

YARATICI DRAMA YÖNTEMİNİN KADINLARIN ÖZSAYGI DÜZEYİNE ETKİLİLİĞİ

EFFECT OF CREATIVE DRAMA METHOD TO SELF-ESTEEM LEVEL

Hasan Hüseyin ALTINOVA¹

Ömer ADIGÜZEL²

ÖZET

Bu araştırmada, yaratıcı drama yönteminin kadınların özsaygi düzeyi üzerindeki etkisi incelenmiştir. Araştırma, Çağdaş Kadın ve Gençlik Vakfı 75. Yıl Toplum Merkezi'nde gerçekleştirilmiştir. Araştırma, kontrol gruplu ön test-son test modelinin kullanıldığı deneysel bir çalışmadır. Araştırmanın bağımsız değişkeni araştırma gruplarına uygulanan programdır, bağımlı değişkeni ise kadınların özsaygi düzeyidir. Araştırmada veri toplama aracı olarak, Coopersmith Özsaygi Envanteri kullanılmıştır. Deney grubuna araştırmacı tarafından geliştirilen "Yaratıcı Drama Yöntemiyle Özsaygi Geliştirme Programı" 12 oturum olarak uygulanmıştır. Her bir oturum yaklaşık 180 dakika olarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmada nitel veriler elde edilmiştir. Deney ve kontrol gruplarının özsaygi düzeyleri arasında anlamlı bir fark olup olmadığı ve bu farkın uzun süreli olup olmadığını belirlemek amacıyla, parametrik olmayan analiz tekniği kullanılmıştır. Bulgular, deney grubunda bulunan kadınların başlangıç düzeyine ve kontrol grubunda bulunan kadınlara göre, özsaygi düzeylerinin anlamlı düzeyde arttığını ve bu artışın etkisinin uzun süreli olduğunu ortaya koymuştur.

Anahtar Sözcükler: Yaratıcı drama, kadın, özsaygi, toplum merkezi

ABSTRACT

In this research, the effect of creative drama method on self esteem level a of women has been examined. The research has been done in modern women and youth foundation 75 'th Year. It has been paid attention that test and control groups have shown similar socio-demographic features. In this search, as a data gathering tool, Coppersmith's self-esteem inventory. The research is an experimental study which pre-test/last test model with control groups has been used. "Program of self esteem with creative drama method prepared by the researcher has been applied to test group in 12 sessions. Each session has been lasted approximately 180 minutes. There

¹ Öğretim Görevlisi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Sosyal Hizmet Bölümü

² Doç. Dr., Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi İlköğretim Bölümü

has been no application to control group. Qualitative and quantitative data have been gathered in the research. In analyzing quantitative data. Qualitative data has been commented by describing by the researcher. According to results gathered from test group and control group, in center, it has been observed that creative drama method has increased self respect of women, As also follow up study with this impact continued as great respect.

Key words: Creative drama, woman, self-esteem, public center

GİRİŞ

İnsan davranışları üzerinde etkili olan çok sayıda değişkenin varlığı bilinmektedir. Bu değişkenlerden biri de, bu araştırmada ele alındığı gibi özsaygıdır. Yaşamın bazı dönemlerinde “kendimi çoğunlukla işe yaramaz hissediyorum, kendimden utanıyorum, birinin beni sevmesi için hiçbir sebep göremiyorum, çoğunlukla yanlış davranmaktan korkuyorum, başkaları tarafından onaylandığımda kendimi rahat hissediyorum” gibi yargılar gözlenebilir (Terzioğlu, 2000). Bu yargılar genellikle düşük özsaygı gösteren bireylerde ortaya çıkar. Düşük özsaygı, düşük yaşam tatmini, yalnızlık, depresyon, anksiyete, alınganlık ve sinirlilikle ilişkilidir. (Balcı, 1999). Bunun yanında genellikle “pek çok iyi niteliklerim olduğunu sanıyorum, kendimi özgür hissediyorum ve kendim olmaktan gurur duyuyorum, başkaları ile ilişkilerimde kendime güveniyorum, bir şey yaptığımda o işin mutlaka mükemmel olması gerekiyor, başkalarının benim görüşlerimi onaylaması çok önemli değil” (Terzioğlu, 2000) gibi yargılar gösterenlerde yüksek özsaygıya sahip kişilerdir. Görüldüğü gibi bireyin kendisini yeterince iyi derecede olumlu algılaması, yüksek özsaygısını, olumsuz algılaması düşük özsaygısını oluşturmaktadır.

Bu yargılardan da anlaşılacağı gibi özsaygı, bireyin kendini ne kadar değerli ve önemli görmeye ve kendisine yaptığı pozitif değerlendirmeleri içerir. Rosenberg'e göre özsaygı benliğe yönelik olumlu veya olumsuz bir tutumdur. (Akt. Erim, 2001). Birey tarafından algılanan benliğin olumlu veya olumsuz değerlendirilmesi ya da bireyin benliği hakkında vardığı yargı o kişinin özsaygısını oluşturur (Sezer, 2001). Coopersmith Özsaygı Envanteri'nde geçerli olan özsaygı tanımı; kişinin kendisi için onayladığı ya da onaylamadığı bazı özellikleriyle ilgili değerlendirmesidir (Coopersmith, 1986). Coopersmith'e göre özsaygı; bireyin kendini yetenekli, önemli, başarılı ve değerli olarak algılama derecesidir (Özdağ, 1999).

Özsaygısı düşük olan bireyler, kendilerini yetersiz değersiz görebilmekte, sürekli kaygı ve endişe içerisinde olmakta, günlük yaşamda karşılaştıkları zorluklarla başa çıkmada güçlük çekmekte ve duygularını kontrol etmekte zorlanmaktadırlar. Sık sık utanç ve suçluluk duygularına kapılan bu kişiler kendilerine ve çevrelerine güven duymamakta ve insan ilişkilerinde yetersizlik gösterebilmektedirler. Özsaygısı zayıf bir kişi sıklıkla diğer insanların önünde bir maske takıp, rol oynamaya eğilimli olacaktır. Güvensiz, bağımlı bireylerde özsaygı düzeyi de düşük olacaktır (Akt. Sezer, 2001). Başkalarının bireye karşı yaptığı değerlendirme özsaygıyı etkilemektedir. DiCaprio ve Verhofstodt-Deneve bireyin çevresi tarafından olumlu sıfatlarla nitelendirilmesinin, onun kendini yeterli görmesi, kendini beğenmesini etkilediğini, benliğine yönelik olumlu tutum geliştirdiğini ifade etmektedir. Bu kişiler topluma uygun davrandıklarından, çevresi tarafından olumlu tepkilerle karşılaşmaktadır. Çevreleriyle olumlu etkileşim kuramayan, kabul ve onay göremeyen kişiler kendilerini olumsuz bir biçimde algılamakta, yaşamın getirdiği sorunları çözmekte ve başa çıkmakta güçlük çekmektedirler (Akt. Kaner, 1991).

Cinsiyet aynı zamanda bireylerin diğerlerine ilişkin beklentilerini, diğerlerinin bireye yönelik beklentilerini ve bireyin kendine yönelik beklentilerini kapsar (Korabik, 1997). Toplumsal yaşamdaki, kadına karşı ayrımcılık, eşitsizlik, kalıpyargılar, tutumlar, kadınlarda özsaygının azalmasına dolayısıyla kendilerini daha olumsuz olarak değerlendirmesine ve algılamasına neden olabilmektedir. Kadınlar, erkekler ile karşılaştırıldığında daha az güce, statüye, parasal kaynaklara, otonomiye ve bağımsızlığa sahiptirler. Toplum kadınlardan iyi bir eş, anne ve ev kadını olmalarını beklerken, erkeklerden başarılı bir ekme kazanıcı ve her zaman güçlü olmalarını beklemektedir. Geleneksel olarak kadınlar çevrelerindekiyle yardımcı olmak, her şeyden hoşnut olmak, asla öfkelenmemek, şikâyet etmemek, otoriteye boyun eğmek, soru sormamak, başkalarını rahat ettirmek, bencil olmamak ve kendilerini düşünmemek üzere yetiştirilirler ve bunlar istendik kadın özelliklerdir. Diğer taraftan erkeklerle güçlü olmak, başarılı olmak, duygularını açığa vurmamak ve yalnızca kendilerini düşünmek öğretilmiştir.

Kadınlarda özsaygı düzeylerinin düşük olması çeşitli nedenlere bağlanabilir. Bunlar ataerkil yapının zorlaması, eğitim düzeylerinin düşüklüğü, düşük beceri eksikliği, toplumsal kalıpyargılar, dinsel ve kültürel etkiler diye sıralanabilir. Özsaygının kendini değerli görme, başarılı görme, diğer insanlardan olumlu geri bildirim alma ile ilgili bir

kavram olduğunu düşünürsek, geleneksel toplumsal cinsiyet rolleri kadınların özsaygılarının düşük olmasına yol açabilir. Eşitsizlikler, haksızlıklar, kadına karşı olumsuz kalıp yargılar, tutum ve önyargılar kadınların kendileri tarafından da zamanla benimsenmektedir. Bu olumsuz düşünce, davranış tarzı kadınların özsaygılarını olumsuz etkileyebilmektedir.

Kadınların özsaygısının düşük olması kadınların toplumda değer verilen becerilere sahip olmaması ve toplumumuzda ekonomik bağımsızlık ve statü elde etmek için gerekli olan ücretlere ulaşamamasından kaynaklanır. Dahası erkekler sosyal ve ekonomik üstünlükleri nedeniyle kadınları aşağı görür. Birçok feministin kabul ettiği gibi kadınların özsaygı ve sonuç olarak bireysel güçleri, kadınları küçümseyen imajlar sayesinde oluşur ve bunlar kadınlar tarafından da içselleştirilir, dolayısıyla kadınların özsaygıları erkek egemen toplum tarafından zayıflatılmıştır (Ferguson, 1989).

Kadınlardaki özsaygı düzeyi, eğitim düzeyleri ile de ilintilidir. Kadınların eğitim düzeyleri arttıkça, toplumsal etkilerden daha kolay korundukları söylenebilir. Özsaygısının yüksek olması, toplumsal baskıya karşı bir direnç olabilir. Eğer kadınların eğitim düzeyi düşükse, kadınların toplumsal baskılara daha açık, daha duyarlı ve bu baskıları daha kolay kabul edip içselleştirdikleri söylenebilir.

Bireyin başkaları tarafından yapılan değerlendirme ve aşağılamalara karşılık verme biçimi özsaygı için önemlidir. Scheffer ve Naus'un (1999), kadınların babalarından gördükleri babacan tavırlar ile ilgili yaptıkları araştırmada, babacan tavırla büyüyen kadınların özgüveninin yüksek, babalarından korkarak büyüdüklerinde ise bunun az olduğunu ortaya koymuşlardır.

Shiff ve Kopman (1978) 153 kadınla yaptıkları çalışmada, androjen, kadınsı ve erkeksi olarak tanımlanan kadınlardan, androjen kadınlar kadınsı ve tanımlayamayanlara göre yüksek özsaygıya sahiptir, ancak androjen ile erkeksiler arasında bir fark yoktur. Ego gelişimi konusunda androjen kadınlarla kadınsı ve tanımlanamayan kadınlar arasında bir fark yoktur. Ancak erkeksilik daha yüksektir. Erkeksi ve kadınsı karışımı olanlar, özsaygı ve ego gelişimleri bakımından kadınlar için yararlıdır.

Kadın özellikleri, erkek özelliklerine göre daha olumsuz değerlendirildiklerinden, kadınların özsaygıları da erkeklere göre daha olumsuz olmak eğilimindedir (Balkır, 1989). Young ve Mroczek (2003)' in yaşları 11 ile 20 arasında değişen 253 ergenle yaptığı araştırmaya göre kızların genel özsaygıları erkeklerden daha düşüktür. Aynı

şekilde Skaalvig (1986) erkeklerin kızlardan daha yüksek özsaygı düzeyine sahip olduğunu bulmuştur (Akt. Damarlı, 2006). endüstrileşmiş bazı batı ülkelerindeki çalışmalara göre kadınların özsaygı düzeyi erkeklerden daha düşüktür (Clay vd., 2005).

Gökdoğan (1996), orta ve yüksek öğrenim gören kadınların özsaygı düzeylerinin, okuryazar olmayan ve ilkökul mezunu olanlara göre, benzer şekilde sosyo ekonomik düzeyi yüksek kadınların düşük sosyoekonomik düzeydeki kadınlara göre daha yüksek olduğunu sonucuna varmıştır. Çalışan kadınların çalışmayan kadınlara göre özsaygı düzeylerinin yüksek olduğu sonucunu bulmuştur. Gezici (2002)'nin yaptığı çalışmada da çalışan kadınlar kendilerini daha değerli olarak algılamaktadırlar.

E. Culp, A.Culp, Soulis ve Letts (1989) 18'i fiziksel istismara uğramış, 19'u ihmal edilmiş kadınla (anne) yaptıkları çalışmada depresyon ve özsaygı düzeylerini ölçmüşler. Kontrol grubuyla yapılan karşılaştırmalar sonucu, fiziksel istismara uğramış kadınların depresyon düzeyi yüksek, özsaygı düzeyleri daha az bulunmuştur. İhmale uğramış kadınlar yüksek depresyon düzeyine sahipken düşük özsaygı göstermemişlerdir.

Sonuç olarak, kısır döngüden kurtulabilmesi için özsaygısının güçlendirici yaklaşımlarla desteklenmesi gerekmektedir. Kendi ezilmişliğini kendisinin bulmasına yardımcı olunması gerekir. Kadın "mağdur" statüsünden kurtularak kendi yaşamının denetimini elde etmesi için desteklenmeli ve bunun içinde en kalıcı çözümün kendi özgüveni olduğunu kavramalıdır (Aktaş, 1997; Anonim, 1997; Sanford ve Danovan 1999; Muslu, 2001).

Özsaygısı düşük olan bireyler çekingen ve risk almaktan korkan kişiler olduklarından, kadınlar kendi kendilerinin ezilişine katkıda bulunma gibi bir problemle karşı karşıyadır. Çünkü kadınlar gerçekten istedikleri şeyler için bile gayret gösteremez. Bunun için önerilen bir yol kadınların toplum tarafından engellenen beceri eksikliğini telafi için gerekli becerilerin geliştirilmesini teşvik eden feminist eğitim programları düzenlemektir. Başka bir eğitsel ihtiyaçta psikolojik olarak yeniden eğitilmeleri ve bilinç yükseltme içeren eğitimlere katılmalarıdır (Ferguson, 1989). Burns (1982), öz saygının geliştirilmesinde küçük eğitim gruplar, danışan merkezli danışma ve davranışçı yaklaşımın benimsendiği özsaygı geliştirme programlarının en çok kullanıldığını belirtir. Özsaygıya yönelik grup çalışmaları 1970'li yıllardan bu yana kullanılmaktadır. Özsaygın geliştirmek için gruplarda kullanılan sayısız teknikler geliştirilmiştir.

Bireyin kendi gerçeğiyle uyumlu ve özsaygının düzeyi yüksek bir birey olarak yetişmesi için bireyin olumsuz düşünce yapısının değiştirilmesi, yeteneklerinin farkına varması, bağımsız davranışının teşvik edilmesi, başarı duygusunu tattıran yaşantılar edinmesi, sosyal yönünün geliştirilmesi, duygu ve düşüncelerini ifade etme davranışının teşvik edilmesi, dış görünümüyle değerlendirilmemesi, olumlu ve olumsuz yönleriyle kendini olduğu gibi kabul etmesi ve çevresi tarafından olduğu gibi kabul edilmesi gerekir (Pişkin, 1999; Sezer, 2001).

Özsaygı geliştirmede sosyal beceri eğitimi, davranışçı yöntemler, bilişsel davranışçı terapiler, gibi yöntem ve yaklaşımlar önerilmektedir. Bu araştırmada özsaygı düzeyini geliştirmede bir yöntem olarak yaratıcı drama kullanılmıştır.

Birçok eğitsel hedefin yanı sıra, kişilik gelişimine ve sosyal hayata uyumu kolaylaştırıcı hedefler, temel olarak yaratıcı dramanın alanını oluşturmaktadır. Yaratıcı drama çalışmaları insanın kendisini tanıması, kendini ifade etme ve başkalarıyla ortak, benzer yanlarını bulma yollarından birisidir. Yaratıcı Drama; bireyin kendisi ve çevresindekilerle ilgili, fiziksel ve ruhsal, bireysel ve toplumsal, insanın gerçek durumu ve içindeki potansiyeli gibi bireyin bütününe kapsayan etkinlikleri içine almaktadır. İçten gelen fikirlerin, duyguların estetik ve ahlak kuralları dahilinde dışa vurumu, bireyin sağlıklı gelişimini etkiler.

Yaratıcı drama, öncelikle bireyin kendini kabul ederek, anlayarak ve sonra da başkalarını kabul ederek sosyal gelişimi kolaylaştırmaktadır. Yaratıcı drama özellikle dramaya katılanlara duygusal bir rahatlama ve tehditsiz bir çevrede sosyal becerileri geliştirme ve yapıcı davranışları deneme, işbirliği ve dayanışmayı öğrenme fırsatı verir. Yaygın olarak sosyal yetenekleri geliştiren bir yöntem olarak önerilen yaratıcı drama (Freeman vd., 2003) her yaşta bireyin sosyal ve kişilerarası becerilerinin geliştirilmesinde de etkili bir yöntemdir. Özellikle topluluk içerisinde kendini ifade etmekte güçlük yaşayan bireyin küçük gruplar içerisinde küçük oyunlarla bu güçlüğünü yenmesi daha kolay olmaktadır.

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı kadınların özsaygı düzeyini geliştirmede yaratıcı dramanın etkililiğini belirlemektir.

Bu amaç doğrultusunda;

1. Yaratıcı drama uygulamasına katılan kadınların özsaygı düzeyi, yaratıcı drama uygulamasına katılmayan kadınlara göre daha yüksek olacaktır,

2. Yaratıcı drama uygulamasına katılan kadınların özsaygı düzeyindeki artış anlamlı olacak, yaratıcı drama uygulamasına katılmayan kadınların özsaygı düzeyindeki değişim ise anlamlı olmayacaktır,

3. Yaratıcı drama uygulamasına katılan kadınların özsaygı düzeyindeki artış uzun süreli olacak denenceleri test edilmiştir.

MATERYAL VE YÖNTEM

Bu araştırma, yaratıcı drama yönteminin kadınların özsaygı düzeylerine etkisini belirlemeyi amaçlayan bir çalışmadır. Araştırma ön-test, son-test kontrol gruplu karışık (split-plot) desenin kullanıldığı deneysel bir çalışmadır.

Yaratıcı drama uygulamaları, bir lider (erkek) tarafından yürütülmüştür. Deney grubunun altıncı ve yedinci toplantısında bir kadın kendi isteğiyle gruptan ayrılmıştır. Araştırmada grup lideri çalışma başlamadan önce ön test uygulaması yapmıştır. Ön testten sonra deney grubuna “Yaratıcı Drama Yöntemiyle Kadınların Toplumsal Cinsiyet Bilincini Geliştirme Programı” (Altınova, 2009) uygulanmış, kontrol grubuna hiçbir şey uygulanmamıştır. Deney grubu oturumları ortalama olarak 180 dakika sürmüştür. Uygulamanın bitiminde deney ve kontrol grubuna ölçme araçları tekrar uygulanmış ve cinsiyet rollerinde anlamlı bir fark olup olmadığına bakılmıştır. Uygulama bitiminden 8 ay sonra ölçek tekrar uygulanarak etkinin uzun süreli olup olmadığına bakılmıştır. Araştırma gruplarına uygulanan işlem Tablo 1’de verilmiştir:

Tablo 1: Araştırmanın Deseni

Gruplar	Ön test	İşlem	Son test	İzleme
Deney	CSÖSÖ	12 oturumdan oluşan “yaratıcı drama” uygulaması.	CSÖSÖ	CSÖSÖ
Kontrol	CSÖSÖ	Yok	CSÖSÖ	CSÖSÖ

Yaratıcı drama grubu olarak yapılan bu çalışma, amaç bakımından bilgilenme, farkındalık, sosyalleşme ve davranış değişiminin hedeflendiği sosyalleştirici grup olduğu söylenebilir. Grup çalışmasında kadınların kendini ifade etmesinde kolaylaştırıcı olması bakımından yaratıcı drama oyunları ve bazı tekniklerinden (rol oynama, doğaçlama, donuk imge, rol kartları rol içinde yazma vb.) ve grup sürecinde kullanılan etkinliklerden (resim yapma, hikâye oluşturma ve tamamlama vb.) yararlanılmıştır. Bu tekniklerin kadınların kendisinin ve diğerlerinin cinsiyet rollerini görme, kendini ifadesini ve farkındalığını kolaylaştırmasının yanında, gruba katılımını ve başkalarının duygu ve düşüncelerini anlayabilmesini artıracakı düşünülmüştür. Her grup toplantısı ısınma, canlandırma ve değerlendirme olmak üzere üç aşamada gerçekleştirilmiştir (Adıgüzel, 2006). Isınma aşaması kadınların ilgi ve isteklerini dikkate alan hareket ve oyunları içermiş, kadınları grup sürecine ve o günkü oturumun konusuna hazırlamamıştır. Ayrıca bazı oyun ve etkinliklerden sonra oyun ve etkinliğin amacına yönelik ara değerlendirmeler yapılmıştır kadınlardan geri bildirimler alınmıştır. Canlandırma aşamasında o günkü konu çerçevesinde yaratıcı drama tekniklerinin işe koşulduğu rol oyunları, doğaçlama ve canlandırmalar yapılmıştır. Değerlendirme aşamasında, o toplantıda ne yapıldığını ve birey olarak grup üyelerinin o toplantıda ne öğrendiklerini içermektedir. Sözel paylaşımlar olabildiği gibi, yazılı etkinlikler yoluyla da paylaşımlar yapılmıştır. Ayrıca o günkü konu çerçevesinde grup lideri tarafından önceden hazırlanan sorular kadınlara yöneltilmiştir.

Araştırmanın çalışma grubunu Çağdaş Kadın ve Gençlik Vakfı'ndan hizmet alan kadınlar oluşturmaktadır. Araştırma, 16 deney grubunda 15 kontrol grubunda olmak üzere toplam 31 kadınla yürütülmüştür.

Araştırma kadınların üye oldukları toplum merkezinde yapılmıştır. Kurumdaki kadınların hepsi ev kadınıdır. Çocukları, okul ve iş yaşamlarına devam edebilmektedir. Bu nedenle araştırmada grup toplantıları kadınların merkezde olduğu saatler düşünülerek planlanmış ve gerektiğinde toplantı saati ve günlerinde değişikliğe gidilmiştir. Grup toplantıları genellikle her Salı saat 13.00-16.000 saatleri arasında yapılmıştır.

Deney grubuna katılan 16 kadından, 13'ü evlidir. Diğerlerinden birinin eşi ölmüş, diğeri boşanmış ve birisi de bekârdır. Kontrol grubunda bulunan 15 kadından, 10'u evlidir. Diğerlerinden üçü boşanmış ve ikisi bekârdır.

Kadınların yaş aralığına baktığımızda deney grubunda birer kadının 20-25 ile 26-30, ikişer kadının 31-35 ile 36-40 arasında beş kadının 41-45 arasında, iki kadının 51-55 arasında, birer kadında 41-45, 56-60 ve 61-65 yaş arasında olduğu gözlenmiştir. Kontrol grubunda yaş baktığımızda ikişer kadının 20-25 ile 26-30, üç kadının 31-35 arasında, ikişer kadının 36-40 ile 41-45 arasında birer kadının 46-50 ile 51-55 arasında ve iki kadının 56-60 arasında olduğu gözlenmiştir. Deney ve kontrol grubuna katılan kadınların benzer yaş aralıklarında olduğu gözlenmiştir.

Eğitim durumlarına bakıldığında iki grup arasında yine benzer bir dağılım görülmektedir. Deney grubunda üç kadın ilkokul mezunu, altışar kadın ortaokul ve lise mezunu sadece bir kadın üniversite mezunudur. Kontrol grubunda altı kadın ilkokul mezunu, üç kadın ortaokul ve altı kadın lise mezunudur.

Grup üyeleri, alt-orta sosyo ekonomik düzeyde bölgelerde ikamet etmektedirler.

Verilerin analizinde en az sekiz oturuma katılan kadınların bilgileri kullanılmıştır. Çalışma grubuna ilişkin bilgiler aşağıdaki Tablo 2'de verilmiştir. Deney ve kontrol grubuna katılan kadınların isimleri değiştirilerek verilmiştir.

Tablo 2: Deney ve Kontrol Grubu Bilgileri

Deney Grubu	Yaş	Eğitim	Medeni Durum	Kontrol Grubu	Yaş	Eğitim	Medeni Durum
Ayşe	38	Lise	Evli	Gül	29	Orta	Evli
Mehtap	52	İlkokul	Evli	Hatice	33	Lise	Evli
Hülya	64	İlkokul	Eşi ölmüş	Melahat	42	Orta	Boşanmış
Emel	42	Lise	Evli	Sevinç	22	Lise	Bekâr
Sevgi	20	Ünv.	Bekâr	Zuhal	25	Lise	Bekâr
Fatma	44	Lise	Evli	Asiye	56	İlkokul	Evli
Funda	48	İlkokul	Evli	Menkıbe	40	İlkokul	Evli
Emine	60	İlkokul	Evli	İlknur	51	İlkokul	Evli
Aliye	39	Orta	Evli	Birsel	48	Lise	Boşanmış
Gülsüm	53	İlkokul	Evli	Özlem	30	Lise	Evli
Demet	42	Orta	Evli	Canan	60	İlkokul	Evli
Meral	44	Lise	Evli	Ayşenur	38	Lise	Evli
Banu	36	Orta	Boşanmış	Sibel	42	İlkokul	Boşanmış
Semra	30	Lise	Evli	Gözde	32	Lise	Evli
Halime	33	İlkokul	Evli	Zeynep	35	Orta	Evli
Naciye	34	Lise	Evli				

Tablo 2 incelendiğinde deney grubunda bulunan 16 kadından, birinin 20, on kadının 30 ile 42 ve beşinin 48 ile 64 yaş arasında

olduğu gözlenmektedir. Kontrol grubunda bulunan 15 kadından ikisinin 22 ile 25 yaşlarında olduğu, dokuzunun 29–42 yaşları arasında olduğu ve dördünün 48 ile 60 yaşları arasında olduğu gözlenmektedir. ÇKGV deney ve kontrol grubunda bulunan kadınların yaş dağılımlarının birbirine yakın olduğu söylenebilir.

Kadınların eğitim durumu incelendiğinde deney grubundaki kadınların yarısı lise ve üniversiteyi bitirmiştir. Diğer yarısı ilköğretim ve ortaokul mezunudur. Tablo 2 incelendiğinde deney grubunda bulunan kadınlar içerisinde liseyi bitirenler kontrol grubuna göre daha çoğunluktadır.

Veri toplama aracı olarak, Coopersmith (1986) tarafından geliştirilen Coopersmith Özsaygı Envanteri kullanılmıştır.

Coopersmith Özsaygı Envanteri kişinin çeşitli alanlarda kendisi hakkındaki tutumunu değerlendirmede kullanılan bir ölçme aracıdır. Bu envanter için geçerli olan özsaygı kavramı; kişinin kendisi hakkında ve sürekliliği olan bir değerlendirme anlamında kullanılmıştır. Böyle bir değerlendirme, kişinin kendisi için onayladığı ya da onaylamadığı bazı özellikleri ile ilgilidir. Bir başka deyişle özsaygı kişinin kendi değerleri hakkındaki yargısıdır.

Coopersmith Özsaygı Envanteri, Coopersmith (1986) tarafından geliştirilmiş ve envanterin Türkiye’de geçerlilik güvenilirlik çalışması Turan ve Tufan (1987) tarafından yapılmıştır (Akt; Duyan, 2007). Çeşitli yaş gruplarına, özellikle yetişkinlere uygulanabilecek şekilde geliştirilmiş bir ölçektir. Halen ölçeğin çocuklara ve yetişkinlere uygulanmak üzere iki ayrı formu vardır. Ölçek, “evet” ve “hayır” şeklinde yanıt seçenekleri bulunan 25 ifadeden oluşmaktadır. Bu ifadelerde kişinin hayata bakış açısı, aile ilişkileri ve dayanma gücü ile ilgili konular yer almaktadır. Kişinin lider olma, kendini kanıtlama, aşağı görme gibi kişisel yargıları yanında ailesi ile ilgili tutumları ölçme özelliğine de sahiptir.

Toplam puan 0 ile 100 puan arasında değişebilmektedir. Deneğin ölçekten almış olduğu puan 10–30 arasında ise “düşük”, 30–70 arasında ise “orta”, 70–100 arasında ise “yüksek” özsaygı grubunda yer aldığını göstermektedir (Gökdoğan, 1996).

BULGULAR

Bu bölümde uyulama öncesi ve sonrasına ilişkin Coopersmith Özsaygı Envanteri elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Araştırmada üç denence test edilmiştir. denenceri test etmeye geçmeden önce uygulama öncesinde deney ve kontrol gruplarındaki kadınların özsayıgı düzeylerini karşılaştırmak için Mann Whitney U testi uygulanmıştır.

Tablo 3: Uygulama Öncesi Kadınların Özsayıgı Düzeyi

Grup	n	\bar{X}	Sd	En Düşük	En Yüksek	z	p
Deney	16	60,5	11,21	44	84	1,656	0,101
Kontrol	15	53,3	10,44	40	72		

Tablo 3 incelendiğinde uygulama öncesi deney ve kontrol grubunun özsayıgı öntest puanlarının ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olmadığı görülmektedir ($p>0.05$). Bu durum, deney ve kontrol gruplarının deneye başlamadan önceki özsayıgı düzeylerinin birbirine yakın olduğunu göstermektedir.

1. Denenceye İlişkin Bulgular: Birinci denence, yaratıcı drama uygulamasına katılan kadınların özsayıgı düzeyi, yaratıcı drama uygulamasına katılmayan kadınlara göre daha yüksek olacaktır şeklinde ifade edilmiştir. Bu denence ile ilgili olarak yapılan "Mann Whitney U" sonuçları aşağıda verilmiştir.

Tablo 4: Uygulama Sonrası Kadınların Özsayıgı Düzeyi

Grup	n	\bar{X}	Sd	En Düşük	En Yüksek	Z	p
Deney	16	75	7,52	64	88	4,113	,000
Kontrol	15	56,5	9,78	40	72		

Tablo 4 incelendiğinde uygulama sonrası deney ve kontrol grubunun özsayıgı öntest puanlarının ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olduğu görülmektedir ($p< 0.05$)

Bu durum, uygulamadan sonra özsayıgı düzeylerinin deney grubu lehine farklı olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla birinci denence gerçekleştirilmiştir.

2. Denenceye İlişkin Bulgular: İkinci denence, yaratıcı drama uygulamasına katılan kadınların özsayıgı düzeyindeki artış anlamlı olacak, yaratıcı drama uygulamasına katılmayan kadınların özsayıgı

düzeyindeki değişim ise anlamlı olmayacaktır şeklinde ifade edilmiştir. İkinci denenceyi test etmek için nonparametrik test olan Wilcoxon testinden yararlanarak grup içi istatistiksel analizler yapılmıştır.

Tablo 5: Uygulama Öncesi ve Sonrası Kadınların Özsayı Düzeyinde Meydana Gelen Değişimin Karşılaştırılması

Grup	Sayı	Ön test \bar{X}	Son test \bar{X}	Sd	z	p
Deney	16	60,5	75	8,74	6,630	0,00
Kontrol	15	53,3	56,5	8,44	1,468	,164

Tablo 5 incelendiğinde deney grubunun deney öncesi ve deney sonrası öntest ve sontest toplam özsayı puanları arasında 0.05 düzeyinde anlamlı bir farkın olduğu görülmektedir. Kontrol grubunda deney öncesi ve deney sonrası öntest ve sontest toplam özsayı puanları arasında 0.05 düzeyinde anlamlı bir farkın olmadığı görülmektedir.

Bu sonuçlar, deney grubunda bulunan kadınların uygulama sonrasında özsayı düzeylerinin arttığını, kontrol grubunda bulunan kadınların özsayı düzeyinde bir değişikliğin meydana gelmediğini göstermektedir. Dalayısıyla ikinci deneye de gerçekleştirilmiştir.

3. Denenceye İlişkin Bulgular: Yapılan uygulamanın etkisinin uzun süreli olup olmadığını anlamak için izleme çalışması yapılmıştır. Bunun için üçüncü denence yaratıcı drama uygulamasına katılan kadınların özsayı düzeyindeki artış uzun süreli olacak şekilde ifade edilmiştir. İzleme çalışması sonrasında deney ve kontrol gruplarındaki kadınların özsayı düzeylerini karşılaştırmak için Mann Whitney U testi uygulanmıştır. Ön test, son test ve izleme çalışmasını karşılaştırmada üç ölçüm olduğu için de Friedman testi yapılmıştır. Bundan dolayı anlamlılık düzeyi 0.17 olarak alınmıştır.

Tablo 6: İzleme Sonrası Kadınların Özsayı Düzeyi

Grup	n	\bar{X}	Sd	En Düşük	En Yüksek	Z	p
Deney	14	71,6	7,92	56	84	-2,914	,004
Kontrol	13	60,6	8,46	48	76		

Tablo 6 incelendiğinde izleme çalışmasında deney ve kontrol grubunun özsayı öntest puanlarının ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olduğu görülmektedir ($p < 0.05$).

Bu durum, deney ve kontrol gruplarının izleme çalışmasından sonra da özsaygı düzeylerinin deney grubu lehine farklı olduğunu göstermektedir.

Tablo 7: İzleme Sonrası Kadınların Özsaygı Düzeyinde Meydana Gelen Değişimin Karşılaştırılması

Grup	Sayı	Ön \bar{X}	Son \bar{X}	İzlem \bar{X}	Ön ↔ İzleme		Son ↔ İzleme	
					z	p	z	p
Deney	14	60,8	75,4	71,6	-2,632	,008	-2,013	,044
Kontrol	13	53,8	56,9	60,6	-2,971	,003	-2,177	,029

Tablo 7 incelendiğinde deney grubunun öntest ve izleme sonrası toplam özsaygı puanları arasında .017 düzeyinde anlamlı bir farkın olduğu görülmektedir. İzleme çalışması sonrası ile sontest sonrası toplam özsaygı puanları arasında .017 düzeyinde anlamlı bir farkın olmadığı görülmektedir. Bu durum kadınların sonteste kazandıkları özsaygı düzeylerini koruduklarını göstermektedir.

Tablo 7'e bakıldığında kontrol grubunun da öntest ve izleme sonrası toplam özsaygı puanları arasında .017 düzeyinde anlamlı bir farkın olduğu görülmektedir. İzleme çalışması sonrası ile sontest sonrası toplam özsaygı puanları arasında .017 düzeyinde anlamlı bir farkın olmadığı görülmektedir. Ancak kontrol grubunda özsaygı puanlarında öntestten, izleme çalışmasına doğru bir artış eğilimin olduğu gözlenmektedir. Kontrol grubunda bulunan kadınların özsaygı puanlarının yükselmesi birkaç nedene bağlanabilir. Birinci olarak üç kez aynı sorularla karşılaşan kadınların sorulara alıştıkları ve daha olumlu olan seceneği seçmek istemleri olabilir. İkinci olarak, kendi üzerlerinde bir araştırma yapılmasından dolayı sorulara karşı olumlu bir tutum takınmaları şeklinde yorumlanabilir.

Bu sonuçlara göre araştırmanın üçüncü denencesindeki "yaratıcı drama uygulamasına katılan kadınların özsaygı düzeyindeki artış uzun süreli olacak" kısmı kabul edilmiş, "yaratıcı drama uygulamasına katılmayan kadınların özsaygı düzeyindeki değişim anlamlı olmayacak" kısmı kabul edilmemiştir.

Genel olarak deney grubunda bulunan kadınların özsaygı düzeyi, son test ve izleme çalışmasında, ön testlere göre yüksektir. Bu yüksekliğin yaratıcı drama yöntemiyle yapılan uygulamadan kaynaklandığı söylenebilir. Başka bir anlatımla, uygulanan yaratıcı drama programı kadınların özsaygı düzeyinde anlamlı bir artışa neden olmakta ve bu artış da kalıcı olmaktadır.

Program sürecinin son oturumundaki değerlendirme aşamasında kadınlar, kendilerini daha iyi kabul edebilir hale geldiklerini, duygularını tanımlayıp ifade edebildiklerini, daha kolay iletişim kurduklarını belirtmişlerdir. Bu nedenlerle programın, kadınlara kendilerini ve ilişkilerini değerlendirmede yeni bir boyut kazandırdı düşünülmektedir.

- Bir kadının önce kendine güvenip, hiç kimseye bağlı olarak kalmaması gerekir.
- Her şekilde kendimi savunmak. Kadınların da hakkı olduğunu öğrendim.
- Devam, yılmamak!
- Toplumda bir kadın olarak hakkımı savunabilmek.
- Kendimi burada çok iyi hissettim.
- Kadınların evde işte ve dışarıdaki haklarını öğrenip, nasıl yararlanacaklarını öğrenmeleri gerekir.

Kendini başarılı görmek özsaygıyı artırıcı bir nedendir.

Bir katılımcı “Kanseri yenmeyi başardım” diyerek kendini başarılı görmektedir.

Bir katılımcı “28 yaşında eşim rahmetli oldu iki çocukla kaldım. Çocuklarıma annelik babalık yaptım, çocuklarım çok uyumlu, toplumda kariyeri çok iyi ben de bu durumda mutluyum. 15 yıl çalıştım. Hiçbir şeyimiz yoktu, ev aldık, araba aldık, eşyalarımızı aldık, daha iyi şartlarda yaşıyoruz” diyerek kendini başarılı görmektedir.

Kişinin kendisi hakkında güçlü yanlarını görmesi ve olumlu geri bildirim vermesi onun özsaygısını artırıcı özelliğe sahiptir. Aşağıda “peçete” etkinliğinden örnekler verilmiştir.

- Gezmeyi severim, mutluyum, sevecenim, gülerim, eşimi seviyorum, yaşamayı seviyorum, çocuklarımı seviyorum, güler yüzlüyüm” gibi kendisi hakkında olumlu geri bildirimlerde bulunmuşlardır.

Aşağıda son oturumda kadınların ifadelerinden örnekler verilmiştir.

- Buraya gelmeden önce hiç gülmüyordum. Buraya geldikten sonra mutlu olmayı gülmeyi öğrendim.
- Sürekli evde oturuyordum. Kimseyle, komşularıyla da görüşmüyordum. Buraya gelerek insanlar ile iletişim kurmayı öğrendim.
- Yeni arkadaşlar edindim.

- Eviden uzaklaşıyorum. Burada rahatlıyorum.
- Bütün sıkıntıları unutup rahatladım. Çok güzel zaman geçirdim.
- Normalde çok mutsuzum. Bu çalışmanın kendimi tanımak geliştirmek için olumlu yönde etkiledi.
- Kendime güvenim geldi.

TARTIŞMA

Bu araştırma bulguları drama yönteminin kadınların özsaygı düzeyini geliştirmede etkili olduğunu ortaya koymuştur. Drama yönteminin kadınların özsaygı düzeyine etkisi incelenmesi konusunda literatürde başka bir araştırmaya rastlanamamış daha çok çocuk ve ergen gruplar üzerinde özsaygı geliştirme çalışmaları yapılmıştır. Kadınlarla yapılan bu çalışmanın bulgusu, Paksoy'un (2008) Lise 10. sınıf öğrencileriyle yaptığı çalışmada, sürece dayalı drama tekniklerinin kullanılmasının özsaygı ve konuşma becerilerinin geliştirilmesinde önemli bir ölçüde farklılıklar gösterdiği, Buege'nun yaratıcı dramının (1993) dördüncü sınıf katılımcıların özsaygılarını güçlendirdiğini, Huntsma'ın (1982) (Akt. Duran ve Tezer, 2005) üniversite öğrenci katılımcılarının özgüvenlerini arttırdıkları, Rowland'ın (2002) sınıf ortamı dışında sosyal yönden sıkıntı yaşayan çocuklarla yapılan drama çalışmalarının, çocukların kendilerine saygı ve benlik kavramlarını güçlendirdiğini, Taşkiran'ın (2005) ilköğretim dördüncü sınıf öğrencilerinin benlik kavramları üzerinde gelişimi üzerinde olumlu etkisi olduğu bulgularını desteklemektedir.

Yassa (1999) yaratıcı drama çalışmalarına katılan öğrencilerin sosyal etkileşim becerilerinde, özsaygı ve kendine olan güvenlerinde belirgin bir artış bulmuştur. Hedahl (1980) yaratıcı dramının, 5 ve 6. sınıf öğrencilerinin kendilik kavramlarının geliştirilmesinde önemli bir araç olduğu saptamıştır. Jupp ve Griffiths'in (1990) utanan ve sosyal yönden izole edilmiş ergenlerde benlik kavramını geliştirmek için yaptığı çalışmada, psikodramatik rol oynama tekniği sayesinde benlik kavramında olumlu değişimler görülmüştür (Akt; Öksüz,1997).

Yaratıcı drama yöntemiyle özsaygı geliştirme programına katılan kadınların özsaygı düzeylerinde görülen olumlu değişikliğin, özsaygı geliştirme programının içeriğinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Programa katılan kadınlar kendini ifade etme, karşılıklı kabul, duyguların tanıma ve ifade etme, olumlu özsaygı ve kendine değer verme, amaçların belirleme ve sorumluluk alma, girişken olma

deneyimlerini yaşamışlardır. Payne ve Dunn'a göre de rehberlik, gruplar, olumlu akran ilişkileri, özsaygı ve kendini ifade etme deneyimi sağlamaktadır. Özsaygıyı arttırmanın en iyi yolu diğerleri (sosyal çevre, aile, akran vb.) ile sıcak ve kabul edici ilişkiye girmektir (Akt; Burns 1982). Literatürde de vurgulandığı gibi iletişim becerilerinin artması ve dolayısıyla bireylerin çevreleri ile ilişkilerinin gelişmesi onların özsaygılarını olumlu yönde etkilemiş olabilir. Ayrıca bir gruba katılmak ve eğitim almak kadınların kendilerini daha iyi hissetmelerine yol açmış olabilir.

SONUÇ ve ÖNERİLER

Kadınların özsaygı düzeyini geliştirmede yaratıcı dramın etkililiğini belirlemek amacıyla yapılan bu araştırmada, hazırlanan yaratıcı drama programının, grup oturumlarına katılan kadınların özsaygı düzeyini geliştirmede etkili olduğu ve bu etkinin uzun süre devam ettiği belirlenmiştir.

Araştırmada elde edilen bulgular doğrultusunda aşağıda bazı önerilere yer verilmiştir;

Kadınlara yapılacak özsaygı geliştirme çalışmalarının daha etkili olabilmesi için uzun süreli çalışmaların yapılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

Eğitim programının uygulandığı grubun sayısı araştırmalarda ve yaratıcı drama çalışmalarında önem taşımaktadır. Yaratıcı drama çalışmalarının daha sağlıklı bir şekilde sürdürülebilmesi, grup içindeki etkileşimin daha fazla olabilmesi ve gruptan ayrılmalar nedeniyle yaşanan olumsuzluklardan daha az etkilenilmesi amacıyla üye sayısına ve devam durumlarına özen gösterilmelidir.

Sosyal hizmet sunan kurumlarda yaratıcı drama kullanılması bireylerin bireysel olarak kendilerini geliştirmelerinde yararlanılacak önemli ve çok etkili bir eğitim yöntemidir. Bunun için toplum merkezlerinde yaratıcı drama çalışmalarına daha çok yer verilmelidir. Yaratıcı drama yöntemiyle eğitimlere daha çok kadının katılabileceği, toplum merkezlerinde çalışan meslek elemanları tarafından da göz önünde tutulmalıdır.

KAYNAKLAR

- Adıgüzel, H. Ö. (2006). Yaratıcı drama kavramı, bileşenleri ve aşamaları. *Yaratıcı Drama Dergisi*, 1, 17–31.
- Aktaş M. A.(1997). Aile içi şiddet ve önleme yolları. Ankara: Songür Yayıncılık.
- Anonim (1997). Mor Çatı Kolektifi. Geleceğim elimde. İstanbul: Mor Çatı Yayınları.
- Aydın, B. ve Kavuncu, A. N. (1991). Farklı sosyo-ekonomik düzeylerdeki lise öğrencilerinde cinsiyet rollerinin araştırılması. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 1 (2), 23–39.
- Balci, T. (1999). Yetiştirme yurdu ile ailesi yanında kalan öğrencilerin kişisel ve sosyal uyum düzeylerinin okul başarılarına etkisi. Yüksek Lisans Tezi (Basılmamış), Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Samsun.
- Balkır, A. (1989). Kadınların kendini algılaması. Yüksek Lisans Tezi (Basılmamış), Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitimde Psikolojik Hizmetler Ana Bilim Dalı, Ankara.
- Burns, R. B. (1982). *Self concept development and education*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Clay,D., Vignoles, V.L. and Dittmar, H. (2005). Body image and self-esteem among adolescent girls: testing the influence of sociocultural factors. *Journal Of Research On Adolescence*, 15 (4), 451–477.
- Coopersmith, S. (1986). *Self-esteem inventories*. Palo Alto: California.
- Culp, R, E., Culp, A.M., Soulis, J. and Letts, D. (1989). Self-esteem and depression in abusive, neglecting, and nonmaltreating mothers. *Infant. Mental Health Journal*, 10 (4).
- Damarlı, Ö. (2006). Ergenlerde toplumsal cinsiyet rolleri, bağlanma stilleri ve benlik-kavramı arasındaki ilişkiler. Yüksek Lisans Tezi (Basılmamış), Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji (Sosyal Psikoloji) Anabilim Dalı, Ankara.

- Duran, N.O. ve Tezer, E. (2005). Sanat benlik kavramı ölçeği'nin geçerliliği ve güvenilirliği üzerine bir çalışma. *Türk Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Dergisi*, 3 (23), 47–55.
- Duyan, V. (2007). *Gruplarla Sosyal Hizmet: Grup Çalışmasının Engelli Çocuğa Sahip Annelerin Benlik Saygısı ve Yalnızlık Düzeyine Etkisi*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Yayınları.
- Erim, B. (2001). Yetiştirme yurtlarında ve aileleri yanında yaşayan ergenlerin, özsaygı, depresyon ve yalnızlık düzeyleri ile sosyal destek sistemleri açısından karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi. (Basılmamış), Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, Ankara.
- Ferguson, A. (1989). A feminist aspect theory of the self. (Çeviren: Ayşe Durakbaşa). (Derleyenler: Ann Garry-Marilyn Pearsall) *Women Knowledge And Reality*, Unwin Hyman: London.
- Freeman, G., Sullivan, K. and Fulton, C.R.(2002). Effects of creative drama on self-concept, social skills, and problem behavior. *The Journal of Educational Reserch*, 96 (3), 131–13.
- Gezici, M. (2002). Çalışan kadınların ve ev kadınlarının benlik-algısı benlik-kurgusu ve merkezi kimlik tanımı açısından karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi (Basılmamış), Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Gökdoğan, A. (1996). Çalışan ve çalışmayan kadınların benlik saygılarının karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi (Basılmamış) Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Elazığ.
- Kaner, S. (1991). Gerçeklik terapisinin ve psikodramanın antisosyal davranış gösteren gençlerin benlik algıları ve empati düzeylerine etkisi. Doktora Tezi (Basılmamış), Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Korabik, K. (1997). Applied gender issues. (Derleyenler: S. W. Sadava ve D. R. McCreary) *Applied Social Psychology*. 292-309.Nj: Prentice Hall.
- Muslu, L. (2001). Kırsal bölgede eşleri tarafından fiziksel şiddet gören ve görmeyen kadınların özsaygı düzeylerinin belirlenmesi. Yüksek Lisans Tezi (Basılmamış), Pamukkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Halk Sağlığı Hemşireliği Anabilim Dalı, Denizli.

- Özdağ, Ş.(1999). Psikodrama gruplarının hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinin özsaygı atılgan davranış empatik eğilim ve empati becerisi üzerine etkisi. Yüksek Lisans Tezi (Basılmamış), Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Psikiyatri Hemşireliği Programı, Ankara.
- Paksoy, E. (2008). The effects of process drama on enhancement of self-esteem and oral skills in english language classroom. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana
- Pişkin, M. (1999). Özsaygıyı geliştirme eğitimi. Yıldız Kuzgun (Edt.). İlköğretimde Rehberlik. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Rowland, G. (2002). Every child needs self esteem: creative drama builds self confidence through self expression. A Project Demonstrating Excellence Submitted to the Union Institute.
- Sanford, L. ve Donovan, M.E. (1999). Kadınlar ve özsaygı. (Çeviren: Semra Kurt) Ankara: HYB Yayıncılık
- Scheffer, T.S. and Naus, P.J. (1999). The relationship between fatherly affirmation and a woman's self-esteem, fear of intimacy, comfort with womanhood and comfort with sexuality. The Canadian Journal of Human Sexuality, 8 (1), 87–103
- Schiff, E A. and Koopman, J. (1978). The relationship of women's sex-role identity to self-esteem and ego development. Published as a separate. The Journal Of Psychology, 98, 299–305.
- Sezer, S. (2001). Özsaygı düzeyi geliştirme programının ilköğretim okulu 6 ve 7. Sınıf öğrencilerinin özsaygı düzeylerine etkisi. Yüksek Lisans Tezi (Basılmamış), Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Anabilim Dalı, Ankara.
- Spence, J. T., Helmreich, R., & Stapp, J. (1974). The personal attributes questionnaire: a measure of sex role stereotypes and masculinity-femininity. Journal Supplement Abstract Service Catalog Of Selected Documents In Psychology, 4, 43. (Ms. No. 617)
- Taşkıran, S. (2005). Drama yöntemi ile ilköğretim dördüncü sınıf sosyal bilgiler dersinin işlenişinin öğrenme ve öğrencilerin benlik kavramına etkisi yönünden değerlendirilmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Terzioğlu, E.A. (2000). Türk folkloru içinde halk oyunları oynayanların psiko- sosyal özellikleri ve oyunlarının Őahsiyet gelişimine etkisi. İstanbul: Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları:3392 Araştırma- İnceleme Dizisi: 86

Yassa, N.A. (1999). High school involvement in creative drama. Research in Drama Education. 4, (1), 37- 49.