



Sosyal Beceri Eğitiminin Ortaokul Öğrencilerinin Boyun Eğici Davranışları Üzerine Etkisi

Effect of Social Skills Training on Submissive Behavior in Middle School Students

Özge Kınık, Şalpaazarı Atatürk Ortaokulu, another-oz@hotmail.com ORCID: 0000-0001-9293-2363

Hatice Odacı, Trabzon Üniversitesi, hatodaci@hotmail.com ORCID: 0000-0002-2080-6269

Öz. Bu çalışmada sosyal beceri eğitiminin ortaokul öğrencilerinin boyun eğici davranışlarına etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın deney ve kontrol grubunu Trabzon ilinde bir ortaokulda öğrenim gören ve yaşları 12-13 arasında değişen (Ss=.50), 16 kız ve 16 erkek olmak üzere 32 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak, Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği (BEDÖ) ve araştırmacılar tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Araştırma kontrol gruplu ön test-son test araştırma modeline uygun olarak yürütülmüştür. Elde edilen verilerin analizinde, bağımsız gruplar t testi, ortak değişkenli tek yönlü varyans analizi (Ancova), çoklu varyans analizi (Mancova) gibi istatistiksel analizlerden yararlanılmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlar, sosyal beceri eğitimi programının ortaokul öğrencilerinin boyun eğici davranışlarını azaltmada anlamlı etkisinin olduğunu göstermektedir. Ayrıca; sosyal beceri eğitimi programına katılan öğrencilerin boyun eğici davranışlar son test ve izleme testi puan ortalamalarının, sosyal beceri eğitimi programına katılmayan öğrencilerin boyun eğici davranışlar son test ve izleme testi puan ortalamalarından daha düşük olduğu yönündedir.

Anahtar Sözcükler: Sosyal beceri, sosyal beceri eğitimi, boyun eğici davranış

Abstract. This study aimed to investigate the effect of social skills training on submissive behavior of middle school students. The experiment and control groups for the research comprised 32 students, 16 female and 16 male, with ages from 12-13 years (Sd=.50) attending a middle school in Trabzon province. The data collection tools used in the research were the Submissive Behavior Scale and a Personal Information Form prepared by the researchers. The research was run in accordance with a pretest-posttest with control group research model. Analysis of the obtained data used statistical analyses such as the independent groups t test, common variable one way analysis of variance (Ancova) and multiple variance analysis (Mancova). The results obtained in the research showed that the social skills training program had a significant effect on reducing submissive behavior in middle school children. In addition; the mean posttest and monitoring test points for submissive behavior obtained by students participating in the social skills training program were lower than the mean posttest and monitoring test points for submissive behavior obtained by students who did not participate in the social skills training program.

Keywords: Social skill, social skills training, submissive behaviour

SUMMARY

Purpose and Significance

Individuals living in society have many social, emotional, psychological and physical needs. Individuals must have a range of social skills in order to become a part of the social structure they exist within and to fulfill these needs. Social skills are very important for both healthy interpersonal relationships and for personal development of individuals. This study researched the effect of social skills training on the submissive behavior of middle school students.

Methodology

This study applied a pre-test, post-test and controlled experimental model to a research group comprising 32 students, 16 girls and 16 boys, aged from 12-13 years attending a middle school in Trabzon province. Seventeen of the students were middle school second class, while 13 were middle school third class students. During the data collection process, the Submissive Behavior Scale (SBS) developed by Gilbert and Allan (1994) and adapted to Turkish by Şahin and Şahin (1992) was used. The data obtained were uploaded to a computer environment and SPSS 20.0 program was used to analyze data. Statistical analyses such as the independent groups t test, common variable one-way analysis of variance (Ancova) and multiple variance analysis (Mancova) were used for analysis of data.

Results

The results of the analysis of data observed no significant difference between the submissive behavior points of the control and experimental groups before beginning social skills psycho-training aiming to reduce submissive behavior. However, there were significant differences observed for the post-test and monitoring measurements after the application. As a result, application of social skills training to individuals in the experimental group was identified to create significant differences between the post-test and monitoring points in terms of submissive behavior compared to individuals in the control group who did not participate in social skills training. Thus, it was concluded that the social skills psycho-training application was effective in reducing submissive behavior.

Discussion and Conclusions

This study concluded there were significant differences between the submissive behavior of students participating in a social skills training program prepared with the aim of reducing submissive behavior of middle school students compared to students who did not participate in training. Additionally, the effect values observed on submissive behavior post-test and submissive behavior monitoring tests revealed that social skills training was highly effective on submissive behavior. The occurrence of these results may be the effect of an acceptance-based climate developing in the social skills psycho-training group and additionally the group dynamics may have led to students becoming more open to learning and experiencing new behavior patterns.

GİRİŞ

Bireyler, yaşamları boyunca bir taraftan birey olarak kendi varoluşlarını ortaya koymaya çalışırken diğer taraftan da ait olma ihtiyacını hissederler. Toplum içinde yaşayan insanların birçok sosyal, duygusal, psikolojik ve fiziksel ihtiyaçlarını doyurabilmeleri ve içinde buldukları sosyal yapının bir parçası haline gelebilmeleri bazı sosyal becerilerle donatılmış olmaları gerekliliğini de beraberinde getirmektedir.

Sosyal beceriler, sosyal iletişimi teşvik eden, olumlu sosyal etkileşimleri artıran ve olumsuz sosyal etkileşimleri azaltan sözel ve sözsüz davranışlar ve bilişsel süreçlerdir (Greshman, 1986). Sosyal beceriler çeşitli sosyal davranış ve stratejiler ile birlikte öğrenilmektedir. Dolayısıyla sosyal stratejiler ile öğrenilen bu beceriler kişiler arası iletişimi düzenleyen sosyal ve kültürel normlarla da yakından ilişkilidir (Riggio, 1986). Sosyal beceriler her ne kadar sosyal görevler ve sosyal yeterlik kavramlarıyla zaman zaman aynı olarak kullanılsa da birbirinden farklı kavramlardır. Sosyal beceriler, bir kişinin sosyal bir görevi başarılı bir şekilde gerçekleştirmesini sağlayan özel bir davranış tarzı olarak değerlendirilirken; sosyal sorumluluklar; arkadaş edinmek, sohbet etmek, akran grubuna girmek gibi sosyal becerilerin ortaya çıkardığı sonuçlardır. Sosyal yeterlilik ise, bireylerin sosyal görevlerini başarıyla tamamladıklarına dair kararlarıdır (Greshman, 2016).

Yetişkin bireylerin sosyal beceri düzeylerinin psikolojik iyi olma halleriyle ilişkili olduğu bilgisi (Segrin ve Taylor, 2007) ergenlerde ve çocuklarda sosyal becerilerin psikolojik iyi olma hallerine nasıl etki ettiği sorusunu akla getirmektedir. Yapılan boylamsal bir çalışmadan elde edilen bulgular çocuklukta zayıf sosyal ilişkilerin ergenlikteki ve genç yetişkinlikteki ciddi uyum problemlerini yordadığı şeklindedir (Cowen, Pedersen, Babigian, Izzo ve Trost, 1973). Çubukcu ve Gültekin (2006) de ilk ve ortaokul öğrencilerine kazandırılması gereken temel sosyal beceriler konulu çalışmalarında ilişkiyi başlatma ve sürdürme becerilerinin, gruba iş yapma becerilerinin, plan yapma ve problem çözmenin, öz-denetimi koruma becerilerinin, stres durumu ile başa çıkmanın, duygulara yönelik becerilerin temel sosyal beceriler olduğunu belirtmişlerdir.

Bireylerin yaşamları boyunca yaşamlarında karşılaştıkları birey olma ve sosyal yapının bir parçası olma sorunsalının ergenlikte daha belirgin olarak ortaya çıktığı söylenebilir. Çünkü özerkleşme ergenlik döneminde bireyin yaşamında önemli bir psikolojik kavram olarak karşısına çıkmakta ve bu dönemin gerek fiziksel, gerekse bilişsel ve toplumsal değişimleri nedeniyle belirginleşmektedir. Özellikle ilk ergenlikte meydana gelen hızlı fiziksel ve bilişsel değişimlere bağlı olarak yaşanan bireyselleşme sürecinin ergenlikle beraber meydana çıkan yeni roller ve sorumluluklarla bireyleri daha bağımsız davranmaya ittiği söylenebilir (Steinberg, 2007). Gerek eğitimsel gerekse yaş aralığı olarak ele alındığında ilk ergenlik sürecinde olan ortaokul öğrencileri bir taraftan bireyselleşme süreçlerini yönetmekte bir taraftan da aile üyeleri ve okul arkadaşlarıyla sağlıklı ilişkiler kurmaya çalışmaktadır. Her ne kadar bireyselleşme ve sosyal çerçevenin bir parçası olma isteği ergenler için bir çatışma unsuru oluşturuyor gibi görünse de yapılan çalışmalar ergenlerin ebeveynlerine karşı güvenli bağlılıklarının olumlu sosyal becerilerini yordadığı yönündedir (Allen, Marsh, McElhaney, Land, Jodlve Peck, 2002; Engels, Finkenauer, Meeus ve Dekovic, 2001). Literatürdeki çalışmalarda; ergenlerin sosyal becerilerinin, yalnızlık (Lodder, Goossens, Scholte, Engels ve Verhagen, 2016); depresif belirtiler (Nilsen, Karevold, Roysamb, Gustavson ve Mathiesen, 2013; Ross, Shochet ve Bellair, 2010) akran ilişkileri (Engels, Dekovic ve Meeus, 2002) ve mantıkdışı inançlar (Çivitci ve Çivitci, 2009) gibi birçok değişkenle ilişkili olduğu ortaya konmuştur.

Bireylerin sağlıklı sosyal gelişimleri önünde engel teşkil eden farklı psikopatolojilerle (Allan ve Gilbert, 1997) ve olumsuz kendilik algısı (Berber Çelik ve Odacı, 2011) ile ilişkili olduğu ortaya konan kavramlardan biri boyun eğici davranışlardır. Boyun eğici davranışların ergenlerde özellikle de ergenlik döneminin başındaki bireyler için daha büyük risk oluşturduğu söylenebilir. Çünkü ilk ergenlik dönemindeki bireylerde akran baskısına uyma eğilimi, ilk ergenliğin önce ya da sonrasına göre daha fazladır (Steinberg, 2007). Bireyler toplumsal statülerini kaybetme, aşağılanma korkuları nedeniyle boyun eğici davranışlar sergileyebilirler (Allan ve Gilbert, 1997).

Gerek dönemin beraberinde getirdiği fiziksel, bilişsel ve duygusal değişimler gerekse toplumsal rol ve sorumlulukların farklılaşmasıyla karakterize olan ergenlik dönemi, bireylerin toplumsal kimliklerini sorgulama sürecini de beraberinde getirmektedir. Bu nedenle, ergenliğin başlarında olan ortaokul öğrencilerinin sosyal gelişimlerini olumsuz yönde etkileyebilecek boyun eğici davranışlarının en aza indirgenmesini amaçlayan psiko-eğitsel çalışmaların ergenlerin ileride karşılaşılabilecekleri ruhsal problemleri önleyici rol üstlenebileceği düşünülmektedir. Ayrıca ortaokul dönemindeki bireylerde, boyun eğici davranışları önlemeye yönelik gerçekleştirilen sosyal beceri eğitiminin, okullarda görev yapan ruh sağlığı çalışanlarına katkı sağlayacağı ve bu konuda araştırma yapmayı düşünen araştırmacılar için de yol gösterici olacağı düşünülmektedir.

Amaç

Araştırmanın amacı boyun eğici davranışlar sergileyen ortaokul öğrencilerinin, boyun eğici davranışlarının azaltılmasında sosyal beceri psiko-eğitim programının etkisini saptamaktır.

Bu araştırmada, ifade edilen amaca dayalı olarak aşağıda belirtilen hipotezlerin doğruluğu test edilmiştir:

1. Ortaokul öğrencilerinin boyun eğici davranışlarını azaltmak amacıyla hazırlanan sosyal beceri eğitimi programına katılan öğrencilerin son test boyun eğici davranış puan ortalamalarında, bu eğitime katılmayan öğrencilere göre anlamlı farklılıklar vardır.

2. Sosyal beceri eğitimine katılan ortaokul öğrencilerinin boyun eğici davranış son-test puan dağılımları, ön-test puan dağılımlarından daha düşüktür.

3. Sosyal beceri eğitimine katılan ortaokul öğrencilerinin boyun eğici davranış izleme test puan ortalamaları, ön-test puan ortalamalarından daha düşüktür.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Sosyal beceri eğitimi programının, ortaokul öğrencilerinin boyun eğici davranışları üzerindeki etkisinin incelenmesi amaçlanan bu araştırmada, ön-test, son-test, izleme ve kontrol gruplu deneysel model uygulanmıştır. Öntest-son test kontrol gruplu desende katılımcılar deneysel işlemde önce ve sonra bağımlı değişkenle ilgili olarak ölçüme tabi tutulurlar (Büyüköztürk, 2001).

Katılımcılar

Araştırma grubunu Trabzon ilindeki bir ortaokulda öğrenim gören ve yaşları 12- 13 arasında değişen ($Ss=.50$), 16'sı kız ve 16'sı erkek 32 öğrenci oluşturmuştur. Öğrencilerin 17'si (%53,1) ortaokul ikinci sınıf öğrencisiyken, 15'i (%46,9) ortaokul üçüncü sınıf öğrencisidir.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu (KBF): Araştırmacılar tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu'nda yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi gibi sorulara yer verilmiştir.

Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği (BEDÖ): Çalışmada Şahin ve Şahin (1992) tarafından Türkçeye uyarlanan Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği (BEDÖ) kullanılmıştır. Ölçeğin Beck Depresyon Envanteri ile korelasyonu .32, Sosyopati Ölçeği ile .36 olarak bulunmuştur. İç tutarlılık Cronbach alfa değeri .74, test-tekrar test güvenilirliği .84 olarak saptanmıştır. Hem ergen, hem de yetişkinlere uygulanabilir. Her maddede sözü edilen davranışların kişiyi ne kadar iyi tanımladığı sorulmaktadır. Maddeler 1-5 arasında, 5'li Likert tipi puanlama esasına göre değerlendirilmektedir. Ölçekten en düşük 11, en yüksek 80 puan alınabilir. Yüksek puanlar daha fazla boyun eğici davranışa işaret etmektedir.

İşlem Yolu: Araştırmaya dahil edilen 173 ortaokul öğrencisine okul idaresinden ve ailelerinden izin alınarak Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği (BEDÖ) uygulanmıştır. Uygulama sonucunda BEDÖ'den elde edilen toplam puanlar dikkate alınarak, boyun eğici davranış puanı

yüksek olan öğrencilerden düşük puanlılara doğru sıralama gerçekleştirilmiştir. Puanları yüksek olarak belirlenen 32 öğrencinin ailelerinden tekrar izin istenerek deney ve kontrol grupları oluşturulmuştur. Sosyal beceri psiko-eğitim deneysel çalışmasının uygulanmasından önce öğrencilerden 16'sı kontrol grubuna 16'sı deney grubuna cinsiyet ve puan dağılımları açısından denk olmalarına dikkat edilerek atanmıştır. Boyun eğici davranışlar ön test ölçümlerinin deney ($\bar{X} = 39.62$, $SS = 9.55$) ve kontrol gruplarına ($\bar{X} = 41$, $SS = 9.21$) dayalı olarak farklılık göstermediği belirlenmiştir ($t(30) = .41$, $p > .05$).

Tablo 1. Boyun eğici davranışlar ön-test, son-test ve izleme testi puan ortalamaları ve standart

Değişken	Gruplar	N	Ön-test		Son-test		Etki	İzleme-testi		Etki
			\bar{X}	SS	\bar{X}	SS	Değeri	\bar{X}	SS	Değeri
BED	Deney	16	39.62	9.54	31.93	6.86	-1,067	37.25	9.05	-1,640
	Kontrol	16	41	9.20	39.81	8.33		49	5.25	
	Toplam	32	40.31	9.25	35.87	8.51		43.12	9.41	

sapmaları

BED: Boyun Eğici Davranışlar

Sosyal beceri eğitimi programına katılması için tespit edilen ve gönüllü olan öğrencilerin velilerine program hakkında bilgi verilerek, öğrenci velilerinden veli izin dilekçesi alınmıştır. Veliler oturumların yapılacağı gün, saat ve mekan hakkında bilgilendirilmiştir. Deney grubundaki 16 öğrenciye haftada bir gün yaklaşık 85-90dakika süren 10 oturumluk Sosyal Beceri Eğitimi programı uygulanmıştır. Kontrol grubuna hiçbir işlem yapılmamıştır. Programın bitiminden 1 hafta sonra deney ve kontrol gruplarına Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği (BEDÖ) tekrar uygulanmıştır. İzleme amaçlı olarak 6 ay sonra deney ve kontrol gruplarına Boyun Eğici davranışlar Ölçeği (BEDÖ) uygulanmıştır.

Müdahale Programı

Çalışmanın bu kısmında, deney grubundaki öğrencilere süpervizör denetiminde uzman psikolojik danışman tarafından uygulanan Sosyal Beceri Eğitimi uygulaması tanıtılmıştır. Sosyal Beceri Eğitimi programı hazırlanırken daha önce bu konuda yapılmış deneysel çalışmalarda müdahale programlarının içerikleri incelenmiştir (Craig, Brown, Upright, ve DeRosier, 2016; Kabasakal ve Çelik, 2010; Odacı, Kalkan, Balcı ve Yılmaz, 2003; Spence, Donovan ve Brechman Toussaint, 2000). Uygulanan sosyal beceri eğitimi psiko-eğitsel programında, her oturumun kendine ait amacı vardır. Oturumların sonunda, kazanımları destekleyici ev ödevleri verilmiş ve bir sonraki oturumda verilen ev ödevi hakkında grup üyelerinin paylaşımında bulunmaları sağlanmıştır.

Bu programın genel amacı, grup üyelerinin uygulanan sosyal beceri eğitimi ile yeni davranışlar ve beceriler geliştirmesine imkan sağlamak ve bu sayede grup üyelerinin boyun eğici davranışlarını en aza indirmektir. Bu amaç doğrultusunda deney grubuna uygulanan sosyal beceri eğitimi psiko-eğitim programının oturumları aşağıda açıklanmaktadır:

1. Oturum: Grup Sürecini Yapılandırmak

Birinci oturum, grup sürecinin yapılandırılmasıyla başlamıştır. Grup üyelerine; oturumların süresi, zaman, gizlilik ve devamlılığın önemi gibi temel kurallar hakkında bilgi verilmiştir. Grup üyelerinin katılımlarıyla grubun diğer kuralları belirlenmiştir. Oturum, grup üyelerinin birbirini tanımaları ve gruptan beklentilerini ifade etmeleriyle devam ettirilmiştir.

Daha sonra grup üyelerinin, gözlem yeteneğini artırmaya yönelik etkinlikler gerçekleştirilmiştir. Oturumun özetlenmesinden sonra ev ödevinin verilmesiyle ilk oturum kapatılmıştır.

2. Oturum: Aktif Dinleme Becerilerini Geliştirmek

İkinci oturumun amacı grup üyelerinin "aktif dinleme becerilerini" geliştirmek olarak belirlenmiştir. Her bir grup üyesinin, başka bir grup üyesi tarafından göz teması kurulmadan, sözel, sözel olmayan hiçbir tepki almadan dinlenme ve ardından aktif dinleme becerileriyle dinlenme yaşantısı geçirdikleri bir etkinlik gerçekleştirilmiştir. Etkinlik sonunda grup üyelerine her iki dinlenme şekline bağlı olarak gelişen düşünceleri ve duyguları sorulmuştur. Grup üyelerinin her iki dinlenme şekline bağlı olarak farklılaşan duygu ve düşünceleri üzerinde durulmuştur. Daha sonra grup lideri tarafından, üyelere aktif dinlemenin önemi ve nasıl yapılması gerektiğine dair açıklayıcı bilgiler sunulmuştur. Ev ödevi verilmesi ve oturumun özetlenmesiyle oturum kapatılmıştır.

3. Oturum: Kendi Duygularını ve Başkalarının Duygularını Farkedebilmek

Üçüncü oturumun amacı, bireylerin "kendi ve başkalarının duygularına karşı farkındalıklarını" artırmak olmuştur. Bu amaçla, grup üyelerinin çeşitli duyguları uygun jest ve mimiklerle yansıtabilmelerini sağlamaya ve başka bireylerin yaşadıkları duyguları anlamaya yönelik etkinlikler gerçekleştirilmiştir. Oturum, grup lideri tarafından ev ödevi verilmesi ve oturumun özetlenmesiyle sonlandırılmıştır.

4. Oturum: Alay Edilme ile Başa Çıkmak

Oturumun amacı, "grup üyelerinin alay edilmeye başa çıkma becerilerini" geliştirmek olarak belirlenmiştir. Grup lideri tarafından, grup üyelerinden alay edilmeye ilgili önceki yaşantılarını paylaşımları istenerek süreç başlatılmıştır. Grup lideri, grup üyelerinin alay edilmeye başa çıkma stratejilerini geliştirilebilmek amacıyla drama etkinliğinden yararlanmıştır. Drama etkinliğinden sonra grup üyelerinin paylaşımları alındıktan sonra grup lideri tarafından alay edilmeye başa çıkma konusunda bilgiler verilmiştir. Oturum ev ödevinin verilmesi ve özetlemenin yapılmasıyla sonlandırılmıştır.

5. Oturum: Dışlanma ile Başa Çıkmak

Oturumunun "dışlanma ile başa çıkabilmek" amacına bağlı olarak; grup üyelerinin, oturum esnasında 'grup dışında kalmak' ve "gruba dahil olmak" yaşantılarını tecrübe ettikleri bir etkinlik gerçekleştirilmiştir. Grup üyelerinden grup dışında kaldıkları ve gruba dahil oldukları zaman yaşadıkları duygu ve düşünceleri ifade etmeleri istenmiştir. Ayrıca, grup üyelerine dışlanılmayla karşı karşıya kalındığında neler yapabileceğini içeren video seyrettirilmiştir. Gönüllü üyelerden videoya dair fikirleri alınmış ve ardından grup lideri tarafından dışlanmayla başa çıkabilmeye yönelik bilgiler verilmiştir. Oturum ev ödevinin verilmesi ve özetlemeyle sonlandırılmıştır.

6. Oturum: Yardım İsteme Becerilerini Geliştirmek

Oturumun amacı, grup üyelerinin "yardım isteme becerilerini" daha etkin hale getirebilmek olarak belirlenmiştir. Grup lideri tarafından, grup üyelerine hangi anlarda, kimlerden, hangi şekilde yardım istediklerine ve isteyebileceklerine dair sorular yöneltilerek bu sorular üzerinde düşünmeleri; sonrasında gönüllü olan üyelerin paylaşımında bulunmaları istenmiştir. Oturumda yardım istemeyle ilgili drama çalışması yaptırılmıştır. Oturum sonunda ev ödevi verilmiş ve özetleme yapılmıştır.

7. Oturum: Sen Dili ve Ben Dili Kavramlarının Ayrımını Yapabilmek

Oturumun amacı, "sen dili ve ben dili" kavramlarının bireylerin iletişimleri üzerindeki etkisini grup üyelerinin anlamaları olmuştur. Oturumda, gönüllü olan grup üyelerinin, "sen dili"

ve “ben dili” kullanımlarının olduğu iki ayrı hikayeyi canlandırmaları istenmiştir. Sonrasında iki iletişim şekli hakkında grup üyeleri paylaşımlarda bulunmuştur. Grup lideri tarafından sen dili ve ben dili arasındaki farklar anlatılmıştır. Oturumun sonunda ev ödevi verilmiş ve özetleme yapılmıştır.

8. Oturum: Öfkeyi Doğru İfade Etmek

Oturumun amacı, grup üyelerinin öfkelerini doğru bir şekilde ifade edebilme becerilerini geliştirmek olarak belirlenmiştir. Grup üyelerinden öfke ifade biçimlerinin kabul edilebilir olanlarının ve kabul edilebilir olmayanlarının neler olabileceğine dair düşünceleri istenilmiş her grup üyesinin verdiği cevap tahtaya yazılmıştır. Tahtaya yazılan fikirlerin her birinin avantajı ve dezavantajı grup üyeleri tarafından değerlendirilmiştir. Sonrasında grup lideri tarafından, öfke duygusunun doğru ifade edilme şekilleri hakkında gerekli bilgilendirmeler yapılmıştır. Oturumun sonunda ev ödevi verilmiş ve özetleme yapılmıştır.

9. Oturum: Hayır Diyebilme Becerilerini Geliştirmek

Oturumun amacı, grup üyelerinin “hayır diyebilme” becerilerini geliştirmek olarak belirlenmiştir. Grup lideri, grup üyelerinin hangi durumlarda hayır dediklerini sorarak paylaşım sürecini başlatmıştır. Hayır diyemedikleri durumlarda yaşadıkları olumsuz durumları diğer grup üyeleriyle paylaşmaları istenmiştir. Grup üyelerine, hayır demeye alakalı drama yaptırılarak yapılan canlandırma hakkında paylaşımda bulunmaları sağlanmıştır. Daha sonrasında, grup lideri tarafından hayır diyebilme becerisi hakkında bilgilendirme süreci gerçekleştirilmiştir. Oturum ev ödevi verilmesi ve özetleme yapılmasıyla sonlandırılmıştır.

10. Oturum: Grup Sürecini Değerlendirmek ve Sonlandırmak

10. oturumun sonlandırma oturumu olması nedeniyle, grup üyelerinin kendi gelişimlerine ilişkin değerlendirme yapmaları ve grup üyelerinin grup sürecinden olumlu duygularla ayrılması amaçlanmıştır. On oturumluk süreç grup üyelerince özetlenerek, grup üyelerinin değerlendirmeleri alınmıştır. Grup üyelerinin gruba olumlu duygularla veda etmeleri amacıyla sonlandırma etkinliği yapılmıştır. Oturumun sonunda son test uygulaması gerçekleştirilmiştir. Aynı gün kontrol grubuna da son test uygulaması yapılmıştır.

Veri Analizi

Elde edilen veriler bilgisayar ortamına aktarılmış ve verilerin çözümlenmesinde SPSS 20.0 programı kullanılmıştır. Verilerin istatistiklerinde, bağımsız gruplar t testi, ortak değişkenli tek yönlü varyans analizi (Ancova), çoklu varyans analizi (Mancova) gibi istatistiki analizlerden yararlanılmıştır.

BULGULAR

Deneyel çalışma ile ilgili hipotez test edilmeden önce deney ve kontrol gruplarının boyun eğici davranışlar ön test ölçümlerine ilişkin puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olup olmadığına bakılmıştır. Başka bir ifade ile deney ve kontrol gruplarının birbirine denk olup olmadıkları saptanmıştır. Bunun için öncelikle normallik analizi yapılmıştır. Deneklerin sayısının 50’den az olduğu için verilerin dağılımını belirlemek amacıyla Shapiro-Wilk testi yapılmıştır. Elde edilen bulgulara göre, boyun eğici davranışlar ön test puan ortalamaları deney (S-W = .95, $p > .05$) ve kontrol grupları (S-W = .89, $p > .05$) için normallik varsayımı karşılamaktadır. Dolayısıyla, boyun eğici davranışlar ön test ölçümlerinin deney ve kontrol gruplarına dayalı farklılıklarını belirlemek amacıyla bağımsız gruplar t testi uygulanmıştır. Buna göre, boyun eğici davranışlar ön test ölçümlerinin deney ($X = 39.62$, $SS = 9.55$) ve kontrol ($X = 41$, $SS = 9.21$) gruplarına dayalı olarak farklılık göstermediği belirlenmiştir ($t(30) = .41$, $p > .05$). Bu işlemler sonucunda deney ve kontrol grubunda yer alan bireylerin, psiko-eğitim uygulaması öncesinde boyun eğici davranışlara ilişkin ölçümlerinin birbirine benzer oldukları söylenebilir.

Boyun eğici davranışların azaltılmasına yönelik geliştirilen psiko-eğitim uygulamasının etkisini belirlemek amacıyla MANCOVA analizinden yararlanılmıştır. Bu doğrultuda boyun eğici davranışlara ilişkin ön-test, son-test ve izleme puanları deney ve kontrol gruplarına dayalı olarak değerlendirilmiştir. MANCOVA analizinin yapılabilmesi için varyansların homojen

dağılması gerekmektedir. Bu amaçla yapılan Levene Testi sonucunda boyun eğici davranışlara ilişkin izleme testi ölçümleri varyanslarının homojen dağılmadığı sonucuna ulaşılmıştır (BED sontest; $F(1, 30) = .77, p > .05$; BED izleme; $F(1, 30) = 5.03, p < .05$). Dolayısıyla deneysel işlemin etkisi değerlendirilirken PillaiTrace değeri kullanılmıştır. MANCOVA analizi sonucunda, boyun eğici davranışlara ilişkin ön test ölçümlerinin son test puanları üzerindeki etkileri anlamsız bulunurken ($\lambda = .02, F_{(2, 28)} = 31, p > .05, \eta^2 = .02$), grupların ($\lambda = .53, F_{(2, 28)} = 15.98, p < .001, \eta^2 = .53$) son test puanları üzerindeki etkisi anlamlı olarak bulgulanmıştır. Başka bir ifade ile ön test puanlarının son test ve izleme testi üzerindeki etkisi kontrol altına alınarak gerçekleştirilen analiz sonuçları, deneysel işlemin son test ve izleme testi üzerinde anlamlı etkisinin olduğunu göstermektedir (Tablo 2).

Tablo 2. Değişkenlere ilişkin MANCOVA sonuçları

Varyans Kaynağı	PillaiTrace	F	Sd _{hipotez}	Sd _{hata}	p	η^2
BEDöntest	.02	.31	2	28	.74	.02
Grup	.53	15.98	2	.28	< .001	.53

BED: Boyun Eğici Davranışlar

Belirlenen anlamlı farklılıkta bağımsız değişkenlerin rolünün daha kapsamlı değerlendirilmesi amacıyla ortak değişkenli tek yönlü varyans analizi (ANCOVA) uygulanmıştır. Tablo 3'de ANCOVA analizi sonucu elde edilen bulgular yer almaktadır.

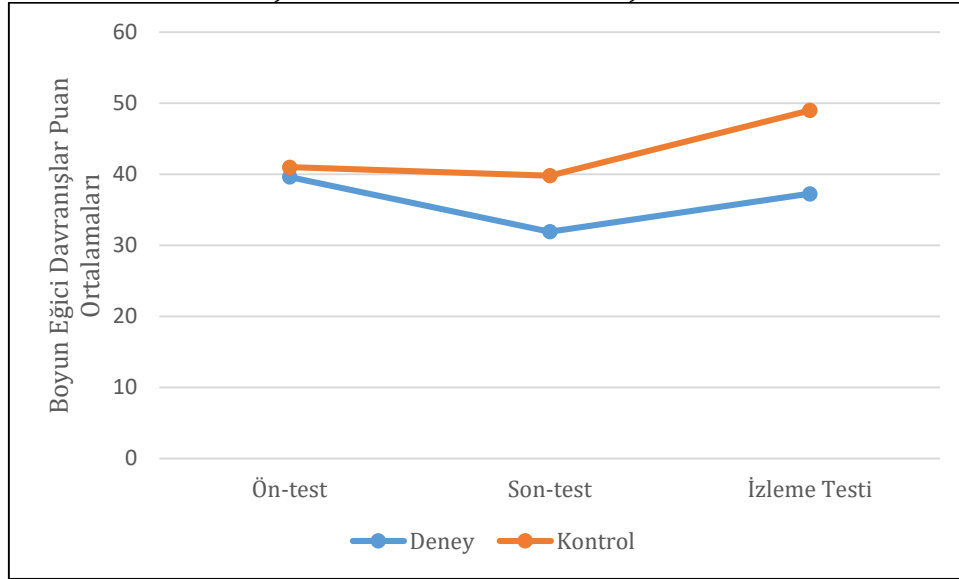
Tablo 3. Değişkenlere ilişkin ANCOVA sonuçları

Varyans Kaynağı	Bağımlı Değişkenler	KT	Sd	KO	F	p	η^2
Grup	BEDsontest	475.35	1	475.35	8.01	.008	.22
	BED izleme	1117.22	1	1117.22	19.86	< .001	.41

BED: Boyun Eğici Davranışlar

Tablo 3 incelendiğinde deney ve kontrol gruplarının BED son test ($F = 8.01, p < .01$) ve BED izleme ($F = 19.86, p < .001$) puanları arasında anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir. Farkın kaynağına ilişkin gerçekleştirilen Bonferroni post hoc analizi sonuçlarına göre, deney grubunda yer alan bireylerin boyun eğici davranışlar son test ($X = 31.93, SS = 6.86$) ve izleme testi ($X = 37.25, SS = 9.05$) puan ortalamaları, kontrol grubunda yer alan bireylerin boyun eğici davranışlar son test ($X = 39.81, SS = 8.33$) ve izleme testi ($X = 49, SS = 5.25$) puan ortalamalarından daha düşüktür. Başka bir deyişle, boyun eğici davranışların azaltılmasına yönelik olarak sunulan sosyal beceri psiko-eğitim uygulamasına başlanmadan önce kontrol ve deney gruplarının boyun eğici davranışlar puanları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı ancak uygulama sonrası yapılan son test ve izleme ölçümlerinde anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür. Sonuç olarak, sosyal beceri eğitimi uygulamasına katılan deney grubundaki bireyler ile sosyal beceri uygulamasına katılmayan kontrol grubundaki bireylerin boyun eğici davranışlar bakımından son test ve izleme puanları arasında anlamlı farklılıklar olduğu saptanmıştır. Dolayısıyla, boyun eğici davranışların azaltılması için yapılan sosyal beceri psiko-eğitim uygulamasının etkili olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca BED son test ($d = -1.067$) ve BED izleme testine ($d = -1.640$) yönelik etki değerleriyle sosyal beceri eğitiminin boyun eğici davranışlar üzerinde yüksek düzeyde etkili

olduğu bulgulanmıştır. Deney ve kontrol grubunun boyun eğici davranışlara ilişkin ön-test, son-test ve izleme testi ölçümleri Grafik 1’de sunulmuştur.



Grafik 1. Deney ve kontrol grubunun boyun eğici davranışlara ilişkin ön-test, son-test ve izleme testi ölçümleri.

TARTIŞMA

Bu çalışmada, ortaokul öğrencilerinin boyun eğici davranışlarını azaltmak amacıyla hazırlanan sosyal beceri eğitimi programına katılan öğrencilerin boyun eğici davranışlarında bu eğitime katılmayan öğrencilere göre anlamlı farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yani sosyal beceri eğitimi programına katılan öğrencilerin, katılmayan öğrencilere göre boyun eğici davranışları azalmıştır. Sosyal beceri eğitimi ile ilgili literatür incelendiğinde sosyal beceri eğitimin birçok değişken üzerinde etkisinin olduğunu ortaya koyan çalışmalara rastlamak mümkündür. İlkokul öğrencilerine sosyal beceri eğitimi programının uygulandığı bazı çalışmalarda sosyal beceri eğitimi müdahale programına katılan öğrencilerin denetim odaklarında ve okula uyum düzeylerinde anlamlı bir farklılaşma olduğu ortaya konmuştur (Odacı, Kalkan, Balcı ve Yılmaz, 2003; Kabakasal ve Çelik, 2010). Ayrıca farklı çalışmalarda, bireylerin sosyal becerilerini geliştirmeye yönelik müdahale programlarının sosyal fobi, benlik saygısı, sosyal öz yeterlilik gibi psikolojik değişkenler üzerinde etkili olduğu bulgulanmıştır (Craig Brown, Uprigt ve DeRosier, 2016; Fox ve Bulton, 2003; Spence, Donovan, Brechman ve Tossaint, 2000).

Gruplar üzerinde gerçekleştirilen psiko-eğitsel uygulamaların, doğaları gereği grup üyelerinde gruba aidiyet ve yalnız olmadıklarına dair önemli bir etki oluşturması muhtemeldir. Boyun eğici davranışlar sergileyen ergenler kabul görmeme, küçümsenme gibi farklı endişelerle kendi istek ve ihtiyaçlarını ortaya koyma noktasında yeterlilik gösteremeyen bireylerdir; grup ortamı ise tüm grup üyelerine kendisini ifade etme olanağını, cesaretini yakalayabilecekleri bir atmosfer sunabilmektedir. Grup çalışmasının beraberinde getirdiği, bu kabule dayalı olumlu grup ikliminin boyun eğici davranışlar sergileyen bireyleri kendilerini daha çok açma, ifade etme konularında olumlu yönde etkilediği düşünülmektedir. Sosyal beceri eğitimine katılan ortaokul öğrencilerinin; sosyal beceri eğitimi almayan öğrencilerden daha az boyun eğici davranışlara sahip oldukları sonucu bu durumla açıklanabilir. Ayrıca, sosyal beceri eğitimi uygulaması sürecinde, oturumlarda kullanılan drama, büyük ve küçük grup çalışmaları gibi hareketli etkinliklerin grup üyelerini etkinliklere katılma noktasında daha çok istekli hale getirmesi beklenen bir sonuçtur.

Boyun eğici davranışlar öğrenme sonucu ortaya çıkan davranışlardır. Toplumsal norm ve ebeveynlerin çocuk yetiştirme tarzları bireyi daha boyun eğici, itaatkar bir hale getirebilmektedir. Boyun eğici davranışlar sergileyen çocuk ve gençler, özellikle bireyselliğe

önem verilmeyen toplumlarda zaman zaman “uslu, akıllı” sıfatlarıyla bir anlamda ödüllendirilebilmektedirler. Öğrenme sonucu boyun eğici davranışları kazanan gençler uygulanan sosyal beceri eğitimi uygulamasıyla yeni davranış stratejileri üzerinde düşünme ve bunları yapılan etkinliklerle deneyimleme imkanı bulmuşlardır. Bu durumun da sosyal beceri eğitimi psiko-eğitim uygulamasına katılan ortaokul öğrencilerinin boyun eğici davranışlarının azalmasına yardımcı olduğu söylenebilir.

SONUÇ ve ÖNERİLER

Araştırmadan elde edilen sonuçlar, sosyal beceri eğitimi programının ortaokul öğrencilerinin boyun eğici davranışlarını azaltmada anlamlı etkisinin olduğu, sosyal beceri eğitimi programına katılan öğrencilerin boyun eğici davranışlar son test ve izleme testi puan ortalamaları, sosyal beceri eğitimi programına katılmayan öğrencilerin boyun eğici davranışlar son test ve izleme testi puan ortalamalarından daha düşük olduğu yönündedir. Başka bir ifadeyle, ortaokul öğrencilerinin boyun eğici davranışlarının azaltılmasına yönelik olarak gerçekleştirilen sosyal beceri psiko-eğitim uygulamasına başlanmadan önce kontrol ve deney gruplarının boyun eğici davranışlar puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmazken, uygulama sonrası yapılan son test ve izleme ölçümlerinde anlamlı farklılıklar gözlenmiştir. Sonuç olarak, sosyal beceri eğitimi uygulamasına katılan deney grubundaki bireyler ile kontrol grubunda yer alan bireylerin boyun eğici davranışlar son test ve izleme puanları arasında anlamlı farklılıklar olduğu saptanmıştır. Araştırmadan elde edilen bu sonuçlar, araştırma amacına bağlı olarak ortaya konmuş hipotezlerimizi doğrulamaktadır.

Bu çalışmada, ortaokul öğrencilerinin boyun eğici davranışlarını azaltmak amacıyla sosyal beceri eğitimi uygulaması gerçekleştirilmiştir. Bundan sonra ilk ergenlikteki bireylerin boyun eğici davranışları üzerinde çalışma yapmak isteyen araştırmacılar ve uygulamacılar bu çalışmadan yararlanabilirler. Sözü edilen bu çalışmada izleme verilerinin toplanması, 6 ay sonra gerçekleştirilmiştir. Bu durum, izleme çalışmasının daha kısa sürede gerçekleştirildiği çalışmaları gerekli kılmakla beraber bu çalışmanın sınırlılıklarından birini oluşturmaktadır. İzleme çalışmasının daha kısa sürede gerçekleştirildiği çalışmalar ile sosyal beceri eğitimi uygulamasının boyun eğici davranışlar üzerindeki uzun süreli etkililiği konusunda ilgili literatüre daha güvenilir bilgiler kazandırılabilir. Ayrıca, bu çalışma Trabzon ilindeki bir ortaokulda eğitimine devam eden öğrenciler ile sınırlıdır. Bundan sonra bu konu kapsamında deneysel uygulama yapmak isteyen araştırmacılar, farklı yaş grubundaki öğrencilerle (ilkokul, lise, üniversite) çalışma yapabilir. Bu şekilde sosyal beceri eğitiminin farklı yaş gruplarında boyun eğici davranışlar sergileyen bireyler üzerindeki etkisi karşılaştırılabilir. Bunlara ek olarak, ileride bu konuyu ele almak isteyen araştırmacıların nitel ve nicel veri toplama yöntemlerini birlikte kullanarak karma desenli araştırmalar gerçekleştirmeleri önerilmektedir.

Okullarda görev yapan ruh sağlığı çalışanları, görev yaptıkları kurumlardaki boyun eğici davranışlar sergileyen öğrencilerin tespitini sağlayıp; bu öğrencilere gruba ve bireysel psikolojik danışma yardımı sağlayabilirler. Böylece, öğrencilerin daha büyük psikolojik ve sosyal problemler yaşamaları engellenebilir. Ayrıca, boyun eğici davranışların öğrenilen davranışlar olduğu bilgisi ışığında, öğrenci velilerini de bu konuda bilgilendirmenin yararlı olacağı düşünülmektedir. Okul psikolojik danışmanları, ebeveyn tutumlarının, aile için iletişim örüntülerinin çocuklardaki boyun eğici davranışlar üzerindeki etkisini ailelere yönelik verecekleri seminer çalışmalarının kapsamına alabilirler. Boyun eğici davranışlarda ve sağlıklı sosyal davranışların kazandırılmasında model olmanın önemli olduğu düşüncesiyle, öğrencilere model olmayla sorumlu öğretmenlere sosyal beceriler, iletişim becerileri konusunda eğitimler verilebilir. Ayrıca, öğretmenlerin boyun eğici davranışlar sergileyen öğrencilere nasıl rehberlik edebileceğine dair farkındalıkları artırılabilir.

Tüm bu önerilere ek olarak, okul yöneticilerinin de sağlıklı atılganlık ve sosyal beceriler, gösteren öğrencileri teşvik edici tutumlarının öğrencilerin sosyal gelişimlerine olumlu yönde katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca, eğitim politikacılarının, sosyal ve psikolojik gelişimin akademik gelişim kadar önemli olduğunu gerçeğini göz önünde bulundurarak eğitim programlarında sosyal beceri eğitimi gibi psiko-egitsel çalışmalara yer vermeleri önerilebilir.

KAYNAKÇA

- Allan, S., & Gilbert, P. (1997). Submissive behaviour and psychopathology. *British Journal of Clinical Psychology, 36*(4), 467-488.
- Allen, J.P., Marsh, P., McFarland, C., McElhaney, K.B., Land, D.J., Jodl, K.M., & Peck, S. (2002). Attachment and autonomy as predictors of the development of social skills and delinquency during midadolescence. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 70*(1), 56-66.
- Berber Çelik, Ç., & Odacı, H. (2011). Submissive behaviors as a predictor of preservice teachers' self-perception. *E-Journal of New World Sciences Academy, 6*(2), 1388-1396.
- Cowen, E.L., Pederson, A., Babigian, H., Isso, L. D., & Trost, M. A. (1973). Long-term follow-up of early detected vulnerable children. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 41*(3), 438-446.
- Çivitçi, A., & Çivitçi, N. (2009). İlköğretim öğrencilerinde algılanan sosyal beceri ve mantıkdışı inançlar. *Ilkogretim Online, 8*(2), 415-452.
- Craig, A.B., Brown, E.R., Upright, J., & DeRosier, M.E. (2016). Enhancing children's social emotional functioning through virtual game-based delivery of social skills training. *Journal of Child and Family Studies, 25*(3), 959-968.
- Çubukcu, Z., & Gültekin, M. (2006). İlköğretimde öğrencilere kazandırılması gereken sosyal beceriler. *Türk Dünyası Sosyal Bilimler Dergisi, 37*, 155-174.
- Engels, R. C., Deković, M., & Meeus, W. (2002). Parenting practices, social skills and peer relationships in adolescence. *Social Behavior and Personality: An international journal, 30*(1), 3-17.
- Engels, R. C., Finkenauer, C., Meeus, W., & Deković, M. (2001). Parental attachment and adolescents' emotional adjustment: The associations with social skills and relational competence. *Journal of Counseling Psychology, 48*(4), 428-439.
- Fox, C., & Boulton, M. (2003). Evaluating the effectiveness of a social skills training (SST) programme for victims of bullying. *Educational Research, 45*(3), 231-247.
- Gresham, F.M. (1986). Conceptual and definitional issues in the assessment of children's social skills: Implications for classifications and training. *Journal of Clinical Child Psychology, 15*(1), 3-15.
- Gresham, F.M. (2016). Social skills assessment and intervention for children and youth. *Cambridge Journal of Education, 46*(3), 319-332.
- Kabasakal, Z., & Çelik, N. (2010). The effects of social skills' training on elementary school students' social adjustment. *Elementary Education Online, 9*(1), 203-212.
- Lodder, G.M.A., Goossens, L., Scholte, R.H.J., Engels, R.C.M.E., & Verhagen, M. (2016). Adolescent loneliness and social skills: Agreement and discrepancies between self-, meta-, and peer-evaluations. *Journal of Youth and Adolescence, 45*(12), 2406-2416.
- Nilsen, W., Karevold, E., Roysamb, E., Gustavson, K., & Mathiesen, K. S. (2013). Social skills and depressive symptoms across adolescence: Social support as a mediator in girls versus boys. *Journal of Adolescence, 36*(1), 11-20.
- Odacı, H., Kalkan, M., Balcı, S., & Yılmaz, M. (2003). Sosyal beceri eğitiminin ilköğretim öğrencilerinin denetim odağı üzerine etkisi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 2*(20), 49-58.
- Riggio, R. E. (1986). Assessment of basic social skills. *Journal of Personality and Social Psychology, 51*(3), 649.
- Ross, A. G., Shochet, I. M., & Bellair, R. (2010). The role of social skills and school connectedness in preadolescent depressive symptoms. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology, 39*(2), 269-275.
- Segrin, C., & Taylor, M. (2007). Positive interpersonal relationships mediate the association between social skills and psychological well-being. *Personality and Individual Differences, 43*(4), 637-646.
- Spence, S. H., Donovan, C., & Brechman Toussaint, M. (2000). The treatment of childhood social phobia: The effectiveness of a social skills training based, cognitive behavioural intervention, with and without parental involvement. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 41*(6), 713-726.
- Steinberg, L. (2007). Ergenlik. (Yay.Haz.F.Çok). Ankara: İmgeYayınevi.
- Şahin, N.H., & Şahin, N. (1992). Adolescent guilt, shame and depression in relation to sociotropy, and autonomy. *The World Congress of Cognitive Therapy, Toronto, 17-21*.