

## ERGENLERLE GRUP DANIŞMANLIĞI BAKIMINDAN GELİŞİM KURAMLARININ DOĞURGULARI

J.D. BALL ve Donald S. MECK\*  
Çev. Dr. Füsün AKKOYUN\*\*

Ergenlerle çalışmakta olan klinik uygulayıcılar, karmaşık esoterik modeller geliştiren ve bu kuramların uygulanmasını alandaki uygulayıcılara bırakan kuramcıları pek önemsemeyebilirler. Bu yazının amacı, sorunları olan gençlere yardımcı olabilmek bakımından bazı gelişim kuramlarının özgül ve pratik doğurgularını ortaya koymaktır.

Kimlik araştırması ve bağımsızlık kazanma çabaları, ergenlerin temel gelişimi bakımından ortaya çıkan birbirleriyle ilişkili iki konudur. Erickson (1968), öncelikle ergenlerin kendi ben kavramını başkalarına göre tanımlama uğraşları konusunda odaklaşmaktadır. Erickson'a göre ergenlik, bireylerin kişiliklerinin zayıf ve güçlü yönlerini değerlendirmelerini ve geçmişteki yaşantılarını şu andaki duyguları ve gelecekteki amaçları ile bağlantılı kılma çabalarını içeren bir dönemdir. Ani fizyolojik değişimler, meslek seçimleri ve arasından bir seçim yapmak zorunda olduğu bir çok değer sistemi ile karşılaşan ergen, bir yandan da kendini anlama ve bireyselliğini geliştirme sürecine girmektedir. Ergenin bu krizleri atlatabilmesi, rol karmaşıklığına ve genellikle uyumsuz olarak nitelenen davranış örüntülerinin ortaya çıkmasına neden olmaktadır. İkinci konuda ise, Otto Rank (1945) ergenlerin daha fazla bağımsızlık için sürekli çabalarını vurgulamaktadır. Rank yazılarında, bireyin yaşamını belirleme de "isteğin" önemini ve bunun başkalarına bağımlılıktan bağımsızlığa doğru dramatik bir dönüşümü oluşturmaya yardımcı olduğunu belirtmektedir. Rank'a göre, bu bağımsızlık mücadelesi öylesine zorlayıcı bir güçtür ki, ergenler buna karşı olan her türlü dışsal ve içsel tehditten belirgin bir şekilde kaçınırlar. Toplum normları ve değerleri, ana-

\*Adolescence, Vol. XIV, No. 55, Fall 1979, s. 529-34.

\*\*Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bölümü Araştırma Görevlisi

babaların denetimleri ve hatta onların yakın ilişkileri dışsal tehditleri oluştururlar. İçsel tehditler ise giderek artan bir şekilde fizyolojik değişikliklerle karakterize olan cinsel ayırdında olmalardır.

Bazı kuramcılar da, bu konuların ergenlere özgü olmadığını ve bu gelişim sürecinin mutlaka fırtınalı bir şekilde geçmesinin de gerekmediğini ifade etmektedirler (Bandura, 1964, Muuss, 1975). Muuss'a göre, bazı ergenlerin hissetmiş olduğu bu gerilim artışı bazı özgül kültürel etmenlerin ve toplumsal değişme düzeyinin bir işlevidir. Bağımsızlık ve kimlik araştırması, belki de büyük bir olasılıkla Tofler'ın Gelecek Şoku (Future Shock) adlı kitabında tartıştığı hızlı gelişimlerin modern görüngüsü tarafından şekillendirilmektedir.

Bağımsızlık ve kimlik kazanma duygusunun gelişmesi ile ilgili olgunlaşma sürecinin en belirgin yönlerinden birisi, otorite ile baş etme çabalarıdır. Spranger (1955), kendini keşfetme sürecinin varolan toplumsal değerler ve normlara (örneğin otoriteye) karşı çıkmaya bağlı olduğunu ifade etmektedir. Başka yazarlar da, ergenlerin varolan yetişkin ideallerine ve davranış normlarına karşı çıkmadıkça toplumsal olgunluğa ulaşamayacakları konusunda birleşmekte ve bu konudaki tartışmalarını sürdürmektedirler (Marcia, 1967; Marcia ve Friedman, 1970; Keniston, 1971). Sinizm, acı alay ve bazı ergen humorları onların bu savaşımındaki rahatsızlıklarına ilişkin ikizli duygularını örnelemektedir.

Çocukluk sırasındaki toplumsallaşma ile yetişkinlik sırasında beklenen davranışlar arasındaki kopukluk, ergenin kimlik anlayışını daha da güçleştirmektedir (Benedict, 1954). Örneğin, Amerikan okullarında demokrasi idealizminin öğretilmesi ve gerçekte karşılaşılan eşitsizlikler genç insanları karıştırmakta ve kızgınlık yaratmaktadır. Toplumsal yapıdaki bozukluklar kurulu düzene, tutarsızlıklara ve ikiyüzlülüğe karşı bir isyana yol açarken, aynı zamanda tutarlı yetişkin modelleri bulma konusunda da ergenleri korkutmaktadır.

Ergenlerle raport kurmaya ve sürdürmeye çalışan danışmanlar, bazı danışanların düzeni temsil ettiği düşüncesiyle kendilerini hemen reddettiğinin belki de ayırdındadırlar. Eğer yapılan danışmanlık yetişkin normlarının çiğnenmesiyle ilgili ise, bu sorun elbette daha da da şiddetlenecektir. Bireysel danışmada, danışanın objektif olma çabaları yanında, karşılıklı güven ilişkisinin kurulması için de pek çok zaman ve çaba gerekmektedir. Bir çok ergenin psikolojik danışmadan kaçınmasının nedeni, bunun bir yetişkin otoritesine ilişkin kaygı verici bir çatışmaya yol açmasıdır.

Grupla psikolojik danışma, bu durumda daha cazip bir seçenek olmaktadır. Genç insanlar akranları ile birlikte olduğu zaman otorite figürleri tarafından daha az tehdit altında kalmaktadırlar, sayıca çoklukları onları güçlü kılmaktadır. Bağımsızlık ve kimlik sorunlarını birbirleriyle çokça paylaştıkları için ergenler arasında doğal bir birlik vardır. Alan kuramına göre, ergenin "yaşam alanının" biçimlenmesi (örneğin davranışını etkileyen kişisel ve çevresel etmenler) kendine özgüdür (Lewin, 1939). Bu genç insanlar artık çocuk değildir, ama yetişkin de değildir. Bazı etkinlik ve davranışlar artık onlara uymamaktadır ve aynı zamanda gelecekte onlar için söz konusu olabilecek bazı davranışları şu anda engellenmektedir. Ergenler belki de yaşamlarının belli bir anında dünyaya eski kafalılar, aptal küçük çocuklar ve arkadaşlar açısından bakmaktadırlar.

Bu yazıda daha önce sözü edilen hızlı toplumsal değişme kavramı, aynı zamanda ergenlerde akranların önemini de artırmaktadır (Keniston, 1965). Ergenlerin kimlik araştırmasında kullanacakları yetişkin normları ve değerleri de hızla eskimektedir. Örneğin, bugün genç kızlar seçecekleri roller bakımından annelerine göre daha farklıdırlar ve pek çok ergen kızın yetişkinliğe bir hazırlık olarak toplumsallaşması, büyük bir olasılıkla akranları ile olan etkileşimine dayanmaktadır. Grupla çalışma düzeni, ergenlerin akranlarıyla etkileşerek toplumsallaşmasını sağlayacak bir ortam yaratmaktadır.

Kimlik araştırması, ergenin aynı zamanda bazı davranışlarını sanki onun her zaman yaptığı davranışları imiş gibi gösterdiği, bir denemeyi ifade eden "moratoryum" dönemini içerir (Erikson, 1968). Bu, kendine uygun olup olmadığını görmek üzere gelecekteki kimliğinin test edilmesi anlamına gelmektedir. Bu süreç kimliğinin etkili olup olmadığını anlamak üzere akranlarıyla sürekli etkileşimde bulunmayı ve geribildirim almayı gerektirmektedir. Böylece duyarlı bir yetişkin tarafından yapılan grup danışması, bir çok rolün birlikte oynandığı, görece tehdit edici olmayan bir ortam yaratabilir.

### Grup Yaklaşımının Özellikleri

Klinikçilerin ergen çatışmalarını kuramsal olarak bilmesi, ergenlerin getirdiği sorunlara deneyimlerinin içeriği bakımından bir açıklık kazandırmaktadır. Genelleştirilmiş bir karmaşa, meslek seçimi konusunda kaygılar, ana-babalarla veya öğretmenlerle çatışmalar, akran onayı gibi konular çok sık karşılaşılan ergen sorunlarıdır. Bu sorunlardan birisi ile karşılaşan bir klinikçi hemen kimlik/

bağımsızlık konusunun olduğunu varsaymalıdır. Bu durumlarda sorunların açıklığa kavuşturulmasında ve çözümünde, grup yaklaşımı en uygun terapötik müdahaledir. Bu yazıda, sorunlu ergenlere özgü grup rehberliğinde önem verilmesi gereken ilkeler üzerinde durulmaktadır.

Gruptaki her bir bireyin grup yaklaşımından optimal yararı sağlanması bekleniyorsa, öncelikle grubun kompozisyonu önemli olacaktır. Bazı ergenler bireysel danışmadan daha çok yarar sağlayabilirler veya toplumsal etkileşimden çok korkan son derece utangaç kimseler grup birliğinin gelişmesini engelleyebilirler. Bunlar grup çalışması için toplumsal becerileri olmayan bireylerdir, görece daha uyumlu üyeler onlara yetersizliklerini hatırlatabilir, bu durumda onları daha çok korkutabilir. Ancak, grup içinde orta derecede rahatsızlık hisseden üyeler (ki bir çok ergen böyledir), grupta ortak konularını dinlemekle ve sesini duyurmakla pek çok şey kazanacaktır. Grup için yetersiz görülen ergenler kısa süreli bir danışmadan sonra yine gruba alınabilirler. İkinci olarak, aşırı derecede saldırgan ve düşman kişiler grup üyesi olmaya uygun değildirler. Bu kimseler dikkati kendi üzerlerinde toplayacaklarından diğer grup üyelerinin gelişmesini önemli ölçüde etkileyebilir ve grup liderine duyulan güveni tehlikeye düşürebilirler. Aynı nedenle, ağır psikotik rahatsızlığı olan ergenler de bu tür bir grup için uygun değildirler. Son derecede bağımlı ergenler de bağımsızlık müsaddelesinden bir kaçınma yolu olarak kendilerini gruba bağlayabileceklerinden, bunlar da dikkatle ayıklanmalıdır. Grup büyüklüğü ise, grup liderinin yeteneğine bağlı olanak onun ne kadar kişiden sorumlu olabileceğine bağlıdır. Grup büyüdükçe etkileşimin karmaşıklığı da giderek artacaktır. Yalom (1975) beş ile on arasının uygun bir sayı olduğunu, en idealinin de yedi olduğunu belirtmektedir. Bu sayılar ergenler için de geçerlidir.

Grup homojenliği söz konusu olduğunda, ergen grubu zaten tanımı bakımından homojen bir gruptur. Ancak, cinsiyet bakımından heterojenlik grubun kimlik konusunda odaklaşmasına neden olmakta ve karşı cinsten akranlarla etkileşimde bulunmak, cinsel kimliğin oluşmasında önemli bir geribildirim kaynağı yaratmaktadır. Üstelik değer, tutum ve sorunları ortaya koyma bakımından gruptaki bazı heterojen durumlar, her bir bireyin kendini daha özgür olarak ortaya koymasını sağlayacaktır.

Grup etkinliklerinin yapılandırılıp yapılandırılmama konusu da, gelişim kuramları bakımından yanıtlanabilir. Otto Rank kendini

belirlemede isteğin rolünü, diğer bazı kuramcılar ise içgüdüsel güdülenmenin önemini belirtmektedirler: Gesell (Ilg ve Ames, 1955); Piaget (Wadsworth, 1971); Erikson, 1968; Maslow, 1968. Bu değişik görüşler, ergenin başlattığı ve danışmanın buna rehberlik ederek, bilgi verdiği durumlarda optimal bir öğrenmenin yer aldığı sonucunu ortaya koymaktadır. Böyle bir süreç her bir grup üyesinin etkin olarak katılmasını gerekli kılmaktadır. Ancak, tümüyle yapılandırılmış bir grup hem grup lideri, hem de üyeler için kaygı verici, engelleyici bir yaşantıya yol açabilir. Duygusal yüklü tartışmaları başlatmak belli bir riski gerektirir ve içerik bakımından yapılacak bir yapılandırma grubun güven duyguları hissetmesini ve riskleri göze almasını kolaylaştırabilir. Ohlsen (1970) ergenlerin danışmanın grup ilkelerini tanımlamasına ve beklentilerin açıklığa kavuşturulmasına karşı olumlu tepkiler gösterdiklerini belirtmektedir. Böylece, sekiz-on seanslık sınırlı zamanlı bir grupta her bir seanstaki konunun önceden saptanmasıyla, tümüyle yapılandırma ile hiç yapılandırmama arasında etkin bir uzlaşma sağlanabilir. Buna karşın, grup üyeleri yine de her bir toplantıdaki tartışmayı yönlendirmede sorumluluk alabilirler.

Grubun başlangıç evresinde, üyelerin birbirleriyle ve liderle tanışıklık kurması çok önemlidir. Ne kadar önce tanışıklık kurulursa, grup içinde bir üyenin kendini anlatması da o kadar kolaylaşacaktır. Bu ön amacı tehdit edici olmadan gerçekleştirebilmek için, ilk toplantıda grup üyeleri ikili küçük gruplara ayrılabilir. Burada her bir üyenin diğer eşe kendisi ile ilgili önemli bir şeyi söylemesi istenir ve açığa vurulan konunun daha sonra o kimsenin eşi tarafından gruba anlatılacağı konusunda önceden anlaşma sağlanır. Böylece ilk toplantıda her bir üye dolaylı yolla grup önünde konuşmuş ve görece tehdit edici olmayan bir şekilde kendini anlatmış olur. Grup lideri de, gruplardan birine üçüncü kişi olarak katılabilir veya önceden tüm gruba kendini anlatabilir.

Bundan sonraki seanslar, bağımsızlık kimlik konularına yönelik olmalıdır. İlk veya birkaç toplantı kişisel değerlerin açıklığa kavuşturulmasına ayrılabilir. Değerlerin açıklığa kavuşturulmasında 79 farklı eksersizi içeren en iyi kaynak; Sidney Simon, Leland Howe ve Howard Kirschenbaum'un "Values Clarification: A Handbook of Practical Strategies for Teachers and Students" dır. Bu toplantılarda ele alınacak diğer konular, (1) üyelerin ana-babalarıyla kendilerini hangi bakımlardan aynı ve farklı gördüklerinin ortaya konması, (2) akranları bakımından kendilerini hangi bakımlardan aynı ve fark-

lı gördüklerinin ortaya konması, (3) grup üyelerinin her birinin kişisel olarak güçlü oldukları yanlarını ve de diğer grup üyelerinde gördüğü güçlü yanları belirlemesi, (4) üyelerin kendilerinde (fiziksel, duygusal, bilişsel, toplumsal ve diğer bakımlardan) gördükleri değişimleri ortaya koymaları, (5) üyeleri neyin güdülediğinin belirlenmesi (örneğin; bir işi yapmış olmak, para, notlar, akran onayı, ebeveyn onayı, yeni bir şey öğrenmek, bağımsız kararlar verebilmek, maceralı bir şey yapmak gibi), (6) üyelerin nasıl bir geleceğinin olabileceğinin ortaya konması, (7) kısa ve uzun dönemli amaçların belirlenmesidir. Böyle bir düzenleme bağımsızlık kimlik konularındaki tartışmaları kolaylaştıracaktır.

Tüm grup seanslarında, belli bir konu tartışılırken üyelerin yaşantıları ile ilgili duyguları üzerinde odaklaşılmalı ve her birinin diğer üye tarafından nasıl görüldüğünün anlaşılabilmesi için bir olanak yaratmak üzere karşılıklı geribildirimler cesaretlendirilmelidir. Terapist, bazen bir konunun grupta daha uzun süre ile ele alınmasını gerekli gördüğünde, yapılan programı erteleyebilir. Duygusal konuların, üyeler arası çatışmaların ve özellikle grubun liderine karşı tepkilerinin halledilmesi belli bir zaman gerektirecektir. Aynı anda hem yakın bir ilişkiyi istemek, hem de böyle bir ilişkiden korkmak devamlı bir gerilim yaratacaktır. Lider üyelere olumlu ve olumsuz duygularını açıkça ifade etme özgürlüğünü verirken, gruptan uzak kalma özgürlüğünü de tanımalıdır. Özellikle bitirme toplantısında üyelere grubun sona ermesi ile ilgili duygularını ifade etme olanağı tanımalıdır ve bu arada kişisel olgunlaşma amacının gerçekleştirilmesinin onların kendi kişisel çabaları ile devam edeceği kendilerine hatırlatılabilir.

Gelişim kuramlarının ortaya koyduğu bağımsızlık ve kimlik konuları, ergenlerin temelde otorite, hızlı toplumsal değişme, tutarsız toplum normları ile ilgili çatışmalarının bulunduğu ve akran ilişkilerinin öneminden yararlanılarak ergenlere yardımcı olunabileceğini göstermektedir. Ergenlerin bu sorunlarını çözmelerinde, grup danışması etkin bir mekanizma olarak görülmekte ve bu konular grup üyelerinin seçimi, grubun büyüklük ve kompozisyonu, konuşma konularının seçimi bakımından bazı özgün doğurguları ortaya koymaktadır.

#### KAYNAKÇA

Bandura, A. "The Stormy Decade: Fact or Fiction," *Psychology in the Schools*, 1964, 1, 224-231.

- Benedict, R.** "Continuities and Discontinuities in Cultural Conditioning," in W.E.Martin and C.B. Stendler, Eds., *Readings in Child Development*, New York: Harcourt, Brace, 1954.
- Erikson, E.** *Identity, Youth and Crisis*. New York: W.W. Norton, 1968.
- Ilg, F.L. ve Ames, L.B.** *Child Behavior: From Birth to Ten*. New York: Harper and Row, 1955.
- Keniston, K.** "Social Change and Youth in America", in E. H. Erikson, Ed., *The Challenge of Youth*. New York: Doubleday, 1965.
- Lewin, K.** "Field Theory and Experiment in Social Psychology: Concepts and Methods, " *American Journal of Sociology*, 1939, 44, 868-897.
- Marcia, J.E.** "Ego Identity Status: Relationship to Change in Self-Esteem, "General Maladjustment", and Authoritarianism" *Journal of Personality*, 1967, 35, 118-133.
- Marcia, J.E. ve Friedman, M.L.** "Ego Identity Status in College Women," *Journal of Personality*, 1970, 38, 249-263.
- Maslow, A.** "Some Educational Implications of the Humanistic Psychologies," *Harvard Educational Review*, 1968, 38, 685-696.
- Muuss, R.** *Theories of Adolescence*. New York: Random House, 1975.
- Ohlsen, M.M.** *Group Conseling*. New York: Holt, Rinehart; and Winston, 1970.
- Rank, O.** *Will Therapy and Truth and Reality*. New York: Knopf. 1945.
- Simon, S.B., Howe, L. W. ve Kirschenbaum, H.** *Values Clarification: A Handbook of Practical Strategies for Teachers ad Students*. New York: Hart Publishing Co., 1972.
- Spranger ,E.** *Psychologie des Jugalalters*: Twenty-fourth Ed. Heidelberg: Quelle and Meyer, 1955.
- Wadsworth, B.** *Piaget's Theory of Cognitive Development*. New York: David McKay Co., 1971.
- Yalom, I.** *The Theory and Practice of Group Psychotherapy*. New York: Basic Books, 1975, 2nd edition.