

Grup Psikoeğitimi

Prof. Dr. Asım IVITCI

3. Baskı





Prof. Dr. Asım ÇİVİTÇİ

GRUP PSİKOEĞİTİMİ

ISBN 978-605-241-508-5
DOI 10.14527/9786052415085

Kitap içeriğinin tüm sorumluluğu yazarlarına aittir.

© 2020, PEGEM AKADEMİ

Bu kitabın basım, yayım ve satış hakları Pegem Akademi Yay. Eğt. Dan. Hizm. Tic. A.Ş.ye aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri, kapak tasarımı; mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kayıt ya da başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz. Bu kitap T.C. Kültür ve Turizm Bakanlığı bandrolü ile satılmaktadır. Okuyucularımızın bandrolü olmayan kitaplar hakkında yayınevimize bilgi vermesini ve bandrolsüz yayınları satın almamasını diliyoruz.

Pegem Akademi Yayıncılık, 1998 yılından bugüne uluslararası düzeyde düzenli faaliyet yürüten **uluslararası akademik bir yayınev**idir. Yayımladığı kitaplar; Yükseköğretim Kurulunca tanınan yükseköğretim kurumlarının kataloglarında yer almaktadır. Dünyadaki en büyük çevrimiçi kamu erişim kataloğu olan **WorldCat** ve ayrıca Türkiye’de kurulan **Turcademy.com** tarafından yayınları taranmaktadır, indekslenmektedir. Aynı alanda farklı yazarlara ait 1000’in üzerinde yayını bulunmaktadır. Pegem Akademi Yayınları ile ilgili detaylı bilgilere <http://pegem.net> adresinden ulaşılabilmektedir.

1. Baskı: Aralık 2018, Ankara

3. Baskı: Kasım 2020, Ankara

Yayın-Proje: Özge Yüksek

Dizgi-Grafik Tasarım: Tuğba Kaplan

Kapak Tasarım: Pegem Akademi

Baskı: Vadi Grup Basım A.Ş.

İvedik Organize Sanayi 28. Cadde 2284 Sokak No:105

Yenimahalle/ANKARA

Tel: (0312) 394 55 91

Yayıncı Sertifika No: 36306

Matbaa Sertifika No: 26687

İletişim

Karanfil 2 Sokak No: 45 Kızılay/ANKARA

Yayınevi: 0312 430 67 50 - 430 67 51

Dağıtım: 0312 434 54 24 - 434 54 08

Hazırlık Kursları: 0312 419 05 60

İnternet: www.pegem.net

E-ileti: pegem@pegem.net

WhatsApp Hattı: 0538 594 92 40

Asım IVITCI

1970 yılında Antalya-Korkuteli'de doğdu.

Doktora (2003), yüksek lisans (1998) ve lisans (1991) eğitimini Gazi Üniversitesi'nde Psikolojik Danışma ve Rehberlik alanında tamamladı.

Millî Eğitim Bakanlığı bünyesinde Isparta Gülkent Lisesi ile Bartın ve Ankara-Yenimahalle rehberlik ve araştırma merkezlerinde psikolojik danışman; Eğitimi Araştırma ve Geliştirme Dairesi'nde araştırmacı olarak çalıştı. Özel Eğitim Rehberlik ve Danışma Hizmetleri Genel Müdürlüğü'nde lise sınıf rehberlik programı hazırlama komisyonunda görev yaptı.

Süleyman Demirel Üniversitesi ve İnönü Üniversitesi'nde öğretim görevlisi ve yardımcı doçent olarak çalıştı.

Amerika Birleşik Devletleri'nde Kuzey Carolina Üniversitesi-Greensboro (UNCG) Psikolojik Danışma bölümünde misafir öğretim üyesi olarak bulundu.

2011 yılında doçent ve 2017'de profesör unvanı aldı.

Halen Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı'nda öğretim üyeliği yapan Dr. Çivitci, evli ve bir çocuk babasıdır.

ÖN SÖZ

Yaklaşık 20 yıl önce Türkiye’de psikolojik danışma ve rehberlik (PDR) alanında grup rehberliğine ilişkin ilk etkinlik kitapları yayınlandığında (ki o dönemde psikoeğitim kavramı henüz gündeme gelmemiştir), bu etkinliklerin kimler tarafından nasıl yürütüleceği pek açık değildi. Sözgelimi, etkinlikler arasında uzmanlık gerektirmeyenleri okullarda sınıf rehberlik saatlerinde öğretmenlerin de uygulayabileceği belirtiliyordu ama, öğretmenlerin grup yönetme “ehliyetlerinin” olup olmadığı ve hangi etkinliğin uzmanlık gerektirdiği konusu epey tartışmalıydı (ve hâlâ tartışmalıdır). Bir grup çalışmasını veya etkinliğini uygulamak için uzmanlık zorunlu ise bu uzmanlığın karşılığı olan eğitimin ne olduğu sorusu da (lisans/lisansüstü, sertifika vs.) kendi içinde bir tartışma döngüsü oluşturmaktadır. Bu duruma bir de PDR’de “alan dışı atamalar” gibi “kronik” ve “farklı alanlardan mezun olanlara tezsiz yüksek lisans eğitimi verilmesi” gibi “yeni nesil” sorunlar eklenince, uygulayıcıların yetkinliği konusu etik ve profesyonel açıdan daha da karmaşık ve içinden çıkılmaz bir hâl almaktadır. Ayrıca grup etkinliklerindeki uygulayıcı yeterliliğinin belirsiz olmasında, hem verimli ders çalışma yöntemleri hakkında bilgi vermenin (bilişsel/bilgi) hem de öfke kontrolü eğitiminin (duyuşsal/beceri) grup rehberliği olarak adlandırılması örneğinde görüldüğü üzere, grup rehberliğinin kapsayıcılığı ve geniş “repertuarının” da rol oynadığı söylenebilir. Günümüzde grup rehberliği kavramının, içeriği ve uygulayıcıları bu denli farklı olan grup uygulamalarını tek başına “taşıyabilmesi” pek mümkün görünmemektedir. Akademik kitaplarda, tezlerde, makalelerde, derslerde ve uygulamalarda sıklıkla adı geçen ve artık ayrı bir grup türü olarak tanımlanan grup psikoeğitiminin içerik, uygulama ve uygulayıcı yeterliliği bakımından farklılıklarının vurgulanarak grup rehberliğinden ayrışmasına ihtiyaç bulunmaktadır. Bu durum, grup rehberliğinin kavramsal “yükünü” azaltabileceği gibi, uygulayıcıların uzmanlığı, yetkinliği, eğitimi vb. konuların berraklaşmasına da yardımcı olabilir.

Ülkemizde grup psikoeğitimi ve grup rehberliği programlarının nasıl hazırlanacağı ve uygulanacağı konusunda, çeviri birkaç kitabın dışında bir Türkçe başvuru kitabı bulunmamaktadır. Kuşkusuz bu çeviri kitapların bilgilendirici ve yol gösterici özellikleri göz ardı edilemez. Ancak, grup rehberliği ve grup psikoeğitiminin farklılığına değinmemeleri, “yapılandırılmış program” vurgusunu yeterince yansıtmamaları ve (doğal olarak) ülkemizdeki uygulamalara ilişkin bir bakış açısı sunmamaları birer sınırlılık olarak değerlendirilebilir. Hatta bazılarında yapılandırılmış programa dayalı grupların “grupla psikolojik danışma” olarak nitelendirilmesi, grup türleri arasındaki ayrıma ilişkin “kafa karışıklığını” daha da arttırmaktadır. Dolayısıyla, bu konuların grup psikoeğitimi kavramı etrafında ele

alındığı bir Türkçe kaynağa ihtiyaç olduğu düşünülerek kitabın yazılmasına karar verilmiştir.

Genel olarak bir ihtiyacı karşılama çabasının ürünü olan bu eser, kişisel olarak da 2002 yılında doktora tezi kapsamında uyguladığım akılcı duygusal eğitim ile başlayan; PDR lisans/lisansüstü derslerinde hazırlanması ve/veya uygulanmasına danışmanlık yaptığım pek çok grup psikoeğitimi ve grup rehberliği çalışmaları ile devam eden öğrenme ve öğretme deneyimlerimin bir uzantısıdır. Üç bölüm, 16 ana konu ve 70 alt konudan oluşan kitabın, hem grup psikoeğitime ilişkin kavramsal bir bakış sunması hem de psikoeğitim programlarının hazırlanması ve uygulanmasında bir “kılavuz” işlevi görmesi amaçlanmaktadır. Bu çalışmanın grup psikoeğitimi konusunda Türkçe yazılmış ilk kitap olarak bir “buz kırıcı” niteliği taşıyacağı ve ülkemizde bu konuda yapılacak çalışmalar için kayda değer bir referans olacağı ümit edilmektedir. Elbette kitabın eksikleri veya sınırlılıkları olabilir; akademik çalışmaların doğası gereği meslektaşlarımdan ve öğrencilerimden gelecek geribildirimlerin içeriğin geliştirilmesine katkıda bulunacağına inanıyorum.

Fikir aşamasında kitabı iki yıl içinde bitirebileceğimi umuyordum, ancak öyle olmadı; bu çalışmayı öngörümün çok ötesinde, uzun dönemli kesintilerle birlikte yaklaşık beş yıllık bir sürenin sonunda tamamlayabildim. Kuşkusuz kitabın yazılması sürecinde doğrudan veya dolaylı olarak desteğini aldığım/hissettiğim kişiler bulunmaktadır. Değerli arkadaşlarım ve meslektaşlarım Doç.Dr. Baki Duy ve Prof. Dr. Zeynep Hamamcı'nın ara ara kitabın ne zaman biteceğini sorarak üzerimde oluşturdukları “akademik baskının” da bu sürenin daha fazla uzamamasında teşvik edici bir rolü olmuştur; ilgilerinden dolayı kendilerine teşekkür ederim. Değerli hocam Prof.Dr. Serdar Erkan ile bazı kavramlara ilişkin e-posta üzerinden yaptığımız yazışmaların da benim açımdan “zihin açıcı” olduğunu söylemeliyim; bunun için kendisine teşekkürlerimi sunarım. Son olarak, kitabın yazılması ve gözden geçirilmesi aşamalarında görüş ve önerileriyle katkı veren, destek olan eşim Prof.Dr. Nazmiye Çivitci'ye ve kendi çalışkanlığına rağmen bu süreçte beni “evin en çalışkanı” seçerek motive eden kızım Selen'e sonsuz teşekkür ederim.

Asım Çivitci

Ağustos 2018, Denizli

İÇİNDEKİLER

Ön Söz..... v

1. BÖLÜM

BİR GRUP TÜRÜ OLARAK GRUP PSİKOEĞİTİMİ

1. PSİKOEĞİTİM KAVRAMI	1
2. GRUP PSİKOEĞİTİMİNİN DİĞER GRUP TÜRLERİ ARASINDAKİ YERİ.....	3
Görev/İş Grupları.....	4
Grupla Psikolojik Danışma.....	5
Grup Psikoterapisi.....	6
Grup Psiko eğitimi (Psiko eğitim Grubu).....	7
Grup Psiko eğitimi ile İlişkili Diğer Grup Çeşitleri	8
3. GRUP REHBERLİĞİ VE GRUP PSİKOEĞİTİMİ.....	11
Uygulayıcı Yeterliliği Bakımından Grup Rehberliği ve Grup Psiko eğitimi.....	12
Kapsamı ve Özellikleri Bakımından Grup Rehberliği ve Grup Psiko eğitimi	16
4. GRUP PSİKOEĞİTİMİNİN ÖZELLİKLERİ.....	20
İçerik ve Hedef Kitle	20
Uygulayıcılar	20
Grubun Homojenliği	21
Grubun Açık ya da Kapalı Olması	22
Grubun Büyüklüğü	23
Oturum Sayısı.....	23
Oturum Süresi	24
Oturum Aralığı.....	25

2. BÖLÜM

GRUP PSİKOEĞİTİM PROGRAMININ HAZIRLANMASI

5. GRUP PSİKOEĞİTİM PROGRAMININ KONUSU, GENEL AMACI VE HEDEF KİTLESİNİN BELİRLENMESİ	27
6. GRUP PSİKOEĞİTİM PROGRAMININ GEREKÇESİ VE ÖNEMİNİN BELİRTİLMESİ	30
7. GRUP PSİKOEĞİTİM PROGRAMINDA AMAÇLARIN BELİRLENMESİ	32
Programın Genel Amacı	33
Program Amaçları.....	33
Oturum Amaçları.....	38

8. GRUP PSİKOEĞİTİM PROGRAMINDA İÇERİĞİN YAPILANDIRILMASI	40
Grup Psikoeğitim Programında İçeriğin Yapılandırılmasına İlişkin Bazı Temel Konular ve Öneriler	42
9. GRUP PSİKOEĞİTİMİNİN EVRELERİ	48
Başlangıç Evresi	49
Çalışma Evresi	50
Sonlandırma Evresi	51
10. GRUP PSİKOEĞİTİMİNDE OTURUM AŞAMALARI	54
Giriş Aşaması	54
İşlem Aşaması	58
Kapanış Aşaması	59
11. GRUP PSİKOEĞİTİMİNDE KULLANILABİLECEK BAZI TEKNİKLER.....	63
Öğretici Bilgiler Verilmesi	64
Örnek Olay.....	65
Rol Oynama	67
Modelden Öğrenme	71
Davranış Provası	74
Ev Ödevi	77
Geribildirim	82

3. BÖLÜM

PSİKOEĞİTİM GRUBUNUN OLUŞTURULMASI VE YÜRÜTÜLMESİ

12. GRUP ÜYELERİNİN BELİRLENMESİ	85
Grup Psikoeğitimi İçin Duyuru Hazırlanması ve Potansiyel Katılımcıların Taranması	85
Potansiyel Katılımcılarla Ön Görüşme Yapılması.....	88
Hazırlık Oturumu	92
Bilgilendirilmiş Onam	93
Reşit Olmayan Üyeler İçin Bilgilendirilmiş Onam.....	96
Potansiyel Katılımcılar Arasından Uygun Grup Üyelerinin Belirlenmesi	100
13. GRUP PSİKOEĞİTİMİNDE LİDERLİK	105
Grup Liderinin Özellikleri	105
Grup Liderlik Stilleri.....	108
Grup Liderlik Becerileri	109
Yardımcı Liderlik.....	117
Liderliğe Hazırlık	120

Grup Psikoëğitimi Uygulama Ortamının Düzenlenmesi.....	121
Grup Psikoëğitiminin Evrelerine Göre Liderin Rol ve İşlevleri	122
14. GRUPTA TERAPÖTİK FAKTÖRLER	131
Evrensellik	131
Başkalarını Düşünme	132
Model Alma	132
Bilgi Verme ve Rehberlik	132
Umut Aşılama	133
Sosyal Beceri Geliştirme	133
Kişilerarası Öğrenme	134
Grup Bütünlüğü	134
15. GRUP PSİKOEĞİTİMİNDE ÜYELERDE BAZI SORUNLU DAVRANIŞLAR ..	135
Tekelleştirme	136
İlgi Çekme	137
Dikkat Dağıtma	138
Düşük Katılım Gösterme ya da Hiç Katılmama	139
Sessiz Kalma	139
Gruplaşma (Klikleşme)	140
Geç Kalma ve Devamsızlık Yapma	141
Tartışma ve Kavga Etme	143
16. GRUP PSİKOEĞİTİMİNE İLİŞKİN ETİK VE PROFESYONEL KONULAR ..	144
Uygulayıcı Yeterliliği	145
Profesyonel Gelişim	146
Grup Üyelerinin Belirlenmesi ve Bilgilendirilmesi	146
Gizlilik	146
Gönüllü Katılım.....	147
Gruptan Ayrılma	148
Adil Davranma	148
Üyelerin Korunması.....	148
Üyeler Arasında Sosyalleşme.....	149
Değer Aktarımı.....	150
KAYNAKÇA	151

1. BÖLÜM

BİR GRUP TÜRÜ OLARAK GRUP PSİKOEĞİTİMİ

Bu bölümde yer alan başlıklar altında psikoeğitim kavramı tanıtılmış, grup psikoeğitiminin diğer grup türleri arasındaki yeri açıklanmış, grup rehberliği ve grup psikoeğitimi arasındaki benzerlik ve farklılıklar tartışılmış ve grup psikoeğitiminin özellikleri belirtilmiştir.

1. PSİKOEĞİTİM KAVRAMI

Psikoeğitim kavramı, 1970'lerde psikolojik yardımın işlevini sadece normal dışı davranışları tanılama, reçete yazma, terapi uygulama ve iyileştirme süreci olarak görmeyerek; danışanın şimdiki ve gelecekteki psikolojik problemlerini çözmesine ve yaşamından elde ettiği doyumunu arttırmasına yardımcı olabilecek kişisel ve kişilerarası becerilerin öğretilmesini vurgulayan ve danışanı "hastadan çok öğrenci" olarak gören bir hareketin sonucu olarak ortaya çıkmıştır (Authier, 1977). Bu yıllarda psikoeğitim, toplum ruh sağlığı hizmetlerinin nasıl gerçekleştirileceğine işaret eden yeni bir terim olarak kullanılmaya başlanmıştır (Brendtro, Fecser ve Nichols, 1999). Tanılama ve tedavi etme yönelimli tıbbi modelin önleyici ruh sağlığı hizmetlerinde yetersiz kalmasının ve gelişen toplum ruh sağlığı hareketinin, psikoeğitim modelinin benimsenmesinde önemli bir rol oynadığı belirtilmektedir. Bu nedenle, bireylere ihtiyaç duydukları psikolojik içeriğin ve bazı yaşam becerilerinin öğretilerek yaşayabilecekleri olası psiko-sosyal problemlerin önüne geçilmesini amaçlayan önleyicilik işlevi psikoeğitimde ön plana çıkmaktadır (Authier, 1977). Bu önleyici rolü psikoeğitimin toplum ruh sağlığı merkezlerinin dışında okullarda da gündeme gelmesini sağlamıştır. Böylece, okullarda çocuk ve ergenlerin duygusal ve sosyal gelişimlerini destekleyici ve yaşanabilecek güçlükleri önleyici nitelikte, yapılandırılmış psikoeğitim programları uygulanmaya başlanmıştır (Borgen ve Rudner, 1981).

Ruh sağlığı alanında eğitimin daha fazla vurgulandığı bu dönemde psikoeğitim kavramı, hastaların ve yakınlarının hastalığa ilişkin bilgilendirilmelerinin temel bir hak olarak görüldüğü bir anlayışı da içermeye başlamıştır. Bunun bir sonucu olarak 1970'lerin sonunda şizofreni hastaları ve ailelerine yönelik ilk psi-

ko eğitim uygulamaları gerçekleştirilmiştir. Bugüne gelindiğinde de psikoeğitimin hasta ve hasta yakınlarına yönelik bireysel, grup ve aile uygulamalarının olduğu görülmektedir. Alzheimer, şizofreni, depresyon, madde bağımlılığı, yeme bozukluğu, bipolar bozukluk, yıkıcı davranış bozukluğu, kanser ya da AIDS tanısı konulmuş hasta ve/veya hasta yakınları tedavi ve rehabilitasyonun bir parçası olarak çeşitli psikoeğitim çalışmalarına katılabilmektedirler (Walsh, 2010). Örneğin, psikiyatrik hastaların ailelerine yönelik olarak tanıyı kabul etmeleri, tedavi sürecine uyum sağlayabilmeleri ve destekleyici stratejileri öğrenebilmelerini kolaylaştırmak amacıyla psikoeğitim destek grupları düzenlenebilmektedir (Brown, 2011).

Günümüzde hem içeriği hem de uygulandığı ortam açısından kapsamı oldukça genişleyen psikoeğitim, başta okullar olmak üzere hastane, toplum ruh sağlığı merkezi, üniversite, yetiştirme yurdu, cezaevi, ıslahevi, kadın koruma evi vb. yerlerde yürütülebilmektedir (Brown; 2011; Walsh, 2010; Wood, Brendtro, Fecser ve Nichols, 1999). Genellikle bir grup çalışması olarak gerçekleştirilen psikoeğitimin içeriğini oluşturabilecek konulara ve farklı özellikleri bakımından psikoeğitimden yararlanabilecek katılımcılara şu örnekler verilebilir (Brown; 2011; Corey, Corey ve Corey, 2010; DeLucia-Waack, 2006; Furr, 2000; Nugent ve Jones, 2005; Walsh, 2010):

- ✓ Benlik saygısı
- ✓ Öfke kontrolü
- ✓ Stresle başa çıkma
- ✓ Sınav kaygısı
- ✓ Atılganlık/güvengencilik
- ✓ Sosyal beceriler
- ✓ Akran baskısı/zorbalık
- ✓ İletişim becerileri
- ✓ Arkadaşlık becerileri
- ✓ Aile ilişkileri
- ✓ Evliliğin iyileştirilmesi/
geliştirilmesi
- ✓ Ebeveynlik becerilerinin
geliştirilmesi
- ✓ Çatışma çözme
- ✓ Yas
- ✓ Travma
- ✓ Boşanma sonrası uyum
- ✓ Anne-babası boşanmış olan
çocuklar
- ✓ Özel eğitime gereksinimi olan
çocukların aileleri
- ✓ Bağımlılığı olan anne-babaların
çocukları
- ✓ Psikolojik rahatsızlığı olan
kişilerin aileleri
- ✓ Şiddet görmüş ya da cinsel tacize
uğramış kadınlar
- ✓ Alzheimer, kanser ya da AIDS
tanısı konulmuş hasta ve/veya
hasta yakınları

Psikoeğitim gruplarının etkililiği pek çok deneysel araştırmada incelenmiştir. Bu araştırmalara dayalı olarak gerçekleştirilen meta-analiz (Durlak ve Wells, 1997; Hoag ve Burlingame, 1997; Lipsey ve Wilson, 1993; Prout ve Prout, 1998) ve gözden geçirme (Gerrity ve DeLucia-Waack, 2007; Kulic, Horne ve Dagley, 2004) çalışmaları psikoeğitimin katılımcıların psiko-sosyal uyumları üzerindeki olumlu etkilerini ortaya koymaktadır.

Özetle *psikoeğitim*, davranış bozukluğu olan kişilere tanılama ve tedavi süreçlerinin dışında önleyici nitelikte bazı yaşam becerilerinin de kazandırılacağı yönündeki görüşlerin etkisiyle ortaya çıkan ve psikolojik yardımın eğitimsel, gelişimsel ve önleyici yönünü vurgulayan bir kavramdır. Başlangıçta hastane ve toplum ruh sağlığı merkezlerinde yürütülen psikoeğitim çalışmaları giderek okullarda da yaygınlaşmaya başlamış ve öğrencilerin psiko-sosyal gelişimlerini destekleyici uygulamalar olarak önem kazanmaya başlamıştır. Psikoeğitim grupları, çocuklardan yaşlılara; kaygı, öfke, stres, travma, benlik saygısı gibi kişisel/içsel konulardan çatışma çözme, sosyal beceriler, aile ilişkileri gibi kişilerarası konulara ve Alzheimer, kanser gibi hastalıkların tanısını almış hasta veya hasta yakınlarından fiziksel ya da cinsel tacize uğramış kadınlara kadar uzanan geniş bir konu ve katılımcı “repertuarına” sahiptir. Ayrıca deneysel araştırmaların da gösterdiği gibi, bu tür farklı konularda düzenlenmiş psikoeğitim grupları katılımcıların psiko-sosyal gelişimlerini ve uyum düzeylerini olumlu yönde etkilemektedir.

2. GRUP PSIKOEĞİTİMİNİN DİĞER GRUP TÜRLERİ ARASINDAKİ YERİ

Grup çalışması, bireylerin içsel, kişilerarası ya da iş hayatı ile ilişkili olabilen ortak amaçlarına ulaşmaları için bir dayanışma içinde bir araya gelmelerine yardım etmek amacıyla yürütülen, bilgi ve beceriye dayalı profesyonel bir uygulama olarak tanımlanmaktadır. Grup çalışmalarının iş ile ilgili görevleri başarma, eğitim, kişisel gelişim, kişisel ve kişilerarası problem çözme ya da ruhsal ve duygusal bozuklukları iyileştirmeyi içeren amaçlarının olabileceği belirtilmektedir (ASGW, 2000). Grup çalışmaları içerisinde grubun amacı, yapısı, liderin rolü ya da katılımcıların özellikleri gibi farklı ölçütlere göre tanımlanmış pek çok grup çeşidi bulunmaktadır. Bu kapsamda grupta psikolojik danışma, grup psikoterapisi, grup rehberliği, psikoeğitim grubu, etkileşim grubu, kişilerarası ilişkiler grubu, yapılandırılmış gruplar, işe yönelik gruplar, birey merkezli gruplar, maraton gruplar, eğitim grupları, kendine yardım grupları, destek grupları, konsültasyon grupları, farkındalık grupları, kişisel gelişim grupları, sosyal beceri ve yaşam becerileri grupları gibi çeşitli yardım grupları yer almaktadır (Corey ve ark., 2010; Gladding, 2008; Trotzer, 1999; Voltan Acar, 2009). Yardım gruplarının 1990’ların başlarına kadar daha çok

psikolojik danışma ya da psikoterapi açısından sınıflandırıldığı ve bu ikisi dışında kalan psikoeğitim gibi diğer grup türlerinde uygulama standartlarının oluşturulmadığı bildirilmektedir (Gladding, 2008). Bu amaçla, Grup Çalışması Uzmanları Derneği (The Association for Specialists in Group Work-ASGW)¹ tarafından 1989 yılında, ABD'deki psikolojik danışma eğitim programlarında uygulanan modeller, farklı eğitim uygulamaları ve bu yöndeki akademik tartışmalara dayalı olarak dört grup türü sınıflandırılmış ve bu grupları yürütecek uzmanlar için eğitim standartları belirlenmiştir. Bu standartlar da 2000 yılında küçük değişikliklerle revize edilmiştir (Ward, 2006). ASGW'nin grup çalışması adı altında tanımladığı grup türleri; *görev/iş grupları*, *grupla psikolojik danışma*, *grup psikoterapisi* ve *grup psikoeğitimidir*² (ASGW, 2000). Bu sınıflamanın pek çok uzman tarafından da benimsendiği (Örn., Capuzzi ve Gross, 2005; Corey, 2012; Gladding, 2008; Neukrug, 2003; Smead, 1995; Trotzer, 1999) ve grup türleri konusunda bir uzlaşımın olduğu görülmektedir.

Bu kısımda, dört grup türüyle ilgili açıklamalara yer verilmiş ve gruplar bazı genel özelliklerine göre karşılaştırılmıştır. Ayrıca, grup psikoeğitimi ile ilişkili olan diğer bazı grup çeşitleri hakkında bilgi verilmiştir.

Görev/iş Grupları

Görev/iş grupları, bir görevi ya da çalışmayı gerçekleştirmek için bir araya gelmiş bireylerin işlev ve performanslarını geliştirmeleri yönünde desteklenmesi amacıyla yürütülen gruplardır (Capuzzi ve Gross, 2005). Bu gruplarda, grup üyelerinin bir iş ya da görevde daha etkili performans sergileyebilmelerini ve verimliliklerini artırabilmelerini kolaylaştıracak bilgi ve beceriler kazanmaları sağlanmaktadır. Genellikle çalışanların ihtiyaçlarına göre yapılandırılan görev/iş gruplarında çalışma süreçleri, zaman yönetimi, takım çalışmasını yapılandırma, bir iş ya da görevin nasıl daha etkili yapılabileceği gibi konular ele alınmaktadır (Brown, 2011). Görev/iş grubu uzmanlarının bu grupları yürütebilmek için grup dinamiği, örgüt psikolojisi, örgütsel gelişim, yönetim ve konsültasyon, program geliştirme ve değerlendirme gibi konularda eğitilmiş olmaları beklenmektedir (ASGW, 2000; Capuzzi ve Gross, 2005).

Görev/iş gruplarında genellikle öğretici, kolaylaştırıcı ve destekleyici bir rolü bulunan (Brown, 2011) grup liderinin, iş ya da görevin bir an önce tamamlanması

- 1 Amerikan Psikolojik Danışma Birliği'ne (The American Counseling Association-ACA) bağlı bir uzmanlık derneğidir.
- 2 ASGW'nin 1989'da yaptığı ilk sınıflamada bu grup türü 'rehberlik/psikoeğitim grupları' olarak adlandırılmıştı. Grup rehberliği ve grup psikoeğitimi arasındaki farklılıklar bu bölümde ayrı bir başlık altında tartışılmıştır.

(içerik) yönündeki isteklerden çok, grup içindeki iş birliği ve dayanışmayı güçleştiren kişilerarası sorunlara ve sürece odaklanması daha önemli görülmektedir (Corey, 2012). Bireylerin sahip oldukları farklı sosyal norm ve değerlerin takım çalışmasının dinamiğini etkileyebileceği ve iletişim güçlüğü, iş doyumsuzluğu, motivasyon azlığı, verimliliğin düşmesi gibi sorunlara yol açabileceği belirtilmektedir. Görev/iş grubu uzmanı bu sorunları belirlemek ve analiz edebilmek için gerektiğinde takımın çalışma ortamına da girebilmektedir (Neukrug, 2003).

Görev/iş grupları daha çok yetişkinlerin çalışma yaşamlarına yönelik olmakla birlikte, bu gruplar okullarda öğrencilerin iş birliği yapmalarını gerektiren takım çalışmalarında başarı kazanmaları amacıyla da kullanılabilir (Brown, 2011; Smead, 1995; Van Velsor, 2009). Okul ortamındaki görev grupları, öğrencilerin (Örn. bir projede) birlikte çalışarak daha iyi öğrenmelerine; iş birliği, dayanışma, karşılıklı saygı gibi takım çalışmasında önemli olan bazı sosyal ve duygusal becerileri kazanmalarına ve tamamlanan bir görev sonrasında başarı duygusu elde ederek benlik saygılarının desteklenmesine yardımcı olabilmektedir (Van Velsor, 2009).

Grupla Psikolojik Danışma

Grupla psikolojik danışma, kendi yaşamlarını zorlaştırıcı problemler yaşayan “normal” bireylere yönelik yürütülen gruplardır (Trotzer, 1999). Hem önleyici hem de iyileştirici bir amaç taşıyan bu gruplar genellikle problem yönelimlidir ve grup üyeleri amaç ve içeriği büyük ölçüde kendileri belirlemektedirler (Corey, 2012). Üyelerin kişisel, kişilerarası, sosyal, gelişimsel, mesleki ve eğitimsel problemlerinin ele alınabildiği (Capuzzi ve Gross, 2005) bu gruplarda, üyeler kendilerini rahatsız eden sorunları paylaşıp tartışabilirler ve davranışsal amaçlarını belirleyerek yeni davranışlar ve sosyal beceriler kazanabilirler. Grupla psikolojik danışma sürecinde, grup üyelerinin yardım alıp vermeyi öğrenmeleri, diğer insanların bireysel farklılıklarını daha iyi anlamaları, kendilerini ve başkalarını kabul edebilmeleri, gizilgüçlerini fark etmeleri ve “bitirilmemiş iş”lerini tamamlamaları mümkündür (Voltan Acar, 2009).

Grupla psikolojik danışma daha çok bilinçli düşünce, duygu ve davranışların ele alındığı kişilerarası bir süreci içermektedir (Corey, 2012). Bu süreçte üyelerin empatik ve destekleyici tutumlarıyla birlikte grupta bir güven atmosferinin oluşması beklenmektedir. Grup üyelerinin birbirlerine güven duyabildikleri ve kendi içsel kaynaklarını keşfederek duygu, düşünce ve davranışlarını değerlendirebildikleri bu sosyal ortamda sağlıklı bir grup etkileşimi gelişmektedir (Corey, 2012; Trotzer, 1999). Bu etkileşim içindeki grup üyeleri, kişilerarası problemlerle başa