

# PSİKODRAMANIN PSİKOLOJİK DANIŞMANLARIN PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİNİ ALGILAMA DÜZEYLERİ ÜZERİNE ETKİSİ

## THE EFFECT OF PSYCHODRAMA ON THE PERCEPTIONS OF PROBLEM SOLVING SKILLS OF COUNSELORS

Zeynep HAMAMCI<sup>1</sup> Aysel ESEN ÇOBAN<sup>2</sup>

**ÖZET:** Bu çalışmada, psiko-drama grubuna katılmanın psikolojik danışmanların problem çözme beceri algı düzeyleri üzerindeki etkisi incelenmiştir. Çalışmaya Gaziantep Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı okullarda görev yapan 21 psikolojik danışman katılmıştır. Araştırmada çalışmaya gönüllü katılmak isteyen psikolojik danışmanlar, yansız örneklem yöntemi ile deney ve kontrol gruplarına ayrılmış, daha sonra deney ve kontrol gruplarına Problem Çözme Envanteri ön test olarak uygulanmıştır. Deney grubunda yer alan bireylerle, 10 oturumdan oluşan psiko-drama uygulaması gerçekleştirilmiştir. Bu süre içerisinde kontrol grubundaki bireylerle hiçbir işlem yürütülmemiştir. Uygulamaların bitiminden bir hafta ve altı ay sonra deney ve kontrol gruplarına aynı ölçme araçları tekrar uygulanmıştır. Deney ve kontrol gruplarından elde edilen verilerin analizinde tekrarlanmış ölçümler için kullanılan 2x 3 yönlü ANOVA kullanılmıştır. Analiz sonuçlarına göre psiko-drama grubuna katılan psikolojik danışmanların Problem Çözme Envanteri'nin değerlendirmeci yaklaşım alt boyutundaki problem çözme algılarında yükselme olduğu bulunmuştur ancak belirlenen bu değişimin izleme ölçümünde devam etmediği tespit edilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Problem çözme becerileri, psikolojik danışman ve psiko-drama

**ABSTRACT:** This study aims to examine the effect of attending a psychodrama group on the perceptions of the problem solving skills of counselors. 21 counselors who work at the state schools in Gaziantep have participated in the study. Firstly, counselors who volunteered to participate in the study were assigned to the experimental and control groups randomly. Then a Problem Solving Inventory was administered to both groups as a pre-test. A 10 session psychodrama application has been conducted with the participants in the experimental group while the control group received no treatment. The same measurement tools have been applied twice on both experimental and control groups: one week after the end of the first application and 6 months later. The data gathered have been analyzed by using 2X3 way ANOVA to examine the effectiveness of the treatment. The analysis of the data has indicated an increase in the perceptions of the problem solving skills of the counselors who attended the psychodrama group. However, this change has not been observed in follow-up measurement.

**Key Words:** Problem solving skills, counselor and psychodrama

## GİRİŞ

Giderek değişen ve karmaşıklaşan dünyada insanlar çeşitli problemlerle karşılaşmakta ve bu problemlerin çözümü için çeşitli yollar aramaktadır. Her insanın karşılaştığı bu problemlerin üstesinden gelmek için uygun çözüm yolları aramaya çalışması doğaldır ve bu durum insanın yaşamı boyunca sürmektedir (Taylan, 1990).

Problem çözme kavramı literatürde farklı şekillerde tanımlanmaktadır. D’Zurilla ve Nezu’ya (2001) göre problem çözme, günlük yaşamda karşılaşılan problemlerle başa çıkmanın etkili yollarını bulmayı içeren bilişsel, duyuşsal ve davranışsal bir süreçtir. Bir başka tanıma göre ise problem çözme, bir sorunu çözmek için önceki yaşantılar aracılığı ile öğrenilen kuralların basit bir biçimde uygulanmasının ötesine gidilerek, yeni çözüm yolları bulabilmektir (Korkut, 2002). Gerek günlük yaşantılarından, gerekse yaşam dönemlerinden kaynaklanan tüm bu problemlerin etkili bir biçimde çözülebilmesi için, kişinin uygun problem çözme becerilerine sahip olması gerekmektedir (Taylan, 1990).

Problem çözme becerisi, bireylerin problemlerine anlamlı çözümlerin bulunmasına yardımcı olan öğretilbilir bir beceridir (Conger, Rueter & Elder, 1999). Problem çözme becerisi, toplumda yaşayan herkesin sahip olması gereken önemli bir beceri olmakla birlikte, bazı meslek alanlarındaki bireyler için, özellikle de insana yardım mesleklerinde çalışan bireyler için daha önemli görülmektedir. Bu bağlamda, psikolojik danışmanların değişik yaşam sorunları olan bireylere etkili ve profesyonel bir yardım sunabilmeleri için problem çözme becerisine sahip olmaları gerekmektedir.

Literatürde ayrıca psikolojik danışmanların iş ortamlarına özgü pek çok problem durumu ile karşı karşıya kaldıkları vurgulanmaktadır (Doğan, 1998; Özer, 1998; Paksoy, 2003; Ross, Altmaier & Russel, 1989). Psikolojik danışmanlar iş ortamı dışında özel yaşamlarında da çözmeleri gereken problemlere sahip olabilirler. Psikolojik danışmanların, mesleki eğitimleri problem çözme beceri algılarının yükselmesine katkıda bulunsa da, (Gültekin, 2006) psikolojik danışmanlar, mesleki ya da özel yaşamlarında karşılaştıkları problemlerle nasıl başa çıkabilecekleri konusunda zaman zaman güçlükler yaşayabilmektedirler. Bu nedenle psikolojik danışmanların problem çözme becerilerine sahip olmaları, hem kişisel problemlerinin hem de danışanların problemlerinin çözümüne katkı sağlayabilir.

Literatürde bireylerin etkili problem çözme becerisine sahip olduklarında, psikolojik uyum düzeylerinin arttığı (Heppner & Anderson, 1985; Özgüven, Soykan, Haran & Gençöz, 2003), daha az durumluk ve sürekli kaygı (Nezu, 1985) ve stres yaşadıkları (Zurilla & Sheedy, 1991), depresyon düzeylerinin azaldığı (Eskin, Ertekin, Harlak, & Dereboy, 2008) daha çok mantıklı karar verme sıklığı kullandıkları (Güçray, 2001), umutsuzluk düzeylerinin düşük olduğu (Yazıcı, 2001) ve olumlu benlik kavramlarına (Heppner, Reeder & Larson, 1983; Ünüvar, 2003) sahip oldukları vurgulanmaktadır.

Bireylerin problem çözme becerilerini geliştirmeye yönelik çalışmalar, 1960’lı yıllarda başlamıştır. Bu tarihten itibaren yapılan çalışmalarda, bireylere problem çözme becerilerini geliştirmeye yönelik değişik müdahale programlarının uygulandığı görülmektedir. Ülkemizde ve yurtdışında yapılan araştırmalarda, bireylerin problem çözme becerisine yönelik algıları üzerinde, problem çözme eğitiminin (Heppner & Peterson, 1982; Özkök, 2005; Tallent, 1985), kişilerarası problem çözme programının (Ridley & Vaughn, 1982; Vaughn, Ridley & Bullock, 1984), grup rehberliği programının (Söylemez, 2002), Akılcı Duygusal Davranışçı Terapiye dayalı grupla danışmanın (Çapri & Gökçakan, 2008), iletişim becerisi eğitim programlarının (Çam, 1999), yaratıcı dramının (Dikici, Gündoğdu & Koç, 2003) ve problem çözme

terapilerinin (Arian, Peri, Nezu, Schein, Christopher & Joseph, 1993) etkililiğinin incelendiği görülmektedir.

Bireylerin problem çözme becerisine yönelik algılarını geliştirmeye yönelik bir diğer yaklaşım da psiko-drama uygulaması olabilir. Psiko-drama, danışanların yaşamlarındaki önemli olayları konuşmak yerine, eylemle ifade ettikleri bir psiko-terapi yöntemidir. Bir başka ifade ile yaşamın yeniden oynanmasıdır (Blatner, 2000). Psiko-drama, dramatik yöntemlerle gerçekliğin keşfedildiği bir bilimdir (Haskell, 1975). Psikodrama oturumlarında bireyler kendileri için önemli yaşantıları grup ortamında tekrar yaşamaktadır. Psiko-drama gruplarında bir takım olayların tekrar yaşanması, iyileştirici ve tedavi edici bir işleve sahiptir. Korunaklı bir dünyada kişisel gerçekliğin sınanmasının, bireyin yaratıcı ve uyum sağlayıcı bir şekilde yaşam olayları ile başa çıkma becerileri kazanmasına yardım ettiği düşünülmektedir (Kellerman, 1992).

Psiko-dramanın tedavi edici işlevleri, katarsis sağlama, içgörü kazanma, davranışsal öğrenme, gerçekleri test etme ve tutum değişikliği sağlama olarak ele alınmaktadır. Psiko-dramanın bireyler üzerindeki en önemli etkilerinden biri, danışanların probleminin nedenleri ile ilgili içgörü kazanmalarıdır (Blatner, 2000). Psiko-drama oturumlarında problemlerinin nedenlerinin farkına varan birey, rol oynama tekniği ile problemlerine çözüm yolları bulmak için yeni davranışları öğrenebilir ve sahne içinde bunları deneme fırsatı elde edebilir (Blatner, 2000). Böylece, psiko-drama yaşantısı, bireylerin problem çözme becerilerinin gelişmesine önemli bir katkı sağlayabilir.

Literatür incelendiğinde, psiko-drama tekniklerinden genellikle eş ve aile terapilerinde (Hayden, 1998; Holmes, 1993; Moreno, 1991; Remer, 1990), ergenler ve anne babaları arasında yaşanan çatışmaların giderilmesinde (Carvalha ve Brita, 1995; Gulder, 1990) yararlanıldığı görülmektedir. Yine, ilgili yayınlarda bireylerin sosyal yalnızlık düzeylerini azaltmak (Steven, 1999) ve empatik becerilerini geliştirmek (Beyazıt, Yemez, Küçükkaragöz & Baysal, 1994; Dökmen, 1988; Kaner, 1991) amacıyla psiko-drama tekniklerinin kullanıldığı görülmektedir. Bazı araştırmalarda ise, psiko-drama yaşantısına katılmanın, bireylerin öfke düzeyleri (Çoşkun & Çakmak, 2005), depresyon ve kaygı düzeyleri (Kalkan-Oğuzhanoglu & Özdel, 2005) üzerindeki etkileri incelenmiştir. Ancak literatürde psiko-dramanın, psikolojik danışmanların doğrudan problem çözme beceri algıları üzerindeki etkisini inceleyen bir araştırma bulunmamaktadır. Şener (2006) tarafından ergenler üzerinde yapılan bir çalışmada, psiko-drama yaşantısının ergenlerin problem çözme becerileri üzerindeki etkisi incelenmiş ve 16 oturumdan oluşan psiko-drama yaşantısının, ergenlerin problem çözme davranışlarına anlamlı düzeyde bir etkisinin olduğu bulunmuştur. PÇE'nin alt boyutları bazında bakıldığında, kaçınan yaklaşım, değerlendirici yaklaşım ve planlı yaklaşım boyutlarında deney ve kontrol gruplarının öntest ve sontest puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı aceleci yaklaşım, düşünen yaklaşım, güvenli yaklaşım boyutlarında anlamlı bir farklılığın olduğu bulunmuştur.

Bu araştırmada, psiko-dramanın psikolojik danışmanların problem çözme becerisine yönelik algıları üzerinde etkili olup olmadığı incelenmiştir. Bu nedenle psikolojik danışmanların problem çözme becerisine yönelik algılarını geliştirmeye yönelik bir psiko-drama uygulamasının gerçekleştirilmesinin onların hem iş hem de özel yaşamlarında karşılaştıkları problemleri çözmelerinde yardımcı olacağı düşünülmektedir. Bu amaç doğrultusunda "Psiko-

drama grubuna katılan psikolojik danışmanların, bu tür bir uygulamaya katılmayan psikolojik danışmanlara göre problem çözme becerilerine yönelik algı düzeylerinin yükseleceği ve bu yükselmenin izleme ölçümünde de devam edeceği” araştırma denencesi olarak kabul edilmiştir.

## YÖNTEM

### Katılımcılar

Araştırmaya, Gaziantep’te devlet okullarında çalışan 21 psikolojik danışman katılmıştır. Çalışmanın deney grubunda 11, kontrol grubunda ise 10 psikolojik danışman yer almıştır. Araştırmaya katılan psikolojik danışmanların yaş ortalaması 27.86 (SS= 2.71) olup, yaş dağılımları 23 ve 32 arasındadır. Ayrıca araştırmaya katılan deneklerin % 60 evli olup, çoğunluğu lisans düzeyinde eğitime sahiptir ve MEB bağlı liselerde çalışmaktadırlar.

Araştırmanın deney ve kontrol grubu belirlenirken, bir duyuru ile okullarda çalışan psikolojik danışmanlara haber verilmiş ve çalışmaya katılmaya istekli psikolojik danışmanlarla ön görüşme yapılarak, onlara çalışmanın amacı ve içeriği hakkında bilgi verilmiştir. Bu ön görüşmeler sırasında, hali hazırda bir psikolojik yardım alan ya da psikiyatrik bir ilaç kullanan bireyler, araştırmanın dışında tutulmuştur. Son olarak araştırmaya katılmaya gönüllü olan psikolojik danışmanlar, kura yöntemi ile seçkisiz olarak deney ve kontrol grubu olarak atanmıştır.

### İşlem

Deney ve kontrol grupları belirlendikten sonra her iki gruba da önce Problem Çözme Envanteri uygulanmıştır. Daha sonra deney grubu ile de her biri yaklaşık 2 saat süren ve 10 oturumdan oluşan bir psikodrama yaşantısı gerçekleştirilmiştir. Bu uygulama her hafta bir oturum olacak şekilde yürütülmüştür. Psikodrama yaşantısı önceden yapılandırılmamış olup üyelerin ve grubun gereksinimi doğrultusunda yönetilmiştir. Uygulama psikodramanın ısınma oyun ve paylaşım aşamalarına göre yürütülürken, psikodramanın ısınma aşamasında bazı ısınma oyunları kullanılmıştır. Bu uygulama sırasında kontrol grubunda ise herhangi bir işlem yapılmamıştır. 10 oturumun sonunda deney grupları ile kontrol grubunda yer alan bireylerle Problem Çözme Envanteri tekrar uygulanmıştır. Uygulama grup terapileri ve psikodrama konusunda hem didaktik hem de yaşantısal eğitimi olan grup lideri tarafından yönetilmiştir.

### Veri Toplama Araçları

**Problem Çözme Envanteri (PÇE).** Problem Çözme Envanteri, bireyin problem çözme beceri düzeyini ölçmek üzere Heppner ve Peterson (1982) tarafından geliştirilmiştir. Problem Çözme Envanterinin Türkçe uyarlaması Şahin, Şahin ve Heppner (1993) tarafından yapılmıştır. PÇE 35 maddeden oluşan 6’lı Likert tipi bir ölçektir. Değerlendirmeye ölçeğin özelliği gereği 32 madde alınmaktadır. Yapılan Faktör analizi sonucunda ölçeğin aceleci yaklaşım, düşünen yaklaşım, kaçınan yaklaşım, değerlendirici yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım ve planlı yaklaşım olmak üzere 6 faktörden oluştuğu bulunmuştur. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 32, en yüksek puan 192’dir. Ölçekten alınan puanların yüksekliği, bireyin problem çözme becerileri konusunda kendini yetersiz olarak algıladığını gösterir. Ölçeğin, 244 üniversite

öğrencisi üzerinde yapılan çalışmada Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı .88 olarak bulunmuştur. Tek ve çift sayılı maddeler ayrılarak yarıya bölme tekniği ile elde edilen güvenilirlik katsayısı ise  $r = .81$  olarak bulunmuştur. Ölçeğin, Beck Depresyon Envanteri arasındaki korelasyon katsayısı .33'tür.

### Verilerin Analizi

Araştırma da elde edilen verilere uygulanacak istatistik yöntem ve tekniğin belirlenmesi için bazı analizler yapılmış ve elde edilen puanların normal bir dağılım gösterip göstermediği test edilmiştir (Tablo 1). Bu amaçla, önce deneklerin aynı evreni temsil edip etmediklerini test etmek amacıyla, varyansların homojen olup olmadığı sorgulanmıştır. Levens testi sonucunda deney ve kontrol gruplarının ölçme araçlarının ön testinden elde ettikleri puanların varyanslarının Problem Çözme Envanterinin kaçınan yaklaşım alt boyutu dışında eşit olduğu bulunmuştur. Tablo 1'de deney ve kontrol gruplarının, ölçeğin her bir alt boyutundan elde edilen ön test puanlarının çarpıklık katsayıları sunulmaktadır. Elde edilen değerler incelendiğinde deney grubunun Problem Çözme Envanterinin değerlendirici ve planlı yaklaşım alt boyutları, kontrol grubunda da aceleci ve düşünen yaklaşım alt boyutları dışında dağılımların çarpıklık katsayıları değerlerinin +1 ile -1 arasında değiştiği görülmektedir. Yine araştırmada deney ve kontrol gruplarının ölçme aracının alt boyutlarından elde edilen ön test puanlarının ortalama, mod ve medyan değerleri birbirlerine yakın olması nedeniyle dağılım normale yakın olduğu kabul edilmiştir. Shapiro-Wilk testi değerleri sonucunda Problem Çözme Envanterinin kaçınan yaklaşım alt boyutu dışında verilerin normal bir dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Araştırmada parametrik testlerin varsayımlarının karşılanması nedeniyle 2x3 yönlü Varyans analizi tekniği kullanılmıştır.

**Tablo 1.** Deney ve Kontrol Gruplarının Problem Çözme Envanterine Göre Ön Test Değerleri

Ölçek	$\bar{X}$	Medyan	Mod	Çarpıklık Katsayısı	Shapiro-Wilk testi	Levens Test
<i>Problem Çözme Envanteri</i>						
<i>Aceleci Yaklaşım</i>						
Deney	22.10	23.10	23.00	-.12	.923	1.38
Kontrol	30.70	29.00	28.00	1.60	.720*	
<i>Düşünen Yaklaşım</i>						
Deney	11.00	11.50	12.00	.96	.888	1.46
Kontrol	12.30	12.00	11.00	1.23	.912	
<i>Kaçınan Yaklaşım</i>						
Deney	6.80	6.50	4.00	.23	.923	2.39*
Kontrol	9.90	9.00	8.00	.83	.920	
<i>Değerlendirici Yaklaşım</i>						
Deney	7.00	6.50	6.00	1.11	.894	1.10
Kontrol	7.60	7.00	7.00	.72	.914	
<i>Kendin Güvenli Yaklaşım</i>						
Deney	14.20	13.00	11.00	.57	.890	1.79
Kontrol	17.00	17.00	17.00	.49	.935	
<i>Planlı Yaklaşım</i>						
Deney	8.40	8.00	8.00	1.70	.894	.82
Kontrol	10.40	11.00	11.00	.24	.936	

## BULGULAR

Araştırmada psikodrama grubuna katılan ve katılmayan psikolojik danışmanların uygulama öncesinde ve sonrasında Problem Çözme Envanterinden aldıkları puanların ortalamaları ve standart sapma değerleri Tablo 2’de sunulmuştur.

**Tablo 2.** *Deney ve Kontrol Gruplarının Problem Çözme Envanterinden Ön-test, Son-test ve İzleme Ölçümünden Almış Oldukları Puanların Ortalamaları ve Standart Sapma Değerleri*

Ölçek	Ön test		Son test		İzleme Ölçümü	
	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS	$\bar{X}$	SS
<i>Problem Çözme Envanteri</i>						
<i>Aceleci Yaklaşım</i>						
<i>Deney</i>	22.10	4.79	20.30	5.37	24.70	6.09
<i>Kontrol</i>	30.70	4.52	26.70	6.92	32.80	3.16
<i>Düşünen Yaklaşım</i>						
<i>Deney</i>	11.10	3.98	9.60	3.50	12.90	3.74
<i>Kontrol</i>	12.30	2.46	14.40	3.65	16.10	3.63
<i>Kaçıngan Yaklaşım</i>						
<i>Deney</i>	6.80	2.20	6.40	3.20	12.50	3.80
<i>Kontrol</i>	9.90	3.17	10.70	2.16	19.10	1.59
<i>Değerlendirici Yaklaşım</i>						
<i>Deney</i>	7.00	1.88	5.70	2.00	6.30	2.83
<i>Kontrol</i>	7.60	2.36	9.50	2.59	14.30	1.49
<i>KendineGüvenli Yaklaşım</i>						
<i>Deney</i>	14.20	3.64	11.79	2.79	17.10	6.36
<i>Kontrol</i>	17.00	3.88	17.70	5.41	24.30	2.94
<i>Planlı Yaklaşım</i>						
<i>Deney</i>	8.40	2.98	7.70	2.79	9.50	4.17
<i>Kontrol</i>	10.40	2.79	11.70	3.05	11.80	1.93

Tablo 2’de sunulan ortalamalar incelendiğinde, psikodrama grubuna katılan bireylerle, böyle bir uygulamaya katılmayan bireylerin uygulama öncesinde Problem Çözme Envanterinden elde ettikleri puanların birbirine yakın olduğu görülmektedir. Yine Tablo 2’de görüldüğü gibi, deney grubunun uygulama öncesinde Problem Çözme Envanterinden elde ettikleri puan ortalamalarının uygulamanın sonunda azaldığı, buna rağmen kontrol grubunda bir yükselme olduğu, deney grubunun ortalamalarında gözlenen azalmanın izleme ölçümünde devam etmediği görülmektedir.

Araştırmada deney ve kontrol gruplarının Problem Çözme Envanterinin ön test, son test ve izleme ölçümlerinde almış oldukları puanların ortalamaları arasındaki farkların anlamlı olup olmadığı varyans analizi tekniği ile test edilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 3’de sunulmuştur.

**Tablo 3.** Deney ve Kontrol Gruplarının Problem Çözme Envanterinden Ön-Test Son-Test ve İzleme Ölçümlerinden Aldıkları Puanlara İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

Ölçek	Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p
<i>Problem Çözme Envant.</i>						
<i>Acelecı Yaklaşım</i>	<i>Grup</i>	889.350	1	889.350	27.46	.000
	<i>Ölçüm</i>	276.63	2	138.31	5.23	.010
	<i>Grup x ölçüm</i>	13.30	2	6.65	.25	.779
	<i>Hata</i>	952.067	36	26.446		
<i>Düşünen Yaklaşım</i>	<i>Grup</i>	141.067	1	141.067	7.86	.012
	<i>Ölçüm</i>	94.53	2	47.26	5.08	.011
	<i>Grup x ölçüm</i>	32.53	2	16.26	1.74	.189
	<i>Hata</i>	334.933	36	9.304		
<i>Kaçınan Yaklaşım</i>	<i>Grup</i>	326.66	1	326.66	38.66	.000
	<i>Ölçüm</i>	720.700	2	360.35	47.98	.000
	<i>Grup x ölçüm</i>	31.63	2	15.81	2.16	.136
	<i>Hata</i>	270.33	36	7.50		
<i>Değerlendirici Yaklaşım</i>	<i>Grup</i>	256.26	1	2.56.267	35.08	.000
	<i>Ölçüm</i>	109.20	2	54.60	14.06	.000
	<i>Grup x ölçüm</i>	137.73	2	68.86	17.72	.000
	<i>Hata</i>	139.73	36	3.81		
<i>Kendine Güvenli Yaklaşım</i>	<i>Grup</i>	437.400	1	437.400	20.47	.000
	<i>Ölçüm</i>	428.13	2	214.067	11.88	.000
	<i>Grup x ölçüm</i>	53.20	2	26.60	1.47	.242
	<i>Hata</i>	648.66	36	18.09		
<i>Planlı Yaklaşım</i>	<i>Grup</i>	114.81	1	114.81	8.69	.009
	<i>Ölçüm</i>	17.03	2	8.51	1.91	.315
	<i>Grup x ölçüm</i>	11.63	2	7.12	.81	.430
	<i>Hata</i>	257.333	36	7.14		

Tablo 3’de sunulan ANOVA sonuçlarına göre, deney ve kontrol grubunun Problem Çözme Envanterinin acelecı yaklaşım alt boyutundan elde ettikleri puanlar üzerinde yapılan varyans analizi sonuçlarına göre, grup etkisi ( $F=27.46$ ,  $p<.000$ ) ve ölçümler arası etki ( $F=5.23$ ,  $p<.010$ ) anlamlı bulunmuştur. Araştırmada ortak etkinin ( $F=.25$ ,  $p>.779$ ) ise anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

Araştırmada, Problem Çözme Envanterinin düşünen yaklaşım alt boyutu üzerinde yapılan varyans analizi sonucunda ortak etki anlamlı değilken, ( $F=1.74$ ,  $p>.189$ ), grup etkisi ( $F=7.86$ ,  $p<.012$ ) ve ölçümlerarası etkinin ( $F=5.08$ ,  $p<.011$ ) anlamlı olduğu bulunmuştur.

Problem Çözme Envanterinin kaçınan yaklaşım alt boyutunda ise grup etkisi ( $F=38.66$ ,  $p<.000$ ), ölçümlerarası etki ( $F=47.98$ ,  $p<.000$ ) anlamlı olduğu ancak ortak etkinin ( $F=2.16$ ,  $p>.136$ ) anlamlı olmadığı bulunmuştur.

ANOVA sonuçlarına göre Problem Çözme Envanterinin değerlendirmeci yaklaşım alt boyutunda ise grup etkisi ( $F=35.08$ ,  $p<.000$ ), ölçümler arası etki ( $F=14.06$ ,  $p<.000$ ) ve ortak etkinin ( $F=17.12$ ,  $p<.000$ ) anlamlı olduğu bulunmuştur.

Kendine güvenli yaklaşım alt boyutunda ise hem grup etkisi ( $F=20.47$ ,  $p<.000$ ) hem de ölçümlerarası ( $F=11.88$ ,  $p<.000$ ) etkinin anlamlı olduğu görülmektedir. Ancak ortak etkinin ( $F=1.47$ ,  $p>.242$ ) anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

Planlı yaklaşım alt boyutundan elde edilen değerler incelendiğinde ölçümlerarası etki ( $F=1.91$   $p>.315$ ) ve ortak etki ( $F=.81$ ,  $p>.430$ ) anlamlı değilken, grup etkisi ( $F=8.09$ ,  $p<.009$ ) anlamlı bulunmuştur.

Araştırmada Problem Çözme Envanterinin değerlendirici alt boyutunda belirlenen anlamlı farklılığın kaynağı Tukey testi ile incelenmiştir. Yapılan analizler sonucunda deney grubunun ön test ve son test ölçümlerinden elde ettikleri puanların ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olduğu bulunmuştur ( $p<.05$ ). Deney grubunun ön test ile izleme ölçümünden elde ettikleri ortalamalar ile son test ortalamaları ile izleme ölçümünden elde ettikleri puanların ortalamaları arasındaki farklar ise anlamlı değildir ( $p>.05$ ). Kontrol grubunun ön test ve son test, ön test ve izleme ile son test ve izleme ölçümünden elde ettiği ortalamaların arasındaki farklar anlamlıdır ( $p<.05$ ).

Tablo2’de ortalamalar incelendiğinde, deney grubunun Problem Çözme Envanterinin değerlendirmeci problem çözme yaklaşımı alt boyutunda uygulama sonunda bir yükselme olduğu ancak bu olumlu değişim izleme ölçümünde devam etmediği anlaşılmaktadır. Kontrol grubunun izleme ölçümünde elde ettiği puanların ortalamalarının ön test ve son test uygulamasından aldıkları ortalamalardan anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmektedir.

### TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmada elde edilen bulgulara göre, psiko- drama deneyimi yaşayan psikolojik danışmanların, PÇE’nin alt boyutu olan değerlendirici yaklaşım boyutundan aldığı puanlar anlamlı düzeyde yükselmiştir ancak bu etkinin izleme ölçümlerinde devam etmediği görülmektedir. Deney grubunda yer alan psikolojik danışmanların problemlerini çözümlerken bir içgörü kazandıkları yani problemin çözümü için gerekli yolların hepsini düşünmeye ve duygularının farkına vararak değerlendirme yapmaya yöneldikleri görülmektedir. Bu durumun izleme çalışmasında devam etmemesi, psikolojik danışmanların bu problem çözme stratejisini yeterince içselleştiremedikleri sonucuna götürmektedir. Araştırmada elde edilen bu bulgu Şener’in (2006) çalışması ile kısmen tutarlılık göstermektedir. Ayrıca, 16 oturum şeklinde uygulanan Şener’in çalışması dikkate alındığında bu çalışmada oturum sayısının kısa olması, bir başka ifade ile 10 oturumdan oluşan psiko-drama uygulamasının psikolojik danışmanların problem çözme beceri algılarını geliştirmede yeterli bir süre olmadığını düşündürmektedir. İlgili yayınlarda da grup uygulamalarının istenen değişimi oluşturabilmesi için en az 12–15 oturumdan oluşması gerektiği belirtilmektedir.

Bu çalışmada uygulanan psiko-drama yaşantısının etkili olmamasının bir nedeninin de, uygulanan yaklaşımın doğasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Psiko- drama uygulaması psiko-eğitimsel bir çalışma değildir. Psiko-drama birey merkezli bir uygulamadır. Psiko- drama uygulamasında, oturuma konusunu getiren kişinin sorunu ile çalışılmakta, diğer üyeler için izleyerek ya da rol alarak yaşantısal öğrenme ortamı sağlanmaktadır. Literatürde problem çözme beceri algılarını geliştirmeye yönelik uygulamalar incelendiğinde genellikle problem çözme eğitiminin verildiği görülmektedir. Bireylerin problem çözme becerileri algılarının geliştirilmesinde grupla psikolojik danışma uygulamalarının içerikleri incelendiğinde ise yapılandırılmış ve bilgi verici yaklaşımla bütünleştirilmiş grup danışma uygulamalarının



gerçekleştiği görülmektedir (Nezu & Perri, 1989). Bazı yayınlarda grupla danışma ile bilgi verici danışmanlık uygulamalarının bütünleştirilmesi problem çözmeye yönelik grup danışmanlığı olarak adlandırılmaktadır (Cho, Lee & Parks, 2004).

Bundan sonra yapılacak çalışmalarda psikolojik danışmanların problem çözüme becerisine yönelik algısını geliştirmeye yönelik uygulanacak psiko-drama grubunun oturum sayısı artırılarak, uygulamanın etkililiğine bakılabilir. Ayrıca uygulanan psiko-dramanın izleme çalışmaları ile uzun vadede etkileri incelenmeli ve farklı psiko-eğitimsel uygulamalarla karşılaştırılarak sonuçlar değerlendirilmelidir.

#### KAYNAKÇA

- Arean, P. A., Perri, M. G., Nezu, A. M., Schein, R. L., Christopher, F., & Joseph, T. X. (1993). Comparative effectiveness of social problem solving therapy and reminiscence therapy as treatments for depression in older adults. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 61*(6), 1003-1010.
- Blatner, A. (2000). *Foundations of psychodrama*. New York: Springer Publication.
- Beyazıt, G., Yemez, B., Küçükkaragöz, H., & Baysal, A. (1994). *Psikolojik danışma ve rehberlik öğrencilerinde psikodramanın empatik eğilim ve empatik beceri üzerine etkisi I*. Eğitim Bilimleri Kongresi, Adana
- Carvalho, E., & Brita, V. C. (1995). Sociometric interventions in family therapy. *Journal of Group Psychotherapy and Psychodrama and Sociometry, 47*, 147-165.
- Choe, M. Y., Lee, H. J., & Parks, H. S. (2004). The effect of problem solving group counseling on the index of obesity and health habits of obese children. *Taehan Kanho Hakhoe Chi, 34*(7), 1224-1233.
- Coşkun, B., & Çakmak, D. (2005). Alkol ve madde bağımlılarının grup psikoterapisinde psikodramanın kullanılması. *Bağımlılık Dergisi, 6*, 103-110.
- Conger, R. D., Reuter, M. A., & Elder, G. H. (1999). Couple resilience to economic pressure. *Journal of Personality and Social Psychology, 76*, 54-71.
- Çam, S. (1999). İletişim becerileri eğitimi programının öğretmen adaylarının ego durumlarına ve problem çözme becerisi algılarına etkisi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 2*, 16-27.
- Çapri, B., & Gökçakan, Z. (2008) Akılcı duygusal davranış terapisine dayalı grupla psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin problem çözme becerisi algısına etkisi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 17*( 1), 135-154.
- D'Zurilla, T.J., & Nezu, A. M. (2001). Problem solving therapies. (Der.) *Handbook of cognitive behavioral therapies*. 2nd Ed., K. S. Dobson (Ed.). Guilford Publications. New York, (p.215).
- Dikici, H., Gündoğdu, R., & Koç, M. (2003). Yaratıcı dramının problem çözme becerilerine etkisi. VII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, 9-11 Temmuz, Malatya.
- Doğan, S. (1998). Counseling In Turkey: Current Status And Future Challenges. *The Education Policy Analysis Archives*. Retrieved from [http:// olam.ed.asu.edu/epaa](http://olam.ed.asu.edu/epaa)

- Dökmen, Ü. (1988). Empatinin yeni bir modele dayanılarak ölçülmesi ve psikodrama ile geliştirilmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 21, 183-207.
- Eskin, M., Ertekin, K., Harlak, H., & Dereboy, Ç. (2008). Lise öğrencisi ergenlerde depresyonun yaygınlığı ve ilişkili olduğu etmenler. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19, 382-389.
- Gulder, C. A. (1990). Family therapy with adolescent. *Journal of Group Psychotherapy and Psychodrama and Sociometry*, 43, 142-153.
- Güçray, S. S. (2001). Ergenlerde karar verme davranışlarının öz-saygı ve problem çözme becerileri algısı ile ilişkisi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8, 106-121.
- Gültekin, A. (2006). *Psikolojik danışmanlık ve rehberlik öğrencilerinin problem çözme becerilerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Haskell, M. R. (1975). *Socioanalysis Self Direction via Sociometry and Psychdrama*. Los Angeles: Anderson-Simon Inc.
- Hayden, J. (1998). *Action Modality Couple Therapy*. Northvale, New Jersey: Aronson Inc.
- Heppner P. P., & Petersen ,C. H. (1982). The development and implications of a personal problem solving inventory. *Journal of Counselling Psychology*, 29, 66-75.
- Heppner, P.P., Reeder, B.L., & Larson, L.M. (1983). Cognitive variables associated with personnel problem-solving appraisal: Implications for counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 30(4), 537-545.
- Heppner P. P., & Anderson W. P. (1985). The Relationship Between Problem-Solving Self-Appraisal And Psychological Adjustment. *Cognitive Therapy and Research*, 9(4), 415-427.
- Holmes, P. (1993). The roots of enactment: The process in psychodrama, family therapy and psychoanalysis. *Journal of Group Psychotherapy and Psychodrama and Sociometry*, 45, 149-163.
- Kaner, S. (1991). *Gerçeklik terapisinin ve psikodramanın antisosyal davranış gösteren gençlerin benlik algıları ve empati düzeylerine etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Kalkan-Oğuzhanoglu, N., & Özdel, O. (2005). Yaşlılık, huzurevi ve yaşam yolculukları bir psikodrama grup çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 16, 124-132.
- Kellerman, P. F. (1992). Participation's Perceptions Of Therapeutic Factors in Psychodram. *Journal of Group Psychotherapy and Psychodrama and Sociometry*, 38, 123-133.
- Korkut, F. (2002). Lise öğrencilerinin problem çözme becerileri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22, 177-178.
- Moreno, Z. T. (1991). Time, space, reality and family: Psychodrama with a blended family. In P. Holmes and M. Karp (Eds.), *Psychodrama Inspirations and Technique*, 53-77. New York: Routledge.
- Nezu, A.M. (1985). Differences in psychological distress between effective and ineffective problem solvers. *Journal of Counseling Psychology*, 32(1), 35-138.

- Nezu, A. M., & Perri, M. G. (1989). Social problem-solving therapy for unipolar depression: An initial dismantling investigation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57, 408-413.
- Özer, R. (1998). *Rehber öğretmenlerde tükenmişlik düzeyi, nedenleri ve çeşitli değişkenlere göre incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- Özgüven, H.D., Soykan, Ç., Haran, S., & Gençöz, T. (2003). İntihar girişiminde depresyon ve kaygı belirtileri ile problem çözme becerileri ve algılanan sosyal desteğin önemi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 18(52), 1-11.
- Özkök, A. (2005). Disiplinler Arası Yaklaşım Dayalı Yaratıcı Problem Çözme Öğretim Programının Yaratıcı Problem Çözme Becerisine Etkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28, 159-167.
- Söylemez, S. (2002). *Ergenlerin problem çözme becerisini geliştirmeye yönelik bir grup çalışması programının etkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Şener, B. (2006). *Ergenlerde problem/sorun çözme becerilerinin psiko-drama ile artırılması*. Abdülkadir Özbek Psikodrama Enstitüsü, Ankara.
- Paksoy, Z. (2003). *Rehber ve psikolojik danışmanlarda stres kaynaklarının incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Remer, R. (1990). Family Therapy Inside Out. *Journal of Group Psychotherapy and Psychodrama and Sociometry*, 43,70-82.
- Ridley, C. A., & Vaughn, S. R. (1982). Interpersonal Problem Solving: An Intervention Program For Preschool Children. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 3, 177-190.
- Ross, R. R., Altmaier, E. M., & Russel, D. W. (1989). Job Stress, Social Support, And Burnout Among Counselling Centre Staff. *Journal of Counselling Psychology*, 36, 464-470.
- Şahin, N., Şahin N. H., & Heppner, P. P. (1993). Psychometric properties Of The Problem Solving Inventory in A Group Of Turkish University Students. *Cognitive Therapy Research*, 17(4), 379-396.
- Steven, S. A. (1999). Using Sociometry Data To Increase Social Integration And Reduce Depression Among Residents Of An Assisted Living Community. *International Journal of Actions Methods*, 52, 121-130
- Tallent, M. K. (1985). The Future Problem Solving Program: An Investigation Of Effects On Problem Solving Ability. Educational Resources Information Center, retrieved from <http://ericir.syr.edu>.
- Taylan, S. (1990). *Heppner'in Problem Çözme Envanterinin Uyarılma Güvenirlik ve Geçerlik Çalışmaları*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Ünüvar, A. (2003). *Çok yönlü algılanan sosyal desteğin 15- 18 yaş arası lise öğrencilerinin problem çözme becerisine ve benlik saygısına etkisi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.

- Vaughn, S. R., Ridley, C.A., & Bullock, D. D. (1984). Interpersonal Problem-Solving Skills Training With Aggressive Young Children. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 5, 213-223.
- Yazıcı, H. (2001). *Üniversite öğrencilerinde uyuma dönük başa çıkma davranışları, umutsuzluk ve problem çözme becerileri*, VI. Ulusal ve Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bildiri Özetleri Kitabı, Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği, Yayın No: 8, Ankara.
- Zurilla, T. J., & Sheedy, C. F. (1991). Relation Between Social Problem Solving Ability And Subsequent Level of Psychological Stress in College Students. *Journal of Personnel Social Psychology*, 61(5), 841- 846.

İlk alındığı tarih: 09.04.2009  
Düzeltilme tarihi: 09.09.2009  
Onay tarihi: 15.09.2009