



Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı

**GESTALT TEMAS ENGELLERİ ÖLÇEĞİNİN GELİŞTİRİLMESİ VE
ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN TEMAS ENGELLERİNİN
İNCELENMESİ**

Özlem MUTLU TAGAY

DOKTORA TEZİ

Ankara, 2010

GESTALT TEMAS ENGELLERİ ÖLÇEĞİNİN GELİŞTİRİLMESİ VE ÜNİVERSİTE
ÖĞRENCİLERİNİN TEMAS ENGELLERİNİN İNCELENMESİ

Özlem Mutlu Tagay

Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı
Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Bilim Dalı

Doktora Tezi

Ankara, 2010

KABUL VE ONAY

Özlem TAGAY tarafından hazırlanan “Gestalt Temas Engelleri Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Üniversite Öğrencilerinin Temas Engellerinin İncelenmesi” başlıklı bu çalışma 29.01.2010 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Doktora tezi olarak kabul edilmiştir.



Prof. Dr. Nilüfer Voltan ACAR (Başkan) (Danışman)



Prof. Dr. Yasemin AKMAN-KARABEYOĞLU



Prof. Dr. Fidan KORKUT-OWEN



Doç. Dr. Feride BACANLI



Doç. Dr. Filiz BİLGE

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Prof. Dr. İrfan ÇAKIN

Enstitü Müdürü

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin/raporun tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt eder, tezimin/raporumun kâğıt ve elektronik kopyalarının Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

- Tezimin/Raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.
- Tezim/Raporum sadece Hacettepe Üniversitesi yerleşkelerinden erişime açılabilir.
- Tezimin/Raporumun 1 yıl süreyle erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin/raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.

29.01.2010



Özlem Mutlu Tagay

TEŞEKKÜR

Üniversite yaşamım boyunca üzerimde büyük emekleri olan, kendime ilişkin farkındalığımın artmasında bana ışık tutan, araştırmanın başından sonuna kadar beni destekleyen, sabrını ve sevgisini esirgemeyen tez danışmanım sayın Prof. Dr. Nilüfer Voltan-Acar'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım. Size ne kadar teşekkür etsem azdır, iyi ki varsınız.

Üniversite hayatım boyunca tüm katkılarından ve desteğinden dolayı sayın hocam Prof. Dr. Yasemin Akman Karabeyoğlu'na teşekkür ederim. Ölçek geliştirme çalışması esnasında uzman görüşlerinden yararlandığım sayın hocam Doç. Dr. Feride Bacanlı'ya teşekkür ederim. İhtiyaç duyduğumda bilgileri ve varlıklarıyla bana destek veren sayın hocam Prof. Dr. Fidan Korkut Owen'a ve Doç.Dr. Filiz Bilge'ye emekleri ve değerli katkıları için teşekkür ederim. Ayrıca bilgi ve deneyimlerinden yararlandığım, kendilerinden çok şey öğrendiğim Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalındaki tüm hocalarıma teşekkür ederim.

İstatistiksel analizlerin yapılmasında bilgilerini esirgemeyen sayın hocam Yrd. Doç.Dr. Arif Özer'e ve bu çalışmanın tamamlanmasında emeğini, zamanını ve fikirlerini benimle cömertçe paylaşan arkadaşlarım Yrd. Doç. Dr. Ahu Arıcıoğlu'na, Yrd. Doç. Dr. Bahtiyar Eraslan Çapan'a ve Aygül Nalbant'a teşekkür ederim. Başkent Üniversitesi'ndeki uygulamalar sırasında destek olan Türkan Doğan'a teşekkür ederim. Ayrıca hayatımda büyük yeri ve değeri olan, bilgisi ve varlığıyla beni sürekli motive eden canım arkadaşım ve dostum Semra Akkaya'ya teşekkür ederim.

Hayatım boyunca maddi ve manevi desteklerini esirgemeyen, bana güç veren canım annem Ayşe Mutlu'ya, canım babam Abdullah Mutlu'ya ve biricik kardeşim Özer Mutlu'ya sonsuz teşekkür ederim. Sonuna kadar güvendiği, desteklediği ve inandığı için eşim Orhan Tagay'a teşekkür ederim. Dünyaya geldiği andan itibaren hayatıma farklı bir anlam ve mutluluk katan, çalışmalarımın ne zaman biteceğini merak eden canım oğlum Cahit Emre Tagay'a sonsuz teşekkür ediyorum. İyi ki varsın.

ÖZET

TAGAY, ÖZLEM. Gestalt Temas Engelleri Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Üniversite Öğrencilerinin Temas Engellerinin İncelenmesi, Doktora Tezi, Ankara, 2010

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin Gestalt temas engelleri bazı değişkenler açısından incelenmiştir. Bu amaçla öncelikle Gestalt Temas Engelleri Ölçeği (GTEÖ) geliştirilerek geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır.

Araştırmanın birinci bölümünde yer alan ölçek geliştirme çalışması için hazırlanan ölçek, 2008-2009 öğretim yılı Güz döneminde Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nde öğrenim gören 739 kız ve 336 erkek olmak üzere toplam 1075 öğretmen adayına uygulanmıştır. Araştırmanın ikinci bölümünde yer alan tarama çalışmasında ise geliştirilen ölçek Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesine devam eden 207 kız ve 158 erkek olmak üzere toplam 365 öğretmen adayına uygulanmıştır.

Yapı geçerliliği için açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi kullanılmıştır. Geçerlilik çalışmaları kapsamında yapılan açımlayıcı faktör analizinde ölçek için dört boyutlu yapı elde edilmiştir. Yapılan doğrulayıcı faktör analizinde dört faktörlü yapı sınanmış ve sınanan modelin oldukça iyi uyum indekslerine sahip olduğu saptanmıştır. Buna göre; temas alt boyutunda beş, tam temas alt boyutunda sekiz, bağımlı temas alt boyutunda yedi ve temas sonrası alt boyutunda dört madde yer almaktadır. Araştırmada geliştirilen GTEÖ'nün Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı temas alt ölçeği için .61 ; tam temas alt ölçeği için .79 , bağımlı temas alt ölçeği için .75 ve temas sonrası alt ölçeği için .60 bulunmuştur. Test tekrar test güvenilirlik katsayısı temas alt ölçeği için .74 ; tam temas alt ölçeği için .77 , bağımlı temas alt ölçeği için .69 ve temas sonrası alt ölçeği için .65 çıkmıştır.

Tarama çalışmasında birden çok bağımlı değişken olmasından dolayı Tek Yönlü MANOVA uygulanmıştır. Analiz için Wilk's Lambda ve Pillais Trace değerinin anlamlılık düzeyi göz önüne alınmıştır. Tek Yönlü MANOVA analizi sonucunda Wilk's Lambda ve Pillais Trace değerlerinin anlamlı çıktığı durumlarda farkın hangi gruptan

kaynaklandığını bulmak için Tukey ve Dunnett testleri kullanılmıştır. Hata payı .05 olarak kabul edilmiştir. Araştırma bulguları şu şekildedir:

1. Üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeyleri ile cinsiyetleri arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Buna göre erkek öğrencilerin bağımlı temas düzeyleri kız öğrencilerin bağımlı temas düzeylerinden anlamlı olarak farklı bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin temas, tam temas ve temas sonrası düzeyleri ile cinsiyetleri arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır.
2. Üniversite öğrencilerinin tam temas, bağımlı temas ve temas sonrası düzeyleri ile ÖSS alan türleri arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ve temas düzeyleri ile ÖSS alan türü arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır.
3. Üniversite öğrencilerinin tam temas ve bağımlı temas düzeyleri ile sınıf düzeyleri ve algılanan sosyo-ekonomik düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Temas ve temas sonrası düzeyleri ile sınıf düzeyleri ve algılanan sosyo-ekonomik düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır.
4. Üniversite öğrencilerinin temas, tam temas ve bağımlı temas düzeyleri ile algılanan anne-baba tutumları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ve temas sonrası düzeyleri ile algılanan anne-baba tutumları arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır.
5. Üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeyleri ile aile biçimleri arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Temas, tam temas, temas sonrası düzeyleri ile aile biçimleri arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır.
6. Üniversite öğrencilerinin temas sonrası düzeyleri ile üniversiteye kadar yaşamlarının çoğunu geçirdiği yer arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Temas, tam temas, bağımlı temas düzeyleri ile üniversiteye kadar yaşamlarının çoğunu geçirdiği yer arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Araştırmada elde edilen bulguların tartışması ve yorumu yapılmıştır. Bu doğrultuda ilerdeki uygulama ve araştırmalara yönelik önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Sözcükler: Gestalt Terapisi, Temas, Temas Biçimleri, Temas Engelleri, Temas Engelleri Ölçeği.

ABSTRACT

TAGAY, ÖZLEM. Developing Gestalt Contact Disturbances Scale and Studying of the Gestalt Contact Disturbances of University Students, Doctoral Dissertation, Ankara, 2010

The Gestalt Contact Disturbances levels of university students were studied according to some variables. For this purpose firstly a reliable and valid scale was developed to measure the Gestalt Contact Disturbances.

The first phase of this study involved developing the Gestalt Contact Disturbances Scale. Participants of the study were a total of 1075 students (739 female and 336 male) who were given the scale during the autumn semester of 2008-2009. The second phase involved a survey study with a sample of 365 (207 female and 158 male) first, second, third grade students of faculty of Education of Anadolu University.

Exploratory and confirmatory factor analyses procedures were used to test for construct validity for the Gestalt Contact Disturbances Scale (GTEÖ). The factor analyses revealed four factors. It also showed that the model had high fit indices. The contact factor had five items, full contact factor had eight items, dependent contact factor had seven items and final contact had four items. Internal consistency reliability was assessed by computing Cronbach's alpha coefficients for this form administered to the 365 participants during phase second. The resulting coefficients were .61 for the contact, .79 for the full contact, .75 for the dependent contact and .60 for the final contact. Test-re-test reliability coefficients (three week interval) were;.74 for the contact, .77 for the full contact, .69 for the dependent contact and .65 for the final contact.

In the survey study, since there were multiple dependent variables One Way MANOVA was used for data analysis. Wilk's Lamda and Pillais Trace was utilized for significance testing. When Wilks Lambda and Pillais Trace value were significant, Tukey and

Dunnett test were applied to find out the resource of the difference. Significant level was taken as .05. The followings were the results:

1. There was a significant relationship between dependent contact level of university students and gender. Male students dependent contact levels were more than female students.
2. There was a significant relationship among full contact, dependent contact and final contact level of university students and branch type. No significant differences were found between contact level of university students and branch type.
3. There was a significant relationship among full contact and dependent contact level of university students with class level and perceived socioeconomic status. No significant differences were found among contact and final contact level of university students and class level and perceived socioeconomic status.
4. There was a significant relationship among contact, full contact and dependent contact of university students and perceived parental attitudes. No significant differences were found between final contact level of university students and perceived parental attitudes.
5. There was a significant relationship between dependent contact of university students and family structure. No significant differences were found among contact, dependent contact and final contact level of university students and family structure.
6. There was a significant relationship between final contact of university students and the place where they spent most of their lives before university. No significant differences were found among contact, full contact and dependent contact level of university students and the place where they spent most of their lives before university.

Findings, implication of the results and suggestions for future research were discussed.

Key Words: Gestalt Therapy, Contact, Contact Style, Contact Disturbances, Contact Disturbances Scale.

İÇİNDEKİLER

KABUL ONAY	i
BİLDİRİM	ii
TEŞEKKÜR	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT	vi
İÇİNDEKİLER	viii
TABLolar LİSTESİ	xiii
ŞEKİLLER LİSTESİ	xvi
BÖLÜM I	
GİRİŞ	1
Problem	5
Alt Problemler	5
Tanımlar	6
Sayıltı	8
Sınırlılıklar	8
Araştırmanın Önemi ve Gerekçesi	9
BÖLÜM II	
KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	
2.1. KURAMSAL ÇERÇEVE	14
2.1.1. Gestalt Terapinin Tarihçesi	14
2.1.2. Gestalt Terapinin Gelişmesindeki Etkiler	16
2.1.3. Gestalt terapinin Kavramları	22
2.1.4. Temas Sınırları	33
2.1.5. Temas Engelleri	36
2.1.5.1. İçe Verme (Introjection)	37
2.1.5.2. Dışa Yansıtma (Projection)	39
2.1.5.3. Kendine Çevirme (Retroflection)	40
2.1.5.4. Yön Değiştirme (Deflection)	43
2.1.5.5. Sınırların Yokluğu (Confluence)	45
2.1.5.6. Duyarsızlaşma (Desensitization)	47
2.1.5.7. Yardım Eden Sendromu (Proflection)	48

2.1.5.8. Çekilme (Withdrawal)	50
2.1.5. Temas Döngüsü	51
2.1.6.1 Temas Döngüsünde Oluşabilecek Sıkıntılar	58
2.1.7. Gestalt Psikoterapi Kuramı	61
2.1.7.1. Gestalt Terapisinin Amaçları	61
2.1.7.2. Gestalt Terapi Yaklaşımının Kişiliğe ve Sağlığa Bakış Açısı	64
2.1.7.3. Gestalt Terapide Temas	65
2.1.7.4. Gestalt Terapide Terapötik İlişki	66
2.1.7.5. Gestalt Terapide Diyalogun Önemi Ve “Ben-Sen” İlişkisi	67
2.2. İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	74
2.2.2 Gestalt Terapi Alanında Yapılan Betimsel Çalışmalar	74
2.2.3 Gestalt Terapi Alanında Yapılan Ölçek Geliştirme Çalışmaları	75
BÖLÜM III	
YÖNTEM	79
3.1. ARAŞTIRMAYA KATILAN BİREYLER	79
3.1.1 Gestalt Temas Engelleri Ölçeği'nin (GTEÖ) Pilot Uygulamasının Yapıldığı Birinci Araştırma Grubu	79
3.1.2. Gestalt Temas Engelleri Ölçeği'nin (GTEÖ) Yapı Geçerliğini İncelemek Üzere Belirlenen İkinci Araştırma Grubu	80
3.1.3. GTEO'nün Geçerlik ve Güvenilirliğinin İncelenmesi İçin Belirlenen Grup (Üçüncü Araştırma Grubu)	81
3.1.4. Tarama Çalışması için Belirlenen Dördüncü Araştırma Grubu	81
3.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI	82
3.2.1. Gestalt Temas Engelleri Ölçeği (GTEÖ)	82
3.2.1.1. GTEÖ'nün Geliştirilmesi Sırasında Yapılan İşlemler	83
3.2.2. Bilgi Formu	84
3.3. İŞLEM YOLU	84
3.3.1. GTEÖ'nün Madde Havuzunun Hazırlanması Sırasında Yapılan İşlemler	84

3.3.2. Uzman Kanısına Başvurulması Sırasında Yapılan İşlemler	85
3.3.3. GTEÖ'nün Uygulanması Sırasında Yapılan İşlemler	85
3.3.4. GTEÖ'nün Geçerlik ve Güvenirliğinin İncelenmesi Sırasında Yapılan İşlemler	86
3.4. VERİLERİN ANALİZİ	87
BÖLÜM IV	
BULGULAR	89
4.1. GESTALT TEMAS ENGELLERİ ÖLÇEĞİNİN GELİŞTİRİLMESİNE İLİŞKİN BULGULAR	89
4.1.1. GTEÖ'nün Geçerlik Çalışmalarına İlişkin Bulgular	89
4.1.1.1. Kapsam Geçerliği	89
4.1.1.2. Yapı Geçerliği	90
4.1.1.2.1. Açımlayıcı Faktör Analizi	90
4.1.1.2.2. Doğrulayıcı Faktör Analizi	95
4.1.1.2.3 GTEÖ'nün Alt Ölçekleri Arası Korelasyon Değerleri	100
4.1.2. GTEÖ'nün Güvenilirlik Çalışmalarına İlişkin Bulgular	101
4.1.2.1. Test-tekrar Test Güvenilirliği	101
4.1.2.2. İç Tutarlılık Güvenilirliği	102
4.2 GESTALT TEMAS ENGELLERİNE İLİŞKİN BULGULAR	102
4.2.1. Öğretmen Adayları İle Yapılan Tek Yönlü MANOVA Analizine İlişkin Bulgular	103
4.2.1.1 Üniversite öğrencilerinin Cinsiyetlerine Göre Temas Engelleri	103
4.2.1.2 Üniversite öğrencilerinin ÖSS Alan Türüne Göre Temas Engelleri	106
4.2.1.3 Üniversite öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Temas Engelleri	109
4.2.1.4 Üniversite öğrencilerinin Algılanan Sosyo-ekonomik Düzeyine Göre Temas Engelleri	112
4.2.1.5 Üniversite öğrencilerinin Algılanan Anne Baba Tutumu ile Temas Engelleri Düzeylerine İlişkin Bulgular	116
4.2.1.6 Üniversite öğrencilerinin Aile Biçimlerine İlişkin Temas	

Engelleri	120
4.2.1.7 Üniversite öğrencilerinin Üniversite Yaşantısına Kadar Yaşamlarını En Çok Geçirdikleri Yere İlişkin Temas Engelleri	123
BÖLÜM V	
TARTIŞMA VE YORUM	127
5.1 ÖLÇEK GELİŞTİRMEYE İLİŞKİN BULGULARIN TARTIŞMA VE YORUMU	127
5.1.1 GTEÖ' nün Geçerlik ve Güvenilirliğine İlişkin Bulgularının Tartışma ve Yorumu	127
5.1.2 GTEÖ' nün Alt Ölçeklerinin İsimlendirilmesi	127
5.2 TARAMAYA İLİŞKİN BULGULARIN YORUMU	130
5.2.1 Cinsiyet Açısından Üniversite öğrencilerinin Temas Engellerine İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu	130
5.2.2 Bölüm Puan Türü Açısından Üniversite öğrencilerinin Temas Engellerine İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu	132
5.2.3 Sınıf Düzeyi Açısından Üniversite öğrencilerinin Temas Engellerine İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu	133
5.2.4 Algılanan Sosyo-Ekonomik Düzey Açısından Öğretmen Adaylarının Temas Engellerine İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu	135
5.2.5 Algılanan Aile Tutumları Açısından Üniversite öğrencilerinin Temas Engellerine İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu	136
5.2.6 Aile Biçimleri Açısından Üniversite öğrencilerinin Temas Engellerine İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu	138
5.2.7 Üniversite Yaşantısına Kadar Yaşamın En Çok Geçirildiği Yer Açısından Üniversite öğrencilerinin Temas Engellerine İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu	139
BÖLÜM VI	
VARGI VE ÖNERİLER	142
KAYNAKLAR	146

EKLER	158
EK1 Uzman Görüşüne Sunulan Deneme Formu	159
EK 2 Kişisel Bilgi Formu	165
EK 3 GTEÖ Madde Örnekleri	166
EK 4 Kovaryans Matrislerinin Eşitliği Ve Varyansların Homojenliğine İlişkin Levene Testi Sonuçları	167
ÖZGEÇMİŞ	172

TABLOLAR

Tablo 3.1	İkinci Araştırma Grubunu Oluşturan Öğrencilerin Okudukları Bölümlere Göre Sayı ve Yüzdeleri	82
Tablo 3.2	Dördüncü Araştırma Grubunu Oluşturan Öğrencilerin Okudukları Bölümlerin Puan Türlerine Göre Sayı ve Yüzdeleri	83
Tablo 3.3	Dördüncü Araştırma Grubunu Oluşturan Öğrencilerin Sınıflarına Göre Sayı ve Yüzdeleri	84
Tablo 4.1	KMO ve Bartlett Testi Sonuçları	94
Tablo 4.2	Faktörlerin Özdeğerleri ve Açıklanan Varyans Oranları	97
Tablo 4.3	Açımlayıcı Faktör Analizine Göre Alt Faktörler ve Maddelere Göre Faktör Yükleri	98
Tablo 4.4	GTEÖ' ye Ait Uyum İndeksleri	100
Tablo 4.5	DFA ile Elde Edilen Madde Faktör Yükleri ve Güvenilirlikleri	103
Tablo 4.6	GTEÖ'nün Alt Ölçekleri Arası Korelasyon Değerleri	105
Tablo 4.7	GTEÖ Test Tekrar Test Güvenilirlik Katsayıları	105
Tablo 4.8	GTEÖ İç Tutarlılık Katsayıları	106
Tablo 4.9	Cinsiyet ile Temas Engellerine Ait n , \bar{X} , S Değerleri	107
Tablo 4.10	Cinsiyet değişkenine İlişkin Tek Yönlü MANOVA Analiz Sonuçları	108
Tablo 4.11	Cinsiyet Değişkenine İlişkin Çok Değişkenli ANOVA Sonuçları	109
Tablo 4.12	ÖSS Alan Türü ile Temas Engellerine Ait n , \bar{X} , S Değerleri	110
Tablo 4.13	ÖSS Alan Türü değişkenine İlişkin Tek Yönlü MANOVA Analiz Sonuçları	110
Tablo 4.14	ÖSS Alan Türü Değişkenine İlişkin Çok Değişkenli ANOVA Sonuçları	111
Tablo 4.15	ÖSS Alan Türü ile Bağımlı Temas ve Temas Sonrası Değişkenlerine Ait Puanların Dağılımı ve Tukey Testi Sonuçları	112
Tablo 4.16	Sınıf Düzeyi ile Temas Engellerine Ait n , \bar{X} , S Değerleri	113

Tablo 4.17	Sınıf Düzeyi değişkenine İlişkin Tek Yönlü MANOVA Analiz Sonuçları	114
Tablo 4.18	Sınıf Düzeyi Değişkenine İlişkin Çok değişkenli ANOVA Sonuçları	114
Tablo 4.19	Sınıf Düzeyi ile Tam Temas ve Bağımlı Temas Değişkenlerine Ait Puanların Dağılımı ve Tukey Testi Sonuçları	115
Tablo 4.20	Algılanan Sosyo-Ekonomik Düzeyleri ile Temas Engellerine Ait n , \bar{X} , S Değerleri	116
Tablo 4.21	Algılanan Sosyo-Ekonomik Düzey değişkenine İlişkin Tek Yönlü MANOVA Analiz Sonuçları	117
Tablo 4.22	Algılanan Sosyo-Ekonomik Düzey Değişkenine İlişkin Çok Değişkenli ANOVA Sonuçları	118
Tablo 4.23	Algılanan Sosyo-Ekonomik Düzey ile Tam Temas ve Bağımlı Temas Değişkenlerine Ait Puanların Dağılımı, Tukey ve Dunnett Testi Sonuçları	119
Tablo 4.24	Algılanan Anne Baba Tutumu ile Temas Engellerine Ait n , \bar{X} , S Değerleri	120
Tablo 4.25	Algılanan Anne Baba Tutumu değişkenine İlişkin Tek Yönlü MANOVA Analiz Sonuçları	121
Tablo 4.26	Algılanan Anne-Baba Tutumu Değişkenine İlişkin Çok Değişkenli ANOVA Sonuçları	122
Tablo 4.27	Algılanan Anne-Baba Tutumu ile Temas, Tam Temas ve Bağımlı Temas Değişkenine Ait Puanların Dağılımı Tukey Testi Sonuçları	123
Tablo 4.28	Aile Biçimleri ile Temas Engellerine Ait n , \bar{X} , S Değerleri	125
Tablo 4.29	Aile Biçimleri değişkenine İlişkin Tek Yönlü MANOVA Analiz Sonuçları	125
Tablo 4.30	Aile Biçimi Değişkenine İlişkin Çok Değişkenli ANOVA Sonuçları	126
Tablo 4.31	Aile Biçimleri ile Bağımlı Temas Değişkenine Ait Puanların Dağılımı ve Dunnett Testi Sonuçları	127
Tablo 4.32	Üniversite Yaşantısına Kadar Yaşamlarını En Çok Geçirdikleri	

	Yer ile Temas Engellerine Ait n , \bar{x} , S Değerleri	128
Tablo 4.33	Üniversite Yaşantısına Kadar Yaşamlarını En Çok Geçirdikleri Yer Değişkenine İlişkin Tek Yönlü MANOVA Sonuçları	128
Tablo 4.34	Üniversite Yaşantısına Kadar Yaşamlarını En Çok Geçirdikleri Yer Değişkenine İlişkin Çok Değişkenli ANOVA Sonuçları	129
Tablo 4.35	Üniversite Yaşantısına Kadar Yaşamlarını En Çok Geçirdikleri Yer ile Bağımlı Temas Değişkenine Ait Puanların Dağılımı ve Dunnett Testi Sonuçları	130

ŞEKİLLER

Şekil 1.1	Temas Döngüsü A	52
Şekil 1.2	Temas Döngüsü B	55
Şekil 4.1	Açımlayıcı Faktör Analizi Özdeğer Grafiği (Scree Plot)	96
Şekil 4.2	GTEÖ Faktör Yapısı (Standart Kat Sayılar)	102

BÖLÜM I

GİRİŞ

Sosyal bir varlık olan insan, yaşamını sürdürmek ve ihtiyaçlarını karşılamak için çevresinde bulunan diğer insanlarla bir arada yaşamak durumundadır. Dolayısıyla, insan sosyal bir grup içerisinde diğer insanlarla; başka bir deyişle, çevresiyle temas kurar. Temas kelimesi sözlükte dokunmak, değmek, münasebet, ilişki kurmak, bağlantı kurmak, görüşmek olarak tanımlanmıştır.

Gerek sosyal psikolojide gerekse diğer psikolojik yaklaşımlarda temas kavramı üzerinde durulmuştur. Temas kavramını çok fazla vurgulayan hatta bu yönüyle diğer terapi yaklaşımlarından farklılaşan yaklaşım Gestalt terapi yaklaşımıdır. Gestalt terapide temas, bireyi anlamada önemli bir kavramdır. Polster ve Polster (1974), teması, bireyi dünya ile ilişkili kılan bir araç olarak tanımlamış ve bireyin ancak temas yoluyla dünya ile ilişkiye girerek büyüüp gelişebileceğini belirtmiştir. Laura Perls'e (1992) göre temas başkalarının tanınması, farkların farkındalığı, ben ve başkası sınırlarının yaşanmasıdır (Akt, Voltan-Acar, 2006). Temas, sadece birey ile çevre arasında değil, bireyin kendisi ile teması şeklinde de yaşanabilir. Bireyin kendisi ile temasında kendi bedeni, duygu ve düşünceleri ile teması söz konusudur. Çevre ile temasında ise kişinin geçmiş, gelecek ve şimdi de yaşanan olaylar, diğer insanlar ve objelerle teması ifade edilmiştir (Goldstein, Krasner ve Garfield, 1989).

Temas kavramını bu kadar çok vurgulayan Gestalt terapisinin ana çıkış noktası ise Gestalt yaklaşımı ve Gestalt psikolojisidir. Gestalt Almanca bir kavramdır ve tek kelime ile tam bir karşılığı olmadığı için orijinal hali ile kullanılmıştır. Gestalt kavramı bütünlük, düzen, örüntü, şekil anlamında kullanılırken; terapide kişinin bütünleşmesine, geçmişe ilişkin bitmemiş işlerin bitirilmesine dikkat çekilmiştir (Kirchner, 2000).

Gestalt terimi, iki ya da daha fazla bir biriyle ilişkili parçadan meydana gelen bütünün dinamik bir organizasyonunu ifade eder. Gestalt Terapi, insanı, davranışlarının toplamından daha fazla bir varlık ve bütün olarak görmüştür. Gestalt Terapi'nin genel

amacı, bireyin kendisine, diğerlerine ve çevresine ilişkin farkındalığını artırmasıdır (Sharf, 2000).

Gestalt psikolojisi birinci dünya savaşından önce Almanya'da doğmuştur. Max Wertheimer, Wolfgang Kohler ve Kurt Koffka Gestalt psikolojisinin yaratıcılarıdır. Gestalt psikolojisine ilişkin ilk çalışmalar Almanya'da çıkmış daha sonra Amerika'daki kuramcılar da etkilemiştir. 1950'li yıllarda pek çok araştırmacı Gestalt Psikolojisine katkıda bulunmuşlardır. Gestalt terapiye göre, birey sadece davranışlarına indirgenerek değil; duygu, düşünce, davranış ve beden bütünlüğü içerisinde anlaşılabilir (Rhyne, 1990).

Gestalt psikolojisi 1910'larda ortaya çıkmış olmakla birlikte, Gestalt terapi yaklaşımı klinik çalışmacı Frederick (Fritz) Salomon Perls ve Laura Perls tarafından geliştirilmiştir. Fritz Perls I. Dünya savaşından sonra Kurt Goldstein'in yardımcısı olarak Beyin Hasarlılar Enstitüsünde çalışmıştır. Frankfurt'da bulunan bu enstitüde çalışırken daha sonra evleneceği Laura ile tanışmıştır. Fritz Perls bu süreçte Goldstein'den oldukça etkilenmiştir. Perls 1920'lerin sonlarında Viyana ve Berlin'de Analistleri Wilhelm Reich ve Karen Horney'den psikanaliz eğitimi almıştır. Dolayısıyla, Reich'in ve Horney'in, Perls'ün Gestalt Terapiye ilişkin düşüncelerinde etkisi olmuştur (Latner, 1992).

Gestalt terapi insanı sadece bilişsel ve davranışsal düzeyde değil, bütüncül bir yaklaşımla ele alır. Gestalt yaklaşımı varoluşçu ve fenomenolojik öğeleri içerisinde barındıran süreç odaklı bir yaklaşımdır. Varoluşçu Yaklaşım Kierkegaard, Sartre ve Heidegger'in çalışmalarıyla başlamıştır. Bu yaklaşıma göre insan seçenekler arasından seçim yaparak kararlar verebilen ve bu kararlarının sorumluluğunu alabilen bir canlıdır. Gestalt yaklaşımında da sorumluluğun alınmasına odaklanılmıştır. Fenomenolojik yaklaşımda kişinin yaşantılarına dayalı algıları önemlidir. Dolayısıyla, kişinin duyguları ve öznel yaşantıları fenomenolojiyi oluşturur. Gestalt yaklaşımında fenomenolojik bakış açısının amacı bireyin farkındalık kazanmasıdır (Kirchner, 2000; Yontef, 2002).

Gestalt Yaklaşımı , varoluşçuluk, gestalt psikolojisi, holizm, klasik psikanaliz ve Neo-Freudyan görüşler, beden terapisi, alan kuramı, doğu dinleri, tiyatro ve dans gibi sanatın değişik boyutlarının bir bileşkesi olarak ortaya çıkmıştır. Gestalt yaklaşımı sadece etkilenmiş olduğu farklı görüşlerin bir bütünü değildir. Bu görüşler, Gestalt yaklaşımının içine yerleşirken farklılaşmışlardır, bir başka deyişle farklı bir anlam kazanmışlardır. Gestalt terapi ise Gestalt psikolojisi, varoluşçu felsefe, zen, budizm gibi farklı görüşlerden, Moreno, Reich gibi farklı kişilerin düşüncelerinden etkilenerek Frederic ve Laura Perls (1893-1970) tarafından oluşturulmuş yaşantısal ve fenomenolojik yanı olan bir terapidir (Clarkson, 1994; Corey, 1995; Yontef ve Simkin, 1989).

Gestalt terapi insan doğasına varoluşçu ve olumlu bir şekilde yaklaşmıştır. Ancak insana bu olumlu şekilde bakış, insan doğası gereği, iyidir şeklinde değildir. Bu kurama göre, insanlar doğuştan ne iyi ne de kötüdür. Her birey doğal olarak her türlü özelliğe sahiptir. Ancak, bunlar çevre tarafından kabul edilmediği için insanlar bu özellikleri sahiplenmeyebilir. Örneğin hem sevgi, hem şefkat hem de saldırganlık her bireyde bulunabilir. Gestalt kuramında birey merkezde olmakla birlikte çevresi ile olan etkileşimi de holistik bir şekilde ele alınmıştır. Gestalt kuramı, bireye olumlu bir şekilde yaklaşmışsa da, tüm canlılar gibi insanların da var olabilmek için başkalarına ihtiyaç duyduğu, kendi başına yeterli olmadığı görüşü benimsenmiştir. Büyümek ve gelişmek için insanlar çevreleri ile etkileşim içerisinde olmak zorundadırlar (Akkoyun, 2001).

Gestalt kuramına göre; duygulardan çok onların nasıl yaşandığı önemlidir. Şekil zeminden çıktığı halde tamamlanmamışsa, bireylerin küskünlük, öfke, nefret ve suçluluk gibi açığa vurulmamış duygularında bitirilmemiş işleri kalmış demektir. Bu duygular, tam bir farkındalık içinde yaşanmadığından, arka planda gizlenirler ve kişinin kendisi veya başkalarıyla etkin bir biçimde ilişki kurmasını engelleyebilirler. Bitmemiş işler bireyin açıklayamadığı duygularıyla yüzleşip, bu duygularıyla baş edebildiği zamana kadar varlıklarını sürdürürler (Corey, 1995). Bitmemiş işler, kişinin kendisiyle, başkalarıyla ve çevresiyle iyi ve sağlıklı temas kurmasını engeller ve bazı temas engellerinin yaşanmasına neden olur.

Gestalt terapi, terapi süreci temas, temas engellemeleri ve bunlara ilişkin farkındalıklar üzerinedir. Terapide şekli oluşturan, ön planda olan temastır. İnsanlar işiterek, dokunarak, koklayarak, görerek, tadarak, konuşarak, hareket ederek temas kurarlar. Ben ve başkaları ile temasa geçerken ortaya çıkan ilişki çarpıtmaları ya da temasın yön değiştirmesi temas engellemeleri olarak adlandırılmıştır. Temas engellemeleri bazı durumlarda sağlıklı bazı durumlarda sağlıklı olarak nitelendirilmiştir. Duyarsızlaşma, yön değiştirme, sınırların yokluğu, dışa yansıtma, içe verme, geri çekilme, soyutlanma, yardım eden sendromu temas engelleri kapsamında yer almıştır (Voltan-Acar, 2006).

Gestalt terapi alanında çok az araştırma bulunmaktadır. Gestalt yaklaşımı ve Gestalt psikolojisi ile ilgili araştırmaların ve çalışmaların çoğunlukla öğrenme konusunda deneysel çalışmalar olduğu görülmektedir (Foulds ve Hannigan, 1976; Reitenour, 1984; Wasserstein, 2002), Gestalt terapisi ile ilgili yapılan çalışmaların ise geneli vaka analizi (Imes ve Gailis, 2002; ve tarama (Alvin, 2007; Baver ve Toman, 2003; Handlon ve Fredericson, 1998; Huckabay, 2002; Iaculo, 2007; Lyon, 2001) çalışmaları ile sınırlıdır. Son yıllarda ise Gestalt terapi alanında deneysel ve betimsel çalışmalarda da bir artış görülmektedir (Hurtung, 1991; Jacobs, 2007; Kirkpatric, 2005; Mackay, 2002; Maree, 2007; O'leary ve ark.,1998; Prosnick, 1999; Riet, 2008; Shraga, 1991; Tofte, 2001;).

Gestalt terapinin esasını oluşturan temas engelleri konusunda yapılan çalışmalar da son yıllarda yetersiz olmakla birlikte bir artış gözlenmiştir. Geliştirilen envanter ve ölçekler daha sonraki Gestalt araştırmaları için de yol açıcı olmuştur. Gestalt Temas engellerinin ölçülmesine yönelik ilk ölçek geliştirme çalışması Byrness tarafından 1975 yılında yapılmıştır. Byrness Gestalt yaklaşımını temel alarak 72 maddelik Gestalt Q Short ölçeğini geliştirmiştir (Akt, Mackay, 2002). Byrness'in çalışmalarından etkilenerek Kepner 1982 yılında beş faktörlü Gestalt Temas Biçimleri (Gestalt Contact Styles Questionnaire) ölçeğini geliştirmiştir. Yaptığı çalışmanın sonucunda Kepner bazı temas engellerine ait olduğu düşünülen maddelerin beklenenden farklı faktörlerde çıktığını belirtmiştir. Dolayısıyla Kepner bazı özelliklerin ilgili olduğu düşünülen temas engelleri için tipik özellikler olmayabileceğini ileri sürmüştür. Woldt ve Kepner tarafından 1986 yılında geliştirilen ölçeği tekrar gözden geçirmişlerdir. Toplam 100 maddeden oluşan ölçeğin yeni adı Gestalt Contact Styles Questionnaire-Revized olmuştur (Akt., Jacobs,

2007). Martinek (1985) bireylerin çevre ile etkileşim stillerini belirlemek amacıyla Gestalt Kişisel Denge Envanterini (Gestalt Personal Homeostasis Inventory) geliştirmiştir. Ölçekte davranış ve tutumlara ilişkin durumu içeren 240 madde bulunmaktadır. Ölçeğin geçerlilik çalışmasında faktör analizinden yararlanılmıştır. (Akt., Hurtung, 1991).

Ülkemizde Gestalt temas engellerine yönelik geliştirilmiş bir ölçek bulunmamaktadır. Gökdemir-Aktaş (2002); Woldt ve Kepner (1986) tarafından geliştirilen Gestalt Contact Styles Questionnaire Revized GCSR ölçeğini Türk Kültürüne uyarlamıştır. Ölçeğin, orijinalinde içe verme, dışa yansıtma, kendine çevirme, sınırların yokluğu, duyarsızlaşma, yön değiştirme faktörleri olmak üzere altı faktör bulunmaktadır. Ayrıca temas engellerine ek olarak hareket ve farkına varma olarak adlandırılabilen iki faktörden daha söz edilmiştir. Türk kültürüne uyarlanan Gestalt Temas Biçimleri Ölçeği Yeniden Düzenlenmiş Formunda (GTBÖ-YDF) ise kendine çevirme, yön değiştirme, temas, sınırların yokluğu, duygusal duyarsızlaşma olmak üzere beş faktör bulunmaktadır. Dolayısıyla Türk kültürüne uygun olarak geliştirilen ölçeğin önemli olduğu düşünülmektedir.

Bu araştırmanın iki temel amacı vardır. İlki üniversite öğrencileri üzerinde Gestalt Temas Engellerini ölçmeye yönelik geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı geliştirmektir. İkinci amaç; üniversite öğrencilerinin temas engellerinin cinsiyet, sınıf düzeyi, ÖSS alan türü, algılanan sosyo-ekonomik düzey, algılanan anne-baba tutumu, aile biçimi ve üniversite eğitimine kadar yaşamlarını en çok geçirdikleri yer değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını araştırmaktır.

1.1 Problem

Bu araştırmanın problemi “Gestalt Temas Engelleri Ölçeği geçerli ve güvenilir bir ölçek midir ve üniversite öğrencilerinin temas engelleri bazı değişkenlere göre anlamlı farklılık göstermekte midir?” olarak belirlenmiştir.

1.2 Alt Problemler

Yukarıda verilen problemin daha ayrıntılı incelenmesi için aşağıda belirtilen sorulara cevap aranmıştır.

1.2.1. Araştırmanın Birinci Amacına İlişkin Alt Problemler

1.2.1.1 Gestalt Temas Engelleri Ölçeği geçerli bir araç mıdır?

1.2.1.2 Gestalt Temas Engelleri Ölçeği güvenilir bir araç mıdır?

1.2.2. Araştırmanın İkinci Amacına İlişkin Alt Problemler

Üniversite öğrencilerinin temas engelleri;

1.2.2.1 Cinsiyeti,

1.2.2.2 ÖSS Alan Türü,

1.2.2.3 Sınıf düzeyi,

1.2.2.4 Algılanan sosyo-ekonomik düzeyi,

1.2.2.5 Algılanan anne-baba tutumu,

1.2.2.6 Aile biçimi,

1.2.2.7 Üniversite yaşantısına kadar yaşamlarını en çok geçirdikleri yer

değişkenlerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

1.2.Tanımlar

Araştırmada geçen kavramların tanımları şöyledir:

Aile Biçimi: Araştırmanın ikinci alt probleminde değişken olarak yer alan aile biçimi ile araştırma kapsamına alınan bireylerin aile biçimlerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu kapsama çekirdek aile (anne-baba-çocuk), geniş aile (anne-baba-çocuk ve yakınlar) ve ayrıca parçalanmış aile (anne-çocuk ya da baba-çocuk) alınmıştır.

ÖSS Alan Türü: ÖSS sisteminde sınava giren öğrenciler yerleştirilirken Eşit Ağırlık, Sözel, Sayısal ve Dil puan türleri kapsamında değerlendirilirler. Birinci sınav kapsamında bütün dersler ortak olduğu halde ikinci sınav kapsamında alanlarına uygun derslere ilişkin soruları yanıtlamaları gerekmektedir. Araştırma kapsamında bulunan öğrencilerin puan türleri Sözel, Sayısal ve Eşit ağırlık puan türleri şeklinde oluşmuştur. ÖSS sisteminde Sözel-2 puan türü için sınava girenlerin Türkçe, Tarih, Coğrafya, Felsefe alanındaki soruları; Eşit ağırlık-2 puan türü için sınava girenlerin Türkçe, Matematik alanlarındaki soruları; Sayısal-2 puan türü için sınava girenlerin Matematik, Fizik, Kimya ve Biyoloji alanlarındaki soruları yanıtlamaları gerekmektedir.

Temas: Temas; gelişmenin kaynağıdır, bireyin ve onun dünyayı yaşama şeklinin değişimi anlamına gelmektedir (Polster ve Polster 1973). Temas; görerek, duyarak, dokunarak, koklayarak, hareket ederek olmaktadır. Laura Perls'e (1992) göre temas başkalarının tanınması, farkların farkındalığı, ben ve başkası sınırlarının yaşanmasıdır (Akt. Voltan-Acar, 2006).

Temas Biçimleri: Etkili bir temas kişinin kendilik hissini kaybetmeden diğerleriyle ve çevresiyle iletişim kurmasıdır. Temas biçimleri çocukluktan itibaren oluşmaya başlayan yenilikleri/farklılıkları seçme ve reddetme durumlarıdır. Temas biçimleri doğru şekilde seçildiğinde ve kullanıldığında uygun ve sağlıklıdır.

Temas Engelleri: Bir temas biçimi büyümeye ve gelişmeye yardım ederken diğeri etmeyebilir. Kişinin gelişmesini ve olgunlaşmasını engelleyen farkında olmadan, sık kullanılan temas biçimleri temas engeline dönüşür. Voltan-Acar'a göre ben ve başkası ile temasa geçerken ortaya çıkan ilişki çarpıtmaları ya da temasın yön değiştirmesi temas engellemeleri olarak adlandırılır.

Gestalt Temas Engelleri Ölçeği (GTEÖ) : Temas engellerini ölçmek amacıyla araştırmacı tarafından ‘‘Gestalt Temas Engelleri Ölçeği’’ geliştirilmiştir. Gestalt Temas Engelleri Ölçeği 24 maddeden ve dört alt ölçekten oluşmaktadır. Alt ölçeklerin her birinden alınan puanların yüksekliği o engelin sık kullanıldığına işaret etmektedir.

1.3 Sayılı

Bu araştırmada belirlenen sayılı şöyledir:

Araştırmaya katılan öğrencilerin kendilerine verilen ölçekleri gerçek durumlarını yansıtacak şekilde yanıtladıkları kabul edilmiştir.

1.4. Sınırlılıklar

Araştırmanın sınırlılıkları aşağıda ifade edilmiştir:

1. Bu araştırma 2008-2009 eğitim-öğretim yılında Hacettepe Üniversitesi ve Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakóltesi’nde bulunan ve uygulamaya gönüllü katılan öğrenciler ile sınırlıdır. Dolayısıyla bulgular, bu öğrencilere ve benzer nitelikteki öğrencilere genellenebilir.
2. Bu araştırma, kullanılan ölçeğin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

1.5. Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi

Gestalt Terapi insanı bir bütün olarak ele almıştır. İnsanın bilişsel, davranışsal, duygusal ve bedensel bütünlüğü gestalt yaklaşımında oldukça önemlidir. Dolayısıyla Gestalt terapide bireyin kişiler arası alandaki etkileşimi ön plana çıkmıştır.

Gestalt terapide temas bireyi anlamada önemli bir kavramdır. Laura Perls’e (1992) göre temas başkalarının tanınması, farkların farkındalığı, ben ve başkası sınırlarının yaşanmasıdır. Bir başka deyişle; insanın bireyleşmesi, ben ve ötekinin sağlıklı yaşanmasıdır (Akt, Voltan-Acar, 2006). Temas ilişkisinin ben ve öteki arasında olması sadece başka bir bireyi değil aynı zamanda doğayı, çevreyi hatta bireyin kendisini de ifade eder.

Organizmanın büyüme ve öğrenmesini sağlayan temas, bir şeylere kendiliğinden dikkat etme ya da diğerleriyle birlikte olma olarak tanımlanabilir. Dolayısıyla, temas kavramı sadece birey ile çevre arasında değil, bireyin kendisi ile teması şeklinde de yaşanabilmektedir (Goldstein, Krasner ve Garfield, 1989). Gestalt terapide, terapi süreci temas, temas engellemeleri ve bunlara ilişkin farkındalıklar üzerinedir. Terapide şekli oluşturan, ön planda olan temastır. İnsanlar işiterek, dokunarak, koklayarak, görerek, tadarak, konuşarak, hareket ederek temas kurmaktadır. Ben ve başkaları ile temasa geçerken ortaya çıkan ilişki çarpıtmaları ya da temasın yön değiştirmesi temas engellemeleri olarak adlandırılmıştır. Temas engellemeleri bazı durumlarda sağlıklı bazı durumlarda sağlıklı olarak nitelendirilmiştir. Duyarsızlaşma, yön değiştirme, sınırların yokluğu, dışa yansıtma, içe verme, kendine çevirme geri çekilme, soyutlanma, yardım etme sendromu temas engellemeleri kapsamında yer almaktadır (Voltan-Acar, 2006). Dolayısıyla Gestalt terapi sürecinde yukarıda adı geçen ve sağlıklı olan temas engellerinin danışan tarafından fark edilmesinin sağlanması önem kazanmıştır.

Organizmanın ihtiyaçlarını gidermesi ve dengeye ulaşması çevre ile kurduğu temas sayesinde gerçekleşir. Kişinin ihtiyacı oluştuğunda Gestalt oluşur ve ihtiyaç giderildiğinde yeni bir ihtiyaç oluşmasına kadar Gestalt tamamlanır. Bu döngü sürekli devam eder (Clarkson, 1994). Bu döngü “Temas Süreci”, “Temas Döngüsü”, “Gestalt Oluşum ve Yıkım Döngüsü” olarak da adlandırılır (Kirchner, 2000; Latner, 1992).

Organizmanın ihtiyaçları her zaman tam olarak karşılanmayabilir. Gestalt Temas Döngüsünün aşamalarında meydana gelen kesintiler farklı temas engellerinden kaynaklanmaktadır. Gestalt terapi yaklaşımında temas engelleri psikopatolojinin gelişimini açıklayan bir süreçtir. Böylece Gestalt terapistleri, terapide izlenecek yolu belirlerken bireyin temas döngüsünün hangi aşamasında sıkıntı yaşadığına dikkat ederler. Dolayısıyla terapistler bireyin sıklıkla kullandığı temas engelini de belirlemeye çalışırlar (Clarkson, 1994; Sills, Finch ve Lapworth, 1998).

Gestalt terapi alanında yapılan fazla araştırmaya rastlanmamıştır. Bazı Gestalt terapistleri Gestalt yaklaşımının karmaşık olmasından dolayı araştırma yapma

konusunda, yeterli ilerleme kaydedilmediğini ifade etmektedirler. Farklı bir açıklamada ise deneysel çalışmalarda tutarlılık olmamasının, fenomenolojik bakış açısından dolayı Gestalt terapinin danışanın öznel yaşantılarına özgü olması ve doğrusal modellemelerde bulunmanın zor olması gerekçe olarak gösterilmektedir (Kirchner, 2000).

Gestalt terapi çalışmaları 1973 yılından önce Gestalt psikolojisinden ayrılmamaktaydı. Gestalt terapi alanında yapılan çalışmaların az olmasına karşın Harman (1984) Gestalt terapi çalışmalarına ilişkin bir literatürün ortaya konmasının daha uygun olacağını dile getirmiştir (Akt, Potgieter, 2006). Gestalt Review (1997) Gestalt terapi alanında 300'den fazla bilimsel doktora çalışmasının olduğunu ve bunların sadece çok az kısmının yayınlandığını rapor etmiştir. Son yıllarda az da olsa Gestalt terapi yaklaşımını destekleyecek çalışmaların arttığı söylenebilir (Kirchner, 2000).

Gestalt yaklaşımı ve Gestalt psikolojisi ile ilgili araştırma ve çalışmalar çoğunlukla, öğrenme konusunda deneysel çalışmalar, vaka analizi ve tarama çalışmaları ile sınırlıdır. Son yıllarda ise Gestalt terapi alanında ki deneysel ve betimsel çalışmalarda da bir artış görülmektedir. Gestalt terapinin esasını oluşturan temas engelleri konusunda yapılan çalışmaların ise yetersiz olduğu görülmüştür.

Temas engellerinin ortaya çıkarılmasında Türk toplumuna uygun bir ölçme aracı geliştirilmemiştir. Gökdemir-Aktaş (2002), Woldt ve Kepner (1986) tarafından geliştirilen Gestalt Contact Styles Questionnaire Revized (GCSR) ölçeğini Türk Kültürüne uyarlamıştır. Ölçeğin orijinali ve Türk kültürüne uyarlanmış halinin alt faktörleri ve maddelerin faktörlere dağılımına ilişkin farklılıklar yaşanmıştır. Bu durum kültürel farklılıklardan da kaynaklanmış olabilir

Ölçek geliştirme konusunda yurt dışındaki araştırmalar ve uyarlama çalışmaları incelendiğinde ve değerlendirildiğinde Türk kültürüne uygun olarak geliştirilecek temas engelleri ölçeğinde Gestalt yaklaşımının temelini oluşturan Temas Döngüsünün esas alınmasının uygun olacağı düşünülmüştür. Literatür incelendiğinde temas engellerinin fonksiyonel olarak birbiriyle ilişkili olduğunun ifade edildiği görülmüştür. Ayrıca bu durum temas döngüsü ile tutarlılık göstermektedir.

Bütüncüllük, alan kuramı ve fenomenolojik yaklaşımın özelliklerini içeren Gestalt terapide, birey sosyal çevresinden ve kültüründen bağımsız olarak düşünülemez ve değerlendirilemez. Birey sosyal çevresinden etkilendiği gibi kendisi de sosyal çevresini etkiler. Gestalt terapi danışanın yaşantılarına, bakış açısına, temas biçimlerine, temas kurma sürecini etkileyen kültürel geçmişine odaklanır. Gestalt terapiye göre, insanların kullandığı temas biçimleri ya da temas kurma süreçleri içinde bulunulan ortamdan, aile yapısından, sosyal çevreden ve kültürün özelliklerinden etkilenmektedir.

Bireyin temas engellemelerini ne kadar kullandığı ve bu engellerin temas döngüsünün hangi aşamasında sıkıntı yarattığını ortaya çıkarmak amacıyla temas engelleri ölçeğinin geliştirilmesi amaçlanmıştır. Bu amaçla geliştirilecek olan ölçeğin psikolojik danışmanların ve Gestalt terapistlerinin işlerini kolaylaştıracağı düşünülmüştür. Geliştirilecek olan Gestalt temas engelleri ölçeğinin daha sonraki Gestalt araştırmaları için de yol açabilir. Dolayısıyla, diğer yaklaşımlara göre görece daha yeni olan ve Türkiye’de az sayıda araştırma yapılan Gestalt terapi için de önemli bir araştırma olabilir.

Sosyal bilimlerin, özellikle davranış bilimlerinden biri olan psikolojik danışmanın gelişebilmesi için bu alanda batı toplumlarında ileri sürülen kuramların doğrudan doğruya ithal edilip uygulanması, birçok yanılgıya yol açmaktadır. Bilindiği gibi her toplum kendi kültürel, sosyolojik özelliğini içinde taşımaktadır. Bu özellikleri göz ardı edip, batı toplulukları için geçerli olabilecek kuramları doğrudan doğruya alıp uygulamaya kalkmak, baştan o kuramın Türk kültürü için uygun olup olmadığını irdelememek, gerek uygulamada gerekse kuramsal olarak yanılgılara neden olabilmektedir (Voltan-Acar, 2006). Wren (1962) batıda geliştirilen psikolojik danışma kuramlarının ve araştırmaların her kültür için uygun olmayacağını belirten ilk araştırmacılarıdır.

Kültürel farklılıklara duyarlılıkla ilişkili bu yeni akım Türk literatüründe de son yıllarda ilgi görmeye başlamıştır. Bazı araştırmacılar (İmamoğlu, 1987; İmamoğlu, 1998; Kağıtçıbaşı, 1987) Türk toplumundaki kültürel özellikleri araştırmaya ve geleneksel batı

kuramlarının Türk kültürüne uygulanabilirliğini tartışmaya (Gültekin ve Voltan-Acar, 2004; Mocan-Aydın, 2000; Voltan-Acar, 2006) başlamıştır. Türk kültürüne ilişkin farklı sonuçlar belirten her araştırmayla birlikte batıda geliştirilen kuramların ve araştırmaların Türk Kültürüne uygulanabilirliğine ilişkin sorular da artmıştır.

Bu bakış açısından hareketle, Türk toplumuna, toplum içerisindeki ilişki örüntülerine ve karşılaşılabilecek temas engellerine uygun, bir ölçeğin geliştirilmesinin hem Gestalt terapi açısından hem de psikolojik danışmanın gelişmesi açısından önemli olacağı düşünülmektedir. Ayrıca Türk kültürüne özgü olarak geliştirilen ölçekle, bireylerin temas engellerinin tanınmasının mümkün olacağı söylenebilir.

Araştırmanın diğer bir amacı ise üniversite öğrencilerinin temas engellerinin bazı değişkenler açısından incelenmesidir. Gestalt terapiye göre, insanların kullandığı temas biçimleri ya da temas kurma süreçleri içinde bulunulan ortamdan, aile yapısından, sosyal çevreden ve kültürün özelliklerinden etkilenmektedir. Bu açıklamalardan yola çıkarak bireyin aile biçiminin, algılanan anne-baba tutumunun, algılanan sosyo-ekonomik düzeyin, üniversite yaşantısına kadar yaşamın geçirildiği yerin ve cinsiyetin temas engellerini etkileyeceği düşünülerek bağımsız değişken olarak seçilmiştir. Ayrıca üniversitedeki sınıf düzeyinin bireyin üniversitedeki yaşantı süresi ve yaşla birlikte temas engellerini etkileyebileceği düşünülmüştür. Araştırmada uygulamalar Eğitim Fakültesi öğrencilerine yapılmıştır. Bilindiği gibi Eğitim Fakültesi bünyesinde farklı alan türlerinden öğrenciler bulunmaktadır. Sözel, sayısal ve eşit-ağırlık alan öğrencilerinin öğrenim hayatında farklı yetiştirilme tarzlarına sahip olacakları düşünüldüğünden alan türü bağımsız değişken olarak araştırma kapsamına alınmıştır. Bu kapsamda elde edilen araştırma sonuçlarının ilgili literatüre ve alanda yapılacak çalışmalara katkı sağlayacağına inanılmaktadır.

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde öncelikle Gestalt yaklaşımı, Gestalt Terapisi'nin tarihçesi, etkilendiği yaklaşımlar, kavramlar ve temas engelleri üzerinde durulmuştur. Daha sonra Gestalt Temas Engelleri ölçeği konusunda ki çalışmalara yer verilmiştir. Bu bölümün ikinci yarısında ise ilgili araştırmalar yer almıştır.

2.1 KURAMSAL ÇERÇEVE

2.1.1 Gestalt Terapinin Tarihçesi

Gestalt psikolojisi 1910'larda ortaya çıkmış olmakla birlikte, Gestalt terapi yaklaşımı klinik çalışmacı Alman Terapist olan Frederick (Fritz) Salomon Perls ve Laura Perls tarafından geliştirilmiştir (Latner, 1992). Dolayısıyla, Gestalt Terapinin gelişiminde etkisi olan Fritz Perls ve eşi Laura Perls'ün düşüncelerini ve düşüncelerini etkileyen çeşitli yaklaşımları bilmek yerinde olabilir.

Fritz Perls, Psikanaliz eğitimi almıştır. Ancak diğer psikoloji kuramları ve felsefi yaklaşımlar, o'nun psikanalizden farklı bir yaklaşım geliştirmesini sağlamıştır (Sharf, 2000). Fritz Perls (1893-1970), bir orta sınıf Alman Yahudi ailesinin, üç çocuğundan en büyük olanıdır. Ailesi Nazilerden etkilenmiş, kız kardeşi toplama kampında öldürülmüştür. Perls, Tıp eğitimi almıştır ve 1920'de hekim olduktan sonra, Kurt Goldstein'in asistanı olarak Beyin Hasarlılar Enstitüsünde çalışmıştır (Akt., Voltan-Acar 2006). Fritz Perls, Goldstein'den oldukça etkilenmiştir. Goldstein, beyni zedelenmiş askerlerin kendilerine ve çevrelerine ilişkin algıları üzerine odaklanarak Gestalt Psikolojisi bakış açısı ile inceleme yapmıştır. Fritz Perls, Frankfurt'ta enstitüdeyken kendisinden 12 yaş küçük olan gelecekte evleneceği kişi Laura ile tanışmıştır. Laura'nın Perls'ün çalışmalarında çok büyük etkisi olmuştur (Sharf, 2000).

Laura Posner Perls 1905 yılında Almanya’da doğmuştur. Babası başarılı bir işadamı annesi ise başarılı bir müzisyendir. Laura 5 yaşında piyano çalmaya başlamıştır. Laura Perls’ ün müziğe ve dansa karşı ayrı bir ilgisi olmuştur. Kendisi 16 yaşında Hukuk okumaya başlamıştır ve Frankfurt’ta Hukuk okuyan ilk kadın öğrenci olmuştur. Laura 1926 yılında 21 yaşında iken Fritz Perls ile tanışmış ve 1930 yılında evlenmişlerdir. Gestalt terapisinin özellikle sanata yatkın olmasında Laura Perls’ün önemli katkıları olmuştur (Bernard, 1986; Stoehr, 2009).

Fritz Perls 1920’lerin sonlarında Viyana ve Berlin’de Analistleri Wilhelm Reich ve Karen Horney’ den psikanaliz eğitimi almıştır. Dolayısıyla, Reich ve Horney Perls’ün Gestalt Terapiye ilişkin düşüncelerinde etkili olmuştur (Latner, 1992). Perls ayrıca, psikanalistler Helene, Deutsch ve Otto Fenichel’den etkilenmiştir. Bu sıralarda Fritz Perls Adler, Jung ve Freud ile tanışmıştır. Nazizm’in etkisiyle Laura ve Fritz Perls’ün yaşantıları dramatik hale gelmiştir ve anavatanları olan Almanya’dan 1933 yılında Amsterdam’a, 1934’te ise Güney Afrika’ya taşınmışlardır. 1935’te Güney Afrika Psikanaliz Enstitüsü’nü kurmuşlardır ve burada “Holism and Evolution” adlı kitabın yazarı Jan Smuts ile tanışmışlardır (Sharf, 2000).

Gestalt terapi yaklaşımının ilk kez literatüre girmesi, Fritz Perls’ün 1936 yılında Çekoslovakya Psikanaliz Birliğine sunduğu “Oral Resistance” çalışması ile olmuştur. 1941-1942 yıllarında bu çalışma Fritz Pels, Laura Perls ve Paul Goodman tarafından “Ego, Hunger And Aggression” adlı bir kitap haline getirilmiştir. Gestalt yaklaşımını oluşturan bu ekibe daha sonra Hefferline da katılmıştır. Gestalt Terapi terimi ilk kez bir kitap adı olarak Fritz Perls, Ralph Hefferline ve Paul Goodman tarafından 1951’de yazılan “Gestalt Therapy: Excitement and Growth in the Human Personality” adlı kitapta kullanılmıştır. Kitap iki bölümden oluşmuştur. Birinci bölümde, duygulara ve bedensel süreçlere ilişkin farkındalığı geliştirme amacıyla tasarlanmış alıştırmalar, ikinci bölümde ise Gestalt Terapi kuramı anlatılmıştır (Kepner, 1982; Sharf, 2000; Yontef ve Simkin, 1989). Fritz Perls, Paul Goodman ve Laura Perls ile birlikte 1952’de New York Gestalt Terapi Enstitüsü’nü kurmuştur. New York Gestalt Terapi Enstitüsünde Perls ve arkadaşları tarafından seminerler ve grup çalışmaları düzenlenmiştir. Perls, New York’ta dokuz yıl kaldıktan sonra birçok kent ve ülkeye

giderek Gestalt Eğitim Merkezleri kurmuştur. Fritz Perls'ün gittiği yerlerden bazıları; Miami, San Francisco, Los Angeles, İsrail, Japonya ve Kanada'dır. Fritz Perls, 1964-69 yılları arasında Esalen Enstitüsü'nde çalışmış ve Gestalt Terapi eğitimi vermiştir. 1969'da Vancouver adasına yerleşmiş ve altı ay sonra 1970'te ölmüştür (Sharf, 2000).

Fritz Perls'ün ölümünden sonra Gestalt terapistlerinin özellikle Laura Perls'ün Gestalt terapisine katkıları devam etmiştir. Fritz Perls her ne kadar danışanların kendilerine ve sorumluluk almaktan nasıl kaçındıklarına ilişkin farkındalıklarının artırılmasına odaklanmış olsa da, Fritz Perls'ün ölümünden sonra pek çok çağdaş Gestalt terapisti, terapist danışan ilişkisine ve diyaloga odaklanmıştır (Iaculo, 2007). Jacobs (1989)'a göre Gestalt terapi uygulamalarında son zamanlarda tekniklerden ziyade danışan, psikolojik danışman ilişkisi daha önemli hale gelmiştir. Danışan ve psikolojik danışman arasındaki terapötik ilişki ve diyalog iyileşme süreci için en önemli faktördür. Ben sen ilişkisi sayesinde danışan farkındalığını artırır, şimdi ve burada farkındalığı sayesinde önyargısız iletişim kurar.

Gestalt terapi Frederick Perls ve Laura Perls tarafından geliştirilmiştir. Terapinin gelişim sürecinde Frederic Perls ve Laura Perls pek çok yaklaşımdan etkilenerek Gestalt terapisini geliştirmişlerdir. Yukarıdaki bölümde Gestalt terapisinin gelişimine katkıları olan Fritz Perls ve Laura Perls'ün hayat öykülerine değinilmiştir. Bu bölümde de ifade edildiği gibi Gestalt terapisinin gelişmesinde farklı çalışmaların ve yaklaşımların etkisi olduğu gözlenmektedir.

2.1.2 Gestalt Terapisinin Gelişmesindeki Etkiler

Gestalt Terapi'nin gelişmesinde pek çok yaklaşımın etkisi olmuştur. Aşağıda Gestalt Terapisinin gelişmesinde etkileri olan yaklaşımlara yer verilmiştir.

Fenomenolojik Yaklaşım Ve Varoluşçuluk Gestalt terapi insanı sadece bilişsel ve davranışsal düzeyde değil, bütüncül bir yaklaşımla ele alır. Gestalt yaklaşımı varoluşçu ve fenomenolojik öğeleri içerisinde barındıran süreç odaklı bir yaklaşımdır (Kirchner, 2000).

Fenomenolojik yaklaşıma göre, bireyin davranışı ancak onun gerçekliği algılayış biçimi üzerinde çalışılarak anlaşılabilir. Fenomenolojik yaklaşımda, kişinin yaşantılarına dayalı algıları önemlidir. Dolayısıyla, kişinin duyguları ve öznel yaşantıları fenomenolojiyi oluşturur. Fenomenologlar, algı ve algı süreçleri ile çalışmaktadırlar. Perls, sadece hastalarının farkındalık düzeyleri ile değil, bütün alan ile ilgilenmiştir (Sharf, 2000; Yontef, 2002).

Gestalt terapistleri fenomenoloji terimi ile bireyin o andaki gerçeği, başka bir deyişle bireyin farkındalık düzeyindeki yaşantısını kastetmektedirler. Kişinin gerçeği o anda farkında olduğu kadardır (Riet, 1999). Gestalt kuramı, objektif olarak gözlenen kadar, öznel olarak hissedilenlerle de çalışmaktadır. Gestalt'te fenomenolojik bakış açısının amacı bireyin farkındalık kazanmasıdır (Yontef ve Simkin, 1989).

Varoluşçu Yaklaşım Kierkegaard, Sartre ve Heidegger'in çalışmalarıyla başlamıştır. Bu yaklaşıma göre insan seçenekler arasından seçim yaparak kararlar verebilen ve bu kararlarının sorumluluğunu alabilen bir canlıdır. Gestalt yaklaşımında da sorumluluğun alınmasına odaklanılmıştır (Kirchner, 2000). Varoluşçuluk, köklerini fenomenolojiden almıştır. Varoluşçular, başkalarıyla ilişkiler, acı çekme, eğlenme gibi varlığın doğrudan yaşantısına odaklanmışlardır. Varoluşçuların, otantik oluş kavramı ile Gestalt Yaklaşımı'nın farkındalık kavramı benzerdir. İkisi de, bireyin kendisini anlamasını ve değerlendirmesini içermektedir. Gestalt terapide olduğu gibi Varoluşçulukta geçmiş veya gelecekte ziyade şimdi vurgulanmıştır (Sharf, 2000).

Terapi, bireyin otantik olmasına ve yaşamına anlam katarak kendi sorumluluğunu yüklenmesine yardımcı olur. Varoluşçu yaklaşımda, insanın kendisini yeniden keşfetmesinin sonsuz olduğu belirtilir. İnsanın doğasında her zaman yeni bir boyut, yeni fırsatlar vardır. Bu yaklaşımda bireyin kendi yaşamı üzerindeki sorumluluğu üzerinde durulur. Gestalt yaklaşımında da sorumluluğun şimdi ve burada yüklenilmesi vurgulanmıştır (Akkoyun, 2001).

Fenomenolojik yaklaşım bireyin subjektif yaşantıları ve algıları üzerinde durur. Fenomenolojik bakış açısıyla bireye farkındalık kazandırmak önemlidir. Bu kapsamda

birey bir bütün olarak ele alınır. Fenomenolojik yaklaşımın da etkisiyle Gestalt terapide bireyin bir bütün olarak değerlendirilmesi ve bireye farkındalık kazandırılması esastır. Varoluşçu yaklaşımda ise, bireyin kendini gerçekleştirebileceğine inanılır. Bu yaklaşımdan etkilenen Gestalt terapide de, sorumluluk danışandadır. Dolayısıyla, fenomenolojik ve varoluşçu yaklaşımın farkındalık, sorumluluk gibi kavramlar açısından Gestalt terapiye katkıları olmuştur.

Alan Kuramı Alan kuramı sosyal psikolojinin önemli isimlerinden biri olan Kurt Lewin tarafından geliştirilmiştir. Alan kuramı Gestalt terapinin etkilendiği kuramlardan birisidir. Alan kuramına göre, bütün alana bakılarak olaylar incelenmekte ve değerlendirilmektedir (Kirchner 2000).

Alan, her bir parçanın diğer parçalardan etkilendiği dinamik bir sistem olarak tanımlanabilir. Gestalt kuramcıları alan kavramını pek çok düzeyde kullanırlar. Kişinin algıladığı çevre bir alan olabileceği gibi, bir organizma olarak kişinin kendisi de, birbirleriyle ilgili parçaların etkileşimiyle oluşan dinamik bir sistemin oluşturduğu bir alan olarak düşünülebilir. Bu dinamik sistem içindeki en ufak bir değişiklik, tüm sistemi etkiler. Alan kuramı içinde önemli olan bütünü oluşturan parçalardan herhangi birindeki bir değişiklik değil, bu değişikliğin bütüne nasıl yansıdığıdır (Akman, 2004).

Alan kuramı bir olayı, bütün alana bakarak incelemektedir. Bu kuramda, parçaların birbirleriyle ve bütün ile ilişkileri inceleme konusudur. Bu, sınıflamadan çok tanımlayıcı bir yaklaşımdır. Alan kuramı bireyi içinde bulunduğu çevre ile birlikte değerlendirir. Alan her bir parçanın diğer parçalardan etkilendiği, birbiriyle ilgili dinamik bir sistem olarak tanımlanabilir (Kepner, 1993; Sharf, 2000).

İlk Gestalt psikologlarından Kurt Lewin (1890-1947) alan kuramına dayalı olarak insan güdüsü kuramını geliştirmiştir. Lewin'e göre psikolojik gerçek aç kalmak, geçmiş bir olayın anısı, belirli bir fiziksel konumda bulunma, başka insanların varlığı ya da belli bir miktar paraya sahip olma gibi davranış üzerinde etkisi olan her şeydir. Bu psikolojik gerçekler, insanın yaşam alanını oluştururlar. Bu gerçeklerden bazıları insan davranışları üzerinde bazen olumlu, bazen olumsuz etkiye sahiptir. Bu olayların toplamı, belirli bir zamandaki davranışı etkiler (Ash, 1995). Başka bir deyişle, belli bir

andaki davranış, düşünce ya da duygulanım alanın bütününe göre anlam kazandığından insanları anlamak için onları bir bütün olarak ele almak gerekir.

Lewin insanın tüm faaliyetlerinin yaşam alanında ortaya çıktığını ileri sürmüştür. Yaşam alanı geçmiş, şimdi ve gelecekteki olayları ve davranışları etkilemektedir. Bireyin deneyimlerine göre yaşam alanları değişir. Herhangi bir psikolojik olgudaki değişiklik insanın bütün yaşam alanını yeniden düzenler. Böylece davranışın nedenleri sürekli olarak değişir ve bunlar dinamiktir. Yaşam alanı içinde birbiriyle az ya da çok bağlantılı birçok dinamik sistem bulunur. Kişinin o andaki, geçmişle ya da gelecekle ilgili düşünceleri, korkuları, hayalleri; bunların kişinin hedefleriyle ihtiyaçlarıyla olan ilişkileri; bu ilişkilerin kişinin davranışlarına koyduğu engeller, yaşam alanı içindeki birbirleriyle bağlantılı sistemlere örnek olarak verilebilir (Akman, 2004; Schultz ve Schultz 2001). Kısaca; yaşam alanı dinamik bir bütündür. Alan içerisinde meydana gelen küçük bir değişiklik bile bütün alanı etkileyebilir. Dolayısıyla, yaşam alanındaki bütün ayrıntıları dikkate almak gerekir.

Gestalt kuramcıları bir insanın başına gelebilecek her hangi bir şeyin kendisi hakkındaki her şeyi etkileyeceğine inanırlar. Örneğin, baş veya mide ağrısı çeken birisi için artık dünya aynı dünya değildir. Önemli olan parçalar değil bütünün kendisidir (Ash, 1995). Alan sistematik ilişkiler ağıdır, evrende ve zamanda devam eder. Ancak alan zamanla değişir. Her şey alana aittir, ondan soyutlanamaz. Meydana gelen tüm olgular, alan tarafından şekillendirilir. Alanda olan bir değişme bütün parçaları etkiler (Voltan-Acar, 2006).

Alan kuramının, Gestalt terapide pek çok etkisi bulunur. Danışanın bir bütün olarak değerlendirilmesi, danışanın hazır oluş düzeyine dikkat edilmesi, danışanın kendine özgülüğüne dikkat edilmesi, terapi sırasında oluşan bütün ayrıntılara dikkat edilmesi gibi Gestalt terapi yaklaşımındaki pek çok bakış açısının alan kuramından etkilendiği söylenebilir.

Psikodrama Psikodrama J.L. Moreno'nun temellerini attığı yaygın olarak kullanılan felsefe, kuram ve teknikler bütünüdür. Grekçe Psyche (ruh) ve drama (eylem) sözcüklerinden gelmektedir. Moreno'ya göre bu, insan varlığını ya da gerçeği dramatik

yöntemlerle araştırmakta olan bir bilim dalıdır. Psikodrama başka bir tanımla bir tür dramtizasyondan ya da başka bir ifade ile spontan tiyatrodan yararlanılarak gerçekleştirilen bir ruhsal geliştirme tedavi yaklaşımıdır. Ortada yazılı herhangi bir metin yoktur. Psikodramada, spontan bir tiyatro sergileyerek izleyenleri eğlendirmek ya da eğitmek de amaç değildir. Sahnede görülen spontan tiyatro, gerek oyuncuların gerekse izleyenlerin ruhsal yönden gelişmelerini iyileşmelerini amaçlayan karmaşık bir sürecin, ancak su yüzündeki bölümüdür (Dökmen, 1995).

Jacob Moreno (1977) tarafından geliştirilen psikodrama ile Gestalt terapinin ortak yanları çoktur. Moreno'nun kendi ağzından psikodramanın, 1 Nisan 1921, öğleden sonra saat 7:00-10:00 arasında doğduğu anlaşılmaktadır. Viyana'daki Therapeutic Theatre 1922, New York'daki psikodrama tiyatrosu 1942'de kurulduğuna göre, tarihsel süreç içinde Fritz Pels Gestalt terapiyi oluştururken psikodramadan bir çok tekniği olduğu gibi ya da biraz değiştirerek almıştır. Boş sandalye, rol oynama, rol değiştirme, rüyanın oynanması (Gestalt terapide rüya çalışması), ambivalan durumlar (Gestalt terapide kutuplar), her ikisinde de ortaktır. Eğer yapılan grup süreciyse Gestalt terapide, tıpkı psikodrama gibi paylaşma söz konusudur. Moreno hastaya, onun yaşam dramasında, sorumlu rolü olduğunu ilk ileri süren psikiyatristtir. Ona göre, hasta, kendi tedavisini kendi yapar. Sorumluluğu danışana verme fikri psikodramanın Gestalt terapiye kazandırdığı bir olgu olarak kabul edilebilir (Akt, Voltan-Acar, 2006).

Psikodrama yaklaşımı ile Gestalt terapinin gelişimsel süreci tarihsel açıdan benzerlik gösterir. Dolayısıyla bu iki yaklaşımın insan kişiliğine bakışı konusunda benzerlik gösterdiği söylenebilir. Ayrıca her iki yaklaşımda kullanılan teknikler açısından da benzerlikler vardır.

Gestalt Psikolojisi Gestalt hareketinin Wertheimer'in 1912'de Görünüşte Devinim (Apparent Motion) üzerine yazdığı bir makale ile birinci dünya savaşından önce başladığı düşünülmektedir. Her ne kadar Wertheimer Gestalt psikolojisinin kurucusu sayılsa da, en başından beri, hareketin ortak kurucuları olan Köhler ve Koffka ile birlikte çalışmıştır. Köhler ve Koffka, Wertheimer'in ilk deneylerinde denek rolü oynamışlardır. Bu üç bilim adamının her biri Gestalt psikolojisine önemli ve eşsiz

katkılar getirmişlerdir. Gestalt psikolojisine ilişkin ilk çalışmalar Almanya’da çıkmış daha sonra Amerika’daki kuramcılarını da etkilemiştir. 1950’li yıllarda pek çok araştırmacı Gestalt Psikolojisine katkıda bulunmuşlardır. Gestalt psikolojisine göre birey sadece davranışlarına indirgenerek değil; duygu, düşünce, davranış ve beden bütünlüğü içerisinde anlaşılabilir (Rhyne, 1990).

Gestalt psikologları öncelikle algısal fenomen ile ilgilenen alan kuramcılarının olmalarından dolayı, öğrenmeye özel bir algı sorunu olarak bakarlar. Organizma bir problemle karşı karşıya kaldığında, bilişsel denge kuramama sorunu ortaya çıkar ve bu durum problem çözülene kadar devam eder. Dolayısıyla Gestalt psikologlarına göre, bilişsel dengesizliğin güdüleyici özellikleri vardır. Pragnanz yasasına göre bilişsel denge, bilişsel dengesizlikten daha tatmin edicidir. Problem çözülene kadar, problemler sürekli uyarıcılar verir ve problem çözülme noktasına geldiğinde bu uyarıcılar söner. Bu bakış açısı, Bluma Zeigarnik’in araştırması ile de desteklenmiştir. Zeigarnik’in araştırmasına göre, bitirilmemiş işler bitirilmiş, tamamlanmış işlere oranla daha uzun süre ve daha ayrıntılı bir biçimde hatırlanır. Bitirilmiş, tamamlanmış, olanlardan çok bitirilmemiş, tamamlanmamış işleri anımsama eğilimi Zeigarnik etkisi olarak bilinir (Ash, 1995).

Gestalt psikologları kişinin görüş alanını şekil ve zemin ilişkisi ile tanımlarlar. Şekil “zeminde ilginin odağı olan şey” iken, zemin “şekli çevreleyen her şey” olarak görülür. Şekil ve zemin ayrı değil birlikte var olurlar. Şeklin ortaya çıkması için zeminle birlikte algılanması gerekir. Dolayısıyla, şekil ve zemin ilişkisi anlam yaratma sürecinin temelini oluşturur. Kişinin ihtiyaçlarına göre zemindeki bir şey şekle geçer ve buna ilişkin ihtiyaç tamamlandığında şekil tekrar zemine döner (Sharf, 2000).

Gestalt psikologları, insanların gördüklerini nasıl düzenlediklerine ilişkin bazı ilkeler belirtmişlerdir. Ancak her algılamının, bu ilkelere uymayabileceği de ifade edilir. İnsanlar anlamlı bütünler halinde düşünme ve algılama eğilimine sahip oldukları için, belirsizlik onları rahatsız eder, bundan dolayı bireyler, belirsizlikleri tamamlayarak anlamlı bütünler oluşturmaya çalışırlar. İnsanlar, bu tamamlama işlemi bazı ilkeler kullanırlar. Bunlardan birisi eylem ilkesidir. Farkında olarak ya da olmayarak insanlar

her an seçimler yaparlar. Bu ilkelerin bir diğeri bütünlük ilkesidir. Belirsiz durumlardan kurtulmak için hemen o duruma anlam verilmeye çalışılır. Kapatma ilkesi ise yaşanan tamamlanmamış veya bitmemiş her şeyi doğal olarak tamamlama eğilimini ifade eder. İnsanların davranışlarını o anki gereksinimlere göre düzenleme eğilimleri gereksinim ilkesi olarak adlandırılır. Bir diğeri ise şekil-zemin ilkesidir. Herhangi bir anda ilginin yöneldiği nesne şekil olur ancak bu şekil de arkasındaki bir zemine göre algılanır. Şekil-zemin ilişkisi sürekli akıcıdır ve değişir. Gestalt Terapide insanların algısal yaşantılarını kendilerinin oluşturduğuna inanılır. Bu yaklaşıma göre insanlar o andaki ilgilerine göre, olup bitenleri bir bütün olarak algılarlar (Akkoyun, 2001).

Gestalt terapide bireyin ihtiyaçlarının neler olduğunun incelenmesi ve bireyin bu anlamda farkındalığının kazandırılması önemlidir. Danışanın geçmişe ilişkin bitmemiş işlerinin bitirilmesi de yine Gestalt terapi sürecinin önemli amaçlarındandır. Görülüyor ki, Gestalt psikolojisinin ihtiyaçlar, farkındalık ve bitmemiş işler gibi kavramlar açısından, Gestalt terapiye pek çok katkıları olmuştur.

2.1.3 Gestalt Terapinin Kavramları

Gestalt terapi alanında bireylerin kişisel gelişimini de kapsayan pek çok kavram bulunmaktadır. Aşağıda, Gestalt terapinin kavramları olan “bitmemiş işler, şimdi ve burada, farkındalık, direnç, sorumluluk, kutuplar ve temas” konusunda bilgi verilmiştir.

Bitmemiş İşler Bitmemiş işler Gestalt yaklaşımında enerjinin bloke olmasını ya da engellenmesini ifade eden önemli bir kavramdır. Bütün dürtü ve ihtiyaçlar; Gestalt Oluşum ve Yıkım Döngüsünün tamamlanması için önemlidir. Erken çocukluk dönemindeki ihtiyaçlar tatmin edilmediğinde kişinin döngüsü tamamlanmaz ve durum kişiyi hem psikolojik hem de biyolojik anlamda olumsuz olarak etkiler (Clarkson, 1994).

Lewin’in kuramında insan zihni, denge içinde kalmaya çalışan bir enerji alanı olarak ele alınır. Davranış, bu sistemin enerji durumundaki değişimlerle ortaya çıkan, dengedeki

bozulmaların yarattığı gerilimlerle oluşur (Akman, 2004). Organizma bir problemle karşı karşıya kaldığında, bilişsel denge kuramama sorunu ortaya çıkar ve bu durum problem çözülene kadar devam eder. Dolayısıyla Gestalt psikologlarına göre, bilişsel dengesizliğin güdüleyici özellikleri vardır. Problem çözülene kadar, problemler sürekli uyarıcılar verir ve problem çözülme noktasına geldiğinde bu uyarıcılar söner. Bu bakış açısı, Bluma Zeigarnik'in araştırması ile de desteklenmiştir. Bu araştırmada bitirilmemiş işler bitirilmiş işlere oranla daha uzun süre ve daha ayrıntılı bir biçimde hatırlanmaktadır (Ash, 1995).

Polster ve Polster (1973)'e göre bütün anılar ve deneyimler kişinin ona ilişkin yaşantılarını bitirene dek sürer. Fiziksel, duygusal ve cinsel olarak tacize uğrayan insanlardaki yoğun kızgınlık ve öfke duyguları, onların kişilerarası ilişkilerini de olumsuz olarak etkiler. Fiziksel, duygusal ve cinsel olarak tacize uğrayan kişinin zihni, yaşananların nedeni ve nasılıyla sürekli meşgul durumdadır. Ayrıca kurbanlar kâbuslar, anksiyete, suçluluk duygusu, utanç, kişilerarası ilişkilerdeki problemler gibi pek çok zorlukla baş etmek zorunda kalırlar (Akt, Haris, 2007).

Benzer şekilde acı yaşantıları, kırgınlıklar, insanlara duyulan öfke çözülme ihtiyacı duyar. Bu şekilde tamamlanmayan yaşantılar, bitirilmeyen işler bilinç dışına itilir, bastırılır. Bitmemiş işler tatmin olunamayan geçmiş ilişkilerden kaynaklanır. Kişi farkında olmadan bitmemiş işlerini bastırır. Bastırılmış duygular kişinin anı tam anlamıyla yaşamasını engeller, potansiyalini tam anlamıyla ortaya çıkarması zorlaştırır. Bitmemiş işlerini bastıran kişiler yakın ilişkiler kuramaz. Bitmemiş işler gestaltın tamamlanmasını engeller (Clarkson, 1994). Gestalt teorisine göre kişi bitmemiş işlerini bitirme eğilimindedir. Kişi acılarından kurtulmak, sıyrılmak ister (Haris 2007). Dolayısıyla kişinin geçmişte bitiremediği işler şimdiye getirilerek bitirilmelidir.

Bitmemiş işler, bireyler için gerginlik yaratmaktadır ve kişiyi bu ihtiyacı tamamlama konusunda güdülemektedir. İhtiyaçlarının farkında olan ve bu ihtiyaçlarını en iyi şekilde nasıl gidereceğini bilen kişi sağlıklıdır. Aksine ihtiyaçlarını karşılama, bitmemiş işlerini bitirme konusunda sıkıntı yaşayan kişiler gestaltlarını tamamlayamazlar. İhtiyacın ortaya çıkması, doyurulması, dengenin sağlanması bir başka ihtiyacın ortaya çıkmasına

kadar devam eden bir döngü şeklindedir. Döngüde meydana gelen bozulmalar bireylerde depresyona, nevrotik belirtilere, gerginliğe neden olur (Mackewn, 1999).

Bitmemiş işler Gestalt terapisinin en önemli kavramlarından birisidir. Eğer danışanın geçmişe ilişkin bitmemiş işleri, ifade edilmemiş duygu ve düşünceleri varsa terapi sürecinde danışanın bunu farketmesi ve geçmişe ilişkin bitmemiş işlerini şimdiye getirerek terapi esnasında yaşamaları, bitirmeleri sağlanmalıdır. Bitmemiş işler bireyin temas döngüsünde bozulmalara yol açar ki bu durum bireyin ruh sağlığını tehdit eden bir durumdur.

Şimdi Ve Burada Gestalt bakış açısına göre kişinin sorunu geçmişte değil “şimdi ve burada”dır. Geçmiş ve gelecekteki olaylar şimdi aracılığıyla görülmektedir. Şimdi çok önemlidir. Sadece burada, bireyin bedensel, duysal sistemleri görülebilmektedir. Danışan olay hakkında konuşuyorsa, olaydan uzaklaşır ve aslında şimdide değildir. Şimdi önemli olmasına karşın, geçmiş olaylar ve geleceğe yönelik planlar da göz önüne alınır. Gestalt terapistleri, geçmiş ve geleceğin şimdide konumlandırıldığı yeri de değerlendirirler (Sharf, 2000; Witchel, 1973).

Şimdiki durumda ne varsa zaman açısından hep şu andadır. Anımsamalar ve beklentiler de gerçektir, fakat bunlar gündeme geldiklerinde, şimdiki zamanda yer alırlar. Anımsanan, geçmişte görülen, işitilen ya da yapılandır ama bu durumun hatırlanıp yeniden gözden geçirilmesi ise şimdiki zamanda yer alır. Şimdiki zaman geçmiş derslerden yararlanmak ve şimdiki zamanda uygun tepkiler göstermeyi de içerir. Sağlıklı insan, şimdiki zamandan ayrılmaksızın, gerekli durumlarda geriye ya da ileriye bakan, özgür olan insandır. Şimdiki durumların geçmişin doğal bir sonucu olduğunu kimse yadsıyamaz ancak; kişi geçmişinde önemli yeri olan kişileri sürekli suçlayarak, ya da geçmişindeki kişileri sorumlu tutarak şimdiki sorunlarını çözemez. Örneğin; kişi babasının geçmişteki engellemelerinden sürekli bahsedebilir. Bu tür anılar ve ifadeler kişinin babasından beklediği şeylerin gerçekleştirilmemesinden dolayı şu anda öfkeli olduğunu gösterir. Dolayısıyla, böyle bir danışanın babasıyla olan ilişkisi, şimdiki zamanda ele alınması gereken bir sorundur. Bunun dışında geçmişe takılıp kalmak sorunları çözmeye çabalarmış gibi görünmekten öteye gitmez (Erkmen, 1992).

Gestalt bakış açısına göre nevrotik kişinin sorunu geçmişte değil, “şimdi ve burada”dır. Kişi, her ne kadar geçmişte yaşanan bazı durumlar nedeniyle bugün sıkıntı çekse de, yaşamakta olduğu zorluklar aslında bugüne özgü davranış yöntemlerine bağlıdır. Kişi şu anda sorunlarının üstesinden nasıl geleceğini öğrenememiş ve şu an ile başa çıkamamıştır. Bu durumda terapinin amacı, kişiye kendisinin şu andaki sorunlarını ve gelecekte ortaya çıkabilecek olan sorunlarını çözme olanağını verir. Bu da ancak, kişinin şu anda kendi kontrolü altında olan bütün "sorunları" ile meşgul olup başarabileceği bir durumdur. Bireyin sorunlarını çözebilmesi için öncelikle yaşamın akıp gittiğini bilmesi gerekir. Yaşamın akıp gittiğini bilmek, sürekli değişen olayların yaşanmakta olduğunun farkına varılmasını sağlar. Zamanın hızla aktığının fark edilmesi, bireylerin olayları nasıl algılayıp değerlendirdiklerine bağlı olarak değişir. Geçmişte olan bir şey, yaşandığı zaman dilimi içinde şimdiki durumu oluşturur. Gelecekte ortaya çıkacak şeyler ise o zamanki durumu oluşturur. Ancak, farkında olunan ve şimdiki durumu oluşturan şeyler "şu anda" olmak zorundadır. İşte bu nedenle, Gestalt terapide, şimdiki durumları duyumsamayı geliştirmek ve vurgulamak için "şimdi" ve "şu anda" gibi sözler üzerinde sıkça durulur. Gestalt terapide, şimdiki zamandan her söz edildiğinde ise, şu anda belli bir şeyle ilgilenilen süre, yani şimdiki zaman kastedilir (Soysal, Bodur ve Hızlı, 2005).

Gestalt yaklaşımının en önemli katkısı ‘şimdi ve burada’ kavramını vurgulamasıdır. Bu yaklaşımda gücün ve kuvvetin şimdi ve burada olduğu savunulur (Voltan-Acar, 2006). Burada ve şimdide olmak öylesine etkileyici bir yaşantıdır ki, bütün farkındalıklar buna dayanır. Şimdiye odaklanmak için, terapist şimdiki zaman çekiminin kullanıldığı bir iletişim kurmaya çalışır. Örneğin; ‘şu anda neyin farkındasın?’, ‘şu an neler oluyor?’ gibi sorular sorulabilir (Akkoyun, 2001).

Simkin (1982)’ye göre Gestalt terapide şimdi ve burada yaşanan ben-sen ilişkisi esastır. Terapist, danışanın şimdi nasıl davrandığına dikkat çeker. O nedenle, Perls (1969) terapide tekniklerin değil ilişkinin önemli olduğunu savunur (Akt, Korkut, 1992).

Gestalt terapinin en önemli katkılarından birisi şimdi ve burada kavramıdır. Geçmiş ile gelecek arasındaki ilişki, şimdiki zamanda değerlendirilir. Bu da ancak kişinin içinde

bulunduğu durumu betimlemesi ile olur. Bitirilmemiş işler ancak şimdi ve burada tamamlanır.

Farkındalık Farkındalık Gestalt kişilik kuramının en önemli öğelerinden birisidir. Farkındalık bireylerin, diğerleriyle ve nesnelere olduğu kadar, kendileriyle temasta olmalarını ifade etmektedir. Latner (1992) farkındalığın dört farklı boyutundan bahsetmektedir. Bunlar; temas, algılama, heyecan (duyumlar) ve bütünlüktür. Temas; kişinin başkalarıyla ve başka nesnelere yaşadığı deneyimlerine ilişkin bakış açısıdır. Başka bir deyişle, temas diğerlerinin nasıl algılanıp hissedildiğidir. Algılama; kişinin algılarını kapatması, uzak durması ya da dokunması ve hissetmesi gibi farkındalığın doğasını belirler. Olaylar kişinin dışında gelişse, kişi olaylara uzak dursa bile olayların sonucunda bireyin kendi içersinde de etkileri oluşabilir. Heyecanlanma; kişiyi duygusal ya da psikolojik olarak harekete geçiren bir durumdur. Örneğin, kişi sokakta bir tanıdığını gördüğünde onunla ilgili yaşantıları ve hisleri harekete geçer. Bütünlük ise kişinin sınırlarıyla temasta olmasıdır.

Sills, Finch ve Lapworth'a (1998) göre üç farkındalık kuşağı bulunmaktadır. Bunlardan birincisi **iç kuşaktır**. Bedende ve duygulanımlardaki farkındalıktır. Bedenin hangi bölümlerinin gevşek, sert ya da duyguların neler olduğunun ayırt edilmesidir. İkincisi **orta kuşaktır**. Hayallerin, fantazilerin ve düşüncelerin farkındalığıdır. Bu kuşakta fazla uzun kalmak sorun yaratabilir. Üçüncüsü ise **dış kuşaktır**. Beş duyu organı, konuşma ve hareket etme yoluyla farkındalıktır. Gestalt terapistleri tarafından buna temas işlevleri de denilir. Birisiyle temasa geçmek; dinlemeyi, bakmayı, görmeyi, duymayı, konuşmayı, dokunmayı ve hareket etmeyi gerektirir. Bireyin ne duyduğunu, konuştuğunu, söylediğini algılaması, fark etmesi bu kuşağa girer (Akt., Voltan-Acar, 2006). Burley (1998)'e göre gestalt terapi sürecinde danışanın hangi farkındalık kuşağında olduğunu anlamak, psikolojik danışmanın gidişi, terapistin danışanı anlaması ve danışanın farkındalığının artması açısından önemlidir.

Gestalt terapisi bütünselliği hedefler. Polster ve Polster'e (1974) göre birey, varoluşunu oluşturan ayrı ayrı parçaların farkındalığı ile sentezlenmiş bir yaşantılar bütünüdür.

farkındalığı arasında, kendini yenileyen dinamik bir döngü içinde hareket eder. Dolayısıyla farkındalık, özel koşullarda fark edilen “içgörü” gibi, kişinin zihninde ani bir aydınlanma yaratan nadir ve çarpıcı bir yaşantı değildir. Dolayısıyla farkındalığın bir süreç olduğu söylenebilir.

Farkındalık anlamlı gerçeklerin ortaya çıkmasıyla algılanan alan örüntüsüdür. Gestalt terapisinde bireyin farkındalığının artmasıyla ortaya çıkan ilgili faktörler bütünleştirilir. Farkındalık çalışılan durumların/olayların yapısının daha iyi anlaşılmasını sağlar (Harman, 1996). Farkındalık sayesinde bütünü meydana getiren parçalar önce ayrıştırılarak fark edilir ve daha sonra bunlar anlamlı biçimde yeniden bir araya getirilir. Sonuç olarak sağlıklı bir bütün oluşturulur (Kogan, 1990).

Etkili farkındalık, organizmanın şu anki gereksinimlerinin temeline dayanır. Bireyin isteklerinin ya da o anki durumunun gerektirdiklerinin yadsınması farkındalığın bozulmasına neden olabilir. Anlamlı farkındalık, bireyin dünya içerisinde kendisinin farkında olması, dünya ile diyalogda olması ve diğerlerine ilişkin farkındalığının olmasıdır. Farkındalık, içeriğinin bazen uzakta olmasına karşın daima şimdi ve buradadır. Hatırlama eylemi şimdidedir, hatırlanan şimdide değildir (Yontef ve Simkin, 1989).

Gestalt terapisti, sık sık “ne hissediyorsun?”, “ne yapıyorsun?”, “ne yapmak istiyorsun?” gibi farkındalığı geliştiren sorular sorar. Bu soruları yanıtlamak için kişi, dikkatini kendisine yönelterek o anda içinde neler yaşadığını fark etmeye çalışır. Farkındalık, henüz buna alışık olmayan biri için, beraberinde sürekli bir kendini izleme ve endişe de getireceği için otantizmi engelleyebilir. Ancak bu geçici bir etkidir. Uzun süre yürüyemeden yatağa bağımlı kalmış bir kişi, ilk ayağa kalktığı gün attığı her adımın farkındadır. Bu birey eskisi gibi yürümeye başladığında, adımlarına dikkat etmeyi bırakır ve yürüme eylemini, üzerinde düşünmeden, kendi doğallığı içinde gerçekleştirir (Polster ve Polster, 1974).

Farkındalık Gestalt terapinin başlıca terapötik aracı ve temel taşıdır. Gestalt terapi sürecinin en önemli amaçlarından birisi kişinin anlamlı farkındalığını artırmaktır. Farkındalık sayesinde birey çevresiyle bilişsel, duyuşsal ve duygusal anlamda uygun temas kurar. Birey duyuların, davranışların, düşüncelerin sorumluluğunu alır ve bilinçli seçimler yapar.

Direnç Direnç bitmemiş işlerle ilişkili bir kavramdır ve bireylerin bitmemiş işlerle yüz yüze gelmekten kendilerini alıkoyan, bitmemiş işlerle ilişkili olan uygun olmayan duygularını yaşamaktan uzaklaştıran bir durumdur. Bireyler kaygı, üzüntü, suçluluk gibi duygularla yüzleşmekten kaçınma eğiliminde oldukları için, bireylerin bütünleşmiş bir şekilde yaşamalarını engelleyen durumlar ortaya çıkmaktadır (Corey, 1995).

Birey şimdi ve burada yaşamaktan ne kadar kopuksa, gerçek durumları duyumsama çabaları da o kadar kaygı uyandırır. Çocuklar, kendi amaç ve eylemlerini olduğu gibi ifade ederler. Yetişkinlerle karşılaştırıldığında çocuğun şimdiki durumdaki yaşantılarına ilişkin dirençleri yok denecek kadar azdır. Dolayısıyla direncin zaman içerisinde olduğu söylenebilir. Kişi dirençlerinin neler olduğunu ve nasıl oluştuğunu fark edebilirse, direnciyle daha kolay başa çıkabilir (O’Leary ve Niewwstraten, 2000).

Organizma, kendi gerçekçi görüşünü belirleme ve seçim yapma potansiyeline sahiptir. Organizma davranışlarını belirlerken hislerine ve ihtiyaçlarına dikkat eder. Dolayısıyla, birey farkındalık çerçevesinde ne istediğini ve nasıl istediğini belirleyebilir. Kişi özgür bırakıldığında bütün seçimlerini kendi istekleri doğrultusunda yapabilir, fakat içinde bulunulan çevrede yer alan kurallar ve baskılar kişiyi engeller. Gerçek dünyada bireyler pek çok engellerle karşılaşır ve hayal kırıklıkları yaşarlar. Dolayısıyla, insanlar her durumda başkalarının ihtiyaçlarını da düşünmek durumundadır. Yetişkinler de aynı şekilde çocuklarının kendiliğinden gelişmelerini ve büyümelerini engellerler, çünkü yetişkinlerin farklılıklara tahammül düzeyi azdır. İnsan gelişimsel sürecinde karşılaştığı çevresel durumlara göre kendini ayarlar. Gerektiğinde sosyal maskeler takar. Sevincini de üzüntüsünü de yaşarken kendini dengelemeye ve ayarlamaya çalışır. Hareket ve

davranışların kronik olarak baskılanması terapi sürecinde direnç olarak ortaya çıkabilir (Iaculo, 2007).

Bazen insan duygu ve düşüncelerini dile getirmekten kaçınır. Bu kişiler ‘Eğer ben rahatsızlığımı dile getirirsem, insanlar rahatsız olur’ ve ‘eğer ben belirli insanlara kızgınlığımı ifade edersem benden uzaklaşır’ gibi düşüncelere sahiptirler. Bu tür düşünceler, insanları bütünleşmiş bir biçimde yaşamaktan alıkoyarlar. Bu düşünceler gelişmek için alınması gereken risklerden kaçınmaya neden olurlar. Bu nedenle, Gestalt terapistleri daha önce hiç doğrudan ifade edilmemiş olan duyguların terapide ifade edilmesi için danışanları cesaretlendirirler. Eğer bir danışan, kin ve nefret duyguları ile yüzleşmekten korktuğunu belirtirse, terapist ondan kindar ve nefret eden yanını ortaya koymasını ve bu duygularını ifade etmesini isteyebilir. Danışanın sahiplenmediği yönünü yaşaması ve onu tanması sayesinde danışan, gelişmesini engelleyen çıkmazların ötesine geçer ve bütünleşme sürecine başlar. Direncin üstesinden gelerek, danışanların şimdiki yaşamlarını engelleyen bitmemiş işlerinden kurtulabilmeleri mümkün olur. Böylece bireyler sağlıklılığa ve bütünleşmeye doğru yol alırlar (Corey, 1995).

Direnç danışanın terapi sürecindeki gelişimini engelleyen bir durum değildir. Aksine direnç bireyin gelebilecek zararlardan kendini koruduğu ve uyumunu bu şekilde sağladığı bir durumdur. Dolayısıyla, Gestalt terapide amaç dirençleri engellemek değil, danışanın dirençlerini fark ederek, danışanın yaşantısının sorumluluğunu almasını sağlamaktır, çünkü bütün danışanlar psikolojik danışmaya değişme isteği ile gelirler. Danışanın dirençleri konusunda farkındalığının artırılması davranışlarını değiştirmesi konusunda da güdülenmesini sağlar (Mackewn, 1999).

Direnç, bireylerin geçmişe ilişkin bitirilmemiş işlerinden kaynaklanan ve şimdiki yaşantılarını etkileyen bir durumdur. Danışan bu durumun farkında olmayabilir. Gestalt terapistlerinin en önemli amaçlarından birisi danışanın direncine ilişkin farkındalığını artırarak, bitmemiş işlerini şimdi ve burada ilkesiyle bitirmelerini sağlamaktır.

Sorumluluk Gestalt yaklaşımına göre insanlar kendi davranışlarını belirlemekten sorumludurlar. Psikolojik danışmanın ilk sorumluluklarından birisi danışanın kendisi için ne istediğine karar vermesini sağlamaktır (Corey, 1995).

Birey gereklilikler ya da kendisini suçlama ile sorumluluğu almak konusunda karmaşa yaşarsa kendisini baskılayarak sorumluluğu reddeder ve başkalarının üzerine yükler. Bu şekilde davranan bireyler, başkalarını manipüle eder, bütünleşemez ve spontanlıktan uzaklaşır. Dolayısıyla bu kişiler kendi, isteklerini, gereksinimlerini, tepkilerini ve seçimlerini görmezden gelerek aşırı itaatkâr ya da isyankâr davranışlar sergilerler. Gestalt terapistleri, bireylerin seçimlerine dikkat çekerler. İnsanlar yapmak istediklerine ilişkin seçimlerinden kendileri sorumludur. Gestalt terapi sürecindeki ilişki içerisinde de hem danışan hem de psikolojik danışman kendisinden sorumludur. Psikolojik danışman danışandan sorumlu olduğunu düşünürse, danışanı yönlendirebilir. Danışan kendi sorumluluğunu hissetmez ve amaçlarına ulaşmakta güçlük yaşar. Gerek psikolojik danışman gerekse danışan davranışlarından ve sonuçlarından kendisi sorumludur. Psikolojik danışman ayrıca terapötik atmosferi yaratmaktan ve sürdürmekten sorumludur (Yontef ve Simkin, 1989).

Latner (1986)'e göre farkında olmak sorumlu olmaktır. Birey kendine ne olduğunun farkındaysa, bundan sorumlu olabilir. Ayrıca birey sorumluluk alırsa, davranışlarını, düşüncelerini, duygularını sahiplenir. Gestalt terapi sırasında, sorumluluk alma, seçimler yapma ve seçimlere ilişkin sorumluluk alma öğrenilir. Sorumluluk alma ve seçimler yapma kavramlarıyla iç içe olan bir başka kavram ise risk almaktır. Birey değişmek ve gelişmek istiyorsa seçimler yapabilmelidir. Bu seçimleri yapabilmek de, risk almayı beraberinde getirir (Akt, Voltan-Acar, 2006).

Türk toplumundaki çocuk yetiştirme biçimlerine bakılırsa, koruyuculuk büyük önem kazanmaktadır. Aşırı koruyuculuk çocukların sorumluluk almasını engeller. Ayrıca destek, hep ana-baba, büyüklerden geldiği için, gençlerin olgunlaşması gecikir. Türk toplumunda “Alçak gönüllü ol, kibirli ol” gibi sözler bireylere yüklenen bir değerdir. Özellikle, kırsal alanda ve küçük kentlerde, Türk insanı ikinci çoğul kişiyle konuşur. “Yazımızda dedik ki”. Burada kişi yazdığı yazıda söylediklerinden bahseder. Doğaldır

ki, bu alçakgönüllülükle, sorumluluk almamak da beraberinde gelir (Voltan-Acar, 2006).

Gestalt yaklaşımında sorumluluk danışandadır. Bu noktada varoluşçu felsefenin de etkisinden söz edilebilir. Birey davranışlarının, duygularının, seçimlerinin farkına vardığında, başka bir ifadeyle, bütün bunları kabullendiğinde davranışlarından, duygularından ve seçimlerinden sorumlu olur. Bu bakış açısı Gestalt terapisinin kişiliğe bakış açısını ve psikolojik danışman-danışan ilişkisini de etkiler.

Kutuplar İnsanlar pek çok kişilik özelliğini bir arada barındırırlar. Kişinin bir özelliğinin ortaya çıkabilmesi için, aynı zamanda bu özelliğin zıddının da ortaya çıkması gerekir (Clarkson, 1994).

Çalışkan ve tembel, temiz ve kirli, öfkeli ve sakin aslında aynı şeyin farklı görünüşleridir. Birbirine zıt olan her iki özellik tek bir boyutun üzerinde iki karşıt uçta yer alır (Sills, Finch ve Lapworth, 1998). Aynı boyut üzerinde yer olan bu zıt özelliklerin ortasında iki özelliğin dengede durduğu bir sıfır noktası bulunur. Bu denge noktası iki zıt özelliğin durduğu iki uç noktaya aynı uzaklıktadır. Kişi bu denge noktasında olduğu zaman durumun ve koşulların gerektirdiği şekilde iki kutuptan birine doğru hareket etme şansına sahiptir (Erkmen, 1992).

Bu kişilikteki zıtlıkları çoğaltmak mümkündür. Gestalt terapide en önemli iki kutup bastırgan yan (top dog) ve basılğan (under dog) yandır. Bastırgan yan; kişiliğın otoriter, manüplatif, kuralcı yanıdır. Basılğan yan kurban rolü oynayarak ortaya çıkar, savunucudur, çaresiz görünür, zayıftır, özür diler. Bu sorumsuz, pasif yandır ve davranışlarına devamlı özür bulur. Bireyler çoğu kez bir kutbun etkisinde kalır, ya da bir kutuptan diğetine geçer; bir başka deyişle, uçlarda dolaşırlar. Gestalt yaklaşımında anılan kutuplarda, danışanın bu çatışmaları fark ederek, bu ikisinin birbirini kabul etmesi, uzlaşması bir bütünlük oluşturması söz konusudur (Voltan-Acar, 2006).

İnsanın pek çok farklı özelliğinin olması doğaldır. Kişinin birbirinin zıddı gibi görünen özellikleri aslında, o kişiyi tamamlar. Kişinin bazı özelliklerine sahip çıkıp bazı

özelliklerini tanımaması ve görmezden gelmesi çatışma yaşamasına neden olabilir. Dolayısıyla Gestalt terapide psikolojik danışman, danışanın çatışmalarını fark ederek iki farklı özelliğini başka bir deyişle kutuplarını kabul etmesini, bütünlük oluşturmasını sağlamaya çalışır.

Temas Gestalt terapisinde temas bireyi anlamada önemli bir kavramdır. Laura Perls'e (1992) göre temas başkalarının tanınması, farkların farkındalığı, ben ve başkası sınırlarının yaşanmasıdır (Akt. Voltan-Acar, 2006). Polster ve Polster'e (1973) göre temas; gelişmenin kaynağıdır, bireyin ve bireyin dünyayı yaşama şeklinin değişimi anlamına gelmektedir. Temas çevre ile organizma arasındaki etkileşimdir. Organizmanın çevre ile etkileşime girebilmesi için, ben ile ben olmayan arasındaki sınırın farkında olması gerekir. Temas, diğer insanlarla ve nesnelere ortaya çıkan bir nitelik olmasına karşın, insanların çok azı diğerleriyle temasın farkındadır. Temas ile kendilik hissi oluşabilir. Bireyin günlük yaşamda sıradan temasları olsa da, terapistteki temas anları güçlü ve anlamlı olabilir (Akt., Sharf, 2000).

Temas sadece birey ile çevre arasında değil, bireyin kendisi ile teması şeklinde de yaşanabilir. Bireyin kendisi ile temasında kendi bedeni, duygu ve düşünceleri ile teması söz konusudur. Çevre ile temasında ise kişinin geçmiş, gelecek ve şimdide yaşanan olaylar, diğer insanlar ve objelerle teması ifade edilmektedir (Goldstein, Krasner ve Garfield, 1989).

Gestalt Terapi'de temas, gelişmenin gerçekleşmesi için zorunludur. Çevre ile temas edildiği zaman değişim kaçınılmazdır. Temas; görerek, duyarak, dokunarak, koklayarak, hareket ederek olmaktadır. Etkili bir temas kişinin kendilik hissini kaybetmeden diğerleriyle ve çevresiyle iletişim kurmasıdır. Polster'a (1987) göre bireylerin çevreye yaratıcı uyumları sürekli yenilenmektedir. Zinker'e (1978) göre iyi bir temasın ön koşulları; farkındalık, enerji ve kendini ifade etme yeteneğidir (Akt., Corey, 1995).

Birey her bir eşsiz durumun özelliklerine göre kuracağı teması ayarlar. Diğer insanlarla etkileşim halindeyken kurduğu temaslar doğrultusunda birey ne olduğunu ya da ne

olmadığını fark etmeye başlar. Birey sınırlar doğrultusunda ne olduğuna ya da olmadığına ilişkin farkındalıklarını, kaybetmediği sürece gelişime açıktır (Jacobs, 2007).

Bireyler çevre ile kurdukları ilişkiler doğrultusunda ihtiyaçlarını karşılarlar, büyürler ve olgunlaşırlar. Bireyin çevre sınırında oluşan yaşantısı temasıdır. Temas sadece çevre ile değil bireyin kendisi ile teması şeklinde de gerçekleşir. Gestalt terapiyi diğer terapilerden ayıran en önemli özellik, Gestalt terapisinin temas konusuna odaklanmış olmasıdır. Temas büyüme ve gelişmede önemli bir rol oynadığı gibi psikolojik sorunların ortaya çıkmasında, bu sorunların fark edilmesinde, ve bu sorunlarla baş edilmesinde de etkilidir.

2.1.4 Temas Sınırları

Gestalt yaklaşımında “sınır” (boundary) sistemin bir parçası olarak deneyimlerin duyumsanmasıdır. Sınırlar yoluyla herhangi bir şeyin ya da deneyimin özelliği anlamlandırılır ve diğer fenomenlerin yaşantıları ayırt edilir. Birey ve diğerleri arasındaki sınırlar değerler sistemi, alışkanlıklar, beden işlevleri, duygular gibi farklı bakış açılarından etkilenecek oluşur. Temas sınırlarının temel işlevleri: bireyin farklılıklara ve değişime uyum sağlaması, tehlikelerle ya da engellerle başa çıkması, ve benzer yenilikleri, durumları seçerek ayırt etmesidir. Kişi ve çevre arasındaki sınırlar olabilecek değişimlerin kabul edilebilmesi için gerektiği kadar geçirgen ve esnek olmalıdır (Jacobs, 2007).

Ben sınırları (I boundaries); bireyle diğer birey ya da obje arasındaki ayırmadır ve bu ben sınırları bireyin yaşam deneyimleri ile oluşturulmaktadır. Polster ve Polster’e (1973) göre ben sınırları şöyle sınıflandırılabilir: (Akt., Sharf, 2000)

- a) Beden sınırları
- b) Değer sınırları
- c) Tanıdıklık sınırları
- d) İfade sınırları
- e) Dışa vurma sınırları

2.1.4.1 Beden Sınırları

Kepner (1987) beden sınırlarını fiziksel ve sosyal anlamda beden sınırları olarak ikiye ayırır. Fiziksel anlamda beden sınırları; vücudu çevreleyen deri ve kas sistemini içerir. İnsan vücudu çevrenin fiziksel değişimlerine göre kendini ayarlar. Ayrıca insanın fiziksel yapısı değişimleri fark etmeye ve tehlikelerden korunmaya yatkındır. Sosyal olarak beden sınırları; organizmanın sosyal ihtiyaçlarına, algılarına ve çevrenin durumuna göre değişir. Bunun yanı sıra sosyal çevre içerisinde bireyin kendini rahat hissettiği, rahat hareket ettiği ve kendi mesafesini belirlediği kişisel sınırı bulunur (Akt., Jacobs, 2007).

Beden sınırlarının farkında olabilmesi için, bireyin, bedenini, organlarını duyumsaması gerekir (Voltan-Acar, 2006). Görülüyor ki, beden sınırları fiziksel anlamda bireyin fiziksel sağlığını, sosyal anlamda da bireyin sosyal refahını sağlar. Ayrıca bireyin kendi bedeninin farkında olması bu sınırların işlevselliği açısından önem kazanır.

2.1.4.2 Değer Sınırları

Değer sınırları, bireylerin değiştirmeye dirençli oldukları değerleri ifade etmektedir. Kürtaj karşıtı bir adamın değerleri, 17 yaşındaki evli olmayan kızının istenmeyen hamileliği ile baş etmek durumunda kaldığında, değer sınırları karşı koymaya çalışabilir, değişebilir ya da pekiştirilebilir (Sharf, 2000).

İnsanın sahip olduğu değerler sistemi, onun değer sınırlarını oluşturmaktadır. Başkasından gelen bir istek, beklenti “ben”in değer sınırlarına uymayabilir. Böyle bir durumda bireyin değer sınırlarını esnekletmesi gerekir (Voltan-Acar, 2006). Yukarıda da ifade edildiği gibi değer sınırları bireyin değişime uyum sağlamasını etkiler. Dolayısıyla, bireyin değişime uyum sağlaması için değer sınırlarını esnekletmesi gerekir.

2.1.4.3 Tanıdıklık Sınırları

Tanıdıklık sınırları; her gün aynı işe gitme, giderken aynı yolu kullanma, ya da iş arkadaşı ile aynı yollarda karşılaşma gibi sık sık tekrarlanan ama hakkında düşünülmeyen, karşı konulmayan olayları ifade eder. Eğer birey işini kaybederse, ya da eşi tarafından beklenmedik biçimde terk edilirse tanıdıklık sınırları yıkılabilir (Sharf, 2000). Bilinen, her zaman rahatlık sağlar. Bilinmeyen heyecan yarattığı kadar, korku da yaratabilir. Bilinmeyenle, “ben”in oluşturduğu sınırlar dolayısıyla, bireyler, yeni kişilerle tanışmayı çevre değiştirmeyi reddeder (Voltan-Acar, 2006). Görülüyor ki tanıdıklık sınırları bireyin farklı ve yeni durumlarla karşılaşması durumunda vereceği tepkilerle ilişkilidir. Başka bir deyişle, yeni bir durum her zaman için endişe vericidir.

2.1.4.4 İfade Sınırları

Ana-baba ve toplum tarafından içe verilen birçok komut ifade sınırlarını oluşturur. Çocukluktan gelen bu komutları birey, daha sonraları farkında olmadan artırabilir. Bu tür yasaklamalar bireyin kendini ifade etmesini de engelleyebilir. Örneğin kendi anne-babasından görmediği için kendi çocuklarına da yaklaşamayan, öpemeyen yetişkinler gibi (Voltan-Acar, 2006). İnsanlar, bağırılmayı, ağlamamayı, dokunmamayı öğrenirler. Birisi için önemli kişilerle temasta olmak, ifade sınırlarını geliştirmeyi zorunlu kılabilir (Sharf, 2000). Başka bir deyişle, ifade sınırları bireyin kendini, kendi duygularını, kendi düşüncelerini gerek iletişim yolu ile gerekse beden dili ile ifade etme şeklini oluşturur. Bireyin ifade sınırlarını ise ailesinden ve çevreden içe verilen mesajlar etkiler.

2.1.4.5 Dışa Vurma Sınırları

Bazı insanlar için seyredildiğini bilmek rahatsız edicidir. Kimi insanlar tanınmadıkları yerlerde daha rahat davranırlarken, kendi çevrelerinde istedikleri gibi davranamayabilirler. Bu, onların bazı olumsuz sıfatlarla anılmak istememelerinden dolayı meydana gelebilir (Voltan-Acar, 2006). Kısaca dışa vurma sınırları bireyin kendisini nasıl ortaya koyacağını etkiler. Bireyin kendini ortaya çıkarma şekli ise

ortamda bulunan kişilerden etkilenmektedir ki bu durum da dışa vurma sınırını oluşturur.

Organizma için diğerlerine göre daha iyi daha uygun denilebilecek sabit bir sınırdan bahsedilemez. Sağlıklı olan, bireyin kendi ihtiyaçları ve temasının içeriğine göre, kişinin sınırları ayarlama becerisinin olmasıdır (Jacobs, 2007).

Bireyin temas sınırları çocukluğundan itibaren oluşmaya başlamaktadır. Birey bu sınırları doğrultusunda çevresiyle temas kurmakta, yenilikleri kabul edebilmekte ve engellerle başa çıkabilmektedir. Temas sınırlarının esnek ve geçirgen olması çevreye uyum açısından önemlidir. Temas sınırlarının katı ve belirsiz olması sonucu bireyin farkındalığı, ben ve diğerleri arasındaki ayrımı bozulur ve bu durum temas engellerine neden olur.

2.1.5 Temas Engelleri

İnsanlar diğerleri ve çevreleriyle kendi sınırları çerçevesinde temas kurarlar. Bazı zamanlarda da uygun temas kurmaktan korkarlar. İnsanlar kendilerini çevreden koruma ihtiyacı duyarlar; temas kurduklarında zarar göreceklarini düşünürler (Jacobs, 2007).

Gestalt terapide terapi süreci temas, temas engellemeleri ve bunlara ilişkin farkındalıklar üzerinedir. Terapide şekli oluşturan, ön planda olan temastır. İnsanlar işiterek, dokunarak, koklayarak, görerek, tadarak, konuşarak, hareket ederek temas kurarlar. Ben ve başkaları ile temasa geçerken ortaya çıkan ilişki çarpıtmaları ya da temasın yön değiştirmesi temas engellemeleri olarak adlandırılır (Votan-Acar, 2006).

İnsanoğlu, doğası gereği patolojik yollarla ya da uygun olmayan şekilde bitmemiş işlerini tamamlar ya da bastırır. Geçmişte yaşanan bitmemiş işler kişinin şimdiki anını etkiler. Birey depresif belirtiler gösterebilir. Geçmişte yaşanan bitmemiş işler kişinin kendisiyle, başkalarıyla ve çevresiyle iyi temas kurmasını engeller (Clarkson, 1994).

Temas biçimleri yenilikleri/farklılıkları seçme ve reddetme durumlarından etkilenir. Bir temas biçimi büyümeye ve gelişmeye yardım ederken diğeri etmeyebilir. Temas biçimleri çocukluktan itibaren oluşmaya başlar. İhtiyaç ve istekleri önemsenmeyen, ailesine kendisini zorla kabul ettirmeye çalışan, katı kuralları ya da çok fazla beklentileri olan bir ailede yaşayan çocuklarda oluşan temas engelleri yetişkinlik için risk oluşturur. Temas engelleri kişilik özelliği değildir; kişiliğin gelişimsel sürecini tanımlamaktadırlar (Jacobs, 2007).

Kişinin gelişmesini ve olgunlaşmasını engelleyen temas biçimleri temas engeline dönüşür. Bu ve bunun gibi temas engellerinden herhangi biri bile kişinin tüm yaşamını etkileyebilir.

Perls Sınırların Yokluğu, İçe Verme, Dışa Yansıtma, Kendine Çevirme temas engeli üzerinde dururken; Polster ve Polster (1974) Yön Değiştirme, Duyarsızlaşma temas engelini eklemiştir. Perls'e (1951/1969) göre bu mekanizmalar sürekli ve uygun olmayan şekilde kullanıldığında nevrotiktir. Aslında hepsi doğru şekilde seçildiğinde ve kullanıldığında uygun ve sağlıklıdır fakat farkında olmadan kullanıldığında sağlıksızdır (Akt., Clarkson, 1994). Aşağıda ifade edilen temas engellemelerine ilişkin bilgi verilmiştir.

2.1.5.1 İçe Verme (Introjection) Gestalt yaklaşımında “içe verme” kişinin kuralları, mesajları, modelleri, özümsemeden tümü ile içine alması, yutmasıdır. İçe verme mekanizması sık ve farkında olunmadan kullanıldığında sağlıklı biçimde fonksiyon görmeyi engelleyen en yaygın temas engellemesidir ve diğer temas engellerinin temelini oluşturur (Kirchner, 2000).

Yaşamın ilk yıllarında çevresiyle temas kurmaya başlayan bir birey için, çevrenin kuralları hâkimdir. Çocuk pek çok kuralı ve değeri içe alır. Dolayısıyla çocukların çevrenin değerlerinden ayrılmış bir benliği yoktur. İçe verdiklerini özümsemeye başladıklarında benlikleri oluşmaya başlar (Brown, 2004). Örneğin çocuklar, anne-babalarının görüşlerini olduğu gibi alırlar. Çocuklar büyüdükçe anne-babalarının görüş

biçimlerini daha az sıklıkla içe alırlar. Sonuç olarak, böyle bir içe verme bazen uygun olabilir, bazen de olmayabilir (Sharf, 2000).

İçe verme insanın çevresindeki önemli kişilerden alınan kuralları, düşünceleri içeren ilk mekanizmadır. İnsanlar bebekler gibi kuralları ya da öğütleri içe alır. Bireyler “ihtiyaçlarını ön planda tut”, “duygularını kontrol et” gibi ifadeleri, mesajları özümsemeden yutarlar, ayrıca diğerlerinin kişinin kendisine ilişkin söylediği mesajları da yutarlar. Örneğin; “Tembelin tekisin, kardeşinden daha yaratıcısın, ailemizdeki bütün erkekler sonunda alkolik oldu” gibi (Jacobs, 2007). İçe alınan olumsuz mesajlar kişinin benlik imajını da etkiler.

Birey başkalarına ait görüş ve düşünceleri olduğu gibi, ayırım ya da özümsemeden yutar. İçe verilenler bireye yabancıdır. Bunun nedeni bireyin onları değerlendirmeden, eleştirmeden almasıdır. Dolayısıyla, bireyin yabancı görüşleri olduğu gibi yutması kişiliğini geliştirmesini engeller. İçe verme ile birey, çevrenin sunduklarıyla pasif biçimde ilişkiye geçer. Eğer bu aşamada kalınırsa, bireyin enerjisi verilenleri olduğu gibi almakla sınırlı kalır. İçe verme sağlıklı olarak kullanıldığında “Mış gibi” kişilik ortaya çıkar. Aynı zamanda bu bireylerin katı ve değişmez kuralları vardır (Corey, 1995; Yontef ve Simkin, 1989).

İçe verme temas engeli Gestalt oluşum ve yıkım döngüsünün bütün aşamalarında görülebilir. Örneğin bir kadın cinsiyetinden memnun olabilir fakat orgazm olamaz (tam temas aşaması), çünkü içe alınan mesaj; cinsiyetinin sadece erkeği memnun etmesi gerektiği şeklindedir (Clarkson,

1994). İnsanın kendisine “Ben bunu gerçekten istiyor muyum, bununla hem fikir miyim, bu fikre gerçekten katılıyor muyum” gibi sorduğu sorularla neleri içe verdiğini insan fark edebilir (Sills, Finch ve Lapworth 1998).

İçe vermenin bireyin kişiliğini oluşturması gibi olumlu yanları da vardır. Örneğin kültüre ait özellikler içe verme şeklinde alınır. Sills, Finch ve Lapworth’a (1998) göre içe verilen pek çok mesaj ve kurallar insanın nasıl ilişki kurduğunu ve nasıl yaşadığını belirler. Yemek yeme alışkanlıkları, giyinme tarzı, insanlarla nasıl ilişki kurulduğu,

insanların olayları anlamlandırma şekli küçüklükten itibaren alınan mesajlarla belirginleşir. İçe verilen kurallar insanın öğrenmelerini ve kendisini korumasını sağladığından aynı zamanda yaşamın önemli bir parçasıdır. Büyürken model alınan kişilerin sayesinde yeni şeyler öğrenilir.

İçe verme temas engeli bireyin sorgulamadan başkalarına ait mesajları, düşünceleri yutmasıdır. Bu temas engeli bireyin çocukluktan itibaren almaya başladığı ilk temas engelidir, diğer temas engellerinin de temelidir. Dolayısıyla, içe vermeye Gestalt temas döngüsünün bütün aşamalarında rastlanabilir fakat özellikle temas öncesi aşamada temasın oluşmadığı süreçte bu temas engeliyle daha çok karşılaşılır. Bunun yanı sıra içe verme diğer temas engelleriyle de birlikte görülebilir.

2.1.5.2 Dışa Yansıtma (Projection) Dışa Yansıtma temas engellemesi kişinin kendinde var olan, ancak kabul etmediği duygu, davranış ve düşüncelerin diğer insanlara yöneltilmesi ve bunlar kendisine ait değilmiş gibi yansıtması sürecidir. İnsanlar kendilerinde var olduğunu kabul etmekte zorlandıkları özellikleri başkalarına yansıtırlar. Dışa yansıtma içe vermenin tersidir. (Latner, 1992). Bazen de, birey henüz bütünleştiremediği olumlu yönlerini dışa yansıtabilir. Şöyle ki, çok olumsuz benlik imgesi olan kişi, yeteneklerini sanki arkadaşında varmış gibi ona yansıtılmaktadır (Voltan-Acar, 2006).

Önyargı genellikle yıkıcı ve olumsuz dışa yansıtma şeklidir. Dışa yansıtımda çok az dürüstlük söz konusudur. Genellikle kişi kendisini görmek istediği gibi ifade eder (Clarkson, 1994). Dersine çalışmayan bir öğrencinin sınavdan düşük not aldığı için hocasını suçlaması dışa yansıtıma örnektir (Sharf, 2000). Sağlıklı dışa yansıtıma bir sanat eseri oluşturmak örnek verilebilir. Sanatkârların eserleri sağlıklı dışa yansıtmanın birer sonucudur (Voltan-Acar, 2006).

İçe verilen ve kişinin kendisi tarafından kabul edemediği yönleri dışa yansıtılır. Dışa yansıtma temas engelini sık kullanan bireyler genelde karşı tarafı suçlarlar. Bu yolla birey kendi hatalarının görünmesini engeller. Bu tarz kişiler kişilerarası ilişkilerinde suçlayıcı, gergin ve reddedilmeye karşı duyarlıdırlar. Ayrıca diğer insanların nasıl

davranacaklarını önceden tahmin edebileceklerini düşünürler. Bu kişilerin abartılı benlikleri vardır. Bu durum abartılı bir hal aldığı anda paranoya ve delüzyon görülebilir (Kepner, 1982)

Büyüme, gelişme ve yaşam için organizma ile onu destekleyen dış dünyanın yakın temasta olması gerekir. Eğer birey geçmişteki olumsuz yaşantılarının etkisiyle gerekli temasları başlatmakta ve bu temasın sorumluluğunu almakta sorun yaşıyorsa bu sorumluluğun üstlenilmesini çevreye aktarabilir. Bu kimisi için ailesi, kimisi için toplum, kimisi için de tanrı olabilir. Bu tür durumlarda birey “benim gereksinimlerimin karşılanması gerekir” ya da “yapmam gereken şeyleri bana yaptırması gerekir” beklentisiyle olaylara yaklaşır. Dışa yansıtma yoluyla bireyler kendi yaşantılarını inkâr ederler ve sorumluluk almak istemezler (Bloom, 2004).

Dışa yansıtmanın farklı boyutları olabilir. Kişi ailesinden öğrendiği dışa yansıtma yöntemlerini kendi hayatına transfer edebilir. Dışa yansıtma teması engeli, genellikle temas döngüsünün temas aşamasında yaşanan sıkıntılardan dolayı ortaya çıkar. Kişi kendine ilişkin farkındalıklarında yanılır ve karşısındaki kişiye hayalindeki kişi gibi yaklaşır, böylece temas sürecinde sıkıntı yaşar (Sills, Finch ve Lapworth, 1998).

Dışa yansıtma bireyin kendisinde kabul edemediği yönlerini başkalarına atfetmesidir. Bu yolla birey başkalarını suçlayarak sorumluluk almaktan kurtulur. Birey yeni bir olayı içe verme yoluyla alır ve temas aşamasında bu durumun kendisine uygunluğuna bakar. Eğer bu aşamada sıkıntı yaşıyorsa birey dışa yansıtmayı kullanır.

2.1.5.3 Kendine Çevirme (Retroflection) Doğal olarak dışarıya çevrilecek olan enerjinin içe çevrilme sürecidir. İki şekil kendine çevirme vardır. Kişi kendisine ilişkin düşünceleri dışardan alır ve kendi kendine zarar verir. Dolayısıyla enerjisini kendine çevirir. Bu tür zararlı düşünceler kişinin biyolojik yapısını, özellikle kas sistemini ve vücudun kimyasal dengesini olumsuz etkiler. Örneğin ailesinden yaralayıcı dönütler alacağını bilen kişi bu tür zarar verici düşünceleri kendisine çevirir (Brown, 2004). Örneğin; ailesinden kız çocuğunun eksik etek olduğuna dair mesajları içe veren bir

kadın kendisini yetersiz ve eksik görebilir. Dolayısıyla, kendine çevirme temas engelinin temelinde de içe verme yatmaktadır.

Kendine çevirmenin diğer bir şekli ise çevresinin kendisine yapılmasını istediği şeyleri kişinin kendi kendisine yapmasıdır. Kişi ailesinden beklediği fakat alamadığı bütün ilgiyi, dikkati ve sevgiyi kendisine yöneltebilir. Örneğin kişi yalnızlıktan söz ederken sürekli göğsünü okşar. Bu sayede ailesinden almak istediği sosyal destek ihtiyacını giderir. Kendine çevirme, temas döngüsünün her aşamasında görülebilir fakat genellikle tam temas aşamasında görülür (Clarkson, 1994).

İnsan başkalarının kendisine yardım etmesini istediği zaman ‘bunu kendim için yapabilirim.’ ifadesi, kendine çevirmeye örnektir. Bu davranışı birey öz-yeterlik hissini yaratmak için yapmasına karşın birey kendini yalnız hisseder ve diğerlerinden kendisini ayırır (Sharf, 2000). Türkçe’de kullanılan “kurda sormuşlar ensen neden kalın diye, kendi işimi kendim yaparım da ondan cevabını vermiş” şeklindeki ifade de bu tür kendine çevirmeye örnektir.

Kendine çevirme temas engelini kullanan bireyler çevreye yönelerek davranışta bulunamazlar ve bunu kendilerine yöneltirler. Bu bireyler kendi duygu ve düşüncelerine odaklanırlar. Örneğin, onlar öfkelerini çevrelere değil kendilerine yöneltirler. Dolayısıyla kendilerine kızarlar hatta kendilerine zarar verebilirler. Gestalt felsefesi insanı bedeni, düşünceleri ve duygularıyla bir bütün olarak görür. Bu bütüncül yaklaşımından dolayı bireyin fiziksel rahatsızlıklarının temelinde duygusal ve zihinsel faktörlerin yer aldığı düşünülür. Birey duygu ve düşüncelerini normal yollardan ifade edemediğinde var olan enerjisi bazı hastalıklarla kendini gösterebilir (Sills, Finch ve Lapworth, 1998).

Kendine çevirme “ben”den gelen diğerine giden uyarıcıların geri dönüp “ben”e gelmesidir. Kendinden nefret etme, kendini sevme, özdenetim, narsizm, tırnak yemek, dudak ısırma, yeme bozuklukları kendine çevirmeye örnektir. Kendine çevirme farkında olunmadan yapılırsa bireye zarar verir. Depresyon, intihar etme, kendine çevirmenin uç örnekleridir (Voltan-Acar, 2006). Çocuk ihtiyaçlarının karşılanması için

ailesi ya da çevresiyle girdiği mücadelelerde başarısız olur ve cezalandırılırsa bu durum kendine çevirme temas engelinin kullanması açısından risk oluşturur. Bu bireyler ileri yaşlarda da kendi isteklerini sürekli bastırırlar ve bu şekilde enerjileri bölünür. Kendine çevirme temas engelini farkında olmadan kullanan birey, hem ihtiyacını karşılamaya çalışır hem de bu çabayı baskı altına alır. Bir süre sonra kişi kendi içerisinde çelişki yaşar ve kendine yabancı bir “ben” oluşur. Bu temas engelini sık kullanan bireyler sürekli olarak kendilerini suçlarlar, kontrollü olmaya çalışırlar ve olumsuz benlik imgesine sahiptirler. Onlar, ihtiyaçlarını dile getirmek ve yardım almak konusunda zorluk yaşarlar (Clarkson 1994; Perls, 1973).

Birey çocukluk yaşantısında kendisinin üstesinden gelemeyeceği engellerle karşılaşır. Çevresi kendi gereksinimlerini karşılama çabasına karşı çıkar, engeller ve cezalandırır. Dolayısıyla, birey yenilgilerin sonucunda yinelenen girişimlerin yol açacağı acı ve tehlikelerden kaçınmak için pes eder. Birey kendi içgüdüsel davranışlarına karşı tıpkı çevrenin yaptığı gibi davranışa geçer, başka bir deyişle onları bastırır. Böylece bireyin enerjisi ikiye bölünmüş olur. Enerjisinin bir bölümü tatmin edilmemiş olan hedeflere ulaşmak için çabalar, öbür bölümü ise dışa yönelmiş olan ilk bölümü denetim altında tutma için kendine çevirir. Kişinin kendisini bu şekilde bastırması, cezalandırılacak olan içgüdüsel davranışlarını ifade etmek için kullanacağı kaslara karşı çıkararak onları engelleyen kasların gerilmesiyle, kasılmasıyla elde edilir. Bu aşamada, kişiliğin iki yanı birbirine doğru karşı yönlerde olup birbiriyle çatışır. Organizmayla çevre arasında bir çatışma olarak başlayan durum, kişiliğin bir yanı ile başka bir yanı arasındaki içsel çatışma olup çıkar. Kendine çevirme bilinçli olarak yapılmakta ise herhangi bir problem ortaya çıkmaz. Ancak, bu durum alışkanlık haline geldiyse, kronikleştiyse ve denetlenmiyorsa patolojiktir. Kişi bu durumun farkında olmaz, kişilikteki bir çıkmaz haline gelir ve nevrotik bir durum olur (Erkmen, 1992).

Kendine çevirme ve içe verme temas engelinin temelinde de bitirilmemiş istismar yaşantıları olabilir. Ayrıca kronik baş ve mide ağrılarının, psikosomatik rahatsızlıkların temelinde kendine çevirme temas engeli yatmaktadır. Bu durumdaki bireyler diğerlerine karşı hissettikleri fakat ifade edemedikleri öfke ve kin gibi duyguları kendilerine

yöneltirler (Haris, 2007). Kişinin zamanında bitirmediği öfke ve kızgınlık duygularını kendine çevirmesine neden olabilir.

Bu temas engelini sık sık kullanan bireylerin öncelikle enerjilerini kendilerine nasıl çevirdiklerini fark etmek gerekmektedir, “tırnaklarını mı yiyor, dudaklarını mı ısırıyor ya da kendine farklı bir şekilde mi zarar veriyor” gibi. Bu durum danışana fark ettirilmeli ve bunun üzerinde çalışılmalıdır (Sills, Finch ve Lapworth, 1998).

Kendine çevirme temas engelini bazı durumlarda kullanmak ise kişinin işini kolaylaştırır. Örneğin kızgınlığı ifade etme güdüsüne direnmek, tehlikeli çevre ile baş etmeyi sağlayabilir. Böyle bir durumda, bireyin dudağını ısırması, kötü bir söz söylemesinden daha işlevsel olabilir (Yontef ve Simkin, 1989).

Kendine çevirme içe verilen mesajları bireyin alarak kendine mal etmesidir. Dolayısıyla, bu temas engelini sık kullanan bireyler kendilerini suçlarlar ve kendilerine zarar verirler. Pek çok psikosomatik rahatsızlıkların temelinde kendine çevirme temas engeli yatmaktadır.

2.1.5.4 Yön Değiştirme (Deflection) Kişinin çevreden gelen duyuların etkisini azaltmak ve oluşacak temasın meydana getireceği güçlü duygulanımlardan kaçınmak için enerjisini temas dışındaki başka bir alana yönelterek hedeften uzaklaşması yön değiştirmedir (Latner, 2000). Yön değiştirme, direkt temas kurulacak kişiden başka bir yöne, tarafa yönelmektir. Kişinin farkındalıktan kaçmasının da bir yoludur. Bu şekilde sorun daha anlaşılmaz hale gelir ya da daha da yumuşar. Gerçek problemden bu şekilde uzaklaşmış olunur. Örneğin kadın erkeğe, “beni seviyor musun?” der ve erkek, “sevgiyle neyi kastediyorsun”, şeklinde cevaplandırır. Kişi, doğrudan kendi duygularını ifade etmek yerine farklı bir dil kullanmayı seçer. Örneğin, göz kontağı kullanılmaz. Bazı durumlarda mizahın kullanılmasının da yön değiştirmenin bir şekli olabileceği söylenir (Jacobs, 2007).

Yön değiştirme genellikle zararlıdır ve kişinin iyi temas kurmasını engeller. Yön değiştirme bazı durumlarda ise sağlıklıdır. Kişinin potansiyel tehlikelere karşı hayatta

kalmasını sağlayabilir. Genellikle yön değiştirme farkında olmadan kullanılıyorsa sağlıksızdır (Clarkson, 1994). Psikolojik danışma sürecinde danışana evliliğinden söz ederken üzgün görüldüğü ifade edildiğinde, danışan “biz on sekiz yıldır evliyiz” cevabını veriyorsa aslında danışan burada kendisini üzebilecek duygulardan uzaklaşmak için konuyu başka bir yöne çekmektedir (Sills, Finch ve Lapworth, 1998). Yontef (1994)’e göre bazı durumlarda yön değiştirme teması engelinin farkında olarak yapılması bireyin ihtiyacını karşılar. Örneğin çok öfkeli olduğu halde sakin kalmaya çalışan birey olayların daha da kötüleşmesini engeller. Bu şekilde kişi temastan geri çekilmemiş olur (Akt., Jacobs, 2007).

Bazen bireyler, çevrenin kendi üzerlerindeki olumsuz etkisini hafifletmek için de yön değiştirme kullanabilirler. Bu durum, çevreden gelen mesajları almamak ya da seçici olarak almak şeklinde ortaya çıkabilir. Örneğin, geçmişten gelen kendilik algısını sürdürmek için yalnızca olumlu ya da yalnızca olumsuz geribildirimleri almak ve diğerlerini almamak gibi. Böyle durumlarda, son derece basit ancak etkili olan tekniklerden biri, çevreden gelen her türlü geribildirime dikkat etmek, bunları yazmak ve kendi kendine tekrar etmektir (Van De Riet, 1999). Yön değiştirme teması engelini farkında olmadan ve sık kullanan bireyler kendi duygularını net olarak ifade edemezler, dolaylı yollardan kendilerini ifade ederler ve kendi ifadelerinde netlik yoktur. Bu kişiler kişilerarası ilişkilerinde konudan uzaklaşmak için konu dışı davranışlarda bulunurlar ve rahatsız edecek konular konuşulduğunda göz ardı etmek için sık sık espriler yaparlar (Kepner, 1982).

Üç çeşit yön değiştirme vardır. Birincisi, benden diğerine gitmesi gereken uyarıcının yön değiştirerek başka bir yöne gitmesidir. Yolda yürürken tanıdık birisini görünce başını çevirmek buna örnektir. İkincisi, başkasından çıkan ve ben’e doğru gelmesi gereken bir uyarıcının yön değiştirerek başka yöne gitmesidir. Kişinin yolda bir arkadaşını görüp yol değiştirmesi buna örnektir. Üçüncüsü ise birinci ve ikinci çeşit yön değiştirmelerin aynı anda olmasıdır. Her iki kişiden çıkan uyarıcıların yön değiştirerek farklı yönlere gitmesidir (Voltan-Acar, 2006). Özellikle terapötik sürecin başlangıcında danışanların yön değiştirmesi yaygındır. Sorunlarından kısaca bahsetmek, sanki onlar

başkasına aitmiş gibi anlatmak, ilgisiz detaylardan bahsetmek bunlara örnektir (Sharf, 2000).

Yön değiştirme temas engelini birey kendini stresli durumların etkisinden korumak için kullanabilir. Böylece kişi enerjisini doğal yolundan farklı bir yöne çevirir. Kişi nevrotik anlamda kendisiyle ve çevresiyle çatışmaktan kaçarak kendi duygularını görmezden gelir. Yön değiştirme temas engeli genellikle temas döngüsünün tam temas aşamasında görülür.

2.1.5.5 Sınırların Yokluğu (Confluence) Kişinin “ben” ile “ben” olmayan arasındaki sınırı kaybetmesi olarak tanımlanmaktadır. Burada kişinin benliği ile başkaları arasındaki sınır belirsizleşir bazen bu sınırlar tamamen kaybolur (Latner, 2000).

Bu temas engeli bireyin çevreden farklılaşmadığını, ayrışmadığını gösterir. İlişkilerinde kişi kendi sınırlarını çizemez. Bu temas engelini kullanan bireyin ilişkileri özerklikten, farklılıktan, bireysellikten yoksundur. Örneğin uzun süre birlikte yaşayan bireyler bir süre sonra birbirlerine benzemeye başlarlar. Aldıkları tatlar ve düşünceleri aynı olmaya başlar. Bir süre sonra ifadeleri “biz böyle düşünüyoruz” şeklinde değişmeye başlar. Bebeğin büyüme döneminde sağlıksız bağlanması da sınırların yokluğu temas engelini oluşmasında etkili olabilir. Sınırların yokluğu temas engeli kişinin yalnızlıkla yüzleşmekten korkmasıyla da yaşanabilir. Kişi, özerk olmak bireyselleşmek yerine başkalarıyla bütünleşmeyi seçebilir. Kronik sınırların yokluğu özellikle borderline kişilik bozukluğunun özellikleri arasında da yer alır. Bu kişilerdeki sınırların yokluğu temas engeli düzensiz ve dengesiz kişilik özelliği olarak kendini gösterebilir (Clarkson, 1994).

Sınırların yokluğu temas engelini sık kullanan bireyler başkalarını kırmaktan korkarlar ve hayır demekte zorlanırlar. Bu bireyler, çatışma yaşamaktan çekindiklerinden böyle durumlarda düşüncelerini ifade edemezler ve daha çok uyarlı bireylerdir (Kepner, 1982). Dolayısıyla, bu bireyler güvengen olmayan bireylerdir.

Oleary (1997), Birey-Merkezli yaklaşım ile Gestalt Terapi'yi karşılaştırmış ve empati ile sınırların yokluğu kavramlarını incelemiştir. Sağlıklı olan sınırların yokluğu, bireyin diğerlerine empati duyması olarak yaşanabilir. Sağlıksız olan sınırların yokluğu, bireylerin diğerlerinden izole olmalarına neden olabilir. Terapistin sağlıklı bir biçimde sınırların yokluğunu kullanması, psikolojik danışma ortamında anında olarak, onu anlaması şeklinde yaşanabilir.

Temas öncesi aşamada bireyin yeni durumları kabullenmesinde sınırların yokluğunun yaşanması sağlıklı olabilir (Tofte, 2001). Anne bebek ilişkisinde ortaya çıkan sınırların yokluğu durumu, meditasyon sırasında birey ile çevre arasındaki sınırların kaybolması sonucu yaşanan mutluluk hissi, cinsellik eyleminin kendini kaybetmek olarak ifade edilmesi sınırların yokluğunun sağlıklı şekilde kullanılmasına örnektir (Clarkson, 1994; Sills, Finch ve Lapworth, 1998).

Türk toplumundaki kişilerin çoğunlukla ev hanımlarının yalnız sokağa çıkamadıkları, tek başlarına lokantaya gidip yemek yiyemedikleri, sinemaya tek başlarına gidemedikleri ve genellikle yanlarına birilerini alarak dışarı çıktıkları düşünüldüğünde sağlıksız sınırların yokluğunun yaygın olduğu düşünülebilir. Özellikle kasabalarda ya da lojmanlarda oturanlar daha çok teklifsizce, belirsiz saatlerde, komşularının kapılarını çalarlar, hatta evin ortasına kadar girebilirler. Ayrıca sokakta yürürken, pazarda alışveriş yaparken, herkes birbirine “anne, yenge, teyze, amca, dayı” diye hitap edebilir. Bu örneklerde de sağlıksız sınırların yokluğundan söz edilebilir (Voltan-Acar, 2006). Yukarıdaki açıklamadan da anlaşıldığı gibi Türk toplumunda Batı toplumunun tersine sınırların yokluğu temas engeliyle daha çok karşılaşılabilmektedir. Görülüyor ki, kültürel etmenler ve kültüre bağlı yetiştirilme tarzları temas engellerinin kullanımını ve yaygınlığını etkileyebilir.

Sınırların yokluğu temas engeli temas döngüsünde de farklı şekilde ortaya çıkar. Yeni doğan bebeğin annesiyle kurduğu temas gibi sınırların yokluğu temas engeli de, çevre ve organizma arasında sınırların olmadığı bir süreçtir. Jacobs (2002)'e göre tam temas

aşamasından sonra birey ihtiyaçlarının da ötesinde sınırların yokluğunu kullanırsa bu sağlıklı olur ve temas sürecinde sorun yaşanmasına neden olur (Akt., Tofte, 2001).

Sınırların yokluğu temas engelinde bireyler özerk ve bağımsız olmaktan yoksundurlar. Bu temas engelini sık kullanan bireyler genelde uyumlu görünürler ve kendilerine uygun olmayan düşüncelere bile karşı çıkmazlar, tepkilerini göstermezler. Dolayısıyla, başkalarına bağımlılık söz konusudur. Sınırların yokluğu temas engeli genellikle tam temas aşamasından sonra daha sık görülür.

2.1.5.6 Duyarsızlaşma (Desensitization) Duyarsızlaşma kişinin kendi duyularına karşı ilgisizlik ve kayıtsızlık olarak ortaya çıkar. Kişi görme, işitme, koklama, tatma ve dokunma ve bunların bütünleşmesine ilişkin duyularına dikkat etmez. Bu durumun temelinde, kişinin belli duyularının farkına varması durumunda ortaya çıkabilecek tehlikelerden kaçınma söz konusudur (Latner, 2000).

Duyarsızlaşma temas engeli temas döngüsünün duyumsama aşamasındaki sıkıntılardan kaynaklanır. Kişi bedeninin verdiği uyarıları yanlış değerlendirebilir ya da olayları net değerlendiremeyebilir. Ayrıca, kişinin bedeninin verdiği uyarıları ya da çevreden gelen uyarıları gereğinden fazla duyumsamasıda, sıkıntı yaratabilir (Sills, Finch ve Lapworth, 1998).

Duyarsızlaşma temas engelini kullanan birey, nevrotik olarak kendisinden ya da çevresinden kaçır. Bu bireyler, kendilerini uyuşmuş gibi hissederler, kendi duygularını ya da duyularını ihmal ederek görmezden gelirler ve çevresine kayıtsız kalırlar. Duyarsızlaşma temas engeli farklı şekillerde ortaya çıkabilir. Bazısı fiziksel ihtiyaçlarına kayıtsızken kimisi olağanüstü stres altında kalarak sağlığına dikkat etmez. Duyarsızlaşma temas engelini sağlıklı olduğu durumlarda olabilir. Örneğin bir atlet vücudunda meydana gelen su toplama durumunu görmezden gelebilir Çoğu insan, duyumsal farkındalıklarından ve bedensel duyarlılığından uzaklaşmış durumdadır. Bu tür kayıplar, geçmişte yaşanan ve tolere edilmesi güç bir travmanın, bir çatışma ya da uzun süreli bir yoksunluğun sonucu olabilir. Terapi sürecinde, geçmişte yaşanan bazı

güçlükler farkındalık düzeyine getirilir ve üzerinde çalışılır. Bu gibi durumlarda, kişiden bedenindeki tüm duyumlara dikkat etmesi ve bunları hangi derecede ve hangi kesinlikte yaşadığını ifade etmesi istenir. Bu egzersiz sırasında, kişinin genellikle göz ardı ettiği ağrı, acı, sancı ve gerginlikleri fark etmesi ve bunlara izin vermesi beklenir. Bunun sonucunda genellikle kişi, daha önce kendisini etkilemeyen bedensel sinyallere karşı daha duyarlı hale gelir (Clarkson, 1994).

Duyarsızlaşma temas engelini sık kullanan bireyler bedeninin verdiği duyumları fark etmez, hasta olduğunda bedeninin ihtiyaçlarını görmezden gelir. Bu bireyler bedeninin bazı bölgelerinde ortaya çıkan uyuşmalardan söz ederler. Duyarsızlaşma temas engelini sık kullanan bireyler zihinsel etkinlik gerektiren yaşantıları, fiziksel etkinlik gerektiren yaşantılara tercih ederler. Onlar, çevreleri tarafından duygusuz, duyarsız olarak tanımlanırlar (Kepner, 1982).

Bazı durumlarda duyarsızlaşma temas engelinin kullanılması bireyin uyumunu artırabilir. Örneğin bireyin açlık ya da susuzluğunu geçici olarak bastırması ya da bireyin ağrıya yönelik duyarlılığını artırması gibi, fakat duyarsızlaşmanın sağlıklı olabilmesi için bireyin bu durumun farkında olması ve duyarsızlaşmayı geçici olarak yapması önemlidir (Sills, Finch ve Lapworth, 1998).

Duyarsızlaşma temas engeli bireyin kendi duyumlarına ilgi göstermemesi durumudur. Temas döngüsünde temas öncesi duyum aşamasında ortaya çıkar. Dolayısıyla birey ihtiyaçlarının farkında değildir, duyumsamaz; doğal olarak da temas oluşmaz.

2.1.5.7 Yardım Eden Sendromu (Proflection) Yardım eden sendromu, dışa yansıtmanın bir şeklidir. Ayrıca bu temas engeli, dışa yansıtma ile kendine çevirmenin karışımı olarak nitelendirilen bir temas engellemesidir. Bu temas engeli insanların, kendilerine yapılmasını istediklerini başkalarına yapmalarıdır. Bireyler gereksinimlerini ifade edemedikleri, isteklerini dile getiremedikleri durumlarda, başkalarının gereksinimlerini giderme konusunda yardım ederler ve bu davranışlarının farkında olmazlar. İnsanın kendi gereksinimlerine karşı dürüst olmaması bu temas engelinin

kullanımına neden olmaktadır. Böyle yaparak bireyler ikincil doyum sağlarlar (Voltan-Acar, 2006).

Başka bir açıdan da yardım eden sendromu kendine çevirmenin farklı bir formudur. Kendine çevirmede birey başkasına yönelmediği olumsuz düşüncelerini, duygularını kendine yöneltmektedir. Yardım eden sendromunda ise birey kendisine nasıl davranılmasını istiyorsa çevresine o şekilde davranmaktadır. Örneğin, yardım eden sendromu çevreden şefkat bekleyen bireyin çevresine şefkat göstermesi şeklinde ortaya çıkmaktadır (Clarkson, 1994).

Yardım eden sendromunda çevre ile birey arasındaki sınırların belirsiz olması ya da olmaması gibi bir durum söz konusudur. Dolayısıyla birey kendi duygu ve düşüncelerine göre değil, kendisinin çevresinden beklentilerine göre davranır. Yardım eden sendromunu sıkça kullanan bireyler, çevresindeki insanların istek ve beklentisi farklı bile olsa gereğinden fazla müdahaleci davranışlar gösterebilir ve bunun farkında olmaz. Dolayısıyla, bu bireyler çevresini kırmaktan korkar ve gerçek duygu, düşüncelerini dile getirmez (Jacobs, 2007).

Türk toplumu bağımsızlığa karşı bağımlılığın pekiştirildiği, özveride bulunmanın, saçları süpürge etmenin birer değer olarak empoze edildiği bir toplumdur. Çocuk yetiştirme sürecinde de anne-babalar kendi ailelerinden gördükleri gibi çocuklarının yerine karar verme, başka bir deyişle “onların iyiliğini düşünme” eğilimindedirler. Türk toplumunda insanların çoğu ihtiyaçlarının farkında değildir ve ne istediğini bilmez. Kendisi için değil başkası için yaşamak toplumca yüklenen bir değerdir (Voltan-Acar, 2006).

Yardım eden sendromu bireyin kendisine nasıl davranılmasını istiyorsa başkalarına o şekilde davranmasıdır. Bu şekilde ikincil bir doyum sağlanır. Yardım eden sendromunu sağlıksız biçimde kullanan bireyler, kendi ihtiyaçlarının tam olarak farkında olmayan ve başkaları için yaşamayı değer edinen bireylerdir. Bu bireyler sınırların yokluğu temas

engeline de görüldüğü gibi bağımsız ve özerk olamazlar. Dolayısıyla yardım eden sendromu temas engelini sık kullanan bireylerin çevreleriyle bağımlı bir şekilde temas kurdukları söylenebilir.

2.1.5.8 Çekilme (Withdrawal) Çekilme, sınırların yokluğunun tersi bir durumdur. Zaman zaman yoğun yaşantılardan sonra bireyler sindirme için çekilmeye gereksinim duymaktadırlar. Türkçede inzivaya çekilme şeklinde bir kavram bulunmaktadır ve bu kavram çekilme sürecini güzel ifade etmektedir. Çekilme; çevreden uzaklaşmak, kafa dinlemek, daha önce yaşananları sindirmek için gereklidir. Bazen de sınır koymak için çekilmeye gereksinim duyulabilir. Bu durumlar sağlıklı birer çekilmedir. Sağlıksız olan çekilme ise bireyin farkında olmadığı çekilme yaşantılarıdır (Voltan-Acar, 2006).

Tam temas aşaması doyumla tamamlanır ve birey sindirmek için çekilir. Bu sağlıklı bir süreçtir. Bazı durumlarda birey tam temas aşamasını doyumla tamamlamadan temastan çekilir ve bu durumun farkında olmaz. Bu ise sağlıksız olanıdır. Bu süreç temas sonrası aşaması, ya da temastan çekilme olarak da adlandırılır (Jacobs, 2007). Kepner (1982) temas sonrası aşamasını temas döngüsünün ritmik noktalama aşaması olarak ifade eder.

Çekilme bireyin dikkatini temas objesinden çekmesidir. Bazen dikkat temas objesinden bireyin kendisine de yönelir. Çekilme temas engeli, yorgunluk, doyunluk, ilgilerde donukluk, hareketlerde yavaşlık, göz kontağının kesilmesi gibi duyum ve davranışlarla kendini gösterebilir (Jacobs, 2007).

Bağımsızlıktan çok bağımlılığı pekiştiren Türk toplumunda çekilme pek alışılmış bir durum olarak değerlendirilmez. Kazara biri gruptan uzaklaşmak istese, ya da konuk gittiği evde odasına çekilmek istese bu hakaret olarak yorumlanır. Ev sahibi de, misafirle birlikte olup, planlarını konuğa göre yapar, konuğa göre tüm yaşamını ayarlar. Dolayısıyla çekilmeye Türk kültüründe olumsuz bir anlam yüklenir (Voltan-Acar, 2006).

Çekilme bireyin kafa dinlemek, yaşananları sindirmek, kişilerle arasına sınır koymak amacıyla ve farkında olarak yapıldığında sağlıklıdır. Temas süreci sona erdiğinde birey yeni bir ihtiyaç oluşana kadar temastan çekilir. Bireyin tam temas aşamasını sağlıklı

olarak tamamlamadıktan sonra farkında olmadan çekilmesi ise sağlıksızdır. Çekilme temas engeli, temas döngüsünün son aşamasında ortaya çıkar ve temas sonrası olarak ifade edilir.

Yukarıda ifade edilen temas engellerinin dışında bazı kaynaklarda Soyutlanma (Isolation) temas engelinden de bahsedilir. Soyutlanma Sınırların yokluğunun tersidir. Bu durumda hiçbir döngü oluşmamaktadır. Bunun nedeni temasın olmamasıdır. Temas daha önce de olmamıştır. Otistik bireyler bu duruma örnek verilebilir (Voltan-Acar, 2006).

Her bir temas engeli birbirine bağlıdır ve fonksiyonel olarak birbiriyle ilişkilidir. Örneğin içe verme ve sınırların yokluğu; dışa yansıtma ve kendine çevirmenin oluşması için gereklidir (Clarkson, 1994).

2.1.6 Temas Döngüsü

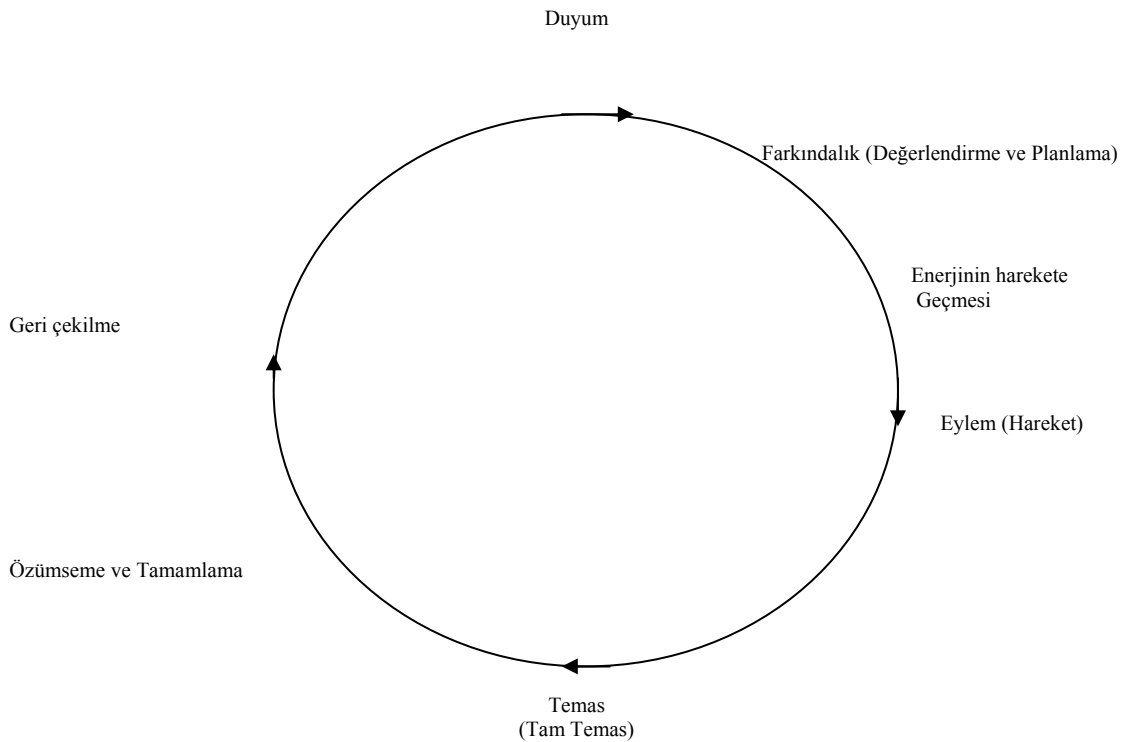
Gestalt sadece patolojiyle ilgilenmez. Gelişim aşamalarının en sağlıklı biçimde tamamlanması da Gestaltın amaçlarından birisidir. Zen yaklaşımında da ifade edildiği gibi ihtiyaçlar artar, giderilir ve yeni ihtiyaçlar ortaya çıkar (Clarkson, 1994).

Gestalt teorisinin holistik ve dinamik bakış açısı vardır ve bu teori Lewin'in Alan kuramından etkilenmiştir (Riet, 1999). Alan kuramı sayılıtlarından hareket eden Gestalt yaklaşımına göre, insanlar çevrelerindeki nesnelere birbirinden bağımsız olarak değil bir bütün içinde algırlar. Algılama sırasında bazı özellikler ön plana çıkarken bazı özellikler de arka planda kalır. Bir ihtiyacın ortaya çıkmasıyla şekil belirginleşir ve şekli oluşturan ihtiyaç giderilir. İhtiyaç giderildiğinde şekil zemine geçer ve farklı bir ihtiyaç öne çıkarak şekil olur. Bitmemiş işler, oluşan şeklin tamamlanmadan zemine itilmesi ile ortaya çıkar (Clarkson, 1994).

Kişinin ihtiyacı zeminde bulunur, daha sonra bir şekil haline gelir. Kişinin ihtiyacı karşılandıktan sonra şekil tekrar zemine geçer. Dolayısıyla, ihtiyaçlar değiştikçe, şekil ve zemin sürekli değişmektedir (Baver ve Toman, 2003).

Örneğin, kişi uzun bir kış gününün ardından güneşli bir bahar günü bahçeye çıkar. Bahçedeki kuş seslerini dinler ayrıca, köpeğiyle oynayan genci izler. Bu arada hava daha da ısınır ve adam sıcaktan terlemeye başlar fakat bu durumun farkında değildir çünkü o sırada sesler ve görüntüler ilgi alanındadır. Sıcaklık artınca terlediğini anlar ve kıyafetini değiştirmek üzere eve doğru ilerler. Artık kuş sesleri ve köpeğiyle oynayan genç ilgi alanından çıkmıştır. Buna benzer pek çok örnek verilebilir (Clarkson, 1994) Aslında bu şekilde organizma her anlamdaki ihtiyaçlarını gidererek Gestaltını tamamlamaya çalışır.

Organizmanın çevre ile ilişkisi Gestalt yaklaşımında “Temas Süreci”, “Temas Döngüsü”, “Gestalt Oluşum ve Yıkım Döngüsü” gibi kavramlarla ifade edilir (Kirchner, 2000; Latner, 1992)



Şekil I.1 Temas Döngüsü A: (Clarkson, 1994; Sills, Finch ve Lapworth, 1998; Woldt ve Kepner 1986).

Temas döngüsü bazı kaynaklarda yukarıda yer alan şekildeki gibi döngüsel olarak ifade edilir. Döngünün aşamalarının isimlendirilmesinde farklılıklar olsa da içeriğinin benzer olduğu söylenebilir (Clarkson, 1994; Sills, Finch ve Lapworth, 1998; Woldt, 1984).

Temas döngüsünün aşamaları ve bu aşamaların açıklamaları aşağıda verilmiştir (Clarkson, 1994; Sills, Finch ve Lapworth, 1998):

1. Aşama

a. (Nötr Alan) : Gestalt oluşum ve yıkım döngüsünün ilk aşamasında birey dengededir yani bu aşamada herhangi bir ihtiyaçtan söz edilemez. Şekil oluşmamıştır.

b. Aşama (Duyum) : İkinci aşamada ise organizmanın dengesi bozulmaya başlar, yani ihtiyaç belirir. Bu noktada Perls oluşabilecek ihtiyaçları dörde ayırmaktadır.

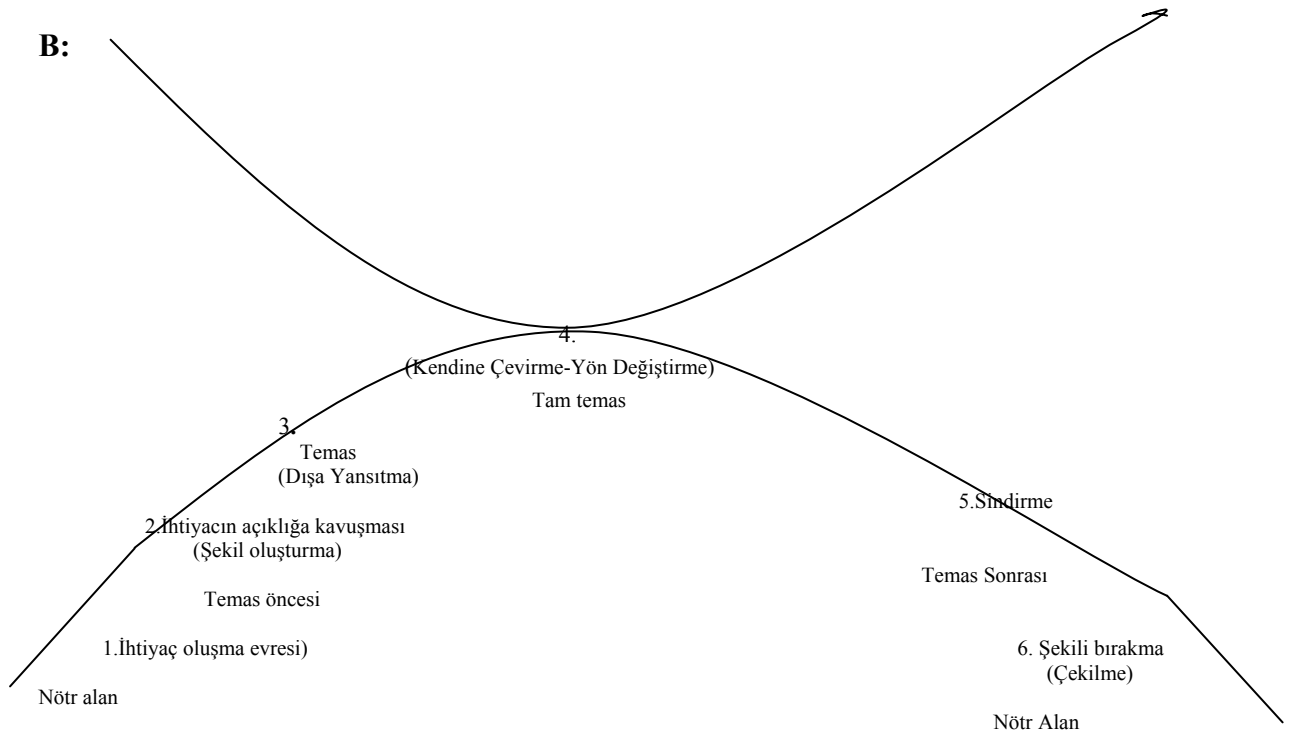
- Periyodik ihtiyaç ve istekler. Açlık susuzluk gibi...
- Sürekli ağrı. Tansiyon, baş ağrısı gibi...
- Dışardan gelen tepkimeyle oluşan duygu ya da acılar. Reddedilen telefonlar, yakın bir arkadaşına aşık olunması v.b...
- Çevrede meydana gelen değişimlere verilen psikolojik tepkiler. Hava durumunun değişmesi, deprem, gürültü v.b gibi.

Perls, Hefferline ve Goodman (1973) ihtiyaç şekle geçmeden önce oluşan bu durumları ön temas olarak adlandırır.

2. Aşama Farkındalık (Değerlendirme Ve Planlama): İkinci aşama ise ihtiyacın farkına varıldığı aşamadır. Bu aşamada ihtiyacını karşılamak için bireyin motivasyonu oldukça yüksektir. İhtiyaç bu aşamada şekil haline gelmiştir.
3. Aşama Eylem (Hareket): Harekete geçilen aşamadır. Kişi bu aşamada ihtiyacını uygun yoldan giderebilmek için harekete geçer. Bu aşama, kişinin davranışsal ve duygusal aktivitelerini içerir. Danışan, bu aşamada seçenekleri kabul ya da reddeder. Örneğin 30 yaşlarında işsiz bir danışan pek çok işe başvurur, iş ve işçi bulma kurumlarını ziyaret eder. Aynı zamanda da iş deneyimlerini artırmaya çalışır.
4. Aşama Temas (Tam Temas): Bu aşamada birey kendisi için en uygun olduğunu düşündüğü seçeneği seçmiştir. Duygular ve duyular temas oluştuğunda işler hale gelmektedir, fakat bütün bunlar iyi bir temasın garantisi değildir. Temas sırasında hayaller ve anılar da işe karışmaktadır.
5. Aşama Özümseme (Tamamlama): Kişinin bu sürece kadar ihtiyaçları tam olarak karşılanmışsa kişi tatmin olur. Aksi takdirde üzülür, sızlanır, olumsuzluğu abartır ya da uygun olmayan ifadeler kullanır.
6. Aşama Geri Çekilme (Çekilme): Kişi dikkatini şekilden uzaklaştırmıştır. Olay eski ilgisini kaybetmiştir. Yedinci aşama ile diğer aşamalar arasında boşluk bulunmaktadır. Bu aşamadaki çabalar kişi için boş, anlamsız, ümitsiz, yorucu ya da yanlış gelebilir. Kişi böyle bir durumda kendine dinlenme ya da ara verebilir.

Woldt (1984) oluşturduğu farkındalık ve temas döngüsünde benzer şekilde altı temas aşamasını duyum, farkındalık, heyecan, hareket, tam temas ve çekilme olarak adlandırmıştır (Akt., Hartung, 1991). Ayrıca temas döngüsü sayesinde psikolojik

danışman danışanını daha iyi tanıma fırsatı bulur. Dolayısıyla temas döngüsünün psikolojik danışman için önemli ve yararlı bir araç olduğu söylenebilir (Potgieter, 2006).



Şekil II.2 Temas Döngüsü B: Voltan-Acar (2004)

İhtiyaç oluşma döngüsü için, temas geri çekilme döngüsü, Gestalt oluşturma ve yıkma döngüsü şeklinde çeşitli kaynaklarda söz edilmektedir. Voltan-Acar (2006)'ın Willy Krous-Kogan'ın Uluslar arası Gestalt Atölye çalışmalarındaki basılmamış materyallerden adı geçen kaynağa koyarak oluşturduğu Gestalt oluşturma ve yıkma döngüsündeki aşamalar yan yana ve üst üste yer almaktadır. Yukarıdaki şekilde görüldüğü gibi sol başta ilk alan nötr alandır. Bir başka deyişle, bu noktada hiçbir ihtiyaç yoktur, şekil oluşmamıştır. Solda şeklin biraz yukarısına bakıldığında ihtiyacın belirdiği evreye gelinmiştir. Yine iç tarafta ikinci nokta, şeklin oluştuğu, ihtiyacın açıklığa kavuştuğu noktadır. Birinci nokta ile ikinci nokta arasında olan temas

engellemesi içe vermedir. İkinci nokta ile üçüncü nokta arası temas bölgesidir. Bu bölgede oluşan temas engellemesi dışa yansıtmadır. Üç ile dördüncü nokta tam temas aşamasıdır. Bu bölgede olan temas engellemeleri yön değiştirme ve kendine çevirmedi. Dördüncü nokta ile beşinci nokta arasında tam temas oluşmaz, Gestalt kapanmazsa saplantılar (Fixation), sabit Gestalt oluşabilir. Beşinci nokta sindirme, altıncı nokta şekli bırakma noktasıdır. Beşinci ve altıncı nokta arası temas sonrası bölgedir. Bu aşamada görülen temas engellemesi çekilmez. İhtiyaç giderildiği için altıncı noktadan sonra nötr alana gelinir.

Temas döngüsü temasın sürekliliği olarak adlandırılabilir. Gestalt terapiye göre temas, yaşantıdaki fenomenolojik süreçtir. Gaffney'in (2004) temas döngüsü dairesel değil dalgalanmalı şekildedir. Nötr alanla başlar ve nötr alanla biter. Temas döngüsü temas öncesi, temas, tam temas ve temas sonrası aşamalarından oluşur. Temas engelleri farklı bir alanda değil bireyin kendi temas sürecinde oluşur (Akt., Bloom, 2009). Bu açıdan Gaffney'in (2004) Temas döngüsünün Voltan-Acar ile benzerlik gösterdiği söylenebilir.

İhtiyaç oluşma döngüsü, daha somut olarak açıklanacak olursa; açlık bebeğin içinde kendini gösterdiğinde, belki midede bir ağrı duyulmaya başlanmıştır. Nötr alandan çoktan ilerlemiş, ihtiyacın oluşma noktasına gelinmiştir. Bebek bu noktada enerji elde eder ve ağlamaya başlar. Eğer anne duyarlı bir anne ise, bebekle temasa geçer ve ona meme vermeğe, beslemeye başlar. Tüm bu bebeğin beslenme yaşantısı doyum sağlayıcı bir deneyim olur. Bebek sindirmeye başlar. Sonra doyduğu için şekli bırakır. Bu durumda memeyi bırakır. Meme şekilden zemine geçer. Böyle beslenen bebek güven içindedir. Kendine güvenlidir, kendini kabul eder, iyi temas kurar. Eğer ihtiyaç giderilmez, yığılırsa, meme verme durumunda anne duyarsızsa, bebeğin istek ve ihtiyaçlarını yerine getirmezse, bebeğin heyecanı kaygıya dönüşür. İhtiyaç karşılanmadığında, yukarıdaki şekilde izleneceği gibi dışa yansıtma, kendine çevirme, yön değiştirme görülebilir. Bebek beslenmediği için, ihtiyaç doyurulmamış, Gestalt kapanmamıştır. Bundan dolayı saplantı oluşabilir. Sindirme dönemi hiç yaşanmamıştır. Sonuçta şekil bırakma noktasına gelinmemiştir. İhtiyaç giderilmediği için her noktada sağlıklı temas engellemeleri oluşabilmektedir (Voltan-Acar, 2006).

İnsan yaşantısı boyunca milyonlarca uyarıcı aracılığı ile otomatik olarak hareket eder ya da önceliklerini belirler. Bu uyarıcılardan bazıları öfke, herhangi bir duygu ya da karar gibi içsel olabilir; Bazı uyarıcılar ise telefon, bir ses, havanın değişmesi gibi dışsaldır. Bazı zamanlarda bu uyarıcıların farkında bile olunmadan hareket edilebilir. Kısa süreliğine insanın dikkatini çeken bir şey şekil haline gelir ve onun üzerine odaklanılır. Gestalt terapistleri sağlıklı yaşam görevinin ihtiyaçları fark etme, şekil oluşturma ve harekete geçme, farkındalık, şimdi de olma, anı yaşama, seçimlerinin sorumluluğunu alma olduğuna inanırlar (Sills, Finch ve Lapworth, 1998).

İnsanlar temas biçimlerini kullanarak kendi ihtiyaçları ve çevrenin istekleri arasındaki dengeyi ve istikrarı devam ettirirler. Gestalt terapi yaklaşımında kişi ve çevre arasındaki bu dengelenme durumu yukarıdaki şekillerde ve açıklamalarda da görüldüğü gibi bir döngü şeklinde devam eder. Bireyler bazı durumlarda temas biçimlerini sağlıklı biçimde kullanarak temas döngüsünün hareketini engellerler. Temas engellerini bu şekilde kullanan bireyler, ihtiyaçlarını tam olarak karşılayamazlar.

2.1.6.1 Temas Döngüsü Sürecinde Oluşabilecek Sıkıntılar: Pek çok potansiyel döngülerin tamamlanmaması kaçınılmazdır. Birey bütün uyarıcıları tam anlamıyla fark edemez ve cevaplayamaz. İhtiyaçlar doğrultusunda oluşan binlerce uyarıcıyı, dürtüyü birey yaşamı içerisinde zaman zaman anlamazdan, görmezden gelir. Bunun yanı sıra çoğu zaman farkında olmadan gestalt döngüsü tamamlanmaz (Sills, Finch ve Lapworth, 1998). Temas döngüsünde yaşanan sıkıntılar aşama aşama aşağıda açıklanmıştır:

Duyum aşaması'nda yaşanan sıkıntının pek çok sebebi olabilir. Kişi bedeninin verdiği uyarıları yanlış değerlendirebilir ya da olayları net değerlendiremeyebilir, çevreden gelen uyarıcıların farkına varmayabilir. Bu aşamada bir diğer problem ise bireyin gereğinden fazla duyuma açık olmasıdır. Kişi kendisindeki ve çevresindeki pek çok uyarıcıyı fark eder fakat seçim yapamaz, bundan dolayı gergin ve sinirli olabilir. Birey herhangi bir konuya odaklanmakta zorluk çeker. Bu durumda psikolojik danışman danışanın sakin olmasını sağlayarak, duyularını kontrol etmesini ve odaklanmasını sağlamalıdır (Sills, Finch ve Lapworth, 1998).

Temas döngüsünün duyum aşamasında içsel ve dışsal duygular yer alır. Bu süreçte beş duyu organıyla elde edilen duyular ve acı çekmek, iğrenmek gibi psikolojik duygular da aynı anda görülür. Farkındalık ise bu alandaki duyuların anlamlandırılmasıdır. Kriz durumlarında ya da travmatik yaşantılarda bireyin olaydaki bilişsel tepkisi en üst düzeyde iken, duygusal tepkisi ve vücuttaki kimyasal değişimi en alt düzeydedir. Gestalt teorisinin bakış açısına göre, duyular davranışlara göre daha baskındır. Örneğin korku ve kızgınlığın sağlayacağı enerji, koşmak ve kavga etmenin sağlayacağı enerjiden daha fazladır. Olumsuz bir olaya ilişkin düşüncelerin etkisi giderek azalır ya da yok olur fakat duyguların etkisi daha da artar ve yoğunlaşır (Baver ve Toman, 2003).

Tanıma Aşaması'sında yaşanabilecek sıkıntı kişinin duyularını isimlendirmesinde ve ihtiyaçlarını belirlemesinde görülür. Birey psikolojik danışmaya “bir şeyler yanlış gidiyor fakat ne olduğunu bilemiyorum” diyerek gelir. Birey oldukça dürtüsel ya da enerjik görülebilir fakat yaşadığı sıkıntıları netleştiremez, isimlendiremez (Sills, Finch ve Lapworth, 1998).

Değerlendirme ve Planlama Aşaması'sında bir sıkıntı yaşıyorsa birey enerjisini yeterli ve uygun şekilde kullanmadığından depresyon geçirebilir ya da anksiyete yaşar, kararsız ve endişeli görülebilir. Kişinin uygun duyuları alması ve fark etmesi önemlidir. Danışan sorumluluklarını yerine getirmekte yeteri kadar iyi olmadığından şikâyet ederse değerlendirme ve planlama aşamasında bir sıkıntı yaşadığı düşünülebilir (Sills, Finch ve Lapworth, 1998).

Hareket Aşaması'nda yaşanan sıkıntılar özellikle erteleme davranışından kaynaklanır. Bu aşamada sıkıntı yaşayan kişi, işlerinin yoğunluğundan ve zamansızlıktan yakınır, karar verir fakat harekete geçmekte zorlanır. Kişinin çok dostu olabilir fakat yakın dostu azdır ve ilişkilerinde samimi değildir. Bu aşamada sıkıntı yaşayan erkeklerde “Kazanova Sendromu” görülebilir (Sills, Finch ve Lapworth, 1998).

Özümseme-Tamamlama ve Çekilme Aşaması'nda sıkıntı yaşayan bireyler olayları sonuçlandırmakta ve sonlandırmada sorun yaşarlar, ayrıca vedalaşma ve ayrılma konusunda da sıkıntılıdır. Bu bireyler psikolojik danışma sırasında sürekli olarak konuşurlar (Sills, Finch ve Lapworth, 1998).

Pek çok kaynakta Gestalt temas döngüsünün aşamaları duyum, değerlendirme-planlama, hareket, tam temas, özümseme-tamamlama, çekilme olarak verilmiştir. Bu aşamalarda yaşanan sıkıntılar ve bu sıkıntılarda gözlenen temas engelleri hakkında yukarıda açıklamalarda bulunulmuştur. Paralel olarak bazı kaynaklar temas sürecinin aşamalarını temas öncesi, temas, tam temas ve temas sonrası olarak adlandırmışlardır. Aşağıda buna ilişkin açıklamalardan bahsedilmiştir.

Spagnuolo (1992)'ye göre temas döngüsü, Temas süreci; Temas öncesi, Temas, Tam Temas ve Temas Sonrası süreçlerinden oluşur. İçerme, dışa yansıtma, sınırların yokluğu, yön değiştirme, kendine çevirme, çekilme kavramları temas döngüsünde yer alan temas engellerini ifade etmek için kullanılır. Aynı zamanda bu temas biçimleri temas engeli olarak kullanılmadığında, temas sürecindeki sağlıklı ve fonksiyonel davranışları da içerir. Organizma kendini düzenleyerek yeni durumlarla mücadele eder. Spagnuolo (1992) temas sürecinin işleyişini şu şekilde ifade eder: Temas öncesi aşamasında birey yeni oluşan bir durumu içe alır ve durumun organizmaya uygun olup olmadığına bakar, diğer bir ifade ile yeni durumu ısırır, çiğner ya da tükürür. Bu dışa yansıtma temas engelini ifade eder ve temas aşamasında gerçekleşir. Birey kendisi için uygun bir durumsa durumu kabul eder, dolayısıyla dengededir, eğer kendisi için uygun bir durum değilse ve sağlıklı olarak durumla baş edemiyorsa yön değiştirir ya da kendine çevirir. Bu durum, tam temas aşamasını ifade eder. Durum kendisi için uygun değilse kabul etmez ya da "hayır" diyerek reddeder. Eğer birey bu aşamayı sağlıklı sonlandıramazsa çekilir bir başka deyişle, teması sonlandırır. Bu ise, temas sonrası aşamadır. Temas sürecinde sınırların olmaması ya da belirsiz olması bir başka deyişle sınırların yokluğunun kullanılması sağlıklı bir durumdur. Temas aşamasından sonra bireyin ihtiyaçlarının ya da gerekenin ötesinde sınırların yokluğunu kullanması probleme neden olur (Akt., Tofte, 2001).

Temas sonrası aşamasında normal olarak birey teması sindirir ve kazandığı yeni durumu kendisiyle bütünleştirir. Kendisinden ve yaşadığı süreçten dolayı memnundur. Birey temas sürecinde bir sıkıntı yaşarsa ve temas engellerini kullanırsa süreç engellenir ve tamamlanmaz (Kirkpatrick, 2005).

Döngünün herhangi bir aşamasında bir aksaklık olduğunda ya da kişi görmezden geldiğinde yaşamında zorluklarla karşılaşabilir. Psikolojik danışman danışanın yaşam döngüsündeki bu aksaklıkları fark etmesine ve baş etmesine yardım eder. Birey çoğu zaman bu aksaklıkları fark etmeyebilir ve bu açıdan bireye yardım etmek gerekebilir.

2.1.7 Gestalt Psikoterapi Kuramı

Gestalt terapi yaklaşımı ilk olarak Fritz Perls'ün dramatik terapi gösterileri ile 1950'li yıllarda Amerika'da ilgi çekmeye başlamıştır. Aslında Gestalt terapisinin dayandığı kuramın uzun ve sağlam bir tarihçesi vardır. Buna rağmen terapinin ortaya çıkması daha sonraki yıllara dayanır.

Yontef ve Simkin (1989)'e göre Gestalt terapi yaklaşımının temelinde alan kuramı, fenomenolojik varoluşçu yaklaşım bulunmaktadır. Dolayısıyla terapötik ilişki, şimdi ve burada, direnç, temas ve temas engelleri terapi süresince önem kazanır (Akt., Harris 2000). Gestalt Terapi insanı bir bütün olarak ele almaktadır. İnsanın bilişsel, davranışsal, duygusal ve bedensel bütünlüğü gestalt yaklaşımında oldukça önemlidir. Dolayısıyla Gestalt terapide bireyin kişiler arası alandaki etkileşimi ön plana çıkar.

Gestalt terapi danışanın anlattıklarından çok, terapi sürecinde neler olduğuna odaklanır. Terapi sürecinde danışanın istek, beklenti ve hazır oluş durumuna saygı duyulur. Gestalt terapistleri bütün danışanların sorunlarıyla başa çıkma konusunda yeterli potansiyele sahip olduklarına inanırlar (Jacobs, 2007).

Hümanist, bütüncül ve varoluşçu olan Gestalt yaklaşımının etkileri Gestalt terapide de kendini gösterir. Dolayısıyla Gestalt terapide danışan bir bütün olarak ele alınır ve danışanın sorunlarını kendisinin çözebileceği, farkındalığı arttığında sorunlarının sorumluluğunu alabileceği inancıyla Gestalt terapisti hareket eder.

2.1.7.1 Gestalt Terapisinin Amaçları: Gestalt terapi sağlıklı gelişmeyi temel alan bir yaklaşımdır. Terapinin temel amaçlarından birisi bireyin farkındalık kazanmasına yardımcı olmaktır. Terapi sürecinde bireyin farkındalık kazanarak kendini olduğu gibi kabul etmesi, olgunlaşması ve davranışlarının sorumluluğunu alması önemlidir. Gestalt terapisti danışanın sadece ifade ettiği düşüncelerine değil; düşüncelerini ifade ediş biçimine, beden duruşuna, duygularına da dikkat eder. Ayrıca, terapist bireyin dirençlerinin de farkına varmasını sağlar ve geçmişle ilgili olumsuz yaşantılarıyla nasıl başa çıkacağı konusunda yardım eder (Jacobs, 2007). Dolayısıyla, terapi sürecinde terapistin danışanı o anki haliyle bir bütün olarak ele aldığı söylenebilir.

Bireyin sağlıklı temas kurması, ihtiyaçlarının ve çevresel kaynakların farkında olarak ihtiyaçlarını doyurması, kendini olduğu gibi kabul etmesi Gestalt terapinin amaçlarındandır. Terapist, terapi süresince danışanın olgunlaşmasına ve gelişmesine yardım eder. Olgunluk ve gelişme ile ifade edilen, bütünleşmenin sağlanmasıdır (France ve Allen, 1997). Gestalt terapi yaklaşımına göre birey farkındalığı arttıkça kendisinden ve çevresinden gelen olumlu dönütleri alabilecek duruma gelir (Jacobs, 2007).

Perls'e (1973) göre toplum ile olumlu biçimde temas kuran birey, ne toplum tarafından yutulur, ne de bütünüyle toplumdan soyutlanır. Bu birey uygun bir biçimde bütünleşmiş demektir. Bütünleşme; bireyin duygularının, algılarının, düşüncelerinin ve bedensel süreçlerinin, bütünün birer parçaları olduğunu ifade eder. Birey, tam anlamıyla bütünleşemediğinde, bu durum bireyin yaşamında yer alan boşlukları gösterir. Böyle bireylerin temas engellemeleri yaşadıkları düşünülebilir. Perls (1948), bireyin, daha önceden yabancılaşmış olan parçalarının bütünleşmesinin, terapinin önemli amaçlarından biri olduğunu belirtir ayrıca, olgunluğun, gelişimin ve bütünleşmenin temeli, farkındalığın gelişmesidir. Perls'e (1969) göre farkındalık tek başına tedavi edici olabilir, çünkü organizma ya da birey farkındalık geliştirerek kendisini ve işlevlerini en iyi biçimde düzenleyebilir (Akt., Sharf, 2000).

Gestalt terapideki deneyler ve araştırmalar danışanın diğerlerine karşı dışa yansıtmasını ortaya çıkarmasına dolayısıyla bireyin kullandığı temas engellerini fark etmesine ve

çevresiyle kendini geliştirecek şekilde temas kurmasına yardım eder (Jacobs, 2007). Farkındalık düzeyi artan bireylerin, kendilerini kabul edecekleri, seçimlerini daha dikkatli yapacakları ve seçimlerinin sorumluluğunu alacakları söylenebilir.

Zinker (1978)'e göre, Gestalt terapisiyle bireylerin kendilerinin ve çevrelerinin farkında olmalarının sağladığı yararlar şunlardır (Akt., Sharf, 2000):

- a) Bireylerin bedenlerine, duygularına ve çevrelerine ilişkin farkındalıkları gelişir.
- b) Bireyler, kendi yaşantılarını başkalarına yansıtmak yerine sahiplenmeyi öğrenirler.
- c) Bireyler, kendi gereksinim ve becerilerinin farkında olmayı öğrenerek diğerlerinin haklarını çiğnemenin kendilerine doyum sağlayabilirler.
- d) Bireyler, duyguları ile temasta olmayı öğrenirler ve bu sayede kendilerinin bütün yönlerini tanırlar.
- e) Bireyler, ağlamak, diğerlerini suçlamak ya da suçluluk yaşamaktansa kendilerini desteklemek için kendi yeteneklerini ve güçlerini harekete geçirirler.
- f) Bireyler, hem çevrelerine karşı daha hassas olurlar hem de çevrenin tehlikelerinden kendilerini koruyabilirler.
- g) Bireylerin, farkındalıkları gelişir ve bu sayede davranışlarının sonuçlarının sorumluluğunu alırlar.

Gestalt terapisinde terapist danışanı sadece duyguları ya da düşünceleri ile değil bir bütün olarak ele alır. Aynı zamanda Gestalt yaklaşımına göre bireylerde görülen uyumsuzluk, kişinin kendisi ve çevresi ile yaşadığı temas sınırında ortaya çıkar. Dolayısıyla, Gestalt terapide, danışanın diğerleriyle etkileşimini engelleyen temas engellerinin farkına varmasını sağlamak, temas döngüsünü uygun biçimde tamamlamasına yardımcı olmak hedeflenir. Terapist, gözlemlerine dayalı geri-bildirim vererek, danışanlarını daha fazla farkında olmak konusunda cesaretlendirir ve amaçlarını başarmalarına yardım eder (Handlon ve Fredericson, 1998). Bu açıklamalar dikkate alındığında görülmektedir ki; bir bütün olarak bireyin kendine ilişkin

farkındalığının artması, kendini kabullenmesi, kendi davranışlarının sorumluluğunu alması, olgunlaşmaya ve gelişmeye açık olması Gestalt terapinin en önemli amaçlarındandır.

2.1.7.2 Gestalt Terapi Yaklaşımının Kişiliğe ve Sağlığa Bakışı: Gestalt terapi yaklaşımı kişiliği bir bütün olarak ele alır. Bireyin çevre ile olan etkileşim biçimi oldukça önemlidir. Bu yaklaşımda kişilik tek başına anlaşılabilir bir şey olmadığından çevre ile etkileşimin nasıl olduğunun bilinmesi önem kazanır. Gestalt yaklaşımı bireyi etkileyen, birey ve diğerleri ya da nesnelere arasındaki teması dikkat çeker. Bu yaklaşımda, birey ve çevre arasındaki sınırlara odaklanılır. Ayrıca bireyin, kendisi ve diğerleri ile temasının derinliği de araştırma konusudur (Sharf, 2000).

İnsan beden, duygu düşünce, duyum ve algı bütünüdür. Gestalt bireyi bir bütün olarak değerlendirdiğinden kişinin yaşam alanının da dikkate alınması gerekir. Bireyi genel olarak etkileyen bütün yaşantılar ve olaylar yaşam alanı olarak isimlendirilir (Buber, 1958). Her bir objektif olgunun kişi için subjektif bir anlamı vardır. Bu subjektif anlamı, o olguya kişi tarafından yüklenen önem ve anlam biçimlendirir. Çeşitli olgulara yüklenen önem ve anlamlar kaynaklarını kişinin yaşam alanından alırlar (Akman, 2004). Dolayısıyla Gestalt yaklaşımı açısından kişilik bireyin çevresindekileri anlamlandırma şeklidir. İnsan içinde bulunduğu çevrenin bir parçasıdır, çevreden ayrı olarak düşünülmez. Bundan dolayı kişiliğin tüm yönleri arasında bütünleşme sağlanmalıdır.

Gestalt terapi yaklaşımının en önemli kavramları; kişinin sağlıklı olması, vücudun denge için mücadele etmesi ve kişinin gelişimidir. Gestalt kuramcıları hastalık terimini tam anlamıyla fonksiyonda bulunamayan, huzurlu olmayan ve uyum sağlayamayan bireyler için kullanırlar. Dolayısıyla, Gestalt bakış açısının insanı açıklamadaki farklılığı, "psikopatoloji" anlayışına da yansır. Gestalt terapide "hastalık" kavramı kullanılmaz, yerine "uyumsuzluk" kavramı ön plana çıkar (Clarkson, 1994). Uyumsuzluk organizmanın ihtiyaçlarını karşılama sürecinde, çevresindeki kaynakları kullanma konusunda yetersizlik yaşamasıdır. Dolayısıyla, uyumsuzluk, kişinin çevre ile

etkileşiminin gerçekleştiği, temas sınırında ortaya çıkar (Sills, Finch ve Lapworth, 1998).

2.1.7.3 Gestalt Terapide Temas: Gestalt Terapi’de temas, gelişmenin gerçekleşmesi için zorunludur. Çevre ile temas edildiği zaman değişim kaçınılmazdır. Temas; görerek, duyarak, koklayarak, dokunarak, hareket ederek oluşur. Etkili bir temas, kendilik hissini kaybetmeden başkalarıyla ve çevreyle iletişim kurmaktır. (Corey, 1995).

Temas etme süreci ardışık olarak şekil ve zemin oluşturma olarak adlandırılır. Bunun başlangıcında öncelikle bireyde bir gereksinim ortaya çıkar. Daha sonra bu gereksinimin farkına varılır. Sonraki aşamada birey harekete geçer ve eylemde bulunur. Daha sonra kişi tam temas kurar ve bunun sonucunda bütünleşme, sindirme oluşur. Böylece bir Gestalt tamamlanmış olur ve organizma dengeye kavuşur (Stawman, 2008).

Gestalt terapistleri, temasın sağlıklı olduğunu ve doyum sağlayıcı psikolojik işlevler için zorunlu olduğunu söylerler. Birey temastan kaçındığında ya da temasa direnç gösterdiğinde temas engelleri ile karşılaşılır (O’Leary ve Nieuwstraten, 2000).

Organizma kendi gerçekçi görüşünü belirleme ve seçim yapma potansiyeline sahiptir. Organizma davranışlarını belirlerken hislerine ve ihtiyaçlarına dikkat eder. Dolayısıyla birey farkındalık çerçevesinde ne istediğini belirleyebilir. Kişi özgür bırakıldığında bütün seçimlerini kendi istekleri doğrultusunda yapabilir, fakat içinde bulunduğu çevrede yer alan kurallar ve baskılar kişiyi engeller. Gerçek dünyada bireyler pek çok engellerle karşılaşılır ve hayal kırıklıkları yaşarlar. Dolayısıyla, insanlar her durumda başkalarının ihtiyaçlarını da düşünmek durumundadır. Yetişkinler aynı şekilde çocuklarının spontan bir şekilde gelişmelerini ve büyümelerini engellerler, çünkü farklılıklara tahammül düzeyleri azdır. Gelişimsel süreçte karşılaşılan çevresel durumlara göre insan kendini ayarlar. İnsanlar gerektiğinde sosyal maskeler takarlar. Sevinçlerini ve üzüntülerini yaşarken kendilerini dengelemeye ve ayarlamaya çalışırlar. Hareket ve davranışların kronik olarak baskılanması vücudun kendine çevirmesine neden olur. Bu durum organizmanın dengesini bozar ve somatik problemlere yol açar. Kendine çevirmenin ilk şeklinde birey çevresine yöneltilecek olan enerjiyi kendine

çevirir. Danışanlarda görülen psikosomatik problemlerin çoğu bu kategoridedir. Kendine çevirme temas engelinin sık sık ve sağlıklı şekilde kullanan bireyler, diğer temas engellerini de kullanabilirler (Iaculo, 2007).

İnsanların Gestaltı tamamlanmamışsa bile insanoğlu doğası gereği patolojik yollarla ya da uygun olmayan şekilde bitmemiş işlerini tamamlar ya da bastırır. Geçmişte yaşanan bitmemiş işler kişinin şimdiki anını etkiler ve bu kişiler depresif belirtiler gösterebilir. Bitmemiş işler, kişinin kendisiyle, başkalarıyla ve çevresiyle iyi temas kurmasını engeller. Bu temas engellerinden herhangi biri bile kişinin tüm yaşamını etkileyebilir. Uyumsuzluk Gestalt temas döngüsünde ya da döngünün herhangi bir aşamasında engellenme olarak kendini gösterebilir. Temas engelini kişinin nasıl ve nerede kullandığını ve hangi açıdan işine yaradığını ortaya çıkarmak terapötik açıdan önemlidir. Örneğin, duyarsızlaşma genellikle vücuttan gelen acı ve rahatsızlıklar görmezden gelindiğinde oluşur (Clarkson, 1994). Terapistin terapi sürecinde danışanın temas döngüsünü ve bu döngünün hangi aşamalarında sıkıntı ya da engellenme yaşandığını belirlemesi terapinin sürecini etkiler.

Gestalt terapi yaklaşımına göre; sağlıklı olmak temas, seçim, doğru karakter terimleri ile ifade edilirken uyumsuzluk direnç, inat, anksiyete terimleri ile ifade edilir. Uyumsuz insanlar iyi bir psikolojiye sahip olmadıkları gibi çevreleriyle de iyi iletişim kuramazlar. Bu insanların farkındalıkları daha azdır, huzurlu, barış içinde ve verimli değildirler (Sills, Finch ve Lapworth, 1998).

Gestalt yaklaşımına göre, insanlar kendi duyum, duygu, düşünce ve davranışlarının farkında olabilirler. Dolayısıyla, bireyler kendi farkındalıkları aracılığı ile seçimler yapabilirler ve bu seçimlerinin sorumluluğunu alabilirler. Kısacası, insanlar kendi ihtiyaçlarını etkin bir şekilde karşılayacak potansiyele sahiptir.

2.1.7.4 Gestalt Terapide Terapötik İlişki: Gestalt terapi sürecinde psikolojik danışman ve danışan arasındaki ilişki ve diyalog çok önemlidir. Gestalt terapi sadece tekniklerden oluşmaz. Süreç çok önemlidir ve oldukça karmaşık bir yapıdadır (Gaffney, 2004).

Danışan terapiye yaşadığı huzursuzluklar ve somatik semptomlarla gelir. Danışanlar genellikle kendisi ve davranışlarının nedenleri hakkındaki gerçekleri merak eder. Neden o şekilde davrandığını ya da davranışlarının ne anlama geldiğini sorgular. Gestalt terapisti bu bilişsel düzeydeki sorulara cevap bulabilmesi için danışanla olumlu bir ilişki kurar. Kendine ilişkin farkındalığı artan danışan kendi sorularının cevaplarını bulmaya çalışır. Farkındalık üzerine çalışan Gestalt terapisti danışana sadece bilişsel bakış açısı kazandırmaz, bir bütün olarak danışanın kendisinin farkında olmasını sağlar. Danışan zamanla kendi duygusal dünyasını, somatizasyonlarının ve temas engellerinin farkına vararak, kendi yeteneklerini, isteklerini fark eder ve kendine olan güveni artar. Dolayısıyla, kendisini bir bütün olarak kabul etmeye başlar. Terapist danışanın kendisinin ve çevresinin etkileriyle kendine çevirmeleri sonucunda oluşan fiziksel semptomlarla özel olarak ilgilenir. Bireyin kendi fenomenolojik deneyimlerle yaşadığı engellenmeleri fark etmesi için terapist danışana yol gösterir (Iacula, 2007).

Danışanlar terapi sürecinde sık sık kendilerine, yaşadıklarına ilişkin yorum yaparlar. Gestalt terapisti yorum yapmaktan kaçınır. Terapist danışanı anlamaya çalışırken kendi duygularını, düşüncelerini, inançlarını, fantezilerini, anılarını sürece katmaz. Terapist, danışanı kendi fenomenolojik alanına göre anlamaya çalışır. Bu oldukça zor bir iştir (Staemmler, 2004).

Psikolojik danışma sürecinde terapist danışanın gücüne inanır ve sorumluluk danışandadır. Danışanın psikolojik danışmana bağımlı olması beklenmez. Danışan sorunların sorumluluğunu alabilecek güçtedir. Elbette psikolojik danışmanın işbirliğine açık olması ve danışanı güçlendirmesi önemlidir. Psikolojik danışma sürecinde danışanın hangi temas aşamalarında sıkıntı yaşadığını fark etmesi sağlanır. Ardından bu aşamalarda danışanın daha güçlü hale getirilmesi amaçlanır. Süreçte danışan bir öğretmen ve model konumunda da olabilir (Huckabay, 2002).

2.1.7.5 Gestalt Terapisinde Diyalogun Önemi ve “Ben-Sen” İlişisi: Terapilerde ilişkinin doğası konusunda iletişimin rolü ve iletişimin karakteristiği olmak üzere iki önemli vurgu vardır. İlişkinin rolü ilişkinin önemini içermektedir ki, terapi buna

odaklanır. İlişkinin karakteristiği ise uygun olan terapist davranışlarını ve terapist danışan ilişkisinin yapısını içerir. Varoluşçu değerleri korumakla birlikte, gestalt terapide hiyerarşik olmayan bir ilişkiden söz edilir. Gestalt terapide ilişkinin rolü konusunda Perls, Hefferline ve Goodman farkındalığa odaklanırken, Polster ve Polster temasa odaklanmıştır. Daha sonraları Buber “Ben-sen” ilişkisine ve “diyalog” a dikkat çekmiştir (Hycner ve Jacobs, 1995).

Gestalt terapi sürecindeki terapötik iletişim diyalog olarak da adlandırılır. Diyalog, diğer insanı tanımayı ya da anlamayı gerektirir. Diyalog ile birey, kendine özgü varlığının farkına varırken, diğer insanın da farkına varır. Diyalogda terapist saydamdır ve danışanın gereksinimlerine odaklanır (Gaffney, 2004). Diyalogun üç ayağı bulunur; terapist (I), danışan (Tou) ve diyalog (iletişim). Danışanın yaşadığı deneyimlere ilişkin ifadeleri, görüşleri diyalogun subjektif yönüdür. Sözel iletişim danışanı anlamak için yeterli değildir. Gerçek iletişim kelimelerin ardında olandır. Terapi sürecinde özden çok sürece dikkat edilmelidir (Staemmler, 2004).

Gestalt terapinin Fritz Perls (1969) tarafından ifade edilen en önemli sloganı “ben-sen”, “şimdi ve burada”dır. Daha sonraları Buber (1989) tarafından geliştirilen diyalog felsefesi pek çok Gestalt terapistini ve Laura Perls’ü oldukça etkilemiştir. Laura Perls’ün açıklamalarıyla diyalog yaklaşımı Gestalt terapinin farklı bir boyutunu ortaya çıkarmıştır. Gestalt terapisinde görülen bütün diyalog teması fakat bütün temas diyalog değildir. Temas ve farkındalık danışanın gelişimi açısından önemli ancak yeterli değildir. Önemli olan gerçek diyalogun kurulmasıdır. Terapi sürecinde sözlerden çok beden dili, sessizlik, terapist danışan etkileşimi ve sözsüz iletişim gerçek diyalogu oluşturur (Akt., Hycner ve Jacobs 1995).

Terapi sürecinde gerçek diyalogun kurulması terapinin etkinliğinin ve danışanın farkındalığının artmasını destekler. Bunun yanı sıra pek çok psikolojik sıkıntının bu şekilde çözümlendiğini gösteren pek çok araştırma vardır. Tyson ve Range (1987) tarafından yapılan araştırmada Gestalt diyalogun depresyon tedavisinde kullanıldığı ve olumlu sonuçlar verdiği görülmüştür.

Jacobs (1995) ve Yontef (1996) terapötik diyalogda terapistin rolünü şöyle tanımlar (Akt., Thomas, 2007):

Kapsam:

1. Ortamda anında olmak,
2. Diğerlerinin gerçeğini tahmin etmek,
3. Kendi bakış açısını ve deneyimlerini kaybetmeden danışanın ilişkilerini anlayabilmek ve hissedebilmek,

Hazır Bulunma:

1. Danışanın farkındalığını ve tam katılımını sağlamak,
2. Yakın davranmak,
3. Danışanı konuşmaya istekli kılmak,

Gerçekçi ve Ayrımsız İletişim:

1. Dürüst ve içten iletişim kurmak,
2. Manüpile ve kontrol etmeden iletişim kurmak,

Sorumlu Terapötik Diyalog:

1. Danışanın iyileşmesini ve ilerlemesini sağlayarak iletişimin amacını yerine getirmek,
2. Danışanın terapötik anlamda iletişim kurabilmesini öğretmek,
3. Terapötik teknikleri ve stratejileri kullanarak danışanın farkındalıklarını artırmak.,

Yukarıda da ifade edildiği gibi, terapist danışanın gerçeğini anlayabilmeli ve empati kurmalıdır. Gestalt terapisti, danışanın gerçeğini anlarken kendi yaşantılarını kaybetmemeli fakat danışanın gerçeği ile kendi yaşantılarını karıştırmamalıdır. Aynı zamanda psikolojik danışman danışanın terapi sürecine katılımını artırmak için danışanı motive edebilmelidir ve danışanı yönlendirmeden açık ve spontan olmalıdır. Terapi sürecinde psikolojik danışman, terapötik iletişimi kullanarak danışanın farkındalığını artırmalı ve iyi model olmalıdır.

İnsanlar temas kurmaktan ve gerçek anlamda kurulan diyalogdan memnun olurlar. Gestalt terapisindeki diyalog oldukça önemlidir. Diyalog sadece terapist ve danışan arasındaki konuşmaları içermez. Diyalog aynı zamanda terapi sürecinde psikolojik danışmanın ve danışanın tavırlarını, farkındalıklarını, danışan-psikolojik danışman arasındaki açık iletişimin korunmasını ve teması içerir.

Laura Perls, Gestalt yaklaşımının asıl temelini, terapist ve danışan arasında meydana gelen ilişki olduğunu belirtmiştir. Buber bu ilişkiyi ben-sen ilişkisi olarak tanımlamıştır. Ben-sen ilişkisi; diğerinin varoluşuna saygı duyarak, biricik olan iki insan arasındaki gerçek iletişimdir. Gestalt'ta ben-sen ilişkisi içerisinde bireylerin birbirlerinin varoluşlarından etkilendikleri bilinir. Hem psikolojik danışman hem de danışan; başlangıçtan itibaren sadece danışanın psikolojik danışman tarafından değil, psikolojik danışmanın da danışan tarafından etkilendiği ve değiştirildiği, eşit düzeyde bir ilişki içerisinde olduklarıdır. Bireyi olduğu gibi anlamak ve kabul etmek yoluyla değişim mümkün olabilmektedir (Voltan -Acar ve Yalçın, 2006).

Buber (1991) Gestalt terapide “Ben-Sen” ve “Ben-O” ilişkisini vurgulayan önemli terapistlerdendir. “Ben-O” durumu yaşam için hayati öneme sahiptir. Farber (1966)'a göre Ben- O durumu ego durumu olarak düşünülebilir. Bu durum yargıyı, planları, kendilik bilincini ve farkındalığı içerir. Ben-O durumuna göre birey yaşamının zaman ve yere göre planlamasını, organizasyonunu yapar. Düşünceler, duygular ve denemeler Ben-O durumunu ifade eder. Bireyin bütünlüğü içerisinde “Ben-Sen” ve “Ben-O” durumlarını ayırmak gerekir. Ben-Sen durumu birey bir bütün olarak ele alındığında önem kazanır (Akt., Hycner ve Jacobs, 1995).

Ben-sen ilişkisi doğrudan, dürüstçe ve karşılıklı olarak kurulan bir ilişkidir. Faber (1965)'e göre bu ilişki bireyin bir boyutu ile ele alınması değil, bireyin psikolojik danışmaya getirdiklerinin varoluşsal gerçek çerçevesinde otantik şekilde kurulan ilişkisidir (Akt., Toftte, 2001). Hycner ve Jacobs (1995)'e göre Ben-Sen ilişkisi terapist ve danışanın birbirlerini oldukları gibi kabul ettikleri, savunmalardan ve

engellenmelerden arındıkları ayrıca birbirlerinin sınırlarının da farkında oldukları anları içeren ilişkidir.

Her insan şu veya bu şekilde diğerleri tarafından kabul edilmek ve onaylanmak ister (Voltan-Acar, 2006). Bu kabul edilmenin ve onaylanmanın, birey için önemli olan kişilerden gelmesi çok daha anlamlıdır. Bunu sağlamak için psikolojik danışma sürecinde ben-sen ilişkisi kurulur. Ben-sen ilişkisi, danışanın ve psikolojik danışmanın olabildiğince anında olmaları anlamına gelir.

Gestalt Terapötik ilişki sürecindeki diyalogun özellikleri aşağıda verilmiştir (Hycner ve Jacobs, 1995; Voltan-Acar, 2006; Yontef ve Simkin, 1989):

- a) **Ortamda Anında Olunması (Presence):** Gestalt terapistleri zaman zaman kendilerini danışanlara açarlar. Gözlemlerini, duygularını, yaşantılarını, düşüncelerini ifade ederler. Böylece terapist, kendi sini paylaşarak danışanın şimdi ve burada yaşantısını kullanması konusunda model olur. Dolayısıyla danışanın bu yolla farkındalığı artar. Terapist danışanı verdiği kararlara ilişkin denemelerde bulunması konusunda teşvik eder. Danışanın başarısız olduğu denemelerde ise, danışanı yeni denemeler konusunda teşvik edebilmelidir.
- b) **Dâhil Olma (Inclusion):** Danışanı yargılamadan, yorumlamadan, analiz etmeden, aynı zamanda terapistin kendi özerkliğini kaybetmeden danışanla tam bir ilişki kurmasıdır. Bu; şimdi ve burada yaşantısında, gerçeklik, varoluşsal ve kişiler arası ilişkiler uygulanır. Dahil olma, danışanın si ile çalışırken, bir güvenlik hissi sağlar ve danışanın yaşantılarını, deneyimlerini anlama yolu ile farkındalık geliştirmesi sağlanır. Ben-Sen ilişkisi özellikle bu aşamada önemlidir. Dâhil olma sürecinde spontanlıktan uzaklaşmak diyalogun kesilmesine neden olabilir.

- c) **Diyaloga Katılım (Commitment):** Temas iki insanın birbirleriyle yaptığından daha fazla bir şeydir. Temas insanlar arasında yaşanan etkileşimlerden doğan bir süreçtir. Gestalt terapistleri, danışanları bazı terapötik amaçlara yönlendirmekten çok, bir diyalog ilişkisi içerisinde çalışırlar. Terapistler danışanlarını belirli hedeflere yönlendirdiğinde, danışanlar kendi gelişimlerini gerçekleştiremeyebilirler. Temas yoluyla insanlar gelişirler ve kimliklerini biçimlendirirler.
- d) **Diyalogun Yaşanması:** Diyalog, hakkında konuşulmaktan çok, yapılır, yaşanır. Yapılanın şimdi ve burada olduğunun ifade edilmesidir. Diyalogun türü, dans, şarkı, kelimeler olabilir, danışan-terapist arasındaki enerjiyi harekete geçirici her türde olabilir.
- e) **İçten Ve Samimi İletişim:** Terapi sürecinde hem terapistin hem de danışanın içten, samimi, spontan ve otantik olarak iletişim kurmaları önemlidir. Terapi sürecinde hem terapist hem de danışan ağlamak, kahkaha atmak, çığlık atmak, dans etmek, sessiz kalmak konusunda özgür davranabilmeli ve kendilerini oldukları gibi ifade edebilmelidirler.
- f) **Danışanın Varlığının Onaylanması (Confirmation):** Gestalt yaklaşımında diyalogun koşullarından bir diğeridir. Her insan diğerleri tarafından kabul edilmek, onaylanmak ister. Bu kabul edilme ve onay, birey için önemli olan kişilerden gelirse daha da anlamlıdır. Danışanın varlığının onaylanması, diğer bireyin varlığının, psikolojik danışmandan ayrı olduğunun iletilmesi çabasıdır. Gestalt terapisti danışanını olduğu gibi kabul ederse, danışan da kendisini kabul edebilir.

Terapi sürecinde diyalogun tam anlamıyla yaşanması için dâhil olma, ortamda anında olunması, diyaloga katılım, diyalogun yaşanması, samimi ve içten iletişim, danışanın varlığının onaylanması kriterlerinin de önemli olduğu görülür. Açıklamalar göz önüne

alındığında gestalt terapide diyalogun kurulmasının oldukça zor fakat terapi sürecindeki başarının artması açısından da bir o kadar gerekli olduğu söylenebilir.

Psikolojik danışman duygusal olarak zarar görmüş, direnç gösteren ve çok sık temas engeli kullanan bireylerle ilgilenir. Gestalt terapistleri terapi sürecinde danışanı tanımaya ve anlamaya çalışırlar ve sürecin gerçekliğinin farkındadırlar. Psikolojik danışma sürecinde psikolojik danışman saydam bir şekilde danışanın gereksinimlerine odaklanır. Gestalt terapi sürecinde terapistin tutumu, davranışı ve danışanla kurduğu ilişki önemlidir. Psikolojik danışman ve danışan arasında oluşan ilişkinin kalitesi sayesinde danışanın psikolojik danışma sürecinde kendine ilişkin farkındalıklarını artırır, seçimler yapar ve yaptığı seçimler dolayısıyla danışan davranışlarının sorumluluğunu alır.

Gestalt terapi pek çok ilkeyi, kavramı, metodu ve kapsamlı bir teorisi olan bir terapidir. Gestalt terapi bireyin gelişimsel süreçte bir bütün olarak var olan potansiyeli ile kendini gerçekleştirmesinde güçlü bir etkiye sahiptir. Psikolojik danışma sürecinde danışan kendi düşüncelerinin, duygularının ve davranışlarının bir bütün olarak farkına varır ve problemleriyle başa çıkabilme konusunda donanımlı hale gelir.

Bu bölümün kuramsal çerçeve kısmında Gestalt terapinin kurucusu olan Fritz Perls ve Laura Perls'in kısaca hayat öyküsüne ve Gestalt terapiyi geliştirirken etkilendikleri yaklaşımlara, Gestalt terapinin önemli kavramlarına, temas engellerine, temas döngüsüne ve temas döngüsünün aşamalarına ardından Gestalt psikoterapi kuramına yer verilmiştir. Ayrıca araştırmacı tarafından geliştirilen Gestalt temas engelleri ölçeğinin kullanılması sonucunda bulgulara yararlı olacak kavramlara yer verilmesi uygun görülmüştür.

2.2 İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde Gestalt terapi alanında yapılan çalışmalara yer verilmiştir. Öncelikle Gestalt terapi alanında yapılan betimsel araştırmalar, ardından Gestalt terapi alanında yapılan ölçek geliştirme çalışmaları yer almıştır.

Gestalt terapi çalışmaları 1973 yılından önce Gestalt psikolojisinden ayrılmamaktaydı. Gestalt terapi alanında yapılan çalışmaların az olmasına karşın Harman (1984) Gestalt terapi çalışmalarına ilişkin bir literatürün ortaya konmasının daha uygun olacağını dile getirmiştir. Gestalt Review (1997) Gestalt terapi alanında 300'den fazla bilimsel doktora çalışmasının olduğunu ve bunların sadece çok az kısmının yayınlandığını rapor etmiştir. Son yıllarda az da olsa Gestalt terapi yaklaşımını destekleyecek çalışmaların arttığı söylenebilir (Akt., Kirchner, 2000).

2.2.1 Gestalt Terapi Alanında Yapılan Betimsel Çalışmalar

Hurting (1991) çalışmasında Gestalt denge kuramı ile Holland mesleki seçim kuramını karşılaştırmayı amaçlamıştır. 46 kolej öğrencisine Martinek (1985) tarafından geliştirilen Gestalt Kişisel Denge Envanteri ve Holland tarafından geliştirilen Mesleki Tercih Envanteri uygulanmıştır. Holland'ın mesleki tipleri ile Gestalt'ın temas ve direnç stilleri korelasyon metodu ile karşılaştırılmıştır. Sonuçlara bakıldığında her iki ölçeğin alt ölçekleri arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Holland'ın insanlarla zor iletişim kuran, sosyal olmayan Realist tipi ile sınırların yokluğu direnç tipi arasında olumsuz ilişki bulunmuştur. Analitik entelektüel ve eleştirel olan Araştırmacı tipi ile içe verme ve sınırların yokluğu direnç stili arasında olumsuz; farkındalık ve çekilme temas stili arasında olumlu ilişki bulunmuştur. Dikkatli, uygulayıcı ve sınırlayıcı olan Geleneksel tip ile hareket temas stili arasında negatif ilişki bulunmuştur. Duyarlı, duygusal, canlı ve etkileyici olan Artistik tip ile durum ve heyecan temas stili arasında pozitif; dışa yansıtma ve kendine çevirme direnç stilleri arasında negatif ilişki bulunmuştur. Elde edilen sonuçların Gestalt yaklaşımının kariyer danışmanlığı ile ilişkisi açısından da önemli olduğu düşünülebilir.

Balkaya (2006), çalışmasında Gestalt temas biçimlerinin öfke ve kaygı ile ilişkisini incelemiştir. Bu amaçla psikolojik yardım için başvurmamış olan üniversite öğrencilerinden, Gestalt Temas Biçimleri Ölçeği Yeniden Düzenlenmiş Formu, Çok Boyutlu Öfke Ölçeği ve Beck Anksiyete Ölçeği kullanılarak veriler toplanmıştır. Öncelikle değişkenler arası ilişkilere bakılmış, daha sonra, psikolojik yardım almak için başvuran üniversite öğrencilerinin oluşturduğu diğer bir gruptan aynı ölçeklerle alınan verilerle karşılaştırılarak, Gestalt temas biçimleri, öfke ve kaygı arasında fark olup olmadığı belirlenmiştir. Ardından, temas biçimlerini yordayan öfke ve kaygıyla ilgili değişkenlerin rolleri incelenmeye çalışılmıştır. Analizler sonucunda temas biçimlerinin, öfke ve kaygının pek çok boyutuyla anlamlı ilişkileri olduğu görülmüştür. Temasın, araştırma grubunda daha yüksek, kendine döndürme ve saptırmanın ise kontrol grubunda daha yüksek olduğu bulunmuştur. Araştırma grubunda teması en çok kendine yönelik öfkenin yordadığı, kontrol grubunda ise teması en çok öznel kaygının yordadığı tespit edilmiştir.

Yukarıda ifade edilen araştırmalarda Meslek tipleri ile Gestalt denge kuramı, öfke ve kaygı ile Gestalt temas biçimlerinin karşılaştırıldığı görülmüştür. Gestalt yaklaşımına ilişkin yapılan betimsel araştırmaların deneysel araştırmalara oranla sayıca daha az olduğu söylenebilir.

2.2.3 Gestalt Terapi Alanında Yapılan Ölçek Geliştirme Çalışmaları

Brynes (1975), psikolojik sağlık ve psikolojik rahatsızlıklarla ilişkili olan temas engellerini belirlemek amacıyla Q-Metodoloji tekniğini kullanarak Q Sort ölçeğini geliştirmiştir. MMPI ölçütlerine göre belirlediği 15 sağlıklı 15 sağlıksız üniversite öğrencisine uygulayarak geliştirilen Q-Sort ölçeği 72 maddeden ve iyi temas kurma, kendine çevirme, dışa yansıtma, sınırların yokluğu olmak üzere dört boyuttan oluşmuştur. Brynes (1975) yaptığı çalışmada temas engelinin çok sık kullanılmasının psikolojik rahatsızlıklarla ilişkili olduğunu ortaya çıkarmıştır (Akt., Mackay, 2002).

Byrnes'in çalışmalarından etkilenerek Kepner 1982 yılında beş faktörlü "Gestalt Contact Styles Questionnaire" (Gestalt Temas Biçimleri) ölçeğini geliştirmiştir. Bu

faktörler içe verme, dışa yansıtma, kendine çevirme, sınırların yokluğu ve duyarsızlaşma olarak isimlendirilmiştir. Ölçeğin yapı geçerliğini belirlemek için GCSQ alt ölçekleri ile 16 Faktörlü Kişilik Ölçeğinin alt ölçekleri karşılaştırılmıştır. Yaptığı çalışmanın sonucunda Kepner bazı temas engellerine ait olduğu düşünülen maddelerin beklenenden farklı faktörlerde çıktığını belirtmiştir. Dolayısıyla Kepner (1982), bazı özelliklerin ilgili olduğu düşünülen temas engelleri için tipik özellikler olmayabileceğini ileri sürmüştür.

Martinek (1985) bireylerin çevre ile etkileşim stillerini belirlemek amacıyla Gestalt Kişisel Dengeleme Envanterini (Gestalt Personal Homeostasis Inventory) geliştirmiştir. Ölçekte davranış ve tutumlara ilişkin durumu içeren 240 madde bulunmaktadır. Gestalt terapi yaklaşımından hareketle Martinek (1985) tarafından geliştirilen ölçekte altı temas, altı direnç mekanizmalarını içeren 12 alt ölçek bulunmaktadır. Direnç tipleri; sınırların yokluğu, içe verme, dışa yansıtma, kendine çevirme, duyarsızlaşma ve yön değiştirme, Temas tipleri; farkındalık, hareket, duyarlılık, heyecan, tam temas ve çekilme olarak belirlenmiştir. Ölçeğin geçerlilik çalışmasında faktör analizinden yararlanılmıştır. Yapılan diğer çalışmalar (Baybak, 1985; Dinkleman 1985; Mraz, 1990) ölçeğin geçerlilik ve güvenilirliğinin uygun olduğunu göstermiştir (Akt., Hurting, 1991).

Woldt ve Kepner (1986), Kepner (1982)'ın geliştirdiği ölçeğin niteliklerini artırmak amacıyla GCSQ'ne 24 madde ekleyerek oluşturulan yeni ölçeğin ismini Gestalt Contact Styles Questionnaire-Review-GCSQ_R olarak değiştirmişlerdir. Oluşturulan 100 maddelik ölçek 517 kişiye uygulanarak faktör analizi yapılmıştır. Faktör analizi sonuçlarına göre, ölçeğe Kepner (1982)'ın çalışmasında yer alan faktörlere ek olarak dışa yansıtma boyutu da eklenmiştir. Woldt faktör analizi çalışmasında ayrıca hareket ve farkına varma olarak adlandırılabilir iki faktör daha eklendiğini bildirmektedir (Akt., Hurting, 2001).

Gökdemir-Aktaş (2002) Woldt ve Kepner (1986) tarafından geliştirilen Gestalt Contact Styles Questionnaire Revized GCSR ölçeğini Türk Kültürüne uyarlamıştır. Bu çalışmada 18-58 yaş aralığında en az lise eğitimi almış iki grup kullanılmıştır.

Psikiyatrik yardım almamış “normal” grup Ankara ili içerisinde çeşitli kamu kuruluşlarında çalışanlar ve onların yakınlarından olmak üzere toplam 627 kişiden oluşmuştur. “Sorunlu grup” ise psikiyatrik yardım almak amacıyla Ankara ilinde bulunan çeşitli hastanelere ve terapi merkezlerine başvuran 18-58 yaş aralığında 42’si kadın ve 40’ı erkek olmak üzere toplam 82 kişiden oluşmuştur. Faktör örüntüsü ile ilgili analizler sonucunda Gestalt Temas Biçimleri Ölçeği Yeniden Düzenlenmiş formu GTBÖ-YDF’nun kendine çevirme, dışa yansıtma, temas, sınırların yokluğu ve duygusal duyarsızlaşma şeklinde adlandırılan beş faktörden oluştuğu görülmüştür. Ölçeğin orijinalinde içe verme, dışa yansıtma, kendine çevirme, sınırların yokluğu, duyarsızlaşma, yön değiştirme faktörleri olmak üzere altı faktör bulunmaktadır. Ayrıca temas engellerine ek olarak hareket ve farkına varma olarak adlandırılabilen iki faktörden daha söz edilmiştir. Uyarlanan ölçeğin faktörlere göre dağılımı incelendiğinde bazı maddelerin birden fazla faktörde yer aldığı ifade edilmiştir. Ayrıca ölçeğin orijinalinde farklı temas engelinde yer alan maddeler uyarlanan ölçekte farklı faktörlerde çıkmıştır.

Gestalt temas biçimlerinin belirlenmesine ilişkin Brynes (1975) tarafından yapılan ilk çalışmada iyi temas kurma, kendine çevirme, dışa yansıtma, sınırların yokluğu olmak üzere dört faktörden söz edilmiştir. Kepner 1982 yılında içe verme, dışa yansıtma, kendine çevirme, sınırların yokluğu ve duyarsızlaşma olarak isimlendirdiği beş faktörlü Gestalt Contact Styles Questionnaire geliştirmiştir. Aynı ölçek Woldt ve Kepner (1986) tarafından tekrar gözden geçirilmiştir ve Gestalt Temas Biçimleri Ölçeği Yeniden Düzenlenmiş formu (Gestalt Contact Styles Questionnaire-Review-GCSQ_R) isimli ölçeğe Kepner (1982)’in çalışmasında yer alan faktörlere ek olarak dışa yansıtma boyutu da eklenmiştir. Woldt faktör analizi çalışmasında ayrıca hareket ve farkına varma olarak adlandırılabilen iki faktör daha eklendiği bildirilmiştir. Dolayısıyla Gestalt temas biçimlerinin ölçülmesine ilişkin birisi yeniden düzenleme olmak üzere üç çalışma olduğu görülmektedir. Ayrıca Martinek tarafından geliştirilen Gestalt Kişisel Dengeleme Envanterinde farkındalık, hareket, duyarlılık, heyecan, tam temas ve çekilme temas tipleri olarak; sınırların yokluğu, içe verme, dışa yansıtma, kendine çevirme, duyarsızlaşma ve yön değiştirme direnç tipleri olarak belirlenmiştir.

Ölçek geliştirme konusunda yurt dışında ki araştırmalar ve uyarlama çalışmaları incelendiğinde ve değerlendirildiğinde Türk kùltürüne uygun olarak geliştirilecek temas engelleri ölçeğinde Gestalt yaklaşımının temelini oluşturan Temas Döngüsünün esas alınmasının uygun olacağı düşünölmüştür. Literatür incelendiğinde temas engellerinin fonksiyonel olarak birbiriyle ilişkili olduğunun ifade edildiği görölmüştür. Ayrıca bu durum temas döngüsü ile tutarlılık göstermektedir.

İlgili araştırmalar kısmında Gestalt terapi yaklaşımı alanında yapılan araştırmalara yer vermeye çalışılmıştır. Bu alanda yapılan çalışmalar deneysel, betimsel ve ölçek geliştirmeye ilişkin çalışmalar olarak üçe ayrılarak verilmiştir.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu araştırma, betimsel bir araştırmadır. Araştırmada üniversite öğrencilerinin temas engellerini belirlemeye yönelik bir ölçek hazırlanmıştır. Üniversite öğrencilerinden elde edilen temas engelleri düzeylerinin cinsiyet, sınıf düzeyi, ÖSS alan türü, algılanan sosyo-ekonomik düzey, algılanan anne-baba tutumu, aile biçimi ve üniversite yaşantısına kadar yaşamlarını en çok geçirdikleri yer değişkenlere göre anlamlı farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Bu bölümde araştırma kapsamına alınan bireyler, araştırmada kullanılan veri toplama araçları, veri toplamada izlenen yol ve verilerin analizinde uygulanan istatistiksel çözümlene yöntemleri üzerinde durulmuştur.

3.1. ARAŞTIRMAYA KATILAN BİREYLER

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin temas engellerini ölçmeye yönelik bir aracın hazırlanması ve bazı değişkenlere göre üniversite öğrencilerinin temas engelleri düzeylerinin araştırılması için üniversiteden dört farklı katılımcı grubuyla çalışılmıştır. Araştırmaya katılan bireylere ilişkin bilgiler aşağıda verilmiştir.

3.1.1 Gestalt Temas Engelleri Ölçeği'nin (GTEÖ) Pilot Uygulamasının Yapıldığı Birinci Araştırma Grubu

Araştırmanın birinci araştırma grubunu, uzman kanısının ardından belirlenen 103 maddelik ölçeğin pilot uygulama kapsamında 2008-2009 eğitim-öğretim yılı güz döneminde uygulandığı Ankara Başkent Üniversitesi Eğitim Fakültesi Bilgisayar Öğretim Teknolojileri Bölümü dördüncü sınıfa devam eden 50 kişilik öğrenci grubu oluşturmuştur. Uygulamanın ardından açık olarak anlaşılmadığı ifade edilen bir madde ölçekten çıkarılarak 102 maddelik ölçek elde edilmiştir.

3.1.2. Gestalt Temas Engelleri Ölçeği'nin (GTEÖ) Yapı Geçerliğini İncelemek Üzere Belirlenen İkinci Araştırma Grubu

İkinci araştırma grubu GTEÖ'nün açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizlerini yapmak üzere 102 maddelik ölçek formunun uygulanarak, gerekli verilerin toplandığı gruptur. Hacettepe Üniversitesi'nin Eğitim Fakültesinin rastgele seçilen çeşitli bölümlerindeki öğrencilere uygulanmıştır. Araştırmacı ve tez danışmanı tarafından araştırma kapsamına giren bireylerin belirlenmesi aşamasında Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesinin bölümleri alfabetik sıra ile listelenmiştir. Listede yer alan bölümler ikişer atlanarak işaretlenmiş ve bu şekilde uygulama yapılacak bölümler belirlenmiştir. 2008-2009 eğitim-öğretim yılı güz döneminde Eğitim Fakültesi'ne devam eden toplam 1091 öğrenciye 102 maddeden oluşan ölçek uygulanmıştır. Bu öğrencilerden 16'sı yanıt kâğıdını eksik doldurmalarından dolayı işlem dışı bırakılmıştır. Dolayısıyla analizler 1075 öğrencinin verileri üzerinden yürütülmüştür. Araştırmaya katılan grubun 739'unu (%68) kız öğrenciler, 336'sını (%31) ise erkek öğrenciler oluşturmuştur. Öğrencilerin yaşları ise 18 ile 26 arasında değişmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin 321'ini (%29,9) ikinci sınıf öğrencileri, 401'ini (%37,3) üçüncü sınıf öğrencileri ve 353'ünü (%32,8) dördüncü sınıf öğrencileri oluşturmuştur.

TABLO III-1 İkinci Araştırma Grubunu Oluşturan Öğrencilerin Okudukları Bölümlere Göre Sayı ve Yüzdeleri

Bölümler	Sayı	Yüzde (%)
İngilizce Öğretmenliği	224	20,8
Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Öğretmenliği	161	15,0
Biyoloji Öğretmenliği	78	7,3
Kimya Öğretmenliği	118	11,0
Psikolojik Danışma ve Rehberlik	130	12,1
İlköğretim Matematik Öğretmenliği	166	15,4
Sınıf Öğretmenliği	198	18,4
TOPLAM	1075	100,0

3.1.3. GTEO'nün Geçerlilik ve Güvenilirliğinin İncelenmesi İçin Belirlenen Üçüncü Araştırma Grubu

Ölçeğin test-tekrar test güvenilirlik katsayısının hesaplanması için 2008-2009 öğretim yılı bahar döneminde Denizli Pamukkale Üniversitesine devam eden 39'u Fen Bilgisi Öğretmenliğinden ve 42'si Türkçe Öğretmenliğinden olmak üzere toplam 81 öğrenciden üç hafta ara ile iki kez veri toplanmıştır. Başlangıçta 94 öğrenciye ulaşılmış olsa da birinci ve ikinci uygulamadan her ikisinde ya da birinde ölçeği eksik dolduran veya iki uygulamanın her hangi birinde bulunmayan 13 öğrencinin kâğıtları değerlendirmeye alınmamıştır. Böylece analizler 81 öğrencinin verileri üzerinden yürütülmüştür. Araştırmaya katılan grubun 44'ünü kız öğrenciler, 37'sini ise erkek öğrenciler oluşturmuştur. Bu öğrenciler dördüncü sınıfa devam etmektedirler. Öğrencilerin yaşları ise 20 ile 24 arasında değişmiştir.

3.1.4. Tarama Çalışması için Belirlenen Dördüncü Araştırma Grubu

Dördüncü araştırma grubu araştırmanın ikinci amacına ilişkin sorularının yanıtlarını bulmak için seçilen gruptur. Araştırma grubunda yer alan öğrenciler Eskişehir Anadolu Üniversitesi'nin Eğitim Fakültesinin Sözel, sayısal ve eşit-ağırlıklı puan türü ile öğrenci alan öğretmenlik bölümlerinden oluşmuştur. 2008-2009 eğitim-öğretim yılı bahar döneminde uygulamaların yapıldığı araştırma grubunu 207'si (%57) kız, 158'i (%43'ü) erkek olmak üzere öğretmen adayı olan 365 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Başlangıçta 378 öğrenciye ulaşılmış olsa da 13 öğrenci yanıt kâğıdını eksik doldurmalardan dolayı analize alınmamıştır. Araştırma grubunda yer alan öğrencilerin yaşları 18 ile 26 arasında değişmektedir. Tablo III-2'de Öğrencilerin okudukları bölümlerin puan türlerine göre sayı ve yüzdeleri verilmiştir.

TABLO III-2 Dördüncü Araştırma Grubunu Oluşturan Öğrencilerin Okudukları Bölümlerin Puan Türlerine Göre Sayı ve Yüzdeleri

Bölümler	Sayı	Yüzde (%)
Sözel Puan Türü	122	33,4
Sayısal Puan Türü	114	31,2
Eşit-Ağırlık Puan türü	129	35,3

Katılımcıların sınıflara göre dağılımları aşağıdaki tabloda verilmiştir.

TABLO III-3 Dördüncü Araştırma Grubunu Oluşturan Öğrencilerin Sınıflarına Göre Sayı ve Yüzdeleri

Sınıf Düzeyi	Sayı	Yüzde (%)
1	111	30,4
2	143	39,2
3	111	30,4

3.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Araştırmanın bağımlı değişkeni olan Temas Engellerinin belirlenmesi için araştırmacı tarafından geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları yapılan “GTEÖ (Gestalt Temas Engelleri Ölçeği); bağımsız değişkenler hakkında bilgi toplamak amacıyla yine araştırmacı tarafından geliştirilen “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. Kişisel bilgi formu Ek 1’de verilmiştir. Belirtilen veri toplama araçlarıyla ilgili bilgiler aşağıda ayrıntılı olarak sunulmuştur

3.2.1. Gestalt Temas Engelleri Ölçeği (GTEÖ)

Araştırma kapsamında hazırlanan “Gestalt Temas Engelleri Ölçeği”, Gestalt terapi yaklaşımı dayanak alınarak, Açıklayıcı ve Doğrulayıcı faktör analizi yöntemi ile temas engellerini ölçmek amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilmiştir. Gestalt Temas Engelleri Ölçeği 24 maddeden oluşmaktadır. Üniversite öğrencilerinden ölçekte yer alan her bir durumun kendilerine ne kadar uyduğunu 1–5 arasında derecelyerek

göstermeleri istenmiştir. Maddelere verilen tepkiler, 1=Hiç Katılmıyorum, 2=Kısmen Katılıyorum, 3=Katılıyorum, 4=Oldukça Katılıyorum, 5= Tamamen Katılıyorum şeklinde derecelendirilir. Ölçeğin dört alt ölçeği vardır. Temas alt ölçeğinde beş; Tam Temas alt ölçeğinde sekiz; Bağımlı Temas alt ölçeğinde yedi ve Temas Sonrası alt ölçeğinde dört madde yer almıştır. Temas alt ölçeği için alınabilecek puanlar 5–25, Tam Temas alt ölçeği için alınabilecek puanlar 8–40, Bağımlı Temas alt ölçeği için alınabilecek puanlar 7–35 ve Temas Sonrası alt ölçeği için alınabilecek puanlar 4–20 arasında değişmektedir. Alt ölçeklerden alınan puanlar kişilerin kullandıkları temas engellerini ortaya koymaktadır. GTEÖ toplam puan vermemektedir, çünkü Gestalt temas döngüsünde temas engelleri basamaklara ayrılarak incelenir. Her bir temas aşamasının özellikleri birbirinden farklılık gösterdiğinden toplam puan alınmamıştır. Ölçek hem bireysel hem grup olarak uygulanabilmektedir ve cevaplama süresi yaklaşık 10 dakikadır.

3.2.1.1. GTEÖ'nün Geliştirilmesi Sırasında Yapılan İşlemler

Ölçeğin geliştirilmesi sürecinde Lester ve Bishop'un (2000) önerdiği altı adımdan oluşan ölçek geliştirme süreci dikkate alınmıştır. Öncelikle literatüre dayalı kaynaklar taranarak madde havuzu oluşturulmuştur.

Yurt içi ve yurt dışındaki literatür taranarak sekiz faktörü ölçmeyi hedefleyen ve sekizi tersine maddeler olmak üzere 98 madde yazılmıştır. Ölçek bireyin kendisi hakkında bilgi vermesi esasına dayanan Likert tipi bir ölçek (Tezbaşaran, 1997) olarak tasarlanmıştır. Cevap seçenekleri ise “Hiç Katılmıyorum” (bir puan), “Kısmen Katılıyorum” (iki puan), “Katılıyorum” (üç puan), “Oldukça Katılıyorum” (dört puan), “Tamamen Katılıyorum” (beş puan) olmak üzere beşli dereceleme şeklinde düzenlenmiştir. Hazırlanan 98 maddelik ölçek formu uzman görüşlerine sunulmuştur. Görüşü alınacak uzman sayısının en az beş ile yedi olması gerektiğinden (Lester ve Bishop, 2000) Hacettepe Üniversitesi'nden dört, Gazi Üniversitesi'nden bir, Bolu İzzet Baysal Üniversitesi'nden bir, Atatürk Üniversitesi'nden bir olmak üzere toplam yedi akademisyenin görüşlerine başvurulmuştur. Uzmanlardan her bir maddenin Gestalt

Temas Engellerinden ilgili olana ait olup olmadığını belirtmeleri istenmiştir. Ayrıca her bir maddenin ifadesinin düzgünlüğü ve ölçekten çıkarılması açısından “uygun-uygun değil-düzeltilbilir-varsa öneriniz” seçenekleri altında değerlendirmeleri istenmiştir. Uzmanlara ölçüğe eklenmesini önerdikleri maddeler de sorulmuştur. İfade edilen bu form EK 1’de verilmiştir. Değerlendirmeler sonucunda ölçekten 14 madde çıkarılmış, beş yeni madde ise ölçüğe eklenmiştir. Daha sonra tez izleme komitesinde yer alan üç akademisyenin katılımıyla bütün maddeler tek tek incelenmiştir. Bu aşamada geçerli bulunmayan, içerik bakımından birbirine yakın olan ve ifade bakımından sıkıntılı bulunan maddeler çıkarılmış ve öneriler doğrultusunda eklenen maddelerle birlikte madde sayısı 103’e çıkarılmıştır. Hazırlanan deneme formu maddelerinin anlaşılabilirliğinin belirlenmesi açısından (Barkman, 2002; Lester ve Bishop, 2000) Başkent Üniversitesine devam eden 50 kişilik öğrenci grubuna uygulanmış ve öneriler doğrultusunda bir madde çıkarılarak 102 maddelik deneme formu elde edilmiştir.

Ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmalarında izlenen yol işlem yolunda verilmiştir. GTEÖ’ye ilişkin olarak elde edilen sonuçlar ise bulgular bölümünde sunulmuştur.

3.2.2. Bilgi Formu

Bilgi formu, demografik bilgileri elde etmek amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilmiştir. Bu formda öğrencilere sınıf, cinsiyet, bölüm, algılanan sosyo-ekonomik düzey, algılanan anne-baba tutumu, aile biçimi ve üniversite eğitimine kadar yaşamlarını en çok geçirdikleri yer sorulmuştur. Kişisel Bilgi formu Ek 2’de verilmiştir.

3.3. İŞLEM YOLU

Gestalt Temas Engelleri Ölçeği’nin kullanıma hazır hale gelme sürecinde yapılan işlemler aşağıda sunulmuştur.

3.3.1. GTEÖ’nün Madde Havuzunun Hazırlanması Sırasında Yapılan İşlemler

GTEÖ’nün maddelerinin hazırlanması sürecinde öncelikle Gestalt terapinin temelini oluşturan temas engelleri ve bu temas engellerine ait olduğu ifade edilen özellikler yurt

içindeki ve yurt dışındaki literatür incelenerek belirlenmiştir. Ardından bu özelliklere ait olduğu düşünülen maddeler yazılmıştır.

3.3.2. Uzman Kanısına Başvurulması Sırasında Yapılan İşlemler

Doksan-sekiz madde olarak düzenlenen GTEÖ'nün kapsam geçerliği için uzman kanısına başvurulmuştur. Bu amaçla farklı üniversitelerin Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı'nda görevli yedi uzmandan yardım alınmıştır. Uzmanların ölçek maddelerine ilişkin düşünce ve önerilerini belirtmeleri için "ölçek maddelerinin temas engelleri ve dil açısından uygunluğunu kontrol ederek maddelere ilişkin önerilerinizi belirtebilir misiniz?" yönergeli bir form hazırlanmıştır. Formlar uzmanlara elden veya e-posta yoluyla ulaştırılmıştır. Uzmanların dönütlerini içeren formların geri dönmesi yaklaşık iki ay sürmüştür. Dönütlerin ardından düzeltilen ölçekte yer alan 77 madde tez izleme komitesinde bulunan üç öğretim elemanı ile tekrar gözden geçirilmiştir. Düzeltilen ve eklenen maddelerle birlikte oluşan 103 maddelik yeni ölçek Başkent Üniversitesi dördüncü sınıfa devam eden 50 kişilik öğrenci grubuna pilot uygulama şeklinde uygulanmıştır. Uygulama sonunda bir madde ölçekten çıkarılmış ve 102 maddelik ölçek esas uygulama için hazır hale gelmiştir.

3.3.3. GTEÖ'nün Uygulanması Sırasında Yapılan İşlemler

Psikolojik Danışma ve Rehberlik Ana Bilim Dalı'ndan mezun olan öğrencilerin daha çok eğitim alanında istihdam edildiği düşüncesinden de hareketle ölçeğin Eğitim Fakültesine devam eden üniversite öğrencilerine uygulanmasının uygun olacağı düşünülmüştür. Uygulama için gerekli başvurularda bulunularak izinler alınmıştır. 2008-2009 eğitim-öğretim yılının güz döneminde ölçek uygulanmıştır. Ölçek, ortalama 30 dakika süren zaman dilimlerinde uygulanmıştır.

Uygulamalar sırasında girilen sınıflarda araştırmacı öncelikle öğrencilere kendini tanıtarak, araştırmacının amacı hakkında bilgi vermiştir. Ayrıca araştırma sonuçlarının geçerlilik ve güvenilirliği açısından cevaplamaların içten bir şekilde olması gerektiği ve bireysel bilgilerinin gizliliğine özen gösterileceği araştırmacı tarafından bildirilmiştir. Son olarak öğrencilere ellerinde bulunan formların nasıl doldurulacağı açıklanmış ve

ölçek uygulanmıştır.

3.3.4. GTEÖ'nün Geçerlilik ve Güvenirliğinin İncelenmesi Sırasında Yapılan İşlemler

Ölçeğin yapı geçerliği için ölçeğin faktör yapısını belirlemek amacıyla açıklayıcı (explanatory) ve ilgili değişkenlerin belirlenen faktörler üzerinde ağırlıklı olarak yer alacağı varsayımını, sınamak üzere de doğrulayıcı (confirmatory) faktör analizlerine tabi tutulmuştur (Sümer, 2000). Böylece ölçeğin faktöryel geçerliği iki faktör analizi uygulamasıyla incelenmiştir. Ölçeğin yapı geçerliği Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi'ne devam eden 1075 öğrenciden elde edilen veriler üzerinden yapılmıştır. Faktör analizi çalışmalarından sonra 24 maddelik ölçeğin dört alt faktörü olduğu görülmüştür. Açıklayıcı faktör analizi sonucunda toplam 24 maddeden oluşan dört faktörün yapısal geçerliğini sınamak amacıyla söz konusu dört boyutlu yapıya ait model Lisrel 8.71 programı kullanılarak doğrulayıcı faktör analizi (DFA) ile test edilmiştir. Model tanımlamasında maddelerin dört faktör ile temsil edileceği ve sekiz maddenin tam temas, yedi maddenin bağımlı temas, beş maddenin temas, dört maddenin temas sonrası faktörünün altında yer alacağı denencesi sınanmıştır. Böylece açıklayıcı faktör analizi sonrasında toplam 24 maddeden oluşan dört faktörlü bir yapı elde edilmiştir.

Yapı geçerliğinden sonra GTEÖ'nün güvenilirlik çalışmaları kapsamında iç tutarlılığını belirlemek amacıyla Cronbach Alfa katsayısına bakılmıştır. Ölçeğin test tekrar test güvenilirliğini incelemek için Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi dördüncü sınıfa devam eden 81 öğrenciye üç hafta ara ile iki kez ölçek uygulanmıştır.

Ölçeğin son hali oluşturulduktan sonra hazırlanan bilgi formu ile birlikte Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesine devam eden birinci, ikinci ve üçüncü sınıf öğrencilerine 2008-2009 Eğitim Öğretim yılının bahar döneminde uygulanmıştır.

3.4. VERİLERİN ANALİZİ

Araştırma analizleri Lisrel 8.71 ve SPSS 13 paket programları kullanarak yapılmış ve araştırmada hata payı üst sınırı .05 olarak kabul edilmiştir. GTEÖ'ye verilen yanıtlar

kodlanarak SPSS'e girilmiştir. Bu süreçte boş bırakılmış maddesi olan cevap formları değerlendirmeye alınmamıştır. Gestalt terapi yaklaşımına dayalı olarak geliştirilen GTEÖ Faktör yapısını incelemek amacıyla öncelikle açımlayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Verilerin faktör analizi için uygun olup olmadığı Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) katsayısı ve Barlett Sphericity testi ile incelenmiştir (Büyüköztürk, 2003). Verilerin faktör analizi için uygun çıkması üzerine GTEÖ'nün yapı geçerliliği ve faktör yapısını incelemek üzere açımlayıcı (exploratory) faktör analizi, faktörleştirme tekniği olarak da temel bileşenler analizi (Principal component matrix) seçilmiştir (Kline, 1994). Açımlayıcı faktör analizi sonucunda toplam 24 maddeden oluşan dört faktörün yapısal geçerliliğini sınamak amacıyla söz konusu dört faktörlü yapıya ait model Lisrel 8.71 programı kullanılarak doğrulayıcı faktör analizi (DFA) ile test edilmiştir. Güvenilirlik çalışmaları kapsamında ölçeğin testin tekrarı güvenilirliği ve iç tutarlılık katsayıları hesaplanmıştır.

Tarama çalışmasına ilişkin verilerin çözümlenmesinde öncelikle, Gestalt Temas Engelleri Ölçeği'nin puanları ve öğrencilere ilişkin kişisel bilgiler SPSS'e yüklenmiştir. Varyansların homojenliği Levene Testi'yle sınanmıştır. Çalışmada bağımsız değişkenler olarak cinsiyet, sınıf düzeyi, ÖSS alan türü, algılanan anne-baba tutumu, aile biçimi ve üniversite eğitimine kadar yaşamın geçirildiği yer alınmıştır. Bağımlı değişkenler ise GTEÖ'nün alt ölçekleri olan temas, tam temas, bağımlı temas ve temas sonrasıdır. Birden fazla bağımlı değişkene tek bir bağımsız değişkenin etki ettiği durumlarda Tek Yönlü MANOVA kullanılır. Bu çalışmada bağımlı değişkenler üzerinde bağımsız değişkenlerin etkilerinin ayrı ayrı incelenmesi uygun görüldüğünden Tek Yönlü MANOVA tercih edilmiştir (Sümbüloğlu ve Sümbüloğlu, 2002). Tek yönlü MANOVA sonucu anlamlı bulunan değişkenlere ilişkin grupların ortalamaları arasındaki farklar, varyansların homojen olduğu durumlarda Tukey Testi, varyansların homojen olmadığı durumlarda ise Dunnett Testi kullanılmıştır. Post Hoc testlerinde pek çok seçenek bulunmaktadır. Bu testlerin genellikle temel işlevleri aynıdır ve benzer sonuçlar verirler (Kalaycı, 2009). Bu araştırmada yaygın olarak kullanılan Tukey ve Dunnett testi tercih edilmiştir. Ortalamalar arasındaki farkın önem sınaması için hata payı $p < .05$ olarak kabul edilmiştir.

Bu bölümde araştırma kapsamına alınan bireyler, araştırmada kullanılan veri toplama araçları, veri toplamada izlenen yol ve verilerin analizinde uygulanan istatistiksel çözümlene yöntemleri üzerinde durulmuştur. Ayrıca Gestalt Temas Engelleri ölçeğinin uygulanması, geçerlilik ve güvenilirliğinin incelenmesi sırasında yapılan işlemlere ve Gestalt Temas Engelleri Ölçeğinin alt ölçeklerinin isimlendirilmesine değinilmiştir.

BÖLÜM IV

BULGULAR

Bu bölümde araştırma kapsamında toplanan verilerin istatistiksel analizleri sonucu elde edilen bulgulara yer verilmiştir. Bulgular iki kısımda ele alınmıştır. İlk kısımda GTEÖ'nün geliştirilmesi ile ilgili bulgulara yer verilmiştir. İkinci kısımda üniversite öğrencilerinin temas engellerinin bazı değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulgular yer almıştır.

4.1. GESTALT TEMAS ENGELLERİ ÖLÇEĞİNİN GELİŞTİRİLMESİNE İLİŞKİN BULGULAR

Bu kısımda öncelikle GTEÖ'nün geçerliğine ilişkin bulgular ardından güvenilirlik çalışmalarına ilişkin bulgular sunulmuştur.

4.1.1. GTEÖ'nün Geçerlilik Çalışmalarına İlişkin Bulgular

GTEÖ'nün geçerlilik çalışmaları doğrultusunda, ölçeğin kapsam geçerliği ve yapı geçerliği incelenmiştir. Benzer nitelikte bir ölçeğe ulaşamadığı için benzer ölçekler geçerliği incelenmemiştir.

4.1.1.1. Kapsam Geçerliliği

Kapsam geçerliği için uzman görüşlerine (Kaplan ve Saccuzzo, 2005) başvurulmuştur. Hazırlanan 98 maddeye ait uzman görüşlerine ilişkin geri bildirimler değerlendirilerek madde havuzundan 14 madde çıkarılmış ve madde havuzuna beş yeni madde eklenmiştir. Tez izleme komitesinde ki akademisyenin görüşleri doğrultusunda madde sayısı 103'e çıkarılmıştır. Başkent Üniversitesine devam eden 50 kişilik öğrenci grubuna pilot uygulama yapılmış ve öneriler doğrultusunda bir madde çıkarılarak 102 maddelik deneme formu elde edilmiştir.

4.1.1.2. Yapı Geçerliliği

Faktör analizi bir geçerlilik çalışmasıdır (Büyüköztürk, 2003; Gorsuch, 1997). Bu araştırmada Yapı geçerliği çalışmaları için açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri yapılmıştır.

4.1.1.2.1. Açımlayıcı Faktör Analizi:

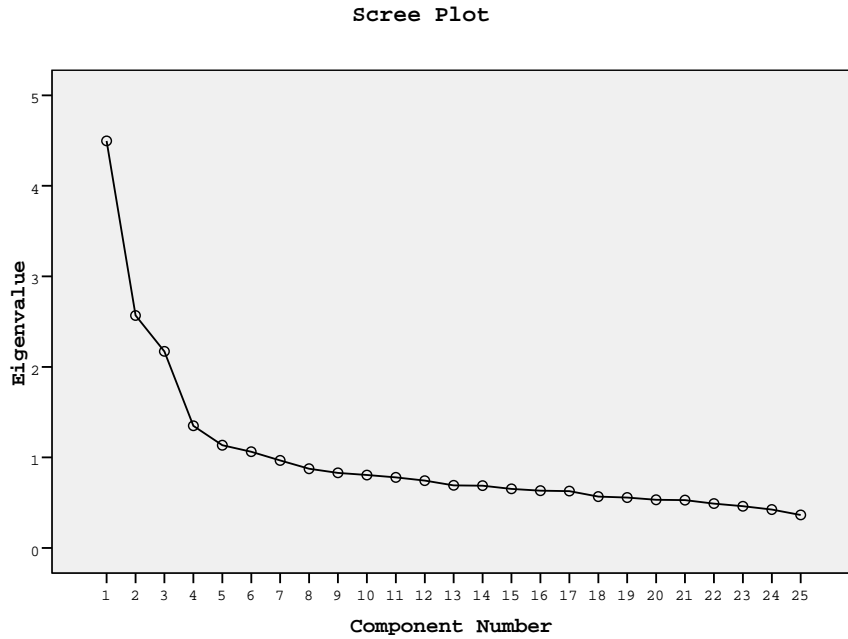
Yapı geçerliğini incelemek amacıyla faktör analizi tekniğinden yararlanılabilir. Faktör yapısını incelemek amacıyla öncelikle açımlayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Açımlayıcı faktör analizi, uzman görüşleri alınarak hazırlanan ölçeğin deneme formunun uygulanmasıyla elde edilen 1075 kişilik ikinci araştırma grubu üzerinde yapılmıştır. Öncelikle verilerin faktör analizi için uygun olup olmadığı Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) Katsayısı ve Bartlett Küresellik Testi ile değerlendirilmiştir (Büyüköztürk, 2003). KMO değeri, değişkenler tarafından oluşturulan ortak varyans miktarını bildirmektedir. Bu değer 1,00'a yakın olması verinin faktör analizi için uygun olduğunu gösterirken, 0,60'ın altına düşmesi veriler ile faktör analizi yapmanın doğru olmayacağını bildirmektedir (Büyüköztürk, 2003; Gorsuch, 1997). Bartlett Küresellik Testi değeri ve onun anlamlılığı ise değişkenlerin birbirleri ile korelasyon gösterip göstermediklerini sınar. Tablo IV-1' de görüldüğü gibi GTEÖ için KMO değeri .87 olarak bulunmuş ve Bartlett Testi sonucu da anlamlı çıkmıştır.

TABLO IV-1 KMO ve Bartlett Testi Sonuçları

KMO Örnekleme Yeterliliği		,873
Bartlett Testi	Yaklaşık χ^2	41403,756
	Serbestlik Derecesi	5151
	Anlamlılık	,000

Verilerin faktör analizi için uygun çıkması üzerine, ölçeğin faktör yapısını incelemek amacıyla açımlayıcı (exploratory) faktör analizi (AFA), faktörleştirme tekniği olarak da temel bileşenler analizi (TBA) seçilmiştir (Kline, 1994). TBA faktörleştirme tekniği olarak yorumlanması görece daha kolay olan ve sık kullanılan bir istatistiktir. Bu analizde ölçekte yer alan bir maddenin tanımlanacak olan bir faktörde yer alıp almaması, o faktörle olan ilişkisini gösteren yük değerinin yüksek olmasına bağlıdır. Bir faktörde yüksek yük değeri gösteren maddeler faktörün tanımladığı yapıyı ölçen maddeler olarak adlandırılır (Büyüköztürk, 2003). Madde faktör yük değerinin genellikle 0.45 ve daha yüksek olması istenmekle birlikte faktör değeri ,30 ve üstü olan maddeler de ölçekte tutulabilir (Kline, 2000; Tabachnik ve Fidel, 2001). Bu çalışmada faktör yükleri .40 ve üstü olan maddeler analize dahil edilmiştir. İki faktöre birden giren maddeler ölçekten çıkarılmıştır.

İlk analiz sonuçları ölçeğin özdeğeri birden büyük 28 faktörde toplandığı görülmüştür. Bu analizden sonra faktör yükleri .40'ın altında olan ve birden fazla faktörde birbirine yakın faktör yükleriyle yer alan 31 madde analizden çıkartılarak kalan maddeler Varimaks dik döndürme tekniği (Büyüköztürk, 2003) ile tekrar analiz edilmiştir. Bu analiz sonucunda da 16 madde ölçekten çıkarılmıştır. Yapılan üçüncü analizde faktör sayısı maddelerin içeriklerine bakıldığında kavramsal olarak uygun olabileceği düşünülen dört faktör ile sınırlandırılmıştır. Analiz sonunda ölçekteki madde sayısı 45' e inmiştir. Diğerlerine göre düşük faktör yüküne sahip ve tez izleme komitesinde yer alan uzmanların görüşüne dayalı olarak kavramsal olarak uygun olmadığı düşünülen maddelerin de atılması ile ölçeğin 24 maddelik haline ulaşılmıştır. Elde edilen özdeğer grafiği incelenmiş ve dört faktörün yorumlanabilir olduğu görülmüştür (Şekil IV-1).



Şekil IV–1 Açıklayıcı Faktör Analizi Özdeğer Grafiği (Scree Plot)

Açıklayıcı faktör analizi ile ortaya çıkan faktörlerin özdeğerlerinin gösterildiği grafikte hızlı düşüşlerin olduğu dört önemli faktör vardır. Birinci faktörden sonra hızlı bir düşüş, ikinci, üçüncü ve dördüncü faktörden sonra da daha az olmakla birlikte ivmeli bir düşüş gözlenmiştir. Sonraki faktörlerde grafiğin gidişi yatay olup önemli bir düşüş gözlenmediğinden ölçeğin dört faktörlü olabileceği düşünülmüştür.

Belirlenen ölçütlere uygun 24 madde ve bu maddelerin ait olduğu dört faktör bulunmuştur. Her bir faktöre yüklenen maddeler içerik açısından incelenmiş ve maddelerin içerikleri dikkate alınarak faktörlere isimler verilmiştir. Buna göre dört faktöre Temas (T), Tam Temas, (TT), Bağımlı Temas (BT) ve Temas Sonrası (TS) isimleri verilmiştir. Söz konusu dört faktöre ait 1' den daha büyük değere sahip (Lester ve Bishop, 2000) özdeğerler ve bu özdeğerlere karşılık gelen varyans açıklama oranları tablo IV-2' de verilmiştir. Ayrıca tablo IV-3'te boyutlara göre maddeler ve faktör yükleri verilmiştir.

TABLO IV-2 Faktörlerin Özdeğerleri ve Açıklanan Varyans Oranları

Faktörler	Özdeğer (Eigenvalue)	Açıklanan varyans
TT	4,49	13,84
BT	2,56	11,88
T	2,17	9,01
TS	1,35	7,60
TOPLAM	9,50	42,33

Tablo IV-2 incelendiğinde analize dâhil edilen maddelerin öz değeri birden büyük dört faktörde toplandığı görülmüştür. Bu dört faktörün açıkladıkları toplam varyans oranı % 42,33'dür. Toplam varyansın % 13,84'ünü tam temas, % 11,88'ini bağımlı temas, % 9,01'ini temas, % 7,60'ını temas sonrası faktörleri açıklamıştır.

TABLO IV-3 Açıklayıcı Faktör Analizine Göre Alt Faktörler ve Maddelere Göre Faktör Yükleri

Maddeler	F1	F2	F3	F4
	(TT)	(BT)	(T)	(TS)
25	,758			
16	,753			
77	,706			
50	,691			
15	,582			
41	,502			
88	,484			
64	,427			
44		,690		
63		,654		
53		,633		
62		,627		
54		,625		
97		,514		
45		492		
39			,702	
57			,688	
22			,653	
92			,630	
66			,431	
93				,675
31				,617
23				,594
102				,567

Tablo IV-3’ de görüldüğü gibi birinci faktördeki madde faktör yükleri .427-.758, ikinci faktörde .492-.690, üçüncü faktörde .431-.702, dördüncü faktörde .567-.675, arasında değişmiştir. Ölçeğin tamamında ise madde faktör yüklerinin .427-.758 arasında değiştiği gözlenmiştir. Birden fazla bileşene yüklenen maddeler alınmayarak ölçekten çıkarılmıştır. Yukarıdaki tabloda virgülu olarak yazılmış yükleme değerleri, o maddenin hangi faktöre ait olduğunu göstermektedir. TT faktöründe sekiz, BT faktöründe yedi, T faktöründe beş, TS faktöründe dört madde bulunmaktadır. Böylece açıklayıcı faktör analizi sonrasında toplam 24 maddeden oluşan dört faktörlü bir yapı elde edilmiştir.

4.1.1.2.2. Doğrulayıcı Faktör Analizi:

Açımlayıcı faktör analizi sonucunda oluşan dört faktörün yapısal geçerliğini sınamak amacıyla söz konusu dört faktörlü yapıya ait model Lisrel 8.71 programı kullanılarak doğrulayıcı faktör analizi (DFA) ile test edilmiştir. DFA kuramsal bir temelden destek alarak pek çok değişkenden (göstergelerden) oluşturulan faktörlerin (gizli değişkenlerin) gerçek verilerle ne derecede uyum gösterdiğini değerlendirmeye yönelik bir analizdir. Bu analiz ile gizil değişkenler arasındaki ilişkilere dayalı önerilen modelle, gözlenen verinin ne oranda uyduğu dair istatistikler elde edilebilir. Kısacası DFA işlemi ile ortaya konan ölçüm modelinin amacı, gözlenen ya da ölçülen değişkenlerin/göstergelerin altta yatan gizil değişkenleri ne oranda iyi temsil ettiklerini saptamaktır (Sümer, 2000). DFA, yapısal eşitlik modelinin (YEM) özel bir şeklidir (Fayers ve Hand, 1997) ve ölçeğin yapı geçerliği için kanıt sağlar (McIntire ve Miller, 2000; Lewis, Francis, Shevlin ve Forrest, 2002).

Doğrulayıcı faktör analizi sürecinde geçerliğe ilişkin çeşitli model uyum indeksleri elde edilir. Uyum indekslerinin kuramsal model ile gerçek veriler arasındaki uyumu değerlendirmelerinde birbirlerine göre güçlü ve zayıf yönlerinin olması nedeniyle modelin uyumunun ortaya konulması için birçok uyum indeksi değerinin kullanılması önerilir. Bunlardan en sık kullanılanları: Ki-Kare uyum testi (Chi-Square Goodness, χ^2), İyilik Uyum indeksi (Goodness of Fit Index, GFI), Düzeltilmiş İyilik Uyum İndeksi (Adjusted Goodness of Fit Index, AGFI), Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (Comparative Fit Index, CFI), Normleştirilmiş Uyum İndeksi (Normed Fit Index, NFI), Ortama Hataların Karekökü (Root Mean Square Residuals, RMR veya RMS) ve Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü'dür (Root Mean Square Error of Approximation, RMSEA), Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü (Root-Mean-Square Error of Approximation) ve Standardize Edilmiş Hataların Ortalama Karelerinin Karekökü (S-RMR) (Cole, 1987; Sümer, 2000). Bulgular ifade edilirken tüm uyum indeksleri İngilizce kısaltmaları kullanılarak verilmiştir.

GTEÖ'nün model sınamasında uygulanan DFA için ikinci araştırma grubundan elde edilen veriler kullanılmıştır. Model tanımlamasında maddelerin dört faktör ile temsil

edileceği ve sekiz maddenin tam temas, yedi maddenin bağımlı temas, beş maddenin temas, dört maddenin temas sonrası faktörünün altında yer alacağı denencesi sınanmıştır. Dört faktörlü model için hesaplanan uyum indeksleri Tablo IV-4'de verilmiştir.

TABLO IV-4 GTEÖ' ye Ait Uyum İndeksleri

χ^2	df	χ^2 :df	GFI	AGFI	CFI	NNFI	SRMR	RMSEA
1144.43	246	4,65	,92	,90	0,91	0,89	,06	,06

DFA ile sınanan modelin uyum indeksleri incelendiğinde Ki Kare değerinin ($\chi^2 = 1144.43$, $N=207$, $sd=246$, $p=.000$) anlamlı olduğu görülmüştür. Ancak örneklem genişledikçe analiz sonuçlarının anlamlı çıkma olasılığı artar. Bu nedenle büyük örneklemelerde χ^2 /df oranına bakılması önerilir ve bu oranın beşten küçük olması uyumun bir göstergesi sayılır (Sümer, 2000). Tablo IV-4'de görüldüğü gibi bu indeks açısından modelin iyi uyum gösterdiği anlaşılmıştır.

DFA sonucuna göre Tablo IV-4'de görüldüğü gibi modelin uyum indeksleri, $RMSEA=0,06$, $GFI=0,92$, $AGFI=0,90$, $CFI=0,91$, $NNFI=0,89$, $RMR=0,07$ ve $SRMR=0,06$ 'dir. Yukarıda belirtilen bu indekslerden $RMSEA$ ve RMR 'in 0'a yakın değerler vermesi beklenir ve 0,05'e eşit ya da daha küçük değerler çok iyi bir uyumu gösterir. Modelin karmaşıklığı dikkate alındığında 0,08 ve hatta 0,10'un altındaki değerler de kabul edilebilir (Sümer, 2000). Burada sınanan modelin çok boyutlu bir yapıdan oluşması ve $RMSEA$ ve RMR değerlerinin 0,05 ile 0,08 arasında olması nedeniyle kabul edilebilir düzeyde uyum gösterdiği söylenebilir.

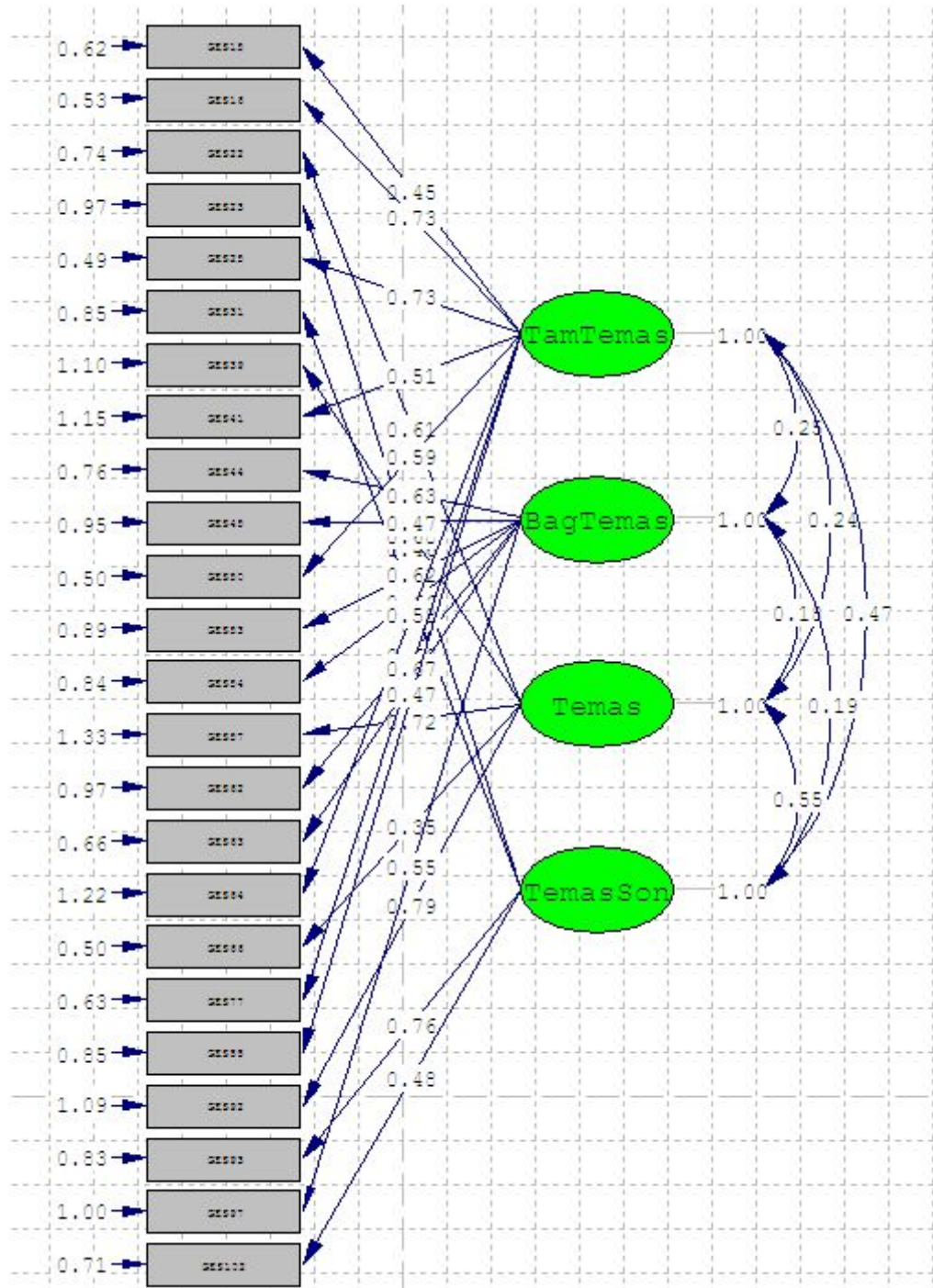
Bir diğer uyum indeksi olan GFI elde edilen faktörlerin kuramsal olarak önerilen faktörlere benzerliğini ortaya koyar ve uygunluğun örneklem genişliğinden bağımsız değerlendirilebilmesi için geliştirilmiştir. Sümer (2000) GFI ve $AGFI$ değerlerinin .95 ve üzeri olmasının çok iyi uyumu, 0,90-0,95 arası olmasının tatminkar düzeyde uyumu gösterdiğini belirttiğinden bu çalışmada bulunan GFI (0,92) ve $AGFI$ (0,90) değerlerinin uyum için kabul edilebilir oldukları söylenebilir.

Artmalı uyum indeksleri olan CFI ve NNFI değerlerinin 0,95'in üzerinde olması çok iyi bir uyumu, 0,90-0,95 arasında olması ise kabul edilebilir bir uyumu gösterir (Gypsy ve Gerard, 2002; Sümer, 2000). Bu çalışmada hesaplanan CFI (0,91) ve NNFI (0,90) değerlerine göre modelin kabul edilebilir düzeyde uyuma sahip olduğu anlaşılmıştır.

Uyum indeksleri incelendiğinde bütün göstergeler model ve gözlenen veri arasında uyum olduğunu göstermiştir. Tablo IV-5'de verilen değerlere bakıldığında GTEÖ'nün 24 maddesi için önerilen modelin kabul edilebilir düzeyde uyum gösterdiği söylenebilir. Modifikasyon indeksleri incelendiğinde kuramsal yapıya da uygun farklı bir faktör oluşumunun katkısının .01 düzeyini geçemediği görüldüğü için GTEÖ'nün dört faktörlü halinin bundan sonraki analizlerde kullanılmasına karar verilmiştir.

Yapılan DFA sonucu 24 maddelik ölçeğin uyum indeksleri yanında madde faktör yükleri (λ) ile madde güvenilirlikleri (R^2) de incelenmiştir. Buna ilişkin veriler Şekil IV-2' de ve Tablo IV-5' de verilmiştir.

ŞEKİL IV- 2: GTEÖ Faktör Yapısı (Standart Kat Sayılar)



TABLO IV-5 DFA ile Elde Edilen Madde Faktör Yükleri ve Güvenilirlikleri

Gözlenen Değişkenler (Ölçek Maddeleri)	λ	Gizil Değişkenler (Faktörler)	R ²
22	.61	Temas	.16
66	.35		.12
92	.79		.17
39	.68		.15
57	.72		.15
16	.73	Tam Temas	.24
25	.73		.24
77	.67		.21
88	.47		.14
64	.58		.14
15	.45		.15
41	.51		.13
50	.59	Bağımlı Temas	.21
63	.57		.17
54	.66		.18
45	.47		.12
97	.55		.14
62	.60		.15
53	.62	Temas Sonrası	.16
44	.63		.17
31	.51		.13
102	.48		.13
93	.76		.17
23	.46		.11

Tablo IV-5’de DFA sonucuna göre madde faktör yüklerinin, 35 ile .79 arasında değiştiği gözlenmiştir. Tabloda görüldüğü gibi maddelerin R² değerleri (güvenilirlik indeksleri) oldukça yüksektir. Bunlar arasında yer alan ve .11 değerine sahip olan 23. madde, model uyum indeksleri göz önüne alındığında kabul edilebilir düzeydedir. Sonuç olarak, 24 madde ve dört alt boyuttan oluşan ölçeğin son haline ulaşılmıştır. Modele giren bütün maddeler modelle uyum vermiştir.

Ölçek son haliyle 24 maddeden oluşan dört faktörlü bir araçtır. Bu faktörlerin tanımları ve örnek maddeleri aşağıda verilmiştir.

Temas: Beş maddeden oluşan bu faktör, “İnsanların kötülük etmeye yatkın olduklarını düşünüyorum.” ve “İnsanlar göründükleri kadar iyi değildirlir.” gibi kişinin kendisinde olmasını istemediği özellikleri dışa yansıttığı ifadelerin olduğu bir faktördür.

Tam Temas: Sekiz maddeden oluşan bu faktör, “Yardım istemekte zorlanırım.”, “İşime odaklanmakta güçlük çekerim.” ve “Herhangi bir konuda harekete geçmekte zorlanırım.” gibi bireyin enerjiyi doğal yolundan alternatif bir yola ya da kendine çevirdiğini ifade eden maddelerin ortaya çıktığı faktördür.

Bağımlı Temas: Yedi maddeden oluşan bu faktör, “Benim için çevrem tarafından kabul edilmek önemlidir” ve “Uygun olmasam bile başkalarını eğlendirmek için elimden geleni yaparım” gibi kişilerarası ilişkilerde karşısındaki kişiye odaklı olma, bireyselleşme ve farklılaşmayı engelleyen maddelerin ortaya çıktığı faktördür.

Temas Sonrası: Bu faktörde dört madde yer almaktadır. “Başkalarıyla geçireceğim zamanı kendime ayırmayı tercih ederim” ve “Sorunlarımı tek başıma çözerim.” gibi başkalarıyla birlikte olmaktansa yalnızlığı tercih etmeye eğilimli düşüncelere ait ifadeler bu faktörde ortaya çıkmıştır.

4.1.1.2.3 GTEÖ'nün Alt Ölçekleri Arası Korelasyon Değerleri

GTEÖ'nün alt ölçekleri arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon katsayısı ile incelenmiştir. Tablo IV-6'da görüldüğü gibi GTEÖ'nün temas sonrası alt boyutu ile bağımlı temas boyutu arasındaki korelasyon hariç GTEÖ'nün alt ölçekleri ile ilişkileri olumlu yönde ve .01 düzeyinde anlamlıdır. Ölçeğin faktör puanları arasındaki korelasyonlar .06 ile .38 arasında değişmiştir. Bu durum alt ölçeklerin birbirleriyle korelasyonlarının düşük olduğu anlamına gelmektedir ki Gestalt temas döngüsünün aşamaları birbirinden farklılık gösterdiğinden bu, istenen bir durumdur.

Tablo IV-6 GTEÖ'nün Alt Ölçekleri Arası Korelasyon Değerleri

	F1 Temas	F2 Tam Temas	F3 Bağımlı Temas	F4 Temas Sonrası
F1 Temas	1.00			
F2 Tam Temas	.25**	1.00		
F3 Bağımlı Temas	.13*	.28**	1.00	
F4 Temas Sonrası	.38**	.20**	.06	1.00

*p <.05, ** p <.01.

4.1.2. GTEÖ'nün Güvenilirlik Çalışmalarına İlişkin Bulgular

Bu araştırmada Gestalt Temas Engelleri Ölçeği'nin güvenilirlik çalışmaları kapsamında test-tekrar test güvenilirliği ve iç tutarlılık katsayısı hesaplanmıştır.

4.1.2.1. Test-tekrar Test Güvenilirliği

Test tekrar test yöntemi ile ölçeğin güvenilirliğini belirlemek amacıyla GTEÖ 2008–2009 öğretim yılında Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi dördüncü sınıfa devam eden toplam 81 öğrenciye üç hafta arayla (Büyüköztürk, 2003) uygulanmıştır. Hesaplanan test tekrar test güvenilirlik katsayıları Tablo IV-7'de verilmiştir.

Tablo IV-7 GTEÖ Test Tekrar Test Güvenilirlik Katsayıları

n: 81	F1 Temas	F2 Tam Temas	F3 Bağımlı Temas	F4 Temas Sonrası
Test tekrar test güvenilirliği	.74	.77	.69	.65

Tablo IV-7'de de görüldüğü gibi faktör puanları için elde edilen test tekrar test güvenilirlik katsayıları temas alt ölçeği için 0,74; tam temas alt ölçeği için 0,77; bağımlı

temas alt ölçeği için 0,69 ve temas sonrası alt ölçeği için 0,65 bulunmuştur. GTEÖ'nün faktör toplam puanları için elde edilen test tekrar test güvenilirlik katsayıları anlamlıdır.

4.1.2.2. İç Tutarlılık Güvenilirliği

Ölçeğin bir diğer güvenilirlik çalışması iç tutarlılık katsayılarının hesaplanması yoluyla yapılmıştır. Ölçeğin tarama amacıyla 365 kişiye uygulanmasıyla elde edilen verilere ait alt ölçeklerin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları aşağıda verilmiştir.

Tablo IV–8 GTEÖ İç Tutarlılık Katsayıları

n: 365	F1	F2	F3	F4
	Temas	Tam Temas	Bağımlı Temas	Temas Sonrası
İç Tutarlılık Katsayısı	.61	.79	.75	.60

GTEÖ'nün Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları Temas alt ölçeği için 0,61; tam temas alt ölçeği için 0,79; bağımlı temas alt ölçeği için 0,75 ve temas sonrası alt ölçeği için 0,60 bulunmuştur. Tablo IV–8' de görüldüğü gibi GTEÖ'nün alt ölçekleri için elde edilen katsayılar ölçeğin yeterli oranda güvenilir olduğunu ortaya koymaktadır. GTEÖ'nün alt ölçeklerinden temas ve temas sonrası alt ölçeklerinin güvenilirlik katsayılarının diğer alt ölçeklerin güvenilirlik katsayılarına göre düşük olması (sırasıyla; .60 ve.61) bu alt ölçeklerdeki madde sayısının az olmasıyla açıklanabilir (Kaplan ve Sacuzzo, 2005; Tekindal, 2002).

4.2 GESTALT TEMAS ENGELLERİNE İLİŞKİN BULGULAR

Araştırmanın ikinci bölümünde ise, 2008–2009 öğretim yılı bahar döneminde Anadolu Üniversitesi Eğitim fakültesi'ne devam eden 365 birinci, ikinci ve üçüncü sınıf öğrencilerine GTEÖ uygulanmış ve temas engellerinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

4.2.1. Üniversite Öğrencileri İle Yapılan Tek Yönlü MANOVA Analizine İlişkin Bulgular

Çalışmanın bağımsız değişkenleri cinsiyet, sınıf düzeyi, ÖSS alan türü, algılanan sosyo-ekonomik düzey, algılanan anne-baba tutumu, aile biçimi ve üniversite yaşantısına kadar yaşamın geçirildiği yerdir. Bağımlı değişkenler ise GTEÖ'nün alt ölçekleri olan temas, tam temas, bağımlı temas ve temas sonrasıdır. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenler üzerinde etkileri Tek Yönlü MANOVA yapılarak incelenmiş, bulgular aşağıda sırasıyla verilmiştir.

4.2.1.1 Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyetlerine Göre Temas Engelleri

Üniversite öğrencilerinin cinsiyetleriyle temas engelleri arasındaki ilişkiyi açığa çıkarabilmek için cinsiyetlerine bağlı olarak üniversite öğrencileri “kız” ve “erkek” olmak üzere iki grupta sınıflandırılmış ve bu grupların temas engellerine ilişkin n , \bar{x} , S değerleri Tablo IV-9’da gösterilmiştir.

Tablo IV-9 Cinsiyet ile Temas Engellerine Ait n , \bar{x} , S Değerleri

Bağımlı Değişken	Cinsiyet	n	\bar{x}	S
Temas	Kız	170	11,92	3,92
	Erkek	195	11,83	4,37
Tam Temas	Kız	170	12,20	4,10
	Erkek	195	11,43	4,21
Bağımlı Temas	Kız	170	16,87	4,79
	Erkek	195	17,74	5,75
Temas Sonrası	Kız	170	10,49	2,77
	Erkek	195	10,50	3,11

Tablo IV-9’da görüldüğü gibi üniversite öğrencilerinin temas engelleri puan ortalamaları cinsiyetlerine göre farklılık göstermektedir. Gözlenen bu farklılıkların manidar olup olmadığını göstermek amacıyla verilere Tek Yönlü MANOVA uygulanmış ve sonuçlar Tablo IV-10’da sunulmuştur.

Tablo IV-10 Cinsiyet Değişkenine İlişkin Tek Yönlü MANOVA Analiz Sonuçları

Etki	Wilk’s Lambda	F	Hipotez Serbestlik derecesi	Hata serbestlik derecesi	Anlamlılık düzeyi
Cinsiyet	,964	3,503	4	360	,010

Tablo IV-10’da görüleceği gibi yapılan Tek Yönlü MANOVA sonucunda elde edilen (Wilks $\Lambda = .96$; $F_{4,360} = 3.50$; $p = .01$) değeri, üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre temas engelleri puanları arasında anlamlı bir fark bulunduğunu göstermektedir. Başka bir deyişle, temas engelleri üzerinde cinsiyet önemli bir farklılığa yol açmaktadır. Bu farkın kaynağını saptamak amacıyla analizin bir sonraki aşamasında çok değişkenli ANOVA test yapılmış, sonuçlar Tablo IV-11’de verilmiştir.

Tablo IV-11 Cinsiyet Değişkenine İlişkin Çok Değişkenli ANOVA Sonuçları

Kaynak	Bağımlı değişken	KT	sd	KO	F	p
Cinsiyet	Temas	,523	1	,523	,030	,862
	Tam Temas	149,139	1	149,139	5,493	,020
	Bağımlı Temas	263,688	1	263,688	10,883	,001
	Temas Sonrası	,093	1	,093	,011	,918
Hata	Temas	6312,425	363	17,390		
	Tam Temas	9855,173	363	27,149		
	Bağımlı Temas	8794,986	363	24,229		
	Temas Sonrası	3193,102	363	8,796		
Toplam	Temas	57751,000	365			
	Tam Temas	118606,000	365			
	Bağımlı Temas	228861,000	365			
	Temas Sonrası	43340,000	365			

$$\alpha = ,05/4 = 0,0125$$

Tablo IV-11 incelendiğinde bağımlı temas puanlarında kız ve erkek üniversite öğrencileri arasında farklılıklar bulunduğu görülmektedir. ($F_{1,363}=10,88$; $p=.001$). Bağımlı temas ölçeğinde kızların ortalaması 16,87; erkeklerin ortalaması 17.84'tür. Buna göre erkekler, kızlara göre bağımlı temas engeline daha çok sahiptirler. Ayrıca her ne kadar araştırmada $\alpha = .05$ alınmış olsa da, çok değişkenli ANOVA testlerinde $\alpha = 1 - (1 - \alpha_1)(1 - \alpha_2) \dots (1 - \alpha_p)$ kadardır (Tabachnick ve Fidel, 2007). Bu durumda yukarıdaki tabloda hata payı (familywise error) = .18 olmaktadır. Dolayısıyla I. tip hatayı azaltmak amacıyla α , bağımlı değişken sayısına bölünerek (α/p şeklinde) Bonferroni düzeltmesi yapılmıştır. Bu düzenlemeyle cinsiyete bağlı olarak Tam Temas Ölçeğinden alınan puanlar arasında anlamlı bir farkın bulunmadığı sonucuna varılmıştır. ($F_{1,363}=5,49$; $p> .0125$). Buna ek olarak temas ve temas sonrası puanlarının cinsiyet farklılıklarına bağlı olarak değişmediği görülmektedir.

4.2.1.2 Üniversite Öğrencilerinin ÖSS Alan Türüne Göre Temas Engelleri

Üniversite öğrencilerinin ÖSS alan türleri ile temas engelleri arasındaki ilişkiyi açığa çıkarabilmek için ÖSS alan türüne bağlı olarak üniversite öğrencileri “Sözel”, “Sayısal” ve “Eşit-Ağırlık” olmak üzere üç grupta sınıflandırılmış ve bu grupların temas engellerine ilişkin n , \bar{x} , s değerleri Tablo IV-12’de gösterilmiştir.

Tablo IV-12 ÖSS Alan Türü ile Temas Engellerine Ait n , \bar{x} , s Değerleri

Bağımlı Değişken	ÖSS Alan Türü	n	\bar{x}	s
Temas	Sözel	122	12,52	4,24
	Sayısal	114	11,66	4,17
	Eşit Ağırlık	129	11,43	4,03
Tam Temas	Sözel	122	17,90	5,20
	Sayısal	114	17,14	5,62
	Eşit Ağırlık	129	16,71	4,89
Bağımlı Temas	Sözel	122	25,04	4,47
	Sayısal	114	25,91	4,67
	Eşit Ağırlık	129	22,85	5,26
Temas Sonrası	Sözel	122	10,98	3,27
	Sayısal	114	10,81	2,86
	Eşit Ağırlık	129	9,72	2,58

Tablo IV-12’de görüldüğü gibi üniversite öğrencilerinin temas engelleri puan ortalamaları ÖSS alan türlerine göre farklılık göstermektedir. Gözlenen bu farklılıkların manidar olup olmadığını kontrol etmek amacıyla verilere Tek Yönlü MANOVA uygulanmış ve sonuçlar Tablo IV-13’de sunulmuştur.

Tablo IV-13 ÖSS Alan Türü Değişkenine İlişkin Tek Yönlü MANOVA Analiz Sonuçları

Etki	Wilks' Lambda	F	Hipotez Serbestlik derecesi	Hata serbestlik derecesi	Anlamlılık düzeyi
Öss Alan Türü	0,889	2,01	4	718	0,00

Tek yönlü MANOVA analizine göre kovaryans matrislerinin eşitliğine ve değişkenlerin gruplar arası varyanslarının homojenliğine dayanılarak (Ek 4) Wilk's Lamda değeri dikkate alınmıştır. Tablo IV-13'de görüleceği gibi yapılan Tek Yönlü MANOVA sonucunda elde edilen (Wilks $\Lambda = .88$; $F_{4,718} = 2,01$; $p = .00$) değeri, üniversite öğrencilerinin ÖSS alan türlerine göre temas engelleri puanları arasında anlamlı bir fark bulunduğunu göstermektedir. Başka bir deyişle, temas engelleri üzerinde ÖSS alan türü önemli bir farklılığa yol açmaktadır. Bu farkın kaynağını saptamak amacıyla analizin bir sonraki aşamasında Çok Değişkenli ANOVA test yapılmış, sonuçlar Tablo IV-14'de verilmiştir.

Tablo IV-14 ÖSS Alan Türü Değişkenine İlişkin Çok Değişkenli ANOVA Sonuçları

Kaynak	Bağımlı değişken	KT	sd	KO	F	p
ÖSS Alan türü	Temas	81,498	2	40,749	2,367	0,95
	Tam Temas	91,452	2	45,726	1,670	0,19
	Bağımlı Temas	612,555	2	306,277	13,127	0,00
	Temas Sonrası	116,592	2	58,296	6,859	0,01
Hata	Temas	6231,449	362	17,214		
	Tam Temas	9912,862	362	27,384		
	Bağımlı Temas	8446,119	362	23,332		
	Temas Sonrası	3076,603	362	8,499		
Toplam	Temas	57751,000	365			
	Tam Temas	118606,000	365			
	Bağımlı Temas	228861,000	365			
	Temas Sonrası	43340,000	365			

$$\alpha = 0,05/4 = 0,0125$$

Tablo IV-14 incelendiğinde bağımlı temas ($F_{2,362}=13,12$; $p=.000$) ve temas sonrası ($F_{2,362}=6,85$; $P=.001$) puanlarında ÖSS alan türüne göre üniversite öğrencileri arasında farklılıklar bulunduğu görülmektedir. Buna ek olarak temas ve tam temas puanlarının

ÖSS alan türüne bağlı olarak değişmediği görülmektedir. Anlamlı farklara rastlanan değişkenler üzerindeki farkların kaynağının hangi grupların ortalamaları arasındaki farktan kaynaklandığı Tukey testi ile kontrol edilerek, sonuçlar aşağıda verilmiştir.

Tablo 15. ÖSS Alan Türü ile Bağımlı Temas ve Temas Sonrası Değişkenlerine Ait Puanların Dağılımı ve Tukey Testi Sonuçları

Bağımlı Değişken	Bölüm türü	n	\bar{X}		S
			1	2	
Bağımlı temas	Eşit-Ağırlık	129		26,85	5,26
	Sözel	122	25,04		4,47
	Sayısal	114	25,91		4,67
Temas sonrası	Eşit-ağırlık	114	9,72		2,58
	Sayısal	129		10,81	2,86
	Sözel	122		10,98	3,27

$$\alpha = 0,05/4 = 0,0125$$

Tablo 15 incelendiğinde üniversiteye sözel puan türü ile yerleşen üniversite öğrencilerinin bağımlı temas puan ortalaması 25,04; sayısal puan türü ile yerleşen üniversite öğrencilerinin bağımlı temas puan ortalaması 25,91; eşit-ağırlık puan türü ile yerleşen üniversite öğrencilerinin bağımlı temas puan ortalaması ise 22,85'dir. Dolayısıyla sonuçlar incelendiğinde; eşit-ağırlık puan türü ile yerleşen üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeyleri sözel ve sayısal puan türü ile yerleşen üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeylerinden anlamlı olarak yüksek çıkmıştır.

Tablo 15 incelendiğinde üniversiteye sözel puan türü ile yerleşen üniversite öğrencilerinin temas sonrası puan ortalaması 10,98; sayısal puan türü ile yerleşen üniversite öğrencilerinin temas sonrası puan ortalaması 10,81; eşit-ağırlık puan türü ile yerleşen üniversite öğrencilerinin temas sonrası puan ortalaması ise 9,72'dir. Dolayısıyla sonuçlar incelendiğinde; eşit-ağırlık puan türü ile yerleşen üniversite

öğrencilerinin temas sonrası düzeyleri sözel ve sayısal puan türü ile yerleşen üniversite öğrencilerinin temas sonrası düzeylerinden anlamlı olarak düşük çıkmıştır.

4.2.1.3 Üniversite Öğrencilerinin Sınıf Düzeyine Göre Temas Engelleri

Üniversite öğrencilerinin sınıf düzeyleri ile temas engelleri arasındaki ilişkiyi açığa çıkarabilmek için sınıf düzeyine bağlı olarak üniversite öğrencileri “1. sınıf”, “2. sınıf” ve “3. sınıf” olmak üzere üç grupta sınıflandırılmış ve bu grupların temas engellerine ilişkin n , \bar{x} , S değerleri Tablo IV-16’de gösterilmiştir.

Tablo IV-16 Sınıf Düzeyi ile Temas Engellerine Ait n , \bar{x} , S Değerleri

Bağımlı Değişken	Sınıf Düzeyi	n	\bar{x}	S
Temas	1. sınıf	111	11,97	4,67
	2. sınıf	143	12,14	3,84
	3. sınıf	111	11,41	4,02
Tam Temas	1. sınıf	111	18,46	5,52
	2. sınıf	143	16,52	5,23
	3. sınıf	111	16,96	4,77
Bağımlı Temas	1. sınıf	111	18,46	5,52
	2. sınıf	143	16,52	5,23
	3. sınıf	111	16,96	4,77
Temas Sonrası	1. sınıf	111	10,62	2,91
	2. sınıf	143	10,41	2,93
	3. sınıf	111	10,45	3,06

Tablo IV-16’da görüldüğü gibi üniversite öğrencilerinin temas engelleri puan ortalamaları sınıf düzeylerine göre farklılık göstermektedir. Gözlenen bu farklılıkların manidar olup olmadığını kontrol etmek amacıyla verilere Tek Yönlü MANOVA uygulanmış ve sonuçlar Tablo IV-17’de sunulmuştur.

Tablo IV-17 Sınıf Düzeyi Değişkenine İlişkin Tek Yönlü MANOVA Analiz Sonuçları

Etki	Wilks' Lambda	F	Hipotez Serbestlik derecesi	Hata serbestlik derecesi	Anlamlılık düzeyi
Sınıf Düzeyi	,951	2,301	8	718,000	,01

Tek yönlü MANOVA analizine göre kovaryans matrislerinin eşitliğine ve değişkenlerin gruplar arası varyanslarının homojenliğine dayanılarak (Ek 4) Wilk's Lamda değeri dikkate alınmıştır. Tablo IV-17'de görüleceği gibi yapılan Tek Yönlü MANOVA sonucunda elde edilen (wilks $\Lambda = .95$; $F_{8,718} = 2,01$; $p = .01$) değeri, üniversite öğrencilerinin sınıf düzeylerine göre temas engelleri puanları arasında anlamlı bir fark bulunduğunu göstermektedir. Başka bir deyişle, temas engelleri üzerinde sınıf düzeyi önemli bir farklılığa yol açmaktadır. Bu farkın kaynağını saptamak amacıyla analizin bir sonraki aşamasında Çok Değişkenli ANOVA test yapılmış, sonuçlar Tablo IV-18'de verilmiştir.

Tablo IV-18 Sınıf Düzeyi Değişkenine İlişkin Çok değişkenli ANOVA Sonuçları

Kaynak	Bağımlı değişken	KT	sd	KO	F	p
Sınıf Düzeyi	Temas	35,176	2	17,588	1,014	,36
	Tam Temas	249,152	2	124,576	4,623	,01
	Bağımlı Temas	244,905	2	122,452	5,029	,00
	Temas Sonrası	2,952	2	1,476	,167	,84
Hata	Temas	6277,772	362	17,342		
	Tam Temas	9755,160	362	26,948		
	Bağımlı Temas	8813,769	362	24,347		
	Temas Sonrası	3190,243	362	8,813		
Toplam	Temas	57751,000	365			
	Tam Temas	118606,000	365			
	Bağımlı Temas	228861,000	365			
	Temas Sonrası	43340,000	365			

$$\alpha=,05/4= 0,0125$$

Tablo IV-18 incelendiğinde tam temas ($F_{2,362}=4,62$; $p=.01$) ve bağımlı temas ($F_{2,362}=5,02$; $p=.00$) puanlarında sınıf düzeyine göre üniversite öğrencileri arasında farklılıklar bulunduğu görülmektedir. Buna ek olarak temas ve temas sonrası puanlarının sınıf düzeyine bağlı olarak değişmediği görülmektedir. Anlamlı farklara rastlanan değişkenler üzerindeki farkların kaynağının hangi grupların ortalamaları arasındaki farktan kaynaklandığı Tukey testi ile kontrol edilerek, sonuçlar aşağıda verilmiştir

Tablo 19. Sınıf Düzeyi ile Tam Temas ve Bağımlı Temas Değişkenlerine Ait Puanların Dağılımı ve Tukey Testi Sonuçları

Bağımlı değişken	Sınıf Düzeyi	n	\bar{x}		S
			1	2	
Tam Temas	2. sınıf	143	16,52		5,22
	3. sınıf	111	16,96		4,93
	1. sınıf	111		18,46	4,52
Bağımlı Temas	2. sınıf	143	23,93		5,22
	3. sınıf	111	24,09		4,93
	1. sınıf	111		25,77	4,52

$$\alpha=,05/4= 0,0125$$

Tablo 19 incelendiğinde 1. sınıfa devam eden üniversite öğrencilerinin tam temas puan ortalaması 18,46; 2. sınıfa devam eden üniversite öğrencilerinin tam temas puan ortalaması 16,52 ve 3. sınıfa devam eden üniversite öğrencilerinin tam temas puan ortalaması 16,96'dır. Dolayısıyla sonuçlar incelendiğinde; birinci sınıfa devam eden üniversite öğrencilerinin tam temas düzeyleri ikinci ve üçüncü sınıf üniversite öğrencilerinin tam temas düzeylerinden anlamlı olarak yüksek çıkmıştır.

Tablo 19 incelendiğinde 1. sınıfa devam eden üniversite öğrencilerinin bağımlı temas puan ortalaması 25,77; 2. sınıfa devam eden üniversite öğrencilerinin bağımlı temas puan ortalaması 23,93 ve 3. sınıfa devam eden üniversite öğrencilerinin bağımlı temas puan ortalaması 24,09'dur. Dolayısıyla sonuçlar incelendiğinde; birinci sınıfa devam eden üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeyleri ikinci ve üçüncü sınıf üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeylerinden anlamlı olarak yüksek çıkmıştır

4.2.1.4 Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Sosyo-ekonomik Düzeyine Göre Temas Engelleri

Üniversite öğrencilerinin algılanan sosyo-ekonomik düzeyleri ile temas engelleri arasındaki ilişkiyi açığa çıkarabilmek için algılanan sosyo-ekonomik düzeyine bağlı olarak üniversite öğrencileri “Düşük”, “Orta” ve “Yüksek” olmak üzere üç grupta sınıflandırılmış ve bu grupların temas engellerine ilişkin n , \bar{x} , S değerleri Tablo IV-20’de gösterilmiştir.

Tablo IV-20 Algılanan Sosyo-Ekonomik Düzeyleri ile Temas Engellerine Ait n , \bar{x} , S Değerleri

Bağımlı Değişken	Algılanan Sosyo Ekonomik Düzey	n	\bar{x}	S
Temas	Düşük	52	12,98	4,69
	Orta	283	11,76	4,13
	Yüksek	30	10,93	3,07
Tam Temas	Düşük	52	19,38	5,82
	Orta	283	16,99	5,14
	Yüksek	30	15,96	4,21
Bağımlı Temas	Düşük	52	28,07	5,96
	Orta	283	24,62	4,02
	Yüksek	30	17,60	4,50
Temas Sonrası	Düşük	52	28,07	5,96
	Orta	283	24,62	4,02
	Yüksek	30	17,60	4,50

Tablo IV-20’de görüldüğü gibi üniversite öğrencilerinin temas engelleri puan ortalamaları algılanan sosyo-ekonomik düzeylerine göre farklılık göstermektedir. Gözlenen bu farklılıkların manidar olup olmadığını kontrol etmek amacıyla verilere Tek Yönlü MANOVA uygulanmış ve sonuçlar Tablo IV-21’de sunulmuştur.

Tablo IV-21 Algılanan Sosyo-Ekonomik Düzey değişkenine İlişkin Tek Yönlü MANOVA Analiz Sonuçları

Etki	Pillai's Trace	F	Hipotez Serbestlik derecesi	Hata serbestlik derecesi	Anlamlılık düzeyi
Sosyo-Ekonomik Düzey	,252	12,955	8	720	,000

Algılanan sosyo-ekonomik düzeye ilişkin tek yönlü MANOVA analizi sonucunda bağımlı değişkenlerin kovaryans matrisleri eşit olmadığından ve bağımlı değişkenlerden temas ve bağımlı temas değişkenlerinin gruplar arası varyansları homojen dağılmadığından (EK 4) Pillai's Trace değerlerine bakılmıştır. Tablo IV-13’de görüleceği gibi yapılan Tek Yönlü MANOVA sonucunda elde edilen (Pillai's Trace = .25; $F_{8,720} = 12,95$; $p = .00$) değeri, üniversite öğrencilerinin algılanan sosyo-ekonomik düzeylerine göre temas engelleri puanları arasında anlamlı bir fark bulunduğunu göstermektedir. Başka bir deyişle, temas engelleri üzerinde algılanan sosyo-ekonomik düzeyi önemli bir farklılığa yol açmaktadır. Bu farkın kaynağını saptamak amacıyla analizin bir sonraki aşamasında Çok Değişkenli ANOVA testi yapılmış, sonuçlar Tablo IV-22’de verilmiştir.

Tablo IV-22 Algılanan Sosyo-Ekonomik Düzey Değişkenine İlişkin Çok Değişkenli ANOVA Sonuçları

Kaynak	Bağımlı değişken	KT	sd	KO	F	p
Algılanan sosyo-ekonomik düzey	Temas	93,493	2	46,746	2,721	,067
	Tam Temas	305,052	2	152,526	5,693	,004
	Bağımlı Temas	2097,485	2	1048,742	54,537	,000
	Temas Sonrası	37,700	2	18,850	2,163	,117
Hata	Temas	6219,455	362	17,181		
	Tam Temas	9699,260	362	26,794		
	Bağımlı Temas	6961,189	362	19,230		
	Temas Sonrası	3155,494	362	8,717		
Toplam	Temas	57751,000	365			
	Tam Temas	118606,000	365			
	Bağımlı Temas	228861,000	365			
	Temas Sonrası	43340,000	365			

$$\alpha = 0,05/4 = 0,0125$$

Tablo IV-22 incelendiğinde tam temas ($F_{2,362}=5,69$; $p=.00$) ve bağımlı temas ($F_{2,362}=54,53$; $p=.000$) puanlarında algılanan sosyo-ekonomik düzeye göre üniversite öğrencileri arasında farklılıklar bulunduğu görülmektedir. Buna ek olarak temas ve temas sonrası puanlarının algılanan sosyo-ekonomik düzeye bağlı olarak değişmediği görülmektedir. Anlamlı farklara rastlanan tam temas değişkeni için farkların kaynağının hangi grupların ortalamaları arasındaki farktan kaynaklandığı Tukey testi ve bağımlı temas değişkeni için farkların kaynağının hangi grupların ortalamaları arasındaki farktan kaynaklandığı varyanslar homojen dağılmadığından Dunnett testi ile kontrol edilerek, sonuçlar aşağıda verilmiştir

Tablo 23. Algılanan Sosyo-Ekonomik Düzey ile Tam Temas ve Bağımlı Temas Değişkenlerine Ait Puanların Dağılımı, Tukey ve Dunnett Testi Sonuçları

Bağımlı değişken	Algılanan sosyo-ekonomik düzey	n	\bar{x}		S
			1	2	
Tam Temas	Yüksek	30	15,96		4,21
	Orta	283	16,99		5,14
	Düşük	52		19,38	5,82
Bağımlı Temas	Yüksek	30	17,6		4,21
	Orta	283		24,6	5,14
	Düşük	52		28,07	5,82

$$\alpha = 0,05/4 = 0,0125$$

Tablo 23 incelendiğinde yüksek düzeyde sosyo-ekonomik düzeye sahip olduğunu ifade eden üniversite öğrencilerinin tam temas puan ortalaması 15,96; orta düzeyde sosyo-ekonomik düzeye sahip olduğunu ifade eden üniversite öğrencilerinin tam temas puan ortalaması 16,99 ve düşük düzeyde sosyo-ekonomik düzeye sahip olduğunu ifade eden üniversite öğrencilerinin tam temas puan ortalaması 19,38'dir. Dolayısıyla sonuçlar incelendiğinde; düşük düzeyde sosyo-ekonomik düzeye sahip olduğunu ifade eden üniversite öğrencilerinin tam temas düzeyleri yüksek ve orta düzeyde sosyo-ekonomik düzeye sahip olduklarını ifade eden üniversite öğrencilerinin tam temas düzeylerinden anlamlı olarak yüksek çıkmıştır. Ayrıca yüksek düzeyde sosyo-ekonomik düzeye sahip olduğunu ifade eden üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeyleri düşük ve orta düzeyde sosyo-ekonomik düzeye sahip olduklarını ifade eden üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeylerinden anlamlı olarak düşük çıkmıştır.

4.2.1.5 Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Anne Baba Tutumu ile Temas Engelleri Düzeylerine İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin algılanan anne baba tutumu ile temas engelleri arasındaki ilişkiyi açığa çıkarabilmek için algılanan anne baba tutumlarına bağlı olarak üniversite öğrencileri “demokratik”, “otoriter” ve “koruyucu” olmak üzere üç grupta sınıflandırılmış ve bu grupların temas engellerine ilişkin n , \bar{x} , S değerleri Tablo IV-24’de gösterilmiştir.

Tablo IV-24 Algılanan Anne Baba Tutumu ile Temas Engellerine Ait n , \bar{x} , S Değerleri

Bağımlı Değişken	Algılanan anne baba tutumu	n	\bar{x}	S
Temas	Demokratik	137	12,72	4,40
	Otoriter	80	11,72	3,80
	Koruyucu	148	11,16	4,00
Tam Temas	Demokratik	137	18,23	5,65
	Otoriter	80	17,18	5,08
	Koruyucu	148	16,37	4,78
Bağımlı Temas	Demokratik	137	28,00	3,80
	Otoriter	80	20,36	6,14
	Koruyucu	148	23,59	2,53
Temas Sonrası	Demokratik	137	10,43	3,28
	Otoriter	80	10,55	2,90
	Koruyucu	148	10,50	2,68

Tablo IV-24’de görüldüğü gibi üniversite öğrencilerinin temas engelleri puan ortalamaları algılanan anne baba tutumlarına göre farklılık göstermektedir. Gözlenen bu farklılıkların manidar olup olmadığını kontrol etmek amacıyla verilere Tek Yönlü MANOVA uygulanmış ve sonuçlar Tablo IV-25’de sunulmuştur.

Tablo IV-25 Algılanan Anne Baba Tutumu değişkenine İlişkin Tek Yönlü MANOVA Analiz Sonuçları

Etki	Wilks' Lambda	F	Hipotez Serbestlik derecesi	Hata serbestlik derecesi	Anlamlılık düzeyi
Algılanan anne-baba tutumu	,622	21,625	8	718,000	,000

Tek yönlü MANOVA analizine göre bağımlı değişkenlerdeki gruplar arası varyansların homojenliğine dayanılarak (Ek 4) Wilk's Lamda değeri dikkate alınmıştır. Tablo IV-25'de görüleceği gibi yapılan Tek Yönlü MANOVA sonucunda elde edilen (wilk $\Lambda = .62$; $F_{8,718} = 21,65$; $p = .00$) değeri, üniversite öğrencilerinin algılanan anne-baba tutumlarına göre temas engelleri puanları arasında anlamlı bir fark bulunduğunu göstermektedir. Başka bir deyişle, temas engelleri üzerinde algılanan anne-baba tutumu önemli bir farklılığa yol açmaktadır. Bu farkın kaynağını saptamak amacıyla analizin bir sonraki aşamasında Çok Değişkenli ANOVA testi yapılmış, sonuçlar Tablo IV-26'da verilmiştir.

Tablo IV-26 Algılanan Anne-Baba Tutumu Değişkenine İlişkin Çok Değişkenli ANOVA Sonuçları

Kaynak	Bağımlı değişken	KT	sd	KO	F	p
Algılanan Anne-Baba Tutumu	Temas	175,430	2	87,715	5,174	,006
	Tam Temas	247,038	2	123,519	4,583	,011
	Bağımlı Temas	3168,511	2	1584,255	97,366	,000
	Temas Sonrası	,810	2	,405	,046	,955
Hata	Temas	6137,518	362	16,954		
	Tam Temas	9757,274	362	26,954		
	Bağımlı Temas	5890,163	362	16,271		
	Temas Sonrası	3192,384	362	8,819		
Toplam	Temas	57751,000	365			
	Tam Temas	118606,000	365			
	Bağımlı Temas	228861,000	365			
	Temas Sonrası	43340,000	365			

$$\alpha = 0,05/4 = 0,0125$$

Tablo IV-26 incelendiğinde temas ($F_{2,362}=5,17$; $p=.00$); tam temas ($F_{2,362}=4,58$; $P=.01$)ve bağımlı temas ($F_{2,362}=97,36$; $p=.00$) puanlarında algılanan anne-baba tutumlarına göre üniversite öğrencileri arasında farklılıklar bulunduğu görülmektedir. Buna ek olarak temas sonrası puanlarının algılanan anne-baba tutumlarına bağlı olarak değişmediği görülmektedir. Anlamlı farklara rastlanan değişkenler üzerindeki farkların kaynağının hangi grupların ortalamaları arasındaki farktan kaynaklandığı Tukey testi ile kontrol edilerek, sonuçlar aşağıda verilmiştir

Tablo 27. Algılanan Anne-Baba Tutumu ile Temas, Tam Temas ve Bağımlı Temas Değişkenine Ait Puanların Dağılımı Tukey Testi Sonuçları

Bağımlı değişken	Algılanan Anne-Baba Tutumu	n	\bar{x}		S
			1	2	
Temas	Demokratik	148	11,16		4,00
	Otoriter	80	11,72		3,80
	Koruyucu	137		12,72	4,40
Tam Temas	Demokratik	148	16,37		4,78
	Otoriter	80	17,18		5,08
	Koruyucu	137		18,23	5,65
Bağımlı Temas	Demokratik	148		23,59	3,80
	Otoriter	80	20,36		6,14
	Koruyucu	137		28,00	2,53

$$\alpha = 0,05/4 = 0,0125$$

Tablo 27 incelendiğinde koruyucu anne-baba tutumuna sahip olduğunu bildiren üniversite öğrencilerinin temas puan ortalaması 12,72; otoriter anne-baba tutumuna sahip olduğunu bildiren üniversite öğrencilerinin temas puan ortalaması 11,72; demokratik anne-baba tutumuna sahip olduğunu bildiren üniversite öğrencilerinin temas puan ortalaması 11,16'dır. Dolayısıyla sonuçlar incelendiğinde; koruyucu anne-baba tutumuna sahip olduğunu bildiren üniversite öğrencilerinin temas düzeyleri otoriter ve demokratik anne-baba tutumuna sahip olduğunu bildiren üniversite öğrencilerinin temas düzeylerinden anlamlı olarak yüksek çıkmıştır.

Tablo 27 incelendiğinde koruyucu anne-baba tutumuna sahip olduğunu bildiren üniversite öğrencilerinin tam temas puan ortalaması 18,23; otoriter anne-baba tutumuna

sahip olduğunu bildiren üniversite öğrencilerinin tam temas puan ortalaması 17,18; demokratik anne-baba tutumuna sahip olduğunu bildiren üniversite öğrencilerinin tam temas puan ortalaması 16,37'dir. Dolayısıyla sonuçlar incelendiğinde; koruyucu anne-baba tutumuna sahip olduğunu bildiren üniversite öğrencilerinin tam temas düzeyleri otoriter ve demokratik anne-baba tutumuna sahip olduğunu bildiren üniversite öğrencilerinin tam temas düzeylerinden anlamlı olarak yüksek çıkmıştır

Tablo incelendiğinde koruyucu anne-baba tutumuna sahip olduğunu bildiren üniversite öğrencilerinin bağımlı temas puan ortalaması 28,00; otoriter anne-baba tutumuna sahip olduğunu bildiren üniversite öğrencilerinin bağımlı temas puan ortalaması 20,36; demokratik anne-baba tutumuna sahip olduğunu bildiren üniversite öğrencilerinin bağımlı temas puan ortalaması 23,56'dır. Dolayısıyla sonuçlar incelendiğinde; koruyucu anne-baba tutumuna sahip olduğunu bildiren üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeyleri otoriter ve demokratik anne-baba tutumuna sahip olduğunu bildiren üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeylerinden anlamlı olarak yüksek çıkmıştır

4.2.1.6 Üniversite Öğrencilerinin Aile Biçimlerine İlişkin Temas Engelleri

Üniversite öğrencilerinin aile biçimleri ile temas engelleri arasındaki ilişkiyi açığa çıkarabilmek için aile biçimlerine bağlı olarak üniversite öğrencileri “çekirdek aile”, “geniş aile” ve “parçalanmış aile” olmak üzere üç grupta sınıflandırılmış ve bu grupların temas engellerine ilişkin n , \bar{x} , S değerleri Tablo IV-28'de gösterilmiştir.

Tablo IV-28 Aile Biçimleri ile Temas Engellerine Ait n, \bar{x} , S Değerleri

Bağımlı Değişken	Aile Biçimleri	n	\bar{x}	S
Temas	Çekirdek aile	303	11,91	4,23
	Geniş aile	42	12,19	4,24
	Parçalanmış aile	20	10,50	2,50
Tam Temas	Çekirdek aile	303	17,09	5,20
	Geniş aile	42	18,45	5,69
	Parçalanmış aile	20	17,00	4,70
Bağımlı Temas	Çekirdek aile	303	24,53	4,77
	Geniş aile	42	26,30	5,18
	Parçalanmış aile	20	20,90	6,02
Temas Sonrası	Çekirdek aile	303	10,39	2,99
	Geniş aile	42	10,92	2,71
	Parçalanmış aile	20	11,00	2,90

Tablo IV-28’de görüldüğü gibi üniversite öğrencilerinin temas engelleri puan ortalamaları aile biçimlerine göre farklılık göstermektedir. Gözlenen bu farklılıkların manidar olup olmadığını kontrol etmek amacıyla verilere Tek Yönlü MANOVA uygulanmış ve sonuçlar Tablo IV-29’da sunulmuştur.

Tablo IV-29 Aile Biçimleri Değişkenine İlişkin Tek Yönlü MANOVA Analiz Sonuçları

Etki	Pillai’s Trace	F	Hipotez Serbestlik derecesi	Hata serbestlik derecesi	Anlamlılık düzeyi
Aile Biçimi	,060	2,799	8	720	,005

Tek yönlü MANOVA analizine göre bağımlı değişkenlerin kovaryans matrislerinin eşit olmadığından ve bağımlı değişkenlerden temas ve bağımlı temas değişkenlerinin gruplar arası varyansları homojen dağılmadığından (EK 4) Pillai’s Trace değerlerine bakılmıştır. Tablo IV-29’da görüleceği gibi yapılan Tek Yönlü MANOVA sonucunda elde edilen (Pillai’s Trace = .06; $F_{8,720} = 2,79$; $p = .00$) değeri, üniversite öğrencilerinin aile biçimlerine göre temas engelleri puanları arasında anlamlı bir fark bulunduğunu göstermektedir. Başka bir deyişle, temas engelleri üzerinde aile biçimleri önemli bir

farklılığa yol açmaktadır. Bu farkın kaynağını saptamak amacıyla analizin bir sonraki aşamasında Çok Değişkenli ANOVA testi yapılmış, sonuçlar Tablo IV-30'da verilmiştir.

Tablo IV- 30 Aile Biçimi Değişkenine İlişkin Çok Değişkenli ANOVA Sonuçları

Kaynak	Bağımlı değişken	KT	sd	KO	F	p
Aile Biçimi	Temas	42,534	2	21,267	1,228	,294
	Tam Temas	68,878	2	34,439	1,255	,286
	Bağımlı Temas	396,512	2	198,256	8,285	,000
	Temas Sonrası	16,145	2	8,072	,920	,400
Hata	Temas	6270,413	362	17,322		
	Tam Temas	9935,434	362	27,446		
	Bağımlı Temas	8662,162	362	23,929		
	Temas Sonrası	3177,050	362	8,776		
Toplam	Temas	57751,000	365			
	Tam Temas	118606,000	365			
	Bağımlı Temas	228861,000	365			
	Temas Sonrası	43340,000	365			

$$\alpha = 0,05/4 = 0,0125$$

Tablo IV-30 incelendiğinde bağımlı temas puanlarında aile biçimine göre üniversite öğrencileri arasında farklılıklar bulunduğu görülmektedir ($F_{2,362}=8,28$; $p=.000$). Buna ek olarak temas, tam temas ve temas sonrası puanlarının aile biçimine bağlı olarak değişmediği görülmektedir. Anlamlı farklara rastlanan bağımlı temas değişkeni için farkların kaynağının hangi grupların ortalamaları arasındaki farktan kaynaklandığı varyanslar homojen dağılmadığından Dunnett testi ile kontrol edilerek, sonuçlar aşağıda verilmiştir.

Tablo 31. Aile Biçimleri ile Bağımlı Temas Değişkenine Ait Puanların Dağılımı ve Dunnett Testi Sonuçları

Bağımlı değişken	Aile Biçimleri	n	\bar{X}		S
			1	2	
Bağımlı Temas	Parçalanmış aile	20	20,90		6,02
	Geniş Aile	42		26,30	5,18
	Çekirdek aile	303		24,53	4,77

$$\alpha = 0,05/4 = 0,0125$$

Tablo 31 incelendiğinde parçalanmış aileye sahip olduğunu bildiren üniversite öğrencilerinin bağımlı temas puan ortalaması 20,90; geniş aileye sahip olduğunu bildiren üniversite öğrencilerinin bağımlı temas puan ortalaması 26,30; çekirdek aileye sahip olduğunu bildiren üniversite öğrencilerinin bağımlı temas puan ortalaması 24,53'dür. Dolayısıyla sonuçlar incelendiğinde; parçalanmış aileye sahip olduğunu bildiren üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeyleri geniş ve çekirdek aileye sahip olduğunu bildiren üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeylerinden anlamlı olarak düşük çıkmıştır.

4.2.1.7 Üniversite Öğrencilerinin Üniversite Yaşantısına Kadar Yaşamlarını En Çok Geçirdikleri Yere İlişkin Temas Engelleri

Üniversite öğrencilerinin ile temas engelleri ile üniversite yaşantısına kadar yaşamlarını en çok geçirdikleri yer arasındaki ilişkiyi açığa çıkarabilmek için üniversite yaşantısına kadar yaşamlarını en çok geçirdikleri yere bağlı olarak üniversite öğrencileri “Belde”, “Küçükşehir” ve “Büyükşehir” olmak üzere üç grupta sınıflandırılmış ve bu grupların temas engellerine ilişkin n, \bar{X} , S değerleri Tablo IV-32’de gösterilmiştir.

Tablo IV-32 Üniversite Yaşantısına Kadar Yaşamlarını En Çok Geçirdikleri Yer ile Temas Engellerine Ait n, \bar{x} , S Değerleri

Bağımlı Değişken	Yaşamlarını EnÇok Geçirdikleri Yer	n	\bar{x}	S
Temas	Belde	92	12,47	4,00
	Küçükşehir	171	11,63	4,11
	Büyükşehir	102	11,72	4,36
Tam Temas	Belde	92	17,73	5,98
	Küçükşehir	171	17,46	4,67
	Büyükşehir	102	16,44	5,38
Bağımlı Temas	Belde	92	25,52	4,93
	Küçükşehir	171	23,96	4,87
	Büyükşehir	102	24,61	5,12
Temas Sonrası	Belde	92	11,38	3,05
	Küçükşehir	171	10,13	2,70
	Büyükşehir	102	10,27	3,15

Tablo IV-32’de görüldüğü gibi üniversite öğrencilerinin temas engelleri puan ortalamaları ÖSS alan türlerine göre farklılık göstermektedir. Gözlenen bu farklılıkların manidar olup olmadığını kontrol etmek amacıyla verilere Tek Yönlü MANOVA uygulanmış ve sonuçlar Tablo IV-33’de sunulmuştur.

Tablo IV-33 Üniversite Yaşantısına Kadar Yaşamlarını En Çok Geçirdikleri Yer Değişkenine İlişkin Tek Yönlü MANOVA Sonuçları

Etki	Pillai's Trace	F	Hipotez Serbestlik derecesi	Hata serbestlik derecesi	Anlamlılık düzeyi
Üniversiteye kadar yaşamın geçirildiği yer	,057	2,629	8	720	,008

Tek yönlü MANOVA analizine göre bağımlı değişkenlerin kovaryans matrislerinin eşit olmadığından ve bağımlı değişkenlerden tam temas ve temas sonrası değişkenlerinin gruplar arası varyansları homojen dağılmadığından (EK-4) Pillai's Trace değerlerine bakılmıştır. Tablo IV-33’de görüleceği gibi yapılan Tek Yönlü MANOVA sonucunda elde edilen (Pillai's Trace = .05; $F_{8,720} = 2,62$; $p = .00$) değeri, üniversite öğrencilerinin

üniversite eğitimine kadar yaşamlarını en çok geçirdikleri yere göre temas engelleri puanları arasında anlamlı bir fark bulunduğunu göstermektedir. Başka bir deyişle, temas engelleri üzerinde aile biçimleri önemli bir farklılığa yol açmaktadır. Bu farkın kaynağını saptamak amacıyla analizin bir sonraki aşamasında Çok Değişkenli ANOVA testi yapılmış, sonuçlar Tablo IV-34’de verilmiştir.

Tablo IV- 34 Üniversite Yaşantısına Kadar Yaşamlarını En Çok Geçirdikleri Yer Değişkenine İlişkin Çok Değişkenli ANOVA Sonuçları

Kaynak	Bağımlı değişken	KT	sd	KO	F	p
Üniversiteye kadar yaşamın geçirildiği yer	Temas	45,888	2	22,944	1,325	,267
	Tam Temas	96,853	2	48,427	1,769	,172
	Bağımlı Temas	145,840	2	72,920	2,962	,053
	Temas Sonrası	99,290	2	49,645	5,809	,003
Hata	Temas	6267,060	362	17,312		
	Tam Temas	9907,459	362	27,369		
	Bağımlı Temas	8912,834	362	24,621		
	Temas Sonrası	3093,905	362	8,547		
Toplam	Temas	57751,000	365			
	Tam Temas	118606,000	365			
	Bağımlı Temas	228861,000	365			
	Temas Sonrası	43340,000	365			

$$\alpha = ,05/4 = 0,0125$$

Tablo IV-34 incelendiğinde temas sonrası puanlarında üniversite yaşantısına kadar yaşamlarını en çok geçirdikleri yere göre üniversite öğrencileri arasında farklılıklar bulunduğu görülmektedir ($F_{2,362}=5,80$; $p=.003$). Buna ek olarak temas, tam temas ve bağımlı temas puanlarının üniversite yaşantısına kadar yaşamlarını en çok geçirdikleri yere bağlı olarak değişmediği görülmektedir. Anlamlı farklara rastlanan bağımlı temas değişkeni için farkların kaynağının hangi grupların ortalamaları arasındaki farktan

kaynaklandığı varyanslar homojen dağılmadığından Dunnett testi ile kontrol edilerek, sonuçlar aşağıda verilmiştir

Tablo 35. Üniversite Yaşantısına Kadar Yaşamlarını En Çok Geçirdikleri Yer ile Bağımlı Temas Değişkenine Ait Puanların Dağılımı ve Dunnett Testi Sonuçları

Bağımlı değişken	Üniversiteye kadar yaşamın geçirildiği yer	n	\bar{x}		S
			1	2	
Temas Sonrası	Küçük şehir	171	10,13		2,70
	Büyük şehir	102	10,27		3,15
	Belde	92		11,38	3,05

$$\alpha = 0,05/4 = 0,0125$$

Tablo 35 incelendiğinde üniversite eğitime kadar yaşamlarını en çok beldede geçiren üniversite öğrencilerinin temas sonrası puan ortalaması 11,38; küçük şehirde geçiren üniversite öğrencilerinin temas sonrası puan ortalaması 10,13; büyük şehirde geçiren üniversite öğrencilerinin temas sonrası puan ortalaması 10,27'dir. Dolayısıyla sonuçlar incelendiğinde; üniversite eğitime kadar yaşamlarını en çok beldede geçiren üniversite öğrencilerinin temas sonrası düzeyleri yaşamlarını küçük şehir ve büyükşehirde geçiren üniversite öğrencilerinin temas sonrası düzeylerinden anlamlı olarak yüksek çıkmıştır.

BÖLÜM V

TARTIŞMA VE YORUM

Araştırmanın bu bölümünde istatistiksel analizler sonucu elde edilen ve bulgular bölümünde sunulan araştırma sonuçları tartışılarak yorumlanmıştır. Bulgulara ilişkin yorum olmayacağı için, taramaya ilişkin bulguların tartışma ve yorumuna yer verilmiştir.

5.1 ÖLÇEK GELİŞTİRMEYE İLİŞKİN BULGULARIN TARTIŞMA VE YORUMU

5.1.1 GTEÖ' nün Geçerlilik ve Güvenilirliğine İlişkin Bulgularının Tartışma ve Yorumu

Açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi çalışmaları sonucunda 24 madde ve dört alt boyuttan oluşan ölçeğin son haline ulaşılmıştır. Modele giren bütün maddeler modelle uyum vermiştir ayrıca gerek geçerlilik gerekse güvenilirliğe ilişkin bulgulara göre, temas engellerini belirlemeye yönelik olarak geliştirilen geçerliği ve güvenilirliği olan bir araçtır. Dolayısıyla GTEÖ, farklı çalışmalarda kullanılabilir özelliklere sahiptir.

5.1.2 Gestalt Temas Engelleri Ölçeği'nin Alt Ölçeklerinin İsimlendirilmesi

Ölçek maddeleri belirlenirken sekiz temas engeli temel alınmıştır. Buna rağmen faktör analizi sonuçlarında bazı temas engellerinin bir arada çıkması kuramsal çerçeve kapsamında beklenen bir durumdur. Clarkson (1994)'e göre gestalt temas engellerinde her bir temas engeli birbirine bağlıdır ve fonksiyonel olarak birbiriyle ilişkilidir. Örneğin içverme ve sınırların yokluğu; dışa yansıtma ve kendine çevirmenin oluşması için gerekli olabilir.

Ölçeğin faktörleri isimlendirilirken ve belirlenirken Gestalt Temas döngüsünden yararlanılmıştır. Temas öncesi evrede ihtiyaç belirlemeye başlar fakat ihtiyaç açıklığa

kavuşmamıştır. İhtiyaç netleşmemiştir. Örneğin; Duyarsızlaşma temas engeli bireyin kendi duyularına ilgi göstermemesi durumudur. Temas döngüsünde temas öncesi duyum aşamasında ortaya çıkar. Dolayısıyla birey ihtiyaçlarının farkında değildir, duyumsamaz; doğal olarak da temas oluşmaz. Duyarsızlaşma temasın oluşmadığı bir süreçte gerçekleştiğinden yapılan faktör analizinde ayrı bir boyutta çıkmamış, dolayısıyla ölçekte temas öncesi bir alt ölçek olarak alınmamıştır.

İçe verme insanın çevresindeki önemli kişilerden alınan kuralları, düşünceleri içeren ilk mekanizmadır (Jacobs, 2007). Dolayısıyla içe verme temas engeli en ilkel temas engellerindedir ve Gestalt oluşum ve yıkım döngüsünün bütün aşamalarında görülebilir. Özellikle temas öncesi aşamada temasın oluşmadığı süreçte bu temas engeliyle daha çok karşılaşılır. Bunun yanı sıra diğer temas engelleriyle birlikte içe verme temas engeli görülebilir. Gestalt Temas Engelleri ölçeğinin bütün boyutlarında içe verme temas engeline rastlanmıştır. Dolayısıyla bütün boyutlarda içe verme temas engeli görüldüğünden, içe verme temas engeline ilişkin maddeler ölçekten çıkarılmıştır.

Temas aşaması ihtiyacın açıklığa kavuştuğu evredir. Bu aşamada oluşan temas engeli dışa yansıtmadır. Gestalt Temas Engelleri ölçeğinde ayrı bir boyut olarak çıkan dışa yansıtmanın oluşturduğu boyut “Temas” boyutu olarak adlandırılmıştır.

Tam temas aşamasında birey ihtiyacını gidermek için kendisi için en uygun olduğunu düşündüğü seçeneği seçer. Duygular, duyular temas oluştuğunda işler hale gelir. Bu aşamada karşılaşılabilecek temas engelleri Kendine çevirme ve Yön değiştirmedir. Ölçekte aynı boyutta çıkan bu temas engellerinin oluşturduğu boyut “Tam Temas” olarak adlandırılmıştır.

Sınırların yokluğu temas engeli bireyin çevreden farklılaşmadığını, ayrışmadığını gösterir. İlişkilerinde kişi kendi sınırlarını çizemez. Bu temas engelini kullanan bireyin ilişkileri özerklikten, farklılıktan, bireysellikten yoksundur (Clarkson, 1994). Jacobs (2002)’e göre tam temas aşamasından sonra birey ihtiyaçlarının da ötesinde sınırların yokluğunu kullanırsa bu sağlıklı olmaz ve temas sürecinde sorun yaşanmasına neden olur (Akt., Tofte, 2001). Yardım eden sendromu ise insanların, kendilerine yapılmasını

istediklerini başkalarına yapmalarındır. Bireyler gereksinimlerini ifade edemedikleri, isteklerini dile getiremedikleri durumlarda, başkalarının gereksinimlerini giderme konusunda yardım etmektedirler ve bu davranışlarının farkında değildirler. İnsanın kendi gereksinimlerine karşı dürüst olmaması bu temas engelinin kullanımına neden olur. Böyle yaparak bireyler ikincil doyum sağlarlar (Voltan-Acar, 2006). Ayrı boyutta oluşan Sınırların yokluğu ve Yardım Eden Sendromu temas engellerinin bulunduğu boyuta “Bağımlı Temas” ismi verilmiştir çünkü, bu temas engellerinde diğerlerine karşı oluşan bağımlılıktan söz edilir.

Tam temas aşaması doyumla tamamlanır ve birey sindirmek için çekilir. Bu sağlıklı bir süreçtir. Bazı durumlarda birey tam temas aşamasını doyumla tamamlamadan temastan çekilir ve bu durumun farkında olmaz. Bu ise sağlıklı olanıdır. Bu süreç temas sonrası aşaması, ya da temastan çekilme olarak da adlandırılmıştır (Jacobs, 2007). Temas döngüsünde son nokta sindirme ve şekli bırakma noktasıdır. Çekilme temas engeline bu aşamada “Temas Sonrası” adı verilmiştir.

Spagnuolo (1992)’ye göre temas döngüsü, Temas süreci; Temas öncesi, Temas, Tam Temas ve Temas Sonrası süreçlerinden oluşmuştur. İçerme, dışa yansıtma, sınırların yokluğu, yön değiştirme, kendine çevirme, çekilme kavramları temas döngüsünde yer alan temas engellerini ifade etmek için kullanılır. Spagnuolo (1992) temas sürecinin işleyişini şu şekilde ifade etmiştir: Temas öncesi aşamasında birey yeni oluşan bir durumu içerir. Durumun organizmaya uygun olup olmadığına bakar, diğer bir ifade ile yeni durumu ısıtır, çığır ya da tükürür. Bu dışa yansıtma temas engelini ifade eder ve temas aşamasında gerçekleşir. Kendisi için uygun bir durumsa durumu kabul eder, dolayısıyla dengededir. Durum, kendisi için uygun bir durum değilse ve sağlıklı olarak durumla baş edemiyorsa yön değiştirir ya da kendine çevirir. Bu, tam temas aşamasını ifade eder. Kendisi için uygun değilse kabul etmez ya da “hayır” diyerek reddeder. Eğer birey bu aşamayı sağlıklı sonlandıramazsa çekilir bir başka deyişle, teması sonlandırır. Bu ise, temas sonrası aşamadır. Temas sürecinde sınırların olmaması ya da belirsiz olması yani sınırların yokluğunun kullanılması sağlıklı bir durumdur. Temas aşamasından sonra bireyin ihtiyaçlarının ya da gerekenin ötesinde sınırların yokluğunu kullanması probleme neden olur (Akt., Tofte, 2001).

5.2 TARAMAYA İLİŞKİN BULGULARIN TARTIŞMA VE YORUMU

Araştırmada geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları yapılan GTEÖ kullanılarak üniversite öğrencilerinin temas engelleri bazı değişkenlere göre incelenmiştir. Bu doğrultuda araştırmada elde edilen bulguların tartışma ve yorumu aşağıda sunulmuştur.

5.2.1 Cinsiyet Açısından Üniversite öğrencilerinin Temas Engellerine İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu

Araştırma sonucu elde edilen bulgulara göre, cinsiyet değişkeni açısından üniversite öğrencilerinin GTEÖ'nün “Bağımlı Temas” alt ölçek puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür. Buna göre; kızların bağımlı temas düzeyleri erkeklerin bağımlı temas düzeylerinden anlamlı olarak düşük çıkmıştır. Bu bulgunun benzer bir şekilde cinsiyet ile temas engelleri arasındaki ilişkiyi incelemeyi hedefleyen bir araştırmaya ulaşılmadığından önceki araştırma bulgularıyla tartışılması mümkün değildir.

Türkiye, diğer çağdaş ülkelerde olduğu gibi, tarihinin en hızlı değişim sürecini yaşamaktadır. Bu hızlı değişimler Türk insanının değerler sistemini ve yaşam tarzını da etkiler (Çileli, 2000). Kentsel kesimlerde yaşayan kişiler Batılı yaşam tarzını ve değerlerini sergiler (Göregenli, 1995; Hortaçsu, 1997).

Sanayi devrimi ve son yıllardaki endüstriyellemenin sonucu olarak kadının iş hayatına atılarak evden çıkması, modernleşme ile eğitim seviyesinin yükselmesi ve de hayatın her alanında varlığını göstermeye başlaması, geleneksel Türk toplumundaki kadının yerini değiştirmeye ve önlere taşımaya başlamıştır. Bilinçlenen ve bağımsızlığı konusunda duyarlılık kazanan kadınlar; anne olduklarında da eski çocuk yetiştirme alışkanlıklarını; değiştirmeye başlamışlar ve bağımsız kızlar yetiştirme yolunda önemli adımlar atmışlardır. Bu her ne kadar eğitim almış kadınları kapsasa, kırsal bölgelerdeki

alışkanlıklarına devam eden babalar ve aileler olduğu bilinse de; eskisine göre bu konuda önemli adımlar atıldığı düşünülmektedir (Seydooğulları, 2008).

Ayrıca bilindiği gibi bu çalışmanın araştırma grubunu üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Dolayısıyla Türk toplumunda üniversiteye gidebilme konusunda ailesini ikna edebilmiş ya da kız çocuklarının okumalarını destekleyen ebeveyne sahip bir grupta çalışılmıştır. Hala kız çocuklarının okutulmasına karşı olan ailelerin olduğu düşünülürse bu araştırma kapsamındaki öğrencilerin ve sahip oldukları ailelerinin bu konuda farklı tutumları olduğu ve sonuç olarak da kız çocuklarının özerkleşmesine izin verdikleri söylenebilir.

Bağımlı temas alt ölçeğinde yer alan maddeler sınırların yokluğu ve yardım eden sendromu temas engellerine ait maddelerdir. Sınırların yokluğu temas engeline birey çevresinden farklılaşamaz ve kendi sınırlarını çizemez. Bu temas engelini sık kullanan bireyler genelde uyumlu görünürler ve kendilerine uygun olmayan düşüncelere bile karşı çıkmazlar, tepkilerini göstermezler. Dolayısıyla, başkalarına bağımlılık söz konusudur. Yardım eden sendromu ise bireyin kendisine nasıl davranılmasını istiyorsa başkalarına o şekilde davranmasıdır. Yardım eden sendromunu sağlıklı biçimde kullanan bireyler, kendi ihtiyaçlarının tam olarak farkında olmayan ve başkaları için yaşamayı değer edinen bireylerdir. Dolayısıyla yardım eden sendromu temas engelini sık kullanan bireylerin çevreleriyle bağımlı bir şekilde temas kurdukları söylenebilir. Araştırmada kız üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeyleri erkeklerden düşük çıkmıştır. Yukarıda da ifade edildiği gibi batılılaşma çabalarıyla birlikte toplumsal anlamda ortaya çıkan değişimlerden dolayı erkek öğrencilerin bağımlı temas düzeyleri daha yüksek çıkmış olabilir. Ayrıca özellikle annelerin erkek çocuklarına daha bağlı olmaları, beklentilerinin de bu yönde olması bu sonucu pekiştirmiştir.

5.2.2 Bölüm Puan Türü Açısından Üniversite öğrencilerinin Temas Engellerine İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu

Araştırma sonucu elde edilen bulgulara göre, bölüm puan türü değişkeni açısından üniversite öğrencilerinin GTEÖ'nün "Bağımlı Temas" ve "Temas Sonrası" alt ölçek puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür. Sonuçlara göre; eşit-ağırlık puan türü ile yerleşen üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeyleri sözel ve sayısal puan türü ile yerleşen üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeylerinden yüksek çıkmıştır. Ayrıca eşit-ağırlık puan türü ile yerleşen üniversite öğrencilerinin temas sonrası düzeyleri sözel ve sayısal puan türü ile yerleşen üniversite öğrencilerinin temas sonrası düzeylerinden anlamlı olarak düşük çıkmıştır.

Araştırma kapsamına alınan üniversite öğrencilerinin devam ettikleri bölümlerinin yerleştirme sürecinde ele aldığı puan türleri "Eşit Ağırlık=Türkçe-Matematik", "Sayısal=Matematik-Fen" ve "Sözel=Türkçe-Sosyal" türlerinden oluşmuştur. Bölümleri tek tek ele almak yerine bütün bölümler eğitim fakültesi kapsamında yer aldığından puan türleri dikkate alınmıştır.

Sözel puan türünü oluşturan bölümler Sosyal Bilgiler Öğretmenliği ve Türkçe Öğretmenliği bölümlerinden; Sayısal puan türünü oluşturan bölümler İlköğretim Matematik Öğretmenliği ve Fen Bilgisi Öğretmenliği bölümlerinden; Eşit Ağırlık puan türünü oluşturan bölümler Sınıf Öğretmenliği ve Zihin Engelliler öğretmenliği bölümlerinden oluşmaktadır. Bu durumda sınıf öğretmenliği bölümü ile zihin engelliler öğretmenliği bölümü öğrencilerinin bağımlı temas engeli düzeyi diğer bölümlerden anlamlı olarak yüksek ve temas sonrası engeli düzeyleri ise diğer bölümlerden anlamlı olarak yüksek çıkmıştır.

Sınıf öğretmenliği ve zihin engelliler öğretmenliği bölümleri gerek ders içerikleri gerekse mezuniyet sonrası istihdamı açısından diğer bölümlere göre farklılık gösterebilir. İlkokul birinci sınıftan itibaren aldıkları öğrencileri okutan ve bu öğrenciler için farklı bir yere sahip olan sınıf öğretmenleri eğitim sürecinde de bu bakış açısıyla

yetiştirilebilirler. Birinci sınıftan itibaren aynı öğrencilerle süreci devam ettirmek ve onlardan sorumlu olmak farklı bir bağlılığı da beraberinde getirir. Benzer şekilde zihin engelli öğrenciler ile çalışmak da farklı bir sabır, sorumluluk ve bağlılık ister. Eğitim sürecinde de bu durumun vurgulandığı düşünülürse bu bölümlerin üniversite öğrencilerinin bağımlı temas engeli düzeylerinin yüksek çıkması beklenen bir durumdur.

Temas sonrası süreçinde sık gözlenen temas engeli çekilmedir. Bu temas engeli sınırların yokluğunun tersi bir durumdur. Birey ihtiyacını karşılamadığında farkında olmadan ortamdan çekilir. Bağımlı temas ile ters bir durum olarak değerlendirilebilir. Yukarıda ifade edilen gerekçelerden dolayı sınıf öğretmeni ve zihin engelliler öğretmeni adaylarının temas sonrası engelleri düzeylerini düşük çıkması beklenen bir durumdur.

5.2.3 Sınıf Düzeyi Açısından Üniversite öğrencilerinin Temas Engellerine İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu

Araştırma sonucu elde edilen bulgulara göre, sınıf düzeyi değişkeni açısından üniversite öğrencilerinin GTEÖ'nün "tam Temas" ve "bağımlı temas" alt ölçek puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür. Buna göre; birinci sınıfa devam eden üniversite öğrencilerinin tam temas düzeyleri ikinci ve üçüncü sınıf üniversite öğrencilerinin tam temas düzeylerinden anlamlı olarak yüksek çıkmıştır. Ayrıca birinci sınıfa devam eden üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeyleri ikinci ve üçüncü sınıf üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeylerinden anlamlı olarak yüksek çıkmıştır. Bu bulgunun benzer bir şekilde sınıfı ile temas engelleri arasındaki ilişkiyi incelemeyi hedefleyen bir araştırmaya ulaşılmadığından önceki araştırma bulgularıyla tartışılması mümkün değildir.

Gestalt temas döngüsünün tam temas aşamasında birey ihtiyacını gidermek için kendisi için en uygun olduğunu düşündüğü seçeneği seçer. Duygular, duygular temas oluştuğunda işler hale gelir. Bu aşamada karşılaşılabilecek temas engelleri kendine çevirme ve yön değiştirir. Kendine çevirme temas engelini farkında olmadan

kullanan birey, hem ihtiyacını karşılamaya çalışır hem de bu çabayı baskı altına alır. Bir süre sonra kişi kendi içerisinde çelişki yaşar ve kendine yabancı bir “ben” oluşur. Bu temas engelini sık kullanan bireyler sürekli olarak kendilerini suçlarlar, kontrollü olmaya çalışırlar ve olumsuz benlik imgesine sahiptirler. Onlar, ihtiyaçlarını dile getirmek ve yardım almak konusunda zorluk yaşarlar (Perls ve Diğ., 1973; Clarkson 1994). Kişinin, çevreden gelen duyuların etkisini azaltmak ve oluşacak temasın meydana getireceği güçlü duygulanımlardan kaçınmak için enerjisini temas dışındaki başka bir alana yönelterek hedeften uzaklaşması yön değiştirmedir (Latner, 2000). Tam temas aşaması yön değiştirme ve kendine çevirme temas engellerinin yoğun olarak görüldüğü aşamadır.

Daha önce yapılan araştırma sonuçlarıyla karşılaştırma olanağı bulunmasa da bu bulgu gelişim ve öğrenme kuramları çerçevesinde tartışılabilir. Sosyal öğrenme kuramına göre cinsiyet, yaş, tutumlar gibi bireysel özellikler kişinin zihinsel süreçlerini, davranışlarını, sosyal yaşantılarını etkiler (Hamilton ve Ghalat, 1994). Erikson’un (1980) sekiz aşamalı psikososyal gelişim kuramı her aşamada bireyin gereksinimleri ile toplumun ondan beklediklerinin farklı olduğunu ifade eder. Erikson gelişimin sürekli bir çizgiyi takip ettiğini ve her aşamada aşılması gereken farklı bir gelişim görevi olduğunu belirtir. Üniversite yılları Erikson’a göre ergenlik dönemindeki kimlik kazanma çabalarının ortadan kalktığı bir döneme denk gelir. Birey artık çevresindeki insanlarla yakın ilişkiler kurmaya ve sorumluluk almaya hazırdır (Bacanlı, 1998). Dolayısıyla bireyin devam ettiği sınıf düzeyi yükseldikçe yaşantılarının da arttığı ve ihtiyaçlarını karşılama konusunda daha çok deneyim kazandığı söylenebilir.

Tam temas aşaması bireyin ihtiyaçlarını en uygun şekilde gidermeye başladığı bir aşamadır. Ayrıca bağımlı temas aşaması ise sınırların yokluğu ve yardım eden sendromu temas engellerinden oluşur. Bu aşama; bireyin çevreden farklılaşmadığı, ilişkilerinde kendi sınırlarını çok iyi çizemediği aşamadır. Bağımlı temas engeline sahip bireyin ilişkileri özerklikten, farklılıktan, bireysellikten yoksundur. Üniversite birinci sınıfa devam eden bir öğrenci öncelikle yeni yaşantısına uyum sağlamaya çalışır. Ayrıca ailesine daha bağlı olduğu düşünülebilir. Üniversiteye yeni gelen öğrenci fiziksel, sosyal, duygusal ihtiyaçlarını en uygun şekilde karşılama konusunda sıkıntı yaşayabilir.

İhtiyaçlarını gideremediğinden, kendine çevirme ve yön değiştirme temas engellerini kullanabilir. Üniversitedeki yaşantıları arttıkça, süreç içerisinde deneyim kazanır ve daha özerk olmaya başlar. Üniversite yaşantısı sürecinde farklı görüş ve deneyimlerin olduğunu fark eder ve olgunlaşır. Yukarıda belirtilen görüşler doğrultusunda bu araştırma kapsamında yer alan bireylerin üniversitede bulunma süreleri arttıkça gelişmeye ve olgunlaşmaya bağlı olarak daha özerk olacaklarını ve ihtiyaçlarını daha uygun şekilde karşılayacaklarını söylemek mümkündür. Dolayısıyla birinci sınıf öğrencilerinin tam temas ve bağımlı temas alt ölçeğinden aldığı puanların ikinci ve üçüncü sınıf öğrencilerinden yüksek olması beklenen bir durumdur.

5.2.4 Algılanan Sosyo-Ekonomik Düzey Açısından Üniversite öğrencilerinin Temas Engellerine İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu

Araştırma sonucu elde edilen bulgulara göre, algılanan sosyo-ekonomik düzey değişkeni açısından üniversite öğrencilerinin GTEÖ'nün "Tam Temas" ve "Bağımlı Temas" alt ölçek puan ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur. Düşük sosyo-ekonomik düzeye sahip olduğunu ifade eden üniversite öğrencilerinin tam temas düzeyleri yüksek ve orta düzeyde sosyo-ekonomik düzeye sahip olduklarını ifade eden üniversite öğrencilerinin tam temas düzeylerinden anlamlı olarak yüksek çıkmıştır. Ayrıca yüksek düzeyde sosyo-ekonomik düzeye sahip olduğunu ifade eden üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeyleri düşük ve orta düzeyde sosyo-ekonomik düzeye sahip olduklarını ifade eden üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeylerinden anlamlı olarak düşük çıkmıştır. Bu bulgunun, algılanan sosyo-ekonomik düzey ile temas engelleri arasındaki ilişkiyi incelemeyi hedefleyen benzer bir araştırmaya ulaşılmadığından, önceki araştırma bulgularıyla tartışılması mümkün değildir.

Her toplumda ekonomik ve eğitim düzeyi birbirinden farklı gruplar vardır. Sosyal sınıflar olarak adlandırılan bu grupların benimsedikleri değer sistemleri ve yaşam biçimleri de birbirinden farklıdır. Her birey içinde bulunduğu sınıfın değerlerini ve yaşam biçimlerini benimseyerek yetişir (Kramer, 1980). Bir çalışmada, İmamoğlu (1987) üst sosyo-ekonomik seviyedeki ailelerin çocuklarını bireyci ve bağımsız

yetiştirirlerken, alt sosyo-ekonomik seviyedeki ailelerin çocuklarını bağımlı kişiler olarak yetiştirdiklerini bulmuştur.

Hatırlanacağı gibi tam temas aşamasındaki bireyler özgüvenleri daha düşük bireyler olabilmektedir. Üst sosyo ekonomik düzeydeki ailelerin tersine alt sosyo ekonomik ailelerde yetişen bireyler daha bağımlı ve daha az özgüvenli olabilmektedirler. Yetiştirilme konusundaki farklılıklardan dolayı alt sosyo ekonomik düzeye sahip olduklarını belirten üniversite öğrencilerinin tam temas düzeyleri yüksek ve yüksek sosyo ekonomik düzeye sahip olduklarını belirten üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeyleri daha düşük çıkmış olabilir.

5.2.5 Algılanan Aile Tutumları Açısından Üniversite öğrencilerinin Temas Engellerine İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu

Araştırma sonucu elde edilen bulgulara göre, algılanan aile tutumları değişkeni açısından üniversite öğrencilerinin GTEÖ'nün “temas”, “tam temas” ve “bağımlı temas” alt ölçek puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür. Elde edilen sonuçlara göre; koruyucu anne-baba tutumuna sahip olduğunu bildiren üniversite öğrencilerinin temas, tam temas ve bağımlı temas düzeyleri otoriter ve demokratik anne-baba tutumuna sahip olduğunu bildiren üniversite öğrencilerinin temas, tam temas ve bağımlı temas düzeylerinden anlamlı olarak yüksek çıkmıştır.

Koruyucu aileler çocuklarına kural koymakla birlikte sonsuz destek de verirler. Ancak bunu yaparken, ana-babalarda uygun olmayan bir duygusal katılım ve kaygı görülür. Bu ana-babalar çevreye karşı çocuklarını sürekli korumaktadırlar. Bu ortamda yetişen çocuklar kurallara harfiyen uyan, utangaç, bağımlı, içine kapanık olurlar. Genellikle kendi kendilerine yetmekte güçlük çekerler (Whirter ve Voltan-Acar, 2005). Aşırı koruyucu anne-babalar çocuklarının temel ihtiyaçlarının giderilmesine önem verirler. Çocuğun sevgi, saygı, kabul görülme gibi ihtiyaçları ise çocuk anne-babaya bağımlı olduğu sürece doyurulur. Çocuğun kendi ayakları üstünde durmasına ve sorumluluklarını yerine getirmesine tam anlamıyla izin verilmez.

Temas aşaması ihtiyacın açıklığa kavuştuğu evredir. Bu aşamada oluşan temas engeli dışa yansıtmadır. Gestalt Temas Engelleri ölçeğinde ayrı bir boyut olarak çıkan dışa yansıtmanın oluşturduğu boyut “Temas” boyutu olarak adlandırılmıştır. Dışa Yansıtma temas engellemesi kişinin kendinde var olan, ancak kabul etmediği duygu, davranış ve düşüncelerin diğer insanlara yöneltilmesi ve bunlar kendisine ait değilmiş gibi yansıtması sürecidir. İnsanlar kendilerinde var olduğunu kabul etmekte zorlandıkları özellikleri başkalarına yansıtırlar (Latner, 1992). Koruyucu ebeveyn aşırı destekleyici ve izin verici olabilmektedir. Dolayısıyla koruyucu ebevyne sahip olan bireylerin kendilerine ilişkin algıları da abartılı olabilir. Sözü edilen bu gerekçelerden dolayı koruyucu ebeveynlere sahip olduklarını ifade eden üniversite öğrencilerinin temas düzeyleri daha yüksek çıkmış olabilir.

Tam temas aşamasında birey ihtiyacını gidermek için kendisi için en uygun olduğunu düşündüğü seçeneği seçer. Duygular, duyular temas oluştuğunda işler hale gelir. Bu aşamada karşılaşılabilecek temas engelleri Kendine çevirme ve Yön değiştirmedir. Ölçekte aynı boyutta çıkan bu temas engellerinin oluşturduğu boyut “Tam Temas” olarak adlandırılmıştır. Koruyucu anne-babalar ise çocuklarının ihtiyaçlarını çocuklarının yerine karşılamaya çalışırlar. Dolayısıyla bu ebeveynlerin çocuklarının kendilerine ilişkin algıları ya da özgüvenleri abartılı ya da yetersiz olabilir. Bu gibi nedenlerden dolayı koruyucu ebeveynlere sahip olduklarını ifade eden üniversite öğrencilerinin tam temas düzeyleri daha yüksek çıkmış olabilir.

Araştırmada ifade edilen bağımlı temas alt ölçeğinde sınırların yokluğu ve yardım eden sendromu temas engelleri yer almaktadır. Sınırların yokluğu temas engeli bireyin çevreden farklılaşmadığını, ayrışmadığını gösterir. İlişkilerinde kişi kendi sınırlarını çizemez. Bu temas engelini kullanan bireyin ilişkileri özerklikten, farklılıktan, bireysellikten yoksundur (Clarkson, 1994). Yardım eden sendromu ise insanların, kendilerine yapılmasını istediklerini başkalarına yapmalarınıdır. Bireyler gereksinimlerini ifade edemedikleri, isteklerini dile getiremedikleri durumlarda, başkalarının gereksinimlerini giderme konusunda yardım ederler ve bu davranışlarının farkında değildirler (Voltan-Acar, 2006). Koruyucu tutuma sahip ana babalar çocuğa büyük bir sevgiyle bağlanmışlar, onu tam benimsemişlerdir. Bu aileler çok sıcak, verici; ancak

çok koruyucu ve kollayıcıdır ve tüm yaşamları çocuğa göre düzenlenmiştir, yalnız çocukları için yaşarlar. Böyle ailelerdeki çocukların arkadaşlık ilişkisi zayıf, toplum içindeki davranışı çekingendir. Girişkenlikten, yoksun kalır, çünkü sürekli anne babadan onay bekler. Yanlış yapmaktan korkar, kendi başına karar veremez (Şengün, 2003). Bağımlı temas alt ölçeğinde yer alan her iki temas engeline de birey başkalarına bağımlıdır, özerkleşmemiştir. İfade edilen bu nedenlerden dolayı; koruyucu anne-baba tutumuna sahip olduğunu ifade eden öğrencilerin bağımlı temas engellerinin yüksek çıkması beklenen bir durumdur.

5.2.6 Aile Biçimleri Açısından Üniversite öğrencilerinin Temas Engellerine İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu

Araştırma sonucu elde edilen bulgulara göre, aile biçimleri değişkeni açısından üniversite öğrencilerinin GTEÖ'nün "Bağımlı Temas" alt ölçek puan ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur. Elde edilen bulgulara göre parçalanmış aileye sahip olduğunu bildiren üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeylerinin geniş ve çekirdek aileye sahip olduğunu bildiren üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeylerinden anlamlı olarak düşük çıkmıştır. Bu bulgu, aile biçimleri ile temas engelleri arasındaki ilişkiyi incelemeyi hedefleyen benzer bir araştırmaya ulaşılmadığından önceki araştırma bulgularıyla tartışılması mümkün değildir.

Aile belli bir geçmişi, şu anda yaşadığı gerçeği ve geleceğe ilişkin beklentileri olan insanlardan oluşan bir sistemdir. Bu sistemde her üye ailenin organizasyon ve davranış örüntülerine bağlıdır (Haris ve Busby, 1997). Bireyin yetiştiği aile biçiminin onun temas biçimlerini de etkileyebileceği düşüncesinden hareketle aile biçimi değişken olarak araştırma kapsamına alınmıştır.

İnsan için en önemli ve asli çevre aile ortamıdır. Yaşamın ilk yıllarında beslenme ve korunma gibi temel fizyolojik, sevilme ve güvence altında olma gibi psikolojik gereksinimlerinin ana baba tarafından karşılanabilme derecesi çocuğun ve geleceği açısından bireyin kişilik gelişimini etkiler. Sıkıntılı dönemlerde çocukların üç farklı

duygusal tepki gösterdikleri görülmüştür. Bunlar; karşı koyma, çaresizlik ve kopmadır. Duygusal kopma aşamasında çocuk, bağlanma figürüne ulaşma çabaları sonuçsuz kaldığından, çocuğun onu aramaktan vazgeçerek, kopmasıdır (Bowlby, 1969). Parçalanmış ailelerde bilindiği gibi çocuk annesinin ya da babasının yanında yaşamını sürdürür. Dolayısıyla bu aile biçiminde yetişen bireylerin bağlanma açısından sıkıntı yaşaması muhtemeldir. Bu nedenlerden dolayı parçalanmış aile biçimine sahip olduğunu ifade eden üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeylerinin diğerlerinden anlamlı olarak düşük çıkması beklenen bir durumdur.

5.2.7 Üniversite Yaşantısına Kadar Yaşamın En Çok Geçirildiği Yer Açısından Üniversite öğrencilerinin Temas Engellerine İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu

Araştırma sonucu elde edilen bulgulara göre, üniversite yaşamına kadar yaşamın en çok geçirildiği yer değişkeni açısından üniversite öğrencilerinin GTEÖ'nün "Temas Sonrası" alt ölçek puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür. Araştırma sonuçlarına göre, üniversite eğitime kadar yaşamlarını en çok beldede geçiren üniversite öğrencilerinin temas sonrası düzeyleri yaşamlarını küçük şehir ve büyükşehirde geçiren üniversite öğrencilerinin temas sonrası düzeylerinden anlamlı olarak yüksek çıkmıştır.

Tam temas aşaması doyumla tamamlanır ve birey sindirmek için çekilir. Bu sağlıklı bir süreçtir. Bazı durumlarda birey tam temas aşamasını doyumla tamamlamadan temastan çekilir ve bu durumun farkında olmaz. Bu ise sağlıksız olanıdır. Bu süreç temas sonrası aşaması, ya da temastan çekilme olarak da adlandırılmıştır (Jacobs, 2007). Temas döngüsünde son nokta sindirme ve şekli bırakma noktasıdır. Temas sonrası aşamada rastlanılan temas engeli ise çekilmedir.

Çekilme, sınırların yokluğunun tersi bir durumdur. Zaman zaman yoğun yaşantılardan sonra bireyler sindirme için çekilmeye gereksinim duymaktadırlar. Türkçede inzivaya çekilme şeklinde bir kavram bulunmaktadır ve bu kavram çekilme sürecini güzel ifade

etmektedir. Çekilme; çevreden uzaklaşmak, kafa dinlemek, daha önce yaşanılanları sindirmek için gereklidir. Bazen de sınır koymak için çekilmeye gereksinim duyulabilir. Bu durumlar sağlıklı birer çekilmedir. Sağlıksız olan çekilme ise bireyin farkında olmadığı çekilme yaşantıdır (Voltan-Acar, 2006).

Bilindiği gibi Türkiye farklı bölgelerindeki farklı kültürel yapıya ve yaşam tarzına sahip insanlarıyla gelişmekte olan bir ülkedir (Çileli, 2000). Toplumcu kültür özelliklerinden dolayı Türk aile yapısında saygı, birlik, beraberlik ve sevgi önemli kavramlardır. Bu kavramlar çocuğun yetiştirilmesinde de çok sık vurgulanmaktadır. Türk ailesinde bağlılık önemlidir (Hortaçsu, 1991). Kentsel kesimlerde yaşayan kişiler batılı yaşam tarzını ve değerlerini sergilerken, kırsal kesimlerde yaşayanlar geleneksel yaşam tarzlarını ve geniş aile biçimlerini sürdürürler. Son yıllarda yapılan araştırmalar Türk insanının büyük bir kısmının bireyselleşme için mücadele vermeleriyle birlikte Türk kültürünün kollektivist bir kültür olmaya devam ettiğini göstermiştir (Göregenli, 1997; Hortaçsu, 1997). En temel insan ihtiyaçlarından olan bireyselleşme ve bağlılık farklı kültürlerde farklı biçimlerde yaşanır. Örneğin, Hortaçsu (1997) yaptığı bir çalışma sonucunda, Türk insanı için değer verdikleri kişilerden bilgi ve geri-bildirim almalarının önemli olduğunu ifade etmiştir.

Türkiye’de özellikle küçük bölgelerde ya da beldelerde yaşayan insanlar için aileye bağlılık sağlıklıdır ve desteklenir. Bireyler arasındaki sınırlar gereğinden fazla esnek ve geçirgendir. Özellikle küçük yaşam birimlerinde ve kırsal kesimlerde itaat, uyum, otoriteye bağlılık sürekli vurgulanan davranışlardır (Göregenli, 1997; Hortaçsu, 1997). Küçük bölgelerde yetişerek daha büyük şehre gelen üniversite öğrencileri hem ailesine ve geleneklerine bağlı kalmaya çalışır hem de kendi ayakları üzerinde durabileceği bir gelişim seviyesine ulaşmaya çalışarak kendi içinde çatışma yaşayabilirler. Aileye daha bağımlı olarak yetişen birey, üniversite gibi farklı bir ortama geldiğinde uyum sağlamakta güçlük yaşayabilir. Alışkın olmadığı bir ortamda bulunan birey kendisini korumak adına da ortamdan çekilebilir. İfade edilen bu nedenlerden dolayı yaşamının çoğunu beldede geçiren üniversite öğrencilerinin temas sonrası düzeyleri diğerlerine göre anlamlı olarak yüksek çıkmış olabilir.

BÖLÜM VI

VARGI VE ÖNERİLER

Bu bölümde öncelikle araştırma sonuçları sunulmuştur. Ardından bu sonuçlara dayalı olarak bazı önerilerde bulunulmuştur.

Araştırmada üniversite öğrencilerine yönelik Gestalt Temas Engelleri Ölçeği'nin (GTEÖ) geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır. Bunun yanında geliştirilen ölçek kullanılarak üniversite öğrencilerinin temas engelleri cinsiyet, bölüme ait puan türü, sınıf düzeyi, yaş grubu, algılanan sosyo-ekonomik düzey, algılanan anne-baba tutumu, aile biçimi ve üniversite eğitimine kadar yaşamlarını en çok geçirdikleri yer değişkenlerine göre incelenmiştir.

Kapsam geçerliği, yapı geçerliği, alt ölçeklerin birbirleriyle ilişkilerine yönelik bulgulara göre GTEÖ geçerli bir ölçme aracıdır. Ölçeğin güvenilirliği test tekrar test ve iç tutarlılık yöntemleriyle incelenmiştir. Elde edilen bulgulara göre GTEÖ güvenilirliği olan bir ölçme aracıdır.

Üniversite öğrencilerinin temas engelleri düzeylerinin cinsiyet, ÖSS alan türü, sınıf düzeyi, algılanan sosyo-ekonomik düzey, algılanan anne-baba tutumu, aile biçimi ve üniversite eğitimine kadar yaşamlarını en çok geçirdikleri yer değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığının incelendiği araştırmaya göre şu bulgular elde edilmiştir:

1. Kız üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeyleri erkek öğrencilerin bağımlı temas düzeylerinden anlamlı olarak düşük çıkmıştır.
2. Eşit-ağırlık puan türü ile yerleşen üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeyleri sözel ve sayısal puan türü ile yerleşen üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeylerinden yüksek; ayrıca eşit-ağırlık puan türü ile yerleşen üniversite öğrencilerinin temas sonrası düzeyleri sözel ve sayısal puan türü ile yerleşen üniversite öğrencilerinin temas sonrası düzeylerinden düşük çıkmıştır.

3. Birinci sınıfa devam eden üniversite öğrencilerinin tam temas ve bağımlı temas düzeyleri ikinci ve üçüncü sınıf üniversite öğrencilerinin tam temas ve bağımlı temas düzeylerinden anlamlı olarak yüksek çıkmıştır.
4. Düşük düzeyde sosyo-ekonomik düzeye sahip olduğunu ifade eden üniversite öğrencilerinin tam temas düzeyleri yüksek ve orta düzeyde sosyo-ekonomik düzeye sahip olduklarını ifade eden üniversite öğrencilerinin tam temas düzeylerinden anlamlı olarak yüksek ve ayrıca yüksek düzeyde sosyo-ekonomik düzeye sahip olduğunu ifade eden üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeyleri düşük ve orta düzeyde sosyo-ekonomik düzeye sahip olduklarını ifade eden üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeylerinden anlamlı olarak düşük çıkmıştır.
5. Koruyucu anne-baba tutumuna sahip olduğunu bildiren üniversite öğrencilerinin temas, tam temas ve bağımlı temas düzeyleri, otoriter ve demokratik anne-baba tutumuna sahip olduğunu bildiren üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeylerinden anlamlı olarak yüksek çıkmıştır.
6. Parçalanmış aileye sahip olduğunu bildiren üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeyleri geniş ve çekirdek aileye sahip olduğunu bildiren üniversite öğrencilerinin bağımlı temas düzeylerinden anlamlı olarak düşük çıkmıştır.
7. Üniversite eğitimine kadar yaşamlarını en çok beldede geçiren üniversite öğrencilerinin temas sonrası düzeyleri yaşamlarını küçük şehir ve büyükşehirde geçiren üniversite öğrencilerinin temas sonrası düzeylerinden anlamlı olarak yüksek çıkmıştır.

6.1 GESTALT TEMAS ENGELLERİ ÖLÇEĞİNE İLİŞKİN ÖNERİLER

1. Gestalt Temas Engelleri ölçeğinin Eğitim Fakültesi dışındaki bölümlere, ergenlere ve yetişkinlere yönelik uyarlaması yapılabilir.
2. Başka yaş ve meslek gruplarına GTEÖ uygulanarak temas engelleri düzeylerinin grafiği çıkarılabilir ve karşılaştırmalı araştırmalar yapılabilir..

6.2 ARAŞTIRMACILARA ÖNERİLER

1. Gelecekte yapılacak araştırmalarda farklı araştırma gruplarında benzer araştırma soruları yeniden araştırılabilir.
2. Gestalt Temas Engelleri Ölçeğinin Bağlanma Stilleri Ölçeği ile ayırtedici geçerlik çalışması yapılabilir.
3. Temas engelleri düzeylerinin problem çözme becerileri, kaygı, depresyon, öfke gibi farklı psikolojik değişkenlerle ilişkisi araştırılabilir.
4. Temas engelleri konusunda alanlara göre karşılaştırmalı olarak çalışılabilir. GTEÖ'nün farklı fakültelerdeki öğrencilere uygulanmasıyla karşılaştırmalı çalışmalar yapılabilir.
5. Temas engelleri düzeyleri ile kişinin seçeceği meslek arasında bir bağ olabileceğinden bu kapsamda çalışmalar yapılabilir. Bu nedenle GTEÖ, kişilik tiplerinin belirlendiği diğer bazı ölçme araçları gibi kariyer danışmanlığında da kullanılabilir.
6. Bu çalışma tarama türü bir araştırmadır. İleride bu konularla ilgili deneysel çalışmalar yapılabilir. Örneğin, yapılacak olan psikolojik danışma oturumlarının temas engelleri düzeyindeki etkililiğine ilişkin araştırmalar yapılabilir.

6.3 PSİKOLOJİK DANIŞMANLARA ÖNERİLER

1. Gestalt terapinin bireylere başarıyla uygulanabilmesi için öncelikle, psikolojik danışmanın danışanı çok iyi tanması gerekmektedir, çünkü bilindiği gibi kişi toplumsal çevresinden bağımsız değildir. Dolayısıyla gestalt terapi kavramlarının ve tekniklerinin uygulanabilmesi için psikolojik danışmanın danışanın hayata bakış açısını, kişiliğini, aile ilişkileri çok iyi tanması gerekir.

2. Araştırma bulguları incelendiğinde bazı değişkenler açısından özellikle bağımlı temas alt ölçeği arasında anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur. Bu durum kültüre ait özelliklerin önemini ortaya koymaktadır. Türk kültürü farklı alt kültürleri, değerleri ve yaşam biçimleri ile farklı özellikler gösterir. Dolayısıyla farklı etnik kökene, yaşam biçimine, sosyo-ekonomik seviyeye, kültürel alt yapıya sahip danışanlara uygun teknikler kullanmak için psikolojik danışmanın kendi kültürel alt yapısının farkında olması ve danışanın kültürel-gelişimsel özelliklerine duyarlı bir yaklaşım benimsemesi önem kazanmıştır. Temas döngüsünde bağımlı temas sürecinden bahsedilmemiştir, ancak Türk kültürüne uygun olarak geliştirilmeye çalışılan Temas Engelleri Ölçeği için bağımlı temas engelinin anlamlı olabileceği görülmüştür. Özellikle Türk kültürü ya da benzer kültürlerle çalışacak olan psikolojik danışmanların kültürel özellikler açısından daha dikkatli olması gerektiği düşünülebilir.

3. Gestalt terapinin başarılı bir şekilde kullanılması için psikolojik danışman tarafından Gestalt Temas Engelleri Ölçeği'nin kullanılması psikolojik danışmanın işini kolaylaştıracaktır. Gestalt yaklaşımına dayalı psikolojik danışma sürecinin en uygun şekilde yapılandırılması için psikolojik danışmanın başında GTEÖ uygulanarak danışanın ihtiyaçlarını nasıl karşıladığı ve temas döngüsünün hangi aşamasında sıkıntı yaşadığı kolayca belirlenebilir. Bu açıdan ölçeğin kullanılması Gestalt yaklaşımını benimseyen psikolojik danışmanların işlerini kolaylaştırabilir.

4. Danışanın özelliklerini bilmek psikolojik danışmanların işlerini kolaylaştırabilir. Örneğin; araştırma bulguları dikkate alınırsa özellikle Türk toplumundaki bireyler arasında sınırlar gereğinden fazla esnek ve geçirgen olduğu gibi itaat, uyum ve otoriteye bağlılık istenen tutumlardır. Psikolojik danışma sürecinde de danışanlar psikolojik danışmana bağımlılık geliştirebilirler. Ancak, bilindiği gibi davranışların sorumluluğu danışana aittir. Danışanın özerk olması psikolojik danışma açısından beklenen durumdur. Dolayısıyla psikolojik danışmanların danışma sürecinde bu duruma dikkat etmeleri gereklidir.

5. Psikolojik danışma yaklaşımlarının sağlıklı uygulanabilmesi için kültürel olarak uygun yöntemleri belirlemek önemlidir. Dolayısıyla kültürel farklılıklara ilişkin daha

çok araştırmanın yapılması ve kültürel farklılıklar konusunda daha çok bilimsel veri elde edilmesi gereklidir.

Bu bölümde araştırmada elde edilen sonuçlara dayalı olarak önerilerde bulunulmuştur. Bunlar Gestalt Temas Engelleri Ölçeğinin Geliştirilmesine yönelik öneriler, araştırmacılara öneriler ve psikolojik danışmanlara öneriler başlıkları altında verilmiştir.

KAYNAKLAR

- Akkoyun, F. (2001). *Gestalt terapi: büyüme ve gelişme gücümüzün harekete geçişi*. Ankara: Nobel Yayın.
- Akman, Y. (2004). Alan kuramından yansımalar. *Temas: Geşalt Terapi Dergisi*, 1(3), 45-58.
- Alvim, M. B. (2007). Aesthetic experience and embodiedness fragment of a dialogue between gestalt therapy, art and phenomenology. *The International Gestalt Journal* , 30 (1), 53-69
- Ash, M.G. (1995) *Gestalt psychology in german culture, 1890-1967 holism and the quest for objectivity*. Cambridge University Press, America.
- Bacanlı, H. (1998). *Gelişim ve öğrenme*, Ankara, Nobel Dağıtım.
- Balkaya, F. (2006). *Üniversite öğrencilerinde temas biçimlerinin öfke ve anksiyete ile ilişkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Barkman, S. J.(2002). *A field guide to designing quantitative instruments to measure program impact*. West Lafayette: Purdue University.
- Baver, A.L. ve Toman, S. (2003) Gestalt perspective of crisis debriefing:working in the here and now is unbearable, *Gestalt Review*, 7 (1), 56-71.
- Bernard, J.M. (1986). Life lines laura perls: from ground to figure. *Journal of Counselling and Development*, (64), 367-373.

- Bloom, J. D. (2009). Commentary I: the cycle of experience re-cycled: then, now next? let's go round again: cycle of experience or sequence of contact? Dan Bloom has another go with Seán Gaffney. *Gestalt Review*, 13(1), 24-36.
- Brown, J. R. (2004) Conflict emotions and appreciation of differences, *Gestalt review* 8 (3), 323-335.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. I. Attachment*. New York: BasicBooks.
- Buber, M. (1958) *I and thou*. New York: Scribner.
- Burley, T. (1998). Minds and brains for gestalt therapists. *Gestalt Review*, 2 (2), 131-142.
- Burley, T. (2001). The present status of gestalt therapy. *Gestalt review* 5 (1).
- Byrne, B. M. (1998) *Structural equation modeling with lisrel, prelis, and simplis: basic concepts, applications, and programming*, London: Lawrence Erlbaum Associates.
- Büyüköztürk, Ş. (2003). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. (3. Baskı), Ankara: PEGEM A Yayınları.
- Clarkson, P. (1994). *Gestalt counselling in action*. Londra: Sage Publications.
- Corey, G. (1995). *Theory and practice of group counseling*. Pacific Grove CA: Brooks/Cole

Çileli, M. (2000). Change in value orientations of Turkish youth from 1989 to 1995. *Journal of Psychology*, (134) , 297-306.

Dökmen, Ü. (1995). *Sosyometri ve psikodrama*. Ankara: Sistem Yayıncılık.

Erkmen, N. (1992). *Gestalt Terapisi (Özün Harekete Geçirilmesi) İlimizdeki Çocuk*. İstanbul: Söz Yayınları.

Fayers, P .M. ve Hand, D.J. (1997). Factor analysis, casual indicators and quality of life. *Quality of Life Research*. 6 (2), 139–150.

France, M.H. ve Edward, E.G. (1997). Using art: A Gestalt counselling strategy for working with disruptive clients. *Guidance&Counselling*. Summer, 12 (4), 24-30.

Foulds, M.L. ve Hannigan, P.S. (1976). Effects of gestalt marathon workshops on measured self-actualization: a replication and follow-up study. *Journal of Counseling Psychology*, 23 (1), 60-65.

Gaffney, S. (2004) Gestalt at work a gestalt organization and systems dynamics case study. *Gestalt Review*, 8 (3), 263-290.

Giuseppe, I. (2007). The psychosomatic disorders in a dependent personality. *Gestalt Review*, 11 (1), 59-73.

Goldstein, A. P. , Krasner, L. ve Garfield, S.L. (1989). *Therapy practice of theory* (2. ed). Boston: Allyn and Bacon.

- Gorsuch, R .L. (1997). Exploratory factor analysis: Its role in item analysis. *Journal of Personality Assessment*, 68 (3), 532–560.
- Gökdemir-Aktaş, C. (2002). *Gestalt temas biçimleri ölçeği yeniden düzenlenmiş formun türk örnekleminde faktör yapısı geçerliği ve güvenilirliği*. Ankara: A.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Göregenli, M. (1997). Individualist and collectivist tendencies in a Turkish sample. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 28, 787–794.
- Gültekin, F. Ve Voltan-Acar, N. (2004). Transaksiyonel Analizin Türk Kültürüne Uygulanabilirliği: Kültür Açısından Eleştirel Bakış. *Eğitim ve Bilim*, 29 (133), 28-38.
- Gypsy, M. D. ve J. K. Gerard. (2002). Confirmatory factor analysis of the assessment for living and learning scale: a cross-validation investigation. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 35.
- Hamilton, R. ve Ghatala, E. (1994). *Learning and instruction*. Mc-Graw Hill.
- Handlon, J.H. ve Fredericson, I. (1998). *What Changes the Individual in Gestalt Groups? A Proposed Theoretical Model*. *Gestalt Review*, 2 (4), 275-294.
- Harman, R.L. (1996). *Gestalt therapy techniques. Working with groups, couples and sexually dysfunctional men*. USA. Jason Aranson.
- Harris, S. M. ve Busby, D. M. (1997). Pant-legs and pathology: The marriage of individual, and family assessment. *Contemporary Family Therapy*, 19 (4), 507-521.

- Harris, E.S. (2000). God, buber, and the practice of gestalt therapy. *Gestalt Journal*, 23 (1), 1-15.
- Harris, E. S. (2007). Working with Forgiveness in Gestalt Therapy. *Gestalt Review*, 11 (2), 108-119.
- Hartung, P.J. (1991). Breaking ground: a study of gestalt theory and Holland's theory of vocational choice. *Speeches/Conference Papers Reports Research*, 150-165, 13th Chicago, IL.
- Henle, M. (1986). Gestalt psychology and gestalt therapy. *Journal of the History of the Behavioral Sciences* 14, 23-32, Columbia University Press, New York.
- Hortaçsu, N. (1991). *İnsan ilişkileri*, Ankara: İmge Kitabevi Yayınları.
- Hortaçsu, N. (1997). Cross-cultural comparison of need importance and need satisfaction during adolescents: turkey and the united states. *Journal of Genetic Psychology*, 158, 287-297.
- Hubris, A. (2004). A Gestalt alternative to groupthink a view from the boundary. *Gestalt Review*, 8 (1), 35-37.
- Huckabay, M. A. (2002). The issue of dependency in organizational consultation:a response to avrum weiss's article, *Gestalt Review*, 6 (1), 18-25.
- Hycner, R.ve Jacobs, L. (1995).*The healing relationship in gestalt therapy*. Righland, Ny: Gestalt Journal Press.
- Iaculo, G. (2007). The psychosomatic disorders in a dependent personality. *Gestalt Review*, 11 (1), 28-42.

- Imes, S.A. ve Diğerleri (2002). "Mind's response to the body's betrayal: Gestalt/existential therapy for clients with chronic or life threatening illnesses". Wiley Periodicals Press. Georgia State University.
- İmamoğlu, E.O. (1987). An interdependence modal of human development. In Ç. Kağıtçıbaşı (Eds.), *Growth and progress in cross-cultural psychology* (pp. 138-145). Lisse, Holland: Swets & Zeitlinger.
- İmamoğlu, E. O. (1998). Individualism and collectivism in a model and scale of balanced differentiation and integration. *The Journal of Psychology*, 132, 95–105.
- İmamoğlu, E. O., ve Yasak, Y. (1997). Dimensions of marital relations as perceived by Turkish husbands and wives. *Genetic, Social and General Psychology Monographs*, 123, 211–232.
- Jacobs, L. (1989). Dialogue in gestalt theory and therapy. *The Gestalt Journal*, 12 (1), 25-67
- Jacobs, S. (2007). *The implementation of Humour as deflective technique in contact boundary disturbance*. Mastre of Diaconiologh, Universty of South Africa.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (1987). Individualism and collectivism. A universal dimension? In Ç. Kağıtçıbaşı (Eds.). *Growth and progress in cross-cultural psychology* (pp.135-200). Lincoln: University of Nebraska Pres.
- Kaplan, R. M. ve D.P. Saccuzzo. (2005). *Psychological testing: Principles, applications and issues*, Thomson Wadsworth.Lincoln: University of Nebraska Press.
- Kepner, J.I (1982) Questionnaire measurement of personality styles from the theory of gestalt therapy. Unpublished doctoral dissertation, Kent State University , Ohio.

- Kepner, J. (1993) *Body process: Working with the body in psychotherapy*. San Francisco Joseyy-Bass.
- Kirchner, M. (2000). Gestalt therapy theory: An overview. *Journal of Gestalt Therapy* 4, (3).
- Kirkpatric, K.L.(2005). *Enhancing self compassion using a Gestalt two-chair intervention* Doctor of philosophy, the University of Texas at Austin.
- Kline, P. (1994). *An easy guide to factor analysis*. Routledge, New York.
- Kogan, J.(1990). *The genesis of gestalt therapy the handbook of gestalt therapy* (Ed. Hatcher, C., Himelstein, P.). New Jersey: Jason Aronson Inc.
- Korkut, F. (1992). Gestalt yaklaşımına dayalı olarak yapılan bireysel psikolojik danışmanın sürekli kaygı üzerindeki etkisi. *H.Ü Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7, 151-162.
- Kramer, C. (1980). *Becoming a family therapists*. New York: Human Sciences Press.
- Kuzgun, Y. (2000). *Meslek danışmanlığı kuramlar uygulamalar*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım,
- Latner, J. (1992). *The theory of gestalt therapy*. Gestalt Institute of Cleveland Pres.
- Lester, P. E. ve Bishop, L. K. (2000). *Handbook of tests and measurement in education and the social sciences*, Maryland: Scarecrow Press.

- Lewis, C. A., Francis, L. J., Shevlin, M. ve Forrest, S. (2002). Confirmatory factor analysis of the french translation of the abbreviated form of the revised Eysenck Personality Questionnaire (EPQR-A). *European Journal of Psychological Assessment*, 1 (18), 179- 185.
- Lobb, S. M. (1992). Training in gestalt therapy. *Studies in Gestalt Therapy* (1).
- Lyon, N. A. (2001). Art and creativity in gestalt therapy. *Gestalt Review*, 5 (4), 225-248.
- Mackay, B. (2002). Effects of gestalt therapy two-chair dialogue on divorce decision making. *Gestalt Review*, 6 (3), 220-235.
- Mackewn, J. (1999). *Developing gestalt counseling*. London: Sage Publications.
- Maree, M. (2007). *The utilization of gestalt play therapy in occupational therapy intervention with traumatised children*. Master Of Diaconiology, University of South Africa.
- McIntire, S. A. ve Miller, L.A. (2000). *Foundations of psychological testing*, Boston: McGraw-Hill.
- Mocan-Aydın, G. (2000). Western models of counseling and psychotherapy within Turkey: Crossing cultural boundaries. *The Counseling Psychologist*, 28, 281-298.
- O'Leary, E. (1997). Towards integrating person centered and gestalt therapies. *The Person –Centered Journal*, 4, 14-23
- O'Leary, E. ve Diğerleri (1998). The cork person centred gestalt project: Two outcome studies. *Counselling Psychology Quarterly*, 11 (1), 15-30

- O'Leary, E. ve Nieuwstraten, I. M. (2000). Unfinished business in gestalt reminiscence therapy: A discourse analytic study. *Counselling Psychology Quarterly* 12 (4), 395-412.
- Perls, F.S.; Hefferline, R. ve Goodman, P. (1973) *Gestalt therapy: Excitement and growth in human personality*. New York: Julian Press.
- Perls, F.S. (1973). *Gestalt approach eye witness to therapy science and behaviour*. United States of America Books:Inc.
- Polster, E. & Polster, M. (1974). *Gestalt therapy integrated*. Vintage Books: USA.
- Potgieter, C.A. (2006). *Creating awareness of contact-making styles through movement within a gestalt context*. University of South Africa Master of Diaconiology.
- Prosnick, K.P. (1999). Claims of near-death experiences gestalt resistance processes, and measures of optimal functioning. *Journal of Near-Death Studies*, 18 (1), 27-34.
- Reitenour, S. (1984). The application of the gestalt theory of learning to the classical music style periods. learning theories and application. *Gestalt Psychology*, N/A: 7-17
- Rhyne, J. (1990). Gestalt psychology/gestalt therapy: forms/contexts. *American Journal of Art Therapy*. 29 (1), 2-9.
- Riet, V. (1999). *How We create experience and meaning: Phenomenology and Existentialism*. Working Draft – Chapter Four of Gestalt Therapy: Practice and Theory. Third Edition.

- Riet; D.M. (2008). *The utilization of gestalt play therapy with children in middle Childhood who stutter*. Master of Diaconiology, University of South Africa.
- Schultz, D.P. ve Schultz, S.E.(2001). *Modern psikoloji tarihi*. (Çev. Yasemin Aslay). İstanbul: Kaktüs Yayıncılık.
- Seydooğulları, S.Ü. (2008). *Demokratik ve otoriter ana-baba tutumlarının lisede öğrenim gören öğrencilerinin ahlaki yargı düzeylerine etkisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Sharf, R. S. (2000). *Theories of psychotherapy and counseling: concepts and cases*. Belmont: Wadsworth Brooks Cole.
- Shraga, S. (1991). The application of Gestalt methods for the reduction of test anxiety in students. *Assessment ve Evaluation in Higher Education*, 16 (2).
- Sills, C., Finch, S., ve Lapworth, P. (1998). *Gestalt counselling*. United Kingdom: Winslow Press Limited.
- Soysal, A.Ş; Bodur, Ş. ve Hızlı, G.F. (2005). Here and now therapy. *Anatolian Journal of Psychiatri*, 6, 274-280
- Staemmler, F. M. (2004). “Dialogue and interpretation in Gestalt therapy: Making sense together”. *International Gestalt Journal* 27 (2), 33-57.
- Stawman, S. (2008). Relational Gestalt: Four Waves. *Gestalt Journal of Australia and New Zealand*, 4 (2), 37-55
- Stoehr, T. (2009). Perls, Hefferline and Goodman: Gestalt therapy-an afterword. *Gestalt Review*. 13 (1), 82-95.

- Sümbüloğlu, K. ve V. Sümbüloğlu (2002). *Biyoistatistik*, Ankara: Hatipoğlu Yayınları.
- Sümer, N. (2000). Yapısal eşitlik modelleri: temel kavramlar ve örnek uygulamalar. *Türk Psikoloji Yazıları*, 3(6), 49- 74.
- Şengün, M. (2003). *Ahlaki düşünce ve yargıları etkileyen baz idüşünce yapılarının incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi: Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tabachnick, B. G.ve Fidell L.S. (2001). *Using multivariate statistics*. Boston. Allyn ve Bacon Com. Fourth Edition
- Tekindal, S. (2002). *Duyuşsal özelliklerin ölçülmesi için araç oluşturma*, Kocaeli: Kocaeli Kitap Kulübü Yayınları.
- Tezbaşaran, A. (1997). *Likert tipi ölçek geliştirme kılavuzu*, Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Thomas, B. Y. (2007). Countertransference, dialogue and Gestalt therapy”, *Gestalt Review*11 (1), 28-41.
- Tofte, B. (2001). “A Phenomenological study of the impact of shaming on the self developmental process in Gestalt therapy training”. Master dissertation, Gestalt Academy of Scandinavia and University of Derby.
- Tyson, G.M ve Range, L.M. (1987). Gestalt dialogues as a treatment for mild depression time work just as well. *Journal of Clinical Psychology*, 43 (2), 227-233.

Voltan-Acar, N. (2006). *Ne Kadar Farkındayım? Gestalt Terapi*. Ankara: Babil Yayıncılık.

Yalçın, İ. ; Voltan-Acar, N. (2006). Candan Erçetin'in seslendirdiği şarkıların gestalt terapi açısından değerlendirilmesi. *Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20, 1-10.

Yontef, G. ve Simkin, J. S. (1989). *Gestalt therapy*. Current Psychotherapies (Ed. Corsini, R. J., Wedding D.). Illinois: Peacock Publishers

Yontef, G. (2002). The relational attitude in gestalt therapy theory and practice. *International Gestalt Journal*, 25 (1), 15-34

Wasserstein, J. (2002). Gestalt concept of closure: A construct without closure *Perceptual and Motor Skills*, 95 (3), 963-964.

Witchel, R. (1973). Gestalt therapy: development, theory and techniques. American Personnel and Guidance Association, Atlanta Convention, University of Georgia.

Whirter, J.J. ve Voltan-Acar, N. (2005). *Ergen ve çocukla iletişim*, Ankara: U.S.A Yayıncılık

Wren, C.G. (1962). The culturally encapsulated counselor. *Harvard Educational Review*, 32, 444-449

EKLER

EK 1

UZMAN GÖRÜŞÜNE SUNULAN DENEME FORMU

Sayın Hocam;

Doktora çalışmamın bir gereği Gestalt Terapisi yaklaşımına dayalı olarak üniversite öğrencileri için Temas Engellemeleri ölçeği geliştireceğim. Gestalt terapide terapi süreci temas, temas engellemeleri ve bunlara ilişkin farkındalıklar üzerinedir. Terapide şekli oluşturan, ön planda olan temastır. İnsanlar işiterek, dokunarak, koklayarak, görerek, tadarak, konuşarak, hareket ederek temas kurmaktadır. Ben ve başkaları ile temasa geçerken ortaya çıkan ilişki çarpıtmaları ya da temasın yön değiştirmesi temas engellemeleri olarak adlandırılmaktadır. Temas engellemeleri bazı durumlarda sağlıklı bazı durumlarda sağlıklı olarak nitelendirilmektedir. Temas engellemeleri şunlardır:

1. **İçverme (Introjection):** Kişinin kuralları, mesajları, modelleri, özümsemeden tümü ile içine alması, yutmasıdır. Kişiliğini oluşturma şansına sahip olmayabilir. kişiliğin bütünleşmesi engellenebilir. Birey yeni şeyleri keşfetmez, yeniliklerden uzak durur.
2. **Dışa Yansıtma (Projection):** Kişinin kendinde var olan, ancak kabul etmediği duygu, davranış ve düşüncelerin diğer insanlara yöneltilmesi ve bunların kendisine ait değilmiş gibi yansıtılması sürecidir. İnsanlar kendilerinde var olduğunu kabul etmekte zorlandıkları özellikleri başkalarına yansıtırlar. Başkalarını suçlar ve suçluluk duygusu yoktur. sıkıntılarını dışsallaştır. İnsanlardan kuşkulandır. Şüphelidir.
3. **Kendine Çevirme (Retroflection):** Doğal olarak dışarıya çevrilecek olan enerjinin içe çevrilme sürecidir. Kendini suçlar, eleştirir. Kendine acır. Olumsuz benlik algısına sahiptir. Kendini ifade edemez. Psikosomatik belirtiler görülür. Yeme bozuklukları, tırnak yeme sık görülür. Oto kontrol yüksektir. İlgisi ve sevgiyi başkalarından almakta güçlük çekerler.
4. **Yön Değiştirme (Deflection):** Kişinin çevreden gelen duyuların etkisini azaltmak, oluşacak temasın meydana getireceği güçlü duygulanımlardan kaçınmak için enerjisini temas dışındaki başka bir alana yönelterek hedeften uzaklaşması yön değiştirmedir. Konuşmada dolaylı yolları seçerler. İletişim ve göz temasından kaçınır. Öfke, düşmanlık gibi yoğun ve rahatsız edici duygulardan kaçarlar. Bu şekilde duygularını göz ardı eder. Kendilerini net olarak ifade edemez. Duygularına odaklanamaz. Karmaşadan kaçmaya çalışır.

- 5. Sınırların Yokluğu (Confluence):** Kişinin ben ile ben olmayan arasındaki sınırı kaybetmesi olarak tanımlanmaktadır. Burada kişinin benliği ile başkaları arasındaki sınır belirsizleşir bazen bu sınırlar tamamen kaybolur. Farklılık ve anlaşmazlıklardan kaçarlar. Çatışma yaşamamak ya da karşı tarafı kırmamak için duygularını ifade etmez. Yalnızlığa karşı toleransı azdır. Kabul edilme gereksinimi yüksektir. Farklılık ve gerginliklerden hoşlanmaz. Kendi istekleri konusunda net değildirler.
- 6. Soyutlanma (Isolation):** Sınırların yokluğunun tersidir. Bu durumda hiçbir döngü oluşmamaktadır. Bunun nedeni temasın olmamasıdır. Temas daha önce de olmamıştır. Otistik örneğinde olduğu gibi...
- 7. Yardım Eden Sendromu (Profection):** Dışa yansıtmanın bir şeklidir. Buna karşın dışa yansıtma ile kendine çevirmenin karışımı olarak nitelendirilen bir temas engellemesidir. Bu sendrom insanların, kendilerine yapılmasını istediklerini başkalarına yapmalarınıdır. Bireyler gereksinimlerini ifade edemedikleri, isteklerini dile getiremedikleri durumlarda, başkalarına gereksinimlerini giderme konusunda yardım etmektedirler ve bu davranışlarının farkında değildirler.
- 8. Duyarsızlaşma (Desensitization):** Kişinin kendi duyularına karşı ilgisizlik ve kayıtsızlık olarak ortaya çıkmaktadır. Kişi görme, işitme, koklama, tatma ve dokunma ve bunların bütünleşmesine ilişkin duyularına dikkat etmemektedir. Bu durumun temelinde kişinin belli duyularının farkına varması durumunda ortaya çıkabilecek tehlikelerden kaçınma söz konusudur.
- 9. Çekilme (Withdrawal):** Sınırların yokluğunun tersi bir durumdur. Bazı yoğun yaşantılardan sonra, zaman zaman bireyler sindirme için çekilmeye gereksinim duymaktadırlar. Çekilme; çevreden uzaklaşmak, kafa dinlemek, daha önce yaşanılanları sindirmek için gereklidir.

İşlerinizin izin verdiği ölçüde, ölçek maddelerinin temas engellemeleri ve dil açısından uygunluğunu kontrol edebilirsiniz ve maddelere ilişkin önerilerinizi belirtebilirsiniz çalışmamın daha iyi olacağına inanıyorum. Desteğiniz ve katkınız için teşekkürler.

Psikolojik Danışman Özlem TAGAY

Danışmanı: Prof. Dr. Nilüfer VOLTAN-ACAR

ÖLÇEK MADDESİ	UYGUN	UYGUN DEĞİL	DÜZELTİLEBİLİR	VARSA ÖNERİNİZ
1.KENDİNE ÇEVİRME				
1. Sosyal ortamlarda kendimi yetersiz hissediyorum.				
2. Sosyal ortamlarda rahat davranmam.				
3. Kendimi çok rahat ifade edemem.				

4. Kendimi ifade etmekte güçlüğüm var.				
5. Genelde konuşmayı karşı tarafın başlatmasını beklerim.				
6. Öfkelendiğimi kolay belli edemem.				
7. Genelde öfkemi içimde yaşarım.				
8. Olaylar sonunda kendimi suçlu hissederim.				
9. Çoğu konuda kendimi yetersiz hissediyorum.				
10. Pek çok işte başarısızım.				
11. Yapmak istediğim İşler için harekete geçemiyorum.				
12. Genelde kendimi yorgun ve isteksiz hissediyorum.				
13. Sık sık baş ağrıları çekiyorum.				
14. Genel olarak halsizim.				
15. Çok sık mide ve karın ağrısı çekerim.				
16. Arkadaşlarımın sayısı ve niteliği istediğim gibi değil.				
17. Kişilerarası ilişkilerde sık sık hayal kırıklığı yaşarım.				
18. Sinirlendiğim zamanlarda daha çok yemek yerim.				
19. Yaşamdan zevk almıyorum.				
20. Çok canlı ve neşeli bir kişiyim (-).				
21. Gelecekte ümitliyim(-).				
2.SINIRLARIN YOKLUĞU				
22. Karşımdaki kişiye duygu ve düşüncelerimi net olarak söylemekte zorlanırım				
23. Bazen kendi davranışlarıma şaşırıyorum.				
24. Karşımdakini kırmaktan çok korkarım.				
25. Çok sık anlaşılmaşlık yaşıyorum.				
26. Kendimi tanımakta güçlük çektiğim anlar olur.				
27. Çevrem benim hakkımda ne düşündüğüne önem veririm.				
28. Bulduğum ortam gerginleştğinde kaçmak-uzaklaşmak istiyorum.				
29. Genelde ailemin beklentilerine uygun olarak yaşarım.				
30. Çevrem tarafından kabul edilmek benim için önemlidir.				
31. Her zaman kontrollü olmaya çalışırım.				
32. Sinirlendiğim anlar nadirdir.				
33. Bir şeye kızdığında doğrudan tepki veremem.				

34. İnsanları kırmamak adına sık sık zor durumlara düşerim.				
35. Hayır demekte güçlük çekerim.				
36. Yeni ve farklı ortamlara girmekte güçlük çekerim.				
37. Herkes tarafından sevilme benim için önemlidir.				
3.YÖN DEĞİŞTİRME				
38. Herhangi bir konuda karar vermekte güçlük çekiyorum.				
39. Basit şeyler hakkında bile karar verirken saatlerce düşünürüm.				
40. Zevk alarak yaptığım işlerin sayısı çok azdır.				
41. İşime odaklanmakta güçlük çekerim.				
42. Bir kavga ve gerginlik anında görmezden gelmeyi tercih ederim.				
43. Yaptığım hiçbir işte tatmin olamıyorum.				
44. Ertelemediğim için yapmadığım çok iş var.				
45. Herhangi bir konuda harekete geçmekte zorlanırım.				
46. Ortam gerginleştğinde yumuşatmak için espriler yaparım.				
47. Sıkıntılı zamanlarımda hem mutlu olduğum anları düşünürüm.				
48. Ciddiye almadığım pek çok iş var.				
49. Öfkeli olduğumda öfkemi ifade etmek yerine yokmuş gibi davranırım.				
4.İÇE VERME				
50. Kurallara her zaman uyulması taraftarıyım				
51. Yanlışlara tahammül edemem.				
52. Yeni insanlarla tanıştığımda gerilirim.				
53. Kurallar her zaman uyulmak içindir.				
54. Hayatı sorgulamadan yaşamak taraftarıyım.				
55. Duygu ve düşüncelerim sık sık çatışır.				
56. Nelerden hoşlanıp hoşlanmadığının farkında olamam.				
5.DIŞA YANSITMA				
57. Bütün olumsuzluklar insanların sorumsuzluğundan kaynaklanır.				
58. Hatalarımı kabul ederim.(-)				
59. İnsanlarda kötülük yapma eğilimi çok yüksek.				
60. İnsanların kurallara uymamasına				

tahammül edemiyorum.				
61. Olumsuz yaşantılarımın kaynağı genelde benim dışındakiler.				
62. İnsanların aslında iyi olmadıklarını düşünüyorum.				
63. Davranışlarından memnun olmadığım çok insan var.				
64. İnsanların güvenilmez olduğunu düşünüyorum.				
65. İnsanların sürekli kuyumu kazmaya çalıştıklarını düşünüyorum.				
66. İnsanların benimle olan ilişkilerinde maskeler taktıklarını düşünüyorum.				
67. Yakın dostlarımdan zaman zaman beni kandırmaya çalıştıklarını hissediyorum.				
68. Pişman olacağım bir şey yapmam.				
6.YARDIM EDEN SENDROMU				
69. Arkadaşım üzgünse uygun olmasam bile onu eğlendirmek için elimden geleni yaparım.				
70. Genelde karşımdakinin isteklerine göre davranırım.				
71. Kendi ihtiyaçlarımdan çok başkalarının ihtiyaçlarını karşılamak benim için önemlidir.				
72. Başkaları için yaşamaktan yanayım.				
73. İnsanları mutlu etmek beni de mutlu eder.				
74. Komşusu açken kendisi tok yatan bizden değildir atasözünün benim için olduğunu düşünüyorum.				
7.ÇEKİLME				
75. Genelde yalnız kalmayı tercih ederim.				
76. Kalabalık ortamlardan hoşlanmam.				
77. Özgürlüğüme oldukça düşkünüm.				
78. Çevremın beklentilerine önem vermem.				
79. Sorunları tek başıma çözmek taraftarıyım.				
80. Açık sözlü olduğumdan fazla arkadaş edinmem.				
81. İnsanlarla arama sınır koyarım.				
82. Dostlarımlı kaybetmek uğruna bile olsa doğruların söylenmesi taraftarıyım.				
83. Çevremdeki insanlara çok rahat kızarım.				
84. Yakın arkadaşım yok denecek kadar az.				
85. Konuşarak sorunlarımlı				

çözüleceğini düşünmüyorum.				
86. Kararlarımı kendi başıma veririm.				
87. Düşünceli olduğumda kendi kabuğuma çekilirim.				
88. Duygu ve düşüncelerimi insanlarla paylaşmak yerine kendi içimde yaşarım.				
8.DUYARSIZLAŞMA				
89. Karşımdakinin ne hissettiğini anlamakta güçlük çekiyorum.				
90. Karşımdakine ne hissettiğimi söylemekte güçlük çekerim.				
91. Sessiz kaldığımda duygularımı daha iyi ifade edebildiğimi düşünüyorum.				
92. Kendi gereksinimlerimin farkına varmakta gelende sıkıntı yaşıyorum.				
93. Duygularımdan çok düşüncelerimle hareket etmeyi tercih ederim.				
94. Çoğu zaman duygularıma yabancı olduğumu düşünüyorum.				
95. Duyguların ifade edilmesi taraftarı değilim.				
96. İnsanların duygularını kontrol altında tutmaları gerektiğini düşünüyorum.				
97. Çevrem tarafından duygusal biri olarak tanınırım.				
98. Hangi durumda nasıl hissedeceğimi kestiremiyorum.				

EK 2

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Aşağıda sizinle ilgili ifadeler bulunmaktadır. Lütfen her ifadeyi okuduktan sonra sizi ne derece yansıttığını ifadenin karşısındaki derecelerin yanındaki paranteze (X) işareti koyarak belirtiniz. Maddeleri başkalarının sizden ne beklediğine ya da nasıl olmak istediğinize göre değil, gerçekten nasıl olduğunuza göre yanıtlayınız.

1. Hiç Katılmıyorum
2. Kısmen katılıyorum
3. Katılıyorum
4. Oldukça katılıyorum
5. Tamamen katılıyorum

Hacettepe Üniversitesi
Psk. Dan. ve Rehb. Ana Bilim Dalı

Teşekkür Ederim
Uzman Psk. Dan.Özlem TAGAY
Doktora öğrencisi

1. CİNSİYETİNİZ :

2. BÖLÜMÜNÜZ :

3. SINIFINIZ :

4. ALGILANAN SOSYO-EKONOMİK DÜZEYİNİZ: DÜŞÜK () ORTA () YÜKSEK ()

5. ALGILANAN ANNE-BABA TUTUMU: KORUYUCU () OTORİTER () DEMOKRATİK ()

6. AİLE BİÇİMİ: ÇEKİRDEK AİLE () GENİŞ AİLE () PARÇALANMIŞ AİLE ()

(Anne-Baba- çocuk) (Anne-baba-çocuk ve yakınlar) (Anne çocuk ya da baba-çocuk)

7. ÜNİVERSİTE EĞİTİMİNE KADAR YAŞAMINIZI GEÇİRDİĞİNİZ YER
BELDE () KÜÇÜKŞEHİR () BÜYÜKŞEHİR ()

(Ankara-İstanbul-Adana-Bursa-İzmir)

EK 3**GESTALT TEMAS ENGELLERİ ÖLÇEĞİ (GTEÖ)****MADDE ÖRNEKLERİ**

1. İşime odaklanmakta güçlük çekerim.
2. İnsanlarla arama sınır koyarım.
3. İnsanları mutlu etmek beni de mutlu eder.
4. İnsanlara güvenilmez.
5. İnsanlarla konuşurken çatışma çıkmaması için özen gösteririm.
6. Başkalarıyla geçireceğim zamanı kendime ayırmayı tercih ederim.
7. İnsanlar kuyumu kazmaya çalışır.

EK 4

KOVARYANS MATRİSLERİNİN EŞİTLİĞİ VE VARYANSLARIN HOMOJENLİĞİNE İLİŞKİN LEVENE TESTİ SONUÇLARI

Cinsiyete Göre Temas Engelleri Düzeyleri için Kovaryans Matrisleri Sonuçları

Box's Test of Equality of Covariance Matrices(a)

Box's M	34,502
F	3,409
df1	10
df2	598356,44
	0
Sig.	,059

Cinsiyete Göre Temas Engelleri Düzeyleri için Varyansların Homojenliği Testi Sonuçları

Levene's Test of Equality of Error Variances(a)

	F	df1	df2	Sig.
temas	4,787	1	362	,059
tamtemas	11,104	1	362	,061
bagltemas	,214	1	362	,644
temassonra	1,240	1	362	,266

ÖSS Alan Türüne Göre Temas Engelleri Düzeyleri için Kovaryans Matrisleri Sonuçları

Box's Test of Equality of Covariance Matrices(a)

Box's M	29,461
F	1,450
df1	20
df2	461019,02
	6
Sig.	,088

ÖSS Alan Türüne Göre Temas Engelleri Düzeyleri için Varyansların Homojenliği Testi Sonuçları

Levene's Test of Equality of Error Variances(a)

	F	df1	df2	Sig.
temas	,919	2	362	,400
tamtemas	2,904	2	362	,056
bagltemas	2,455	2	362	,087
temassonra	1,262	2	362	,284

Sınıf Düzeyine Göre Temas Engelleri Düzeyleri için Kovaryans Matrisleri Sonuçları

Box's Test of Equality of Covariance Matrices(a)

Box's M	34,746
F	1,709
df1	20
df2	425140,93
	0
Sig.	,055

Sınıf Düzeyine Göre Temas Engelleri Düzeyleri için Varyansların Homojenliği Testi Sonuçları

Levene's Test of Equality of Error Variances(a)

	F	df1	df2	Sig.
temas	2,698	2	362	,069
tamtemas	1,837	2	362	,161
bagltemas	,546	2	362	,580
temassonra	1,036	2	362	,356

Algılanan Sosyo-Ekonomik Düzeye Göre Temas Engelleri Düzeyleri için Kovaryans Matrisleri Sonuçları

Box's Test of Equality of Covariance Matrices(a)

Box's M	59,692
F	2,865
df1	20
df2	26792,361
Sig.	,000

Algılanan Sosyo-Ekonomik Düzeye Göre Temas Engelleri Düzeyleri için Varyansların Homojenliği Testi Sonuçları

Levene's Test of Equality of Error Variances(a)

	F	df1	df2	Sig.
temas	8,026	2	362	,000
tamtemas	2,652	2	362	,072
bagltemas	7,566	2	362	,001
temassonra	,489	2	362	,613

Algılanan Anne Baba Tutumuna Göre Temas Engelleri Düzeyleri için Kovaryans Matrisleri Sonuçları

Box's Test of Equality of Covariance Matrices(a)

Box's M	114,185
F	5,610
df1	20
df2	267302,69
Sig.	,060

Algılanan Anne Baba Tutumuna Göre Temas Engelleri Düzeyleri için Varyansların Homojenliği Testi Sonuçları

Levene's Test of Equality of Error Variances(a)

	F	df1	df2	Sig.
temas	4,096	2	362	,065
tamtemas	1,940	2	362	,145
bagltemas	34,779	2	362	,056
temassonra	2,087	2	362	,126

Aile Biçimlerine Göre Temas Engelleri Düzeyleri için Kovaryans Matrisleri Sonuçları

Box's Test of Equality of Covariance Matrices(a)

Box's M	45,640
F	2,151
df1	20
df2	11213,351
Sig.	,002

Aile Biçimlerine Göre Temas Engelleri Düzeyleri için Varyansların Homojenliği Testi Sonuçları

Levene's Test of Equality of Error Variances(a)

	F	df1	df2	Sig.
temas	4,052	2	362	,018
tamtemas	,370	2	362	,691
bagltemas	3,539	2	362	,030
temassonra	,386	2	362	,680

Üniversite Yaşantısına Kadar Yaşamlarını En çok Geçirdikleri Yere Göre Temas Engelleri Düzeyleri için Kovaryans Matrisleri Sonuçları

Box's Test of Equality of Covariance Matrices(a)

Box's M	30,375
F	1,493
df1	20
df2	303223,09
	4
Sig.	,072

Üniversite Yaşantısına Kadar Yaşamlarını En çok Geçirdikleri Yere Göre Temas Engelleri Düzeyleri için Varyansların Homojenliği Testi Sonuçları

Levene's Test of Equality of Error Variances(a)

	F	df1	df2	Sig.
temas	2,759	2	362	,065
tamtemas	4,007	2	362	,019
bagltemas	,129	2	362	,879
temassonra	3,327	2	362	,037

ÖZGEÇMİŞ**Kişisel Bilgiler**

Adı Soyadı :Özlem TAGAY
Doğum Yeri ve Tarihi : ANKARA 21.08.1978

Eğitim Durumu

Lisans Öğrenimi 1996-2000
Hacettepe Üniversitesi Psikolojik Danışma
ve Rehberlik Anabilim Dalı
Yüksek Lisans :2000-2003
Öğrenimi
Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler
Enstitüsü Psikolojik Danışma ve Rehberlik
Bilim Dalı
Doktora Öğrenimi 2004-2010 Hacettepe Üniversitesi Sosyal
Bilimler Enstitüsü Psikolojik Danışma ve
Rehberlik Bilim Dalı
Bildiği Yabancı Diller :İngilizce

İş Deneyimi

Çalıştığı Kurumlar :2000-2002 Bilge-2000 Dershanelerinde
Psikolojik Danışman
2002-2004 Konya Ataçil Lisesinde Okul
Psikolojik Danışmanı
2004- Ankara Gökçeşeyük İlköğretim
Okulu Psikolojik Danışmanı

İletişim

E-Posta Adresi : ozlemtagay@yahoo.com

Tarih :

KATILDIĞI PROJE-KOMİSYONLAR

- 2008 Yılında Milli Eğitim Bakanlığı Özel Eğitim Rehberlik ve Danışma Hizmetleri Genel Müdürlüğü tarafından yürütülen “Özel Öğrenme Güçlüğü Destek Eğitim Programı Hazırlama” komisyonunda yer almıştır.
- 2007 Yılı İl Milli Eğitim Müdürlüğü’nün “Davranış Değiştirme Yöntemleri ve Çözüm Odaklı Eğitim” konulu projesinde görev aldı
- 2006 Yılı Milli Eğitim Bakanlığının “Öfke ve Öfke Yönetimi” konulu projesinde görev aldı.
- 2005 Yılında Nilüfer Voltan Acar tarafından verilen Gestalt Terapisi Eğitici eğitimine başlamıştır ve hala devam etmektedir.
- 2004-2010 Doktora, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hacettepe Üniversitesi, Ankara, Türkiye
- 2000-2003 Yüksek Lisans, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hacettepe Üniversitesi, Ankara, Türkiye
- 1996-2000 Lisans Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hacettepe Üniversitesi, Ankara, Türkiye
- 1992-1996 Anafartalar Anadolu Ticaret ve Meslek Lisesi, Ankara, Türkiye

ARAŞTIRMA ve YAYINLARI

- 2003 “Üniversite Hazırlık Kursuna Devam Eden Öğrencilerin Depresyon Düzeyleri” Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara, Türkiye
- 2004 Fidan KORKUT, Ahu ARICIOĞLU, Özlem TAGAY, Tuğba SARI “Altındağ İlçesi Gençliğin Olumlu Gelişimini Sağlama ve Sorunlarını Önleme Projesinin Pilot Uygulamaları” Başkent Üniversitesi Sosyal Hizmet Sempozyumu, Alanya.
- 2005 Özlem TAGAY “İlköğretimde Sosyal Beceri Eğitimi” Ankara Milli Eğitim Müdürlüğü Yayınları, Editör Dilek Oluklu.
- 2007 Özlem TAGAY “Çocuklarda Davranış Bozuklukları ve İlgili Konular”. Editör Safiye Sarıcı BULUT, “Davranış Değiştirme Yöntemleri ve Çözüm Odaklı Eğitim” Ankara Milli Eğitim Müdürlüğü Yayınları, Barok Matbaacılık.

- 2008 “Okullarda Ruh Sağlığı Hizmetleri” Ahu ARICIOğLU, Özlem TAGAY. Kuramsal Eğitimbilim 1 (2), 76-83, 2008.

ÜYESİ OLDUğU DERNEK ve GÖNÜLLÜ KURULUŞLAR

2001 – Sürüyor

Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği, Ankara, Türkiye