

Ergenlerde Olumsuz Kimlik Gelişiminin Önlenmesine Yönelik Aile Rehberlik Programı *

Özlem KARAIRMAK**

Ezgi ÖZEKE-KOCABAŞ***

Nedim TOKER****

Öz: Çalışmada, anne-babalara yönelik yapılandırılmış bir aile rehberliği programı ile gençlerde olumsuz kimlik oluşumu sonucu ortaya çıkabilecek problemler ve olası nedenleri konusunda bilgilendirici ve koruyucu bir çalışma yapılmıştır. Lise birinci ve ikinci sınıf öğrenci ebeveynlerine aile rehberliği programı uygulanmıştır. Program, anne-babalarla tek grup halinde yapılarak 6 haftalık bir aile rehberliği çalışmasından oluşmuştur. Programın içeriği temel alınarak araştırmacılar tarafından geliştirilen Bilgi Düzeyi Belirleme Ölçeği ve araştırmacılardan biri tarafından Türkçe'ye uyarlaması yapılan Anne-Babalık Becerileri ve İletişim Ölçeği ön-test ve son-test olarak kullanılmıştır. Ayrıca, açık uçlu sorulardan oluşan bir form ile katılımcılardan çalışmanın etkililiğini değerlendirmeleri istenmiştir. Anne-babaların ergenlik dönemi gelişim özellikleri ve etkili iletişim yöntemleri ile ilgili bilgi düzeylerinde bir artış gözlenmesine rağmen katılımcıların ergen çocuklarıyla iletişimlerinde tutum ve davranış düzeyinde bir farklılık bulunamamıştır.

Anahtar Sözcükler: aile rehberliği, ergenlik, kimlik gelişimi, ebeveynlik becerileri

A Family Guidance Program on the Prevention of Negative Identity Development among Adolescents

Abstract: In this study, a structured family guidance program on the prevention of negative identity development among adolescences. The structured preventive program included giving information about negative identity development leading to potential problem areas and plausible reasons. The program applied to the parents of the 9th and 10th graders in high school. The program originated family guidance sessions lasting six weeks. A knowledge-based scale was developed to determine the level of knowledge about adolescence by the researchers. The knowledge-based scale and parenting skills and communication scale were used as pre and post test measures. Besides, a form including open-ended questions was given to the participants to evaluate to the effectiveness of the program. The results showed that the knowledge level of the parents was increased, on the other hand the attitude and behaviors of the parents while interacting with their children did not show any change.

Keywords: family guidance, adolescence, identity development, parenting skills

* Bu çalışmanın bir bölümü 2003 yılında Ulusal PDR Kongresi'nde sözel bildiri olarak sunulmuştur. . ODTÜ BAP Projesi olarak Prof. Dr. Füsun Akkök yürütücülüğünde "Ergenlerde Olumsuz Kimlik Gelişimini Önleme" başlığıyla yürütülmüştür.

** Doç.Dr., Bahçeşehir Üniversitesi Eğitim Fakültesi, PDR Ana Bilim Dalı, İstanbul, Türkiye, e-posta: ozlem.karairmak@es.bau.edu.tr

*** Yrd.Doç.Dr., Mimar Sinan Güzel Sanatlar Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, İstanbul, Türkiye

**** Uzman, Ankara Sınav Koleji, Ankara, Türkiye

Değişim, yaşam boyunca gelişime bağlı olarak kaçınılmaz ve süreklilik gösteren bir kavramdır. Bütün gelişim dönemlerinde bireylerin gösterdiği değişimlerden söz edilmektedir; ancak ergenlik, fiziksel, duygusal ve sosyal değişimlerin en yoğun yaşandığı gelişim dönemidir. Bireyin bu değişimlere uyum süreci hem ergenler hem de anne babalar için stres ve kaygı nedenidir (Strom, Strom, Collinsworth, & Strom, 1998). Bu dönem, bireyin kişiliğinin oluştuğu ve kendine özgü bir birey haline geldiği temel bir dönemdir. Ergenlik, insan yaşamında kimlik gelişimi, rollerin belirlenmesi ve meslek seçimi gibi önemli gelişmelerin yaşandığı zorlu bir geçiş dönemidir.

Küreselleşen dünyamızda değişen yaşam koşullarına paralel olarak ergenlerin sosyal ve psikolojik gereksinimleri de giderek çeşitlenmektedir. Bu dönemde, gerekli desteği ve olumlu kimlik gelişimi için yeterli uyarıcıları ve modelleri göremeyen gençler olumsuz kimlik (alkol ve madde bağımlılığı, erken hamilelik, şiddet eğilimi, depresyon, intihar eğilimi ve satanizm gibi) geliştirebilirler. Buna bağlı olarak, ergenlerde olumsuz kimlik gelişimi hem anne-babalar için hem de okul personeli için giderek önem kazanan bir sorun olarak karşımıza çıkmaktadır. Son zamanlarda basının da ilgisini çeken gençler arasında yaşanan şiddet içeren olaylar sıklıkla gündeme gelmekte ve anne-babaları kaygılandırmaktadır. Olumsuz kimlik gelişimi ile açıklanabilecek bu tür davranışların aile içi iletişimin artırılması ile önlenebileceği düşünülmektedir. Ergenlerin risk altında olduğu bu dönemde, ergenlerin aile içinde iyi iletişim kurmaları olumlu benlik algısı geliştirmelerine katkı sağlamaktadır (Wanat, 1997).

Erikson'a göre ergenler ancak sağlıklı kimlik gelişimi ile yetişkinliğe sağlıklı bir geçiş yaparlar. Fiziksel özellikleri ile yetişkin görünümü alan ergenin kendini ve dünyayı algılayışı değişir, benzer şekilde diğer insanların da ergeni algılayışı değişmiştir. Kimi zaman çocuk kimi zaman da ergen gibi algılanmaktadır. Ergen artık çocuk gibi davranamayacağını anlar, bu da onu "Ben kimim?" "Değerlerim nelerdir?" "Ne olmak istiyorum?" gibi sorularla geleceğe dönük kararlar almaya ve kimliğini oluşturmaya yönlendirir. Toplum içinde kendine uygun bir rol bulursa kimlik kazanmış olur. Farklı denemeler sonunda bu krizi çözemezse ergen kimlik karmaşası yaşayabilir veya olumsuz kimlik geliştirebilir. Bununla birlikte, ergenlik döneminin sonunda mutlaka kimlik duygusunun kazanılması gerekmez. Bazen kimliğin kazanılması diğer gelişim dönemlerine ertelenebilir (Erden ve Akman, 2001).

Erikson (1968) kimlik kazanmayı, kişinin kendisini iyi hissetmesi ile açıklamaktadır. Kimliğini bulmuş bireylerin kendisine, bedenine, nerede bulunduğu ve ne yöne doğru yol almakta olduğuna dair güven duygusu vardır ve buna bağlı olarak kendini iyi hisseder. Bunun yanında her ergenin belirli ölçüde kimlik bocalaması yaşaması beklenen bir durumdur, ancak bazı ergenlerde bu bocalama daha şiddetli olabilir (Erden ve Akman, 2001)

Erikson'dan sonra Marcia bu konuda yaptığı çalışmalarla ergenlerde 4 farklı kimlik statüsü tanımlamıştır: Kimlik karmaşası (identity diffusion) statüsündeki kişiler kriz

yaşamazlar ve herhangi bir kimliğe bağlanmaktan kaçınırlar. Bağımlı kimlik (identity foreclosure) statüsünde olanlar herhangi bir kriz yaşamaz ve karar alma sürecinden geçmezler. Bunlar genellikle ebeveyn gibi bir otoritenin düşüncelerini benimserler. Kararsız kimlik (identity moratorium) statüsünde kimlik krizi yaşanır, kaygı yüksektir ve karar alma süreci devam etmektedir. Başarılı kimlik (identity achievement) statüsü ise yoğun bir sorgulama ve kriz döneminden sonra kimlik krizini atlatmış ve bir kimliğe bağlanmış olmayı ifade eder (Santrock, 1996). Ergenin hangi kimlik statüsünde olduğu kendini algılayışını, beklentilerini, ilişkilerini ve stres durumunda verdiği tepkileri etkileyebilmektedir.

Kimliğini kazanması için ergenin başlangıçta bir yetişkin modele ihtiyacı vardır. Örneğin, anne-babası, öğretmeni ve yakın çevresindeki diğer yetişkinler tarafından sürekli eleştirilen ve yargılanan gençlerin, "anlaşılmadığına" dair inancı pekişir ve onlardan uzaklaşır. Kendini yakın hissettiği, anlayış ve hoşgörü bulabileceği bir gruba yönelir. Çetelere, tarikatlara katılan gençler kimlik bulma krizinde başarılı olamayan gençlere örnek olarak gösterilebilir. Bunun yanında, eğer ergen kendisine yakınlık gösteren kimse bulamazsa, içine kapanarak patolojik davranış örüntüleri gösterebilir (Erden ve Akman, 2001).

Kısaca bu dönemde, ergenler ev, okul ve çevre yaşantılarına ve gördükleri örneklere bağlı olarak olumlu bir kimlik oluştururlar ya da kimlik arayışına girerek, olumsuz özellikler de (intihar eğilimi, alkol ve madde kullanımı, v.b) geliştirebilirler (Erikson, 1963; aktaran Biehler & Snowman, 1993).

Aile ilişkilerinin ergenlerin kimlik gelişimine olan etkisi bilinmektedir. Özellikle sıcak, kabul ve anlayış içeren ilişkilerin ergenin kimlik gelişimiyle yakından ilişkili olduğu ifade edilmektedir (Hauser ve ark., 1984, akt. Çakır ve Aydın, 2005). Ergenlerin sağlıklı bir kimlik geliştirebilmeleri için, kendilerini yargılamayan, olduğu gibi kabul eden, sevgi ve saygı gösteren, güven ve destek veren yetişkinlerle bir arada bulunmaları çok önemlidir.

Genel olarak, düşünce sistemi, cinsel roller ve meslek seçimi ile birlikte gelen güçlükler gençleri kimlik karmaşası içine sokmaktadır. Anne-baba tutumları da ergenlerin kimlik gelişim sürecine etki etmektedir, bu etki, kimlik gelişimini engelleyebileceği gibi, ergenin kimlik kazanması kolaylaştırabilir (Çakır ve Aydın, 2005). Anne-baba ve öğretmenlerin anlayışlı tutumları, onları dinlemeleri ve anlamaya çalışmaları, okul-aile işbirliği ve ergenlere ve ailelerine sunulan psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinin olumsuz kimliğe yönelmeyi önleyebileceği düşünülmektedir.

Gençlerin sosyalleşmesinde ve kimlik gelişiminde okul ortamı, aile ve çevre çok belirleyici bir rol oynamaktadır. Çocukları en iyi tanıyan kişiler olarak, ailelerin bu süreçteki olumlu ve yapıcı katılımları bireyin ergenlik dönemini sağlıklı bir şekilde tamamlamasında hayati bir önem taşımaktadır. Tüm gelişim süreçlerinde olduğu gibi ailenin ergene kimlik arama sürecinde de güvenli bir sığınak sağlaması ergenin daha kolay kimlik arama sürecine girmesini sağlayacaktır. Bunun yanında, hem ailenin hem de okulun sağladığı fırsatlar ergenin kimlik kazanma sürecini etkilemektedir. Dolayısıyla, ailelere sağlanacak rehberliğin ve bilgi donamının önemi bu nokta da ortaya çıkmaktadır. Bir öğrenme süreci olarak

değerlendirilebilecek anne-babalığın belli becerilerle geliştirilmesi ve desteklenmesi kaçınılmaz görünmektedir. Eccles ve Harold (1993) da ergenlik döneminde okul ve ailenin birlikte hareket etmesinin sağlıklı ergen gelişimini hızlandırdığını belirtmişlerdir. Aile-okul tutarlılığının çocukların akademik ve sosyal gelişimine olan olumlu etkisi de literatürde çok çeşitli çalışmalarda görülmektedir. (Akkök, Ögetürk, Kökdemir, Annak, Çakın, 2000; Akkök, Ögetürk, Kökdemir, 1998). Bununla beraber, aile-okul etkileşimi çocukluktan ergenliğe geçişle birlikte azalmaktadır.

Anne-baba eğitimi, ya da daha genel bir ifadeyle aile rehberliği olarak ifade edilebilecek olan süreç, genel olarak anne-babalık becerilerini artırmayı hedeflemekte ve bu öğrenme sürecinde anne-babalara destek ve bilgi sunmaktadır. Bu süreç anne-babaların ilgi ve ihtiyaçlarını temel alarak gelişmekte ve aktif katılımı içermektedir (Gestwicki, 2004). Anne-babaların çocuklarıyla iyi ilişkiler kurabilmelerine ve davranışlarını olumlu yönde etkileyebilmelerine yardımcı olmayı hedefleyen bu destek süreci, çocukların aile içindeki eğitimin önemi düşünüldüğünde önem kazanmaktadır. Bunun yanında ailelerin toplumun değişen ihtiyaçlarına göre eğitilmesi ve güçlendirilmesi çok önemli görülmekte, bu noktada anne-baba eğitiminin önemi ve gerekliliğine vurgu yapılmaktadır (Berger 2004).

Bunun yanında, anne-baba eğitiminin sağlıklı ergen gelişimine katkıları literatürde önemle vurgulanmakta (Toumbourou & Gregg, 2001), anne-baba eğitimi literatürde önleyici çalışmaların bir parçası olarak da yer almaktadır (Gordon, 2002; Özcebe ve ark., 2002). Gestwicki'ye (2004) göre, çocuklarıyla sorun yaşayıp yaşamadıklarına bakmaksızın tüm anne-babaların desteklenmesi gerekmektedir. Ergenlik döneminde ailelerin çocuklarıyla ilgili yaşadıkları kaygıların (alkol, sigara ve uyuşturucu kullanımı, çetelere katılma, suç işleme gibi) anne-baba eğitimi ile önlenebileceği ve üstesinden gelinebileceği düşünülmektedir. Anne-baba eğitimi, anne-baba-çocuk etkileşimini değiştirerek ailelere çocuklarının problemleriyle nasıl başa çıkacakları konusunda yol göstermenin bir yolu olarak göze çarpmaktadır (Mooney, 1995). Gable (2003) anne-babalara etkili iletişim becerilerini öğretmenin anne-babaların çocuklarıyla daha iyi ilişkiler kurmalarına yardımcı olduğunu belirtmiştir.

Bronfenbrenner'in ekolojik yaklaşımı, anne-babaların farklı ortamlardaki işlevlerini inceleyerek anne-babalık süreçlerini ve bu süreçlerin çocukları nasıl etkilediğini tahmin etmeye yönelik bir kavramsal çerçeve çizmektedir. Bu yaklaşımın, ev ve okul ortamlarının çocuklar üzerindeki karşılıklı etkilerini anlama ve geliştirme konusunda kuramsal destek sağladığı söylenebilir (Christenson ve Cleary, 1990). Meyers'e (1998) göre, bu yaklaşımın uygulanması ve ailelerle işbirliği sağlanması ile bireylerin gelişimini desteklemek ve problemlerini önlemek mümkün olabilir.

Ekolojik yaklaşımın bir önemli vurgusu da bireylerin çevrelerindeki sosyal yapı ile etkileşerek geliştikleridir. Sosyal yapıyı oluşturan sistemler içinde anne-babaların önemi düşünüldüğünde, problemleri önleme ve bireysel gelişimi destekleme amacıyla ailelerle işbirliği yapılması daha da önem kazanmaktadır (Korkut, 2004). Ergenlik döneminde ailelerin eğitilmesi konusunda, ergenlerle açık ve etkili iletişim kurmanın ve olumlu bir atmosfer yaratmanın önemi literatürde vurgulanmaktadır (Öztop ve Telsiz, 1998). Bunun

yanında, Bogenscheidner ve Stone (1997) tarafından lise öğrencilerinin velilerine yönelik yürütülmüş bir araştırmada, ergen anne babalarının ihtiyaç, ilgi ve endişelerini içeren bültenler kullanılmış ve ailelere gönderilen bu bültenlerin anne-babaların çocuklarıyla daha yakın ilişkiler kurmalarına yardımcı olduğu belirtilmiştir.

Bu araştırmada, gençlerde olumsuz kimlik gelişimini önlemeye yönelik olarak uygulanan aile rehberliği programının, eğitimin temel amaçlarından biri olan çocukların kişisel, sosyal ve psikolojik gelişimlerine katkıda bulunmayı ve ergenlik döneminde ortaya çıkabilecek olası problemleri önlemeye yönelik bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Çalışmada, anne-babalara verilecek yapılandırılmış bir aile rehberliği programı ile gençlerde olumsuz kimlik oluşumu sonucu ortaya çıkabilecek sorunlar ve olası nedenleri konusunda bilgilendirilmeleri ve sorunların önlenmesine yönelik koruyucu bir çalışma yapılması amaçlanmıştır. Ayrıca, Anne babaların çocukları ile etkili iletişim kurmaları, onları daha iyi anlamaları ve olaylara onların gözünden bakabilmeleri; ailelerle ortak yaşantıların grup ortamında paylaşılarak anne-babaların çaresizlik hislerinin azaltılması; ailelerle yapılmış bilgilendirme ve paylaşım toplantıları ile toplum bilincinin artırılması ve toplum eğitime katkıda bulunulması ve paylaşılan sorunlara uygulanabilir ve işlevsel yanıtlar bulunması amaçlanmıştır. Son olarak, bir yetişkin eğitimi olarak katılımcıların anne babalık becerilerinin gelişmesine de katkı sağlanması hedeflenmiştir. Çalışmanın amacı doğrultusunda, altı haftalık aile rehberliği programının etkililiği sınıanmıştır.

Yöntem

Bu çalışmada, Ankara ilinden rastgele seçilmiş bir devlet okulunda lise 2. sınıf öğrenci anne-babalarına 6 haftalık aile rehberliği programı uygulanmıştır. Haftada bir kez 1.5-2 saat süreyle ailelerle yüzyüze toplantılar yapılmıştır. Bu toplantılarda konuyla ilgili çeşitli yazılı eğitim dökümanları dağıtılmış ve ailelerle karşılıklı etkileşim içinde çalışmalar yürütülmüştür. Her oturumun sonunda, anne-babalara içerik ile ilgili ev ödevi verilmiştir.

İşlem

Deneysel çalışma deseniyle yürütülmüş bu çalışmada, ergenlerin ailelerine araştırmacıların geliştirmiş oldukları bir aile rehberliği programı uygulanmış ve bu programın etkililiği test edilmiştir. Programın başında ve sonunda verilen Bilgi Düzeyi Belirleme Ölçeği ve Anne Babalık Becerileri ve İletişim Ölçeği ile rehberlik programının etkililiği istatistiksel yöntemlerle sınıanmıştır.

Çalışmanın sonunda, nicel bulguları desteklemek amacıyla katılımcılara süreçle ilgili duygu, düşünce ve gözlemlerini içeren açık uçlu dört sorunun yer aldığı bir form uygulanmıştır.

Örnekleme

Seçilen okuldaki bütün lise 2.sınıf öğrencilerinin velilerine programla ilgili tanıtım yazısı gönderilmiştir. Ayrıca okulda yapılan veli toplantısında anne-baba gruplarına çalışmayla ilgili bilgi verilmiştir ve gönüllü anne babaların isimleri belirlenmiştir. 20 gönüllü anne baba ile başlayan çalışmada 6 hafta boyunca değişen sayıda katılımcı olmuştur. Ancak düzenli

olarak programa katılan 12 anne baba ile çalışmanın istatistiksel analizleri yapılmıştır. Bu 12 katılımcının: %58'i 40-49 yaşları arasındadır. % 58'i lise mezunudur., %75 'nin erkek çocuğu vardır.

Uygulama başlamadan önce aile rehberlik programı ile ilgili tanıtım çalışmalarına özellikle önem verilmesi tavsiye edilmektedir. Dikkat çekici bir afiş hazırlanması ve okulda veliler tarafından görülebilecek bir yere asılması, öğretmen desteğini sağlamak üzere program başlamadan önce öğretmenlerle bilgilendirici ve programı tanıtıcı bir toplantının yapılması önerilmektedir. Aile rehberlik programı hakkında kısa bir tanıtım yazısı hazırlanarak velilere ulaştırılmalıdır. Eğer zamanlama olarak uygun ise veli toplantılarında programla ilgili bilgi verilmelidir. Gönüllülere gönderilecek davet yazısı ile oturumların toplam sayısı, ilk oturumun yeri ve zamanı, psikolojik danışmanın ismi ve kısa bir özgeçmiş katılımcılara bildirilmelidir.

Grup üyelerinin seçimi. Aile rehberliği programına üye seçimi yapılırken katılımcıların ergenlik döneminde çocuklarının olması grubun işleyişi sırasında ortak yaşantıların paylaşımını kolaylaştıracaktır. Ancak çocuğu ergenlik dönemine girmemiş ya da çocuğu ergenlik dönemini bitirmek üzere olan bir grup üyesi engel olarak görülmemelidir. Aksine üye çeşitliliği grupta yaşanacak paylaşımları zenginleştirecektir. Grup programı uygulanırken ailelerin deneyimlerini, yaşadıkları zorlukları ve başa çıkma yöntemlerini paylaşımları yüreklendirilmelidir. Yargılamalardan uzak güven ortamının oluşturulmasında grup programını uygulayacak olan psikolojik danışmana büyük rol düşmektedir. İlk oturumda grup kuralları belirlenirken, paylaşımın artması için yargılamalardan ve suçlamalardan uzak durulması gerektiğinin altı önemle çizilmelidir. Ayrıca sağlıklı paylaşım ortamının yaratılması için grup üyelerinin sayısı en çok 12 ile sınırlandırılmalıdır. Psikolojik danışman burada paylaşımı kolaylaştırma rolünü üstlenmeli, ortak yaşantılara dikkat çekmeli ve her grup üyesinin rahatlıkla kendini ifade edebileceği grup ortamının devamını sağlamaya çalışmalıdır. Grubun başarısını doğrudan etkileyecek olan ve gruba üye seçilirken gözden kaçırılmaması gereken bir diğer önemli nokta gönüllülük ilkesidir. Katılımcıların bireysel sorumluluklarını taşımaları açısından gönüllülük ilkesine özen gösterilmeli ve ilk oturumda vurgulanmalıdır. Söz konusu grup programı her ne kadar aile rehberlik etkinliği olarak düşünülse de, grupla psikolojik danışma oturumlarında uygulanan temel grup kurallarının uygulanması önerilmektedir. Katılımcıların paylaşımında bulunmaları yüreklendirilmesi gerektiğinden gizlilik ilkesi üyelere hatırlatılmalıdır. Paylaşımların aile rehberlik programının amacının çerçevesinde olması gerektiği üyelere açıkça iletilmelidir ve paylaşımlar sırasında grup amacından uzaklaştığında psikolojik danışman grubun amacına atıfta bulunmalıdır. Grup programının içeriği süreklilik arz ettiğinden grup üyelerinin her oturuma devam etmesi beklenmektedir. Ancak, unutulmaması gereken nokta programın grupla psikolojik danışma müdahale programı olmadığıdır.

Süreç

Altı hafta sürecek olan aile rehberlik programının katılımcılarla birlikte etkileşim içinde yürütülmesi önerilmektedir. Ailelerin çocuklarıyla ilgili yaşantı ve deneyimlerini diğer

üyelerle paylaşımlarının grup üyeleri için öğretici olacağı düşünülmektedir. Aile rehberlik programının yürütüldüğü atmosfer sadece bir bilgilendirme süreci olarak görülmemelidir. Grup süreci aynı zamanda, üyelerin kendilerini ifade etme fırsatı bulduğu bir platform olarak değerlendirilmelidir. Örnek olaylar üzerinden yapılan beyin fırtınaları ve tartışmalar yüreklendirilmelidir. Grup liderine düşen önemli rol tarafsızca tartışmaları yönetmek ve tartışmaların bir sonuca bağlanmasını sağlamak olmalıdır. Ayrıca herkesin rahatça fikrini ortaya koyabildiği grup ortamında yargılayıcı ve suçlayıcı olmaktan uzak kalınması gerektiği gerekli görülen durumlarda grup kuralı olarak üyelere hatırlatılabilir. Her oturum için 90 dakika önerilmektedir ancak grubun gidişatına göre oturumları iki saate kadar uzatmak uygun görülmektedir.

Aile rehberliği programının asıl hedef kitlesi ergenlik döneminde ya da ergenlik öncesi dönemde çocuğu olan tüm anne ve babalarıdır. Ayrıca ergenlerin yaşadığı yetiştirme yurtlarında çalışan personelin ve liselerde görev yapan öğretmenlerin de aile rehberlik programından faydalanabilecekleri düşünülmektedir. Okullarda çalışan psikolojik danışmanlar tarafından uygulanması uygun görülmektedir.

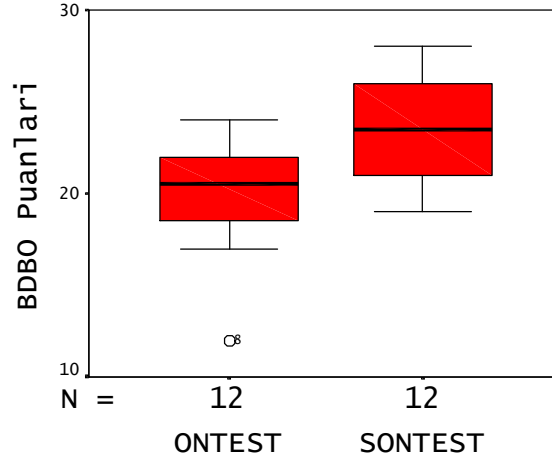
Veri Toplama Araçları

Bilgi Düzeyi Belirleme Ölçeği (BDBÖ): Programın içeriği temel alınarak araştırmacılar tarafından geliştirilmiş; öntest ve sontest olarak kullanılmıştır. Aile rehberlik programının içeriği belirlendikten sonra, araştırmacılar tarafından 15'i doğru-yanlış, 15'i çoktan seçmeli olmak üzere toplam 30 soru hazırlanmıştır. Testin geçerliğine kapsam ve yapı geçerliği yöntemleriyle bakılmıştır. Ölçeğin kapsam ve yapı geçerliği ODTÜ Eğitim Bilimleri Bölümü'nde görev yapmakta olan ve ilgili dersleri veren altı öğretim üyesi tarafından değerlendirilmiştir. Bu değerlendirmeler doğrultusunda, BDBÖ'nin anne babaların ergenlik dönemi, olumsuz kimlik gelişimi ve iletişim konularında bilgi düzeyini belirlemede kullanılabilecek bir araç olduğu kabul edilmiştir. BDBÖ'nün güvenilirliğine iç tutarlılık yöntemiyle bakılmıştır. Testin 30 maddelik son formunda yer alan maddelerin iç tutarlılığının bir ölçüsü olarak 147 kişilik deneme grubundan elde edilen puanlar üzerinden, KR-21 formülü kullanılarak hesaplanan güvenilirlik katsayısı 0.71 bulunmuştur.

Anne Babalık Becerileri ve İletişim Ölçeği: Aile rehberlik programının ergenler ve anne-babaları arasındaki iletişimi çeşitli boyutlar açısından ne ölçüde etkilediği araştırılmıştır. Araştırmacılarından biri tarafından ülkemize adaptasyonu yapılmış olan Anne Babalık Becerileri ve İletişim Ölçeği Strom ve Strom tarafından (1998) geliştirilmiştir. Veri toplama aracı olarak çalışmaya katılan anne-babalara uygulanmıştır. Adaptasyon çalışmaları sırasında faktör analizi ve ölçeğin ilgili öğretim üyelerince dil ve içerik bakımından değerlendirilmesi ile kapsam ve yapı geçerliğine bakılmıştır. Toplam 42 sorudan oluşan ölçek anne-babaların çocuklarıyla olan etkileşimlerini beş ayrı boyutta ölçmektedir. Bu boyutlar iletişim, anne-baba memnuniyeti, güven, zaman kullanımı ve bilgi ihtiyacı olarak isimlendirilmiştir. Ölçeğin güvenilirliği Cronbach alpha yöntemiyle hesaplanmış ve $\alpha = .90$ bulunmuştur. Altölçekler için hesaplanan değerler ise iletişim için $\alpha = .86$, zaman kullanımı için $\alpha = .70$, anne-baba memnuniyeti için $\alpha = .82$, güven için $\alpha = .75$ ve bilgi ihtiyacı için $\alpha = .78$ bulunmuştur.

Bulgular ve Sonuçlar

Aile rehberlik programına katılmış olan anne baba grubunun bilgi düzeylerinde öntest ve sontestleri arasındaki farkın anlamlılığı parametrik ve parametrik olmayan istatistiksel yöntemlerle sınanmıştır. Örneklem sayısının küçük olmasından dolayı, parametrik olmayan Wilcoxon testi kullanılmıştır. Sonuçlar öntest ve sontestler arasında anlamlı bir fark olduğunu göstermiştir. ($z = -2.54, p = .011 < .05$). Öntestlerin aritmetik ortalaması 19.75 bulunmuşken, sontestlerin aritmetik ortalaması ise 23.42 olarak hesaplanmıştır. Aritmetik ortalamalar arasındaki fark Figür 1'de görülmektedir. Ayrıca t-testi ile de grubun öntest ve sontestleri arasındaki farkın anlamlılığı sınanmış ve anlamlı bir farklılık bulunmuştur. ($t = -3.77, p = .003 < .005$).



Tablo I
BDBDÖ Öntest-Sontest Ortalamaları ve Standard Sapmaları

	N	X	SS
Ön Test	12	12,95	3,14
Son Test	12	23,42	3,12

Tablo II
Eşleştirilmiş Örneklemli *t*-Testi

	X	SS	t	df	p
Ön Test - Son Test	-3,67	3,37	-3,77	11	,003

Tablo III
Ön Test ve Son Test Ortalamalarının Wilcoxon Testi ile Karşılaştırılması

	z	p
Ön Test - Son Test	-2,536	,011

Diğer veri toplama aracı olan Anne Babalık Becerileri ve İletişim Ölçeği ile, aile rehberliği programının ergenler ve anne-babaları arasındaki iletişimi çeşitli boyutlar açısından ne ölçüde etkilediği araştırılmış, öntestler ve sontestler arasındaki farka *t*-testi ve Wilcoxon testi ile bakılmıştır. Ancak, alt boyutların hiç birinde anlamlı bir fark görülmemiştir. AİİÖ'nin alt boyutlarında anlamlı bir fark bulunmaması gözönünde tutularak, BDBÖ'nin iletişim boyutunda öntest ve sontestler arasında fark *T*-testi ve Wilcoxon testi ile tekrar incelenmiş ve bulgular iletişim alt boyutunda anlamlı bir fark göstermiştir ($z = -2,69$; $p = .007 < .05$). Katılımcıların Anne Babalık Becerileri ve İletişim Ölçeği'nden aldıkları puanlar iletişim boyutunda değişiklik olmadığını gösterse de BDBÖ'nin iletişimle ilgili soruların yer aldığı iletişim boyutunda olumlu yönde değişiklik görülmüştür. Anne babalar iletişim ile ilgili bilgi düzeylerinde artış rapor etmişlerdir.

Nitel Bulgular

Katılımcılara yöneltilen açık uçlu sorulara verilen yanıtlar nicel bulguları destekler yöndedir. Genel olarak verilen yanıtlarda, katılımcılar uygulanan programdan çok memnun oldukları, çocukları ile daha iyi iletişim kurdukları, çocuklarına karşı tutum ve davranışlarının olumlu yönde değişiklik gösterdiğini kendilerini daha hoşgörülü ve anlayışlı olarak algıladıklarını ve son olarak böyle bir eğitime son derece ihtiyaç duyduklarını ifade etmişlerdir. Nitel bulgulara yönelik olarak katılımcıların yanıtlarından seçilen alıntılar bu başlıkta özetlenmiştir. Yanıtlardan elde edilen temalar, , ergenlik döneminde ebeveynlik becerilerinin gelişimi, ebeveynlerin iletişim becerilerinin gelişimi, kişisel farkındalıkların artması ve programla ilgili memnuniyet olarak bulunmuştur.

Ergenlik Döneminde Ebeveynlik Becerileri

Bu toplantıların size ne şekilde faydalı olduğunu düşünüyorsunuz?

“ Kızımla daha sağlıklı iletişim kurduğuma ve toleransımın daha arttığına inanıyorum.”

“Çocuklarımı farklı gözle görmeyi öğrendim. Onları anlamayı öğrendim. Ani tepkilerden kaçınıp yargılamadan önce düşünüp hareket ediyorum. Anladığım zaman anlaşıldığımı gördüm. Daha hoşgörülüym.”

“Anne ve babaların bu konuda kesinlikle eğitilmesi gerektiğini, bizim onlara yaklaşım ve bakış açımızın değişmesi açısından faydalı olmuştur.”

“Çocukların boş bir kutu olduğunu ne öğrettiyse içine onu doldurduğunu anladım.”

Ebeveynlerin İletişim Becerileri

Toplantılarda en çok faydalandığınızı düşündüğünüz konu neydi? Neden?

“Toplantılardan sonra daha çok hayata bakış açım değişti.”

“Hemen her konu ilginçti. İletişim konusunda oldukça faydalandım. Çünkü ben iletişim kurmasını gerçekten bilmiyordum.”

“Ergenlik döneminde çocuğumla iletişim. Çünkü toplantılarla birlikte onu daha iyi anlayabilme şansını buldum.”

“Göz teması. Çocuğumla yüzüne bakarak birebir göz teması kurarak onu dinlemenin önemini anladım.”

“Ergenlerin kendilerini tanıma aşamaları, ben kimim derken bir de bizlerle uğraşmaları, iletişim.”

Kişisel Farkındalıklar

Kendinizde değişiklikler, farklılıklar hissediyor musunuz, yaşıyor musunuz? Cevabınız evet ise ne gibi değişiklikler, farklılıklar yaşadığınızı yazar mısınız?

“Değişiklik hissediyorum. Daha hoşgörülüyüm. Daha sabırlıyım. Yargılamıyorum. Nasıl davranmam gerektiğini daha iyi biliyorum.”

“Kendimi toplantıya gelmeyen aileler karşısında daha bilgili olduğumu, onlara da bir şeyler aktararak bilgilendirmekten gurur duyuyorum.”

“Kendimde değişiklik görüyorum. Daha sakin, daha az tepkili daha sabırlı”

“Kendimde değişiklikler yaşıyorum. Çocuğumun duygularını daha iyi anlamaya çalışıyorum. Onunla konuşurken daha dikkatli konuşmaya daha sabırlı olmaya özen gösteriyorum.”

“İletişim sorunun zaman zaman kendimde kaynaklandığı/kaynaklanabileceği gerçeğini anladım.”

“Çok yaşadım. Baskıcı olmayı bıraktım. Dinlemeyi öğrendim. Yemek yaparak değil, dokunarak sevdiğimi hissettim.”

“Çocuklarıma davranışlarım değişti. İlişkilerimiz daha anlaşılır ve saygılı olmaya başladı.”

Programla İlgili Memnuniyet

Bu toplantılar sırasında yaşadığınız duygu ve düşüncelerinizi belirtir misiniz?

“Kısaca söyleyecek olursam, çok mutlu oldum.”

“Olduğumdan çok farklı bir kişi oldum”

“Hocalarımızla karşılıklı güveni gördüğüm için mutlu oldum.”

“Bu toplantılardan çok memnun olduğumu söyleyebilirim.”

“.....Bütün anne babaların bu tip toplantılara katılmalarını tavsiye ederim. Gerçekten yararlı...”

“Çok keyifli geçti. Bize yardımcı olup, ben şahsen eğitildim.”

“...gerçekten iyi şeyler öğrettiniz ben çok mutlu oldum.”

Tartışma ve Öneriler

Bu araştırmada, anne-babalara verilecek yapılandırılmış bir aile rehberliği programı ile gençlerde olumsuz kimlik oluşumu sonucu ortaya çıkabilecek problemler ve olası nedenleri konusunda bilgilendirilmeleri ve sorunun önlenmesine yönelik koruyucu bir çalışma yapılması amaçlanmıştır. Lise 1. ve 2. sınıf öğrenci ebeveynlerine aile rehberliği programı uygulanmıştır. Program, anne-babalarla tek grup halinde yapılacak altı haftalık bir aile rehberliği çalışmasından oluşmuştur. Altı hafta süreyle anne-babalarla yüz yüze toplantılar yapılmış, bu toplantılar çeşitli görsel ve yazılı eğitim materyalleri ile desteklenmiş ve ailelerle karşılıklı etkileşim içinde çalışmalar yürütülmüştür. Araştırmanın bulgularına göre, aile rehberliği programı ergenlik döneminde çocuğu olan ebeveynlerin ergenlik dönemine ait bilgi düzeylerini artırmıştır. Ancak nicel verilerin analiz sonuçlarına göre ebeveynlerin anne-babalık beceri düzeylerinde ve iletişim beceri düzeylerinde değişiklik olmamıştır. Bu durum, son-testin programın hemen ardından yapılması ve ebeveynlerin yeni davranış ve tutumları henüz tam anlamıyla içselleştirememesiyle açıklanabilir.

Öte yandan, nitel bulgular katılımcıların ebeveynlik becerilerinde ve iletişim becerilerinde artış olduğunu göstermiştir. Nitel verilerde katılımcılar tutarlı bir şekilde çocuklarıyla ilişkilerinin olumlu yönde değiştiğini ve ergenlik dönemi gelişim özelliklerini bilmenin ebeveynlik becerilerini artırdığını ifade etmişlerdir. Ergenlik döneminin en kritik gelişim görevi olan kimlik gelişimi olumsuz sonuçlar doğurabilecek bir yaşantı olabileceğinden özellikle ebeveynlik becerilerinin etkili kullanılması koruyucu faktör olarak düşünülebilir. Araştırma nicel sonucuna göre, ebeveynlerin ergenlik dönemine ait gelişimsel bilgilerin eksikliği ve nitel bulgulara göre ise programla birlikte gelişimsel bilgileri edinmenin ebeveynlik becerilerini iyileştirdiği düşünülebilir. Nitel bulgular yaşanan değişimi gösteriyor olsa da nice veriler bu değişimi desteklememektedir. Nitel ve nicel bulgular arasındaki farkların önemli bir duruma kanıt sağladığı düşünülmektedir. Nitel ve nicel yöntemler farklı araştırma yöntemleri olarak veri toplamayı zenginleştirmektedir.

Her ne kadar ergenlik döneminde birey aileden uzaklaşıp akran gruba yaklaşma eğiliminde olsa da, ergen birey kimlik arayışı sırasında edindiklerini ailesine özerkleşme ve onay görme çabası olarak yansıtır. Ergenlik dönemindeki gelişimsel krizlerin çözülmesi ve aile içi etkileşimi ve aile yaşam kalitesini olumsuz etkilememesi için ana-baba okullarının açılması önerilebilir. Yapılandırılmış ve belirgin amaçlara hizmet eden anne-baba okullarının ebeveynlerin ergen çocuklarıyla birlikte yaşadıkları çıkmazlara çözüm getirebileceği düşünülebilir. Ayrıca, ana-baba okullarında ebeveynlik yeterlikleri artması ergenlerin gelişim dönemi özelliklerine uygun olarak sergiledikleri riskli davranışların azalmasını sağlayabilir. Bu araştırmanın doğurgusu olarak, ailelerin sosyodemografik

özellikleri gözetilmeden ve kriz odaklı olmadan önleyici ana-baba okullarının yaygınlaştırılması ve ulaşılabilir olması önerilmektedir. Halk eğitimi olarak tasarlanabilecek çocuğun gelişimsel dönemiyle uyumlu ana-baba okulları sağlıklı ergen gelişimi hızlandırabilir. Çalışmanın bir diğer sonucu olarak ortaya çıkan durum okullardaki psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinin önemi olarak gözükmektedir. Okullarda koruyucu ve önleyici çalışmalar yapması beklenen okul psikolojik danışmanlara düşen mesleki rol ve sorumluluklar arasında ana-baba eğitimleri kaçınılmaz olarak yer almalıdır. Bununla birlikte PDR lisans programlarının içeriğinde anne-baba eğitimlerinin, aile rehberlik programlarının, ailelere dönük psikoeğitim çalışmalarının uygulamalı olarak yer alması önerilmektedir. Gelecek çalışmalar için yapılandırılmış ya da yarı yapılandırılmış aile rehberlik programlarının ve ana-baba okullarının belirgin amaçlar doğrultusunda geliştirilmesi, programların etkililiğinin denenmesi ve yaygınlaştırılması önerilmektedir.

Ergenlerde Olumsuz Kimlik Gelişiminin Önlenmesine Yönelik Aile Rehberlik Programı

Birinci oturum: GRUP ÜYELERİ İLE TANIŞMA

Amaçlar:

- Üyelere kendilerini rahatça ifade edebilecekleri güvenli bir ortam sağlamak
- Genel olarak grup rehberliğinin amaçlarından söz etmek
- Temel grup kurallarını belirlemek ve gizlilik konusuna açıklık getirmek
- Ailenin eğitim sürecindeki önemine ve rolüne değinmek
- Anne-babalık becerilerinin aile içi iletişim üzerine olumlu etkisini anlatmak
- Aile içi iletişimin çocuğun akademik ve psikososyal gelişimi üzerindeki etkisini anlatmak

Oturumun süresi : 90 dakika

Süreç:

Grup lideri kendini tanıtır. Üyelerden beklentilerini ifade etmeleri istenir. Ortak beklentiler varsa lider tarafından özetlenir. Daha sonra grup lideri, grubun amacını, altı haftalık süreç içinde ne gibi etkinlikler yapılacağını anlatır. Üyelerle birlikte grup kurallarının belirlenmesine liderlik eder. İlk oturumda, grup rehberliğinin genel olarak amaçlarından ve ailenin çocuğun öğrenme sürecinin bir kaçınılmaz bir parçası olduğundan, ailenin eğitim sistemine katılımının çocuğun hem akademik hem sosyal becerilerinin artmasına yol açacağından sözedilir. Ebeveynlerin eğitim sisteminin bir parçası olmalarıyla çocuklarını ve kendilerini daha iyi tanıyacakları ve anne baba olmanın bir öğrenme süreci olduğu katılımcılara hatırlatılmalıdır. Katılımcılarla etkileşimli bir grup ortamında, kendilerini ve çocuklarını daha iyi tanıyan ailelerde bireyler arasında iletişimin kolaylaşacağına ve sorunların daha kolay çözüme ulaşacağına dikkat çekilir. Grup

üyelerinin grup sürecine sıcak bir başlangıç yapmalarını sağlamak amacıyla aşağıda anlatılan tanışma etkinliği yapılır. Oturumun sonunda, programın etkililiğini ölçmek için öntestler uygulanır ve katılımcılara gelişim özellikleri ile ilgili hazırlanmış bir broşür bir sonraki haftaya hazırlıklı gelmelerini sağlamak amacıyla dağıtılır. Bunun yanında, katılımcılardan ergen çocuklarının sahip olduğunu düşündükleri 3 olumlu özelliği bir sonraki haftaya kadar yazmaları istenir.

Önerilen Grup Kuralları:

- Her grup üyesinin grubun başlama saatinde hazır bulunması
- Her grup üyesinin bütün grup oturumlarına devam etmesi
- Grup liderinin aktardığı bilgi haricinde grupta paylaşılanların grupta kalması
- Önyargılardan ve suçlayıcı ifadelerden kaçınılması
- Herkesin birbirini dinlemesi

Etkinlik: TANIŞMA OYUNU (Siz olsaydınız hangisi olurdunuz?)

Bu oyunun amacı grup üyelerinin oturumlara sıcak bir başlangıç yapmasını sağlamak, birbirleriyle tanışıp kaynaşmalarını hızlandırmaktır. Uygulayıcı tahtaya doğada bulunan 4 tane element ismi, 4 tane hayvan ismi ve 4 tane de müzik aleti ismi yazar. Bunlar su, toprak, hava, ateş; kuş, at, kelebek, kedi ve keman, flüt, piyano ve davuldur. Katılımcılara eğer bir element, hayvan ve müzik aleti olsalardı bunlardan hangisi olmak istedikleri ve bunun nedeni sorulur. Tahtadaki isimlere bakarak bir süre düşünmeleri istenir. Katılımcılara birkaç dakika süre verilir. Süre sonunda katılımcılardan seçimlerini ve bunun nedenlerini 1-2 cümle ile paylaşmaları istenir. Bu yapılırken "kimler kuş olmak istiyor?" gibi bir soruyla paylaşımlar gruplanabilir. Her katılımcının paylaşımı zorunlu olmamakla birlikte uygulayıcı katılımı artırmaya çalışmalı ve katılımcıları paylaşımına davet etmelidir.

İkinci oturum: ERGENLİKTE GELİŞİM ÖZELLİKLERİ

Amaçlar:

- Ergenlik dönemi ile ilgili olarak temel gelişim özelliklerini anlatmak
- Ergenlikte kimlik gelişiminin önemi üzerinde durmak
- Ergenlik döneminde hakim olan ben-merkezci düşünce şeklini açıklamak
- Büyüme hızında bireysel farklar bulunduğunu vurgulamak
- Sağlıklı ilişkilerde güvenin ve koşulsuz kabulün önemini anlatmak
- Grup üyelerinin paylaşımında bulunmalarını sağlamak

Materyal:

Oturumda ergenlik gelişim dönemi anlatan ve anne-babalar için bazı öneriler içeren görsel bir sunu kullanılmıştır.

Oturumun süresi: 90 dakika (oturumun kuramsal kısmı çok yüklü olduğundan ve grupta yaşantı paylaşımlarının desteklenmesinden grup liderinin kararına bağlı olarak içerik bölünerek oturum sayıları artırılabilir. İçerik yetiştirmek amacıyla katılımcıların paylaşımında bulunmaları engellenmemelidir.)

Süreç:

Oturuma bir önceki hafta verilen ödevle ilgili paylaşımlarla başlanır. Katılımcıların ergen çocuklarının özellikleri ve bunları belirlerken neler hissettikleri ve düşündükleri ile ilgili paylaşımlar alınır ve çocuklarının olumlu özelliklere odaklanmanın zorlukları üzerine konuşulur. Oturuma liderin gruba getirdiği hayali örnek vakalar üzerinden tartışılarak devam edilir. Beyin fırtınası yöntemi ile üyelerden kendi çözümlerini ve deneyimlerini paylaşımları istenir. Daha sonra gelişimin tanımı yapılır ve insan gelişimin gösterdiği özelliklere göre dönemlere ayrıldığı ergenlik döneminin de bu dönemler arasındaki en fırtınalı dönem olduğu belirtilir. Grup lideri, fiziksel, zihinsel ve psikososyal gelişim özelliklerini dikkate alarak, ergenlik dönemi ile ilgili olarak katılımcılara ayrıntılı bilgi aktarımında bulunur. Ancak bu noktada gözden kaçırılmaması gereken nokta, bilgi aktarımı ders olarak görülmemeli üyelerle karşılıklı etkileşim halinde yapılması gerektiğidir. Katılımcıların fikirlerini ve deneyimlerini paylaşımları, soru sormaları yüreklendirilmelidir. Yetişkinliğe sağlıklı geçişin en önemli koşulu kimlik kazanmanın ergenlik döneminin en önemli gelişim görevi olduğu katılımcılara anlatılır. Ailenin ergenlik döneminde karşılaşılan en önemli kriz olan kimlik gelişimi üzerine etkisi üzerinde durulur. Son olarak, anne-babalara aile içi iletişimi kolaylaştıracak bazı öneriler sunulur. Edinilen bilgilerin pekişmesini sağlamak amacıyla ergenlik döneminde gelişim ile ilgili anne-babalar için bazı öneriler içeren broşür katılımcılara dağıtılır. Bu oturumda vurgulanan gelişim özellikleri dikkate alınarak, katılımcılardan çocuklarında bahsedilen davranışlardan hangilerini gözlemlediklerini düşünmelerini ve arkadaş ilişkilerini gözlemlemelerini isteyen bir ödev verilir.

Üçüncü oturum: ERGENLERDE KİMLİK GELİŞİMİ VE ARKADAŞLIK İLİŞKİLERİ

Amaçlar:

- Ergenlik döneminde kimlik gelişimini ayrıntılı olarak anlatmak
- Ergenlerin kimlik bocalamaları yaşarken kendilerini olduğu gibi kabul eden, yargılamayan, sevgi, saygı gösteren, güven ve destek veren yetişkin modelleri ile karşılaşmalarının önemini kavratmak
- Kimlik gelişiminin olumsuz kimlik gelişimi ile sonuçlanması durumunda karşılaşılabilecek riskleri vurgulamak
- Olumlu anne baba tutumlarının kimlik gelişimindeki önemi üzerinde durmak
- Arkadaşlık ilişkilerinin ergenler üzerindeki belirleyici rolünü açıklamak
- Anne babaların çocuklarının sosyal becerilerinin gelişmesine nasıl katkıda bulunabileceklerini anlatmak
- Grup üyelerinin paylaşımında bulunmalarını kolaylaştırmak

Materyal:

Oturumda ergenlikte kimlik gelişimini ve arkadaşlık ilişkilerini anlatan ve anne-babaların çocuklarının kimlik gelişimini nasıl destekleyebilecekleri için bazı öneriler içeren görsel bir sunu kullanılmıştır.

Oturumun süresi: 90 dakika (oturumun bilgilendirici kısmı çok yüklü olduğundan ve grupta yaşantı paylaşımlarının desteklenmesinden grup liderinin kararına bağlı olarak içerik bölünerek oturum sayıları artırılabilir. İçerik yetiştirmek amacıyla katılımcıların paylaşımında bulunmaları engellenmemelidir.)

Süreç:

Grup rehberliği programı temel olarak olumsuz kimlik gelişiminin önlenmesine yönelik bir çalışma olarak planlanmıştır. Ergenlik döneminde kimlik gelişiminin tam olarak ne demek olduğu, neden gençlerin bu dönemde kimlik arayışına girdikleri, ergenlerin bu dönemde yaşayabilecekleri kimlik bocalamaları, kimliğini kazanması için ergenin başlangıçta bir yetişkin modele ihtiyacı olduğu, kimlik bulma krizinde başarılı olamayan ergenlerin risk altında oldukları, anne-babaların anlayışlı tutumlarının, okul-aile işbirliğinin ve gence verilen psikolojik destek ve rehberliğin olumsuz kimlik gelişimini önleyebileceği ayrıntılı olarak anlatılarak üçüncü oturuma başlanır. Oturumun ikinci kısmında, ergenlik döneminde kimlik gelişimini etkileyen diğer faktörler meslek seçimi ve cinsel roller üzerinde durulduktan, arkadaşlık ilişkilerinin ergenlerin üzerindeki etkisi anlatılır. Üyelerin kendi çocuklarının arkadaşlık ilişkileri ile ilgili gözlemlerini anlatmaları istenir. Oturumun ikinci kısmına, karşımıza önemli bir etken olarak çıkan arkadaşlık ilişkilerinin ergenlerin hayatındaki rolü, grup içinde varolma, gruba uyum sağlama gibi sosyal becerilerin arkadaşlık ilişkileri içinde geliştiği, arkadaş ilişkilerini geliştirmede temel olan sosyal becerilerin gelişmesinde anne babaların önemli rol modelleri olduğu, arkadaşların ergenin geleceğe ilişkin tutumlarını etkilediği, aile ortamında kazanılan değerler ile arkadaş ortamının değerleri birbiri ile çelişebileceği anlatılarak oturumun ikinci kısmına devam edilir. Son olarak, anne babalara çocuklarına arkadaşlık ilişkilerini geliştirme konusunda nasıl yardım edebilecekleri ile ilgili ipuçları sunulur. Katılımcıların bilgilerini pekiştirmek amacıyla ergenlerde kimlik gelişimi ve arkadaşlık ilişkileri hakkında hazırlanmış olan broşür katılımcılara dağıtılır.

Dördüncü Oturum: İLETİŞİM BECERİLERİ (1)

Amaçlar:

- Anne-babaların etkili iletişim becerilerini kavrayabilmelerini sağlamak
- Sözel ve sözel olayan iletişimin farkını ve iletişimdeki önemini anlatmak

- Anne-babaların aile içi iletişimde iletişim biçimlerinin önemini kavrayabilmelerini sağlamak
- İletişimde olumlu yaklaşım ve ben dili'nin önemi ve kullanımını anlatmak

Materyal:

Uygulayıcılar etkili iletişim becerileri ile ilgili bilgileri aetatlar eşliğinde grupta sözel olarak paylaşmış ve grup üyelerinin getirdiği örnekler üzerinde konuşulmuştur.

Oturumun Süresi: 90 dakika

Süreç:

Etkili iletişim becerileri kapsamında öncelikle katılımcılara iletişimden ne anladıkları sorulur, verilen cevaplar ve örnekler üzerinden oturum sürdürülür. İletişimin ne anlama geldiği, sözel ve sözel olmayan iletişimin farkı ve etkili iletişimdeki yeri ve önemi öneklerle anlatılır, hepimizin kendimize özgü olduğumuz vurgusuyla kişilerin anlaşıldığını ve değer verildiğini hissetmesinin kendilerine olan güvenlerinin gelişimi ve etkili iletişim için temel olduğu belirtilir. Verilen bu genel bilgiler doğrultusunda aile içi iletişimde bahsedilerek, anne-babaların iletişim biçimlerinin çocuklarının iletişim biçimleri ve çevreye karşı tutumları ile yakın ilgisi olduğu belirtilir ve aile içi iletişimde esnek, hoşgörülü, demokratik ama belli kuralların olduğu ve tutarlı bir biçimde uygulandığı ortamlarda etkili iletişimden söz etmenin mümkün olabileceği verilen örneklerle önemle vurgulanır. Daha sonra iletişimde olumlu yaklaşım ve ben dili konusuna geçilir. Benzer şekilde, uygulayıcıların verdikleri örnekler ve katılımcıların paylaşımlarıyla iletişimde olumlu yaklaşım ve ben dili'nin ne olduğu ve gençlerle iletişimdeki önemi anlatılır. Bu yaklaşım çerçevesinde gençleri yargılamadan, genellemelere gitmeden verilen mesajların ve kişiliği eleştirmeden sadece konuşulmak istenen davranış üzerinde durmanın gençlerin kendilerini olumlu algılamasına ve benlik saygılarının gelişimine katkı sağlayacağı vurgulanır. Olumlu yaklaşım ve ben dili'ni benimsemenin ve uygulamaya çalışmanın, aile içi iletişimi geliştirmeye, evde olumlu bir ortam yaratmaya, gençlere karşı destekleyici ve geliştirici olmaya olanak sağlayacağı belirtilir. Oturum anne-babalar tarafından sorulan sorular ve verilen örneklerle noktlanır. Oturum sonunda etkili iletişim becerileri ile ilgili olarak hazırlanmış broşür katılımcılara dağıtılır.

Beşinci Oturum: İLETİŞİM BECERİLERİ (2)

Amaçlar:

- Anne-babaların etkili iletişimde etkin dinlemenin önemini kavrayabilmelerini sağlamak
- Etkin dinleme için gerekli koşulları anlatmak
- Duyguları tanımanın ve ifade etmenin önemini anlatmak

- Duyguları ifade edebilmenin önemini vurgulamak
- Aile içi iletişimde etkin dinleme, duyguları anlama ve ifade edebilmenin önemini vurgulamak

Materyal:

Etkin dinleme, duygular ve duyguların ifadesi ile ilgili bilgiler sözel olarak anlatılmış, örneklerle açıklanmış ve uygulamalarla desteklenmiştir.

Etkinlik: DUYGU ZARI

Bu etkinlikte bir zarın üstünde bulunan her bir rakam, mutluluk, mutsuzluk, korku, utanç, şaşkınlık vb. bir duyguyu temsil etmektedir. Her bir rakama karşılık gelen duygu tahtaya yazılır. Daha sonra katılımcılardan sırayla zarı atmaları istenir. Katılımcılardan beklenen, zardaki rakama karşılık gelen duyguyu yaşadıkları bir olayı grupta paylaşmalarıdır. Her katılımcının paylaşımı tamamlandıktan sonra etkinlik sona erer. Etkinlik sonrasında katılımcılara etkinlik sırasında neler hissettikleri sorulabilir.

Oturumun Süresi: 90 dakika

Süreç:

Bu oturumda, etkili iletişim konusuna devam edilir. İletişim engellerinden bahsedilir ve etkili iletişimin önemli öğeleri olan etkin dinleme ve duyguları ifade etme üzerinde durulur. Göz teması, karşımızdakilerin ne söylediğine yoğunlaşma ve bunu sözel ve sözsüz davranışlarla belli edebilme, uygun ve yerinde sorular sorabilme ve empati gibi etkin dinlemenin önemli öğelerinden bahsedilir. Tüm bu öğelerin aile içi iletişimde ve özellikle gençlerle olan iletişimdeki önemi vurgulanır. Katılımcıların paylaşımları ve sorularıyla konuya devam edilir. Daha sonra, katılımcılara duyguları anlamının ve ifade etmenin iletişimdeki ve etkin dinlemedeki önemini vurgulamak ve kendi duygularının farkına varmalarını sağlamak amacıyla “duygu zarı” adlı etkinlik uygulanır. Etkinlik sonrasında duyguları tanımanın ve ifade etmenin önemi üzerinde durulur. Empatiden bahsedilir ve karşımızdaki kişileri anlamaya çalışmanın ve dinlemenin önemine vurgu yapılır. Oturum sonunda konuşulanlar toparlanarak, iyi bir dinleyici olunduğu zaman karşımızdakilerin değer verildiğini ve saygı duyulduğunu hissettiği, tüm bu etkili iletişim becerilerini kullanarak hem gençlerle iletişimin geliştirilebileceği hem de onlara iyi bir rol modeli olunabileceği ifade edilir. Son olarak katılımcılardan bir sonraki haftaya kadar çevrelerindeki birkaç kişiye olumlu duygularını ifade etmeleri istenir.

Altıncı Oturum: DEĞERLENDİRME

Amaçlar:

- Grup süreciyle ilgili duygu ve düşünceleri paylaşabilme
- Grup oturumlarını sözlü ve yazılı olarak değerlendirme

Oturumun Süresi: 90 Dakika

Süreç:

Grubun başında bu oturumun altıncı ve son oturum olduğu belirtilir, oturumda neler yapılacağı özetlenir. İlk olarak geçen oturum sonunda verilen ödev konuşularak çevrelerindeki kişilere olumlu duygularını ifade etmenin onlara neler hissettirdiği ve o kişilerden gelen tepkiler hakkında tartışılır. Daha sonra 6 haftalık grup süresince konuşulanlar özetlenerek, katılımcılara herhangi bir soruları olup olmadığı sorulur. İlgili sorular cevaplandıktan sonra, grup süreci ile ilgili geribildirimler alınır. Geribildirimler alınırken, katılımcılara süreçten beklentilerinin gerçekleşip gerçekleşmediği, neler öğrendiklerini veya öğrenemediklerini düşündükleri, benzer süreçler için önerileri vb. sorular sorulabilir. Grup üyelerinin grup süreci ile ilgili paylaşımları ve geribildirimleri kısaca toparlandıktan ve son olarak eklemek istedikleri bir şey olup olmadığı sorulduktan sonra vedalaşılır ve grup üyelerine son testler ve nitel değerlendirme formu uygulanarak oturumlar sonlandırılır. Son olarak katılımcılara, aile rehberlik programına katılımları için teşekkür etmek amacıyla hazırlanmış olan katılım belgeleri dağıtılabilir.

Kaynaklar

- Akkök, F., Ögetürk, B., Kökdemir, H., Annak, Ş., & Çakın, A. G. (2000). İlköğretimde aile katılım programının değerlendirilmesi. *Eğitim '99-2000, TED Ankara Koleji Dergisi*, 1(3), 5-9.
- Akkök, F., Ögetürk, B., & Kökdemir, H. (1998). İlköğretimde aile katılımı. *Eğitim '97-1998, TED Ankara Koleji Dergisi*, 1(1), 14-17.
- Berger, E. H. (2004). *Parents as partners in education: Families and schools working together*. (6th ed.). New Jersey: Pearson Prentice Hall.
- Biehler, R.F.; Snowman, J. (1993). *Psychology applied to teaching*. Houghton Mifflin Publisher.
- Bogenscheidner, K. & Stone, M. (1997). Delivering parent education to low and high risk parents of adolescents via age-paced newsletters. *Family Relations*, 46(2). 10 Ağustos 2004 tarihinde EBSCOhost veritabanından edinilmiştir.
- Christenson, S.L., Cleary, M. (1990). Consultation and the parent-educator partnership: A perspective. *Journal of Educational and Psychological Consultation*, 1(3), 219-241. 20 Nisan 2005 tarihinde EBSCOhost veritabanından edinilmiştir.
- Çakır, S.G.; Aydın, G. (2005). Parental attitudes and identity status of Turkish adolescents. *Adolescence*, 40,160, 847-859. 20 Ağustos 2006 tarihinde EBSCOhost veritabanından edinilmiştir.
- Eccles, J. S. & Harold, R. D. (1994). Parent-school involvement during the early adolescent years. *Teachers College Record*, 94(3), 568-588.
- Erden, M., Akman, Y. (2001). *Gelişim ve öğrenme*. (9.Baskı). Ankara: Arkadaş Yayınevi.
- Erikson, E. (1968). *Identity, youth and crisis*. New York: W.W. Norton.
- Gable, S. (2003). Communicating effectively with children. *Human Environmental Sciences*. 9 Şubat 2004 tarihinde aşağıdaki adresten edinilmiştir:
http://www.classbrain.com/artread/publish/article_21.shtml
- Gestwicki, C. (2004). *Home, school and community relations: A guide to working with families*. New York: Thomson Learning, Inc.
- Gordon, T. (2002). *Etkili anababa eğitimi: Aile iletişim dili*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Korkut, F. (2004). *Okul temelli önleyici rehberlik ve psikolojik danışma*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Mooney, S. (1995). Parent training: A review of Adlerian, parent effectiveness training, and behavioral research. *Family Journal*, 3(3), 218-230.
- Özcebe, H., Sönmez, R., Akıncı, Ö., Baycu, Ş., Karaçay, D., Kargın, S., Öncül, M., & Öz, Ö. O. (2002). Adölesanlar ve anneleri arasındaki iletişim. *Hacettepe Toplum Hekimliği Bülteni*, 23(3). 30 Mart 2005 tarihinde aşağıdaki adresten edinilmiştir:
<http://www.thb.hacettepe.edu.tr/2002/20027.shtml#1>
- Öztop, H. & Telsiz, M. (1998). Ana-baba eğitimi. *Eğitim ve Bilim*, 22(110), 3-6. Santrock, J.W. (1996). *Child development*. (7th ed.). Madison: Brown and Benchmark Publishers.

- Strom, R. D. & Strom, S. K. (1998). *Parent Success Indicator manual*. Bensenville: Scholastic Testing Service, Inc.
- Strom, R., Strom, S., Collinsworth, P., & Strom, P. (1998). Evaluating parent success in guiding adolescents. *Journal of Instructional Psychology*, 25(4), 242-250.
- Toumbourou, J. W. & Gregg, M. E. (2001). Working with families to promote healthy adolescence development. *Family Matters*, 59. 10 Mart 2005 tarihinde EBSCOhost veritabanından edinilmiştir.
- Wanat, C. L. (1997). Conceptualizing parental involvement from parents' perspectives. *Journal of a Just & Caring Education*, 3(4), 433-459.