

43101

T.C.
GAZİ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

**GRUPLA PSİKOLOJİK DANIŞMANIN
ORTAÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNİN KENDİNİ-KABUL
DÜZEYİNE ETKİSİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Tez Danışmanı

Yard. Doç. Dr. İbrahim Etem ÖZDEMİR

43101

Hazırlayan

Ali GÜLLÜ

ANKARA-1995

Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü'ne

*Ali GÜLLÜ'ye ait Grupla Psikolojik Danışmanın
Ortaöğretimdeki Öğrencilerin Kendini-Kabul Düzeyine
Etkisi adlı çalışma, jürimiz tarafından Rehberlik ve
Psikolojik Danışma Anabilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ
olarak kabul edilmiştir.*

Başkan : Doç. Dr. Şahnur ŞENER

*Üye : Yrd. Doç. Dr. İbrahim Etem ÖZDEMİR
(Danışman)*

Üye: : Yrd. Doç. Dr. Güzin KURÇ

ÖZET

Kendini-kabul; kişinin suçluluk ve yetersizlik duygularına kapılmadan kendisini bütün olumlu ve olumsuz yönleriyle kabul etmesidir. Türkçe kaynaklarda, benliğe-saygı, kendine saygı, özsaygı, özdeğer gibi kavramlar eşanlamlı kullanılmaktadır. Yabancı literatürde ise, kendini-kabul; kişinin kendisini takdir edici tutumu anlamına gelmektedir. Diğer bir deyişle, kişinin içselleştirdiği, başkalarının beğenisi kendini değerli ve yeterli görme ve çevreyi etkilendirme bakımından egonun gücüne ilişkin duygu olarak tanımlanmaktadır.

GPD yöntemi olarak "Danışandan Hız Alan Terapi" yönteminin seçilmesinin sebebi; Danışandan Hız Alan Terapi yönteminin temelinde yer alan, danışanla ilişkilerinde koşulsuz saygı, empatik anlayış ve saydam oluşun, danışanın kendini-kabulünde etkili olduğunun literatürde yer almasıdır.

Bu çalışmada GPD'nin, öğrencilerin kendini-kabullerini artırıp artırmadığı araştırılmak istenmiştir. Burada temel sayıltı, kendini-kabul edebilen bireyler öncelikle kendilerini tanımış bireylerdir. Çünkü kendini tanıma, kendini-kabul için önkoşuldur. Yapılan deneysel çalışmada bu sayıltıdan hareket edilerek GPD'nin öğrencilerin kendini-kabullerini olumlu yönde değiştirip değiştirmediği incelenmiştir.

Bu araştırmanın amacı, okullarda GPD'nin gerekliliğinin vurgulanmasıdır. Araştırmada temel problem; GPD'nin ortaöğretim öğrencilerinin kendilerini tanımalarına, olumlu

olumsuz, güçlü-zayıf yönlerini tanımalarına ve dolayısıyla kendilerini kabul etmelerine etkisinin olup olmadığıdır".

Bu konuda yapılan yerli ve yabancı araştırmaların bulguları, GPD'nin, öğrenci ve bireylerin kendilerini tanımlarında, kendilerini kabul etmelerinde ve bu değişikliklere bağlı, davranışlarında olumlu gelişmeler, sosyal ilişkilerinde ve öğrencilerin akademik başarılarında anlamlı artışlar görüldüğü vurgulanmaktadır.

Araştırma yöntemi olarak "Kontrol Gruplu Öntest-son-test" (Kaptan, 1991) model izlenmiştir. Araştırma grubunu, İskilip Lisesinin gönüllülük esasına göre çalışmaya katılan öğrencileri oluşturmaktadır.

Veri toplama aracı olarak Kılıççı(1988)'nin hazırladığı KKE-L Formu uygulanmıştır.

Çözümleme yöntemi olarak t-testi kullanılan araştırmanın bulguları; iki grubun cinsiyet değişkeni dikkate alınmadan yapılan incelemede; kız öğrencilerde 7 ölçüt bakımından önemli, 3'ünde ise önemsiz bulunmuştur. Cinsiyet değişkeni dikkate alınarak iki grubun incelenmesinde, kız öğrencilerde; 3 ölçüt bakımından önemli, 7'sinde ise önemsiz bulunmuştur. Erkek öğrencilerde ise, 6 ölçüt bakımından önemli, 4'ünde ise önemsiz bulunmuştur. Cinsiyet değişkenine göre deney grubu incelendiğinde ise; 1 ölçüt bakımından iki cins arasında bir fark olduğu, 9'unda ise, anlamlı bir fark olmadığı gözlenmiştir. Ayrıca öğrencilerin çarpık kendini-kabul ve kararsızlık puanları da büyük ölçüde azalmıştır.

SUMMARY

Self-Acceptance means a person's acceptance of himself/herself completely with his/her favourable and unfavourable aspects without feeling of guilt and inadequacy. Such terms as "benliğe-saygı, kendine-saygı özsaygı, özdeğer" etc. are used in Turkish literature as synonym. In the foreign literature, however, self-acceptance means a person's his/her own behaviour to appreciate himself/herself. In other words, it describes feelings pertaining to the power of ego in terms of inward feeling of a person, appreciation by other persons, seeing himself/herself as valuable and being effective on environment. As group counseling method, Client-Centered Therapy method has been selected; the reason why such selection is made, is that in relations with client basically involved in Client-Centered Therapy method unconditional-respect, empathy, and openness have been so included in the literature that it has been effective on the client's self-acceptance.

This study aims to find out whether group counseling increases students' self-acceptance's. The basic consideration here is that individuals who are capable of accepting themselves are those individuals who primarily recognised themselves. Because, self-respect is prerequisite for self-acceptance. In this experimental study carried out taking into consideration this concept, it has been studied and examined whether group counseling has changed favourably students' self-acceptance.

The purpose of this research is to emphasize the importance and necessity of group counseling schools. The basic problem in this research is to determine whether group counseling has any influence on students of middle school to recognize themselves, to know their favourable and unfavourable, powerful and weak sides and eventually to accept themselves.

Findings of local and foreign researchs on this matter have shown that group counseling caused considerable increases in student's and individual's respect, acceptance of themselves and affirmative progresses in their behaviours depending on such changes, in their social relations and in academic succes of students.

As the research pattern "Pretest-Posttest model with Control Group" (Kaptan, 1991) has been followed up. The research group has been formed by students of İskilip High School, who participated on voluntary basis.

As the means of data collection, Self-Acceptance Inventory for High School students developed by Kılıççı (1988), has been used.

On the findings of the research, t-test was used in comparison of two group without taking into consideration of gender differences, t-values have been found as important in terms of seven criteria and as non-significant. In investigation conducted by taking into consideration the variable "sex", t-value have been found in three criteria

of female students as important and in seven, however, as non-significant. For female students, t-values have been found important in terms of six criteria but non-significant in four. When the experimental group has been examined in reference to gender differences, it has been observed that there was a difference between two sexes in terms of one criterion, but not any considerable difference in nine.

Furthermore, students' distorted self-acceptance and instability scores have been also decreased to a great extent.

BÖLÜM	İÇİNDEKİLER	SAYFA
JÜRİ ÜYELERİNİN İMZA SAYFASI	-----	I
ÖZET		
TÜRKÇE	-----	II
İNGİLİZCE	-----	IV
İÇİNDEKİLER	-----	VII
KISALTMALAR CETVELİ	-----	XII
TABLOLAR CETVELİ	-----	XIII
ÖNSÖZ	-----	XVI
1. GİRİŞ	-----	1
PROBLEM	-----	9
ALT PROBLEMLER	-----	9
HİPOTEZLER	-----	13
SAYILTIKLAR	-----	17
SINIRLILIKLAR	-----	18
TANIMLAR	-----	18
2. İLGİLİ YAYINLAR	-----	20
3. METODOLOJİ		
ARAŞTIRMA YÖNTEMİ	-----	33
ÇALIŞMA GRUBU	-----	34
VERİ TOPLAMA TEKNİKLERİ	-----	34
KKE-L HAKKINDA GENEL BİLGİLER	-----	36
KKE-L FORMUNUN GEÇERLİK ÇALIŞMALARI	-----	36
KKE-L FORMUNUN GÜVENİRLİK ÇALIŞMALARI	-----	37
KKE-L FORMUNUN CEVAPLANMASI	-----	37
KKE-L FORMUNUN PUANLANMASI	-----	38
DENEYSEL ÇALIŞMA ve DANIŞMA OTURUMLARI	-----	38
ÇÖZÜMLEME YÖNTEMLERİ	-----	43
4. BULGULAR		
BULGULAR	-----	45
CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINMAKSIZIN 1.HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL VE DENEY GRUBUNUN KARŞILAŞTIRILMASI	-----	46
CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINMAKSIZIN 2.HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL VE DENEY GRUBUNUN KARŞILAŞTIRILMASI	-----	46

CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINMAKSIZIN 3.HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL VE DENEY GRUBUNUN KARŞILAŞTIRILMASI	47
CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINMAKSIZIN 4.HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL VE DENEY GRUBUNUN KARŞILAŞTIRILMASI	48
CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINMAKSIZIN 5.HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL VE DENEY GRUBUNUN KARŞILAŞTIRILMASI	48
CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINMAKSIZIN 6.HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL VE DENEY GRUBUNUN KARŞILAŞTIRILMASI	49
CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINMAKSIZIN 7.HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL VE DENEY GRUBUNUN KARŞILAŞTIRILMASI	50
CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINMAKSIZIN 8.HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL VE DENEY GRUBUNUN KARŞILAŞTIRILMASI	50
CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINMAKSIZIN 9.HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL VE DENEY GRUBUNUN KARŞILAŞTIRILMASI	51
CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINMAKSIZIN 10.HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL VE DENEY GRUBUNUN KARŞILAŞTIRILMASI	52
1. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL ve DENEY GRUBUNUN KIZ ÖĞRENCİLERİNİN İNCELENMESİ	52
2. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL ve DENEY GRUBUNUN KIZ ÖĞRENCİLERİNİN İNCELENMESİ	53
3. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL ve DENEY GRUBUNUN KIZ ÖĞRENCİLERİNİN İNCELENMESİ	54
4. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL ve DENEY GRUBUNUN KIZ ÖĞRENCİLERİNİN İNCELENMESİ	54
5. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL ve DENEY GRUBUNUN KIZ ÖĞRENCİLERİNİN İNCELENMESİ	55
6. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL ve DENEY GRUBUNUN KIZ ÖĞRENCİLERİNİN İNCELENMESİ	56
7. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL ve DENEY GRUBUNUN KIZ ÖĞRENCİLERİNİN İNCELENMESİ	56

8. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL ve DENEY GRUBUNUN KIZ ÖĞRENCİLERİNİN İNCELENMESİ	57
9. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL ve DENEY GRUBUNUN KIZ ÖĞRENCİLERİNİN İNCELENMESİ	57
10. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL ve DENEY GRUBUNUN KIZ ÖĞRENCİLERİNİN İNCELENMESİ	58
1. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL ve DENEY GRUBUNUN ERKEK ÖĞRENCİLERİNİN İNCELENMESİ	59
2. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL ve DENEY GRUBUNUN ERKEK ÖĞRENCİLERİNİN İNCELENMESİ	60
3. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL ve DENEY GRUBUNUN ERKEK ÖĞRENCİLERİNİN İNCELENMESİ	60
4. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL ve DENEY GRUBUNUN ERKEK ÖĞRENCİLERİNİN İNCELENMESİ	61
5. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL ve DENEY GRUBUNUN ERKEK ÖĞRENCİLERİNİN İNCELENMESİ	62
6. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL ve DENEY GRUBUNUN ERKEK ÖĞRENCİLERİNİN İNCELENMESİ	62
7. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL ve DENEY GRUBUNUN ERKEK ÖĞRENCİLERİNİN İNCELENMESİ	63
8. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL ve DENEY GRUBUNUN ERKEK ÖĞRENCİLERİNİN İNCELENMESİ	64
9. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL ve DENEY GRUBUNUN ERKEK ÖĞRENCİLERİNİN İNCELENMESİ	64
10. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL ve DENEY GRUBUNUN ERKEK ÖĞRENCİLERİNİN İNCELENMESİ	65
CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINARAK DENEY GRUBUNUN 1. HİPOTEZ BAKIMINDAN İNCELENMESİ	66
CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINARAK DENEY GRUBUNUN 2. HİPOTEZ BAKIMINDAN İNCELENMESİ	67
CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINARAK DENEY GRUBUNUN 3. HİPOTEZ BAKIMINDAN İNCELENMESİ	67
CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINARAK DENEY GRUBUNUN 4. HİPOTEZ BAKIMINDAN İNCELENMESİ	68
CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINARAK DENEY GRUBUNUN 5. HİPOTEZ BAKIMINDAN İNCELENMESİ	69

CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINARAK DENEY GRUBUNUN 6. HİPOTEZ BAKIMINDAN İNCELENMESİ----- 69

CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINARAK DENEY GRUBUNUN 7. HİPOTEZ BAKIMINDAN İNCELENMESİ----- 70

CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINARAK DENEY GRUBUNUN 8. HİPOTEZ BAKIMINDAN İNCELENMESİ----- 71

CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINARAK DENEY GRUBUNUN 9. HİPOTEZ BAKIMINDAN İNCELENMESİ----- 71

CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINARAK DENEY GRUBUNUN 10. HİPOTEZ BAKIMINDAN İNCELENMESİ----- 72

5. TARTIŞMA VE YORUM

KONTROL VE DENEY GRUBUNUN CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINMAKSIZIN----- 74

KONTROL VE DENEY GRUBUNUN CİNSİYET BAZINDA İNCELENMESİ----- 77

DENEY GRUBUNUN CİNSİYET BAZINDA İNCELENMESİ----- 78

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

SONUÇ----- 80

ÖNERİLER----- 84

KAYNAKLAR----- 85

EKLER

EK-1----- 93

EK-2----- 101

KISALTMALAR CETVELİ

- GPD = Grupla Psikolojik Danışma
- KKE-L= Kendini-Kabul Envanteri Lise Formu
- s. = Sayı
- c. = cilt
- Der = Derleyen
- p = Page
- ed. = Editör
- Çev.= Çeviren
- Vol.= Volume
- Nu. = Number
- No. = Numero
- G₁ = Deneysel grubu
- G₂ = Kontrol grubu
- T₁ = Öntest
- T₂ = Sontest
- D = Deneysel işlem
- \bar{x} = Aritmetik ortalama
- σ = Büyük sigma
- X = Ölçüm
- n = Gruptaki üye sayısı
- S = Standart sapma
- S² = Standart sapmaların karesi
- t = t-puanı (farklar arasındaki farkın anlamlılığı)

TABLOLAR CETVELİ

TABLO	SAYFA
1. CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINMAKSIZIN 1.HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL VE DENEY GRUBUNUN KARŞILAŞTIRILMASI	46
2. CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINMAKSIZIN 2.HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL VE DENEY GRUBUNUN KARŞILAŞTIRILMASI	47
3. CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINMAKSIZIN 3.HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL VE DENEY GRUBUNUN KARŞILAŞTIRILMASI	47
4. CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINMAKSIZIN 4.HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL VE DENEY GRUBUNUN KARŞILAŞTIRILMASI	48
5. CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINMAKSIZIN 5.HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL VE DENEY GRUBUNUN KARŞILAŞTIRILMASI	49
6. CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINMAKSIZIN 6.HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL VE DENEY GRUBUNUN KARŞILAŞTIRILMASI	49
7. CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINMAKSIZIN 7.HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL VE DENEY GRUBUNUN KARŞILAŞTIRILMASI	50
8. CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINMAKSIZIN 8.HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL VE DENEY GRUBUNUN KARŞILAŞTIRILMASI	51
9. CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINMAKSIZIN 9.HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL VE DENEY GRUBUNUN KARŞILAŞTIRILMASI	51
10. CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINMAKSIZIN 10.HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL VE DENEY GRUBUNUN KARŞILAŞTIRILMASI	52
11. 1. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL ve DENEY GRUBUNUN KIZ ÖĞRENCİLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI	53
12. 2. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL ve DENEY GRUBUNUN KIZ ÖĞRENCİLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI	53
13. 3. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL ve DENEY GRUBUNUN KIZ ÖĞRENCİLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI	54

TABLO

SAYFA

14.	4. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL ve DENEY GRUBUNUN KIZ ÖĞRENCİLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI	55
15.	5. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL ve DENEY GRUBUNUN KIZ ÖĞRENCİLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI	55
16.	6. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL ve DENEY GRUBUNUN KIZ ÖĞRENCİLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI	56
17.	7. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL ve DENEY GRUBUNUN KIZ ÖĞRENCİLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI	57
18.	8. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL ve DENEY GRUBUNUN KIZ ÖĞRENCİLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI	57
19.	9. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL ve DENEY GRUBUNUN KIZ ÖĞRENCİLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI	58
20.	10. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONTROL ve DENEY GRUBUNUN KIZ ÖĞRENCİLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI	59
21.	1. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONROL ve DENEY GRUBUNUN ERKEK ÖĞRENCİLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI	59
22.	2. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONROL ve DENEY GRUBUNUN ERKEK ÖĞRENCİLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI	60
23.	3. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONROL ve DENEY GRUBUNUN ERKEK ÖĞRENCİLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI	61
24.	4. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONROL ve DENEY GRUBUNUN ERKEK ÖĞRENCİLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI	61
25.	5. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONROL ve DENEY GRUBUNUN ERKEK ÖĞRENCİLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI	62
26.	6. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONROL ve DENEY GRUBUNUN ERKEK ÖĞRENCİLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI	63
27.	7. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONROL ve DENEY GRUBUNUN ERKEK ÖĞRENCİLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI	63
28.	8. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONROL ve DENEY GRUBUNUN ERKEK ÖĞRENCİLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI	64
29.	9. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONROL ve DENEY GRUBUNUN ERKEK ÖĞRENCİLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI	65
30.	10. HİPOTEZ BAKIMINDAN KONROL ve DENEY GRUBUNUN ERKEK ÖĞRENCİLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI	65
31.	CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINARAK DENEY GRUBUNUN 1. HİPOTEZ BAKIMINDAN İNCELENMESİ	66

TABLO

SAYFA

32. CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINARAK DENEY GRUBUNUN 2. HİPOTEZ BAKIMINDAN İNCELENMESİ	67
33. CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINARAK DENEY GRUBUNUN 3. HİPOTEZ BAKIMINDAN İNCELENMESİ	68
34. CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINARAK DENEY GRUBUNUN 4. HİPOTEZ BAKIMINDAN İNCELENMESİ	68
35. CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINARAK DENEY GRUBUNUN 5. HİPOTEZ BAKIMINDAN İNCELENMESİ	69
36. CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINARAK DENEY GRUBUNUN 6. HİPOTEZ BAKIMINDAN İNCELENMESİ	70
37. CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINARAK DENEY GRUBUNUN 7. HİPOTEZ BAKIMINDAN İNCELENMESİ	70
38. CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINARAK DENEY GRUBUNUN 8. HİPOTEZ BAKIMINDAN İNCELENMESİ	71
39. CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINARAK DENEY GRUBUNUN 9. HİPOTEZ BAKIMINDAN İNCELENMESİ	72
40. CİNSİYET DEĞİŞKENİ DİKKATE ALINARAK DENEY GRUBUNUN 10. HİPOTEZ BAKIMINDAN İNCELENMESİ	72

ÖNSÖZ

Eğitimde temel amaç; sağlıklı, kendi kendine yetebilen ve kendisini gerçekleştirmiş bireyler yetiştirmektir. Bireyin kendini gerçekleştirebilmesi yani tüm kapasitesini en üst düzeyde kullanabilmesi için öncelikle kendisinin üstün ve zayıf yönlerini tanıması ve bunları benliğinin bir parçası sayması kısacası, kendini olumlu ve olumsuz bütün yönleriyle kabul etmesi gereklidir.

Bireylerin kendilerini tanıması ve kabullenebilmesi için onlara rehberlik ve psikolojik danışma yardımı yapılması gereklidir. Grupla psikolojik danışmanın amacı, bireylerin kendisini tanımasına, olumlu-olumsuz, güçlü-zayıf yönlerinin farkına varmasına grup ortamında yardım etmektir.

Bu çalışmada, grupla psikolojik danışma yardımlarının öğrencilerin kendilerini kabullerini artırıp artırmadığı araştırılmıştır.

Bu amaçla yapılan çalışmamda yardımlarını gördüğüm değerli hocam ve danışmanım Yrd.Doç.Dr. İbrahim Ethem ÖZDEMİR beye teşekkürü bir borç bilirim. Ayrıca istatistiksel işlemler sırasında yardımını gördüğüm eşim Pembe GÜLLÜ'ye teşekkür ederim.

BÖLÜM 1

GİRİŞ

Bireyin kendini kabul etmesi ancak kendini tanıması, olumlu olumsuz yönlerinin farkına varması ve kendine saygı duyması ile mümkün olmaktadır. Yani, bireyin gerçek benliği ile ideal benliği arasındaki farkın en az düzeye indirilmesi kendini kabul etmesi anlamına gelmektedir.

Birey kendisiyle ve çevresiyle sürekli etkileşim halindedir. Bu etkileşim süreci içerisinde olay ve durumlar karşısında gösterdiği davranışlara çevresinden değişik tepkiler alır ve kendisini keşfetmeye başlar. Birey kendisini tanıdıkça olumlu-olumsuz ve güçlü-zayıf yanlarının farkına varmaktadır. Bu farkındalık onun ideal benliğinin, gerçek benliğine doğru yaklaşmasını sağlar. Bireyde "sağlıklı-kendini-kabul" kavramının oluşması, ideal benlik ile gerçek benlik arasındaki farkın azaldığını gösterir.

"Kendini Kabul Kavramı", Türkçe literatürde "benliğe saygı", "özdeğer" gibi bazı kavramlarla eş anlamlı olarak kullanılmaktadır. Yabancı literatürde araştırma konusu olarak bir hayli ilgi görmüş bir kavram olarak kişinin kendini takdir edici tutumu anlamına gelmektedir. Kişinin içselleştirdiği başkalarının beğenisi (Copersmith, 1967), kendini değerli ve yeterli görme, çevreyi etkileme bakımından egonun gücüne ilişkin duygu olarak tanımlanmaktadır.

Özgüven, benliğe güven ve kendine güven sözcükleri de bazı kaynaklarda eşanlamlı kavramlar olarak kullanılmakta, bireyin kendisini iyi ve güçlü bulması, kendi kendine yeterli olduğu duygusuna sahip olması anlamına gelmektedir.

Kendini kabul, benliği kabul, özkabul, özbenimseyiş terimleri ise birbiriyle eşanlamlı bir diğer sözcük grubudur. Kavram olarak diğerlerinden daha kapsamlı, daha uygun, daha iddiasız bir benlik algısını ifade etmektedir.

Enç, (1974) Ruhbilimleri Sözlüğünde kendini-kabul kavramını "Kişinin suçluluk ve yetersizlik duygularına kapılmadan kendini bütün olumlu ve olumsuz yönleriyle kabul etmesidir." şeklinde tanımlamaktadır.

Davranış bilimleri sözlüğü de "kişinin değerlilikleri ve sınırlılıkları olan her bir özelliğini gerçekçi bir gözle tanıması ve herbirini kişiliğinin bir parçası sayması düzeyindeki sağlıklı tutumudur" diye tanımlamaktadır.

Yukarıdaki tanımda kişinin kendisini kabullenebilmesi için kendi değerlilikleri ve sınırlılıklarını objektif bir gözle tanıması ve bu özelliklerini kabullenebilmesi gerektiği vurgulanmaktadır.

Kendini-kabul(self-acceptance) bir çok psikolog ve ruh sağlığı uzmanı tarafından ruh sağlığı ve uyum ölçütleri içinde önemli özelliklerden biri olarak ele alınmaktadır. Kelley ve Rogers "kendini-kabul" ün sağlıklı ve uyumlu bir kişiliğin en önemli ölçütü olduğuna işaret ederken, Maslow" unda bu niteliği kendini-gerçekleştirmekte olan kimselerin

(self actualizing people) gerçekçilik niteliğinden hemen sonra gelen ve 14 önemli uyum ölçütünden biri olarak ele alındığını görmekteyiz.

Normallik ve normal dışılık kavramlarının ayırımında İnsancı-Varaloşcu yaklaşımlar "Kendini-kabul" ya da kabul etmeyişi diğer önemli ölçütler yanında en belirgin bir nitelik olarak ele almaktadırlar.

Rogers kendini-kabul düzeyini, danışma psikolojisinin çok önemli kavramlarından biri haline getirmiştir. Rogers "Client-Centered Therapy" yönteminin temelini aldığı ve danışanla ilişkilerinde "koşulsuz saygı, empatik anlayış ve saydam oluş" ilkeleri ile oluşturduğu klinik tecrübelerinde, danışanın kendini-kabul etmeye başlamasının onda olumlu gelişmelere zemin hazırladığına şahit olmuştur (Kılıççı, 1985).

George ve Bearon(1980)` a göre kişinin kendisine karşı geliştirdiği tutumlarının bilişsel(cognitive) ve duygusal (affective) boyutları vardır. Benlik kavramı(self concept); bilişsel boyuttur. Kişinin kendisini nasıl gördüğü, nasıl algıladığı ve kendisi hakkında ne düşünüp, ne hissettiğini kapsayan bir kavram olup kişiyi tanımlayıcı(descriptive) niteliktedir. Kendine-saygı(self-esteem); duygusal boyuttur. Kişinin ne olduğu(gerçek ben) ile ne olmak istediğini (ideal ben) karşılaştırıp değerlendirmesi sonucu, kişinin kendisini değerli bulup bulmadığı ya da ne derece değerli bulunduğudır. Bu açıdan kendine saygı kavramı değerlendirici (evaluative) niteliktedir.

Parnes(1963)`e göre kendini-kabul(self-acceptance) ise kişinin, kendisinden ne derece memnun olduğunu. Yani kendisinde varolan kişiliğinin bir parçası olarak benimsediği özellikleri kabul edip etmediği ya da ne derece kabullendiğidir. Ayrıca kendini-kabul kavramı, kişinin ideal ben`ine ulaşamadığı yanlarını da farketmesidir.

Branden(1971) ve Enç(1974)`e göre ise kişinin kendini, ne olduğunu kabullenmesi, duygusal, düşünsel ve davranışsal yaşantılarının farkında olması ve bunların sorumluluğunu üstlenmesidir. Duygu, düşünce ve davranışların yaşanması ve duyumsanması, kişinin kendini kabulü için önemlidir. Çünkü, bütün bu eylemler gerçekte kişinin kendisinin bir anlatımıdır. Ayrıca kişi bunu yaparken, suçluluk, yetersizlik, beğenme, övünme ya da yargılayıcı özeleştiri düzeni içinde değil, gerçekçi bir tutum içindedir.

Kendini-kabul kavramının anlamı kişinin hiç değişmesi değil aksine değişebilmesi için öncelikle kendisinde bulunan özellikleri kabullenmesidir(Kılıççı, 1985).

Berger(1952)`e göre kendini-kabul, kişinin kendi özdeğerini duyumsaması, yeteneklerine inanmasıdır. Coopersmith (1967) kendini-kabulu kişinin kendini değerli bulmasıdır diye tanımlar. Bu tanımlara göre Branden(1971) kendini-kabulu, kişinin kendisini algılamasının duygusal boyutu olma yönünden kendine saygıya benzemekle birlikte, kendine saygı durumundan daha boyutlu bir tutum olarak nitelendirir. Yani kendini-kabul, kendine saygının önkoşuludur.

Yukarıda kendini-kabul tanımları ve açıklamaları yapılmıştır. Bu tanım ve açıklamalara dikkatle bakıldığında kişinin kendisini kabul etmesi için öncelikle kendisini bütün olumlu ve olumsuz, güçlü ve zayıf yönlerini tanıması gerektiği vurgulanmaktadır. Bu araştırmada da bu kuraldan hareket ederek ortaöğretim öğrencilerinin kendini-kabul durumları grupla psikolojik danışma süreci ile incelenmiştir. Aşağıda grupla psikolojik danışma modeli ve bu araştırmaya model olarak seçilen Danışandan Hız Alan Terapi (Client-Centered Therapy) modelinden bahsedilmiştir.

Grupla Psikolojik Danışma (GPD) ve Danışandan Hız Alan Danışma Modeli

İnsanların psikolojik sağlığını sürdürebilmesi ve geliştirebilmesi, ancak birlikte yaşadığı kişilerle etkileşim sayesinde mümkündür. İnsanların birbirleriyle etkileşim ihtiyacından doğan GPD'nin kökeni insanların sosyal yaşamında yatar. Dertleşmek, duygularını başkalarıyla paylaşmak, içini dökmek, insanlar tarafından çok eski devirlerden bu yana kendilerini rahatlatmak amacıyla kullanılan eylemler olarak bilinmektedir. İnsan bu ihtiyacını yüzyıllar boyunca komşuluk, arkadaşlık, sohbet toplantıları gibi yollarla karşılamıştır. Ancak, insanların bu ihtiyaçları zamanla, toplulukların çoğalması, teknolojinin gelişmesiyle birlikte topluluklar içinde yeterince karşılanamaz hale gelmiş, bunun doğal sonucu olarak kişilerarası ilişkilerde bu eksikliği giderici bazı girişimler olarak uzmanlar tarafından GPD

oturumları geliştirilmiştir. Duyarlılığı artırmak amacıyla Lewin`in öncülüğünde T-gruplar adı altında başlatılan grup çalışmaları bunlardan biridir(Rogers, 1970).

Temel ilkelerini bireysel psikolojik danışmadan almakla birlikte, GPD girişimleri kısa sürede hızla gelişmiş, kendisine özgü ilkeler, kuramlar, terimler ve uygulama biçimleri oluşturmuştur(Lieberman, Lakin, 1968).

Yaşantısal psikoterapiler içinde en hızla gelişen ve yaygınlaşan grupla danışma türü kuşkusuz Rogers tarafından geliştirilen etkileşim(encounter) gruplarıdır. Rogers(1970) etkileşim grubunu yaşantısal bir süreç içinde kişilerarası ilişkilerce etkileşimin geliştirilmesi daha iyi bir biçime dönüştürülmesi ve bireysel gelişmenin sağlanması ortamı olarak tanımlanmaktadır. Etkileşim grupları genellikle yapılandırılmamış(unstructured) küçük gruplardır. Grupta bireyin kendisini anlatmasına imkan sağlayacak bir özgürlüğün oluşabileceği ve savunmaların azalacağı bir güven ortamı geliştirme hedef alınır. Böyle rahat bir psikolojik ortamda bireyler kendilerine ve birbirlerine karşı geliştirdikleri duygularını açıkca ortaya koyabileceklerdir. Grupta oluşacak karşılıklı güven ortamı, bireylerin olumlu ya da olumsuz her türlü gerçek duygularını karşılıklı bir serbesti anlayışı içinde dile getirmelerine yardımcı olacaktır. Gruptaki her üye, bu uygulamalarda kendi varoluşu ile ilgili olarak zamanla artan bir kabul duygusu yaşayacak ve duygusal, zihinsel ve fiziksel olarak gizil güçlerini daha iyi tanıma imkanına kavuşacaktır.

İslam(1987)' a göre grup süreci içinde üyelerin savunucu tutumlarında zaman geçtikçe azalma görülür, bireyler giderek birbirlerini daha iyi hissetmeye, anlamaya ve birbirlerinden gittikçe daha çok şey öğrenmeye başlarlar. Gruptaki bireylerde etkileşimin gelişmesi ve özgürlüğün artmasıyla, yeni düşünceler, kavramlar ve yönler oluşur. Sonuçta grup yaşantısında kazanılan bu yönler, bireylerin diğer bütün ilişkilerinde de etkisini göstermeye başlar. Birey böylece yakın çevresi içinde, bir başka deyişle, karşılaşacağı koşullarda ortaya koyacağı davranışlar bakımından daha gerçekçi bir tutum içine girer.

Eğitimde temel amaç; sağlıklı, kendi kendine yetebilen ve kendisini gerçekleştirmiş veya gerçekleştirme yolunda olan bireyleri topluma kazandırmaktır. Bireylerin kendilerini gerçekleştirebilmeleri yani tüm kapasitelerini en üst düzeyde kullanabilmeleri için öncelikle kendilerinin üstün ve zayıf yönlerini tanımaları ve bunları benliğinin bir parçası saymaları yani kendilerini olumlu ve olumsuz bütün yönleriyle kabul etmeleri gerekir.

Bireylerin kendilerini tanımaları ve kabullenebilmeleri için onlara psikolojik danışma yardımı yapılması gerekir. GPD`da, bireylerin kendilerini tanımalarına, olumlu-olumsuz, güçlü-zayıf yönlerinin farkına varmalarına grup ortamında yardım edilmektedir.

Yerli ve yabancı literatürde, çeşitli denek gruplarıyla (ruh sağlığı tümüyle bozuk ve doğuştan kör geçlerle; çocukluğunda sexual suistimale uğrayanlarla; boşanmış ailelerle;

alkol bağımlılarıyla; başarı düzeyi düşük, yeteneği ölçüsünde başarı gösteremeyen, öğrenme güçlükleri olan ilkokul, orta okul, lise, üniversite ve ön lisans öğrencileriyle) yapılan araştırmalarda, üç farklı grupta psikolojik danışma yaklaşımlarıyla (Maraton Grup Yaşantısı, Gestalt Yaşantısı ve Danışandan Hız Alan Terapi) sürdürülen grup yaşantılarının bir takım değişkenlere (bireylerin kendini, daha az eleştirme, daha iyi algılama, tanıma, kabul, saygı, gerçekleştirme ve gerçek benlik ile ideal benlik arasındaki farklılık) etkisi incelenmiştir. Grupla psikolojik danışma yaklaşımlarının araştırma konusu olan değişkenlere etkisi önemli bulunmuştur. Sınıf toplantılarının grupla psikolojik danışmanın bir şekli olup olmadığını inceleyen araştırmada sınıf toplantılarının olumlu davranışlara yol açtığı ancak bireylerin kendilerini kabul etmelerinde bir değişim olmadığı vurgulanmaktadır.

Bu çalışmada, grupla psikolojik danışmanın ortaöğretim öğrencilerin kendini-kabullerini artırıp artırmadığı araştırılmıştır. Burada temel sayıltı, kendini kabul edebilen bireyler öncelikle kendilerini yeterince tanımış bireylerdir. Kendini-tanıma, kendini-kabul için ön koşuldur. Yapılan deneysel çalışmada bu sayıltıdan hareket edilerek grupla psikolojik danışmanın öğrencilerin kendini-kabullerini olumlu yönde değiştirip değiştirmediği araştırılmıştır. Elde edilen bulgularla okullarda psikolojik danışma yardımının gerekliliği bir kez daha vurgulanmıştır.

Bu araştırmanın temel amacı; grupla psikolojik danış-

manın ortaöğrenim öğrencilerinin kendilerini tanımalarına, olumlu-olumsuz, güçlü-zayıf yönlerini tanımalarına ve dolayısıyla kendini-kabul etmelerine etkisini araştırmaktır.

PROBLEM

Bu araştırmada grupla psikolojik danışmanın ortaöğretim öğrencilerinin, kendini-kabul düzeyine etkisi incelenmiştir.

ALT PROBLEMLER:

Araştırmada daha ayrıntılı olarak aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır.

1.0. Grupla psikolojik danışmanın ortaöğretim öğrencilerinin;

1.1. "Kendini bazı konularda yeterli sayma ve bazı yaşam sorunlarını kendine göre çözmede başarılı olacağına inanma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine etkisi nedir?

1.2. "Kendi davranışlarının sorumluluğunu kabullenme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine etkisi nedir?

1.3. "Kolaylıkla suçluluk ve pişmanlık duygularına kapılmama" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine etkisi nedir?

1.4. "Aşırı ölçüde mağcupluk ve utangaçlık göstermeme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine etkisi nedir?

1.5. "Kendi değer ve inançlarına uygun yaşama" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine etkisi nedir?

1.6. "Kendi beden ve fizik yapısını kabullenme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine etkisi nedir?

1.7. "Kendi cinsiyetini kabullenme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine etkisi nedir?

1.8. "Kendini başkalarının kabul ettiğine inanma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine etkisi nedir?

1.9. "Kişiliğinde bazı olumlu ve değerli yanların bulunduğuna inanma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine etkisi nedir?

1.10 "Olumlu yönleri kadar olumsuz yönlerini de kişiliğinin bir parçası sayma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine etkisi nedir?

2.0. Grupla psikolojik danışmanın ortaöğretim kız öğrencilerinin;

2.1. "Kendini bazı konularda yeterli sayma ve bazı yaşam sorunlarını kendine göre çözmeye başarılı olacağına inanma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine etkisi nedir?

2.2. "Kendi davranışlarının sorumluluğunu kabullenme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine etkisi nedir?

2.3. "Kolaylıkla suçluluk ve pişmanlık duygularına kapılmama" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine etkisi nedir?

2.4. "Aşırı ölçüde mapçupluk ve utangaçlık göstermeme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine etkisi nedir?

2.5. "Kendi değer ve inançlarına uygun yaşama" ölçütü

bakımından kendini kabul etmesine etkisi nedir?

2.6. *"Kendi beden ve fizik yapısını kabullenme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine etkisi nedir?*

2.7. *"Kendi cinsiyetini kabullenme ölçütü" bakımından kendini kabul etmesine etkisi nedir?*

2.8. *"Kendini başkalarının kabul ettiğine inanma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine etkisi nedir?*

2.9. *"Kişiliğinde bazı olumlu ve değerli yanların bulunduğuna inanma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine etkisi nedir?*

2.10 *"Olumlu yönleri kadar olumsuz yönlerini de kişiliğinin bir parçası sayma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine etkisi nedir?*

3.0. *Grupla psikolojik danışmanın ortaöğretim erkek öğrencilerinin;*

3.1. *"Kendini bazı konularda yeterli sayma ve bazı yaşam sorunlarını kendine göre çözmeye başarılı olacağına inanma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine etkisi nedir?*

3.2. *"Kendi davranışlarının sorumluluğunu kabullenme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine etkisi nedir?*

3.3. *"Kolaylıkla suçluluk ve pişmanlık duygularına kapılmama" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine etkisi nedir?*

3.4. *"Aşırı ölçüde mağupluk ve utangaçlık göstermeme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine etkisi nedir?*

3.5. *"Kendi değer ve inançlarına uygun yaşama" ölçütü*

bakımından kendini kabul etmesine etkisi nedir?

3.6. "Kendi beden ve fizik yapısını kabullenme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine etkisi nedir?

3.7. "Kendi cinsiyetini kabullenme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine etkisi nedir?

3.8. "Kendini başkalarının kabul ettiğine inanma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine etkisi nedir?

3.9. "Kişiliğinde bazı olumlu ve değerli yanların bulunduğuna inanma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine etkisi nedir?

3.10 "Olumlu yönleri kadar olumsuz yönlerini de kişiliğinin bir parçası sayma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine etkisi nedir?

4.0. Grupla psikolojik danışmanın ortaöğretimdeki kız ve erkek öğrencilerin;

4.1. "Kendini bazı konularda yeterli sayma ve bazı yaşam sorunlarını kendine göre çözmede başarılı olacağına inanma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine farklı bir etki yapmakta mıdır?

4.2. "Kendi davranışlarının sorumluluğunu kabullenme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine farklı bir etki yapmakta mıdır?

4.3. "Kolaylıkla suçluluk ve pişmanlık duygularına kapılmama" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine farklı bir etki yapmakta mıdır?

4.4. "Aşırı ölçüde mağçupluk ve utangaçlık göstermeme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine farklı bir etki

yapmakta mıdır?

4.5. "Kendi değer ve inançlarına uygun yaşama" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine farklı bir etki yapmakta mıdır?

4.6. "Kendi beden ve fizik yapısını kabullenme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine farklı bir etki yapmakta mıdır?

4.7. "Kendi cinsiyetini kabullenme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine farklı bir etki yapmakta mıdır?

4.8. "Kendini başkalarının kabul ettiğine inanma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine farklı bir etki yapmakta mıdır?

4.9. "Kişiliğinde bazı olumlu ve değerli yanların bulunduğuna inanma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine farklı bir etki yapmakta mıdır?

4.10 "Olumlu yönleri kadar olumsuz yönlerini de kişiliğinin bir parçası sayma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine farklı bir etki yapmakta mıdır?

HİPOTEZLER:

1.0. Grupla psikolojik danışma ortaöğretim öğrencilerinin;

1.1. "Kendini bazı konularda yeterli sayma ve bazı yaşam sorunlarını kendine göre çözmeye başarılı olacağına inanma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesinde etkilidir.

1.2. "Kendi davranışlarının sorumluluğunu kabullenme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesinde etkilidir.

1.3. "Kolaylıkla suçluluk ve pişmanlık duygularına

kapılmama" ölçütü bakımından kendini kabul etmesinde etkilidir.

1.4. "Aşırı ölçüde mapçupluk ve utangaçlık göstermeme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesinde etkilidir.

1.5. "Kendi değer ve inançlarına uygun yaşama" ölçütü bakımından kendini kabul etmesinde etkilidir.

1.6. "Kendi beden ve fizik yapısını kabullenme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesinde etkilidir.

1.7. "Kendi cinsiyetini kabullenme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesinde etkilidir.

1.8. "Kendini başkalarının kabul ettiğine inanma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesinde etkilidir.

1.9. "Kişiliğinde bazı olumlu ve değerli yanların bulunduğuna inanma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesinde etkilidir.

1.10 "Olumlu yönleri kadar olumsuz yönlerini de kişiliğinin bir parçası sayma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesinde etkilidir.

2.0. Grupla psikolojik danışma ortaöğretim kız öğrencilerin;

2.1. "Kendini bazı konularda yeterli sayma ve bazı yaşam sorunlarını kendine göre çözmeye başarılı olacağına inanma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesinde etkilidir.

2.2. "Kendi davranışlarının sorumluluğunu kabullenme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesinde etkilidir.

2.3. "Kolaylıkla suçluluk ve pişmanlık duygularına kapılmama" ölçütü bakımından kendini kabul etmesinde etkilidir.

etkilidir.

2.4. "Aşırı ölçüde mapçupluk ve utangaçlık göstermeme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesinde etkilidir.

2.5. "Kendi değer ve inançlarına uygun yaşama" ölçütü bakımından kendini kabul etmesinde etkilidir.

2.6. "Kendi beden ve fizik yapısını kabullenme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesinde etkilidir.

2.7. "Kendi cinsiyetini kabullenme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesinde etkilidir.

2.8. "Kendini başkalarının kabul ettiğine inanma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesinde etkilidir.

2.9. "Kişiliğinde bazı olumlu ve değerli yanların bulunduğuna inanma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesinde etkilidir.

2.10 "Olumlu yönleri kadar olumsuz yönlerini de kişiliğinin bir parçası sayma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesinde etkilidir.

3.0. Grupla psikolojik danışma ortaöğretim erkek öğrencilerin;

3.1. "Kendini bazı konularda yeterli sayma ve bazı yaşam sorunlarını kendine göre çözmede başarılı olacağına inanma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesinde etkilidir.

3.2. "Kendi davranışlarının sorumluluğunu kabullenme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesinde etkilidir.

3.3. "Kolaylıkla suçluluk ve pişmanlık duygularına kapılmama" ölçütü bakımından kendini kabul etmesinde etkilidir.

3.4. "Aşırı ölçüde mapçupluk ve utangaçlık göstermeme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesinde etkilidir.

3.5. "Kendi değer ve inançlarına uygun yaşama" ölçütü bakımından kendini kabul etmesinde etkilidir.

3.6. "Kendi beden ve fizik yapısını kabullenme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesinde etkilidir.

3.7. "Kendi cinsiyetini kabullenme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesinde etkilidir.

3.8. "Kendini başkalarının kabul ettiğine inanma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesinde etkilidir.

3.9. "Kişiliğinde bazı olumlu ve değerli yanların bulunduğuna inanma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesinde etkilidir.

3.10 "Olumlu yönleri kadar olumsuz yönlerini de kişiliğinin bir parçası sayma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesinde etkilidir.

4.0. Grupla psikolojik danışma ortaöğretim kız ve erkek öğrencilerin;

4.1. "Kendini bazı konularda yeterli sayma ve bazı yaşam sorunlarını kendine göre çözmede başarılı olacağına inanma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine farklı bir etki yapmaktadır.

4.2. "Kendi davranışlarının sorumluluğunu kabullenme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine farklı bir etki yapmaktadır.

4.3. "Kolaylıkla suçluluk ve pişmanlık duygularına kapılmama" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine farklı

bir etki yapmaktadır.

4.4. "Aşırı ölçüde mapçupluk ve utangaçlık göstermeme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine farklı bir etki yapmaktadır.

4.5. "Kendi değer ve inançlarına uygun yaşama" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine farklı bir etki yapmaktadır.

4.6. "Kendi beden ve fizik yapısını kabullenme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine farklı bir etki yapmaktadır.

4.7. "Kendi cinsiyetini kabullenme" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine farklı bir etki yapmaktadır.

4.8. "Kendini başkalarının kabul ettiğine inanma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine farklı bir etki yapmaktadır.

4.9. "Kişiliğinde bazı olumlu ve değerli yanların bulunduğuna inanma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine farklı bir etki yapmaktadır.

4.10 "Olumlu yönleri kadar olumsuz yönlerini de kişiliğinin bir parçası sayma" ölçütü bakımından kendini kabul etmesine farklı bir etki yapmaktadır.

SAYILTILAR:

1. Deney grubuyla yapılan psikolojik danışma oturumlarında Grupla Psikolojik danışma'nın 15 aşaması da yaşanmıştır.

2. Öğrenciler grupla psikolojik danışma oturumlarına

başlamadan ve oturumlar sonlandıktan sonra verilen "Kendini Kabul Envanteri L Formu"'na samimi ve içtenlikle cevap vermişlerdir.

3. Araştırmada, zamanın etkisini ölçmek amacıyla oluşturulan kontrol grubu, deney grubuyla aynı özelliklere sahiptir.

4. Araştırmada kullanılan "Kendini-Kabul Envanteri L Formu" geçerliği ve güvenilirliği yüksek bir ölçektir.

5. Kendini-Kabul Envanteri L Formu istenilen bilgileri toplamaya elverişli bir ölçektir.

SINIRLILIKLAR:

1. Araştırmaya katılan öğrencilerin sosyo-ekonomik düzeyleri dikkate alınmamıştır.

2. Bu araştırmanın bulguları, sadece ortaöğretim öğrencileri üzerine yorum ve yordama yapma amacıyla kullanılabilir.

3. Araştırma bulguları, sadece grupta psikolojik danışmanın "Kendini-Kabul Envanteri L Formu" nun ölçtüğü 10 ölçüt bakımından öğrencilerin kendini-kabullerine etkisinden ibarettir.

4. Araştırmaya katılan öğrencilerin kimlikleri gizli tutulmuştur.

TANIMLAR:

Kendini-kabul; Kişinin değerlilikleri ve sınırlılıkları olan her bir özelliğini objektif olarak tanıması ve onların herbirini kişiliğinin bir parçası sayması biçimindeki sağlıklı tutumudur(Kılıççı, 1980).

Grupla Psikolojik Danışma; Mesleki eğitim görmüş, hoşgörülü, anlayışlı, saygılı ve duyarlı bir terapistin öncülüğünde, ruh sağlığı bakımından bireylere grup içinde yapılan psikolojik bir yardım sürecidir(Kuzgun, 1988).

Geçerlik; Envanterle ilgili olarak; envanterin, konusuna uygunluğu; cevaplayıcı yönünden ise, envanteri cevaplayanın, samimi olarak, istenene; cidden doğru olduğuna inandığı şekilde cevap vermiş olmasıdır(Kaptan, 1991).

Güvenirlilik: Envanterdeki ifadelerin, okuyana ve envanteri cevaplayacak olana her zaman aynı anlamı vermesidir(Kaptan, 1991).

Ortaöğretim: Milli Eğitim Bakanlığına, bağlı 8 yıllık ilköğretimden sonra örgün olarak eğitim veren ve Lise olarak da adlandırılan 3 ya da 4 yıllık okullardır.

BÖLÜM II

İLGİLİ YAYINLAR

Bu bölümde, "Grupla Psikolojik Danışmanın öğrencilerin kendini-kabul etmesine etkisi" konusu ile dolaylı ve dolaysız olarak yapılmış araştırmalar ve bu araştırmaların sonuçlarından bahsedilmiştir.

Grupla psikolojik danışmanın etkililiğini araştıran Shostrom(1964), grupla psikolojik danışmaya yeni başlamış deneklerle danışma sürecinde ilerlemiş grupları birbiriyle karşılaştırmıştır. Sonuçlar, grupla psikolojik danışma uygulamasının sağlıklı davranışların artmasına yol açtığını göstermiştir.

Buna benzer bir başka çalışmanın bulgularında Kapp (1964) grupla psikolojik danışma oturumlarına katılan bireylerde, grupta kalma süresinin artmasıyla olumlu kişilik değişmelerinin görüldüğünü ortaya koymaktadır.

Alkol bağımlıları ile yaptıkları çalışmalarında Rugel ve Barry(1990), 28 kişiden oluşan gruba 12 hafta süreyle yapılan grubla psikolojik danışma sürecinden sonra bireylerin, içki problemlerinin varlığını inkar etme ve psikopatolojilerinin azaldığı gözlenmiştir. Bu çalışmada kendini-kabulun, inkarlardaki azalmalar ve gruptaki yaşantılarının kabulü ile ilişkili olduğu; psikopatoloji ve inkarlardaki azalmaların ise, katarsis(boşalma), ümit ve kimliklen-

me ile ilişkili olduğunu ortaya koymuşlardır.

10 haftalık grupla psikolojik danışma oturumlarının 4. 5. ve 6. sınıflarda öğrenme güçlükleri olan öğrencilerin kendini-kabul ve sosyal davranışları üzerine etkisi konulu araştırmalarında, Omizo ve Omizo (1988), 30 öğrenciden oluşan kontrol grubu ile 23 öğrenciden oluşan deney grubunu karşılaştırmışlardır. Deney grubu kontrol grubuna oranla, kendini-kabul skalasında son testte daha yüksek puanlar aldıklarını, ayrıca iki sosyal beceriklilik (Genel sosyal beceriklilik, bir işe ait sosyal beceriklilik) skalalarında pozitif yönde gelişmeler sağladıklarını bildirmişlerdir.

Yukarıda bahsedilen araştırmaların bulguları, grupla psikolojik danışmanın oturum sayısındaki artışın sağlıklı davranışların artmasına, olumlu kişilik değişimlerine, inkarların ve psikopatolojilerin azalmasına, sosyal becerilerinin artmasına ve kendilerini kabul etmelerinde etkili olduğunu göstermektedir. Bu sebeple araştırmamızda grupla psikolojik danışma oturumlarının sayısı yüksek tutulmuştur.

Leib(1967)'in lise öğrencileriyle yaptığı bir araştırmada, herbiri 14 kişiden oluşan deney ve kontrol gruplarına grupla psikolojik danışma uygulamıştır. Bulgular, grupla psikolojik danışmanın, başarı düzeyi düşük öğrencilerde, kendini gerçekleştirme bakımından olumlu değişimler sağladığını göstermektedir. Bu çalışmada ayrıca, öğrencilerin "kendini-gerçekleştirme" düzeylerinde görülen olumlu değişimlere bağlı olarak ders notlarında da artışlar görüldüğü

belirtilmektedir.

Leib`in bu çalışmasında, grupla psikolojik danışmanın kendini gerçekleştirme düzeyinde de olumlu değişimler görülmüştür. Bireyi, kendini gerçekleştirmeye götüren aşamalar, kendini-tanıma ve daha sonra kendini-kabul olduğuna göre, grupla psikolojik danışmanın kendini-kabul düzeyinde de olumlu yönde değişimler meydana getireceği düşünülmektedir. Bu amaçla grupla psikolojik danışmanın, kendini gerçekleştirme düzeyine etkisi konulu araştırmalardan söz edilmiştir.

Walton(1973) üniversite öğrencileriyle yürüttüğü bir araştırmada, grupla psikolojik danışma oturumlarının bireylerin kendini gerçekleştirme düzeyine etkisini araştırdığı çalışmada, danışma sürecinin, öğrencilerin kendini gerçekleştirme düzeylerinde olumlu etkilere yol açtığı görülmüştür.

Young ve Jacopson(1970), 15 saatlik maraton grup yaşantısı sonunda deneklerde sadece kendini gerçekleştirmeye götüren değerler ölçeğinde önemli artış bulmuşlardır.

Grupla psikolojik danışmanın bireylerin kendini-kabul etmelerine etkisini inceleyen araştırmalar aşağıda özetlenmiştir. Ancak, bir çok araştırmada "kendini-kabul", envanterler içinde bir alt ölçek olarak bulundurulmuş, grupla psikolojik danışmanın kendini-kabul düzeyine etkisi bu şekilde ölçülmüştür. Bunun sebebi 1980 yılına kadar kendini kabul envanterinin olmamasıdır. 1980 yılında psikoloji bi-

limindeki bu eksiklik Kılıççı tarafından giderilmeye çalışılmıştır.

Grupla psikolojik danışmanın kendini-kabul düzeyine etkisini araştıran çalışmaların birinde, Alperson ve Alper-son(1971) lise öğrencileriyle yaptıkları araştırmada, maraton grup yaşantısının, bireylerin "Kişisel Yönelim Envanteri"nden aldıkları puanlara olan etkisini incelemiştir. Grup yaşantısı sonunda deneklerin, zamanı iyi kullanma, desteği içten alma, kendine-saygı, kendini-kabul ve saldırganlık eğilimlerini kabul etme ölçeklerinden aldıkları puanlarda artışlar görülmüştür.

Bir başka çalışmada Cartwright, Kirtner ve Fiske(1963) nin "danışandan hız alan terapi" girişimleri sonunda danışanlarda şu değişmelerin meydana geldiği gözlenmiştir: denekler kendilerini terapi öncesine kıyasla daha az eleştirir hale gelmişler, kendilerini daha yeterli olarak algılama ve daha çok kabul etme özellikleri göstermişlerdir. Bir başka değişle, deneklerin benlik tasarımları olumlu yönde gelişmeler göstermiştir.

Yine, grupla psikolojik danışmanın sınıf ve başarı düzeyleri farklı olan Hacettepe Hemşirelik Koleji Meslek Lisesi'ndeki kız öğrencilerin, kendini gerçekleştirme düzeylerine etkisini inceleyen Alpsan(1978), 9 hafta süreyle uygulanan grupla psikolojik danışmanın etkisiyle, öğrencilerin, zamanı iyi kullanma, desteği içten alma, varoluşsal bir hayat sürme, içten geldiği gibi davranabilme, kendini

kabul edebilme ve dünyaya uzlaştırıcı bir gözle bakabilmede olumlu yönde değişme gösterdikleri saptanmıştır.

Sınıf düzeyleri dikkate alınarak yapılan bir başka araştırmada Burke ve Van-de-Streek(1989),boşanmış ailelerin çocuklarına yardım etmek için grubla psikolojik danışmada Hammond'un metodunu kullanarak etkisi araştırılmıştır. 4., 5. ve 6. sınıflardan 39 öğrenci 8 haftalık bir programa alınmış ve kendini-kabul etmenin kazandırılmasında grubla psikolojik danışmanın etkili olduğu gözlenmiştir.

Grupla psikolojik danışma yaşantısının kendini-kabul düzeyine etkisini sınıf düzeylerini dikkate alarak inceleyen araştırmalarda olumlu sonuçlar elde edilmiştir.

Aileleri boşanmış 60 kişiden oluşan deney ve kontrol gruplarıyla yaptıkları çalışmalarında grubla psikolojik danışmanın etkililiğini iki grubun karşılaştırılmasıyla Ölçen Omizo ve Omizo (1987b), aileleri boşanmış ilkökul öğrencilerinin yaşantılarında grubla psikolojik danışmanın kendini-kabul etme ve iç-kontrolün yükseltilmesinde yararlı olduğunu vurgulamışlardır.

Yine Omizo ve Omizo(1987a) buna benzer bir çalışmaları-
rında, grubla psikolojik danışma oturumlarına katılan boşan-
mış ailelerin, ilkökul çağındaki çocuklarının kendini kabul
etme ve grubla psikolojik danışmanın ailelerin çocuklarına
karşı tutumlarına etkisini ölçtükleri çalışmada, deney gru-
bundaki aileler yüksek bir güven ve kendini-kabul başarısı
göstermiş ve bunların çocukları da kontrol grubundan daha

çok kendini-kabul etme başarısı göstermiştir. Deney grubundaki ailelerin çocukları ile olan etkileşimleri artırılmış, bu ailelerin çocuklarına karşı olan tutumları değişmiştir.

Boşanmış ailelerle yapılan başka bir çalışmada Salts ve Zongker(1983), grubla psikolojik danışma vasıtasıyla 64 kişiden oluşan boşanmış eşler ve ayrı yaşayan ailelerin bu durumlarına intibakı ve kendini-kabulleri ölçülmüşlerdir. Grup ister yapılanmış isterse yapılanmamış olsun psikolojik danışmaya katılan kişilerin intibaklarında ve kendini-kabul etmelerinde olumlu gelişmeler sağlanmıştır.

Dini Mormon Kolejinden 15 öğrenci ile grubla psikolojik danışma düzenleyen Richards ve diğerleri(1993) mükemmellik, dinsel imaj, dini bibliyoterapi ve olgunlaşmanın kabulü konularını kapsayan bir çalışmadan sonra, çalışmaya katılmadan önceki durumlarına göre, mükemmellik ve depresyon bakımından düşük; kendine-saygı, fiziksel ve dini varoluşluk bakımından yüksek puanlar almışlardır.

Disruptive Child's Play Group(DCPG)'nin öğrencilerin yıkıcı davranış problemlerine ve kendini-kabullerine etkisini inceledikleri çalışmalarında Bleck ve Bleck (1982), danışmanlar tarafından kullanılmış olan yapılanmış oyun teknikleri öğrencilerin yıkıcı davranışları üzerinde olumlu etkiler yapmıştır. DCPG kendini-kabul puanlarının artmasında önemli rol oynamıştır.

Çalışan erkeklerle yaptıkları çalışmalarında Vicary ve Good(1983), psikolojik danışmanın kendine-saygı düzeyine

etkisini 15 kişi ile incelemişlerdir. Tecrübeye dayalı ve tartışmalı yöntemler kullanılarak bu program ailesel kendini-kabul etme üzerinde yoğunlaştırılmıştır. Sonuçlar katılımcıların ön ve sontestten aldıkları puanlara bakıldığında ailesel kendine-saygı puanlarının anlamlı bir yükselme göstermesine karşın, işe yönelik kendini-kabul etme puanlarında değişme olmadığını göstermiştir.

Çocukluğunda seksuel suistimale uğrayan 30 yaşlı yetişkin kadına, sembolik yüzleştirmenin depressiyon ve kendini-kabul düzeyine etkisinin ölçüldüğü bir araştırmada, Apolinsky ve Wilcoxon(1991) psikolojik danışma sonunda, çocukluğunda seksuel suistimale uğrayan yaşlı yetişkinlerin gördükleri zulmün yan etkilerinin sembolik yüzleştirme tekniği ile nisbeten ortadan kalktığı gözlenmişlerdir.

Doğuştan kör 10 adölesans döneminde olan gençlerin, kendini-kabullerini artırmak amacıyla, kendini algılama, kendine güvenme, aile ilişkileri ve bağımsız yaşayabilme konularında yapılan grupla psikolojik danışma sonunda uysal körlük ve içten geldiği gibi davranma tutumlarında olumlu yönde bir gelişme sağlandığı gözlenmiştir(Johnson; Johnson, 1991).

4. sınıf öğrencilerinin kendini-kabul etme ve davranışlarını iyileştirmek için, sınıf toplantılarının, grupla psikolojik danışmanın bir çeşidi olup olmadığına karar verme amacıyla 20 hafta süreli ve 45'er kişiden oluşan deney ve kontrol gruplarının katıldığı bir çalışma yapılmıştır. Sonuçlar, öğrencilerin davranışlarında iyileşmelerin oldu-

ğunu fakat, kendini-kabul etmede iyileşmelerin olmadığını göstermiştir(Sorsdahl; Sanche, 1985).

Piers-Harris Children's Self-Concept Scala' nın ölçme aracı olarak kullanıldığı ve altıncı sınıf erkek zenci öğrencilerin katıldığı bir araştırmada, öğrencilerin kendini-kabullerini artırmak amacıyla; yardım edici bir eğitim verildi. Ayrıca bu çalışmada, uzmanlar hergün sınıf ziyaretlerinde bulundu, haftada bir danışma oturumları düzenlendi, ebeveynlerle görüşmeler yapıldı, öğretmenler tarafından sınıf içinde öğrencilerin saldırganlıklarını önlemek için çalışmalarda bulunuldu. Çalışma sonunda altıncı sınıf erkek zenci öğrencilerin, fiziksel saldırı ve kontrolsüz davranışlarını düzelttikleri, olumsuz kendini-kabullerini düzelterek olumlu olarak kendilerini kabul edebildikleri gözlemlendi(Slack, 1993).

Çeşitli değişkenlerin kullanıldığı ve farklı durumdaki bireylerle yapılmış araştırmalarda, grupla psikolojik danışmanın etkisi ortaya konmaktadır. Özellikle değişken olarak kendini-kabul düzeyini ele alan araştırmaların sonuçları yapılan bu araştırmanın bulgularını desteklemektedir.

Alperson, Alperson ve Levine(1971), lise öğrencileriyle yapılan bir çalışmada, maraton grup yaşantısının Kişisel Yönelim Envanteri'nin puanlarına etkisini incelemiştir. Grup yaşantısı sonunda, zamanı iyi kullanma, desteği

ıçten alma, varoluşsal bir hayat sürme, kendine-saygı, kendini-kabul edebilme ve saldırganlık eğilimlerini kabul etme ölçeklerinde artış görülmüştür.

Foulds(1971), üniversite öğrencileriyle yaptığı sekiz haftalık grupla psikolojik danışma sonunda deneklerin kendilerini gerçekleştirme düzeylerindeki değişmeyi incelemiştir. Araştırmada kendini gerçekleştirme düzeyi Kişisel Yönelim Envanteri ile ölçülmüş ve grup yaşantısından sonra, envanterin, desteği içten alma, varoluşçu bir hayat sürme, duygusal bakımdan açık olma, kendiliğinden davranabilme, saldırganlık eğilimlerini kabul edebilme, kendini-kabul edebilme, dünyaya uzlaştırıcı bir gözle bakabilme ve başkaları ile yakınlık kurabilme ölçeklerinde olumlu yönde artış olduğu görülmüştür.

Grup yaşantısı sonunda Kişisel Yönelim Envanteri ile ölçülen kendini gerçekleştirme düzeyindeki değişimi inceleyen Bebout ve Gordon(1972), desteği içten alma, varoluşsal bir hayat sürme, duygusal bakımdan açık olma, kendiliğinden davranabilme, kendini-kabul etme, saldırganlık eğilimlerini kabul edebilme ve başkalarıyla yakınlık kurabilme ölçeklerinde önemli farklar bulmuşlardır.

Trueblood ve McHolland, bir önlisans okulunda ondört haftalık, insan potansiyeli(human potential) grup semineri sonunda kendini gerçekleştirme yönünden ortaya çıkan değişimleri incelemiştir. Kontrol grubunun kullanıldığı bu çalışmada deney grubundaki öğrencilerin, desteği içten alma kendini gerçekleştirmeye götüren değerleri benimseme, varo-

luşsal bir hayat sürme, kendine-saygı ve insan tabiatı hakkında olumlu bir görüş sahibi olma yönünden kontrol grubuna göre önemli farklar bulmuşlardır(Shostrom, 1974).

Foulds ve Hannigan(1976), Guinan ve Foulds(1970)' un yaptığı araştırmayı yenileyerek ve düzenleyerek yaptıkları çalışmada, zamanı iyi kullanma, desteği içten alma, kendini gerçekleştirmeye götüren değerleri benimseme, varoluşsal bir hayat sürme, duygusal bakımdan açık olma, içten geldiği gibi davranabilme, kendine-saygı, kendini-kabul edebilme, saldırganlık eğilimlerini kabul edebilme ve başkaları ile yakınlık kurabilme skalalarında önemli farklar bulmuşlardır

Knapp ve Fitzgerald(1973)'ın yaptıkları araştırmada 72 saatlik hafta sonu seminer çalışması sonucunda ilaç alışkanlığı bulunan denizcilerin Kişisel Yönelim Envanteri ölçeklerindeki değişimleri incelemişlerdir. Öntest ve Son-test arasında, desteği içten alma, duygusal bakımdan açık olma, içten geldiği gibi davranabilme, kendine-saygı, kendini-kabul etme ve saldırganlık eğilimlerini kabul edebilme ölçeklerinde önemli farklar bulunmuştur.

Treppa ve Fricke(1972)'nin yaptıkları maraton grup yaşantısı sonunda zamanı iyi kullanma, desteği içten alma, varoluşsal bir hayat sürme, içten geldiği gibi davranabilme, kendine-saygı, kendini-kabul edebilme ve saldırganlık eğilimlerini kabul edebilme skalalarında öntest ve sontest arasında önemli farklar bulmuşlardır.

Kimbal ve Gelso(1974), 18 saatlik hafta sonu grup

yaşantısı ile ilgili yaptıkları çalışmalarında, desteği içten alma, içten geldiği gibi davranabilme, kendine-saygı, kendini-kabul edebilme ve dünyaya uzlaştırıcı bir gözle bakabilme skalalarında öntest ve sontest arasında önemli farklar bulmuşlardır.

Foulds ve Hannigan(1977)'in yaptıkları tekrar ve düzenleme araştırmasında,Gestalt grup yaşantısı sonunda Kişisel Yönelim Envanterindeki desteği içten alma, kendini gerçekleştirmeye götüren değerleri benimseme, varoluşsal bir hayat sürme, duygusal bakımdan açık olma, içten geldiği gibi davranabilme, kendine-saygı, kendini-kabul edebilme, dünyaya uzlaştırıcı bir gözle bakabilme, saldırganlık eğilimlerini kabul edebilme ve başkaları ile yakınlık kurabilme skalalarında önemli farklar görülmüştür.

Grupla psikolojik danışmanın benlik ile ideal benlik arasındaki farkın azalmasına etkisi ve yine grupla psikolojik danışmanın ruh sağlığı üzerindeki etkisini araştıran çalışmalar aşağıya özetlenmiştir. Bu çalışmaların grupla psikolojik danışma oturumlarıyla gerçekleştirilmiş olması yapılan bu araştırma için önemli görülmüştür. Ayrıca benlik ile ideal benlik arasındaki farkın azalması da ancak, bireyin kendini tanıması ve kabul etmesiyle mümkündür. Bu amaçla bu araştırmalardan da bahsedilmiştir.

Bu araştırmaların ilkinde Truax(1968) ruh sağlığı tümüyle bozuk, ayakta tedavi gören ve bir kurumda kalmakta olan sorunlu gençler olmak üzere üç farklı grupla yaptığı

grupla psikolojik danışma çalışmaları sonunda, her üç grupta da olumlu değişimler görüldüğünü bildirmektedir.

Dört ayrı deney ve kontrol grubundan oluşan bir çalışmada Piper(1977), bu grupları,grupla psikolojik danışmanın yararı açısından birbirleriyle karşılaştırmıştır. Öntest sontest deseninin kullanıldığı çalışmanın bulguları, psikolojik danışma yardımıyla deney grubundaki deneklerde olumlu değişmelerin yer aldığını göstermiştir. Bu kişilerin "algıladıkları benlik" ile "ideal benlik"leri arasındaki fark giderek azalmıştır.

Üniversite ikinci sınıf düzeyinde yaptığı çalışmasında Taylor(1970), grupla psikolojik danışmanın, öğrencilerin benlik tasarımı ve akademik başarıları üzerindeki etkilerini incelemiştir. Deney ve kontrol gruplarının "Tennessee Benlik Tasarımı Envanteri" ile ölçülen benlik tasarımı puanları ile akademik başarı puanları arasında önemli sayılabilecek bir fark bulunmadığı sonucuna ulaşmıştır.

Grubla psikolojik danışma atmosferinin, 1. sınıf kolej öğrencilerinin kendilerini kabul etmelerinde etkili olduğu ve kendini-kabullerindeki bu artışında onların okumalarının düzelmesini sağladığı gözlenmiştir(Goodwin; Payne, 1981).

Baymur(1970), A.B.D`de "yetenekleri ölçüsünde başarı gösteremeyen öğrenciler" 'le yaptığı çalışmasında kişisel, sosyal ve duygusal problemi olan öğrenci gruplarını bireysel ve grupla psikolojik danışma yardımıyla faydalandırmıştır. Bulguları, psikolojik yardım gören öğrencilerin

ruh sağlığında olumlu değişmeler meydana geldiğini, bu öğrencilerin akademik başarılarında da olumlu gelişmeler olduğunu göstermiştir.

Üniversite öğrencileri ile yapılan bir başka araştırmada ise Ören(1981), grupla psikolojik danışmanın, öğrencilerin benlik tasarımı, kendini anlatma ve desteği içten alma boyutlarından oluşan psikolojik sağlık düzeyleri üzerinde olumlu etkiler yaptığı görülmüştür.

Lise I. sınıflarda uygulanan grup rehberliği programının etkinliğini araştıran Ülkü(1976), rehberlik programının özbilişde olumlu etkisinin olmamasına karşın, öğrencilerin benlik tasarımlarında olumlu yönde değişme sağlanması etkili olduğunu görmüştür.

Danışandan Hız Alan Terapi(Client-Centered Therapy) yaklaşımının kullanıldığı bir çalışmada, Cartwright ve Vogel(1960) gruba katılan bireylerin uyum puanlarında grupla psikolojik danışma sonucunda artışlar görülmüştür.

İlgili araştırmalardan kısaca söz ettikten sonra, bu çalışmaya katılan denekler, araştırma deseni, veri toplama araçları, danışma oturumları ve istatistiksel işlemler hakkında gerekli bilgiler verilmiştir.

BÖLÜM III

METODOLOJİ

ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ:

Bu araştırmada, "deneysel yöntem" kullanılmıştır. Veriler Kılıççı'nın 1980 yılında üniversite öğrencileri için hazırladığı Kendini Kabul Envanteri Ü Formu'ndan yine Kılıççı tarafından 1988 yılında 126 maddeden 10 maddenin çıkarılmasıyla ve cevap anahtarının sadeleştirilmesiyle lise öğrencilerine uyarlanan Kendini Kabul Envanteri Lise Formu(KKE-L)'nin iki kez uygulanmasıyla elde edilmiştir.

Araştırma modeli olarak "Kontrol Gruplu Öntest-Son-test" (Kaptan, 1991)

G	T	D	T	
1	1		2	
<hr/>				
G	T		T	model izlenmiştir.
2	3		4	

Bu modelde, kontrol ve deney grubuna grupla psikolojik danışma oturumlarına başlamadan önce KKE-L Formu uygulanmıştır. Deney grubu 12 oturumluk grupla psikolojik danışma süreci yaşadıktan sonra her iki gruba da tekrar KKE-L Formu uygulanmıştır.

ARAŞTIRMA GRUBU :

Çorum ili ve ilçelerindeki ortaöğretim okullarından random(şans) yoluyla seçilen İskilip Lisesi'nden, gönüllülük esasına göre davet edilenlerden; 12'si kız, 18'i erkek 30 öğrenci deney grubuna alınmıştır. Deney grubunun sınıf düzeyleri olan II. sınıflardan 15'i kız, 15'i erkek toplam 30 öğrenci kontrol grubuna alınmıştır.

Deney grubuna alınan 30 öğrenciden, random yoluyla 6'sı kız, 9'u erkek 15 kişilik iki grup oluşturulmuştur.

VERİ TOPLAMA TEKNİKLERİ:

Araştırmanın verileri, Kılıççı(1988)'nin KKE-L Formundan elde edilmiştir. Veri toplama aracı olarak KKE-L Formunun seçilmesinin sebebi ve bu envanterin geçerlik ve güvenirliği hakkındaki bilgiler aşağıda özetlenmiştir.

Kendini-kabul bir psikolojik yapı olarak çeşitli ölçütlerden meydana gelmiştir. Ölçüt düzeyinde ilk çalışmalar Elizabeth Sheerer'in klinik gözlemlerinin değerlendirilmesi esnasında 1949'da yapılmıştır. Daha sonraki yıllarda geliştirilen çeşitli ölçme araçlarının ve hatta ekler bölümünde verilen Kendini-Kabul Envanterinin yapısal geçerlikle ilgili kuramsal çerçevesinde Sheerer'in ölçütlerinden esinlenilmiştir(Kılıççı, 1980).

Kendini-Kabul Envanteri, 1980 yılında geliştirilmiş

olup aynı konuda daha önce geliştirilen diğer araçların ölçütleri ve geliştirme yöntemlerinden yararlanmış olmakla beraber, cevaplama tekniği bakımından diğerlerinden oldukça farklıdır. Çünkü, diğer kendini-kabul envanterlerinde "Kendini-Kabul İndeksi" yaşantısal benlik ile ideal benlik arasındaki benzerlik olarak alınmakta ya da benliğe ilişkin herhangi bir nitelik "tam bana benziyor-genellikle bana bana benziyor-biraz bana benziyor-genellikle bana benzemiyor-hiç bana benzemiyor" biçiminde bir değerlendirmeyi gerektirmektedir. Oysa Kendini-Kabul Envanterinde kişi önce kendini-kabul yönünden kritik sayılan bazı niteliklere sahip olup olmadığını "EVET" veya "HAYIR" olarak belirledikten sonra kişiden o niteliğe sahip oluşu ve olmayışı konusundaki duygularını "memnunum(M)-şikayetçiyim(Ş)" şeklinde dile getirmesi(işaretlemesi) istenmektedir. Ayrıca kişinin o niteliğe sahip olup olmadığı veya o konudaki duygularını değerlendirmedeki kararsızlığı, kendimi tanımıyorum biçiminde cevaplayabilmektedir(Kılıççı, 1980).

Kendini-Kabul Envanterinin "memnunum" biçiminde cevaplandırılan maddeleri "salt kendini-kabul" olarak ele alınırken bu kabulün "sağlıklı" ya da "çarpık" kendini-kabul olabileceğinden sağlıklı kendini-kabulu, ruh sağlığı uzmanlarının kanılarına göre hazırlanmış olan "uyum anahtarı" belirlemektedir(Kılıççı, 1980).

Kendini-Kabul Envanterinin "şikayetçiyim" biçimindeki tüm yanıtları kendini kabullenememe ya da kendinden hoşnutsuzluğun bir ifadesi olmaktadır. Bu tutum ruh sağlığı açığı-

sından olumsuz bir durumdur. Bir diğ er olumsuz durum da çarpık kendini-kabuldur. Kendini-kabul etme daima kendinden memnun olma anlamına gelmemektedir. Benliğ e karşı gelişt i- rilen bu öznel tutumun ruh sağ lığı ilkelerine de ters düş - memesi gerekir(Kılıççı, 1980).

KKE-L FORMU HAKKINDA GENEL BİLGİLER:

KKE-L Formu, Kendini-Kabul Envanteri Üniversite(KKE-Ü) Formunun lise öğrencilerine uygun hale getirilmesiyle oluş - turulan bir ölçektir. Bu ölçek aynı ölçütleri ve aynı soru- ları kapsamaktadır. Envanterin orjinal formundan ayrılan en önemli yanı, ergenlik çağının geliş im görevlerinden henüz başarılmamış davranış ve tutumlarla ilgili olan 10 maddenin çıkartılmasıdır. Envanterin L formu 116 soruludur ve daha yalın bir cevap kağıdı ile kullanılmaktadır. KKE-L Formu çoğ altılırken orjinal formundan 2,3,7,21,28,53,83,84,105 ve 117. maddeler çıkartılıp envanterin L formunun nasıl cevap- landırılacağını gösteren bir açıklama ve örnekle yeniden düzenlenmesi gerekmektedir.

KKE-L FORMUNUN GEÇERLİK ÇALIŞMALARI:

Envanterin orjinal formuyla ilgili yapı geçerliği korunmuş ancak uzman kanısına göre 126 maddede ifade edilen davranış ve tutumların hangilerinin ergenlik çağı için uy- gun olduğu, 20 kişilik bir uzman grubunun kanısına başvuru-

olarak kontrol altına alınmıştır. Uzman kanısına göre 116 soruya indirilmiştir(Kılıçcı, 1988).

KKE-L FORMUNUN GÜVENİRLİK ÇALIŞMALARI:

Lise I.,II. ve III. sınıflardan randomla 114 öğrenci seçilmiş, 15 gün ara ile test-tekrar test yöntemiyle uygulama yapılmıştır. Sonuçlar Pearson Momentler Çarpımı kullanılarak .74'lük bir güvenilirlik katsayısı hesaplanmıştır.

KKE-L FORMUNUN CEVAPLANMASI:

KKE-L Formu, orjinal formundan farklı bir cevap kağıdı üzerinde puanlanmaktadır. KKE-L Formu cevap kağıdını düzenlenmesi aşağıdaki örneklerde görüldüğü gibi her maddenin karşısında Evet / Hayır sütunları altında verilen "memnunum (M)" ve "Şikayetçiyim(Ş)" şeklinde cevaplamaları istenmiş, kararsız durumlar için bir cevap yeri daha konulmuştur.

ÖRNEKLER

Kendini Algılama (Sorular)

	EVET		HAYIR		KARASIZ
	M	Ş	M	Ş	K
Arkadaşlarım beni sever	//	//	//	//	//
İnsanları severim	//	//	//	//	//

Burada dikkat edilmesi gereken bir nokta vardır. KKE-L Formunun nasıl cevaplandırılacağı envanterin orjinal formundaki açıklamalarda bazı düzeltmelerin yapılmasını gerektirmektedir.

KKE-L FORMUNUN PUANLANMASI:

Envanterin bu formu için ayrı bir cevap anahtarı kullanmak gerekmektedir. Çünkü envanterin orjinal formundan çıkan 10 soru ve cevaplama biçiminin değişimi nedeniyle 116 soruluk envanter için ayrı bir anahtar düzenlenmelidir.

KKE-L Formunun puanlanmasında her Memnunum(M) cevabına +1, her Şikayetçiyim(Ş) cevabına -1 verilmeli, K cevaplarına ise 0 ya da cevap verilmemiş işlemine tabi tutulmalıdır. KKE-L Formunun puanlanmasında cevap anahtarına uymayan her Memnunum(M) cevapları toplamı "çarpık kendini-kabul" puanları olarak hesaplanır.

DENEYSEL ÇALIŞMA ve DANIŞMA OTURUMLARI:

Deneysel çalışma olarak İskilip Lisesi' nin ise II. sınıflarından gönüllük esasına göre 18'si erkek, 12'si kız 30 öğrenci deneysel çalışmaya yani gruba psikolojik danışmaya davet edilmiştir. Daha sonra bu 30 öğrenci random yoluyla 15'er kişilik iki gruba ayrılmıştır. Böylece gruplar 9 erkek, 6 kız toplam 15 öğrenciden oluşan iki grup oluşturulmuştur.

Ayrıca deneysel çalışmaya gönüllü olarak katılan bu 30 öğrencinin sınıf düzeyleri olan lise II. sınıflardan random yoluyla 30 kişilik bir kontrol grubu oluşturulmuştur.

Deneysel çalışmaya başlamadan önce her iki gruba KKE-L Formu verilmiştir(öntest). Her iki deney grubuyla haftada birer kez olmak şartıyla grupla psikolojik danışma oturumu düzenlenmiştir. Grupla psikolojik danışma oturumlarında Carl Rogers`in "Danışandan Hız Alan(Client-Centered Therapy)" yaklaşımı benimsenmiştir.

Deney grubuyla yapılan 12 oturumluk süre sonunda her iki gruba KKE-L Formu tekrar verilmiştir(sontest).

Bir elmanın iki yarısı gibi olan her iki deney grubuyla sürdürülen grupla psikolojik danışma oturumlarında danışma aşamaları aynı oturumlarda ancak farklı zaman dilimlerinde ve farklı sürelerle yaşanmıştır. Bu nedenle her iki grupla sürdürülen danışma oturumlarının raporları ayrı ayrı yazılmamıştır.

1.DANIŞMA OTURUMLARI

Oturumların ilk dakikaları, sessizlikle ve grup üyelerinin birbirlerine bakınmalarıyla geçirildi. Grup üyeleri ilk konuşmayı diğer üyelere beklediler. Bir üye yaşadığı okul ve pansiyon ortamından rahatsızlığını ifade etti. Bu konudaki görüşlerini ve rahatsızlıklarını diğer üyelere ifade etmeye başladılar. Bu rahatsızlık grup üyelerinin ortak problemi haline geldi. Bu probleme çözüm yolları

önerildi ve tartışıldı. Kişisel ifadelerde rahatlama görüldü. Üyeler kısa sürede "şu an" daki duygu ve düşüncelerini ifade etmeye başladılar.

2.DANIŞMA OTURUMLARI

Sessizlikle başlayan ikinci oturumlarda üyelerden biri bir başka grup üyesine olan kızgınlığını ve rahatsızlığını dile getirdi.Bu şekilde başlayan negatif duyguların ifadesi aşamasında diğer üyelerde; ailelerine, akrabalarına ve öğretmenlerine olan kızgınlık, hoşnutsuzluk ve rahatsızlıklarını yaşadılar.

3.DANIŞMA OTURUMLARI

İkinci oturumda yaşanmaya başlayan olumsuz duyguların ifade edilmesine devam edildi. Oturumun ortalarına doğru, üyeler anlamlı duygularını araştırmaya ve ifade etmeye başladılar. Üyelerin bunu yaparken kendilerini ifade ettikleri ve diğer üyelerle bu duygularını paylaştıkları görüldü. Oturumun sonlarına doğru üyeler tarafından yansıtılmaya ve problemlerine çözüm yolları aramaya başladıkları görüldü.

4.DANIŞMA OTURUMLARI

Üyeler başlangıçtaki çekingenlik, karmaşıklık, kişisel yaşantıları ifadeden korkma, konuyu kişisel temaların dışında bırakma gibi eğilimlerini tamamen bırakmaya ve

kendilerini anlamlı şekilde ifade etmeye başladılar. Üyelerden bir kaçının önerilen çözüm yollarını denemeye başladığı görüldü.

5. DANIŞMA OTURUMLARI

Üyeler kendilerini anlamlı şekilde ifade etmeye, yansıtma yapmaya ve çözüm yolları önermeye devam ettiler. Bu oturumda üyelerin duygularını anında dile getirmeye başladıkları görüldü.

6. DANIŞMA OTURUMLARI

Grup üyeleri kendilerini anlamlı şekilde ifade etmeye devam ettiler. Bir önceki oturumda gözlenen duyguları ve düşünceleri ifade etme işi üyeler tarafından yoğun olarak sürdürüldü. Üyeler diğer üyeler hakkındaki olumlu ve olumsuz duygularını ifade etmeye, önerilen çözüm yollarından seçim yapan üyelerin bu çözüm yollarını benimsemeye ve iyileşme yolunda adımlar atmaya başladıkları görüldü.

7. DANIŞMA OTURUMLARI

Gruptan bir üyeye grup üyeleri tarafından yüzleştirme yaptırıldı. Kendisiyle yüzleşme imkanı bulan üye, davranışlarının sorumluluğunu alma bakımından adımlar atmış oldu. Bu oturumda yansıtma ağırlık kazandı. Üyelerin, oturumların başlangıcındaki durumları değişmiş, düşüncelerinde esnekleşmişlerdi.

8.DANIŞMA OTURUMLARI

Grup üyeleri tarafından, grup dışında meydana gelen yardım ilişkileri gündeme getirildi. Üyeler, grup dışında da yardım ilişkilerinin devam ettiğini ve bu ilişkilerden yararlandıklarını söylediler.

9.DANIŞMA OTURUMLARI

Grupta artık tam bir güven sağlanmış, herbir üye grup üyelerine ve diğer konulardaki bütün olumlu ve olumsuz duygularını rahatlıkla ifade edebiliyor duruma gelmişti. Başlangıçtaki güvensizlik, yerini kendi problemlerine çözüm yolları araştırma ve diğer üyelerin problemlerini çözebilmesinde onlara yardım etme isteği aldı.

10.DANIŞMA OTURUMLARI

Üyeler, kendilerini rahatlıkla ifade edebiliyorlardı. Grup üyelerine önerilen çözüm yollarına, üyelerin nasıl tepkide buldukları araştırılmaya başlandı.

11.DANIŞMA OTURUMLARI

Bu oturumda da üyelerin önerilen çözüm yollarına tepkileri araştırılmaya devam edildi. Bir kaç üyeye de diğer çözüm yollarını denemeleri önerildi.

12.DANIŞMA OTURUMLARI

Bu son oturumda üyeler, gruptaki her üyeyi tek tek ele

olarak, başlangıçtaki durumlarıyla, şimdiki durumları arasındaki değişiklikler, grup içindeki ve dışındaki tutumları dile getirildi. Üyelerde kendileri hakkında aldıkları feedback(geri iletim)`lere olan olumlu ve olumsuz duygu ve düşüncelerini söylediler. Oturumun sonunda grupla psikolojik danışma oturumları sonlandırıldı.

ÇÖZÜMLEME YÖNTEMLERİ:

"Araştırmanın Yöntemi" bölümünde de belirtildiği gibi deney grubunun ön ve sontest puanları arasındaki fark ile kontrol grubunun ön ve sontest puanları arasındaki farkın, farkı test edilmiştir. Yani t-testi kullanılmıştır. Bunu yapabilmek için de her iki grubun ön ve sontest puanlarının aritmetik ortalamaları ve standart sapmaları hesaplanmıştır. Hesaplamalar aşağıda verilen formüllerle yapılmıştır. Aritmetik ortalama,

$$\bar{x} = \frac{\sum X}{N} \text{ formülüyle;}$$

Grupların standart sapmaları,

$$S = \sqrt{\frac{\sum X^2 - (\sum X)^2}{N}}$$

formülüyle hesaplanmıştır.

Kontrol ve deney grubunun ortalama ve standart sapmaları hesaplandıktan sonra "farklar arasındaki farkın test" edilmiştir. Bunun içinde,

$$t = \frac{(\bar{x}_2 - \bar{x}_1) - (\bar{x}_4 - \bar{x}_3)}{\sqrt{\frac{S^2_1}{N_1} + \frac{S^2_2}{N_2} + \frac{S^2_3}{N_3} + \frac{S^2_4}{N_4}}}$$

formülü kullanılarak farklar arasındaki farkı test edilmiş ve t-puanı hesaplanmıştır. Yukarıdaki eşitlikten elde edilen t-puanı, .05`lik anlamlılık düzeyine göre tablodaki t-puanından büyük ise, farklar arasındaki fark önemli, küçük ise, farklar arasındaki fark önemsizdir kararı verilmiştir.

Yukarıda anlatılan istatistiksel işlemler, kontrol ve deney grubundan alınan verilere; her ölçüt için, üç ayrı işlem yapılmıştır. Öncelikle her iki grup cinsiyet değişkeni dikkate alınmaksızın karşılaştırılmıştır. Daha sonra sonra gruplar cinsiyet değişkeni dikkate alınarak incelenmiştir. Son olarak da deney grubundaki öğrenciler cinsiyet değişkeni bazında incelenmiştir.

BÖLÜM IV

BULGULAR

Grupla psikolojik danışmanın ortaöğretim öğrencilerinin kendini-kabul düzeylerine etkisini incelemek için öne sürülen hipotezler; 10 ölçüt bakımından gruplar, cinsiyet değişkeni dikkate alınarak ve alınmadan test edilmiştir.

Sonuçlar tablolarında; deney ve kontrol gruplarından elde edilen veriler, her ölçüt için ayrı ayrı hesaplanan grupların ortalamaları (\bar{x}), standart sapmaları (S), t-değerleri ve sonuçları (.05'lik anlamlılık düzeyinde) verilmiştir. Ayrıca deney ve kontrol grubuna katılan öğrencilerin sayıları da belirtilmiştir.

Hipotezlerin sınanmalarına geçmeden önce okuyucuların, 1.1,2.1,3.1 ve 4.1 nolu hipotezlerde, KKE-L Formunun ölçütlerinin yazımından dolayı meydana gelebilecek yanlış algılamalarını önlemek amacıyla bu hipotezlerde değinilen "kendini bazı konularda yeterli sayma ve bazı yaşam sorunlarını kendine göre çözmede başarılı olacağına inanma" ifadesinde yer alan bazı sözcüğü ile konular sözcüğünün kapsamına giren tüm durumlardan envanterin ölçtüğü konularla sınırlı olan davranışlar kastedilmiştir.

Hipotezler, önce genel olarak deney ve kontrol grupları bazında sınanmış daha sonra cinsiyet değişkenine (kız-erkek) göre sınanmıştır.

HİPOTEZ 1.1 : Grupla psikolojik danışma ortaöğretim öğrencilerinin, kendini bazı konularda yeterli sayma ve bazı yaşam sorunlarını kendine göre çözmede başarılı olacağına inanma ölçütü bakımından kendini-kabul etmesinde etkilidir.

1.1. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1 : 1.1. Cinsiyet Değişkeni Dikkate Alınmaksızın Kontrol ve Deney Grubunun Karşılaştırılması

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
DENEY	2.7	2.98	30	6.6	1.8	30	3.09	P<.05 önemli
KONTROL	3.1	2.25	30	4.4	2.02	30		

1.1. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemli bulunmuştur.

HİPOTEZ 1.2 : Grupla psikolojik danışma ortaöğretim öğrencilerinin, kendi davranışlarının sorumluluğunu kabul-lenme inanma ölçütü bakımından kendini-kabul etmesinde etkilidir.

1.2. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 2`de verilmiştir.

Tablo 2 : 1.2. Cinsiyet Değişkeni Dikkate Alınmaksızın Kontrol ve Deney Grubunun Karşılaştırılması

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
DENEY	3	3.39	30	6.9	2.16	30	2.76	P<.05 önemli
KONTROL	3.3	2.65	30	4.5	2.4	30		

1.2. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemli bulunmuştur.

HİPOTEZ 1.3 : Grupla psikolojik danışma ortaöğretim öğrencilerinin, kolaylıkla suçluluk ve pişmanlık duygularına kapılmama inanma ölçütü bakımından kendini-kabul etme-sinde etkilidir.

1.3. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 3`de verilmiştir.

Tablo 3 : 1.3. Cinsiyet Değişkeni Dikkate Alınmaksızın Kontrol ve Deney Grubunun Karşılaştırılması

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
DENEY	2.4	3	30	6.5	2.39	30	4.32	P<.05 önemli
KONTROL	3.7	2.65	30	3.7	2.41	30		

1.3. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna

KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemli bulunmuştur.

HİPOTEZ 1.4 : Grupla psikolojik danışma ortaöğretim öğrencilerinin, aşırı ölçüde mahcupluk ve utangaçlık göstermeme ölçütü bakımından kendini-kabul etmesinde etkilidir.

1.4. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 4`de verilmiştir.

Tablo 4 : 1.4. Cinsiyet Değişkeni Dikkate Alınmaksızın Kontrol ve Deney Grubunun Karşılaştırılması

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
DENEY	1.5	4.73	30	6.6	2.95	30	2.63	P<.05 önemli
KONTROL	2.3	3.82	30	3.6	3.35	30		

1.4. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemli bulunmuştur.

HİPOTEZ 1.5 : Grupla psikolojik danışma ortaöğretim öğrencilerinin, kendi değer ve inançlarına uygun yaşama ölçütü bakımından kendini-kabul etmesinde etkilidir.

1.5. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 5`de verilmiştir.

Tablo 5 : 1.5. Cinsiyet Değişkeni Dikkate Alınmaksızın Kontrol ve Deney Grubunun Karşılaştırılması

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
DENEY	4.4	2.67	30	8.1	2.22	30	2.86	P<.05 önemli
KONTROL	4.3	3.09	30	5.2	2.74	30		

1.5. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemli bulunmuştur.

HİPOTEZ 1.6 : Grupla psikolojik danışma ortaöğretim öğrencilerinin, kendi beden ve fizik yapısını kabullenme ölçütü bakımından kendini-kabul etmesinde etkilidir.

Tablo 6 : 1.6. Cinsiyet Değişkeni Dikkate Alınmaksızın Kontrol ve Deney Grubunun Karşılaştırılması

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
DENEY	9.9	3.12	30	10.5	2.51	30	0.56	P>.05 önemsiz
KONTROL	9.1	2.83	30	9.1	2.90	30		

1.6. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 6'de verilmiştir.

1.6. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemsiz bulunmuştur.

HİPOTEZ 1.7 : Grupla psikolojik danışma ortaöğretim öğrencilerinin, kendi cinsiyetini kabullenme ölçütü bakımından kendini-kabul etmesinde etkilidir.

1.7. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 7 'de verilmiştir.

Tablo 7 : 1.7. Cinsiyet Değişkeni Dikkate Alınmaksızın Kontrol ve Deney Grubunun Karşılaştırılması

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
DENEY	3	2.83	30	5.7	3.51	30	1.67	P>.05 Önemsiz
KONTROL	3.5	2.05	30	4.6	1.73	30		

1.7. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemsiz bulunmuştur.

HİPOTEZ 1.8 : Grupla psikolojik danışma ortaöğretim öğrencilerinin, kendini başkalarının kabul ettiğine inanma ölçütü bakımından kendini-kabul etmesinde etkilidir.

1.8. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 8'de verilmiştir.

1.8. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemsiz bulunmuştur.

Tablo 8 : 1.8. Cinsiyet Değişkeni Dikkate Alınmaksızın Kontrol ve Deney Grubunun Karşılaştırılması

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
DENEY	9.7	4.57	30	12	3.06	30	1.07	P>.05 önemsiz
KONTROL	9	3.9	30	9.8	3.66	30		

HİPOTEZ 1.9 : Grupla psikolojik danışma ortaöğretim öğrencilerinin, kişiliğinde, bazı olumlu ve değerli yanların bulunduğu inanma ölçütü bakımından kendini-kabul etmesinde etkilidir.

1.9. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 9'de verilmiştir.

1.9. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05'lik anlamlılık düzeyinde önemli bulunmuştur.

Tablo 9 : 1.9. Cinsiyet Değişkeni Dikkate Alınmaksızın Kontrol ve Deney Grubunun Karşılaştırılması

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
DENEY	6.4	4.74	30	9.8	2.99	30	2.32	P<.05 önemli
KONTROL	6.8	4.23	30	7.9	3.36	30		

HİPOTEZ 1.10: Grupla psikolojik danışma ortaöğretim öğrencilerinin, olumlu yönleri kadar olumsuz yönlerini de kişiliğinin bir parçası sayma ölçütü bakımından kendini-kabul etmesinde etkilidir.

1.10. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 10'de verilmiştir.

Tablo 10:1.10. Cinsiyet Değişkeni Dikkate Alınmaksızın Kontrol ve Deney Grubunun Karşılaştırılması

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
DENEY	4.5	1.89	30	7.1	1.14	30	2.95	P<.05 önemli
KONTROL	4.6	1.93	30	5.4	1.74	30		

1.10. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05'lik anlamlılık düzeyinde önemli bulunmuştur.

HİPOTEZ 2.1 :Grupla psikolojik danışma ortaöğretim kız öğrencilerinin, kendini bazı konularda yeterli sayma ve bazı yaşam sorunlarını kendine göre çözmede başarılı olacağına inanma ölçütü bakımından kendini-kabul etmesinde etkilidir.

2.1. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 11'de verilmiştir.

Tablo 11: 2.1. Hipotez Bakımından Kontrol ve Deney Grubunun Kız Öğrencilerinin Karşılaştırılması

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
DENEY	1.5	2.96	12	5.7	1.59	12	2.14	P<.05 önemli
KONTROL	2.5	1.96	15	4.2	1.64	15		

2.1. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemli bulunmuştur.

HİPOTEZ 2.2 :Grupla psikolojik danışma ortaöğretim kız öğrencilerinin, kendi davranışlarının sorumluluğunu kabul etme ölçütü bakımından kendini-kabul etmesinde etkilidir.

2.2. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 12`de verilmiştir.

Tablo 12: 2.2. Hipotez Bakımından Kontrol ve Deney Grubunun Kız Öğrencilerinin Karşılaştırılması

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
DENEY	3	3.32	12	6.6	2.14	12	1.68	P>.05 önemsiz
KONTROL	3.5	3.03	15	4.5	2.68	15		

2.2. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemsiz bulunmuştur.

HİPOTEZ 2.3 : Grupla psikolojik danışma ortaöğretim kız öğrencilerinin, kolaylıkla suçluluk ve pişmanlık duygularına kapılmama ölçütü bakımından kendini-kabul etmesinde etkilidir.

2.3. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 13'de verilmiştir.

Tablo 13: 2.3. Hipotez Bakımından Kontrol ve Deney Grubunun Kız Öğrencilerinin Karşılaştırılması

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
DENEY	1.9	2.92	12	5.9	2.33	12	2.66	P<.05 önemli
KONTROL	3.4	3.04	15	3.4	2.71	15		

2.3. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemli bulunmuştur.

HİPOTEZ 2.4 : Grupla psikolojik danışma ortaöğretim kız öğrencilerinin, aşırı ölçüde mahcupluk ve utangaçlık göstermeme ölçütü bakımından kendini-kabul etmesinde etkilidir.

2.4. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 14'de verilmiştir.

2.4. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna

KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemsiz bulunmuştur.

Tablo 14: 2.4. Hipotez Bakımından Kontrol ve Deney Grubunun Kız Öğrencilerinin Karşılaştırılması

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
DENEY	3.8	3.01	12	6.5	2.93	12	1.08	P>.05 önemsiz
KONTROL	4.3	3.55	15	5.1	3.43	15		

HİPOTEZ 2.5 :Grupla psikolojik danışma ortaöğretim kız öğrencilerinin, kendi değer ve inançlarına uygun yaşama ölçütü bakımından kendini-kabul etmesinde etkilidir.

2.5. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 15'de verilmiştir.

Tablo 15: 2.5. Hipotez Bakımından Kontrol ve Deney Grubunun Kız Öğrencilerinin Karşılaştırılması

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
DENEY	5.6	2.3	12	8.2	1.69	12	1.30	P>.05 önemsiz
KONTROL	4.9	3.38	15	5.6	3.2	15		

2.5. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemsiz bulunmuştur.

HİPOTEZ 2.6 :Grupla psikolojik danışma ortaöğretim kız öğrencilerinin, kendi beden ve fizik yapısını kabullenme ölçütü bakımından kendini-kabul etmesinde etkilidir.

Tablo 16: 2.6. Hipotez Bakımından Kontrol ve Deney Grubunun Kız Öğrencilerinin Karşılaştırılması

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
DENEY	9.8	1.48	12	9.8	2.4	12	0.56	P>.05 önemsiz
KONTROL	8.1	2.52	15	9.1	2.31	15		

2.6. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 16'de verilmiştir.

2.6. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemsiz bulunmuştur.

HİPOTEZ 2.7 :Grupla psikolojik danışma ortaöğretim kız öğrencilerinin, kendi cinsiyetini kabullenme ölçütü bakımından kendini-kabul etmesinde etkilidir.

2.7. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 17'de verilmiştir.

2.7. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemsiz bulunmuştur.

Tablo 17: 2.7. Hipotez Bakımından Kontrol ve Deney Grubunun Kız Öğrencilerinin Karşılaştırılması

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
DENEY	3.6	2.04	12	5.7	1.04	12	1.30	P>.05 önemsiz
KONTROL	3.9	1.96	15	4.8	1.51	15		

HİPOTEZ 2.8 :Grupla psikolojik danışma ortaöğretim kız öğrencilerinin, kendi davranışlarının sorumluluğunu kabul- lenme ölçütü bakımından kendini-kabul etmesinde etkilidir.

2.8. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 18'de verilmiştir.

Tablo 18: 2.8. Hipotez Bakımından Kontrol ve Deney Grubunun Kız Öğrencilerinin Karşılaştırılması

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
DENEY	8.2	3.78	12	10.5	2.87	12	0.40	P>.05 önemsiz
KONTROL	7.5	4.22	15	9	3.65	15		

2.8. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemsiz bulunmuştur.

HİPOTEZ 2.9 :Grupla psikolojik danışma ortaöğretim kız öğrencilerinin, kişiliğinde, bazı olumlu ve değerli yanla-

rın bulunduğuna inanma ölçütü bakımından kendini-kabul etmesinde etkilidir.

Tablo 19: 2.9. Hipotez Bakımından Kontrol ve Deney Grubunun Kız Öğrencilerinin Karşılaştırılması

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
DENEY	6.6	4.73	12	9.4	2.83	12	0.86	P>.05 önemsiz
KONTROL	7.3	4.49	15	8.2	3.47	15		

2.9. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 19'de verilmiştir.

2.9. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemsiz bulunmuştur.

HİPOTEZ 2.10:Grupla psikolojik danışma ortaöğretim kız öğrencilerinin, olumlu yönleri kadar olumsuz yönlerini de kişiliğinin bir parçası sayma ölçütü bakımından kendini-kabul etmesinde etkilidir.

2.10.hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 20'da verilmiştir.

2.10. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç,

.05`lik anlamlılık düzeyinde önemli bulunmuştur.

Tablo 20: 2.10. Hipotez Bakımından Kontrol ve Deney Grubunun Kız Öğrencilerinin Karşılaştırılması

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
DENEY	4.1	1.8	12	6.6	1.32	12	2.07	P<.05 önemli
KONTROL	4.9	1.93	15	5.5	1.63	15		

HİPOTEZ 3.1 : Grupla psikolojik danışma ortaöğretim erkek öğrencilerinin, kendini bazı konularda yeterli sayma ve bazı yaşam sorunlarını kendine göre çözmeye başarılı olacağına inanma ölçütü bakımından kendini-kabul etmesinde etkilidir.

3.1. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 21'de verilmiştir.

Tablo 21: 3.1. Hipotez Bakımından Kontrol ve Deney Grubunun Erkek Öğrencilerinin Karşılaştırılması

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
DENEY	3.5	2.41	18	7.3	1.63	18	2.71	P<.05 önemli
KONTROL	3.6	2.38	15	4.5	2.12	15		

3.1. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç,

.05`lik anlamlılık düzeyinde önemli bulunmuştur.

HİPOTEZ 3.2 : Grupla psikolojik danışma ortaöğretim erkek öğrencilerinin, kendi davranışlarının sorumluluğunu kabullenme ölçütü bakımından kendini-kabul etmesinde etkilidir.

3.2. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 22'de verilmiştir.

3.2. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemli bulunmuştur.

Tablo 22: 3.2. Hipotez Bakımından Kontrol ve Deney Grubunun Erkek Öğrencilerinin Karşılaştırılması

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
DENEY	2.9	3.43	18	7.2	2.14	18	2.25	P<.05 önemli
KONTROL	3.1	2.66	15	4.5	2.09	15		

HİPOTEZ 3.3 : Grupla psikolojik danışma ortaöğretim erkek öğrencilerinin, kolaylıkla suçluluk ve pişmanlık duygularına kapılmama ölçütü bakımından kendini-kabul etmesinde etkilidir.

3.3. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna

verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 23'de verilmiştir.

Tablo 23: 3.3. Hipotez Bakımından Kontrol ve Deney Grubunun Erkek Öğrencilerinin Karşılaştırılması

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
DENEY	2.8	3.49	18	6.9	2.35	18	3.31	P<.05 önemli
KONTROL	3.9	2.02	15	3.9	2.02	15		

3.3. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05'lik anlamlılık düzeyinde önemli bulunmuştur.

HİPOTEZ 3.4 : Grupla psikolojik danışma ortaöğretim erkek öğrencilerinin, aşırı ölçüde mahçupluk ve utangaçlık göstermeme ölçütü bakımından kendini-kabul etmesinde etkilidir.

Tablo 24: 3.4. Hipotez Bakımından Kontrol ve Deney Grubunun Erkek Öğrencilerinin Karşılaştırılması

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
DENEY	0.1	4.4	18	6.6	2.97	18	2.94	P<.05 önemli
KONTROL	0.3	2.92	15	2.1	2.54	15		

3.4. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez

uyulanmasından elde edilen veriler Tablo 24'de verilmiştir.

3.4. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemli bulunmuştur.

HİPOTEZ 3.5 : Grupla psikolojik danışma ortaöğretim erkek öğrencilerinin, kendi değer ve inançlarına uygun yaşama ölçütü bakımından kendini-kabul etmesinde etkilidir.

3.5. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uylanmasından elde edilen veriler Tablo 25'de verilmiştir.

Tablo 25: 3.5. Hipotez Bakımından Kontrol ve Deney Grubunun Erkek Öğrencilerinin Karşılaştırılması

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
DENEY	3.6	3.7	18	8	2.51	18	2.48	P<.05 önemli
KONTROL	3.7	2.65	15	4.7	2.11	15		

3.5. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemli bulunmuştur.

HİPOTEZ 3.6 : Grupla psikolojik danışma ortaöğretim erkek öğrencilerinin, kendi beden ve fizik yapısını kabul-lenme ölçütü bakımından kendini-kabul etmesinde etkilidir.

3.6. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna

verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 26'de verilmiştir.

Tablo 26: 3.6. Hipotez Bakımından Kontrol ve Deney Grubunun Erkek Öğrencilerinin Karşılaştırılması

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
DENEY	9.9	3.27	18	11	3.43	18	0.86	P>.05 önemsiz
KONTROL	9.3	3.11	15	9	3.39	15		

3.6. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05'lik anlamlılık düzeyinde önemsiz bulunmuştur.

HİPOTEZ 3.7 : Grupla psikolojik danışma ortaöğretim erkek öğrencilerinin, kendi cinsiyetini kabullenme ölçütü bakımından kendini-kabul etmesinde etkilidir.

3.7. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 27'de verilmiştir.

Tablo 27: 3.7. Hipotez Bakımından Kontrol ve Deney Grubunun Erkek Öğrencilerinin Karşılaştırılması

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
DENEY	2.6	3.13	18	5.7	4.46	18	1.32	P>.05 önemsiz
KONTROL	3.2	2.52	15	4.3	1.89	15		

3.7. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemsiz bulunmuştur.

HİPOTEZ 3.8 : Grupla psikolojik danışma ortaöğretim erkek öğrencilerinin, kendi davranışlarının sorumluluğunu kabullenme ölçütü bakımından kendini-kabul etmesinde etkilidir.

3.8. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 28`de verilmiştir.

Tablo 28: 3.8. Hipotez Bakımından Kontrol ve Deney Grubunun Erkek Öğrencilerinin Karşılaştırılması

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
DENEY	10.7	4.69	18	13	2.67	18	1.12	P>.05 önemsiz
KONTROL	10.4	3.06	15	10.6	3.44	15		

3.8. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemsiz bulunmuştur.

HİPOTEZ 3.9 : Grupla psikolojik danışma ortaöğretim erkek öğrencilerinin, kişiliğinde, bazı olumlu ve değerli yanların bulunduğuna inanma ölçütü bakımından kendini-kabul etmesinde etkilidir.

Tablo 29: 3.9. Hipotez Bakımından Kontrol ve Deney Grubunun Erkek Öğrencilerinin Karşılaştırılması

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
DENEY	6.3	5.06	18	10.1	3.07	18	1.36	P>.05 önemsiz
KONTROL	6.4	3.89	15	7.7	3.18	15		

3.9. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 29'de verilmiştir.

3.9. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05'lik anlamlılık düzeyinde önemsiz bulunmuştur.

HİPOTEZ 3.10: Grupla psikolojik danışma ortaöğretim erkek öğrencilerinin, olumlu yönleri kadar olumsuz yönlerini de kişiliğinin bir parçası sayma ölçütü bakımından kendini-kabul etmesinde etkilidir.

Tablo 30: 3.10. Hipotez Bakımından Kontrol ve Deney Grubunun Erkek Öğrencilerinin Karşılaştırılması

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
DENEY	4.8	1.9	18	7.5	0.97	18	2.07	P<.05 önemli
KONTROL	4.3	1.88	15	5.3	1.66	15		

3.10.hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna

verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 30'da verilmiştir.

3.10. hipotezle ilgili olarak deney ve kontrol grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemli bulunmuştur.

HİPOTEZ 4.1 :Grupla psikolojik danışma ortaöğretim kız ve erkek öğrencilerin; kendini bazı konularda yeterli sayma ve bazı yaşam sorunlarını kendine göre çözmede başarılı olacağına inanma ölçütü bakımından kendini-kabul etmesine farklı bir etki yapmaktadır.

4.1. hipotezle ilgili olarak deney grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 31'de verilmiştir.

Tablo 31: Cinsiyet Değişkeni Dikkate Alınarak 1. Hipotez Bakımından İncelenmesi

CİNSİYET	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
KIZ	1.5	2.96	12	5.7	1.59	12	0.33	P>.05 önemsiz
ERKEK	3.5	2.41	18	7.3	1.63	18		

4.1. hipotezle ilgili olarak deney grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemli bir fark bulunmamıştır.

HİPOTEZ 4.2 :Grupla psikolojik danışma ortaöğretim kız ve erkek öğrencilerin, kendi davranışlarının sorumluluğunu kabullenme inanma ölçütü bakımından kendini-kabul etmesine farklı bir etki yapmaktadır.

4.2. hipotezle ilgili olarak deney grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 32`de verilmiştir.

4.2. hipotezle ilgili olarak deney grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemli bir fark bulunmamıştır.

Tablo 32: Cinsiyet Değişkeni Dikkate Alınarak 2. Hipotez Bakımından İncelenmesi

CİNSİYET	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
KIZ	3	3.32	12	6.6	2.14	12	0.61	P>.05 önemsiz
ERKEK	2.9	3.43	18	7.2	2.14	18		

HİPOTEZ 4.3 :Grupla psikolojik danışma ortaöğretim kız ve erkek öğrencilerin, kolaylıkla suçluluk ve pişmanlık duygularına kapılmama inanma ölçütü bakımından kendini-kabul etmesine farklı bir etki yapmaktadır.

4.3. hipotezle ilgili olarak deney grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 33`de verilmiştir.

4.3. hipotezle ilgili olarak deney grubuna KKE-L

Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemli bir fark bulunmamıştır.

Tablo 33: Cinsiyet Değişkeni Dikkate Alınarak 3. Hipotez Bakımından İncelenmesi

CİNSİYET	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
KIZ	1.9	2.92	12	5.9	2.33	12	0.06	P>.05 önemsiz
ERKEK	2.8	3.49	18	6.9	2.35	18		

HİPOTEZ 4.4 :Grupla psikolojik danışma ortaöğretim kız ve erkek öğrencilerin, aşırı ölçüde mahçupluk ve utangaçlık göstermeme ölçütü bakımından kendini-kabul etmesine farklı bir etki yapmaktadır.

4.4. hipotezle ilgili olarak deney grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 34 'de verilmiştir.

Tablo 34: Cinsiyet Değişkeni Dikkate Alınarak 4. Hipotez Bakımından İncelenmesi

CİNSİYET	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
KIZ	3.8	3.01	12	6.5	2.93	12	2.18	P<.05 önemli
ERKEK	0.1	4.4	18	6.6	2.97	18		

4.4. hipotezle ilgili olarak deney grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik

anlamlılık düzeyinde önemli bir fark bulunmamıştır.

HİPOTEZ 4.5 :Grupla psikolojik danışma ortaöğretim kız ve erkek öğrencilerin, kendi değer ve inançlarına uygun yaşama ölçütü bakımından kendini-kabul etmesine farklı bir etki yapmaktadır.

4.5. hipotezle ilgili olarak deney grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 35'de verilmiştir.

Tablo 35: Cinsiyet Değişkeni Dikkate Alınarak 5. Hipotez Bakımından İncelenmesi

CİNSİYET	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
KIZ	5.6	2.3	12	8.2	1.69	12	1.35	P>.05 önemsiz
ERKEK	3.6	3.7	18	8	2.51	18		

4.5. hipotezle ilgili olarak deney grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemli bir fark bulunmamıştır.

HİPOTEZ 4.6 :Grupla psikolojik danışma ortaöğretim kız ve erkek öğrencilerin, kendi beden ve fizik yapısını kabullenme ölçütü bakımından kendini-kabul etmesine farklı bir etki yapmaktadır.

4.6. hipotezle ilgili olarak deney grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanma-

sından elde edilen veriler Tablo 36'de verilmiştir.

Tablo 36: Cinsiyet Değişkeni Dikkate Alınarak 6. Hipotez Bakımından İncelenmesi

CİNSİYET	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
KIZ	9.8	1.48	12	9.8	2.4	12	0.57	P>.05 önemsiz
ERKEK	9.9	3.27	18	11	3.43	18		

4.6. hipotezle ilgili olarak deney grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05'lik anlamlılık düzeyinde önemli bir fark bulunmuştur.

HİPOTEZ 4.7 :Grupla psikolojik danışma ortaöğretim kız ve erkek öğrencilerin, kendi cinsiyetini kabullenme ölçütü bakımından kendini-kabul etmesine farklı bir etki yapmaktadır.

4.7. hipotezle ilgili olarak deney grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 37'de verilmiştir.

Tablo 37: Cinsiyet Değişkeni Dikkate Alınarak 7. Hipotez Bakımından İncelenmesi

CİNSİYET	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
KIZ	3.6	2.04	12	5.7	1.04	12	0.48	P>.05 önemsiz
ERKEK	2.6	3.13	18	5.7	4.46	18		

4.7. hipotezle ilgili olarak deney grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemli bir fark bulunmamıştır.

HİPOTEZ 4.8 : Grupla psikolojik danışma ortaöğretim öğrencilerinin, kendini başkalarının kabul ettiğine inanma ölçütü bakımından kendini-kabul etmesine farklı bir etki yapmaktadır.

4.8. hipotezle ilgili olarak deney grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 38`de verilmiştir.

Tablo 38: Cinsiyet Değişkeni Dikkate Alınarak 8. Hipotez Bakımından İncelenmesi

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
KIZ	8.2	3.78	12	10.5	2.87	12	0.00	P>.05 önemsiz
ERKEK	10.7	4.69	18	13	2.67	18		

4.8. hipotezle ilgili olarak deney grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemli bir fark bulunmamıştır.

HİPOTEZ 4.9 : Grupla psikolojik danışma ortaöğretim öğrencilerinin, kişiliğinde, bazı olumlu ve değerli yanların bulunduğuna inanma ölçütü bakımından kendini-kabul etmesine farklı bir etki yapmaktadır.

4.9. hipotezle ilgili olarak deney grubuna verilen

KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanmasından elde edilen veriler Tablo 39'de verilmiştir.

Tablo 39: Cinsiyet Değişkeni Dikkate Alınarak 9. Hipotez Bakımından İncelenmesi

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
KIZ	6.6	4.73	12	9.4	2.83	12	0.46	P>.05 önemsiz
ERKEK	6.3	5.06	18	10.1	3.07	18		

4.9. hipotezle ilgili olarak deney grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemli bir fark bulunmamıştır.

HİPOTEZ 4.10: Grupla psikolojik danışma ortaöğretim kız ve erkek öğrencilerin, olumlu yönleri kadar olumsuz yönlerini de kişiliğinin bir parçası sayma ölçütü bakımından kendini-kabul etmesine farklı bir etki yapmaktadır.

Tablo 40: Cinsiyet Değişkeni Dikkate Alınarak 10.Hipotez Bakımından İncelenmesi

GRUPLAR	Ön-test			Son-test			t-değeri	Sonuç
	\bar{x}	S	N	\bar{x}	S	N		
KIZ	4.1	1.8	12	6.6	1.32	12	0.30	P>.05 önemsiz
ERKEK	4.8	1.9	18	7.5	0.97	18		

4.10. hipotezle ilgili olarak deney grubuna verilen KKE-L Formunun öntest-sontest olmak üzere iki kez uygulanma-

sından elde edilen veriler Tablo 40'de verilmiştir.

4.10. hipotezle ilgili olarak deney grubuna KKE-L Formunun iki kez uygulanmasından elde edilen sonuç, .05`lik anlamlılık düzeyinde önemli bir fark bulunmamıştır.



BÖLÜM V

TARTIŞMA ve YORUM

Bu çalışmada, ilk olarak deney grubuna alınan öğrenciler, cinsiyet değişkenine bakılmaksızın kontrol grubuyla karşılaştırılmıştır. Daha sonra deney ve kontrol grupları cinsiyet değişkeni bazında karşılaştırılmıştır. Son olarak deney grubundaki öğrenciler cinsiyet değişkeni bazında karşılaştırılmıştır. Bu bölümde karşılaştırmalardan elde edilen bulgular yorumlanmış ve tartışılmıştır.

Deney ve Kontrol Gruplarının Cinsiyet Değişkeni Dikkate Alılmaksızın İncelenmesi:

Grupla psikolojik danışmanın ortaöğretim öğrencilerinin kendini-kabul düzeylerine etkisi; deney ve kontrol grupları her bir alt ölçüt açısından karşılaştırıldığında, öğrencilerde grupla psikolojik danışma sürecinin, bazı konularda kendini yeterli sayma ve bazı yaşam sorunlarını kendine göre çözüme başarılı olacaklarına inanmalarında etkili olduğu görülmüştür. Ayrıca kendi davranışlarının sorumluluğunu kabullenme, suçluluk ve pişmanlık duygularına kapılmama, mahcupluk ve utangaçlık göstermeme, kendi değer ve inançlarına uygun yaşama, kişiliğinde bazı olumlu ve değerli yanların bulunduğuna inanma ve olumlu yönleri kadar olumsuz yönlerini de kişiliğinin bir parçası sayma konularında yapılandırılmamış olarak sürdürülen grupla psikolojik danışma sürecinin etkili olduğu görülmektedir.

Buna karşın kendi beden ve fizik yapısını, kendi cinsiyetini ve kendini başkalarının kabul ettiğine inanma konularında grupla psikolojik danışma süreci etkili bulunmuştur.

Araştırmada deneysel çalışma olarak sürdürülen yapılandırılmamış grupla psikolojik danışma ortaöğretim öğrencilerinin kendini-kabul düzeylerine genel olarak etkili olmuştur denilebilir. Öğrenciler grupla psikolojik danışmaya başlamadan önceki durumlarına göre kendini-kabul etmede olumlu yönde gelişmeler sağlamışlardır. Rogers(1970) grupla psikolojik danışmayı, yaşantısal bir süreç içinde kişilerarası ilişkilerde etkileşimin geliştirilmesi, daha iyi bir biçime dönüştürülmesi, bireysel gelişmenin sağlanması, bireyin kendisini anlatmasına imkan sağlayacak bir özgürlüğün oluşabileceği ve savunmaların azalacağı bir güven ortamı olduğunu bildirmektedir. Bu ortam içinde gruptaki her üyenin, kendi varoluşu ile ilgili olarak zamanla artan bir kabul duygusu yaşaması, duygusal, zihinsel ve fiziksel olarak gizil güçlerini daha iyi tanıma imkanına kavuşturması beklenir. Deney ve kontrol gruplarının genel olarak karşılaştırılmasından elde edilen bulgular bu görüşle paralellik göstermektedir. Ayrıca elde edilen bu bulgularla, grupla psikolojik danışmanın kendini-kabul düzeyine etkisini inceleyen Cartwright, Kirtner ve Fiske (1963)'nin "Danışandan Hız Alan Terapi" yöntemini kullanarak yaptıkları çalışmada, danışanların danışma süreci sonunda kendilerini daha çok kabul etme özellikleri gösterdiklerini haber verdikleri araştırma sonuçları paralellik göstermektedir.

Grupla psikolojik danışma; öğrencilerin kendi beden ve fizik ve yapısını kabullenme, kendi cinsiyetini kabullenme ve kendini başkalarının kabul ettiğine inanma konularında etkili olamamıştır.

Deney grubunun öntest ve sontest verilerine birey bazında bakıldığında, kontrol grubuna göre daha olumlu bir gelişme görülmekle birlikte, öntestte grup ortalamalarının ve her iki testte de standart sapmalarının yüksek oluşu grupla psikolojik danışmanın etkisini önemsiz gösterdiği düşünülmektedir.

Grup ortalamalarının yüksek bulunmasının sebebi; kendi beden ve fizik yapısını kabullenme, kendi cinsiyetini kabullenme ve kendini başkalarının kabul ettiğine inanma konularında öğrencilerin, öntest almadan önce bu konularda kendilerini büyük ölçüde kabul ediyor olmalarına bağlanabilir.

Ayrıca deneysel çalışma olarak sürdürülen grupla psikolojik danışma sürecinde Danışandan Hız Alan diğer bir deyişle Danışan Merkezli Terapi yöntemi izlenmiştir. Bu sebeble gruplar yapılandırılmamış olarak sürdürülmüştür. Haliyle grup üyelerinin kendini-kabul etme konusuna yönlendirilmesi yapılmamıştır. Deneysel çalışmaya alınan grup yapılandırılmış bir grup olsaydı yani öğrenciler kendini-kabul etme konusuna yönlendirilseydi alınan sonuçlar çok daha farklı olabilirdiydi sorusu akla gelmektedir.

Kontrol ve Deney Gruplarının Cinsiyet Değişkeni Bazında
İncelenmesi

Grupla psikolojik danışmanın öğrencilerin kendini-kabul düzeyine etkisi, cinsiyet değişkenine bağlı olarak incelendiğinde; kızlarda, üç ölçüt bakımından önemli, yedi ölçüt bakımından ise önemsiz bulunmuştur. Öğrencilerin "Kendi beden ve fizik yapısını kabullenme" ölçütünde, son testten yüksek puan almış olmalarına rağmen öntestten de yüksek puan aldıkları için sonuç önemsiz bulunmuştur. Diğer altı ölçütün önemsiz bulunmasında ise yukarıda belirtilen nedenlerin(öntestteki grup ortalamalarının ve her iki testte de standart sapmaların yüksek oluşu) etkili olduğu düşünülebilir.

Grupla psikolojik danışmanın öğrencilerin kendini-kabul düzeyine etkisi, erkek öğrencilerde, altı ölçüt bakımından önemli, dört ölçüt bakımından ise, önemsiz bulunmuştur. Bu dört ölçütte de yine, yukarıda belirtilen nedenlerin (öntestteki grup ortalamalarının ve her iki testte de standart sapmaların yüksek oluşu) etkili olduğu düşünülebilir.

Bu çalışmada deney grubu iki ayrı cinsiyeti temsil eden üyelerden oluşturulmuştur. Grup içinde KKE-L formunun alt ölçütlerinden "kendi beden ve fizik yapısı ile kendi cinsiyetini kabullenme ölçütlerinde gruptaki kız ve erkek üyelerin, içinde buldukları orta sosyo-kültürel düzey ve karşı cinsle birlikte olmanın verdiği rahatsızlık sebebiyle

kendilerini bu konularda derinliğine konuşmaktan alıkoydukları düşünülmektedir. Üyeler kendi beden ve fizik yapısı ile cinsiyetleri söz konusu olduğunda duygularını açıkca dile getiredikleri gözlenmiştir. Bu sebeble deney grubundaki öğrenciler bu iki ölçüt bakımından olumlu bir gelişme sağlayamamışlardır.

Deney Grubunun Cinsiyet Değişkeni Bazında İncelenmesi

Grupla psikolojik danışmanın, öğrencilerin kendini-kabul düzeylerine etkisi cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde; KKE-L Formunun 4. ölçütünde(aşırı ölçüde mahcupluk ve utangaçlık göstermeme) erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre grupla psikolojik danışma sürecinden daha fazla yararlandıkları görülmüştür. Ancak, diğer 9 ölçüt bakımından ise, iki cins arasında bir fark olmadığı gözlenmiştir. Nitekim, bireylerin grupla psikolojik danışmanın kendini-kabul düzeyine etkisi ile ilgili yapılan araştırmalarda, cinsiyete göre bu etkinin farklı olabileceğini gösteren bir araştırmaya rastlanmamıştır.

Öğrencilerin öntestte aldıkları çarpık kendini-kabul puanları bir hayli yüksekti. Kontrol grubundaki öğrencilerin sontestte ki çarpık kendini-kabul puanlarında minimum düzeyde azalma görüldüğü halde, deney grubundaki öğrencilerin sontestten aldıkları çarpık kendini-kabul puanlarında maksimum düzeyde azalma görülmüştür. Ayrıca deney grubu öğrencilerinin öntestte ki kendini-kabul konusundaki karar-

sızlıkları sontestte bir hayli azalmıştır. Grupla psikolojik danışmanın ortaöğretim öğrencilerinin kendini-kabul düzeylerine olumlu yönde etkisinin olduğu çarpık kendini-kabul ve kararsızlık puanlarındaki azalma ile de görülmektedir.

Öntestle sontest arasında geçen üç aylık zaman sürecinde kontrol grubunda bazı değişiklikler olduğu görülmektedir. O halde öğrencilerin kendini kabul etmesinde zamanın etkisinin de önemli olduğu düşünülebilir.



BÖLÜM VI

SONUÇ ve ÖNERİLER

Bu bölümde, sonuçlar özetlenmiş ve önerilerde bulunulmuştur.

SONUÇ:

Kendini-kabul; kişinin suçluluk ve yetersizlik duygularına kapılmadan kendini bütün olumlu ve olumsuz yönleriyle kabul etmesidir. Türkçe kaynaklarda, benliğe-saygı, kendine saygı, özsaygı, özdeğer gibi kavramlar eşanlamlı kullanılmaktadır. Yabancı literatürde ise, kendini-kabul; kişinin kendisini takdir edici tutumu anlamına gelmektedir. Diğer bir deyişle, kişinin içselleştirdiği, başkalarının beğenisi kendini değerli ve yeterli görme ve çevreyi etkileme bakımından egonun gücüne ilişkin duygu olarak tanımlanmaktadır.

GPD yöntemi olarak "Danışandan Hız Alan Terapi" yönteminin seçilmesinin sebebi; Danışandan Hız Alan Terapi yönteminin temelinde yer alan, danışanla ilişkilerinde koşulsuz saygı, empatik anlayış ve saydam oluşun, danışanın kendini-kabulünde etkili olduğunun literatürde yer almasıdır.

Bu çalışmada GPD'nin öğrencilerin kendini-kabullerini artırıp artırmadığı araştırılmıştır. Burada temel sayıltı, kendini-kabul edebilen bireyler öncelikle kendilerini tanımış bireylerdir. Çünkü kendini tanıma, kendini-kabul için

önkoşuldur. Yapılan deneysel çalışmada bu sayıltıdan hareket edilerek GPD'nin öğrencilerin kendini-kabullerini olumlu yönde değiştirip değiştirmediği incelenmiştir.

Bu araştırmanın amacı, grupla psikolojik danışmanın ortaöğretimde gerekliliğini ortaya koymaktır. Dolayısıyla araştırmada temel problemi; GPD'nin ortaöğretim öğrencilerinin, olumlu olumsuz, güçlü-zayıf yönlerini tanımalarına ve kendilerini kabul etmelerine etkisinin olup olmadığıdır.

Bu konuda yapılan yerli ve yabancı araştırmaların bulguları, GPD'nin, öğrenci ve bireylerin kendilerini tanıma, kabul etme ve buna bağlı olarak, davranışlarında olumlu gelişmeler, sosyal ilişkilerinde ve öğrencilerin akademik başarılarında önemli gelişmeler olduğu vurgulanmaktadır.

Araştırmada "Kontrol Gruplu Öntest-sontest" (Kaptan, 1991) model kullanılmıştır. Araştırma grubu, gönüllülük esasına dayalı olarak İskilip Lisesi öğrencilerinden oluşturulmuştur.

Veri toplama aracı olarak Kılıççı(1988)'nin hazırladığı KKE-L Formu kullanılmıştır.

Verilerin çözümlenmesinde, farklar arasındaki farkın test edilmesi amacıyla t-testi kullanılmıştır. Deney ve kontrol gruplarının cinsiyet değişkeni dikkate alınmaksızın yapılan karşılaştırmalar sonunda; kendini bazı konularda yeterli sayma ve bazı yaşam sorunlarını kendine göre çözmeye başarılı olacağına inanma, kendi davranışlarının soruml-

luluğunu kabullenme, kolaylıkla suçluluk ve pişmanlık duygularına kapılmama, aşırı ölçüde mahcupluk ve utangaçlık göstermeme, kendi değer ve inançlarına uygun yaşama, kişiliğinde bazı olumlu ve değerli yanların bulunduğuna inanma ve olumlu yönleri kadar olumsuz yönlerini de kişiliğinin bir parçası sayma ölçütleri bakımından önemli; kendi beden ve fizik yapısını kabullenme, kendi cinsiyetini kabullenme ve kendini başkalarının kabul ettiğine inanma ölçütleri bakımından ise, önemsiz bulunmuştur. Diğer bir deyişle 7 ölçüt bakımından etkili, 3 ölçüt bakımından ise önemsiz bulunmuştur.

Deney ve kontrol gruplarının karşılaştırılmasında cinsiyet değişkeni dikkate alındığında sonuçlar iki ayrı cinse göre aşağıdaki gibidir.

Kız öğrencilerde; kendini bazı koularda yeterli sayma ve bazı yaşam sorunlarını kendine göre çözümede başarılı olacağına inanma, kolaylıkla suçluluk ve pişmanlık duygularına kapılmama ve olumlu yönleri kadar olumsuz yönlerini de kişiliğinin bir parçası sayma ölçütleri bakımından önemli; kendi davranışlarının sorumluluğunu kabullenme, aşırı ölçüde mahcupluk ve utangaçlık göstermeme, kendi değer ve inançlarına uygun yaşama, kendi beden ve fizik yapısını kabullenme, kendi cinsiyetini kabullenme, kendini başkalarının kabul ettiğine inanma ve kişiliğinde bazı olumlu ve değerli yanların bulunduğuna inanma ölçütleri bakımından önemsiz bulunmuştur. Yani, 3 ölçüt bakımından önemli, 7 ölçüt bakımından önemsiz bulunmuştur.

Erkek öğrencilerde ise, kendini bazı konularda yeterli sayma ve bazı yaşam sorunlarını kendine göre çözüme başarıyla olacağına inanma, kendi davranışlarının sorumluluğunu kabullenme, kolaylıkla suçluluk ve pişmanlık duygularına kapılmama, aşırı ölçüde mahcupluk ve utangaçlık göstermeme, kendi değer ve inançlarına uygun yaşama ve olumlu yönleri kadar olumsuz yönlerini de kişiliğinin bir parçası sayma ölçütleri bakımından önemli; kendi beden ve fizik yapısını kabullenme, kendi cinsiyetini kabullenme, kendini başkalarının kabul ettiğine inanma ve kişiliğinde bazı olumlu ve değerli yanların bulunduğuna inanma ölçütleri bakımından önemsiz bulunmuştur. 6 ölçüt bakımından etkili, 4 ölçüt bakımından önemsiz bulunmuştur.

Cinsiyet değişkenine göre grupla psikolojik danışmanın deney grubundaki öğrencilerin kendini-kabul düzeylerine etkisi incelendiğinde ise, aşırı ölçüde mahcupluk ve utangaçlık göstermeme konusunda etkilenme bakımından iki cins arasında bir fark olduğu diğer 9 ölçüt bakımından ise anlamlı bir fark olmadığı gözlenmiştir.

Ayrıca öğrencilerin çarpık kendini-kabul ve kararsızlık puanlarında görülen büyük ölçüdeki azalma da grupla psikolojik danışmanın öğrencilerin kendini-kabul düzeylerine olumlu yönde etkisi olduğunu göstermektedir.

ÖNERİLER:

1. Ortaöğretim öğrencilerinin kendini kabul edememe durumlarında okul ve aile ortamında yapılagelen bilgi verme, yol gösterme gibi yardımların yanında okul rehber öğretmenlerinin de bu durumda olan öğrencileri sistemli ve profesyonel bir yardım süreci içine almaları, öğrencilerin kendini kabul etmelerini kolaylaştırabilir. Okul rehber öğretmenleri tarafından sürdürülecek olan sistemli ve profesyonel yardım sürecine kendisini çarpık olarak kabul eden öğrencilerde kendini kabullenmede güçlükleri olan öğrencilerle birlikte alınabilir.

2. Ayrıca ortaöğretim öğrencilerinin ders ve meslek seçme, kendini tanıma ve kabul etme gibi kararsızlık durumlarında okul rehber öğretmenleri tarafından bilgi verme, örnek gösterme, yol gösterme gibi yardımların yanında grupta psikolojik danışma yardımına ağırlık verebilirler.

3. Kız ve erkek öğrencilerin ayrı gruplara alındığı, farklı grupla psikolojik danışma yönteminin kullanıldığı ve verilerin analizinde iki yönlü varyans analizi tekniğinin kullanıldığı değişik araştırmalar yapılabilir.

KAYNAKLAR

- ALPERSON, B.L.; ALPERSON, E.D. ve LEVINE, R.
1971 Growth Eff Maratons, Experimental Publucations System, February. 369-76.
- ALPSAN, B.
1978 Grupla Psikolojik Danışmanın Sınıf ve Başarı Düzeyleri Farklı Bireylerin Kendilerini Gerçekleştirme Düzeylerine Etkisi (Yayınlanmamış Doktora Tezi) H.Ü. Ankara.
- APOLINSKY, S.R. ve WILCOXON, S.A.
1991 "Symbolic Confrantation with Women Survivors of Childhood Sexual Victimization". Journal for Specialists in Group Work; 16, 2, 85-90.
- BAYMUR, F.
1970 "Kabiliyeti Ölçüsünde Başarı Gösteremeyen Öğrencilerle Yapılan Üç Türlü Yardım Şekli" H.Ü. Sosyal ve Beşeri Bilimler Dergisi: 2, 2.
- BEBOUT, J. ve GORDON, B.
1972 The Value of Encounter L.N. Salomon, B. Berzon (Ed) New Perspectives on Encounter Groups'in Jossey-Bass, San Francisco.
- BERGER, E.
1952 "The Relations between Expressed Acceptance of Others" Journal of Abnormal and Social Psychology; 47,778-782.
- BLECK, R.T. ve BLECK, B.L.
1982 "The Disruptive Child's Play Group". Elementary School Guidance and Counseling; 17, 2, 137-141.
- BRANDEN, N.
1971 The Disovned Self. Nash Publishing, Los Angles
- BURKE, D.M. ve VAN-DE-STRECK, L.
1989 "Children of Divorce: An Application of Hammond's Group Counseling for Children". Elementary School Guidance and Counseling; 24, 2, 112-118.

- CAMPBELL, C.A. ve MYRICK, R.D.
1990 "Motivational Group Counseling for Low-Performing Students". *Journal for Specialists in Group Work*; 15, 1, 43-50.
- CARTWRIGHT, D.S. ve VOGEL, J.S.
1960 A Comparison of Changes in Psychoneurotic Patients During Matched Periods of Therapy, *Journal of Counseling Psychology*; 24, 43-47.
- CARTWRIGHT, D.S., KIRTNER, W.S. ve FISKE, D.V.
1963 "Method Factors in Changes Associated with Psychotherapy", *Journal of Abnormal and Social Psychology*; 66, 164-175.
- COOPERSMITH, S.
1967 *The Antecedents of Self-Esteem*. Freeman, San Francisco.
- ENÇ, M.
1974 *Ruh Bilim Terimleri Sözlüğü*. Türk Dil Kurumu Yayınları; Ankara Üniversitesi Basımevi.
- FOULDS, M.L.
1971 Measured Changes in Self-Actualization as A Result of a Growth Experience. *Psychoterapy: Theory, Reswarch and Practice*; 8, 338-341
- FOULDS, M.L. ve HANNIGAN, P.S.
1976 Effects of Gestalt Maraton Groups on Measured Self-Actualization: A Replication and Followup Study. *Journal of Counseling Psychology*; 23, 60-65.
- ,
1977 Gestalt Workshops and Measured Changes in Actualization: Replication and Refinement Study. *Journal of College Student Personel*; 18, 200-205.
- GEORGE, L.K. ve BEARON, L.B.
1980 "Quality of Life in Older Persons" Human Sciences Press, New York.
- GOODWIN, G.C. ve PAYNE, D. B.
1981 "The Effect of Group Counseling and Reading Improvement". *J. Reading Improvement*; 18, 3, 243-250.

- GUINAN, J.F. ve FOULDS, M.L.
1970 Marathon Groups: Facilitator of Personal Growth. *Journal of Counseling Psychology*; 17, 145-149
- İSLAM, A.Ş.
1987 Bireysel Psikolojik Danışmanın Yaşlılarda Kendini-Kabule Etkisi (Yayınlanmamış Doktora Tezi) H.Ü. Ankara.
- JOHNSON, C.L., Jr. ve JOHNSON, J.A.
1991 "Using Short-Term Group Counseling with Visually Impaired Adolescents". *Journal of Visual Impairment and Blindness*; 85, 4, 166-170.
- KAAP, F.
1964 "Group Participation and Self-Perceived Personality Change". *Journal Nervous and Mental Disease*; 139(3), 225-265.
- KAPTAN, S.
1991 Bilimsel Araştırma ve İstatistik Teknikleri. Rehber Yayınevi, Ankara.
- KILIÇCI, Y.
1980 "Kendini-Kabul Envanteri Üniversite Formu" H.Ü. Ankara.
- ,
1985 "Üniversite Öğrencilerinin Kendini-Kabulle İlgili Yaygın Sorunları". (Yayınlanmamış Araştırma Raporu) H.Ü. Ankara.
- ,
1988 "Kendini-Kabul Envanteri, Genç Yetişkin(Ü) ve Ergen (L) Formları Uygulama Klavuzu". H.Ü. Ankara.
- KIMBALL, R. ve GELSO, C.J.
1974 Self-Actualization in A Marathon Group: Do the Strong get Stronger? *Journal of Counseling Psychology*; 21, 32-42.
- KNAPP, R.R ve FITZGERALD, O.R.
1973 Comparative Validity of the Logically Developed Versus. "Purified" Research Scales for the Personal Orientation Inventory. *Educational and Psychological Measurement*; 33, 971-976.

- KUZGUN, Y.
1988 Rehberlik ve Psikolojik Danışma. ÖSYM Eğitim Yayınları, 9, Ankara.
- LEIB, J.
1967 "Effects of Group Discussion on Underachievement and Self-Actualization". *Journal of Counseling Psychology*; vol. 14, s. 3, 282-285.
- LIEBERMAN, M. ve LAKIN, M.
1968 Doroth Strock Witaker, "The Group A.S.: A Unigene Context for Therapy". *Psychotherapy: Theory, Research and Practice*; vol.5, s.3 132-140.
- OMIZO, M.M. ve OMIZO S.A.
1988 "Group Counseling's Effects on Self-Concept and Social Behaviors among Children with Learning Disabilities". *Journal of Humanistic Education and Development*; 26, 3, 109-117.
- ,
1987a "Effects of Parents' Divorce Group Participation on Child-Rearing Attitudes and Children's Self-Concept". *Journal of Humanistic Education and Development*; 25, 4, 171-179.
- ,
1987b "Group Counseling with Children of Divorce: New Findings". *Elementary School Guidance and Counseling*; 22, 1, 46-52.
- OMIZO, M.M. ve Diğerleri
1984 "The Effects of Group Counseling on Self-Concept and Locus of Control among Learning Disabled Children". *Journal of Humanistic Education and Development*; 23, 2, 69-79.
- ÖREN, N.
1981 İnsan İlişkileri Deseninin Üniversite öğrencilerinin, Benlik Tasarımının, Kendini Anlatma, Zamanı İyi Kullanma ve Desteği İçten Alma Boyutları Bakımından Psikolojik Sağlık Düzeyleri Üzerindeki Etkisi. (Yayınlanmamış Doktora Tezi) H.Ü. Ankara.

- PANNES, E.D.
1963 "The Relationship between Self-Acceptance and Dogmatism in Junior-Senior High School Students". *Journal of Educational Sociology*, 36, 419-426.
- PIPER, W.
1977 "Pretraining for Group Psychotherapy". *Arch. Gen. Psychiatry*; 34, 1027-1032.
- RICHARDS, P.S. ve Diğerleri
1993 "A Religiously Oriented Group Counseling Intervention for Self-Defeating Perceptionism: A Pilot Study". *Counseling and Values*; 37, 2, 96-104.
- ROGERS, C.R.
1961 *On Becoming a Person*. Houghton Mifflin Company Boston.
- ,
1970 *On Encounter Groups*. Harper and Publishers, New York.
- RUGEL, R.P. ve BARRY, D.
1990 "Overcoming Denial through the Group: A Test of Acceptance Theory" *Small Group Research: An International Journal of Theory, Investigation and Application*; 21, 1, 45-58.
- SACHS, J.J. ve Diğerleri
1987 "Oh, OK, I'm LD !". *Journal of Learning Disabilities*; 20, 2, 92-93.
- SALTS, C.J. ve ZONGKER, C.E.
1983 "Effects of Divorce Counseling Groups on Adjustment and Self-Concept". *Journal of Divorce*; 6, 4, 55-67.
- SHOSTROM, E.L.
1964 *An Inventory for the Measurement of Self-Actualization*. Educational and Psychological Measurement; 24, 207-218.
- ,
1974 *Manual for the Personal Orientation Inventory*. Educational and Industrial Testing Service, San Diego, California.

- SLACK, C.
1993 Improving the Negative Self-Concept of Sixth Grade Black Males through Group Intervention Techniques. 73p. ; Ed. D. Practicum Report, Nova University, Georgia, U.S..
- SLAVSON, S.R.
1950 Analytic Group Psychotherapy with Children, Adolescent and Adulte. Columbia University Press, New York.
- SORSDAHL, S. N. ve SANCHE, R.P.
1985 "The Effects of Classroom Meetings on Self-Concept and Behavior" Elementary School Guidance and Counseling; 20, 1, 49-56.
- TAYLOR, T.D.
1970 Effects of Group Counseling on Self-Concept and Academic Achievement of Selected High School Sophomore Health Classes. Dissertation Abstracts International, (sep) Vol.31, 3-8.
- TREPPA, J.A. ve FRICKE, L.
1972 Effects of Marathon Group Experience. Journal of Counseling Psychology; 19, 446-467.
- TRUAX, C.
1968 "Self-Ideal Concept Congruence and Improvement in Group Psychotherapy" Journal of Consulting and Clinical Psychology; 33, 1, 47-53.
- ÜLKÜ, S.
1976 Lise I. Sınıflarda Uygulanan Bir Grup Rehberliği Programının Yöneltilme Açısından Etkililiğinin Araştırılması. (Yayınlanmamış Doktora Tezi) Ankara Ü., Ankara.
- VICARY, J.R. ve GOOD, R.
1983 "The Effects of a Self-Esteem Counseling Group on Male Prisoners' Self-Concept" Journal of Offender Counseling, Services Rejabilitation; 7, 3-4, 107-117.
- WALTON, D.R.
1973 Effects of Personal Growth Groups on self-Actualization and Creative Personality. Journal of College Student Personal; 14, 490-494.

YOUNG, E.R. ve JACOPSON, L.I.
1970 Effect of Time-Extendent Marathon Group Experiences Personality Characteristics. *Journal of Counseling Psychology*; 17, 247-251.



EKLER

1. KENDİNİ KABUL ENVANTERİ LİSE FORMU (KKE-L)

2. KENDİNİ KABUL ENVANTERİ LİSE FORMU (KKE-L)

CEVAP KAĞIDI

EK 1

KENDİNİ KABUL ENVANTERİ LİSE FORMU (KKE-L)

KKE-L Formu Cevaplama Yönergesi:

Kendini Algılama (Sorular)	Ö R		N E		K	
	M	Ş	M	Ş	M	Ş
1. Arkadaşlarım beni sever	/*	/	/	/	/	/
2. İnsanları severim	/	/	/	/	/*	/

Yukarıdaki birinci örnekte, arkadaşlarının kendini sevdiğini ve bu durumdan emmının olduğunu, ikinci örnekte insanları sevmediğini ama bu konuda bir şikayetinin olmadığını belirtiyor.

Yukarıdaki örneklerde görüldüğü gibi her durum için bir yer işaretlenecektir. Her cümleyi dikkatlice okuyup anladıktan sonra cevap kağıdında, eğer cevabınız EVET ise, altındaki Memnunum, Şikayetçiyim anlamına gelen M ve Ş harflerinin altındaki cevap yerlerinden birini işaretleyiniz. Cevabınız HAYIR ise, M, Ş harflerinin altındaki cevap yerlerinden birini işaretleyerek kendinizi verilen durumla ilgili olarak nasıl bir duygu ile algıladığınızı belirleyiniz. Karar veremediğiniz durumlar için KARARSIZIM anlamına gelen K harfinin altındaki cevap yerini kullanınız.

Bu envanterin her sorusuna doğru, içtenlikle ve açıklıkla cevap vermeniz önemlidir. Cevaplarınız kesinlikle gizli tutulacaktır. Sonuçlar sadece envanteri cevaplayana açıklanacaktır. Bu nedenle cevap kağıdı üzerine adınızı yazınız.

KENDİNİ-KABULLE İLGİLİ SORULAR

Md Kendini Algılama Konuları

- 1 **Başarısızlık karşısında çabuk yılıyor ve kendime güvenimi kaybediyorum.**
- 2 **Geleceğimden umutluyum.**
- 3 **Herhangi bir iş yaparken başkalarından fikir almaya ve onu aynen uygulamaya önem veririm.**
- 4 **Bir işi planlarken birçok kimselere danışırım ama son kararı kendim veririm.**
- 5 **Zaman zaman başarısızlıklarım oluyorsa da bundan dolayı kendimi değersiz bulmuyorum.**
- 6 **Kendi şansımı kendim yaratabileceğim inancındayım.**
- 7 **Kendimi işe yaramaz zavallı bir kimse olarak görüyorum**
- 8 **Daima başkaları tarafından korunmaya ve desteklenmeye ihtiyacım oluyor.**
- 9 **Başarımı gayret ve yeteneğimden çok şansıma borçluyum.**
- 10 **Hatalı olduğum zaman hatamı kabul etmek bana zor geliyor.**
- 11 **Olduğum gibi davranıyor ve sonucuna da katlanmanın gereğine inanıyorum.**
- 12 **Gerektiğinde hatalarımı ve eksik yanlarımı açıklamakta sakınca görmem.**
- 13 **Hata yaptığımı anlayınca özür dilemekten çekinmem.**
- 14 **Nedense bütün aksilikler beni bulur.**
- 15 **Gerektiğince kişinin kendini değiştirebileceğine inanıyorum.**
- 16 **Karşılaştığım güçlükler ailemin bana iyi bir eğitim vermemiş olmasından ileri geliyor.**

Md Kendini Algılama Konuları

- 17 İnsanlar benianlamıyor.
- 18 Kararsız bir insan oluşumdan dolayı yaşamım tatsızlaşıyor.
- 19 Derslerimden düşük not alışıma genellikle kendi tembelliğimin sonucu olarak görüyorum.
- 20 Kendimle ilgili konularda karar vermede güçlük çekiyorum.
- 21 Benimle ilgili konularda yakınlarımın benim yerime karar vermeleri bana güven sağlıyor.
- 22 Yaptığım seçimlerden ve işlerden dolayı çoğu zaman pişman oluyorum.
- 23 Kendimi günahlarımdan dolayı değersiz buluyorum.
- 24 Kendimi yaşamaya değer ve toplum içinde yeri olan bir kimse olarak görüyorum.
- 25 Yaptıklarımın dolayısıyla Allah'ın beni cezalandıracağından korkuyorum.
- 26 Ailemin beni olduğumdan daha iyi görmesi karşısında onları aldatmış olmanın üzüntüsünü duyuyorum.
- 27 Haksızlıklar karşısında bile kendimi savunamıyorum.
- 28 Zor durumlarda genellikle yalan ve hileye başvuruyorum
- 29 Genellikle dedikodu yapmaktan hoşlanmıyorum.
- 30 Hakkımda asılsız dedikodular yapılıyor.
- 31 Hakkımda gerçeğe dayanan bazı dedikodular var.
- 32 Genellikle başkalarının yanında terler ve bunalırım.
- 33 Bir topluluk içinde bütün gözler bana çevrilmişcesine tedirgin olurum.
- 34 Yabancılarla tanışmak ve yeni dostlar edinmekten hoşlanırım.

- 34 Kendini Algılama Konuları**
- 35 Kendimle ilgili sorunların çözümünde gerekirse başkalarının yardımını isteyebilirim.**
- 36 Başkaları beni seyrederken iş yapamıyorum.**
- 37 Başkaları bana baktığında yürümeyi şaşırıyorum.**
- 38 Arkadaşlarımın davetini beklemeden gerektiğinde onların grubuna katılırım.**
- 39 Gerektiğinde duygu ve düşüncelerimi açıklayabilirim.**
- 40 Gerektiğinde bildiklerimi ve gördüklerimi başkalarına açıklayabilirim.**
- 41 Genellikle toplum içinde bulunmaktan hoşlanırım.**
- 42 Girişken bir insan sayılırım.**
- 43 Bana baktıklarında mutlaka bir kusurumun olduğu duygusuna kapılırım.**
- 44 Topluluk içinde rahat konuşamıyorum.**
- 45 Genellikle başkalarının dikkatini üzerime çekmekten sıkılırım.**
- 46 Yerinde ve haklı bile olan, yüzüme yapılan övgülerden utanırım.**
- 47 Diğer insanlar hakkındaki düşünce ve kanılarımı başkalarının lafıyla değiştirmem.**
- 48 Başkaları benim değer ve inançlarıma ters düşen bir işi yapmamı istediklerinde onları reddederim.**
- 49 Olduğum gibi görünmekten hoşlanıyorum.**
- 50 Kendi değer ve inançlarım başkalarınıninkine ters düşse bile onları açıkca ortaya koyar ve savunurum.**
- 51 Başkalarının ahlak değerlerine uygun davranmayabilirim**

- Md Kendini Algılama Konuları*
- 52 *Genellikle istediklerim, beğenilerim ve değerlerime uygun bir yaşam sürdürüyorum.*
- 53 *Başkalarının benim inançlarıma ve değerlerime uygun yaşamasını beklemiyorum.*
- 54 *Genellikle olduğum gibi davranırım ve olduğum gibi görünmeye çalışırım.*
- 55 *Gerektiğinde hakkımı ararım.*
- 56 *Genellikle kendimden çok başlaarını memnun etme çabasındayım.*
- 57 *Eğer duygu ve düşüncelerimden utanırsam bunları tam karşıtı olan bir davranışla gizlerim.*
- 58 *Arkadaşlarımdan bir çoğu kadar güzel ya da yakışıklıyım*
- 59 *Kendimi oldukça çirkin ve sevimsiz buluyorum.*
- 60 *Normal bir beden yapısına sahibim.*
- 61 *Boyum oldukça kısadır.*
- 62 *Oldukça sıska ve çelimsizim.*
- 63 *Gizlediğim bazı fizik kusurlarım var.*
- 64 *Kulağım iyi işitmiyor.*
- 65 *Gözlük takmak zorundayım.*
- 66 *Oldukça şişmanım.*
- 67 *Sağlıklı bir insanım.*
- 68 *Güzel olmayan yanlarım kadar güzel yanlarım da var.*
- 69 *Doğuştan getirdiğim bedensel bir özürüm var.*
- 70 *Kalıtsal bir özürüm var, bu benim çocuklarımda da görülebilir.*
- 71 *Karşı cinsten arkadaşlarım bana duygusal yaklaşımından utanıyorum.*

Md Kendini Algılama Konuları

- 72 *Karşı cinsin duygusal yaklaşımı beni öfkeliendiriyor.*
- 73 *Kızlı erkekli bir toplantıda kendimi rahat hissetmiyorum.*
- 74 *Kendi cinsiyetimden(kız ya da erkek olmaktan) memnunum*
- 75 *Karşı cinsten arkadaşlarımla beraber olmaktan mutluluk duyuyorum.*
- 76 *Okul yaşamında arkadaş seçerken kız erkek ayrımı yapmam.*
- 77 *Karşı cinsten biri(leri)nin benimle duygusal yakınlık kurma isteğinde olduğu kanısındayım.*
- 78 *Arkadaş saydıklarım beni arar ve benden hoşlanırlar.*
- 79 *Arkadaşlarım benim dostluğuma güvenirlir.*
- 80 *Arkadaşlarım beni pısrık ve beceriksiz bulurlar.*
- 81 *Arkadaşlarım beni küçümsüyorlar.*
- 82 *Arkadaşlarım beni gruplarına isteyerek alırlar.*
- 83 *Arkadaşlarım ciddi işlerde ve çalışmalarda benimle beraber olmak isterler.*
- 84 *Arkadaşlarım beni ağız gevşek ve sır saklamaz bulurlar*
- 85 *Hiç kimse beni sevmiyor.*
- 86 *Arkadaşlarım bana düşman oldular.*
- 87 *Ailem beni çok sever ve önemser.*
- 88 *Öğretmenlerin çoğu beni diğer arkadaşlarım kadar önemsiyor.*
- 89 *Çevremdeki insanlar beni ilgilendiren konularda bile benim fikrimi almazlar.*
- 90 *Ev sahibini rahatsız edeceğim düşüncesiyle misafirliğe gitmekten çekinirim.*

Md Kendini Algılama Konuları

- 91 *Diğer insanlar arasında bir yerimin olduğuna inanıyorum.*
- 92 *Diğer insanları kendimden uzaklaştıracak kadar çevreme koku saçıyorum.*
- 93 *İnsanlar beni övdüklerinde içimden bu kadar değerli olmadığımı düşünüyorum.*
- 94 *Arkadaşlarım beni yetenekli fakat alçak gönüllü bulurlar.*
- 95 *Kolay arkadaş edinebilirim.*
- 96 *Psikolojik yönden normal ve rahat bir insan sayılırım.*
- 97 *Kendimi samimi ve dürüst bir insan olarak görüyorum.*
- 98 *İstemediğim halde çabuk kızıyor ve sinirleniyorum.*
- 99 *İnsanları seviyorum ve onlarla beraberlikten mutlu oluyorum.*
- 100 *Yaşamın güzel ve ilginç yanlarını görerek mutlu oluyorum.*
- 101 *Kendi çabamla yenebileceğim güçlüklerden dolayı mutsuz olmam.*
- 102 *Yeni durumlara kolay uyum yapabiliyor ve yeni yaşantılardan hoşlanıyorum.*
- 103 *Alıngan bir insan değilim.*
- 104 *Sebatlı ve iradeli bir insanım.*
- 105 *Kolay mutlu olamıyorum, genellikle karamsar bir insanım.*
- 106 *Kendimi yaşamaya değer ve toplumda yeri olan bir kimse olarak görüyorum.*
- 107 *Başkalarıyla ilişkilerimde onların duygu ve düşüncelerini gözetirim.*

Md Kendini Algılama Konuları

- 108 *Bazen yalnızlıktan hoşlanırım.*
- 109 *Eleştiriyi benliğime yöneltmiş bir tehdit olarak görüyorum.*
- 110 *Eleştirilerden, önce rahatsız olsam bile sonradan üzerinde durur ve yararlanma gereği duyarım.*
- 111 *Bazı konularda başarısız olabilirim ama verimli ve başarılı olduğum alanlarda var.*
- 112 *Bazı alışkanlık ve kusurlarıma rağmen gene de normal ve uyumlu bir insanım.*
- 113 *Üzerime aldığım görevi kusursuz yapmam şarttır.*
- 114 *Bazen ters ve geçimsiz, bazen ise sıcak ve yumuşak olurum.*
- 115 *Çirkin ve sevimsiz yönlerimi iyi ve sevimli yönlerim kapatıyor.*
- 116 *Arkadaşlarım bazı kusur ve noksanlarımı şaka konusu yaparak beni incitiyorlar.*

KENDİNİ-KABUL ENVANTERİ LİSE FORMU (KKE-L)

CEVAP KAĞIDI

MD	EVET		HAYIR		KARARSIZ
	M	Ş	M	Ş	K
1	//	//	//	//	//
2	//	//	//	//	//
3	//	//	//	//	//
4	//	//	//	//	//
5	//	//	//	//	//
6	//	//	//	//	//
7	//	//	//	//	//
8	//	//	//	//	//
9	//	//	//	//	//
10	//	//	//	//	//
11	//	//	//	//	//
12	//	//	//	//	//
13	//	//	//	//	//
14	//	//	//	//	//
15	//	//	//	//	//
16	//	//	//	//	//
17	//	//	//	//	//
18	//	//	//	//	//
19	//	//	//	//	//
20	//	//	//	//	//
21	//	//	//	//	//
22	//	//	//	//	//
23	//	//	//	//	//
24	//	//	//	//	//
25	//	//	//	//	//
26	//	//	//	//	//
27	//	//	//	//	//
28	//	//	//	//	//
29	//	//	//	//	//
30	//	//	//	//	//
31	//	//	//	//	//
32	//	//	//	//	//
33	//	//	//	//	//
34	//	//	//	//	//
35	//	//	//	//	//
36	//	//	//	//	//
37	//	//	//	//	//
38	//	//	//	//	//
39	//	//	//	//	//
40	//	//	//	//	//
41	//	//	//	//	//
42	//	//	//	//	//
43	//	//	//	//	//
44	//	//	//	//	//
45	//	//	//	//	//
46	//	//	//	//	//
47	//	//	//	//	//

MD	EVET		HAYIR		KARARSIZ
	M	Ş	M	Ş	
48	//	//	//	//	//
49	//	//	//	//	//
50	//	//	//	//	//
51	//	//	//	//	//
52	//	//	//	//	//
53	//	//	//	//	//
54	//	//	//	//	//
55	//	//	//	//	//
56	//	//	//	//	//
57	//	//	//	//	//
58	//	//	//	//	//
59	//	//	//	//	//
60	//	//	//	//	//
61	//	//	//	//	//
62	//	//	//	//	//
63	//	//	//	//	//
64	//	//	//	//	//
65	//	//	//	//	//
66	//	//	//	//	//
67	//	//	//	//	//
68	//	//	//	//	//
69	//	//	//	//	//
70	//	//	//	//	//
71	//	//	//	//	//
72	//	//	//	//	//
73	//	//	//	//	//
74	//	//	//	//	//
75	//	//	//	//	//
76	//	//	//	//	//
77	//	//	//	//	//
78	//	//	//	//	//
79	//	//	//	//	//
80	//	//	//	//	//
81	//	//	//	//	//
82	//	//	//	//	//
83	//	//	//	//	//
84	//	//	//	//	//
85	//	//	//	//	//
86	//	//	//	//	//
87	//	//	//	//	//
88	//	//	//	//	//
89	//	//	//	//	//
90	//	//	//	//	//
91	//	//	//	//	//
92	//	//	//	//	//
93	//	//	//	//	//
94	//	//	//	//	//
95	//	//	//	//	//
96	//	//	//	//	//
97	//	//	//	//	//
98	//	//	//	//	//
99	//	//	//	//	//
100	//	//	//	//	//

<u>MD</u>	<u>EVEY</u> <u>M</u> <u>Ş</u>	<u>HAYIR</u> <u>M</u> <u>Ş</u>	<u>KARARSIZ</u> <u>K</u>
101	// //	// //	//
102	// //	// //	//
103	// //	// //	//
104	// //	// //	//
105	// //	// //	//
106	// //	// //	//
107	// //	// //	//
108	// //	// //	//
109	// //	// //	//
110	// //	// //	//
111	// //	// //	//
112	// //	// //	//
113	// //	// //	//
114	// //	// //	//
115	// //	// //	//
116	// //	// //	//