM	60
ARAŞTIRMA BULGULARI.....	60
4.1. Araştırmanın Nicel Bulguları.....	60
4.1.2. Koruma Altında Bulunan Gençlerin Demografik Bulguları.....	62
4.1.3. Hipotez Testlerinden Elde Edilen Bulgular	65
4.2. Araştırmanın Nitel Bulguları.....	69

BEŞİNCİ BÖLÜM	104
TARTIŞMA SONUÇ VE ÖNERİLER	104
5.1. Nicel ve Nitel Bulguların Birlikte Tartışılması	104
5.2. Sonuç ve Öneriler	116
KAYNAKÇA	125
EKLER.....	147
EK 1: Kişisel Bilgi Formu	147
EK 2. İlişkisel Benlik Ölçeği	149
EK 3: Ergenler İçin Sosyal Kaygı Ölçeği	149
EK 4: Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu.....	150
EK 5. Yarı Yapılandırılmış Psikodrama Grup Terapisi Çalışma Taslağı.	151
Ek 6. Psikodrama Oturumlarına Ait Özet	152
EK 7: Ölçek İzinleri	164
EK 8: Sabahattin Zaim Üniversitesinden Alınan Etik Kurul Onayı	166
EK 9: Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığından Alınan Araştırma İzni Resmi Yazısı	167
EK 10: Araştırmacının Psikodramatist Belgesi	168
ÖZ GEÇMİŞ.....	169

TABLÖLAR LİSTESİ

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

Tablo 3.1: Yarı Deneysel Uygulama Görünüm	53
---	----

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

Tablo 4.1: İlişkisel Benlik Durumu ve Sosyal Kaygı Düzeylerine İlişkin En Düşük-En Yüksek Değerler/ Ortalama-Standart Sapma Değerleri/ Çarpıklık-Basıklık Değerleri	61
Tablo 4.2: Deney ve Kontrol Grupları Kolmogorov – Smirnov/ Shapiro-Wilk Testleri.....	62
Tablo 4.3: Araştırmaya katılan Gençlerin Yaş Dağılımı	63
Tablo 4.4: Araştırmaya Katılan Gençlerin Koruma Altına Alınma Yaşları	63
Tablo 4.5: Araştırmaya Katılan Gençlerin Demografik Özellikleri	65
Tablo 4.6: Deney ve Kontrol Grubundaki Gençlerin İBÖ ve Alt Boyutları ile ESKÖ ve Alt Boyutları Ön Test Puanları Arasındaki Fark	66
Tablo 4.7: Kontrol Grubunun İBÖ ve Alt Boyutları ile ESKÖ ve Alt Boyutları Ön Test-Son Test Ortalamaları Farkı	67
Tablo 4.8: Deney Grubunun İBÖ ve Alt Boyutları ile ESKÖ ve Alt Boyutları Ön Test- Son Test Puan Ortalamaları Farkı	68
Tablo 4.9: Deney ve Kontrol Grubunun İBÖ ve Alt Boyutları ile ESKÖ ve Alt Boyutlarının Son Test Puanlarının Karşılaştırılması.....	69
Tablo 4.10: Görüşmeci Bilgileri	71
Tablo 4.11: Tüm Ana Tema ve Alt Temalar.....	72

ŞEKİLLER LİSTESİ

İKİNCİ BÖLÜM

Şekil 2.1: Lacan Topolojisinde L Şeması.....	13
Şekil 2.2: Fobilerin Psikodinamik Modeli.....	26
Şekil 2.3: Sosyal Kaygı Modeli.....	29

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

Şekil 3.1: Açıklayıcı Sıralı Model (The Explanatory Sequential Desing)	48
Şekil 3.2: Araştırma Modeli.....	51

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

Şekil 4.1: Nitel Bulgulara İlişkin Ana Temalar.....	72
Şekil 4.2: Sosyal Kaygının Anlamına İlişkin Bulgular	73
Şekil 4.3: Benlik ve Kimlik Anlamına İlişkin Bulgular	84
Şekil 4.4: Psikodrama Uygulamasına İlişkin Bulgular.....	100

KISALTMALAR LİSTESİ

A.g.e.	: Adı Geçen Eser
Akt.	: Aktaran
APA	: Amerikan Psikoloji Derneği
DSM	: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders
Ed.	: Editör
ESKÖ	: Ergenler İçin Sosyal Kaygı Ölçeği
G-SKHD	: Genel Sosyal Durumlarda Korku ve Huzursuzluk Duyma
İBÖ	: İlişkisel Benlik Ölçeği
MAXQDA	: Bilgisayar Destekli Nitel Veri Analiz Yazılımı (Computer-Assisted Qualitative Data Analysis Software)
NASW	: Uluslararası Sosyal Çalışmacılar Birliği (National Association of Social Workers)
ODK	: Olumsuz Değerlendirilme Korkusu
SHUDER	: Sosyal Hizmet Uzmanları Derneği
SKB	: Sosyal Kaygı Bozukluğu.
SPSS	: Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paketleri (Statistic Packets For Social Sciences)
TDK	: Türk Dil Kurumu
TSSB	: Travma Sonrası Stres Bozukluğu
Y-SKHD	: Yeni Sosyal Durumlarda Korku ve Huzursuzluk Duyma

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

Koruma altında bulunan gençler, bir yandan gençlik döneminin gelişimsel durumlarıyla baş etmeye çalışırken diğer yandan içinde bulundukları ekolojik sistem ve öznel deneyimleri bağlamında aileleriyle birlikte yaşayan gençlere göre farklı yaşantı ve ilişki sistemleri içindedirler. Koruma altındaki gençlerin eko-sisteminde ebeveyn ve akraba ilişkilerinin zayıf ya da hiç olmadığı, sorumluluk alamadıkları, sosyalleşme, yalnızlık, saldırganlık ve depresyon sorunları yaşadıkları, zekâ, dil ve sosyal gelişimde akranlarına göre geri kaldıkları yapılan çeşitli çalışmalarla ortaya konmuştur (Bıyıklı,1987:87-98; Miller et. al.,2014:435-454; Seay & Kohl, 2015:899-910; Gürsoy & Bıçakçı, 2003:71-81). Gençlerin etkileşim içinde olduğu eko-sistemi ebeveynlerin bakım ve yetiştirme sorumluluğunu yerine getirememesi nedeniyle koruma altına alınmış benzer sorunları yaşayan gençlerden, çeşitli düzeydeki kurum personelinden ve kurumsal normlar, uygulamalar, aile-akrabalar, okul şeklinde sıralayabileceğimiz alt sistemlerden oluşmaktadır. Kurum sistemi, sınırları ve normları olan bir sistem olarak sosyalleşme imkânlarını kısıtlamaktadır. Gençlerin devam ettikleri okullardaki arkadaşlık ilişkilerini okul dışı zamanlarda sürdürmelerinde dahi sistemden kaynaklı güçlükler bulunmaktadır. Andersen'in ilişkisel benlik tanımı, önemli kişilerle girilen ilişkiler ve bu ilişkilerle biçimlenen benlik yapısına dikkat çekmektedir (Andersen & Chen, 2002:619-645). İlişkisel benlik, “sosyal-bilişsel” olarak nitelenir ve diğeriyle kurulan ilişkinin hem kendini tanımlamada hem de öz düzenlemede kritik bir rol oynadığı belirtilmektedir (Andersen, Reznik & Glassman, 2005: 88). Bu bağlamda koruma altındaki gençlerin ilişkisel benlik kurgusu, yakın ilişkilerin yaşandığı “kurum/çocuk evleri sitesi” eko-sistemi içerisinde şekillenmektedir. Gençlerin ilişkisel benliklerinin içinde bulundukları bu sistemde nasıl şekilleneceği, kendini bilen ve öz düzenlemesi yerinde bir yetişkin olarak toplumsallaşmasında önemli görünmektedir. Gençler yetersiz ya da travmatik aile yaşantıları nedeniyle koruma altına alınmaktadırlar. Horney (2007), çocukluk travmalarının sosyal kaygı başta olmak üzere pek çok fiziksel ve psikolojik probleme yol açacak risk faktörü olduğunu açıklamaktadır.

Benzer şekilde olumsuz yaşam olaylarının ve travmatik deneyimlerin sosyal anksiyete bozukluğu da dâhil duygusal bozukluklarla ilişkili olduğu bildirilmektedir (Bandelow & et. al. 2004:397-405; Kessler, Davis & Kendler,1997:1101; Kashdan et. al., 2006:233-247).

Olumsuz yaşam deneyimleri ve travmatik yaşantılardan sonra kuruma gelen bir genç; bu yeni ortamı destekleyici, rehabilite edici olarak yaşayabileceği gibi tersi biçimde yani ikinci kez bir travma yaşantısı olarak da deneyimleyebilir. Ne yazık ki çalışmalar incelendiğinde kurum eko-sistemi içindeki gençlerin yetersiz sosyalleştikleri, benlik saygılarının düşük olduğu bildirilmektedir (Atlı-Aslan & Sarıtaş-Atalar, 2020: 180). Yapılan bir çalışmada benlik saygısı ile sosyal becerilerin okula bağlılık ve problemli davranışlar üzerinde etkili olduğu ayrıca benlik saygısının, okula bağlılıkla hem gençler hem de koruyucu ebeveynleri tarafından bildirilen dışsallaştırma davranışları arasındaki ilişkiye aracılık ettiği açıklanmaktadır (Mihalec-Adkins & Cooley, 2020: 256-266). Sonuçlar özellikle koruma altındaki gençlerin olumsuz davranışlarının benlik saygısıyla ilişkili olduğuna dikkat çekmektedir.

Gençlik dönemi için önemli bir çelişki de bir yandan akran gruplarıyla bir arada olma isteği duyarken bir yandan da gençlerin sosyal izolasyon veya sosyal kaygı yaşamaları nedeniyle arkadaş gruplarına ve sosyal ortamlara girmekten çekinmeleri olmaktadır. Açıklamalar, koruma altındaki gençlerin benlik kurguları ve sosyal kaygı düzeylerinin içinde yaşadıkları eko-sistemin olumsuz koşullarının etkisinde kalabileceğine işaret etmektedir.

1.1. Araştırmanın Amacı

Araştırma tasarımının karma yöntem olarak belirlenmiş olması nedeniyle amaç, nicel ve nitel boyutta açıklanmaktadır. Nicel boyutta koruma altında bulunan gençlere uygulanacak psikodrama grup terapisi yönteminin ilişkisel benlik ve sosyal kaygı düzeyine etkisi incelenmektedir. Nitel boyutta fenomenolojik metodolojinin katkısıyla gençlerin ilişkisel benlik, sosyal kaygı ve psikodrama deneyimleri etkileşim içinde bulundukları eko-sistemle ilişkileri bağlamında anlaşılmayı sağlayacak özgün yaşantılarının ortaya çıkarılması ve araştırma alanına daha geniş bir bakış için katkı sağlanması amaçlanmaktadır.

Ayrıca elde edilecek nitel bulguların nicel bulguları derinlemesine bir bakışla destekleyecek anlatılar olarak katkı vermesi beklenmektedir.

1.2. Araştırmanın Problemi

Koruma altındaki gençlerin ilişkisel benlik gelişimlerinin yetersiz ve sosyal kaygılarının yüksek olabileceği varsayımı, bu araştırmanın problem konusudur. Araştırmada uygulanacak olan psikodrama grup terapisi yöntemi birçok sorun alanında çözüm ve tedavi amaçlı kullanılmış, sınanmış ve etkililiği kanıtlanmış bir grup terapisi yöntemidir. Araştırmacının psikodramatist olması da araştırma probleminin çözümünde bu yöntemle çalışılmasında kolaylaştırıcı rol oynamaktadır.

Araştırmada şu temel problemlere cevap aranacaktır:

- Koruma altındaki gençlere uygulanacak psikodrama grup terapisinin gençlerin ilişkisel benlik durumlarına ve sosyal kaygılarına etkisi var mıdır?
- Koruma altındaki gençler ilişkisel benlik, sosyal kaygı ve psikodrama grup terapisi deneyimlerini nasıl yaşamaktadırlar?

1.3. Araştırmanın Nicel Hipotezleri ve Nitel Soruları

Karma yöntemin kullanıldığı araştırmanın temel problemine uygun olacak şekilde nicel boyutta beklenen amaçlara ulaşmak için oluşturulan hipotezlerin test edilmesi yöntemiyle bulgular elde edilecektir.

Araştırmanın nicel boyutunda oluşturulan hipotezler aşağıda verilmektedir.

1.3.1. Araştırma Hipotezleri

Hipotez 1: Kontrol ve deney grubunda bulunan gençlerin ilişkisel benlik ölçeği ve alt boyutları ile ergenler için sosyal kaygı ölçeği ve alt boyutları ön test puanları arasında anlamlı fark yoktur.

Hipotez 2: Kontrol grubunda bulunan gençlerin ilişkisel benlik ölçeği ve alt boyutları ile ergenler için sosyal kaygı ölçeği ve alt boyutları ön test puanı ile son test puanı arasında anlamlı fark yoktur.

Hipotez 3: Deney grubunda bulunan gençlerin ilişkisel benlik ölçeği ve alt boyutları ile ergenler için sosyal kaygı ölçeği ve alt boyutları ön test puanı ile son test puanı arasında anlamlı fark vardır.

Hipotez 4: Deney grubunda bulunan gençlerin ilişkisel benlik ölçeği ve alt boyutları ile ergenler için sosyal kaygı ölçeği ve alt boyutları son test puanları ile kontrol grubunda bulunanların son test puanları arasında anlamlı fark vardır.

Araştırmanın nitel boyutunda koruma altında bulunan gençlerin fenomenolojik yaklaşımla deneyimlerine ve derinlemesine bulgulara ulaşmayı kolaylaştıracak araştırma soruları hazırlanmıştır.

Nitel boyutta bulgulara ulaşmak için hazırlanan araştırma soruları aşağıda verilmektedir.

1.3.2. Araştırma Soruları

Soru 1: Koruma altında bulunan gençler benlik, ilişkisel benlik ve sosyal kaygıyı nasıl deneyimlemektedirler?

Soru 2: Koruma altındaki gençler yakın çevrelerinden aldıkları geri bildirimleri (olumlu/olumsuz) nasıl açıklamaktadırlar?

Soru 3: Koruma altındaki gençler rol modeli olan (beğendiği/önemsediği) kişileri ve etkisini nasıl açıklamaktadırlar?

Soru 4: Koruma altındaki gençlerin psikodrama grup terapisi deneyimleri nasıldır?

1.4. Araştırmanın Önemi

Araştırma, koruma altında bulunan gençlere uygulanacak psikodrama grup terapisinin ilişkisel benlik durumları ve sosyal kaygıları üzerindeki etkisini ve gençlerin içinde bulundukları eko-sistem bağlamında ilişkisel benlik ve sosyal kaygıyı nasıl deneyimlediklerini incelemektedir. Dolayısıyla da bir yöntem olarak psikodrama grup terapisinin bu özel gruplar için kullanılabilirliği, bu araştırmanın çıktılarından biri olarak önemli olmaktadır. Literatür incelendiğinde koruma altındaki gençlerin ilişkisel benlik durumunu araştıran çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Gençler için benlikle ilgili kavramlar arasında benlik saygısı kavramının çalışmalarda daha fazla ele alınan konu olduğu anlaşılmaktadır.

Sosyal kaygı her ne kadar çalışılan bir konu olsa da özel olarak koruma altındaki gençlerin sosyal kaygı düzeylerinin çalışıldığı araştırmaların daha az olduğu görülmektedir. Araştırma, bu bakımdan koruma altındaki gençlerle psikodrama grup terapisi yönteminin kullanıldığı deneysel bir çalışma olması ve ilişkisel benlik ile sosyal kaygıyı birlikte çalışan ilk araştırma olması bakımından özgün bir çalışma olarak değerlendirilmektedir.

Sosyal hizmet mesleğinin temel müdahale yöntemlerinden biri de koruma altında bulunan gençlerle “sosyal grup çalışması” uygulamaları yapmaktır. Sosyal hizmet uzmanlarınca yatılı kurumlarda grup çalışması müdahale yöntemiyle birlikte uygun tekniklerin kullanılması rehabilite edici, geliştirici, sorun çözücü ve aynı zamanda koruyucu amaçlara ulaşmak için önemli olmaktadır. Ancak yoğun bürokratik işler (masa başı işlerin çokluğu) ve az sayıda sosyal hizmet uzmanı olması gibi nedenlerle sosyal grup çalışmasının kurumlarda daha seyrek uygulanan bir yöntem olduğu söylenebilir. Bu bağlamda da psikodrama grup terapisinin uygulanmasıyla özellikle yatılı kurumlarda gruplarla yapılacak sosyal grup çalışması ve terapi amaçlı grup uygulamalarının önemine dikkat çekilmiş olacaktır.

Ayrıca araştırmada psikodrama grup terapisinin kullanılacak olması ile koruma altında bulunan gençlerin gelişimlerine katkı verecek ve sorunlarına çözüm olabilecek psikodrama dâhil farklı terapi yöntemlerinin uygulama içinde yer almasına duyulan ihtiyaç ortaya konmuş olacaktır.

Filiz Sulamacı 2010-2013 tarihleri arasında çocuk evlerinde uygulanan tezleri incelemiştir. Toplamda 37 tezden sadece 4 doktora tezi çocuk evlerinde yapılmış, konu bakımından ise sadece 4 tezde eğitim konularının ele alındığı bildirilmiştir (Sulamacı, 2020:27-31). Bu araştırma hem çocuk evlerinde uygulanması hem de psikodrama grup terapisi yönteminin kullanılması bakımından çocuk evleri alanına ve müdahalenin kullanıldığı deneysel çalışma olması bakımından sınırlı olan literatüre katkı sağlamaktadır. Aynı zamanda araştırma bulguları koruma altındaki gençlere yönelik sosyal hizmet uygulamalarına ve sonraki araştırmacılara da veri sunmaktadır.

1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın karma yöntemle tasarlanması ve nicel boyutunda psikodrama grup terapisinin uygulanacağı deneysel bir çalışmayla ilerlemesi, sınırlı sayıda katılımcıyla çalışmayı gerektirmektedir. Bu açıdan katılımcı sayısının az olması genelleme yapma olasılığını ortadan kaldıracığından araştırmanın sınırlılıkları arasında sayılmaktadır. Diğer yandan deneysel modeller, bir müdahale yönteminin kullanılması ve başından sonuna bir grup üzerindeki etkinin incelenmesi de aynı zamanda elde edilen bulguların değerini ortaya koymaktadır. Bu nedenle araştırma bulguları, Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığına bağlı olarak İstanbul’da hizmet veren çocuk evleri sitesinde bakım ve koruma altında bulunan 30 gençle sınırlandırılmıştır. Araştırmanın yapıldığı çocuk evleri sitesi erkek çocukların bakım ve korunmasını sağlayan bir kurum olduğundan araştırma bu grupla sınırlanmıştır. Araştırmanın katılımcıları 2022 yılı Ocak- Haziran ayında kurumda kalmakta olan 30 gençle sınırlıdır.

Kullanılacak nicel veri toplama araçlarının öz bildirime dayalı ölçeklerden oluşması araştırmanın bir başka sınırlılığı olarak sayılmaktadır.

1.6. Araştırmada Kullanılan Tanımlar

Araştırmada kullanılan temel kavramların tanım ve açıklamaları aşağıda verilmiştir.

Sosyal Kaygı Bozukluğu (SKB): “Sosyal Anksiyete (kaygı) Bozukluğu” bireyin başkaları tarafından yargılanabileceği kaygısını taşıdığı, toplumsal ortamlarda belirgin ve sürekli olarak mahcup ya da rezil olacağı düşüncesinin olduğu bir kaygı bozukluğudur. Sosyal kaygı bozukluğunda odak, dış çevredir ve kişi olumsuz değerlendirilme korkusu yaşamaktadır. “İlk aşamalarda yanıltıcı bir şekilde sessiz ve uyumlu bir çocuk intibasını verse de aslında çocuk, sessizlik içerisinde acı çekmektedir ve çaresiz bir şekilde lüzumsuz her türlü ilgiden kaçmaktadır” (APA, 2022).

İlişkisel Benlik: Benlik ve kişilik için kurgulanmış sosyal-bilişsel teoriye yaslanan bir benlik boyutudur. Kendilik bilgisi önemli diğerleri hakkındaki bilgiyle bağlantılıdır ve ben-öteki ilişkisinde kurulan bağlantılar sayesinde nesnelleştirilmektedir.

Önemli diğerlerinin zihinsel temsilleri, sosyal-bilişsel aktarım fenomeninde kişilerle karşılaşmalarda etkinleşir ve kullanılır. Bu bize ilişkisel benliği çağrıştırır. İlişkisel benliklerdeki değişkenlik, kişiler arası bağlamsal ipuçlarına bağlıdır. Oysa istikrarlılık, önemli diğer temsillerin kronik erişilebilirliğinden kaynaklanmaktadır. İlişkisel benlik duygulanım, motivasyon, öz değerlendirme ve öz düzenlemeyi içeren kişiler arası kalıplara kaynaklık etmektedir (Andersen & Chen, 2002: 633).

Psikodrama Grup Terapisi: Moreno rol kuramını temel alan bir grup terapisi yöntemi olarak psikodramayı geliştirmiş ve rol kuramını yaşamın tüm boyutlarında görülebilir kılmıştır. Rolü; bireyin belli bir anda, belli insanlar ve nesnelerin de bulunduğu belli bir duruma tepki verirken gösterdiği işlev biçimi olarak tanımlamaktadır (Moreno, 1972: 34). Kişilerin sorunlarını, iç dünyalarını eylem yoluyla grup içinde canlandırmaya yönelik bir yöntemdir (Blatner, 2002: 10-11). Geçmiş yaşantıların psikodramada ikinci kez tekrarlanarak deneyimlenmesi, iyileştirici bir amaca hizmet etmektedir. Psikodrama; insanda üç temel özellik olarak eylem, yaratıcılık ve spontanlık üzerinde yapılandırılmaktadır. Psikodramada bireyler grubun da yardımıyla kendisi için önem taşıyan yaşantıları yeniden canlandırmaya ve öznel dünyalarını açmaya davet edilir (Kellermann, 2013: 11).

İncelenecek konu, şimdiki zamana ait olabileceği gibi geçmişte yaşanmış ya da geleceğe dair planlar arasında olabilir. Psikodramada zaman ve uzay şimdi ve burada olarak tasavvur edilir. Bu nedenle de ölmüş yakınlarla karşılaşmak, mitlerle, hikâyelerle çalışmak; psikodramanın artı gerçek alanında mümkün olmaktadır.

Korunma İhtiyacı Olan Çocuk: 5395 Sayılı Çocuk Koruma Kanunu'nda; “Bedensel, zihinsel, ahlâkî, sosyal ve duygusal gelişimi ile kişisel güvenliği tehlikede olan, ihmal veya istismar edilen ya da suç mağduru çocuğu” tanımlar (Resmî Gazete, 2005 / 3.1.).

Korunma ihtiyacı içinde olduğu tespit edilen çocukların bakım ve korunması mevzuatlar gereği devlet/kamu eliyle sağlanmaktadır. Türkiye’de bu yetki Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığına verilmiştir. Çocuklar, ilgili mahkemeler tarafından koruma altına alınarak Bakanlığa bağlı bir kuruma veya aile yanına (evlat edinme/koruyucu aile olabilir) yerleştirilmektedirler.

Çocukların ailelerine geri dönüşleri mümkün olmaz ise reşit oluncaya kadar ve/veya eğitimleri devam ettiği sürece kurumda kalmaya devam etmektedirler.

Çocuk Evleri Sitesi: “Korunma ihtiyacı olan çocukların bakımlarının sağlandığı aynı yerleşkede bulunan birden fazla ev tipi sosyal hizmet biriminden oluşan kuruluşlardır” (Resmî Gazete. 2022/3.i.).

Araştırmanın yapıldığı “çocuk evleri sitesi” aynı bahçe içinde tek katlı 5 adet müstakil evden ve 1 tane iki katlı yönetim binasından oluşmaktadır.

Çocukların kaldığı müstakil evler salon, mutfak, ortak banyo ve tuvalet ile 3 yatak odasından oluşmaktadır. Ortalama 15 genç bir evde kalmakta ve bir yatak odası 5 genç tarafından paylaşılmaktadır.

İKİNCİ BÖLÜM

ARAŞTIRMANIN KURAMSAL ÇERÇEVESİ

Araştırmanın kuramsal bölümü üç ana başlık altında incelenmektedir. Birinci bölümde gençlik dönemi ve koruma altındaki gençler; ikinci bölümde benlik, ilişkisel benlik ve sosyal kaygı; üçüncü bölümde ise psikodrama grup terapisi ele alınmaktadır.

2.1. Gençlik Dönemi ve Koruma Altında Bulunan Gençler

Gençlik dönemi dediğimizde geniş bir yaş aralığı tanımlanmaktadır. Bu nedenle de yaş aralığı konusunda tam bir uzlaşma olmadığı değerlendirilmektedir. UNESCO “15-25 yaş” aralığını gençlik dönemi olarak belirlerken Birleşmiş Milletler Örgütü “12-24 yaş” aralığını genç olarak işaret etmektedir. Türkiye’de “12-24 yaş aralığında bulunanlar genç” olarak kabul edilmektedir (Hacettepe Üniversitesi Gençlik Araştırmaları Uygulama ve Araştırma Merkezi, 2023).

Doğumdan ölüme kadar gelişim dönemlerini değerlendirdiğimizde bebeklikten sonra insan organizmasında fiziksel, sosyal, bilişsel gelişmenin en hızlı yaşandığı ikinci dönem; gençlik dönemi olarak karşımıza çıkmaktadır.

Genç olmak; aynı zamanda psiko-sosyal olarak da heyecan, hareket, arayış, karşı gelim, umut, saldırganlık, yalnızlık, melankoli gibi farklı ve karmaşık duygulara karşılık gelmektedir. Gençlik, Talat Parman’ın kitabına başlık olduğu gibi “Ergenlik ya da Merhaba Hüzün” şekliyle çocukluğa veda etmenin ve yetişkinliğe adım atmanın hüznünün yaşandığı dönem olarak değerlendirilebilir (Parman, 2000:11-15). Bu dönemde gelecek planlarının arttığını ayrıca gençlerin kendilerini gelecekteki yetişkin hayata hazırlayacak yeni roller bulmaya; kişilik/kimlik, öz tanımı geliştirmeye çalıştıkları bir sürecin içinde olduklarını söylemek mümkündür (Schmid, Phelps, et al., 2011:1127-1135). Bu dönem, beyin plastisitesinin en yüksek olduğu ikinci dönem (Wolf, Le Craw & Barton,1989:719; Apak, 1989:251) olarak açıklanmaktadır. Ergenlikte sürdürülen ilişki biçimlerinin benlik kurgusunun gelişimindeki önemi, bu bağlamda ortaya çıkmaktadır. Genellikle öz saygı, benlik gibi kavramlar ve psiko-sosyal yapılar iyi bir bilişle sahip olmakla olumlu etkileşim içindedir, bu yapılar tüm hayata etki edebilecek özelliktedir (Ruiz & Odriozola-González, 2017:282-289).

Ergenlik döneminde yaşanan olumsuz yaşam deneyimleri, bilişsel seviyenin düşüklüğüne neden olabilmektedir. Benzer şekilde bu dönemdeki olumsuz deneyimler yetişkinlikte ortaya çıkan hastalık ve ölüm oranlarıyla, anksiyete bozukluğu, depresyon, psikolojik sorunlar ve koroner kalp rahatsızlıkları gibi sağlık sorunlarıyla da ilişkilendirilmektedir (Gönen, 2011:119-126). Bu bakımdan bilişsel gelişim içinde gençlik dönemini “*kritik bir dönem*” olarak tanımlamak, haklı bir açıklama olmaktadır.

Ergen için temel görev, çocukluktan itibaren getirdiği çeşitli özdeşimlerini bütünleştirerek kendi kimliğinde birleştirebilmesi olarak açıklanabilir. Çocukluktan gelen özdeşimler, roller ya da çeşitli “ben”ler bir denge içinde bütünleşerek kimlik potasında buluşturulur, bu mümkün olmazsa gencin “kimlik dağınıklığı” yaşamasına katkı sağlayabilir (Gu, H., Ma, et al., 2020: 160). Çocukluktaki travmatik deneyimler, özellikle yaşanan istismarlar, motivasyonel, tutumsal, araçsal, duygusal ve/veya ilişkisel yeterlilik düzeylerindeki olumlu uyumlanma durumunu baltalamaktadır (Yates, 2004: 35-74).

Gençlik döneminde kimliğin farklı yönlerinin bir araya getirilmesi önemli olurken aksi durumlarda kimlik karışıklığı yani “karışık” hissetme duygusu yaşanacak, yaşam alternatiflerine yönelik kalıcı bağlılıklar geliştirememe ve sürdürmemeye ile net bir amaç belirlenememe durumu görülebilecektir (Schwartz, Zamboanga, et al., 2009:143-154). Bununla beraber özdeşim kuramama, cinsel yönelimi ile ilgili kararsızlıkların olması, karar veremediği meslekî roller de çok parçalı kimliğin oluşumuna katkı sağlayacak bazı nedenler olarak sayılabilir. Bu kapsamda gençlik dönemi, hayata katılmadan önce çocukluktan kalan zayıflıkların rehabilitesi için ikinci şans şeklinde değerlendirilebilir (Dereboy, 1993: 100).

Ergen gerçek benliğini içinde bulunduğu akran grupları, sosyal gruplar, dinî ya da politik hareketlere dâhil olarak bulmaya çalışmaktadır. Ergenlik aynı zamanda “geçici rol kararsızlıkları” ve “rol denemeleri” dönemi olarak da karşımıza çıkmaktadır; çeşitli düşüncelerin, ideallerin ve değerlerin denendiğine tanıklık edilir. Bunların bir kısmı benimsenir, bir kısmı terk edilir. Burada amaç, kendisi için en uygun olan rolü bulabilmektir (Geçtan, 2005: 27; Miller, 2008: 125-130).

Genç, “Ben kimim?” soruna yanıt ararken doğumla başlayarak ömür boyu gelişen benlik, gencin özerkleşmesi ile şekillenerek özne olmaktadır. Bu dönemde gençler, arkadaş gruplarına ve sosyal çevreye yönelik ilişkilerini daha fazla önemserken anne-babadan görece bir uzaklaşma yaşamaktadırlar. Ancak yine de genç için anne-babanın varlığı ve psiko-sosyal desteği her zaman önemli olmaktadır.

Anne-babanın olmadığı veya sorumluluklarını yerine getiremediği durumlarda ise çocuklar ihmal, istismar karşısında savunmasız kalacakları için “Çocuk Koruma Kanunu” kapsamında koruma altına alınmaktadırlar:

“Bedensel, zihinsel, ahlaki, sosyal ve duygusal gelişimi ile kişisel güvenliğini tehlikede olan, ihmal veya istismar edilen ya da suç mağduru olan çocukların sağlıklı bireyler olarak yetiştirilmesi görevi kamuya verilmiştir” (Çocuk Koruma Kanunu, 2005: 3-1).

Kanunda açıklanan nedenlerle koruma altına alınan gençler; duygusal dalgalanmalarla geçen zorlu gençlik dönemlerini, ailelerinden dolayısıyla onların sevgi, ilgi ve desteğinden uzakta ve benzer sorunların paydaşları olan gençlerle bir arada kurum ortamında geçirmektedirler. Aynı zaman da bir mücadele içinde geçen bu dönemde gençler çoğu kez bir aile ya da yetişkinin desteğinden yoksun kalmaktadır.

Koruma altına alınarak kuruma yerleştirilen gençlerin bir kısmı aile ilişkilerini sürdürebilirken bir kısmı için aile ilişkileri tümüyle sona ermiş olabilmektedir. Ergenlik dönemi fiziksel, duygusal, düşünsel, ilişkisel değişimlerin bir arada yaşanması ve ben olma süreci olarak elbette sancısız geçmeyecektir. “Ne olacağım? Kimim?” gibi yaşanan tüm bu belirsizlikler, aynı zamanda genç için çoğu kez kaygı nedeni olmaktadır. Ergenlerin büyük çoğunluğunun sosyal kaygıdan mustarip oldukları belirtilmektedir (Kashdan, 2007: 358-361, Tassin, Reynaert Jacques et al., 2014: 27-29). Bu nedenle “benlik gelişimi” ve “sosyal kaygıyla baş etmek”, gençlik döneminde incelenmesi gereken en temel konular olarak karşımıza çıkmaktadır.

Koruma altına bulunan gençler, gençlik dönemine özgü gelişimsel değişimlerle, belirsizliklerle karşılaşırken aynı zamanda içinde bulundukları ekolojik sistem nedeniyle daha fazla zorlayıcı durumla mücadele etmek zorundadırlar. Bu nedenle koruma altında bulunan gençlerin ilişkisel benlik, sosyal kaygı durumlarını anlamak, incelemek ve sağaltım yöntemleri geliştirmek önemli olacaktır.

2.2. Benlik, İlişkisel Benlik

Bu bölümde araştırmanın aynı zamanda bağımlı değişkenini oluşturan ilişkisel benliği anlaşılır kılmak amaçlanmaktadır. Bunun için ilk olarak benlik kavramının açıklanmasının uygun olacağı düşüncesiyle benlik kavramı aşağıda açıklanmaktadır. Ardından ilişkisel benlik kavramı ele alınarak incelenecek ve sonrasında da gençlik döneminde benlik kurgusunun nasıl oluştuğu açıklanacaktır.

2.2.1. Benlik Kavramı

Benlik, İngilizce “self” ve “ego” ya karşılık gelmektedir. Kısaca “*bir kimsenin öz varlığı, kişiliği, onu kendisi yapan şey*” olarak tanımlanmaktadır (Türkçe Sözlük, 2011: 62). Aydın, benliği “kişinin kendiyle ilgili bakış açısı ve zihnindeki temsil ediliş şekli” olarak tanımlamaktadır (1996:41-47). Bu kapsamda benliğin duygu, düşünce ve kişilik özellikleriyle kişinin kendini tanımlama, açıklama, ifade etme biçimi olduğu söylenebilir. Kişinin kendini tanımlaması ve kendiyle alakalı iç görüşünün olması anlamına da gelmektedir. Benlik; felsefeden psikolojiye zamanlar boyunca bilimlerin üzerinde tartıştığı, merak edilen, çeşitli teorilerle açıklanmaya çalışılan bir konu olma özelliğini korumuş ve korumaya devam etmektedir. Örneğin Heidegger, “*var olmak için diğerlerine ihtiyacınız var, sizi siz yapan şey büyük oranda çevrenizdeki dünyadır, benlik boşlukta var olamaz*” diyerek o çağda içinde yaşanan ekolojik sistemin önemine dikkat çekmiştir (Saygın, 2014: 218-450).

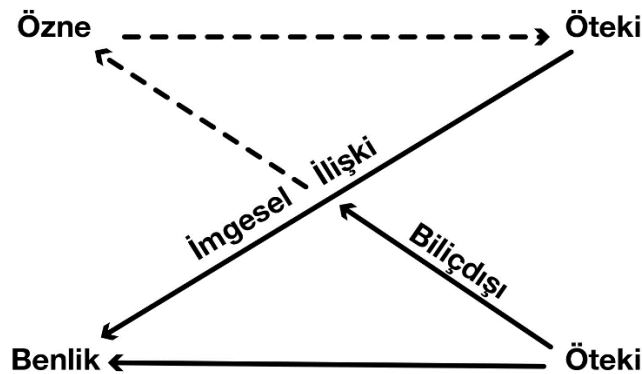
Geriye doğru literatüre bakıldığında William James’in (1981) ortaya koyduğu bilen benlik ve bilinen benlik ayrımlaştırması karşımıza çıkmaktadır. James’in çalışmalarında sosyal benlikler toplumsal hayatın içinde çeşitli gruplarla bir arada bulunmanın sonucunda ortaya çıkmaktadır. Örneğin sosyal benlikler ünlü, gururlu, onurlu, statü sahibi olma davranışlarını kapsamaktadır (James, 1981, akt.: Brown et al., 1986: 813-831).

Farklı sosyal ortamlarda girilen rollerin sebebi de sosyal benliklerdir; anne, baba, patron olmak gibi rollerin içindeki kendilik tanımı, sosyal benlikler sonucunda oluşmaktadır. W. James'e göre sosyal benlik sayısı, kişiyi tanıyan insan sayısı olarak ifade edilmektedir (James, 1981).

Sigmund Freud benlik kavramını psikanalitik kuramına göre “*id, ego, süper ego*” kavramlarıyla açıklamıştır. Bireyin içgüdü ve dürtülerini temsil eden id ile dış dünya arasında köprü kuran kavram “*ego*” yani “*benlik*” tir (Akt., Geçtan, 2005: 40). Freud'un topografik yapı modelinde ele alarak açıkladığı “*ego*” kavramının “*benlik*” olduğunu söyleyebiliriz.

Psikanalitik kuramcılardan biri olan Jacques Lacan'a göre ise “*Ayna Evresi*” diye tanımladığı çocuğun kendini fark etmesi, altıncı aydan itibaren aynayla karşılaşması ve kendi görüntüsünü görmesi, bedenini fark etmesi ile başlamaktadır. Bebek, aynada kendisini gördüğü anda “*öteki*”nin gördüğünün kendi görüntüsü olduğunu onaylamasını beklemektedir (Rigel et al., 2005: 278-279). Böylece “*ego*” yani “*ben*” kavramı, ötekinin onaylamasıyla birlikte çocuğun zihninde şekillenmeye başlamaktadır (Özmen, 2002: 42-48). Böylece “*öteki*”, bu andan itibaren anlamlandırmalarıyla adım adım hayatı boyunca kişinin kendiliğini oluşturmada rol alacaktır.

J. Lacan egonun oluşmasını “**L şeması**” ile açıklamaktadır. “**L Şeması**” Şekil 2.1'de gösterilmektedir (Bkz., Şekil 2.1).



Şekil 2.1: Lacan Topolojisi L Şeması

Kaynak: Castanet, Herve. *Lacan'ı Anlamak*. Çev. Baturalp, A. 2017.

Kişinin algı dünyası, bebeklikten itibaren “öteki”nin dili ile anlamlandırılır. Bu aynı zamanda bilinçdışına da (Freud’un ifadesinden) ait olandır.

Benlik konusunda çalışan önemli araştırmacılardan biri Carl Rogers olmuştur. Ona göre benlik; fikir, değer ve yeteneklerin toplamı olarak kendinin farkında olma hâlidir (Rogers, 1959: 200). C. Rogers, kişinin olmak istediği ben için “*ideal benlik*” tanımını yapmıştır. İdeal benliğe ulaşma arzusu ile kişilerin çalıştıklarını ve kişi ideal benlik durumuna ne kadar yakın olursa o kadar dengede olacağını belirtmiştir.

Edward Tory Higgins’e göre “‘*gerçek*’, ‘*ideal*’ ve ‘*olması gereken*’ benlik olarak üç boyutta tanımlanmaktadır. Gerçek benlik; kişinin sahip olduğunu düşündüğü, ideal kendisi için istediklerini, olması gereken ise olması gerektiğine inandığı özelliklerini anlatmaktadır” (1999: 503-525). Gerçek ve ideal benlik arasındaki fark, “*hayal kırıklığı, tatminsizlik, üzüntü*” gibi hüznle ilişkili duygulara; gerçek benlikle olması gereken arasındaki fark ise “*korku, huzursuzluk, gerginlik*” gibi duygulara neden olmaktadır. Bu üç boyutla (gerçek, ideal, olması gereken) iki bakış açısının birleştirilmesinden altı farklı benlik alanı ortaya çıkmıştır. Bunlar: “*gerçek/kendisi*”, “*gerçek/diğerleri*”, “*ideal/kendisi*”, “*ideal/diğerleri*”, “*olması gereken/kendisi*” ve “*olması gereken/diğerleri*” dir. Bu kavramsallaşma, ilk iki durum yani gerçek/kendisi ve gerçek/diğerlerini “*benlik kavramı*”; kalan dört durum ise “*benliğe rehberlik eden*” yapılar şeklinde açıklanmaktadır (A.g.e.: 503-525).

Geşalt ekolünden etkilenen ve sembolik etkileşimin öncüsü George Herbert Mead ise benliğin, sosyal oluşum olarak var olduğunu, “*Benliğin sosyal roller aracılığıyla oluştuğunu*” belirtmektedir. Aile, arkadaş grubu ve toplum bu bağlamda önemli görülmektedir. Çocuklarla kilit ve oyun aracılığıyla çeşitli rollere bürünmekte ve girdiği rollerle empati kurmaktadır. Böylece rolleri kendiliğine dâhil etmektedirler. Özne benlik aslında görülebilir bir şey değildir, eylemler sonucunda yerleşerek hafızada kalmakta ve ancak ondan sonra geçmiş olarak görünür hâle gelmektedir. Nesne benlik ise dış dünyada kabul gören davranış ve normların bir içselleştirme sürecinden geçmesi ve yine davranışlarda ortaya çıkarak somutlaşabilen benliği tanımlamaktadır.

Kişinin diğerleriyle kurduğu tüm ilişkilerine bağlı olarak “sosyal deneyim ve eylem süreci” içinde benlik gelişir (Mead, akt.: Martin, 2008: 249-253). Başka bir deyişle, toplumdan bağımsız bir benliğin olamayacağını anlamak mümkündür (Coser, 2008: 297).

Harry Stack Sullivan da benliğin sabit olmadığını, hareketli bir yapısının olduğunu vurgulamıştır. Tanımında deneyimlerin sonucu olduğu söylene de bireye benzersizlik duygusunu yaşatır. Çünkü benlik, kişinin çevresiyle kurduğu ilişkiyi kendisinin nasıl anlamlandırdığını göstermektedir (Geçtan, 2005: 45, Gold & Bacigalupe, 1998: 61-63). Onun bakış açısıyla benlik için ilişkilerin ürünü ve yaşamın temel parçası olduğunu söylemek doğru olacaktır.

Epstein da benliği şu şekilde tasvir etmiştir:

- *Benlik; daha kapsamlı, kavramsal sistem içindeki içsel olarak tutarlı ve hiyerarşik biçimde örgütlenmiş kavramlardan oluşur.*
- *Benlik; bedensel benlik, manevî benlik ve sosyal benlik gibi tecrübesel benliklerden meydana gelir.*
- *Benlik, tecrübe ile değişir bu nedenle de aktif yapıdadır. Bu yapı, değişim ihtiyacındadır; bu nedenle büyüme ilkesiyle benzer olarak çoğalan ölçüde bilgiyi kendisine mal etmeyi amaçlamaktadır.*
- *Benlik, bilhassa birey için önemli ötekilerle girilen sosyal etkileşimlerle gelişir.*
- *Benliğin süreklilik ihtiyacı içinde olması, bireysel işlevsellik açısından değerlidir. Bu nedenle benlik tehdit algıladığında bu durum, kaygı duygusunu uyarmaktadır.*
- *Benlik sisteminin bütününe ilişkin ilişkili olacağı bir benlik saygısının varlığına gereksinim vardır.*
- *Benlik kavramının temel işlevleri iki tanedir. İlki deneyimi örgütleyici olması, diğeri de gereksinimi olan şeyleri gerçekleştirmeyi kolaylaştırmasıdır (1973: 4).*

Sosyal ve bilişsel bileşenleriyle benlik ekolojik sistemden etkilenmektedir. Sosyo-ekolojik sistemin katkısıyla benlik değişimi gerçekleşmektedir. Bu sayede benliğin üç adımda oluştuğu varsayılmaktadır:

- Benliği ilgilendiren yeni bilginin alınması,
- Oluşan bilginin benliğin parçası hâline gelmesi,
- Güçlükler olsa dahi benlik parçalarının var olmasıdır.

Sürecin özeti ise aşağıdaki gibi gerçekleşmektedir:

- *Birinci Adım: Benlikle ilgili yeni bilgiler sosyal tecrübelerle bağlantılı şeyler (çeşitli araçlar) ve o şeylerle oluşturulan aksiyonlar vasıtasıyla edinilmektedir. Böylece fiziksel varlık olan bir nesne, ona benlikle ilgili bir anlam da yükleyerek sosyal bağlam içinde değişme için aracı olabilmektedir.*
- *İkinci Adım: Kazanılan yeni bilginin devamlılığının sağlanması, söz konusu bilginin benliğin diğer parçalarıyla da bağlantılandırılmasına ihtiyaç duyar. Bunu yapabilmenin seçeneklerinden biri de sosyal gerçeklik inşasıdır.*
- *Üçüncü Adım: Benlik parçalarının kazanılmasından ve oluşturulmasından itibaren onun tüm güçlüklerle rağmen devamlılığının bir biçimde sürdürülmesidir. Bu devamlılığın sürdürülmesi, benlik kavramının parçalarıyla bağlantıya geçilerek sağlanabilir.*
Bu nedenle şeyler aynı zamanda kişilerde benlik kavramının sosyal, mekânsal, zamansal bağlamıyla ilgilidirler. Tam da bu işlevleri sayesinde kişilerin, yerlerin ve olayların hatırlatıcısı olma görevleri vardır (Hormuth, 1990: 76-109-182).

Benliğin, sosyal bilişsel teoriye yaslanan ve başka bir kavramsallaştırması olan ilişkisel benlik kavramı da bu bağlam içinde karşımıza çıkmaktadır. Araştırma değişkeni olması nedeniyle ilişkisel benliğin incelenmesi aşağıda ayrı bir başlıkta ele alınmaktadır.

2.2.2. İlişkisel Benlik Kavramı

Benlik, bireysel özelliklerle açıklanırken sosyal ve özellikle de kültürün etkisiyle benliğin toplulukçu boyutu kavramsallaştırılmış ve araştırılmaya başlanmıştır. Bireyci olarak açıklanan benlik kısmı bireyin kendi kişilik göstergeleriyle benliği açıklamaktadır. Toplulukçuluk boyutu ise benliği kültür, grup temelli oluşumlarla ilişkisi ve etkisiyle açıklamaktadır.

Geert Hofstede’a göre bireycilik, tüm ilişki sistemlerinden bağımsız olmayı; toplulukçuluk ise tersine içinde bulunduğu sistemlere bağımlılığı ifade etmektedir (Hofstede, akt., Ercan, 2013: 157-178). Bireyci kültürde özneler, “*bireyci değerlere ve davranışlara*”; toplulukçu kültürler içindeki özneler ise tam tersi “*toplulukçu değerlere*” sahip olmaktadır. Bireyci topluluklarda kişiler; bulundukları yapılardan bağımsız, yani özerktirler. Ait olunan grubun amaçları yerine kendi amaçlarına öncelik verirler, ayrıca adalet için çalışırlar.

Tersine toplulukçu kültürlerde kişiler, dâhil oldukları gruba bağımlı olurlar; bireysel amaçlar karşısında grup amaçları ön plandadır ve özellikle ilişkilerle ilgilidirler (Triandis et al.,1995: 461). Kültür etkisindeki benliği açıklayan sosyal psikologlar, süreç içinde “*özerk-bireyci*” ve “*ilişkisel toplulukçu*” benlik kavramsallaştırmasını yapmışlardır (Markus & Kitiyama, 1991: 226-227). Benliğin toplulukçuluk boyutunun, kültürün farklı özelliklerini tanımlamadaki eksikliğin görülmesi üzerine bireycilik ve toplulukçuluk boyutuna bir üçüncü boyut olarak “*ilişkisel benlik boyutu*” eklenmiştir (Cross, Bacon & Moris, 2000: 806). Kavram, ikili ilişkilerden ve yakın çevre rollerinden doğan memnun olmayı açıklamaktadır (Brewer & Gardner, 1996: 84-86).

İlişkisel benlik, kişinin yakın ilişkileriyle özdeşim kurabilmesi durumunu tanımlamaktadır (Cross, Bacon & Morris, 2000: 792-802). Kişilerin ilişkisel benliğinin kuvvetli olması hâlinde bu bağın gücünden etkileneceği varsayılmaktadır. İlişkisel benliğin yüksek olması için bireyler, yakınındaki kişilerle daha çok bir arada zaman geçirecekler ve ilişkisel benlik durumlarını korumaya, geliştirmeye çalışacaklardır. İlişkisel benlik kurgusu yüksek bireyler; kendileri için önemli kişilere daha fazla dikkat eder, onları yakinen izler, onların bakış açısıyla ortak şekilde davranırlar ve bu kişilerle ilişkili olan her şeyi anımsarlar (Cross, Morris & Gore, 2002:400-415). Yakın çevre ilişkileri onların mutluluk kaynağıdır (Cross, Hardin & Gercek-Swing, 2011: 142-179). Aynı zamanda bu kişilerin bilişsel, duygusal ve motivasyonel süreçlerini oluşturur (Cross & Madson, 1997: 17). Kişilerin motivasyon kaynakları açısından da ilişkisel benlik önemli olmaktadır, amaçlarını oluştururken bu ilişkilerin bir şekilde etkisi altında kalarak, hareket ederek amaçlara yöneleceklerdir (Gore, Cross & Kanagawa, 2009: 77-79).

Sosyal bilişsel teoride kendiliğin bilgisi diğerleri hakkındaki bilgiyle etkileşimdedir, ben-öteki ilişkisinde kurulan bağlantılar aracılığıyla nesnelleştiği açıklanmaktadır. Önemli ötekinin zihinsel temsilleri, sosyal-bilişsel aktarımlarla kişiler arası karşılaşmalarda yeniden etkin hâle gelerek kullanılır. İlişkisel benliğin değişkenliği kişiler arası bağlamsal ipuçlarına bağlıdır. İstikrar önemli-diğer temsillerin kronik erişilebilirliğine bağlıdır.

Bellekteki ilişkisel benlik dağarcığı duygulanım, motivasyon, öz değerlendirme ve öz düzenlemeyi içeren kişiler arası kalıplara kaynaklık etmektedir (Andersen & Chen, 2002: 630). İlişkisel benlik, özellikle yakın ilişkileri içerisinde bireyi ele almış olması bakımından önemli bir yere sahiptir. İlişkisel benlik; *“bireyin aile bireyleriyle, arkadaşları ve kendine yakın hissettiği/önem atfettiği kişilerle olan ilişkisini”* kapsayan ve açıklayan benlik boyutudur. Dünyayı anlamaya dair ilk öğrenmelerimizi yakın ilişkide olduğumuz diğerlerinin gözünden yaparız. Süreç boyunca ilişkisel benliğe sahip olmak; ben oluşumunda *“önemli ve yakın olunan diğerleriyle girilen ilişkilerin duygu, düşünce ve davranışlar üzerinde daha etkili olacağını”* değerlendirmektedir (Kağıtçıbaşı, 2013: 226).

İlişkisel benliği kavramsallaştıran araştırmacılardan biri Susan M. Andersen olmuştur. Yakın ilişkilerde önemli diğerleriyle yaşanan deneyimlerin içe alındığını ve hafızada saklanarak bir dizi ilişkisel benliği oluşturduğunu açıklamaktadır (Andersen & Chen, 2002: 633). Bu açıklamalara göre benlik; kişiler arası (James, 1981), bireyin ilişkide olduğu, duygusal olarak bağ kurulduğu önemli kişilerle (significant others) ilişkiler neticesinde şekillenmektedir (A.g.e., 630). İlişkisel benliklerin zihindeki temsilleri sosyal-bilişsel teori kapsamında, benlikler arası aktarımı ve bunun aracılığıyla da kurulan ilişkileri önemli hâle getirmektedir (Andersen & Glassman, 1996: 272-331). Sosyal-bilişsel aktarım modelinde zihinsel benlik temsillerinin işleyişi özetle şöyle açıklanmaktadır:

“Kişi hayatında önemli olan (o kişi hayatta olmasa bile) ve duygusal olarak bağ kurduklarıyla yaşadığı ilişkinin oluşturduğu zihinsel temsiller üzerinden karşılaştığı yeni insanlarla ilişki kurmaktadır. Yeni ilişkilere girerken aktifleşen (canlanan) zihinsel temsiller yeni ilişkilerde somutlaşır”.

Ancak zihinsel temsillerin aktifleşip somutlaşması bu temsillerin ulaşılabilir olmasına da bağlıdır. Bu modelde temsillere erişilebilirlik için şu koşulların varlığı gerekmektedir:

- *Kronik erişilebilirlik*: kronik kaynaklar zihinsel temsillerin geçmişte ne sıklıkta aktive edildiğine yani ortaya çıkış sıklığına ve öncesindeki hazırlığa bağlıdır.
- *Geçici erişilebilirlik*: ortamdaki ipuçlarından kaynaklanır ve ortamda karşılaşılan uyarıcıların/ipuçlarının varlığı bu zihinsel temsillere erişimi kolaylaştırır (Higgins, 1999: 503-525).

İlişkisel benlik, önemli diğerleri ile kurulan ilişkilerin kendini tanıma ve çevreyle bağını nasıl kurulduğunu açıklaması bakımından önemli görünmektedir. Yapılan bir çalışmada, negatif ilişkisel kendilik çağrışımının yani benliğin reddedilme ile ilişkilendirilmesinin ayrışmayı karakterize edip etmediği incelenmiştir. Sonuç olarak reddedilmeyle kendi kendine ilişki kurma, ayrışmaya yatkın bireyleri karakterize etmektedir. Aynı zamanda bu işlevsiz örtülü öz değerlendirmenin kendilerine yönelik algıları ön yargılı hâle getirebileceği ve dissosiyatif kişilikte ilişkilerin geliştirilmesine ve sürdürülmesine, uyumsuz sosyal davranışlara yol açabileceği bildirilmektedir (Chiu, C.-D., Ho, H. L., et al., 2022: 99-106).

İlişkisel benliklerin niteliklerden, değerlendirmeler ve duygulanımlardan oluştuğu bildirilmektedir. Özellikle de önemli diğerlerinin temsilleri hedefler ve davranışlar ile ilişki kurarken işlev görmektedir (M. W. Baldwin, 1992:461; M. W. Baldwin & Dandeneau, 2005:33-61). Ampirik olarak bakacak olursak araştırmalar bize anlamlı-diğer şemasının aktivasyonu ve ilişkili olacak olan eğer-o zaman dinamikleri olumlu ya da olumsuz öz bazı öz çıkarımlara yol açmaktadır (örneğin, ben beceriksizim ve öz-değerlendirmeler örneğin, ben değersizim gibi belirtilmiştir). İlişkisel şemalarla ilgili yapılan çalışmaların çoğu, benliğin öz-çıkarımsal ve öz-değerlendirici yönlerini ele almışlardır. Yapılan bir çalışmada ilişkisel bir şemanın aktive olması hâlinde, insanlar şema tarafından belirlenen eğer-o zaman dinamiklerini yansıtacak şekilde davranmışlardır (M. W. Baldwin & Main, 2001:1637-1647).

İlişkisel benlik; çocuklar sosyal karşılaştırma, tanımlama ve değerlendirmeye giderek daha fazla katıldıkça kardeşlere, akranlara ve diğerlerine bağımlı olarak okul yılları boyunca gelişmeye devam etmektedir (Ruble & Berenbaum, 2007: 217). Bu süre zarfında çocuklar, ebeveynleri ve diğer önemli figürler tarafından tutulan standartlar karşında kendilerini değerlendirirler (Higgins, 1991:523; Stipek, Recchia & McClintic, 1992:95). Özellikle geç çocukluk ve erken ergenlik döneminde akranlar, önemli bir rol oynadığından akran ilişkileri ve sosyal ilişkilerin benlik üzerindeki ilişkisel etkisinin önemi de büyük ölçüde artmaktadır (Damon & Hart, 1988: 5-23). Dolayısıyla akranlarla ilişkili olarak benliği karakterize eden nitelikler, genç ergenlerin kendilerini tanımlamalarında yaygın olacak şekilde karşımıza çıkmaktadır. Özellikle kendini farklılaştırma deneyimleri de ergenlik döneminde ciddi bir şekilde başlayacağından farklı roller, durumlar ve ilişkiler çoğalarak çoklu benliklerin, ilişkisel benliklerin ortaya çıkmasına zemin hazırlamaktadır. İlişkisel benlikler, genellikle otomatik olarak ortaya çıkan uyarılarda temel yönlendirme ve anlamlandırma işlevlerine hizmet etmektedirler. Hem süreklilik hem de bağlama özgü çalışmaktadırlar. İnsanların yaşamları üzerinde yaygın bir etkiye sahip olacağından özellikle de çok çeşitli psikolojik süreçler üzerinde etkili olacağını söylemek mümkündür. Özgünlük ve dolayısıyla psikolojik esenlik için de önemli olmaktadır.

Gençlik dönemi, çevreyle bağ kurma ve sosyalleşme ihtiyacıyla açıklanan bir dönem olarak değerlendirildiğinden ilişkisel benliğin ele alınmış olması bu döneme özgü açıklanmasına katkı sağlayabilecektir.

2.2.3. Gençlik Döneminde Benlik İnşası

Psiko-sosyal gelişim kuracısı olan Ericson, gençler için gelişim görevinin kimlik kazanımı olduğuna dikkat çekmiş ve bu döneme “*kimlik kazanmaya karşı kimlik karmaşası*” adını vermiştir (Erikson, 2020: 159). Bu dönem, özellikle cinsel kimliğin ve toplumsal rollerle birlikte meslekî kimliğin gelişmesiyle giderek daha fazla “*özerklik kazanılması*” beklenen bir dönem olarak yaşanmaktadır. Genç, kim olduğu sorusuna yanıt ararken doğumla başlayan ve ömür boyu gelişen benlik de gencin özerkleşmesiyle birlikte “özne” olmaktadır. Gelişme biyolojik, toplumsal, çevresel etkiler kadar ego süreçleriyle de ilişkilendirilmektedir.

Gençlerin sosyal çevrelerinden özellikle de arkadaşları tarafından kabul görmesi, sosyal ve psikolojik alışverişte bulunması, destek alma/destek sağlama gibi deneyimleri bu açıdan fırsat olmaktadır. Gelişimsel bağlamda olumlu benlik duygusu, öz denetim, karar verme becerileri, ahlakî bir sisteme inanç ve prososyal bağlılık bu dönem için üzerinde durulan konular olmaktadır. Gençlerin sosyal ve duygusal temel yeterlilikte olmalarını teşvik, olumlu gelişimleri için olduğu kadar, riskleri önleme bakımından oynadığı rol açısından da değerlendirilmektedir (Guerra & Bradshaw, 2008: 4-5).

Gençlik döneminde arkadaş gruplarına ve sosyal çevreye yönelik ilişkiler daha fazla önem kazanırken anne-babadan görece bir uzaklaşma yaşanmaktadır. Ancak yine de genç için anne-babanın varlığı ve psiko-sosyal desteği her zaman önemli olmaktadır. Henüz belirsiz olan gelecek; gençler için başlıca kaygı kaynağı olurken kaygılı bir yapının varlığı, çevre ile olan etkileşimin nasıl olduğu, ailenin yeterliliği ve sosyo-ekonomik statüsü gibi konuların toplamının benlik gelişimi üzerinde etkili olduğu bilinmektedir. Çalışmalar, kendilik algısı yüksek olan bireyler ile düşük olan bireyler arasında anlamlı farklılıklar olduğuna dair kanıtlar sunmaktadır.

Kendilik algısı yüksek olan kişilerin okulda daha başarılı, sorumluluk sahibi, karar verirken imkânlarının farkında olan, davranışlarının sonuçlarını doğru tahmin edebilen, yeni şeyler denemeye meraklı, başkalarının ihtiyaçlarına karşı duyarlı, ilişkilerinde saygılı, çatışma süreçlerinde yapıcı, çözüme ulaşmada etkili, çevresindekileri etkilemede yetenekli ve yaptıklarından memnun olan bireyler oldukları görülmektedir. Kendilik algısı düşük olanlar başkaları tarafından çok kolay yönlendirilen, kolay şekilde engellenmişlik hissedebilen, anti-sosyal davranışlara sahip, zayıf kişisel uyumu olan, yetenek ve ilgilerini yeterince kullanmayan özelliklere sahip olmaktadır (Butchholz & Catton, 1999: 203-213; Gürsoy & Bıçakçı, 2003: 71-79).

İçinde yaşanan eko-sistemin kendiliğin oluşumundaki etkisini göz önünde bulundurduğumuzda koruma altında bulunan gençlerde benlik, ayrıca çalışılması gereken spesifik bir konu olarak karşımıza çıkmaktadır. Koruma altındaki çocuklar/gençler, çeşitli araştırmalarda ele alınmış ve incelenmiştir. Tüm bu araştırmalar arasında koruma altında bulunan gençlerin benlik gelişimi, özel bir araştırma konusunu oluşturmaktadır.

Koruma altında bulunan gençlerin ilişki sistemlerinden benliklerinin nasıl etkileneceğine bakıldığında kurumdaki yetişkin ilişkileri ya da çalışanlarla ilişkiler ve akran ilişkilerinin ayrıca inceleme konusu olabileceği görülmektedir. Kurumlarda ebeveyn yerine ikame olunan personel tutumlarının “otoriter” ve/veya “ilgisiz” olarak algılandığı ve çocukların öz saygı gelişimini olumsuz yönde etkilediği, yapılan araştırmalarla ortaya konmuştur (Güçray, 1989: 63-65). Kools’a (1997: 263-271) göre koruma altındaki adölesanlar, akranları tarafından olumsuz değerlendirilmekte, kendilerini damgalanmış ve karşılıklı ilişkilerde güvensiz hissetmekte ve yakın ilişki kurmaktan çekinmektedirler. Aynı zamanda sosyal yalıtılmışlık yaşadıkları, bu nedenle de kendilerine güvenlerinin azaldığı, benlik saygılarının düştüğü belirtilmektedir. Gülay ve Akman da (2009: 23-39) koruma altındaki çocuklarda düşük benlik algısının olduğunu ortaya koymuşlardır.

2.3. Sosyal Kaygı

Sosyal kaygı, başkaları tarafından gözlemleneceğine ve utandıran davranışlar sergileyeceğine olan inancı nedeniyle kişinin hissettiği korku olarak nitelendirilir (Ollendick & Hirshfeld-Becker, 2002: 44-58). Sosyal kaygı yaşayan bireyler, yaşadıkları kaygının dışarıdaki kişilerce anlaşılabacağından ve gülünç duruma düşeceklerinden de ayrıca korkmaktadırlar (Karacan, 1996: 28-34).

Oldukça sıkıntı yaşıtan ve işlevselliği bozan SKB’nin (sosyal kaygı bozukluğunun) tanı sistemlerindeki yeri incelendiğinde DSM-II’de nevrotik bozukluk maddesinde yer almıştır. Klinik tabloda ilk olarak 1980’de DSM-III içinde farklı tanı sınıfında değerlendirilmiştir. DSM-5’te Sosyal Kaygı Bozukluğu, “bireyin başkaları tarafından incelenmesi söz konusu olduğu sosyal durumlarda kendini utandıracak bir şey yapma veya aşagılanma korkusu ile karakterize bir bozukluk” olarak tanımlanmaktadır (APA, 2022).

Sosyal kaygı için tanı ölçütleri aşağıda sıralanmıştır:

- *Kişi, başkalarınca değerlendirilebilecek olduğu bir ya da birden çok toplumsal durumda belirgin bir korku veya kaygı yaşar. Örnekler arasında toplumsal etkileşimler (karşılıklı konuşma, tanımadık insanlarla karşılaşma), gözlenme (yemek yerken ya da içerken) ve başkalarının önünde bir eylemi gerçekleştirme (bir konuşma yapma) vardır.*

- *Olumsuz olarak değerdendirilebilecek şekilde davranmaktan ya da kaygı duyduğuna ilişkin belirtiler göstermekten korku duyar (küçük düşeceği ya da utanç duyacağı bir biçimde, başkaları tarafından dışlanacağı ya da başkalarının kırılmasına yol açacak bir biçimde).*
- *Söz konusu toplumsal durumlar, neredeyse her zaman, korku ve kaygı doğurur.*
- *Söz konusu toplumsal durumlardan kaçınılır ya da yoğun bir korku veya kaygı ile bunlara katlanılır.*
- *Duyulan korku ya da kaygı, söz konusu toplumsal ortamlarda çekinilen duruma ve toplumsal-kültürel bağlama göre orantısızdır.*
- *Korku, kaygı ya da kaçınma sürekli bir durumdur, 6 ay veya daha uzun sürer.*
- *Korku, kaygı ya da kaçınma klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya veya toplumsal, işle ilgili alanlarda ya da önemli diğer işlevsellik alanlarında düşmeye neden olur.*
- *Korku, kaygı ya da kaçınma; bir maddenin (kötüye kullanılabilen bir madde, bir ilaç) veya başka bir sağlık durumunun fizyoloji ile ilgili etkilerine bağlanamaz.*
- *Korku, kaygı ya da kaçınma; panik bozukluğu, beden algısı bozukluğu veya otizm açılımı kapsamında bozukluk gibi başka bir ruhsal bozuklukla daha iyi açıklanamaz.*
- *Sağlığı ilgilendiren başka bir durum varsa (parkinson hastalığı, şişmanlık, yanık ya da yaralanmadan kaynaklanan biçimsel bozukluk) korku, kaygı ya da kaçınma, bu durumla açıkça ilişkisizdir veya aşırı düzeydedir.*
- *Sosyal kaygı; sosyal alanlarda, performans gerektiren durumlarda insanların kendisini negatif olarak değerdendirileceğı, utanç verici bir duruma düşeceği düşüncesiyle korku yaşamasıdır.*

SKB'nin yaygınlığının yanı sıra literatürde ayrıca hastalık yükünün önemli olduğuna da vurgu yapılmaktadır (McLean et al., 2011: 1027-1035). Bu durum da sosyal kaygının çeşitli hastalıklar için risk faktörü olarak değerdendirilebileceğini göstermektedir. Özellikle depresyon ve bağımlılık, SKB ile ilişkili olan hastalıklar arasında sayılmaktadır (Stein et al., 2008:112-117; Kafes, 2021: 186-194).

Sosyal kaygı durumlarında bireylerin yoğun şekilde kendilerine odaklanma yaşadıkları ve kendileriyle ilgili olumsuz düşüncelere sahip oldukları, kızarma, terleme vb. gibi çeşitli fiziksel belirtiler gösterdikleri açıklanmaktadır (Dilbaz, 1997: 18). Araştırmacılar sosyal kaygının nedeni olabilecek biyolojik faktörlerin psiko-sosyal faktörlerle etkinleşen bir durum sonucunda ortaya çıktığını açıklamaktadır (Demir, 2009: 105; Gümüş, 2010: 109). Sosyal kaygı sebeplerine yönelik çalışmalarda görüş birliği oluşmadığı ancak hem kalıtsal hem de çevresel etkenler, gelişimsel etkenler, geçmiş yaşantılar, duygusal, bilişsel süreçler ve kültürel etkenler gibi birçok faktörün bir arada etki gösterebildiği bildirilmektedir (Demir, 2009: 116).

Sosyal kaygıya yol açan değişkenlerin başında işlevsel olmayan aile yapıları, akran reddi (La Greca & Lopez, 1998:83-94; Slee, 1994:94-107; Vernberg et al., 1992:189-196; Ronchi, L., Banerjee, R., Lecce, S. Ve Bianco F., 2018:71-81; Chiu, K., Clark, D. M. & Leigh, E., 2021:650-661) ve algılanan sosyal değerlendirmeye oluşabilecek travmatik etkiye bağlı koşullanma deneyimleri gösterilmektedir. Sosyal kaygının gelişimi için araştırmacılar önemli bir neden olarak da bağlanmaya dikkat çekmektedir (Demir, 2009: 113) ve bebeklik döneminde anne veya bakım veren kişilere karşı güvensiz bağlanmadan söz etmektedirler.

Yapılan çalışmalar, 14-24 aylık bebeklerde gözlemlenen, davranışsal sakınganlıkla tutarlı örüntü gösterenlerin güvensiz bağlanma geçmişine sahip ve erkek olan katılımcılarla ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (Lewis-Morrarty et al., 2015: 1363-73). Başka bir çalışma ile de ilköğretim öğrencileri için davranışsal sakıngan mizaca sahip olmalarının yanında güvensiz bağlanmanın da eşlik ettiği durumlarda, gelecekte kaygı bozukluğu belirtilerinde artış olacağı ortaya konmuştur (Muris et al., 2011: 166). Yapılan çalışmalar erken çocukluktaki belirgin bir sosyal kaygı durumunun varlığının, bireyin ergenlik döneminde düşük düzeyde sosyal katılım gösterdiği sürece yetişkin kaygı bozukluğu riskinde anlamlı bir artışa neden olabileceğini göstermektedir (Frenkel et al., 2015: 8-9). Ergenler için sosyal kabulün önemli olduğu, psikolojik dışlanmanın benlik değerini düşüren ve tehdit eden bir durum olduğu bildirilmektedir (Bullock, 1998: 48).

Ergenlik döneminde sosyal kaygı bozukluğunun fark edilerek tedavi edilmesi mümkün olduğunda hastalığın yetişkinlik dönemine taşınmasının önüne geçilebileceğini göstermektedir. Özellikle ergenlik dönemi boyunca kurulacak ilişkilerin ve sosyalleşmenin, Moreno'nun da açıkladığı gibi sosyal atomu genişleteceğini söylemek mümkündür (Remer, 1985: 96-105)

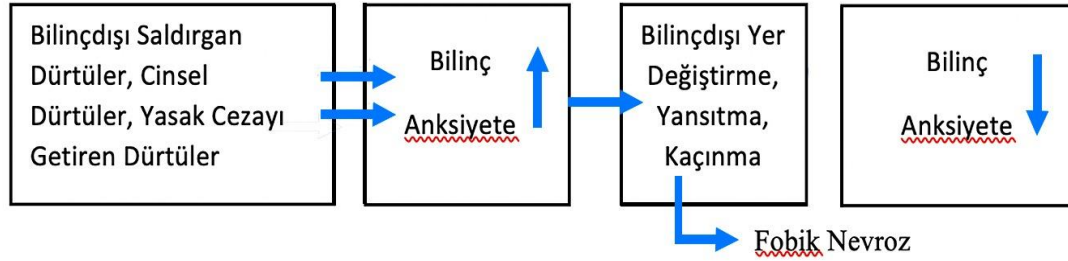
2.3.1.Sosyal Kaygı ve Kuramsal Yaklaşımlar

Sosyal kaygıyı açıklayan kuramlardan bazıları biyolojik, kültürel, psikolojik, beceri eksikliği ve kendini sunma yaklaşımı şeklinde sıralanabilir. Psikolojik yaklaşımlar üst başlığı içinde yer alan psikanalitik yaklaşım, bilişsel ve davranışçı yaklaşımlar çalışma açısından sosyal kaygının daha anlaşılır olmasının sağlanması amacıyla aşağıda açıklanmaktadır.

2.3.1.1. Psikanalitik Yaklaşım

Psikanalitik bakış açısına göre sosyal fobiden bahsetmeden evvel korku, ürküntü ve anksiyete kavramlarının Sigmund Freud tarafından nasıl açıklandığına bakmak gerekir. Anksiyete sebebi bilinemeyen bir tehlike bekleme veya tehlike için hazırlanmayı anlatmaktadır. Korku için ise belli bir nesnenin varlığı gereklidir. Ürküntü ise tehlikeli duruma hazırlıksız, aniden dâhil olmayı açıklamaktadır (Gabbard, 1979, akt., Kılıç, 1999: 46). Sosyal fobi spektrumuna dâhil edilen sahne ürküntüsü (stage fright), performans öncesi duyulan anksiyeteyi açıklamaktadır. Gabbard'a göre fenomenolojik açıdan bu durum, sosyal fobi ile benzerdir. Buna göre sahne ürküntüsünde kişi, kendini daha fazla gözler; sempatik aktiviteye daha fazla odaklanır. Bu durum analitik bağlamda anal erotizm, infantil teşhir, kastrasyon kaygısı, kontrolünü kaybetme korkusuyla açıklanmaktadır. Cezalandırılma ihtimali bulunan cinsel veya saldırgan dürtüler bilince çıkma tehlikesi doğurduğunda “uyarı anksiyetesi” oluşur; bu durum yer değiştirme, yansıtma, kaçınma, savunma mekanizmalarını harekete geçirir ve fobik rahatsızlık denilen durum oluşur (Gabbard, 1992: 341).

Bu şekilde savunma mekanizmaları kullanarak tehlikeli ya da yasaklı arzunun bir kez daha bastırılıp ortadan kaldırılmasının bedeli olarak “fobik nevrozlar” doğmaktadır. Fobilerin psikodinamik oluşumu şeması Şekil 2.2’de gösterilmektedir:



Şekil 2.2: Fobilerin Psikodinamik Modeli

Kaynak: Clark, 1999, akt., Türkçapar, 1999.

Sosyal fobilerde dinamik olarak üç temel etkenin, kişinin “utanç yaşantıları”, “suçluluk duyguları”, “ayrılma anksiyetesi” üzerinde durulmaktadır. Bu söz konusu dinamikler göz önüne alındığında, sosyal fobiklerde ebeveyn ya da bakım veren kişiyle kurulan ilişkilerle gelişen iç nesne temsilleri eleştiren, aşağılayan, alay eden, terk eden nesneler olarak karşımıza çıkmaktadır.

Erken yaşantıdaki bu içe alımlar daha durağandır ancak sonraki yaşantılarda tekrarlanarak çevredeki diğerlerine yansıtılır ve diğerinden de (diğer kişilerden) kaçınılır. Diğerlerini bu şekilde algılamaya başlayan kişinin yakın çevresini oluşturan yetişkinler de benzer davranışlar gösterirlerse giderek daha korkulu hâle gelir ve sosyal fobi gelişir. Çocuğa bakım verenler daha kabul edebilir, davranışlarına karşı daha hassas olabilir ve bunu telafi edebilirlerse içe atılanlar daha yumuşak, daha az korkutucu olur ve sosyal fobi gelişmesi ilerleyen süreç yaşantılarıyla engellenebilir.

Özellikle bağlanma ve erken yaşta kurulan ilişkilerin etkisini açıklayan bir model olan savunma emniyet modelini incelemek psiko-analitik görüşün bu mekanizmaya bakışını anlamamıza katkı sunacaktır.

a) Savunma Emniyet Modeli:

Modelin “psikodinamik kurama ve bağlanma kuramına dayandığı” açıklanmaktadır (Cloitre et al., 1994: 225-240, Akt. Türkçapar, 1999: 249). Savunma-emniyet sistemindeki dengenin bozulması, sosyal kaygıya yol açmaktadır.

Normal ve biyolojik olarak birbirine bağı ve birbirini tamamlayan bu sistemlerden savunmada aşırı etkinlik, tersine olarak da emniyet sisteminde zayıflık söz konusudur.

Savunma sisteminin özü, “*Tehlike var, kendini koru.*” iken emniyette olma durumunun özü, “*Güvendesin, rahatla*” dır. Savunmamız gelecek tehditleri belirlemek adına işlev görür. Aşırı etkinleşmesi diğerlerinden gelen tehdide yönelik işaretlere bizi daha çok yönlendirir. Bu sistem etkin olduğunda kurulan ilişkiler yarışmacı tiptedir. Kişi kendisine kıyasla baskınlık kurma potansiyeli olan insanlarla yarışmaya başlar. Tersine olacak şekilde emniyet durumu savunma sistemine karşı çalışır. Diğerlerinden gelen yardımlaşmacı, arkadaşça tepkileri görür ve bağ kurmak için şans tanır.

Psiko-biyolojik ölçekte düşünüldüğünde sosyal fobi sosyal tehditlere uyumlanmaya çalışan ve hayatta kalmayı önceleyen yapısal bir alarm sisteminin aşırı duyarlılığının sonucudur. Etiyolojik ilkelerle hayatta kalmak, çevresel kaynaklara ulaşabilmekle ve bunları verimli kullanmakla bağlantılıdır. Bu senaryoda bireyler, hayatta kalmalarını sağlamak için başkalarına yardım etmek veya onlarla rekabet etmek arasında bir seçim yapmakla karşı karşıyadır. Rekabetçi yaklaşım, insanların potansiyel tehditler olarak görüldüğü ve kişisel kazanımların bireysel güç tarafından belirlendiği, kişinin hayatta kalmasını sağlamanın ilkel bir yöntemini temsil eder. Sonuç olarak bireyler bu çerçevede statülerini kaybetme korkusu yaşayabilirler. Güç dinamikleri ve sosyal hiyerarşiler, sosyal yapının şekillenmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Sosyal kaygısı olan bireyler, uygunsuz olduğu durumlarda bile bu rekabetçi zihniyete aşırı güvenme eğiliminde olabilirler. Bu bakış açısında yardım yaklaşımına güvenlik, ait olma, tanınma ve kişinin becerilerini paylaşmanın getirdiği takdir duyguları eşlik eder. Bununla birlikte sosyal kaygısı olan kişiler, kişiler arası ilişkilerin destekleyici ve takdir edici yönlerini tanımakta zorlanırlar ve başarısızlıkla karşılaştıklarında destek veya takdir görmeyi beklemeyebilirler.

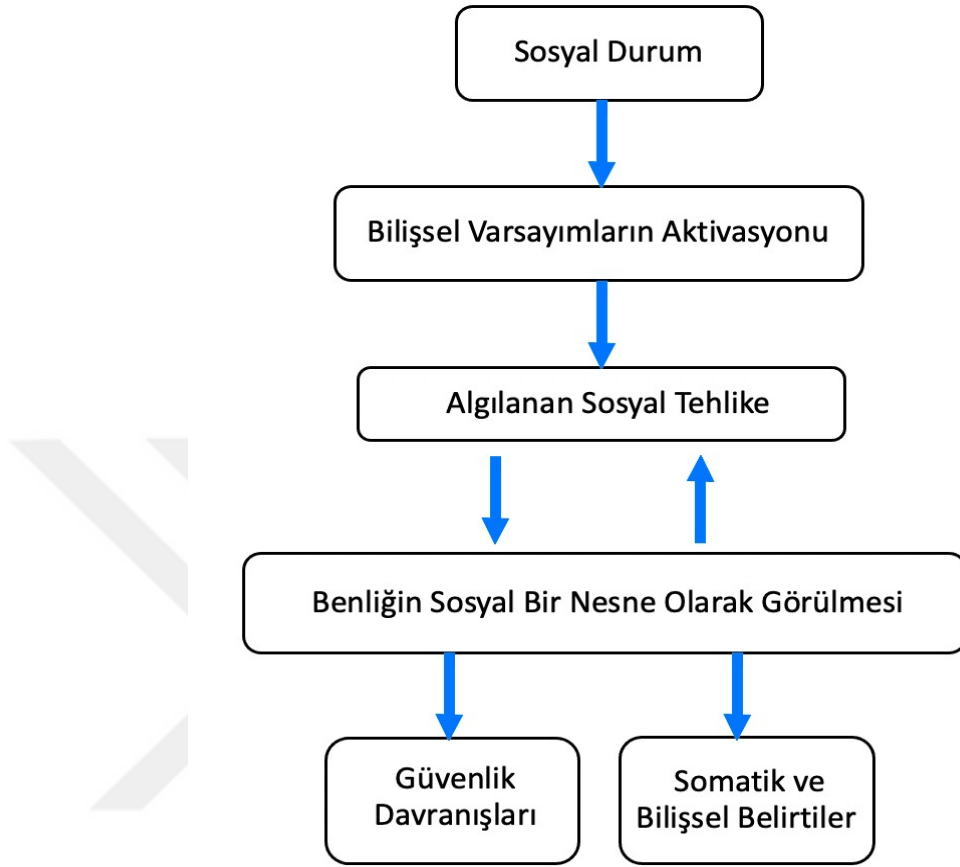
Çocuğun ebeveyniyle ilk ilişkisi olan bağlanma içgüdü, yetişkin savunma sisteminin şekillenmesinde önemli bir rol oynar. Bu ilişki içinde çocuk hem rekabet etmeyi hem de iş birliği yapmayı öğrenir. Ebeveynlerin destekleyici partner ve otoriter bir figür olarak ikili rolünü yerine getirmesi çok önemlidir. Her iki rolün de yokluğu zararlı etkilere sahip olabilir.

Araştırmalar iki tür ebeveyn tutumunun çocukta aşırı aktif savunma sistemi ve zayıflamış bir güvenliğ duygusu ile sonuçlanabileceğini göstermektedir. İlk tip, ebeveynlerin kendi tehdit duygularını çocuğa yansıtmalarını içerir. İkincisi ve potansiyel olarak daha etkili olanı; ebeveynlerin kontrol edici, düşmanca ve reddedici davranışlarıyla karakterize edilir. Yaşamın erken dönemlerinde çocukların bağımsız hareket edememeleri, reddedilme veya terk edilme tehdidiyle karşılaştıklarında savunma mekanizmalarını tetikler. Sonuç olarak aşırı duyarlılık, artan dikkat, aşırı boyun eğici davranışlar, mükemmeliyetçilik ve kendini ifade etmede sınırlamalar geliştirebilirler. Kendi arzularını ve isteklerini ifade etmek ya da bireyselliklerini öne sürmek, çocuğu ebeveynlerinin beklentilerine uymaya zorlayarak reddedilmeye yol açar.

2.3.1.2. Bilişsel (Kognitif) Yaklaşım

Bilişsel teori açısından sosyal fobi, otorite figürleri üzerinde olumlu bir izlenim yaratmaya yönelik güçlü bir eğilim ve bu arzunun üstesinden gelme yeteneğine eşzamanlı bir inançla karakterize edilir (bkz., şekil 2.3). Bu fobik durum; bireylerin onaylanmama, değersizlik duyguları, azalan sosyal statü veya kişisel olarak önemli hedeflere ulaşamama ile sonuçlanabilecek başkalarının önünde yetersiz davranma korkusu üzerinde durmalarını engelleyen bir dikkat dağıtıcı işlevi görür (Clark & Wells, 1995:321).

Sosyal kaygıyı açıklayan bu model şekil 2.3'te gösterilmektedir (bkz., şekil.2.3).



Şekil 2.3: Sosyal Kaygı Modeli

Kaynak: Clark, 1999, akt., Türkçapar, 1999.

Sosyal fobi, bu durumdaki bireylerin kendileri ve sosyal çevreleri hakkında geliştirdikleri, tehdit edici ve tehlikeli olarak algılamalarına yol açan bir dizi varsayımdan kaynaklanır.

Bu kişiler, sosyal performans konusunda aşırı derecede yüksek standartlara sahiptirler: “Konuşmam kusursuz biçimde akıcı olmalı.”, “Daima zeki ve parlak görünmeliyim.” gibi. Sosyal fobisi olan kişilerin sosyal ortamlarda “Söylediklerim aptalca.”, “Sıkıcıyım.”, “Beni sevmедiler.”, “Sıkıntılı olduğumu fark ettiler.” gibi düşünceleri vardır. Sahip olduğu bazı inançları ise “Eğer birisine farklı bir şeyler söylersem bana aptal derler ve reddederler.”, “Eğer saygısız görünürsem insanlar hakkımda kötü düşünürler.” şeklinde

olabilmektedir. Daha derinde bulunan temel koşulsuz inançları, “*Ben sıkıcı, farklı ve tuhafım.*”, “*Ben can sıkıcıyım.*” şeklindedir.

Sosyal ortam korkutucu olarak algılandığında “otomatik anksiyete programı” hemen devreye girmektedir. Anksiyete programının asıl amacı, tehlikeli ortamlarda kişiyi korumaktır. Ama tehlike durum gerçek olmaktan çok imajinatif olduğundan tepkiler de uygunsuz kalmaktadır (A.g.e., 249).

Sosyal fobisi olan kişiler, başkaları tarafından olumsuz bir şekilde yargılanma riskini düşündüklerinde dikkatlerini kendi içlerine yöneltme ve aşırı öz eleştiri yapma eğilimi gösterirler. Odak noktasındaki bu değişim, beraberindeki endişe ve artan öz farkındalık ile çevrelerini doğru bir şekilde değerlendirme ve başkalarının eylemlerini yorumlama yeteneklerini engeller. Kendi iç düşüncelerinin ve algılarının, başkalarının onları algılayış biçimiyle uyumlu olduğuna yanlışlıkla inanırlar. Bu bilişsel çarpıtma, duygusal akıl yürütmenin klasik bir örneğidir. Esasen sosyal fobisi olan bireyler, hatalı bir şekilde utanma duygusunu gerçek bir aşağılanma ile güçsüz hissetmeyi gerçek bir kontrol eksikliğiyle ve kaygı yaşamayı gözle görülür şekilde endişeli görünmekle eş tutarlar. David H. Barlow, geliştirdiği psikojenik erektile disfonksiyon etiyolojik modelin, sosyal anksiyete bozukluğuna da uygulanabileceğini öne sürmektedir çünkü bozukluk oldukça benzerlik göstermektedir. Modele göre sosyal fobik hastalar, “*diğer insanlarla bir arada olduklarında, performans gerektiren bir durumla karşılaştıklarında negatif duygular yaşarlar ve aşırı derecede başka konulara odaklanırlar*” (örneğin, kötü performansın diğer insanlar üzerinde bırakacağı olumsuz izlenim, uygun bir şekilde performans gösterememe vb.). Bu durum, bireyin ana konuya odaklanmasını bozar ve başarısını azaltır. Öte yandan normal bireyler benzer bir sürece daha olumlu duygularla yaklaşırlar ve ana konuya odaklanırlar (Barlow, 1994: 43-45). Özetle bu model performans kaygısının, sosyal olarak işlevsel bireylerde sosyal performansı olumlu yönde etkilerken sosyal kaygısı olan bireylerde ise performansı olumsuz etkileyeceğini öne sürmektedir (Heimberg & Barlow, 1991: 22).

Albert Ellis’in geliştirdiği bir diğer bilişsel model olan Rasyonel Emotif Modelde sosyal fobisi bulunanlar, rasyonel olmayan bir şekilde “*iyi performans göstermek zorunda*

oldukları” ve “performans esnasında rahatsızlık duymamak zorunda oldukları” komutları vererek sosyal fobi belirtilerini ortaya çıkarmaktadırlar (1991: 452;).

Sosyal fobisi bulunan kişiler hem doğuştan hem de yetişme sırasında topluma karşı sunumla ilgili fobi yaşamaktadırlar. Topluluk önünde konuşma korkusu yaşayan sosyal fobisi olan bir hastanın amacı, topluluk önünde konuşurken herhangi bir rahatsızlık belirtisi göstermeden ve kendinden emin bir şekilde konuşmaktır.

Sosyal fobide sık rastlanan ve beş grupta toplanabilecek mantık hataları aşağıda özetlenmektedir (Beek, 1995: 25).

- Sosyal anksiyete oluşturan ortamlarda fiziksel bir işaret ve/veya utandırıcı bir davranış ortaya çıkması (kızarma, titreme, kekeleme, terleme gibi),
- Bu fizikî işaret/davranışın ortamdaki kişiler tarafından fark edilmesi,
- Ortamdaki kişilerin bu işaret/davranış biçimiyle ilgili olumsuz değerlendirme yapması,
- Bu olumsuz değerlendirmenin yalnızca ortaya çıkan işaret/davranış biçimi ile ilgili olmaması, bireyin kişiliğine genellemesi ve artık o ortamda reddedilmesi veya istenmemesi,
- Kişiliğe yönelik bu tür bir olumsuz değerlendirmenin olağanüstü bir felaket olması ve kişiyi değersiz kılması (Sungur & Dilsiz, 1995: 23).

2.3.1.3. Davranışçı Yaklaşım

Davranışçı yaklaşıma göre sosyal fobi, sosyal ilişkide yaşanan travmatik yaşantıları deneyimleme ya da başkasının yaşadıklarına tanıklık etme ile ortaya çıkar. Sosyal fobinin etiyolojisi ile ilgili davranışçı yaklaşım üç biçimde gelişebileceğini öngörmektedir: Bunlar doğrudan koşullanma, gözlemsel öğrenme ve bilgi aktarımıdır. Yapılan çalışmalarda, sosyal ortamlarda kişinin travmatik bir deneyim yaşamasıyla doğrudan koşullanmanın olduğu ve yaklaşık %50 oranında sosyal fobi hastalarında doğrudan travmatik sosyal yaşantıların bulunduğu bildirilmiştir (Türkçapar, 1999: 245-249).

Gözlemsel öğrenmede, birey sosyal çevrede olumsuz bir deneyim yaşayan kişiyi gözlemleyerek ve tanık olarak korku duyar. Öte yandan sosyal korkular sözlü veya sözlü

olmayan yollarla da yani tutumlar ve bilgi aktarımı yoluyla da sosyal ortamların tehlikeli olduğu bilgisinin aktarılmasıyla ortaya çıkar.

Araştırmalar, sosyal anksiyete bozukluğunun genellikle doğrudan travmatik deneyimler sonucu doğrudan koşullanma tarafından tetiklendiğini göstermektedir. Öte yandan çocukluk çekingenliği ile ilişkili olan yaygın sosyal fobileri açıklayan çalışmalar da bulunmaktadır (Beidel, 1998: 30-31).

2.3.3. Gençlik Döneminde Sosyal Kaygı

Ergenlik dönemi kimlik gelişimi açısından özel önemde olduğu gibi sosyal kaygı açısından da duyarlılığın yüksek olduğu gelişimsel dönem olarak bildirilmektedir. Yapılan çalışmalar sosyal kaygının ergenliğin başında, ön ergenlikle başladığını (Beck & Emery, 2017:4); 15 yaş civarında ergenliğin orta döneminde en tepeye ulaştığını (Schneier et al.,1992: 282-288) ve ergenlik dönemi içindeki grubun çoğunluğunu etkileyen bir ergenlik bozukluğu olduğunu göstermektedir. Ancak SKB (sosyal kaygı bozukluğu) tedavi edilmemesi durumunda tipik olarak kronik ve güçten düşürücü bir seyir izleyerek yetişkinlikte de devam edebilmektedir (Haller et al., 2015: 13).

Ergenliğin sorunları arasında alay edilme, zorbalığa maruz kalma, gülünç duruma düşme, reddedilme, dışlanma veya akranlarından izole edilme gibi travmatik deneyimlerden söz edilebilir. Özellikle sosyal izolasyon veya akranları tarafından dışlanma, sosyal kaygıyı etkileyen önemli bir diğer faktör olarak bildirilmektedir (Craig,1998: 125; Gilmartin, 1987: 472; Hymel, 1990: 2006; Vernberg et al, 1992: 89-112, Chiu, K., Clark, D. M., & Leigh, E., 2021: 650-661).

Bir kişinin içinde bulunduğu sosyal hayattan kopmadan toplum içinde var olabilmesinin en temel koşulu, başkaları ile etkileşim içinde olmasıdır (Sapmaz, 2006: 54-55). Sosyal kaygı bozukluğu olan ergenler tarafından bildirilen durumların çoğunluğu sosyal ortamları olan okul bağlamlarında meydana gelmekte; akranlarla konuşmayı, sohbet başlatmayı veya sohbete katılmayı, tahtaya yazı yazmayı ve diğer sosyal performans görevlerini (örneğin atletik, sınıfta yüksek sesle okuma) içermektedir.

Bu yaşantılar ergenin okul terki için daha fazla risk oluşturabilir, zorbalık kurbanı olma olasılığını artırabilir. Daha dūřuk niteliklerle donanmış olmak; daha az arkadaş, daha az tatmin edici kişiler arası ilişkilere sebep olabilir.

Yapılan bir çalışmada (Danneel et al., 2019: 1695) ergenlerin 1 yıl arayla u ölçüm yapılarak yalnızlık, sosyal kayđı belirtileri ve depresif belirtileri değerlendirilmiştir. Sonuçlar bir semptom olarak sosyal kayđının ergenlikte ortaya çıkan yalnızlık ve depresyon duygularının potansiyel öncüsü olarak önemli rol oynadığını göstermektedir. Araştırma sonuçları, ergenlerin yalnızlık duyguları ile sosyal kayđı belirtileri arasında bir kısır döngünün varlığını da göstermektedir (A.g.e., 2019: 1670).

Sosyal kayđı bozukluğu; ayrıca diğer kayđı ve duygu durum bozuklukları, davranış bozuklukları ve madde kötüye kullanımı için artan hassasiyetle de ilişkilendirilmektedir (Alves et al., 2022: 5-10). Sosyal algı becerileri ile ilgili olarak bazı araştırmacılar, sosyal fobik çocukların yüz ifadeleri yoluyla duyguları tanımlamada daha az yetkin olduklarını bulmuşlardır (Melfsen & Florin, 2002: 109; Simonian et al., 2001: 137). Yapılan çalışmada yaş ortalamaları 17.47 olan koruma altındaki ergenlerin başkaları tarafından aşağılandığı ve çevrelerinde sorunlu çocuklar olarak algılandığı belirtiliyor. Aynı çalışmada okul, akran ve komşu ilişkilerinde yaşanan olumsuzluklar nedeniyle ergenlerde sosyal yalıtılmış, ie kapanıklık ve gelecek beklentilerinde azalma görüldüğü tespit edilmiştir (Kools, 1997: 139-152).

Bazı araştırmalar sosyal fobik çocukların sosyal olarak daha az yetenekli olmalarına dikkati çekmektedir. Sosyal görevlerin yerine getirilmesindeki bozulmanın olumsuz sosyal sonuçlar, kayđı, uyumsuz bilişler, kaçınma davranışlarını içeren ve daha fazla sosyal beceri eksikliğine yol açan bir kısır döngüde anahtar rol oynadığı ileri sürülmektedir (Rapee & Spence, 2004: 737-767). Olumsuz kişiler arası deneyimler ve başarısızlık beklentisi, dūřuk öz yeterlik, aşırı kendine odaklanma ve başkalarından gelen olumsuz geri bildirimlere dūřuk tahammül düzeyi gibi uyumsuz bilişsel süreçle sonuçlanmaktadır. Uyumsuz bilişsel süreçler ve sosyal başarısızlık deneyimleri (ağrışımsal öğrenme yoluyla) gelecekteki benzer sosyal bağıamlarda yeniden kayđı duygusuna yol açmaktadır.

“Ergenlik döneminde sosyal kaçınma, sohbet ortamlarına, spor aktivitelerine, sınıfta konuşmaktan, sosyal ve akademik gruplara katılmaktan kaçınma şeklinde gerçekleşir. Sosyal kaygısı yüksek gençler iş aramak, flört etmek gibi bazı gelişimsel yaşantıları akranlarına göre geç gerçekleştirirler” (Albano, Chorpita & Barlow, 2003: 279-329). Sosyal olarak geri çekilmek, kaçınan davranışlar sergilemek, başkaları tarafından dışlanmak, daha fazla sosyal beceri geliştirmek ve sosyal öğrenme için gerekli fırsatlardan mahrum kalmak şeklinde değerlendirilebilir.

Sosyal etkileşimden kaçınmak, aynı zamanda başarıyı deneyimleme ve temel sosyal görevler için ustalaşmaya da engel olacağından dolayısıyla uyumsuz ve ön yargılı bilişselliği sürdürmeye devam etme anlamına gelebilir. Bu nedenle sosyal beceri eksikliklerinin, sosyal fobinin hem nedeni hem de sonucu olabileceği öngörülmektedir.

2.4. Sosyal Kaygıya Müdahale Yöntemleri

Gençlik dönemi ergenliğin başından itibaren sosyal kaygının görünür olmasındaki artış nedeniyle müdahalenin de bu dönem için önemli olduğuna işaret etmektedir. Sosyal kaygıya müdahale yöntemleri genel olarak psikoterapi yöntemlerinin kullanılması ya da ilaç tedavisi uygulanması şeklinde olabilmektedir. Bazı durumlarda ergenle bireysel psikoterapilerin yürütülmesi uygun olurken (birey temelli psikoterapi) kimi zamanda ebeveynin (aile temelli psikoterapi) ve ailenin de (aile temelli psikoterapi) dâhil edilmesi gereken müdahale programlarının değerlendirilmesi ve çalışmaya dâhil edilmesi gerekebilir (Albano & Hayward, 2004: 198-235). Psikoterapinin kullanıldığı çok çeşitli müdahale yöntemlerinden söz edilmektedir. Bunların bir kısmı; “psiko-eğitim”, “gevşeme becerileri eğitimi”, “bilişsel yeniden yapılandırma” ve “maruz bırakma” şeklindedir (Sapmaz, 2011: 49). Yapılan araştırmalar farklı düzeylerde sosyal kaygı yaşayan ergenler için farklı müdahale yöntemleri önermektedir. Örneğin hafif derecede sosyal kaygı için psiko-eğitim tarzı müdahale yöntemleri yeterli görülmektedir. Sosyal kaygının orta derecede yaşanması hâlinde ise birey temelli bilişsel davranışçı müdahale, ağır düzeyde sosyal kaygı yaşanan durumlar için birey temelli bilişsel davranışçı müdahale ile aileyi ve ebeveyni temel alan birleştirilmiş müdahalelerle çalışmak önerilmektedir. Çok fazla ağır seyreden durumlarda ise ek olarak psikiyatri kontrolü ile ilaç tedavisinin prosedüre eklenmesinin uygun olacağı bildirilmektedir (Mercan & Yavuzer, 2007: 1187-1202).

Sosyal kaygıyla çalışırken yaygın olarak kullanılan psikoterapi yöntemlerinden biri “*Bilişsel Davranışçı Terapi*” yöntemidir. Araştırmalar, bilişsel tekniklerin kullanımının ergenlerin sosyal kaygı düzeyi üzerinde olumlu sonuçlar verdiğini açıklamaktadır (Kearney, 2005: 49-70; Mortberg et al., 2007: 142-154; Handerson & Zimbardo, 2001: 431-448).

Bilişsel davranışçı terapide amaç, duygusal ve davranışsal sorunları ortaya çıkaran gerçek dışı düşünceleri saptamak ve olumsuz bilişsel çarpıtmalardan oluşan düşünceleri bilişsel ve davranışçı tekniklerin kullanılması aracılığıyla değiştirmektir (Güler, Usluca & Yılmaz, 2021:1215). Bilişsel davranışçı terapi; özetle kişinin işlevsel olmayan düşüncelerinin ortaya çıkarılması, değiştirilmesi, sorun çözümüne odaklı ve aynı zamanda katı bir fomlasyonla uygulanan bir terapi yöntemidir (Beck & Dozois, 2014: 366-382).

Bilişsel davranışçı terapi kuramsal temelini otomatik düşünceler, ara inançlar ve temel inançlar olmak üzere içi ie geçmiş biçimde varsayabileceğimiz bir biliş sistemine dayandırmaktadır. Bu bilişsel yapı içinde en altta temel inanç, en üstte ise otomatik düşünceler yer almamaktadır. Otomatik düşünceler zihinde birden beliren düşünce veya görüntüler şeklinde olabilmektedir. Ara inançlar kişinin temel inançlarını korumak amacıyla oluşturduğu koruyucu bir ara alan olarak yer almaktadır. Temel inançlar ise kişinin çevresiyle girdiği ilişkide bilgiyi nasıl düzenleyeceği ile ilgili varsayımlarından oluşmaktadır (zcan & Gl elik, 2017: 115-120).

Sosyal kaygının bilişsel davranışçı yaklaşımla tedavisinde bilişsel yapılandırma, sosyal beceri eğitimi, gevşeme teknikleri ve maruz bırakma en sık kullanılan tekniklerdir (Leahy et al., 2011:197-210). İnternetin yaygın kullanımı çevrim içi ortamda terapinin sunulmasına, teknolojinin imknlarından faydalanılarak tekniklerin zenginleşmesine olanak sağlamaktadır. Sosyal kaygılı bireyler terapi almak için çoğunlukla isteksiz olduklarından tedaviye ulaşma seçenekleri de bu sayede artmaktadır ve internet aracılığıyla terapilerden yarar sağlamaktadırlar (Berger et al., 2009: 1021-1035; Carlbring et al., 2009: 848-850).

Bu tekniklerle beraber üçüncü dalga bilişsel davranışçı terapi yaklaşımları arasında sayabileceğimiz kabul ve kararlılık terapisi, farkındalık temelli bilişsel terapilerinde son dönemlerde kullanılmakta ve olumlu sonuçlar verdiği açıklanmaktadır (Baljé et al., 2016: 1-13; Mohammadpour et al., 2020: 6-12; Sewart et al., 2020: 1112-1124; Stregge et al., 2018: 1-7).

Psikodrama, sosyal bilişsel teoriye yaslanan ve eylemin kullanılmasıyla farkındalığı artıran bir terapi yöntemidir. Bu çalışmada sosyal kaygı ve ilişkisel benlik psikodrama grup psikoterapisi yöntemi ile çalışılmaktadır. Araştırmada uygulanan terapi yöntemi olması nedeniyle psikodrama aşağıda ayrı bir başlık olarak incelenmektedir.

2.5. Psikodrama

“Küçük kız annesine sordu: Hayat nedir?

Annesi cevap verdi:

Hayat, sen büyümeyi beklerken sana olandır.” M. Karp.

Psikodrama; psikolojik ve sosyal sorunları olan bireylerin hayatlarındaki olaylar, yaşantılar hakkında konuşmakla yetinmek yerine onları yeniden canlandırmaya yöneltmek yapılan birlikte sorun üzerinde çalışma yöntemidir (Baltner, 2002:10). Canlandırma yapmak aynı zamanda kendini yansıtırma fırsatı olarak düşünülmektedir. Psikodrama hem hayatı yaşamının pratik bir yolu hem de hataları cezalandırmayan bir psikoterapi modelidir. Psikodrama bireysellerle çalışmak için kullanılacağı gibi çoğunluk gruplarla çalışmak için oldukça uygun bir terapi yöntemidir.

Psikodramanın yaratıcısı Jacob Levi Moreno'dur. Aynı zamanda grup psikoterapisini uygulayan ilk psikiyatristtir. Türkiye'de Abdülkadir Özbek tarafından 1984 yılında ilk kez Ankara Üniversitesinde uygulamalar yapılmaya başlanmıştır. Psikodrama; gücünü insanın “yaratıcılık”, “spontanlık” ve “eylemliliğinden” almaktadır. Empati, tele ve transferans ilişkilerini araştıran/kullanan bir grup psikoterapisi yöntemidir (Leutz, 2013: 52-55).

Moreno'ya göre olumlu ve destekleyici bir sosyal atomdaki ilişkiler içinde olan bireyin yapması gerekli bileşen yüksek derecede kendiliğindenlik elde etmek ve yaşamda yaratıcılık içinde kalmaktır. Moreno'nun sosyal dünyamız adını verdiği sosyal atom, bizim esenlik duygumuz için oldukça önemlidir.

Bireylerin içinde bulundukları sosyal atomda sürekli bir ilişkide oluş hâli vardır. Burada ya bir yönelim ya da reddetme veya nötr durumlar yaşanır (İtme/çekme ya da kayıtsızlık).

Sosyal atomumuzdaki bireyler de bize karşı aynı itim, çekim ve kayıtsızlığı yaşamaktadır (Fox, 1987: 32; Blatner, 2002:38). Potansiyel yaratıcılık kaybı olarak açıklanan izolasyon, bireylerde düşük sosyometrik konuma ve sosyal sorunlara yol açma eğilimindedir. Moreno, başlangıçta sosyodrama ve sosyometriyle ilgili yaptığı çalışmalarla dikkat çekmiştir. Ancak günümüzde psikodrama daha fazla yayılmış ve bilinir olmuştur.

Moreno'nun sağlığında yaptığı çalışmalarının çoğunluğunun sosyal konumu ve toplumsal izolasyonu iyileştirmeye yönelik çabalar olduğunu görüyoruz. Örneğin hayat kadınları, savaş gazileri, yatılı okullar, hatta İkinci Dünya Savaşı'nda toplama kamplarında yaptığı grup çalışmaları; onun sosyodrama çalışmaları olarak bu alanda dikkat çekmesine neden olmuştur. Gerçeğin dramatik yöntemlerle araştırıldığı bilim olarak psikodramaya genel bir kapsamda açıklamak mümkündür (Moreno,1972, akt., Blatner, 2002: 25). İncelenen sorun ya da durum geçmiş, şu an veya gelecekle ilgili olabilir ancak uygulama şimdi burada yaşantılama olarak gerçekleşmektedir. Şimdi burada olan kişi spontanlığı ve eylemliliği kullanarak terapistin ve grubun desteğiyle sorunu canlandırmaya cesaretlendirilir, çözüm için çalışır.

Bir psikodrama oturumunun gerçekleştirilebilmesi için beş temel eleman gereklidir (Dökmen, 2013: 170). Bunlar: sahne ve protagonist, grup, yönetici (lider/ terapist) ve yardımcı egolardır (Altınay, 2008: 29-34).

- **Sahne:** Psikodramanın ibadet yeri olan ve yarı hipnotik durumların yaratılmasında en önemli rolü olan sahnedir (A.g.e., 34). Sahne, protagonistin duygularını yansıttığı, yeniden yaşadığı ve grubun aktardığı duygularla tamamlandığı alandır. Bu nedenle sahne protagoniste aittir, protagonist tarafından oluşturulmalı ve mümkün olabildiğince ayrıntılı düzenlenmesi sağlanmalıdır.

Sahnenin hazırlanmasında çeşitli materyal ve nesneler kullanılmaktadır. Bu sayede anılar da zihinde yeniden canlanıp biliş düzeyine çıkarak sahnelenme imkânı bulacaktır.

- **Protagonist:** Protagonist Yunan tiyatrosundan devşirme (protos birinci, agonist oyuncu anlamına gelen iki sözcüğün birleşiminden oluşmaktadır), başoyuncu anlamına gelen bir sözcüktür. Protagonist; sorununu çözmek veya durumunu anlamak, yeni bir anlam bulmak gibi nedenlerle yaşantısını ortaya getiren kişidir. Protagonistin psikoterapilerde kullanılan danışan, analizan kelimelerine karşılık geleceği belirtilebilir.
- **Yönetici:** Psikodrama çalışmasını yöneten kişidir. Lider, psikodramatist, psikodrama terapötü isimleriyle de aynı anlamda kullanıldığını görebiliriz. Canlandırma/sahneleme (protagonistle çalışma) sırasında grubun ya da durumun ihtiyaçlarını gören ve çeşitli tekniklerin uygulayıcısı olarak ihtiyaçlara göre protagonistle ve grupla çalışmalar yürüten kişidir. Protagonistin sorununun çözümünde rehberlik eder. Bunu yaparken grubu protagonistin yararı için hazırlar ve harekete geçirir.
- **Grup:** Birliktelik, bir arada olmak anlamlarında kullanılmaktadır. Psikodramanın bir tanımı da grup içinde bireyin tedavisidir. Grup ayrıca bireyin mikro kozmosudur. Gruplar için doğal gruplar, oluşturulmuş gruplar ve tedavi grupları olarak ayrımlar yapılagelmiştir. Tedavi grupları burada özel olarak oluşturulmuş bir gruptur, psikodramanın da uygulandığı gruplardır. Bir psikodrama grubunun yeterli sayıda, ideal sayı 6-9, olması önemlidir (Özbek & Leutz, 2003: 71).
Grup içinde bireyler ait olma, güven, ciddiyet, ilgi alışverişi gibi koşulların varlığından beslenmektedir. Grupların bu özellikleri yanında iyileştirici faktörlerinden (yalnız olmadığını fark etmek, empatiyi deneyimlemek, yargılanmadan kabul edilmek gibi) bahsedilmektedir.
- **Yardımcı Egolar:** Protagonistin canlandığı sahnede rol alan, onun hayatında ilişkide olduğu kişilerin rolünde olan kişilerdir (Örneğin; protagonistin annesi, babası, patronu, eşi rolündeki grup üyeleri protagonistin yardımcı egolarıdır). Yardımcı egolar, protagonistin grup üyeleri arasından role seçtiği kişilerdir. Yardımcı egoların duygu, düşünce ve davranışları protagonistin gösterdiği biçimde canlandırması beklenmektedir. Böylece role giren yardımcı ego, protagonist için seçilen kişi olarak etkileşime geçer. Psikodrama grup terapisi oturumları üç bölümden oluşmaktadır. Bunlar: ısınma, oyun, görüşme evresidir.

- **Isınma:** Grubun bütünlüğünün sağlanması, yöneticiye, gruba güvenin ve üyeler arası ilişkinin kurulması bu evrede sağlanmalıdır. Grubun kuralları, normları grupla birlikte bu aşamada oluşturulur. Seçilecek konunun ve protogonistin kim olacağını grup üyelerinin birlikte belirlemesi aynı zamanda grubun duygusal olarak ortaklaşması için önemli olmaktadır.
- **Oyun:** Oyun (eylem), protogonistin grupla beraber ve seçtiği yardımcı egolarla birlikte kendi sahnesini kurduğu, eyleme geçildiği süreci anlatır. Burada psikodramatik tekniklerin çoğunun kullanıldığı ve artık dikey bir geriye doğru gidişle protogonistin sahnesinin canlandığı andır. Bu aşamada çoğu kez iç içe geçmiş birden fazla sahnenin canlandırıldığı görülür.
- **Görüşme:** Görüşme (paylaşım/ apanış) ilk olarak rol geri bildirimi yapılır, yani yardımcı egolar sahnede aldıkları rolde ne yaşadıklarını, nasıl hissettiklerini paylaşırlar. Daha sonra da rol özdeşim geri bildirimi yapılır. Grup üyelerinin canlandırmayı izlerken fark ettikleri kendi yaşantılarındaki benzerlikleri paylaşmaları istenir.

Psikodrama grup terapisi uygulamaları sırasında kullanılan çok sayıda teknikle çalışılmaktadır. Bu teknikler amaca uygun olarak yönetici tarafından uygun zamanda ve uygun şekilde kullanılmaları hâlinde son derece işlevsel olurlar. Bu tekniklerden en sık kullanılanları: rol değiştirme, eşleme, aynalama, boş sandalye, kendi kendine konuşma, heykelleştirme, yandan konuşma teknikleridir.

2.5.1. Psikodrama Grup Terapisi ve Benlik, İlişkisel Benlik

Psikodrama; kaygıyı, umutsuzluğu giderme, benlik saygısını artırma, iletişim, sosyal becerileri geliştirme, ölüm ve yas ile ilgili konuları ele alma, kriz ve bağımlılık, depresif ruh hâllerini hafifletme, sınav kaygısı, kanserle ve infertilitenin zorluklarıyla başa çıkmak gibi çok farklı alanda uygulanabilmektedir (Orkibi et.al., 2017: 1455; Gençtan, 2005: 86).

Psikodrama kişilerin becerilerini geliştirmede etkilidir, konu farkındalığı yaratabilir ve farklı yaş gruplarıyla çalışmak için uygundur. Dökmen; psikodramanın iç görü kazanma, gerçeklikleri test etme ve yeni fikirleri yaratmada işlevsel oluşuna dikkat çekmektedir.

Gökler ve Danışman'ın yaptığı araştırmalar psikodramanın grup üyeleri arasında iyileşmeyi kolaylaştırmak, umut aşlamak, olumlu değişimi teşvik etmek ve kişisel gelişimi desteklemek için etkili bir yaklaşım olduğunu göstermektedir. Özellikle psikodramanın eylem odaklı doğası, dramatik eylemlerde bulunarak iç görü sunduğu için onu önemli bir terapötik bileşen hâline getirir (2011: 7-28).

Psikodramada protagonist düşmanla gerçekte karşılaşır, bu karşılaşma sayesinde uygulanan tekniklerle yeniden yoğunlaşan duygular düşünme boyutunu aşmaktadır. Yoğun fiziksel ve zihinsel eylem, sadece zihinde değil aynı zamanda önemli kişilerle karşılaşarak ve onlar olarak (rol değişimi ile) belirli zaman ve yerdeki somut durumların canlandırılmasıyla kendini ve önemli diğerlerini benliğin parçası olarak yeniden konumlandırabilir. Protagonist yalnızca farklılıkları, uyumsuzlukları ve gücü yoğun bir şekilde hissetmekle kalmaz. Sahnede, burada ve şimdinin gerçeğinde yaşanan mücadeleler ve gerilimler; aynı zamanda uyum, benzerlikler ve eylem kimliğe canlı bir ilişkisel bileşen olarak katılır.

Literatürde ilişkisel benlik ele alınmamış olsa da benlik konusu çeşitli boyutlarıyla psikodrama kullanılarak çalışılmıştır. Hemşirelerle yapılan bir çalışmada, psikodramanın hemşirelerin kendilerini anlamalarına, başkalarının bakış açılarını keşfetmelerine ve kendi düşünceleri/duyguları ile hastalarınıninkiler arasında bağlantı kurmalarına yardımcı olduğu bulunmuştur (Ofraz et al., 2011: 569). Kuzey İtalya'da hafifletilmiş bir gözaltı kurumunda madde kullanımı bulunan katılımcılarla psikodrama çalışılmıştır. Çalışma sonucunda elde edilen nicel ve nitel bulgular psikodramanın bu hasta grubu için bir tedavi yöntemi olarak etkinliğini desteklemiş, psikolojik sıkıntıda azalma sağladığı ve buna bağlı olarak depresif, endişeli, fiziksel ve/veya travmatik semptomlarda azalma, hastaların genel, duygusal ve sosyal işlevlerinde görece bir artış olduğu bulunmuştur (Testoni et al., 2020: 8).

Şiddet mağduru adölesanlar ile TSSB'yi (Travma Sonrası Stres Bozukluğu) psikodrama yöntemi kullanarak çalışan araştırmacılar Moon Jung Hyun, Aejeong Park ve Eun Sil Kim psikodramanın taciz edici deneyimlerle karşı karşıya kalan ergenlerin kendilerini kurban yerine hayatta kalan olarak tanımaları, kaynaklarını deneyimlerinden keşfetmeleri ve yaşamlarını proaktif olarak sürdürmek için dayanıklılık sağlamalarında etkili bir terapi yöntemi olduğunu belirtmişlerdir (2021: 741-753). Literatürde farklı gruplarla ve sorunlarla psikodrama çalışılmış ve elde edilen sonuçlar kanıta dayalı olarak kendini ve çevreyle ilişkileri anlamada psikodramanın etkili bir yöntem olduğunu ortaya koymuştur.

2.5.2. Psikodrama Grup Terapisi ve Sosyal Kaygı

Psikodramada bazı kavramlar önem kazanmaktadır. Bunlar “empati, tele ve aktarımdır”. Eş duyum olarak da bilinen empati, içinde bulunulan duygu, düşünceye dâhil olarak kişiyi her yönüyle anlamaya çalışmaktır. Tele ise karşılıklı olarak hem pozitif hem de negatif tercihleri içerir. Psikodrama gruplarında, grup üyeleri arasında oluşan çekim ya da iticiliklerdir. Aktarım da geçmişte ilişki içinde olunan bireylerle kurulan ilişki temsillerinin bilinç dışında yeni kurulan ilişkilere aktarılması ile oluşmaktadır, genel olarak kişiler arası ilişkilerin bozulmasına neden olarak görülmektedir (Altınay, 2015: 285).

Psikodramada tele sayesinde tam bir karşılaşma içinde artan iç görüşü ve farkındalık ile kişilerde davranış değişiklikleri ortaya çıkmaktadır (Dökmen, 2013: 68). Psikodrama sosyal bilişsel teoriyle “rol kuramına” dayanır. Farklı roller içinde olan ve bu rolleri sergileyen birey, psikodramayla rollerini geliştirme olanağı kazanmaktadır ki bu bağlamda tıpkı bir ergenin birçok rolü deneyimlemesi gibi psikodrama sahnesinde kişi çok çeşitli rolleri deneyimleme fırsatı bulur. Hem içinde bulunduğu rolleri geliştirip değiştirir hem de yeni roller deneyerek rol kaynağını genişletir. Psikodramada kullanılan tekniklerden “*rol değiştirme*” tekniği ile empati ve iç görüşü geliştirir. Psikodramada deneyimlenen çeşitli roller gerçek hayatta da uygulandığından kişiye kendini rolde görme fırsatı sunmaktadır (A.g.e., 51).

Bir grupla psikodrama çalışırken grup üyelerinin spontan olmaları beklenir. Bu şekilde içinden geldiği gibi hareket etmek, kendiliğindenlik, bireylere hem yeni durumlara karşı hem de eski duygulara karşı yeni ve uygun tepkiler geliştirebilme imkânı sağlamaktadır.

Ayrıca sosyal bilişsel teori bağlamında deneyerek, gözlem yaparak hem kendini hem de grup arkadaşlarını fark ederek bir öğrenme sürecinden geçmektedir. Psikodramada genç; çeşitli rol denemeleri yapma fırsatı bularak, deneyimleyerek rolü öğrenir. Böylece tam da kimlik arayışındaki gencin ihtiyaç duyabileceği yeni rollerle karşılaşmasına izin veren bir ortam sağlamaktadır.

Psikodrama bir grupta çalışma yöntemi olduğundan grubun kendisi de SKB'nin tedavisinde başlı başına bir kaynak olarak kullanılabilir. Yurt içi ve yurt dışı literatür incelendiğinde psikodrama yönteminin sosyal kaygı üzerinde etkili olduğu sonucunu gösteren çalışmalar bulunmaktadır. Üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada psikodrama yönteminin sosyal kaygı üzerindeki etkisi incelenmiştir. Bu yarı deneysel ön ve son test araştırmasında deney grubuna on iki oturum 90 dakika psikodrama uygulanmış ve sosyal kaygının azaldığı bulunmuştur (Karimi, Karbalai & Rohani, 2023: 8). Bir diğer çalışma, üniversitede sunulan psikolojik hizmetlerin bir parçası olarak sosyal fobi belirtileri gösteren dokuz üniversite öğrencisiyle yapılmış; 21 oturum psikodrama yöntemiyle kontrol grupsuz çalışılmıştır. Sonuçlar sosyal fobi, kaygı ve kaçınma değerlerinde etkili bir azalma olduğunu göstermektedir (Şener, 2017: 151).

Başka bir çalışmada *“çocuk ve ergenlerde sosyal kaygı üzerinde ebeveyn etkisi, psikodrama kullanarak değerlendirilmesi ve yönetimi”* başlıklı araştırmada yüksek düzeyde kaygı bildiren katılımcılarla psikodrama kullanılarak çalışılmıştır. Sonuçta sosyal ve performans kaygı düzeylerinin azaldığı bulunmuştur (Akinsola & Udoka, 2013: 246-253). Petzold, kendi araştırmasında kıdemli katılımcılarının bir yıllık psikodrama sonucunda sosyal ilişkilerinde gelişme kaydettiğini bulmuştur (2002: 287-319). Başka bir çalışmada Schramski, Feldman, Harvey ve Holiman; yetişkin ıslahevi asistanları ile psikodramanın etkililiğini incelemişlerdir. Psikodramanın çevreye karşı davranışların geliştirilmesinde tedavi uygulanmayan kontrol grubundan daha etkili olduğu bulunmuştur (1984:133-147).

Sosyal kaygı bozukluğu tanısını karşılayan öğrencilerde psikodramanın sosyal kaygı, benlik saygısı ve psikolojik iyi oluş üzerindeki etkinliğini araştırmak amacıyla sosyal fobi tanılı 30 öğrenci ile çalışılmıştır. 15'er kişilik deney ve kontrol gruplarına anketler ön test, son test ve izleme olarak doldurulmuştur. Psikodrama 10 oturum uygulanmıştır.

Psikodramanın sosyal kaygı, benlik saygısı ve psikolojik iyi oluş son test ortalama puanlarının anlamlı bir etkiye sahip olduğu sonucu bulunmuştur. Psikodramanın sosyal kaygı bozukluğunun iyileştirilmesinde faydalı olabilecek teknik bir tedavi yöntemi olduğu açıklanmıştır (Mousavi, H. & Haghayegh, S. A., 2019: 22-30).

Bir başka çalışmada psikodrama ile kabul ve kararlılığa dayalı grup çalışması yöntemleriyle sosyal kaygı çalışılmıştır. Sonuçta psikodrama ve kabul ve kararlılığa dayalı grup terapisi uygulanan deney grubu, kontrol grubuyla karşılaştırıldığında sosyal kaygıyı azaltmada anlamlı etkiye sahip olduğu bulunmuştur. Psikodramanın terapötik etkilerinin etkinliği ve sürekliliği ile sosyal kaygı üzerindeki kabul ve kararlılığın tedaviye etkisi aynı olmuştur (Samadi, H., Mahdiyan, H. & Ghasemi, M., 2022: 641-654). Diğer bir çalışmada sosyal açıdan işlevsel olmayan üniversite öğrencileri psikodrama ile tedavi edilmiştir. Bu çalışmanın sonuçları da psikodramanın uyum, anti-sosyal, kaygı, kaçınma gibi bozuklukları ele almada etkililiğini ortaya koymaktadır (Hall, 2015: 66).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMA YÖNTEMİ

Araştırmada kullanılan karma modele ilişkin kavramların açıklanmasına, çalışma grubu, veri toplama araçlarının tanıtılmasına ve verilerin analizine bu bölümde yer verilmektedir.

3.1. Araştırma Modeli Olarak Karma Yöntemler

Bu araştırmada karma yöntem kullanılması tercih edilmektedir. Araştırma deseninin anlaşılır olması adına öncelikle karma yöntemin açıklanmasının önemli olacağı değerlendirilmektedir.

Karma yöntem araştırması terimi hem nitel hem de nicel verileri tek bir çalışmada eklemleyen araştırmayı ifade etmek için kullanılmaktadır. Nicel ve nitel verinin araştırmanın probleminde aranan cevapların haritasına göre bir araya gelmesi önem taşımaktadır. Bu açıdan karma yöntem araştırmaları, çoklu yöntem araştırmalarından ayrılmaktadır (Halcomb & Hickman, 2015: 41-47). Nicel ve nitel yöntemin araştırmacıya getirdiği üstünlük ve kısıtlamaları karşılaştırdığımızda, bir yöntemin zayıf olduğu tarafın büyük ölçüde diğer yöntemin güçlü olduğu tarafına karşılık gelebildiğini görmekteyiz. Öyleyse nitel analiz, nicel çalışmanın bağlamını kuvvetlendirebilir; ulaşılan ilişki bulgusunu derinleştirerek nedensellik bağı kurulmasına olanak sağlayabilir. Nicel analiz ise nitel çalışma bulgusunu çerçeveleyebilir ve genelleştirebilir. Karma yöntem, iki yöntemin de güçlü yönlerinden yararlanarak geçerli nedensel çıkarımlar yapabilme imkânı sunabilmektedir (Lieberman, 2005: 435-452). Karma yöntemin kullanıldığı araştırma yaklaşımında sorunu kapsamlı şekilde anlamak için iki tür veriye (nicel/nitel) ulaşılmasına olanak tanıyarak araştırmacının iki veriyi birleştirmenin potansiyel faydalarından yararlanacağı sonuçlar çıkarabilmesine olanak sağlamaktadır (Creswell, 2017: 218). Veri kaynağının yetersiz olduğu araştırmalarda araştırma bulgularının genellenebilirliğini test etmek için elde edilen sonuçların daha fazla tanımlanmasına ve açıklanmasına ihtiyaç duyulur. Bu nedenledir ki karma yöntemler daha kapsamlı bir anlayış sunabilmek adına niteliksel ve niceliksel veriler gibi farklı veri türlerinin bütünleştirilmesini içerir (Clark & Creswell, 2014: 364).

Çalışmada özellikle alternatif bakış açılarına bir arada yer vermek amacıyla karma yöntem kullanılmaktadır.

“Örneğin yapılan deneyin sonuçlarına nitel veriler eklenerek, müdahalenin etkisine derin bir anlayış için katkı verdiği ifade edilebilir. Yine bir siyasetçinin istatistikler yanında, seçmenlerin siyasi tercihlerine ilişkin öznel durumlarını öğrenmek istemesi karma modelle çalışmaya uygun olmaktadır. Öyleyse karma yöntem genel eğilimleri ve beraberinde ayrıntıları ortaya koymaya yarayan bir yöntem olarak değerlendirilmektedir”.

Araştırmacılar karma yöntemi, uygulama sahaları bakımından şu amaçlarla kullanmışlardır:

- *Nicel verilerden sayısal eğilimleri ve nitel verilerden belirli ayrıntıları birleştirerek araştırma problemini daha iyi anlamak,*
- *Mevcut araçların kullanımı veya yenilerinin geliştirilmesi yoluyla sonradan ölçülebilecek değişkenleri/yapıları belirlemek,*
- *Nicel yöntemle elde edilen verileri nitel yöntemle zenginleştirmek,*
- *Marjinalize edilmiş veya yeterince temsil edilmemiş bireylerin ya da birey gruplarının ihtiyaçlarını iletmek (Hanson, Creswell, 2005: 226).*

Karma yöntemin karmaşık yapısı nedeniyle çeşitlilikler gösterdiğine değinmektedir. Creswell’e göre, karma yöntem türlerinin ayrışmasını açıklayıcı varsayımlar aşağıda verilmiştir:

- *Araştırmacının bir yöntemin bulgularını başka bir yöntemle detaylandırmak veya genişletmek amaçlı olacak şekilde sıralı prosedürlerle çalışmak mümkündür.*

Bu keşif amacıyla nitel bir yöntemle başlamayı; ardından araştırmacının sonuçları bir popülasyona genelleyeabilmesi için büyük bir örnekleme, nicel bir yöntemle devam etmeyi içerebilir. Ya da çalışma, teorileri ve kavramların test edildiği nicel metodolojiyle önce çalışılabilir; ardından içerisinden seçilen kişilerle uygulanacak nitel metodolojiyle devam edebilir.

- *Araştırma sorununun daha ayrıntılı analizini yapmak için araştırmacının nicel ve nitel verileri birleştirdiği prosedürlerle eş zamanlı olacak şekilde çalışmak mümkündür.*

“Karma yöntemin uygulanması durumunda araştırmanın modeli ve örneklem seçimiyle çalışma başlamaktadır. Creswell (2014) karma yöntem modeline karar verebilmek için şu önermelerden bahsetmektedir”:

- *Bir veri setinde nicel ve nitel verileri modüle ederek sağlanan entegrasyon, diğer veri setinin doğruluğunu (geçerliliğini) test etmek amacıyla kullanılabilir.*
- *Bir veri seti, diğer veri setini açıklama hususunda destekleyici olabilir ve bir veri seti, diğer veri setinden farklı soru türlerinin keşfedilmesini sağlayabilir.*
- *Ölçme araçları çalışma alanı için uygun bulunmaması hâlinde farklı setler kullanılabilir.*
- *Bir veri seti diğer veri setinin üzerine montajlanabilir ve boylamsal bir çalışma sırasında bir veri seti başka bir veri setiyle yer değiştirebilir (Creswell, 2014: 43).*

Karma yöntemlerde çoğunluk esas öge olarak zaman oryantasyonu kullanıldığı görülmektedir. “Zaman bakımından araştırmanın nicel ve nitel kısımlarının eş zamanlı ya da birbiri ardına -sıralı bir biçimde- uygulanıp uygulanmadığını ifade etmektedir”. Araştırmacının karma yöntem modeli uygulayacak olması halinde aşamaları aynı zamanda mı yoksa arka arkaya mı gerçekleştireceğini belirlemesi gerekmektedir. Sıralı karma model ilk olarak yürütülen nicel aşamayı, sonrasında ise nitel aşamayı veya bunun tersi bir biçimde sıralamayı da içerebilmektedir. “Eş zamanlı karma model kullanıldığında bir aşamadan toplanan veriler, çalışmanın sonunda gerçekleşen veri yorumlama aşamasına kadar diğer aşamada toplanan veriler ile karma hâle getirilmektedir” (Collins, Onwuegbuzie & Jiao, 2006: 88).

Mertens (2005), “paralel ve ardışık veri toplama biçimlerini tasarım modellemelerine ekler ve bunları şöyle tanımlamaktadır”:

- *Eş Zamanlı / Paralel Form: İki tür veri toplanıp analiz edilir ve eş zamanlı karma yöntem/ model tasarımlarıdır.*

- *Sıralı Form: Bir veri türünün, başka türdeki verinin toplanmasına temel sağlayan tasarımlardır (2005: 292).*

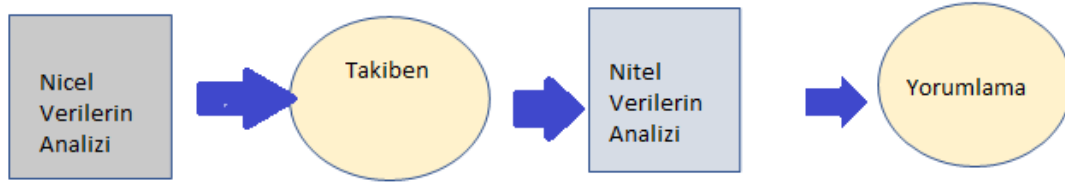
Teddlie ve Tashakkori (2009) ise, “karma model tasarımları eş zamanlı/paralel ve sıralı hibrit tasarımlar olarak ayırmaktadır”:

- *Paralel karma modeller, eş zamanlı tasarımlar olarak adlandırılırlar. Çalışmanın nicel ve nitel kolları eş zamanlı biçimde ilerler. Yaklaşık olarak aynı zamanda başlar ve biter. Nitel ve nicel aşamalar aynı temel araştırma sorusunun ilgili taraflarını cevaplamak için planlanmış ve uygulanmaktadır.*
- *Sıralı karma modeller, çalışmanın nicel ve nitel aşamaları kronolojik olarak sıralanmaktadır. Bir zincirin soruları veya prosedürleri bir önceki zincirden kaynaklanabilir veya ona bağlanabilir. Nitel ve nicel aşamaları için araştırma soruları birbiriyle ilişkilidir ve çalışma geliştikçe farklılık gösterebilirler (2009: 125).*

3.2. Araştırma Modeli

Çalışmada niceliksel ve niteliksel araştırma metodolojisini birleştiren karma araştırma modeli kullanılmıştır. Karma araştırma metodolojilerinden açıklayıcı sıralı model kullanılmaktadır. Açıklayıcı sıralı model tasarımı, araştırmanın ikinci aşamasına yönelik sorunsalın birinci aşamanın çıkarımlarıyla birlikte tartışabilmeye olanak sunmaktadır. Çalışmada birinci aşamada nicel bir yaklaşım benimsenerek araştırma hipotezleri sınanarak bulgulara ulaşılmaktadır. Araştırmanın bu ilk basamağında nicel boyutta yarı deneysel model kullanılarak ilerleme sağlanmaktadır. İkinci aşama açıklayıcı kısım olarak araştırmaya katkı sunabilecektir. Yeni veriler ve çıkarımları içeren nitel bir yaklaşımla nicel bulgulara daha bütünsel ve açıklayıcı katkı sunabilmek amaçlanmaktadır.

Araştırma tasarımında kullanılan açıklayıcı sıralı karma model aşağıda Şekil 3.1’de gösterilmektedir:



Şekil 3.1: Açıklayıcı Sıralı Model (The Explanatory Sequential Desing)

Kaynak: Creswell, 2014.

Araştırmada açıklayıcı sıralı karma model kullanılarak nicel boyutta koruma altında bulunan gençlerin sosyal kaygılarını azaltmak ve ilişkisel benlik durumlarını desteklemek için psikodrama grup terapisi yönteminin uygulanması ve nitel boyutta koruma altında bulunan gençlerin öznel yaşantı deneyimleri aracılığıyla araştırma alanına daha geniş bir bakış için katkı sunmak amaçlanmaktadır.

Araştırmanın nicel boyutuyla elde edilecek bulgular koruma altında bulunan gençlerin sosyal kaygı ve ilişkisel benliklerine uygulanacak psikodrama grup terapisinin etkililiğini, nitel boyutta problem konusuna daha geniş bir anlayış sağlamak amacıyla koruma altındaki gençlerin sosyal kaygı ve ilişkisel benlik ve psikodrama deneyimlerini, fenomenler bağlamındaki öznel yaşantılarının anlaşılır kılınması adına açıklayıcı sonuçlara ulaşmaktır.

Bu bağlamda sıralı bir araştırma çizgisi üzerinden çalışma sürdürülmektedir. Sıralı karma modelde nicel boyutla başlayan çalışma, zaman planında nitel boyutla çalışma biçiminde devam etmektedir. Açıklayıcı sıralı model uygulandığından ve nicel boyutta deneysel çalışma modeline vurgu daha yoğun yapılmış olacağından çalışmada sıralı karma model üzerinde yapılan, araştırma kollarında vurgunun nicel kolda daha fazla ağırlık gösterdiği bir modelin seçilmiş olduğunu söyleyebiliriz.

Çalışmanın nicel yapısı itibarıyla deneysel bir tasarım olarak, nitel yaklaşımların işlevselliğinden faydalanmak ve nicel çalışmanın sınırlı örneklem gücünü nitel yaklaşımın özgün yanıyla da desteklemek amacıyla sıralı karma model tasarımını kullanmanın çalışma için işlevsel olacağı düşünülmektedir.

Araştırmanın nicel boyutunda örneklemin tamamına araştırma ölçeklerinden “*Ergenler İçin Sosyal Kaygı Ölçeği*” uygulanarak ölçekten alınan puanlara göre bir sıralama yapılacaktır. Sosyal kaygı puanı yüksek ve araştırma ölçütüne uygun gençler arasından rastlantısal olarak seçilenlerle deney ve kontrol gruplarına atama yapılacaktır. Grupların belirlenmesinin ardından deney grubuyla psikodrama grup terapisi yöntemiyle çalışılacaktır. Nitel boyutta koruma altında bulunan ve deney grubunda yer alan gençlerden gönüllü olanlarla derinlemesine görüşme yapılacağından yaşanmış ortak deneyimleri tanımlayan fenomenolojik araştırma deseni kullanılmıştır.

Araştırmanın kontrol grubuna ise hiçbir müdahalede bulunulmamıştır. Her iki gruba (deney ve kontrol) “*İlişkisel Benlik Ölçeği*” ve “*Ergenler İçin Sosyal Kaygı Ölçeği*” çalışmanın başında ve sonunda uygulanacaktır. Deney grubunda kontrol grubuna göre ilişkisel benlik ve sosyal kaygı değişkenlerinde ortaya çıkacak farklılık, uygulanan psikodrama grup terapisinin etkisiyle açıklanacaktır.

Nicel boyutta deneme modellerinden yarı deneysel model kullanılmaktadır. Bu modelde araştırmanın katılımcıları belli koşulları (eğitim, engel durumu vb. gibi) sağlama ölçütleri dikkate alınarak seçilmektedir (Sani & Todman, 2006: 86-154). Çalışmanın nicel boyutunda yarı deneysel model kullanıldığından deney ve kontrol gruplarına atanabilmek için bazı ölçütlerin sağlanması istenmektedir. Kullanılacak müdahale yönteminin ve çalışılan örneklem grubunun özelliği bu ölçütlerin belirlenmesinde etkili olmaktadır. Deney grubu ile psikodrama grup terapisinin kullanılacak olması, planlanan etkinliklerde kâğıt kalem çalışmalarının bulunması, eylemin fazla olduğu rol playinglerin yer alması, sahnelemeler ve imajinasyonlar kullanılacağı için katılımcıların zihinsel, bedensel engellerinin olmaması ve en az ilkökul eğitimini tamamlamış olmaları beklenmektedir.

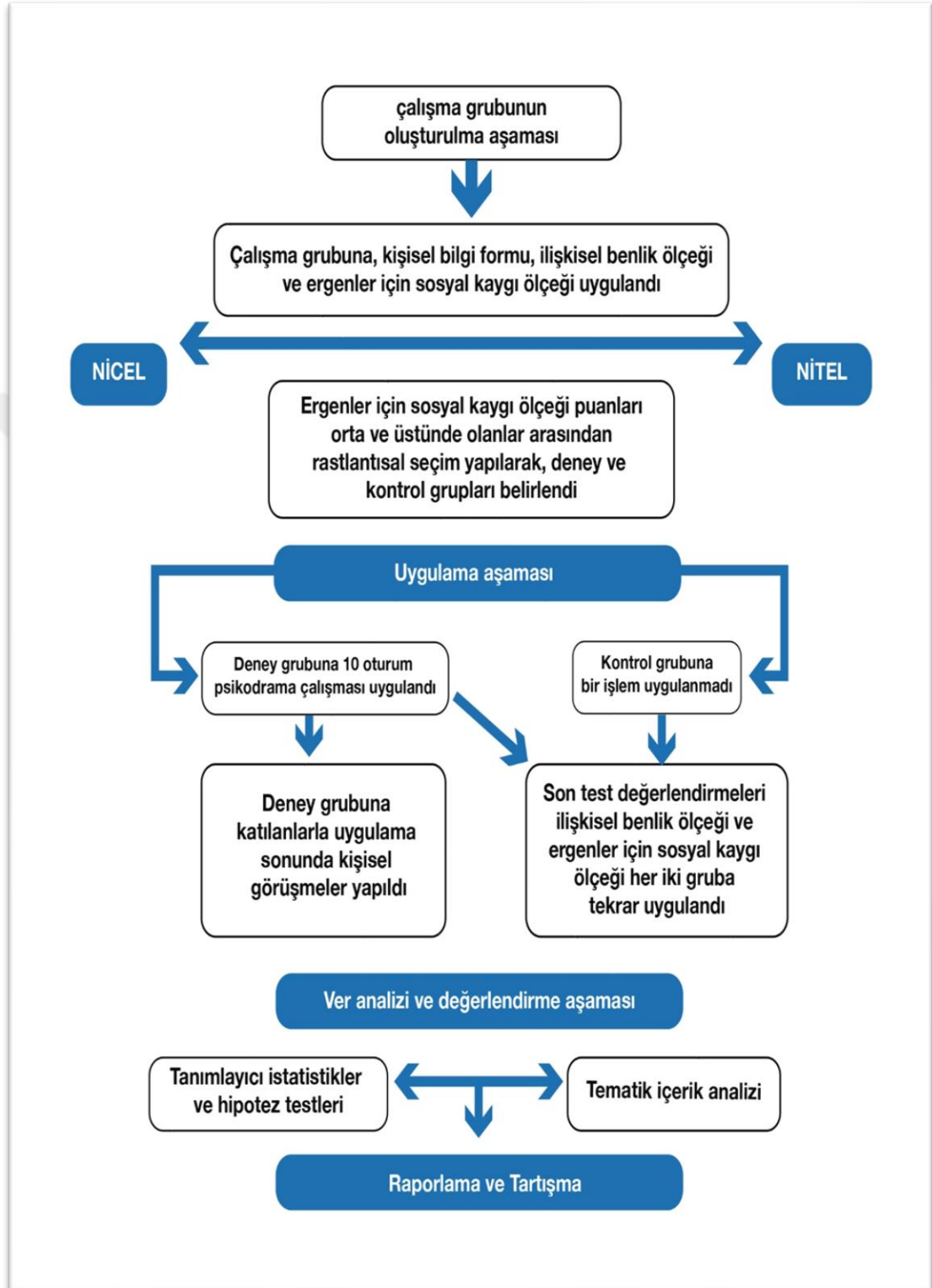
Çalışmanın nitel boyutunda gençlerin ilişkisel benlik, sosyal kaygı ve psikodrama grup terapisi süreci yaşantıları üzerinden derinlemesine görüşmeler yapılacaktır.

Araştırmanın yarı deneysel modeli gereği sınırlı katılımcıdan elde edilen nicel bulgulara nitel bulgularla katkı, destek sunmak ve fenomenolojik bir vurguya alan açılmasını sağlamak amacıyla bu çalışmada nicel kısmın baskın konumda olduğu açıklayıcı sıralı karma yöntemin kullanılması tercih edilmektedir (Balcı, 2022: 42).

Bu amaçla araştırmanın nitel boyutunda fenomenolojik yöntem kullanılmıştır. Fenomenografik araştırma bireylerin bir olgunun belirli bir yönünü deneyimleme, yorumlama, anlama veya kavramsallaştırma yollarını tanımlamayı amaçlar (Çepni, 2007: 84). Esasen fenomenografik araştırmanın amacı, farklı fenomenlerin değişen anlayışlarını niteliksel olarak aydınlatmak ve ortaya çıkan kavramlara dayalı olarak bunları sistematik olarak kategorize etmektir (Ashworth & Lucas, 1998: 415-431). Nitel araştırmalarda veriler gözlem, görüşme, odak grup görüşmesi ve doküman incelemesi gibi yöntemlerle toplanır. Bu araştırmada nitel verilerin toplanması için görüşme yöntemi kullanılmış ve çalışmanın sonunda deney grubuna katılmış ve gönüllü olan on iki (12) katılımcı ile derinlemesine görüşme yapılmıştır.

Niceliksel istatistikî bulgular ve koruma altındaki gençlerin deneyimlerinden oluşan niteliksel kod, kategori ve temalarla birlikte yorumlama yapılmaktadır. Araştırma bulguları (nicel ve nitel) ayrı ayrı verildikten sonra tartışma bölümünde birlikte karmalanarak ilerlenecek ve yorumlanacaktır.

Araştırma modeli aşağıda Şekil 3.2’de gösterilmektedir:



Şekil 3.2: Araştırma Modeli

3.3. Araştırmanın Grubu

Türkiye’de çocukların korunması ve sağlıklı bir ortamda gelişimlerini sürdürebilmeleri için gerekli mekanizmaları oluşturma ve yürütme görevi Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığına verilmiştir. Çocukların bakım ve korunma sorumluluğunu kamu adına Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığına bağlı kurumlar olan “*sevgi evleri, çocuk evleri, çocuk evleri sitesi*” olarak isimlendirilmiş, yaş ve cinsiyet durumuna göre ihtisaslaşmış kurumlar üstlenmektedir. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığına bağlı olarak faaliyet gösteren yatılı olan ve 13 yaş üstü gençleri koruma görevi üstlenen, çocuk evleri sitesi adıyla bilinen kurumlardır.

Çocuk Evleri Sitesi: Korunma ihtiyacı olan çocukların bakımlarının sağlandığı aynı yerleşkede bulunan birden fazla ev tipi sosyal hizmet biriminden oluşan kuruluşlardır (Resmî Gazete. 31945, 6 Eylül 2022).

İstanbul’da koruma altındaki 13 yaş ve üzeri erkek gruba yatılı hizmet veren iki kurum bulunmaktadır. Ancak araştırmanın planlama aşamasında bu kurumlardan birinin kapatıldığı öğrenilmiştir. Bu nedenle hizmetine devam eden çocuk evleri sitesinde bakım ve koruma altında bulunan 73 genç çalışmanın evrenini oluşturmuştur. Örneklem grubundaki gençler arasından amaca uygun ölçütleri karşılayan katılımcıların seçilmesiyle 30 kişi örnekleme oluşturmuş ve çalışma grubu belirlenmiştir. Çalışmada psikodrama grup terapisinin uygulanacak olması, araştırmacının ölçütleri belirlemede referans olmaktadır. Bu nedenle araştırmada çalışma grubunun belirlenmesinde ölçüt örnekleme yöntemi kullanılmaktadır.

Araştırmaya/gruba alınma ölçütleri:

- En az ilkokul düzeyinde eğitim sahibi olmak,
- 13-18 yaş aralığında olmak,
- ESKÖ (Ergenler için sosyal kaygı ölçeği) ölçeğinden aldığı puana göre sosyal kaygı puanının orta ve üstü olmak

Araştırmaya / gruba alınmama ölçütleri:

- Ağır kişilik bozukluğu, psikotik bozukluğu, zekâ geriliği ya da engellik durumunun olması.

Araştırmaya katılma ölçütlerinden olan sosyal kaygı düzeylerinin belirlenmesi amacıyla mahremiyet koşullarına bağlı kalınarak çalışma grubunu oluşturan çocuk evleri sitesinde kalmakta olan gençlere uygulanan ergenler için sosyal kaygı ölçeğinden aldıkları puanlar sıralanmış, orta üstü puan alan gençler arasından deney ve kontrol gruplarına atama yapılarak çalışma grupları oluşturulmuştur. Rastlantısal olarak 15 kişi deney grubuna, 15 kişi de kontrol grubuna atanmıştır. Deney grubuna 10 oturum psikodrama grup terapisi uygulanmış, grubun sonunda gönüllülük esasına bağlı kalınarak 12 gençle derinlemesine görüşme yapılmıştır. Kontrol grubuna ise hiçbir işlem uygulanmamıştır.

Araştırma uygulamasının özeti aşağıda Tablo 3.1’de gösterilmektedir.

Tablo 3.1: Yarı Deneyisel Uygulama Görünüm

GRUPLAR	ÖNTEST	İŞLEM	SONTEST	İŞLEM
DENEY GRUBU	Kişisel Bilgi Formu İBÖ ESKO Ölçekleri Uygulandı	Psikodrama Grup Terapisi Uygulandı (10 Oturum)	İBÖ ESKO Ölçekleri Uygulandı	Derinlemesine Görüşme (Gönüllü 12 Üye ile Görüşüldü)
KONTROL GRUBU	Kişisel Bilgi Formu İBÖ ESKO Ölçekleri Uygulandı	---	İBÖ ESKO Ölçekleri Uygulandı	

3.4. Veri Toplama Araçları

Çalışmanın nicel boyutu için kişisel bilgi formu, ilişkisel benlik ölçeği, ergenler için sosyal kaygı ölçeği kullanılarak veriler toplanmıştır. Nitel boyut için de yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılarak veriler toplanmıştır. Ayrıca araştırmada uygulanacak olan psikodrama grup terapisi için 10 oturumdan oluşan haftalık uygulama planı taslağı çalışmaya başlamadan hazırlanmıştır. Psikodramanın spontanlık ilkesi gereği uygulama planının esnek olması nedeniyle çalışma planı taslak olarak çalışmanın amacına hizmet etmektedir. Haftalık olarak hangi ısınma oyunları ve etkinliklerin uygulanacağını belirlemek için çalışma öncesinde yapılan literatür incelemesi ışığında söz konusu taslak hazırlanmıştır (Bkz., Ek 5).

3.4.1. Nicel Boyutta Kullanılan Veri Toplama Araçları

Araştırmanın nicel verilerini toplamak için kullanılan kişisel bilgi formu ve ölçekler aşağıda açıklanmaktadır.

3.4.1.1. Kişisel Bilgi Formu (EK 1)

Gençlerin demografik bilgilerine ulaşmak için “*Kişisel Bilgi Formu*” kullanılmaktadır. Kişisel Bilgi Formu araştırmacı tarafından ilgili literatür okumaları sonrasında hazırlanmıştır ve toplamda 13 sorudan oluşmaktadır.

Yaş, doğum yeri, gittiği/devam ettiği okulun niteliği, başarı durumu, kardeş sayısı, anne-babanın hayatta olma durumu, anne-babanın birliktelik durumu, koruma altına alınma yaşı, sosyal etkinliklere katılım durumu, arkadaş grubuna sahip olmak, kendini beğenme durumu, karşı cinsle duygusal arkadaşlık yaşama durumu soruları Kişisel Bilgi Formunda yer almaktadır.

3.4.1.2. İlişkisel Benlik Ölçeği (Ek 2)

Yedili likert modelinde olan bu ölçek, ilişkisel benlik düzeyini belirlemeyi amaçlayan bir ölçektir (Cross, Bacon & Morris 2000: 399-418). Test-tekrar test güvenirliği iki aylık örnekleme 0.63 ile 0.7, bir aylıkta ise 0.74 ile 0.76 bulunmuştur. Türkçe geçerlik güvenirlik çalışması, Öztürk, Gökoğlu ve Karagonlar tarafından gerçekleştirilmiştir (2015: 49-70).

Özgün hâlinde iken Brewer, Gardner (1996), Cross ve diğerleri tarafından bir faktör altında açıklanmışsa da Türkçe için uyarlaması yapıldıktan sonra iki faktörlü hâliyle kabul edilmiştir (A.g.e., 399-418).

Türkçe uyarlamasında ölçek özdeşleşme ve yansıma boyutlarıyla ortaya konmuştur. Ölçekte 3. maddenin faktör yükü düşük olduğundan dâhil edilmemiştir, toplamda 10 maddeden meydana gelmektedir. Ölçeğin 7. maddesi ise ters sorudur. Test-tekrar test güvenilirliği sonuçları (A.g.e., 49-70), özdeşleşme için güvenilirlik oranı 77 ile 74; yansıma için ise 81 ile 80 arasında olarak bildirilmektedir.

Ölçekten elde edilen puanın yüksekliği, bireyin yakın ilişkide bulunduğu kişilerle olan özdeşleşme düzeyini ifade etmektedir. Bu ilişki güçlü veya bağımlılık yüksek olduğunda kişinin başkalarıyla özdeşleşme derecesi de yüksek olmaktadır. Özdeşleşme anne, baba, öğretmen gibi rollere bağlı olabileceği gibi güçlü olmak, başarılı olmak gibi önemli bulunan özellikler aracılığıyla gerçekleşmektedir (Sluss & Ashforth, 2007: 9-32). Yüksek özdeşleşme, aynı zamanda başkalarını dikkate alma ve uyma davranışlarının daha fazla sergilenmesini sağlamaktadır (Jetten, Postmes & McAuliffe, 2002: 189-202).

Ölçeğin diğer boyutu yansıma, üç maddeden oluşmaktadır. Maddeler incelendiğinde ilişkisel benliğin önemli diğerleriyle etkileşimden kaynaklanan bir yansıma şeklinde değerlendirildiği anlaşılmaktadır. Yansıma, burada ilerleyişe vurgu yapmaktadır. Bu süreçte “*benlik başkalarıyla etkileşim ve bu etkileşimden gelen yanıtlarla*” açıklanmaktadır. Başarılı bir yansıma söz konusu olduğunda diğer kişiler, benliğin bir parçası hâline gelmektedir ve bu bize kişinin kimliği hakkında bilgi sunmaktadır. Ancak bu süreç gerçekleşmezse daha fazla ayrışma yaşanmaktadır. Yansımanın yüksekliğinde ilişkinin yüksek olması beklenirken yansımanın düşük olması ayrışmaya, hatta bireyselliğe doğru bir süreçte işaret etmektedir. (Brewer & Gardner, 1996: 83-93).

3.4.1.3. Ergenler İçin Sosyal Kaygı Ölçeği (Ek 3)

La Greca ve Lopez N. tarafından geliştirilen ESKÖ (Ergenler için Sosyal Kaygı Ölçeği), çocuklar için geliştirilen ÇSKÖ-R (Çocuklar İçin Sosyal Kaygı Ölçeğinin gözden geçirilmiş versiyonu) ölçeğinin ergenlere uyarlanması sonucunda ortaya çıkmış (1998: 83-94), Türkçe uyarlaması Aydın ve Tekinsav-Sütçü tarafından yapılmıştır (2007: 79-89).

ESKÖ'nün geçerlik ve güvenilirliğini belirlemek için yapılan araştırmaların bazılarında yaş aralığı geniş tutulmuş (12-18 yaş), bazılarında ise daha dar (15-18 yaş) bir yaş aralığında uygulandığı görülmüştür. “*Ergenler İçin Sosyal Kaygı Ölçeği*” 22 maddeden oluşan ve 5’li likert tipinde bir ölçektir. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır:

Ölçek, 3 alt boyuttan oluşmaktadır: 1. Boyut “Olumsuz Değerlendirme Korkusu” (ODK), 2. Boyut Genel Durumlarda Sosyal Kaçınma ve Huzursuzluk Duyma” (G-SKHD), 3. Boyut “Yeni Durumlarda Sosyal Kaçınma ve Huzursuzluk Duyma” (Y-SKHD).

Ölçeğin toplam Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı 0.88’dir. ODK alt ölçeği için güvenilirlik katsayısı 0.83, Y-SKHD alt ölçeği için 0.71 ve G-SKHD alt ölçeği için 0,68 olarak bildirilmektedir. Yapılan çalışmada ölçeğin toplam Cronbach alfa katsayısı 0,87 olarak bulunmuştur. Bu katsayı bize ölçeğin mükemmel derecede güvenilir sonuçlar sağladığına işaret etmektedir.

3.4.2. Nitel Boyutta Kullanılan Veri Toplama Araçları

“*Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu*” kullanılarak çalışmanın nitel verilerine ulaşılmıştır. Araştırmacı tarafından ilgili literatür kaynakları inceledikten sonra hazırlanan Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu toplamda 8 soruyla sınırlandırılmıştır. Özellikle gençlerin uzun soruları cevaplamaktan sıkılmaları da göz önünde bulundurularak soru sayısından ziyade anlatılar sırasında derinleşme sağlamak amaçlanmıştır. Yarı yapılandırılmış görüşme formu aşağıda tanıtılmaktadır.

3.4.2.1. Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu (EK 4)

Derinlemesine görüşmenin fenomenler çerçevesine bağlı kalınarak yürütülebilmesi amacıyla 3 soru sosyal kaygıya ve deneyimlere dair, 4 soru benlik ve ilişkisel benliğin açıklanması, 1 soru da psikodrama deneyimleri hakkında olmak üzere toplamda 8 sorudan oluşturulan “*Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu*” dur.

Görüşme Formu hazırlanırken sosyal kaygı ve ilişkisel benlik çalışmalarını kapsayan literatür incelenmiştir. Sınırlı sayıda sorudan oluşan formda koruma altında bulunan gençlerin anlatılarını/aktarımlarını kolaylaştırmak ve görüşmenin çerçevesini belirlemek esas amaç olarak gözetilmektedir.

Bunun yanında psikodrama grup terapisi uygulamasının gençler için anlamını ortaya koymak amacıyla da gençlerin psikodrama deneyimlerine ilişkin görüş ve önerilerine de yer verilmiştir.

3.5. Psikodrama Grup Terapisinin Uygulanması

Çalışmanın başında Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığından uygulama izni alındıktan sonra kurum ziyaretleri yapılmıştır. Uygulamanın nasıl, nerede, hangi zaman aralığında yapılacağı konularında kurum yetkilileri ile görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Bu amaçla kuruma 3 kez ziyaret düzenlenmiştir. Kurum görüşmeleri ilk ziyarette kurum müdürü, diğer ikisinde müdür yardımcısı ve sosyal servis çalışanlarıyla yapılmıştır.

Yapılan görüşmelerde kurumdaki gençlerin tümünün eğitim çağında olması nedeniyle gündüz saatlerinde okulda oldukları ve hafta sonlarında ise genellikle izinli olarak dışarı çıkmayı tercih ettikleri bilgisi edinilmiştir. Bu koşullarda en uygun zaman olarak psikodrama uygulamasının hafta içinde ve akşam saatlerinde, haftada bir gün yapılması kurum yetkilileri ile ortaklaşa olarak kararlaştırılmıştır. İlk görüşmede kurum idaresi tarafından kütüphane odasında çalışmanın yapılması önerilmiş ve ilk iki oturum, kurum kütüphanesinde yapılmıştır. Ancak burada alanın sınırlı/küçük olması nedeniyle daha sonraki oturumların kurum yemekhanesinde (akşam saatlerinde boş olduğundan) yapılması uygun bulunmuştur.

Araştırma ölçeklerinin uygulanması, araştırmacı tarafından; gençler okuldan döndüklerinde ve genellikle akşam saatlerinde kuruma gidilerek uygulanmıştır. Ölçek ön testlerin uygulanması süreci aynı zamanda gençlerle tanışma, onlarla ilişki kurma amacıyla da işlevsel olarak deneyimlenmiş; çoğu genç ile tanışıklık ve diyalog gelişmiştir. Kurum çalışanları ile yapılan görüşmeler ön testlerin uygulaması ve grup çalışmasının planlanması bir aylık (Şubat 2022) sürede tamamlanmıştır.

Deney grubuna psikodrama grup terapisi, Abdülkadir Özbek Psikodrama Enstitüsünden psikodramatist diploması bulunan araştırmacı tarafından uygulanmıştır. İkinci oturumdan itibaren bir klinik psikolog yardımcı terapist olarak destek vermiştir ve gruplar birlikte yürütülmüştür.

Özellikle yardımcı terapist grup sürecini gözlemleyerek ve not alarak katkı sunmuştur. Aynı zamanda uygulamanın koruma altında bulunan erkek ergen grubu ile yapılması nedeniyle yardımcı terapistin de erkek olması grup üyeleri için abi/ baba rol modeli olarak işlev görmüştür.

Kurum ortamında sürekli bir arada olan gençlerin özellikle grup kurallarına uyum sağlamada zorluk yaşadıkları, bu durumun grup sürecini zaman zaman yavaşlattığı gözlemlenmiştir. Gruba özellikle grup gizliliği, iletişim dili, alaycı ve yargılayıcı konuşmadan kaçınma gibi kurallar belirli aralıklarla vurgulanmış ve grup üyelerine hatırlatılmıştır. Gençler, kendi aralarındaki iletişimlerinde çok fazla alaycı ve yargılayıcı ifade kullandıkları için en fazla bu kurallara uymada grup üyeleriyle karşı karşıya kalınmış ve tekrarlayan hatırlatmalar yapılmıştır.

Psikodrama grup terapisi gibi grup çalışmalarında açıklanan nedenlerle mutlaka yardımcı terapistle, mümkünse farklı cinsiyetten yardımcı terapistlerle çalışmak; grubun izleminde ve sürecin akışında kolaylaştırıcı rol oynamaktadır.

Psikodrama grup terapisi uygulamasında aşağıdaki tekniklerden yararlanılmıştır:

- Isınma,
- Grup oyunları,
- Durum canlandırma,
- Rol playing,
- Eşleme,
- Rol değiştirme,
- Artı gerçeklik,
- Somutlaştırma/İmgeler kullanma,
- Sembolizasyon ve hikâyeleştirme.

10 Oturum olarak uygulanan gruplarda oturumların temaları aşağıdaki şekilde planlanmıştır:

- Grupla karşılaşma,
- Grup normlarını oluşturma/ Gruba güven,
- Grup kohezyonunu çalışmak/ Gruba güven,
- Sorunlar/ İletişim kalıplarıyla karşılaşma,
- Sorunlar ve kaygı durumlarını çalışma,
- Toplumsallaşma/ Öz denetimin farkındalığı,
- Olumlu-olumsuz duygularla karşılaşma,
- Kendini tanıma, kişiler arası bağlantılar/ İç-dış kaynaklar,
- Değerlendirme/ Grup deneyimi/ Grupla vedalaşma.

Gençlerin mahremiyet ve gizliliğini sağlamak için grup üyelerinin isimleri yerine kodlama yapılarak kullanılmıştır. Her grup üyesine bir kod tanımlanmış ve araştırma boyunca bu kodlar kullanılmıştır. Psikodrama grup terapisi uygulamasının 10 oturumluk çalışma özeti ekler bölümünde verilmiştir (Bkz., Ek 6).

3.6. Süre ve Olanaklar

Araştırmanın başlaması için ilk olarak etik kurul izni 27.08.2021 tarihinde Sabahattin Zaim Üniversitesi Rektörlüğü Etik Kurul Başkanlığından alınmıştır. Araştırmanın bir kamu kurumunda yapılacak olması nedeniyle Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığından 03.01.2022 tarihinde uygulama yapılmasına dair onay alınmıştır. Kurum ziyaretleri Şubat 2022’de başlatılmıştır. Psikodrama grup çalışması ise Mart/Haziran 2022 tarihleri arasında gerçekleştirilmiştir. Psikodrama grup çalışması uygulaması çocuk evleri sitesi içerisinde kurum yetkilileri tarafından uygun görülen ve akşam saatleri kullanılmayan kurum yemekhanesinde yapılmıştır. Çalışmanın maliyeti araştırmacı tarafından kendi olanakları ile karşılanmıştır.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMA BULGULARI

Araştırma modeli olan sıralı karma modele uygun olarak bu bölümde toplanan veriler, sırasıyla analiz edilmektedir. İlk olarak nicel boyutta elde edilen verilerin analiz edilmesi için SPSS 25 (Statistical Package for the Social Sciences 25) istatistik programı kullanılmış, ikinci olarak nitel veriler için MAXQDA22 (Qualitative Data Analyse 22) programı kullanılmıştır.

Yapılan analiz sonuçları nicel bulgular ve nitel bulgular şeklinde sırasıyla aşağıda verilmiştir:

4.1. Araştırmanın Nicel Bulguları

Bu bölümde koruma altında bulunan ve araştırma grubuna alınan gençlerin demografik özelliklerine ait genel bilgilerin verilmesinin ardından hipotez testlerinin analizine yer verilmektedir.

İlk olarak verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini anlamak amacıyla normallik testleri yapılmıştır. Yapılan testlerde veriler normal dağılım gösterdiğinden parametrik testlere gidilmektedir. Demografik bulguların sunumunda yüzde, frekans dağılım tabloları ve araştırma hipotezlerinin analizi için “*t testi*” kullanılmıştır.

4.1.1. Normallik Testleri

Araştırma değişkenlerinin normallik sayıltısını karşılayıp karşılamadığını görmek amacıyla “*çarpıklık ve basıklık değerleri*” ve “*Kolmogorov-Smirnov/ Shapiro-Wilk*” testleri yapılmıştır. Elde edilen sonuçlar ölçeklerin normal dağılım sergilediği, alt ölçeklerde normalliği karşılamadığını göstermektedir. Ölçekler normal dağılım gösterdiğinden parametrik testlere gidilmiştir.

Çarpıklık basıklık değerleri, gözlenen en düşük ve en yüksek değerler, ortalama ve standart sapma değerleri aşağıda Tablo 4.1’de verilmektedir.

Tablo 4.1: İlişkisel Benlik Durumu ve Sosyal Kaygı Düzeylerine İlişkin En Düşük-En Yüksek Değerler/ Ortalama-Standart Sapma Değerleri/ Çarpıklık-Basıklık Değerleri

Değişkenler	Ölçüm	Grup	En Düşük	En Yüksek	Ort.	S	Çarpıklık	Basıklık
İBÖ	Ön Test	Deney	20	58	44	12	-.54	-.67
		Kontrol	10	61	41	16	-.62	-.75
	Son Test	Deney	35	59	50	5	-1.2	2.26
		Kontrol	26	64	45	11	-.22	-.83
ESKÖ	Ön Test	Deney	29	90	50	14	1.11	3.48
		Kontrol	35	100	59	17	.30	.84
	Son Test	Deney	35	86	46	13	1.76	4.75
		Kontrol	34	93	62	19	1.21	5.01
Özdeşleşme	Ön Test	Deney	14	43	30	8.2	-.36	-.59
		Kontrol	7	45	29	10.95	-.57	-.38
	Son Test	Deney	23	44	34	5.28	-.57	.61
		Kontrol	18	46	32	8.53	-.22	-.77
Yansıma	Ön Test	Deney	6	21	13	4.62	-.28	-.85
		Kontrol	3	19	12	5.54	-.47	-1.12
	Son Test	Deney	12	19	16	1.82	-.66	.58
		Kontrol	5	20	13	3.7	.93	.60
ODK	Ön Test	Deney	7	31	12	6	1.92	5.55
		Kontrol	7	31	16	6.09	.58	.87
	Son Test	Deney	7	27	11	5.34	1.77	3.88
		Kontrol	8	33	18	7.71	.49	-.77
G-SKHD	Ön Test	Deney	5	23	9.4	20	1.91	4.47
		Kontrol	5	21	12	4.24	.066	-.017
	Son Test	Deney	5	16	8.53	3.47	.97	.047
		Kontrol	5	22	13	5.79	.91	.71
Y-SKHD	Ön Test	Deney	6	26	14	5.63	.26	-.46
		Kontrol	7	30	17	7.49	-.093	-.68
	Son Test	Deney	6	27	12	5.70	.87	.81
		Kontrol	7	29	17	7.14	.38	-.93

Deney grubu n =15, Kontrol grubu n=15

“Saphiro-Wilk testi” küçük örneklerde, büyüklüğün 50’den küçük ($n < 50$) olduğu durumlarda daha uygun bir yöntem olarak önerilmektedir. Saphiro-Wilk Testinin değeri 0,05’ten büyük ise veriler normal dağılım göstermektedir. Eğer veriler 0,05’in altında ise veriler normal dağılımdan önemli ölçüde sapmaktadır. Bu araştırma için veriler $> 0,05$ olduğundan ölçelerde normal dağılım göstermektedir.

Shapiro- Wilk Testine ait bulgular aşağıda Tablo 4.2’de verilmektedir.

Tablo 4.2: Deney ve Kontrol Grupları Kolmogorov – Smirnov/ Shapiro-Wilk Testleri

Değişkenler	Gruplar	Kolmogorov – Smirnov			Shapiro- Wilk		
		Statistic	N	Sig.	Statistic	N	Sig.
İBÖ (Ön test)	Deney	.132	15	.200	.929	15	.267
	Kontrol	.197	15	.121	.924	15	.219
İBÖ (Son test)	Deney	.184	15	.184	.912	15	.144
	Kontrol	.105	15	.200	.965	15	.784
ESKÖ (Ön test)	Deney	.245	15	.016	.867	15	.030
	Kontrol	.161	15	.200	.914	15	.154
ESKÖ (Son test)	Deney	.203	15	.097	.843	15	.014
	Kontrol	.143	15	.200	.934	15	.312
Özdeşleşme (Ön test)	Deney	.152	15	.200	.963	15	.741
	Kontrol	.144	15	.200	.959	15	.675
Özdeşleşme (Son test)	Deney	.143	15	.200	.963	15	.744
	Kontrol	.130	15	.200	.960	15	.691
Yansıma (Ön test)	Deney	.115	15	.200	.957	15	.644
	Kontrol	.160	15	.200	.907	15	.121
Yansıma (Son test)	Deney	.136	15	.200	.951	15	.535
	Kontrol	.119	15	.200	.972	15	.893
ODK (Ön test)	Deney	.242	15	.018	.785	15	.002
	Kontrol	.165	15	.200	.938	15	.362
ODK (Son test)	Deney	.185	15	.179	.812	15	.005
	Kontrol	.161	15	.200	.942	15	.405
G-SKHD (Ön test)	Deney	.242	15	.018	.817	15	.006
	Kontrol	.131	15	.200	.962	15	.729
G-SKHD (Son test)	Deney	.224	15	.041	.883	15	.052
	Kontrol	.146	15	.200	.932	15	.294
Y-SKHD (Ön test)	Deney	.101	15	.200	.970	15	.859
	Kontrol	.170	15	.200	.916	15	.168
Y-SKHD (Son test)	Deney	.179	15	.200	.923	15	.217
	Kontrol	.145	15	.200	.927	15	.244

4.1.2. Koruma Altında Bulunan Gençlerin Demografik Bulguları

Araştırmada gençlerin demografik özellikleri; yaş, koruma altına alınma yaşı, doğum yeri, okuduğu okul türü, anne babanın sağ olup-olmama durumu, ebeveynin birliktelik

(ilişki) durumu, kardeş sayısı, başarı durumu, etkinliklere katılma durumu, arkadaş grubunun olması, flörtünün olması, kendini beğenme durumu ile sınırlandırılmıştır.

Araştırma örneklemini yaşları 13 ile 18 yaş aralığında değişiklik gösteren ve koruma altında bulunan 30 (otuz) gençten oluşturmaktadır. Gençlerin yaş ve koruma altına alınma yaşı dağılımları ayrı olarak tablolaştırılmaktadır.

Diğer demografik özellikler ise tek bir tabloda birleştirilerek verilmektedir. Gençlerin yaş ortalaması 15 (on beş) olarak bulunmuştur (Ort. = 15 ± 1.35).

Bulgular Tablo 4.3'te aşağıda verilmektedir.

Tablo 4.3: Araştırmaya katılan Gençlerin Yaş Dağılımı

Yaş	N	Min.	Mak.	Ort.	Std. Hata
	30	12	18	15.87	1.358

Gençlerin koruma altına alınma yaşları üç grup (0-6 yaş; 7-12 yaş; 13-18 yaş) altında birleştirilerek incelenmektedir. Gençlerin koruma altına alınma yaş dağılımına bakıldığında en az sayıyla 5 kişinin (%16,7) 1-6 yaş arasında, 11 kişinin (% 36,7) 7-12 yaş arasında, en fazla sayı olan 14 kişinin (% 46,7) ise 13-18 yaş aralığında koruma altına alındığı görülmektedir.

Bulgular Tablo 4.4'te gösterilmektedir.

Tablo 4.4: Araştırmaya Katılan Gençlerin Koruma Altına Alınma Yaşları

	Sıklık(n)	% (Yüzde)
0-6 Yaş	5	16.7
7-12 Yaş	11	36.7
13-18 Yaş	14	46.7
Toplam	30	100

Koruma altında bulunan gençlerin doğum yerlerine bakıldığında 6'sının (%20) köyde doğduğu, buna karşın 24'ünün (% 80) ise şehirde doğduğu görülmektedir. Gençlerin yarısından fazlası (%46'sı) meslek lisesinde eğitime devam etmektedir. Aynı zamanda başarı düzeylerine bakıldığında yarıdan biraz fazlasının (%53'ünün) teşekkür belgesi aldığı görülmektedir. Koruma altında bulunan gençlerden sadece 2'si (%6,7) tek çocuk olduğunu, 16'sı (%53) ise 4 veya daha fazla kardeşe sahip olduğunu bildirmektedir.

Anne-babalarının ilişki durumu incelendiğinde koruma altında bulunan gençlerden sadece 4'ünün (%13,3) anne-babasının birlikte olduğu, bunun yanında 7 (%23,3) gencin anne ve /veya babasının vefat etmiş olduğu, 19 (%63,3) gencin anne-babasının ayrılmış olduğu görülmektedir. Koruma altında bulunan gençlerin 5'i (%16,7) arkadaşı olmadığını bildirirken 25'i (% 83,3) arkadaşı olduğunu bildirmektedir. Koruma altında bulunan gençlerin flörtlerinin olup olmadığına bakıldığında 20'sinin (%66,7) flört ilişkisi yaşadığı, 10'unun (%33,3) ise yaşamadığı görülmektedir. Gençlerden yarısından fazlası olan 19 genç, (%63,3) kendini beğendiğini bildirmektedir. Katıldıkları sosyal etkinlikler incelendiğinde 20 gencin (%66,7) kurum içi sosyal etkinliklere, 2'sinin (% 6,7) okul içi sosyal etkinliklere, 1'inin (% 3,3) okul dışı sosyal etkinliklere, 6'sının (% 20) ise bütün etkinliklere katılım sağladığı bulunmuştur.

Bulgular aşağıda, Tablo 4.5'te verilmektedir:

Tablo 4.5: Araştırmaya Katılan Gençlerin Demografik Özellikleri

Değişkenler	N	Yüzde (%)
Doğum Yeri	Köy	6
	Şehir	24
Devam Ettiği Okul	Anadolu Lisesi	3
	Meslek Lisesi	14
	Ortaokul	6
	Diğer	7
		23.3
Başarı Durumu	Sınıf Tekrarı Var	4
	Sınıf Tekrarı Yok	10
	Belge var (teşekkür /takdir)	16
Kardeş Sayısı	Tek Çocuk	2
	1 Kardeş	3
	2 Kardeş	3
	3 Kardeş	6
	4 Kardeş ve Üstü	16
		53.3
Anne -Baba İlişki Durumu	Ayrı	19
	Birlikte	4
	Anne ve /veya Baba Vefat	7
Arkadaş Durumu	Yok	5
	Var	25
Flört etme Durumu	Hayır	10
	Evet	20
Kendini Beğenme	Evet	19
	Hayır	11
Katıldığı Sosyal Etkinlikler	Kurum içi	20
	Okul içi	2
	Okul dışı	1
	Okul İçi ve Kurum İçi Etkinlikler	1
	Hepsi	6
Toplam	30	100

4.1.3. Hipotez Testlerinden Elde Edilen Bulgular

Bu kısımda (İBÖ) ilişkisel benlik ve (ESKÖ) ergenler için sosyal kaygı ölçeğinin deney ve kontrol gruplarına ön test/son testlerin uygulanması neticesinde elde edilen veriler araştırma hipotezlerine uygun olacak şekilde analiz edilmiştir.

Gençlerin ilişkisel benlik ölçeği ve alt boyutları ile ergenler için sosyal kaygı ölçeği ve alt boyutları *ön test puanlarının deney ve kontrol grubunda* anlamlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek için bir dizi bağımsız gruplar için “*t testi*” analizi yürütülmüştür. Elde edilen sonuçlar hiçbir değişken açısından gruplar arasında anlamlı bir farklılaşmanın olmadığını göstermektedir ($P > .05$).

Elde edilen bulgulara varyansların homojen olup olmadığını anlamak için “Leves Testi” kullanılmıştır. Leves Testine göre varyanslar $> .05$ olarak bulunduğu varyanslar homojen kabul edilmektedir. Bu araştırma içinde Leves Testi sonucunda varyansların homojen olduğu bulunmuştur. Varyansların homojen olması ise araştırma için ikinci significant değerinin kabul edileceğini açıklamaktadır.

Yapılan testler sonunda elde edilen bulgular deney ve kontrol gruplarına rastlantısal atama yapıldığı ve uygulama öncesinde deney ve kontrol grupları arasında fark olmadığını açıklamaktadır. Bulgu Hipotez 1’i doğrulamaktadır.

Bulgular aşağıda Tablo.4.6’da verilmiştir:

Tablo 4.6: Deney ve Kontrol Grubundaki Gençlerin İBÖ ve Alt Boyutları ile ESKÖ ve Alt Boyutları Ön Test Puanları Arasındaki Fark

Değişkenler	Grup	N	Ort.	S	T	P	%95 Güven Aralığı	
							Alt sınır	Üst Sınır
İBÖ	Deney	15	44.00	12.07	-7.76	.197	.552	.585
	Kontrol	15	41.13	16.08				
ESKÖ	Deney	15	51.00	14.26	-21.51	.473	-1.693	.102
	Kontrol	15	60.73	17.11				
Özdeşleşme	Deney	15	30.40	8.21	-5.77	.332	.415	.681
	Kontrol	15	28.93	10.96				
Yansıma	Deney	15	13.60	4.63	-2.42	.258	.751	.459
	Kontrol	15	12.20	5.54				
ODK	Deney	15	13.00	6.00	-8.06	.603	-1.600	.121
	Kontrol	15	16.53	6.09				
GSKHD	Deney	15	9.87	4.53	-5.62	.822	-1.455	.157
	Kontrol	15	12.20	4.25				
YSKHD	Deney	15	14.93	5.64	-7.96	.408	-1.239	.226
	Kontrol	15	17.93	7.50				

Kontrol grubunun ilişkisel benlik ölçeği ve alt boyutları ile ergenler için sosyal kaygı ölçeği ve alt boyutlarında ön test ve son test ortalamaları arasında fark olup olmadığını anlamak için bir dizi bağımlı gruplar için “*t testi*” yapılmıştır. Analizler sonucunda kontrol grubunun ön test ve son test puan ortalamaları arasında fark bulunmamıştır. Bu çalışma için kontrol grubunda ön test ve son test arasında fark olmadığını bulunması, işlem yapılmayan grup olması bakımından araştırmanın beklenen sonucu olmaktadır. Buna göre yapılan analizler, kontrol grubunda değişim olmadığını açıklamaktadır. Bulgu Hipotez 2’ yi doğrulamaktadır.

Bulgular aşağıda Tablo.4.7’de verilmiştir.

Tablo 4.7: Kontrol Grubunun İBÖ ve Alt Boyutları ile ESKÖ ve Alt Boyutları Ön Test-Son Test Ortalamaları Farkı

Gruplar	Bağımlı Gruplar				T	Df	Sig. (2-tailed)	
	μ (Ortalama)	σ (Std. Sapma)	Ortalama Std. Hata	95% Güven Aralığı				
				En Düşük				En Yüksek
İBÖ (Ön test)	-4.73333	13.03000	3.36433	-11.94911	2.48244	-1.407	14	.181
İBÖ (Son test)								
ESKÖ (Ön test)	-1.93333	16.50743	4.26220	-11.07484	7.20818	-.454	14	.657
ESKÖ (Son test)								
Özdeşleşme (Ön test)	-3.46667	9.59067	2.47630	-8.77780	1.84447	-1.400	14	.183
Özdeşleşme (Son test)								
Yansıma (Ön test)	-1.26667	4.07898	1.05319	-3.52553	.99220	-1.203	14	.249
Yansıma (Son test)								
ODK (Ön test)	-2.06667	7.39176	1.90854	-6.16009	2.022675	-1.083	14	.297
ODK (Son test)								
G-SKHD (Ön test)	-.93333	5.20256	1.34330	-3.81442	1.94775	-.695	14	.499
G-SKHD (Son test)								
Y-SKHD (Ön test)	.53333	6.02218	1.55492	-2.80164	3.86831	.343	14	.737
Y-SKHD (Son test)								

Deney grubunun İBÖ ve alt boyutları ile ESKÖ ve alt boyutları ön test ve son test puan farklarının anlamlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek için bir dizi bağımlı gruplar için “*t testi*” analizi yürütülmüştür.

Elde edilen bulgular: İBÖ toplam puanında ve ölçeğin alt boyutları olan özdeşleşme ve yansıma alt boyutlarında anlamlı fark bulunmuştur.

Bulgular, deney grubunun ön test ve son test puanları arasında İBÖ’nün toplam puanı ve alt boyutlarında anlamlı fark olduğunu açıklamaktadır. Bulguya göre Hipotez 3, kısmen doğrulanmıştır. Bulgular aşağıda Tablo 4.8’de verilmiştir.

Tablo 4.8: Deney Grubunun İBÖ ve Alt Boyutları ile ESKÖ ve Alt Boyutları Ön Test-Son Test Puan Ortalamaları Farkı

Değişkenler	Ölçüm Zamanı	Ort.	S	Fark	T	P
İBÖ	Ön Test	44.00	12.07	-6.73	-1.861	.017
	Son Test	50.73	5.98			
Özdeşleşme	Ön Test	30.40	8.21	-4.13	-1.552	.031
	Son Test	34.53	5.29			
Yansıma	Ön Test	13.60	4.63	-2.60	-2.009	.021
	Son Test	16.20	1.82			
ESKÖ	Ön Test	51.00	14.26	3.60	.781	.448
	Son Test	47.40	13.27			
ODK	Ön Test	13.00	6.00	1.20	.557	.586
	Son Test	11.80	5.35			
GSKHD	Ön Test	9.87	4.53	1.13	.924	.371
	Son Test	8.73	3.47			
YSKHD	Ön Test	14.93	5.64	1.73	.995	.336
	Son Test	13.20	5.71			

Deney ve kontrol grubunun son test puanlarının İBÖ ile ESKÖ değişkenleri açısından anlamlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek için bir dizi bağımsız gruplar için “*t testi*” analizi yürütülmüştür.

Yapılan analizler sonucunda deney grubunda İBÖ'nün yansıma alt boyutunda, ESKÖ toplam puanında ve ölçeğin olumsuz değerlendirilme korkusu (ODK) ve genel durumlarda korku ve huzursuzluk duyma alt boyutlarında anlamlı fark bulunmuştur. Bulguya göre Hipotez 4 kısmen doğrulanmıştır.

Bulgular aşağıda Tablo 4.9'da verilmiştir.

Tablo 4.9: Deney ve Kontrol Grubunun İBÖ ve Alt Boyutları ile ESKÖ ve Alt Boyutlarının Son Test Puanlarının Karşılaştırılması

Değişkenler	Grup	N	Ort.	S	T	Sig.	%95 Güven Aralığı	
							Alt sınır	Üst Sınır
İBÖ	Deney	15	50.73	5.98	1.433	.163	-2.09	11.82
	Kontrol	15	45.87	11.71				
ESKÖ	Deney	15	47.40	13.27	-2.496	.019	-27.80	-2.74
	Kontrol	15	62.67	19.63				
Özdeşleşme	Deney	15	34.53	5.29	.823	.418	-3.18	7.44
	Kontrol	15	32.40	8.53				
Yansıma	Deney	15	16.20	1.82	2.567	.016	.55	4.91
	Kontrol	15	13.47	3.70				
ODK	Deney	15	11.80	5.35	-2.805	.009	-11.77	-1.83
	Kontrol	15	18.60	7.72				
GSKHD	Deney	15	8.73	3.47	-2.523	.018	-7.97	-.83
	Kontrol	15	13.13	5.79				
YSKHD	Deney	15	13.20	5.71	-1.778	.086	-9.04	.64
	Kontrol	15	17.40	7.15				

4.2. Araştırmanın Nitel Bulguları

Araştırmanın bu bölümünde derinlemesine görüşmelerle elde edilen nitel bulgular yer verilmektedir. Verilerin açıklanmasında kod, kategori ve temalar kullanılmaktadır. Görüşmeler; “sosyal kaygı soruları, benlik, ilişkisel benlik soruları ve psikodrama deneyimlerini içeren sorular” şeklinde yapılandırılmıştır.

Veriler MAXQDA 2022 programında analiz edilmiştir. Fenomonolojik yaklaşım gereği deney grubunda yer alan koruma altındaki gençlere “*Sosyal kaygı denince aklınıza ilk ne geliyor?*”, “*Sosyal kaygı yaşadığınızı nasıl fark edersiniz?*”, “*Deneyimleriniz nelerdir?*”, “*Sosyal kaygı yaşadığınız bir durumla nasıl baş ediyorsunuz?*”, “*Ben olmak / benlik denince aklınıza ilk ne geliyor?*”, “*Kendinizi nasıl tanımlarsınız?*”, “*Yakın çevrenizden etkilendiğinizi/etkilenmediğinizi düşünüyor musunuz?*”, “*Nasıl?*”, “*Yakın çevrenizdeki kişilerden ne tür geri bildirimler alıyorsunuz?*”, “*Deneyimleriniz nelerdir?*”, “*Yakın ilişkilerinizin sizin için anlamını nasıl açıklarsınız?*”, “*İdealize ettiğiniz/beğendiğiniz kişiler?*”, “*Psikodrama yaşantısını nasıl deneyimlediniz?*”, “*Sizin için nasıldı?*”, “*Neler yaşadınız?*” soruları sorulmuştur. Elde edilen bulgular deneyimlerinin direkt aktarımlarıyla bir arada verilmektedir. Veriler, “*kod- kategori-tema*” oluşturulmak suretiyle tasnifi yapılarak incelenmiştir.

Koruma altında bulunan gençlerin benlik kavramını anlamlandırmada yaşadıkları güçlüğü aşmaları maksadıyla görüşmelerdeki anlatılarına bağlı kalınarak benlik ve kimlik kavramları benliğin anlaşılır kılınması adına bir arada kullanılmıştır. Araştırmanın nitel verileri yarı yapılandırılmış görüşme formu çerçevesinde deney grubu katılımcıları arasından gönüllü olan 12 genç ile yapılan derinlemesine görüşmelerden elde edilmiştir.

Araştırma, bulgular bölümünde aktarılacağı üzere 3 ana tema altında toplanmıştır. Bunlar: sosyal kaygının anlamı ve deneyimleri, benlik ve kimlik açıklamaları ve psikodramaya katılım motivasyonlarıdır. Nitel bulgular, ana tema ve alt temalar altında verilmiştir. Bu bölümde temaların içerik analizi yapılarak incelenmesine yer verilmektedir.

Görüşmelere katılan gençlerin gizlilik ve mahremiyet koşullarının sağlanması amacıyla görüşmecilere kod verilmiş, anlatıların aktarılmasında isimler yerine görüşmecilerin kodları kullanılmıştır. Gençlerin anlatıları hiçbir değişikliğe ve sansüre uğratılmadan onların kelimeleriyle olduğu gibi aktarılmıştır.

Görüşmecilerin kodları, yaş, eğitim durumu, görüşülen tarih ve görüşme süresini içeren bilgiler aşağıda Tablo 4.10’da verilmektedir.

Tablo 4.10: Görüşmeci Bilgileri

No	Kod	Yaş	Eğitim Durumu	Görüşülen Tarih	Görüşme Süresi(dk.)
1	4.G.-K1-15y.	15	9. sınıf	20.06.2022	20 dk.
2	4.G.-K2-15y.	15	9. sınıf	20.06.2022	18 dk.
3	1.G.-K3-16y.	16	10. sınıf	20.06.2022	22 dk.
4	1.G.-K4-16y.	16	11. sınıf	20.06.2022	45 dk.
5	4.G.-K5-17y.	17	12. sınıf	20.06.2022	25 dk.
6	3.G.-K6-16y.	16	10. sınıf	22.06.2022	47 dk.
7	4.G.-K7-15y.	15	11. sınıf	22.06.2022	25 dk.
8	2.G.-K8-16y.	16	9. sınıf	22.06.2022	67 dk.
9	5.G.-K9-16y.	16	10. sınıf	23.06.2022	55 dk.
10	5.G.-K10-16y.	16	8. sınıf	23.06.2022	45 dk.
11	2.G.-K11-13y.	13	10. sınıf	23.06.2022	40 dk.
12	2.G.-K12-15y.	15	10. sınıf	25.03.2022	24 dk.

Araştırmaya dâhil olan, koruma altında bulunan gençlerin öznel deneyimleri araştırmanın niteliksel boyutunda uygulanan derinlemesine görüşmeler aracılığıyla incelenmiş ve analiz edilmiştir.

Yapılan derinlemesine görüşmelerde tematik olarak üç ana tema ortaya çıkmıştır. Bunlar aşağıda verilmiştir:

- Sosyal kaygının anlamı ve deneyimi,
- Benlik / kimliği açıklaması,
- Psikodramaya katılım motivasyonu.

Ortaya çıkan üç ana tema aşağıda Şekil 4.1’de gösterilmektedir.

KORUMA ALTINDAKİ GEÇLERDE SOSYAL KAYGI VE İLİŞKİSEL BENLİĞE UYGULANAN PSİKODRAMA



Şekil 4.1: Nitel Bulgulara İlişkin Ana Temalar

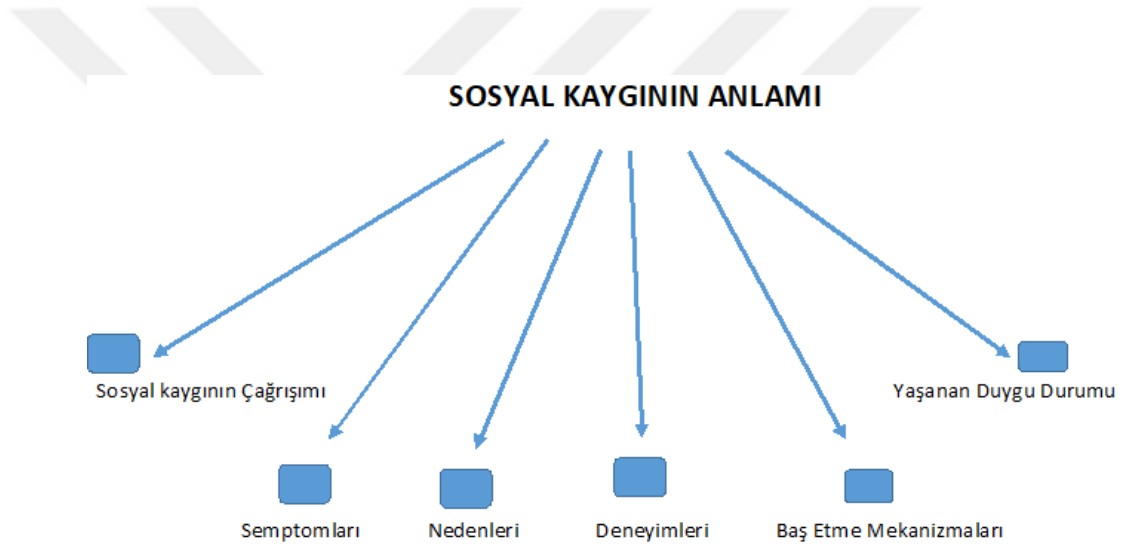
Ana temalarla birlikte tüm alt temalar aşağıda bütünleştirilmiş ve görselleştirilmiş şekilde Tablo 4.11’de verilmiştir:

Tablo 4.11: Tüm Ana Tema ve Alt Temalar

Ana Tema	Alt Temalar
Ana Tema I: Gençler İçin Sosyal Kaygının Anlamı / Deneyimleri	Sosyal kaygının çağrışımı Sosyal kaygının semptomları Sosyal kaygı nedenleri Sosyal kaygı deneyimleri Sosyal kaygı ile baş etme mekanizmaları Sosyal kaygının yaşattığı duygu durumu
Ana Tema II: Gençler İçin Benlik/Kimliğin Açıklaması/ Deneyimleri	Benlik /Kimlik çağrışımı Kendini tanıma Yakın ve önemli kişilerle iletişim şekli/ çevre ile ilişkiler Deri bildirimler Yakın ilişkilerin etkisi İdealize etme Sosyal, kültür ve spor faaliyetlerine katılım
Ana Tema III: Gençlerin Psikodramaya Yönelik Motivasyonu/Deneyimleri	Psikodramaya karşı motivasyon Psikodramaya katılmama Görüş ve Önerileri

4.2.1. Ana Tema 1. Koruma Altındaki Gençler İçin Sosyal Kaygının Anlamı ve Deneyimleri

Koruma altındaki gençlerle görüşmeler sonunda ortaya çıkan temalar incelendiğinde sosyal kaygı ana teması içinde altı kategori içinde alt temaların toplandığı görülmektedir. Alt temalar; sosyal kaygının çağrışımı, sosyal kaygının semptomları, sosyal kaygı nedenleri, sosyal kaygı deneyimleri, sosyal kaygıyla baş etme mekanizmaları, sosyal kaygının yaşattığı duygu durumu şeklinde açıklanmaktadır. Birinci ana tema “sosyal kaygının anlamı” alt tema açıklamalarıyla aşağıda Şekil 4.2’de gösterilmektedir.



Şekil 4.2: Sosyal Kaygının Anlamına İlişkin Bulgular

a) Alt Tema 1.1. Sosyal Kaygının Çağrışımı

Sosyal kaygının çağrışımı koruma altında bulunan gençler tarafından “Endişe duymak.”, “Konuşamamak.”, “Sıkıntısını ifade edememek.”, “Utangaçlık.”, “Öz güven eksikliği.”, “Dışlanma korkusu olduğu için uzaklaşmak.” şeklinde açıklanmaktadır.

Sosyal kaygıyı gençler “utangaçlık” kavramıyla da açıklamaktadırlar. Aslında bir kişilik özelliği olan utangaçlık, gençler tarafından sosyal kaygı çağrışımlarından biri olarak karşımıza çıkmaktadır. Benzer şekilde literatürde sosyal kaygılı gençlerin aynı zamanda utangaçlık kişilik özelliğini de bir arada sergileyebildikleri bildirilmektedir. Jones,

Briggs ve Smith; utangaçlık, huzursuzluk, ketlenme ve anksiyete tepkileri, diğerlerinin yanında susmanın sosyal kaygı durumlarında en belirgin tepkiler olduğunu vurgulamaktadır (Akt., Yüksel, 2002: 37).

Gençlerden biri; sosyal kaygıyı nasıl açıklayacağını bilmediğini, bir diğer genç kardeşinin ihtiyaçlarını kurum personeline bildirmekten çekindiğini ve annesini arayarak kuruma çağırıp ihtiyaçlarını annesine söylediğini anlatarak kardeşinin utangaç olduğunu açıklamaktadır.

Çoğu genç ise toplum içinde endişe, içe kapanıklık, utangaçlık, çekingenlik, öz güvensizlik ve kendini ifade edememe durumları yaşadıklarını açıklamışlardır.

Gençlerin açıklanan ifadeleri aşağıda verilmektedir:

Ne bileyim, sosyal toplum, kaygı endişe demekse, yani toplumda yaşadığım endişeler (4G-K5-17Y).

Çoğu konuşmada hocam fark ettiyseniz, çoğu kişi böyle suskun ve çekingen, içine kapanıktır. Çünkü benim kardeşim de öyle. Bir şey isteyeceği zaman, para veya bir şey, annemden istiyor. Hoca da var ama ne varsa istemiyor, gidip annemden istiyor. Boşu boşuna annem buraya kadar geliyor. Ondan sonra aynı ben işte, o da o yüzden, ben de kardeşim gibiyim... Şimdi bazı çocuklar, herkes farklı ama buradaki herkes içine kapanık. Büyük çocuklar bile. Ben bazen fark ediyorum, görüyorum, yüz ifadelerinden anlıyorum; içlerine kapanıklar, kimseyle konuşmuyorlar. Ne sohbet ediyorlar ne bir gülümsüyorlar. Yani ben şaka yaparsam, ben mutlu edersem... Çünkü o an bir kere şaka yapabiliyorum bazen, normalde hepsi içlerine kapanık (2G-K8-16Y).

İlkte bilmiyordum. Sonra utangaçlık diye bir şey olduğunu öğrendim (2G-K12-15Y).

Toplum içindeki çekingenlik, atılamamak gibi şeyler (3G-K6-16Y).

Öz güvensizlik, kendini ifade edememek (5G-K9-16Y).

Ortam ile ilgili değil mi sosyal, asosyal deriz ya (1G-K4-16Y).

Dışlanmak, kaygı olabilir (5G- K10-16Y).

Sosyal hayatta mesela kendini küçük hissedenden insan diyeyim ben ona (5G-K9-16Y).

İnsanları kaygı etme, sevilmemek, öyle şeyler anlıyorum. İnsana karşı uzak, soğuk (4G-K7-15Y).

Gençlerin bazısı sosyal kaygı yaşamadıklarını çünkü çevrelerini küçük tutmayı tercih ettiklerini, özel yaşamlarına fazla insan almadıklarını, insan ilişkilerini zaten kısıtlı tuttuklarını ifade etmişlerdir.

Çevresinin olacağını düşünen birisinin kaygılanması olabilir. Öyle bir şey az önce söylediklerim ile imkânı yok yaşamam... Çünkü söylediğim gibi çevremi ufak tutmaya çalışıyorum. Onun dışında böyle bir şeyi bana tecrübe ettirecek bir şey, bir kişi olursa da onu da silerim (1G-K4-16Y).

b) Alt Tema 1. 2. Sosyal Kaygı Semptomları

Koruma altında bulunan gençler sosyal kaygı semptomlarını “Yabancı ortamlarda konuşamamak.”, “Öz güven eksikliği yaşamak.”, “Sessiz kalmak.”, “Yanlış konuşmaktan korku duymak.” şeklinde açıklanmaktadır.

Açıklanan semptomların kaygının duygu boyutuna ait ifadeler olduğu dikkat çekmektedir. Kavramları açıklarken gençlerin sınırlı sözcük dağarcığı kullandıkları ve açıklamalarda bulunurken cevap vermekte ve açıklamada zorlandıkları anlaşılmaktadır. Yapılan bazı araştırmalar; kurumlarda büyüyen çocukların sosyal etkileşimlerinde ve buna bağlı dil gelişiminde, çevreye uyumlarında, öz bakımlarını sağlamada, uzamsal becerilerinde, dikkat sürelerinde ve zekâ düzeylerinde normal koşullarda yetişmiş olan akranlarına göre geri kaldıklarını ortaya koymaktadır (Johnson et al., 1996: 134; Costa, 2012: 1-39).

Gençlerin ifadelerinden yanlış ya da olumsuz değerlendirilme, küçük düşme, dışlanma korkusu nedeniyle yalnız kalmayı veya topluluk içinde sessiz kalmayı tercih ettikleri anlaşılmaktadır. Sosyal kaygı durumunda gerçek bir tehlike var olmadığı halde imajinatif bir korku ve kaygı ortaya çıkmaktadır (Clark & Wells, 1995: 69-93). Yaşanan korku ya da tehlike algısının ardından kaçınma davranışı görülmektedir. Bu durum çoğu kez benzer şekilde tekrarlanarak bir döngü hâlinde devam edebilmektedir. Sosyal kaygı deneyiminin uyumsuz biliş, kaçınma davranışları, sosyal beceri eksiklikleri ile karşılıklı bir kısır döngü

içinde sürebileceği bildirilmektedir (Akt., Kurtoğlu, 2019: 10., Rapee & Spence, 2004: 3).

Koruma altında bulunan gençlerin işlevsiz aile yapılarının, erken travma yaşantılarının güvenli bağlanma sorunlarına neden olabileceği bilinmektedir. Gençlerin ifadeleri de benzer şekilde öznel deneyimleriyle ilişkilendirilerek nitelikte olduğu görülmektedir. Gençler güvenli bağ kurma sorunları yaşamaktadır ve küçük düşürülme korkusu, yanlış yapma, güvenmeme, yalnız kalma, sesiz kalma gibi septomlarını yoğun olarak yaşamaktadırlar.

Gençlerin açıklanan ifadelerine aşağıda yer verilmiştir:

Yabancı bir ortamdayım, atılamıyorum (3G-K6-16Y).

Öz güven eksikliği yaşanabilir. Çünkü insanlar burada yaşadığı birçok olay karşısında öz güvenini kaybedebiliyor. Bu yurt ortamı ve arkadaş ortamı gibi yaşadığı olaylar karşısında oluyor (4G-K5-17Y).

Çok utanıyordum. Konuşmaya falan utanıyordum... (4G-K2- 15Y).

Kendimi anlatamama yaşıyordum (4G-K2-15Y).

Hocam sosyal kaygıya, konuşamama falan giriyor mu? (4G-K1-15Y)

Hep sessiz kalıyordum. Yanlış konuşmaktan korkuyordum (4G-K2-15Y).

c) Alt Tema 1.3: Sosyal Kaygının Nedenleri

Koruma altında bulunan gençler topluluk içine girdiklerinde, “sosyal hayatta”, “yabancı hissedilen ortamlarda.” sosyal kaygı yaşadıklarını.; sosyal kaygı yaşama nedenleri arasında “Geçmişteki şiddet ve travmatik yaşantılarının etkili olduğu.”, “Yetersizlik kalmak.”, “Küçük düşmek.” ve “Dışlanma korkusu hissetmek.”, İnsanlardan uzaklaşmak.” şeklinde açıklamaktadır.

Bilişsel kognitif modele göre sosyal kaygı bir taraftan çevrede olumlu intiba bırakma isteği, diğer yandan da bu konuda yetersiz olacağına dair inancın bir arada yaşanması sonucunda oluşmaktadır (Ellis, 199: 452-456).

Gençlerin sosyal hayata katılımında, topluluklara, yeni ortamlara girmemelerinde kendilerini yetersiz hissetmelerinin etkili olduğu görülmektedir. Anne-baba- kardeşlerden ayrılık veya kayıpların, gelişimsel travmaların, cinsel ve

fiziksel istismarlar vb. stres kaynaklarının çeşitli anksiyete bozukluklarıyla ilişkili olabileceği yapılan birçok araştırma ile ortaya konmuştur (Etik et al., 2007:128; Tükel, 2002: 5-13; Silove et al., 1995:405). Zaten işlevsiz aile yapılarından ve travmatik yaşantılardan gelen gençlerin içinde bulundukları eko- sistemin onları sosyal hayatta yeterli hissetmelerini sağlayacak psiko-sosyal ve entelektüel gelişim için uygun koşulları sağlayamadığı anlaşılmaktadır.

Gençlerin ifadelerinden koruma altına alınmadan önce yoğun travmatik deneyimleri olduğu anlaşılmaktadır. Gençler, şiddete hem maruz kaldıklarını hem de tanıklık ettiklerini vurgulamaktadırlar.

Bir genç; babasının annesiyle şiddetli kavgasına tanık olduğunu, annesini korumak amacıyla babasının üstüne atladığı için iki ayağından bıçakla yaralandığını ifade etmiştir. Bir başka genç; amcası tarafından büyütüldüğünü, amcasının kardeşlerine ve kendisine şiddet uyguladığını ifade etmiştir.

Gençlerin açıklanan ifadelerine aşağıda yer verilmiştir:

Sizin gibi, benim gibi insanlar böyle; normal yani. Ama onlar normal değil. Benim kardeşimin yaraları, mesela şu bacağından tutun, iki bacağında da yanıkları var yani. Şimdi normal açsak baksak, yara kabukları içinde. Çünkü ameliyata da girmişliği var.

Bacakları yandığı için hem psikolojik sorunu var hem de doktorlar bile bu çocuk diyor 18 yaşına gelene kadar sadece ilk, yani mesela bebekten anne-baba derler ya ilk önce anne derler ya o yüzden o ilk kimi daha çok seviyorsa ona bağlıdır; başka kimseye açık değildir. O yüzden kardeşim de annemden bir sürü şey istiyor. İkinci de benden, üçüncü de babamdan istiyor. Burada hiç kimseden bir şey istemez.

İşte yangını söndürmüştüm en son, yani en son kimse girip şey yapmasın, kimse zarar görmesin diye söndürmüştüm alevi. Biz futbol oynuyorduk, boşu boşuna yanıyordu, gittim söndürdüm. Boşu boşuna yanıyor. Bir kova aldım, suyu döktüm. Biri içine düştüğü zaman yanmasın, bir şey olmasın. Ondan sonra içeri top kaçtı. Yani top da plastik. Baya kirlenmiş bir top. Bizim ayaklarımız da terliksiz oynuyorduk yani o zaman. 6-7 yaşları arasındaydık. O zaman Van depremi çok

sıkıntılı ve İstanbul'a geldiğim günlerde yani... İstanbul'a ilk geldiğimde böyle neydi... Ayağı kaydı şeyden, topu alacakken gözüne duman mı ne gelmiş, üstten toz düşmüş, gözüne kaçtı; o da içine düştü. Öyle yandı işte kardeşim. Tek o değil, benim başıma da bir sürü şey geldi. Mesela normal, bizim evde böyle koltuk var, bunun arkası boş, arkasında böyle bir sürü bıçak var. O da babamın kurban bıçaklarıydı. İnek keserken, koyun keserken kullandığı bıçakları. Annem de bilmiyor.

Yani babama o kadar çok kızdı, şey yaptı, tartışmaya girdi ikisi mesela. Ben arkadan şöyle atlayınca iki bıçağın ikisi de ayağımın taa, ayaklarımın altını kesti bildiğiniz, yani iki ayağımı da. Ama yani sadece böyle kesik kesik böyle şeyler gözüküyor. Ameliyat etmişlerdi ayağımı (2G-K8-16Y).

Şiddet hocam işte. Amcam bizi dövüyordu, kardeşlerimi. Dayak hocam. Vurma falan vardı hepsi (5G-K10-16Y).

Gençlerden yalnızca biri içine kapanık biri olmadığını, her ortama girebildiğini vurgulayarak diğer gençlerden farklı olduğunu ifade etmiştir.

Gençlerin açıklanan ifadelerine aşağıda yer verilmiştir:

.....kullanıyorum da şimdi onlardan benim bir farkım var, onlar içine kapanık. Ben öyle değilim. Ben telefonda daha çok müzik dinlerim, film izlerim (2G-K8-16Y).

d) Alt Tema 1.4. Sosyal Kaygı Deneyimleri

Koruma altında bulunan gençler sosyal kaygı deneyimlerini: “Telefona bağımlı yaşamak.”, “Çevresi tarafından dinlenmemek.”, “Arkadaşları tarafından dışlanmak.” ve “Sevilmemek, kabul görmemek.”, “Bedeninde travmatik yaşantılarına ait izlerin olduğu.” şeklinde açıklamaktadırlar.

Sosyal izolasyon yaşantısının veya akranlar tarafından dışlanmanın sosyal kaygıyı etkileyen en önemli faktörlerden olduğu bildirilmektedir (Craig, 1998: 123; Gilmartin, 1987: 472; Hymel, Rubin, Rowden & Lemare, 1990: 200; Vernberg, Abwender, Ewell et al., 1992: 89-112). Koruma altında bulunan gençlerin yaşadıkları çocuk evleri sitesinde toplumsal izolasyon yaşadıkları gözlemlenebilmektedir.

Gençlerin güvenliğini sağlamak ve korumak amacıyla hazırlanan kurumsal mevzuatlar ve uygulamalar, sosyalleşmelerinin önünde engel oluşturabilmektedir. Diğer yandan

koruma altındaki gençlere karşı toplumun ön yargılı tutumu gençlerin dışlanma deneyimleri yaşamalarını etkilemektedir.

Koruma altında bulunan gençlerin sosyal kaygı yaşantılarında geçmiş travmalarının da kritik bir öneme sahip olduğu, açıklamalarda görülmektedir. Gençlerin açıklanan ifadelerine aşağıda yer verilmiştir:

Toplumda yani, nasıl desem lafı dinlenmeyen... Söylediklerim duyulmuyordu, dinlenemiyordu (5G-K9-16Y).

Ful telefon bağımlısı, yataktan hiç kalkmadım. Yatalak oldum yani. Yatakta ful oyun... Bir yaz boyunca böyle geçirdim. Seilmeyen bir insandım, öyle seilmiyordum o zaman. Bir insan sevilse her zaman bir yere çağrılır, muhabbet ettirilir (4G-K7-15Y).

...mahalledeydik, top falan oynuyorduk, daha küçüktüm. Arkadaşlar arasına katılmak istemiştin, herhalde mahalleye yeni taşınmıştık. Öyle bir şey olmuştu. Yani dışlanmış hissettim, kötü hissettim. Okula falan da yansıttım. Şu an okulda da bazen devam ediyor hocam (3G-K6-16Y).

e) Alt Tema 1.5. Sosyal Kaygı ile Baş Etme Mekanizmaları

Koruma altında bulunan gençler, “Arkadaşlarıyla Sohbet Ederek.”, “İletişim içinde kalarak.”, “Yeni insanlarla tanışarak.”, “Okul arkadaşlarının aileleri ile tanışarak ve evlerine misafir olarak.”, “Sahneye çıkarak.”, “Kişisel bakımına özen göstererek.”, “Kendini geliştirerek.”, “Başkalarından yardım isteyerek.”, “Birini kendisine örnek alarak.”, “Çevresini sınırlayarak.” sosyal kaygıyla baş edebildiklerini açıklamaktadır.

Sosyal kaygıyla baş etmede özellikle çoğu gencin arkadaş çevresinden destek almaya vurgu yaptığı görülmektedir. Benzer şekilde çalışmalar; iyi bir sosyal desteğe sahip kişilerin kaygı, depresyon belirtileri ve davranış sorunlarını daha az yaşadıklarını ortaya koymaktadır (Barrera, Fleming & Khan, 2004: 103-111).

Örneğin “bununla baş etmenin en basit yolu arkadaşlarıyla konuşmak (4G-K7-15Y)” diye ifade eden genç, sosyal desteğin önemine dikkat çekmekte ve bu desteği arkadaş çevresinden alabileceğini açıklamaktadır. Gençlik döneminde arkadaş gruplarına dâhil

olmanın genç için anlamı önemli olmaktadır. Bu nedenle bir arkadaş grubuna dâhil olmak, akran grubuyla konuşmak, vakit geçirmek, akran grubu tarafından kabul edilmek gençler tarafından sosyal kaygıyla baş etmede temel bir araç olarak ifade edilmektedir.

Gençlerden biri okul arkadaşları ve okuldaki kız arkadaşları tarafından kabul gördüğünü, tanınır olduğunu, bu durumun kendisini okulda olumlu hissettirdiğini, bir diğeri de yeni insanlarla tanışmanın yararlı olacağını ifade etmiştir.

Gençlerin açıklanan ifadeleri aşağıda verilmektedir:

Konuşarak, iletişim kurarak. İlk önce odamdakilerle falan tanıştım. Bazılarını tanıyordum zaten. İlk arkadaşlarımla konuştum. Bununla başa çıkmanın en basit yolu arkadaşlarıyla konuşmak. Bu şekilde gayet basit bir çözümü var. Sohbet etmek. Hepsi kafa dağıtıcı konuşmalar, düşünmeden iletişimde kalmak gibi. Okul... Okuldan çıkıyoruz, geziyoruz, tozuyoruz. Arada onların, okul arkadaşlarımla evlerinde kalıyorum, aile ortamlarına alıyorlar (4G-K7-15Y).

Okulda bile, yani bu başladığım okulda bile, sınıfta arkadaşlarım var, ondan sonra burada var. Sınıfta kız arkadaş... Sınıftaki herkesle arkadaşım zaten. Kız-erkek karışık.

Başka sınıftan da bugün de gelirken bir tane okuldan kız arkadaşım, işte karşı karşıya geldik, baktım uzaktan, aaaa bu şey değil mi diye. Adını da aklımda tutamıyordum, öğrenemedim bir türlü. O benim adımı biliyor ama onun bir de arkadaşı 5-6 tane kız böyle, her tenefüste görünce adım ile bağırlarlar. Sanki böyle neydi onun adı, parti yapıyorlarmış gibi hoş geldin diye bağırlıyorlar yani (2G-K8-16Y).

Arkadaş edinebilirler, insanlar ile tanışabilirler. Tanıştığı insanlarla sohbet, muhabbet, gülüp eğlenmek gibi yaparlarsa toplumun içine girebilirler yani. Mutlu olan insanlar ile yani böyle hani açık sözlü insanların arasına girebilirler yani (2G-K8-16Y).

Gençlerden biri öz güvenli olarak okulda yapılan törende sahneye çıktığını ve sosyal kaygıyla baş ettiğini, yapabileceğine inandığını ve başardığını ifade etmiştir.

Diğer bir genç kendisini her anlamda geliştirdiğini (özellikle fiziksel ve öz bakımına dikkat ederek) ve böylece ilgi odağı olabildiğini, kabul gördüğünü belirtmiştir.

Gençlerin açıklanan ifadeleri aşağıda verilmektedir:

Öz güvenliyim ben hocam. Okulda, ilk haftada ilk kez sınıfa gitmişim, ilk liseye gittiğim zaman ilk haftasında zeybek oynamışım, 800 kişinin önünde. Bunu hiç düşünmemişim. Öz güvenli olmak iyi.

Yapacağını bilmek, yaparım diyeceksin yapacaksın yani. En son bittiği zaman da başardım diyeceksin. O işte çok iyi başarmak (2G-K12-15Y).

Alkışlaması falan seyircilerin çok iyi. Evet, onları düşünmek rahatlatıyor (2G-K12-15Y).

Kendimi geliştirerek insanlar beni seçti. Kendimi geliştirdim. Çok değişim yaptım. Fiziksel olarak. Dış görünüş. Evet. Her yerde önemli, kafa dengi yok burada ama sen kendine bakınca ilgi oluyor (4G-K7-15Y).

Gençlerden bazıları başkalarından yardım isteyebildiğini ve birini kendilerine örnek olarak iyi davranışlar sergileyebildiğini belirtmiştir.

Gençlerin açıklanan ifadeleri aşağıda verilmektedir:

Olmadı ama eğer olursa düşüncem, başkasını örnek olarak hareket etmeye çalışırım (3G-K16-16Y).

Önceden küçüktük, yaşadıklarımızı fazla hatırlamıyorum. Yani fazla takmıyordum belki, küçüktüm çünkü normal geliyordu bana. Ama şu anki aklımla düşününce mesela şu anda aynı olsa, eskisinden daha kötü düşünürüm ve kötü hissederim. Şimdi takmıyorum (5G-K9-16Y).

Olsa da herhalde takmazdım. Ben şey yapmıyorum fazla, önem vermiyorum (2G-K12-15Y).

Tanıdığım birinden yardım isterim. Arkadaşları varsa beraber gidebilir, onu destekleyebilecek, konuşabilecek birisi olabilir (5G-K10-16Y).

Sosyal kaygı mesela şöyle bir şey sosyal çevrede faydalı ya da iyi davranışlar sergilemek belki, sosyal kaygıya neden olmayacaksa mesela, onları sergilerim (5G-K9-16Y).

Gençler sosyal kaygıyla baş etme yöntemleri arasında çevreden yardım almanın etkili olacağını bildirmişlerdir. Gençlerin sosyal desteği kurum çalışanlarından ya da kendi ailelerinden değil, daha çok arkadaş çevrelerinden almaya çalıştıkları anlaşılmaktadır.

f) Alt Tema 1.6. Sosyal Kaygıyla Yaşanan Duygu Durumu

Koruma altında bulunan gençler; sosyal kaygı yaşadıklarında duygu durumlarını “Olumsuz duygular yaşamak.”, “Kısıtlanma duygusu hissetmek.”, “Önemsenmemek.”, “Özgür hissetmemek.”, “Pasifleşmek.”, “Umursamazlık.” ve “Duygu hissetmeme/duyarsızlaşmak.”, “Yetersizlik yaşamak.” şeklinde açıklamaktadır.

Koruma altında bulunan gençler, işlevsiz aile yapıları ve çeşitli yoksunluklar nedeniyle koruma altına alınmaktadır. Yapılan bir çalışmada korunmaya muhtaç çocukların aile ortamının sağladığı olumlu rol modelleri, destek ve sıcak ilişkilerden yoksun oldukları için sosyal beceri öğrenme ve uygulama konusunda sorun yaşadıklarını göstermektedir (Gülay & Akman, 2008: 23-39). Ancak kuruma geldikten sonra da benzer yoksunlukların devam ettiği gençlerin ifadelerinden anlaşılmaktadır. Aileden kuruma doğru ilerleyen yoksunlukların süre gelen devamlılığı sonucunda olumsuz duyguların normalleştiği ve kabullenildiği, çevreye karşı duyarsızlık ve duygu hissetmemenin deneyimlendiği anlaşılmaktadır.

Gençlerden biri yaşadığı duygu durumunu, özgürlüklerinin kısıtlandığı ama bir yandan da bu durumu kabullendiği şeklinde ifade etmektedir.

Evet. Sadece bir hapisane hayatı gibi kısıtlanmamız zor, gerisi iyi. Özgürlüğün saatler çerçevesinde, senin özgürlüğün kısıtlanmış, yapabileceğin işler kısıtlanmış, bu zor oluyor. Mesela normal evindeyken gece terledin mi, uyurken terledin mi git düşünüy al ya da ne bileyim gece çok mu acıktın, git dolaptan bir şeyler ye, arkadaşlarında kal, ama burada onlar yok. Böyle şeyler yani ya da dışarı çıkmak istedin, arkadaşlarıyla buluşmak istedin 20.00’de, burada olmalısın, çıkamazsın o saatten sonra. Böyle diyeyim, özgürlük kısıtlayıcı şeyler. Evet. Sadece bir

hapishane hayatı gibi kısıtlanmamız zor, arkadaşlarımızla sınırlı oluyor o zaman, bazen de önemsemiyoruz. (4G-K5-17Y).

Gençlerden biri yurttan yaşadığı süreç boyunca duyguları önemsememeye başladığını, olayları kişisel algılamadığını ama kendisini daha umursamaz, duygusuz bir hâle getirdiğini belirtmiştir.

Önümde biri ölse yanından geçer giderim. Evet, kişisel algılamıyorum. Böylesi doğru geliyor. Aileden biri ölse herhalde bir şeyler yaparım yani. Arkadaşım falan olsa ambulansı ararım sadece. Sonra giderim. Ailem için işte giderim, durumunu öğrenirim, sonra eve geçerim. Pek önemsemiyorum dedim ya duyguları. Duyguları önemsemiyorum. Umurumda olmuyor, karşı tarafın da benim de. Böyle oluyor, herkes için de böyle (1G- K4-16Y).

Gençlerden bazıları; yaşadıkları sosyal kaygı sonucunda pasif bir insan olduklarını, bir şey söylediklerinde tersleneceklerini hissettiklerini, aileleri ile birlikte olduklarında onlar tarafından utandırıldıklarını ve eleştirildiklerini, bu nedenle de pasifleştiklerini belirtmiştir.

Gençlerden bir diğeri; umursanmadığını ve sevilmediğini, dışlanma duygusu yaşadığını ifade etmiştir. Bir başka genç ise yetersiz hissettiğini ifade etmiştir.

Gençlerin açıklanan ifadeleri aşağıda verilmektedir:

Bir şey dersem terslenecek gibi falan öyle geliyordu. İlk başta öyleydi (4G-K2-15Y).

Ben pasif insanım. Öyle oldum (1G-K4-16Y).

Rahatsız edici duygu bende daha çok aslında pek şu anki yaşımda kafaya takmadığım bir duygu. Bir örnek vereyim, bu sosyal kaygı yaşıtan bir şeyse siz bana evet deyin. Daha açık olabilir. Şey olabiliyor mesela, babamla bir yerdeyken mesela, okul çıkışı falan böyle, babamın, niye notların bu kadar kötü, sen altına işiyor musun gibi söylemleri beni mesela çok utandırıyor. Böyle bir şey yapmadığım halde sırf beni rencide etmek için yapınca utandırıyor ve yani toplum içinde bunu yaparak utandırıyor beni. Şu an kafaya takmam, umurumda bile olmaz ama küçük yaşta, daha topluma algım kapalıyken biraz beni daha içime kapanık

yapan, aslında insanların bana sanki bakış açısı değişmiş gibi düşündüren bir duruma sokuyordu (4G-K5-17Y).

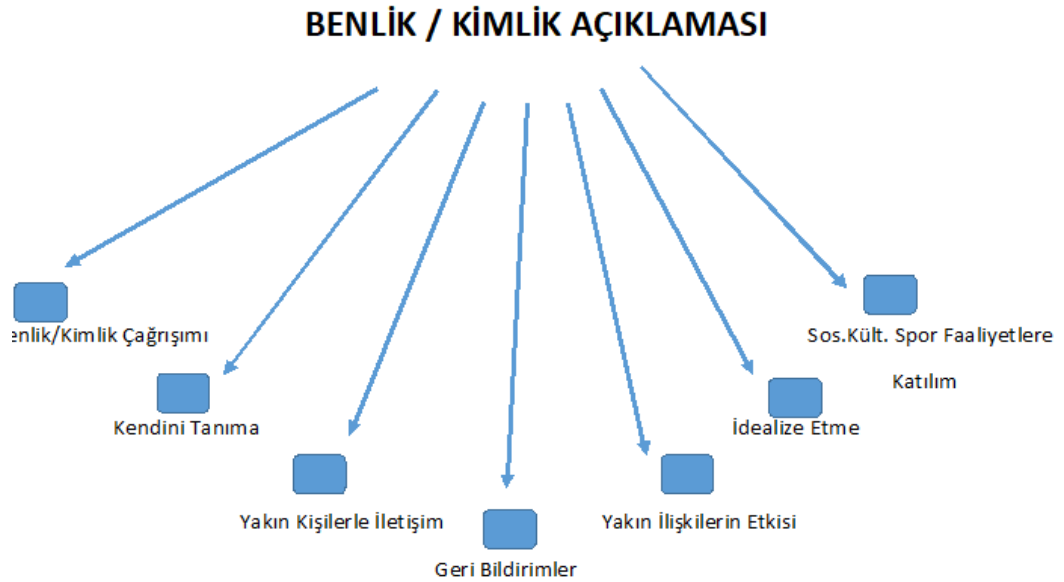
Beni fazla takmıyorlar. Şeyi düşünüyorum, beni sevmiyorlar, dışlıyorlar gibi düşünürüm. Öyle hissediyorum (3G-K6-16Y).

Dışlandığımı, benim yetersiz kaldığımı düşünüyorum (5G-K9-16Y).

4.2.2. Ana Tema 2. Koruma Altındaki Gençlerin Benlik/Kimlik Açıklaması

Gençlerle yapılan görüşmelerde anlatılar incelendiğinde gençlerin benlik/ kimlik algılarına ilişkin açıklamaları doğrultusunda benlik ve kimliğin çağrışımı, kendini tanıma, yakın kişilerle iletişim, geri bildirimler, çevre ile ilişki, yakın ilişkilerin etkisi, idealize etme, sosyal, kültür ve spor faaliyetlere katılım şeklinde alt temalar oluşmuştur. Bu bağlamda gençlerin benliği algılama ve somutlamada yaşadıkları zorluk nedeniyle benlik/ kimlik kavramı bir arada açıklanmıştır.

Gençlerin benlik ve kimlik açıklamalarıyla ilişkili olarak ortaya çıkan alt temalar aşağıda Şekil 4.3'te gösterilmektedir.



Şekil 4.3: Benlik ve Kimlik Anlamına İlişkin Bulgular

a) Alt Tema 2.1. Benlik / Kimlik Çağrışımları

Koruma altında bulunan gençler benlik ve kimliğin çağrışımlarını: “Ben.”, “Kendim.”, “Duygular.”, “Hareket edebilmek.”, “Düşünce, fikir.” şeklinde açıklamaktadır.

Gençlerin çağrışımlarına ilişkin ifadeleri aşağıda verilmiştir:

Ben geliyorum (2G-K11-13Y).

Kendim işte (2G-K12-15Y).

Duygular (2G-K12-15Y).

Hareket edebilmek (5G-K10-16Y).

Düşünce, fikir (5G-K10-16Y).

Gençlerin çağrışımları Rogers’ın benlik tanımına yakın ifadelerden oluşmaktadır. Ona göre benlik; fikir, değer ve yeteneklerin toplamı olarak kendinin farkında olma hâlidir ve kişilerin dünyayı algılamaları benlik durumları tarafından belirlenmektedir.

b) Alt Tema 2.2. Kendini Tanıma

Kendini tanıma alt teması gençler tarafından “Diğerinden farklı.”, “Başkasına benzemeyen.”, “Kendi tavırları olan.”, “Gelişen büyüyen ben.”, “İstediklerini yapan ben.”, “İyi, saf birisi.”, “Gelişen/öğrenmeye çalışan.”, “Şakacı.”, “Korumacı ve birlik yapan.”, “Sessiz.”, “Sıradan.”, “Haksızlığa karşı duran.”, “Temizlik, düzen seven.”, “Kalabalık sevmeyen.” ve “Yaramaz.” ifadeleriyle açıklanmaktadır.

Gençlerden ikisi geçmiş yaşantılarında şiddet gördüklerini, bir şey bilmediklerini, toplulukta konuşamadıklarını ancak şimdi her şeyi anlama, öğrenme arzularının olduğunu, kendilerini geliştirmeye çalıştıklarını ve yaşanmışlıklarına göre daha iyi durumda olduklarını, ilişkilerinde gelişim sağladıklarını, ek olarak çok mutluluk yaşamadıklarını açıklamışlardır.

Gençlerin açıklanan ifadeleri aşağıda verilmektedir:

Vallahi öncekine göre, önceki yaşanmışlara şiddet... falan işte bence gayet iyi hocam. Yani iyi toparlamış kendini önceki hayatına göre. Ayı ayrı insanlar diyeyim ben size (5G-K9-16Y).

Diğer insanlar gibi olmaması. Yani bunu tam telaffuz edecek cümle yok. Diğer insanlar gibi olamaz. Duygular mesela, başkası nasıl mutlu oluyor bilmiyorum ama. Hiç düşünmedim. Mutlu olduğumu bilmiyorum ya da aşırıya kaçmıyorum aslında. Genelde bilgisayar oyunları oynamak belki diyebilirim (1G-K6-16Y).

Benlik deyince ben olmuş oluyor. Ben kendi tavırları olan bir insan, başkasının tavrına benzemeyen bir insan anlıyorum (2G-K8-16Y).

Gençlerden biri, korumacı özelliğinin olduğunu belirtirken bir başka genç; kendisini komik ve eğlenceli ama arkadaşlarını yalnız ve mutsuz olarak tanımlamaktadır. Bir diğer genç; esprili, saf ama öfkeli bir kişiliğe sahip olarak kendini ifade etmiştir.

Gençlerin açıklanan ifadeleri aşağıda verilmektedir:

Etrafındaki sevdiklerini gayet koruyan biri. Yeri gelince abilik yapan, yeri gelince koruyup kollayan, arkasında duran biri diye tanımlıyorum. Bizim gruptaki çoğu çocuk öyle düşündüğü için ben de böyle düşünüyorum. Yurttaki çoğu çocuğa sorabilirsiniz. Böyle düşünmemi sağlayan onlar aslında.

Yurttaki bütün çocuklarla iletişimim var diyebilirim. Başkası ile o kadar samimi şakalaşabilirler ama benimle o kadar değil. Ben baştan o çizgimi çektiğim için o kadar kolay olmuyor. O manada. Biraz abilik (4G-K5-17Y).

Çok safım. Hiçbir şeye kötü bakmıyorum. Kötü şeylere kötü, iyi şeylere iyi. Kötü hiç sevmem kötülerini falan. Çok saf davranıyorum (2G- K12-15Y).

Önceden konuşamazken bile, sosyal olsun, aile olsun mesela, o zamanlar çok nasıl desem şiddet falan görünce mesela o zamanlar nerede ne yapacağını bilemezken mesela şu anda her şeyi mesela öğrenmek isterim yani. Mesela öğrenmeye de çalışıyorum, öğrendiklerim de var mesela. Toplum olsun, önceki olsun. Önceden nerede nasıl konuşacağıma dair hiçbir şey bilmiyordum, mesela ayıp desen, terbiye desen mesela onlara dair bir şey bilemiyordum ailevî sorunlardan dolayı. Mesela çalışıyordum, ondan dolayı zaman bulamıyordum. Mesela etkinlikler oluyordu, kendime özgü şeyler yapamazdım. Mesela önceden çalışırdım, zaman ayıramazdım. Şu anda futbol oynuyorum, basketbol oynuyorum, fitness yapıyorum. Önceden muavinlik yapıyordum (5G-K9-16Y).

Çok şakacı biriyim, şakacı derken böyle yani espri gibi şeyleri okulda, sınıfta da yapıyorum. Hocalar zaten çok gülmekten bayılıyorlar. Hoca komik bir şey söylüyor, bir şey söylüyorum daha da komikleşiyor. Onu bilerek yapıyorum ki herkes daha gülsün böyle.

Herkes böyle... Herkesin mesela sınıfta başı yere eğik bakıyor, kimisi telefonuna bakıyor böyle. Hepsi de böyle asık suratlı, hani telefonlarına bakıyorlar, çünkü telefonlar onların yalnızlık odaları. Girip girip çıkıyorlar gibi. Öyle düşünün yani. Şakalaşma falan (2G-K12-15Y).

Gençlerden bazısı da sessiz, sakın, kendi hâlinde, cana yakın, adaletli, dengeli, yardımsever, sır tutucu, güçlü, normal, uslu, düzenli, neşeli ifadelerini kullanarak kendini tanımlamıştır.

İnsanlarla konuşmayan pek. Sessiz (4G-K1-15Y).

Asla kimsenin hakkını yemem, yiyene de yedirmem (4G-K5-17Y).

Dengeli. Tabii ki insanların, her insanın kendine özel arkadaş çevresi, daha çok kendi kafasına uyan arkadaş çevresi olur ama herkes eşit. Yine kendi çevrem var ama herkese eşit. Yakın çevremdekiler de aynısını yapsa onlara, diğerlerine kızacağımdan bile daha çok kızabilirim yani (4G-K5-17Y).

Ben şöyle kendimi anlatayım, normal temizlik yapmayı severim. Mesela burası dağınık olsun orayı toparlarım vs. Çöp, leke, pislik varsa silerim toparlarım. Çünkü ben kendi evimdeyken yani bir aralar başka yurttaydım Halkalı 'da. Annem izinli almıştı evi baştan aşağı temiz böyle pis görünce, dağınık olunca hele ki... Annemin babamın eşyalarını bile düzeltmiştim. Yani düzgün olsun, düzgün görünsün. Her şeyi düzenli görmek isterim mesela (2G-K8-16Y).

Yani her hâli ile insan mutlu oluyor, güzel oluyor. Herkes kendisini beğeniyor veya herkes kendisini seviyor. Normal yani (2G-K8-16Y).

Gülmeyi falan çok severim. Sabahın 6'sında kalkıp gülebilirim (2G-K12-15Y).

Gençlerin bir kısmı; uykuyu çok sevdiklerini, kalabalık yerlerden hoşlanmadıklarını, kendilerini sıradan bir insan olarak, bir diğeri hoşlandıkları şeyleri bilemeyen birisi olarak ifade etmiştir.

Gençlerin açıklanan ifadeleri aşağıda verilmektedir:

Sıradan... Sıradan bir insan... Bazı farklı özelliklere sahip sıradan bir insan (1G-K4-16Y).

Ne yapmaktan hoşlanırım ne severim? Bilmiyorum... Boş boş uyumaktan hoşlanırım (1G-K3- 16Y).

Herkesle iyi değilim yani. Kimisiyle baya kötü XX falan. Ben bilmiyorum, aklımda yok şu an. Hatırlayamıyorum valla şu an (4G-K7-15Y).

Kalabalık ortamları sevmiyorum (4G-K1-15Y).

Biraz yaramazım (2G-K12-15Y).

Koruma altında bulunan gençlerin farkındalık geliştirdikleri bazı kişilik özellikleriyle kendilerini tanımladıkları anlaşılmaktadır. Duygusal ve düşünsel özellikleriyle kendilerini açıklamaktadırlar. Ancak bazı gençler kendilerini nasıl tanımlayacaklarını bilemediklerini, ifade etmede zorluklar yaşadıklarını belirtmişlerdir. Ergenlik çağında ortaya çıkmaya başlayan kimlik gelişimi için kendini tanıma önemli bir gösterge olarak karşımıza çıkabilir. Kendini tanıma benliği soyut olmaktan somut olmaya taşıyabilen bir özelliktir. Gençler duygu, düşünce ve davranışlarını anlamaya kendilerini tanıyarak adım atmaktadırlar. Gençlerin kendilerini tanıma ve kabul etme sürecini yetişkinlik dönemine kadar tamamlamaları beklenmektedir. Zira ergenlik döneminde geliştirilen benlik kavramı ve kendini kabul etme, yetişkinlik dönemindeki davranışların temelini ve nedenlerini oluşturacağından önemli olmaktadır (Kulaksızoğlu, 1989: 71-87).

c) Alt Tema 2.3. Koruma Altındaki Gençlerin Yakın Kişilerle İletişimi

Koruma altında bulunan gençler; “Yakın kişilerle az iletişimde bulunmak.” ve “Çevresine güvenmemek, çocukluk arkadaşına dahi güvenmemek.”, “Okulda fazla konuşamamak.” şeklinde ifade etmiştir.

Bazı gençler de ancak samimiyet olunca arkadaşlık ilişkisi kurabildiğini açıklamaktadır.

Gençlerin açıklanan ifadeleri aşağıda verilmektedir:

Çevremi ufak tutmaya çalışıyorum. Bazen teke tek konuşma olabiliyor. Grupta da tanımadıklarım var. Konuşmadıklarım var.

Burada yok kimseye güvenmiyorum. Kendi isteğime bağlı, kendi düşüncelerim. Canım istediği olursa görüşebilirim. Gördüğüm ve tecrübe ettiğim şeyler içinde bu düşünceleri size aktarıyorum (1G- K4-16Y).

Okulda fazla kimseyle konuşmuyorum (4G-K4-15Y).

Çocukluk arkadaşım evet ama ona da güvenmiyorum (1G-K4-16Y).

Samimiyeti hocam. Biraz oyun oynuyoruz yani, o ciddi, yeri gelince sınıfta öğretmen- öğrenci, dışarıda kanka-arkadaş. Öyle yani. Evet. Yani hiç sınıfta sanki o kanka muhabbeti değil. Sınıfta gayet ciddi. Dışarıda da kankayız zaten. Bazen çok gülesim geliyordu. Biz oyun oynuyoruz ya oyunun ortasında kurabiye falan getirir. Kurabiye falan anne masaya bırak falan diyor, gülesim geliyor (4G-K5-17Y).

Anne-baba ve kardeş ilişkilerine dair anlatıları incelendiğinde gençlerden biri; kendisini kardeşleriyle beraber babasının kuruma verdiğini, annesinin hayatta olduğunu ve hafta sonu izinlerinde annesini görmeye gittiğini ve ilişkisini sürdürdüğünü ifade etmiştir. Bir diğer genç; kız kardeşinin de yurttan kaldığını, hafta sonu izinlerinde birlikte görüştüklerini, babasının annesine çok şiddet uyguladığını ve annesinin de evde yaşanan şiddet olaylarından dolayı kendisiyle kardeşlerini kuruma yerleştirdiğini ifade etmiştir.

Koruma altında bulunan gençlerin ifadelerinden aileleriyle ilişkilerini sürdürme arzularının olduğu, hafta sonu izinlerinde anne-baba ve kardeşleriyle bir arada olmayı seçtikleri hem kendi ifadelerinden hem de kurum çalışanlarının ifadelerinden anlaşılmaktadır.

Gençler aynı zamanda aileleri ile geçirdikleri zamanlarda ev içinde sorumluluklar aldıklarını ve ebeveynlerine destek olmaya çalıştıklarını ifade etmektedirler.

Annem var. Osmaniye’de. Nakil istedik. İşte onu bekliyoruz, sıra varmış. Yer boşalmasını bekliyoruz. Babam vermişti yurda. Velayetimiz babamda da o konuşmuyor. Önceden hep kardeşimle falan kavga ediyorduk ya, 2-3 aydır

etmiyoruz. En azından hafta sonu falan annemin yanına falan gidebilirim. Anneme yakın olmayı isterim. Hafta sonu izinli yanına gidebilirim (4G-K2-15Y).

Kız kardeşim de yurttta. Bu cumartesi görüşme var onunla. Onlar da X'te oturuyor işte. X'in içinde var ya normal, orada. Çoğu insan da bunu söylediğim zaman şaşıyor. Bugün de annem işte ne bileyim hastaneye gitmiş, böbreğinde rahatsızlık olmuş vs. Test sonucunu bekliyor, bakalım yani. Bugün gitti işte. Annem var ama annem fazla şey yapamıyor. Ev temizliğini fazla yapamayınca ben yapıyorum. Ev süpürgesi, bulaşıkları, hepsini... Bizim evde bulaşık makinesi almamışlardı, alacaklardı, yeni ev tutmuşlar, şimdi o evin parası mı az kalmış, biriktiriyorlar, o eve geçince bulaşık makinesi yoktu ama almışlar diye biliyorum. Ben de anneme öyle söyledim, anne dedim alsanız iyi olmaz mı hem insana yazık günah hem sen yıkıyorsun bulaşıkları, biz evde değiliz. Ben evde olsam anneme hiçbir şey yaptırmıyorum. Çünkü bel fıtığı var. Normal rahatsızlığı. Çok genç ama. Annem kendisini yaşlı görüyor. Babam 53 yaşında hocam. Yani evde şey mesela, yani annem ev izni almıştı ama evimde olsaydım ben şu an yapardım yani. Ama ev temizliği yapınca böyle bitkin düşmüyorum. Hemen hemen yorulmuyorum.

Kardeşlerimin hiçbiri yapmaz. Küçük oldukları için yapamıyorlar. Yani 14 yaşında ve 10 yaşında. Yani sadece babam şaşıyor. Sadece annem beni böyle seviyor normal. Bir de o alıştırdığı için ondan, o yüzden böyle seviyor. Şiddetten dolayı annem sağlamıştı buralara gelmemizi. Yoksa yani çok şiddet altında kalırdık yani. Normal, fiziksel işte, vurma işte. Başka da değişik değişik olmuşluğu var. Kardeşim de içine kapanık veya buradaki çocuklar da böyle şeylerden, böyle yıllara veya eski şeylere bağlı sanırım... Annem ile babam beraber yaşıyorlar normal. ... O eski günler geçmiş gitmiş. Ben de zaten hatırlamak, yani her anına kadar aklımda ama böyle geçmişi başa sarıp hatırlamak istemiyorum, o nedenle saçmalık gibi geliyor yani. Annem çok onu, mahkemelik durumlarla, karşı karşıya savaştı ama sonuç ikisi de kazanamadı. Yine velayet ikisinde. Daha çok annemde diye biliyorum.

Ama işte o yaptığı şey de onun şizofren miydi, öyle bir hastalık vardı, benim babamın öyle bir hastalığı varmış. Yani normal o hastalık bütün her şeyi ister istemez yaptırmıyormuş, o kişi kaç yaşında olursa olsun.

Kadın veya erkek olsun. Yani fark etmez. Dünyada başka öyle hastalıklarda olanlar da var. Belki böyle bazı çocukların annelerinde de vardır. Herkes buraya boşuna gelmez yani. Kimisi 15 sene kimisi 20 sene burada. Ben 11 yaşında gelmişim, daha 6 senedir yurttayım yani. Kardeşim 7, ben 6... (2G-K8-16Y).

Erikson (2018), bilhassa ergenlik döneminde kişiler arası ilişkilerin kimlik gelişimi için önemli bir faktör olduğunu vurgulayarak ergenlerin farklı ilişkiler deneyimlemesinin gelecekteki yetişkinlik rollerinde başarı için büyük öneme sahip olacağını belirtmiştir. Ancak gençlerin çoğunluğu, sınırlı bir çevre ile iletişim kurduklarını ve çevrelerine/arkadaşlarına güvenmediklerini ifade etmişlerdir. Bu da gençlerin güvenli ilişkiler kurmakta güçlük yaşadıklarını düşündürmektedir. Benzer şekilde araştırmalar, yakın çevre ve önemli kişiler olarak anneyle, kardeşlerle ilişkilerin sürekliliğine dikkat çekmektedir. Yakın ilişkilere vurgu yapan bir çalışmada anne-babalarıyla ve arkadaşlarıyla anlamlı ilişkilere sahip olan ergenlerin geniş bir arkadaş çevresine sahip, anne-babalarıyla yakın ilişkiler içinde oldukları, ebeveynleriyle nitelikli ilişkisi olmayan ergenlerin ise ilaç kullanımının olduğu, okul başarısı düşüklüğü gibi sorunlar yaşandığını bildirmektedir (Field, Diego ve Sanders, 2002:121-130).

d) Alt Tema 2.4. Çevreden Gelen Geri Bildirimler

Koruma altındaki gençler kendileri hakkında çevreden aldıkları geri bildirimleri: “Hiçbir şey duymuyorum.”, “Saygılı derler.”, “Böyle gidersen sevilirsin.”, “Zeki çocuksun okuluna devam et.”, “Sessiz.” şeklinde ifade etmektedirler.

İki genç ise geri bildirimi daha çok “bücür”, “fırlama”, “tavuk”, “bekçi köpeği” şeklinde lakapla çağrılma şeklinde duyduklarını belirtmişlerdir.

Gençlerin açıklanan ifadeleri aşağıda verilmektedir:

Hiç duymuyorum (4G-K1- 15Y).

Onu ben pek fazla duyamadım, nasıl bilmiyorum. İyi dedikleri falan oluyor (4G-K2-15Y).

Yani genelde çok saygılı derler. Ama bazen de bekçi köpeği gibi de derler. Yani çabuk sinirleniyorum çünkü. Benim zıddıma bir şey gelince, ben bir adaletsizlik falan görünce kralı olsun, kim olursa olsun hiç tutamıyorum, hocalarım da bu

durumu biliyor zaten. Ben o durumda çok sinirleniyorum. Adaletsizlik benim için bir insana verilmeyen hakkıdır. Yani çok şey, bu yüzden zaten çok şey diyorlar, sen çok her şeye karışıyorsun diye söylüyorlar (4G-K5-17Y).

Her yerde sevilirsin böyle devam et. Sevilmeyecek çocuk değilsin buradaki büyüklerin söylediği, işte hani onu demek istedim, iyi şeyler işte (4G-K7-15Y).

Çok duyduğum şey, anne tarafından işte, iyisin, okula devam et, zeki çocuksun, kendini harcama gibi (3G-K6-16Y).

Sessiz falan diyorlar (4G-K1-15Y).

Fazla kötü bir şey duymuyorum. Kötü bir şey yaptığımı düşünmüyorum. Genellikle sakın olarak biliyorlar beni. Bilmiyorum, hani çok sakın konuşuyorum. Fark etmişsinizdir. Çok sakinim. Durduk yere kimseye bulaşmam, kaç yıllardır da buradayım. Fazla olaylara da girmem yani. Böyle düşündüklerini düşünüyorum yani. Tavuk mavuk... (çok uyumamdan dolayı da) Diyorlar (5G-K10-16Y).

Tebrik alıyorum. Teşekkür almak gibi. Yani bana kötü sözle gelen hiç yok, yani normalde genelde öyle insan olmuyor.

Ama okulda şey yapan olursa ben hani sınıftaki arkadaşlarımdan Instagram hesabımı hepsi biliyor, başka uygulamalarda da hesaplarım var, facebook vs. onlarda da böyle, onları da vermişim, tanımak istiyorlarsa oradan tanışabilirler. Yüz yüze gelmek insanı gerçekten bazen yoruyor yani. Komik vs. sevimli kelimeleri söylüyorlar işte. Bir de matematik hocası sen çok zekisin diyor. En çok onun dersinde komiklik yapıyorum. Hem o gülüyor hem de her teneffüste, bazen böyle karşılaştığımız zaman selamlaşıyoruz yani, yakınlık oluyor (2G-K8-16Y).

Bücür diye. Fırlama. Yani dersler açısından yok. Başka konular açısından... Olabilir. Akıl danışan, genelde karıştıran gibi. Bilmiyorum ki. Bana onu diyorlar bazen, ben bambaşka bir şey söylerim, genelde ortalık karışır kavga çıkar (1G-K3-16Y).

Koruma altında bulunan gençlerin çevrelerinden çok kısıtlı geri bildirim aldıkları anlaşılmaktadır. En fazla ailelerinden (anneden) ve grup sorumlusundan, okul öğretmeninden geri bildirim aldıklarını belirtmektedirler.

Bu geri bildirimlerin yanında bir kısmı da kendilerine lakap takıldığını dile getirmiştir. Gençlere takılan lakapların olumsuz geri bildirimler şeklinde değerlendirildiği anlaşılmaktadır.

Çevrelerinden aldıkları geri bildirimler gençlerin benlik kurgusunda etkili olmaktadır. Kişinin kendilik algısı çevreden gelen yansımaların etkisiyle büyük oranda şekillenmektedir. Yakın çevre özellikle ana-baba, öğretmenler ve diğer önemli kişilerin, kurum çalışanlarının bireyi değerlendirme biçimi, bireyin değerler sisteminin ve kendiliğinin oluşmasında etkili bir eko-sistem olarak karşımıza çıkmaktadır. Örneğin çalışkan ve başarılı olduğunu çevresinden geri bildirim olarak duyan genç, daha fazla çalışmaya yönelecek; akademik olarak başarı göstermeye gayret edecektir (Baymur, 1994: 247). Buna karşın gençlerin çoğunun çevreden olumlu geri bildirim alamadıkları, çok kısıtlı geri bildirim aldıkları anlaşılmaktadır.

e) Alt Tema 2.5. Yakın İlişkilerin Etkisi

Koruma altındaki gençler yakın ilişkilerin etkisini: “Arkadaşlıklarımdan olumlu etkileniyorum.”, “Dışarı çıkmalarını ve sosyalleşmelerini sağlamak için ben çevremi etkiliyorum.”, “Sigara ve alkol kullanan arkadaşların olduğu ortamlarda olumsuz etkileniyorum.”, “Arkadaşlarla yaşanan tartışmalarda suçluluk yaşıyorum.” şeklinde ifade etmektedir. Koruma altında bulunan gençlerin yakın ilişkilerinden hem olumlu hem de olumsuz yönde etkilendikleri anlaşılmaktadır.

Gençlerin yakın ilişkilerinin olumlu etkisini açıklayan ifadeleri aşağıda verilmektedir:

Olumsuz düşünmüyorum. Olumlu mesela bir kişiyi, bizim burada bir tane abi vardı, Okan abi, mesela çıktı şu an, anestezi bölümü okuyor. Mesela çok heveslenmişim. O mesleğe adanmış olmasına. Nasıl desem, şey olur ya mesela, özenmiş demeyeyim de onun gibi olmaya heves ettim (5G-K9-16Y).

... kendine bakan var, yakışan yani. Çok değil ama. Arkadaş çevremde var bazen de birbirimize sorarız kanka bu nasıl olmuş diye (4G-K7-15Y).

Benim onları genelde yönlendirdiğim durumlar dışarıya çıkmak, biraz yurтта kalmaları beni biraz çok sinirlendiriyor, hadi çıkın diyorum, biraz sosyalleşin, biraz

dışarıda gezdiriyorum, arkadaşlarımla tanıştıyorum bazen onları yurdundan dışarıdan arkadaşlarımla. Hep dışarıya kazandırmak istiyorum (4G-K5-17Y).

Yakın ilişkilerin olumsuz etkisi olduğunu açıklayan gençlerin bir kısmı arkadaş çevreleriyle her şeyi bir arada yaptıklarını, birlikte gezmek parka gitmek şeklinde paylaşım içinde olduklarını açıklamaktadırlar. Bazı ortamlarda uyum sağlamak, arkadaşlarıyla aynı davranmak için örneğin sigara ve içki içmek gibi olumsuz davranışları deneyimleyebildiklerini; bu sebeple arkadaş ortamlarından olumsuz da etkilendiklerini ifade etmişlerdir.

Arkadaş çevremde işte ne yaparsak aynı şeyi yapıyoruz. Ben ne yaparsam onlar aynı şeyi yapıyor. Kötü ise ben de aynısını yapmam, etkilenmek istemem tabii (5G-K10-16Y).

Her türlü arkadaş ortamına girmişimdir. Mesela ister istemez bazı ortamlara girmiştir insan, etkilenebiliyor yani. Sen de yapıyorsun bunu. Alkol falan olsun, o tür şeyler. Ben sigara pek kullanmıyorum. Alkol içiyorum. Ama arkadaş ortamında. Ben gidip de yani tek başıma bir içki içeyim falan diye düşünmedim (4G-K5-17Y).

Gençlerden biri yakın ilişkide oldukları kişilerle özellikle kız arkadaşıyla tartıştıklarında konuyu büyütme istemediği için susmayı tercih ettiğini ancak bu durumda kötü hissettiğini ve kendisini suçladığını belirtmiştir.

Evet, tartışma olduğunda genellikle susuyorum. Daha çok büyümeyi diye. Genel olarak kötü hissediyorum (4G-K2-15Y).

Bazen mesela başkalarını üzdüğümü falan düşünüyorum. Mesela, kız arkadaşımı. Evet. O zaman da acaba diyorsun onu üzdüm mü diye düşünebiliyorsun (4G-K2-15Y).

Koruma altında bulunan gençler özellikle akranlarıyla girdikleri ilişkilerinden daha fazla etkilendiklerini bildirmektedirler. Bu durum, gençler için arkadaşlık ilişkilerinin önemine dikkat çekmektedir.

Kurum çalışanlarının (meslek elemanları ve diğer çalışanlar) gerek duygusal yakın ilişkiler kurmada gerekse gençlere çeşitli geri bildirimlerde bulunarak benlik ve kimlik oluşumunda etkisiz olabildiğini açıklamaktadır.

Yapılan bazı çalışmalarda benzer şekilde ebeveyn yerini alan kurum çalışanlarının tutumlarının daha “otoriter” ve/ veya “ilgisiz” olarak algılandığı ve çocukların öz saygı gelişimini olumsuz yönde etkilediği bildirilmektedir (Güçray,1993: 58-66).

f) Alt Tema 2.6. İdealize Etme

Koruma altında bulunan gençler idealize edilen, beğenilen ve rol modeli olan kişileri: “Modacı” (ismini bilmediği), “Nirvana” (şarkıcı), “Neymar” (futbolcu), “Abisi” (üniversite öğrencisi olan),” Kurumdan ayrılan ve üniversite okuyan bir abi”, “Aziz Sancar” (zorlukların içinden okuyarak başarılı olmuş biri), “X kurum sorumlusu öğretmeni” (kurumda çalışan grup sorumlusu) olarak bildirmişlerdir.

Gençlerin açıklanan ifadeleri aşağıda verilmektedir:

Giydiği moda kıyafetleri, moda tasarım... Hem yaptıkları kıyafetler hem görünüşleri. Hocam yabancı yani, hepsininkini bilemiyorum ki. Ama kıyafetleri hoşuma gidiyor. Almayı da düşünüyorum zaten, mesela sipariş vermeyi vs. Moda hevesim bu giydikleri kıyafetler çok hoşuma gidiyor. Şimdi bizim Türkiye’deki kıyafetlerden çok onların kıyafetlerini daha çok seviyorum. Pantolonlar böyle... 13 yaşından beri bunları izliyorum, seviyorum (2G-K8-16Y).

Şarkıcı var. Nirvana. Biliyor musunuz? Pompalı silahı ile yüzünü patlatmıştı (4G-K7-15Y).

Rapçi, yabancı. Sesini, şarkılarını beğeniyorum. Buraya geldiğimden beri pek söylemiyorum şarkı (5G-K10-16Y).

Neymar var, kendisi futbolcu hocam (1G-K3-16Y).

Gerçek, kişi olarak da bilmiyorum, biraz futbola ilgim var. Futbolcuları örnek alıyorum (3G-K6-16Y).

Var, kendi abim, o da ders konusunda daha çok çalışmamı ister ama çalışacağım falan diyor. Arada arayıp konuşuyoruz. Yaz tatilinde falan biz oraya gidiyoruz, görüşüyoruz. Şu an okulu bıraktı, astsubaylığa mı ne gidecekmiş (4G-K2-15Y).

Kendi abim. Yaptığımız şeyler aynı. Bir şey yaptı mı? Çocuklukta da küçük suçlar olur, daha açık bir şekilde. Şu yaşımızda da tabii yaptığımız bazı yaramazlıklar

oluyor. Bazen şımarmak gerekiyor. Yaptığımızda hani beraber kendimiz biz yaptık, aramızda oluyor, anlıyor musun? Abim ile aramızdaki bağ güçlü tabii. Onun özelliği de bu zaten. Sahip çıkmasını, değerli kılmasını biliyor. Çocukluk hatıralarımız var (1G-K4-16Y).

Ailemde abim var, üniversiteye gidiyor. Ben de üniversiteye gitmek istiyorum, üniversite okumak istiyorum (3G-K6-16Y).

Okan abi mesela, çıktı yurttan, şu an anestezi bölümü okuyor. Mesela çok heveslenmişim o mesleğe adanmış olmasına. Onun gibi olmayı heves ettim (5G-K9-16Y).

İsmi unuttum tam hatırlamıyorum. Haaa Aziz Sancar. Çok zor koşullarda ders çalışır falan. Şimdi ise bilim adamı olmuş çıkmış bu adam. Okumuş ve başarmış (2G-K12-15Y).

Ben hiç, hayatta ben onun gibi olabilirim demiyorum, tam öyle değil ama çok beğendiğim İngilizce hocam vardı, siyahiydi, aramız bayağı iyiydi onunla. Hatta biz bu bildiğin arkadaş olduk, okul dışında onunla kanka muhabbetindeyiz biz. Gayet yanında aşırı samimiyet, onu şimdi anlatamam ama samimiydik yani (4G-K5-17Y).

... grupta X hocamız var. Grup hocası. Hocam çok, nasıl desem böyle... Nerede nasıl yapacağını bence gayet bildiğini düşünüyorum (5G-K9-16Y).

Gençlerin çoğu kendi abisini veya fenomen olmuş ünlüleri ideal kişi olarak açıklamaktadır. Bir genç, bilim insanı Aziz Sancar'ı idealize ettiği kişi olarak açıklamıştır. Sadece bir genç de kurumda çalışan bir öğretmeni idealize ettiğini ifade etmiştir.

Gençlerin ideal olarak tanımladıkları kişilerin en çok yeteneklerinden, mesleki ve akademik başarılarından, gayret ve azimlerinden etkilendikleri anlaşılmaktadır. Bu özelliklerle özdeşim kurabilecekleri düşünülmektedir.

Benzer şekilde Gibson da rol modellerin öğrenme motivasyonu ile ilham sağladığını ve aynı zamanda benlik kavramını tanımlamada yardımcı olduğunu belirtmiştir (2004: 134-156). Bu sonuçlar, koruma altındaki gençlerin idealize edecekleri ve onlara rol model olacak ilişki içinde oldukları yetişkinlerin sınırlı olduğunu düşündürmektedir.

g) Alt Tema 2.7. Sosyal, Kültürel ve Spor Faaliyetlere Katılım

Koruma altında bulunan gençler; sosyal, kültürel faaliyetlere katılımlarını “Spor türlerine ilgi duymak.”, “Voleybol oynamak.”, “Futbol oynamak.”, “Kitap okumak.”, “Film izlemek.”, “Tiyatro yapmak.”, “Kurumun düzenlediği etkinliklere katılmak.” şeklinde ifade etmektedir.

Etkinliklere katılım durumu okul içindeki ve kurum içindeki faaliyetlere katılma şeklinde ayrılmaktadır. Gençler, okulda voleybol ve futbol oynadıklarını ve bu etkinliklerin derslerdeki başarılarını zaman içinde artırdığını ifade etmişlerdir. Araştırmaya katılan gençlerin erkek olması nedeniyle de daha çok spor faaliyetleriyle ilgili olduğu görülmektedir. En çok kurum içindeki etkinliklere katılmaktadırlar. Ayrıca pandemi döneminin spor faaliyetlerine katılımlarına çok fazla engel olduğunu belirtmişlerdir.

Gençlerin açıklanan ifadeleri aşağıda verilmektedir:

... her türlü spora ilgim var (4G-K5-17Y).

Voleybol oynuyorum okulda ve kurumda (1G-K3-16Y).

Futbol oynuyorum. Geçen sene vardı. Geçen sene dediğim, pandemi başlamadan önce gidiyordum. Sonra futbolu bıraktım. Arada sırada oynuyorum. Pandemi çıktı. Zaten buradakiler de maça pek fazla almadı, büyükler genelde. Baya iyi oynuyordum. Şimdi hiç top tutamıyorum, o yüzden ben de oynamak istemiyorum (1G-K3-16Y).

Spora ilgim var, matematiği bilmezdim, şu an bayağı iyiyim. Okula da daha iyiyim (5G-K9-16Y).

Gençlerin bir kısmı; çoğu dersten kaldığını, devamsızlığının çok fazla olduğunu, af çıkmazsa sınıfı geçemeyeceğini ifade ederken bir kısmı da okulu sevmediğini, stres sebebiyle sürekli hastalandığını dile getirmiştir.

Hatta kurum tarafından düzenlenen etkinliklere katıldıkları için okula gidemediklerini ve devamsız sayıldıklarını belirtmişlerdir.

Çoğu derslerden kaldım (2G-K12-15Y).

Toplasan 12-13 gün yurt yüzünden gidemedim. Pazartesi işte hep geç kalma filan oldu, sonrası bilmem ne yaptılar, sonra hastaneye falan filan, münazara... falan oldu...(4G-K5-17Y).

...hani geç kalkıyorum, uyku problemim var. Hocalar işte çok şey yapıyor. Geç kalınca yok yazılma falan (3G-K6-16Y).

Bizim okulda o yok. Acıma yok. Disiplin disiplin. Başka bir şey yok (4G-K5-17Y).

Kalacağım bence sınıfta eğer af çıkmazsa (4G-K5-17Y).

Zamanında puanla girdim, 9. sınıftayken yurda girmeden önce. Ondan beri de böyle. Değiştirmedik, keşke değiştirseydim, pişmanım. Nitelikli değil işte, küçüktüm, kandım. Şu an bile değiştirme fırsatım olsa okulumu değiştiririm (4G-K5-17Y).

Yoruluyorum hocam. Hastalandım. Her sabah kusuyorum. Bilmiyorum, hastaneye de gittim bir şey çıkmadı. Aşağı boğaza götür beni diyorum, götürmüyorlar. Evet, psikolojik de diyorlar. Stres yüzünden falan filan. Ama sabah oluyor bu sadece. Bilmiyorum ben... Şey benimki, ben o duruma inanmam için böyle zorla kalkmış olup bir çaba göstermek gibi düşünürüm ben onu ama ben saat 5:30'da mum gibi ayağa kalkarım, duşumu alırım, kahvaltımı ederim.

Tam çantamı alırım kusarım ya da çantamı almam, bir kapıya çıkayım, bir sigara içmeden gidip bir banyoya gireyim dediğim anda kusarım. Bazen okula giderim yarı yolda Marmaray'da kusarım, okulda kusarım, otobüste kusarım, fark etmiyor (4G-K5-17Y).

Gençlerin bazıları kitap okumayı ve film izlemeyi çok sevdiğini, yurttaki internetin yetersiz olduğunu ancak kendi internetiyle ödüllü filmleri izlediğini belirtmiştir. Bunun yanında bir genç de yurttaki arkadaşlarıyla birlikte vakit geçirmek için akşam ya da hafta sonları dışarı gezmeye, parka vs. gittiğini ifade etmiştir.

Kitap okumak (4G-K5-17Y).

Aşırı film izlemeyi çok seviyorum. Genelde ödül almış filmleri izliyorum. Ödül almışsa izlerim. Aşk sevmiyorum. İzliyorum öyle şeyleri. İzlemediğim film türü yok. Piyanist'ten tut, Marvel'e, Marvel'den tut, Forrest Gump'a, Forrest Gump'tan tut... Birçok filmi izliyorum. Buranın interneti yok, kendi internetim ile izlemeye çalışıyorum. Pek izleyemiyorum internetim gidince. Çünkü bizim yurdun interneti hiç çekmiyor. Hiç yok yani (4G-K5-17Y).

Biraz önce okuldan geldim. İçeriye girdim, biraz oturdum, çıktım, çocuklarla biraz vakit geçirdim. Çıkardım dışarı işte hepsini sonra, oturuyorlardı (4G-K5-17Y).

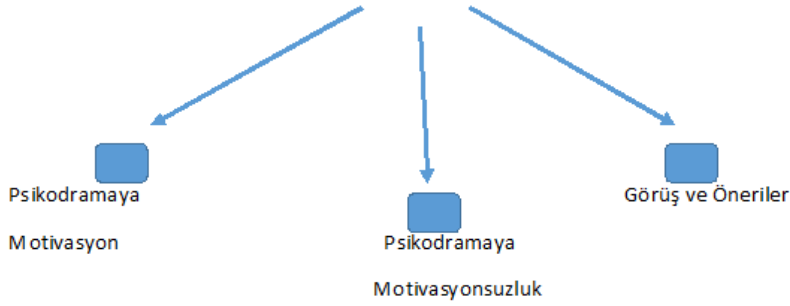
Sporun gençler için önemli ve tercih edilen, zaman ayrılan bir etkinlik olduğu görülmektedir. Gençler özellikle kurum içinde de futbol, voleybol oynamaktadırlar. Ergenlik döneminde spor yapmak, özellikle fiziksel gelişim için destekleyici olmaktadır. Aynı zamanda futbol, voleybol gibi (takım sporları) sporlar; akranları ve takım arkadaşları tarafından kabul ve onay görmeyi sağladığı için benlik saygısı, psikolojik olarak daha yetkin olma ve sosyalleşme gibi durumları olumlu yönde etkilemektedir. (Baltacı, 2008: 7-10). Gençlerin ayrıca okula devam sorunlarının olduğu, okuldaki etkinliklere katılmanın bu bağlamda olumlu etkide bulunacağı değerlendirilmektedir.

4.2.3. Ana Tema 3. Psikodramaya Yönelik Motivasyon

Gençlerle görüşmelerden elde edilen ifadeler incelendiğinde üç grupta değerlendirilmektedir. İlkinde gençlerin psikodramaya motivasyonu, ikinci grupta psikodramaya motivasyonsuzluk, üçüncü grupta ise görüş ve öneriler yer almaktadır.

Psikodramaya yönelik motivasyon ana temasının alt temaları aşağıda Şekil 4.4'te gösterilmektedir:

PSİKODRAMAYA YÖNELİK MOTİVASYON



Şekil 4.4: Psikodrama Uygulamasına İlişkin Bulgular

a) Alt Tema 3.1. Psikodramaya Yönelik Motivasyonları

Koruma altındaki gençler psikodramaya motivasyonlarını; “Yararlı olacağına inandığım için.”, “Zamanı daha iyi değerlendirmek için.”, “Eğlenceli ve faydalı olduğu için.”, “Hocalarımın çabasına karşılık.” şeklinde ifadeleriyle açıklamaktadırlar.

Gençlerin açıklanan ifadeleri aşağıda verilmektedir:

Ben katılmak istedim. Ortam önemli işte, bazen eğlendim (3G-K6-16Y).

Cuma okul dönüşü çok yorgun oluyoruz. Kendimize ait zamanımız az. Okul, etüt var, ben de sabah erken kalkıyorum ama dediğim gibi katılmak, burada olmak sosyal gelişimimiz için iyi. Ben hocalarıma karşı da ayıp olmasının kafasını yaşıyorum. Çünkü katılmamızın bizim için olduğunu söylüyorlar. Zaman oldukça katılırım (4G-K7-15Y).

Normalde erken geliyorum, cuma günleri böyle. Normalde 18.25’te çıkıyorum, toplam, yemeğimi yemem falan buraya gelmem 19.00’u buluyor. Yine de katılmaya çalışıyorum. Bizim için iyi bir şeyler yapmaya çalışılıyor (5G-K9-16Y).

Boşa zaman harcamayı hiç sevmem. Yararlı olacaktır diye katıldım. Geldim ve yararı oldu tabii yani. Hem eğlence hem yararlı idi (4G-K5-17Y).

Bizim için sosyal gelişimize katkı falan için çalıştınız diye anlıyorum. Eğlendik de diyebilirim ama çocuklar işte ortamı bazen çok bozuyor (4G-K7-15Y).

İşte dediğim gibi sadece herkes çok konuşuyor grupta gereksiz. Yoksa her şey iyi. Burada olmak çok samimiydi. Burada anlattıklarımızı, hocalarımıza anlatmadınız. Özgür konuştuk (3G-K6-16Y).

Psikodrama eğlenirken öğreten, eyleme dayalı bir çalışma yöntemidir. Özellikle grupta kullanılan hareketli ve rekabet içeren ısınma oyunları gençleri daha fazla eğlendirmiştir, ayrıca bu tür uygulamalarda katılım motivasyonlarının artırdığı gözlemlenmiştir. Gençlerin eğlenceli, rekabet içeren ısınma oyunlarına katılımları daha yüksek olmaktadır. Anlatmak yerine yaparak öğrenmek; gençlerin, konuşmak yerine deneyimlemeye geçmelerine fırsat sağlamaktadır. Bu sayede ifade etmekte ve anlatmakta zorluk yaşayan gençlere alan açılabilmiştir. Gençler grupta konuşulanların grupta kalmasından duydukları memnuniyeti, gruba ve terapistle güvenlerini dile getirmişlerdir. Bu güven ilişkisinin gençlerin psikodramaya motivasyonlarında etkili olduğu anlaşılmaktadır.

b) Alt Tema 3.2. Psikodramaya Yönelik Motivasyonsuzluk

Koruma altındaki gençler psikodramaya motivasyonsuzluklarını, “Böyle şeylerden, kalabalıktan çok hoşlanmıyorum.”, “Çalışmaya katıldım ama çok gürültü vardı.”, “Ortamdan rahatsız oldum.”, “Yorulдум.”, “cuma akşamları yorgun oluyoruz”, “Kendimize ait çok zamanımız yok.” gibi ifadelerle açıklayarak kendilerine zaman ayırmak istediklerini açıklamaktadırlar.

Gençlerin açıklanan ifadeleri aşağıda verilmektedir:

Hiç şu an bir çalışmanın içinde olmayı istemiyorum. Sadece sizinle görüşmeye geldim, grup çalışması çok bana hitap etmedi. İlk gruplara katılmışım, sıkıldım. Daha önceden de olmuştu. Zorunlu bir çalışma diye söylendi. Ben katılmak istemedim. Hepsi için öyle ama buna biraz katıldım. Aslında mesele böyle şeyler hoşuma gitmiyor (1G-K4-16Y).

Şu an çok düşünemiyorum, şu an algılarım kapalı biraz, kusura kalmayın. Geç çıktım okuldan ve yorgunum, bir de çalışmada olmak istemedim, çok gürültü var, yoruluyorum, cuma akşamları çalışmak zor oluyor (4G-K5-17Y).

Cuma okul dönüşü çok yorgun oluyoruz. Kendimize ait zamanımız az. Okul, etüt var, ben de sabah erken kalkıyorum ama dediğim gibi katılmak, burada olmak sosyal gelişimimiz için iyi. Zaman oldukça katılabilirim (4G-K7-15Y).

Gençlerin grup çalışmalarına ilgilerinin zayıf olması, motivasyonlarının düşük olması sosyal kaygısı yüksek olan genç grupla çalışılması ve gençler için grubun kendisinin de bir kaygı nedeni olma olasılığını düşündürmektedir. Özellikle kaygılı gençlerin grup ortamlarına, kalabalıklara girmekten çekindikleri bilinmektedir.

Gençlerin gruba katılım isteklerinin haftadan haftaya değişkenlik gösterdiği de görülmektedir. Gruba motivasyonsuz gelen gençlerin, etkinliklere katıldıkları ve grup sonunda olumlu duygularla ayrıldıkları gözlemlenmiştir. Özellikle sosyal kaygı bozukluğu olan gençlerle yapılan grup çalışmalarında gruba devamlılığın sağlanmasının önemli bir sorun olduğu diğer çalışmalarda da bildirilmektedir (Üneri, Yıldırım, Tanıdır & Aytemiz, 2016: 347-353). Gençlerin özellikle grupta dinleme, sıra bekleme, konuşurken araya girmeme, arkadaşlarıyla dalga geçmeme konusunda kurallara uymada zorlandıkları, bu durumun grupta sataşma ve zaman zaman yüksek seslere yol açabildiği ve grup dinamiğini etkilediği gözlenmiştir. Grup üyelerinin bir kısmı bu yüksek sesli ortamdan rahatsız olduklarını, bu nedenle motive olamadıklarını ifade etmiştir. Bu durum gençlerin grup dışında da sürekli bir arada olmaları, özellikle 15-16 kişinin bir grup evinde yaşaması nedeniyle sürekli kalabalık ortamda bulunmaları ve grup çalışması deneyimlerinin az olması ile açıklanabilir.

Gençlerin bire bir diyalog kurmayı, grup ilişkisine tercih etmeleri ve arkadaşlarıyla rekabete girmeleri, grup ortamında olmaktan hoşlanmamaları ve grup deneyimlerinin az olması, gençlerle grup çalışmasının zorlukları olarak deneyimlenmektedir. Ayrıca psikodrama uygulamasının okul sonrasında, haftanın son günü akşam saatinde yapılmasının da gençlerin gruba olan motivasyonunu düşüren fiziksel nedenler arasında olduğu değerlendirilmektedir.

c) Alt Tema 3.3. Görüş ve Öneriler

Koruma altında bulunan gençler, psikodramaya yönelik görüş ve önerilerini gelecekleri için iyi dilek ve beklenti şeklinde açıklamaktadırlar.

Gençlerden biri: “Tüm çocukların içe kapanıklığı bir gün sona erer, gökkuşağı gibi yetişkinlikte tüm duygular açılır, hayaller gerçekleşir(5G-K9-16Y)” şeklinde kendisiyle arkadaşları için arzu ve dileğini açıklamıştır.

Psikodrama sayesinde yurttaki tüm gençlerin içe kapanıklık durumlarının azalacağı beklentisi şiirsel bir biçimde ifade edilmektedir.

Umarım bu yurttaki çocukların hepsi zaten bir gün gerçekten içe kapanıklıkları kırılır, çünkü insan bir neşeye, mutluluğa geldiği zaman o duvar çatlağı kırılır, baraj gibi patlar, ondan sonra normal güneş açar.

Gökkuşağı açar ya yağmurdan sonra, çoğu insan da seviniyor zaten gökkuşağı açınca vs. Herkesin içe kapanıklığı da gökkuşağı gibi açılır. Ama herkes yetişkin olduğu zaman, herkesin geleceği güzelleşir. Herkes hayalini söyler. Kimisinin gerçek olur, kimisinin gerçek olmaz. Yani o yüzden ben hayalimi söylesem belki gerçek olmayabilir (2G-K8-16Y).

Gençlerden biri psikodramanın daha fazla devam etmesini istediğini bildirmiştir.

Evet, öncelikle daha çok çalışabilirdik, ilk sıkılmıştım. Şimdi çok iyi artık devam ediyorum. Biraz daha devam edebilirdiniz, ben gruba alıştım, cumaları bekliyorum (3G-K6-16Y).

Bu ifade on oturum devam eden çalışmanın sonunda gençlerin gruba bağlılık geliştirmeye başladıkları şeklinde yorumlanmaktadır.

Koruma altında bulunan gençlerin bir kısmı da psikodrama grup deneyimine ilişkin görüş ve önerilerini; çalışmanın daha uzun sürmesinin iyi olacağı, yurttaki tüm gençlerin bu çalışmaya katılmalarının yararlı olacağı şeklinde açıkladıkları görülmektedir.

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1. Nicel ve Nitel Bulguların Birlikte Tartışılması

Bu bölümde araştırmanın nicel bulguları ve nitel bulguları birleştirilmektedir. Nitel bulgular, nicel bulgulara destekleyici ve açıklayıcı olacak şekilde yorumlanarak araştırma bulguları ilgili literatür ışığında tartışılmaktadır.

İlk olarak koruma altında bulunan gençlerin demografik özelliklerine ilişkin bulgular yorumlanacaktır.

Koruma altında bulunan gençlerin demografik özellikleri dikkat çeken bulgularla birlikte tartışılmaktadır. Gençlerin yarısı meslek lisesine devam etmektedir. Koruma altındaki gençler özellikle bir meslek kazanma ve iş bulmalarını kolaylaştıracağı düşüncesiyle meslek liselerine yönlendirilmektedirler. Bununla beraber gençlerin istekleri dışında meslek lisesi ve bölümlerine gittiği nitel bulgulardan anlaşılmaktadır. Gençlerin bir kısmının devam ettikleri meslek lisesinde eğitim görmekten, bir kısmının da okulundan hoşnutsuz oldukları, çok fazla devamsızlıklarının olduğu anlaşılmaktadır. Yapılan araştırmalar, koruma altında bulunan gençlerin akademik olarak başarısız olacaklarına dair yaygın bir kabulü ortaya koymaktadır. Örneğin Candan, yetiştirme yurtlarında kalmış bireylerin toplumsal entegrasyonu konulu tez çalışmasında Türkiye’de yurtlarda kalan gençlerin 4 yıllık üniversite bitirme oranını %10 olarak bildirmektedir (Candan, 2017: 40). Gençlerin eğitim gördükleri okul sistemlerinin de konuya yaklaşımı genellikle gençlerin kurum veya yurt çocuğu olarak damgalanması ve sıklıkla sorunlu çocuklar olarak görülmesi şeklinde olmaktadır. Bu nedenle de okullar tarafından çoğunlukla istenmedikleri bilinmektedir. Koruma altındaki gençlerde olumsuz kimlik oluşumunda üç temel kaynaktan bahsedilmektedir. Bunlar: 1) *kurumsal yapı*; 2) *gençlere yönelik değersizleştirme* ve 3) *diğer insanların bu gençlere karşı olumsuz davranışları* olarak açıklanmaktadır (Kools, 1997: 263-271).

Koruma altında bulunan gençler, içinde bundukları eko-sistemin ön yargılı ve damgalayıcı tutumuyla karşı karşıya kaldıkları anlaşılmaktadır. Bu nedenle gençlerin sorunlu, başarısız olduklarının ön kabulü ve değersizleştirilmesi karşısında benlik gelişimlerinin olumsuz etkilenmesi ve sosyal kaygılı olabilecekleri öngörülebilir. Ayrıca sergilenen bu tutum gençlerin okuldan uzaklaşmalarıyla sonuçlanacak ve akademik başarılarını olumsuz etkileyebilecektir.

Demografik bulgular, gençlerin çok kardeşli ortamlardan geldiklerini göstermektedir. Gençlerin yarıdan fazlası 4 ve üzeri kardeşe sahiptir (Bkz. Tablo 4.5). Yapılan çalışmalar; kardeş sayısının 4'ten fazla olduğu durumlarda anne-baba sevgisinden ve ilgisinden yoksun olacaklarını, ihtiyaçların yeterince karşılanamayacağını ve kardeş kıskançlıklarının özellikle kaygı üzerinde etkili olacağını bildirmektedir (Yörükoğlu, 1992: 43-48; Gander & Gardiner, 1995, akt. Akgün & Yeşilyaprak, 2003: 45). Yang ve diğerleri de tek çocuk ya da kardeşli olmanın, korku, kaygı, depresyon düzeyine etkisini araştırmış; kardeşi olanlarda korku, kaygı ve depresyonun daha yüksek olduğunu bulmuşlardır (Yang et al. ,1995:1301-1311, akt. Alisinanoğlu & Ulutaş, 2003: 68). Çok kardeşe sahip olmak aynı zamanda düşük sosyo-ekonomik durumla ilişkilendirilmektedir. Koruma altındaki gençlerin de benzer şekilde çoğunlukla sosyo-ekonomik nedenlerle, ebeveynlerin çocuklarına bakacak iş ve gelir güvencelerinin olmaması nedeniyle koruma altına alındıkları bilinmektedir. Araştırmalar, sosyo-ekonomik düzeyin düşüklüğü ile öğrencilerde benlik saygısının azaldığını; psişik yalıtılmışlığın ve psikosomatik bulguların arttığını ortaya koymaktadır (Torucu, 1990, akt., Korkmaz & Uslu, 2020: 12).

Bir diğer önemli demografik bulgu gençlerin aile yapısını açıklamaktadır. Koruma altına alınan gençlerin çoğunun anne-babası ayrıdır (Bkz., Tablo 4.5). Tek ebeveynli olmak, koruma altında bulunan gençler için işlevsiz ailenin varlığına ve ekonomik yoksulluğa da eşlik eden bir durum olabilmektedir. Benzer şekilde kurum bakımında kalan çocukların çoğunluğunun boşanmış ailelerden geldiğini gösteren çalışmalar mevcuttur (Yalçın, 2011: 98-100). Boşanma ve tek ebeveynli olmak, koruma altına alınma nedenleri arasında sayılmaktadır. Nitel bulgular; gençlerin ebeveynleri arasında yaşanan şiddet olaylarının arasında kaldıkları ve şiddete tanıklık ettikleri, kendilerinin de şiddet gördüğü, ihmal ve istismar yaşadıklarını ortaya koymaktadır.

Özellikle bir kısım gencin babalarından ve akrabalarından (amca, dayı gibi aile erkeklerinden) şiddet gördükleri için koruma altına alındığı anlaşılmaktadır. Gençlerin bu travmatik deneyimlere karşı verdikleri tepkilerin farklılığı dikkat çekmektedir. Bazı gençler yapılan görüşmelerde, geçmiş olumsuz deneyimlerini hatırlamak istemezken, bazıları yaşadıkları şiddetin izlerini bedenlerinde taşıdıklarını dile getirerek açıklama, anlatma ihtiyacı hissetmişlerdir. Örneğin koruma altındaki gençlerden biri, hem kendisinde hem de kardeşinin vücudunda yaşanan travmaya ait yara izleri olduğunu ve kaygı yaşadıklarını, özellikle kardeşinin bu yüzden içe kapanık olduğunu anlatmıştır (2G-K8-16Y).

Gençlerden hafta sonları izinli olduklarında ebeveynleri ya da kardeşleriyle görüşenler de bulunmaktadır. Bu bağlamda gençler için her koşulda ailenin varlığı, bağ kurma ihtiyacının anlamlı ve önemli olduğu değerlendirilmektedir. Birçok araştırmaya göre ebeveyn yokluğu ergenlerde duygusal, sosyal ve zihinsel sorunlara neden olmaktadır. Çalışmalar; özellikle çocukluk döneminde yaşanan ebeveyn kayıplarının benlik saygısı, ilişkisel benlik saygısı üzerinde etkili olduğunu göstermektedir. Örneğin bir çalışmada baba yoksunluğunun kız ve erkek öğrencilerin benlik algılarını negatif etkilediği sonucuna varılmıştır (Özkardeş, 1994: 147-186). Başka bir çalışma, boşanmış ebeveynin benlik saygısını etkilemediğini ortaya koymuş ancak “*geçimli aileye*” vurgu yapmıştır. Geçimli ailelerde yetişen ergenlerin boşanmış veya geçimsiz ailelerde yetişen ergenlere göre daha yüksek benlik saygısına sahip oldukları bildirilmiştir (Kuyucu, 2007: 154). Genel olarak anne-baba kaybının ya da boşanmanın çocuklar üzerindeki olumsuz etkileri bilinmekle beraber ebeveynlerle nasıl ilişki geliştirdikleri ve ailelerinin sosyal destek olma kapasitelerinin daha önemli olduğu görülmektedir.

Koruma altında bulunan gençler kalmakta oldukları çocuk evleri sitesinde benzer deneyimlerden gelen akranlarıyla bir arada yaşamaktadır. Gündelik yaşantıları çoğunluk kurumdaki akran ilişkisi içinde sürmektedir. Bulgular gençlerin büyük çoğunluğunun arkadaşının olduğunu göstermektedir. Nitel bulgularda gençler, yakın ilişkilerini arkadaş çevrelerinin varlığı ile açıklamaktadırlar. Arkadaş gruplarıyla spor aktivitelerine vs. dâhiliyetlerinin önemli olduğu anlaşılmaktadır.

Sosyal kaygıyla baş edebilmek için arkadaşlarıyla konuşmanın, birlikte sohbet etmenin önemini vurgulamaktadırlar. Ergenlik döneminde doğaldır ki her genç için arkadaşlık ilişkileri ailenin önüne geçmektedir. Ancak koruma altındaki gençler için farkı gençlerin çoğunlukla kendilerine güven veren bir ailenin varlığından, desteğinden yoksun olmalarıdır. Bu bağlamda gençlerin içinde bulundukları eko-sistemde güvenli ilişkilere, bağ kurmaya ihtiyaç duydukları öngörülebilir. Örneğin psikodrama oturumunda sahneye gelen bir genç, önceki kaldığı kurumda gönüllü ailesinin olduğunu ama kurum değişikliği sonrasında bu ilişkinin koptuğunu ve gönüllü ailesine duyduğu özlemi canlandırmıştır (Bkz., Ek 6: Oturum 8). Bu örnek anlatı gençlerin bağ kurma ihtiyacını ve ilişkilere yükledikleri anlamı, ilişkilerden beklentilerini ortaya koymaktadır.

Zorluklarla dolu gençlik dönemini başarıyla tamamlamaları ve sağlıklı bir yetişkin olabilmeleri için gençlerin onları güçlendirecek, destekleyecek, eksiklerini tamamlayacak uygulamalara ihtiyaç olduğu anlaşılmaktadır. Arkadaş grubuyla aitlik ilişkisi içinde olmak ve grup aracılığıyla kimlik oluşturma çabası ilişkisel benlik açısından oldukça anlamlı görünmektedir. Ergenlik döneminde akranlarla kurulan ilişkilerin benlik gelişimine önemli katkıları olduğu göz önünde bulundurulmalıdır. Gençler içinde bulundukları eko-sistemde yakın ilişkilerini akranlarıyla kurduklarından bu ilişkilerin biçimine ve önemine dikkat çekilmektedir. Gençler için akran ilişkilerinin önem kazanması nedeniyle benzer yaşantıların olduğu bir grupta birlikte gündelik hayatı paylaşmanın ve yalnız olmadıkları duygusunun telafi edici olabileceği de ayrıca değerlendirilebilir. Koruma altındaki gençler, benzer sorunları yaşayan diğer gençlerle karşılaşarak yalnız olmadıklarını deneyimleyebilirler. Arkadaşlarından hem olumlu hem de olumsuz etkilendiklerini ifade eden gençlerin yanı sıra, bazı gençlerde aile ve kardeşlerle bir arada olma isteklerinden bahsetmektedirler. Bulgular, görüşülen aile bireyleri ve akranlarla kurulan yakın ilişkilerin gençlerin benlik/kimlik kurgusunda etkili olduğunu bize açıklamaktadır. Bu bağlamda gençlerle uygulama ve çalışmalar yapılırken akran ilişkilerinin incelenmesi genci anlamak için bir kaynak olabilir. Gençler için önemli bir görev, Erikson'dan ilham alarak ifade edecek olursak, kimlik kazanmaktır ve gençlerin arkadaşlarıyla girdiği ilişkiler kimliğin oluşmasının önemli bir kısmına katkı sağlamaktadır (Atabek, 2016: 365-370).

Yakın ilişkide oldukları kurumdaki arkadaşları veya gençlerin jargonuyla “*kankaları*” ile girdikleri ilişkilerde onay, kabul görerek duygu, düşünce ve bilgiyi içselleştirebileceklerdir. Ayrıca öğrendikleri yeni bilgiler yansıtılarak, onaylanarak benliklerinin bir parçası olarak işlev görecektir. Bu nedenle kurumlarda gençlerin arkadaşlık ilişkilerinin önemine dikkat çekilmektedir. Mezzo düzeyde kurumda kurulan ilişkilerin koruma altındaki gençler için kaynak olabileceği değerlendirilebilir.

Yapılan bir çalışmada ergenlik döneminden yetişkinliğe geçiş dönemindeki arkadaşlık ilişkileri incelenmiştir. İlişkisel benlik kavramı, bu dönemdeki bireylerin arkadaşlık ilişkilerindeki beklentileri ve nasıl tanımlandığı üzerinde odaklanmış olduğu şeklinde açıklanmıştır (Collins & Van Dulmen, 2006: 219-234). İlişkisel benlik kavramıyla ilgili ölçüm aracı olarak “*Kendinin İçine Diğerini Dâhil Etme Ölçeği*”nin kullanıldığı bir araştırmada, “*insanların arkadaşlık ilişkilerinde, kendilerini diğerleriyle olan ilişkileriyle birlikte açıkladıklarına ve bu tanımlamaların ilişki kalitesi üzerindeki etkisine*” vurgu yapılmaktadır (Aron et al., 1992: 596-612).

Demografik değişkenlerden önemli bir bulgu da gençlerin katıldıkları etkinliklerdir. Koruma altında bulunan gençlerin çoğu, kurum içi etkinliklere katılım sağlamaktadır. Çalışılan grubun erkek ergen grubu olması nedeniyle spor aktivitelerine daha fazla ilgi duydukları görülmektedir. Gençler futbol, voleybol gibi spor etkinliklerine katıldıklarını belirtmişlerdir. Özellikle Türkiye’de de yaşanan pandemi sürecinde spor aktivitelerine katılamadıklarını ve bunun becerilerinin gerilemesine neden olduğunu bildirmişlerdir. Spor yapan ve yapmayan lise öğrencilerinin benlik saygısının karşılaştırıldığı bir araştırmada fiziksel aktivitenin anlamlı bir fark yarattığı sonucu bulunmuştur (Yıldırım & Sedef, 2022: 1108). Ayrıca bazı çalışmalar, okul dışı faaliyetlerde bulunan öğrencilerin sosyal korku ve kaçınma durumlarının katılmayanlara kıyasla daha düşük olduğunu bildirmektedir (Özdemir, 2016: 69; Türe, 2009: 67 -70). Gençlerin kurum içi etkinliklere katılımının daha fazla olmasının kurum personelinin motive etmesi ve/ veya zorunlu tutması gibi nedenlere bağlı olabileceği anlaşılmaktadır. Gençlerin benzer şekilde okulda ve farklı sosyal ortamlarda (kurum dışı) sosyal-sportif etkinliklere katılmaları için motive edilmeye ve desteklenmeye ihtiyaçları olduğu değerlendirilmektedir.

Aynı zamanda gençler, yeni ve farklı ortamlara girerek sosyal kaygıyla baş edebileceklerini açıklamaktadırlar. Bu bağlamda kurum dışındaki sosyal, sportif ve kültürel etkinliklere katılmaları ve bunun için teşvik edilmelerinin kaygıyla bahsetmeleri bağlamında etkili olduğu görülmektedir.

Araştırmanın nicel boyutunda deney grubuna 10 oturum psikodrama uygulanmıştır. Araştırmanın nicel amacı kapsamında deney ve kontrol grubundaki gençlerin ilişkisel benlik ve sosyal kaygı durumlarında uygulamanın deney grubu lehine farklılık oluşturup oluşturmadığı incelenmiştir.

İlk olarak deney grubunda ön test ve son test puanları arasındaki fark incelenmiş, ilişkisel benlik ölçeği toplam puanında ve ölçeğin alt boyutları olan özdeşleşme ve yansıma alt boyutunda anlamlı olarak fark olduğu bulunmuştur. Psikodrama grup terapisi müdahalesi sonrasında deney grubunda bulunan gençlerin ilişkisel benlik durumlarında fark olduğu bulunmuştur. Ancak deney grubunun sosyal kaygı ölçeği puanında ön test ve son test arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

İkinci olarak deney ve kontrol grubuna katılan gençlerin son test puanları arasındaki fark incelenmiştir.

Deney ve kontrol grubuna katılan gençlerin son test puanlarında ilişkisel benlik ölçeğinin yansıma boyutu ve ergenler için sosyal kaygı ölçeğinin toplam puan, olumsuz değerlendirilme korkusu (S-ODK), genel durumlarda sosyal kaçınma ve huzursuzluk duyma (S-GSHD) alt boyutları arasında deney grubu lehine anlamlı olarak fark bulunmuştur. Literatürde bulgularımızı destekleyen benzer sonuçlara rastlanmaktadır. Psikodramanın uygulandığı benzer bir çalışmada öğrencilerde benlik saygısı ve sosyal kaygı değişkenine göre kontrol ve deney grupları karşılaştırıldığında gruplar arası farkın anlamlı olduğu bulunmuştur (Godroj, 2022: 255-263). Benzer şekilde başka bir çalışmada psikodrama alan katılımcılarda kontrol grubuna kıyasla genel, sosyal ve davranışsal benlik kavramlarında artış ve yalnızlıkta azalma olduğu bildirilmektedir (Orkibi et al., 2017: 1455-1463).

Brewer ve Gardner'a göre ilişkisel benliğin kurgusunda yansıma önemli bir süreçtir. İlişkisel benlikte yansıma yüksek ise kişinin ilişkiselliği yüksek, yansıma düşük ise ayrışma ve hatta bireysellik söz konusu olacaktır (1996: 83-93).

Koruma altında bulunan gençlerle yapılan psikodrama grup terapisi sonunda ilişkisel benliğin yansıma alt boyutunda deney grubu lehine anlamlı fark olduğu sonucu bulunmuştur. Yansıma boyutunda ilişkisel benliğin yüksek olması yakın ilişkileri sürdürmede ve korumada etkili bir faktör olarak değerlendirilmektedir. Bu da bize yüksek ilişkiselliğin gençler için arkadaşlıklar kurma ve sürdürmede önemli olabileceğini açıklamaktadır. Bu kapsamda koruma altında bulunan gençlerin akran ilişkilerinden başlayarak sosyalleşmeleri ve toplumla bütünleşmeleri üzerinde ilişkisel benliğin yansıma boyutunun yüksek olmasının katkısının olacağını açıklamaktadır. Psikodrama müdahalesi sonrasında ilişkisel benliğin yansıma boyutunda anlamlı fark bulunmuş ancak özdeşleşme boyutunda ise fark bulunmamıştır. Bu sonuç, gençlerin içinde bulundukları eko-sistemde özdeşim ilişkisinin görece sınırlı olması ile açıklanabilir. Örneğin gençlerin idealize ettiği kişilerin sınırlı olduğu ve birçoğunun fenomen ya da ünlü kişileri idealize ettikleri nitel bulgularla ortaya konmuştur. Yine nitel bulgulara göre gençlerin yakın ilişkilerinde idealize ettikleri kişilerin çok sınırlı olduğu anlaşılmaktadır.

Sadece iki genç, abisini; bir gençse grup sorumlusu olan öğretmenini idealize ettiğini açıklamıştır. Özdeşleşme; anne, baba, öğretmen gibi rollere bağlı olabileceği gibi güçlü olmak, başarılı olmak gibi önemli bulunan özellikler aracılığıyla da gerçekleşmektedir (Sluss & Ashforth, 2007:9-32). Gençlerin idealize ettiği kişiler çoğunlukla ünlüler olduğundan yakın ilişkide olmadıkları ve kişilik özellikleriyle birlikte tanımadıkları kişileri rol model gösterdikleri anlaşılmaktadır. İlişkisel benlik ise yakın ilişkilerin benlik kurgusundaki etkisini açıklayan bir kavram olarak işlev görmektedir. Körükçü, Gündoğan ve Ogelman tarafından yapılan bir çalışmada ilişkisel benlik odaklı bireylerin aynı zamanda akademik başarılarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Araştırmacılar ilişkisel benlik odaklı bireylerin akademik hedeflerine ulaşmak için sosyal destek arama ve kaynakları kullanma konusunda daha etkili olduklarını göstermiştir (2015: 1665-1678). Crocker, Sommers ve Luhtanen yaptıkları çalışmada ilişkisel benlik odaklı kişilerin başkalarının başarılarına daha olumlu tepkiler verdiği bulunmuştur. İlişkisel benlik odaklı kişiler diğerlerinin başarılarıyla kendilerini daha yakından ilişkilendirirler ve bu nedenle başarılı kişilere daha destekleyici ve teşvik edici bir tavır sergilerler (2002: 1275-1286).

Bir başka çalışmada ilişkisel benlik odaklı kişilerin iş hayatında daha yüksek performans sergilediği tespit edilmiştir. İlişkisel benlik odaklı bireyler, iş yerinde güçlü iş ilişkileri kurma yetenekleri sayesinde daha yüksek başarı düzeylerine ulaşabilmektedirler (Crocker & Canevello, 2008: 555-575).

Uçar ve Morsünbül yaptıkları araştırmada özerk, ilişkisel ve özerk-ilişkisel benlik türlerinin ve kimlik stillerinin benlik saygısını yordayıp yordamadığı araştırmışlardır. Araştırma sonuçları, benlik türlerinin benlik saygısını anlamlı bir şekilde yordadığını göstermiştir (2017: 25-35). Söz konusu araştırma ilişkisel benlik kavramının benlik saygısı üzerinde etkili bir yordayıcı olduğunu açıkladığından ve psikodramanın kullanıldığı ilişkisel benlik çalışmaları sınırlı olduğundan araştırma bulguları benlik saygısı araştırmalarıyla da desteklenecektir. Bu nedenle bulgular, literatürle bir arada tartışılırken benlik saygısıyla yapılan araştırmalara da atıf yapılması uygun görülmektedir. İlişkisel benliğin yansıma boyutunda, yüksek yansıma seviyesine sahip olunması durumunda yakın ilişkideki kişilerin benliğin bir parçası olarak kabul edilir olmasına işaret etmektedir. Bu durumda yakın ilişkileri ergenin anlaşılmasında, kendini sunma biçiminde bir ipucu olarak işlev görebilecektir.

Koruma altında bulunan gençlerin içinde yer aldıkları eko-sistemlerindeki yakın ilişkileri ilişkisel benlik kurgusuna katkısını anlamının önemine ilişkin kanıtlar sunmaktadır.

İlişkisel benlik, kişinin bedenine yönelik yorumlar, iltifatlar veya eleştiriler dâhil olmak üzere başkalarından gelen geri bildirim ve onaylanmanın etkisiyle de şekillenmektedir. Olumlu veya olumsuz geri bildirim özellikle yakın ilişkilerden alınırsa beden imajı ve bedenle ilgili öz algıları etkilemektedir (Sanftner et al., 2009: 262-280). Gençlerin içinde bulundukları sosyo-ekolojik sistemde öz bakım, giyim tarzı vb. fiziksel görünüme dair geri bildirimlerin yetersiz veya etkisiz olduğu izlenmektedir. Gençler çevrelerinden çok az ve yetersiz geri bildirim almaktadır. Geri bildirimler çoğunlukla annelerinden, yakın arkadaşlarından ve öğretmenlerinden olmaktadır; “Zekisin.”, “Çalışkansın.” gibi ifadeler sınırlı aldıkları olumlu geri bildirimler arasında sayılmaktadır. Buna karşılık gençlere lakap takıldığı ve olumsuz anlamda geri bildirimler verildiği de nitel bulgulardan anlaşılmaktadır. Özellikle dış görünüş saç, sakal ve hijyen konularında kurumdaki gençler benzer, ortak görünüm sergilemektedirler.

Bu durum gençlerin fiziksel görünüşleri ile ilgili yeterli geri bildirim alamadıklarını, yalnızca akranlarıyla bağlantılı geri bildirimlerin etkili olduğunu düşündürmektedir. Bu nedenle elde bulgular ışığında yakın ilişkide bulundukları çevreden sınırlı geri bildirim duydukları veya geri bildirimlerin etkisiz olduğu değerlendirilmektedir. Araştırmanın nitel bulguları kendine bakım vermenin özgüven kazanmada ve arkadaşları tarafından daha fazla kabul görmekte etkili olduğunu ortaya koymaktadır. Yapılan araştırmalar da benzer şekilde olumlu beden imajının benlik saygısını olumlu yönde etkilediğini bildirmektedir (Eriş & İkiz, 2013: 179-193; Oktan & Şahin, 2010: 543-556; İkiz, 2000: 75; Tatoğlu, 2006: 53-62). Nitel bulgular; koruma altındaki gençlerin fizik görünüm ve kişisel bakımlarında ilgi, destek ve geri bildirme ihtiyaçları olduğunu ortaya koymaktadır.

Literatürde sosyal kaygının psikodrama kullanılarak çalışıldığı araştırmalarda olumlu sonuçlara ulaşıldığı görülmektedir. Örneğin ergenlerin sürekli kaygılarının giderilmesi için lise öğrencileriyle psikodrama kullanılarak çalışılmıştır. Deney grubuna on hafta süre doksan dakikalık oturumlar uygulanmış ve psikodrama çalışmasının sürekli kaygı üzerinde etkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca sonuçların izlemelerde devamlılık gösterdiği bildirilmiştir (Karataş, 2009: 31-37).

Yapılan başka bir araştırmada tek grup ön test-son test şeklinde 11 öğrenciyle 13 oturum psikodrama uygulaması yapılmış, sonuçta psikodrama uygulamasının kaygı düzeyini düşürmede etkili olduğunu ortaya koymuştur (Görkem & Tüccar, 2018: 599-620). Ayrıca psikodrama yönteminin kullanıldığı 52 çalışmanın meta-analizi yapılmış, psikodramanın kaygı bozuklukları üzerinde etkili olduğu bildirilmiştir (Wieser, 2006: 47-53).

Psikodramanın işlevselliği, “tüm diğer terapiler gibi (ki psikodrama da bir grup terapisi içinde kullanılan bir metod) ergenlikteki yetersiz rol özdeşimi, davranış sorunları ve hafif düzeyde nevrotik belirtiler üzerinde çalışmak için ideal ortam sağlaması, ayrıca bir düzeyde regresyona izin vererek duyguların ifade edilmesiyle düzeltici duygusal deneyimlerin yaşanmasını sağlamasıyla” açıklanmaktadır (Kraft, 1980: 109-133, 1983: 109-133).

Araştırmanın nicel boyutunda psikodrama uygulaması alan deney grubundaki gençlerin sosyal kaygı puanlarında toplamda ve ölçeğinin bir alt boyutu dışında tüm alt boyutlarında etkili olduğu bulunmuştur.

Bulgumuz, yapılan benzer araştırmalarla desteklenmektedir (Karataş, 2009: 31-37; Kipper, 1998: 99-107; Blatner, 2002: 142). Araştırma bulgularına bakıldığında psikodrama grup terapisinin koruma altındaki gençlerin sosyal kaygısını azaltmada bir yöntem olarak kullanılabileceğini söyleyebiliriz. Araştırmanın nitel bulguları araştırma bulgusunu destekler şekilde sonuçları açıklayıcı deneyimleri ortaya çıkarmıştır. Gençler sosyal kaygıyla arkadaşlarıyla konuşarak, sohbet ederek, iletişim içinde kalarak, okul arkadaşları ve onların aileleriyle tanışarak ve kişisel bakımlarına önem vererek, birini kendine örnek alarak baş ettiklerini bildirmektedirler. Gençler için özellikle sosyal yalıtılmışlığın veya akranları tarafından dışlanmanın sosyal kaygıyı etkileyen önemli faktörler olduğunu nitel bulgular açıklamaktadır Benzer şekilde literatür de bu sonuçları desteklemektedir (Craig, 1998: 123-130; Gilmartin, 1987: 472; Hymel, Rubin, Rowden & Lemare, 1990: 2004-2021). Bu bağlamda gençlerin arkadaş ilişkilerinin varlığı ve arkadaş grupları tarafından kabul edilmesi, onaylanması hem ilişkisel benlikleri üzerinde hem de sosyal kaygıları üzerinde anlamlı olarak etkili görünmektedir.

Sosyal etkinliklere özellikle de kurum dışında, okullarda yapılan etkinliklere katılım koruma altındaki gençlere yeni durumlarla karşılaşma fırsatı sunmaktadır. Her yeni durum koruma altındaki gencin sosyal kaygıyla baş etmesinde etkili bir adım olarak değerlendirilmektedir. Ancak yine bulgular koruma altındaki gençlerin kurum dışındaki etkinliklere katılımları için desteklenmeye ihtiyaçları olduğunu göstermektedir.

Erözkan yalnızlık ile demografik değişkenleri ve sosyal kaygıyı karşılaştırdığı çalışmasında “*demografik değişkenlerden, cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, okul türü ve sosyo-ekonomik düzeyin yalnızlık üzerinde yordayıcı olmadığı, yalnızlık ile sosyal kaygı arasında orta düzeyde ve pozitif yönde ilişki olduğu*” sonucunu bulmuştur (2009: 809-819).

Literatürde ergenlik dönemi, sosyal kaygının artış gösterdiği bir dönem olarak tarif edilmektedir. Yapılan bir çalışmanın sonuçları, özellikle orta ergenlik döneminde sosyal fobi belirtilerinin arttığına dikkat çekmektedir (Ranta er al., 2007: 261-270). Araştırmamıza katılan gençlerin yaş ortalamasının “15” olduğu değerlendirildiğinde koruma altında ve dezavantajlı gençler olduklarından sosyal kaygı durumlarının ayrıca dikkat edilmesi ve çalışılması gereken bir konu olacağı söyleyebilir.

Ayrıca yalnızlık ve sosyal destek eksikliğinin psikolojik rahatsızlıklara neden olduğu ve bireye sağlanan sosyal desteğin ise karşılaşılan stresli durumlarının etkileriyle başa çıkmada üstünlük sağladığı bildirilmektedir (Plotnik, 2007: 422). Korunmaya muhtaç çocuklarla yapılan bir çalışmada aile ortamının sağladığı olumlu rol modelinden, sıcak ve yoğun ilişkilerden yoksunluk nedeniyle sosyal becerileri öğrenme ve uygulamada sorunlar yaşayabildikleri bildirilmektedir (Gülay & Akman, 2008: 23-39). Kurum bakımında ve ailesi yanında bulunan çocukların karşılaştırıldığı çalışmada ise kurum bakımına alınma yaşının, iki ya da daha fazla kurum değiştirmesinin, tekrarlayan fiziksel bir hastalığın olmasının duygusal ve davranışsal sorunlarda artışa neden olduğu bulunmuştur (Şimşek et al., 2008: 243-244). Başka bir çalışmada anksiyete bozukluklarının okul başarısına ve okuldan ayrılmaya etkisi geriye bakışlı olarak değerlendirilmiş, okuldan ayrılanların çoğunluğunun birincil ya da eşlik eden yaygın sosyal fobi tanılı olanlardan oluştuğu bulunmuştur (Van Ameringen et al., 2003: 561-571). Ayrıca sosyal kaygı bozukluklarında en az bir eşlik eden bozukluğun da birlikte görüldüğü durumların sıklıkla ortaya çıktığı bildirilmektedir. Örneğin gençlerin sosyal kaygı bozukluğu ile dikkat ve öğrenme sorunları yaşadıkları bildirilmektedir (Bernstein et al., 2008: 752-760). Bunun yanında “sosyal kaygılı çocukların yaklaşık %10’unda okul reddi yaşandığı” açıklanmaktadır (Beidel et al., 1999: 643-650). Bu bağlamda sosyal kaygı düzeyi aynı zamanda koruma altındaki gençlerin okula bağlılıkları ve okul başarısını etkileyecek bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Araştırmamızın nitel bulguları gençlerin sıklıkla okula devam sorunları yaşadıklarını, okula isteksiz gittiklerini ortaya koymuştur. Bu soruna yol açabilecek bir faktör olarak sosyal kaygılı olma ve sosyal kaygının okula devam durumları üzerinde etkili olacağının da incelenmesi gerektiği anlaşılmaktadır.

Deney grubunda koruma altında bulunan gençlerle yapılan psikodrama müdahalesinin süresi ve gençlerin görece sınırlı bir terapi alması (10 hafta), aynı anda iki farklı değişkenle çalışılması, ön test ve son testler arasındaki farkın, ölçeklerin tüm boyutlarında ortaya çıkmaması sonucuna neden olabileceği değerlendirilmektedir. Özellikle iki değişken, beş alt faktörle aynı zamanda çalışmak değişkenlere müdahale süresini kısaltacağından uygulama süresi; bulgular üzerinde etkili olabilecektir.

Çalışma grubunun koruma altındaki kaygılı gençlerden oluşması özellikle gençlerin grupla birlikte çalışmaya karşı mesafeli ve isteksiz olmaları, grup normlarına uyum sağlamada güçlük yaşamaları psikodrama müdahalesinde çalışma prosesine etki eden faktörler olmuştur. Bu durumda gençlerin gruba ısınması ve psikodramaya yönelik motive olmaları zaman almıştır. Devamlılığın sağlanabilmesi amacıyla gruba gençlerin en yüksek katılımının sağlanacağı zaman aralığında yapılmasına dikkat edilerek cuma günleri akşam saatinde uygulama yapılmıştır. Ancak yine de koruma altında bulunan gençlerin hafta içinde tüm gün okulda olmaları nedeniyle, haftanın son günü akşam saati gruba katılma motivasyonlarının düştüğü anlaşılmaktadır. Örneğin gençler akşam saatlerinde yorgun olduklarını ve kendilerine ait zamanları kalmadığından motivasyon eksikliği yaşadıklarını açıklamaktadırlar. Gençlerin psikodrama grup terapisine motivasyonlarının düşük olmasında grup çalışması deneyimlerinin olmamasının da etkili olacağı değerlendirilmektedir. Örneğin kalabalık çalışmalardan ve gürültülü ortamlardan hoşlanmadıklarını belirtmişlerdir. Aynı zamanda literatürde kaygılı bir gruplarla çalışılırken grup ortamının ve grup çalışmasının kendisinin de kaygı verici olacağı açıklanmaktadır. Dolayısıyla gençlerin kaygılı bir grup olması da grup çalışmasına karşı motivasyonsuz olmalarına bir neden olarak değerlendirilmektedir. Ergen gruplarıyla çalışırken yeterli üye sayısına ulaşmanın ve gruba devamlılığı sağlamanın zor olduğu sıklıkla vurgulanmaktadır. Ulaşım zorlukları, okul uğraşlarının gerekliliği ve diğer bazı nedenlerle ergenlerin tüm oturumlara katılamayacağı durumlar bildirilmektedir.

Grup çalışmalarının kaç kişi ile sürdürüleceği konusunda özellikle gizil dönem, ön-ergenlik ve ergenlik dönemlerindeki gruplar için asgari sekiz kişi ile çalışmanın uygun olacağı belirtilmektedir (Kraft,1983: 109-133). Araştırma için grupların oluşturulmasında bu bilgiler ışığında devam sorunları olacağı değerlendirilerek gruplar 15 kişiden oluşturulmuştur.

Koruma altındaki gençlerle psikodrama uygulanan bu çalışmanın yürütülmesinde açıklanan zorlukların, ölçeklerden İlişkisel Benlik Ölçeğinin bir alt boyutunda Sosyal kaygı ölçeğinin ise iki boyutunda anlamlı sonuçlar bulunmasında etkili olduğunu söyleyebiliriz. Ayrıca psikodrama grup çalışmalarında gruplar için önemli bazı kriterler vardır. Bunlardan en önemlisi gruba güvendir.

Gruba güven sağlamak için bireyin gruba devamı kadar diğer grup üyelerinin düzenli katılım sağlaması/devamı da önemli olmaktadır. Yani grup üyelerinin her birinin devamlılığı ve grubun çalışmaya ısınması bu bağlamda önem arz etmektedir. İlişkisel benlik ölçeğinin ve ergenler için sosyal kaygı ölçeğinin ayrı ayrı olarak psikodrama ile çalışılması, ısınma sürelerinin uzun tutulması ve daha uzun oturumlarla (16- 20 oturum) çalışılması koruma altındaki gençlerle yapılacak çalışmalar için yararlı olacaktır.

5.2. Sonuç ve Öneriler

Bu bölümde bulgulardan çıkarılan sonuçlar ve sonuçlara bağlı kalınarak geliştirilen önerilere yer verilmektedir.

Koruma altında bulunan gençlerin işlevsiz aile yapılarından geldiği, ihmal, istismar ve şiddet yaşantılarının olduğu bilinmektedir. Bu gençlerle çalışmanın ve psiko-sosyal olgunluğa ulaşmış, kendine yeten bireyler olmalarını sağlamanın güçlüğü de ortadadır. Tüm bunları içinde bulundukları gençlik döneminin özellikleriyle ve eko-sistemleriyle bir arada düşündüğümüzde araştırmada ilişkisel benliğin ve sosyal kaygının çalışılacak olmasının katkısı yadsınamaz.

Travma yaşantıları ve aile desteğinden yoksun olmaları koruma altında bulunan gençler özelinde kaygı yaratacak temel bir sorun olarak görülmektedir. Bu nedenle gençlerin yaşadığı sosyal kaygının azaltılmasına ve ilişkisel benliklerinin desteklenmesine duyulan ihtiyaçtan hareket edilerek araştırmada ilişkisel benlik ve sosyal kaygı değişkenleriyle çalışılmıştır.

Bu kapsamda koruma altında bulunan gençlerin ihtiyaçlarına ve sorunlarının çözümüne yönelik olarak geliştirilecek müdahale programlarının uygulanmasına ihtiyaç vardır. Buna karşın müdahale programları ve grup çalışmaları kurumlarda ne yazık ki çok az yer bulmaktadır. Psikodrama grup terapisi etkililiği ortaya konmuş, çeşitli gruplarla ve sorunlarla çalışılmış bir grup terapisi müdahale yöntemidir.

Araştırmada koruma altında bulunan gençlerle psikodrama grup terapisi ile çalışılmış, gençlerin ilişkisel benlik ve sosyal kaygıları üzerindeki etkisi sıralı karma yöntem kullanılarak araştırılmıştır.

Fenomenolojik yöntemin kullanıldığı, derinlemesine görüşmeler yoluyla elde edilen nitel bulgular sayesinde gençlerin öznel deneyimleri açığa çıkarılmış; yöntem gereği sınırlı grupla yapılan deneysel çalışmadan elde edilen nicel bulguların daha geniş bir bakışla değerlendirilmesine olanak sağlanmıştır.

Sıralı karma modelle çalışılan araştırmada ergenler için sosyal kaygı ölçeğinden orta ve üstü puan alan gençler arasından deney ve kontrol grupları rastlantısal atama ile belirlenmiştir.

Deney grubundaki gençlerle psikodrama grup terapisi ile 10 oturum, haftada bir gün ve ortalama doksan dakika çalışılmış, kontrol grubuna herhangi bir müdahalede bulunulmamıştır. Deney grubuna katılan gençlerden gönüllü 12 genç ile psikodrama grup terapisi uygulaması sonrasında derinlemesine görüşme yapılmıştır.

Araştırma sonunda deneysel çalışmayla elde edilen nicel bulguların ve derinlemesine görüşmelerden elde edilen nitel bulguların analiz edilmesiyle elde edilen sonuçlar üç kısımda değerlendirilmektedir. Demografik bulgulardan elde edilen sonuçlar, araştırma hipotezlerinin test edilmesi, derinlemesine görüşmelerden elde edilen bulguların eklemelenmesiyle elde edilen sonuçlar ve psikodrama grup terapisi uygulamasıyla elde edilen sonuçlardır.

Gençlik döneminde akran ilişkilerinin arttığı bilinmektedir ve benzer durum koruma altında bulunan gençler için gündelik hayatını akran ilişkileri içinde sürdürmesi bakımından daha fazla anlamlı görülmektedir. Araştırma bulguları incelendiğinde bazı gençlerin farklı sosyal ortamlara katılarak, yeni durum ve deneyimlere dâhil olarak özgüvenli oldukları ve sosyalleşerek bilgi ve görgülerini artırdıkları, kendilerini geliştirmeye çalıştıkları anlaşılmaktadır. Gençler yaşadıkları eko-sistemde sürekli birlikte oldukları akranlarıyla etkileşim içindedirler. Oysa gençlerin kurum dışında da farklı ve yeni çevrelerle ilişkiler kurabilmelerinin ilişkisel benlik açısından önemli olacağı değerlendirilmektedir.

Gençlerin yaşadığı çocuk evleri sitesi olarak isimlendirilmiş yapı bağımsız evlerden oluşmaktadır. Bir grup evinde 15 genç birlikte kalmaktadır. Çoğu genç okul dışındaki bütün zamanını kurum içinde geçirmektedir. Bulgular gençlerin çoğunluğunun kurum içi etkinliklere katılım sağladığını göstermektedir. Koruma altında bulunan gençlerin kurum

deneyimleri dışında kimlik gelişimlerine katkı sağlayacak ve sosyalleşecekleri etkinliklere; okul, gençlik merkezleri, spor okulları gibi farklı ortamlarda ilişki geliştirmeleri için desteklenmelerine ihtiyaç olduğu nitel bulgulardan anlaşılmaktadır. Gençlerin özellikle kurum dışı etkinliklere daha fazla katılım sağlamalarının teşvik edilmesi, ilişkisel benlik ve sosyal kaygı durumları için bir mücadele aracı olarak görülmektedir.

Koruma altında bulunan gençler çok az da olsa başarılı olarak idealize ettikleri üniversite okuyan abileri bulunduğunu açıklamaktadır. Yine çok az da olsa yakın çevrelerinden özellikle anne ve öğretmenlerinden başarılı, çalışkan, saygılı gibi olumlu geri bildirimler almaktadırlar. Sonuçlar gençlerin daha fazla geri bildirim almaya ve özdeşim kurabileceği ilişkilere ihtiyacı olduğunu göstermektedir. Bu bağlamda gençlerin yakın çevrelerinde onlara rol model olabilecek, özdeşim kurabilecek yetişkinlerin bulunması; ilişkisel benlik kurgularında etkili olabilecektir.

Gençlerin çoğunlukla işlevsel olmayan, düşük sosyo-ekonomik ve çok kardeşli ailelerden geldiğini demografik bulgular göstermektedir. Bazı gençler kardeşleriyle aynı kurumda bazıları ise farklı kurumlarda kalmaktadır. Bu bağlamda kardeş ilişkilerinin ayrıca üzerinde çalışılması gereken bir konu olduğu ve kaygıyla ilişkili bir faktör olarak değerlendirilebileceği sonucu da dikkat çeken bir konudur. Ayrıca bazı gençlerin abilerini (başarılı olan) rol model aldıkları da bulgulanmıştır. Bu nedenlerle gençlerin aileleriyle yapılacak güçlendirici sosyal hizmet müdahale çalışmalarına, kardeş ilişkilerinin de sosyal inceleme yapılırken değerlendirilmeye dâhil edilmesine ve kardeş ilişkilerinin ayrıca çalışılmasına ihtiyaç olduğu anlaşılmaktadır.

Araştırmada nicel amaç için geliştirilen hipotez testlerinden elde edilen sonuçlar psikodrama grup terapisi yönteminin değişkenler üzerindeki etkisini açıklamaktır. Bu amaçla ilk olarak deney grubunda yer alan gençlerin ilişkisel benlik durumu ve sosyal kaygı düzeyleri ön test/son test puanları analiz edilmiştir. Bulgular, ölçeklerden ilişkisel benlik ölçeği toplam puanında ve ölçeğin alt boyutları olan özdeşleşme ve yansıma alt boyutunda anlamlı olarak fark olduğu bulunmuştur. Sonuç olarak psikodrama grup terapisi müdahalesi sonrasında deney grubunda gençlerin ilişkisel benlik durumlarında

fark olduğu bulunmuştur. Ancak sosyal kaygı ölçeği puanları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

İkinci olarak psikodrama uygulanan deney grubunda yer alan gençlerle hiçbir müdahalede bulunulmayan kontrol grubundaki gençlerin son test puanları arasındaki fark incelenmiştir.

Bulgular; deney ve kontrol grubuna katılan gençlerin son test puanlarında ilişkisel benlik ölçeğinin yansıma boyutunda ve ergenler için sosyal kaygı ölçeğinin toplam puan, olumsuz değerdendirilme korkusu (S-ODK), genel durumlarda sosyal kaçınma ve huzursuzluk duyma (S-GSHD) alt boyutlarında deney grubu lehine anlamlı olarak fark bulunmuştur.

Bulgular, araştırmanın amacına ulaşıldığı yönündedir. Ölçeklerden iki alt boyutu bulunan ilişkisel benlik ölçeği bir boyutunda, üç alt boyutu bulunan sosyal kaygı ölçeğinin toplam puanında ve iki alt boyutunda psikodramanın etkili olduğunu araştırma bulguları bize açıklamaktadır.

Deney grubuna katılan ve psikodrama müdahalesine maruz kalan gençlerde ilişkisel benliğin yansıma alt boyutunun anlamlı olarak yüksek bulunması, gençlerin girdikleri ilişkilerde diğer kişileri benliğin bir parçası olarak kendine dâhil etme, ilişkiselliğe verecekleri önemi artırma ve önemli diğerleriyle daha ilişkisel bağlar kurabilecekleri anlamına gelmektedir. İlişkisel olmak koruma altındaki gençler için özellikle travmatik yaşantılarından sonra sağlıklı ilişkiler geliştirebilmelerinde bir tutunma aracı ve sosyal destek olarak değerdendirilebilir.

Deney grubuna katılan ve psikodrama müdahalesine maruz kalan gençlerde sosyal kaygının anlamlı olarak düşük bulunması; gençlerin katıldıkları ortamlarda daha az kendilerini gözlemleyecek ve hata yapmaktan çekinmeyeceklerini açıklamaktadır. Aynı zamanda yargılanmaktan, eleştirilmekten, damgalanmaktan veya onaylanmamaktan rahatsız olmayacaklarını açıklamaktadır. Gençlerin kendileri gibi olmaktan rahatsız olmadan, okulda ya da farklı ortamlarda daha rahat iletişim kurabileceklerini gençlerin kendi ifadesiyle söylersek “*çekingenliklerinin azalacağına*” işaret etmektedir.

Sosyal kaygısı azalan gençler olumsuz değerlendirilme duygusu yaşamayacak ve sosyal ortamlara daha kolay dahil olabileceklerdir. Aynı zamanda sosyal kaygı semptomlarının azalacağını ve yetişkinlik dönemine aktarılmasında etkili olacağını söyleyebiliriz.

Araştırmanın psikodrama grup terapisi yöntemi ile korunma altında bulunan gençlerle ilişkisel benlik ve sosyal kaygının birlikte incelendiği ilk karma model çalışması olması bakımından ortaya çıkan sonuçlar önemli olduğu değerlendirilmektedir.

Uygulanan psikodrama grup terapisinin uygulama süresinin 90 dakika süren 10 oturum olması, çok uzun olmayan bir çalışma süresini kapsaması ve iki farklı değişkenle aynı anda çalışılmasının da araştırma sonuçları üzerinde etkili olabildiği düşünülmektedir.

Bununla birlikte sorun çözmek amacıyla bir müdahale yönteminin kullanılmasının ve elde edilen bulguların Türkiye’de uygulanan çocuk bakım-koruma sistemine farklı bir bakış için kapı açacağını düşündürmektedir. Bakım ve koruma sistemlerinin temel amacı genel olarak ifade edecek olursak gençlerin topluma kazandırılmalarını sağlamaktır. Bunun için de koruma altında bulunan gençlerin travmatik deneyimlerini yetişkin dönemlerine taşımamalarını sağlamak önemli olacağından müdahale yöntemlerinin kullanılmasına duyulan ihtiyacı açıklamaktadır. Psikodrama grup terapisi ile gençlerin travmatik deneyimleri telafi edilebilir, sosyal kaygıları azaltılabilir, ilişkisel benliğe katkı sağlanabilir. Böylece gençlerin psiko-sosyal yönden güçlenmeleri ve sağlıklı yetişkinler olmaları da desteklenmiş olacaktır.

Koruma altında bulunan gençlerle yapılan psikodrama grup terapisi çalışmaları oldukça sınırlıdır. Psikodrama grup terapisinde kapalı grup olarak çalışılması önerilmektedir. Ancak birlikte çalıştığımız grubun eğitim çağında olması ve tüm gün okulda olmaları nedeniyle akşam saati yapılan çalışmaya katılım isteğinin düşük olması, gençlerin sosyal kaygılı bir grup olması devamlılık sorununu beraberinde getirmiştir. Bu nedenle grup sayısının düşmemesi adına devam zorunluluğu aranmaması uygun bulunmuştur. Literatürde psikodrama gruplarının kaç oturum olarak uygulandığı konusu araştırıldığında oturum sayısının 8-16 oturum arasında değiştiği görülmektedir. Araştırmamızda psikodrama grup terapisi 10 oturum uygulanmıştır.

Sonuç olarak, bulgular psikodrama grup terapisinin koruma altında bulunan gençlerin ilişkisel benliği ve sosyal kaygıları üzerinde etkili olduğunu bize açıklamaktadır. Ayrıca gençlerin benlik, kimlik, sosyal kaygı, psikodrama deneyimleri sayesinde koruma altında bulunan gençlerin eko-sistemleri içinde konunun daha iyi anlaşılmasına ve yorumlanmasına katkı sağlanmıştır.

Yukarıda açıklanan sonuçlara bağlı kalınarak aşağıdaki alt başlıklarda araştırma önerileri geliştirilmiştir:

5.2.1. Koruma Altındaki Gençlerle Yapılacak Psikodrama Uygulamaları İçin Öneriler

Gençlik aksiyon ve değişkenlikle tanımlanan bir dönemdir. Psikodrama grup terapisi yöntemi de hareket ve spontan oluş temelinde ilerleyen bir terapi modelidir. Bu nedenle etkili ve gençlerle çalışmak için tercih edilebilecek bir grup terapisi yöntemi olarak korunma altında bulunan gençlere yönelik uygulamalarda yerini almalıdır.

Psikodrama grup terapisi kullanılarak koruma altında bulunan gençlerle sosyal kaygı ve ilişkisel benlik konuları ayrı ayrı çalışılabilir ve gençlerin gruba ısınma süresi gözetilerek oturum sayısı en az 16-20 oturum olarak planlanabilir.

Bu araştırma erkek ergen grubu ile yapıldığından kadın ergen grupları ile psikodrama uygulanarak konular diğer cinsiyet boyutunda araştırılabilir ve bulgular karşılaştırılabilir.

Koruma altında bulunan gençlerin sosyal kaygılarını azaltmak amacıyla yapılacak grup çalışmalarına süreklilik kazandırmak uygun olacaktır. Özellikle gençlerin akran ilişkilerinin desteklenmesinde psikodrama grup terapisinin etkili olacağı değerlendirildiğinden, gençleri destekleyecek, sosyalleşmelerinin önünü açacak beceri geliştirme grupları ve psikodrama grup terapisi gibi bilimselliği sınanmış çeşitli müdahale yöntemlerinin kullanıldığı uygulamalara ihtiyaç olduğu anlaşılmaktadır. Gençlerin kendini tanıma, akran ilişkileri başta olmak üzere ilişki kurma ve sürdürme becerileri konularında sosyal hizmet uzmanları, grup çalışması yöntemini kullanarak çalışmalı ve terapi eğitimleri almış meslek elemanları ya da kurum dışından alınacak profesyonel terapi destekleriyle gençlere yönelik uygulamalar süreklilik içinde sunulmalıdır.

Gençlerin daha fazla sosyalleşmeleri için yetenek ve becerilerinin işin içine dâhil olacağı farklı sosyal, eğitsel, sportif gruplarla ilişkilenmeleri için desteklenmeli, buna yönelik imkanlar oluşturulmalıdır. Gençlerin psiko-sosyal gelişimleri ve iyilik hâllerinin artırılması için eğitimsel ve sosyal gelişimleri bir bütün olarak değerlendirilmelidir. Böylece gençlerin kurum içi ilişkilerle sınırlı kalmaması sağlanarak kurum dışından akran ve yetişkinlerle farklı ortamlarda yeni roller ve ilişkiler deneyimleme imkânına fırsat yaratılabilecektir.

5.2.2. Gençlerin Yaşadıkları Kurumlar İçin Öneriler

Koruma altında bulunan gençlerin en fazla grup sorumluları ile yakın ilişkide oldukları görülmektedir. Çalışmada yalnızca bir grup sorumlusunun gençler tarafından idealize edildiği bulgulanmıştır. Gençlerle yakın ilişkide bulunan grup sorumlularının ve ihtiyaç hâlinde tüm personelin gençlik alanı başta olmak üzere aralıklı ve sürdürülebilir şekilde eğitimler almaları ve gençlerle kurdukları ilişkilerde desteklenmeleri sağlanabilir. Eğitimlerle ve sürekli sağlanan psiko-eğitsel destekle kurum çalışanlarının gençlere rol model olma, özdeşim kurma olanakları sunacak yakın ilişkiler kurulması imkân dâhilinde olabilir. Bu eğitimler bakanlıklar genelinde organize edilmektense kuruluşlar düzeyinde, ildeki üniversitelerle, ruh sağlığı dernekleriyle, meslek örgütleriyle iş birliği yapılarak tek seferlik değil bir rutin içinde, düzenli ve sürdürülebilir olmalı; ayrıca meslek elemanları için de benzer şekilde süpervizyon desteği sağlanmalıdır.

Çocuk evleri sitesinde gençlerle çalışan sosyal hizmet uzmanları görülen ihtiyaç ve temalarla çerçevelendirecekleri grup çalışmalarına mesleki uygulamalarında yer vermelidirler.

Gençlerin kalmakta olduğu çocuk evleri sitesinde gençlerin aktif olarak dâhil olacakları gönüllü çalışmalar oluşturulabilir, teşvik edilebilir.

5.2.3. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığına Yönelik Makro Öneriler

Çocuk evleri sitesinde gençlik alanının problemlerinin sıklığı, alanın niteliği göz önünde bulundurularak yeterli meslek profesyonelinin istihdam edilmesine ihtiyaç vardır. Ayrıca kurumda çalışan meslek elemanlarının meslek tanımlarına uygun bir çerçevede çalıştırılmaları sağlanmalıdır.

Örneğin sosyal hizmet uzmanı gençlerle sosyal hizmet grup çalışmaları yapabilirken psikologlar kendi mesleki donanımlarına göre farklı destek/terapi grupları yapabilirler. Ne yazık ki uygulamada meslek elemanlarına (sosyal hizmet uzmanı, psikolog vb. gibi) grup sorumluluğu veya nöbet memurluğu gibi görevler verilmektedir.

Bu zorunlu idari görevlerin yapılması meslek elemanlarının sorumluluklarını yerine getirirken mesleki odaklarından uzaklaşmalarına neden olmaktadır.

Bu durum ise kurum işleyişini sürdürülebilir kılarken gençlerin sorunlarına çözüm üretmekten uzak bir anlayışa yol açmakta ve meslek elemanlarının gençlerle kısıtlı ilişki kurmasıyla sonuçlanmaktadır. Bu nedenle grup sorumluluğu, nöbet memurluğu gibi çeşitli idari görevleri yerine meslek elemanlarının mesleklerini uygulamalarına yönelik düzenlemeler yapılarak daha fazla mesleki çalışmaya yönlenmeleri, gençlerle birlikte grup çalışmaları yapmaları için desteklenmelidir.

Gençlerin yaşadıkları ortamda fiziksel koşullar yetersizdir. Çocuk evleri sitesi; 1. Grup, 2. Grup, ... 5. Grup şeklinde adlandırılan 5 evden oluşmaktadır. Evler 3 odalı ve her bir odayı 5- 6 genç paylaşmakta; dolayısıyla bir evde 15 genç, bazen daha fazla genç kalmaktadır. Gençlerin hiçbir mahremiyeti ve kişisel alanı olmadığı görülmektedir. Bu durum, gençlerin özel mülkiyet ve sorumlu olma bilinci geliştirmelerine olumsuz etki etmektedir. Bunun yanında kendi olmak, benlik sınırlarını oluşturmak için de yaşadığı alana dair aidiyet geliştirmesi, mekânsal sınırlarını koruması önemli olmaktadır.

Bunun için gündemden düşmeyen tartışma konusu olan fiziksel koşulların bilimsel veriler ışığında ele alınması ve mekânların gençlerin yararı açısından gözden geçirilmesi faydalı olacaktır.

5.2.4. Araştırmacılara Öneriler

Koruma altında bulunan gençlerle deneysel/sürekli çalışmalara başlamadan önce kurumsal yapıyı tanımak, çalışanlarla tanışmak, gençlerle ilişki kurmak önemli olmaktadır. Bu açıdan araştırmanın sağlıklı yürümesi için ilk birkaç gün kurumda vakit geçirmek yararlı olacaktır.

Ayrıca kurum yöneticilerinin ve çalışanlarının yapılacak çalışmayı desteklemesi, mümkünse kurumda çalışan bir meslek elemanının eşlikçiliği ile çalışmanın sürdürülmesi psikodrama grup terapisi gibi grup çalışmalarını uygularken kolaylaştırıcı olacaktır.

Psikodrama grup terapisi yöntemi kullanılarak gençlerle çalışırken en az bir yardımcı terapistle birlikte çalışılmalıdır. Mümkünse terapist ve yardımcı terapist farklı cinsiyetten olmalıdır. Çalışmanın yapılacağı zamanı belirlerken okul dışında kalan gençlerin katılımını kolaylaştıracak zaman aralığının belirlenmesi, gençlerle ön görüşme yapıldıktan sonra gruba dâhil edilmeleri önerilmektedir. Psikodrama grup terapisi bu çalışmada 10 oturum olarak uygulanmıştır. Özellikle koruma altında bulunan gençlerin gruba, grup normlarına uyumda zorluk yaşadıkları için gruba ısınmaları zaman aldığından oturum sayısı daha fazla olacak şekilde planlanmalıdır. Psikodrama yöntemi ile koruma altındaki gençlerle çalışacak araştırmacılar için en az 16-20 oturum şeklinde çalışılması önerilmektedir. Ayrıca tek bir değişkenle çalışmanın psikodrama grup terapisinin etkisini artıracığı düşünülmektedir. Bu nedenle tek bir değişkenle çalışılması tavsiye edilmektedir.

Bu araştırmada psikodrama grup terapisi, deney ve kontrol gruplarına uygulanan ön test ve son test bulgularıyla sınırlandırılmıştır. Bundan sonra yapılacak çalışmalarda sonuçların uzun vadede etkililiğini ölçmek için 3- 6 ay- 1 yıl gibi aralıklarla yapılacak izleme çalışmaları da araştırmalara dâhil edilebilir.

KAYNAKÇA

- Altınay, D. (2015). *Psikodrama Grup Terapisi El Kitabı*. Sistem Yayıncılık. İstanbul.
- . (2008). *Psikodrama Grup Psikoterapisi*. Nobel Yayın Dağıtım. Ankara.
- . (2017). *Psikodrama 400 Isınma Oyunu ve Yardımcı Teknik*. 13. Baskı. Epsilon Yayınevi. İstanbul.
- Akgün, E. ve Yeşilyaprak, B. (2010). Çocuk Ana Baba İlişki Ölçeği Türkçe Formunun Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 13 (24): 44-53.
- Albano, A. M., Chorpita, B. F. & Barlow, D. H. (2003). Childhood Anxiety Disorders. *Child psychopathology*, 2, 279-329.
- Albano, A.M. & Hayward, C. (2004). *Social Anxiety Disorder*. Ed: T.H. Ollendick & J. S. March. Phobic And Anxiety Disorders In Children And Adolescents: A Clinician's Guide To Effective Psychosocial And Pharmacological Interventions, s.198- 235. New York: Oxford University Press
- Alisinanoğlu, F. & Ulutaş, İ. (2003). Çocukların Kaygı Düzeyleri ile Annelerinin Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 28 (128).
- Akinsola, E. & Udoka, P. (2013). Parental Influence on Social Anxiety in Children and Adolescents: Its Assessment and Management Using Psychodrama. *Psychology*, 4: 246-253.
- Alves, F. Figueiredo, D.V. & Vagos, P. (2022). The Prevalence of Adolescent Social Fears and Social Anxiety Disorder in School Contexts. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(19): 12458.
- Amerikan Psikiyatri Derneği, (2018). *DSM-5 Tanı Ölçütleri Başvuru El Kitabı*. (Ertuğrul Köroğlu, Çev.). İlk Baskı, HYB Yayıncılık.
- Andersen, S. & Glassman, N. S. (1996). Responding To Significant Others When They Are Not There: Effects On Interpersonal Inference, Motivation, And Affect. In R. Sorrentino & E. T. Higgins Eds., *Handbook Of Motivation And Cognition* (Vol. 3): 272-331. Guilford Press.

- Andersen, S.M., Chen S. (2002). The Relational Self: An Interpersonal Social-Cognitive Theory. *Psychological Review*. Vol. 109, No. 4: 619-645.
- Apak, S. (1989). *Gelişim Nörolojisi*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi- Çocuk Sağlığı Enstitüsü Yay.
- Aron, A., Aron, E. N. & Smollan, D. (1992). Inclusion Of Other İn The Self Scale And The Structure Of İnterpersonal Closeness. *Journal of personality and social psychology*, 63(4): 596.
- Asworth, P. & Lucas, U. (1998). What İs ‘World’ Of Phenomenography? *Scandinavian Journal of Educational Research*, 42(4): 415-431.
- Atlı-Aslan, G. & Sarıtaş-Atalar, D. (2020). Kurum Bakımındaki Ergenlerin Olumlu Sosyal ve Problemlı Davranışları ile İlişkili Faktörlerin Karşılaştırmalı Örneklemle İncelenmesi. *Ayna Klinik Psikoloji Dergisi*, 7(2): 167-188.
- Atabek, E. (2002). *Erken Büyüyen Çocuklar*. (2. Basım). İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- (2016). The Cultural Psychology of Family in Preschool Period in Turkey. *Current Advances in Education*, 365.
- Aydın, A. & Tekinsav-Sütçü, S. (2007). Ergenler İçin Sosyal Kaygı Ölçeğinin (ESKÖ) Geçerlik ve Güvenirliğinin İncelenmesi. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 14(2): 79-89.
- Aydın, B. (1996). Benlik Kavramı ve Benlik Şemaları. *Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi* (8), 41-47.
- Balcı, A. (2022). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntem, Teknik ve İlkeler*. 16. Baskı, Pegem Yayınevi, Ankara.
- Baldwin, M. W. (1992). Relational schemas and the processing of social information. *Psychological bulletin*, 112(3), 461.
- Baldwin, M. W., & Dandeneau, S. D. (2005). Understanding and modifying the relational schemas underlying insecurity. *Interpersonal cognition*, 33-61.
- Baldwin, M. W. & Main, K. J. (2001). Social anxiety and the cued activation of relational knowledge. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(12), 1637-1647.

- Baljí, A., Greeven, A., van Giezen, A., Korrelboom, K., vd. (2016). Group schema therapy versus group cognitive behavioral therapy for social anxiety disorder with comorbid avoidant personality disorder: study protocol for a randomized controlled trial. *Trials*, 17(1), 1-13. doi. Org/10.1186/s13063-016-1605-9
- Baltacı, G. (2008). Çocuk ve Spor. *Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi*, Birinci Basım. Ankara: 3-15.
- Bandelow B, Charimo Torrente A, Wedekind, D, vd. (2004). Early traumatic life events, parental rearing styles, family history of mental disorders, and birth risk factors in patients with social anxiety disorder, *Eur. Arch. Psychiatry Clin. Neurosci.* 254 (6) 397-405. doi.org/10.1007/ s00406-004-0521-2.
- Barlow, D.H. (1994). Comorbidity İn Social Phobia: İmplications For Cognitive-Behavioral Treatment. *Bull Menninger Clin.* 58 (2 Suppl A): A43-57.
- Barrera, M., Fleming, C. F. & Khan, F. S. (2004). The Role of Emotional Social Support in the Psychological Adjustment of Siblings of Children with Cancer. *Child Care Health Development*, 30 (2): 103-111.
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I. & Vohs, K. E. (2003). Does High Self-Esteem Cause Better Performance, Interpersonal Success, Happiness, Or Healthier Life styles? *Psychological Science in the Public Interest*, (4): 1-44.
- Baymur, F. (1994). *Genel Psikoloji*. 11. Baskı. İstanbul: İnkılap Kitabevi Yayınları.
- Beck, A. T., & Dozois, D. J. A. (2014). Cognitive theory and therapy: Past, present, and future. In S. Bloch, S. A. Green, & J. Holmes (Eds.), *Psychiatry: Past, present, and prospect* (pp. 366-382). Oxford University Press.
- Beidel, D.C. (1998). Social Anxiety Disorder: Etiology And Early Clinical Presentation. *J. Clin Psychiatry*, (59 Suppl 17): 27-32.
- Bernat D., Bernstein G., Davis A. & Layne A. (2008). Symptom Presentation And Classroom Functioning İn A Nonclinical Sample Of Children With Social Phobia. *Depression and anxiety*, 25: 752-760.

- Bıyıklı, L. (1987). Yetiştirme Yurdundaki Çocukların Zihinsel ve Psikososyal Gelişimlerinin İncelenmesi. *A.Ü. Eğitim Bilimleri Fak. Dergisi*, 20: 87-98.
- Blatner, A. (2002). *Psikodramanın Temelleri*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Brewer, M. B.& Gardner, W. (1996). Who Is This “We”? Levels Of Collective Identity And Self Representations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(1): 83-93.
- Brown, G., Andrews B., Harris, T. (1986). Social Support, Self – Esteem and Depression. *Psychological Medicine*, 16, 1986, pp: 813-831.
- Buchholz, E. S. & Catton, R. (1999). Adolescents' Perception Of Aloneness And Loneliness. *Adolescence*, 34(133): 203-213.
- Bullock, J. R. (1998). *Loneliness in young children*. ERIC Clearinghouse on Elementary and Early Childhood Education, University of Illinois.
- Candan, A. K. (2017). “Yetiştirme Yurtlarında Kalmış Bireylerin Toplumsal Entegrasyonu”. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Niğde Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Niğde.
- Castanet, Herve. (2017). *Lacan'ı Anlamak*. (Baturalp Aslan, çev.) 1. Basım, Encore Yayınları.
- Carlbring, P., Nordgren, L. B., Furmark, T., ve Andersson, G. (2009). Long-term outcome of internet-delivered cognitive-behavioural therapy for social phobia: A 30-month follow-up. *Behaviour Research And Therapy*, 47(10), 848-85. doi.org/10.1016/j.brat.2009.06.012
- Chiu, K., Clark, D. M., & Leigh, E. (2021). Prospective associations between peer functioning and social anxiety in adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 279, 650-661
- Chiu, C. D., Ho, H. L., & Tollenaar, M. S. (2022). Relational self-evaluations in dissociation: Implicit self-rejection?. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 14(1), 99.

- Clark D.M. (1999). Workshop On Cognitive Therapy For Social Phobia & PTSD. Main Overheads, EABCT'99, Dresden.
- Clark, D. M. & Wells, A. (1995). A Cognitive Model Of Social Phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneier (Eds.), *Social Phobia: Diagnosis, Assessment, And Treatment*, New York, NY: Guilford Press, pp: 69-93.
- Clark, V.L.P. & Creswell, J.W. (2014). Understanding Research: A Consumer's Guide, *Enhanced Pearson Etext With Loose-Leaf Version-Access Card Package*. Pearson: (April 14, 2014): 210-324.
- Cloitre, Cancienne, J., M., Shear M. K. & Zeitlin, S. B. (1994). Implicit And Explicit Memory For Catastrophic Associations To Bodily Sensation Words In Panic Disorder. *Cognitive Therapy and Research*, 18(3): 225-240.
- Collins, A., & van Dulmen, M. (2006). Friendships and Romance in Emerging Adulthood: Assessing Distinctiveness in Close Relationships. (In J. J. Arnett & J. L. Tanner Eds.), *Emerging adults in America: Coming Of Age In The 21st Century*. American Psychological Association, pp: 219-234.
- Collins, K. M. T., Onwuegbuzie, A. J., & Jiao, Q. G. (2006). Prevalence of mixed methods sampling designs in social science research. *Evaluation and Research in Education*, 19, 83-101.
- Costa, M. (2012). De-institutionalisation and quality alternative care for children in europe: lessons learned and the way forward. *Brussels: Eurochild*, (October 2012, updated September 2014): 33-38.
- Craig, W. M. (1998). The Relationship Among Bullying, Victimization, Depression, Anxiety, And Aggression In Elementary School Children. *Person Individual Differences*, 24(1), 123-130.
- Creswell, J. W. (2017). *Araştırma Deseni*. (Selçuk Beşir Demir, çev. Edt.), 3. Baskı. Ankara: Eğiten Kitap.
- Creswell, J. W. (2014). *A concise introduction to mixed methods research*. SAGE publications.

- Cross, S.E., Bacon, P.L., Morris, M. L. (2000). The Relational-Interdependent Self Construal and Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*. (78): 791-808.
- Cross, S. E., Hardin, E. E. & Gercek-Swing, B. (2011). The What, How, Why, and Where Of Self-Construal. *Personality and Social Psychology Review*, 15(2): 142-179.
- Cross, S. E. & Madson, L. (1997). Models Of The Self: Self-Construals And Gender. *Psychological Bulletin*, 122 (1): 5-37.
- Cross, S. E., Morris, M. L. & Gore, J. S. (2002). Thinking About Oneself And Others: The Relationalinterdependent Self-Construal And Social Cognition. *Journal of Personality and Social Psychology*, (82): 399-418
- Coser, L. (2008). *Sosyolojik Düşüncenin Ustaları: Tarihsel ve Toplumsal Bağlamlarında Fikirler* (Himmet Hülü, Serhat Toker, İbrahim Mazman çev.), İkinci Baskısı. De Ki Basım Yayım Ltd. Şti, Ankara.
- Crocker, J., Sommers, S. R. & Luhtanen, R. K. (2002). Hopes Dashed And Dreams Fulfilled: Contingencies Of Self-Worth And Admissions To Graduate School. *Personality and Social Psychology Bulletin*, (28): 1275-1286.
- Crocker, J. & Canevello, A. (2008). Creating And Undermining Social Support In Communal Relationships: The Role Of Compassionate And Self-İmage Goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95(3):555-575
- Çepni, S. (2010). *Araştırma ve Proje Çalışmalarına Giriş*. (2. Basım): 25-301, Net Kitabevi.
- Çocuk Koruma Kanunu. *T.C. Resmî Gazete*. (2005, 3). Sayı: 25876.
- Çocuk Koruma Hizmetleri Planlama ve Çocuk Bakım Kuruluşlarının Çalışma Usul ve Esasları Hakkında Yönetmelik. *T.C. Resmî Gazete*. (2022, 6). Sayı: 31945.
- Danneel, S., Nelemans, S., Spithoven, A., Bastin, M., Bijttebier, P., Colpin, H. & Goossens, L. (2019). Internalizing problems in adolescence: Linking loneliness,

- social anxiety symptoms, and depressive symptoms over time. *Journal of abnormal child psychology*, (47): 1691-1705.
- Demir, G. Ö. (2009). Sosyal Fobinin Etiyolojisinin İncelenmesi Amacıyla Gerçekleştirilen Araştırmalara Genel Bir Bakış, *Akademik İncelemeler*. (4, 1): 101-123.
- Dereboy, İ.F. (1993). *Kimlik Bocalaması. Anlamak, Tanımak, Ele Almak*. Ömer Ofset, Malatya.
- Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM-5-TR. (2022). Amerika Birleşik Devletleri: *American Psychiatric Association Publishing*.
- Dilbaz, N. (1997). Sosyal Fobi. *Psikiyatri Dünyası*, 1(1): 18-24.
- Hart, D., & Damon, W. (1988). Self-understanding and social cognitive development. *Early Child Development and Care*, 40(1), 5-23.
- Dökmen, Ü. (2013). *Sosyometri ve Psikodrama*. 4. Basım. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Ellis, A. (1991). Rational-emotive treatment of simple phobias. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 28(3): 452.
- Epstein, S. (1973). The Self-Concept Revisited: Or A Theory Of A Theory. *American psychologist*, 28(5): 404.
- Ercan, H. (2013). Genç Yetişkinlerde Benlik Kurgusu Üzerine Bir Çalışma. *ZFWT - Journal of World of Turks*, 5(2): 157-178.
- Erikson, E.H. (2018). *İnsanın 8 Evresi*. Çev: Gonca Akkaya, İstanbul: Okuyan Us Yayınevi.
- Eriş, Y. & İkiz, F.E. (2013). Ergenlerin Benlik Saygısı ve Sosyal Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişki ve Kişisel Değişkenlerin Etkileri. *Electronic Turkish Studies*, (Volume 8/6 Spring):179-193.
- Erözkan, A. (2009). Ergenlerde Yalnızlığın Yordayıcıları. *İlköğretim Online*, 8(3): 809-819.

- Etik Ç. ve ark., (2007) Panik Bozukluğu: Solunumsal Alt Tipler, Yakın ve Geçmiş Yaşam Olaylarının Rolü. *Yeni Symposium*, 45(3): 128-133
- Field., T., Diego M. & Sanders C. (2002). Adolescents' Parent and Peer Relationships. *Adolescence*. (N: 37): 121-130, Spr.
- Fox, J. (Ed.) (1987) *The Essential Moreno: Writings on Psychodrama, Group Method, and Spontaneity* by J.L. Moreno. M.D. Springer Publishing Company, New York.
- Frenkel, T. I., Fox, N. A. Pine, D. S., Walker, O. L., Degnan, K. A. & Chronis-Tuscano A. (2015). Early Childhood Behavioral Inhibition, Adult Psychopathology And The Buffering Effects Of Adolescent Social Networks: A Twenty-Year Prospective Study. *Journal Of Child Psychology And Psychiatry*, (56,10): 1065-1073.
- Gabbard G.O. (1979). Stage Fright. *Int J Psychoanal*. 60(Pt 3): 383-92.
- Geçtan, E. (2005). *Psikanaliz ve Sonrası*. 11. Baskı. İstanbul: Metis Yayınları.
- Gander, M.J. & Gardiner, HAV. (1995). *Çocuk ve Ergen Gelişimi*. 2.Baskı. Ankara: İmge Kitabevi.
- Gibson, D. E. (2004). Role Model in Career Development: New Direction for Theory and Research. *Journal of Vocational Behavior*, (65): 134-156.
- Gilmartin, B.G. (1987). Peer Group Antecedents Of Severe Love-Shyness İn Males. *Journal of Personality*, (55): 467- 489.
- Godroj, L. (2022). The Effectiveness Of A Group Counseling Program Based On Exposure Therapy And Psychodrama To Reduce Social Anxiety And Improve Self-Esteem Among Adolescents İn Government Schools İn Qalqilya (Doctoral dissertation, جامعة النجاح الوطنية).
- Gold, S. N. & Bacigalupe, G. (1998). Interpersonal And Systemic Theories Of Personality. *Advanced Personality*, pp: 57-79.
- Gore, J. S., Cross, S. E. & Kanagawa, C. (2009). Acting İn Our İnterests: Relational Self-Construal And Goal Motivation Across Cultures. *Motivation and Emotion*, 33(1): 75-87.

- Gögen, S. (2011). Bir Savaş Silahı Olarak Kadına Yönelik Cinsel Şiddetin Sağlık Üzerine Etkileri: Bosna Savaşı Örneği. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 10(1):119-126.
- Gökler, B., Danışman, I.D. (2011). Çocuk ve Ergenlerle Psikodrama ve Grup Psikoterapisi. *Dr. Abdülkadir Özbek Psikodrama Enstitüsü Dergisi*. (Sayı:3):12-32.
- Görkem, A. & Tüccar, L. (2018). Psikodramanın Üniversite Öğrencilerinin Kaygı Düzeylerine Etkisi. *Turkish Studies*, 13(4): 599-620.
- Gu, H., Ma, P., & Xia, T. (2020). Childhood emotional abuse and adolescent nonsuicidal self-injury: The mediating role of identity confusion and moderating role of rumination. *Child Abuse & Neglect*, 106, 104474.
- Guerra, N. G. & Bradshaw, C. P. (2008). Linking The Prevention Of Problem Behaviors And Positive Youth Development: Core Competencies For Positive Youth Development And Risk Prevention. *New Directions For Child And Adolescent Development*, (122): 1-17.
- Güçray, S. S. (1993). Çocuk Yuvasında ve Ailesinin Yanında Kalan 9-10-11 Yaş Çocuklarının Öz Saygı Gelişimini Etkileyen Bazı Faktörler. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 3(3): 58-66.
- Gülay, H. & Akman, B. (2009). *Okul Öncesi Dönemde Sosyal Beceriler*. Pegem Akademi Yayınevi, Ankara.
- Güler, K., Usluca, M. & Yılmaz, M. (2021). Panik Bozukluğun Bilişsel Davranışçı Tedavisinin İncelenmesi, *Sosyal, Beşerî ve İdari Bilimler Dergisi*, 4(12), 1211-1222
- Gültekin, B. K. & Dereboy, İ. F. (2011). Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Fobinin Yaygınlığı ve Sosyal Fobinin Yaşam Kalitesi, Akademik Başarı ve Kimlik Oluşumu Üzerine Etkileri. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(3): 150-158.
- Gümüş, A.E. (2010) *Sosyal Kaygı ile Başa Çıkma*. Ed. Uğur Öner. Nobel Yayın Dağıtım: Ankara.
- Gürsoy, F. & Bıçakçı, M. Y. (2003). Sigara Kullanan ve Kullanmayan Gençlerin Yalnızlık Düzeylerinin İncelenmesi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 14(2): 71-81.

- Hacettepe Üniversitesi Gençlik Araştırmaları Uygulama ve Araştırma Merkezi. Erişim Adresi: <https://hugaum.hacettepe.edu.tr/> 19.05.2023.
- Halcomb, E. & Hickman, L. (2015). Mixed methods research. *Nursing standard (Royal College of Nursing (Great Britain))* : 1987, 29(32), 41-47.
- Hall, E.M. (2015). Examining Gender Differences And Relationships Among Facebook Usage, Personal Identity, Social Identity, Personal-Emotional Adjustment And Social Adjustment. (Unpublished Master's Thesis). George Mason University, Fairfax.
- Henderson, L. & Zimbardo, P. G. (2001). Shyness as a clinical condition: The Stanford model. In W. R. Crozier & L. E. Alden (Eds.), *International handbook of social anxiety: Concepts, research and interventions relating to the self and shyness* (pp. 431-447). John Wiley & Sons Ltd.
- Higgins, E. T. (1999). Promotion And Prevention As A Motivational Duality: Implications For Evaluative Processes. (In S. Chaiken & Y. Trope, Eds.), *Dual-Process Theories In Social Psychology* (pp.): 503-525.
- Hormuth, S. E. (1990). The ecology of the self: Relocation and self-concept change. Cambridge, England: *Cambridge University Press*.
- Horney K. (2007). *Ruhsal Çatışmalarımız*. (S. Budak, çev.) 6. Basım. Öteki Yayınevi, İstanbul.
- Hymel, S., Rubin, K. H., Rowden, L. & LeMare, L. (1990). Children's Peer Relationships: Longitudinal Prediction Of Internalizing And Externalizing Problems From Middle To Late Childhood. *Child Development*, 61(6): 2004-2021.
- Hyun, M. J., Sil, K. E., & Jeong, P. A. (2021). Effect of attachment promotion program on problem behaviors of toddlers and parenting efficacy of child care workers in childcare facilities. *Nveo-Natural Volatiles & Essential Oils Journal| Nveo*, 741-753.

- İkiz, S. Fatma. (2000). “Farklı Liselerdeki Ergenlerin Benlik Saygısı, Akademik Başarı ve Sürekli Kaygı Düzeyi Arasındaki İlişki”. Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi. Yüksek Lisans Tezi.
- James, W. (1981). *The Principles of Psychology*, Harward University Press.
- Johnson, D. E., Albers, L. H., Iverson, S., Mathers, et al. (1996). Health status of us adopted eastern european EE O H NS. 9. *Pediatric Research*, 39(4): 134-134.
- Kafes, A. Y. (2021). Depresyon ve Anksiyete Bozuklukları Üzerine Bir Bakış. *Humanistic Perspective*, 3 (1), 186-194. doi.org/10.47793/hp.867111
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2013). *Günümüzde İnsan ve İnsanlar Sosyal Psikolojiye Giriş*. 11. Baskı. Evrim Yayınevi, İstanbul.
- Karacan, E. (1996). Çocukluk ve Ergenlik Çağında Sosyal Fobi. *3P Dergisi*, (4): 28-34.
- Karataş, Z. (2009). Psikodrama ile Yapılan Grup Çalışmasının Ergenlerin Sürekli Kaygı Düzeylerine Etkisi. *Çağdaş Eğitim Dergisi*, (360):31-37.
- Kashdan, T., B. (2007). Social Anxiety Spectrum And Diminished Positive Experiences: Theoretical Synthesis And Meta-Analysis, *Clinical Psychological Review*, (27): 348-531.
- Kashdan T.B., Christopher Frueh B., Knapp R.G., Hebert R, vd. (2006). Social anxiety disorder in veterans affairs primary care clinics, *Behav. Res. Ther.* 44 (2) 233-247. doi.org/10.1016/j.brat.2005.02.002.
- Karimi, A., Karbalai, A., & Rohani, R. J. (2023). The Effect of Psychodrama Therapy on Body-image Deficit among Iranian University Students.
- Kearney, C. A. (2005). The Etiology Of Social Anxiety And Social Phobia İn Youths. *Social anxiety and social phobia in youth: Characteristics, assessment, and psychological treatment*, 49-70.
- Kellermann, P. F. (2013). *Psikodramaya Derinlemesine Bakış, Psikodramanın Terapötik Yanları*. Çev. Editörleri: Prof. Dr. Bahar Gökler, Yard. Doç. Dr. Ilgın Gökler, Danışman, Prof. Dr. Aliye Mavili Aktaş. 1. Baskıdan Çeviri, Nobel Kitap.

- Kessler RC, Davis CG, Kendler KS. (1997). Childhood adversity and adult psychiatric disorder in the US National Comorbidity Survey. *Psychol Med.* Sep;27(5):1101-19. doi: 10.1017/s0033291797005588. PMID: 9300515
- Kipper, D. (1998). Psychodrama And Trauma: İmplications For Future Interventions Of Psychodramatic Role-Playing Modalities. *International Journal of Action Methods*, (51): 113-121.
- Kools, S. M. (1997). Adolescent İdentity Development İn Foster Care. *Family Relations*, 46 (3): 263-271.
- Korkmaz, M. & Uslu, T. (2020). Fitness Yapan Bireylerin Benlik Saygısı, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Sosyalleşme Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 4 (3): 1-18.
- Körükçü, Ö., Gündoğan, A. ve Ogelman, H. G. (2015). Okul Öncesi Eğitimi Öğretmenliği Lisans Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Empatik Becerileri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 23(4): 1665-1678.
- Kraft, I. (1980). Group therapy with children and adolescents. In: Sholevar GP (eds.) *Treatment of Emotional Disorders in Children and Adolescents: Medical and Psychological Approaches to Treatment*. New York, Medical Press, pp: 109-133.
- (1983). Child And Adolescent Group Psychotherapy. In: Kaplan HI, Sadock BJ (eds.). *Comprehensive Group Psychotherapy*. Baltimore: Williams and Wilkins, pp: 223-233.
- Kulaksızoğlu, A. (1989). Ergen- Aile Çatışmaları ile Annenin Tutumları Arasındaki İlişki ve Ergenin Problemleri. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 1 (1): 71-87.
- Kurtoğlu, M. (2019). “Bilişsel Davranışçı Grup Terapisinin (BDGT) Sosyal Anksiyete Bozukluğu (SAB) Olan Üniversite Öğrencilerinde Anksiyete, Ruminasyon ve Öz Şefkat Düzeyleri Üzerindeki Etkisi”. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi.

- Kuyucu, Y. (2007). “Boşanmış Ailelerde Yetişen Ergenlerin Bilişsel Çarpıtmalarıyla Benlik Değeri Arasındaki İlişki”. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- La Greca A.M & Lopez N. (1998). Social Anxiety Among Adolescents: Linkages With Peer Relations And Friendships, *Journal Of Abnormal Child Psychology*, (26, 2): 83- 94.
- Leahey, T. M., Crowther, J. H., & Ciesla, J. A. (2011). An ecological momentary assessment of the effects of weight and shape social comparisons on women with eating pathology, high body dissatisfaction, and low body dissatisfaction. *Behavior Therapy*, 42(2), 197-210.
- Lecce, S., & Bianco, F. (2018). Working memory predicts changes in children’s theory of mind during middle childhood: A training study. *Cognitive Development*, 47, 71-81.
- Leutz, G. A. (2013). *Psychodrama: Theorie und Praxis*. Springer-Verlag. Berlin Heidelberg, New York.
- Lewis-Morrarty E, Degnan KA, Chronis-Tuscano A, Pine DS, Henderson HA, Fox NA. (2015). Infant Attachment Security And Early Childhood Behavioral Inhibition Interact To Predict Adolescent Social Anxiety Symptoms. *Child Dev.* Mar-Apr; 86(2): 598-613.
- Lieberman, E. S. (2005). “Nested Analysis as a Mixed-Method Strategy for Comparative Research”, *The American Political Science Review*, 99/3, 435-452
- Markus, H.R. & Kitayama, S. (1991). Culture And The Self: Implications For Cognition, Emotion, And Motivation. *Psychological Review*, (98): 224-253.
- Martin, C. (2008). Is There Identity Of Person Between A Living Human Being And A Separated Soul, *Studia Theologica*, (VI, 4): 249-253.
- Melfsen, S. & Florin, I. (2002). Do Socially Anxious Children Show Deficits In Classifying Facial Expressions Of Emotions? *Journal of Nonverbal Behavior*, 26(2): 109-126.

- Mercan, Ç. S., Yavuzer, H. (2007). Bilişsel-Davranışçı Yaklaşımla Bütünleştirilmiş Sosyal Beceri Eğitiminin Ergenlerin Sosyal Kaygı Düzeyine Etkisi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(63), 1187-1202.
- Mertens, D. M. (2005). Research and Evaluation in Education and-Psychology: Integrating diversity with Quantitative, Qualitative, and Mixed Methods (pp.2 & 88-189). *Thousand Oaks, London, Sage press*.
- McLean, C. P., Asnaani, A., Litz, B. T., Ve Hofmann, S. G. (2011). Gender Differences İn Anxiety Disorders: Prevalence, Course Of İllness, Comorbidity And Burden Of İllness. *Journal Of Psychiatric Research*, 45(8): 1027-1035.
- Mihalec-Adkins, B. P. & Cooley, M. E. (2020). Examining İndividual-Level Academic Risk And Protective Factors For Foster Youth: School Engagement, Behaviors, Self-Esteem, And Social Skills. *Child & Family Social Work*, 25(2), 256-266.
- Miller, P. H. (2008). *Gelişim Psikolojisi Kuramları*. (Z. Gültekin, çev., yayıma hazırlayan: B. Onur). Ankara: İmge Kitabevi.
- Miller K.M., Orellana E.R., Briggs H.E., Quinn A. (2014). Influence of Caregiver Substance Dependence and Serious Mental İllness on Children's Mental Health: Moderating Effects of Social Support. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 31 (5), pp. 435-454.
- Mohammadpour, M., Amiri, S., Farnoodi, R., Bahari, A., Goodarzi, G. ve Foroughi, A. (2020). The Effectiveness of Mindfulnessbased Cognitive Therapy on the Psychological Symptoms of Students with Social Anxiety Disorder: A Randomized Clinical Trial. *International Journal of Behavioral Sciences*, 14(1), 6-12. doi.org/10.30491/IJBS.2020.201358.1133
- Moon Jung Hyun, Kim Eun Sil, Park Ae Jeong, (2021). Effect Of Attachment Promotion Programs On İnfants And Childcare Workers İn Childcare Facilities, *Journal of Applied Healthcare Management*, (vol.1, no.1): 741-753.
- Moreno, J.L. (1972). *Psychodrama*. Vol.1. (4th.ed.): 529-553. Beacon, NY: Beacon House.

- Morsünbül, Ü. & Uçar, E. (2017). Kimlik Stilleri, Süreçleri ve Statülerinin Kimlik İşlevleri ile İlişkileri The Relations of Identity Styles, Processes and Statuses with Functions of Identity. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13 (1): 25-35.
- Mousavi, H., & Haghayegh, S. A. (2019). Efficacy of Psychodrama on Social Anxiety, Self-esteem and Psychological Well-being of University Students that met Diagnosis of Social Anxiety Disorder. *Knowledge & Research in Applied Psychology*, 20(3), 22-30.
- Mörtberg, E., Clark, D. M., Sundin, Ö., & Åberg Wistedt, A. (2007). Intensive group cognitive treatment and individual cognitive therapy vs. treatment as usual in social phobia: a randomized controlled trial. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 115(2), 142-154.
- Muris, P., Van Brakel, A.M., Arntz, A., Schouten, E. (2011). Behavioral Inhibition As A Risk Factor For The Development Of Childhood Anxiety Disorders: A Longitudinal Study. *J Child Fam Stud*. 2011 Apr; 20(2): 157-170.
- Oflaz, F., Meriç, M., Yuksel, Ç. And Ozcan, C.T. (2011), Psychodrama: an innovative way of improving self-awareness of nurses. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, (18): 569-575.
- Oktan, V. & Şahin, M. (2010). Kız Ergenlerde Beden İmajı ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7 (2): 543-556.
- Ollendick, T.H. & Hirshfeld-Becker, D.R. (2002). The Developmental Psychopathology Of Social Anxiety Disorder. *Biological Psychiatry*, 51 (1): 44- 58.
- Orkibi, H., Azoulay, B., Snir, S., & Regev, D. (2017). In-Session Behaviours And Adolescents' Self-Concept And Loneliness: A Psychodrama Process-Outcome Study. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 24(6): O1455-O1463.
- Özbek, A., Leutz Grete A. (2003). Psikodrama Grup Psikoterapisinde Sahnesel Etkileşim. J.L. Moreno'ya göre Psikodrama. (Yayına Haz. Ülgen H. Okyayuz), 2. *Abdüülkadir Özbek Psikodrama Enstitüsü Yayınları* No:1. (2. Basım):15-52.

- Özcan, Ö. ve Çelik, G. G. (2017). Bilişsel Davranışçı Terapi. *Türkiye Klinikleri*, 3(2), 115-120.
- Özdemir, B. A. (2016). “Lise Öğrencilerinde Benlik Saygısı ile Psikolojik Yardım Alma Tutumu ve Problem Çözme Davranışı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Özkardaş, O. G. (1994). Baba Yoksunluğunun Benlik Kavramına Etkisi ve Babasız Öğrencilerin Problemlerinin Hangi Alanlarda Yoğunlaştığının Saptanması. *Pedagoji Dergisi*, (3): 147-186.
- Özmen, E. (2002). Lacan, Ayna Evresi ve Marx. *Birikim Dergisi*, (156): 42-48.
- Öztürk, E. B., Kılıçarslan-Gökoğlu, S., Karagonlar, G. (2015). İlişkisel Benlik Ölçeğinin Türkçe Geçerlemesi. *İşletme Fakültesi Dergisi*. (16.2): 49-70.
- Parman, T., (2000). *Ergenlik Ya Da Merhaba Hüznün Ergenlik Dönemi Üzerine Psikanaliz Yazıları*, Bağlam Yayınları, 1. Basım. Mayıs 2000.
- Petzold, H. (2007). Das Ressourcenkonzept In Der Sozialinterventiven Praxeologie Und Systemberatung. Integrative Supervision, Meta-Consulting, Organisationsentwicklung: *Ein Handbuch Für Modelle Und Methoden Reflexiver Praxis*: 287-319.
- Plotnik, R.; (2007), *Psikolojiye Giriş*, (Çev. Tamer Geniş). İstanbul: Kaknüs Yayıncılık
- Ranta, K., Kaltiala-Heino, R., Koivisto, A. M., Tuomisto, M. T., Pelkonen, M., & Marttunen, M. (2007). Age And Gender Differences In Social Anxiety Symptoms During Adolescence: The Social Phobia Inventory (SPIN) As A Measure. *Psychiatry Research*, 153(3): 261-270.
- Rapee, R. M., & Spence, S. H. (2004). The Etiology Of Social Phobia: Empirical Evidence And An Initial Model. *Clinical Psychology Review*, 24(7): 737-767.
- Remer, R. (1985). An Approach To Difficulties Caused By Evolving Family Expectations: Social Atom Teory, *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry*, 38(2),95-105.

- Rigel, Nurdoğan; Batuş, Gül; Yücedağ, Güleda; Çoban, Barış, (2005). *Kadife Karanlık: 21. Yüzyıl İletişim Çağını Aydınlatan Kuramcılar*. 2. Bs, İstanbul: Su Yayınevi.
- Rogers, C. M., Smith, M. D., & Coleman, J. M. (1978). Social comparison in the classroom: The relationship between academic achievement and self-concept. *Journal of Educational Psychology*, 70(1), 50–57. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.70.1.50>
- Ronchi, L., Banerjee, R. & Lecce, S. (2020). Theory Of Mind And Peer Relationships: The Role Of Social Anxiety. *Social Development*, 29(2), 478-493.
- Ruble, D. N., Martin, C. L., & Berenbaum, S. A. (2007). Gender development. *Handbook of child psychology*, 3.
- Ruiz F.J., Odriozola-González P. (2017). The Predictive And Moderating Role Of Psychological Flexibility In The Development Of Job Burnout. *Universitas Psychologica*, (16): 282-289.
- Samadi, H., Mahdiyan, H., & Ghasemi, M. (2022). Comparison of the Effectiveness of Psychodrama and Group Therapy Based on Acceptance and Commitment on Students' Social Anxiety. *Journal of Sabzevar University of Medical Sciences*, 29(5), 641-654.
- Sanftner, J. L., Ryan, W. J., & Pierce, P. (2009). Application of a relational model to understanding body image in college women and men. *Journal of College Student Psychotherapy*, 23(4): 262-280.
- Sani, F., Todman, J. (2006). *Experimental Design and Statistics for Psychology: A first course*, Oxford: Blackwell.
- Sapmaz, F. (2006). “Üniversite Öğrencilerinin Uyumlu ve Uyumsuz Mükemmeliyetçilik Özelliklerinin Psikolojik Belirti Düzeyleri Açısından İncelenmesi”. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Saygin, T. (2014). “Çağdaş Kıta Avrupası Felsefesinde Özne Sorunu”. Muğla Sıtkı Kocaman Üniversitesi, Sosyal bilimler Enstitüsü, Felsefe Doktora Tezi.

- Schmid, K. L., Phelps, E., & Lerner, R. M., (2011). Constructing Positive Futures: Modeling The Relationship Between Adolescents' Hopeful Future Expectations And Intentional Self-Regulation In Predicting Positive Youth Development. *Journal of Adolescence*, 34(6): 1127-1135.
- Schneier, F. R, Johnson, J., Hornig, C.D, Liebowitz, M.R & Weissman, M.M. (1992) Social Phobia: Comorbidity And Morbidity In An Epidemiologic Sample. *Archives Of General Psychiatry*, 49, (4): 282-288.
- Schramski, T. G., Feldman, C. A., Harvey, D. R., & Holiman, M. (1984). A Comparative Evaluation Of Group Treatments In An Adult Correctional Facility. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry*. 36 (4): 133-147.
- Schwartz S.J., Zamboanga B.L., Wang W. & Olthuis J.V. (2009). Measuring Identity From an Ericsonian Perspective: Two Sides of the Same Coin? *Journal Of Personality Assessment*, 91:2,143-154.
- Seay, K. D., & Kohl, P. L. (2015). The comorbid and individual impacts of maternal depression and substance dependence on parenting and child behavior problems. *Journal of family violence*, 30, 899-910.
- Sewart, A. R., Niles, A. N., Burklund, L. J., Saxbe, D. E., Lieberman, M. D. ve Craske, M. G. (2019). Examining positive and negative affect as outcomes and moderators of cognitive-behavioral therapy and acceptance and commitment therapy for social anxiety disorder. *Behavior Therapy*, 50(6), 1112-1124. doi. org/10.1016/j.beth.2019.07.001
- Silove D, Harris M, Morgan A, Boyce P, Manicavasagar V, Hadzi-Pavlovic D, Wilhelm K. (1995). Is Early Separation Anxiety A Specific Precursor Of Panic Disorder-Agoraphobia? A Community Study. *Psychol Med*. 1995 Mar;25(2):405-11.
- Simonian, S. J., Beidel, D. C., Turner, S. M., Berkes, J. L. & Long, J. H. (2001). Recognition Of Facial Affect By Children And Adolescents Diagnosed With Social Phobia. *Child Psychiatry And Human Development*, (32): 37-145.
- Slee, P. T. (1994). Situational And Interpersonal Correlates Of Anxiety Associated With Peer Victimization. *Child Psychiatry And Human Development*, (25): 97-107.

- Sluss, D. M. & Ashforth, B. E. (2007). Relational identity and identification: Defining ourselves through work relationships. *Academy Of Management Review*, 32(1): 9-32.
- Stein DJ, Seedat S, Herman A, Moomal H, Heeringa SG, Kessler RC, Williams DR. Lifetime Prevalence Of Psychiatric Disorders İn South Africa. *Br J Psychiatry*. 2008 Feb;192(2):112-7.
- Stipek, D., Recchia, S., McClintic, S., & Lewis, M. (1992). Self-evaluation in young children. *Monographs of the society for research in child development*, i-95.
- Strege, M. V., Swain, D., Bochicchio, L., Valdespino, A. ve Richey, J. A. (2018). A pilot study of the effects of mindfulness-based cognitive therapy on positive affect and social anxiety symptoms. *Frontiers in Psychology*, 866, 1-7. doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00866
- Sulamacı, F. (2020). “Türkiye’de Çocuk Evleri ile İlgili Araştırmalara Bir Bakış: Sistematik Bir Derleme Çalışması”. (Doctoral Dissertation). Karabük Üniversitesi, Lisansüstü Enstitüsü.
- Sungur M.Z., Dilsiz A. (1995). Sosyal Fobi. *Anksiyete Monografıları Serisi*, (5): 205-215.
- Şener, Ö. (2017).” Psikodramanın Sosyal Kaygısı Olan Üniversite Öğrencileri Üzerindeki Pozitif Etkisi”. 6. *Lisansüstü Çalışmalar Kongresi. Bildiriler Kitabı-III*. İlmi Etütler Derneği.
- Şimşek, Z., Erol, N., Öztop, D., & Özcan, Ö. Ö. (2008). Kurum Bakımındaki Çocuk ve Ergenlerde Davranış ve Duygusal Sorunların Epidemiyolojisi; Ulusal Örneklemde Karşılaştırmalı Bir Araştırma. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19(3): 235-246.
- Şimsek, C., Yalcinkaya, E. Y., Ardic, E. & Yildirim, E. A. (2020). The Effect of Psychodrama on the Empathy and Social Anxiety Level in Adolescents/ Psikodramanın Ergenlerde Empati ve Sosyal Kaygı Düzeyine Etkisi. *Turkish Journal of Child and Adolescent Mental Health*, 27(2): 96-102.
- Tassin, C., Reynaert, C., Jacques, D. & Zdanowicz, N. (2014). Anxiety Disorders İn Adolescence. *Psychiatria Danubina*, 26(1): 27-30.

- Tatoğlu, N. (2006). “Zonguldak İl Merkezinde 15-17 Yaş Grubu Genel Lise Öğrencilerinde Benlik Saygısının Akademik Başarıya Etkisi”. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Zonguldak Karaelmas Üniversitesi, Zonguldak.
- Teddlie, C., & Tashakkori, A. (2009). Foundations of mixed methods research: Integrating quantitative and qualitative approaches in the social and behavioral sciences. Sage.
- Testoni, I., Bonelli, B., Biancalani, G., Zuliani, L., & Nava, F. A. (2020). Psychodrama In Attenuated Custody Prison-Based Treatment Of Substance Dependence: The Promotion Of Changes In Wellbeing, Spontaneity, Perceived Self-Efficacy, And Alexithymia. *The Arts in Psychotherapy*, (68): 101650.
- Toraman, S. (2021). Karma Yöntemler Araştırması: Kısa Tarihi, Tanımı, Bakış Açıları ve Temel Kavramlar/ Mixed Methods Research: A Brief History, Definitions, Perspectives, and Key Elements. *Nitel Sosyal Bilimler*, 3 (1), 1-29. doi: 10.47105/nsb.847688.
- Torucu, K. B. (1990). “13-14 Yaşındaki Gençlerin Sosyo-Ekonomik Düzeyi ve Anne-Baba Tutumlarındaki Farklılıkların Belirlenip Benlik Saygısına Etkisinin Araştırılıp, Karşılaştırılması”. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Triandis, H. C. (2006). Cultural intelligence in organisations, *Group & Organisations Management*, 31, (1): 20-26.
- Triandis, H. C., Chan, D. K. S., Bhawuk, D. P. S., Iwao, S. & Sinha, J. B. P. (1995). Multimethod Probes of Allocentrism and Idiocentrism. *International Journal of Psychology*, 30(4): 461-480.
- Türkçe Sözlük. Türk Dil Kurumu Yayınları: 857. Tıpkı Basım. Ankara.
- Tükel, R. (2002). Panik Bozukluğu. *Klinik Psikiyatri*, 5(Ek3): 5-13.
- Türe, H. (2009). “Celal Bayar Üniversitesi Tıp Fakültesi Öğrencilerinde Sosyal Kaygı Düzeyini Etkileyen Faktörler”. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi. Celal Bayar Üniversitesi Tıp Fakültesi, Manisa.

- Türkçapar, M. H. (1999). Sosyal Fobinin Psikolojik Kuramı. *Klinik Psikiyatri*, 2(4): 247-253.
- Uçar, M. E. & Morsünbül, Ü. (2017). *Üniversite Öğrencilerinde Kimlik Stilleri Benlik Kurguları ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiler*. Relationship Between Identity Styles Self Construal And Self Esteem On University Students.
- Üneri, Ö. Ş.,Yıldırım, E. A.,Tanidir, C. & Aytemiz, T. (2016). Sosyal Anksiyete Bozukluğu Olan Ergenlerde Psikodramanın Kullanımı. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 17(5): 347-353.
- Van Ameringen M, Mancini C, Farvolden P (2003) The Impact Of Anxiety Disorders On Educational Achievement. *J Anxiety Disord*, (17): 561-571.
- Wieser, M. (2007). Studies On Treatment Effects Of Psychodrama Psychotherapy Ordered On The Basis Of IC-10. *ASGPP 65 th annual Psychodrama & Group Psychotherapy Conference*. Princeton, (14): 295-316.
- Vernberg, E.M., Abwender, D.A., Ewell, K.K. & Berry, S.H. (1992). Social Anxiety And Peer Relationships İn Early Adolescence: A Prospective Analysis. *Journal of Clinical Child Psychology*, 21(2): 189-196.
- Wieser, M. A. (2006). Die Meta-Analyse zur Psychodrama-Psychotherapie in “Psychotherapie im Wandel” von Grawe, Donati und Bernauer. *In Psychotherapie Forum*, Springer Wien. (Vol. 14, No. 1): 47-53.
- Wolf, S.L., Le Craw, D.E. & Barton, L.A. (1989). Comparison Of Motor Copy And Targeted Biofeedback Trainningtechniques For Restitution Of Upper Extremity Function Among Subjects With Neurologic Disorders. *Physical Theraphy*, 69 (9): 719-35.
- Yalçın, A. (2011). “Çocuk Koruma Kanunu Kapsamında Korunmaya Muhtaç Çocukların Gelecek Kaygılarının İncelenmesi”. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Afyon Kocatepe Üniversitesi, Afyonkarahisar.

- Yang, B., Ollendick, T.H., Dong O., Xia, Y. & Lin L. (1995). Only Children And Children With Siblings In The People's Republic Of China: Levels Of Fear, Anxiety And Depression. *Child Development*. (66)1: 301-1311.
- Yates T. M. (2004). The developmental psychopathology of self-injurious behavior: compensatory regulation in posttraumatic adaptation. *Clinical psychology review*, 24(1), 35-74.
- Yıldırım, M. & Sedef, G. (2022). Spor Yapan ve Yapmayan Lise Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi, *International Social Mentality and Researcher Thinkers Journal*, 8 (60): 2430- 2435.
- Yolcu, A. (2021). “Çocukluk Çağı Travması Yaşamış Bireylerde İlişkisel Benlik Saygısı ve İlişkisel Saplantılı Düşünce Düzeyi” (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Yakın Doğu Üniversitesi, Lefkoşa, KKTC.
- Yörükoğlu, A. (1992). *Çocuk Ruh Sağlığı*. 18. Baskı. İstanbul: Özgür Yayın Dağıtım.
- Yüksel, G. (2002). Üniversite Öğrencilerinin Utangaçlık Düzeylerini Etkileyen Faktörler. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22 (3): 37-57.

EKLER

EK 1: Kişisel Bilgi Formu

AÇIKLAMA

İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Hizmet Bilim Dalı kapsamında “Koruma Altındaki Gençlerin İlişkisel Benlik ve Sosyal Kaygılarının Psikodrama Uygulanarak Karma Yöntemle İncelenmesi” konulu doktora tez çalışmam için araştırma yapmaktayım. Aşağıdaki sorulara doğru ve samimi cevaplar vermenizle bu çalışma sağlıklı bir biçimde sonuçlanabilecektir.

Sorulara vereceğiniz cevaplar uygulanan ölçeklerin birlikte değerlendirilmesi için gerekli olup tarafımızca gizli tutulacaktır. İçtenlikle vereceğiniz cevaplar için şimdiden teşekkür ederim.

Araştırmacı

Hülya TÜRK

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1. Yaşınız: -----
2. Doğum yeri:
 - a) Köy / Kasaba
 - b) Şehir
3. Gittiği Okulun Niteliği:
 - a) Ortaokul
 - b) Düz Lise
 - c) Meslek Lisesi
 - d) Diğer
4. Okul başarı durumu:
 - a) Hiç sınıf tekrarı yapmadım
 - b) Sınıf tekrarı oldu
 - c) Teşekkür belgesi aldığım oldu

- d) Takdir belgesi aldığım oldu
- e) Başarısız olduğum dersler oldu
- 5. Kardeş sayısı
 - a) Yok
 - b) 1-2 Kardeş
 - c) 3-4 Kardeş
 - d) 5-6 Kardeş
 - e) 6 + üzeri
- 6. Annenin yaşama durumu:
 - a) Hayatta
 - b) Vefat
- 7. Babanın yaşama durumu:
 - a) Hayatta
 - b) Vefat
- 8. Ebeveynin birliktelik durumu
 - a) Birlikte
 - b) Ayrı
- 9. Koruma altına alınma yaşıınız:
- 10. Sosyal etkinliklere katılım durumu:
 - a) Okul içi etkinlikler
 - b) Okul dışı etkinlikler
 - c) Kurum içi etkinler
 - d) Diğer
- 11. Arkadaş grubunun olması:
 - a) Var
 - b) Yok
- 12. Kendini beğenme durumu:
 - a) Evet
 - b) Hayır
- 13. Karşı cinsle duygusal ilişki / Flört etme durumu:
 - a) Evet oldu
 - b) Hayır olmadı

EK 2. İlişkisel Benlik Ölçeği

1: Hiç katılmıyorum, 2: Oldukça katılmıyorum, 3: Hiç katılmıyorum, 4: Kararsızım, 5: Biraz katılıyorum, 6: Oldukça katılıyorum, 7: Çok katılıyorum

	Aşağıdaki ölçekte bulunan her bir ifadeyi dikkatlice okuyunuz ve size en uygun olduğunu düşündüğünüz seçeneği işaretleyiniz. Lütfen soruları eksiksiz ve samimi bir şekilde yanıtlayınız ve her bir soru için yalnızca bir seçeneği işaretleyiniz.	1	2	3	4	5	6	7
1	Yakın ilişkilerim benim kim olduğumun önemli bir yansımasıdır.	1	2	3	4	5	6	7
2	Kendimi birine çok yakın hissettiğimde çoğu zaman o kişiyi önemli bir parçamış gibi görürüm.	1	2	3	4	5	6	7
3	Bence benim kim olduğumu anlamak isteyen, benim yakın dostlarıma ve onların kim olduklarına bakabilir.	1	2	3	4	5	6	7
4	Kendimi düşündüğüm zamanlar genellikle yakın dostlarımı ve ailemi de düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
5	Birisiyle yakın bir dostluk kurduğum zaman genellikle o kişiyle özdeşleşirim.	1	2	3	4	5	6	7
6	Eğer biri bana yakın birini incitirse ben de kendimi incinmiş hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
7	Bence, yakın ilişkilerimin benim ne tür bir insan olduğumla ilgisi yoktur.	1	2	3	4	5	6	7
8	Gurur duygumun oluşmasında yakın dostlarım ile ilişkilerimin büyük bir rolü vardır.	1	2	3	4	5	6	7
9	Genel olarak yakın ilişkilerim benim düşüncelerim ve hislerimin önemli bir parçasıdır.	1	2	3	4	5	6	7
10	Bir yakınım önemli başarılar kazanınca genelde ben de çok gurur duyarım.	1	2	3	4	5	6	7

EK 3: Ergenler İçin Sosyal Kaygı Ölçeği

1: Hiçbir Zaman, 2: Nadiren, 3: Bazen, 4: Genellikle, 5: Her zaman

1. Başkalarının önünde yeni bir şeyler yapmaya çekinirim.	1	2	3	4	5
2. Arkadaşlarımla bir şeyler yapmaktan hoşlanırım.	1	2	3	4	5
3. Bana sataşılmasından tedirgin olurum.	1	2	3	4	5
4. Tanımadığım insanların yanında utanırım.	1	2	3	4	5
5. Sadece çok iyi tanıdığım insanlarla konuşurum.	1	2	3	4	5
6. Yaşıtlarımın arkamdan benim hakkımda konuştuklarını düşünürüm.	1	2	3	4	5
7. Kitap okumayı severim.	1	2	3	4	5
8. Başkalarının benim için ne düşündüğünden endişelenirim.	1	2	3	4	5
9. Başkalarının benden hoşlanmayacağından korkarım.	1	2	3	4	5
10. Çok iyi tanımadığım yaşıtlarımla konuşurken heyecanlanırım.	1	2	3	4	5
11. Spor yapmaktan hoşlanırım.	1	2	3	4	5
12. Başkalarının benim hakkımda ne söyleyeceğinden endişelenirim.	1	2	3	4	5
13. Yeni insanlarla tanışırken tedirgin olurum.	1	2	3	4	5
14. Başkalarının benden hoşlanmayacağından endişelenirim.	1	2	3	4	5
15. Bir grup insanla beraberken durgunumdur.	1	2	3	4	5

16.Kendi başıma bir şeyler yapmak hoşuma gider.	1	2	3	4	5
17.Başkalarının benimle dalga geçtiğini düşünürüm.	1	2	3	4	5
18.Birisiyle tartışmaya girersem onun benden hoşlanmayacağından endişe ederim.	1	2	3	4	5
19.Hayır derler diye başkalarına benimle bir şeyler yapmayı teklif etmeye çekinirim.	1	2	3	4	5
20. Bazı insanların yanımdayken tedirgin olurum.	1	2	3	4	5
21. İyi tanıdığım yaşlıların yanımdayken bile utanırım.	1	2	3	4	5
22. Başkalarından benimle bir şeyler yapmalarını istemek bana çok zor gelir.	1	2	3	4	5

EK 4: Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu

TARİH: ----- Saat (Başlangıç-Bitiş Saati): -----

1. Sosyal kaygı denince aklınıza ilk ne geliyor?

2. Sosyal kaygı yaşadığınızı nasıl fark edersiniz? Deneyimleriniz nelerdir?

3. Sosyal kaygı yaşadığınız bir durumla nasıl baş ediyorsunuz?

4. Ben olmak / benlik denince aklınıza ilk ne geliyor? Kendinizi nasıl tanımlarsınız?

5. Yakın çevrenizde etkilendiğinizi/ etkilenmediğinizi düşünüyor musunuz? Nasıl?

6. Yakın çevrenizden ne tür geri bildirimler alıyorsunuz? Deneyimleriniz nelerdir?

7. Yakın ilişkilerinizin sizin için anlamını nasıl açıklarsınız?

(İdealize edilen / beğenilen kişilerle)

8. Psikodrama yaşantısını nasıl deneyimlediniz? Sizin için nasıldı? Neler yaşadınız?

(Anlamı/önemi) -----

EK 5. Yarı Yapılandırılmış Psikodrama Grup Terapisi Çalışma Taslağı.

Oturumlar	Hedefler	Kazanımlar	Kullanılan Teknikler
1-4 Oturum	Tanışma Grupla karşılaşma Grup normlarını oluşturma Güven sağlama	Tanışma oyunları. Enerji yükselten ve rahatlatıcı oyunlar aracılığıyla rol girme çalışmaları Kişiler arası bilgi: rol değiştirme çalışması (ör., hayvan) Açılış (güncel) ve kapanış ritüelleri yaratmak: İltifat çemberi Kendini açmanın önündeki grup engelleri, güven çalışması	Rol değiştirme
5- 8 Oturumlar	Kendini tanıma ve bağlantı kurma kendinin güçlü Diğerinin güçlü yönlerini keşfetmek Kişilerarası ilişkilerde güçlü yönler, Olumlu özellikler/ Olumsuz özelliklerle karşılaşma	'Güç hazinesi' kişisel güçlü yönleri görmek Diğerinin güçlü yönleri "Ben kimim" çiftler halinde kendini ifşa etme (bireysel roller) Kazananlar Alemi: bir olumsuzluk deneyiminde grubun gücüyle karşılaşmak.	Rol yapma Aynalama/ Güçlendirme Somutlaştırma Karşılaşma Kahraman çalışması Paylaşım Sanatsal tekniklerin kullanımı
	Duygu/düşünce ve davranışlar alıştırmasını yapmak Performans sunumuyla kendini değerlendirmek	Duygu kartları çalışması Duygunun heykeli Yaşantılarda duygu çalışması Özelliklerimle ben ve diğeri	

	Kendini tanıma ve değiştirmeyi keşfetmek Kişiler arası bağlantılar	Satan Bebek: kendi reklamını yapma Damgalama, etiketleme	
9- 10 Oturumlar	Değerlendirme yapma Grup deneyimi Grupla vedalaşma	Dışarıdaki gücüm “Grup hikâyesini” anlatmak Grup deneyimini paylaşmak Önemli biriyle vedalaşmak Grup üyeleri, grup lideri Motivasyon mesajlarıyla vedalaşma	

Ek 6. Psikodrama Oturumlarına Ait Özet

OTURUM (22. 03. 2022)	
AMAÇ	Grupla tanışma/ Karşılaşma 1-4. Oturumlarda grup amacı; grupla ve birbirleriyle karşılaşma, psikodrama grup terapisi ile tanışma, grup normlarını oluşturma, üyelerin gruba güvenini sağlama şeklinde belirlenmiştir.
SÜRE	90 dk.
KATILANLAR	10K, 11K, 13K, 14K, 6K, 3K, 8K, 2K, 14K,15K, 5K, 12K, 9K,16K
SÜREÇ	Grup liderin/terapistin kendini tanıtmayla başladı. Grubun amacı ve psikodrama yöntemi ve süreç hakkında bilgilendirme yapıldı. Gruptaki önemli konular özellikle gizlilik ve ben dili kullanmak, telefonları sessizde tutma gibi grup normları konuşuldu. Grup üyeleri birbirlerini tanıdıkları için tekrardan üyeler tanışmadı. Onun yerine üyelerin farklı özellikleriyle karşılaşmaları ve ortak olan özelliklerini fark etmeleri için bir ısınma oyunları oynandı.

	İlk oturumda üyelerin tamamı katılım sağladı. Üyelerin çok fazla soru sormaları ve birbirlerine yönelik sataşmaları dikkat çekti. Sorular: Neden biz bu gruba seçildik? Neden başkaları değil de beni seçtiniz? Buradan ne kazanacağım? Buraya katılım zorunlu mu? Üyelere bu soruların cevapları açıklandı. Psikodramanın eylemsel oluşu nedeniyle sadece konuşarak değil eylemlerle/ hareketlerle çalışacağımızı söyleyerek ısınma oyunlarına geçtik. Üyeler, özellikleriyle karşılaştıkları ısınma oyununda “Hocam atıyor, öyle biri değil.” diyerek zaman zaman birbirlerine sataştılar. Bu durum gençlerin grup sürecine çok yabancı olduklarını düşündürdü. Uzun uzun grup çalışması konuşuldu.
--	---

2. OTURUM (08.04.2022)	
AMAÇ	Grup Normları Oluşturma / Gruba Güven/ Grup Çalışmasına Isınma.
SÜRE	90 dk.
KATILANLAR	1K,17K,6K, 11K, 15K, 8K, 12K
SÜREÇ	İlk oturumdan kendilerinde kalanlar ve bu oturuma nasıl geldiklerini anlatarak gruba başladılar. İhtiyaç nedeniyle grup normları tekrar edildi. “Burada olan burada kalır, saygı duyma, ön yargılı olmama, geç kalmama, erken çıkmama, gruba katılımda devamlılık, paylaşımlarda ben dili kullanma, herkes birbirine ismi ile hitap edecek (grup üyelerinin diğer bazı üyelere MENTAL

	diyerek sesleniyorlardı) telefonlar grup boyunca kapalı ya da sessizde kalacak, düşünce özgürlüğü yani grupta birbirimizi dinlemek” en çok konuşulan konular oldu. Grup üyeleri ikişerli eşleşerek eşini tanııt ısınma çalışması yapıldı. Sandalye kapmaca ısınma oyunu ile sonlandı. Tüm üyeler ebe olmayı istedi. Sonlara doğru daha hızlı hareket ettikleri eylemlerinde artış olduğu görüldü.
DEĞERLENDİRME	Gruba devam etmek istemeyen ve yeni katılan grup üyeleri oldu. Gruba bu hafta bir yardımcı terapist dâhil oldu ve gruba kendisini tanıttı. Grup üyelerinin ben dili kullanamadıkları ve arkadaşlarına müdahale ettikleri, sataştıkları ve özellikle de MENTAL sözcüğünü birbirlerine karşı kullandıkları görüldü. Eşinin rolüne girerek onu gruba tanıtan üyeler ilk kez başkasının rolünde olmayı ve empati ile karşılaşmayı deneyimlediler.

3. OTURUM (22. 04.2022)

AMAÇ	Grup Kohezyonunu Arttırmak/ Gruba Güven
SÜRE	90 dk.
KATILAN ÜYELER	8K,9K,15K, 12K,13K,2K,17K, 11K,7K
SÜREÇ	Önceki oturumdan kendilerinde kalanlar ve bu oturuma nasıl geldiklerini anlatarak gruba başladılar. Doğum yerleri haritası ile hem kendi hem de ebeveynlerinin doğum yerlerine gidildi. Doğum yerleri üzerinden diğer grup üyeleriyle iletişime geçildi. Doğum yerleri, kültürler, mesafeler araştırıldı. Bir diğer çalışma da kendilerinde yaptıkları değişimim bulunması grup oyunu idi. Grup kapanış ritüeli ile bitti.

	(Grup Ritüeli: Nasıl gidiyorsunuz bu gruptan tek bir cümleyle, sözcükle bitiriyoruz.)
DEĞERLENDİRME	Oturumda özellikle iki grup üyesinin, feminen özellikleri olan bir diğer üyeye yönelik yargılayıcı sözleri oldu. Giyimini beğenmediklerini, dışardaki imajlarını bozduğunu, rezil ettiğini, Müslüman bir erkeğin bu şekilde giyinmesinin yanlış olduğunu söylediler. Diğer grup üyelerinden buna destek olanlar oldu, bazı üyeler ise sesiz kaldı. Konu üzerine seçimler, kılık kıyafet ve farklı kültürlerin giyim tarzı farklı kültürel örneklerle açıklandı. Gruptan ayrılırken “Yeni kelime öğrendim.”, “Uykum geldi.”, “Öğrendim.”, “Dersin daha verimli geçmesini öğrendim.”, “Normal, iyi geçti.”, “Her zamanki gibi normal işleniyor.”, “Dost, arkadaşların öğrenmesi gereken şeyler var.”, “Bugün güzel geçti.”, “Keyif aldım.”, “Sabırlı, açık ve dürüst olmayı öğrendim.” şeklinde geri bildirimler geldi.

4. OTURUM (06.05.2022)	
AMAÇ	Gruba Güven/İletişim Kalıplarıyla Karşılaşma/İlişkisel Benlik ve Sosyal Kaygı Kavramlarıyla Karşılaşma
SÜRE	90 dk.
KATILANLAR	8K, 15K, 11K, 18K, 12K

SÜREÇ	Önceki oturumdan kendilerinde kalanlar ve bu oturuma nasıl geldiklerini anlatarak gruba başladılar. Grup üyelerinin hava durumu olarak kendilerini hayal ettikleri bir imajinasyon çalışması yapıldı. “Rüzgârlı biraz ve biraz güneşli, yağmur yağmış gibi yerler ıslanmış ama havada güneş var.”, “Bugünkü gibi ne çok sıcak ne de çok soğuk.”, “Güneşli bir hava.”, “Yağmurlu, rüzgârlı bir hava.”, “Ağaçların yaprakları dökülmüş.”, “Şimşek, yağmur, bulutlar var.”, “Aynı hocam bazen güneş bazen yağmurlu, bazen soğuk üşütüyor, bazen sıcak.” şeklinde cevaplar verdiler. Ben olmak, sosyal kaygı düşünceleri paylaşıldı. Grup üyeleri gözlerini kapatarak kendilerini güvenli bir yerde hayal ettiler. Daha sonra hayal ettikleri bu güvenli yerin resmini yaptılar. Grup üyelerine, “Bu yer nerede?”, “Nasıl bir yer?”, “Nasıl hissediyorsun?” gibi sorular sorularak ne hissettikleri üzerinde konuşuldu. Dedektif kim grup oyunu ile son çalışma tamamlandı. Grup rutini ile bitirildi.
DEĞERLENDİRME	Grup üyeleri hava durumu olarak kendilerini tanımlamalarında sıklıkla yağmur, şimşek, rüzgâr kullandılar; bir sıcak bir soğuk olarak ifade ettiler. Bunlar ergenlik dönemi özelliklerini ve içinde bulundukları ortama dair yaşadıkları öfke ve değişken ruh hâlini sembolize eden çağrışımları gibiydi. Güvende hissettikleri bir yeri hayal ederek resim yapmaları istediğinde grup üyelerinden üç üye ev ortamını ve ailesini, bir üye de doğum yeri olan Van şehrindeki Van Kalesi’ni çizdi. Bu resimler de gençlerin aidiyet, aile evi özlemlerine yönelik sembollerini çağrıştırmaktaydı. Dedektif kim oyununda tüm üyeler keyifle katıldı ve ebe olmak için birbirleriyle yarıştılar.

5. OTURUM (13.05.2022)

AMAÇ	Sorunlar / Kaygı Durumları / İletişim
------	---------------------------------------

SÜRE	90 dk.
KATILAN ÜYELER	12K, 15K, 12K, 6K, 1K
SÜREÇ	Önceki oturumdan kendilerinde kalanlar bu oturuma nasıl geldiklerini anlatarak gruba başladılar. (İki grup üyesi okula gitmediklerini, hasta olduğunu; bir diğeri de okula geç kaldığında gitmek istenmediğini, meslek lisesinde ancak istemediği bir bölüm okuduğunu anlattı.) Yabancı ülkede yeni insanlarla tanışma grup oyunu oynandı. Birbirleriyle girdikleri yeni rollerde karşılaştılar ve bu roller üzerinden iletişime geçtiler. Paylaşımların ardından grup kapanış rutini ile tamamlandı. “Çalışma güzel geldi.”, “Normal.”, “Güzel.”, “Duygumuz, dünyamız kimisi çorak gezegen gibi.”, “Kendim huzurlu ama kapanmış ve dünyada kısıtlanmış gibiydim.”, “İyi.”, “İletişim dersi alıyorum zaten, burada rol yapmak istemedim.” Bunlar grup üyelerinin kapanış cümleleri oldu.
DEĞERLENDİRME	Grup oyununda karşılaşmalar yaşarken sorular bulmakta bazen zorlandılar. “Nerde yaşıyorsun?”, “Kaç yaşındasın?”, “En sevdiğin renk?”, “Hangi okula gidiyorsun?” Bunlar en çok sorulanlar oldu. Aynı soruları tekrar ettiler (Bilişsel ve kavramsal düzeyde sıklık). Yeni girdikleri bir rol olmasına rağmen yaşlarını ve okullarını bazı üyeler değiştirmede. Bir grup üyesi grup oyununda sesiz kaldı (Dikkati kendine çekme ve özel ilişkide olma istediği paylaşımlarından hissedildi). Grup üyelerinden biri kendisini okulda da tıpkı burada olduğu gibi tanıttığını, “Yurtta kaldığımı okul arkadaşlarım bilmiyor, onlara ailemle kalıyorum diyorum.” diyerek açıkladı. Grup üyelerinin yeni bir şeye tereddütlü başladıkları ama desteklenme sonucu ilerledikleri ve üyeler arası etkinin güçlü olduğu, farklılıklarıyla karşılaştıkları görüldü. Ayrıca hayal etmede zorluk yaşadıkları fark edildi.

6. OTURURM (03.06.2022)	
AMAÇ	Sorunlar / Kaygı Verici Durumlarla Karşılaşmak
SÜRE	90 dk.
KATILANLAR	15K, 8K, 12K,7K
SÜREÇ	Önceki oturumdan kendilerinde kalanlar ve bu oturuma nasıl geldiklerini anlatarak gruba başladılar (Bir grup üyesi arkadaşıyla kavga ettiği için okula gitmediğini anlattı). Grup üyelerinin ihtiyacından hareketle yaşadıkları sorunlar ve ihtiyaçları üzerine konuşuldu. “Para”, “okula gitmemek sorunu”, “İletişim sıkıntısı yaşayan biri değilim ama anlaşılamama durumlarım olabilir.”, “İhtiyaçlar olarak anne-baba akrabalar olabilir.”, “aile”, “gelecek”, “meslek”, “Gelecekte nasıl bir olacağım?”, “Hayat gençlere zor.” şeklinde sorunlar geldi. <u>Bir grup üyesinin anlatımı:</u> “8 yurt gezdim ben. Bıçak izi kolumda (kolunu gösterdi) babam terk etti. 3 yaşından beri yurttayım. Bir tek annem ve hocamdan destek gördüm. Manevî desteğe ihtiyacım yok, biri hayatıma girip çıksa üzülmem. Hızlı sinirlenirim. Çok duygusalım. 13-14 yaşlarında zorbaydım. Şimdi değiştim diyebilirim, zamanında birinin kafasında şemsiye kırdım. Kızın biri de bana baskı yapınca dayanamadım. İnsanlarla tanışmak, sohbet etmek önemli. Ben çok insanla tanıştım. Burada dahi çok çevrem var. Ticareti düşünüyorum. Birikim yapıyorum. İmkânsız diye bir şey yok.” <u>Bir grup üyesinin anlatımı:</u> “Benim dayım mesela coin paraya yatırım yapıyor. Ben de yatırım yapmayı düşünüyorum. Tasarruf etmek için. Geleceğim için.”

	Üyelerin paylaşımlarından sonra maddî ihtiyaçlar, manevî ihtiyaçlar ve gelecek kaygısı olarak gruplandırdık. Daha sonra grup üyeleri birini seçerek sahnede sembolleştirdi. Maddî sorunların sembolü ev oldu. Manevî sorunların sembolü siyah gül oldu (Nadir bulunan sevgiyi temsil ediyor). Geleceğin sembolü mutlu aile olarak sahnelendi. Grup kapanış rutini ile tamamlandı.
DEĞERLENDİRME	Bu grupta üyeler sorunlarının ortaklaştığını, grupta sorunlar ve çözümleri konuşurken birbirlerini tamamlayan açıklamalarda bulunduklarını fark ettiler. Kapanış rutinde üyeler; “Yurt dışında yaşamak istiyorum.”, “yurtta kalanlara yardım etmek istiyorum”, “Geleceğim için tasarruf etmeliyim.”, “Sohbet gibi geldi bugün.”, “Çaba sarf etmek lazım bir şey yapmak için.”, “Hayatta yapmam gereken şeyleri öğrendim.”, “Hayatı öğrendim.” şeklinde paylaşım yaptılar.

7. OTURUM (13.06.2022)	
AMAÇ	Toplumsallaşma/ Özdenetim / Farkındalık
SÜRE	90 dk.
KATILAN ÜYELER	15K, 12K,8K, 1K,2K

SÜREÇ	Önceki oturumdan kendilerinde kalanlar bu oturuma nasıl geldiklerini anlatarak gruba başladılar. İlk grup ısınması topla ve müzikle iki gruba ayrılarak yapıldı. Topu yere düşürmeden devam eden grup kazandı. Grup oyunu kırmızı ışık/ yeşil ışık oyunu ile toplumsal kurallar ve yaşantılar çalışıldı. Rollerden geri bildirimler alındı. Toplumsal kurallar yaptırımı olan ve olmayan kurallar üzerinde konuşuldu. <u>Bir grup üyesinin ifadesi:</u> “Sigara ve alkol yasağı var ama tekeller burada çocuklara satış yapıyor. Bizim de hocaların yanında içmemiz yasak ama yurttan hepimiz sigara içiyoruz, zaten burada içmeyen yok.” <u>Bir grup üyesinin ifadesi:</u> “Ablam da sigara içiyordu, bebeği oldu. Şimdi herkese kızıyor, evde sigara içtirmiyor.” Önce trafik ile ilgili toplu taşımada uyulması gereken kurallar, sonrasında ise okul ve diğer toplumsal hayat kuralları ve geleneklerden örnekler verildi. <u>Bir grup üyesinin ifadesi:</u> “Bazen tramvaya kaçak biniyoruz, paramız olmuyor, heyecanlı oluyor.” Motosiklet kullananların kask takmadıkları gibi toplu taşımada yaşlılara yer vermeyi bazen gereksiz gördükleri, yurttan sigara ve telefon konusunda daha özgür oldukları, okula gittiklerinde en çok kuralları sevmedikleri gibi konular da gruba getirildi. Grup kapanış rutini ile bitirildi.
DEĞERLENDİRME	Kapanış rutini üyeler; “Kurallar olmazsa olmaz, her yerde var. Herkes uysa aslında, disiplin için kurallar var. Ailemde daha çok yaşıyorum kuralları burada değil. Ortamlara uygun davranmalıyız, okulda da çok fazla kural var” ifadelerini paylaştılar. Beklenti, değerler, sevilen ve istenen, istenmeyen şeyler, kuralların hayatımızdaki yeri, bunları nasıl deneyimledikleri tartışıldı. Bunların ne ifade ettiği üzerinde duruldu. Özellikle kavramlar ve ne anlama geldiği konusunda üyelerin bilgi düzeyleri sındı.

8. OTURUM (15.06.2022)	
AMAÇ	Kendini Keşfetmek/İç ve Dış Kaynaklar /Kişiler Arası Bağlantılar
SÜRE	90 dk.
KATILANLAR	12K, 15K, 9K, 3K,5K,11K
SÜREÇ	Önceki oturumdan kendilerinde kalanlar bu oturuma nasıl geldiklerini anlatarak gruba başladılar. Genellikle hareketli, rekabet içeren oyunları oynamaktan keyif alıyorlardı. O nedenle ilk olarak yine deve, cüce, alkiş gibi farklı yönergelerle ilerleyen bir ısınma oyunu ile başlandı. Bir diğer grup oyunu olarak gemi ile seyahat adlı oyun oynandı. Grup üyeleri gemide farklı roller üstlendi. Hem eğlenip hem de farklı rollerle birbirleriyle etkileşime geçtiler. Özellikle amazona ulaşmak, vahşi doğada olmak, olağan dışı durumlarda birlikte çözüm üretmekte zorlandılar, karaya ulaşmaktan mutlu oldular. Son olarak boş sandalye tekniği ile çalışıldı. Boş sandalye tekniğinde aşağıdaki ifadeler paylaşıldı: Bir grup üyesi; İzmir’de bir hafta cezaevi deneyimi olduğunu, oradaki koşuş ağası olan genç ile yaşadıklarını canlandırdı. Deneyimi “yalnız ve güçsüz olmak” diyerek açıkladı. Bir başka grup üyesi; daha önceki kaldığı kurumda kendisini sürekli ziyaret eden bir gönüllü büyüğün olduğunu ancak bu yurda geldikten sonra artık kendisini ziyarete gelmediğini paylaştı. Deneyimini “özlem” diyerek açıkladı. Kapanış rutini ile oturum sonlandı.
DEĞERLENDİRME	Grup üyeleri duygularla ilgili farkındalıkların ortaya geldiği yaşantı paylaşımları yaptılar. Ortak duygular, yalnız olmak ve desteklenme ihtiyacı şeklindeydi. Güçlü yanlar ve destek alınabilecek kaynaklar üzerinde düşünüldü.

	Kapanış rutininde üyeler; “Korsan rolüm güzel oldu.”, “Ben zaten tiyatro yapıyorum.”, “Kaptan olabilirim ben de ileride.”, “Bugün hem çok neşeliyim hem de acılı.” şeklindeki ifadeler paylaşıldı.
--	--

9. OTURUM (20.06.2022)	
AMAÇ	Değerlendirme / Grup Deneyimi / Gruba Veda
SÜRE	90 dk.
KATILANLAR	12K, 15K, 8K, 11K
SÜREÇ	Önceki oturumdan kendilerinde kalanlar bu oturuma nasıl geldiklerini anlatarak gruba başladılar. Grup üyeleriyle sosyometrik bir çalışma yapıldı. 10 sandalye sıralandı. Kendilerini ve grup sürecini kaçınıcı sandalyede değerlendirdikleri soruldu. Bir grup üyesi psikodrama çalışmasını 6. sandalyeye oturarak, iki üye 7. sandalyeye oturarak, iki üye 10. sandalyeye oturarak değerlendirmelerini yaptı. Bir grup üyesi; “Burada olmak çok samimiydi.” diye ifade etti. Bir grup üyesi; “Burada anlattıklarımızı, hocalarımıza anlatmadınız.” diyerek güven duygusunu ifade etti. Kapanış rutini ile tamamlandı.

DEĞERLENDİRME	Grup üyelerinin değerlendirmeleri alındı. Üyelerin psikodrama grup çalışmasından sosyometrik olarak 6 ve üzerinde yarar sağladıkları (ortanın üstünde yararlı değerlendirdikleri) anlaşıldı. Kapanış rutininde üyeler; “Ben memnun oldum.”, “B”azen güldük bazen oynadık bazen acılı idi hayat gibi.”, “Bu hayatta yanımda abim ve arkadaşlıklarım var.”, “Bir gün buradan çıkacağız.”, “Ben de sizin gibi yurttan kalanlara yardım etmek isterim.” şeklindeki ifadeleri paylaştılar.
---------------	---

10. OTURUM (22.06.2022)	
AMAÇ	Değerlendirme / Grup Deneyimi / Gruba Veda
SÜRE	90 dk.
KATILAN ÜYELER	12K, 9K, 15K,17K, 11K, 8K
SÜREÇ	Önceki oturumdan kendilerinde kalanlar bu oturuma nasıl geldiklerini anlatarak gruba başladılar. İki grup üyesi ailesine izinli gideceğini söyledi. Grup üyeleri ile sevgi bombardımanı grup oyunu oynandı. Son oturum olması ve sonrasında bir küçük kapanış kutlaması yapacağımız için grup üyeleri ile bir etkinlik planladık.
DEĞERLENDİRME	Bir üye telefon numaramı istedi. Bir üye, “Ziyarete gelir misiniz?” diye sordu. Bu durum kurulan bağı sürdürme ihtiyaçları olduğunu, gençlerin bağ kurma arzularını açıklamaktadır. Kapanış rutininde üyeler; “Arkadaşlığın önemini gördüm.”, “Kanka candır.”, “Benim hakkımda söylenenler güzeldi.”, “Kendimi doğru tanıtmışım arkadaşlarıma”, “Burada paylaşımcı olmayı gördüm, yeni

şeyler öğrendim.”, “Keşke diğer arkadaşlarımız da katılsa.” şeklinde ifadeleri paylaştılar.

EK 7: Ölçek İzinleri

İLİŞKİSEL BENLİK ÖLÇEĞİ KULLANIM İZİN YAZISI

Gereksiz E-postaTarih ile ↑

✓ Bugün

Gokhan Karagonlar
Re: FW: Ölçek kullanım izni...
Sayın Hülya Türk, Size daha
15:28

Scientific Schedule
2. Uluslararası Bilimsel Araş...
Invitation to Isarc
13:38

✓ Dün

11. Uluslararası Umte...
Son Çağrı
Sal 18:38

Re: Ölçek kullanım izni hk



Gokhan Karagonlar <gokhan.karagonlar@ege.edu.tr>
Kime: Hülya TURK
Bilgi: se...@ege.edu.tr

Yanıtla

Tümünü Yanıtla

İlet

..

16.08.2021 Pzt 23:

Saklama İlkesi: Junk Email (30 gün)

Son Tarih: 15.09.2021

28 gün içinde bu öğenin süresi dolacak. Bu öğeyi daha uzun süre tutmak için farklı bir Saklama İlkesi uygulayın.

Bu iletideki bağlantılar ve diğer işlevler devre dışı bırakıldı. Bu işlevi açmak için bu iletiyi Gelen Kutusu'na taşıyın.

Bu ilet, Outlook Gereksiz E-posta dışında bir gereksiz posta filtresi kullanılarak istenmeyen posta olarak işaretlendi.

Gönderenin kimliği doğrulanamadı. Daha fazla bilgi edinmek için buraya tıklayın.

Ölçek copy right ı olan bir ölçek değil, kullanmak için kimseden izin almanıza gerek yok. Kolaylıklar dilerim.

Doç. Dr. Gökhan Karagonlar

ERGENLER İÇİN SOSYAL KAYGI ÖLÇEĞİ KULLANIM İZİN YAZISI

Odaklanmış

Diğer

Tarih ile ↑

Hazal YAVUZ

Paz 16:29

Derya TEMEL

RE: Görüşme talebi hk.

Merhaba Hocam, Müsait

13.08. Cum

Derya GEMİCİ DEVECİ

EBYS den gelen eğitim çağrısı

12.08. Per

Bilimsel Araştırma ve...

TÜBİTAK ARDEB Programlar...

Değerli Akademisyenlerimiz,

12.08. Per

Kurumsal İtibar ve Pa...

"Cinsiyetleştirilmiş Küresel ...

Dear Altınbaş University

12.08. Per

Bilimsel Araştırma ve...

Etkinlik Duyurusu: TÜBİTAK...

12.08. Per

Re: Ölçek izni

AA

Arzu AYDIN a...

Kime: Hulya TURK

Yanıtla

Tümünü Yanıtla

İlet

...

11.08.2021 Çar 23

Bu iletiyi 12.08.2021 12:01 tarihinde yanıtladınız.

Resimleri indirmek için buraya tıklayın. Gizliliğinizi korumaya yardımcı olmak için Outlook, bu iletideki bazı resimlerin otomatik olarak indirilmesini engelledi.

Ölçeği çalışmanızda kullanabilirsiniz.

Sevgiler,

11 Ağu 2021 Çar, saat 21:14 tarihinde Hulya TURK > şunu yazdı:

Merhaba Hocam,

Ben İZÜ Sosyal Hizmet programında doktora öğrencisiyim. Doktora tez konum Korunma Altındaki Gençlerle Yapılan Psikodrama Grup Terapisinin ilişkisel Benlik ve Sosyal Kaygıya Etkisi olarak belirledim.

Tezimde geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasını arkadaşınız ile birlikte yapmış olduğunuz Ergenler için Sosyal Kaygı Ölçeğini kullanmak istiyorum.

Bu nedenle sizlerden izin almak isterim.

EK 8: Sabahattin Zaim Üniversitesinden Alınan Etik Kurul Onayı

Etik Tarih ve Sayısı: 08.08.2021-01.12.2021

T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAIM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
ETİK KURULU BAŞKANLIĞI

Sayı : E-2103/219-000.01.06-12308
Konu : Etik Kurul Kararı

Sayın 100'ya TÜRK
Lisansla 60 Eğitim Etik Kurulu Sosyal Bilimler Anabilim Dalı Sayın 100'üne (Doktora Programı Öğrencisi)

"Kontenüs Akademiği Gençleri Yapan Psikolojisi Grup Terapisi: Etik ve Etik ve Sosyal Kaygı Etik" başlıklı araştırma konusunu, 27.08.2021 tarihli ve 2021-08- sayılı toplantıda değerlendirilerek etik açıdan uygun bulunduğu kararlaştırılmış ve bir görüşle karar verilmiştir.

Bilgilerinize rica ederim.

Prof. Dr. Naciye USLU
Kurul Başkanı

EK 16-100'ya TÜRK Etik Onay Belgesi (1 sayfa)

Müvekkilinizle İletim Tarihi
NADİYE USLU (100'üne Karşı Etik Onay) 08.08.2021 11:11:38

Bu belge, güvenli elektronik imzalarla oluşturulmuştur.

Bu belge, güvenli elektronik imzalarla oluşturulmuştur.

İstanbul Zaim Üniversitesi

Yazın Adresi: Y. Zaim, No: 100, 34090 Beşiktaş/İstanbul

Tel: 0212 290 10 10 (100'üne Karşı Etik Onay)

E-posta: iletim@zaim.edu.tr

Bu belge, güvenli elektronik imzalarla oluşturulmuştur.

İstanbul Zaim Üniversitesi

Yazın Adresi: Y. Zaim, No: 100, 34090 Beşiktaş/İstanbul

Tel: 0212 290 10 10 (100'üne Karşı Etik Onay)

E-posta: iletim@zaim.edu.tr

Etik Tarih ve Sayısı: 08.09.2021-01.12.2021

T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAIM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
ETİK KURULU

ETİK ONAY BELGESİ

Tarih	27.08.2021
Sayı	2021-08
Araştırmanın Niteliği	Doğru - Tutar
Araştırmanın Adı	Kontenüs Akademiği Gençleri Yapan Psikolojisi Grup Terapisi: Etik ve Etik ve Sosyal Kaygı Etik ve Sosyal Kaygı Etik
Sorumlu Araştırmacı	Prof. Dr. TÜRK
Onaylayan Etik Kurul	Doç. Dr. Tamer ARITAN
Karar	UYGUN

(Bu belge, güvenli elektronik imzalarla oluşturulmuştur. Bu belge, güvenli elektronik imzalarla oluşturulmuştur.)

Prof. Dr. Naciye USLU
Kurul Başkanı

Prof. Dr. Ali GÜNEŞ
Başkan Y.

(İmza)
Prof. Dr. Mehmet Emin ÖZTAN
Eya

Prof. Dr. Yalın Kemal YÖĞÜRTÇÜ
Eya

Prof. Dr. Mustafa ATIL
Eya

(İmza)
Prof. Dr. Ayşe Nefise HAMURÇİ
Eya

Ar. Bülent ŞAHİNAT
Eya

Kurul Yürürlük Kararı Zeynep Özdemir TİM

1 / 1

Bu belge, güvenli elektronik imzalarla oluşturulmuştur. Bu belge, güvenli elektronik imzalarla oluşturulmuştur.

EK 9: Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığından Alınan Araştırma İzni Resmi Yazısı



T.C.
AİLE VE SOSYAL HİZMETLER BAKANLIğI
Eğitim ve Yayın Dairesi Başkanlığı

Sayı : E-84459573-605.01-2098752

03.01.2022

Konu : Veri Toplama-Onay (Hülya TÜRK)

BAKANLIK MAKAMINA

İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Lisanüstü Eğitim Enstitüsü Sosyal Hizmet Anabilim Dalı Doktora Programı öğrencisi Hülya TÜRK'ün "Korunma Altındaki Gençlerle Yapılan Psikodrama Grup Terapisinin İlişkişel Benlik ve Sosyal Kaygıya Etkisi" konulu tez çalışmasını İstanbul İl Müdürlüğüne bağlı Zeytinburnu Çocuk Evleri Sitesinde uygulama talebi Çocuk Hizmetleri Genel Müdürlüğü tarafından uygun görülmüştür.

Çalışmanın İl Müdürlüğü'nün koordinasyonunda, kuruluş idarecilerinin gözetim ve denetiminde, ayrıntılı bilgilendirilmenin sağlanması sonrasında katılımcıların gönüllülüğü esas alınarak, "6698 sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu" hükümleri doğrultusunda, uygulamalarda elde edilecek kimlik bilgilerinin ve özel hayatın gizliliğine riayet edilerek, ses ve görüntü kaydı alınmaksızın ve fotoğraf çekimine izin verilmeksizin, kişisel özgürlükleri ve kişilik hakları korunacak ve güvenliklerine zarar gelmeyecek şekilde gerekli tedbirlerin alınarak mesai saatleri içerisinde gerçekleştirilmesi, kuruluş işleyişini aksatmayacak şekilde COVID 19 tedbirleri alınması; çalışmaya ilişkin makale, bildiri, vs. oluşturulduğunda herhangi bir yerde yayınlanmadan önce Bakanlığımızdan izin alınması, çalışmanın bitiminde etik ilkelere uyularak hazırlanan basılı birer örneğinin Başkanlığımıza ve Çocuk Hizmetleri Genel Müdürlüğüne teslim edilmesi ve taahhütname imzalatılması koşulları ile gerçekleştirilmesi hususunu;

Olurlarınıza arz ederim.

Ahmet Abdullah SEZEN
Eğitim ve Yayın Dairesi Başkan V.

OLUR
Doç.Dr. Kübra GÜRAN YİĞİTBAŞI
Başcan Yardımcısı

Ek:

- 1 - Taahhütname (1 Sayfa)
- 2 - ÇHGM'nin 01/12/2021-1903088 sayılı yazısı.

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
Doğrulama Kodu: 2430DB00-2E18-4797-96BF-419809085AEF Doğrulama Adresi: <https://www.turkiye.gov.tr/ashb-ebys>
Eskişehir Yolu Söğütözü Mah. 2177. Sok. No: 10/ A Kat: 27 Posta Kodu: 06510 Bilgi için:Emine ASLAN
Çankaya/ Ankara Sosyal Çalışmacı
(312)705 57 00
(312)705 57 57



EK 10: Araştırmacının Psikodramatist Belgesi



ÖZ GEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Hülya Türk

Öğretim Görevlisi / Psikodramatist

E-posta:

EĞİTİM NİTELİKLER

1990 Lisans: Hacettepe Sosyal Hizmet Bölümü

(Lisans Mezuniyet Tezi: “Kırdan Kente Göç Eden Kadında Rol Ev İşlev Değişimi”)

2018 Yüksek Lisans: İstanbul Üniversitesi İşl. Fak. Örgütsel davranış ABD.

(Yüksek Lisans Tezi: “Yöneticilerin Algılanan Etkililik Düzeyi ve Öz Yeterlilik Durumlarına İlişkin Bir Çalışma”)

2023 Doktora devam ediyor. (Sabahattin Zaim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Sosyal Hizmet Anabilim Dalı)

STAJLAR

Hacettepe Üniversitesi Hastanesi Gruplarla Sosyal Hizmet Stajı

(Uzun süreli yatan hastalarla sosyal grup çalışması)

Refik Saydam Hıfzı Sahha Merkezi’nde Toplumla Çalışma Stajı

(Ankara Kırk konaklar gecekondü mahallesinde aile planlaması, üreme sağlığı eğitimi uygulaması)

İŞ DENEYİMİ

- 1990-1991 yıllarında Ankara’da Deniz Kreş ve Gündüz Bakımevinde sorumlu müdür
- 1991-1992 yıllarında Özel eğitim ve bakım merkezinde sosyal hizmet uzmanı
- 1992- 2014 yıllarında Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığında vekâleten Müdür ve Müdür Yardımcısı ve Sosyal Hizmet Uzmanı.
- 2014-2020 yılları Altınbaş Üniversitesi Sosyal Hizmet Bölümü Öğretim Görevlisi.
- 2021-2023 yılları Medipol Üniversitesi Sosyal Hizmet Bölümü yarı zamanlı Öğretim Görevlisi.

- 2021 yılında, “Sosyal Hizmet Uzmanlarının Rol ve Becerilerinin Geliştirilmesi” tezi ile Psikodramatist.

YAYINLANAN KİTAP – MAKALE ÇALIŞMALARI

Yayınlanmış makaleler:

- “Covid-19 Salgını Sürecinde İlişki Doyumu ve İlişki Hoşnutsuzluğunun İncelenmesi”
- “Kamu Sorumluluğu ve Sosyal Hizmetler Perspektifinden Çocukların Çevrimiçi İstismarı: Bir Olgu Sunumu”

Ortak yazarlı kitap yayını:

- “Karar Sürecini Yapılandırma Aracı Olarak SİR”

Ulusal ve Uluslararası Konferanslarda Sunulan Bildiriler:

- Devletin ‘Namusu’: Bahşedilen Yaşamın Örneği Olarak S.S. Vakası. 5. Uluslararası Kadın ve Toplumsal Cinsiyet Araştırmaları Konferansı., 2015.
- Pandemi de Yaşlılık: Kapatma ya da Yaş Ayrımcılığı Perspektifinden. I. Uluslararası Sağlık Bilimleri Multidisipliner Çalışmalar Kongresinde sunulmuş bildiri. 2021.
- Covid-19 Salgınında Moreno Felsefesinden İnsan İlişkilerinin Önemi. 23. Ulusal Sosyal Hizmet Sempozyumu. 2021.
- Ulusal Sosyoloji ve Sosyal Hizmetler Sempozyumu, Düzenleme Kurulu Üyeliği, İstanbul, 2015.

VERİLEN DERSLER

- Sosyal Hizmete Giriş
- Sosyal Hizmet Kurumlarında Uygulama I
- Psikodrama
- Sosyal Hizmet Kuramları
- Yaşlılık ve Sosyal Hizmet
- Engellilerle Sosyal Hizmet
- Seminer
- Sosyal Hizmet Kurumlarında Uygulama II
- Sosyal Hizmet Yönetimi
- Birey ve Ailelerle Sosyal Hizmet
- Müdahale II Gruplarla Sosyal Hizmet ve Gruplarla Çalışma
- Suçluluk ve Sosyal Hizmet
- Sosyal Hizmet ve Kadın Çalışmaları
- Seminer

SERTİFİKA VE EĞİTİMLER

Eğiticinin Eğitimi

Aile Danışmanlığı

Aile Arabuluculuğu Eğitimi.

Bilirkişi Eğitimi

DİĞER SERTİFİKA VE EĞİTİM ÇALIŞMALARI

Altınbaş Üniversitesinde iki dönem Sosyal Hizmet ve Çocuk gelişimi öğrencilerine seçmeli ders olarak psikodrama dersi

Sosyal hizmet kuruluşlarında kadınların güçlendirilmesi amacıyla Zeytinburnu Toplum Merkezinde kadınlarla psikodrama çalışması.

Esenyurt Rehberlik ve Araştırma Merkezinde “rehber öğretmenlerle kaygı” konularında psikodrama grubu çalışması.

Esenyurt Bakım ve Rehabilitasyon Merkezinde çalışan bakım personelinin stresinin azaltılması amaçlı psikodrama çalışması.

YÖRET Vakfında Öğrenci Destek Projesi kapsamında Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık öğrencileri ile psikodrama yaşantı grubu çalışması

İstanbul Psikodrama ve Grup Terapileri Derneği tarafından düzenlenen Psikodrama – Mono drama konulu kurs (Gabor Pinter Eğitmenliğinde, 2012).

Uluslararası Çocuk İhmal ve İstismarında İyi Uygulamalar Sempozyumu panelist, katılımcı.

İstanbul Kültür Üniversitesi bünyesinde Danışmanlık Tedbirlerinin Uygulanma Süreci hizmet içi eğitimi.

Kadir Has Üniversitesinde Aile Danışmanlığı ve Aile Arabuluculuğu eğitimi.

Sosyal Hizmet Uzmanları Derneği İstanbul Şube ve İstanbul Barosunun ortaklığında Aile Kurumu, Aile ve Çocuk Hukuku eğitimi.

Altınbaş Üniversitesinde Uzaktan Eğitmenlik Yetkinlik eğitimi.

Kısa Süreli Çözüm Odaklı Danışmanlık Yaklaşımı eğitimi.

Psikodrama ve Grup Psikoterapi ile ilgili Katılmış Olduğum kongre ve toplantılar

2007 32. Uluslararası Grup Psikoterapileri Kongresi katılımı

2008 33. Uluslararası Grup Psikoterapileri Kongresi katılımı

2009 34. Uluslararası Grup Psikoterapileri Kongresi katılımı

2009 Psikodrama Grup Terapileri Derneği Şiddet Roller Çalıştay katılımı

2010 İstanbul Psikodrama Günleri katılımı

2010 35. Uluslararası Grup Psikoterapileri Kongresi katılımı

2011 36. Uluslararası Grup Psikoterapileri Kongresi katılımı

2011-2012 Uzmanla Buluşma Atölye katılımı

2012 37. Uluslararası Grup Psikoterapileri Kongresi katılımı

2013 38. Uluslararası Grup Psikoterapileri Kongresi katılımı

2014 8. İstanbul Psikodrama Günleri katılımı

2014 39. Uluslararası Grup Psikoterapileri Kongresi katılımı

2015 9. İstanbul Psikodrama Günleri katılımı

2020 13. İstanbul Psikodrama Günleri katılımı

Üye Olunan Dernekler:

- Sosyal Hizmet Uzmanları Derneği
- Çocuk Koruma ve Sosyal Hizmet Derneği
- İstanbul Psikodrama Derneği