Carl R. ROGERS



ETKİLEŞİM GRUPLARI

DORUK

ETKİLEŞİM GRUPLARI

©DORUK YAYIMCILIK. - İSTANBUL
Tüm Hakları Saklıdır.

Orijinal Adı:
ENCOUNTER GROUPS
Etkileşim Grupları
Yazarı:
Carl R. ROGERS
Çeviren:
Hamdullah ERBİL
Yayına Hazırlayan:
Selma KOÇAK - Derya KARAGÖZ
ISBN:
975-553-377-X
Basım Yeri Yılı:
Ege Matbaacılık, Ankara 2003
Dizgi:
Doruk Yayımcılık
Sayfa Düzeni
Doruk Yayımcılık
Kapak Tasarım:
Doruk Yayımcılık

DORUK

İMÇ. Blokları 6. Blok 6103 Unkapanı Eminönü / İSTANBUL
Tel & Fax: (0.212) 528 11 06 - (0.212) 528 05 43
Mithatpaşa Caddesi 24/A Kızılay - ANKARA
Tel & Fax : (0.312) 433 50 18 - 430 66 24
e-posta: dorukyayimcilik@mynet.com

Carl R. ROGERS

ETKİLEŞİM GRUPLARI

Çeviren
Hamdullah ERBİL



DORUK

Carl Rogers Grup Etkileşim hareketinin piridir. Onun bütün hayatı boyunca üzerinde en çok ve önemle durduğu "Danışma Merkezli Etkileşim" ve "Kişisel Gelişim" çalışmaları bu kitabın temel yapısını oluşturdular. Aralarında Bir İnsan Olmak Üzerine (1967) ve Etkileşim Grupları (1970) adlı yapıtlarının da bulunduğu kitaplarıyla Amerikan Psikoloji Derneği'nin (American Psychological Association) en büyük iki ödülünü alan Rogers birçok kitap ve makalenin de yazarıdır.

İÇINDEKİLER

ÖNSÖZ 7

1. Gruplara Yönelik Eğilimlerin Başlangıcı ve Boyutları 9
2. Etkileşim Gruplarında Uygulanan Terapi Yöntemi 21
3. Grup İçinde Yardımcı Kişi Olabilir miyim? 57
4. Etkileşim Grupları Sonrası Değişiklikler: Kişilerde, İlişkilerde, Kuruluşlarda 89
5. Değişen İnsan: Yaşanmış Süreç 109
6. Yalnız İnsan ve Onun Bir Etkileşim Grubu İçinde Yaşadıkları 135
7. Araştırmalardan Neler Öğrendik? 149
8. Uygulama Alanları 169
9. Yardımcılık Yeteneklerinin Geliştirilmesi 185
10. Gelecek Hakkında Ne Söyleyebiliriz? 195

ÖNSÖZ

35 yıldan fazla bir zamandır bireysel danışmanlık (Individual Counselling) ve Psikoterapi, profesyonel hayatımın odak noktaları oldular. Fakat bu arada, yaklaşık 35 yıl önce bir grup içinde elde edilebilecek davranış ve durum değişikliklerinin gücünü de gördüm ve o günden beri bu benim en büyük ilgi alanlarımdan biri oldu, Ama ancak son 78 yıldır bu, çalışmalarımın iki temel odağından biri haline geldi diğer çalışmam da eğitim kuruluşlarımızda acilen geniş bir özgürlüğün sağlanması ihtiyacı üzerinedir.

Bu son 78 yıl süresince etkileşim gruplarına yönelik gittikçe gelişip büyüyen hareketin çeşitli alanlarına ilişkin olarak birçok yazı yazdım, konferanslar verdim. Gruplar içinde neler olup bittiğine, çalışma yöntemime, genel olarak da hareketin etkilerine ilişkin sürekli olarak sorularla karşılaşıyorum.

Konuşma yazıları mantıklı bir analizle inanılmaz derecede genişleyen bu eğilime bağlı farklılıkların daha anlaşılır kılacağı umuduyla, yazılmış yeni materyallerle birleştirerek yayına hazırlamaya karar verdim.

Son yıllarda yayımladığım bütün kitaplarım gibi bu da açıkça görüleceği üzere kişisel bir dokümandır. Bu kitap alanında ciddi bir araştırma olduğu iddiasında olmadığı gibi, etkileşim gruplarının (Encounter Groups) derin bir sosyolojik ya da psikolojik analizini yaptığı iddiasında da değildir. Ayrıca, kendi yolunda dallanıp budaklanan kendi geleceğini yontup şekillendirmede etkili bir güç olduğunu zan-

nettiğim grup etkileşiminin geleceğiyle ilgili olarak pek fazla dayanaksız savlara da (speculation) kendini kaptırmış değil. Bu kitap tamamen yaşama mücadelesi veren hayatlan belli insanların yaşayan deneylerinden, konuşma ve anlatımlarından hareketle yazılmıştır. Kitabımın günümüzde heyecan verici gelişmelerden biri olan Yoğun Grup Deneyleri (Intensive Group Experience) hakkındaki sezgi ve kavrayışlarımı tam olarak ifade edebileceğini ve yine, okuyucuya, etkileşim gruplarının ne olduğu ve ne anlama geldiği konularında bilgi sahibi olmada yardımcı olabileceğini umuyorum.

Carl R. ROGERS

1

GRUPLARA YÖNELİK EĞİLİMLERİN BAŞLANGICI VE SONU

Böyle bir başlık (ilk anda) garip görünebilir. Öyle ya, geçmişten beri gruplar hep varolmuşlar ve bu gezegende insanoğlu yaşadığı sürece de varolacaklardır. Ama ben sözcüğü planlı ve yoğun (güçlü-intensive) grup deneyimlerini ifade etmek için özel bir anlamda kullanıyorum. Buna göre bu, çağımızın en hızlı ve güçlü gelişen toplumsal (social) icadıdır. Öyle bir icat ki birçok isimle anılıyor: "E-grubu" (E group), "Etkileşim grubu" (Encounter Group), "Duyarlılık Eğitimi (Sensitivity training) bunların en çok bilinenleridir. Bazen de bu tür gruplar, insan ilişkileri laboratuvarları ya da yöneticilik, eğiticilik veya danışmanlık alanları laboratuvarları olarak bilinirler. Eğer konu ilaç bağımlılığı (drug addicts) ile ilgili ise Synanon Organizasyonu'nun etkileşim yöntemleri nedeniyle grup daha çok synanon adıyla anılır.

Bu olguyu psikolojik açıdan incelenmeye değer kılan nedenlerden birisi bunun tamamen "kuruluş"larının dışında gelişip büyümesi gerçeğidir. Birçok üniversite bu olguya hâlâ tepeden ve öfkeyle bakıyor. Son iki üç yıla kadar özel ve resmi kuruluşlar bu alandaki araştırma programlarına fon ayır-

maya karşı (son derece) isteksizdirler; sağcı politikacılar bunun derinlere kadar inmiş komünist kökleri temsil ettiğinden emin olduklarını söylerken, klinik psikoloji ve psikiyatri kuruluşları da konuya hiç yaklaşmadılar. Kuruluşlardan çok insanın isteklerine ihtiyaç duyduğunu açıkça belirtilen bazı başka akımları da biliyorum. Bu tür karşı baskılara rağmen hareket, ülkenin her tarafına, hatta her çeşit modern kuruluşa yayılacak kadar büyüdü, gelişti ve çiçeklendi. Hareketin anlamlı ve önemli sosyal etkilerinin olduğu açıkça ortadadır. Bu bölümün bir amacı da olgunun kendiliğinden ve bu kadar hızlı gelişmesinin nedenlerine inmektir.

Bu yoğun gruplar çeşitli kuruluşlarda (settings) işlev gördüler; endüstri alanlarında, üniversitelerde, kilise kuruluşlarında, devlet dairelerinde, eğitim kuruluşlarında, cezaevlerinde. İnsanı hayrete düşürecek kadar çok kişi bu grup deneyleri içinde yer aldı. Büyük şirketlerin yöneticileri için gruplar oluşturuldu, uyumsuz ve uyumsuzluk başlangıcında olan yetişkinler için gruplar oluşturuldu, kolej öğrencileri, danışman ve psikoterapist öğretim üyeleri, okuldan atılanlar, evli çiftler, anne-baba ve çocukları da içerecek şekilde aileler, ileri derecede ilaç bağımlıları, yargı organları, hemşireler, eğitimciler, okul yöneticileri, öğretmenler, sanayi yöneticileri, 'Dışişleri Elçilikleri' hatta vergi daireleri memurları için bile.

Hızla genişleyen bu harekete bağlı coğrafi dağılım MaineBethel'dan California'ya, San Diego'ya ve Seatte'dan Palm Beach'e kadar ulaştı. Yoğun gruplar, aynı zamanda İngiltere, Fransa, Hollanda, Avustralya ve Japonya'nın da içinde bulunduğu birçok başka ülkeyle de ilişkiye geçti.

Başlangıç

Massachusetts Teknoloji Enstitüsü'nde elemanları ve öğrencileriyle birlikte çalışan ünlü psikolog Kurt Lewin daha 1947'lere gelmeden insanların birbirlerini anlayıp kavrama yetenekleri aracılığıyla eğitimin çok önemli olduğu, ama buna

rağmen modern toplumda bunun göz ardı edilen bir eğitim biçimi olduğu fikrini geliştirmişti. "E-Grubu' (Etkileşim için tüm ayrıntıların dikkatle ele alındığı grup E standing for training) diye adlandırılan ilk grup Lewin'in ölümünden hemen sonra 1947'de MainBethel'da yapıldı. Lewin'le birlikte çalışmış olanlar ondan sonra da hem Massachusetts Teknoloji Enstitüsü'nde, hem de Michigan Üniversitesi'nde bu etkileşim grubu tedavisini sürdürdüler. Bethel'daki yaz grubu bunların en çok tanınanıdır: Ulusal Eğitim Laboratuvarları (National Training Laboratories) tüm yan kuruluşlarıyla birlikte 20 yıldan fazla bir süre önce Washington'da kuruldu ve o günden bu yana sürekli olarak gelişip büyüdü. NTL ilk atılımını müdür ve yardımcı yöneticiler yetiştirerek endüstri alanında yaptı. İlk olarak sanayi alanı seçildi; çünkü kendi üst düzey yöneticileri için böyle bir grup deneyinin masraflarını ancak sanayi kesimi karşılayabilirdi.

Gruplar başlangıçta kendilerine E-Grubu adını vermeyi uygun gördüler. Yaptıkları şey bireylerin, birbirleriyle olan ilişkilerinin ve grup. yönteminin doğasını gözlemleme biçiminde tanımlanabilecek olan insan ilişkilerine ilişkin yetenekleri (human relations skills) aracılığıyla grupları eğitmekti. Bu sayede insanların bir topluluk (grup) içindeki ve iş dünyalarındaki kendi yaşam biçimlerini ve başkaları üzerinde bıraktıkları etkileri daha iyi anlama olanakları bulacakları ve insanlar arası ilişkilerde ortaya çıkan güçlükleri çözmede daha yetkin bir hale gelecekleri düşünülmüştü.

NTL tarafından endüstri alanlarında ve giderek de endüstri dışındaki birçok alanda organize edilen E-gruplarında kişilerin genellikle gruba katılan üyeler arasında büyüyüp gelişen ilişkilere güvenmede ve dikkat etmedeki farklılıklar konusunda engin kişisel deneylere sahip oldukları görüldü.

Hareketin yoğun, grup deneylerine yönelik bir başka evresi de hemen hemen aynı yıllarda Chicago Üniversitesi'nde gelişiyordu. İkinci Dünya Savaşı'nın hemen arkasından, 1946

ve 1947'de, beraber çalıştığım meslektaşlarım ve ben Chicago Üniversitesi'ndeki Danışmanlık Merkezi'nde asker emeklisi yöneticiler için kişisel danışmanlık eğitimi işiyle uğraşmıştık. Bizden, en azından master diplomasına sahip bu insanların, II. Dünya Savaşı'na katılan askerlerde görülün problemlere (ruhsal rahatsızlıklarına) çözüm bulmada etkin birer kişisel danışman olabilmeleri için kısa ama yoğun ve etkili bir eğitim yöntemi bulmamız istenmişti. Elemanlarımız, hiçbir boyuttaki bilinçlendirme eğitiminin (cognitive training) bu insanları istenilen düzeyde geliştiremeyeceğini gördüler. Bu yüzden biz de eğitilecek kişilerin kendi kendilerini daha iyi anlayabilmeleri, danışmanlık ilişkilerinde kişinin kendi kendisini yenmesini sağlayacak durumları anında görebilmesi ve danışmanlık görevleri sırasında kendi kendilerine yardımcı ve destek olacak şekilde birbirleriyle ilişki kurmaları için grup deneyimi çalışmalarına girdik. Bu, deneysel ve ruhsalzihinsel (cognitive) öğrenimleri, bireyler için tedavi edici değere sahip bir yöntemle bağlama girişimiydi. Metotumuz eğitilecek kişiler için birçok derin ve anlamlı deneyimler sağladı ve bir dizi kişisel danışmanlar grubu içinde o derece başarılı oldu ki elemanlarımız ondan sonra yöntemi yazlık çalışma alanlarında da uygulamaya devam ettiler.

Bu yaklaşımı yaymak, genişletmek için bizim Chicago grubu tarafından hiçbir girişimde bulunulmadı ve bunu itiraf etmeye değer, çünkü Chicago deneyiminin temsil ettiği yönteme bir bakıma farklı önem veriş, yoğun grup deneylerini de içine alarak yavaş yavaş bütün hareket içerisine sarsılmaz şekilde kök saldı. Chicago grubundakiler başlangıçta insanlar arası iletişim ve ilişkilerdeki kişisel büyüme, gelişme ve ilerlemeleri ikincil birer amaç olmak yerine, üzerinde yoğunlaşılacak esas konular olarak ele aldılar. Ayrıca Bethel çıkışlı gruplardan farklı olarak deneysel ve tedavi edici gelişme üzerindeki yoğunlaşma insani ilişkiler kurma yetenekleri aracılığıyla eğitme odağı ile üst üste gelerek birleşti ve ikisi birden bugün ülke çapında hızla yayılan eğilimin çekirdeğini oluşturdular.

Sonuç itibariyle bir bütün olarak bu hareketin kavramsal payandalarını, başlangıçta, bir yanını Lewinci düşünce ve Gestalt Psikolojisi, diğer yanını da danışman merkezli tedavi oluşturdu.

Değişen Vurgular ve Biçimler

Yoğun grup deneyiminin çekiciliği ve kullanımı o kadar çok büyüdü, yayıldı ve çoğaldı ki, vurgularda da (emphasis) çok geniş bir farklılık ortaya çıktı. Aşağıda kısa açıklamalarıyla birlikte sunduğumuz liste, belki de durumu çok basite indirgiyor ama konuyla ilgili geniş akımlar hakkında bazı fikirler verebilir sanıyorum.

E-grubu: Yukarıda da açıklandığı gibi, başlangıçta insani ilişkiler kurma yeteneklerine önem verdi, ama şu anda kendi yaklaşımı içinde çok daha geniş bir alana yayılmış durumda.

Etkileşim Grubu (ya da temel olarak kendini tedavi ederken başkalarını da iyileştiren grup): Bu grup deneysel süreç içinde insanlar arası iletişim ve ilişkiler sırasında kişisel büyüme, gelişim ve ilerlemelere ağırlık verme eğilimindedir.

Duyarlılık Eğitim Grubu: Yukarıdaki iki gruptan herhangi birisi içinde değerlendirilebilir.

Görev-kılavuzlu (yönlendirmeli) Grup: Yaygın olarak endüstri alanında kullanılıyor. İnsanlararası ilişkiler çerçevesinde grubun görevi üzerinde önemle durur.

Duyusal (sensory) Bilinçlilik Grupları, Bedensel Bilinçlilik Grupları, Bedensel Hareket Grupları: İsimlerinden de anlaşılacağı gibi, fiziksel bilinçliliğe, kendiliğinden dans, hareketlilik vs. davranışlar aracılığıyla kendini ifade etmeye ağırlık verirler.

Yaratıcılık Merkezleri: Burada bireysel kendiliğindenliği ve amacını özgürce ifade etmeyi içeren çeşitli sanatsal yayınlar (araçlar) aracılığıyla kendini ifade etmek konunun odağını (temelini) oluşturmaktadır.

Kuramsal Gelişme Grubu: İlk amacı liderlik yeteneklerinin geliştirilmesidir.

Ekip Oluşturma Grubu: Endüstri alanında daha sıkı ve uyumlu ilişkiler kurmak ve etkili çalışma ekipleri oluşturmak için kullanılmaktadır.

Gestalt Grubu: Uzman bir terapistin, belli bir süre içinde bir tek kişi üzerinde hastalığın kaynağını bulucu ve tedavi edici bir bakış açısıyla yoğunlaştığı Gestalt usulü tedavi yaklaşımına ağırlık veren grup.

Synanon Grubu; veya "Oyun": Synanon Organizasyonunun aracılığıyla ilaç bağımlılarının iyileştirilmesi sürecinde geliştirildi. Gruba katılan üyelerin savunma mekanizmalarına neredeyse vahşice saldırmaya ağırlık veren bir eğilime sahiptir.

Bu parça listeye ek olarak başka farklı biçimlerden de bahsetmek mümkündür. Birbirlerini hiç tanımayan bireylerden oluşan "yabancı gruplar" var, sanayide, eğitimde ya da herkesin mesleki kuruluşu ne ise o kuruluşun günlük aynı yaşantıyı paylaşan insanlarının oluşturdukları "eleman grupları" var, büyük çalışma alanları veya laboratuvarlarda, işyerinde çalışanların tümünü birden ya da konuşma veya bir psikolojik eğitim oturumu için sık sık bir araya gelmelerinin yanı sıra herkesin kendi devamlılığını koruması koşuluyla aynı anda oluşturulan küçük gruplar var, evli çiftlerin birbirlerine yardım ederek evlilik ilişkilerini geliştirme umuduyla oluşturdukları "çiftler grupları" var... Son yılların geliştirdiği bir başka şey de anne-babaların birbirlerinin çocuklarından ve çocukların da birbirlerinin anne-babalarından bir şeyler öğrenmeleri temelinde çeşitli ailelerin bir araya gelerek oluşturdukları "aile grupları"dır.

Ayrıca, zaman unsuru konusunda da farklılıklar vardır. Çoğu grup yoğun olarak bir hafta sonunda, bir hafta veya birkaç hafta boyunca bir araya gelirler. Bazı durumlarda grup oturumları haftada bir veya iki defa yapılır. Ayrıca 24 saat boyunca, ya da daha fazla süreyle hiç ara vermeksizin devam eden maraton grupları da vardır.[1]

---

1. Geçerken şu da söylenebilir: Yoğun deney gruplarının binde birinden azını oluşturmasına rağmen bireylerin tüm giysilerini soyundukları ve oldukça ilgi toplayan 'çıplaklar maratonu' da vardır.

Hızlı Yayılmanın Nedenleri

İster orta isterse de çok büyük olsun ülkemizde şu veya bu çeşidinden bir yoğun deney grubunun bulunmadığı bir şehir bulmak hemen hemen olanaksızdır. Gösterilen ilginin yayılış hızı ise, inanılmaz düzeydedir. Yaklaşık bir yıl önce bir Batı kentinde geniş bir dinleyici kitlesine hitap etmek üzereyken toplantıyı düzenleyen sorumlu kişiye, dinleyicilerden kaçta kaçının daha önce bir grup tedavi, ya da benzeri deneye sahip olmuş olabileceğini sordum. Adamın verdiği yanıt şu oldu: Üçte birden daha az. Konuşma başlayıp da çeşitli isimlerle anılan böyle bir grubun kısa bir tanımını yaptıktan sonra dinleyicilerden böyle bir grup deneyimi olanların el kaldırmalarını istedim. 1200 dinleyiciden yaklaşık dörtte üçü el kaldırdı. Eminim ki 10 yıl önce ancak elli kişi böyle bir yanıt verebilirdi.

Yayılmayı gittikçe daha göze çarpar biçimde hızlandıran etmenlerden birisi hareketin bir bütün olarak örgütsüz ve kendiliğindenliğidir. Aşağıda kimliklerini açıklayacağım sağ kanadın tırmalayıcı seslerinin tam tersine bu olay, gizli ve yasadışı bir planın sonuçları değildi. Tamamen tersine. Hiçbir kesim ya da örgüt bu etkileşim gruplarının daha çok gelişmesine yardım etmiyordu. Bu yayılışa ne hükümet tarafından ne de özel kuruluşlardan bir parasal destek oldu. Birçok Ortodoks psikolog ve psikiyatrist gelişmelere öfkeyle baktılar. Ama buna rağmen, kiliselerde, kolejlerde, 'kültür merkezlerinde' ve endüstride grup sayılan gelişip büyüdü. İnsanların açıktan açığa bir şeyler aramaları kendiliğinden ortaya çıkan bir istekti. Örneğin, Merkezimizin İnsan Üzerinde Çalışma Bölümü'nden bazı elemanlar bir grup lider veya yardımcının eğitimi için yaz programı düzenlediler. Programın bir parçasını da eğitilen her iki kişiye başarılı hafta sonlarında iki grubu birlikte yönetme fırsatının tanınması oluşturuyordu. Bu gruplara katılacak kişileri arayıp bulmak için Saint Diago bölgesinin hemen hemen her tarafındaki ortalama sayıdaki adrese bildiriler gönderildi. Böyle bir fırsat için ne paralı bir reklam ne de gazete ilanı verilmişti. Olağan olmayan tek harcama gruba katılacak üyelerin kayıt, yemek ve yatak masrafları için yapmak

zorunda oldukları ödemeydi. Gruba yardımcı olacak kişilerin (eğitimcilerin) eğitiminin birer elemanı, grup eğitimiyle bizzat eğitilecek kişiler oldukları açıkça ilan edildiği için hiçbir meslek masrafı da alınmıyordu. Başlangıçta ben, bu kadar az tanıtım ile yeterince üye bulmayı başaramayacakları tahmininde bulundum, ama tahminimin tam tersine; birinci hafta için beni şaşırtacak sayıda (tam 600 kişi), ikinci hafta için ise 800 kişi kayıt yaptırdı. Bu da gösteriyordu ki, kendiliğinden ortalama isteklerin inanılmaz bir gücü ve büyüklüğü vardı.

Grupların hızla yayılması ve gruplara katılmaya yönelik bu inanılmaz talepler için ne söylenebilir? Bu talebin doğduğu toprağın iki özelliği olduğunu sanıyorum: Birincisi, kişilerin IBM kartları ve Sosyal Sigorta numaraları dışında hiç hesaba katılmadıkları kültürümüzdeki insanın değerinin yok edilişi (dehumanizasyon) olgusundaki artıştır. Bu kişiliksizleştirici nitelik ülkedeki tüm kuruluşları baştan aşağı sarmış durumdadır; ikincisi ise, kendi psikolojik isteklerimize değer vermekte son derece zengin bir toplumuz. Sırf gelecek ayın kirasıyla ilgileniyorsam eğer, yalnızlığımın hiç de bilincinde değilim demektir. Deneylerimden çıkan sonuçlara göre bu tespit, etkileşim gruplarına (encounter group) gösterilen ilgi ve sevginin getto bölgelerinde, artık yaşamın fiziksel ihtiyaçlarıyla ilgilenmeyen insanların yaşadığı bölgelerde olduğu gibi de çok düşük olduğu gerçeği tarafından doğrulanmaktadır.

Fakat insanları etkileşim gruplarına iten psikolojik ihtiyaç nedir? İnsanların kendi iş çevrelerinde, kiliselerde, tabi ki okullarda, fakültelerde de; ve ne acıdır ki hatta modern aile hayatında bile bulamadıkları bazı şeylerin açlığının onları etkileşim gruplarına yönelttiğine inanıyorum. Başka şekilde söylersek bu, duygu ve heyecanların hiçbir sansüre ve baskıya uğratılmadan kendiliğinden, içinden geldiği, olduğu gibi ifade edilebildiği, derin deneylerin hayal kırıklıklarının ve sevinçlerin paylaşıldığı, yeni davranış biçimlerinin göze alınıp denenebildiği, tek kelimeyle ifade edecek olursak, kişinin her şeyinin bilindiği ve kabul edildiği bir ortama girebildiği ve bu sayede daha ileri düzeyde bir gelişmeyi olanaklı kılacak gerçek ve ya-

kın ilişkilere duyulan açlıktır. Öyle görünüyor ki, bu çok güçlü açlığı insanlar bir etkileşim grubu içinde kendi deneyleri aracılığıyla doyurmaya çalışıyorlar.

Gelişme Sürecinin Yarattığı Korku

Her çeşit yoğun deney grubu sağcı kanat ve muhafazakâr grupların yoğun ve öldürücü saldırılarına maruz kaldı. Onlara göre bu, bir "beyin yıkama" ve "düşünceleri" kontrol biçimiydi; hem yasadışı komünist bir hareket hem de bir Nazi komplosuydu. Söylenen şeyler aptallığın doruğunda ve genellikle birbirinin zıddıydı. Ama ne yaparsınız ki onlar hareketi ülkemizi tehdit eden en büyük tehlikelerden biriymiş gibi gösteriyorlardı.

Bu tür saldırılarda genellikle olduğu gibi, birkaç küçük doğru rapor korkutucu sonuçlar ve imalarla birleştirilerek sunuldu ve sonuç olarak Senatör Rarick, Ed Dieckmann tarafından hazırlanan "Uluslararası Duyarlılık Dünya Kontrol Şebekesi" alt başlıklı saldırgan bir raporu 19 Ocak 1970'te Kongre'de okudu. Raporun tekniğini ortaya koyan en yumuşak bazı bölümler şöyle:

"23 Eylül 1968'de NEA'nın o zamanki başkanı Elizabeth D. Kocktz şunları söyledi:... NEA çok yönlü bir programa sahiptir ve şehir okulları sorunlarının, temel programlardan (head-start program) başlayarak öğretmenleri ve anne-babaları içeren yetişkinlerin duyarlılık eğitimlerine kadar her aşamasını kucaklayarak pratiğe geçirilmiştir bile."

Böylece bayan başkan asıl amacı açıklamış oluyordu. Tam da Kuzey Vietnam'da, Rusya'da ve Kızıl Çin'de olduğu gibi tüm toplumun dev bir gruplar laboratuvarı içine dahil edilmesi.

NEA'nın ilk zenci başkanı ve asıl adı pek bilinmeyen "ABD için Sex Danışma ve Eğitim Konseyi" SIECLIS'nin yönetim kurulu üyesi olan bu aynı Elizabeth Koontz'un Başkan Nixon tarafından bu yılın başlarında Çalışma Bakanlığı (Department of Labour) Kadınlar Bürosu Direktörlüğü'ne atandığını bilmek aydınlatıcı olacaktır.

"Zorlayıcı ikna veya Beyin yıkama" olarak hatırlayacağımız saldırı ile eşzamanlı olarak gelişen bir başka olay ise şu idi: New York Üniversitesi geçen şubat ayında duyarlılık eğitimi için master diploması vereceğini ilan etti. Bunu mayıs ayında California'daki Redlands Üniversitesi'nin bu yaz duyarlılık eğitimlerine başlayacağını yüksek sesle ilan etmesi takip etti ve bu onlara göre bir emirdi.

Burada son derece inançlı ve dürüst bir açıklama ayrıca oldukça da duyarlı tamamen düzmece iddialar karanlık ve korkutucu imalar için dayanak olarak kullanılmıştır.

Bir başka sağcı yazar, Alan Stang 9 Nisan 1969 tarihli The Review of the News (s.16) da okuyucularına şöyle soruyor: "Öğretmenlerimiz kendilerini Nazizmin ve Sosyalizmin özü olan diktatörsel denetime hazırlanmak üzere 'duyarlılık eğitimine' tâbi tutuluyorlar mı? John Birch Society'nin resmi yayın organı *American Opinion*'ın Ocak 1968 sayısındaki (s.73) Garry Allen tarafından kaleme alınan bir diğer makale ise, mesajını başlığında veriyor: "Nefret Terapisi: Planlı bir Değişiklik için Duyarlılık Tedavisi" "Allen, duyarlılık tedavisinin ülke çapında şimdiye kadar herkesçe bilinen yasadışı "sol güçler" tarafından desteklendiğini kuvvetle iddia ediyor.

İstenirse en aşırı sağdan kaynağını alan ve çok daha keskin yüzlerce başka alıntı yapılabilir. Ama şurası açıktır ki, onlara göre duyarlılık grupları, etkileşim grupları ya da yoğun deney gruplarının herhangi bir çeşidi Amerikan toplumunun en çok hayret ettiği şeydir.

James Harmon dikkatli bir doküman çalışmasından sonra şöyle bir sonuca varıyor: Sağ kesimde çok büyük bir oranda otoriter kişiliklerin bulunduğuna dair istemediğimiz kadar delil vardır[2]; onlar, insanların doğuştan temel olarak şeytani (son derece kötü düşünceli ve yıkıcı) olduğuna inanmaya gayet yatkındırlar. Biz de dahil herkesin kendi kontrol

---

2 James E. Harmon, "Yoğun Grup Deneylerine Yöneltilen Sağ Kanat Etkileşiminin İdeolojik Yönleri", Mayıs 1969'da insan davranışları konulu bir seminer için hazırlanmış ama yayınlanmamış yazılar.

gücümüzün ötesinde görünen insan dışı güçlerin büyüklüğü tarafından kuşatılmış durumda olduğunu kabul ederek çevrelerinde hep "düşman" ararlar; öyle ki, ondan nefret edebilirler. Tarihinin çeşitli devrelerinde bu "düşman" bazen büyücü kadınlar (witch), bazen şeytani güçler, bazen komünistler (Joe Mc Carthy'yi hatırlatıyor musunuz?) olmuştur. Şimdi ise, seks eğitimi, duyarlılık eğitimi, "din dışı hümanizma" ve diğer şeytani akımlar.

Benim kendi tarzım Harmon'ın ulaştığı ikinci sonuçla tamamen çakışmaktadır. Bunu kendi sözcüklerimle ifade edecek olursam: Etkileşim grupları daha çok kişisel bağımsızlık sağlıyor, gizli (açıklanamayan) duyguları en aza indiriyor, kişileri yeniliğe, değişikliklere özendiriyor, kurumsal katı kurallara karşı daha çok direnmeye yol açıyor. Dolayısıyla, eğer bir kişi değişikliğin her çeşidine karşı korku doluysa, o zaman haklı olarak etkileşim gruplarına da korkuyla bakacaktır. Her iki bölümde de göstereceğim gibi, bu tür kişiler eskiye göre yapıcı, eskiyi muhafaza edici değişikliklerden yanadırlar. Bu yüzden değişikliğe karşı olan herkes yoğun deney gruplarına kuvvetle, hatta vahşi bir şiddetle karşı çıkarlar.

Sonuç

Günümüzde açıkça gözlenebilecek olan büyük dalgalar halindeki gelişmeyi ve yoğun deney gruplarının kullanımını, bazı biçimleri ve ağırlık verdikleri yönleriyle kısaca ortaya sererek tarihsel bakış açısı içine yerleştirmeye, bu tür grupları karakterize eden insancıl unsurları açıklamaya çalıştım ve bu hareketin hızlı gelişmesinin olası bir açıklamasını verdim. Ayrıca, değişikliğe karşı olanlar için bunun bu kadar korkutucu olduğunu anlattım. Sanıyorum artık bu tür gruplarda ortaya çıkan olaylara daha yakından bakmaya hazırızdır.

2

ETKİLEŞİM GRUPLARINDA UYGULANAN TERAPİ YÖNTEMİ[1]

Bir etkileşim grubu içinde gerçekte neler olup biter? Bu, bir gruba yeni katılmaktan yakınan, ya da deney sahibi olanların anlattıklarıyla şaşkına dönen insanların sık sık sordukları bir sorudur. Bir deney grubunun Ortak elemanı olmakla nelerin ortaya çıkacağını anlamaya çalışırken bu soru benim de büyük ilgimi çekti ve çok açık olmasa da, bazı örnekleri veya aşamalanıyla bir grubu gözden geçirerek o örnek aşamaları en iyi şekilde tarif edebilecekmişim gibi bir hisse kapıldım.

Formüle ediş biçimim, hem basit hem de doğal. Ne üst düzeyde soyut bir teori oluşturmaya[2] ne de bilinç dışı itici güçlerin veya gelişen bazı grup ruhlarının engin tanımlamalarını

---

1 Bu bölümdeki materyallerin çoğu, J. F. T. Bugental'ın yayıma hazırladığı (İnsancıl Psikolojinin Meydan Okuyuşları) *Challenges of Humanistic Psychology* - Londra ve New York, Mc. Graw Hill Book Company, 1967- adlı kitabın bir bölümünde ve ayrıca Bugünkü Psikoloji. Cilt. No:3, 7 Aralık 1969, adlı kitapta kısaltılmış olarak yayımlanmıştır.

2. Jack ve Lotraine Gibb grup yöntemi teorisinin özünü oluşturan güven sağlamanın analizi üzerinde uzun zamandır çalışıyorlar. Grup Yöntemi teorisine anlamlı bir şekilde destek ve katkıda bulunan diğer kişiler ise şunlardır: Chris Argyris, Kenneth Benne, Warren Bennis, Robert Blake, Dorwin Cartwright, Mathew Miles. Bunların ve başkalarının düşüncelerinden örnekler aşağıdaki kitapları da bulunabilir: Bradford, Gibb ve Benne'nin hazırladığı E-Grup Teorisi ve Labo

yapmaya girişiyorum. Beni grup efsanesinden ya da hatta bağımlılık ve karşı bağımlılıktan bahsederken de yakalayamayacaksınız. Doğru da olsalar bu tür imalı şeylerle (inferences) başım pek hoş değildir. Bilgilerimizin bugünkü aşamasında sadece gözlenebilir olayları ve bu olayların bana nasıl bir araya geliyormuş gibi göründüklerini anlatmak istiyorum. Bunu yaparken kendi deneyimlerimden, birlikte çalıştığım başkalarının deneylerinden, bu alandaki yazılı materyallerden, bu tür gruplara katılmış birçok kişinin yazılı tepkilerinden ve daha, yeni yeni dinleyip analiz etmeye başladığımız çeşitli boyutlardaki grup oturum kayıtlarından (bant kayıtları) yararlandım.

Yirmi, otuz, kırk saat ya da daha fazla süren yoğun oturumlarda ortaya çıkan korkunç derecede karmaşık etkileşimleri ele alırken motifi (pattern) içten ve dıştan dokuyan belli bağlar (iplikçiler) gördüm. Bu yönelim ya da eğilimlerin bazıları grup oturumunda erken, bazıları geç ortaya çıkabiliyorlardı; fakat birinin bittiği yerde diğerinin başladığı şeklinde net bir sıra dizim yoktu. Bir oya gibi çeşit çeşit ve zengin bir şekilde işlenmiş olduğu sürece, birçok yoğun etkileşim grubunda çok çeşitli eğilimlerle bazılarının önce, bazılarının daha sonra çıkmaya yönelmelerine rağmen gruptan gruba değişen bu etkileşim fikri bence güzel bir fikir. İşte, sürekli gelişmekte olduğunu gördüğüm yöntemin gelişim süreciyle ilgili bazı örnekler: Hepsi de kişisel raporlardan ve bant kayıtlarından alınmış ve basit terimlerle kısaca tanıtılarak, kaba da olsa, belli bir sıra içinde sunulmuştur:

1-Kalabalık Halinde Amaçsız Dolaşış:

Liderin ya da yardımcının da başlangıçta, bunun eşi görülmemiş özgürlüğe sahip bir grup olduğu ve kendisinin yöne-

---

ratuvar Metodu (New York, John Wiley and Sons, 1964), Bennis, Benne ve Chin'in hazırladıkları 'Değişikliğin Planlanması' (Londra ve New York: Holt, Rinehart and Winston, 1961) ve Bennis, Shein, Baerlew ve Steel'in hazırladığı 'İnsanlararası Dinamikler' (Londra, The Dorsey Press 1968). Sonuç olarak belli bir soyutluk derecesini de içeren teori oluşturmada gelecek vaat eden birçok lider var. Bu bölümün ise çok daha temel bir amacı var: Yöntemin doğal ve tanıtıcı bir hikayesi.

tim sorumluluğunu alacağı tek grubun bu olmadığı biçiminde açıkça ortaya koyduğu gibi, grup başlangıçta bir şaşkınlık, zorlu bir sessizlik, nazik bir yüzeysel çatışma; "kokteyl parti" konuşmaları, engellenmişlik ve büyük bir kopukluk dönemi geliştirmeye yönelir. Bireyler burada bizim sunduğumuzdan başka "hiçbir yapının" olmadığı gerçeğiyle yüz yüze gelirler. Amacınızı bilmiyorsunuz, birbirinizi bile tanımıyorsunuz ve belli bir zaman süresince burada oturmaya zorlanmışsınız. "Böyle bir şaşkınlık ve engellenmişlik hissi doğaldır. Özellikle gözlemciye çarpıcı gelen, kişisel ifadeler arasındaki kopukluktur. A kişisi gruptan bir yanıt beklentisi olduğu açıkça belli bir şekilde, bazı önerilerde bulunacak veya meraklarını açıklayacaktır. B kişisi açıkça kendi sırasını beklemektedir ve sanki A kişisini hiç dinlememiş gibi tamamen farklı bir açıdan başlar söze. Üyelerden birisi, "Sanırım önce kendimizi tanıtmalıyız" biçiminde basit bir tavsiyede bulunur ve bu, aşağıdaki konuları içeren birkaç saatlik oldukça yoğun tartışmalara önderlik eder: Ne yapacağımızı kim söyleyecek bize? Sorumlumuz kim? Grubun amacı ne?

2 Kişisel Açıklamalar ve Keşiflere Karşı Direniş:

Amaçsızca dolaşmalar sırasında bazı kişiler son derece özel durumlarını açıklamaya heveslidirler. Bu, grubun diğer üyeleri arasında son derece itirazcı (karşı çıkışçı) tepkileri kışkırtır. Daha sonraları deneylerini yazan bir üye şöyle diyor: "Kendi dışıma, dünyaya sunduğum bir kişilik var, bir de çok yakından tanıdığım bir başka kişilik daha var. Başkalarıyla birlikteyken yetenekli, her şeyi bilen, endişesiz ve sakin, sorunsuz biri gibi görünmeye çalışırım. Bu görünümün doğru olduğunu kanıtlamak için o an ya da sonra yanlış veya suni veya bana gerçek değilmiş gibi görünen bir biçimde hareket edeceğim. Ya da açıklandıklarında yanlış anlaşılmama neden olacak düşünceleri kendime saklayacağım.

İçimdeki kişilik, dışarıya yansıttığım kişiliğimin tersine, birçok şüpheyle kendini karakterize ediyor. Bu iç kişiliğe bağ-

lanmanın karşılığı daha çok engellenmişlik ve başkalarının bana karşı olan davranışlarına bağımlılık oluyor. Bazen bu özel kişilik kendini değersiz hissedebiliyor.

Üyelerin birbirine göstermeye eğilimli oldukları kişilik toplumsal kişiliktir (Public Self) ve özel kişiliklerinden bir şeyler ortaya koymaya ancak yavaş yavaş, korka korka ve çekine çekine yanaşırlar.

Bir süre önce bir Yoğun Çalışma Merkezi'nde grup üyelerinden, grup içinde açıklamak istemedikleri duygu ve düşüncelerini isim belirtmeden yazmalarını istemiştik. Bir üye şunları yazmış: "İnsanlarla kolay ilişki kuramıyorum. Tamamen kapalı, anlaşılmaz, hiçbir şeyi kabul edemez (inpenetrable) bir görünümüm var. Hiçbir şey beni incitmiyor, hiçbir şey dışarıya yansımıyor. Duygu ve heyecanlarımı o kadar çok baskı altına almışım ki, neredeyse duygusuz biri haline geldim. Bu durum beni hiç de mutlu etmiyor, ama ne yapacağımı da bilmiyorum." Açıkça görüldüğü gibi, bu adam kendine ait bir hücrede yaşıyor şu sahte tavrı dışında yardım istemeye bile cesaret edemiyor.

Geçenlerde bir grupta üyelerden biri karısıyla aralarında çıkan bir anlaşmazlığa karşı duyduğu kaygıyı açıklamaya başlamıştı ki bir başka üye özet olarak şunları söyleyerek susturdu onu: "Bu konuyu daha fazla açıklamak istediğinden emin misin, yoksa istediğinden daha fazla anlatmaya grup tarafından mı zorlanıyorsun? Grubun güvenilir olduğunu nereden biliyorsun? Eve gidip de burada açıkladıklarını karma anlattığında, ya da bunları ondan gizlemeye karar verdiğin zaman neler hissedeceksin? Daha fazla anlatman hiç de güvenilir bir şey değil." Açıkça belli olduğu gibi, yaptığı bu açıklamayla ikinci üye aslında kendisini açıklamaktan duyduğu korkuyu ve gruba olan güvensizliğini ortaya koyuyor.

3 Geçmişteki Duyguların Açığa Vurulması:

Grubun güvenilirliği konusundaki çekincelere ve kendini ifade etmenin tehlikesine rağmen duyguların açıkça ifade

edilmesi daha geniş boyutlu bir tartışmayla başlar. Yönetici kendi sanayi sektöründe belirli bazı durumlar yüzünden kendi kendini nasıl yenilgiye uğramış hissettiğini anlatır; ev kadını çocuklarıyla olan problemlerini anlatır; bir haftalık bir oturum sırasında kaydedilmiş, içlerinde kendini bakireliğe adamış bir Katolik kızın da olduğu bilinen bir konuşmanın öfke hakkındaki oldukça üst seviyeli (highly intellectualized) bir tartışma şöyle:

Bill : Öfkelendiğiniz zaman neler oluyor, Hemşire (Sister), yoksa öfkelenmez misiniz?

Hemşire : Evet, öfkelenirim ve öfkelendiğim zaman, ben, şey, hemen hemen kendimi düşman haline getiren bir kişilik, insanlara karşı son derece duyarsız bir kişilikle karşılaşırım. An başrahibemizi bunun nedeniymiş gibi görürüm. Çünkü başrahibe çok saldırgan bir kadındır ve rahibe okulundaki çeşitli kurallar hakkında belirli sabit fikirleri vardır; öfkeli bir durumumda sadece bu kadın benim tepemi attırıyor. Bunu demek istiyorum. Fakat daha sonra ben kendimi, ben...

Yardımcı[3] Fakat ne, ne yaparsınız?

Hemşire : Şunu gördüm ki, böyle bir durumda olduğum zaman çok sert bir tonla konuşuyorum ya da hiç yanıt vermiyorum -tamam bu o kadının tavrıdır- hiçbir zaman öfkeyle saldırdığımı zannetmiyorum.

Joe : Sadece geri çekiliyorsun onunla kavga etmenin hiçbir faydası yok.

Yardımcı : Sert bir ton kullandığını söyledin. Sadece başrahibeye karşı mı, yoksa birlikte iş yaptığın herkese karşı mı?

Hemşire : Oh! Hayır, sadece ona karşı.

---

3. Bazen 'lider' veya 'eğitimci' olarak kullanılan, 'yardımcı' (facilitator) terimi bu kitapta en çok kullanılan terimdir.

Bu, bir anlamda şu an kızın içinde açık bir akım halinde bulunan fakat geçmişe yerleştirdiği yer ve zaman olarak grubun dışındaymış gibi tarif ettiği duyguların ifadesinin tipik bir örneğidir.

4 Olumsuz Duyguların Açığa Vurulması:

Oldukça gariptir, "burada ve şu an"daki gerçekten anlamlı duyguların ilk olarak açığa vuruluşu grup üyelerine ya da grup liderine karşı olumsuzluklar taşıma, eğilimindedir. Üyelerin kendilerini belli boyutlarda tanıttıkları bir grupta kadınlardan biri, dışarıdaki unvanı ve niteliği ile değil, grup içinde ne ise o haliyle tanınmayı tercih ettiğini söyleyerek olaya karşı çıktı. Bundan çok kısa bir süre sonra gruptaki erkeklerden birisi kadını ortak davranışlara katılma başarısını göstermemek,kendisini grubun üstünde tutmak ve mantıksızlık yapmakla suçlayarak ona öfke ve şiddetle saldırdı. Bu, o grup içinde ortaya çıkan ilk kişisel duygu akımıydı.

Çoğu zaman özel yol göstericilikte başarılı olamadığı için lider saldırıya uğrar. Bunun en güzel örneği topluma uyumsuzlardan oluşan bir grubun ilk oturumlarının birinde banda kaydedilen konuşmalarda görülmektedir; orada üyelerden birisi lidere şöyle bağırıyor: "Daha başlangıçta bizi kontrol edemezsen silinip süpürülür. Burada düzeni korumak zorundasın. Çünkü sen bizden daha yaşlısın. Bir öğretmenin ne yapması gerekiyorsa onu yapmalısın. Eğer öğretmen kendisine düşeni yapmazsa biz de bir sürü problem çıkartırız ve hiçbir şey yapılamaz." Sonra grup içinde birbirleriyle tartışan iki çocuğa işaret ederek devam ediyor: "Onları dışarı at! Dışarı at onları! Bizi sadece sen yönetmelisin."[4]

Yetişkin biri çok konuşan insanlara karşı nefretini dile getiriyor, ama öfkesini de lidere yöneltiyor: "Anlamadığım şey şu: Biri çıkıp da niye şu herifleri susturmuyor. Ben olsam Ge-

4. T. Gordon, Grup Merkezli Liderlik, (Boston: Houghton Mifflin and Co. 1955), s. 214.

rald'ın kolundan tuttuğum gibi kapı dışarı ederdim. Ben otoriter biriyimdir. Kendisine çok konuştuğunu ve odayı terk etmesi gerektiğini söylerdim. Sanıyorum grup tartışmalarını, neredeyse beş defa sözümüzü kesen bu tür adamlara değer vermeyecek birinin yönetmesi gerekiyor."[5]

Niçin negatif tonlu ifadeler ilk duygu akımlan olarak açıklanmak zorunda? Gerçek dayanaklan olmayan (speculative) bazı yanıtlar şunlar olabilir: Grubun güvenilirliğinin ve özgürlük derecesinin ölçülmesinin en iyi yolu budur. Acaba burası içinde bulunabileceğimiz ve kendimi olumlu ya da olumsuz tüm yönlerimle ortaya koyabileceğim gerçek bir yer midir? Burası gerçekten güvenilir bir yer midir, yoksa burada cezalandırılacak mıyım? Oldukça farklı bir gerçek ise şudur: Derin pozitif duyguların açıklanması negatif duygulara göre çok daha tehlikeli ve zordur. Eğer, sizi seviyorum diyorsam, en çirkin ve tehlikeli reddedişlere karşı zayıf, savunmasız ve açığım demektir. Eğer, sizden nefret ediyorum dersem kendimi savunabileceğim saldırıya karşı en iyi yerdeyim demektir. Nedenler ne olursa olsun, bu tür olumsuz tondaki duygular "burada ve şu anda" ilk elde ortaya çıkma eğiliminde olan olgulardır.

5 Kişisel Olarak Anlamlı Olguların Keşfi ve Açıklanması:

İlk şaşkınlık olarak ortaya çıkan kişisel açıklamalara karşı direniş, dış olaylar üzerinde odaklanma ve eleştirel ya da öfkeli duygulan dile getiriş türünden olumsuz deneylerin hemen arkasından en çok meydana gelmeye hazır olayın, bazı bireylerin anlamlı bir şekilde kendini tüm gruba açıp anlatmış olması şaşırtıcı görülebilir. Bunun arkasındaki neden, şüphesiz, bireylerin bu grubun bir anlamda kendi grupları olduğunu anlamaya başlamalarıdır. Artık ne istiyorsa onu anlamayı başarabilir. Aynı zamanda, açıklanan olumsuz duyguların hiç de korkunç sonuçlar yaratmadan kabul edildiği ya da eritilip yok

---

5. a.g.y. s. 210

edildiği gerçeğini de yaşamıştır. Riskli bir özgürlük olmasına rağmen burada bir özgürlüğün varolduğunu anlar. Bir güven ortamı gelişmeye başlamaktadır. Bu yüzden şansını denemeye ve grubun kendi kişiliğinin bazı derin yönlerini bilmesi tehlikesini göze almaya başlar. Üyelerden birisi karısı ile kendisi arasındaki iletişimin umutsuzluğunu kavrayarak kendi içinde keşfettiği bir tuzağı anlatır. Bir rahip, kendi üstlerinin verdikleri mantıksız bir eğitim yüzünden, içindeki öfkeyi sağlıksız bir şekilde bastırışını anlatır; O zaman ne yapmalıydı? Şimdi ne yapması gerekir? Büyük bir araştırma bölümünün başkanlığını yapan bir bilim adamı, hayatında hiçbir zaman tek bir arkadaşının bile olmadığı için içinde bulunduğu acılı tecrit olmuşluğunu anlatma cesaretini bulur; biraz sonra iyice tükenir ve acı duygularının göz yaşlarını dökmeye başlar. Eminim bu bilim adamı bu duyguları yıllardır içinde taşımaktaydı. Bir psikiyatrist, hastalarından birinin intihar etmesinden dolayı duyduğu suçluluğu anlatır. Kırk yaşlarında bir adam annesinin sıkı denetiminden ve ona bağımlılıktan kendini kurtarmakta gösterdiği mutlak yeteneksizliğinden söz eder. Bir süreç, üyelerden birinin "benliğin merkezine seyahat" adını verdiği, genellikle çok acı dolu bir süreç başlamıştır artık. Böyle bir keşif gezisinin (exploration) örneğini bir hafta süreli bir yoğun çalışma grubunun üyesi Sam'in kayda alınmış şu sözlerinde bulabiliriz. Birileri Sam'in gücü hakkında konuşmuştur:

Sam: Belki bilincinde değilim, ya da onu o şekilde hissetmiyorum, güç olarak. (duraksar) Zannediyorum, şöyle konuşurken, galiba birinci gündü, seninle konuşuyordum Tom, o sırada gerçek şaşkınlığımı dile getirdim, başkalarını korkutabileceğimi ilk defa anlıyordum. Gerçekten, şey, öyle bir keşifti ki, sanki bir çeşit bakmak, hissetmek ve bilmek zorundaydım. Benim için bu kadar yeni bir deneyimdi. Geçmişte başkaları tarafından o kadar çok korkutulmuştum ki başkalarının benden korkabileceği zannederim hiç olmadı hiçbir zaman aklıma gelmedi. Ve sanıyorum kendim için neler hissettiğim konusunda yapılacak bazı şeyler var.

Böyle bir keşif her zaman hem kolay bir şey değildir hem de grubun tamamı böyle bir benlik itirafını algılayabilecek yetenekte değildir. Hepsi eğitimli ve her biri ayrı sorunlara sahip yetişkin gençlerden oluşan bir grupta çocuğun biri kalkar kendi kişiliğinin önemli bir yönünü dile getirir ve anında diğer üyelerden hem kabul görür hem de onların şiddetli karşı çıkışlarıyla karşılaşır.

George : Mesele bu. Evde birçok problemim var, sanıyorum bazılarınız benim niye burada olduğumu, neyle dolu olduğumu biliyordur.

Mary : Ben bilmiyorum.

Yardımcı : Bize anlatmak ister misin?

George : Şey -ıhh- utandırıcı bir şey!

Carol : Haydiii, o kadar da kötü değildir.

George : Şey, kız kardeşime tecavüz ettim. Evdeki tek problemim bu ve sanıyorum üstesinden de geldim (oldukça uzun bir duraksama.)

Freda : Oooh! Bu çok iğrenç bir şey.

Marg : İnsanların problemleri olur Freda, yani demek istiyorum ki sen biliyorsun...

Freda : Tabii, ben biliyorum, fakat ooofff!!

Yardımcı : (Freda'ya) Bu problemler hakkında sen bazı şeyler biliyorsun, fakat bunlar hâlâ sana iğrenç geliyor.

George : Ne demek istediğimi anlıyorsunuz; bu konuda konuşmak çok utanç verici.

Mary : Evet, fakat olabiliyor işte.

George : Bu konuda konuşmak insanı yaralıyor, fakat konuşmak zorunda olduğumu da biliyorum, böylece hayatımın bundan sonrası için suçluluk hissi duymayacağım.

Açıkça görüldüğü gibi Mary derin bir kabul gösterirken, Freda George'u psikolojik olarak tamamen susturuyor. George da tehlikeyi göze almaya kararlı ve gönüllü.

6 Gruptaki Bireyler Arasında Aniden Ortaya Çıkan Duyguların Dile Getirilmesi:

Bazen erken, bazen de geç olsa bile kendini sürece kaptırmadan da üyenin kendisinde diğer üyelere karşı aniden ortaya çıkan duygularını apaçık ve katışıksız olarak ortaya koyması biçiminde kendini belli ediyor.

Bu duygular bazen olumlu olabildiği gibi, olumsuz da olabiliyorlar. Örneğin; "Suskunluğun, sanki beni tehdit ediyormuş gibi geliyor bana", "Sen bana kendisiyle çok zor yıllar geçirdiğim annemi hatırlatıyorsun"; "Seni ilk gördüğüm anda bir an için sana karşı bir nefret duymuştum", "Benim için sen bu grup içinde taptaze bir nefes gibisin", "Sıcaklığını ve gülüşünü seviyorum", "Konuştuğun zaman senden her zamankinden daha çok nefret ediyorum" gibi. Bu gibi durumların hepsi güven ortamının oluşmasıyla birlikte görülebilir ve genellikle öyle oluyor.

7 Grup İçinde İyileşme Kapasitesinin Artması:

Tüm yoğun deney gruplarının en ilginç yanlarından birisi grup üyelerinden birçoğunun başkalarının acı ve üzüntülerine karşı doğal ve kendiliğinden iyileştirici, sorunları kolaylaştırıcı ve yardım edici bir hava içinde yaklaştıklarının gözlenebilmesidir. Sanıyorum bunun en güzel örneğini büyük bir fabrikanın mali sorumlusu ama bir endüstriyel yöneticiler grubunun alt düzey üyesi olan bir kişinin durumunda görebiliriz. Kendisinin bize söylediğine göre "eğitim tarafından bozulmamış" biriymiş. Grup oturumunun ilk evrelerinde herkes onu küçük görüyordu. Zamanla, üyeler kendi içlerine yönelişte araştırmaları derinleştirerek kendi özel durumlarını ayrıntılarıyla anlatmaya başladıklarında bu kişi tüm sağlıklı davranışlarla öne çıkarak grubun en duyarlı üyesi haline geldi. Nasıl anlayıp kabul edeceğini sezgiyle biliyordu. Henüz açıklanmamış ama yüzeye yakın olan duygulara karşı son derece uyanıktı. Ondan başka hepimiz konuşan bir üyeye dikkat kesilmişken, o genellikle yardım bekleyen ve sessizce acı çeken bir başkası üzerinde yoğunlaşırdı. Son derece derin, yoğun bir sezgi ve anlayışa ve yardımsever duygulara sahipti. Bu tür yetenekler gruplarda o kadar çok ortaya çıkar ki, bu bana insan

yaşamında tahmin ettiğimizden çok daha fazla tedavi ya da iyileşme yeteneğinin olduğunu düşündürür hep. Bunun ortaya çıkması için daha çok grup yaşamının kendiliğinden akış ortamına girerek sadece gerekli iznin verilmesi ya da mümkün olduğu oranda özgür bırakılması yeterlidir.

İşte, karısı ile arasında hemen hemen son sınırına gelmiş iletişim kopukluğunu anlatan Joe ile kendisine yardım etmeye çalışan grup lideri ve bazı grup üyeleri arasında geçen bir konuşma örneği; Joe'ya yardım etmek için üyelerin nasıl çeşitli yollar denediklerini gösterdiği için banda kaydedilen oturumdaki alıntının uzunluğunu okuyucu yadırgamaz umarım. Joe sürekli olarak karısının da neredeyse gayet doğal olarak hissedebileceği duyguları önüne koyuyor. Yardımcı hep onun dikkatsiz yönlerinin üzerine gidiyor. Marie Joe'nun o anda neler hissettiğini keşfetmesine yardım etmeye çalışıyor. Fred Joe'ya onun seçme hakkına sahip olduğu çeşitli davranış biçimlerini gösteriyor. Bütün bunlar kaydın kendisine de açıkça görülebileceği gibi bir yardımlaşma ruhu içinde yapılıyor. Hiçbir mucize görülmüyor, fakat konuşmanın sonuna doğru Joe kendisine yardım edecek tek şeyin gerçek duygularını karısına açmak olduğunu şiddetle anlamaya başlıyor.

Joe : Bir yere gittiğim zaman birçok insanla karşılaşacak ve birçok iş yapacaksam sırf karım kendisini unutulmuş, ya da terk edilmiş hissetmesin diye son derece ve gerçekten dikkatli davranmak zorundayım; ve şüphesiz, ben son yıl her şey o kadar değişti ki, umudum var, fakat bir an için tüm umutlarım yitip gidiyor. Bu durumu kırıp kıramayacağımı bilemiyorum (uzun bir sessizlik).

John : Defalarca bana öyle geldi ki, eşiniz iç dünyanıza girmeyi çok, hem de çok istiyor.

Joe : Giriyor da.

John : Yani, öyle kıncı bir şekilde demek istemedim, demek istedim ki...

Joe : Hayır. (duraksama) Fakat mesele bunu nasıl yapacağı. Ve öfff, onun iç dünyama girmesine ben izin vermek zorundayım; fakat, aynı zamanda son derece dikkatli olmak zorundayım ve fırsatlar her zaman da ortaya çıkmıyor ki.

Yardımcı : Bu grup içinde dikkatli davranarak bir yere vardığını hissediyor musun? (Duraksama)

Joe : Şey, öbür türlü burada çok zorluk çekiyorum. Başka bir şekilde söylersem, burada hiç de dikkatli davranmadığımızı düşünüyorum.

Yardımcı : Ben de öyle düşünüyorum. Sanıyorum sen çok büyük risklere katlanıyorsun.

Joe : "Dikkatli olmak"la şunu kast ettim: Bir şeyi nasıl söyleyeceğim konusunda son derece dikkatli olmak zorundayım, yoksa söylediğim şey ters tepiyor, bana geri geliyor.

Yardımcı : Eğer, şey, sanıyorum biraz kaba konuşmak zorundayım, eğer sen öyle son derece dikkatli davranırken eşinin seni anlayamadığını düşünüyorsan sen bir delisin(nuts).

Joe : Evet, haklısın.

Yardımcı : Ve eğer birileri bana doğru yaklaşırsa ve ben hissedersem, ki bunlar bana son derece dikkatli ve nazik yaklaşıyorlar, o zaman bu adamlar bana ne söylemeye çalışıyorlar acaba diye merak ederim, değil mi?

Joe : Şeyy, bunu öbür şekilde de denedim en kötüsü de belki de başlarken çok kaba idim. Yani tartışmalarımıza.

Yardımcı : Evet, fakat öyle görünüyor ki göze aldığın riski, ya da bu tür durumlan anlatarak bize gösterdigin güveni gerçekten takdir ediyorum, ama yine de konuşmaya hâlâ kendi dışındaki şeylerle başlıyorsun.

John : Eşinin duygularını senin de hissedip hissetmediğini sorma isteğimde ısrar ediyorum.

Joe : Şey, ıhm, şimdi duygular, ben, evet öyle zannediyorum ki onun duygularını çok daha kuvvetli hissedebiliyorum ve ııh her şey, beni rahatsız eden şey şuydu: Onun iç dünyama girmek isteyen bazı duygularını hatırladım ve o zaman da ona karşı çıktım. İşte şimdi geldiğim yer burası. Ancak onun ne zaman huzursuz olduğunu hemen anlıyorum ve bu yüzden o zaman ben şey, bilmiyorum, siz de görüyorsunuz ya, o zaman ben...

Yardımcı : Bu senin duygularına ne yapıyor? Farz edelim ki eve geldin ve gördün ki eşin sen uzakta olduğun ve o da neler olup bittiğini son derece merak ettiği için, gayet huzursuz. Böyle bir durum sana neler hissettirir?

Joe : ııı, kaçma arzusu.

Marie : Ne hissedeceksin kaçış mı? Yoksa huzursuzluk ya da belki de, hatta öfke mi?

Joe : Daha önce öyle oldu. Şimdi o kadar değil. Bunu oldukça iyi anlayabiliyorum. Çok da iyi gözledim.

Marie : Evet, ama benim sorum bu değildi Joe.

Joe : Tamam.

Marie : Bu duygularını kontrol edip etmediğini, ya da kendinden uzaklaştırıp uzaklaştırmadığını sormuyorum. Öyle bir durumdaki duyguların nedir, ne olacaktır?

Joe : Oh! Hemen hemen buradaki gibi, bir çeşit kaçış ve bekleyiş. Ve biliyorum o akşam kendi halimde olabilsem, ertesi sabah her şey daha farklı olacaktır.

Fred : Fakat sen bu yolu bir tartışmaya girmekten ya da bir anlaşmazlıktan daha az seviyorsun.

Joe : Evet çünkü işleyebilecek tek şey bu az önce duygularımı anlatmış olmama rağmen. Ve umarım bu biraz değişiklik yaratır. Yani "şu anda söylediğin şeye çok kızdım" ya da buna benzer şeylerde; çünkü ben daha karıma ve oğluma yanıt vermeden önce her şey bitmiş oluyor! Yani yöntem işlememiştir ve ondan sonra karım daima her şeyi benim başlattığımı söyleyecektir hem de benim şimdi ve karımın sinirlendiği zaman onca bilinçli davranışlarıma rağmen yani demek istiyorum ki bu gerçeği çok iyi anladım ve bundan nasıl kurtulacağımı bilemiyorum.

Açıkça görüldüğü gibi, bu bireylerin hepsi de kendi yöntemleriyle Joe'ya yardımcı olmak, iyileştirmek, karısı ile daha yapıcı, daha gerçekçi bir yolla ilgilenme yeteneği kazanmasını sağlamak için onunla yardım edici ilişkiler kurmaya çalışıyorlar.

8 Özsel-kabullenme (selfacceptance) ve Değişmeye Başlayış:

Özsel-kabullenmenin değişime giden yolun bir parçası olduğunu çoğumuz biliriz. Gerçekten de, psikoterapide olduğu gibi, bu deney gruplarında da özsel-kabullenme değişimin başlangıcıdır.

Bu durumun çeşitli biçimlerini ortaya koyan olaylardan birkaç örnek verecek olursak: "Ben otoriter bir insanımdır, başkalarını kontrol etmekten hoşlanırım. Bu insanları özel bir biçime sokmayı çok isteyen içinde kendisi için üzüntü duyan ve gerçekten yaralı ve problemli bir çocuk var. Bu küçük çocuk benim; üstelik yetkili ve sorumlu yönetici olduğum halde."

Bir devlet memurunu düşünüyorum, üst düzey sorumluluğu olan ve bir mühendis olarak mükemmel bir teknik eğitim görmüş birisi, soğuk, herkesten uzak duran, nefret, öfke ve acıyla dolu gibi görünen, herkese tepeden bakan, son derece bencil yapısıyla grubun ilk toplantısında etkiledi beni. Sanırım

diğerlerini de etkiledi. Bürosunu nasıl yönettiğini anlattığı zaman hiçbir insani duygu ve sıcak davranışa yer vermeksizin her şeyi kitaba göre yönettiği ortaya çıktı. İlk oturumlarından birinde karısından bahsederken grup üyelerinden bazıları "Onu seviyor musun?" diye sordular. Uzun süre duraklayarak, yanıt vermeden bekledi. O zaman soruyu soranlar, "Tamam bu yeterli bir yanıt" dediler. Adam, "Hayır durun bir dakika" dedi. "Öyle duraksamamın nedeni 'şimdiye kadar hiç kimseyi sevdim mi acaba?' diye düşünmemdi. Bugüne kadar hiç kimseyi gerçekten sevdiğimi zannetmiyorum." Kendisinin sevgisiz bir insan olduğunu kabul etmesi hepimize çok acı geldi. Birkaç gün sonra, grup üyelerinden birinin tecrit edilmişlik, yalnızlık ve acı ile ilgili derin duygularını, şimdiye kadar bir maskenin, başka bir yüzün arkasında yaşadığı boyutlara kadar genişleterek anlattığı şeyleri bu adam büyük bir ilgiyle dinledi ve ertesi sabah da, "Dün gece, Bill'in anlattıkları hakkında defalarca düşündüm. Hatta kendi kendime biraz ağladım. En son ne zaman ağladığımı hatırlamıyorum bile ve dün gece gerçekten bir şeyler hissettim. Sanıyorum hissettiğim, galiba sevgiydi."

Bir hafta geçtikten sonra, oğluna karşı bir zamanlar son derece sert ve acımasız yetiştirme metotları uygulayan bu adamın çocuğuna yeni yöntemlerle yaklaştığını görmek bizim için şaşırtıcı olmadı. Belli ölçülerde aynen yanıt verebildiğini hissettiği karısının kendisine olan sevgisine karşı da gerçekçi ve içten davranmaya başladı.

Yetişme çağındaki gençlerden oluşan bir başka grup oturum kayıtlarından yaptığım şu alıntı da özsel kabul ve özsel keşfin (self exploration) bir birleşimini göstermektedir: Art kendi kabuğu hakkında konuşmaktadır ve tam da o anda kendini kabullenme problemiyle ve aynı zamanda da doğal bir şekilde sergilediği bir yönüyle uğraşmaya başlıyor;

Art : Bu kabuk onun, ıım, şey, olduğu zaman....

Lois : Üstünde!

Art : Evet, sıkıca üstünde.

Susan : Kendi kabuğuna çekildiğinde her zaman bu kadar içine kapanık mısın?

Art : Yoo, hayır, benimle birlikte öyle bir örülmüş ki geçmişte hep onunla birlikte yaşadım ve beni hiç rahatsız etmedi. Hatta gerçek kendimi de bilmiyorum. Zannediyorum..., kabuğu burada attım üzerimden. Kabuğumdan çıktığım zaman bu sadece iki kere oldu birisi birkaç dakika önceydi ben gerçekten bendim, öyle zannediyorum. Fakat sonra, kabuğumun içinde olduğum zaman arkama bağlı bir ipi bir anlamda sabitleştiriyorum ve bu hemen hemen her zaman böyle. Kabuğuma geri döndüğüm zaman dışarıda duran cepheyi terk ediyorum.

Yardımcı: Fakat oraya seninle birlikte hiç kimse geri dönmüyor.

Art : (Ağlayarak) Orada benden başka hiç kimse yok, sadece kendim varım. Her şeyi kabuğun içerisine dolduruyor ve kabuğu sarıp sarmalayıp cebime atıyorum. Kabuğu ve gerçek kendimi alıp emniyette olduklan cebime koyuyorum. Zannediyorum gerçekten yaptığım şey bu, kabuğuma çekiliyorum ve kendimi gerçek dünyaya kapatıyorum. Ve burada bu grup içinde yapmak istediğim şey budur biliyorsunuz kabuğumdan çıkıyorum ve gerçekten fırlatıp atıyorum onu uzağa.

Lois : Gelişme göstermeye başladın bile. En azından onun hakkında konuşabiliyorsun.

Yardımcı: Evet, zor olacak olan şey kabuğun dışında kalmaktır.

Art : (Hâlâ ağlayarak) Şeyyy, evet, onun hakkında konuşmayı devam ettirebilirsem onun dışına çıkıp orada kalabilirim, fakat biliyorsunuz kendimi korumak zorunda olacağım. Bu yaralıyor. Bu konuda konuşmak gerçekten yaralıyor.

Kendisi olmaktan kaçan benliğin kendisi olarak derin kabullenilişi burada açıkça görülebilir. Fakat değişimin başlangıcı da aynı oranda açık ve ortada.

Bakın, bir başkası da grup deneyiminden sonra kısaca şöyle diyor: "Grup toplantısından, 'tüm gücüm ve güçsüzlüklerimle birlikte ben olmak çok iyi' biçiminde çok derin duygularla ayrıldım. Karım daha gerçekçi, daha dürüst, daha samimi olduğumu söylerdi."

Daha çok gerçekçilik ve dürüstlük duygusu, yaygın olan bir deneydir. O an görülecektir ki birey kendisi olmayı öğreniyor ve böylece değişmenin temellerini atıyor. Kendine ait duygulara daha yakındır, böylece duyguları artık o kadar sıkı bir şekilde organize değildir ve değişime çok daha açıktır.

Bir kadın, etkileşim grubuna katıldıktan kısa bir süre sonra ölen babasının nasıl öldüğünü ve annesinin yanına gitmek için yaptığı uzun ve zor yolculuğu anlatmak için bize yazmış. Şöyle diyor: ...derin acım, uykusuzluk, gelecekte annemin de hasta olma endişesi, şaşkınlığım ve şaşırtıcı aktarmalarla hiç bitmeyecekmiş gibi görünen bir seyahat. Bu beş gün boyunca hatırladığım tek şey, nasıl hissediyorsam öyle olmak istediğimdi. Hiçbir uyuşturucu, duygularımla kendim arasında alışılmış hiçbir perde istemiyordum ve bunu başarabileceğim tek yol da içinde bulunduğum şok ve yoğun ölüm acısından kurtularak hayatı olduğu gibi kabullenmekti. Bu kabullenme ve kurtulma duygusu o günden beri hep benimle beraber oldu. Tüm içtenliğimle konuşuyorum, sanıyorum grup deneyimi benim hayatımı (experience) kabullenme istekliliğime büyük oranda katkıda bulundu.

9 Sahte Yüzlerin Çatlaması:

Oturumlar devam ettikçe aynı anda o kadar çok şey ortaya çıkmaya başlar ki hangisini önce anlatmak gerektiğine karar vermek güçleşir. Tekrar kuvvetle vurgulayarak söylemek gerekir ki bu farklı iplikler ve evreler iç içe dokunmuş ve üst üste gelmişlerdir. İpliklerden birisi savunmayla birlikte artan sabırsızlıktır. Zaman ilerledikçe grup, üyelerin maskeler ya da sahte yüzler arkasında yaşamasına tahammül edemez olur. Nazik sözcükler, birbirini zekice anlamalar ve zekice ilişkiler, nabza göre şerbet verme (the smooth coin of tact) ve kendini

gizleme (dış etkileşimleri saf dışı bırakmak için son derece tatmin edici) artık pek o kadar güzel değildir. Grup üyelerinden bazılarının kendi kişiliklerini açıklamaları şunu açıkça ortaya koymuştur ki; daha derin ve daha temel bir etkileşim grubu tedavisi olanaklıdır ve grup bu amaca (hedefe) ulaşmak için bilinçsizce ve içgüdüsel olarak yoğun bir çaba sarf ediyor. Grup bazen nazik bir şekilde, bazen diğerlerine karşı hemen hemen vahşi bir saldırganlıkla, bireylerin, ani duygularını saklamayarak, sıradan sosyal ilişkilerdeki maskelerini atarak, sadece kendileri olmalarını ister. Grupların birinde son derece aydın ve akademik eğitim görmüş, başkalarına karşı gayet anlayışlı, ama kendisini hiç açığa vurmamış bir adam vardı. En sonunda bir gün grubun ruh halini üyelerden biri sert bir şekilde şu sözlerle açıkladı: "Arkasına sığındığın rahlenin önüne çık doktor, bize nutuk çekmeyi bırak ve siyah gözlüklerini de çıkar. Seni tanımak istiyoruz."

Synanon'daki meşhur grup; ilaç bağımlılarını o kadar başarılı bir şekilde tedavi etti ki, bu sahte yüzlerin yırtılıp atılması genellikle üzüntü verici oldu. "Synanon" grup oturumlarının bant kayıtlarından yaptığım şu alıntı bunu gayet güzel sergilemektedir:

Joe : (Gina'ya hitap ederek) Synanonlar arasında bu kadar güzel konuşmaya ne zaman son vereceksin merak ediyorum. Her synanon, ki bunlardan biri de benim, sana bir soru soruyor ve sen hep güzel güzel kitabi yanıtlar veriyorsun. Tek anlayabildiğim şey neyin battığı, nasıl yanlış yaptığın, yanlış yaptığını nasıl anladığın, bunlara benzer öküzlükler. Böyle yapmayı ne zaman bırakacaksın? Art için neler hissediyorsun?

Gina : Art'a karşı (kötü) bir duygum yok.

Will : Sen bir delisin. Art'ın hiçbir kötü duygusu yok. Yerine çakılmış orada, sana ve Moe'ya bağırıp duruyor ve senin her halin buz gibi.

Gina : Yooo, birçok bakımdan güvenilmez biri olduğunu hissediyorum, fakat bundan bana ne.

Joe : Sanki çok iyi anlıyormuşsun gibi konuşuyorsun.

Gina : Nasıl anlıyorsam öyle davranmam gerektiği öğretildi bana.

Joe : Şey, sen şu an bir synonsun. Allahın belası sağlıklı bir insanmışsın gibi davranmak zorunda değilsin. Gerçekten bu kadar sağlıklı mısın?

Gina : Hayır.

Joe : Eee, o zaman ne demeye olmadığın gibi davranmaktan vazgeçmiyorsun.[6]

Eğer grubun bazen sahte yüzleri ya da savunma mekanizmalarını yırtmakta oldukça vahşi davrandığını söylüyorsam, bu gerçekten doğrudur. Diğer yandan grup duyarlı ve nazik de olabilir. Bir rahlenin arkasına saklanmakla suçlanan adam bir saldırı karşısında oldukça yaralanmıştı. Ve öğle yemeği saatinde sanki dokunsan ağlayacakmış gibi son derece dertli görünüyordu. Grup tekrar toplandığında bu durumu hissetti ve insanlara karşı tepeden bakışına ve hayata karşı entelektüel ve akademik yaklaşımına neden olan acı hikayesini anlatmasını sağlayarak nazikçe tedavi ettiler adamı.

10 Birey Verilen Bilgileri Alır:

Bu serbest açıklamalı ortak tedavi süreci içinde bireyler kendilerinin başkaları tarafından nasıl görüldükleri konusunda çok fazla bilgiyi hızla kavrarlar. Tanışma anında son derece nazik davranan kişi diğerlerinin kendisinin bu abartılı arkadaş canlılığına kızdıklarını anlar. Sözlerini dikkatle tartan ve ağır bir doğrulukla konuşan üst düzey devlet memuru kendisinin başkaları tarafından işe yaramaz bir yük (stuffy) gibi görüldüğünü belki de ilk defa fark eder. Başkalarına yardım etmek için aşırı istek gösteren bir kadına hiç de hoş olmayan

6. D. Casriel, *So Fair A House* (o kadar güzel bir ev), Englewood Cliffs, N.J: Prentice-Hall, 1963) s. 81

sözcüklerle grubun bazı üyelerinin onun anneliğini istemedikleri söylenir. Bütün bunlar açık bir şekilde yıkıcı olabilir, fakat çeşitli bilgi parçaları grup içinde gelişmekte olan ihtimam konularında beslenip büyütüldüğü sürece hepsi de yıkıcılığın tersine son derece yapıcıdırlar.

Üyelerin birbirlerini canlı ya da cansız nesnelere benzeterek tarif etmeleri istenen bir grupta ortaya çıkan şu bilgilendirme örneği bu konuya oldukça güçlü bir şekilde açıklamaktadır.

John : (Alma'ya seslenerek) Madem ki nesnelerden söz ediyoruz, o zaman senin için uygun bir şey seçmeliyim. Sen bana bir kelebeği hatırlatıyorsun (gülüşmeler).

Alma : Nedenmiş o? Yani demek istiyorum ki, nasıl, niye bir kelebek diyorsun?

John : Şeyyy, benim için kelebek çok merak uyandıran, ilgi çekici bir şeydir. Kelebek, senin de söylediğin gibi, yeni bir arkadaş olarak senin çok yakın olabileceğin bir şeydir. Fakat tam sen ona yaklaştığın, onu okşamaya başladığın ya da onu kendine doğru çektiğin ve seyrettiğin an birden uçup gider.

Alma : (Sinirli sinirli güler.)

John : İşte böylece gidiyor ve uzaktan ona dokunmak ya da gerçekten varolup varolmadığını anlamak için onu etkisiz hale getirinceye, yani artık uçamayacak kadar yoruncaya veya sana güvenmesini telkin edinceye kadar ona yeterince yaklaşamıyorsun. Bana bir kelebeği işte bu şekilde hatırlatıyorsun. Mümkün olsa ona yakından bakmak öyle güzel bir şey olacak ki, ama hiçbir zaman o kadar yakınına varamıyorsun.

Bir kadına kendisiyle tüm yakın ilişkilerde korkunç olduğunu söylemek sıradan (olağan) sosyal ilişkilerde bile pek mümkün olan bir şey değildir. Fakat böyle bir olay etkileşim

gruplarındaki insanlar için çok sık ortaya çıkabilen bir şeydir. Bir kayıttan alınan şu alıntıdan da anlaşılacağı gibi, bilgilendirme (feedback) bazen son derece sıcak ve olumlu olabiliyor.

Leo : (Son derece yumuşak ve nazik bir şekilde) Bu kızın gece yürüyüşlerinde son derece tatlı duygularla dolu olduğunu söylemesinden beri kafam hep buna takıldı. (Mary'ye dönerek ve öpüp okşar gibi bir konuşmayla) Ve garip bir sezgi var içimde hatta sana ya da gözlerinin içine bakarak bile böyle çok neredeyse nazik bir dokunuş gibi ve bu dokunuşla yani bu şekilde bana birçok şeyi, içinde bulunan duyguları anlatabiliyorsun.

Fred : Leo, sen Mary'nin böyle tatlı duygulara sahip olduğunu söylediğin an ben de aynı şeyleri hissettim. Aman Allahım, evet, gözlerine bak.

Leo : M-mminh.

Hem olumlu hem de olumsuz bilgilendirme (feedback) evrelerinin, grupla birlikte kendini anlamanın ve kendi kendini tedavi etmenin oldukça anlamlı yeni bir deneyini başlatan daha geliştirilmiş bir örneğini, hiç sevilmediğini zanneden genç bir adamın günlüğünden yaptığımız şu alıntıyla görelim: Genç adam gruba kendisinin onlar hakkında hiçbir şey hissetmediğini ve onların da kendisi hakkında hiçbir duyguya sahip olmadıklarını zannettiğini anlatmıştır. "... O anda bir kızın sabrı taştı ve artık bana dayanabileceğini sanmadığını söyledi. Beni dipsiz bir kuyuya benzeterek, 'bana herkesin önem verdiğinin kaç defa anlatılması gerektiğini merak ettiğini' belirtti. O an panige kapıldım ve kendi kendime şöyle dedim: "Tanrım, hiçbir zaman tatmin olamadığım ve insanları kendimden uzaklaştırıncaya kadar onların dikkatini çekmek için sürekli isteklerde bulunmaya zorlandığım doğru mu?"

Gerçekten merak içinde olduğum bu anda grup üyelerinden bir rahibe konuşmaya başladı. Beni sevdiğini ve nasıl olup da benim bunu göremediğimi anlamadığını söyledi. Bana ilgi duyduğunu ve yardım etmek istediğini belirtti. Bu konuşmayla birlikte bir şeyleri kavramaya başladım ve içimde

bir şeyler doğdu başladı ve bunu şuna yakın cümlelerle dile getirdim: "Yani orada oturduğunuz yerde size söylediğim, benim için hissetmenizi istediğim şeyi hissediyorsunuz ve ben bunun bana ulaşmasını içimden bir yerlerde engelliyorum mu demek istiyorsunuz? Fark edebilecek bir rahatlığa kavuştum ve bana gösterilen ilgiyi niçin bunca zamandır görmemiş olduğumu gerçekten merak etmeye başladım: Cevabını bulamadım. O an bir kadın şöyle dedi: "Öyle görünüyor ki sen sürekli olarak şu öğleden sonra olduğu gibi içindeki derin duygularla birlikte olmak istiyorsun. İçimde bir an bu isteği senden uzaklaştırma ve yok etme arzusu doğdu. Belki bu kadar katı bir şekilde itmesen bir süre dinlenebilirsin (rest) ve doğal duygularına dönebilirsin.[7]

Kadının son tavsiyesi gerçekten etkili oldu. Ne demek istediğini görebildim ve hemen hemen o anda içimde parlak, sıcak bir günün doğduğu hissiyle son derece rahat bir şekilde arkama yaslandım. Kendimi kendi iç baskılarımdan kurtarmama ek olarak diğerlerinin benim için duyduklarını hissettiğim arkadaşça duygular sayesinde ömrümde gerçekten ilk defa ısınmıştım.. Sevildiğimi niçin sadece o anda hissettiğimi söylemek güç, ama daha önceki oturumların tersine o oturumda bana ilgi gösterdiklerine gerçekten inandım. Bunca zamandır onların sevgisini niye uzak tutuğumu hiçbir zaman tam olarak anlayamadım, ama tam da bu noktada çok ani bir şekilde bunların beni geçmişte de sevdiklerine inanmaya başladım. Bu değişikliğin boyutları ikinci olarak söylediğim şeyin içinde yatmaktadır; şöyle dedim: 'Evet, bu bana yeter. Şimdi birilerini dinlemeye gerçekten hazırım.' Bunu da söylemek istemiştim."

11 Çatışma:

Grup içinde ortaya çıkan ilişkileri açıklamada bilgilendirme (feedback) teriminin son derece hafif kaldığı insanların kendilerini karşılarındakiyle doğrudan eşitledikleri, "aynı düzeye getirdikleri" bireysel çatışma (confronts) terimi ile her şeyin çok daha iyi açıklanabildiği zamanlar vardır. Bu tür çatış-

7. G. F. Hall, 'A Participant's in Basic Encounter Group -Bir Temel Etkileşim Grubu Üyesinin Deneyimi', yayımlanmamış elyazmaları, 1965. Fotokopi.

malar olumlu olabilir; fakat aşağıdaki örnekte de açıkça görülebileceği gibi çoğunlukla açık olarak olumsuzluk da yaratabilirler. Grubun son oturumlarından birinde Alice, dini çalışmalara girmek üzere olan John için son derece kaba ve aşağılayıcı tanımlamalar yapmıştır. Ertesi sabah, grubun oldukça sakin üyelerinden biri olan Norma hemen söz alır:

Norma: (Yüksek sesle iç geçirerek) Sana karşı hiç ilgi ve saygı duymuyorum Alice. Hiç. (Duraksama) Aklımdan geçen ve söylemek istediğim yüzlerce şey var ve umarım tanrı yardım eder de hepsini anlatabilirim. Her şeyden önce eğer bizim sana saygı göstermemizi istiyorsan, niye dün gece John'un duygularına karşı saygı göstermedin? Neden bugün onu basamak yapmaya çalışıyorsun? Ha, niye? Dün gece yapamaz mıydın onun tanrıya hizmet yolunda kendini son derece değersiz görmesini kabul edemez miydin? Şöyle veya böyle anlayamaz mıydın? Bunu kabul edemez miydin, yoksa bunun altında bir şeyler bulmak için eşelemeye mecbur muydun? Hımmm? Şahsen, John'un senin lanet olası işinle ilgili olarak hiçbir probleminin olduğunu zannetmiyorum!... Bildiğim hiçbir gerçek kadın senin bu hafta yaptığın gibi yapmaz, bu öğleden sonra söylediğin gibi söylemezdi. Yaptığın bu kadar aptalcaydı! Seni dinlerken kusasım geldi, hem de tam oraya! Veşu anda titriyorum, sana o kadar kızgınım. Bu hafta bir kerecik bile gerçekçi olduğunu zannetmiyorum... O kadar öfkeliyim ki, üzerine atılıp bağıra bağıra dövmek istiyorum seni! Ağzının üstüne öyle şiddetli bir şamar atmak istiyorum ve öff, sen benden çok yaşlısın ve ben yaşa saygı duyarım, benden yaşlı insanlara saygı duyarım, fakat sana saygı duymuyorum Alice, hiç! (ani bir duraksama)

Oturum sona ermeden önce bu iki kadının tam olarak değil ama daha anlayışlı bir şekilde birbirlerini kabul etme durumuna geldiklerini söylersek okuyucuyu rahatlatmış oluruz. Fakat yine de bu bir çatışmaydı.

12 Grup Oturumları Dışında Yardım Edici İlişkiler:

Eğer grup üyelerinin birbirlerine birçok biçimlerde yardım edişlerini açıklamıyorsa, grup metotunun hiçbir derecesi bence yeterli değildir. Bütün gruplardaki yaşamın heyecan verici yönlerinden birisi, bir birey kendini ifade etme (açıklama) mücadelesi verirken veya kişisel bir problemiyle uğraşırken, ya da kendisi hakkında keşfettiği bazı yeni şeylerden dolayı acı çekerken diğer üyelerin onun yardımına koşmalarıdır. Bu, daha önce de açıklandığı gibi, grup içinde olabilir, ama daha çok ve yaygın olarak grup dışındaki ilişkilerde ortay çıkar. Birlikte yürüyüşe çıkan veya bir köşede samimi bir şekilde sohbet eden iki kişiyi gördüğüm, ya da sabah saat üçe kadar konuşarak oturduklarını duyduğum zaman, bir gün gelip de grup içinde birinin diğerlerinden güç ve yardım aldığını, bir başkasının kendisini diğerlerine açarak onların onun anlayışından, desteğinden, deneylerinden ve ilgisinden yararlandıklarını büyük bir olasılıkla duyabileceğimizi hissediyorum. Eğer serbestçe açığa vurabileceklerini hissederlerse ve bir etkileşim grubu içinde bunu yapabileceklerini görürlerse birçok insan inanılmaz derecede iyileşme kaydeder.

İzin verirseniz hem dışarıda, hem de grup toplantılarında grup üyelerinin durumlarında görülen iyileşme etkileriyle ilgili bir örnek sunayım. Örnek yoğun çalışma üyelerinden birinin, bir ay sonra gruba yazdığı bir mektuptan alınmıştır. Bir ay boyunca karşılaştığı zorluklardan ve bunaltıcı koşullardan bahsederek şöyle devam ediyor: "Sizlerle yaşadığım deneylerin, üzerimde çok büyük bir etkisi olduğu sonucuna vardım. Gerçekten minnet doluyum. Bu kişisel (özel) tedaviden çok farklı bir şey. Hiçbirinizin beni merak etmesine gerek yok. Beni aramanıza ve bana yardımcı olabilecek düşüncelerinizi iletmenize de gerek yok. Size yardım etmiş olduğumu söylemek zorunda değilsiniz. Ama siz yaptınız ve sonuç olarak bu, bugüne kadar yaşadıklarımdan yüzlerce kat anlamlıydı benim için. Ne sebeple olursa olsun, ne zaman duygularımı kontrol etmek ve içimden geldiği gibi yaşamamak gerektiğini hisset-

sem, tıpkı şu anda olduğu gibi 12 kişinin, kendimi serbest bırakmamı, uyumlu olmamı, kendi kendimle olmamı ve bunun için tüm inanılmaz şeylere rağmen beni sevdiklerini söyledikleri geliyor gözümün önüne. O günden beri bu birçok kez kendi kabuğumdan çıkmam için bana cesaret verdi. Genellikle benim bunu en iyi şekilde yapışım başkalarının da aynı özgürlüğü yaşamalarına yardımcı oluyor.

13 Etkileşim Grubunun Temeli:

Buraya kadar tanımlamaya çalıştığım eğilimler içinde şu gerçek yatmaktadır: Bireyler grup içinde, sıradan yaşamdaki alışkanlıklarına kıyasla birbirleriyle çok daha yakın ve doğrudan ilişki içerisine girebilmektedirler. Bu, grup yaşamının değişiklik üreten en temel ve en yoğun yönlerinden birisidir. Bunu göstermek için son dönem grup oturumlarının birinden bir örnek vermek istiyorum. Adamın biri trajik bir şekilde, çocuğunu kaybedişini göz yaşları içinde; duygularını hiçbir şekilde kontrol edemeyerek, üzüntülerini ilk defa tüm boyutlarıyla anlatırken bir başkası da aynı şekilde ağlayarak ona şöyle diyor: "Bir başkasının acısından dolayı daha önce hiç bu kadar gerçek fiziksel bir acı duymamıştım içimde. Acını tümüyle paylaşıyorum." İşte etkileşim grubunun temeli. Bir başka gruptan çok çocuklu ve kendisini 'gürültücü, yüzü sivilceli, yerinde duramayan' bir kişi olarak tanımlayan ve evliliği bitme noktasına gelmiş, hayatı yaşanmaz bulan bir anne şöyle yazıyor: "Gerçekten birçok duygunun katı örtüsü altında gömülmüş kalmıştım. İnsanların bana güleceklerinden, ya da, söylemeye gerek yok, benim ve ailemin üzerinde oynanabilecek lanet umut kırıntılarımla etkileşim grubunun yolunu gözlüyordum. Bu, dev bir umutsuzluk samanlığı içinde gerçekten bir güven iğnesiydi.

(Grup içinde yaşadığı bazı deneyleri anlatıyor ve ekliyor)... benim için gerçek dönüm noktası bir öğlen sonrası, grup üyesi olmayan hiç kimsenin, sizin omzunuza yaslanarak ağlayamayacağına dair şikâyette bulunduğum zaman kolunuzu omzuma atışınızdı. Notlarıma göre bir gece önceyi şöyle yazmışım: 'Dünyada beni seven hiçbir erkek yok!' O gün o ka-

dar samimi bir şekilde ilgileniyor göründünüz ki size yenik düştüm... Bu jesti (samimi hareketi) benim aptalca devam ettirdiğim yolumun, yüzümdeki sivilcelerimin ve tüm yaşadıklarımın kabul edilişinin ilk duyguları olarak almıştım. Bana ihtiyaç duyulduğunu, sevgiyi, yetkinliği, öfkeyi, çılgınlığı, her şeyi ama her şeyi hissettim; ama esas olarak gerçekten sevilmeyi. Benliğimi süpürüp geçen minnet dolu, kendini küçük gören duygu akımını tahayyül edebilirsiniz. Size büyük bir zevkle yazıyorum. Sevildiğimi gerçekten hissettim. Kısa zamanda unutacağımı da hiç sanmıyorum."

(Buber'in tabirini yine kullanacak olursak) Bu tür Senli-Benli (I-Thou) ilişkiler bu grup oturumlarında aynı sıklıkla ortaya çıkar ve her seferinde de oturuma katılan üyelerin gözlerini yaşartır.

Grup oturumundan hemen sonra yaşadığı deneyleri seçmeye çalışan bir üye, genellikle iki kişi arasında, ama tabii iki kişi zorunlu olmayıp başlangıçta birbirinden hoşlanan herkes arasında gelişen "ilişki vaadinden" söz ederek şöyle devam ediyor: "Grup üyelerinde defalarca yaşanan inanılmaz gerçek şu idi: Ne zaman olumsuz bir duygu tüm boyutlarıyla karşıdakine açıklandıysa ilişki gelişip büyüdü ve olumsuz duygu, diğer üyelerce derin bir kabul görerek ortadan kaldırıldı..."

Sonuç olarak öyle görünüyor ki, gerçek değişiklik, duygusal ilişki bağlamı içinde anlatıldığı ve yaşandığı zaman ortaya çıkıyor. Başlangıçtaki "senin konuşma biçimine tahammül edemiyorum" cümlesi daha sonra gerçek bir anlayışa, "senin konuşma biçimini seçiyorum"a dönüşüyor. Bu (son) cümle "etkileşim grubunun özü" teriminin oldukça karmaşık bazı anlamlarını yakalamış gibi görünüyor.

14 Olumlu Duyguların ve Yakınlık Hissinin Açıklanışı:

Son bölümde de belirtildiği gibi grup yönteminin (process) kaçınılmaz bir tarafı duygular açıklandığı ve bir ilişki bağlamı içerisinde kabul gördüğü zaman, hemen arkasından büyük bir yakınlığın ve olumlu duyguların doğmasıdır. Böylece, oturum ilerledikçe, artan bir sıcaklık duygusu, grup ruhu

ve güven inşa oluyor. Üstelik sadece olumlu durumlarda da değil, gerçekliği ifade etmek koşuluyla olumlu ve olumsuz duygu durumlarının ikisinde de. Bir üye bir oturumdan sonraki yazısında bunu yakalamaya çalışarak (bulgularını) şöyle özetledi: "... Bunun, benim onaylama (confirmation) diye adlandırdığım, kendime, insanın tekliğine ve evrensel niteliklerine özgü onaylama ile doğrudan bir ilişkisi olmalıydı. Bir onaylama ki, biz ne zaman birlik içinde insanlar olabilirsek, o zaman olumlu bir şeyler de çıkabilir ortaya."

Bu pozitif durumların özel olarak ta derinlerde duyulan acı bir açıklaması Norma'nın son derece öfkeli duygularla, Alice'le çatıştığı bir grupta ortaya çıkmıştı. Yardımcı Joan oldukça şaşırmış ve ağlamaya başlamıştı. Kendi öz liderleri için grubun olumlu ve iyileşmeye yönelik durumu; ilişkilerdeki kişisel kalite ve yakınlığın olağandışı bir örneğidir.

Joan : (Ağlayarak) Benim için son derece kolay. Kendimi bir başkasının içine yerleştirmek sanki son derece kolaymış gibi geliyor bana ve bunu John için, Alice için ve Norma senin için hissedebileceğimi tahmin ediyorum.

Alice : Ve yaralanan sensin Joan. Belki bu acının bir kısmını alıyorum ben. Sanıyorum ben (Ağlama).

Alice : Bu harika bir yetenek. Keşke ben de sahip olabilseydim.

Joan : Sende fazlasıyla var.

Peter : Bir anlamda sen şeyi taşıyorsun sanıyorum özel bir şekilde, çünkü sen yardımcısın, belki de hepimizin fazladan ağır bir yükünü taşıdın... Biz el yordamıyla birbirimizi olduğumuz gibi kabul etmeye çalışıyoruz ve biz, sanıyorum çeşitli biçimlerde nesnelere ulaşıyor ve 'lütfen beni kabul et' diyoruz; bunu hemen burada bırakmak istiyorum ve...

Norma : Sonra da yapmıyoruz.

Peter : Ve-ve biz belki de şimdi bu yükü senin omuzlarına yüklüyoruz ve bunlar insanların, lütfen beni bu şekilde kabul et demeleri senin duygularınla birleşince sırtında fazladan ağır bir yük oluyor. Böyle olması gerek değil mi?

Joan : (Hâlâ ağlayarak) Şeyy, gerçekten suçu başkalarının üzerine yüklemiyorum. Sanıyorum bu bu benim problemim, gerçekten, biliyorsunuz bu yükü ya da her ne ise kendim aldım üzerime. Yani demek istiyorum ki, yardımcı olmasaydım da yine alırdım bu kadarını üzerime. Bunun görev gereği böyle olduğunu sanmıyorum.

Peter : Hayır, hayır, bu görev değil...

Norma : Hayır, kesinlikle değil...

George : Bunun, insanların sizin duygularınıza yükler gibi yaptıklan bir şey olduğunu sanmıyorum. Bana göre bu, siz de kabul edersiniz, sahip olduğunuz müthiş duyarlılıktır ve ondan sonra yükü yükleniyorsunuz. Sizin bana şimdi daha önceye göre çok daha fazla şey ifade ettiğinizi düşünüyorum. İlk zamanlar, bize halktan insanlar olarak mı, yoksa müşteriler olarak mı yaklaşacağınızı merak ettiğim anlar olmuştu. Sanıyorum bunu bu hafta içinde bir kere daha söylemiştim, ama olsun, eğer bir kere bile gerekli olsaydı, gerekli olduğuna inansaydınız; en gizli sırrı bile açığa çıkarırdınız. Her şey için o derece güvenilirsiniz ki... Ve zannediyorum bu sizin, bütün hafta boyunca göremediğimiz ki bunu siz gösterdiniz diğer yönünüzü gösterir. Bu şekilde olduğum için yani gruptan biri olarak şu anda kendinizi daha iyi hissetmenize yardımcı olamadığım için kendimi kötü hissediyorum.

Bazıları, 'liderlerin' grup içindeki gerilimi kendi sorumluluğuna alarak kendini olaya kaptırıp son derece duyarlı davranmaları konusunda oldukça titiz olabilirler. Bana kalırsa bu,

insanlar birbirlerine karşı samimi ve gerçekçi davrandıkları sürece hepsinin gerçek ve anlayışlı bir sevgiyle bir insanı, bu ister 'lider' olsun, ister 'üyelerden' biri olsun, iyileştirmede şaşılacak derecede yetenekli olduklarının bir başka delilidir.

15 Grup İçindeki Davranış Değişiklikleri:

Gözlemler yapıldığı zaman görülecektir ki, grup içinde birçok davranış değişikliği ortaya çıkar; ses tonları güçlenerek, bazen yumuşayarak, ama genellikle kendiliğinden, yapmacıksız ve daha çok duygusallaşarak değişir. Bir şeyler birbirine karşı şaşılacak derecede düşüncelilik ve yardımseverlik gösterirler.

Bütün bunlara rağmen biz esas olarak grup deneylerinden sonra ortaya çıkan davranış değişiklikleriyle ilgileniyoruz. Bu, üzerinde çalışmamız ve araştırma yapmamız gereken en anlamlı soruyu oluşturmaktadır. Adamın birisi önceden kolayca hazırlanmış gibi görünen bir liste (catalogue) veriyor, fakat bu birçok bakımdan da kendi içinde gördüğü değişiklikleri yansıtmaktadır: "Oldukça açık ve kendi halinde bir insanımdır. Kendimi serbestçe ifade edebilirim. Oldukça sempatik, başkalarının sorunlarına ilgili ve hoşgörülüyümdür. Ailemle, arkadaşlarımla ve beraber çalıştığım insanlarla olan ilişkilerim son derece dürüsttür ve hoşlandığım ya da hoşlanmadığım şeyleri ve gerçek duygularımı açık bir şekilde ifade ederim. Bilgisizliğe karşı hoşgörülü davranmaya her zaman hazırımdır. Neşeliyimdir. Başkalarına daha çok yardım etmek isterim."

Bir başkası ise şöyle diyor: "Grup çalışmalarına başladığımdan beri ailemle yeni bir ilişki kurmaya başladım. Son derece yorucu ve zor oluyordu, ama yine de onlarla, özellikle de babamla konuşmamda büyük bir rahatlık duydum. Son beş yıldan beri anneme karşı attığım adımlar ilk defa yakınlaşmaya başladı." Başka biri de: "İşim hakkındaki duygularımı netleştirmeme yardım etti, işime olan ilgimi arttırdı, iş arkadaşlarıma karşı daha dürüst ve neşeli davranmamı sağladı ve artık nefret ve öfkeyle dolu olduğum zamanlar daha açık olabiliyo-

rum. Karımla olan ilişkilerime açıklık ve derinlik kazandırdı. Her şey hakkında serbestçe konuşabilir olduk ve hakkında konuştuğumuz her şeyin üstesinden gelebileceğimize güven duyduk." diyor.

Bazılarının değişiklik tanımları ise oldukça usturuplu: "Bendeki en önemli değişiklik olumlu anlamda duyma kabiliyetimin artması oldu ve herkesin 'sessiz çığlıklarıyla' içten ilgilenmeye başladım."

Sonuçları çok fazla iyi göstermiş olma durumuna düşme tehlikesine rağmen ben bunlara, bir anne tarafından bir yoğun çalışma grubundan sonra kısaca kaleme alınmış bir cümleyi daha eklemek istiyorum: "Bunun çocukların üzerindeki ani etkisi, hem bana, hem de kocama karşı ilgi duymalarıydı. Yabancılardan oluşan bir grup tarafından kabul edilip sevilmiş olmak bana o kadar güç veriyordu ki, eve döndüğümde kendime en yakın insanlara karşı sevgim eskiye göre çok daha doğal bir şekilde kaynayıp coşan nitelikteydi. Grup toplantılarında yaşadığım; başkalarını sevme ve kabul etme pratiğim yakın arkadaşlarımla olan ilişkilerimde de kendini gösteriyordu."

İleriki bölümlerin birinde, bulguladığımız olumlu ve olumsuz çeşitli davranış değişikliklerini ayrıca özetlemeye çalışacağım.

Başarısızlıklar, Olumsuzluklar, Tehlikeler

Buraya kadar anlatılanlardan grup yönteminin her yönüyle olumlu olduğu sonucunu çıkartanlar olabilir belki. Elimizdeki delillerin (verilerin) gösterdiği kadanyla gruba katılanların büyük bir çoğunluğu için bu yöntem hemen hemen daima olumlu olmuştur. Ama elbette başarısız sonuçlar da vardır. İzin verirseniz grup yönteminin zaman zaman ortaya çıkan olumsuz yönlerini kısaca anlatayım.

Yoğun grup deneylerinin en çok görülen eksiği sık sık ortaya çıkan davranış değişikliklerinin, eğer ortaya çıkmışlarsa, bitici olmamalarıdır. Bu, genellikle üyeler tarafından da ka-

bul edilir. Bir üye duygularını şöyle dile getiriyor: "Toplantıdan ayrılırken orada bıraktığım "açıklığı", sonsuza dek elimde tutma gücümün olmasını isterdim. "Bir başkası ise şöyle diyor: "Grup çalışmalarında gereğinden fazla sıcaklık, kabul ve sevgi yaşadım, ama aynı yeteneğin dışarıya da taşınarak aynı şekilde dışarıdaki insanlarla paylaşılmasının çok zor olduğunu da anladım. Açık ilişkiler için gerekli çalışmaları yapmaktansa, tekrar benim eski heyecansız, duygusuz halime dönmem daha kolay oluyor."

Grup üyeleri bazen bu "eskiye dönme" (relapse) olgusunu oldukça felsefi bir biçimde yaşıyorlar: "Grup deneyleri bir yaşama biçimi değildir ama hayatın dönüm noktasıdır. Kendi grubum hakkındaki izlenimlerim, bazılarının anlamlarından emin olmama rağmen, normal yaşam programında bana rahatlatıcı ve yararlı bir bakış açısı veriyorlar. Tıpkı üzerine çıktığım, hoşlandığım ve tekrar dönmek istediğim bir dağ gibiler. Geçerken değindiğimiz bu konu hakkındaki yorumlarımı; ileride, araştırma bulguları bölümünde vereceğim.

Yoğun grup deneylerinin içerdiği ikinci bir gizil (potential) tehlike de, ki bu kitle tartışmalarında da sık sık dile getirilir bireylerin kendilerini açığa vurmaya yoğun bir şekilde kaptırmaları ve sonra da iyice işlenmemiş (çözülmemiş) problemlerle baş başa kalmalarıdır. Birçok insanın yoğun grup deneyinden sonra, grup toplantılarında dile getirmesine rağmen çözülmemiş problemlerinin çözülmesinde, bir terapiste gitme ihtiyacı duyduklarına dair raporlar vardır. Açıktır ki, her bireyin durumu hakkında yeterince bilgi sahibi olunmadığı sürece; bu durumun olumsuz mu, yoksa kısmen ya da tümüyle olumlu mu olduğunu söylemek zordur. Bazı bireylerin yoğun grup deneyleri sırasında ya da daha sonra ruhsal rahatsızlıklar geçirdiği olgusu da sık rastlanan bir olaydır. Madalyonun öbür yüzünde ise şöyle bir gerçek var: Açıkça ruhsal bozukluk evreleri geçirmiş bireyler temel etkileşim grupları bağlamında rahatsızlıklarına rağmen yapıcı olabiliyorlar. Benim kendime ait kesin olmayan klinik yargım şudur: Grup yöntemi ne kadar olumlu bir şekilde yürütülürse grup içindeki tüm bireyler o

oranda daha az psikolojik zarar görmektedirler. Ama yine de şurası açıktır ki, bu son derece ciddi bir konudur ve o kadar çok araştırılması gerekir.

Kişiyi yaralayabilecek (zarar verici) bu gizli tehlikenin bir sonucu olarak, grup çalışmaları sırasında ortaya çıkan bazı gerilimleri; bir üyenin şu sözleri gayet iyi açıklamaktadır: "Bazı kişilere gerçekten çok yakınlık duyduğum zamanlar grup çalışmalarının bana son derece önemli ve güzel dakikalar yaşattığını hissediyorum. İçimde depreşen güç iyice belirgin hale geldiği zaman korkunç dakikalar yaşadım ve şunu anladım ki, böyle özel duruma sahip kişiler, ya derin bir şekilde incitilip yaralanmalı; rencide edilmeli ya da çok büyük yardımlar görmeli ama hangisinin olması gerektiğine karar veremedim." Temel etkileşim gruplarının bir başka önemli tehlikesi ya da eksiği daha var: Çok yakın yıllara kadar grup çalışmalarına karı kocanın birlikte katılmasını sağlamak görülmemiş bir şeydi. Grup deneyleri sırasında ya da sonunda, eşlerden; birinde anlamlı bir değişikliğin meydana gelmesi durumunda bu son derece önemli bir tehlike yaratabiliyor. Üyelerden biri grup çalışmalarına katıldıktan sonra bu tehlikeyi açıkça görerek şöyle diyor: "Eşlerden sadece birisinin gruba katılması durumunda bunun evlilikler, için çok büyük bir tehlike doğuracağını zannediyorum. Eşlerden diğerinin birey olarak ya da bir bütün olarak grupla baş etmesi çok zordur." Grup deneyi sonrasında ortaya çıkan yaygın etkilerden birisi deneylerin daha önceleri üstü kapatılan evlilik gerilimlerini artık açıkça tartışabilir duruma getirmesidir.

Karışık yoğun deney gruplarında ortaya çıkan ve gerçek bir dikkat gerektiren bir başka tehlike de grup üyeleri arasında olumlu sıcak ve sevgi dolu duyguların doğabilmesidir. (Bu konuya ileriki bölümlerde ve örneklerle değinilecektir) Bu duygular kaçınılmaz olarak cinsel bir yön de taşımakta ve bu, grup üyeleri arasında büyük bir dikkat ve eşlerine karşı, eğer bunlar grup içinde yeterince işlenmemişse (çözülmemişse), derin bir tehdit konusu olmaktadır. Bunun yanı sıra gelişecek yakınlık ve sevgi duyguları, örneğin bir kadın, toplantıya katıl-

mamışsa, bir tehlike ve evlilik sorunu kaynağı da olabilmekte fakat ister iyi bir evlilik olsun, ister olmasın kocasını kaybetme konusundaki birçok korkunun grup oturumlarında meydana geldiğini düşünmektedir.

Çeşitli yönetici kadın ve erkeklerden oluşan karışık bir gruba katılmış bir erkek üye, bir yıl sonra bana yazarak gruplarının üye Marge ile olan ilişkilerinden dolayı evliliklerinde meydana gelen gerilimleri anlattı: "Marge'la ilgili olarak bir problem vardı. Kendisinin son derece yalnız olması nedeniyle ben de ona karşı çok sıcak duygular büyük bir acıma ve yardım etme isteği doğmuştu. Sıcaklığa aynı tür samimiyetle karşılık verdiğine inanıyorum. Bana her şeyi göze alarak bir sevgi mektubu yazmıştı. Bunu karıma da okuttum. Marge'in hakkımda böyle duygular beslemesi beni gururlandırmıştı: (Çünkü erkek kendini son derece değersizmiş gibi görüyordu.) "Fakat karım birden heyecan ve endişeye kapıldı: Çünkü mektupta bir aşk meselesi ya da en azından böyle gizli bir tehlike görmüştü. Bu olaydan sonra gizli ve yasaklı bir iş yapıyor muşum hissine kapılarak Marge'la yazışmayı kestim. Ondan sonra karım da bir "etkileşim grubuna" katılmaya başladı ve şimdi beni anlıyor. Marge'la tekrar yazışmaya başladım." Açıktır ki, bu tür olayların hepsi pekâlâ böyle uyumlu bir şekilde bitmeyebilir.

Bu durumda, son yıllarda, "eşlerden oluşan grup" deneylerinin ve özellikle de sanayi yöneticileri ve eşlerinin katıldığı grup deneylerinin artmış olması, ilgi çekicidir.

Belki de grup içinde ortaya çıkan bir başka aşk olayı, anlatmak istediğimizi daha anlaşılır kılacaktır; çünkü bu olay çocuklarıyla birlikte boşanmış bir kadın üye tarafından son derece samimi duygularla anlatılmıştır: "... Birinci haftanın ilk günlerinde erkekliğiyle kendine güvenen ama sıcak, ince duygulu (kavrayışlı-insightful) ve nazik gibi görünen bir adam, dikkatimi çekti. Bu nitelikleri beni cezbetti ve anladım ki böyle bir erkek görünümü bana huzur vermektedir. O haftanın perşembe gününe kadar birçok ortak yanımızı keşfetmiş ve çam-

ların altında birlikte vakit geçirir olmuştuk. O perşembe günü grup toplantısından sonra bana dedi ki: 'Emma kocanı korkutmuş olabileceğini ve erkekleri korkuttuğunu anladığımı zannediyorum.' Benim soru dolu sessiz bakışlarım karşısında şöyle devam etti: 'Sezdiğin bir şeyin doğruluğu konusunda, o kadar kendinden eminsin ki.' Bu, toplantıya doğru yürürken kendime olan güvenimi ve sevgimi arttırdı ve toplantıda adam benim yanıma oturdu. Aşağı yukarı beş dakika sonra gözlerinde yaşlarla bana dönerek dedi ki; 'Oh Allahım, Emma, sende gördüğüm şey her gün laboratuvarda yaptığım özel işlerde bana acı çektiriyor.' Bu açıklamayı yaptığı an; tepemden parmak uçlarıma kadar ona aşık oldum. Sorunu kadın ve erkek arasında eşit olarak paylaştırdıktan sonra artık, üzerinde "Sen Erkeklere Karşı Yıkıcısın" yazılı sandıktan kurtulmuştum.

Cumartesi günü öğle üzeri Allen evine, ailesine gitti ve ben bütün bir cumartesi ve pazar gününü evlilik havası içinde geçirdim. Pazar akşamı geri döndüğünde gözlerinde bana karşı taşan bir sevgi seli gördüm ve dünyalar benim oldu. Pazartesi sabahı erkenden hıçkırarak uyandım. Kısacık fırfırlı eteğimle küçük bir kız gibiydim. Sahnenin kenarında dumanlar arasında zor fark edilen bir erkek silueti duruyordu Ondan sonraki üç saat içinde yaşadıklarım tıpkı bir baba sevgisi gibiydi. İlginçtir, bu üç saat içinde yaşadığım baba sevgisine rağmen bir erkeği seven kadın duygularını hiç yitirmedim. Nasılsa, Allen sevgisi özel yer ve zamanlarda gittikçe artan bir sevişme duygusuna doğru sürükleyen, bir baba sevgisi duygusuna izin verir nitelikteydi. Korkarım duygularımı tam olarak açıklayamıyorum, ama elimden gelen ancak bu kadar...

... Cuma sabahı, son günümüzde grup toplantısından sonra Allen birkaç dakika baş başa kalmamız için ısrar etti. Güneşin altında alçak bir taş duvarın üzerine oturduk. Birlikte geçirdiğimiz iki hafta hakkında konuşup konuşamayacağımızı sordu. Ona verdiğim yanıt şuna yakın bir şeydi: 'Yolumuzu engellerle dolu bir hat üzerinde bulduk. İlişkimiz son dere-

ce güzel, tatlı ve nazik bir ilişkiydi. Bir kere sana güvendikten sonra yolunu kaybetmeyeceğine dair inancım, hiçbir zaman kaybolmadı (sarsılmadı). Gelecek hakkında mı? Seni gelecekte kocam olarak düşlediğimi sanmıyorum. Zannediyorum seni daima Allen E. olarak, kaliteli sevgisiyle bana sevebilecek ve seven bir kadın olma yeteneğini aşılayan Allen E. olarak sevecek ve anacağım. Öyle inanıyorum ki, bu deney şu veya bu şekilde seven bir erkek olabilme yeteneğinin bilincine ulaştırdı seni. Gelecekte bize güç verecek olan şey nedir? Bana öyle geliyor ki, bize gelecekte güç verecek olan şey, ikimizin de kendi ailelerimizle ve meslektaşlarımızla her ilişkimizde, her karşılaşmamızda herkesin kendi yolunda beslenip gelişeceğini bilmemiz olacaktır. Bunun yanı sıra, üç çocuğumun yeni Ben'i kavrarlarken (algılarlarken) bir babaya sahip olmanın nasıl bir duygu olduğunu şu veya bu şekilde anlayacaklarına dair; çok özel ve seçkin duyguları da var. 'Duygularını benden çok daha büyük bir yetenek ve sevgiyle anlatabilme gücüne sahip Allen, ben konuşmamı bitirdikten sonra dolu dolu olmuş gözleriyle bakarak şöyle dedi: 'Her şeyi çok güzel anlattın. Seninle bir ömür yaşadık.'

Bu hafta evimde korku sandıkları birbiri peşi sıra kırılıyor ve ben ağır hareketlerle dışarı süzülüyorum. Artık yeni dünyamı öyle bir barış ve huzur içinde hissediyorum ki, tıpkı bir puding gibi yumuşak, tatlı ve dokunulabilir..."

İşte size derin ve mutlu bir ilişkinin olgun bir şekilde dile getirilişi. Bunun; bu bireylerin her ikisinde de daha büyük gelişmelere yol açacağına zerre kadar şüphem yoktur.

Etkileşim gruplarında ortaya çıkan bir başka olumsuz durum da son yıllarda kendini belli etti. Daha önce etkileşim gruplarına katılmış bazı bireyler yeni devam etmeye başladıkları gruplarda olumsuz etkiler yaratabiliyorlar. Bunlar bazen "ihtiyar fahişe" olgusuna benzer örnekler sergiliyorlar. Oyunun kurallarını öğrenmiş olduklarını düşünüyorlar ve bu kuralları mahirane yöntemlerle ya da açıktan açığa yeni üyelere

empoze etmeğye (yüklemeye yutturmaya) çalışıyorlar. Böylece, doğru ifadeyi (kendini açıklamayı) ya da içinden geldiği gibi davranmayı destekleyip geliştireceği yerde üyelerin duygularını açıklamazlarsa, ses eleştirilerine veya düşmanlığa karşı gönülsüz davranırlarsa, grup ilişkileri dışında konuşurlarsa ya da kendilerini açığa vurmaktan korkarlarsa onları suçluluk duygusuna itmek gibi eski köye yeni adet getirmeye çabalıyorlar. Bu "eski kurtlar' bireylerarası ilişkilerde çok eski geleneksel sınırlamaların yerine yeni bir otorite (tyranny) kurmaya çalışıyorlar. Bence bu, grup yönteminin bir saptırılmasıdır. İçinden geldiği gibi davranışa karşı böyle bir sapıklığın nasıl ortaya çıktığını kendi kendimize sormamız gerekir. Şahsen ben onların daha önce katıldıkları grup deneylerindeki yardımcılık mekanizmasının kalitesinden şüphe ederim.

Sonuç

Buraya kadar yöntemin, bir etkileşim grubunun özgürlük havası içinde ortaya çıkan yaygın unsurların bazılarını gözlemsel ve doğal bir görünüm içinde vermeye çalıştım. Grup deneylerinin bazı tehlikelerine ve başarısızlıklarına işaret ettim. Umarım, aynı zamanda bu alanın son derece derin ve çok miktarda gözlemli anlama çalışmalarına ve araştırmalarına ihtiyaç duyduğunu da açıkça anlatabilmişimdir.

3

GRUP İÇİNDE YARDIMCI KİŞİ OLABİLİR MİYİM?

Etkileşim grubunun yöntemi ile ilgili bölümü bitirdiğim zaman düşündüm ki ikinci adım en akla uygun olarak "Etkileşim Grubunda Yardımcılık Mekanizması" üzerine bir şeyler yazmak olabilirdi. Fakat bu, kafamda kesin değildi ve bunu bir yıldan fazla bir süre erteledim. Bildiğim en farklı stile sahip liderleri (grup liderleri ç.n.) ve onlarla birlikte yönettiğim grupları sürekli olarak kafamda tartıştım. Kısalığıyla birlikte böyle bir bölüm öyle bir anlıkla (homogenized) yazılmalıydı ki, içindeki her doğru aynı zamanda belli oranda yalan da olmalıydı.

O zaman başkalarını da aynı şeyi yapmaya kışkırtır umuduyla bakış açılarını daralttım ve "Bir Gruba Yardım Etme Yöntemim" üzerine yazmam gerektiğine karar verdim. Fakat çoğu kendi elemanımız olan değişik birçok yardımcıyla yaptığım bir tartışmada, ki bu size sunacaklarını oldukça zenginleştiren bir tartışmaydı, bu konu üzerinde ayrıca kafa yormaya zorlandım. Sonunda, vurgulamak istediğim konunun hâlâ bir uzmanlık tadına sahip olduğunu gördüm. Sanıyorum konu başlığı olarak sunduğum tanım, gerçek amacımı anlatmaktadır.

Bir grupta yardımcı olabilmek için harcadığım tüm çabaları, bireylerarası ilişkilerin dürüst yaratıcılığı üzerinde etkin bir şekilde çalışabilmek için uğraşırken gösterdiğim zayıflıklarımın kararsızlıklarımın ve gücümün ne olduğunu elimden geldiğince açık olarak yazmak, anlatmak istiyorum.

Felsefi Arka Plan ve Düşünceler

Hiç kimse bir gruba hiçbir şey bilmeden, kafası bomboş (tabula rasa) olarak girmez. O yüzden, sahip olduğum bazı düşünce ve yargıları anlatmak istiyorum.

Akılcı bir yardımcılık mekanizması içinde kendi iç gücü ile birlikte; üyelerinin iç gücünü de geliştirebilen bir gruba güvenirim. Bana göre grubun bu yeteneği insana korku ve merak veren bir şeydir. Belki de bunun doğal bir sonucu olarak, kendi içimde grup yöntemine karşı yavaş yavaş büyük bir güven geliştirdim. Şüphesiz, bu, bireyleri doğrudan tedaviden (direct terapy) çok, yardımcılı tedavi (facilitated therapy) yöntemine duyduğum güvenle aynıdır. Benim için grup, her ne kadar kendi yönünü zeka ile tayin edemese de; kendi yönünü belirleme duygularına sahip bir organizma gibidir. Bu bir zamanlar beni çok etkileyen tıbbi bir mikrografik filmi hatırlatıyor bana; filmde akyuvarlar damar içinde gelişigüzel dolaşıyorlardı; ta ki bir mikroba rastlayıncaya kadar. Sonra onu görür görmez sanki bilinçli bir davranış gösteriyorlarmış gibi (çünkü başka türlü izah etmenin olanağı yok) hemen mikroba yönelerek onu kuşatıyor, yavaş yavaş yutarak yok ediyorlardı. İşlerini bitirdikten sonra da, gene rastgele dolaşmaya başlıyorlardı. Aynı şekilde grup da kendi süreci içinde sağlıksız (hastalıklı) elemanını tanıyor, onun üzerinde yoğunlaşıyor, onu temizleyip iyileştiriyor, ya da saf dışı bırakıyor ve sağlıklı bir grup olma yolunda ilerliyor. Bu benim hücreden gruba kadar her aşamada sergilenen "organizmanın aklı' olarak görüp tanımladığım şeydir.

Bu, her grubun başarılı[1] olduğu, ya da sürecin daima aynı olduğu anlamına gelmez. Grubun biri çok hızlı ve çok üst düzeyde başlar ve büyük özgürlüğe doğru ancak birkaç küçük adım atabilir. Başkası ise son derece kendiliğindenci ve duygu dolu bir seviye başlar ve kendini bütünlemeye doğru iç güçlerini geliştirerek çok uzun bir yol alır. Bu hareketlerin ikisi de bana grup yönteminin birer parçası olarak görünüyorlar ve ikisine karşı kişisel hoşlanmam oldukça farklı olmasına rağmen, ikisine de aynı derecede güvenirim.

Diğer bir düşünce de hedeflerle ilgilidir. Ben hiçbir zaman bir grup için belli bir amaç saptamamışımdır, grubun kendi yönünü kendisinin tayin etmesini samimi olarak istemişimdir. Bazı kişisel önyargılar ya da endişelerden dolayı bir gruba özel bir hedef tayin ettiğim zamanlar olmuştur. Fakat böyle yaptığım zamanlar grup ya dikkatle o hedefi yenilgiye uğrattı ya da kafamda bir amaç taşıdığım için beni gerçekten üzecek, pişman edecek kadar çok zaman harcadılar benimle. Özel amacın (hedefin) olumsuz yanını özellikle vurguluyorum, çünkü onlar kaçmayı umarken aynı zamanda grup içinde bazı yöntemsel gelişmelerinde olacağını umuyorum ve hatta özel bir doğrultuda olmamasına rağmen bazı genelleştirilmiş olası doğrultuları önceden söyleyebileceğimi bile düşünüyorum. Benim için bu çok önemli bir farktır. Grup ilerleyecektir bundan eminim fakat bu ilerlemeyi belli bir hedefe doğru yöneltebilirim ya da yöneltmeliyim diye düşünmek fazlaca kendini beğenmişlik olur.

Görebildiğim kadarıyla hiçbir temel felsefi yolla, benim bireysel etkileşim sürecinde yıllarca uyguladığım bu yaklaşı-

---

1. "Başarılı" ne demektir? Şu an için tanımın en basit seçimini ortaya koyacağım. Eğer, grup bittikten bir ay sonra üyelerden birçoğu, grubun anlamsız, tatmin edici olmayan bir deney olduğunu, ya da hâlâ iyileştirmeye çalıştıkları yaralarının nedeni olduğunu düşünüyorlarsa, o zaman onlar için bu grup elbette ki başarısız bir gruptur. Ama diğer yandan üyelerden çoğu, ya da hepsi bunun kendilerini kendi gelişmeleri yolunda ileriye doğru götüren gurur verici bir deney olduğuna inanıyorlarsa o zaman bence bu grup başarılı grup etiketini taşımaktadır.

mım değiştirilemez. Ama yine de, benim bir gruptaki davranışım birebir ilişkiler de kullandığım davranışlardan genellikle, oldukça farklıdır. Ben bunu grup içinde yaşanan kişisel gelişmeye bağlıyorum.

Doğaldır ki, benim yardımcılık tarzım bir başkasına nasıl görünüyor sorusu benim için önemli değildir. Bu anlamda ben kendimi daima oldukça rahat ve güçlü hissederim. Diğer taraftan, deneylerimden de biliyorum ki, ben de bana göre yardımcılık yetenekleri daha fazla olan bir grup lideri arkadaşıma, en azından geçici de olsa, imrenebiliyorum.

Umudum bir yardımcı olarak yavaş yavaş grup içinde mümkün olduğu oranda bir üye olmaktır. Bilinçli olarak iki ayrı rolü oynadığımı açıkça ortaya koymaksızın bunu tanımlamak zordur. Dürüstçe kendi kişiliğini yaşayan bir üyeyi gözlerseniz eğer, bu adama duygularını, düşüncelerini, yargılarını açıkladığı zaman doğrudan ve temelden bir başka üyenin gelişmesine yardım etmeye yöneldiğini görürsünüz. Diğer zamanlar, kendisini çok daha büyük bir gelişme tehlikesine (risk) açmak, açık amacını taşıyan duygu ve ilgilerini de aynı oranda gerçeklikle açıklayacaktır. Bu beni de tanımlamaktadır. Yalnız, ben bir ihtimalle ikinci nitelikte olduğumu ya da grubun ilk aşamalarına kıyasla daha çok, sonraki aşamalarında kendini tehlikeye atan bir kişi gibi kendimi tehlikeye attığımı biliyorum. Her iki yön de benim gerçek birer yönümdür: Rol (görev) icabı değil.

Belki bir başka kısa benzetme daha yararlı olacaktır burada: Eğer ben bazı bilimsel olguları beş yaşındaki birine anlatmaya çalışıyorsam, terminolojim, hatta davranış biçimim bile bunu 16 yaşında aydın birine anlattığım zamankinden çok farklı olacaktır. Bu benim iki rolü birden oynadığımı gösterir mi? Elbette ki hayır bu basitçe, bir gerçek kişi olarak benim iki yönümü; ya da iki ifade biçimimi sahneye koymam demektir. Öbürü de bunun gibidir. Aynen iki hareketin birincisinde; ben bazı insanlara gerçekten yardım etmek istiyorum,

ikincisinde ise bazı yeni yönlerimi ortaya koyarak kendimi tehlikeye atmak istiyorum.

Öyle inanıyorum ki, bir yardımcı olarak hizmet ediş biçimim grup hayatında bir öneme sahiptir, ama gurubun doğal işleyiş süreci (process) benim sözlerimden ya da davranışlarımdan çok daha önemlidir ve eğer ona yoluna çıkmadan kendini gerçekleştirme şansını verirsem kendini gerçekleştirecektir. Elbette grup üyelerine karşı kendimi sorumlu hissediyorum, ama kendileri için değil.

Belli bir dereceye gelmiş her grupta, fakat özellikle de şu akademik kurs diye adlandırılanlarda ben bir grup tedavi havası içine giriyorum ve üyelerden tümünün varolan tüm etkinlik ve bilinçli davranışlarıyla birlikte oturumda kendilerini sergilemelerini istiyorum. Çoğumuz değişik zamanlarda farklı davranış biçimlerini seçtiğimiz sürece bunun pek de kolay olmadığını gördüm, fakat yine de bu benim için hâlâ çok önemli bir olgu olarak varlığını korumaktadır. Tüm nitelikleriyle kendilerini sergiledikleri için kendimde, yardımcı olduğum grupta herkese, düşünceler tarafından tümüyle işgal edilmiş duygularıyla olduğu kadar duygular tarafından tümüyle işgal edilmiş bütün düşünceleriyle de hoşgörülü olmakta ilerleme kaydetmeye çalışırım. Son seminerlerden birinde, tam olarak anlayamadığım nedenlerle bu, hepimizi oldukça memnun edecek bir düzeyde gerçekleşmişti.

Grubun Düşünce ve Ruh Halini (Climate) Yerine Oturtma Görevi

Ben bir grubu, "Bu grup oturumlarının sonunda birbirimizi şimdikinden daha iyi tanıyacağımızdan şüpheliyim" veya "İşte yine bir aradayız. Bu grup deneyimini tam olarak nasıl istiyorsak öyle yapabiliriz" ya da "Kendimi biraz huzursuz hissediyorum, fakat şöyle çevreme baktığım ve hepimizin aynı gemide olduğumuzu anladığım zaman, nasılsa, biraz rahatlıyorum. Nereden başlayalım?" gibi belki de basit düşünce belirtmelerinden başka bir şey olmayan oldukça dağınık (sistemsiz)

bir şekilde açarım. Diğer yardımcılarla birlikte yaptığımız ve banda kaydedilmiş bu toplantıda ben bu durumu şöyle dile getirdim "Böyledir, çünkü bir anlamda ben gruba gerçekten güveniyorum, hatta daha grubun ta başından ben kendimi daima oldukça rahat ve huzurlu hissedebiliyorum. Bu, konuyu biraz daha şiddetle vurgulamakta, çünkü bir grup başladığında ben kendimi birazcık endişeli hissederim, ama genelde ne olacağına dair hiçbir fikrim olmadığını, fakat olacakların doğru olacağını düşündüğümü içimden duyarak, sezgi yoluyla onlara şöyle derim "Evet, öyle görünüyor ki, nelerin olup biteceğini hiçbirimiz bilmiyoruz ama bu hiç de endişe edilecek bir şey değil. "Öyle inanıyorum ki, benim rahat halim ve ille de onlara yol göstermek gibi bir isteğimin olmaması başkaları üzerinde onları serbestleştirici rahatlatıcı bir etki bırakıyor.

Kendini anlatan her bireyi elimden gelen tüm duyarlılığımla, dikkatle ve doğru bir şekilde dinlerim. Konuşulan şey ister son derece yüzeysel, basit olsun; isterse de anlamlı, ben dinlerim. Benim için kim konuşursa konuşsun, konuşan herkes ilgilenilmeye, anlaşılmaya değerdir; yani o bir şeyler anlatmış olmakla ilgilenilmeye değer olmaktadır. Meslektaşlarım, bu anlamda benim kişiye değer verdiğimi, onu yücelttiğimi söylerler.

Şüphesiz dinlediğim şeylerde seçiciyimdir; dolayısıyla kişiler bana yanlış bir şey yaptırmak istediklerinde de yönlendiriciyimdir. Konuşan grup üyesi üzerinde yoğunlaşırım ve bu deneylerin onun için anlamı ve onda uyandırdığı duygulara göre, onun karısıyla yaptığı tartışmaların ayrıntılarıyla ya da işinde karşılaştığı zorluklarla daha az ilgilenirim. Benim yanıt bulmaya çalıştığım şeyler, işte bu alanlar ve duygulardır.

Ortamı bireyler için psikolojik olarak güvenli kılmak, en büyük arzumdur. Onun, ta en başından, eğer son derece özel veya saçma veya nefret dolu ya da bencilce bir şey söyleyerek kendisini tehlikeye atarsa grup içinde en azından bir kişinin ona onun söylediği şeylerin sadece kendine özgü şeyler (authentic) olduğuna dair, açıkça duyup dinleyecek kadar ilgi göstereceğinden emin olmasını isterim.

Ortamı üyeler için güvenlikli kılacak farklı bir yöntem daha vardır: Bir bireyin grup deneylerini yeni sezgi veya gelişmeler açısından, ya da diğerlerinin dürüst bilgi vermelerinin yarattığı açıdan arındıramayacağını (güvenli kılamayacağını) gayet iyi biliyorum. Ama yine de, bireyin kendisine ya da kendi içinde olursa olsun, psikolojik olarak acı ya da sevinç anlarında ya da gelişmenin özel bir işareti olan acı ve sevincin bir arada olması anlarında daima kendisiyle beraber olduğumu hissetmesini isterim. Üyelerden biri korktuğu ya da acı çektiği zaman bunu daima hissedebildiğimi ve benim kendisine sözlü ya da sözsüz olarak bunu anladığıma ve kendisinin o acı ve korkuyu yaşarken ona yoldaş olduğuma dair işaretler verdiğim anların bu anlar olduğunu zannediyorum.

Grubun Kabullenilmesi

Hem gruba hem de kendi içinde bireylere karşı son derece sabırlıyımdır. Eğer son yıllarda öğrendiğim, ya da yeniden öğrendiğim bir şey varsa o da grubu tam olarak bulunduğu yeriyle kabul etmenin son tahlilde oldukça ödüllendirici bir şey olduğudur. Eğer bir grup kendini derin düşünceye sevk etmek veya oldukça yüzeysel sorunları tartışmak istiyorsa ya da duygusal anlamda son derece kapalı ise ya da kişisel konuşmalardan çok korkuyorsa, bu tür eğilimler beni çok seyrek olarak, bazı başka grup liderlerini rahatsız ettiği kadar rahatsız eder. Şunu çok iyi biliyorum ki, yardımcı tarafından gerçekleştirilen deneyler ye görevler, grubu pratik olarak daha çok "burada ve şu an" konuşmalarına ya da duygu düzeylerinin artmasına zorlayabilir. Bunu büyük bir beceriyle ve zamanına uygun etkiyle yapan liderler vardır. Ama yine de ben, birbirini takip eden birçok rastgele (casual) soruşturma yapacak kadar bilimsel bir klinikçiyim ve bu tür yöntemlerin sonuçlarının genellikle ani etki kadar tatmin edici olmadığını biliyorum. En iyi haliyle bu, ya (galiba hiç hoşlanmadığım) "Ne müthiş bir lider, bunu yapmaya hiç isteğim olmadığı halde bana yaptırdı"

biçiminde özentili hayranlığa ya da "Benden istediği bütün o saçma şeyleri niye yaptım sanki?" biçiminde bütün deneyin reddedilmesine götürür. En kötü ihtimalle ise, bireye özel kişiliğinin tecavüze uğradığı hissini verebilir ve bir daha hiçbir zaman kendini gruba açmaz. Grubu daha derin bir düzeye itmeye kalkışmanın uzun vadede hiçbir işe yaramayacağını deneyimlerimden biliyorum.

O yüzden ben kendi adıma ancak grupla grubun gerçekte bulunduğu yerde yaşamanın başarılı olmak demek olduğunu anladım. Bunun için kendilerini hiç açığa vuramayan, çoğu duygunun çok seyrek olarak' açıkça ifade edilebildiği, karşılıklı derin bir tedavinin (encounter) hiç görülmediği fizik bilimlerinden bir grup üst düzey bilim adamıyla çalıştım. Ama bu grup giderek daha çok serbestleşti, değişimlere açık, kendini ifade edebilir, hale geldi ve toplantılarımızdan birçok olumlu sonuç çıktı.

Kültürümüzün içinde belki de en katı ve kendini en iyi korumuş grup olan yüksek tahsilli yöneticilerle de çalıştım ve onlarla da aynı sonuçları aldım. Elbette ki, bu iş benim için her zaman kolaydır anlamına gelmez. Bir keresinde özel bir eğitimciler grubum vardı birçok yüzeysel ve sadece zihinsel konuşma olmuştu ve ancak giderek yavaş yavaş daha derin bir seviyeye doğru inebilmişlerdi. Sonra, bir akşam oturumunda konuşmalar son derece basit bir hal aldı. Üyelerden biri, "Yapmak istediğimizi yapıyor muyuz?" diye sordu. Yanıtlar neredeyse hep bir ağızdan çıkmış gibiydi: "Hayır." Ancak saatler ilerledikçe konuşmalar tekrar, beni hiç ilgilendirmeyen, toplumsal sorunlara yöneldi. Ben kararsızlık içindeydim. Grup içinde ortaya çıkan o çok yüksek düzeydeki ilk heyecan ve endişeyi azaltmak için birinci oturumda gerçekten neyi istiyorlarsa onu yapabileceklerini özellikle vurgulamıştım ve onlar hemen hazır bir şekilde ve yüksek sesle "Biz boş konuşmalarla pahalı, zor kazanılmış bir hafta sonu geçirmek istiyoruz" der gibi gözükmüşlerdi. Benim öfke ve can sıkıntısı yüklü duygu-

larımı açıklamam onlara verdiğim özgürlükle çelişir gibi görünüyordu.[2] Bir süre kendimle mücadele ettikten sonra onların boş konuşmaya da haklarının olduğuna ve benim de buna katlanmamaya hakkım olduğuna karar verdim. Bu yüzden sessizce odadan çıktım ve gidip yattım. Ben gittikten sonra, ertesi sabah tepkiler grup üyelerinin sayısı kadar çeşitliydi. Biri kendisini azarlanmış ve cezalandırılmış hissediyor, bir başkası onlara oyun oynadığımı düşünüyor, bir üçüncüsü boş yere zaman harcadığı için utanç duyuyor, diğerleri ise en az benim kadar kendi önemsiz iç değişikliklerinden nefret ediyorlardı. Onlara tüm içtenliğimle dedim ki; "Ben sadece çelişkili duygularımı davranışlarımla eşitlemeye çalışıyordum, fakat sizin de istediğinizi anlamaya hakkınız var." Her neyse, bu olaydan sonra ilişkiler çok daha anlamlı oldu.

Bireylerin Kabullenilmesi

Ben üyelerin kendilerini gurubun el.erine bırakıp bırakmamakta serbest olmaları taraftarıyım. Eğer bir kişi psikolojik olarak dış çizgilerde kalmak istiyorsa bunu yapması için ona sonsuz derecede hoşgörülü davranırım. Grup onun bu pozisyonda kalmasına razı olur veya olmaz, ama ben şahsen razıyım. Şüpheci (sceptic) bir üniversite yöneticisi öğrendiği en önemli şeyin kişisel katılımından kaçabileceği, bundan hiç rahatsız olmayacağı olduğunu ve istemediği şeyi yapmaya zorlanmayacağını anladığını söyledi. Bu öğrendiği şey bana oldukça değerli geldi ve sanıyorum ikinci oturuma gerçekten çok daha kolaylıkla katılmasını sağlayacaktır. Tam bir yıl sonra onun davranışlarıyla ilgili olarak gelen son raporlara göre ilerleme kaydetmiş ve katılımcılıktan kaçtığı görünümü büyük oranda değişmiş.

---

2. İlk toplantıda söylediğim "Bundan istediğiniz şeyi anlayabilirsiniz" yerine tercih edilebilir ve belki de daha dürüst olan "Bundan anladığınız şeyi beğenmedim" diyebilecek kadar kendimi özgür hissedebilmeliyim. Fakat "Bundan istediğiniz şeyi anlayabilirsiniz" diye söylediğim şeydeki rahatlatma girişimimden de gayet eminim. Aptalca hatalarımızın cezasını daime çekeriz işte.

Bireylerde görülen sessizlik ya da suskunluk bana kabul edilebilir geliyor ve şundan gayet eminim ki bu tür davranışlar açığa vurulmamış bir acının ya da direnişin göstergesi değildir.

Konuşulan şeyleri göründükleri haliyle kabullenme eğilimindeyimdir. Bir yardımcı olarak (terapistlikteki rolümde olduğu kadar) çabuk aldatılabilir olmayı açıkça tercih ederim; içinizdeki şeyi nasılsa aynen öyle anlattığınıza inanıyorum. Eğer öyle değilse verdiğiniz mesajı daha sonraki bir noktada düzeltmekte tümüyle serbestsiniz ve böyle yapmanız beklenir. Bu adam gerçekte ne diyor diye vaktimi şüphecilikle ya da merakla boşa harcamak istemem. Ben geçmişte yaşananlar hakkında söylenenlerden çok şu andaki duygulara yanıt veririm ama her ikisinin de şu andaki konuşmalarda mevcut (hazır) bulunmasını daha çok tercih ederim. "Sadece burada samimi ve şimdi varolan şeylerden konuşacağız" kuralını hiç sevmem.

İster açık, bilinçli, gözü kapalı, şüpheli ya da bilinçsiz olsun, olacak her şeyin grubun kendi seçeneklerinden kaynaklanacağını açıkça belirtmeye çalışırım. Giderek grubun bir üyesi haline geldikçe etkinlikteki kendi payımı gönüllü olarak taşırım, fakat olacak şeyleri kontrol etmem.

Bir saatlik tanıtım oturumumda o bir saatin hakkını ve sürece, 8 saatin de, 40 saatin de hakkını verip başarıyla tamamlayacağımıza dair daima kendimi rahat hissedebilirim.

Güçlü Anlayış

Konuşan kişinin söylediklerini gerçek anlamıyla anlama benim bir grup içindeki en yaygın ve en önemli davranışımdır.

Benim için karmaşıklıkları derinlemesine araştırmaya ve konuştuklarının anlamlarının o kişi üzerindeki izlerini bulmaya çalışmak bu anlayışın bir parçasıdır. Örneğin, bir kocanın son derece karmaşık ve birbirini tutmayan bir konuşmasından sonra ona dedim ki; "Ve böylece, yavaş yavaş, daha ön-

ce karınla konuşman gereken şeyleri kavramaya başladın, öyle mi? Bunu mu söylemek istiyorsun?"

Verdiği yanıt "Evet"ti.

Konuşmacının verdiği mesajı açığa kavuşturarak grup üyelerince anlaşılmasını sağladığı ve karmaşık ayrıntılarla sunulan konuşma hakkındaki sorular ya da yanıtlarla vakit harcamayı engellediği için bu yaptığım davranışın kolaylaştırıcı (yardım edici) niteliğe sahip olduğuna inanıyorum.

Konuşma genelleştirildiği veya düşünsel niteliğe büründüğü zaman, tüm konuşmalar içinde kişiyi ilgilendiren anlamları seçmeye ve onlara tepki göstermeye (yanıt vermeye) yönelirim. Yani, örneğin, derim ki; "Belli koşullarda herkesin yaptığı bütün bu şeyleri genel terimlerle anlatıyorsun, ama sanıyorum bunları söylerken daha çok kendin hakkında konuşuyorsun. Öyle mi acaba?" ya da "Diyorsun ki, hepimiz böyle yapar böyle hissederiz. Yani sen de mi bu şeyleri yapar ve hissedersin, bunu mu söylemek istiyorsun?"

Bir grubun oturum başlangıcında Al; oldukça anlamlı bazı şeyler söyledi, grubun bir başka üyesi John ise Al'ın ne söylemek istediğine dair sorular sormaya başladı, fakat o kadar çok sordu ki sonunda dayanamayıp John'a, "Pekâlâ, onun ne söylediğini, ne demek istediğini anlamaya çalışmayı bırak; öyle zannediyorum ki sen kendin hakkında bir şeyler söylemek istiyorsun, fakat bunların ne olduğundan emin değilim" dedim. John bir an düşündü ve sonra kendisi hakkında konuşmaya başladı. O ana kadar açıkça sanki bu sesler kendisinden gelmiyormuş gibi Al'a kendisinin (John'un ç.n.) duygularını ifade ettirmeye çalışıyordu. Bu oldukça yaygın bir örnektir.

Anlayış gücümü, açıklamakta olan duyudaki bir değişikliğin iki yanına da yaymaya çalışmak, yapmayı en çok istediğim şeydir. Örneğin bir grupta evlilik tartışılıyordu, iki kişinin çok farklı bakış açıları vardı. Onlara şöyle yanıt verdim: "Bu ikiniz arasındaki gerçek bir ayrılıktır, çünkü Jerry sen, 'Ben bir ilişkide düzgünlüğü severim. İsterim ki güzel ve sakin olsun' diyorsun ve Winnie sen de, 'Allah bunların belasını versin,

ben konuşmayı seviyorum' diyorsun." Bu farklılıkların önemini açıkça belli etmeye ve keskinleştirmeye yardım eder.

Kendi Duygularıma Bağlı Olarak Etkinlik Göstermek

İster bütün bir grupla olan ilişkilerimde, ister bir bireyle, isterse de kendimle olan ilişkimde olsun, duygularımdan (hislerimden) alabildiğine serbestçe yararlanmayı öğrendim. Her bireye karşı ve bir bütün olarak gruba karşı hemen hemen daima gerçek ve o an varolan bir ilgi duyarım. Bunun için herhangi bir sebep göstermek oldukça zordur. Bu sadece bir gerçektir. Her şahsa değer veririm; fakat bu değer veriş hiçbir zaman sonsuza kadar sürecek bir ilişkinin garantisini değildir. Bu şu anda ortaya çıkan bir ilgi ve duygudur. Bunu çok açık bir biçimde hissettiğimi zannediyorum çünkü onun sonsuza kadar uzadığını ya da uzamayacağını söylemiyorum. Bir bireyin kendini konuşmaya hazır veya acı duymaya, ağlamaya, ya da öfkelenmeye yakın hissettiği anlara karşı oldukça duyarlı olduğuma inanıyorum: Böyle durumlarda şöyle söylenebilir: "Bazı konularda gerçekten problemlerin varmış gibi görünüyorsun. Onları bizimle paylaşmak ister misin?"

Belki biraz yaralayıcı olabilir ama ben güçlü bir anlayışla karşılık veririm. Bu anlama ve acı çeken kişiye psikolojik olarak destek olma arzusu galiba, benim tedavi edici yaşamımın dışında gelişip büyür.

Tüm özel anlamlı (significant) ya da devamlı ilişkilerde bireye veya gruba karşı yaşadığım ısrarlı duyguları dile getirmek için çaba harcarım. Açıktır ki, duygular henüz ısrarlı olmadığı sürece bu tür açıklamalar başlangıçta yapılmaz. Örneğin; grupla beraber olduğum ilk 10 dakikada birinin davranışlarına karşı nefret duyabilirim, ama bunu büyük ihtimalle hemen o an dile getirmem. Tabii, eğer duygularım ısrarlı olursa o zaman açıklayabilirim.

Bu noktayı tartışırken bir yardımcı dedi ki: "Ben I I.... 'yaşadığınız duyguları daima dile getireceksiniz' emrine uymaya çalışıyordum.

Bir başka tartışmacı ise, sert bir şekilde şöyle yanıt verdi: "Buna benim ne kadar karşı olduğumu biliyor musunuz? Yani daima seçme yapmamız gerektiği konusunda. Bazen duygularımı açıklamayı tercih ederim, bazen de açıklamamayı."

İkinci tespiti ben kendime daha uygun buluyorum. Eğer birisi herhangi bir andaki duygularının tüm karmaşıklığından yeterince haberdar edilirse kişi birini yeterince dinliyorsa o zaman güçlü ve ısrarlı duygularını açıklamayı ya da pek uygun görmüyorsa; açıklamamayı seçmesi mümkündür.

Ben içimden kaynayıp gelen duygulara, sözcüklere, tepkilere, hayallere güvenirim. Bu şekilde tüm vücudumun bazı yeteneklerini açığa çıkartarak kendi bilinçli kişiliğimi daha çok kullanabiliyorum. Örneğin, "Birdenbire sizin bir prenses olduğunuzu ve hepimizin tebanız olmamızdan hoşlanacağınızı hayal ettim." veya "Bir sanık olduğunuz kadar, bir yargıç da olduğunuzu ve kendi kendinize çok sert bir şekilde: Her bakımdan suçlusun dediğinizi sezdim."

Ya da sezgiler biraz daha karmaşık olabilir. Sorumlu bir iş adamı konuşurken birden onun kendisinden utanarak ve inkâr etmeye çalışarak yanında taşıdığı yaramaz, korkak, utangaç bir çocuk olduğunu hayal edebilirim. Ve onun bu küçücük çocuğu sevmesini, ona bakmasını isterim. Dolayısıyla bu hayalimi gerçekmiş gibi değil, fakat içimdeki bir düş gibi anlatabilirim. Böyle bir şey genellikle şaşılacak boyutlarda bir tepki ve derin bir kavrayış getirir.

Ben olumlu ve sevgi duygularının olduğu kadar, olumsuz veya yenilmiş ya da öfkeli duyguların da açıklanmasından yanayım. Bunda belli bir tehlike de olabilir belki. Bir keresinde oturumun daha başında grup üyelerinden bazılarına karşı sıcak duygularımı aşırı derecede ifade ederek sanıyorum, grup yöntemini (process) yaraladım. Böyle oldu, çünkü hâlâ yardımcı olarak kavranıyordum, bu, gurubu mutsuz bir sona götürerek son oturuma kadar birçok üyenin hiçbir zaman açığa vurulmayan olumsuz duygularını açığa vurmalarını daha da zorlaştırdı.

İçimdeki öfkeli duygulardan kolaylıkla ve çabucak haberdar olmak zor gelir bana. Bu konuda gerçekten üzülüyorum ve böyle olmamayı yavaş yavaş öğreniyorum.

Duyguları anında bilinçsiz olarak açıklayabilmek güzel olurdu. İçinde çok hareketli anların yaşandığı kayda alınmış bir etkileşim grubu vardı. Arada geçen iki yıl süresince kayıtları hiç dinlememiştim, fakat iki yıl sonra kayıtları dinlediğim zaman özellikle başkalarına açıkladığım bazı duygular karşısında şaşkına döndüm. Eğer grup üyelerinden biri (iki yıl sonra) "Bu duyguları sen bana karşı söylemiştin" deseydi eminim ki şiddetle reddederdim. Buna rağmen bu konuşmalar içinde, grubun bir üyesi olarak her sözcüğü tartmadan ya da olası sonuçları hiç düşünmeden o andaki duygularım ne ise onları bilinçsizce açıkladığıma dair bir delil var. Bu yüzden memnunum. Olumlu ya da olumsuz içimde kaynayan duygularını grup üyelerinden biriyle yakın ilişki içinde olduğu zaman grup içindeki görevimi" layıkıyla yerine getirmiş sayılırım. Benim için bu kişisel anlamda derin bir düzeyde konuştuğumuz anlamına gelir. Bu senli-benli ilişkilerde yakaladığım en yakın ilişkidir.

Ne zaman bana bir soru sorulsa kendi duygularıma başvurmaya çalışırım. Eğer onun gerçek olduğunu ve sorudan başka bir mesaj taşımadığını hissedersem onu yanıtlamak için elimden geleni yaparım. Ama yine de onu sadece bir soru olarak dile getirildiği için yanıtlama doğrultusunda hiçbir toplumsal zorlama duymam. Sorunun içinde, sorunun kendisinden çok daha başka önemli mesajlar da bulunabilir tabii.

Bir meslektaşım bana dedi ki; "Ben kendi soğanımı soyarım, yani grup içinde farkına vardıkça duygularımı sürekli olarak en derin köklerine kadar açıklarım. Bu durumda yapabileceğim şey sadece bunun doğru olduğunu ummaktır."

Çatışma ve Bilgi Aktarımı (feedback)

Bireylerle davranışlarının ayrıntıları üzerinde çatışma eğilimindeyimdir. "Gereksiz şeyler üzerinde çok konuşma

yöntemini sevmiyorum. Bana öyle geliyor ki her mesajı üç dört defa veriyorsun. Söylemek istediğin şeyi söyleyip bitirdikten sonra susmanı isterim." "Bana aptal bir maymun gibi görünüyorsun. Birileri sana ulaşıyor üzerinde bir delik açıyor fakat sonra delik kaynayıp tekrar eski haline geliyor, sanki hiç dokunulmamış gibi duruyorsun."

Grup İçinde Yardımcı Kişi Olabilir miyim?

Bir başkasıyla sadece gönüllü olarak benimmiş gibi kabul ettiğim duygularla çatışmaktan hoşlanırım. Bunlar bazen çok sert (strong) olabilirler: "Hayatımda hiçbir zaman bir grupta bu kadar kızdırılmamıştım" ya da gruptan bir adama, "Bu sabah, bu adamı bir daha hiç görmek istemiyorum duygularıyla uyandım."

Birinin savunma hatlarına saldırmak bana yargısal biri hakkında karar verilmiş gibi görünüyor. Eğer birisi, "Sen içinden çok düşmanlık besliyorsun" ya da "Çok bilgiççe davranıyorsun, çünkü belki de kendi duygularından korkuyorsun" derse, ben bu tür yargı ve teşhislerin yardımcılığın zıddı olduğuna inanırım. Bununla beraber, eğer ben karşımdaki kişinin soğukluğunun benim sinirlerimi bozduğunu veya onun bilgiççe davranışlarının beni tahrik ettiğini, ya da başkalarına karşı acımasız davranışının beni kızdırdığını hissedersem o zaman ona içimden doğan sinir bozukluğuyla, tahrikle ya da öfkeyle karşı çıkmak isterim: Bana göre bu son derece önemlidir.

Birileriyle çatışırken genellikle daha önce oturuma katılanlar tarafından verilmiş oldukça özel malzeme kullanırım. "İşte şimdi bir kere daha 'zavallı, yağ kokan ülke çocuğu' diye adlandırdığın şey gibi oluyorsun." "Yine aynı şeyi yapıyorsun gibi geliyor bana, tarif ettiğin şeyin ta kendisini, yani ne pahasına olursa olsun takdir etmek isteyen bir çocuk gibi."

Eğer bir adam benimle ya da başkalarıyla çatışmaktan dolayı acı çekiyormuş gibi görünüyorsa ve eğer isterse; onu kancadan kurtarmak için son derece gönüllü davranırım.

"Sanki almak istediğimiz her şeyi almış gibi görünüyorsunuz. Şimdilik sizi yalnız bırakmamızı ister misiniz?" Kendisi için acı verici de olsa bir insana, bazen onun bilgi aktarılmasını ya da çatışmasının devamını istediğini öğrenerek karşılık vermek suretiyle kılavuzluk yapılabilir.

Kişisel Problemlerin Açıklanması

Eğer ben bugünlerde kendi yaşamımdan bir şey tarafından kızdırılmışsam, bunu grup içinde açıklamaya gönüllüyümdür, ama bu konuda bir tür mesleki (professional) bilince sahibimdir. Çünkü eğer ben bir yardımcı olarak para alıyorsam, o zaman kalabalık bir grupta gördüğüm problemleri, grubun zamanını almaktansa, yardımcı elemanlarımızın oluşturduğu bir grupta ya da bazı terapistle birlikte çözmem gerekir diye düşünüyorum. Galiba bu konuda çok dikkatliyim. Bir defasında, yavaş ilerleyen bir öğretim elemanları grubunun bir oturumunda onları gerçekten aldattığımı hissettim. Belli noktada kişisel bir problem yüzünden kafam iyice allak bullak olmuştu, fakat bu, grubu ilgilendirmez diye düşünerek konu hakkında konuşmaktan vazgeçtim. Şöyle bir dönüp geriye baktığımda anlıyorum ki, o gün grubun ilerlemesi için o altüst olmuş ruh halini anlatmam en yararlı şey olacakmış. Daha açık davranmanın onların ilerlemeleri için çok daha iyi olacağına şimdi inanıyorum.

Eğer kişisel problemlerimi açıklamak için kendimi serbest hissetmiyorsam bunun iki kötü sonucu olur: Birincisi, iyi dinleyemem ikincisi ise, çeşitli deneylerden biliyorum ki; grup benim moralimin bozuk olduğunu anlamaya çok yatkındır ve bunun sebebini bilmediğim için kendilerine ait bir hatadan dolayı olduğunu düşüneceklerdir.

'Plan'dan ve 'Deneme'den Sakınma

Ben planlı bir yöntem uygulamaktan daima kaçınmaya çalışırım. Yapmacıklık konusunda gerçek bir sebebim var:

Eğer planlı yöntem uygulanırsa, yardımcı kadar grup üyeleri de tümüyle buna ortak olacaklar ve böyle bir yöntemi isteyip istemedikleri konusunda kendileri seçim yapacaklardır. Seyrek durumlarda, hayal kınklığına uğrandığı ya da grup belli bir düzeye ulaşmış gibi göründüğü zaman ben yenilik olarak düşündüğüm bazı şeyler uyguladım, fakat bu çok seyrek olarak işe yaradı. Belki de bu benim onların gerçekten ısrarlı olacağına dair güven noksanlığımdan dolayıydı.

Grup üyelerine karşı bir yöntemi şekillendirmek mümkündür, ama bunun onlar üzerinde nasıl bir etkisi olur? Bu tembeller grubunda onlara, başka grupların yaptığı gibi, herkes kendi önündeki şahsın gerçek duyguları hakkında konuşabilecek şekilde iç içe iki daire oluştursun ve böylece kendi durgun dünyamızdan kurtulmaya çalışalım; diye öneride bulundum. Grup sanki hiçbir şey söylememişim gibi, önerime hiç dikkat etmeden kendi bildiğini yapmaya devam etti. Fakat bir saat sonra üyelerden birisi, tavsiye ettiğim yöntemin özünü kavradı ve "Ben John hakkında ve onun gerçekte neler hissettiği konusundaki inançlarımı anlatmak istiyorum" diyerek; yöntemi uygulamaya koydu. İkinci ya da üçüncü gün diğerleri benim önerdiğim biçimin doğal ve katı haliyle değil ama kendilerine has biçimlerle en azından 10-12 defa uyguladılar yöntemi.

Benim için, eğer gerçek bir kendiliğindenliği sergiliyorsa hiçbir şey bir tuzak (gimmick) değildir. Yani kişi isterse rol yapabilir, vücut temasında bulunabilir, ruhsal oyunlar sergileyebilir, benim tanımladığım şeyler yapabilir ya da istediği bir başka yöntemi kullanabilir; yeter ki o andaki gerçek duygularını açıklayabilsin.

Bu, beni, kendiliğindenliğin bildiğim en iyi ve en seçkin şey (element) olduğunu söylemeye yöneltiyor. Bazı şeyleri büyük bir kendiliğindencilikle yaparım ve son derece etkili olur. Daha sonra ikinci bir grupta aynı kendiliğindenliği uygulamak için şiddetli bir eğilim duyarım ama bu defa etkisi azalır ve ben bunun nedenini anlamakta güçlük çekerim. Açıkça belli ki; ikinci defa uygulanan kendiliğindenlik değil.

Yorumculuktan ya da Yöntem Eleştirilerinden Kaçınmak

Ben grup yöntemi konusunda çok seyrek olarak yorum yaparım. Yorumlar grubu huzursuz etmeye yatkındırlar; üyelere dikkatle kontrol altında oldukları hissini vererek, yöntemi yavaşlatırlar. Bu tür yorumlar aynı zamanda benim orada grup üyelerini normal insanlar gibi değil de birer ur (lump) ya da sıradan bir yığın gibi gördüğüm izlenimini doğurur ve bu benim onlarla birlikte olmak istediğim bir yol değildir.

Aynı şeyleri bireyler üzerinde yöntem eleştirileri konusunda da hissederim. Bence, örneğin, rekabet duygusu hissetmek ve bunu açıkça yaşamak bir yardımcı için bu davranışa etiket vurmaktan çok daha önemlidir. Grup üyelerinden biri, buna benzer bir şey yaptığı zaman, bazı sebeplerden dolayı ben buna hiç karşı çıkmam. Örneğin bir üniversite öğretim üyesi, sorularının daima yanıtlandırılmasını isteyen ve sürekli olarak soru soran öğrencilerden yakınıyordu. Öğrencilerin hiç de yeterince kendilerine güvenli olmadıklarını düşünüyordu. Bu tür davranışlar karşısında ne yapması gerektiğini tekrar tekrar ve ısrarlı bir şekilde sordu bana. Sonunda grup üyelerinden bazıları dediler ki: "Bize şikayet ettiğin konuda sen kendin çok iyi bir örnek oldun." Bunun adama çok büyük bir yardımı olmuş gibi göründü.

Kişinin davranışının arkasında ne yattığı konusunda yorum yapma ya da bunu araştırma eğiliminde değilimdir. Bence bireysel bir davranışın sebebi hakkındaki bir yorum, üst düzey bir tahminden başka bir şey değildir: Böyle bir yorumun ancak yetkili bir kişi kendi deneyiyle, ona katla bulunduğu zaman bir ağırlığı olabilir. Fakat ben böyle bir yetkili mekanizması içine girmek istemiyorum. " Yetersiz bir insan olduğunuz için bu şekilde yüksekten konuşarak kendinizi gizleme tavrı içerisine girdiğinizi sanıyorum" biçimindeki bir konuşma benim asla yapamayacağım bir şeydir.

Grubun Tedavi Edici (therapeutic) Gizli Gücü (potentiality)

Üyelerden biri ruhsal bir davranış sergilediği veya acayip hareketler yaptığı zaman eğer grup içinde oldukça ciddi bir durum ortaya çıkıyorsa grup üyelerinin benim kadar, hata benden de fazla tedavi edici olduklarına güvenmem gerektiğini artık gayet iyi biliyorum. Bazı profesyonel biri, örneğin, "Bu kesinlikle paranoyak bir davranıştır biçiminde bir duyguya kapılıp öyle etiket vurmak durumunda kalabilir. Sonuç olarak; şu veya bu şekilde kaçarak kişilerle onlar birer nesneyimişler gibi ilgilenme eğilimine girebilir. Ama yine de, buna rağmen grubun en deneyimsiz, en bilgisiz üyesi bile sorunu olan kişiyle bir insanmış gibi ilgilenmeye devam eder ve bu davranışın o profesyonele göre çok daha tedavi edici nitelikte olduğunu deneyimlerim göstermiştir. Bu yüzden grup üyelerinden birinin açıkça patolojik (pathologicalzihin hastalıklı) bir davranış gösterdiği durumlarda ben kendi aklımdan çok; grubun aklına güvenirim ve grup üyelerinin tedavi edici güçleri karşısında her zaman hayrete düşmüşümdür. Bu hem abartılı, hem küçümseyicidir, ama bu arada, onu kullanmakta özgür hissettiği koşullarda sıradan, eğitimsiz bir insanın yardım edici gizil gücünün ne derece inanılmaz olduğunu da öğretti bana.

Fiziksel Hareket ve Dokunuş

Ben fiziksel davranışlarımı mümkün olduğunca kendi haline bırakırım. Tabii kendimi bu konuda özellikle serbest bırakmak gibi bir düşüncem (background) yok, ama eğer rahatsızlık hissediyorsam kalkarım, gerinirim, dolaşırım; eğer bir başkasıyla yer değiştirmek istiyorsam ona benimle yerini değiştirip değiştirmeyeceğini sorarım. Eğer biri fiziksel olarak ihtiyaç duyarsa yere oturur veya uzanabilir. Ama yine de, bunu çok güzel ve etkili bir şekilde yapan yardımcılar olmasına rağmen, ben hiç kimseye fiziksel hareketler konusunda tavsiyede özellikle bulunmam.

Zamanla, uygun, içimden geldiği gibi ve gerçek görünüyorsa fiziksel dokunuşlarla yanıt vermeyi öğrendim. Ne zaman ki bir kadın grup içinde hiç kimsenin kendisini sevmediğini zannederek ağlamışsa, hemen kucaklayıp öperek rahatlattım onu. Ya da bir başka üye acı çekerken içimden yanına gidip kollarımı omzuna atmak gelmişse, hemen öyle yaptım. Tekrar söyleyeyim, bu tür bir davranışı bilinçli olarak teşvik etmem. Bu konuda serbest ve rahat olan genç insanları hep takdir etmişimdir.

Üç Kuşaklık Bir Bakış Açısı

Şu yukarıda bahsettiğim şeyleri yazdıktan sonra, küçük kızım Mrs. Natalie R. Fuchs ve büyük torunum kolej öğrencisi Anne B. Rogers ile konuşmaksızın, sadece fiziksel dokunuşlarla iletişim kurma konusunda tartışma fırsatım oldu. Natalie uzun zamandan beri gruplarda yardımcılık yapıyordu. Anne ise, çok değerli bulduğu bir etkileşim grubu oturumundan yeni dönmüştü. Benim bu konulara pek önem vermeyişim nedeniyle ikisi de hayal kırıklığına uğramışlardı ve bana öyle geldi ki, ikisinde yeniden gözlem yapmalarını sağlamak, fiziksel dokunuş ve sözsüz konuşma yolları konularında bir ailedeki üç kuşağın bakış açılarını birden verecekti. Yapılacak şey, söylenenleri aynen tekrar etmek değil, kendi kendileri hakkında konuştuklarını açıklığa kavuşturmak için birinci kişi tarafından yapılan her konuşmanın mantıklı ve doğru bir özetini vermekti.

İşte Natalie Fuchs'ın konuşması:

"Bir grup üyesi olarak çeşitli fiziksel ve sözsüz pratiklerden sonra kendi adıma çok şey öğrendim. Sonuç olarak bunları yardımcılık yaptığım grupta başlatmak için kendimi çok daha serbest hissettim ve gördüm ki; grup üyeleri böyle yeni konuşma biçimlerine son derece değer veriyorlar ve dikkatle düşünmek için oldukça fazla bilgi elde edebiliyorlar."

"Başlattığım her deneyin (pratiğin) içinde her zaman bir üye olarak yer aldım. Şahsen, insanlara ne yapmalarını söylemek, ne yapmaları gerektiğini tavsiye etmek bile zor gelir bana; fakat her üyeye her an bu tür bir deney içinde yer alıp almama seçeneğini vermeyi kendim için daha kolay bulurum. Eğer ben bir grubun üyesiysem, kendimi tavsiye edilen bir yöntemle tehlikeye atıp atmamakta seçme özgürlüğümün olmasını isterim. Emir almayı sevmem, o yüzden emir de vermem."

"Sanıyorum bizim kültürümüz bu dokunma meselesinde oldukça sabit fikirli. Ona göre dokunmanın tek anlamı var: Seks ya heteroseksüel, ya da homoseksüel. Fiziksel dokunuşu bu şekilde anlayarak kendimizi daha fazla sıcaklık ve destekten yoksun bırakıyoruz. Buna rağmen grup, bireylerin kendilerini bu yeni yöntemlerle tehlikeye atmalarını ve dokunma hakkındaki duygularıyla ilgilenmeler sağlayacak savunmalı bir ortam yaratıyor. Bir kadın yarı yaşındaki erkek tarafından bir baba sevgisiyle kucaklanmak istediğini hissedebilir, bir başka kadına karşı lezbiyen duygular beslediğini fark edebilir, özel bir erkeğin cinsel cazibesine kapılabilir. Bütün bu duygular son derece doğaldır. Bu tür duygulardan korkmak yerine o kadın, yeni keşfettiği duygularına dayalı, akılcı seçimler yapabilir."

"Sözsüz iletişim pratiğinin grubun ve grup içindeki belli bireylerin o andaki ihtiyaçlarını ya da duygularını karşılıyor olması benim için önemlidir. Eğer üyeler birbirlerini tanıma ve güvenmenin henüz başlangıç aşamasındaysalar, bireylerin kendilerini oldukça derin bir seviyeye indirmelerinde onlara yardımcı olacak bazı tavsiyelerde bulunurum."

"Örneğin kokteyl parti havasına girildiğinde insanlar genellikle kendilerini tanıtırlar: "Ben bir anneyim, bir ev kadınıyım, sosyal işçiyim" gibi.

Böyle bir şey ortaya çıktığından herkese tebeşirle soyut bir kendi portresini ya da kafasındaki kendisini çizmesini salık verebilirim. Bu resimler daha önce verilen açıklamalara ek

bilgilerdir: "Şuradaki dağınık kırmızılık benim öfkeli tarafımdır, genellikle etrafı duvarla çevrilidir, ama bazen bu duvar yıkılabilir" gibi.

"Grup üyeleri arada bir resimler hakkında sorular sorabilirler, ama ben bu müdahaleleri hemen durdururum. Çünkü deneyin amacı kişinin kendi kendisini ortaya koymasıdır."

"Bazı durumlarda grubun resimleri daha çabuk yapmasında onlara yardımcı olabilmek için, onlara şuna benzer talimatlar (instructions) veririm: "Öyle görünüyor ki, birbirimizi tanımak için toplumsal olarak kabul edilmiş yöntemlerin ötesine geçmekte zorluk çekiyoruz. Yeni bir şeyler isteyenlere kendimizi, ilk adımızı kullanarak el sallama ve göz bağlantısıyla tanıtmamızı tavsiye ederim. Bundan birkaç dakika sonra da, şimdi sözcük kullanmayı bırakın ve sadece birbirinize bakarak el sallayın. Ve en son, şimdi de el sallamayı bırakın ve birbirinize 'merhaba' demek için başka yollar bulun."

"İnsanlar, eğer hemen peşinden gelen tartışmada kullanılmamışsa daha sonraki oturumlardaki konuşmalardan kendileri ve başkaları hakkında birçok yararlı bilgi edinmişlerdir."

Bir kişinin yanında durarak, gözleri bağlı birine yol gösterdiği ve güven (dayanışma) doğrultusunda kişinin durumunu ortaya koymakta yararlı kör yürüyüş yöntemini keşfettim. Kullandığım ve 'güven deneyleri' diye adlandırılan başka bir şey daha var. Benim için önemli olan bunların sadece birer toplantı (party) oyunları değil; fakat en uygun zamanda kullanılmaları ve keşfedilen duygular olmalarıdır."

"Onlu yaşlarda ve topluma yabancılaşmış kişilerden oluşan bir duygusal uyanıklık (sensory awareness) grubuna bir başka arkadaşımla birlikte liderlik ediyorum. Esalen'de geliştirilmiş birçok yöntemi kullanıyorum. Aynı zamanda grubun haftalık terapi oturumlarında da bir personel üye olarak bulunmaktayım. "Terapi saatleri" daha çok geçmiş deneylerle aile içindeki ilişkiler, kötü seyahatler, okula ve topluma karşı yaklaşımlarla ilgileniyor. Öyle görünüyor ki duygusal uyanıklık

deneyleri tedaviye destek oluyor. Hayattaki pozitif şeyleri burada ve şu anda bir başka insana dokunmaktan, hissetmekten, koklamaktan zevk almayı güçlendiriyor. Bu genç çocukların sevme, arzulama, etraflarında olup bitenlerden sorumluluk duyma yanlarını ortaya çıkarıyor."

"Bir gün çocuklardan biri son derece kendinden geçmiş, yapayalnızmış gibi görünüyordu. Kendisine bizim herhangi bir şey yapıp yapamayacağımızı sordum. 'Bu hafta benim için hem evde, hem de her yerde çok kötü bir hafta oldu, şu anda gerçekten istediğim şey,' vücut masajı' diye yanıt verdi. Oraya sırtüstü yatırdık ve tüm üyeler etrafına toplanarak sevgiyle tüm vücuduna masaj yaptık. Sevgiyi, ilgiyi yaşıyormuş gibi göründü."

"Eğer lider tarafından bu tür hareketlerin yapılabileceğine dair ölçütler konmuşsa, grup içinde bazı sözsüz kendiliğindenlikler o bilir."

Bir yetişkinler grubunda adamın biri diğer üyelerden kendi hakkında bilgi vermelerini (feedback-kendisi hakkında düşündüklerini söylemelerini) istedi. Herkes izlenimlerini dürüst ' şekilde anlatıyordu. Adam, daha önceki oturumlarda anlattıkları ve o anda köşedeki mahzun oturuşuyla bana yalnız, korkmuş ve pasif gibi göründü. Yanıt verme sırası bana geldiğinde ona, köşeden kalkıp daha doğrudan yanıtlayabileceğim şekilde önüme gelip oturmasını söyledim. Ölüme geldiğinde de onu hafif bir şekilde itmekten alamadım kendimi: Sırtüstü düştü, kalkarken tekrar hafifçe ittim ve yine sırtüstü yuvarlandı. Kızmaya başlamıştım ve bu defa kuvvetle vurdum omzuna. Hiçbir söz düellomuz olmadı, ama birbirimize bakıyorduk: Nihayet o da kavgaya yanıt verdi ve itişip kakışmaya, mücadeleye başladık. Bir süre sonra onu alt edemeyeceğimi anladım. Bu deneyden ikimiz de çok şey kazanmıştık. Öyle inanıyorum ki, en azından o an için, bir erkek olarak kendisi hakkında çok şey öğrenmişti."

"Hemen hemen her zaman konuşmadan ve fiziksel dokunuşlarla elde ettiklerimizin anlamları hakkında bir süre konuşuruz. Bana öyle geliyor ki, yeniden ortaya çıkan öğrenmelerin çok çeşitli biçimleri var. Bunların en önemlilerinden bir tanesi, belki de; dokunuşların cinsellikten kurtulmasıdır. Bu, dokunuşların arkalarında taşıdıkları cinsel imayı kaybettikleri anlamına gelmez, ama bunlar giderek daha az korkutucu olmakta ve dokunuşlar birçok yeni anlam kazanmaktalar. Bu aynı zamanda bireylerin kendi kendilerine deneysel bir düzeyde, "Ben başka bir insana yakın olmayı acaba gerçekten istiyor muyum?" diye soru sormalarına da neden oluyor. Sonuç olarak, başkalarını ve hatta insanın kendi kendisini sözcüklerle anlatması son derece kolay olduğuna göre konuşmasız iletişimler şöyle bir soruyu gündeme getirir: "Samimi miyim? Konuştuğum zaman söylemek istediğim şeyi mi söylüyorum, yoksa sadece hareketlerimle mi gerçekçiyim?" İşte bu tip grup deneylerinde ulaştığım bazı değerler:

Bir yardımcının bakış açısıyla Natalie'nin söyledikleri bunlar.

Şimdi de torunum Anne'ın, kendisini fiziksel yollarla serbestçe açıklamada ilk defa yeterince güven duyduğu bir hafta sonu etkileşim grubunda karşılaştığı vücut hareketlerinin çeşitli yönleri üzerindeki değerlendirmesi. Bu değerlendirme, tıpkı diğerleri gibi, konuşmalarımızın yeniden düzene sokulmuş halidir.

"Üyelerden biri olan John'un vücut hareketleri ve ruhsal oyunlar (psikodrama) konularında daha önceki gruplarda deneyleri vardı. Bu işi en iyi bilen kendisiymiş gibi davrandığı için başlangıçta hepimizin düşmanlığını kazandı, fakat nasıl olduysa birinci oturumun sonuna doğru galiba başlatan oydu hepimiz kollarımızla birbirimize sıkı sıkı sarılarak odanın ortasında vücutlardan bir kütle oluşturduk ve gözlerimiz kapalı öne arkaya sallanmaya başladık. Müthiş bir duyguydu ve ikinci gün hepimiz istediğimiz zaman fiziksel temasta bulunmakta kendimizi çok daha fazla serbest hissettik."

"Duygularımızı açıklamakta kullandığımız fiziksel yolların hepsini anlatmak çok zor. Bazen birbirimize çok yakın yere oturduk, bazen birbirimizin elini tuttuk. Birbirine kızgın olanların birbirlerini sertçe itip kaktıkları zamanlar oldu. Bir keresinde öyle öfkeli bir güreş olmuştu, gerektiği zaman güreşen iki adamı, ya da odadaki eşyaları korumak için hepimiz hazır duruma geçmek zorunda kalmıştık. Fakat insanların birbirlerine çok nazik ve sevecen hareketlerde bulundukları zamanlar da vardı. "Güven yürüyüşüne çıktığımız durumlar da oldu. Belli bir noktada duygularımızı bayan yardımcımıza onu öne arkaya sallayarak anlattık Bir akşam aptalca duygulara kapıldık ve maymunlar gibi dans ederek bunları bile anlattık. Geldikleri zaman duygularımızın dışarıya yansımalarına anında izin vermek eğlendiriciydi."

"Grubun birinde dokunmaktan gerçekten korkan iki adam vardı. Adamlardan bir evliydi ve gruptaki bir kadına karşı samimi duygular gösterdiğinde, ya da ona dokunduğunda bir anlamda karısına ihanet etmiş olacağını düşünüyordu. Diğeri ise son derece gergin ve hassas bir gençti ve özellikle öfke ve cinsel duygularını sıkı sıkıya kontrol etmezse tümüyle kontrolden çıkacağına inanıyordu."

"Bir keresinde bu ikinci üye, aile içinde karşılaştığı ve tıpkı benimkine benzeyen problemlerini son derece heyecanlı bir şekilde anlatırken; ben ağlamaya başladım. Doğruca üzerine gittim ve başımı omuzlarına yaslayarak ağladım. Daha sonra bana öyle geldi ki, bu genç adam bir kızla fiziksel temasta bulunmanın hiç de cinsel bir anlam taşımak zorunda olmadığını kavradı. Zamanla kızlara karşı duyduğu yoğun korku hakkında da tartışma olanağımız oldu."

"Sanıyorum, bütün bunların benim için ne anlam taşıdığını gruptan hemen sonra tuttuğum notlarda daha ayrıntılı ifade ettim. Notlarım son derece karışık, ama eğer istiyorsanız onlardan yararlanabilirsiniz." (Hepsini aktarmak için yeterli yerim olmadığı için bu notlardan bazılarını seçerek buraya aldım.)

"Sözlü konuşma; ne kadar da gerekli; ama sözcükler aynı zamanda birer barikat, birer engeldir de. Çünkü özel olarak ilişkiyi koparmak insanlardan uzaklaşmak için de kullanılabilirler. Bu durumda eğer bir başka yolla bir şeyler açıklamak istiyorsam, kendimi açıklamak istiyorsam, ne yapabilirim? Size ulaşabilir miyim, kollarımı size uzatabilir miyim? Gözlerimle, dokunarak, gülerek?

Hepimiz insanlarla karşılaşmamak için uzaklardan dolaşır dururuz insanlardan uzak durmak için ne kadar çok enerji harcanmıştır!

Fakat sarılmak, sevmek, el ele olmak kadar insanca ve güzel olan başka bir şey yoktur. Bir başka insanın sıcaklığını, samimiyetimi ve dürüstlüğünü hissetmek. Karşılığında rahatlık ve güç vermek.

Sözcükler genellikle aldatıcıdırlar; fakat 'ya bir kucaklama!' bu, gerçeğin sesten başka bir şeyle aktarılmasıdır...

Dokunmaktan niçin bu kadar korkarız? Çünkü dokunmanın tek anlamı vardır: Seks.

Fakat görmüyor musunuz? Ne siyah var ne de beyaz; fakat ikisi arasında baştan sona bir aynılık var. Evet, dokunmak, tutmak, sarılmak cinselliği de taşır içinde. Duygularını tümüyle inkâr etse bile en uzak, buz gibi bir el sallama da cinseldir. Dokunma ile duygu aktarmak onu cinsellikten çıkarmaz, fakat bu arada duyguların varlığının farkına varmamızı sağlar; onları bize kabul ettirir. Eğer ben dokunma pratiğini kabul edebilirsem, artık onunla hiçbir sorunum kalmaz. Eğer içimden kaynayıp gelen karşılık vermeleri kabul edersem keşfedeceğim şey, büyük ihtimalle korku, reddedilme değil; fakat sarılmanın, sevginin, sıcaklığın, sevincin gerçek içeriği olacaktır.

Bir grupta, ya da hatta bir bireye karşı nasıl hareket edeceğim konusunda kararsız olduğum zaman veya kollarımı birilerine uzatıp, kadın ya da erkek, onun ellerini tutmak kafamdakileri bilmelerini sağlamak istediğim, ama kabul edileceğime dair bir şüphem olduğu zaman, kendimi içime kapanık ve

bağlı gibi hissederim; tıpkı patlamasını engellemeye çalıştığım bir volkanım üstünde oturuyormuşum gibi. Ne kadar zavallı bir duygu! Beynim alarma geçmiş 'aptallık etme' demektedir; reddedileceksin, niye elini uzatıyorsun ki? Seni huzursuz etmekle karşındaki adam da rahatsız olacaktır. Herkes senin bu kararlı davranışından şüphe edecektir: Kendini bu kadar açığa vurma. 'Böyle özgür olabilmeyi canı gönülden isteyerek içime kapanık, endişeli ve korkulu bir şekilde oracığa otururum.

Sıcak ve olduğu gibi görünmek o kadar hoş ve doğal bir şey ki; hayatı içinden geldiği gibi hissetmek, kabullenmek ve onu paylaşmak."

Notlar oldukça uzundu, ama umarım bu kadarı da, sadece etkileşim grubundaki gelişim eğilimlerini değil, aynı zamanda kültürümüzdeki bir gelişmeye de işaret ettiği için yararlı olmuştur. Şurası gayet açıktır ki, kızım Natalie yardımcılık yaptığı gruplarda dokunma ve diğer hareketler konusunda benden çok daha serbest davranıyor. Tabii benim için şu da gayet açık ki, torunum Anne'ın yazdığı ya da anlattığı duyguları bir kolej öğrencisi olduğum sıralarda benim kavramam asla mümkün değildi. Demek ki hem zaman, hem de etkileşim grupları ileriye doğru sürekli değişiyorlar.

Çeşitli fiziksel yolların bir yardımcı tarafından teşvik edilebileceği ve bir üye tarafından pratiğe konulabileceği yöntemin üç düzeydeki bakış açısıyla değerlendirilmesini, böylece sunduktan sonra kendime özgü yollarla bir grup içinde bulunduğum sıra karşılaştığım diğer bazı konulara dönmek istiyorum.

Farkına Vardığım Bazı Hatalar

Ben tembel, isteksiz, cansız bir gruba göre; her türlü duygunun açıklandığı bir grupta çok daha iyiyimdir. Bir ilişkiyi teşvik etmekte, onu gelişmeye doğru itmekte özellikle iyi değilimdir ve daha gelişmeye devam eden anlamlı ve gerçek bir ilişkiyi hemen hazır şekilde kolaylıkla kışkırtıp teşvik edebileceklerini bildiğim yardımcılara karşı gerçek takdir duygularım vardır.

Yukarıda da kısaca açıkladığım gibi, kendi öfkemi, kızgınlığımı hissedip açıklamada da genellikle yavaşımdır. Yani o tür duygularımı hep sonradan fark edip dışavurabiliyorum. En son katıldığım etkileşim gruplarının birinde, farklı zamanlarda iki kişiye çok kızmıştım. Birincisinde gece yarısına kadar o adama kızdığımın bilincinde değildim ve açıklamak için, öbür gün sabahı beklemek zorunda kaldım. İkinci öfkemi oturum sırasında fark edebilmeyi başardım ve açıkladım. İkisinde de kızgınlığımı dile getirmem gerçek bir iletişime, güçlenen bir ilişkiye ve giderek yavaş yavaş birbirimizi samimi duygularla sevmemize yol açtı. Fakat bu alanda ben yavaş öğrenen biriyimdir bu yüzden başkalarının her an ortaya çıkan ani duygularını bilince çıkartmak için savunma güdülerini yeterince rahatlatmaya çalışırken, gösterdikleri başarılara karşı gerçek bir imrenme duygusuyla doluyum.

Özel Bir Problem

Son yıllarda, yazılar ve bunların okullarda okutulmaları nedeniyle herkese özgü bir problemle uğraşmak zorunda kaldım. İnsanlar başımın üzerinde ışıktan bir taçtan, yeni filizlenmeye başlayan boynuzlara kadar (ilahi bir kişilik ile şeytani bir yapı arasında-ç.n.) değişen her türlü umut besleyerek etrafımda bir grup oluşturdular. Giyinişimle, davranışlarımla, beni sadece bir isim, bir kitap ya da bir teori olarak değil; sıradan bir insan olarak bilmelerini istediğimi açıklayarak, grubun bir üyesi gibi olmaya çalışarak kendimi mümkün olduğunca bu umut ve korkulardan uzak tutmaya çalışıyorum. Örneğin, kendimi liseli kızlarla ya da bazen kendileri için bir 'isim' olmadığım ve her şeyi nasılsam o şekilde "yapabildiğim" toplantılarda bulmak beni daima güçlendiriyor, zindeleştiriyor. Bir keresinde bir oturumun başlangıcında bana meydan okurcasına, "Bu bana biraz tehlikeli bir iş gibi geliyor. Bunu yapabilmek için ne özellikleriniz var ki?" diyen genç kızı sarılıp öpmemek için kendimi zor tuttum. Ona: Grup çalışmalarıyla ilgili olarak bazı deneylerimin olduğunu ve beni yetkili bulacaklarını umduğumu, fakat o kızın endişesini de elbette anladığımı ve benim hakkımdaki yargılarını şekillendirmek zorunda olduğumu söyle-

dim.

Yardımcı Olmadığına İnandığım Davranış[3]

Bu bölümün başında bir grupla çalışmanın birçok etkili biçiminin olduğunu vurgulamış olmama rağmen, gruplarla hiç de tavsiye etmeyeceğim biçimlerde ilişki kuran bir sürü insanın da varolduğunu biliyorum; tavsiye etmeyeceğim dedim, çünkü yaklaşımları bana, yardımcı olacak nitelikte değilmiş gibi ya da grubu ve üyelerini yaralayıcı, incitici gibi görünüyor. Bu davranışlardan bazılarını tek tek sıralamadan bu tartışmayı dürüst bir şekilde sonuca bağlamış sayamam kendimi. Bu alandaki araştırmalar henüz o kadar çocukluk aşamasında ki aşağıda belirteceğim düşüncelerin araştırma bulgularıyla desteklendiğini hiç kimse iddia edemez. Bunlar sadece deneyelerimden çıkardığım düşüncelerdir ve o şekilde açıklanmışlardır.

1. Gruplar içinde varolan ilgiyi sömüren insanlara kesin olarak şüpheyle bakarım, müthiş boyutlarda gelişen ilgiden dolayı sanki bazıları "Tanıtmayı hızlandır!", "Herkesin yaptığını yap!" biçimindeki kendi sloganlarını haykırıyorlarmış gibi gelir bana. İnsanlarla birlikte; çalışan kişilerde buna benzer özellikler ortaya çıktığı zaman, son derece rahatsız olurum.

2. Bir yardımcı, grubu ittiğinde, onu kendisi yönetmeye çalıştığında, grup için kurallar koyduğunda, grubu dile getirilmemiş kendi amaçları doğrultusunda yönetmeye çalıştığında çok daha az etkili olur. Böyle bir davranışın zerresi bile ya grubun ona olan güvenini azaltır (veya tümden yok eder) ya da hatta daha da kötüsü üyeleri ona tapan insanlar haline getirir. Yardımcının, eğer amaçları varsa, bunlar açık seçik bir biçimde ifade etmesi en doğru davranış olur.

3. Bir de grubun başarısını ya da başarısızlığını orada açıklanan dramatik duygu ve davranışlarla yargılayan yardımcılar yardır. Böyleleri, kim ağladı ya da kim heyecanlandı; kim saldırganlaştı, kim cinsel anlamda uyarıldı tek tek onları sayarlar. Bana göre bu tür davranışlar son derece yanlış gelişmele-

---

3. Bu bölümün yazılışı sırasında birçok bireyle, ama özellikle Ann Dreyfuss ve William R. Cousion'la yaptığım tartışmalardan yararlandım.

re neden olur.

4. Grup yönetiminde belli bir yaklaşım çizgisinin tek ön unsur olduğuna inanan bir yardımcıya hiç tavsiye etmem. Çünkü; birincisi, "saldırgan savunmalar" olmazsa olmaz (sine qua non) niteliktedirler; ikincisi, "her insanın içindeki temel öfkeyi dışavurması" onun tek notalı şarkısıdır. Synanon'un ilaç bağımlıları için ya çalışmalara karşı büyük ilgi duyuyorum, ama ister gerçek ister sahte duygulara dayanıyor olsun, acımasız saldırıyı bir grubun başarılı ya da başarısız olduğuna karar verebilecek tek ölçüt olarak alan alelacele şekillendirilmiş katı fikirleri beni itiyor. Düşmanlık ya da saldırganca duyguların varoldukları zaman dışa vurulmaları, bunlar kendi içimde de gerçekten var iseler, onları hemen açıklamayı ben de isterim, fakat onların yanı sıra daha başka birçok duygu vardır ve hepsi de hayatta ya da grup içinde ve saldırganlıkla eşit düzeyde öneme sahiptirler.

5. Grubun, onun üzerinde yoğunlaşmasını gerektirecek kadar, etkisinde kaldığı, büyük kişisel problemleri olan ve başkalarıyla ilgilenmeyen ya da onlardan derinlemesine haberdar olamayan bir kişinin yardımcılık yapmasını hiç doğru bulmam. Böyle bir insan çok iyi bir grup üyesi olabilir, ama "yardımcılık" etiketini aldığı an tüm şansıbiter.

6. Grup üyelerinin davranışlarının nedenleri ya da itici güçleri konusunda çok sık yorumlarda bulunan bir insanı bir yardımcı olarak hiç hoş karşılamam. Eğer bu yorumlar doğru değilseler hiçbir yararları olmaz; oldukça isabetli ve doğruysalar, o zaman da şiddetli bir savunma duygusu doğurabilirler ya da daha kötüsü, kişiyi tüm savunma güçlerinden yoksun bırakarak, özellikle grup oturumları bittikten sonra çok zayıf hatta belki de hemen incinebilecek kadar hassas bir hale getirirler.

7. Bazı deneyleri ya da hareket biçimlerini, "Şimdi çok dikkatli olmalıyız" biçiminde cümlelerle başlatan bir yardımcıdan hiç hoşlanmam. Bu onları istediğimiz yere yöneltmenin

özel bir hiçimidir, ama bireylerin buna karşı direnmeleri son derece zordur. Bence eğer bir deney başlatıyorlarsa her üyenin yardımcı tarafından açıkça tarifi yapılmış bu hareketi seçip seçmeme şansı olmalıdır.

8. Kendisini, grup yöntemini ve üyelerin tepkilerini üstün bilgisiyle analiz edebilecek bir usta gibi görerek, herkese tepeden bakan ve kişisel duygularıyla gruba katılmaktan hep uzak duran yardımcıları da hiç sevmem. Bu tür bir davranış biçimi genellikle, hayatını grupları yöneterek kazanan ama savunma güdüleriyle kendisini dışa kapatan ve grup üyelerine karşı hiç ilgi duymayan insanlarda görülür. Böyle bir insan içinden gelen duyguları inkâr eder (yadsır) ve grup için inandığım tezin tamamen antitezi olarak, hiçbir zaman olayların içine giremeyen son derece soğuk bir analitik (sadece kendisini doğru kabul eden) insan modeli oluşturur. Yani benim beklentilerimin, umutlarımın tamamen tersine üyeler doğal olarak onun gibi bir insan olmayı hedeflerler. Benim kişisel olarak umudum ve çabam grup içinde kendini savunma duygularının yok olması ve içinden geldiği gibi davranmanın –samimiyetsizlik savunusunun değil ortaya çıkmasıdır.

Şunu da açık olarak belirtmeliyim ki, bu açıkladığım niteliklerin grup üyelerinde varolmasına hiç de karşı değilim. Yönetmeye çalışan veya aşırı yorucu, tümüyle saldırgan ya da duygusal olarak herkese tepeden bakan bireyler bizzat grup üyelerinin kendileri tarafından en uygun şekilde ele alınıp düzeltileceklerdir. Onlar bu tür davranışların sürgit devam etmesine hiçbir zaman izin vermezler. Fakat ne zaman bir yardımcı bu davranışları sergiler, o zaman grup üyeleri, daha onu la çatışabilmeyi ve birbirleriyle olduğu kadar onunla da uğraşmayı öğrenmeden, o, grup üyeleri için bir ilke ve davranış biçimi oluşturmaya yönelir.

Sonuç

Bu bölümde anlayışlı bir grup yardımcısı olarak nasıl

davranmak istediğimi tanımlamaya çalıştım. Kendi kişisel hayat gerçekleştirmede her zaman başarılı değilimdir ve böyle zamanlarda deney, grup üyelerini ve beni daha az tatmin edici olur. Bu yardımcı olmayan nitelikte gördüğüm bazı davranışlan da tanımladım Bu tanımlamalanmın başkalarını kendi grup yardımcılık stillerini açıklamaya teşvik edeceğimi samimiyetle umuyorum.

4

ETKİLEŞİM GRUPLARI SONRASI DEĞİŞİKLİKLER: KİŞİLERDE, İLİŞKİLERDE, KURULUŞLARDA

Yoğun grup deneylerinin herhangi bir anlamlı değişiklik, özellikle davranışlarda bir daha ortaya çıkmayacak şekilde değişiklikler yapıp yapmadığı çok tartışılan bir konudur. Bu bölümde yoğun grup deneylerinin bireysel davranışlar, bireylerin ilişkileri ve grup üyelerinin birçoğunun bağlı bulundukları kuruluşların yapı ve politikaları üzerindeki etkilerini ele alacağım. Bu sonuçlar esas olarak araştırmalardan elde edilen sınırlı bilgilerin tartışıldığı daha sonraki bir bölüme saklı tuttuğum kişisel deneylerimin temellerinde bulunabilirler.

Zayıf bir sunu modeli olmasına rağmen bazı nedenlerle sonuçları en önce açıklamaya istekli buldum kendimi. Daha sonra bu kesin olmayan sonuçların dayandığı kişisel ve olgusal (phenomenological) veriler hakkındaki bazı duygularımı vermeyi umuyorum.

Belki şunu da vurgulamam gerekir: Anlatacaklarım en geniş haliyle benim ve meslektaşlarımın yardımcılıklarını yap-

tığımız grup deneylerine dayanmaktadır. Öyle inanıyorum ki, bizim üzerinde durduğumuz şey bugün moda olan şeyden biraz farklıdır. Bundan önceki bölümde de açıkça belirtildiği gibi, biz yönlendiren, kontrol edenden daha çok anlayan ve kabul edenizdir; biz, liderin karizma (çekici) özelliklerinden çok gruba ve grup yöntemine güven duymaya önem veririz; grupta sözlü ve sözsüz konuşmaların olmasını isteriz, ama herhangi biri yönünde ağırlık koyup tercihte bulunmayız; grup üyelerinin, mutluluk, sevinç ya da etkili kurumsal davranış gibi önceden belirlenmiş hedeflerden çok, kendi bireysel hedeflerini belirlemelerini isteriz; grup yönteminin, eğer gelişmeye yardımcı olacaksa acılı olmasını bekleriz aslında bütün gelişmelerin tatmin edici olduğu kadar endişelendirici, öfkelendirici ve fırtınalı olduğuna inanınız. Ne kadar yüceltici ve cesaretlendirici olursa olsun, grup deneylerinin kendi içinde biteceğine inanmayız, fakat onun önemini esas olarak daha sonra grup dışındaki davranışlar üzerindeki etkisinde buluruz. Sonuç olarak biz, özel teorilerden, pratiklerden, icatlardan, deneylerden ve bugünkü grup hareketini karakterize eden vurgulardan oluşan geniş yelpazenin sadece bir bölümünü temsil etmekteyiz. Bu yüzden tarif etmeye çalıştığım kendi bakış açımdan hareketle şöyle bir soru sorabiliriz: Etkileşim grubu tedavi deneylerinden sonra bireylerde ne gibi değişiklikler gördüm?

Bireysel Değişim

Bu soruyu yanıtlamaya çalıştığım zaman birçok hatıra ve görüntü hücum eder beynime. İşte çıkıp gelen düşüncelerim: Bireyle değiştiğini gördüm; kabul edici bir ortamda kendi duygularını keşfettikçe ve kendilerine ilgi gösteren grup üyelerinden sert yumuşak bilgiler aldıkça kendi kendileri hakkındaki kavrayış düşüncelerinde meydana gelen küçük ölçekte değişikliklerdi bunlar: Hem gruptaki, hem de daha sonraki davranışlarında kendi gizli güçlerini anlamaya başlayan ve bunları fazlasıyla ortaya çıkaran insanlar gördüm. Yine zaman zaman; etkileşim grubu deneylerinin bir sonucu olarak hayat-

larında kendilerine felsefi, düşünsel ve mesleki anlamda yepyeni yollar seçen, bireyler gördüm. Bazı insanlar etkileşim gruplarını, nasıl başlamışsa öyle hiç dokunulmamış olarak hiçbir olur değişikliği yaşamadan bitiriverirler ve sonra da hiçbir değişikliğe uğramazlar. Grupta hiçbir değişikliğe uğramamış gibi görünen bazıları ise en ilgi çekici davranış biçimleriyle sonradan değişiklik gösterirler.

Yönelttiğim birkaç yüz gruptan iki kişi olumsuz diye nitelendirdiğim değişiklikler gösterdi: Biri gruptan sonra geçici ruhsal çöküntüye uğradı, diğeri de (daha sonra öğrendiğime göre gruba katılmadan önce birçok ruhsal rahatsızlık yaşamış) ruhsal hastalıklardan tamamen kurtuldu. Bu söylediklerimin her ikisi de, 20 yıldan fazla bir zaman önce yaşandı ve öyle zannediyorum ki bugünkü gruplarımda kolay kolay ortaya çıkmaz. Bazı bireyler etkileşim grubu oturumlarından sonra bireysel ya da grup psikoterapi gördüler. Böyle bir şey, bazı durumlarda da gelişmeye yol açan en olumlu adımmış gibi görünürken, bazı durumlarda da bireyde acil yardım almayı gerektirecek hızlı ve acılı bir değişiklik getirip getirmediği ciddi bir soru oluşturmuştur. Bu sonuncu durumu ben şahsen şanssızlık olarak değerlendiririm.

İlişkisel Değişim

İzin verirseniz ikinci soruya döneyim ve yine oldukça özet bir yanıt vereyim. Etkileşim grubu tedavisi sırasında ya da sonrasında insanların ilişkilerinde ne tür değişiklikler gördüm? Grup deneylerinin kendileri için, eşleri ve çocuklarıyla konuşmalarının boyutlarında neredeyse mucizevi değişiklikler anlamına gelen insanlar bilirim. Bazen, hayatlarında ilk defa gerçek duygular paylaşıldı. Bu tür şeyler, üyeler her gece evlerine eşlerine ya da kalabalık ailelerine döndükleri zaman çok daha dramatik boyutlarda yaşandı. Bu sayede insanlar gelişen kavrayış güçlerini paylaşabiliyor, farkına vardıkları an sevgi ya da olumsuz gerçek duygularını açıklamanın risklerini

göze alabiliyorlar. Bu yöntemi kavratabilmek için çok uzun süreli bir durgunluk dönemi yaşandı, ama ilişkilerdeki gelişmeler olağanüstüdür. Evlerine gittiklerinde oğullarıyla, eşleriyle ve çocuklarıyla yıllardır ilk defa konuşabilme gücü bulabilmiş öyle çok baba gördüm ki... Grup deneylerinden sonra sınıfını, öğrencilerin derslerini ve eğitimlerinin tüm diğer yönlerini açıkça ve bütünüyle öğrencilerin kendilerinin biçimlendirdiği özel, ilgi ve güven dolu bir öğrenim grubuna dönüştüren öğretmenle çok karşılaştım. Özel bir iş ilişkisini umutsuz olarak tanımlayan ağır iş yöneticileri eve gittiklerinde onu yapıcı bir hale dönüştürüverdiler. Hedefi sözlü olarak sevgi ve kardeşlik biçiminde belirlenmiş bir oturuma katılan öğrenciler insanları birbirinden tümüyle uzaklaştıran ve yalnızlığa iten gerçeklere şiddetle karşı çıkarak samimi konuşmalara ve birbirlerine ilgi göstermeye doğru çok büyük adımlar attılar.

Eşlerden birinin, etkileşim grubunda büyük bir açıklık ve kavrayış gücü (insight) kazandıktan sonra evine gittiğinde içinden geldiği gibi davranmasıyla eşini korkuttuğu ve bu yüzden aralarındaki mesafenin geçici olarak bazen de çok uzun süreli arttığı durumlar olmuştur. Bazen bir grup içindeki eşler aralarındaki açığa çıkmamış farklarla yüz yüze gelirler ve genellikle gerçek bir anlaşmaya varırlar; bazı durumlarda ise, aralarındaki açıklığın kapatılamayacak kadar büyük olduğunu açıkça anlarlar. Genellikle insanların ilişkilerinde çoğu yapıcı, ama bazen, kişisel açıdan olmak zorunda olmasına rağmen, sosyal açıdan olumsuz muazzam değişiklikler gördüğümü söylemek dürüst bir davranış olur.

Kurumsal Değişim

Ve etkileşim gruplarından sonra kurumların politikalarında ve yapılarında ne tür değişiklikler olmuştur? Bu konuda deneylerim beni oldukça mütevazı, ama uyarıcı açıklamalara yöneltiyor. Bireylerin büyük oranda değiştiği, ama kuruluşlarında neredeyse hiçbir değişikliğin olmadığı durumlar gör-

düm. Öğretmenler ileriye doğru derinlemesine gelişen pratikler yaşayabilirler, ama eğer geçmişin kısır toplantılarına ufacık bir dönüş yaparlarsa ondan sonraki öğretmen toplantılarında ancak küçük değişiklikler gösterebilirler. Diğer taraftan, grup terapi deneylerinin bir sonucu olarak öğrencileri tüm toplantılara katan ve yönetici-öğretmen-öğrenci iletişimi için tüm kanalları açan fakülte puanlama sistemleri gördüm. Bir üniversitedeki bütçe planlama biçimi tümüyle değiştirilmişti. Rektörler, dekanlar ve bölüm başkanları ise idare yöntemlerini daha insancıl bir yöne doğru değiştirdiler.

İş yöneticileri "memurların periyodik değerlendirmeleri" gibi stresli ve yargıyı gerektiren işleri insani anlamda eşitlikçi ve yapıcı raporlara çevireceklerdir. Kişilerarası konuşmaların, bir iş girişiminde, onun kalbi ve merkezi haline geldiğini gördüm ve aynı zamanda etkileşim gruplarının sorgusuz sualsiz kurumsal sadakati taşıyamayacağını kabul etmek durumunda kaldım; çünkü etkileşim grupları kişisel bağımsızlığı, açıklığı ve prensip sahibi olmayı, dürüstlüğü teşvik ediyor ve daima canlı tutuyorlar. İş yöneticileri işlerinden istifa ettiler; rahipler, rahibeler, bakanlar ve profesörler bu tür gruplarda kazandıkları cesaretle kurum içinde çalışmaktansa değişiklik olsun diye kurum dışında çalışmaya karar vererek mevkilerini, kiliselerini ve üniversitelerini bıraktılar. Bir eğitim kurumunda etkileşim grubu tedavisinin verdiği cesaretle öğretim üyelerini değişiklik isteyenler ve istemeyenler diye iki zıt gruba ayırmak biçiminde değişiklikler yapıldı. Kısacası değişiklik ve gelişmeler bireyin hayatında kontrol edilemez boyutlara ulaştığında bunların kurumlara da taşınması kaçınılmaz oluyor. Geleneksel yöneticiler için son derece tehdit edici bir durum.

Bu Kesin Olmayan Sonuçların Dayandığı Temeller

Anlattığım şeyleri geriye doğru anlatıyormuşum gibi gözükebilirim, ama nasılsa, böyle bir sıra takip etmek zorunlu oldu. Yukarıda anlattıklarımın tümü deneylerimden çıkartarak formüle ettiğim kesin olmayan bulgular ve öğrendiğim derslerdir.

Nedir bu deneyler? Kendi bilgilerimi arttırmak için son derece yakından bilgi verme (consultant) eylemliliği ile birlikte çok geniş bir etkileşim grubu yelpazesi içinde bulunmaya çalıştım. Bana çok şey öğreten California Teknik Üniversitesi'nin yöneticileri, öğretim üyeleri ve öğrencileriyle üç yıl boyunca sürekli olarak bilgi alışverişi içinde bulundum. Immaculate Heart'ın yetkilileri tarafından yönetilen üniversite, lise ve orta okullarla olan üç yıllık işbirliğim büyük deneylerimden bir diğeridir. Claremont Kolejleri'nin yönetici ve öğretim üyelerinden altı tanesiyle; Columbia Üniversitesi'nin yönetim kurulu üyeleri, yöneticileri, öğretim üyeleri ve öğrencileriyle; 13 üniversite hazırlık okulunun öğretmenleri ve öğrencileriyle; çeşitli fakültelerin konsey üyeleriyle; büyük şirketlerin yöneticileriyle; çeşitli düzeydeki iş yöneticileriyle; idareci, eğitici ve yönetici hemşirelerle; birçok mezhepten din adamlarıyla; siyah ve kahverengi gettoların sağlık ocakları hastalarıyla ve sağlık ajansları çalışanlarıyla (en heyecanlı tartışma ve konuşmalar bunlarla olmuştur); her düzeydeki, zihinsel hastalığı etkileşim elemanlarıyla; ve son olarak etkileşim grubu yöntemiyle eğitim yapan üniversite sınıflarıyla 2 ila 5 gün arasında değişen fazlasıyla yoğunlaştırılmış (all-too-brief) deneylerim oldu. Gerçekleştirdiğimiz gruplar, etkileşim grubu, kişilik geliştirme grubu, görev yönlendirmeli grup, bilgi verme grubu (dayanışma grubu-consultant group) olarak adlandırılmışlardı. 'Yabancılar' gruplarını, meslektaş toplantılarını ve ayrıca yetişkinler ve çiftler gruplarını yönettim. Bu gruplar ABD'de olduğu kadar Avustralya, Japonya ve Fransa'da gerçekleştirildiler. Deneylerimdeki eksiklik, ailelerden, ilkokul öğrencilerinden ve yaşlılardan oluşan gruplarla çalışmamış olmamdır. Fakat her şeye rağmen, toplumun birçok farklı kesimlerinden inanılmayacak kadar çok insanla tanışabildiğim için çok şanslıydım. Mümkün olduğu kadar gözlemci ve açık olmaya çalıştım. Yukarıda verdiğim formülasyonlar da geniş deneylerimden çıkarabildiğim en iyi formülasyonlardır.

Bireysel Değişime Bir Örnek

Önce verilmesi gereken bilgiyi az çok geriye dönerek sonradan vererek bu anlatımlarımı sürdürürken, bir başka zor durum çıktı ortaya. Acele aldığım notlar arasında gözlediğim son derece derin birçok kişisel değişiklik örneği var. Hele bunlardan bir tanesi var ki, bu örnekler onun yanında solda sıfır kalır. Fakat etkisi, bir satıcı ağzıyla söyleyecek olursak, çok kısa ve çekilmez ayrıntılarla okuyucu bombardımana tuttuğu için, pek ikna edici olmayabilir. Onun için bir adamın olaydan neredeyse 5 yıl sonra etkileşim grubu terapisinde nasıl yaklaştığını, grup içindeki deneylerini ve bunların sonucu olarak davranışlarında, amaçlarında ve kişiliğinde meydana gelen değişiklikleri anlattığı bir mektubu örnek olarak seçtim. İşte, adını Joe diye anacağım adamın mektubu:

Sevgili Carl,

Yaklaşık 5 yıl önce katıldığım ilk etkileşim grubu terapisi deneyimimden sonra hayatımda meydana gelen değişiklikleri mümkün olduğu kadar doğru ve açık bir şekilde anlatmak istiyorum. Değişiklikler, birbiri peşi sıra yığınla ortaya çıkan ve birincisinin beni hazırlayıp ikinciye geçirdiği değişmez bir doğrultu izler gibi görünmekteydi.

Geriye doğru hatıralarıma dönüp sizinle birlikte geçirdiğim hafta boyu yoğun çalışmalarımızdaki grup deneylerimi tekrar hatırladıkça tepeden tırnağa yeniden heyecanlanıyor ve o yıllarda yaşadığım duyguları tekrar yaşıyorum. Yoğun çalışma grubuna kabul edilmek beni heyecandan titretmişti ama aslında nasıl bir yere kabul edildiğim konusunda en ufak bir fikrim yoktu. Bir etkileşim grubu terapisinin ne olduğunu bilmiyordum, onun hakkında hiçbir şey duymamıştım. Tek bildiğim şey sizin ruh bilginizi ve felsefenizi gerçekten takdir ettiğimdi. Bu kendi duyarlılıklarımla son derece uyum içinde olan bir durumdu. Ve bütün bir hafta boyu bir ustanın dizleri dibinde oturacağım düşüncesi beni titretmişti. Şüphesiz kişisel çekiciliğimin (karizma) bir kısmı silinip gidecekti.

Çalışmaya pazartesi günü başladık. Cumartesiye geldiğimizde gerçekten şaşkına dönmüştüm. Hayatım için nelerin olup bittiğini kavrayamaz olmuş ve suskunlaşmıştım. Grup üyelerinden birinin hemen yanı başımda oturan adama doğrudan yönelttiği eleştirinin bende yarattığı ilk şoku atlattıktan sonra çevremde olup biten birbirini etkileyici tartışma ve çatışmalara karşı gittikçe artan bir korku, merak ve heyecan duymaya başladım. Çevremde olup biten her şey gerçeklik kazanıyordu ve korkutucu olduğu kadar benim için bir anlamda yeni, çok ilginç ve heyecandan sarhoş edici nitelikteydi. Kendi kendime bütün bunların gerçek mi, yoksa sadece bir oyun, bir eğlence mi olduğunu sormaya başladım. Öyle inanıyorum ki, yaptığım ilk gerçek yorum buydu."Biz gerçek için mi buradaydık? Yoksa eğleniyor, oyun mu oynuyorduk?" Gruptaki herkesi tanımak ve kendimi gruptaki herkese tanıtmak istediğimden emin olmadığımı söylediğimi hatırlıyorum (bu, galiba çarşamba günü olmuştu).

Bir keresinde dedim ki, "Grup içindeyim ve harika şeyler olmaya başladı." Son iki gün yepyeni bir varlığın güzel doğuşu gibi göründü bana. Sanki sözlü olarak belirttiğim birçok şey benim için gerçek olmaya başlıyor gibiydi. Derin duygularımdan nasıl da habersiz olduğumu ve bunların bir başka insan için ne derece değerli olabileceğini hiç bilmiyordum. Ne zaman ki içimin derinlerinde bir yerden kaynayıp gelen şeyleri açıklamaya başladım, grup üyelerinin gözlerinden akan yaşları gördüm, çünkü anlattıklarım onlar için de geçerliydi, işte o zaman insan türünün kopmaz bir parçası olduğumu gerçekten anladım. O grup deneyinden önce hayatımda kendimi hiç bu kadar yoğun bir şekilde "kendim" olarak hissetmemiştim. Sonra o zamana kadar anlattıklarıma karşı o derece duyarlı davranan grup üyeleri tarafından benim "ben" olarak bunca sevilmem ve desteklenmem hiç bir zaman umamadığım bir armağan almak gibiydi; çünkü o zamana kadar böyle bir şeyin olabileceğini asla hayal bile etmemiştim.

Şunu keşfettim ki, kendimi, devamlı olarak içimde sakladığım derin duygularımı açığa vurduğum zaman sanki grup

içinde birçok insana hayat veren ve son derece güzel olan tek bir bütüne dahil oluyordum. Buna inanamıyordum, ancak bunu inkâr da edemiyordum; çünkü deliller o kadar açık ve güçlüydü ki, hayatımda ilk defa dünyanın insanlar dünyası olduğunu keşfettiğime, benim ne zam gerçek "ben" olabileceğime ve daha önce beni insanlardan nefret ettiren, onlardan korkutan şeyleri unutabileceğime, onları sadece sevebileceğime ve onlar tarafından sevilebileceğime dair kuvvetli duyguları şimdi çok iyi hatırlıyorum.

Hayatımda çok büyük acılarla dolu dönemler geçirmiş olmama rağmen ilk grupta birlikte yaşadığım güçlü insanlık deneyinden dolayı içimde taşıdığım güzel umutlar gerçeğini de hiçbir zaman inkâr etmem. Güçlü insanlık deyince, bu hem benim içimdeki insanlık, hem de ne kadar kapalı olurlarsa olsunlar diğer insanlarla paylaştığım, birlikte yaşadığım insanlıktır.

Şimdi asıl soru: O ilk etkileşim grubu terapisi deneyimimden sonra hayatım nasıl değişti? Meslek olarak hiçbir şey değişmedi. O zamanlar bir rahipler okulunda öğrenciydim, daha sonra da baş rahip oldum. Fakat rahip olarak hem kendi içimde hem de dışımda güçlü değişiklikler oldu. Kendi içimde, çocukluktan olgunluğa doğru büyüdüm. Dışımda ise, üstlerimle olan ilişkilerimde serbestlik kazandım ve insanlar hakkımda ne düşünür korkularından iyice kurtuldum. İçimde kendime karşı ve dolayısıyla başkalarına karşı o kadar duyarlıydım ki, bir yol gösterici ve terapist olarak işimdeki etkinliğim %100 oranında etkisizleşiyordu. Etkili bir yol gösterici olabilmek için herkese güler yüz, sevgi, ilgi göstererek, herkesi gerçekten dinleyerek çok büyük çabalar sarf ediyordum. Şu veya bu şekilde etkin olabildiğim zamanlar ise etkim, olması gerekenin en alt düzeyindeymiş gibi gözüküyordu.

Yoğun grup çalışmalarım sırasında yol göstericilik pratiklerine katıldım ve grup çalışmalarına katıldıktan sonraki yol göstericiliğimle daha önceki yol göstericiliğim arasındaki fark korkunç derecede şaşırtıcıydı. Teorideki her şey çok büyük bir enerji sarf etmeme gerek kalmadan birdenbire gerçekleşi-

veriyorlardı. Artık var idim; işitiyordum, kendimi ve bazı çok özel duygularımı tehlikeye atabilecek güçteydim ve danışman aniden onları açarak yepyeni bir yöntemle kendisiyle temasa geçirdi. Yol gösterme metodu evvelce hiç olmayan bir şekilde aniden işlemeye başlamıştı. Sanıyorum bunu daha önce hiç yapmadığım bir biçimde yaptığımı söylemem daha doğru olur. Ve tüm bunlar bana o kadar doğal ve gerçek göründü ki; hiçbir yapmacıklık yoktu.

O günden bu yana görevimi aynı üstün başarıyla yerine getirdiğimi henüz söylemedim. Bazen iyiyim, bazen kötü; fakat gruba ilk girdiğim andaki insan olmadım. Gruba bir yol gösterici ve terapist eğitimi görmek için devam ettim, birçok etkileşim grubu terapisine katıldım ve şimdi bir grup yardımcısı olarak iş görmekteyim.

Önceden beni programladıkları gibi bir lise müdürü olmak yerine, ruh doktorluğu alanına kayıverdim ve şimdi insan davranışları konusunda doktora vermeye hazırlanıyorum. Hem benim hem de üstlerim için şu açıkça belli oldu ki, ben bir yönetici olmaktan çok; insan ve insanlar arası ilişkiler sahasında kalmalıydım. Eğer onların istediği gibi olsaydı çok kötü bir yönetici olurdum. Oysa iyi bir danışman ve terapist olmak için gerekli tüm potansiyele sahiptim. Şimdi o ilk grup deneyimimle başlayan kendi yolunda yürümeye çalışırken kötü bir yönetici olmama sebep olacak kişisel yetersizliklerimi keşfettim ve diğer alanda çalışmaya başladım.

Eğer, grup deneyinden dolayı bende meydana gelen değişiklikler nedeniyle ben tüm alışkanlıklarımı atarak sıfır düzeyine (yeniden doğuş-ç.n.) gelebilseydim, o zaman kişi olarak gerçekten çok daha açık bir biçim almaya başlayabileceğimi düşünüyorum. Kendim için çok daha net bir tanıma sahip olabilmeye ve onu devam ettirmeye başladım. İçimden çıkıp gelen bazı şeylerin farkına varmak hiç de hoş bir şey değil, ama bunlar başkaları için kabul edilebilir ve çok daha önemlisi benim için kabul edilebilir bir bütünün parçalarıydılar. Kendi kişiliğime sahip olmaya, onu sürekli olarak elimde tutmaya baş-

ladım; nedir bu kişiliğim? Büyümüş bir adamın dünyasında kendini çok sık olarak bir çocuk gibi hisseden, korkan ve bu korkusunun kendisini; diğer insanlarla tümüyle canlı ve hareketli ilişkilere girmesine engel olmasına izin veren bir kişilik. Fakat ne zaman ki ben benim bir parçam olan bu küçük çocuk için sorumluluk duymaya başladım, o çocuk da büyüyüp güçlenmeye ya da belki de üzerimdeki etkisini yitirmeye başladı. Her neyse işte, sonuçta varolmaya başladım. Olayları en iyi ancak bu şekilde anlatabilirim herhalde. Küçük ve yardıma muhtaç bir çocuk olmanın tüm konforlarını bırakmak ve büyümüş bir adam olmanın sorumluluklarını giderek daha çok almak zorunda kaldım, ama bu süreç ne kadar da zevkliydi.

İlk etkileşim grubu terapisinden bu yana oldukça deneysel bazı dersler öğrendim. İnsanlara daha fazla güven duyuyorum. Diğer insanların da derinlere inildikçe nihayetinde benim gibi olduklarını biliyorum. Ve biliyorum ki, gerçekten çok güzel ve bazen da acı dolu bir varoluşu onlarla birlikte paylaşıyorum. Gelecekte insanlardan okadar çok umutluyum ki. Çünkü eğer biz tıpkı etkileşim grubu terapisinde olduğu gibi birbirimize dokunabilirsek, o zaman hepimiz için bir "yeniden özgürlük" başlar ve yalnızlığın ölü gibi varoluşundan ve hayattan kopuştan silkinip kurtulabiliriz. İnsan türüne gerçekten "evet" diyebilirim; çünkü çok acı dolu kişisel bir yolla, düşünebildiğim kadar güçlü hissedebildiğim bir yolla, dünyada her insanın kendini beslemesi ve başkalarını canlandırması için sadece musluğunun açılmasını bekleyen sonsuz derecede zengin bir hayat ve sevgi kaynağı olduğunu keşfettim. Tüm savunma mekanizmalarımızı öne çıkarmamız ve korkumuz yüzünden bunun çok sık olarak gerçekleşmediğini biliyorum, fakat bunun mümkün olabildiğini, geçmişte olduğunu ve gelecekte olacağını da biliyorum. Bütün fark da burada zaten.

Sevgi ve içten duygularımla

Joe...

Beş yıllık gelişimi süresince büyük acılarla dolu dönemler yaşamış olmasına rağmen bu adamın deneyleri büyük oranda olumlu olmuş,"Değişen Kişilik" bölümünde de açıkça belirttiğim gibi değişimler çok daha acılı da olabilir.

İnsanların buna benzer itirafları etkileşim grupları terapisi sırasında ve sonrasında çok güçlü kişisel ve davranışsal değişikliklerin ortaya çıktığına dair bana yeterince delil sunuyor. Açık söylemek gerekirse, bu derinlikte değişiklikler herkeste görülmez. Dahası, kişilik kavramındaki anlamlı değişiklik oldukça iyi kurulmuş gibi gözükmesine rağmen yapılan çok çok küçük araştırmalar bu noktada birbiriyle çelişiyor. Fakat yine de, eğer iki, üç ya da beş kişi, grup deneyiminden sonra daha uyanık olma, kişiliğini daha tam olarak gerçekleştirme doğrultusunda heyecanlı ve uzun süre devam edecek değişikliklere uğruyorsa o zaman, diğer insanlardaki değişiklikler o kadar güçlü olmasa da ben bu gerçek tarafından etkilenmeye devam ederim.

İlişkilerde Değişim Örnekleri

Etkileşim grubu tedavisinden sonra insanların birbirleriyle nasıl ilişki kurduklarına dair üç örnek vereceğim: Birincisi, dış davranışlar hemen hemen hiç değişmez gibi görünse de, çocukların duygulardaki ve genel durumdaki değişiklikleri nasıl hissettiklerini çok güzel bir biçimde sergiliyor. Meslektaşlarımdan birinin grubuna katılan bir anne, grup bittikten sonra ona şunları yazmış:

"Sizin de bildiğiniz gibi kocam Pete ve ben her şeye karşı çok büyük bir ilgi ve sevgi duyarız. Fakat belki de fark etmemişsinizdir, aynı şeyi çocuklar için hiçbir zaman söylemedim. Alice ile Marie'nin kendi aralarında bağırmalarından ve sürekli tartışmalarından rahatsız oluyordum; Marie'nin yatağını ıslatmasından usanmıştım; onlara daha fazla sevgi veremediğim için huzursuzdum. Benimle hiçbir zaman içlerinden gelerek konuşmadıkları için üzülüyordum. Pete ile birlikte onla-

ra zaman zaman incitici şeyler söylediğimiz için üzgündüm. Bütün bunların ilk defa farkında olduğum bir vaziyette uçarak eve geldiğim zaman zavallı bir durumda kendi kendime yanıtlar arıyordum; aramadığım tek şey ise bu yanıtların yoğunluğu ve hızlıydı."

Kadın eve gittikten kısa bir süre sonra 10 yaşındaki en küçük kızı Marie'nin yatma vakti gelmişti. Annesi Marie'ye, sırtını keseleyip keseleyemeyeceğini sordu.

"Bir saate yakın bir süre kadınların adet kanamaları hakkında tanrı, şeytan, cennet, cehennem, bazı insanlardan ölmelerini isteyecek kadar nefret ediş, mutfaktan şeker aşırma, karabasan, penceredeki devler ve bunlar benzer birçok konuda konuştuk. Şüphesiz daha önce bunlar hakkında konuşmuştuk, ama hiçbiri bu kadar mükemmel değildi. Daha sonra, Marie'den 15 ay daha büyük olan Alice de merak ederek banyoya geldi ve bize katıldı. Alice'in de sırtını keseledim; şaşırttı beni çünkü Alice kendisini benim yıkamamı gerçekten istiyordu vücudu olgunlaşmıştı ve kendisi de bunun bilincindeydi Marie bana şöyle dedi: 'Bu toplantılarda ne yapıyorsunuz, çocuklara nasıl nazik davranılacağını mı öğreniyorsunuz?' 'Hayır' diye yanıt verdim ona. 'Çok güzel bir şeyi, olan kendim olmayı öğreniyorum.'

İkinci örneğimiz gruba katılıp orada evlenen Bill ve Audrey McGaw çiftinin bir yıl sonra yazdıkları bir mektupla ilgili. Erkek şöyle başlıyor:

> *"Bu, belki de yüzüncü defa yazmaya teşebbüs ettiğim bir mektuptur. Nelerin olup bittiğini ve hâlâ nelerin olmaya devam ettiğini içeriyor. Baştan sona sevgiyle dolu; gözyaşı, sevinç ve sevgiyle dolu.*
>
> *Şuraya otunmuş gözlerim dolu dolu size yazarken taşkın bir heyecanla da kavruluyorum. Daha önce böyle bir mektubu hiçbir zaman yazabilmiş değilim. Söylemek istediğim de bu. Bu, size teşekkür etmek görevinizi yaptığınızı, işi başardığınızı bilmenizi sağlamanın tam*

zamanıydı, onu yakaladım ve şimdi o elimde, hiçbir zaman kaybetmeyeceğim ve onu size gönderiyorum.

Eileen'le evlendik, şimdi birlikte yaşıyoruz. Sorunlan var, kavga ediyoruz, bütün gün birbirimizden yakınıyoruz ve birbirimizi seviyoruz. Eğer ikimiz de size rastlamasaydık bugün bunlara sahip olamazdık. Fakat size rastlayıp, sizinle birlikte günler geçirdiğimiz zaman her şeyi keşfettik. Çok mükemmel değil, tam zamanında oldu ve tam adamıyla karşılaşmış olduğumuz için şanslıyız. Biz hazırdık ve siz bizim hayat yolumuzu değiştirdiniz. Şimdi neyin elde edilebileceğini, neyin mümkün olduğunu biliyoruz. Bu temel evliliğimizdeki bu duygusal güven benim için bir atlama tahtası, bir çıkış yolu, hücuma geçme noktası oldu. Apaçık, akıp giden, coşup çağlayan... Bana gerçekten ne olduğunu anlatmak için, sözcükler yetmez. Bunun ne olduğunu siz biliyorsunuz. Ona sahibim artık! Bu vahşi bir şey.

Yazmak için niye bu kadar uzun zamandır beklediğimi biliyorum. Bir yıldır vardı bu isteğim ve korkum şimdi gitti. Şu anda sahip olduğum şeyi artık hiçbir zaman kaybetmeyeceğim. Sahip olduğum şeyin beni daha büyük sorumluluklar kabul etme durumuna soktuğunu kavramış durumdayım. Sizin her grupla yaptığınız şeyi; Audrey ve benim niçin aynen yapmamız gerektiğini şimdi anlıyorum."

Üçüncü örnek olarak bir bayan öğretmenle öğrencilerini anlatmak istiyorum. Mektubun sahibi bir ortaokul öğretmeni, grup tedaviye katılmış ve mektubunu, kendisini elde ettiği sonuçların ne olduğu mektupla sorulduktan birkaç ay sonra yazmış. Şöyle yazıyor:

"Bana ne olduğunu soruyorsunuz... açık ve basit; birileri beni fethetti, iç dünyamı ele geçirdi, daha önce hayalimda hiç duymadığım, dinlemediğim şeyleri duydum,

dinledim, duyuyorum, dinliyorum... ve onları seviyorum. Sonuç mu? Tüm bildiğim şey bunun eğlencesi. Öğrencilerimi dinledim. Onlara daha önce kendilerini hiç susturduğum, dinlemediğim zamanlar olup olmadığını sordum. Sınıfın büyük ve en yakın yaramazları (thugs) hep birden el kaldırdılar. Sınıfın en duyarlıları da bunlardı... Öğretmenliğe başladığımdan beri en mutlu, en başarılı, en neşe dolu, en heyecanlı, en çok çalıştığım, en canlı ve en hafif aylarımı yaşadım ve hâlâ da yaşıyorum.

Bayan öğretmenin problemli öğrenciler, onun deyimiyle "yaramazlar" hakkındaki gözlemleri bana ilginç geldi. Problemli çocukların insanlar arası ilişkilere karşı daha çok duyarlı oldukları genellikle doğrudur. Onun bu konudaki yorumu aynı zamanda sebep ve etki konularındaki ilginç bir soruyu da gündeme getiriyor. Bu çocuklar "yaramaz"mıydılar? Bayan öğretmen bu yüzden mi onları dinlemeye değer bulmamıştı, yoksa onlar kendilerini kimsenin dinlemediğini hissettikleri için mi "yaramaz" olmuşlardı? Bayan öğretmenin yorumu sınıftaki problemli çocuklar hakkındaki düşüncelere, yepyeni bir bakış açısı kazandırmakta ve ayrıca anlaşılamayan öğrenci ve öğretmenlerin birbirleriyle gerçek bir iletişim kurabildikleri zaman nasıl birbirlerini anlamaya başlayacaklarını da hatırlatmaktadır.

Bu örneklerimden dolayı yanlış anlaşılmak istemem. Bu tür şeyler her anneye, her çifte ya da her öğretmene olmaz. Fakat bu tür şeyler etkileşim grubu tedavisini daha çekici kılmakta ve bireylerarası pratiği güçlendirmektedir. Etkileşim grupları insanların içlerinden geldiği gibi davranmakta, öfkelenmekte, sevmekte ve hayata karşı duyarlı olmakta serbest olmalarına yardımcı olabilmektedir. Kısacası bu, insanların birbirleriyle ilişkilerinde tamamen insanca olmalarına izin vermektedir.

Kurumsal Değişime Bir Örnek

Kuruluşların yapılarında, politikalarında ve genel durumlarında meydana gelen anlamlı değişikliklere ilişkin düzi-

nelerce örnek var, ama ben bunlardan sadece bir tanesini seçtim. Örnekten son derece karmaşık sonuçlar çıkartılabilir. Umarım olayı bana anlatıldığı biçimdeki etkililiğiyle size de aynen yansıtabilirim.[1]

Katolik kurallara göre yönetilen, orta ya da ortanın biraz üstü kenar mahalle beyazlarına ait bir erkek lisesi; bir ara, yüksek eğitim düzeyi ve ahlâki değerleriyle gurur duyulan bir okul olmuş; ama 10 yılı aşkın bir süre içinde okuldaki ilişkiler korkunç derecede değişmiş; bu olayın anlatıldığı dönemde okulun %75'i Meksikalı-Amerikalı; %20'si Zenci, %5'i Uzakdoğulu ve Hintli imiş. Yani okul giderek bir getto bölgesinde bir getto okulu halini almış. Eğitim düzeyi düşmüş, ahlâki değerler kalmamış, sorumsuzluk ve ayrımcılık almış yürümüş. İlaç bağımlılığı temel değerler arasına girmiş ve öğrencilerin derse katılımı hemen hemen sıfıra inmiş. Bütün bunlara rağmen yöneticileri ilgilendirdiği kadarıyla okulla hiçbir ciddi sorun yokmuş, zira yönetimce uygulanan katı disiplin geleneksel eğitimin aksatılmadan sürdürüldüğüne dair bir görünüm veriyormuş.

Bütün bunlar öğrencilerin özellikle de öğrenci liderlerinin açıktan açığa alkol ve ilaç getirdikleri, kullandıkları ve dağıttıkları bir okul eğlence partisi sırasında ve sonrasında yaygın bir şekilde açığa çıkmış. Eğer bu kadarı olmasaymış tüm öğrenciler olup biteni tek vücut halinde yöneticilerden gizleyeceklermiş. Ama bu olaydan sonra okulla öğrenciler arasındaki çatlak tamamen kopmuş.

Değişim, okul müdürünün hemen dersleri yarıda keserek düzenlediği toplantıda yaptığı açık ve etkili konuşmayla başlamış. Müdürün söylediği kısaca şu: "Çok ciddi problemlerimizin olduğunu hepimiz biliyoruz. Gelin bunu beraberce konuşalım." Onun ve diğer yöneticilerin dürüst ve açık davranışları karşılıklı konuşma ve tartışmaları hızlandırmış. İlk yapılan şey eğlence partisi sırasındaki davranışlarından dolayı "iyi" ve "kötü" öğrenci eleştirileri olmuş. Fakat giderek öğrenciler da-

1. Burada özetlediğim olayları bana anlatan ve bu okulda uzun zamandır görev yapan öğretmene minnet borçluyum.

ha derin konulan da tartışmayı göze almışlar, hayatları anlamsızlaşmışmış, ilaç bağımlısı haline gelmişlermiş, öğretmenleri ilgisiz davranıyorlarmış, disiplin son derece acımasızmış, giyim kuşam ahlâki; öğrenci dünyası için hiçbir anlam taşımıyormuş, azınlık gruplarının kişiliklerine ve tarihlerine. hiçbir değer verilmiyormuş. Bütün bu konular ateşli bir şekilde tartışılmış ve tartışmaları hiç kimse engellemeye kalkmamış. Açıkça incitilmelerine ve itham edilmelerine rağmen kendilerini bu işe adamış yöneticiler asla savunmaya geçmeden, tartışmalarda son derece açık davranmışlar.

Sonuçta, okulların tatiline kalan kısa sürede ve yaz tatili boyunca yöneticilerle öğrenciler sorunlar üzerinde birlikte çalışmışlar. Sonra yönetim kurulu üyelerinden özellikle ateş altında kalan dört kişi son bir çırpınışla, La Jolla'daki kişilik çatışmaları merkezinin yöneticiler için düzenlediği yaz eğitim gurubuna katıldılar. Katıldıkları etkileşim grup terapi programı dahilinde yaşadıkları deneyler o kadar zengindi ki öğrencilere güvenme, konuşmalarda mümkün olduğunca açık davranma, onları okulun tüm yönetimsel ve eğitim faaliyetlerine katma ve okulun politika üretiminde, okul içi ilişkilerde ve hatta sınıflarda bir etkileşim grubu terapisi havası yaratma konularındaki isteklilikleri doğrultusunda büyük bir güç kazandılar.

Bu dört üyenin grup deneyleri öncesi ve sonrasındaki çabalarının sonucu gerçekten şaşırtıcıydı. Okul yöneticileri, okula devam, tembellik, giyim-kuşam, ilaç bağımlılığı, davranış bozuklukları ve kendine dikkat etme konularında öğrencilerin kendi sorumluluklarına güvenebileceklerini açıkladılar. Öğrencilerden okulda kendi seviyelerine uygun davranış ve katılım bekleniyordu. Eğer uygunsuz davranışları olursa bunda onlar sorumlu olacaklardı. 70 tane seçilmiş öğrenci ile yönetim kurulu üyeleri (hatta ücretli personelden de bazı kişiler) üç günlük tüm masrafları ödenerek bir tatil merkezinde bir araya getirildiler ve hep birlikte o yıl uygulayacakları planları hazırladılar. Bu, yönetici kurulun aldatmaca, göstermelik iş yapmadığını kanıtladı. Ne söylemişlerse onu yapıyorlardı.

Sonbaharda bu okulun açılışı komşu getto okullarına göre tamamen zıt bir görümdeydi. Halk okullarında, korku ve düşmanlık nedeniyle, polis ve güvenlik görevlileri tıklım tıklım doluydu. Dini okullarda açılış oturumları o sezon için katı kuralların oluşturulmasına, bu kuralları bozanların cezalandırılma yöntemlerinin tespitine ve kurumsal programlara adanmıştı. Bu okulda ise, her şeye rağmen öğrencilere onlara güvenildiği, herkesin elbette ki hata yapabileceği ve önemli olanın bu hatalardan ders çıkartmak olduğu anlatıldı.

Sonuç Ne Oldu?

Her şeyden önce birçok tartışma ve anlaşmazlık çıktı. Bazı başka okullar bu okulun takımlarıyla maç yapmayı reddettiler. Çünkü bu okulun sporcularından bazıları uzun saçlı, uzun favorili ve bıyıklıydılar. (Öğrenciler kendi kültürleri içinde bunun son derece doğal olduğuna inanıyorlardı.) Çok katı etnik eylemci gruplar oluşmuştu (Siyah Öğrenciler Birliği ve Birleşik Meksikalı-Amerikalı Öğrenciler). Hepsi kendilerine özgü bere ve amblemler takıyor, gösteriler yapıyordu. Sürekli olarak horlanmış, ezilmiş, kendi toplumsal tabakalarından şiddetli bir isyankârlık getirmişlerdi -devamlı bir korku ve her şeye başkaldırış. Fakat bu grupların yaratıcı düşüncelerinin, etkinliklerinin ve güçlerinin bu okulda hoş karşılandığını görmeleriyle birlikte, aşırı davranışları da giderek körelmeye başladı.

Sene ilerledikçe birçok yönetici üye yeni politikayı hâlâ anlayamamışlardı ve yıl sonuna doğru yönetim kurulu üyeleri tamamen bölündüler. Büyük bir kısmı okulu terk etti ve karışık okullarda olduğu gibi acı bir tat vardı. Bu o kadar belirgindi ki, yeni politikanın tanıtılması ve uygulanması için yardımda bulunanların bazıları başarısızlığa uğradıklarını düşünerek cesaretlerini yitirdiler.

Bu tür şüpheler öğrenciler üzerinde fazla bir etki yapmadı. Zorlanmadıkları halde okula devam; giderek arttı. Tembellik ciddi bir problem olarak tamamen yok oldu. İlaç bağımlılı-

ğı -elbette ki okul sınırları içinde- birdenbire kesiliverdi. Eskiden suskun ve can sıkıcı olan sınıflar şimdi durumu kötü olarak nitelenen gençliğin ilginç ve çekici tartışmalarıyla birden canlanıvermişti ve okul yöneticileri bunu devam ettirebilmek için ellerinden geleni yaptılar. Gelişmelerin en inanılmazı da son sınıf öğrencilerinin çoğunun dört yıllık yatılı fakültelere başvurarak oraları kazanmalarıydı ki getto okullarından fakültelere gidebilen hemen hemen hiç olmazdı.

Problemleri olduklarından daha büyük göstermek istemiyorum, ama bazı yönetim kurulu üyeleri bölüp parçalayıcı sonuçlarına rağmen eskinin otoriter yönetimlerine dönmek için çaba harcadılar ve şu iyice açığa çıktı ki, özgürlük ancak seyrek olarak ortadan kaldırılabiliyordu. Bazı öğretmenler başladıkları bu yeni ve bilinmeyen yoldan korkuyorlardı. Beyaz öğrencilerin çok büyük bir kesimi olup biten şeylere karşı katı ve düşmanca tavırlar takındılar, öğrenci aileleri yeni gelişmeler karşısında endişeye kapılmış, şaşırmışlardı ve hiçbiriyle yeni felsefe ve onun, akılcılığını tartışmanın, konuşmanın olanağı yoktu. Hiç şüphe yoktur ki, bu yıl okul geçmiş yıllara göre daha karmaşık ve düzensizdi.

Bu kısa öykü öz yönetimli (selfdirected) kurumlardaki değişiklikler konusunda öğrendiğim birçok şeyden yalnızca küçük bir bölümü sergilemektedir. Etkileşim grubu deneyleri ve kurumda bir grup etkileşim atmosferinin yaratılması açıkça son derece olumlu değişiklikler yapabiliyor, fakat tabii kurum üyeleri arasında keskin ayrılıklar da doğurabiliyor, kurum topluluğunu endişeye sevk edebiliyor; geleneksel kurallara bağlı olanları şiddetle tehdit ederek değişikliklerin mi yoksa bir felaketin mi meydana geldiği sorusuna neden olabiliyor. Ama yine de, okullarda uygulanan ve bizim en çok ilgilenmemiz gereken grup biçimi ezici bir çoğunluk tarafından özgürleştirici, rahatlatıcı, hayat verici, katılımı sağlayıcı, sorumluluk öğretici deneylerle dolu bulunmuştur. Sonuç olarak, değişiklikler daha yavaş ve az acılı gerçekleşirse ve kaçınılması gereken hatalar yapılmazsa (örneğin gruba devam etmenin üzerin-

de özellikle durarak) sonuç olumlu oluyor. Düşüncelerde olduğu kadar duygular konusunda da açık ve dürüst konuşma öğrencilerin, yöneticilerin ve yöneticiliğin kişiler kadar temel eşitliklerinin olduğunu kabul etmek; kurumun gerçek meseleleri konusunda birbirini eğitmek ciddi ve belki de geriye dönülmez değişiklikler getiriyor.

Burada bir anlamda etkileşim grubu tedavisi içinde ortaya çıkan güven ruhunun gizil gücünü göstermek için sert ve üzerinde çok tartışılan bir kurumsal değişim seçildi. Bir başkası çok daha ortalama bir örneği seçebilirdi tabii.

Umarım bölüm başında açıkladığım inançlarımın birer yanılgı olmadığını kanıtlayacak kadar yeterli ham bilgi sundum. Etkileşim grubu tedavisi içindeki pratikler hem bireyin kendi içinde hem de davranışlarında birçok insani ilişkilerde ve kurumun yapısı ve politikalarında güçlü değişiklikleri harekete geçirebilir.

5

DEĞİŞEN İNSAN: YAŞANMIŞ SÜREÇ

İşte size bir yardımcının bir etkileşim grubu deneyinden bir-iki hafta sonra aldığı bir yorum: "Hâlâ ilham gelmeye devam ediyor... Kendi içimde muazzam değişikliklerin olduğunu fark ediyorum... fakat daha önce kapalı olan bir kapıyı gerçekten açmış gibi görünüyorum." Böyle bir cümle olumlu gibi görünüyor, fakat bu, gerçekte; bireyin şimdi ve gelecekte yaşayacağı hayatı için neyi işaret ediyor, neyi anlatmaya çalışıyor? Bundan önceki bölümde meydana gelebilecek bazı değişiklik türlerini gördük. Ama yine de daha sonra meydana gelecek değişikliklerin meydana geleceği sürece pek fazla dikkat etmedik.

Burada bireysel değişikliklerin geliştiği dalgalı evreleri, mikroskobik düzeyde de olsa, aydınlatma çabasıyla 6 yıldan fazla bir döneme yayılan bir dizi mektuptan ibaret çok seyrek rastlanan ve şans eseri oluşmuş olaylar zincirinden yararlanmak istiyorum.

Grup ve Ellen

Birkaç yıl önce doğu kıyılarında 13 erkek ve iki kadından oluşan bir iş yöneticileri grubunun yardımcısıydım. Hepi-

miz kırda son derece konforlu bir tatil evinde 5 günlüğüne toplandık. Bu 5 günlük süre içinde ben de dahil gruba katılan herkeste çok anlamlı şeyler oldu. Ama bu olayları tümüyle anlatabileceğimi sanmıyorum. Onun için bunları tek tek anlatmak yerine üyelerimizden bekar bir kadının hayatında daha sonraki yıllarda meydana gelen olayları anlatacağım.

Ellen (bu tür anlatımların hepsinde olduğu gibi bu isim de takmadır) teknik bir işyerinin müdürüydü. Grup üyesi erkeklerden ikisiyle, çok keskin anlaşmazlık ve tartışmalarının olmasına rağmen grup içinde oldukça sessizdi. Sadece oldukça karmaşık iş ilişkileri olduğu bir anlamda otoriter güçlü ve aynı zamanda kişisel bağımlılığının da bulunduğu yardımcısı Liz ile olan problemlerini belirli boyutlarda anlattı. Bu arada bir de haftanın tam bitimine doğru annesiyle birlikte yaşamasından kaynaklanan bazı zorluklardan söz etti. Fakat eğer hafızam yanılmıyorsa bu zorluklardan çok az bahsetti -en azından ben bunların onun hayatı için çok önemli sorunlar olabileceğini fark etmedim. Ellen'in yanında çalışan Liz ile olan problemler ile ilgili olarak grubun yardımcı olduğunu sanıyordum, ama annesiyle ilişkileri konusunda hiçbir önemli yardımın yapıldığını zannetmiyorum. Grubun son gününe bir gün kala Ellen'e onu hem çok heyecanlandırıp ağlatacak kadar şaşırtan hem de aydınlatan oldukça şiddetli yapıcı eleştiriler geldi. Hafta başında Ellen'e tamamen yabancı grup üyesinin her şeyden sonra Ellen'e verdiği ve ona ilgi gösterdiğini belirten notu, grup üyelerinin birbirlerine nasıl yardım ettiklerini gösteren güzel bir örnekti. Ellen bu nota ne kadar değer verdiğini daha sonra bana açıncaya kadar ben durumdan habersizdim. Grup deneyinin bir parçası olarak bu notu burada aktarmak yerinde olacaktır:

"Bir arkadaşımız olarak sizi olduğunuz gibi, varoluşunuzun özü ve anlattığınız şeyleri, yapmacıksız halinizi ve tek bir bütün halindeki başkalarından farklılığınızı takdir ettim ve alkışladım. Arkadaşımız olarak görevim olabildi-

gince kendinizi kavramanıza yardım etmek, birbirimizle olan bağlantımızın özgürlük alanını genişletmektir. Sizin için sorumluluk duyuyorum, fakat hiçbir zaman sizi, sahiplenmem ya da sizi kullanmam, çünkü her ne kadar siz başkalarına ve başkaları şimdi benim olduğum gibi, size bağlı olsa da siz kendinize aitsiniz başka birinin size sahip olması için gelmediniz dünyaya. Birbirimizden kıtalarca uzak da olsak ben her bakımdan sizin için varım ve daima sizinle beraberim. Sevgimi kazanmak için hiçbir şey yapmasanız da sizi hiçbir zaman terk etmeyeceğim. Buna layıksınız çünkü siz kendinizden başka birisi değilsiniz ve çünkü ben öyle olmayı, olunması gereken çok güzel bir şey olarak görüyorum"

Hiç şüphe yok ki Ellen bu kadının notunu çok değerli ve güzel bulmuştur.

O zamanlar Ellen annesiyle ilgili olarak fazla bir şey anlatmamış olmasına rağmen ben problemin derinliğini kısmen de anlamış, hissetmiş olmalıydım; çünkü bana veda ederken kendisine, "Temmuzun 4'ünde (yaklaşık bir ay sonrası için) bağımsızlığınızı ilan edişinizi kutlayacağınızı umuyorum" dediğimi hatırlıyorum.

İç Değişimler

Mademki grup terapiden sonra bir insana neler olduğu konusunda bunca soru soruluyor, o zaman belki de bu bir tek kişiye neler olduğunu tanımlayabilmek tatmin edici olabilir. Kaldı ki böyle bir olanağımız da var: Çünkü, Ellen'in mektubu bu konuda birçok belgeyle dolu. Elbette Ellen'de meydana gelen değişikliklerin ortalama bir şey olmadığını biliyorum, ama bu konudaki bilgilerimle kıyaslarsak o kadar olağanüstü bir şey olmadığını da söyleyebilirim.

Grup çalışmaları bittikten yaklaşık iki hafta sonra Ellen bana tatil evindeki oda arkadaşından müthiş denecek kadar güzel bir not aldığını yazdı. Notu veren kadın daha önceleri de bir gruba katılmış ve Ellen onun gruba devam ettiği sıralar ba-

zı sorunlarının çözümünde ona yardım etmişmiş. Ellen oda arkadaşını şöyle anlatıyor: "... onunla birlikte geçirdiğimiz günlerde hayatımda daha önce hiç hissetmediğim kadar düşünce ve duygularla dopdoluydum ve son yıllarda birbirinden kopukmuş gibi görünen kendim hakkındaki keşiflerimin çoğunun nihayet birer birer doğrulandığını gördüm. Eski Ben'den tümüyle farklılaşarak hemen hemen kurtulmak üzereyim ve bu tatil evinde yaşadıklarımı, içimde uzun zamandır saklı fitili ateşlediği için övgüyle anıyorum."

Ellen daha sonra şöyle devam ediyor: "O kadının ne demek istediğini kendi kendime anladım. Hâlâ ilham gelmeye devam ediyor ve yansımalar hiç kesilmiyor. Kendi içimde muazzam değişimler olduğunu fark edemedim, çevremdekilerin de herhangi bir değişikliğin farkına varmadıklarını biliyorum, ama daha önce kapalı olan bir kapıyı gerçekten açmış gibi görünüyorum ve öyle umuyorum ki o kapı daha çok açılacak... Henüz tehdit edici bir durumla karşılaşmış değilim o yüzden nasıl bir karşı davranış göstereceğimi bilemiyorum ama korkmadığım zamanlar hafif bir rahatlık duyuyorum ve bu çok güzel bir şey!"

Etkileşim gruplarına katılan birçok insanda görüldüğü gibi, meydana gelen değişiklikler çok güçlü, onlar için çok güzel ve tabii ki, kendileri ve kendi duyguları hakkındaki tesadüfen keşfedilmemiş bilgilerinin yakın birer parçasıdırlar. Bu yeni sahip olunan duygulara uyum sağlamak için davranışların değişip değişmeyeceği Ellen'in kafasında ciddi bir sorundur. Kişilik teorisi konusunda kafa yormuş biri olarak kendini kavrayıştaki bu tür tüm değişikliklerin kısa sürede ya da sonra kaçınılmaz olarak davranışlarda da görüleceğine inanmışımdır. Aslında az sonra anlatacağım gibi, Ellen hiç de o kadar iyimser biri değil.

Aynı mektupta Ellen kendisini grup çalışmalarına tam olarak verememiş bir başka grup üyesiyle, Bay W. ile, yediği öğle yemeğini anlatıyor: "Bu adam grubun dışında da grubun

içindeki kadar zor anlaşılan biri. Onda grup duygularını yaratabilmek için gerçekten boş yere çaba harcadım. Bir ara grubun diğer tüm üyelerinin de adam kadar güç olabileceği şüphesine kapıldım, ama galiba o tatil evinden ayrıldıktan sonra hepimiz kabuğumuzun büyük bir kısmını tekrar üzerimize çektik." Ellen mektubunu şöyle bitiriyor " ...grubumuz yavaş yavaş sönmeye devam ediyor ve baş ağrılarımızı, geri kalan psikolojik hastalıklarımızın tümünü içine alan eski alışkanlıklarımız yeniden kuşatıyor etrafımızı. Grup ruhunu devam ettirebilmeyi ne kadar isterdim!"

İşte size grup deneylerinin parlak etkilerinin solmaya başlamasının ve hayatın eski motiflerinin kendilerini yeniden dayatmasının bir örneği. Şüphesiz bu, grup üyelerinde görülen yaygın bir durumdu.

Buraya aktardığım diğer tüm mektupları olduğu gibi Ellen'in mektubunu da yanıtladım; fakat birbirimizden iki bin milden uzak bir mesafeyle ayrı düştüğümüz için onun ruhsal durumunu, duygularını ve içinde bulunduğu koşulları anlamaktan başka hiçbir girişimde bulunmadım. Sadece eğer ihtiyaç duyuyorsa bulunduğu şehirdeki bir terapisti tavsiye ettim.

Dev Anası

Ellen ikinci mektubunu bir ay sonra yazmıştı. İlk defa annesiyle ilgili problemlerini anlatıyordu. Çalıştığı işyerinde şöyle yazmış: "... Annem bu akşam en azından saat 10'a kadar dışarıda. Onun hoşlanmadığı bazı arkadaşlarımı ziyarete gideceğim ve eve döndüğümde bu akşam George ile Carol'ı ziyarete gittiğimi açıkça söyleyeceğim. Fakat daha şimdiden, o eve döndükten sonra döneceğim için nerede olduğuma dair mantıklı bir mazeret göstermeye hazır olmamanın korkusuyla titriyorum. Bu çok aptalca bir şey, biliyorum, fakat mücadele edebilecek durumda değilim. Terapist, işte ben geldim." Böyle demesine rağmen Ellen o an terapiste gitmedi.

Annesinden korkmasıyla ilgili olarak söyledikleri onun grup içinde anlattıklarına göre çok daha fazlasıyla ele veriyor ve nasıl hâlâ tamamen annesinin eli altında küçük bir kız çocuğu olduğunu açıklıyor.

Ellen, grubun iyileştirici özelliğinden de bahsederek şöyle diyor: "... Öyle görünüyor ki, toplumumuzun ihtiyaç duyduğu, eğer gücü yetiyorsa kilisenin hizmete sunabileceği ve bizim bir an için grubumuzda elde ettiğimiz şey içinde üyelerini tehdit edebilecek hiçbir şeyin bulunmadığı "güvenli" bir gruptur..." Ve Ellen mektubunu şöyle bitiriyor: "Eski dalgalı halim yine var, ama çok küçük olmalarına rağmen yine de bazı kazanımlarım olmuş."

Ellen Ayrılmayı Düşünüyor

Ona yazdığım yanıt mektubunda, George ile Carol'ı ziyaret ettiğinde bunu annesine anlatabilme cesaretini bulabildiğini umduğumu yazmıştım karşılığında şöyle yazmış:

"... O gün nerede olduğumu anneme söylemeye cesaret edemediğimi söyleyeceğim için üzgünüm, ama galiba hiçbir zaman bulamayacağım bu cesareti. Çoğu insan ilişkilerinde olduğu gibi bu da göründüğünden çok daha fazla karmaşık ve aynı zamanda başka insanları da; içermektedir. Keşke bunu seninle daha ayrıntılı tartışabilseydim. Belki " böylesi her şeyi işlememize yardımcı olabilirdi. Gerçekten de, eğer ileri' yaşından dolayı annemin sağlığının iyi olmasından kendimi sorumlu tutmasaydım, arkadaşlarımın da moral desteğiyle annemden ayrı bir ev kurma cesaretini bulabilirdim kendimde. Fakat, her ne kadar fiziksel olarak çok iyi, kendi kendine bakabilecek düzeyde olsa da,75 yaşında birdenbire terk edilme çağını çoktan aşmış görünüyor. Asıl sorun ne yapacağımdır. Evlenmek bile çok zor. Zor, çünkü benim hayat arkadaşım olabilecek tek kişi var (George) o da annemin en az sevdiği şahıstır ayrıca bu da George dul kalmadıkça hemen hemen imkânsız bir şey... Karısı hem fiziksel, hem de psikolojik olarak çok hasta. Sadece yanlarında kalabilir ve eğer elimden gelirse yardım edebilirim.. Çünkü her ikisini de çok seviyorum

ve en mutlu evliliği kurabilecek de olsam ne olursa olsun onlardan ayrılamam. Her şey gittikçe karmaşıklaşıyor, değil mi?... Her şeye rağmen eğer George'u tanımasaydım şimdi sahip olduğum anlayışlılığın, sevme gücünün, sevgi ve hoşgörülüğün onda birine bile sahip olamazdım. Beni insanlaştıran o oldu ve bana acıyı olduğu kadar sevinci de hissetme yeteneğini o verdi. Eğer annemin bana yüklediği suçluluk duygusunun ağırlığı olmasaydı tahmin ediyorum her iki tarafa da fazlasıyla katlanabilirdim. Bu suçluluk duyguları da annemin yukarıda bahsettiği ilişkilere karşı zirveye varan nefretinden dolayı hayatımın çok önemli dönemlerinde başlar. Fakat bana doğru görünen şeyi yapmalıyım. Herkes aranan bir kişi olmaya ve sevilmeye ihtiyaç duyar. Tesadüfen ona yabancı olan bir yol seçtim. İçimdeki zıt duyguları görebiliyorsunuz değil mi? İnsanın temel ihtiyaçlarına karşı Calvinizm (*). Yalnız yaşama arzusuna karşı bağımlılık. George'un şiir hastası bir arkadaşı vardı. O, duygusal olduğu kadar benim durumuma da uyan bir şiir yazdı: "Nasıl da sürükleniriz yalnızlığa/ birer birer/ haykırışlarımız iç geçirme ve ahlarla çevrilmiş/ nasıl da sürükleniriz yalnızlığa... tek başına."

Sanıyorum biz insanlar iki çeşidiz. Belki de bizi bir araya getiren, ya da birbirimizden ayıran budur.

İşte size etkileşim grubu terapisinin kısmen ya da büyük anlamda bir sonucu. Ellen olgunlaşmışlığını, annesiyle olan pısırık ilişkisini ve ona karşı çıkmayı ciddi olarak düşünüyor. Aynı zamanda kendisi için anlamlı tek erkek ilişkisi hakkındaki suçluluk duygusunu da baştan sona gözden geçiriyor ve George'a olan duygularını kabul etme noktasına geliyor.

Konuşma ve Seçme Cesareti

Ellenin hemen dört gün sonra gelen ikinci mektubunda durum büyük bir değişikliğe uğramış ve pısırıklığın yerini cesaret almıştı. Bu mektubunda Ellen şöyle yazıyor:

Calvinizm: Hıristiyanlık dinini daha akılcı bir hale getirmeye çalışan Calwin'in kurduğu yol (mezhep). Burada esas kökene karşı çıkış anlamında kullanılmıştır. (ç.n.)

Sevgili Carl,

Sizi kendi problemlerimle bu derece meşgul etmeyi asla istemezdim, fakat aynı zamanda sizinle olan bağlantımı da devam ettirmek zorundayım. Bunu bazen korkunç bir örnek olarak da kullanabilirsin. Geçen gece annemle olan konuşmalarımda doğal bir gedik açıldı. Epey zamandır üzerinde durduğumuz, eve yeni bir biçim verme konusunda annem düşüncelerini belirtiyordu. Nazikçe, iyi komşuların olduğu bir apartmanı düşünmemizi tavsiye ettim ve böylece kendisine bakacak kimsenin olmadığı endişesinden kurtularak gözüm arkada kalmadan toplantılara, partilere gidebileceğimi söyledim. Geceleri evde tek başına kalmaktan korkuyor. Doğal olarak biri diğerini takip etti ve bu sabah annem histeri nöbetlerine tutuldu.

Aile doktorumuzla konuştum ve onun için bir yer bulmamız konusundaki tavsiyelerini aldım. Bırakınız komşulu bir apartmanı, aslında böyle bir şeye hiçbir zaman niyetlenmemiştim bile. Bütün arkadaşlarımın söyledikleri gibi doktor da annemin hızla uyum sağlayacağını ve bunun benim için tek seçenek olduğunu söyleyerek annemin durumu hakkında beni ikna etti. Artık geriye dönüş yok, eminim. Bu sabah hiçbir gelirinin ve konuşacak hiç kimsesinin olmadığını söyleyerek onu gözyaşlarıyla bırakıp gittim. Bu söylediğim gerçekten doğru. Yapabileceğim kadarıyla ortak taşınmaz mallarımızı elden çıkaracağım ve kendisi için devamlı bağımsız bir gelir temin etmeye çalışacağım. Buna kendi gelirimden de biraz katmak zorundayım.

Söylemediğim birçok şey olmasına rağmen çok konuştum ve söylediklerimin hiçbirinin anlaşılıp kabul edilemeyeceğini görebiliyorum. Eğer cesaretimi azıcık muhafaza edebilseydim, şimdi hıçkırıkları dinlemek zorunda kalmazdım ve eskiden olduğu gibi bu konuda soğuk bir kalp taşıyabilirdim.

Sizin de tahmin edebileceğiniz gibi, bugün benim için bu işi yapabileceğimin rahatlığı ile davranışıma karşı bir isyan-

dan oluşan tam bir kabus günü. Beni dinlediğiniz için teşekkür ederim."

Galiba bu son üç mektubun ortaya koyduğu gerçeklere şöyle bir göz atmak zorundayız. Önümüzde 44 yaşında, bütün hayatı boyunca annesinin egemenliği altında kalmış, hiç evlenmemiş, bir tek gecesini sevdiği erkek arkadaşıyla (George) geçirmek istediğini bile söylemekten son derece korkan bir kadın var. Annesinin uygun görmediği hiçbir şeye karşı gelemiyor. Problemlerini sadece yüzeysel bir şekilde anlattığı 5 günlük bir grupta şu veya bu şekilde hayatını yepyeni bir doğrultuya yönlendiren bir dizi bağımsız düşünce ve eylem başlatmış olmasına rağmen bu böyle. Hayatındaki bu yeni yönü büyük bir korku, suçluluk duygusu, muazzam bir güvensizlik ve endişe ile tayin etmiş olması, tüm yaşam tarzı ile kendisi hakkındaki kavrayışını ciddi olarak değiştiren artık geriye dönülmesi çok zor bir adım attığı gerçeğini değiştirmez.

Problem, Şaşkınlık ve Heyecan (Turmoil)

Ellen'in bir hafta sonra gelen mektubu, iyi ve kötü duygularla yaşadığı büyük bir hareketlilik ve değişikliği anlatıyor.

"... İlk olarak anneme yaptıklarımdan dolayı üzüntü ve suçluluk duyuyorum. Sonra bunca doğal ve normal olan şey için korku ve suçluluk duymanın ne kadar aptalca olduğunu düşündüren ve şöyle bulutların arasından fışkıran güneş ışıklarına benzeyen sağlıklı bir duygu var kafamda. Ve anneme ne zararım oluyor? Belki de önümdeki üç haftayı bu değişik duygularla geçireceğim. Annem üç hafta içinde kendi apartman katına taşınacak... Yardımcım Liz, ben kendi benliğime döndüğüm, tek başıma olduğum zaman büyük düzenlemelerin geleceğini söylüyor. Liz haklı, bundan eminim. Diğer arkadaşlarım gibi o da annemin bir kere yerleştikten sonra gayet rahat edeceğini biliyor, fakat asıl büyük sorun kendimi nasıl düzene sokacağım. Bu önümüzdeki üç haftadan çok korkuyorum. Ondan sonrası için hiçbir endişem yok. Suçluluk duygu-

su yakıcı bir alev gibi geliyor bana. Neden böyle? Sanıyorum bunu anlayabilirim. Kitabınızı okumak belki yardımcı olabilir. Keşke annemin bütün hayatı boyunca sadece kendini düşündüğünü ve beni, benim geleceğimi, düşündüğüne dair çok az delil olduğunu hep hatırlayabilsem.

George'la beraberliğim konusunda daha önce açıkladığım o eski meseleyi hâlâ acıyla anıyor. Eminim en büyük korkusu bu. Peki benim suçluluk duymam için sebep ne? Kabul edilmek istiyorum, ama annem tarafından; dolayısıyla da kendi tarafından kabul edileceğimi hissediyorum. Gerçek sebep bu mu?

Bir hafta sonra görünüş hiç de o kadar iç karartıcı değildir. "Annem taşınacak, ben de evi satmak için müşteri beklemek üzere evde kalacağım ve önümüzdeki iki hafta en zor atlatılacak zaman gibi görünüyor. İnsanoğlunun ne muhteşem bir varlık olduğunu düşünmeden edemiyorum. Zannettiklerinden çok daha katılar. Onları kurtaran şey içlerinde nelerin olup bittiğini anlamalarıdır. Görüyorsunuz ya, ben de bir öğrenciniz oldum. Sıcak notlarınız için tekrar teşekkür ederim. Bu acayip ve sorunlu anlarda bana yazdığınız kısa notlarınızın ne kadar büyük, bir değere sahip olduğunu pek iyi bilemezsiniz belki de."

Ellen daha sonra, beni görmeye gelen bir adama rastladı ve onunla bana şöyle bir mesaj gönderdi: "Dr. Rogers'a de ki, Ellen Temmuzun 4'ünü kutluyor." Bu kutlama iki ay gecikmişti, ama her şeye rağmen çok anlamlıydı. Bunu Ellen'in söylediği şu sözler de doğruluyor: "Artık terapistten yardım istemeyeceğim, bundan eminim. Sanıyorum kitabınızın ve benim ve annemin çevresinde fırıl fırıl dönen güzel arkadaşlarımın yardımıyla bu rahatlığımı sürdürebileceğim ve öyle inanıyorum ki her şey düzelecek."

Bu fırtınalı dönem sırasında Ellen'in eline bir başka etkileşim grubunun ilanı geçti ve yardımcısı Liz'e bu gruba gitmesini tavsiye etti. Ellen şöyle yazıyordu: "Bu tavsiyem Liz'i

heyecanlandırmıştı, ama benim gitmem gerektiği konusunda ısrar etti. Benim, gruptan döndükten sonraki halimin kendisini son derece memnun ettiğini, fakat grubun etkilerinin çok çabuk silindiğini ve bu programdan da yararlanmam gerektiğini, bunu çok istediğini söyledi." (Ellen bu gruba gitmedi.)

Derinlikler

Üç hafta sonra Ellen "kötüye gidiş durumu" diye adlandırdığı koşullar altında ihtiyaç duyduğu için bir başka mektup daha yazdı: "Konuyu size yazmak ya da onunla tek başıma mücadele etmek... Bugün sinirli olduğuma dair delillerim var 2.5 yıl öncesine kadar doktorumun Librium'la etkileşim etmeye çalıştığı ve yıllarca çektiğim kollarımdaki kaşıntı tekrar geldi. Sanıyorum bu bazı şeyleri kanıtlıyor.

Sanıyorum bu geriye dönüşü başlatan şey, kendi kendimi çok iyi kontrol edebildiğim günlerden yaklaşık bir hafta sonra, cumartesi günü annemi kendi dairesine taşımaya başlamamızdı. Bazı kutuları taşıdık ve annemin büyük eşyalarının 10 gün, içinde taşınmasına kadar her şeyi bir kenara bırakarak bunun böyle devam edeceğini umduk: Annemin hoşnutsuzluğu ve beğenmediği şeylerden yakınmalarıyla eski duygusallığım yeniden geldi. Yeniden depreşen eski suçluluk duygularım -75 yaşındaki bu zavallı ihtiyar kadına neler yapıyorum ben?- her zamankinden çok daha güçlü. Ama bütün bunlara rağmen, mantiki olarak biliyorum ki, yaptığım şeyler hiç de o kadar korkunç değil.

... Yeni dairesi lüks olmamakla birlikte konforlu ve bulunduğu yer itibariyle çok güzel. Evi çekici yapabilmek için elimden gelen her şeyi yapıyorum. Örneğin önümüzdeki günlerde evi halıyla döşeyeceğiz. İşte beni böyle titreten bir korku altında doğru olan şeyi yaptığıma dair kendimi ikna etmeye çalışıyorum. Ondan niye korkuyorum? Geçen hafta yine histerisi tuttuğunda attığı en çılgınca haykırışları karşısında son derece soğuk davrandım. Kendi kendime, içimde bu ka-

dar soğuk olmadığımı anlatmaya çalıştım, ama kendimi çok kötü hissettim ve sadece duygularımı kontrol etmeye çalışıyordum. Her şey onun histerik davranışlarından, saldırganlığından, iğneli dilinden, gözyaşlarından ve şikâyetlerinden son derece korkmamdan kaynaklanıyor. Ama niçin? Ah! Bu sorunun cevabını bir bulabilsem.

Babamın bir keresinde ona, 'Bıçağı yaranın içinde nasıl döndüreceğini çok iyi biliyorsun' dediğini hatırlıyorum. Ve kendimi suçlu hissetmem için pekâlâ bir ipucu olabilir çünkü annem aynı şeyi bana yıllardır yapıyor ve ben bunu son birkaç yıla kadar hiç fark etmedim. Gariptir, geçen hafta (onun onayı olmadan) bir apartman dairesi bulmamdan dolayı tutulduğu o çirkin histeri nöbetinden hemen sonra gerçek durumun ne olduğunu görerek kendime güven duydum.

... Her şeyin neden böyle olduğu konusunda konuşabilirim, fakat şu göğüs boşluğumu dolduran müthiş korkudan ya da evde herhangi bir şeyin tekrar histeri nöbetlerine neden olacağı korkusundan, fedakârlık duygularından, içimde büyük bir suçluluk duygusu doğuran suçlamalarına karşı duyduğum korkudan hâlâ kurtulabilmiş değilim. Dünü korkunç baş ağrılarımdan kurtulmak için uyuma çabalanyla geçirdim.

... Yardımcıların çoğu benimki gibi böyle bir geriye dönüşü normal bulurlar mı acaba? Bunca kök salmış düşünce ve duygu alışkanlıklarını değiştirmeye girişiyorlarsa eğer, bunu normal karşılamaları gerekir diye düşünüyorum. Liz ve Kuzenim Sally'nin sürekli olarak bana söyledikleri gibi sanıyorum en kötüsü daha geride. Aslında konuyu 6 hafta önce açabilme cesaretini göstermem en büyük adımdı. Ah! Bir de şu suçluluk ve korku duygularını atabilsem!"

Öyle görünüyor ki birçok insan kişilik kavrayışlarındaki ve davranışlarındaki değişikliklerin engelsiz, düzgün bir şekilde olacağını sanıyorlar. Bu hiç kimse için doğru değildir, hatta kurumsal değişiklikler için bile. Bütün değişimler fırtınaları ve çeşitli düzeyde acıları içerir. Örneğimizde gördüğümüz yo-

gun bir acıydı. Kendimiz hakkında anlamlı bir şeyler keşfettiğimiz bu yeni şeye göre hareket ettiğimiz zaman, bu, önceden tam olarak hiçbir zaman tahmin edemeyeceğimiz sonuç dalgalarıyla başlar. 44 yıllık alışkanlıklarla şekillenmiş bir temel üzerine inşa edilmiş bir yaşama biçimindeki bu tür büyük bir değişikliğin güven, bunalım, suçluluk ve zaman zaman gelen tatmin duyguları gibi bir şiddetli dalgalanmalar dönemine neden olması gayet doğaldır. Ama yine de bu doğallık böyle bir şeyi yapmayı hiç de kolaylaştırmaz ve her bireyin mücadelesi kişiseldir. Ayrıca özellikle değişiklik çok derin boyutlardaysa, her birey tıpkı bir geminin şiddetli bir fırtınaya tutulması gibi hisseder kendisini.

Bağımsızlık İlanı

Bütün bunların olup bittiği sırada bizim grubun bir parçası olduğu örgütlenmemizin üst düzey sorumlularından birinin nazik bir isteğine karşılık Ellen her şeyin kendisi için ne anlama geldiğini özetlemeye çalışan bir mektup yazıyor. Daha sonra bu mektubun bir kopyası elime geçti. Mektupta Ellen etkileşim grubu içinde ve daha sonra yaşadığı olayların bir özetini veriyor:

"... Birçok grup üyesinde olduğu gibi ben de tatil evine kendi problemlerim hakkında tamamen yanlış fikirlerle gittim. Bildiğiniz gibi, bizim grubumuz olağanüstü 'iyileşme' gösteren bir gruptu ve bunun böyle olduğu benim gerçek kişisel problemlerime bir kapı açmaya başlamam ve diğerlerinin bu kapıyı tamamen açmalarıyla daha 6. günde kanıtlandı. Carl'ın yaptığı bir saptama, umarım kendisiyle bağlantımı hiç koparmam, geçen yaz bende müthiş değişikliklere doğru çok uzun bir yol aldı.

Bizim grup hakkındaki bazı şeyler, bireylerin 'çok güzel' nitelikleri hakkında bana yeni anlayışlar verdi. Eski çevreme döndüğüm zaman, kilise bile genellikle üretici olmayan kişilerle konuşuyormuş gibi geldi bana... Gruba başlamam yete-

neklerimin, son yıllardaki deneylerimi, 6 hafta önce müthiş bir adım atmamı sağlayan tek bir geniş kavrayış içinde birleştirmesine yol açtı.

... O müthiş adım ve benim tatil evine kendi bakış açımla gördüğüm gerçek problem, üzerimde sürekli egemenlik kuran bir anneden ayrılışımdı. Bu, gerçek bir not defteri (case book) problemidir ve bütün temel psikoloji kitaplarında yer almıştır. Fakat korku ve hep ikinci sınıf insan olma temeli üzerine kurulmuş bir hayatı değiştirmek hiç de kolay değildir. Ormandan henüz kurtulabilmiş değilim, fakat yolum gittikçe kolaylaşıyor. Gruba katılışımın büyük bir adı olduğunu ve eğer oradaki deneylerimle kendim ve başkaları hakkında yeni duygular ve anlayışlar kazanmamış olsaydım böyle bir ayrılıkla annemin karşısına çıkamayacağımı biliyorum.

... Özellikle sanayi kesimindeki insanlara liderlik nitelikleri kazandırma amacında olan yoğun çalışma gruplarının elde ettikleri konusunda bu mektubumdan ne düzeyde bir sonuç çıkarırsınız bilemiyorum. Fakat bunun bir birey üzerindeki duygusal etkisini göreceğinizi ve benim bu deneylerden çıkardığım merak ve umudu anlayacağınızı gerçekten umuyorum. Orta yaşımda nihayet biraz olgunlaştım. Anneme, ihtiyacı olan kendine güvenli bir hayatı sağladıktan sonra iki hafta içinde kendime ait bir hayat yaşamaya başlayacağım. Tek başına yaşayıp yaşayamayacağı kendisine kalmış bir şey. O benim hayatımı yaşamaya çalıştı, ama artık ben daha fazla yaşayamam... Yaa, işte böyle, bu size yoğun çalışma gruplarının elde ettiği en iyi şey olarak verebileceğim şeydir. Bana kendi hayatımı bulmama yardım etti.

Bağımsızlığın Bedeli

Ellen'in bu mektubu ile bundan sonraki mektubu arasında 5 haftalık bir süre geçti. O mektubunda şöyle yazıyor:

" Yazışmamızı sağlayan kapıyı açık tutan mektubunuz için çok teşekkür ederim. Duygularımı yazmama yardımcı ol-

du, fakat elbette ki sizden benim her anıma, mektubuma yanıt vermenizi beklemiyorum.

... Bağımsızlığın çok pahalı bir şey olduğu şeklindeki düşünceniz çok haklı ve ben kaça mal olursa olsun artık geriye dönmeyeceğimi biliyorum. Annem geçen salı akşamı şimdiki konumuza ilişkin olarak ilk defa bir şey söyledi. Bazı arkadaşlarımla birlikte haftalık briç partilerimizden birini oynuyorduk. Değişikliğe alışamadığını ve o gecesinin çok kötü geçtiğini, saatlerce bu konuyu düşündüğü için bir türlü uyuyamadığını söyledi. Bu noktada ona yanıt vermek çok zor bir şeydi ama gene de şöyle bir yanıt verdim: "Evet, değişiklik yapmak çok zor. Ben de büyük bir güçlük çekiyorum. Bu duruma alışmamız uzun bir süre alacak." Annem bu duruma hiç alışamayacağını söyledi, o zaman ben de sustum. Başka ne söyleyeceğimi bilmiyordum. O gecem mahvoldu, öbür gün de sürekli olarak bunu düşündüm. O gün mektubunuzu aldım ve biraz ferahladım.

Şiddetle dalgalanan bir çizgi üzerinde bir aşağı bir yukarı gidip geliyorum. Bazen bütün olan biten bana inanılmaz gibi görünüyor ve annemin salı günü anlattığı, bir gün uyandığımda her şeyin bir rüya olduğunu ve tekrar eski durumumuza döndüğümüzü göreceğimi ifade eden kabusunu aynen yaşıyorum..

... Sanki üç farklı düzeyde yaşıyormuşum gibi hissediyorum kendimi: 1. Sizin de bahsettiğiniz gibi, varlığımın, kendisi için doğru olan neyse onu yaptığı "kararlılık-gut level" düzeyi, 2. Rüya ve hayallerin başıma çöktüğü duygusal düzey 3 Duygusal düzeyimle savaşan ve onu kararlılık düzeyine getirmeye çalışan ussal düzey."

Bu cümleye, kişilik teorisiyle ilgilenmiş bir psikoloğun bakış açısıyla bakmak istiyorum. Bu cümle kişilik değişimlerinin dinamiklerini çok güzel bir şekilde anlatıyormuş gibi geldi bana. Çünkü, bir kere; Ellen duygularından, kendi vücudunun ve kararlılık düzeyinin tepkilerinden ilk defa olarak tümüyle

haberdardır. Bir bütün olarak varlığı bu tepkilerin yol gösterdiği yeni edimleri yaşamakta ve Ellen bunun kendisi için ne kadar doğru olduğunu hissedebilmektedir. Diğer yandan, annesi tarafından kendisine verilmiş değerler birikiminin uyandırdığı tüm duygular ayaklanıp kendisine saldırıyorlar: "Anneni yalnız bıraktığın, ona ihanet ettiğin için sen çok kötü bir insansın." " Annenin isteklerini yerine getirmediğin, kendi hayatını onunkinden daha çok önemsediğin için kötüsün." "Evli bir erkeğe karşı aşk duyguları beslediğin için günahkar bir kadınsın." "Kötüsün, çünkü anneni histeri nöbetlerine sen sürüklüyorsun." Böylece eski korku, suçluluk değersizlik ve günahkarlık duyguları kendilerini eskiden olduğu gibi yeniden yaşatıyorlar. Fakat bu defa bir farklılık var. Ellen'in beyni artık şunu söyleyebilecek güçte: "Evet, korku ve suçluluğu yaşıyorum ama vücudum benim bu 'kötülüğümü' yaşamıyor. Annemden ayrıldığım, George'un sıcacık aşkını yaşadığım için mutluyum ve annemin saldırılarına karşı için için üzülüyorum." Kendisinin d söylediği gibi, aklı kendi vücudunun iç duyularından yana: yani bizzat kendi yaşamından yana. Bu yüzden şundan eminim ki, annesinin ona enjekte ettiği değerler giderek güçlerini yitirecekler.

Ellen kendi içindeki fırtınalarla ilgili olarak şöyle devam ediyor.

"...İçimdeki çelişki beni mahvedecek düzeyde. Fiziksel olarak yorgunluktan ölmeye doğru sürükleniyorum, her şey anlamını yitirmiş benim için. Geçen hafta akşam yemeğinde ilk defa eğlendim, acemi garsonun her zamanki küçük sakarlığına uğradım ve az da olsa beğendim bunu. Bu hafta en kısa zamanda, serbest olan her şeyi çağıracağım hayatı yani. Belki gelecek hafta yine zirveye çıkarım."

Bağımsızlık Korkusu

Sanıyorum asıl problem, anneme karşı duyduğum ve gerçekten azalmakta olan endişelerimle hiç ilgisi olmayan yal-

nızlığa dayanamayışımdır. Böyle anlarım, içimdeki her kıpırdanışla sizin kitabınıza ve yaklaşım biçiminize başvurduğum anlarımdır. Arkadaşlarıma içimden geldiği, istediğim gibi yaslanamıyorum. Bana çok büyük yardımları olan iyi arkadaşım George'u özledim. İçler acısı iş koşullarında çalışıyor, çok meşgul ve bir haftadan fazla zamandır kendisiyle bir kerecik bile konuşamadım.

... Keşke aileler çocuklarının gitmelerine izin vermedikleri, yuvada yaşamaya gönülsüz oldukları zaman, onları kapı dışarı etmedikleri durumlarda çocuklarına ne büyük zararlar verdiklerini anlayabilselerdi. Fakat yıllar önceki katı inançlarımı değiştirmediğimi ve kendi kendimi nasıl feda ettiğimi anlayamadığım için suçun birazı da bende. 44 yaşındayım, ama kendimi ormanda kaybolmuş 10 yaşındaki bir çocuk gibi hissediyorum. Beni asıl korkutan bu arada geçecek zaman ise de, şu anda yapabileceğim tek şey, bir adım atmaktır. Bazen bu noktada annemin nereye doğru gittiğini gözümün önüne getirmeye çalışıyorum. Fakat herkes, başrahip bile annemin güçlü bir kadın olduğu ve her şeyin çok daha iyi gideceği konusunda bana güven veriyorlar. Ve bu yüzden, onunla yüz yüze geldiğim zamanların haricinde kendi acılarımla onun çekeceği sancıları unutma eğilimine giriyorum."

Bana göre Ellen'in yavaş yavaş annesine karşı duyduğu suçluluk duygusundan kurtulması ve asıl problemin kendisi olduğunu, yani kendi hayatını yaşamak ve kendi ayakları üzerinde durmak için müthiş bir dönem yaşadığını anlamış olması çok güzel bir şey. İşte şimdi kendisine annesi tarafından verilmemiş bir korkuyu yaşıyor. Kendisinin de söylediği gibi bağımsızlık için çok büyük bir bedel ödüyor, ama yine de şu gayet açık ki, mücadelesinde ilerleme kaydediyor. 45 yaşında olmasına rağmen duygusal olarak 10 yaşında olduğunun dört dörtlük bilincinde. Bu, gerçekten bir adımdır.

Ellen Çatışma Cesareti Gösteriyor Ve Memnun

Bu mektup da bir ay sonra geldi: "Sadece dosyamı gündemde tutabilmek için durumu rapor etmek istiyorum. Sanıyorum en son yazdığımda bunalım içindeydim. Bu defa size ölçülü notalara sahip bir mektup yazabileceğim. Zannediyorum her bakımdan iyiyim. En kötü anlarım salı akşamları düzenlediğimiz briç oyununda ve hafta sonlarında onu görmek zorunda kaldığım anlardır. Kendi konumunu hiç düzene sokmuyor ve bana ne kadar mutsuz olduğunu anlatmak için ufak tefek şikayetlerde bulunuyor. Ama önemli değil, birçok annenin çocuklarına karşı böyle yaptığını gördüm ve anneme karşı olan konumum konusunda giderek daha fazla güven kazanıyorum.

Size bu konuda bir örnek vereyim: Kuzenim Sally annemle beni Şükran gününe davet etti. Bizden sadece 20 mil uzakta yaşıyor. Sık sık gideriz oraya. Noel'i de her yıl orada geçiririz. Geçen hafta sonu annem Noel için de ayrıca gittiğimiz için Şükran günü Sally'lere gitmek istemediğini söyledi. Gerçek neden aslında, kendisinin Sally'ye daha önce iştahla söylediği gibi pişireceği kabak turtasına önem verilmemesiydi. Dilinde öyle bir iğnelilik vardı ki, bu dili ben çok iyi tanıyordum. Ben hiçbir şey söylemedim. Biraz sonra konuyu ikinci defa hatırlatarak kendisinin gitmeyi düşünmediğini ve eğer benim Şükran gününde yapmak istediğim bir şeyler varsa yapabileceğimi söyledi. Yine bir şey söylemedim. Fakat konuyu üçüncü defa açtığında. "Anne" dedim, "Sally beni Şükran gününe davet etti ve ben gideceğim. Sen istediğin gibi davran." O anda birden geriledi (simmered down) ve sonunda "Beni de Şükran gününe götürür müsün?" dedi. İşte görüyorsunuz yaşlı biri nasıl da birden çocuklaşabiliyor!

Ayda birden fazla temizlemeye zamanım olmasa da kendi evimde gayet iyiyim. Yemek yapmayı öğreniyorum. Geçen akşam yıllardır hiç yemek yapmadığım bazı arkadaşlarımı yemeğe davet ettim. Kendi evinde olmak, başkaları çalışırken

onları seyretmek, canın istediği zaman bir şeyler içmek öyle güzel ki! Gruba katıldığım tatil evindeki oda arkadaşım geçen hafta şehirdeydi çok güzel bir cuma akşamını ve bütün bir cumartesiyi birlikte geçirdik. Tatil evinde bütün zamanı birlikte geçirdiğimiz halde her şeyin ancak o kadarcık olmasına karşın birbirimizi nihayet burada tanımış olmamıza güldük. Duygusal problemlerimiz ve onlar hakkında ne yapacağımıza dair düşüncelerimiz de dahil birçok ortak yanımız var ve arkadaşlığımızın daha da zenginleşerek devam edeceğini umuyorum.

Sonuç olarak, böyle şükürler edebildiğim için minnet doluyum! Ve umarım annem de hayatını anlamlı kılmak için bir şeyler bulabilir; ama bunun benim gücüm dahilinde olmadığını biliyorum. Mutlu tatiller dilerim."

İşte Ellen hayatında ilk defa kendisinin ayrı bir kişiliğe sahip olduğu gerçeğiyle annesine karşı çıkma cesaretini gösteriyor. Annesine yeni bir ev bulduğu zaman gerçek bir karşı çıkma düşüncesi olmadan, suçluluk duygularıyla doluydu. Aslında evi annesinin histeri nöbetlerinden kurtulmak için ayırdı. Ama yine de her şeye rağmen "Ben gideceğim, sen istediğin gibi davran" diyebiliyor. Sonunda göbek bağını kesti ve (eminim hiçbir zorluk çekmeden) "Ben senden ayrı bir insanım" demeyi başardı. Şimdi samimi bir şekilde bağımsızlık gününü, 4 Temmuzu kutluyor. Bir ay sonra gelen mektubunda söylediği şey bu: " ...Anne sorunu kendini yavaş yavaş bitiriyor. Kendini acındırarak bana her fırsatta saldırıyor, fakat ben hem buna izin vermiyorum, hem de üzerinde hiç durmuyorum. Duruma uyum sağlamanın onun için ne kadar zor olduğunu biliyorum ve kendimi karmaşaya düşürmeden elimden geleni yapıyorum. Durumu genel haliyle ele alırsak, göbek bağı kesildi ve artık bir daha hiç bağlanmayacak." Dışarıdan görülebildiği kadarıyla annesi kendi kendine yetiyor ve oldukça mutlu.

İkinci Bir Darbe (blow)

Göbek bağını başarıyla kesmekle sonuçlanan bu zor ve acı dolu ayrılığın herkesin kısa süreli bir gelişme mücadelesi için yeterli olduğu zannedilebilir. Ama öyle değil; bu defa da kısmen karısını, kısmen de başka karışık nedenlerden dolayı kendisini psikolojik olarak Ellen'den uzaklaştıran, Ellen'in çok güvendiği, çok sevdiği George çıkıyor karşımıza. Daha sonraki mektuplarında Ellen'in de söylediği gibi bu, "yaralı apartmandan ikinci bir inilti" dir. Mektuplarında hep bu bunalım döneminin taze acılarından ve onun bunlara göğüs germek için verdiği mücadelelerden bahsediyor, fakat esas olarak hepsi yine aynı hikâye. Mektuplarından birinde anlattığına göre arkadaşlarından birisi ona "Krizi gözle görülecek bir şekilde atlattın" demiş. Arkadaşı şaşkın durumdaymış, çünkü Ellen ikinci bunalımı o kadar kısa sürede söküp atmış ki üzerinden. Bu ikinci bunalım döneminin bir kısmını anlatırken Ellen şöyle diyor:

"Sanki bir bebek ölmüş gibi acı duydum fakat bu duygu bir insanın kaybedilişinden çok, bir duygunun geçip gitmesine duyulan acıya benziyordu. Bu duygunun kaybedilişi içinde belki ben de hayatımı ilginç ve çok çeşitli yaşam biçimlerini doğru açıyorum: Onun varlığını hissetme olanağı yaratma isteği yerine şimdi serbest bir şekilde son yıllarda hiç görmediğim uzak arkadaşlarımı görmeyi düşünüyorum. Gerçek bir aşk arayışı tam bir zaman kaybıdır. Eğer böyle bir şey gelirse gelir, ne yapayım, ama gelmezse basitçe her zaman hissettiğim şeyi kabullenirim; yani, ben özellikle sevilebilecek bir insan değilim. Galiba bu mantık ve bu kabulleniş herkese karşı daha çok ilgi duymama yardım edecek ve bir tek kişiye karşı duyduğum derin kişisel ilgi eksikliğini dengelememi sağlayacaktır."

Gelişme Acısı Katlanılmaya Değer mi?

Ellen ikinci derin acı dönemini yaşadığı sırada ona kısa bir notla bizim gruba katılmasına neden olan şeyleri hiç duymamış gibi davranarak grubu unutmasını söyledim. Bana ver-

diği yanıt ilk gruba katılış tarihine göre 8 ay sonraydı: "Geçen 9 ayı tekrar yaşamayacağımı, grup deneyimimi tekrar etmeye gönüllü olup olmadığımı merak ediyorsunuz değil mi? Tek kelimeyle, evet. Grup benim için olağanüstü güzel bir şey... O, hayatıma, beni olgunlaştıran yepyeni bir boyut kazandırdı... Hayır, grup deneyimime hiçbir şey için son vermem. Hatta bu aylar içinde birçok defa cehennem hayatı yaşamış olmama rağmen çok şey öğrendim ve öğrendiğim her şeyden memnunum."

Sonuca İlişkin Bazı Düşünceler

Bugünlerde birçok insan etkileşim gruplarının ne olduğu ve değerleri konusunda sorular soruyorlar. Bu sorular Ellen'in yaşadığı şeylerin diliyle ifade edilecek olurlarsa şöyle sıralanabilirler: Bu onun için üzücü bir deney miydi? Deneyler onu mutsuzluğa ya da bunalıma sürükledi mi? Ellen'in yakın ilişkilerinde herhangi bir kopukluğa neden oldu mu? Grupta yaşadıkları onu Ortodoks ahlâkından uzaklaştırarak kadın erkek ilişkilerine karşı yaklaşımlarından değişikliklere yol açtı mı? Ellen'i duygusal anlamda dengesizleştirdiler mi? En küçük bir şüpheye yer bırakmayacak şekilde bütün bu sorulara verilecek yanıt "evet"tir. Grupta yaşadıkları korkunç bir tatminsizliğe yol açtı; derin bir mutsuzluğa ve bunalıma neden oldu; annesiyle ilişkilerini öyle bir değiştirdi ki, annesi histeri nöbetlerine tutuldu; duygusal tepkilerinde vahşi dalgalanmalar yarattı; evli bir erkeğe karşı duyduğu aşkı daha çok normal bulmasına sebep oldu. Dolayısıyla, yukarıdaki soruları soranların kafasında doğal olarak şöyle bir sonuca varıldı: Ellen'in etkileşim grubu deneyi şanssız, zarar verici, sadece hiçbir faydasının olmaması anlamında değil fakat yıkıcı etkisi nedeniyle de zarar vericiydi. Bu tür yüzeysel değerlendirmeler birçok insanın hem eleştirel olmalarına, hem de etkileşim grubu terapisinin giderek yaygınlaşması karşısında korkmalarına neden oldu.

Fakat isterseniz Ellen'in deneylerine bir de daha anlamlı bir bakış açısından, Ellen'in kendi bakış açısından bakalım:

Grup yaşamı onun için hayatının en güzel şeylerinden biriydi; iç dünyasının kapılarını açmasına yardımcı olan sevgi dolu ve insana değer veren insanlarla yaşadığı bir zirve hayatıydı. Grup yaşamı onun hayatına girmekle çok yavaş bir şekilde kendini yaşamasına yol açan kapıyı açtırarak hayatını bir kavrayış, sezgi ve duygu seline uğrattı. Ama yine de Ellen bu kapının tekrar kapanacağından emindi.

Bir yandan, hayatının annesinin egemenliği altında olduğunun, diğer yanda ise sevgi ve herhangi bir şey yapmak için tamamen annesine bağlı olduğunun açıkça farkına vardı. Annesinden ne kadar korktuğunu anladı.

Hayatında ilk defa olarak bu göbek bağını kesmeyi ciddi olarak düşünmeye başladı.

Annesinin değer yargılarından çok, örneğin erkek arkadaşı konusunda, kendi duygularına güvenmeye başladı.

Annesini ayrı bir eve gönderme konusunda karar vererek en cesur adımı attı. Bu kararın ve sonraki hareketlerinin getirdiği suçluluk, endişe ve fırtına dolu hislere göğüs gerdi.

Kendisini korkutmasına ve bunalıma sürüklemesine rağmen, annesine olan tüm bağımlılıklarını söküp attı; önce psikolojik olarak; sonra fiziksel olarak ve en sonunda da ayrı bir kişilik olarak onunla cesaretle konuşarak.

Hayat boyu birçok alışkanlık edinerek yavaş yavaş büyümüştür ve şimdi kendi hayatını yaratarak onlara karşı savaşmaktadır. Bağımsız olmanın korkusuyla yaşadı ve bu korkuya karşı göğüs gerdi.

Ayrı bir kişilik sahibi olmakla derin tatmin ve sevinç anları yaşamaya başladı.

Aşk hayatında acı ve perişanlıklarla karşılaştı, ama bu defa yepyeni bir cesarete sahiptir.

Giderek daha çok gelişmiş bir kişilik, ayrı bir kişilik sahibi olabilmek fakat ilişkilerde de daha duyarlı, çok büyük

masraflarla kendi özgürlüğünü kazanmış bir kişilik sahibi olmanın hiç bitmeyen mücadelesinde büyük adımlar attı. Ve bu varolma cesareti öyle güçlü ve öyle güzel bir şey ki Ellen, onu bir kere daha bulmak gerekirse, tüm acıları yeniden yaşamaya razı.

Ellen'in hikâyesi tek hikâye değildir. Yoğun grup deneyleri birçok başka insan için de hayatlarında ve davranışlarının doğasında bir dönüm noktası olmuştur. Ellen'inki sadece bir haftalık bir grup deneyinden bir kişiye neler olduğunun acı bir hikâyesidir.

Altı Yıl Sonra

Tamamen tesadüfi bir şekilde grup deneyinden tam 6 yıl sonra Ellen'in bana gönderdiği bir mektupla karşılaştım ve mektubun ne kadar zengin bir kişisel bilgi hazinesi olduğunu ve aynı mücadele sürecinden geçecek başkalarına ne büyük yardımlarda bulunacağını görerek kendisinden, adını açıklamadan mektubu kullanmak için izin istedim. Büyük bir memnuniyetle izin verdi. Sonra, gerçeklerle ilgili hataların ya da karşı çıkabileceği şeylerin olup olmadığını kontrol etmesi için yukarıda yazdıklarımı taslak halinde kendisine gönderdim. Bazı ufak, fakat değerli açıklamalar da ekleyerek hepsini onayladı. Zannediyorum Ellen bu son iki mektubu yukarıda açıklanan gelişim mücadelesi hikâyesinin son bölümlerini vererek noktalıyor. Aşağıdaki birkaç alıntı Ellen'da devam eden değişimlerin derinliğini verecektir.

Sevgili Carl,

Taslak elyazmalarınızı okumak ne garip bir deneydi. Hiçbir duygusallık, kişisel etkilenme, göstermeden sanki kitaplarınızdan bir bölüm okuyormuşum gibi hissettim kendimi. Mektuplarımda açıkladığım duygulardan çoğunu güçlükle hatırladım. Acı ve üzüntülerini unutabildiği için insanoğlu ne mükemmel bir varlık. Her şeyi tekrar yaşamak istemezdim,

ama bir kere yaşamış olarak biliyorum ki kendi hayatımı yaşamaya gerçekten yaşamaya başlamanın bir sonucu olan gelecekteki krizleri kaçınılmaz olarak çok daha güçlü bir şekilde karşılayabileceğim. Ayrıca böyle bir şey beni gelecek endişesine düşünmüyor. Çünkü krizleri atlatabileceğimi biliyorum. Bunu daha önce kanıtladım."

George'la ilişkiler son mektuplaşmamızdan sonra epey bir süre giderek artan bir tatminsizlikle zaman zaman devam etti, ta ki Ellen inisiyatifi ele alıp açık bir şekilde her şeyi kopartıp atıncaya kadar. "Böylece kendimi bir başka zincirden hiç de gerekli olmadığı halde yıllarca sürmüş bir duygusal bağımlılıktan kurtardım... Bir anlamda bu da bir başka göbek bağının kesilmesiydi."

Kendi evindeki bağımsız hayatı hakkında şunları yazıyor:

"Evimi döşedim (gücümün yettiği kadarıyla) sanat eserleri koleksiyonu yapıyorum ve yeni yemekler pişirmeye ve ufak çaplı davetler vermeye başladım. Görüyorsunuz ya, bütün bunlar gelişip gidiyor. Hayatımda yemek yapmayı, davetler vermeyi, günler düzenlemeyi, ev işleri yapmayı ya da bir ev kadını olmayı daha önce hiçbir zaman düşünmemiştim. Bu yüzden yalnız yaşamaya başladığımdan beri her şeyi kendi kendime öğrenmek zorunda kaldım. Tabii, iş yerimdeki aşırı meşguliyetim beni daha başka birçok şeyi yapmaktan alıkoyuyor.

Şüphesiz her şey gözde o kadar büyütülecek nitelikte değil. Korkunç baş ağrılarım hâlâ var ve zannediyorum bunlar psikolojik problemlerden çok fiziksel problemlerden kaynaklanıyor. Nedeni bulabilmek için doktor muayenelerimi devam ettiriyorum."

Zor bir ana-kız ilişkisi içinde nasıl her şeyi kolaylaştırıcı; yardım edici bir insan olduğunu büyük bir mutlulukla anlatıyor. Yakın arkadaşlarından biri olan Anne giderek son derece ciddi, sert bir insan olmuştur ve kızının hippi eğilimleri olduğu-

na dair sürekli olarak yakınmaktadır. Ellen, Anne ile kızı arasında yeterli iletişim kurabilecekleri rahat bir ortam yaratmayı başarmış. "Geçen iki buçuk ay içinde olup bitenlerin büyük bir kısmının etkileşim grubunda kendimin ve başkalarının hakkında öğrendiklerimin bir sonucu olduğunu hissediyorum. Artık insanlara karşı eskisi kadar sinirli ve endişeli yaklaşmıyorum."

Ve şöyle devam ediyor: "Belki de hepsinden önemlisi kendim için daha iyi intibalara sahibim ve kendimden hiçbir şekilde emin olmadığım zamanlar kendi sınırlarımı olanaklarım içerisinde yaşayabileceğimi düşünüyorum ve yapamayacağım şeylerden basitçe kaçınıyorum. Örneğin, kadın olarak bir tek benim ya da benimle birlikte çok az kadının bulunduğu ve erkeklerin tanımadığı mesleki toplantılara hiç gitmiyorum. Eğer gerçekten mecbur değilsem kendimi sürekli olarak zavallı bir duruma düşürmem için hiçbir neden yok, değil mi? Beni hasta ettikleri için dağ yollarında araba kullanmama kara aldım... Tıpkı bazı insanların çok hızlı bir şekilde gelişip olgunlaşmaları gibi ben de tam tersine bir anlamda yavaş gelişen; belki de hep böyle kalacak biriyim."

Ellen'in 'birden aklına geldiği için' annesinden bahsedebileceğini hayal etmek bile çok güç, ama mektubunun son paragrafında tam da böyle yapıyor:

"Bakın, aklıma gelmişken şunu da ekleyeyim: Annem hâlâ güçlük çıkartıyor ve ben onun güçlü arzularını ve zihnimi bunca genç ve hareketli tutabilmesini takdir etmeye başladım. Yıllarca önce üyesi bulunduğu bir sosyal derneğe tekrar üye olarak kendine, yeni bir ilgi alanı yarattı, hatta derneğin toplantılarına katılmak için kendine resmi bir elbise bile dikti. Akşam yemeği ve TV haberleri de dahil beni bir sakinleştirici almaya zorlayan iki saat süreyle evinde sadece oturup dedikodu etmeme rağmen annemin hafta sonları ya da cumartesi alışverişi sırasındaki arkadaşlığından zevk bile alabiliyorum. O da benim evime bir misafir olarak gelmekten hoşlanıyormuş gibi görünüyor ve (boya için yaptığım masrafa boşuna para harcadığım için kızmasına rağmen) evimin dekorasyonunu da çok beğendi.

Sonuç

Benim için bu son mektuplar daha önceki mektuplarda hissettiğim ama güçlükle görülebilen iddialarımın tümünün bir kanıtıdır. Kendisinin de söylediği gibi Ellen büyüyüp olgunlaşıyor ve bu olgunlaşma, olması gerekenden daha yavaş olmasına rağmen gelişmeler onun hayatını sürekli olarak zenginleştiriyor ve sevince boğuyor. Kendi istediği doğrultuda kendi seçimlerini yapıyor ve hayata oldukça gerçekçi bir şekilde bakabiliyor. Hangimiz bundan daha fazlasını isteyebiliriz?

6

YALNIZ İNSAN VE ONUN BİR ETKİLEŞİM GRUBU İÇİNDE YAŞADIKLARI

İzin verirseniz konuya bir arkadaşımın bir etkileşim grubu deneyinden sonra bana yazdığı kısa birkaç cümleyle başlamak istiyorum. Şöyle yazıyor:

> *"Evet, işte yine bir aradayız, hepimiz, beklemediği birçok şeyi bir arada görerek şaşkınlığa uğramış, bizim için büyük, çok karmaşık olan bir evrende serseri mayın gibi sürüklenerek gezen, bizim için çok farklı ve son derece şaşırtıcı insanlara kuvvetle sarılan ve çarpıp geri fırlayan, hem orta hem de aşırı düzey sürükleyici binlerce karanlık istek ve arzuyu tatmin etme yolları arayan zavallı sevgililer. Ve bazen birbirimizle uyum içinde oluruz, değil mi?" (James Flynn, Felsefe doktoru).*

Benim üzerinde durmak istediğim şeyler bu cümlenin sadece kısaca birinci bölümüyle ilgili olacak ve esas olarak ana fikir üzerinde yoğunlaşacaktır: "Ve bazen birbirimizle uyum içerisinde oluruz, değil mi?" Bu yönü keşfetmeyi çok isterim. Bugünlerde bireylerin içlerindeki, tarihte hiçbir zaman bu kadar olmamış, yalnızlıklarının belki de daha çok farkında

olacaklarına inanıyorum. Ben bunu, yalnızlığın yüzeye çıkışı olarak görüyorum tıpkı insanlar arası ilişkilerin geçmişe göre çok daha fazla farkında olmamız gibi. İkinci yemeğinin nereden geleceğinden emin olmayan bir insan bir gelir kaynağı bulma telaşı içindeyse kendisinin diğer insanlardan son derece derin boyutlarda yabancılaştırıldığını keşfetmesi için çok az zamanı ya da eğilimi olur. Fakat zenginlik, hareketlilik ve baba toprağındaki yerleşik hayatın yerine giderek kısa süreli olan bireylerarası ilişkiler arttıkça insanlar yalnızlıklarının daha çok farkında oluyorlar.

Burada bana gerçek gibi gözüken iki yön var: Birincisi, insan varlığının önemli bir parçası olan yalnızlık, birbirinden kopukluktur. Siz benim ne olduğumu ve ben de sizin ne olduğunuzu hiçbir zaman bilemeyiz. İster kendimizi bir bütün olarak paylaşmak isteyelim. İster büyük arazilerimiz olsun, her iki durumda da kendi tek başınalığımız (very uniqueness) bizi birbirimizden ayırır. Bu anlamda her insan yalnız yaşamak ve yalnız ölmek zorundadır. İnsanın kendisini yalnızlığın kabul edilebileceği hatta onunla mutlu olunabileceği kendini yaratıcı olarak ortaya koymada yalnızlığın bir basamak olarak kullanılabileceği ya da bu temel koşuldan korkulduğu ve ondan kaçmaya çalışıldığı gibi tanımlarla nasıl bağdaştırıldığı, bunları nasıl kabul edebildiği önemli bir meseledir, ama ben bunların hiçbirine bel bağlayamam.

Ben esas olarak insanın, başkalarıyla hiçbir gerçek ilişkisinin olmadığını hissettiği an ortaya çıkan yalnızlıktan söz etmek istiyorum. Nüfusumuz arttıkça daha çok belirginleşen yalnızlığın biçimlerini (elements of lonelyness), kültürümüzün samimiyetsizliği, kısa süreli oluşu, düzensizliği gibi birçok etmen çoğaltabilir. Sonra bir de, milyonlarca insanda varolan yakın kişisel ilişki korkusu var. Bunlar, insanların başkalarından tamamen kopmuş olduklarını hissetmelerine neden olan etmenlerin sadece birkaçıdır.

Fakat öyle inanıyorum ki, yalnızlığın hâlâ çok daha derin bir ortak nedeni var. Bunu çok kısa bir şekilde açıklayacak

olursam: Dış kabuğundan, dış görünüşünden yani dünyaya göründüğü yüzünden bir şeyler kaybettiği zaman, insanın en yalnız olduğu zamandır ve açıklanmış olsa dahi içindeki kişiliği hiç kimsenin anlayamayacağından, kabul etmeyeceğinden, ona ilgi göstermeyeceğinden son derece emin hisseder kendini.

Her insan duygularını içinden geldiği gibi ifade etmek yerine saygı duyduğu ve kendisi için önemli olan insanların onayladığı biçimde davranırsa daha çok sevilebileceğini; ta küçüklüğünden öğrenir. Böylece de dış dünyayla ilişki kurduğu bir dış davranışlar kabuğu oluşturmaya başlar. Bu kabuk adamına göre ince olabilir: Eğer kendisinin bir kişilik olarak oynadığı rolden tamamen farklı olduğundan, en azından çok az da olsa haberdar olarak rolünü bilinçli oynuyorsa. Ya da bu kabuk çok kalın, hatta bir çelik zırh gibi olabilir. Eğer içindeki kişiliği tamamen unutup kendisini olduğu gibi görüyorsa.

Şimdi; bir insanın savunma kalkanlarını düşürmeye başladığı zaman, onun gerçek yalnızlığa en açık olduğu zamandır: Sahte yüzünü (façade) ya da onun bir parçasını gönüllü olarak kendi kendisiyle daha dürüst bir yüzle karşılaşabilme niyetiyle kaldırmış olabilir ya da savunma kalkanları bir saldın sonucu çatlatılmıştır. Her iki durumda da bu olay onu derinlerdeki özel kişiliğiyle baş başa, bu kişiliğini bir anlamda açığa çıkmış halde -bırakır bu öyle bir kişiliktir ki; çocukçadır, yaratıcı ve yıkıcı dürtülerle yüklüdür, duygu doludur, yeterli olduğu kadar da yetersizdir, olgunlaşmamıştır ve her şeyin ötesinde, kolayca yaralanabilir niteliktedir. Böyle bir kişi kendini hiç kimsenin anlayamayacağından ya da içindeki kişiliği hiç kimsenin kabul etmeyeceğinden son derece emindir. Bu, gizlemek için onca çalıştığı çelişkili ve acayip kişiliğini hiç kimsenin sevmeyeceğine, ondan hiç kimsenin hoşlanmayacağına olan mutlak bir inançtır. Böylece içinde başkalarına karşı derin bir yabancılaşma duygusu gelişir; zanneder ki " eğer birisi kendisini, içindeki kişiliği olduğu gibi öğrenecek olursa kendisine ilgi duyması, onu sevmesi imkânsızdır "Bu kişi bu yalnızlığının şiddetle farkındadır.

İzin verirseniz bunu biraz daha farklı bir biçimde açıklayayım: Kişi, hayatın anlamının, onun sahte yüzünün dış gerçek dünyayla ilişkisine bağlı olmadığını, olamayacağını kabul etme eğilimine girdiği zaman yalnızlığı umutsuzluğa dönüşür. Eğer ben, bir eğitimci bir ev kadını ya da her ne olursa olsun sizin rolünüzün karşısında hayatımın anlamının benim psikolog rolümle bağlantı içinde olabileceğini düşünüyorsam; eğer bir rahip hayatının anlamını bir kuruluş olarak kendi kilisesi karşısındaki rahiplik rolü ile bağlantılı olduğuna inanıyorsa; eğer bir şirket yöneticisi hayatının anlamının kendi işi ya da yanında çalışanların rolleri karşısında bir başkan olarak kendi rolü ile bağlantıda yattığını düşünüyorsa o zaman bu bireyler içlerindeki büyük acılara rağmen büyük bir ihtimalle bir noktada mevcut durumlarının yaşamak için uygun bir temel ya da neden olmadığını keşfedeceklerdir. Bunun en çarpıcı örneği son zamanlarda dekanlık yapan ve fakültede kendisini sadece not veren biri olarak gören F. B. K.'dır. Bu işin kendisine ne kadar ücret ve ödül kazandırıyor olduğu onun için önemli değildi ve son tahlilde bunu yaşamak için boş bir sebep olarak görüyordu. Bu dış görünüşü, yönetim kurulu, diğer personel ya da ailesi için ne kadar tatmin edici görünürse görünsün onun için, varoluşun tümüyle tatmin edici olmayan bir temeliydi ve o bunu keşfedecek kadar cesur ve dile getirecek kadar dürüsttü.

Sonuç olarak yalnızlık birçok düzey ve derecelerde ortaya çıkabilir. Fakat en keskin ve acı verici olduğu insanlar, şu veya bu sebepten dolayı kendisinin alışageldiği savunma mekanizmalarından kopmuş her an yaralanmaya açık, korkmuş, yalnız hisseden, fakat gerçek kişiliği; yargısal bir dünyada dışlanmışlığından emin olan insanlardır.

İçsel Yalnızlık

Hiç şüphe yok ki etkileşim grubu içinde bireyler genellikle yalnızlıktan, başka insanlarla ilişki yokluğundan kurtulurlar. Bu çeşitli biçimlerde olur. Çoğunlukla ilk adım kendi

kendinden gizlediği tecrit edilmişlik duygularını güçlü bir şekilde yaşamaktır. Bunun en güzel örneğini usta bir iş yöneticisi olan Jerry'de görüyoruz.[1] İlk grup oturumlarından birinde grup üyelerinden bazılarının konuşmaları karşısında sanki şaşırmış gibi şöyle bir söz etti Jerry:"Kendime biraz acayip gözüyle bakıyorum, çünkü, örneğin hiç arkadaşım yok ve arkadaşa da ihtiyacım yokmuş gibi görünüyorum." Daha sonraki bir oturumda, evli bir kadın olan Beth'in kocasıyla arasındaki çok uzak mesafeden ve daha derin ve iletişimci bir ilişkiyi nasıl özlediğinden söz ederken Jerry'nin yüz kasları titremeye başladı ve çenesi eğriliverdi. Bunu gören Roz, grubun bir başka üyesi, Jerry'nin yanına giderek sarıldı ve o an Jerry birden kontrolsüzce hıçkırmaya başladı. Daha önce tamamen habersiz olduğu ve katı bir kişisel tatmin zırhıyla korunduğu yalnızlığını keşfetmişti.

Kendine çok güvenen, hatta başkalarıyla ilişkilerinde biraz çalımlı genç bir adam, grup yaşamı içindeki kendi tepkilerinin günlüğünü tuttu. Günlüğünde neredeyse zavallılık düzeyine inen sevilme ihtiyacını gerçekten kabul etme durumuna geldiğini, bunun değişikliğin anlamlı bir pratiğinin başlangıcını işaret eden insanlarla ilişki kurma ihtiyacının kabullenilişi anlamı taşıdığını anlatıyor ve şöyle devam ediyor: "Üçüncü ile dördüncü oturum arasındaki dinlenme sırasında kendimi çok yorgun hissettim. Aklımdan bir ara uyku çekmek geçiyordu ama bunun yerine sanki içimde beni iten bir güçle şuraya buraya koşuşturup insanlarla konuşuyordum. Yalvarıcı duygulara sahiptim, tıpkı sevilmeyi uman ama biraz da tekmelenmekten korkan küçücük bir buzağı gibi. Sonunda odama döndüm ve yatağa uzandım; üzgün olduğumu anlamaya başlamıştım. Birkaç defa, oda arkadaşımın gelerek benimle konuşmasını isterken ya da kapının önünde yürüyen bir ayak sesi duyduğumda içeriden dikkat kesilip tıpkı bir köpek gibi kulak kabartırken ya-

---

1. Bu örnek *Kişiliğe Seyahat* adlı akademi ödülü almış belgesel bir filmden alınmıştır. Film Psikolojik Sinema Albümü, 3 Patee Library, Pennsylvania State University, University Park, Pennsylvania adresin-den kiralık olarak temin edilebilir.

kaladım kendimi: O kapının önünde yürüyen adamın içeri girip benimle konuşmasını dileyen ani bir istekle dolmuştum. Nezaket ve ilgi görmek isteyen acı dolu, gerçek arzulanmı anladım."

Bu yalnız kişiliğini kabul ettikten sonra, genç adamın ilişkileri değişmeye başladı.

Bir başka grupta da, bir üniversite öğrencisi olan Joe açıkça belli olacak şekilde müthiş bir üzüntüye düşmüştü; gözleri kapalı, başı ellerinin arasında, grupla tüm ilişkilerini kesmiş sessizce oturuyordu: Daha önceleri heyecan ve hayat doluydu; büyük bir projeyi yönetirken karşılaştığı zorlukları anlatıyor, üniversite yöneticilerince adam yetiştirilmediği için duyduğu öfkeden söz ediyor, sonra diğer canlı duygularını birbiri ardından sıralıyordu. Fakat sonra iyice kendi içine gömülüverdi. Yavaş yavaş açmak ve kendisini üzen şeyi ortaya çıkarmak grubun uzun, nazik ve tatlı dilli uğraşılan sonucunda gerçekleşti. Meğer esas mesele hiç kimsenin kendisine ilgi göstermemesiymiş. Okul yöneticileri kendisini seviyorlarmış çünkü notlan iyiymiş. Bazı idareciler kendisini beğeniyorlarmış, çünkü proje üzerinde çok iyi işler yapıyormuş. Ailesi kendisine ilgi göstermiyormuş ve onun kendilerinden uzak olmasını istiyorlarmış. Özellikle en acı cümlesi şuydu: "Tavuklar bile yatmak için toprağı eşelerler, fakat beni eşeleyen hiç kimse yok." Usta öğrenciliği çok iyi karşılanıyor olmasına ve yaptığı işlerin ilgi toplayıp sevilmesine rağmen hatta yataktaki yiğitliğine rağmen içindeki kişiliğin gerçek kişiliğin bilinmediği, sevilmediği ve ona ilgi gösterilmediği gerçeğiyle yüz yüze gelmişti. Kendi yalnızlığına doğru tepetaklak yuvarlanıvermişti. Ne zaman ki onu iyi tanıyan bazı grup üyeleri ona sarıldılar, ellerini tuttular, o zaman bu sözsüz iletişim giderek onu sardı ve yavaş yavaş, belki de bazı insanlann kendisine ilgi gösterebileceğine onu inandırmaya başladı.

İnsanın kendi yalnızlığıyla karşı karşıya gelmesi her zaman etkileşim grubu içinde olmaz. Şu duygu filmi "Rachel, Rachel"deki 35 yaşındaki bayan öğretmen daralmış, gerilimli ama gayet güzel gibi görünen bir hayata sahiptir. Yalnızlığını

keşfettiği an, annesinin briç kulübünde yüzünde dikkatle takınılmış bir maskeyle herkese sahte gülücükler dağıtıp selam verdiğini tesadüfen fark ettiği andır. Sonra koşarak odasına döner ve canlı hiçbir insanla hiçbir yakın ilişkisinin olmamasına bütün kalbiyle ağlar.

Gerçek Kişiliğim Hiç Sevilmeyecek Bir Kişilikti

İnsanları kendi yalnızlıkları içine hapseden en önemli şey, gerçek kişiliklerinin, içlerindeki, başkalarından saklı kişiliklerinin hiçbir zaman sevilemeyecek nitelikte olduğuna kendilerini inandırmalarıdır. Bu duygunun kaynağının son derece kolay bir şekilde izini sürebiliriz. Çocuğun içinden gelen duyguları, yapmacıksız davranışları ailesi ya da başkaları tarafından o kadar çok yadırganmış ve eleştirilmiştir ki, çocuk da aynı durumu kendi bilinç altına yerleştirmiştir ve içinden geldiği gibi davranması ve gerçek kişiliğini dışa yansıtması halinde sevilemeyecek bir kişi olduğuna inanmıştır.

Belki de, son zamanlarda liseli kızlardan ve onların bazı yöneticilerinden oluşan bir grupta meydana gelen bir olay yalnızlığı ve dış görünüşüyle şüphe götürmez bir şekilde sevilebilir olduğu halde, iç haliyle kabul edilmez nitelikte olduğu korkusunun nasıl yavaş yavaş farkına varılıp keşfedildiğine iyi bir örnek olacaktır: Kendi grubu içinde oldukça sessiz, ama açıkça da ciddi ve samimi bir kızdı. Aynı zamanda iyi bir öğrenci ve kurum içinde yönetici olarak seçilmiş etkin bir liderdi. Hafta sonu grup toplantısının hemen başında içinde bulunduğu bazı zor durumları açıkladı. Kendini, bazı dini duygularını ve değer yargılarını sorgularken bulmuş, bu sorulara verdiği yanıtlardan şüphe ettiğini hissetmiş ve bir umutsuzluk dönemi yaşamaya başlamış. Yanıtların bizzat kendi içinden gelmesi gerektiğini biliyormuş, ama kendisine hiç de öyle görünmüyorlarmış ve onu korkutuyorlarmış. Bazı grup üyeleri ona güven vermeye çalıştılar ama bunun çok az etkisi oldu. Bu arada bir başka nokta daha açıklayarak diğer öğrencilerin kendi problemleriyle ona sık başvurduklarını söyledi. Kendisi-

ni onlara derman olacak nitelikte hissediyormuş ve başkalarına yardım edebileceği zaman tatmin oluyor, rahatlıyormuş.

İkinci gün bazı çok daha etkili duygularını açıkladı ve grup uzun süre sessi kaldı. Sonunda Sue bu sessizliği bazı oldukça entelektüel sorularla kendisi bozdu. Sorular tamamen akla uygundu fakat bir anlamda olup biten şeylerle hiç de uyum içinde değildi. Biraz da sezgilerimle anladım ki Sue söylemek istediği asıl şeyi söyleyemiyordu, fakat gerçek mesajın ne olduğuna dair de hiçbir ipucu vermiyordu. Birden gidip yanına oturma isteği duydum, ama açıktan açığa yardım isteme durumunda olmadığı için böyle bir şey çılgınca bir itki gibi göründü bana. Fakat, her şeye rağmen, içimdeki itki o kadar kuvvetliydi ki, tüm riski göze aldım ve odayı bir uçtan bir uca geçerek, kanepede. yanına oturup oturamayacağımı sordum; içimde ise çok ters bir yanıt alma şansımın oldukça yüksek olduğu hissi vardı. Bana yer açtı ve daha ben oturur oturmaz kucağıma atılarak başını omuzlarıma yaslayıp hıçkıra hıçkıra ağlamaya başladı.

"Ne zamandan beri ağlıyorsun?" diye sordum ona.

"Hiç ağlamadım" dedi.

"Hayır ne zamandan beri için için ağlıyorsun demek istedim" dedim.

"Sekiz aydır" diye yanıt verdi.

Hıçkırıkları yavaş yavaş dinene kadar tıpkı bir bebek gibi tuttum kucağımda. Nihayet kendini rahatsız eden şeyi küçük küçük anlatma gücü bulabildi. Kendisinin başkalarına yardım edebileceğini, ama hiç kimsenin kendisini sevemeyeceğini ve dolayısıyla yardım edemeyeceğini hissediyormuş. Ona başını çevirip çevresine bakmasını böylece çevresindeki birçok insanın yüzlerini ona çevirmiş kendisine nasıl ilgiyle baktıklarını göreceğini söyledim. Sonra grup üyelerinden bir rahibe kendi hayatında da nasıl aynen buna benzer bir dönem yaşadığını anlattı ve şüphe, umutsuzluk ve sevilmeme hissi. Grubun diğer üyeleri de yardım ettiler; o zaman Sue annesiy-

le babasının ayrıldığını açıkladı. Babasını aşırı derecede özlemişti ve kendisine ilgi gösterip isteklerine yanıt verecek bir insana ihtiyacı vardı. Belli ki sezgilerimle akıllıca bir hareket yapmıştım, fakat bunun nereye varacağı konusunda hiçbir fikrim yoktu. Ama yine de işte herkesin cazibeli ve sevilebilir bir kişi olarak değerlendireceği bir kız duruyordu karşımda ve o tüm güzelliğine rağmen kendisini tümüyle sevilmez biri olarak görüyordu. Benim ve diğer grup üyelerinin bizzat ilgilenmemiz böyle bir kabullenişin büyük oranda değişmesini sağladı.

Daha sonraki süreçte ondan aldığım mektuplar, grupça ona gösterdiğimiz sevgi ve ilgi altında yaşadığı deneyler umutsuzluğunu yenmesinde ona yardımcı olduğumuzu belirtiyordu. Hâlâ birçok şüphe ve soru var kafasında, ama umutsuzluk, yalnızlık ve sevilmeme duyguları kaybolmuş.

İçimizdeki Gerçek Kişi Olma Riskini Göze Alış

Verdiğimiz örneklerin birçoğunda da açıkça belli olduğu gibi, o kadar çok insanın hayatının bir parçası olan bireysel yalnızlık, birey başkalarına karşı içindeki gerçek kişiliğiyle davranamadığı sürece iyileştirilip giderilemiyor. Ancak içindeki gerçek kişiliğiyle hareket ettiği zamandır ki, insanlarla ilişki kurup kuramayacağını anlıyor, ya da yalnızlık yükünü hafifletiyor.

Rachel, Rachel filmini görenleriniz bilir, Rachel için bu an Rachel'in genç bir adamı sorgusuz sualsiz idealize ederek ona karşı duyduğu cinsel istekleri, kendi içinde kabul edip kendisini ona teslim ettiği an başlar. Aslında cinsel ilişki başarı olarak değerlendirilebilecek bir şey değildir ve Rachel erkek arkadaşı tarafından zor duruma düşürülmüştür, ama her şeye rağmen bunun bir başka insanla gerçekten yüz yüze gelme tehlikesini göze aldığında gerçekleşebileceğini öğrenmiştir.

Bu konu üzerinde çok özel anlamda konuşabilirim, çünkü etkileşim gruplarında bizzat yaşadıklarımla öğrendiğim kadarıyla tehlikeyi göze almak birçok şeyden sadece biridir. Her zaman buna çok fazla önem vermeme rağmen bunda esas

olarak korkulacak hiçbir şeyin olmadığını öğrendim. Ne zaman ki kendimi insanlara olduğum gibi sunarsam, savunmasız, zırhlanma bürünmemiş olarak, sadece ben olarak çıkarsam karşılarına benim de birçok açıklarımın, eksiklerimin hatalarımın olduğu, birçok yanlışlıklar yapacağımı, bilgili olmam gereken yer ve konularda genellikle cahil olduğum, açık fikirli olmam gereken zamanlarda genellikle önyargılı olduğum, sık sık çevremin onaylamadığı duygulara sahip olduğum gerçeğini kabul edersem, işte o zaman çok daha gerçekçi davranmış, gerçek kişiliğimi ortaya koymuş olurum. Bir de, hiçbir savunma kalkanım olmadan ortaya çıkabildiğim, gerçekte ne isem ondan farklı görünmek için çaba harcamadığım zaman daha çok öğrenirim. Hatta eleştiri ve düşmanlıklardan bile bir şeyler öğrenirim ve kendimi daha huzurlu hissederek insanlara daha yakın olurum. Bunların yanı sıra insanlara karşı kendimi yarabilir, saldırıya açık ve tüm çıplaklığımla ortaya koyarken istediğim, ilişki içinde olduğum insanlardan, ileride bana o kadar gerçek duygular getirir ki, bunlar gerçek birer ödüllendirmedirler. Sonuç olarak, savunma kalkanlarının arkasına sığınmadığım, sahte bir yüzün arkasına gizlenmediğim, tam tersine gerçek ben ne isem öyle davranmaya, onu dışa yansıtmaya çalıştığım zamanlar hayatı daha çok seviyorum.

İçimizdeki kişi olma tehlikesini göze alma istekliliği hepimizin içinde varolan yalnızlığı gidermede ve diğer insanlarla samimi bir ilişki içine girmede elbette ki ilk adımdır. Bakın bir üniversite öğrencisi bu tehlikeyi şu sözleriyle ne kadar güzel dile getiriyor: "Bugünkü grup etkileşimde her şeyimi kaybetmiş gibi hissettim kendimi. Çırılçıplak. Şimdi herkes benim hakkımda pek çok şey biliyor; ama aynı zamanda eski buz gibiliğimi yeniden takınmak zorunda olmadığımı bildiğim için çok daha rahat ve huzurluyum."

Yalnız insanın içindeki en sarsılmaz inanç bir kere kendisinin sevilemez ve kabul edilmez bir insan olduğuna inanmasıdır. Bu sarsılmaz inancın grupta çözüldüğünü görmek etkileşim grubundaki yöntemin en ilgi çekici yanıdır. Gruptaki

tüm insanların dış sahte görünüşe oranla gerçek kişiliğe ilgi göstermeyi çok daha kolay buluyor olmalarını keşfetmek her zaman en etkili pratiktir; bu sadece kişinin kendisi için değil, aynı zamanda diğer grup üyeleri için de aynen geçerlidir.

Daha önce sözünü ettiğimiz ve yalnızlığı ciddi olarak yaşamadan önce arkadaşa hiç ihtiyaç duymadığını övünerek anlatan işadamı Jerry örneğini alalım: Çok sıcakkanlı oturumlarımızdan birinde, burada benim anlatabileceğimden çok daha fazla duraksamalı bir konuşmayla şöyle dedi: "Nasıl söyleyeceğimi bilemiyorum, düşündüğüm tek şey şudur: Eğer siz insanlara kollarınızı açarsanız onlar da size açarlar. Yani demek istiyorum ki, böyle bir şeyin olması mümkündür ve bu, insanlara, özellikle de bireylere daha yakın olma duygusudur. Bunu söylemek için niye bu kadar zorlandığımı bilemiyorum. Size anlatabileceğim tek şey şu ki; sanki Beth'in problemi ve Roz'un yanıtıyla ilgilendiğimiz sırada bende uyanan duygu o anda beni tekrar gruba ya da insanlığa (human race) geri döndürdü. Sanıyorum siz buna tekrar başka insanların duygularına dönüş adını verebilirsiniz. İnsanlar ne tip bir insan olursanız olun buna hiç önem vermeden sizinle ilgilenirler. Böyle bir şey benim için gerçekleşti. Bu gruptan alıp götüreceğim en önemli şey böyle bir şeyin olabileceği konusunda çok büyük bir olasılığın daima varolduğu, sırf burada değil, yapmaya çalıştığım her yerde olduğu gerçeğidir." Bunları söylediğim sırada neredeyse ağlamak üzere olan sadece Jerry değildi, grubun tüm üyeleri de o derece duygulanmışlardı. Jerry'nin anlattıklarında çok önemli bir gerçek var: Tekrar insanlığa döndürülmüş olması. Bu ancak, eğer kişi, olmak istediği şeyden, arkasına saklandığı maskeden dolayı değil, fakat ne ve kim olursa olsun sevildiğini keşfederse, gerçekten sevgiye ve ilgiye değer bir kişi olduğunu hissetmeye başlarsa mümkün olabilir. Onu başkalarıyla ilişki içerisine sokan ve ilişkilerini devam ettiren şey budur. Bu aynı zamanda insanın gerçek kişiliği ne ise ona yeni bir bakış açısıyla yaklaşmasına neden olan etkileşim gruplarının da yaygın bir sonucudur. Böylece kişi ar-

tık kendisini yürüyen bir sahtekâr olarak ya da sevilmek için başkalarını sürekli olarak aldatmak zorunda hissetmez. Bir insanın kendi kişiliğine bu artan ilgi ve sevgisi grup deneyi bittikten sonra her zaman devam etmez. Bazen yenilenme ihtiyacı duyar. Grup üyelerinin hepsinin yalnızlığı yukarıda anlatıldığı biçimlerde azaltılmaz da. Ama yine de, bana göre, böyle bir şey bir başlangıçtır.

Umarım bu örnekler, bir yoğun grup deneyi içinde bir insanı kendi içinde kendisine çok daha yakından ve dikkatle bakmasının ve günlük kabuğunun ya da rolünün içinde yaşayan gerçek varlığın yalnızlığını görmesinin mümkün olduğunu yeterince açıklamıştır. Gruptaki insanın ayrıca yalnızlığını tümüyle yaşaması ve yaşadıklarına grubun diğer üyelerinin ilgi gösterdiklerini, onları kabul ettiklerini görmesi de mümkündür. Kişiliğinin bir zamanlar utandığı, ya da başkalarına açıklamak için çok özel bulduğu tüm yönlerini dile getirip ortaya serebilir. Ve büyük bir şaşkınlıkla görür ki, grup üyeleri kendisinin dış dünyayı karşıladığı dış yüzünden çok gerçek kişiliğine çok daha sıcak yaklaşıyorlar. Ham ve vahşi de olsa bu gerçek kişiliği sevip ona ilgi gösterme yeteneğine sahipler. Böyle iki gerçek kişilik bir grup içinde birbirlerine kucak açtıkları zaman Buber'ın da çok iyi bir şekilde açıkladığı gibi, Ben-Sen çatışması başlar. Buber'ın anlattığı olayda yalnızlık çözülmüştür, kişi kendini diğer insanlarla gerçek bir ilişki içinde hisseder ve daha önce hayatının en önemli parçası olan yabancılaşma kaybolup gider.

Eminim ki, yalnızlık, yabancılaşma ve kültürümüzde (ABL kültürü) bireyler arasında ortaya çıkan samimiyetsizlikle mücadelenin daha başka birçok yolu vardır. Bazen bir sanatçı yalnızlığını bir şiirde bir resimde açıklar ya da bakarsın aradığı takdirin, anlayışın, istediği yanıtın sıcaklığının bir gün bir yerden çıkıp geleceği umuduyla içindeki gerçek kişiliğini açıklar. Gerçek tehlikeyle yüz yüze gelmek de bazen insanın duyduğu yalnızlığı azaltabilir. Savaşan müfreze veya bomba personelindeki -ki bunlar her an ölüm tehlikesi altındaki bireyler-

dir- savaş anında genellikle gerçek kişiliklerini ortaya koyma ve bunun başkalarınca kabul edilip anlayışla karşılanması olayları olur. Bu, bu gruplarda ortaya çıkabilecek dostluk ve yakın ilişkileri öldürür, fakat aynı zamanda takım dağıldıktan sonra asker arkadaşlarına karşı hayat boyu, geçmişin özlemiyle de dolu olur.

Sonuç

Şüphesiz, yalnızlığı azaltabilecek başka yollar da vardır. Ben sadece bunlardan birisini, içinde, gerçek bireyleri diğer gerçek bireylerle ilişkiye sokma yollarını yaratıyormuşuz gibi göründüğümüz etkileşim grubunu, ya da yoğun grup deneyini tanıtmaya çalıştım. Öyle inanıyorum ki, bu, kültürümüzde birçok insanda ortaya çıkan gerçek dışı, sahte, uzak ve dışlanmışlık duygularıyla ilgilenmekte kullanılan en başarılı modern icatlarımızdan birisidir. Bu gelişmenin geleceğinin ne olacağını bilmiyorum. Belki maharetli ve hevesli (faddist) insanlarca kontrol altına alınır, belki çok daha etkili başka bir şey tarafından tarihin çöplüğüne atılır. Fakat şimdilik, birçok insan etkisi altına alan yalnızlığın etkileşimi için bildiğim en iyi araçtır ve içinde tecrit edilmişliğin bireysel yaşamımızda hiç de anahtar nota (her şeyi belirleyen temel etmen) olmak zorunda olmadığı konusunda gelecek için gerçek bir umut taşımaktadır.

7

ARAŞTIRMALARDAN NELER ÖĞRENDİK?

Etkileşim gruplarıyla ilgili birçok araştırma çalışmalarının yeniden gözden geçirilmesi Dr. Jack Gibb[1] tarafından son derece başarılı ve gerçekçi bir şekilde yapıldığı için bu bölüm böyle bir yeniden gözden geçirme girişiminde olmayacaktır. Dr. Jack Gibb bu araştırmalardaki yedi eski bakış açısını da içeren 106 çalışmayı analiz etmiş, bunların yanı sıra çalışmalarına katmaya değer görmediği 13 üniversitenin son 24 doktora tezi ile 123 ek çalışmayı da incelemiştir. Bu yeni bir gelişmedir. Üniversitelerin yoğun grup deneylerine ilgi göstermeleri 1960'lardan önce hemen hemen hiç olmamış bir olaydı. Fakat daha sonra üniversite araştırma çalışmaları yavaş yavaş, çoğalmış ve program dahiline alınmış birçoğunun yanı sıra 1967-69 yılları arasında 14 tez tamamlanmıştır.

Gibb, bu alanda yapılan araştırmaların yetersiz olduğuna dair sık sık söylenen sözlerin doğru olmadığına işaret ediyor. Psikoloji laboratuvarlarında yapılan çalışmalarla kıyaslandığında daha kaba ve bulgular şüpheli olmasına rağmen Gibb

---

1. J.R. Gibb, "İnsan İlişkileri Eğitiminin Etkileri", A. E. Bergin ve S. L. Gerfield yayınları, Psikoterapi ve Davranış Değişiklikleri El Kitabı, s. 211-476.

çalışmalarından birçoğunu yüksek düzeyde araştırma olarak değerlendirmiştir.

İzin verirseniz kendi bakış açımla kısa yorumlar da vererek Gibb'in çıkardığı sonuçlardan bazı cümleleri buraya aktarmak istiyorum.[2]

"Yoğun grup eğitim yaşantısının etkileşim edici etkisi olduğuna dair güçlü deliller var."

Gibb bu sonucu birçok çalışma bulgularından hareketle çıkartıyor ve bu bölümden önceki bölümlerde verilen bilgi ve belgelerin de bu sonucu desteklediğine inanıyorum. Şahsen ben buna, grup, psikolojik olarak gelişmeyi destekleyici etkilere sahiptir demeyi tercih ederim. Böylece "etkileşim edici" gibi bir sözcüğün imalı anlamlarından kaçınmış oluruz.

"Duyarlılıkta, duyguları kontrol etme yeteneğinde, davranışların yönünü tayinde, kendisine ve başkalarına karşı takınılan tutumlarda ve insanlar arası dayanışmada gerçek anlamda değişiklikler ortaya çıkıyor."

Buradaki terimlerin hepsini Gibb'in hangi anlamda kullandığının açıklığa kavuşturulması gerekir. "Duyarlılık", kişinin kendi duygularına ve başkalarının anlayışlılığına karşı uyanıklık anlamına geliyor. Aynı zamanda, açıklık, samimiyet ve içinden geldiği gibi davranmak anlamlarını da içeriyor.

"Duyguları kontrol", esas olarak kişinin kendi duygularını sahiplenmesi ve duygularla davranışlar arasındaki uyum anlamına geliyor.

"Davranışların yönünü tayin"le Gibb, kendini gerçekleştirmek, kendi kaderini tayin, sorumluluk (commitment) ve kendi içinden yönlendirme gibi kavramları kastediyor.

"Kendisine karşı tutum" kavramı, kendi kişiliğini kabul etme, kendi kendini sevip beğenmek, başkalarına karşı takındığı kişiliği ile ideal kişiliği arasındaki uyumluluk ve güven an-

---

2. Alıntıların hepsi yukarıda sözünü ettiğim kitabın 'Pratik İzlenimler' başlıklı sonuç bölümünden alınmıştır. 22. Bölüm.

lamını içeriyor. "Başkalarına karşı tutum" kavramının altında, otoriter davranıştan vazgeçiş, başkalarına karşı büyük bir kabul, alçakgönüllülük, yapı ve kontrole daha az ve ortak, paylaşımcı yönetime daha çok önem vermek anlamları yatıyor.

"İnsanlararası dayanışma" derken Gibb, insanlar arası ilişkiler ustalığı, mahareti, sorunların çözümünde ekip çalışmasını ve iyi grup üyesi olmayı kastediyor.

Bunların hepsi yaygın olarak grup yardımcısının umutlarını oluşturduğu sürece, günümüzde en iyi araştırmanın bu oldukça önemli alanlarda gerçekten değişikliklerin ortaya çıktığı gerçeğini desteklediğini bulmak, kararlı ve açık bir ilgi sorunudur:

Araştırma delilleri grup üyesi olabilmek için hiçbir sınırlama getirilmediğini açıkça gösteriyor.

Gruplarla ilgili olarak çıkartılan yaygın söylentilerden birisi gruba sadece belli insanlann alınabilecekleri, ya da gruba alınabilmek için üyelerin kendilerini dikkatle gizlemeleri gerektiği biçimindedir. Gerçekte ise, halktan bu tür sorular geldiği zaman ben şakayla karışık şöyle yanıtlar veririm: Ben insanın son derece dikkatle kendisini açığa vurması gerektiğini düşünüyorum ve insan dışında hiçbir canlı buraya kabul edilmez! Bu bakış açısının mevcut tüm araştırmalann yeniden gözden geçirilmesiyle desteklenmiş olmasından dolayı memnunum.

"Lidersiz gruplar eğitim aracı olarak etkilidirler."

Bu konuda La Jolla'nın Batı Davranış Bilimleri Enstitüsü'nde büyük çalışmalar yapıldı ve lidersiz grup süreci ile liderli grup sürecinin büyük oranda aynı olduğuna dair açık deliller elde edil Öyle inanıyorum ki lidersiz grubun liderli grup kadar etkili ol olmadığı hâlâ tartışma götürür, fakat o da en azından etkili ve yararlıdır. Böyle bir bulgu gruplan çok daha geniş bir alanda kullanmanın yolunu açar. Bana sorarsanız 3. Bölüm'ün bitiminde kısaca açıkladığım olumsuz nitelikleri sergileyen bir liderin önderliğindeki guruba göre, lidersiz bir grup daha tercih edilirdir.

"En üst boyutta etkili olabilmek için grup, kişinin iş yeri, ailesi ve yaşam çevresiyle bağlantılı olmalıdır."

Bu Gibb'in "gömülmüş" grup diye adlandırdığı ve üyeleri birbiriyle sürekli olarak yakın ilişki içinde olan grubun oluşumu zorlu bir tartışmadır. Bu sonuç benim kendi deneyimlerimle de kuvvetle desteklenmiş bir şeydir. Bununla çok yakından ilgili bir sonuç da şu: "Birbirleriyle bağlantı içindekilerle kurulan etkili danışmanlık ilişkileri en azından grup oturumlarında ortaya çıkan şey kadar önemlidir."

Birçok grup programının başarısız olduğu nokta işte burasıdır. Grubun ve koşulların doğasına uygun peş peşe devam eden oturumlar çok önemlidir, ama çok nadiren tamamlanabilirler. Sık sık hafta sonları ya da bir hafta için düzenlenen ama hiçbir devamlılığa sahip olmayan ve "olgunlaşma merkezleri" diye adlandırılan yoğun grup deneyleri benim en çok eleştirdiğim konulardan birisidir.

"Eğitim çalışmalarının en üst düzeyde etkili olabilmesi için kesintisiz ve devamlı oturumlarda yoğunlaşılmalıdır."

İşte birçok yardımcının, haftada bir düzenlenen 20 veya 40 saatlik oturumlara göre hafta sonunda ya da bir hafta boyunca ve devamlılık içinde düzenlenen aynı miktardaki oturumun çok daha etkili ve kazançlı olduğuna dair iddiaları yine kanıtlanmış oluyor. Gibb aynı zamanda, araştırmaları, uzun süreli grupların daha etkili olduklarını göstermelerinden hareketle grupların "alışılmıştan daha uzun tutulmaları gerektiğine" de işaret ediyor.

Ve son olarak; "Grup eğitiminin yaralayıcı etkilerinin olduğuna dair acemi gruplar arasında yaygın olan endişe konusundaki veriler son derece küçük."

Sadece acemi grup üyeleri değil, fakat daha çok gruplara katılmamış psikologların ya da psikiyatristlerin, grupların korkunç derecede yıkıcı psikolojik etkileri olduğuna dair anlattıkları dehşet hikâyelerinden sonra, hayaletin nihayet dinlenmeye çekilmiş olduğunu görmek sevindirici bir şey. Bundan sonraki bölümde de açıklanacağı gibi bizim geniş bir okul sistemli işimizde; bireyler hakkında, işlerine gidemeyecek ka-

dar şaşkınlığa, endişeye vs. düşmüş, altüst olmuş olduklarına dair birçok eleştiri ve söylentiler çıkarılmıştı. Bu hikâyelerin kaynakları araştırıldığı zaman görüldü ki; bunların hepsi hemen hemen değişmez bir şekilde hiçbir gruba katılmamış insanlardan geliyordu ve söylentiler de belirsiz başka insanlardan duyulan dedikodulara dayanıyordu. Gibb 1200 YMCA yöneticisinin katıldığı gruplar hakkında yapılan dikkatli bir araştırmayı şöyle anlatıyor. Şirket içinde, gruba katılanların gruba katılmalarından dolayı "şiddetli ruhsal bunalıma" girdiklerine dair yaygın söylentiler varmış. Araştırma yapılıyor ve görülüyor ki; 1200 kişiden sadece 4 tanesi deneylerden olumsuz etkilenmişler. Bir süre sonra araştırmacılar bu dört kişiyi de buluyorlar ve üçü, deneyi faydalı bulduklarını, 1200 kişiden sadece bir tanesi ise deneylerden olumsuz anlamda etkilendiğini ama işini gayet rahat bir şekilde yaptığını söylüyor.

Yaptığım bir incelemeden aktarmalar yaparken de açıklayacağım gibi, bu sonuç benim kendi deneylerimle de destekleniyor. Ben bu "söylenti" olgusunu şöyle açıklıyorum: Çoğu birey değişime uğrama ihtimalince korkutulmuşlardır. Hiçbiri grup yaşamının en büyük sonucunun değişiklik olduğunu pek iyi bilmiyordur. Bu yüzden, birinin grupta ağladığını veya uykusuz bir gece geçirdiğini ya da Ellen'in durumunda (5. Bölüm) olduğu gibi grup bittikten sonra zor dönemler yaşadığını duydukları zaman hemen grubun kötü ve psikolojik anlamda yıkıcı olduğu sonucuna varıyorlar. Böylece de kendilerini değişiklik olasılığına doğru açılmaktan sakınıyorlar.

Yoğun grup yaşamıyla ilgilenen herkes Dr. Gibb'e tüm E-gruplan duyarlılık eğitim grupları, etkileşim grupları ve yapısal gelişme alanı konularındaki çok geniş boyutlu araştırmalar üzerine yaptığı akılcı, bütünlükçü ve kısa ama çok şey anlatan analizlerinden dolayı borçludurlar. Araştırmalara ilgi duyanlar acilen Dr. Gibb'in düşünce ve çalışmalarına başvurmalıdırlar.

Okuyucuya bu alanda yapılan çok çeşitli araştırma hakkında bir fikir verebilmek için iki örnek; ikisi de çeşitli nedenlerden dolayı Gibb'in incelemeleri arasında yer almamış iki örnek vermek istiyorum. Bunlardan ilki, esas olarak ol-

gusal veriler üzerine kurulmuş bir grubun doğası üzerine yapılan sıkı bir deneysel çalışmadır.

Etkileşim Grup Süreci (process)

Etkileşim gurubu içindeki değişim sürecinin doğası üzerine yapılmış çok az çalışmadan belki de en iyi düzenlenmişi Meador'ın[3] çalışmasıdır. Çalışma, tamamı filme alınmış[4] beş oturumluk ve 16 saatlik bir hafta sonu grubunun üzerine temellendirilmiştir. Grupta 2 yardımcıya karşılık 8 birey bulunmaktaydı. Filme alınan olayda Meador filmden (ölçülü ve önyargısız bir şekilde) her birey için biri oturumun birinci yarısını, diğeri ikinci yarısını içeren on tane iki dakikalık bölüm seçmiş. Böylece Meador oturumların tümü için 80, her birey için de 2 dakikalık sesli film parçası elde etmiş. Her bireyin on parçası belli bir sıralamaya tabii tutulmadan rastgele uç uca eklenmiş ve 13 değerlendirmeci her birey için oluşturulan 10 film şeridini, şeridin içindeki parçalardan hangisinin grup süreci içinden önce; hangisinin sonra geldiğini bilmeden incelemişler. (Aslında değerlendirmeciler grubun ne olduğuna dair de hiçbir bilgiye sahip değillerdi.)

Değerlendirmecilerin değerlendirme sırasında kullandıkları alet, duyguların; kişilik iletişiminin; yaşananları anlamlandırma yollarının; insanlarla ilişkilerin; birinin sorunlarıyla ilişkilerin; ve bu alanlardaki akışın, değişkenliğin, içinden geldiği gibi davranışın sabitliği ve katılığı arasında değişen kesintisiz psikolojik hareketleri temsil eden 7 ölçü aşamasından oluşan Rogers'ın süreç ölçü aletiydi.[5] Aracın kullanımı konusunda filme alınmış başka materyallerle de bir süre eğitildikten sonra değerlendirmeciler 80 film parçasını bu "süreç ölçer" üzerinde değerlendirdiler. Değerlendirmeden sonra gö-

---

3. Betty Meador, "Temel Bir Etkileşim Grubu İçindeki Süreç Hareketinin Analizi", Yayımlanmamış Felsefe Doktora Tezi, ABD Enternasyonal Univ., 1969.
4. *Kişiliğe Seyahat* adlı filmin temelini daha önce açıklamıştık.
5. C. R. Rogers ve R.A. Rablen, "Psikoterapi Süreci İçeinde Bir Ölçü" yayımlanmamış elyazmaları, Wisconsin Üniversitesi, 1958.

rüldü ki, değerlendirmelerin önce çekilen film parçası ile sonra çekileni birbirinden ayırabileceklerini düşünmelerine rağmen değerlendirmelerinde büyük yanlışlıklar vardı. Sonuç olarak değerlendirmeler tamamen önyargısız ve objektifti. Ölçü başlangıçta bireysel etkileşim sürecinin ölçümüne göre düzenlendiği için değerlendirmecilerin filmleri sıraya koymaları kolay bir şey değildi ve hepsi yaptıkları değerlendirmelerde kendilerini hiç de güven içinde hissetmemişlerdi. Ama yine de her şeye rağmen değerlendirmecilerin değerlendirmelerinin analizleri gösterdi ki; değerlendirmeler yeterince güvenilirdi; yani hepsi filmlerin sıralamasını akla uygun aynı yöntemle yapmaya çalışmıştı.

5 oturumluk toplam 16 saat içinde süreç ölçme aleti ile 8 bireyin değerlendirmesi. Meador'dan alınmıştır, 1969, (yarımşar oturum).

	Birinci Oturum		İkinci Oturum		Üçüncü Oturum		Dördüncü Oturum		Beşinci Oturum	
Bireyler	1. yarı	2. yarı	1. yarı	2. yarı	1. yarı	2. yarı	1. yarı	2. yarı	1. yarı	2. yarı
1	3.2	3.2	3.8	3.1	4.2	3.2	5.6	4.4	4.7	4.5
2	2.8	2.5	3.2	4.9	2.7	3.8	3.8	3.8	4.8	4.4
3	3.0	3.0	4.0	3.3	4.2	4.2	4.9	4.5	4.6	5.6
4	3.1	3.4	3.4	3.5	3.8	3.8	4.6	3.5	3.6	3.8
5	2.8	2.1	3.6	2.5	3.4	3.8	4.2	3.7	3.8	4.0
6	3.2	1.7	3.3	3.2	3.1	3.1	5.7	4.7	5.2	4.3
7	2.5	3.3	3.1	3.3	3.2	2.6	4.5	4.1	4.0	4.4
8	3.9	4.8	4.7	2.8	4.4	4.3	4.4	5.3	6.0	5.1
ortalam	3.1	3.0	3.6	3.3	3.6	3.7	4.7	4.2	4.5	4.5
Her oturumun ortalaması	3.0		3.5		3.6		4.5		4.5	

Bu tablo bireylerin hangi ölçüye göre değerlendirildikleri konusunda bazı şeyleri bilmeyen okuyucu için fazla bir anlam ifade etmeyecektir. Tablodaki 1'den 6'ya kadar olan aşa-

malar değişik zamanların değerlendirmeleri oldukları için bu farklı aşamaların her biri için burada kısa birer açıklama yapmak istiyorum:

Birinci aşama: Konuşmalar başkaları üzerinedir. Kendinden bahsetmeye karşı bir isteksizlik var. Duygular ve kişisel anlamlar (personel meanings) ne olduğu gibi, ne de göründüğü gibi. Açıklamaları son derece katı, sıcak ve yakın ilişkileri tehlikeli olarak değerlendiriliyor.

İkinci aşama: Duygular zaman zaman açıklanıyor, ama sanki geçmişte ve kendileri dışında başkalarına aitmiş gibi. Birey kendi kafasından geçirdiği şeylerden son derece uzakta. Bir nesneymiş gibi kendisi hakkında konuşurken, çeliştiklerini az çok bile bile çelişkili şeyler anlatıyor. Kendisini kendisine ait olmayan konularda bir anlamda serbestçe anlatmaktadır. Kendisi hakkında bazı problemleri ya da çelişkileri kabullenirmiş gibi görünebiliyor, ama bu problemleri kendi dışında olarak kabul ediyor.

Üçüncü aşama: Henüz ortaya çıkmamış duygular ve kişisel anlamlar hakkında daha çok açıklama var. Bu uzak duygular genel olarak kabul edilemez ya da kötü olarak yansıtılıyor. Mevcut koşullarla ilgili olarak yaşananlar daha çok sanki geçmişte olmuş gibi yansıtılıyor ya da geçmiş zaman diliyle anlatılıyor. Kişiliği hakkında sanki o bir nesneymiş gibi daha serbest bir anlatım akışı var. Kendi kişiliği hakkında başkasında varolan bir kişilikmiş gibi yansıtıcı bir üslupla konuşmalar olabilir. Kişisel açıklamalar katı ama bunlar zaman zaman ve yer yer bu açıklamaların doğruluğunu sorgulayan düşünce açıklamaları niteliğine bürünebiliyor. Ortaya çıkan her problemin dışarıdan çok, insanın kendi içinden çıktığını kabullenişi başlıyor.

Dördüncü aşama: Duygular ve kişisel anlamlar kişiliğin sahibi olduğu o an varolan nesnelermiş gibi serbestçe anlatılıyor. Yoğun nitelikteki duygular hâlâ o an varolmayan duygularmış gibi anlatılıyor. Farkına varılmak istenmeyen duyguların

içinde bulunulan an ortaya çıkabileceği zor kabul ediliyor, fakat bu korkutucu bir olasılık. Kişinin bazı şeyleri yaşadığına dair, isteksiz korkulu bir kabullenişi var. Yaşamdaki çelişkiler açıkça görülmekte ve onlara karşı belli, kararlı bir ilgi duyulmaktadır. Kişisel açıklamalarda bir yumuşama, gevşeme başlıyor. Bazen o an yaşanılan şeyin (deneyin) belli bir anlama sahip olduğunun kabul edildiği keşfedilir, fakat bu anlam ne doğal ne de kesindir. Bazı problemler için bazı kişisel sorumluluk anlatımları var. Kişi ara sıra kendisini başkalarına duygusal temelde anlatma tehlikesini göze almaya isteklidir.

Beşinci aşama: Duygular o an ortaya çıktıkları gibi serbestçe açıklanmakta ve böylece anında yaşanmakta. Bu duygular sahiplenilmekte ya da kabul edilmekte. Daha önce inkâr edilen duygular şimdi bilince çıkmaya başlıyorlar; bundan dolayı bir korku olsa da, bu böyle duyguların anında yaşanmasının kişinin kendisiyle ilgili bir kılavuz olabileceğine ilişkin bazı kabullenişler var. Çelişkilerin kişiliğin farklı yönleri arasında olduğu kabul ediliyor ve bu, şu tür cümlelerle ifade ediliyor: "Aklım bana bunun böyle olduğunu söylüyor ama ben buna inanmış gibi görünmüyorum." "Gerçek ben" gibi kendi kişiliğiyle ilgili duygulara sahip olma isteği ve birçok kişisel açıklamanın doğruluğunun sorgulanması (şüpheyle karşılanması) var: Kişi, içinde varolan problemler için açık bir sorumluluk duymaktadır.

Altıncı aşama: Daha önce inkâr edilen duygular şimdi hem anında hem de kabullenilerek yaşanmaktadır. Bu tür duygular artık inkâr edilecek, korkulacak ya da mücadele edilecek şeyler değillerdir. Duyguların böyle yaşanması, genellikle şiddetli, acılı ve kişiyi açığa vuran niteliktedir. Artık, duyguları anında yaşayışın, bireyin kendisiyle ve hayatla yüz yüze gelmesindeki belli belirsiz anlamları yakalamakta açık ve kullanışlı bir bağlantı kurduğunun tam bir kabullenişi var. Aynı zamanda kişinin kendisinin bu deney süreciyle bütünleşmeye başladığının kabullenişi de var. Artık, bir nesne olarak kişiliğe pek fazla dikkat gösterilmiyor. İçindeki inançları, anlayışları katı birer

düşünce olarak gördükçe kişi, kendisini bir anlamda sarsılmış, gevşemiş hisseder. Birey başkalarıyla ilişki sürecinde gerçek kendisi olma tehlikesini göze almaya başlar. Kendisini akıntıya kaptırma, yani kendisi olma ve kendisini bu akıntı içinde olduğu gibi kabul etme durumunda olan diğer insanlara güvenme tehlikesine hiç çekinmeden atılır.

Bulgular

Meador'ın kısaca anlattığımız değerlendirme ölçeğini kullanarak yaptığı çalışma çok çarpıcıydı. Gruba katılan 8 üyenin hepsi de sürecin gelişimi içinde daha çok esneklik ve kendisini açığa vurmaya doğru anlamlı derecede ilerleme kaydetmişlerdi. Kendi duygularına yakın hale gelmişler, duyguları ortaya nasıl çıkmışsa o haliyle anlatmaya başlamışlar, duygusal temeldeki ilişkilere girme tehlikesini göze almaya karşı daha istekli olmuşlardı. Oysa başlangıçta bunların hiçbirisi yoktur. Meador araştırmasının kısa önsözünde şöyle diyor: " Başlangıçta birbirlerine yabancı olan bu bireylerin normal hayatlarında olmayan bir birbirleriyle ilişki kurma düzeyine ulaşmış oldukları açıkça görülmektedir." Gerçekten de bu çalışma bize grup sürecinin en azından bir yüzünün sağlam bir görünümünü sunmaktadır.

Sonuçların Olgubilimsel (Fenomenolojik) Açıdan Değerlendirilmesi

Birkaç yıl önce, grupların ruhsal yıkıma neden olduğu biçimindeki birçok söylentiden dolayı bunların doğru olup olmadığının araştırılması doğrultusunda mesleki bir sorumluluk duydum. Ve bunun için kalkıp, benim doğrudan ilgilendiğim gruplardan ya da başka danışmanların ilgilendiği ama benim sorumluluğumda olan küçük çalışma gruplarından oluşmuş büyük çalışma merkezlerindeki 500'den fazla bireyi içeren ve sistemli olarak sürdürülen bir anket çalışmasına girdim. Katılanlardan 481'i (% 82'si) anketlere yanıt verdi. Geriye kalan

%18'in bazılarını arayıp bulduktan ve yanıt verenlerle onlar arasında önemli bir farklılık göremedim. Bu bireylerin hepsiyle etkileşim grubu terapisini bitirdikten üç ila altı ay sonra ilişkiye geçilmişti. İki tanesi grupta yaşadıkları deneyleri büyük oranda yıkıcı, yaralayıcı bulduklarını ve davranışlarının istemedikleri yönde değiştirildiğini söylediler. Ortalama bir miktar, deneyleri oldukça etkisiz bulduklarını ve davranışlarında gözle görülür bir değişiklik yaratmadığını, bir başka ortalama miktar, deneylerin davranışlarını değiştirdiğini fakat bu değişikliklerin zamanla büyük oranda kaybolduğunu, ankete katılanların ezici bir çoğunluğu ise, deneylerin sonuçlarını ya yapıcı, ya da davranışlarında hâlâ devam eden olumlu değişikliklere neden olacak düzeyde derin ve verimli bulduklarını söylediler.

Sanıyorum bu genel çalışmaya katılan gruplardan birinden aldığımız kişisel açıklamaları ve ayrıntılı sonuçları verirsem anket, okuyucu için çok daha anlamlı olacaktır. Bizimkisi kesintisiz olarak sürdürülmüş bir çalışmaydı ve bir üniversitenin yaz eğitimi sırasında düzenlenen bir yoğun çalışma grubunun bitiminden 3 ile 6 ay sonra yapıldı. 5 gün süren çalışmaya 50'si öğrenci danışmanı hocalar olmak üzere değişik sayılarda öğretim görevlileri, aileler; din adamları, avukatlar ve bir miktar da hava kuvvetleri subayları ile birlikte toplam 110 kişi katıldı. İlk elde kabul edilenlerin yanı sıra etkileşim gruplarıyla ilgili birçok şey içeren 100 tanesi de değerlendirme dışı tutuldu. Sözünü ettiğimiz yoğun çalışma grubuna katılan simalar oldukça olağandışı insanlardı. Çünkü, üyelerden bir kısmının yaz okulu sabah dersleri vardı, grup çalışmaları öğle yemeğinde başlıyor, bunu bir saatlik genel bir oturum izliyordu ve sonra da, bu bazen gece yarısına kadar olmak üzere, bütün öğleden sonrayı ve akşamı kapsıyordu. Sabah derse gitmeyen grup personelinin ise (yardımcı niteliğindeki elemanlar), danışmanlık tartışmalarının filmlerini seyretme, bantlarını dinleme gibi ek bir olanakları vardı.

Çünkü sabahları personel için serbest saatti; sadece pazar akşamları değil (grup çalışmaları pazartesi günü başladı) haftanın her sabahı için personele 2 saatlik bir grup etkileşimi yapmak mümkün oluyordu. Çarşambaya gelindiğinde personel sadece sabah oturumlarına değil, aynı zamanda büyük toplantı salonlarındaki 110 kişilik grup çalışmalarınada katılacak kadar cesaretlenmişlerdi. Bu konuda personelde önemli boyutlarda bir endişe vardı, ama onların gruba katılması diğer grup üyeleri için gurur duydukları bir olay oldu. (Ara bir yorum olarak şunu da eklemem gerekir ki; bu devam eden personel grup etkileşimi oradaki grup çalışmaları için hızlı ilerleme gösteren ve gelişmelere destek olan bir yöndü. Zira bu sadece personeli birbirine açmakla kalmadı, aynı zamanda onları kendi grupları için daha iyi birer yardımcı haline de getirdi.)

Evet, artık, grup üyelerinin deneylerinden belli bir süre sonraki gruba bakış açılarına geçebiliriz. Basit sayısal bulgular önce verilmiştir, bana göre; daha aydınlatıcı bölüm rakamları takip eden serbestçe açıklanmış düşüncelerdir.

Anket

Bu kâğıdı grup çalışmalarının sizdeki etkilerini serbestçe anlatmak için kullanınız bunu rastgele bir "bilinç akışı" içinde de yapabilirsiniz, düzenli bir biçimde de ya da sizin için hangi yol doğalsa, içinizden nasıl geliyorsa öyle yapınız. Lütfen mümkün olduğu kadar samimi davranınız ve istediğiniz kadar az ya da istediğiniz kadar çok yazmak için kendinizi serbest hissediniz: Yanıt kâğıtlarınıza isim yazma zorunluluğu yoktur. (Birinci kâğıdın son kısmı yorumlarınızı ya da tepkilerinizi yazmanız için boş bırakılmıştır.)

Sorular:

1. Gruptaki tüm yaşantımın davranışlarım üzerindeki etkisi açısından aşağıda açıklananlar bana uymaktadır. (Uygun olanı işaretleyiniz).

(a) 2 Davranışlarımı istemediğim yönde değiştirdi.

(b) 17 Önemli hiçbir değişiklik yaratmadı.

(c) 1 Kısa bir süre için farklı davrandım, ama şimdi değişikliklerin tümü kayboldu.

(d) 34 Belli bir süre için çok önemli değişiklikler yarattı ve davranışlarımdaki bu değişikliklerin 22 pozitif, 0 negatiflik bir kısmı hâlâ devam etmektedir.

(e)	pozitif	negatif
34 Eşime Karşı farklı davranıyorum ve bu değişiklik	31	3 görünmektedir
40 Çocuklarıma karşı farklı davranıyorum ve bu değişiklik	33	7 görünmektedir
24 Aileme karşı farklı davranıyorum ve bu değişiklik	23	1 görünmektedir
49 Arkadaşlarıma karşı farklı davranıyorum ve bu değişiklik	47	1 görünmektedir
62 İş arkadaşlarıma karşı farklı davranıyorum ve bu değişiklik	58	1 görünmektedir
47 Amirlerime karşı farklı davranıyorum ve bu değişiklik	44	2 görünmektedir
34 Astlarıma karşı farklı davranıyorum ve bu değişiklik	34	0 görünmektedir

2. Küçük grupta yaşadıklarımın etkisini şöyle bir gözden geçirdiğim zaman şunu görüyorum:

(a) 4 Büyük oranda yıkıcı-yaralayıcı, hayal kırıklığına uğratıcı(3) ya da sinir bozucu.(1) (Uygun olanın ya da olanların altını çiziniz.)

(b) 1 Yardımcı olmaktan daha çok, zorlayıcı oldu.

(c) 5 Orta ya da az düzeyde değişiklik yarattı.

(d) 21 Zorlaştırıcılıktan çok yardımcı oldu.

(e) 38 Sonuçları itibariyle yapıcı.

(f) 52 Çok derin anlamlı ve olumlu bir deneydi.

(g) 2 Benim için öyle şaşırtıcıydı ki, hiçbir yargıda bulunamıyorum.

3. Sadece tüm oturumların üzerimdeki etkisini düşündüğüm zaman şu duyguyu hissediyorum:

(a) 0 Yaralayıcı, şaşırtıcı, endişe verici, rahatsız edici ya da başka türlü olumsuz duygular uyandırıcı.

(b) 4 Orta düzeyde, pek ilgi çekici değil, çok az etkili.

(c) 16 Şu veya bu şekilde yardım edici.

(d) 50 Yapıcı, çok açık bir şekilde yardım edici.

(e) 23 Çok derin anlamlı, olumlu bir deney.

4. Yoğun çalışma grubunun, kendimin ve başkalarının duygularına karşı olan duyarlılığım üzerindeki etkisine göre (sadece size uygun olanı işaretleyiniz):

(a) 29 Kendi duygularıma karşı son derece duyarlı, başkalarının duygularına karşı ise çok daha anlayışlı hale geldim; bu benim için yepyeni bir yaşam biçimiydi.

(b) 52 Kendi duygularımdan haberdar olmam sayesinde 9 pozitif, 4 negatif, 39 hem pozitif hem negatif duygularımı başkalarıyla paylaşmakta daha açık hale geldim.

(c) 39 Daha önce de duygularından haberdardım ama bu kadar büyük boyutlarda değil.

(d) 16 Bu alanda kabul edilebilir hiçbir değişiklik olmadı.

(e) 0 Kendi duygularıma karşı çok daha duyarlı hale geldim ve böyle olmayı hiç istemezdim.

Düşünceler

Aşağıda, anket sorularına karşılık olarak verilen bazı düşünceler yer alıyor. Hepsi de grupta yaşananlara karşı, farklı bakış açılarıyla verilen geniş boyutlu tepkilerdir.

"Bilinç akışı" (stream of conciousness). İnsanların çoğu ezici bir şekilde olumlu tepkiler gösterdiler.

"Bu, bugüne kadar yaşadığım en anlamlı deneylerden biriydi. İnsanlar hakkında olduğu gibi başka birçok konuda da duygularımın bir bütün haline gelmesini sağladı -tıpkı geçmişteki yaşantımın en olumlu ve faydalı olaylarını, durumlarını (attitudes) bir tutkal, çimentoyla birbirine yapıştırır gibi. En anlamlı, en çok şeyi anlatan sözcük, sanıyorum, serbestlik sözcüğüydü. Bu daha geniş bir duyarlılığa, deney dünyasına (experience), başkalarının yaşamını takdirle karşılama duygularına doğru açılan bir kapıydı. Yaşamak çok daha zengindir. Grupta yaşadığım o anlar bana coşkun duygularla doluymuş gibi görünüyordu, ama birkaç hafta sonra bunların benim düşüncelerimle ne kadar uyum içinde olduğunu gördüm. Bir birey olarak içimde saklı olan başarı gücüme ve tüm insanoğlunun içinde saklı, başarı gücüne çok daha derinden inanıyorum şimdi."

"Yoğun grup çalışmaları sırasında yaşadıklarıma hâlâ inanamıyorum. Birden kendime bütünlükçü ve yepyeni bir gözle bakabilir hale geldim. Eskiden "çekici, hoş" bir insandım, ama kişisel ilişkilerime gelince buz gibiydim. İnsanlar bana yaklaşmak isterlerdi fakat ben kendimi tehlikeye düşürebilir ve kendimden bir şey vermek zorunda kalırım diye onların bana yaklaşmalarından korkardım. Enstitüye devam ettikten sonra artık insan olmaktan korkmuyorum. Kendimi gayet iyi bir şekilde ifade edebiliyorum ve aynı zamanda sevilebilir ve sevebilir bir insan oldum. Şimdi dışarıya çıkabiliyorum ve insanlara karşı duyduğum sıcak duyguların yarattığı coşkunluğu kullanabiliyorum ve benim bir parçam olan bu duyguları sevmeyi öğrendim."

Bazı insanlar için ise yaşadıkları bu kadar olumlu değildi:

"Yoğun çalışma grubunu genel olarak ciddi boyutlarda hayal kırıcı buldum. Grup üyelerinin çok daha dikkatli bir şekilde seçilmesini umardım. Böyle olmadığı için etkileşim grubu bana faydalı olmadı. Fazla 'kamp ateşi çevresi' havası vardı. Gerçek bir profesyonel göremedim."

Soru 1: Gruptaki tüm yaşantımın davranışlarım üzerindeki etkisi açısından aşağıdaki açıklamalar bana uymaktadır. (Anketteki sayısal değerlendirmelerden okuyucunun da fark edeceği gibi, ankete katılanların birçoğu grup çalışmalarının tüm etkilerinin bir sonucu olarak farklı davrandıklarını ifade ettiler. Aşağıda bu düşüncelerden bazılarını bulacaksınız.)

"Öğrencilerimin sorularına karşı çok duyarlıyım; bir, 'evet sizi dinliyorum' ya da 'hayır, bunu sizlerle paylaşmak istemiyorum' cümlesindeki ses tonuna karşı son derece hassasım. Meslektaşlarımın, arkadaşlarımın ve öğrencilerimin duygularını bana anlatarak rahatlamalarından çok memnunum. Bir seyahat esnasında kocamla aramda geçen bir olaydan dolayı ise, çok daha mutluyum. Şöyle oldu: Ben onun kendisini rahat hissederek duygularını serbestçe anlatabileceği bir hava yarattım ve o da duygularını benimle paylaşabildi. Eskiden duygularımı çok fazla açıklıyor olmama rağmen, şimdi bunu daha kolay yapacak bir yetenek kazandım."

"O cumartesiye, karımla ilişkilerimin yepyeni ve çok daha anlamlı olacağı gözüyle baktım; ona karşı daha hoşgörülü olacak ve aramızdaki farklılıkları (değer yargıları, araba kullanma, ilgi alanları vs.) kabullenecektim. Sanıyorum böyle de oldu. İlişkilerimizde bir değişiklik olduğunu fark ettiğini söyledi, fakat, eskisi kadar derin olmasının imkânsız olmasına rağmen yine eski alışkanlıklarıma dönmekten korkuyorum."

"Birlikte çalıştığım insanlara bakış açımda bir değişiklik olduğundan eminim. Hatta bu değişikliğim okulun açılış gününde özellikle sabırsız bir heyecana dönüştüyse de aksiliklerden hoşlandım ve sanıyorum işimde; karşılaştığım prob-

lemleri halletme konusundaki yaklaşımım çok daha 'yaratıcı' (en azından farklı) oldu."

Soru 2: Küçük grupta yaşadıklarımın etkisini şöyle bir gözden geçirdiğim zaman şunu görüyorum: (Grup üyelerinin ezici bir çoğunluğu bu etkinin sonuç itibariyle "çok derin anlamlı, pozitif ve yapıcı" olduğunu hissetmişler.)

"Öyle bir olay ki, ben buna ikinci defa dünyaya geliş adını verebilirim. Geçmişte kötü bir duruma, hatta başarısızlığa doğru giden bir hayata yepyeni bir biçim kazandırdı. Eskiden imkânsız olan birçok şeyi (hatta aklım başımdayken asla seçemeyeceğim, bakanlıktan ayrılmayı bile) yapabilirim şimdi."

"Grupta yaşadıklarımın bir kısmı acılı olmakla birlikte, beni, kendime daha dürüst bir gözle bakmaya ve duygularımı içimden geldiği gibi açıklamakta bir çeşit özgürlük duymaya zorladı."

"Kendimi ve başkalarıyla olan ilişkilerimi daha iyi anlamamı kolaylaştırmada oldukça yardım edici ve anlamlı bir deney oldu."

Diğer yanıtlar bu kadar olumlu değildi.

"O kadar uzun zaman içinde çok az şey yapmış gibiydik. Ama yine de zamanımız daha çok olsaydı daha anlamlı şeyler yapabileceğimizi hissettim."

"Grupta çok iyi arkadaşlıklar edindiğimi hissediyorum. Fakat diğerlerinin, hatta oturumların ta sonuna kadar bile, benim durumumu, düşüncelerimi ya da bir insan olarak neyi temsil ettiğimi anladıklarını pek sanmıyorum.

Üyelerden biri yaşadıklarını şöyle tanımlıyor:

"Son derece bozguna uğratıcı-düzensiz, öğretici niteliği yok, hayal kırıklığına uğratıcı, mutsuz bir yaşantı; insanı manyaklaştırıcı, huzursuz edici."

Bir başkası ise:

"Benim küçük grup deneyimim son derece hayal kırıklığı yaratıcıydı; çünkü birbirimize gerçekten ilgi gösterebileceği-

miz bir konuma asla gelemedik. Üyelerden özellikle ikisinden hoşlandım, ama genel olarak grup üyeleriyle hiç rahat olamadım. Huzursuzluk, can sıkıntısı ve yorgunluk hissettim. Sandalyeler korkunç derecede sertti. Müthiş bir şekilde evimi özledim ve oraya niye gittiğime şaştım."

Soru 3: Sadece tüm oturumların üzerimdeki etkisini düşündüğüm zaman şunları hissediyorum. (Yine yanıtlar az bir olumsuzluğa karşılık oldukça fazla olumluluk etrafında kümeleniyor.)

"Grup etkileşim hakkındaki en olumlu düşüncelerim genel oturumlardan sonra oldu."

"Genel oturumların her çeşidinin biraz uzun süreli anlamı oldu benim için. Filmler bazı fikirleri açıklığa kavuşturdular ve terapiye çeşitli yaklaşımları anlamama yardımcı oldular, ancak uzun oturumla içeriği hakkında kafamda çok az şey kalmış."

"Model grup oturumları, esas olarak yardımcıların 'öğrettikleri şeylerin dürüst olarak pratiğe geçirilmesini' gösterirlerken etkiledi beni."

"İlk defa olarak bir personel etkileşim grubunun düzenlenmesi ve aynı zamanda bunun bir kere de herkesin gözü önünde yapılması hoşuma gitti. Ama yine de, sanıyorum eğer o an o personel oturumuna bütün grup üyeleri hep birlikte katılabilseydik çok daha iyi olurdu. Öyle inanıyorum ki, o noktada bütün grup üyelerinin katıldığı bir temel etkileşim grubu oluşturabilirdik."

Soru 4: Yoğun çalışma grubunun kendimin ve başkalarının duygularına karşı olan duyarlılığım üzerindeki etkisine göre: (Duygu değişimiyle ilgili oldukça fazla pozitif yanıt vardı.)

"Yoğun çalışma grubundan sonra başkalarıyla çeşitli alanlardaki ilişkilerimde çok açık farklılıklar gördüm: Galiba ortak payda, içimde iyice derinleştirilmiş bir güven ve ta yüreğimdeki inançlardı. Bu güz döneminde okulların açılmasıyla öğretmenlik görevime başladığımdan beri eğitim konusunda-

ki kendi inançlarımı (sanıyorum bu inançlarım Rogers'ın inançlarına oldukça yakındır; dolayısıyla onları hayata geçirmek için içimde büyük bir cesaret gerekiyor) hayata geçirmek için içimde büyük bir cesaret bulduğum için çok mutluyum."

"Yoğun çalışma grubuna katılmadan önceki problemlesürüyor, fakat onlara daha farklı yaklaştığımı hissediyorum. Zannediyorum ki, sanki onlarla uğraşmaya gücüm pekâlâ yetebilir. Diğer problemlerim hemen hemen tamamen kayboldular -en azından belirtileri. Belki de en güçlü duygu, mutluluğun, üreticiliğin ve iç gücün daha üst seviyelerine doğru hareket etmektir. Benim için şu anda en önemli şey hareket duygusudur -doğru yönde hareket."

Belki de hayatımda yaşadığım en gurur verici deneydi. Grup üyelerinin kendi içimdeki yansımalarından ve onların içinde gördüğüm kendi yansımamdan dolayı sanıyorum yoğun grup çalışmasından sonra kendimden daha çok hoşlanıyorum. Gruptan bu yana insanlarla ilişkilerim çok daha anlamlı ve samimi. Bazı"açık" cümlelerime diğerlerinin gösterdiği tepkilerden dolayı gülmek zorunda kaldım."

Bazı yanıtlar çok daha tatlıydı.

"Bugün 5 günün sonuçlarından dolayı çok mutluyum, ama bundan önce hiç de böyle değildim. Hiçbir zaman iyileşemeyeceğimi düşündüğüm zamanlarım oldu. Özellikle grup toplantılarının bitmesinden sonraki ilk birkaç gün içinde hayatımda hiç yaşamadığım korku ve acıları yaşadım. Tek başıma çırılçıplak kalmıştım. O anda kendim hakkında neler bildiğimi ya da ufukta beni nelerin beklediğini düşünmeden edemiyordum. Ancak şimdi, o zamanlar aklıma gelenleri düzgün bir şekilde ifade edebiliyorum."

"Son oturuma kadarki oturumlar boyunca bir maharet öğreniyormuş gibi görünüyordum. Sanki gruptaki üyelerin gerçek duygularını "koklamayı" öğreniyordum. Hayatımda bir duyguyu hiç bu kadar sevmemiştim. Eğer adamın biri içinden öyle geldiği için bana kızarsa bundan sonra bunu hiç sorun et-

meyeceğim, hatta aslında bunu tatmin edici bulacağım! Sadece görevini yapıp da benim hissettiğim şeyleri hissetmeyen bir danışman gibi benim duygularımı objektif olarak analiz eden insanlardan nefret eder hale geldim."

Çok az sayıda bir grup insanın duyguları ise oldukça farklıydı:

"Başka grup çalışmalarına da katıldım ve gördüm ki onlardan elde ettiğim değişikliği burada bulamamışım. Zamanımın çoğunu bir şeyler bekliyor gibi ve meselenin özünün kavramaya ve hareket etmeye uğraşan diğer grup üyelerine yardım ederek geçirdim."

Kendi düşüncelerim

Benim düşüncelerime göre bu kişisel olgularla ilgili çalışma biçimi özellikle de bütün yanıtlar okunduğu zaman görüyorum ki geleneksel iş sırasındaki deneysel yaklaşımdan çok daha değerlidir. Genellikle psikologlar (pyschologists) tarafından "sadece kişisel düşünceler -self reports" diye hiç değer verilmeyen (scornede) bu tip bir çalışma gerçekte deneylerin ne anlama geldiğine dair en derin kavrayışı verir. Bu yöntem, grup üyelerinin gruba katılmamış başkalarıyla mukayesesi sırasında yüzde-beşlik bir farklılık gösteremediklerine dair kullanılan bazı doğruluk-anlışlık ölçütlerine göre kesinlikle çok daha değerlidir. Benim için böyle bir örgütlü ve doğal çalışma, bu esrarengiz ve çok az bilinen alandaki bilgilerimizi geliştirmek için pekâlâ en verimli yol olabilir.

Sonuç

Daha epeyce genişletilmeye ve geliştirilmeye ihtiyacı olmasına rağmen araştırma çalışmalarının, etkileşim grupları hakkındaki yaygın efsanelerin birçoğunu açıkça yıktığına ve grupların aslında, gerçekten yapıcı değişiklikler yarattığı inancını oturttuğuna inanıyorum.

8

UYGULAMA ALANLARI

Bundan önceki bölümlerde etkileşim grubu ve bununla yakından ilgili görev yönlendirmeli gruplar, ekip-oluşturma gruplan gibi olguların yöntem ve sonuçlarının birçok yönünü inceledik. Yazılanlann birçoğunda saklı olan düşünce, etkileşim gruplarının pek çok alanda (situation) uygulanabileceğine dairdi. Sanıyorum artık bu alanları dile getirmenin zamanıdır. Yoğun grup deneylerinin yapıcı etkinlikte kullanılabileceği izlenimi veren modern hayatın bazı alanlarına kısaca değineceğim. Bu kullanılabilme olasılığı halihazırda birçok alanlarda kanıtlanmış durumda. Bunu, bu durumu kişi olarak benim en çok bilgi sahibi olduğum eğitim kurumlannda çok daha geniş boyutlarda kanıtlanması izleyecektir.

Endüstri Alanı

Etkileşim grubu ya da görev yönlendirmeli gruplar sanayi kuruluşlarında birçok biçimde kullanıldı. En yaratıcı kullanımlardan birisi ise, iki firmanın birleşmesi durumunda ortaya çıkan ruhsal sorunlarla ilgili olanıydı. TRW System Incorporation (çok geniş ve karmaşık bir 'uzayçağı aletleri' üretim endüstrisi şirketler grubu) grup programlarından yoğun bir şekilde yararlandı ve birleşen şirketlerde ortaya çıkan sorunların çözümünde de şöyle bir yöntem kullanıldı: Şirket elemanla-

rından yetenekli röportajcılar seçildi ve bunlar her iki şirketin tüm önemli liderleriyle görüşmeler yaptılar. Her görüşmenin amacı, yöneticilerin "bu şirketlerin birleşmesinden duydukları ilgi ve endişelerini" belirlenecekti. Verilen yanıtların ne kadar geniş bir ilgi ve endişe yelpazesini kapsayacağını tahmin etmek zor olmasa gerek. Diğerine katılmak durumunda kalan şirkette hemen hemen hep şu tür endişeler çıkar ortaya: "İşimi kaybedecek miyim?", "Tüm araştırma fonlarımızı elimizden mi alacaklar acaba?", "Bize gerçekten bağımsız bir şekilde çalışma olanağı verilecek mi, yoksa ana şirketin elinin altında mı kalacağız?", "Duyduğuma göre katıldığımız şirketin başkanı iş hayatında zor bir adammış. Onunla nasıl uyum sağlayacağız." Kendisine katılınan şirketteki problemler ise çok daha farklı düzeydedir: "Merak ediyorum, şirketleri pek iyi iş yapamadığına göre ya bu arkadaşlar gerçekten çok beceriksizlerse!", "Tavsiye almaya gönüllü olacaklar mı acaba? Yoksa direngen ve başkaldırıcı mı olacaklar?", "Şirketin bütün elemanlarını eski yerlerinde tutabilecek miyiz, yoksa bir kısmını; işten çıkarmak mı gerekecek?"

Her iki tarafta da yoğun bir şekilde hissedilen endişeler ortaya çıkartıldıktan sonra yardımcı (şirket tarafından görevlendirildi) her iki tarafı da bir araya getirir ve daha önce dile getirdikleri sorunları bir tahtaya yazar. Ondan sonra her iki tarafın elemanları birbirlerine güvenleri arttıkça kendilerini gerçekten ilgilendiren, endişelendiren konuları daha açık bir şekilde keşfetmeye başlarlar. Bu yöntem çok sık karşılaşılan endişelerin tüm sahte nedenlerini ortadan kaldırır. Böyle bir şey samimi bir değişikliğe, daha iyi iletişime, akıl dışı korkuların en azından akılcı problemlerin kaldığı ve bunlara da bir anlamda duyarlı çözümlerin bulunabileceği bir noktaya doğru gidilmesine yol açar.

Endüstri alanının grup yönetiminden elde ettiği bir başka yarar da kurumsal (organizational) gelişim adı verilen olgudur. Bu birçok etkileşim grubunun temel amacı olan kişisel gelişmeden çok farklı bir şey değildir. Tek farkı bireyin geliştirilmesi ve sağlığa kavuşturulması kadar örgütün de sağlığı üzerinde yoğunlaşmasıdır. İşte size Ulusal Eğitim Laboratuvarları'nın hayata geçirdiği bir kurumsal gelişim projesinin amaçları:

1. Kurum çapında açık bir problem çözme ortamının oluşturmak.
2. Amirleri bilgi ve beceri otoritesiyle donatmak.
3. Karar alma ve problem çözme sorumluluklarını mümkün olduğu kadar bilgi kaynaklarının yakınına oturtmak.
4. Kurum çapında bireyler ve gruplar arasında güven tesis etmek.
5. Rekabeti iş amaçlarıyla daha çok bağlantılı hale getirmek ve işbirlikçi çabaları en üst düzeye çıkartmak.
6. Kurumun görevlerini (kâr ve hizmet) başarıyla yerine getirebilmesini ve kurumun gelişmesini (insanların gelişimi) teşvik edecek bir ödül sistemi geliştirmek.
7. İşgücü aracılığıyla kurumun amaçlarına sahiplenme duygusunu yükseltmek.
8. Yöneticilere, yönetimlerini geçmişteki pratiklere ya da kimsenin sorumluluk alanına girmeyen hedeflere göre değil de, onlardan daha çok ilgili ve uygun hedeflere göre yapmalarında yardımcı olmak.
9. Kurum içindeki insanların kendi kendilerini kontrol ve yönetme yeteneklerini arttırmak.[1]

Esas ilgi alanı endüstri olanlar ve yoğun grup deneylerinin sanayi kuruluşlarında nasıl kullanıldığı hakkında daha fazla bilgi sahibi olmak isteyenler için NTL (Ulusal Eğitim Laboratuvarları) nin tavsiye ettiği bir grup kitap listesini aşağıda sunuyorum.[2]

---

1. News and Reports from NTL Institude-NTL Enstitüsü Uygulamalı Davranış Bilimleri Haber ve Raporları, c. 2, Nno:3, (Haziran 1968).
2. Richard Bechard, 'Merkeziyetçiliği Kaldırılmış Kurumlarda Bir Kurumsal Gelişme Programı', Uygulamalı Davranış Bilimleri Dergisi, c. 2, s. 1, (1966). W. G. Bennis, 'Değişen Kurumlar' (Lonra ve New York, Mc. Graw-Hill Book Company, (1966). Sheldon A. Davis, 'Kurumsal Değişmede Organik Problem-Çözme Metodu', Uygulamalı Davranış Bilimleri Dergisi. c. 3, s. 1 (1967). A. J. Mantow, D. G. Bowers ve C. E. Seashore, 'Katılımcı Yönetim (London and New York, Harpers and Row, 1967). E. H. Schein W.G. Bennis, 'Grup Metodu Aracılığıyla Kurumsal ve Kişisel Değişim: Laboratuvar Yaklaşımı', (Lonra ve New York: John Wiley ve Ogulları, 1965).

Kiliseler

Dini kuruluşlar programlarının bir sonucu olarak etkileşim gruplarına çok çabuk adapte olabilmişlerdir. Bu tür gruplar Katolik Kilise üyeleriyle, Bağımsız kilise üyeleriyle ve dini liderli gruplarda seminerler halinde çok geniş boyutlarda kullanılmıştır.

Kiliselerdeki grupların genel olarak temel amaçları, bugün kiliselerden kaçan onca insanda bir topluluk duygusu oluşturmak, bağımsız kilise mensuplarını kendi dini düşünce ve gelişmelerine gerçek anlamda katmak ve bağımsız kilise papazları ile genel kilise yönetimi arasındaki, genç kuşaklar arasındaki ve halk ile papazlar arasındaki iletişimi geliştirmekti.

Hükümet

Bugüne kadar, bilebildiğim kadarıyla etkileşim grubu hükümette çok az kullanıldı. Ancak, kullanıldığı kadarıyla açıklamaların ortaya koyduğu gerçek şu ki: Grup yönetimi Dışişleri Bakanlığı'ndaki memurların birbirleri arasındaki iletişimi geliştirmek ve büyükelçiler ve büyükelçilik personeli ile ev sahibi ülkenin halkı arasındaki iletişim olanaklarını çoğaltmak için son derece yapıcı bir şekilde kullanılmış. Bu proje daha sonra maalesef durduruldu. Bu tür gruplar çeşitli federal hükümet dairelerinin üst düzey memurları arasında da kullanıldı. Buradaki amaç da tıpkı kuramsal gelişme gruplarının amaçları gibi üyeleri daha serbest, daha az otoriter ve yöneticilikte daha konuşkan hale getirmekti.

Irk İlişkileri

Etkileşim grupları hakkında söylenebilecek en anlamlı şeylerden birisi de onun insanlar arası ve insan grupları arasındaki gerilim ve huzursuzlukları kontrol edebilmesidir. Şunu büyük bir rahatlıkla söyleyebileceğime inanıyorum: Eğer iki grup aynı odada bir araya gelip konuşmaya (illa birbirleriyle konuşmaları gerekmez) gönüllü iseler, böyle bir durumda

etkileşim grubu yöntemi bunlar arasında ortaya çıkabilecek gerilimleri azaltma şansına ve olanağına sahiptir. Etkileşim grubu siyahlarla beyazlar, ya da kahverengilerle beyazlar arasındaki ilişki alanlarında pek fazla kullanılmış olmasına rağmen bu alanda gerçek bir gelecek vaat ettiğini söylememize yetecek kadar bir dizi cesaret verici gelişme olmuştur. Genellikle bu tip gruplara katılanlardan edindiğimiz ilk izlenimler azınlık topluluklarına mensup üyelerin inanılmayacak kadar derin acı duydukları doğrultusundadır. Ne zaman ki yardımcı bunlarla enine boyuna konuşur, onları kabul eder ve aynı şeyi yavaş yavaş diğer üyeler de yapar, o zaman etkileşim grubu çalışmaları daha derin bir anlayışlılığa doğru ilerler.

Şunu açıkça belirtmek gerekir: Etkileşim grupları sadece gerilimleri azaltma, ortalığı yatıştırma aracı değildir. Eğer sonuç böyle olsaydı bu uzun vadede çok zarar verici bir şey olurdu. Tam tersine ben bu tür gruplarda, ilgili herkesin hemfikir olduğu ve ırkların eşitliği yolunda önümüze çıkacak engelleri azaltmaya yönelik yapıcı bir toplum oluşturmak için atılan adımlarla sonuçlanan derin bir anlayış gördüm. Kafamda şu konuda en ufak bir şüphe yok: bu tür grupların azlığı yerine, polis, ortalama vatandaş, hükümet temsilcileri ve aşırı uçlara ait kuruluşların üyeleriyle ırksal azınlıklarımızın tümünü, siyah, kahverengi, kızılderili, sarı hepsini içine alan yüzlerce grup oluşturmalı.

Bu etkileşim gruplarının muazzam gelecekler vaat ettiği bir alandır, fakat bugüne kadar pek ilgilenen olmadı. Şüphesiz güçlüğün bir kısmı bu tür, geleceği tam bilinmeyen yatırımların finanse edilmesine bağlıdır, ama bir kısmı da bireylerin koşulları ve düşünceleri kendisininkinden çok farklı olan insanlarla yakın ilişkiye girmekten korkmalarında yatıyor.

Uluslararası Gerginlikler

Grup yönteminin uluslararası düzeyde uygulamaya konması konusunda gerçek hiçbir girişim görmediğim için bu ko-

nuda sadece kısa bir biçimde kendi düşüncelerimi koyacağım. Dışişleri Bakanlığı'nın deneyi grup programına oldukça yaklaşıyor. Bu arada ben de bir düşümü dile getirmek istiyorum: Her biri ayrı hükümetten iki diplomatik ekibin toplantılarını hepimiz son derece iyi biliriz. Her biri kendilerine öğretilen belli bir çizgiyi takip etmekle sınırlandırılmışlardır. Ekip üyeleri için çok az kendi düşüncelerini açıklama olanağı ve sınırlı bir tartışma özgürlüğü vardır. Eğer diplomatik delegelere ek olarak her hükümet bu ekiplere "parti çizgileriyle" sınırlandırılmamış eş nitelikte vatandaşlar da katmış olsaydı bu iki resmi olmayan grup birbirleriyle hükümet temsilcileri kurulu bakış açılarıyla değil, sıradan insanlar gibi konuşurlardı. Sıradan insanlar olarak aralarındaki farkları, birbirlerine karşı olan acılarını, karşılaştıkları çözülemez sorunları, tüm boyutlarıyla iki ulusu birbirinden ayıran farklılıkları keşfedebilirlerdi. Diğer alanlardaki deneylerimizden biliyoruz ki, belki başlangıçta gerginliklerle dolu da olsa, bu ilk keşiften sonra birbirlerinin bakış açılarına ve bunların nedenlerine yönelik gittikçe yükselen oranda bir kavrayışın, çok daha derin bir anlayışın geleceğini rahatlıkla söyleyebiliriz. Böyle bir grup için bu alanda eğitilmiş ve iki ulustan hiçbirine mensup olmayan bir yardımcı en idealidir.

Sonra, eğer bu resmi olmayan grupların düşünceleri resmi delegelere kabul ettirilirse o zaman böyle bir şey resmi düzeydeki görüşmelerin akılcı bir şekilde yürütülmesi için yeni kanallar açabilir.

Bu düşüncelerimiz, resmi olmayan grupların delege gibi değil sıradan insanlar gibi görüşebilecekleri ve sıradan insanlar olarak konuşmaya çalışarak yavaş yavaş birbirlerini anlayabilecekleri inancına dayanmaktadır.

Aileler

Etkileşim gruplarının aile gerilimlerini önlemede ya da çözmede epeyce yardımcı olabileceğini daha önceki bölüm-

lerde yeterince konuştuğuma inanıyorum. Değer yargıları ve durumları itibariyle aralarındaki ciddi farklılıklardan dolayı -bu tür şeyler çok olur- çatışmaya düşen çiftler çatışmalarının çözümsüzlüğü için açık, hafif veya daha çok bilgilendirilmiş ya da daha samimi bir temele çekilebilirler. Evli çiftlerde, eğer gerginlikler bastırıla bastırıla patlama noktasına varmadan önce keşfedilebilirlerse evlilikte uyum umutları çok daha fazla olur. Aile gruplarında her iki yaş seviyesindeki anlayışı genişletmeye yetenekli bir yardımcı aracılığıyla anne-baba ile çocuklar arasındaki iletişim büyük boyutlarda geliştirilebilir. Böyle bir anlayış aileler arasında da yaygınlaştırılabilir. Böylece eğer çocuklar kendi anne-babalarıyla iletişim kuramıyorlarsa en azından grup içindeki diğer anne-babalara açılabilirler. Aynı şey öbür anne-baba için de geçerli olacaktır.

Kuşaklar Arası Kopukluk (gap)

Bundan önce anlattıklarımızla çok yakından ilgili bir şey de kuşaklararası kopukluk diye adlandırılan boşluğun kapatılmasında etkileşim grubuna duyulan ihtiyaçtır. Çok farklı yaşlarda bireylerden oluşan gruplarda grup süreci gerçekten işlemeye başladıktan sonra görüldü ki yaşlar arasındaki farklılıklar hiç de öyle zannedildiği kadar önemli değilmiş. Çok iyi hatırladığım bir grup vardı; üyelerinin yaşları 17 ila 65 arasında değişiyordu; oturumların sonuna doğru en yaşlı üyelerden birisi bir anlamda endişeli bir tavırla genç üyelere sordu: "Biz grubun gelişmesi konusunda bir engel teşkil ettik mi? Grubun, tümüyle genç üyelerden mi oluşmasını tercih ederdiniz?" Gençlerden gelen yanıt sürpriz niteliğindeydi: "İlk bir iki saatten sonra ne yaşlı ne de gençtiniz. Goerge'tunuz, Mary'diniz, Al'dınız ya da her kimseniz oydunuz. Yaş hiçbir şeyi değiştirmedi." Genç ve yaşlı insanların bu tür bir yaşantı içinde kendilerini ortaya koymaya gönüllü olmalarının da gösterdiği gibi, sanıyorum bu, kuşaklar arasındaki boşluğa nasıl bir köprü atılacağı konusunda bir ipucu vermektedir.

Eğitim Kurumları

Okullarımızda, yüksek okullarımızda ve üniversitelerimizde öğrencilerin bütün programa katılması ve yöneticilerle öğrenciler, yöneticilerle öğretim üyeleri ve öğretim üyeleriyle öğrenciler arasında daha iyi bir iletişimin kurulması için korkunç bir talep var. Bu konuda yeterince deney yapıldı ve gördüğümüz şey şu oldu: Bütün bu kesimler arasındaki iletişimi geliştirmek tümüyle olasıdır ve eğitimin bu yeni sosyal icattan yararlanmak için işi bu kadar ağırdan alması içler acısı olmaktan başka bir şey değildir.

Çünkü grup çalışmalarının eğitim kurumlarında nasıl bir işlev gördüğünü çok iyi biliyorum ve buradaki açıklamalarım da bu bilgilerimin ışığında olacaktır.

Bazı meslektaşlarımla ben, sosyal değişimler için kullanılacak olan bu yeni icadı Kişilik Çalışma Merkezinde (Center for Studies of the Person) 50 ortaokulda, 8 lisede, birçok öğretmen yetiştirmiş bir kız yüksek öğretmen okulundan oluşan büyük bir eğitim kuruluşunda denedik.[3] Çalışmalarımız Catholic Order of Immaculate Heart'ın gözetiminde ve personel donatımıyla gerçekleşti. Adı geçen kurumun üst düzey yöneticileri bizimle birlikte çalışmayı ve öz-kontrollü değişim (self-directed change) yönetimini kendilerine öğretmemizi çok istiyorlardı. Yöneticilerin bu güçlü desteği olmaksızın biz böyle birçok riskle dolu bir işe atılamazdık. Bu işlerde yönetimin desteği en önemli şeydir.

Proje yönetim komitesiyle birlikte, yüksek öğrenim öğretim elemanları, yüksek öğrenim öğrencileri ve sonra da çeşitli öğretim üyeleri ve öğrencilerden oluşan bir dizi etkileşim grubu uygulamayı planladık. Sonunda birçok idarecide olduğu gibi yüksek öğretim idare heyeti kişisel sorunları katmaya da gönüllü oldu ve görev yönlendirmeli gruplar düzenlememi-

---

3. Bu deneyin tümü *Öğrenim Özgürlüğü* adlı kitabının 15. bölümü ile sonsözünde geniş olarak anlatılmıştır. (Londra: :Charles E. Merril and Prentice-Hall, 1969).

zi isteyerek bunun için gerekli olan yardımcıları buldu. Aynı zamanda, ayrı ayrı lise öğretmenleri, lise öğrencileri ve sonunda da, başlangıçta öğretmenlerin öğrencilerle yüz yüze gelmekten endişe duymalarına rağmen, okul idarecileri, öğretmenler ve öğrencilerden oluşan gruplar da düzenledik. Ortaokullar için ise, öğretmen ve yöneticilerden oluşan birçok yoğun çalışma grubu oluşturduk. Bu gruplar, üyeleri bir anlamda hayal kırıklığına uğratmak ile yardımcılar da dahil herkesin çok büyük yararlar elde ettikleri gözle görülecek kadar başarılı gruplar yelpazesi arasında değişti.

Elde edilen değişikliklerden birisi idari yapıda ve idari politikalarda, özellikle de yüksek öğrenim kurumunda idi. Görev-yönlendirmeli grupların bir sonucu olarak bütçe sistemi ve bütçenin oluşturulması tümüyle gözden geçirilerek emirle yapılan bir bütçe yerine çok daha katılımcı bir şekilde oluşturulan bir bütçe yapımı ilkesi benimsendi. Yönetim heyetindeki bireylerarası çeşitli ciddi sürtüşme ve problemler halledildikten sonra -her ne kadar derin duygulanımlar ve biraz gözyaşına mal olsa da- her şeyin yerini çok daha açık ve düzgün bir yönetime bıraktı. Yönetim kurulu ağız birliği ederek, öğrencilerle okul yöneticileri arasında temel amacı öğrencilerin ne istediğini, okul ve kendileri için düşündükleri hedeflerin ne olduğunu ve okulun şimdiki işleyişi hakkındaki eleştirilerini öğrenmek olan tam günlük oturumlar planladılar. Bu, ele aldığımız tüm düşünceler içinde en verimli girişimi hayata geçirdi.

Bu arada sınıflarda da her türden yenilikçi değişiklik oldu. Her şeyden önce öğretmen ve öğrencilerle ya da bir fakülte bölümü ve bu alanda master eğitimi yapan öğrencilerle özel kurslar düzenlememiz için birçok davetiye aldık. Bu oturumların hemen hemen hepsi son derece başarılı oldu, öğrenci-öğretmen iletişimi büyük oranda geliştirildi. Özel bölümler ve öğretmenler pek çok yeni değişiklik gösterdiler. Sanıyorum bütün bunlar büyük oranda öğrencilerin katılımları ve girişimleri sayesinde olmuştu; daha çok öz-sorumluluk, öz-disiplin ve öğrenci öğretmenler arasında daha derin işbirliği. Bu tür

değişiklikler yabancı diller, felsefe, müzik, tiyatro sanatı eğitim alanlarında, öğretmen yetiştirmede ve bilim adamlarını hemen hemen okuldaki tüm öğretim görevlilerini içeren bir iç disiplinlik seminerinde aynen görüldü. Her şey sadece bu değişikliklerle kalmadı, fakat aynı zamanda, yardımcıları olarak bizim tamamen geri çekilmiş olmamıza rağmen deneylerden sonraki üç yıl boyunca değişiklikler hâlâ devam ediyor.

İsterseniz hâlâ nelerin devam ettiğini son günlerde aldığım bir mektuptaki şu örnekte görelim: "Öğretmen yetiştirme alanında öz-girişimci (self-initiated) ve öz-yönetimci (self-directed) bir program üzerinde çalışıyoruz. Geçenlerde tahmin edemeyeceğiniz kadar heyecanlı bir hafta sonu grup çalışması yaptık. Öğrenciler, öğretmenler ve yöneticiler, toplam 75 kişi son derece yaratıcı ve üretici bir beyin fırtınasına yakalanmış gibiydik. Toplantının sonuçlarından biri şuydu: Öğrencilerimiz yoğun bir çalışmaya girerek şehirdeki tüm okullara gidip sınıfları gözleyecek, öğretmen toplantılarına katılacak, öğrenci, öğretmen ve yöneticilerle röportajlar yapacaklardı. Ve daha sonra da bizim okulumuz öğrencileri olarak eğitimleri sırasında neyi bilmek, hangi deneyleri yapmak istediklerini, ne yapacaklarını belirleyecek ve öğretmenlerle diğer öğrencileri toplayarak kendi hedeflerini tayin etmede onlara yardımcı olacaklardı. "İşte size öz-yönetimli değişikliğin en güzel örneği."

Bu son deneyi olanaklı kılan en anlamlı gelişmelerden biri şuydu: Öz-yönetimli değişim ve sorun çözme aracı olarak yoğun grup çalışmasının değerine o derece inanmıştı ki, kurum, birçok adamını grup yardımcısı eğitimi görmeleri için dışarıya göndermiş ve kurum içinde hem grup etkileşim uygulayabilecek hem de diğer işlerde; yardımcı olabilecek nitelikte elemanlar yetiştirmişti. Böyle bir eğitimdeki ikinci adımları ise, bu alanda eğitimli yönetici yetiştirme girişimi olacaktı.

Bu projenin tarihini bilmek okuyucu için ilginç olabilir: Öneri ilk defa 1966 başlarında getirilmişti. Yapılacak tüm şey Eğitim Bakanlığı'ndan (Office of Education) ve başarısız ku-

rumlardan finansman temin etmekti ve ben ne yapacağımı bilememenin ümitsizliği içindeyim. Fikrin sağlam ve tutarlı olduğuna ve denenmesi gerektiğine karar verdim ve böylece öneri makale haline getirilerek bir eğitim gazetesinde yayımlandı.[4] Bu; çeşitli okulların yakın ilgisini çekti ve sonunda proje, Mary Reynolds Babcock ve Charles F. Kettering II. tarafından finanse edildi. Böylece projeyi hayata geçirmek artık mümkündü. Ama yine de ta 1966'nın sonlarına kadar tüm büyük finans kurumları, Ford, Eğitim Bakanlığı ve diğerleri projeye son derece hantal ve mantıksız bir deney olacağı gözüyle baktılar.

Projenin Yaygınlaştırılması

Hayata geçirme sırasında karşılaştığımız zorluklara bakarak, projenin giderek bizim hatalarımızla daha da zenginleşmiş olarak ve aynı amaçla çok daha geniş bir planlamayla ve daha iyi finans koşullarında hayata geçirilmiş olmasını görmek insana güç ve cesaret veriyor. Sözünü ettiğim şey projenin Kentucky Louisville okullarında uygulanmasıydı. Okuldaki uygulamanın kısa bir görünümünü aşağıya çıkarttım:

Louisville Bölgesinde halihazırda 35454'ü beyaz, 25174'ü siyah olmak üzere toplam 60628 öğrenci var. Bunlardan %34.1'inin ailesinin yıllık geliri 2000 dolar veya altında ya da sosyal yardımla geçiniyorlar. Bu düşük gelirli öğrencilerin büyük bir kısmı şehrin iç kesimindeki okullarda toplanmışlar ve çoğunluğu siyah. Bu bilgilerin de gösterdiği gibi son 20 yıl içinde Louisville bölgesinde siyah ve düşük gelirli öğrencilerde muazzam bir artış olmuş. Kentucky Eyaletinde sayıca en fazla düşük gelirli öğrenciye (20678), kendi kendine yeterlilik düzeyinin altındaki en fazla sayıya (%71'i ulusal ortalamanın altında), en çok okul terk eden öğrenciye (tüm ülkede büyük şehirlerle kıyaslandığında ikinci durumda), yasalara ve topluma uyumsuz (5000) ve polisçe tutuklanmış

4. "Eğitim Sisteminde Öz-yönetimli Değişim İçin Bir Plan", Educational Leadership, c. 24, (Mayıs 1967) s. 717-31

(6000) en çok gence, en çok öğrenci ve öğretmen değişimine (bölge içindeki değişimler hariç %20), en fazla işsize (13900, bölge toplamının üçte biri) ve ev değiştirmelere bağlı olarak en fazla ırksal tecrite sahip olan bölge Louisville'dir.[5]

Bu çok ciddi eğitim koşulları, aslında eğitim krizi, içerisinde cüretkâr yeni planlar uygulandı. Üç beyaz iki siyahtan oluşan okul yönetim kurulu şehirdeki okul nüfusunun tüm ihtiyaçlarını karşılayacaklarına dair halkın önünde yemin ettiler ve hemen davranış bilimleri dalında eğitim görmüş ve grup etkileşim deneylerine katılmış bir süper planlamacıya görev verdiler. Ve kendisinden okullardaki tümüyle yeni bir programa bütün okul personeli ve toplumsal kesimlerden grupları en geniş boyutlarıyla katması istendi. Adam Louisville'de araştırmaları garantiye alacak ve danışmanlık desteği gösterecek yerel bir üniversite bulmayı başardı. Aynı zamanda 4 yıl boyunca Eğitim Bakanlığı'ndan, hükümet içindeki durumlara bağlı olarak değişen miktarda muazzam bir maddi destek aldı.

Kısacası, proje birbiriyle bağlantılı iki bölüme ayrıldı. Bunlardan birincisi, yöneticiler, öğretmenler, bazı aileler ve vekil veliler arasındaki iletişimi geliştirmek ve program ve politika saptamada okul örgütlenmesi ya da okulun hizmet ettiği kesim içindeki herkesi üst boyutlarda ve aktif olarak katmak amacıyla ücretli (gruba katılanlara ücret ödeniyor-ç.n.) bir dizi hafta sonu grup etkileşimden yararlanan kurumsal gelişme programı; ikincisi ise, kendi okullarında etkin bir eğitimi geliştireceğine inandıkları programları önermeleri için yerel okullardaki öğretim elemanlarını teşvik programı idi. Yani başka bir deyişle, konu ile en çok ilgilenen ve istekli çeşitli düzeylerdeki öğretim elemanları aracılığıyla insancıl öğretim metotları (humanistic teaching process), ya da esnek bir eğitim sistemi (flexible educational structuring)nin geliştirilmesini sağlamaktı. Programın bir bütün olarak temel amaçlarından

5. Bu bilgiler Louisville okulları tarafından Eğitim Bakanlığı'na sunulan ve 1969-1970 yılları itibariyle doğrulanmış öneriler paketinden alınmıştır.

biri öğretmenlere, öğrencilerle etkili bir ilişki kurmak ve onlara daha çok destek olmak için kullanılacak insanlar arası ilişkilerde yetkinlik kazandırmak, diğeri ise "gelişmiş insani ilişkiler için yaşama modelleri yaratacak ırksal olarak dengeli öğretim elemanları yetiştirmek"ti. Sonra programa güçlü bir süreklilik bileşkesi daha eklendi. Buna göre iletişim laboratuvarlarına ve insanın gizli değerleri seminerlerine (human potential seminars) ek olarak, grup dinamiklerini daha iyi anlamalarına, ekip oluşturma ve çelişkileri çözme yeteneklerini arttırmalarına ve insanlar arası ilişkilerde hüner kazanmalarına yardımcı olmak için tüm üst düzey yöneticilerin haftalık eğitim oturumları, 15 oturuma kadar uzatıldı.

Geçenlerde ben bu okulları ziyaret ettim ve bu önemli projeyi hayata geçirmede kaydettikleri ilerleme karşısında müthiş etkilendim. Projeye göre 6'sı çok önemli olmak üzere ilk elde 14 okul üzerinde özellikle duracaklar ve bu okullarda deneyim kazandıktan sonra da programı genişleteceklerdi. Süper planlamacı Dr. Newman Walker'la tanıştığım zaman onun okullara getirmeye çalıştığı muazzam değişiklik ve bu değişikliğin proje daha bitmeden mutlaka eleştirilere ve fırtınalara yol açacağı konusunda derin bir kavrayış ve bilgiye sahip bir kişi olarak gördüm. Okul yönetim kuruluyla da tanıştım ve onlar da yaptıkları şeyin tüm risklerinin bilincinde ve neye mal olursa olsun okullara getirecekleri eğitim sistemi değişikliğinden vazgeçmemeye kararlıydılar. Benim de katıldığım ve çeşitli liselerin öğrenci başkanlarının okul yönetim kuruluna, okullardaki köklü eğitim sistemi değişikliği konusunda öneriler sundular. Bir toplantıdan bazı aktarmalar yaparsam okul yönetim kurulunun durumu daha iyi anlaşılır sanıyorum. Toplantıda, yönetim kurulu üyeleri, önerileri sadece kabul edici bir şekilde dinlemekle kalmadılar, fakat aynı zamanda toplantının sonunda, bu kadar kısa bir süre içinde öğrenciler, kendilerine son derece yapıcı öneriler sunacak düzeyde ilerleme gösterdiklerine göre önerileri kabul ettiklerini ve onlara yaz boyunca durumu gözden geçirme işini tamamlayabilmeleri ve önerileri bir bütün haline getirebilmeleri için süre vereceklerini açıkladılar.

Böyle cesur ve maceracı bir proje nasıl oluyor da normal bir deney toplumu olarak düşünülemeyecek bir şehirde uygulamaya konulabiliyor? Sebepler hem ilginç hem de cesaret verici olduğu kadar cesaret kırıcı nitelikteler: Her şeyden önce Louisville okul sistemi hemen hemen tamamen şehir içi okullardan oluşuyordu ve problemler mutlaka bir şeylerin yapılmasını gerektirecek kadar muazzam boyutlardaydı. Durumun aciliyetini hiç kimse yadsımıyordu.

İkincisi, okul yönetim kurulu şehrin dürüst temsilcileri gibi görünüyorlardı ve karşı karşıya bulundukları problemlerin aciliyetinden haberdardılar.

Üçüncüsü, çocukları standart bir eğitim almadığı zaman buna karşı çıkabilecek aileler kenar mahallelere göç etmişlerdi. Dolayısıyla aile direnci hemen hemen kalmamıştı.

Dördüncüsü, yeni görevlendirilen süper planlamacı okuldan kaçmalar üzerine deneysel programları hayata geçirmede deneyimliydi, aynı zamanda grup etkileşimi konusunda da yeterli bir birikime sahipti; bu yüzden bu programın hayata geçirilmeye değer olduğuna ikna olmuştu.

Beşincisi, Eğitim Bakanlığı her zamanki tavrıyla birkaç yıl sonra ancak bu tür bir deneyi finanse etmeye hazırdı.

Bütün bu etmenler bir araya gelince okul sisteminin tümünde heyecanlı bir değişim programının uygulanma olasılığı çıktı ortaya. Toplum geniştir ama ulaşılmayacak kadar büyük değildir; onu yönlendirmek hâlâ mümkün. Deneyin gerçek bir gözlemini yapmak için onun çok geniş bir ölçekte uygulaması yapılabilir. Proje en iyi değerlendirmeyle, cesur ve köktenci; yani şunu demek istiyorum: Proje eğitim sistemimizde görülen aksaklıklardan çok, sistemin temelindeki problemlere saldırıyor. Modern hayatın en zor problemleri olan yoksul şehir toplumunun eğitim sistemiyle şehir içi okul sorunlarıyla göğüs göğüse mücadele ediyor.

Bu kitabın daha önceki bölümlerinde, tüm eğitim sisteminde ciddi eleştirilerin ve şiddetle artan bir oranda değişik-

liklerin olacağı yolundaki öngörülerimi okuyanlar için burada anlattıklarım sürpriz olmasa gerektir. İsterse öğretim elemanları ve yöneticiler bir kesimde toplanmış gibi görünsünler fark etmez, eğer projeyi ilk uygulayanlar tatmin olmamışlarsa, bu sayede en azından tartışarak farklılıkları bulmak ve yeni alternatifler keşfetmek için böyle bir proje çok cesur ve maceracı gibi görünüyor olabilir, bunu kabul ediyorum, ama birçok insan da onu büyük bir ilgiyle izleyecektir.

Zannediyorum bu "proje yaygınlaştırma" şunu gösteriyor: Nerede deney için bir istek varsa, orada grup etkileşimi derinlemesine kullanılabilir, oturumlarda süreklilik yöntemi (follow-up process) uygulanabilir ve değişim olasılıkları büyük oranda arttırılabilir. Endüstri alanı ve bu özel şehir ile onun okul sisteminde yapılanların dışında hayata geçirilen şeyler az olmasına rağmen hiç şüphe yok ki sözünü ettiğim alanlarda olanaklar oldukça fazladır.

9

YARDIMCILIK YETENEKLERİNİN GELİŞTİRİLMESİ

Etkileşim gruplarına katılmak isteyen insan sayısındaki bunca hızlı artışı karşılayabilecek yeterince eğitilmiş yardımcıyı nereden bulacağız? Bu alanda bilgili yardımcılardan biri 1970 yılında 750000 kişinin çeşitli tipte yoğun grup deneylerine katılacağını hesap etmiş. Bu hesapların doğru olup olmadığını kontrol etme olanağımız yok elbette, ama bunu akılcı bir tahmin olarak ele alabiliriz. Peki o zaman bu kadar insana yetecek yardımcıyı nereden getireceğiz? Oldukça acil bir sorun. Çünkü bundan önceki bölümde açıkladığımız uygulama alanlarının tümü için yardımcılara ihtiyacım olacaktır. İzin verirseniz bu ihtiyacı karşılamada önemli bir girişimi tanıtmak ve tartışmak üzere bazı düşüncelerimi sunmak istiyorum.

La Jolla Programı

Bu girişim benim de üyesi olduğum Kişilik Çalışma Merkezi (Center for Studies of the Person) örgütlenmesinin La Jolla programıdır. Tanıtmak için bunu seçişimin çeşitli nedenleri var: Birincisi birçok eğitim programına göre bu daha bütünlükçü bir program olarak görünüyor bana; ikincisi programa taraf-

sız yaklaşmam pekâlâ mümkündü; çünkü programın başlatılışında hem yer almadım hem de hiçbir önemli rolüm olmadı; ve son olarak, programın politikaları beni oldukça etkiledi ve bunların çok geniş bir şekilde kullanılabileceğini umuyorum.

Bu satırları yazdığım sırada La Jolla Programı dördüncü mevsimine giriyor ve 1970 yazının sonuna kadar kendi yörelerindeki çeşitli gruplara katılacak 600'den fazla yardımcı adayına önemli şeyler öğretmiş olacak programı Dr. William Coulson, Dr. Bruce Meador ve muhterem Peder Douglas Land ortak yönetiyorlar. Üçünün de eğitim düzeyleri danışmanlık, klinik psikoloji, psikoterapi, grup yardımcılığı, dini danışmanlık, eğitim, felsefe, bilim felsefesi, teoloji ve yöneticilik gibi çeşitli alanlarda eğitim ve deneyleri kapsamaktadır. Bu üç yeterli kişi, yardımcılık, grup liderliği hünerlerini geliştirecek, kişilik kazandırma eğitimleri programına yeni metotlar getirecek ve insan ilişkilerinin her biçimindeki yaratıcı özgürlüğü teşvik edecek düzgün, net, ama esnek bir politika geliştirdiler.

Felsefe ve Politika

Programın en temel özelliği insanlar arası ilişkiler üzerinde yoğunlaşmış bir bakış açışına sahip olmasıdır. Program tanıtım ilanlarının birinde bu şöyle dile getiriliyor: "Program, elemanlarımızın büyük bir çoğunluğunca örneklerle sergilenen ve aynı zamanda konuyla ilgili oturumlarda da açıklanan grup liderliği stili içinde grup lideri, yardımcı, grubuna herhangi bir uzman gibi değil de sıradan bir insan gibi katıldığı zaman grubun ve yardımcının en üst düzeyde gelişeceğini temel alan bakış açısına sahip, insan merkezli felsefeyi içermektedir."

Bu felsefe,"eğitmek" (training) sözcüğünden kaçınmak için niye bu kadar çaba sarf edildiğini gayet güzel açıklamaktadır (ve niçin benim o sözcüğü bu bölümün başlığından çıkartıp attığımı da). "Eğitim", bir insanı, bir meslekte, bir sanatta ya da bir işte onu geçim aracı olarak kullanabilecek şekilde yetiştirip hüner sahibi yapmak anlamına gelir. Fakat bireyi

hiçbir zaman bir kişi olması için "eğitemezsiniz". (Birinci bölümde de açıklandığı gibi) birçok grup yardımcısına tarihsel sebeplerden dolayı "eğitimci" adının verilmiş olması büyük bir şanssızlıktır. Kanımca, bu adamlar bu terimin boyutlarına göre yaşadıkları için yoğun çalışma gruplarına hiçbir zaman uygun değillerdi. Zaten bu yüzden La Jolla Programı yardımcı olarak kabul edilen kişinin insani yönü ve onun başkalarıyla ilişkilerinde ne kadar gerçekçi (nasıl ise öyle) davranırsa o kadar etkili olabileceği gerçeği üzerinde önemle duruyor.

Bütün bunlar şunu gösteriyor ki; La Jolla Programı elemanları ile grup üyeleri arasındaki ayırımı mutlak sıfıra indiren, resmi olmayan, samimi bir niteliğe ve atmosfere sahiptir. Yalnız, bu cümle yanlış anlaşılır diye korkuyorum; yardımcıların bilgi ve deneyleri grup üyelerinden hiçbir zaman ve hiçbir şekilde saklanmamalıdır. Örneğin o bilir ki, başlangıçtaki endişeli ve utangaç bir sessizlik grup başlangıcının temel bir özelliğidir (characteristic); buna ne bir zayıflık gösterisi ne de grupla paylaşması gereken bir geri plan (background) gözüyle bakmaz. O bir uzman (staff) üyedir, ama her şeyden önce bir insandır.

Bu genel inançların ışığında kendini geliştirip büyütmesi programının bir başka ayrıcalıklı yönüdür. Program yöneticileri programa katılanlara resmi onay damgaları vurmaktan, insan olarak, güçlerinin yettiği oranda kaçınmaya çalışırlar. Ne diploma verirler, ne sertifika ne de programa katılanların artık birer "uzman" olduklarını garanti eden herhangi bir belge. Sadece, programı tamamlayanların kendi yerel gruplarına döndüklerinde orada programa başlamadan öncekine göre daha, iyi ilgi ve başarı göstermesi için bir umut ve inanç vardır. Amacın tamamı bundan ibarettir. Bu kendine ait yerel gruplar okul sınıfları olabilir; kurumların çalışanları olabilir, aile grupları olabilir ya da etkileşim grubu adı verilen gruplar olabilir. Ama programa katılanları hiçbir şekilde etkileşim grubu rahipleri olarak yetiştirmek gibi bir niyet ve girişim yoktur.

Bu politikanın bu kadar güçlü bir şekilde tutunmasının nedenlerinden birisi programa katılan herkesin uygun bir grup yardımcısı olacağına dair herhangi bir garanti vermenin imkânsız olmasıdır. Eğer duvarına asacak bir diploması, herkese gösterecek bir sertifikası yoksa, o zaman bireyler onu gerçekte ne ise ona göre değerlendirecek, hakkında grupta yardımcı olup olmamasına göre karar vereceklerdir. Eğer başarılı, takdire şayan değilse kimse ondan yardım istemeyecektir, o da hiç kimseyi diplomasıyla etki altına alamayacaktır.

Bu politikanın tümüyle yakından bağlantılı olduğu bir gerçek daha var: Programa katılanlar yazılı onay belgelerine pek itibar etmiyorlar. Bu yüzden programa katılanlar arasında çeşitli alanlarda felsefe doktorları, master dereceliler ve üniversiteyi bitirmemiş sıradan bireyler vardır, ama kurslarda hepsi eşit nitelikte insanlar olarak değerlendirilirler.

Felsefenin bu özsel özetinden sonra izin verirseniz programın çok daha gerçekçi bir tanımını da vereyim: Program 1, 2, 3 ve 4 hafta süreyle uygulanmış olmasına rağmen eğitimcilerin şu andaki inancı üç haftalık bir sürenin en yararlı olduğu doğrultusundadır. Çalışma, insanların zaman açısından en iyi katılma olanakları buldukları dönem olduğu için şimdiye kadar her yaz bu tür üç program hayata geçirilmiştir.

Katılım Tablosu

Daha önce herhangi bir grupla ilgilenmiş olanlara tercih hakkı verilmiş olmasına rağmen programa katılanlar büyük oranda kendi kendilerini seçerler (self-sellected). Yaz kurslarına katılanların çoğunluğunu genellikle Amerikan eğitim hayatından insanlar oluşturuyor. Bunlar arasındaki belli başlılarını sayarsak: Üniversite bölüm başkanları, lise müdür ve müdür yardımcıları, dekanlar, büyük bir kadroyla sınıf öğretmenleri, psikologlar, danışmanlar, sanayi sektörü üyeleri (daha çok personel bölümlerinden), bazı rahip ve başrahipler. Bunlara ek olarak her yaz bazı yabancı kontenjanlar da olur, sağlık

personeli ve halk kesimlerinden de az ama giderek artan sayıda katılımlar var.

Programın İçeriği

Program yıldan yıla değişiyor ve değişikliğe her zaman açık olmasına rağmen halihazırda başından beri hiç değişmeden devam eden üç temel unsura sahip: Bir üye birden fazla küçük etkileşim grubu deneyi, katılımcılara gruplarda kullanılan yaklaşımların çok geniş bir yelpazesini sunan bilinçlendirme oturumları ve hafta sonu etkileşim gruplarında gerçek ortakyardımcılık (cofacilitate) yapma fırsatına sahip. İzin verirseniz bu üç unsuru da biraz daha ayrıntılı olarak açıklayayım: 150 saatlik programın yaklaşık yarısı etkileşim gruplarındaki doğrudan deneylerle geçer. Bu grupların yardımcı elemanları büyük oranda La Jolla'nın en azından bir yaz kursu boyunca geniş yardımcılık deneyi olan üniversite kampüsü yöneticilerinden seçilir. Son zamanlarda katılımcılara çeşitli biçimlerde düzenlenmiş birden fazla etkileşim grubunda deney kazandırma girişimleri de hayata geçirilmiştir. Bu, çok yönlü bir öğrenimi olanaklı kılıyor; her şeyden önce, katılımcı ilk grubunu düzenlediğinde sihirli hiçbir şeyin olmayacağını ve metodun hiç de sadece özel bireylerle işleyen bir şey olmadığını anlar. İkincisi; katılımcıyı, uzun zamandır yakın ilişkilerle beraber olduğu insanlardan ayrılmanın acısıyla tanıştırır ve onu buna alıştırır. Üçüncüsü, katılımcı, aynı zamanda ikinci üçüncü vs. grupların da, her üyesi anlamlı grup deneylerinden geçmiş de olsa, tıpkı ilkinde olduğu gibi ne yapacağını bilmeyen kararsız bir topluluk halinde başlayacağını kavrar. Hiç kimse herkesin "birdenbire samimi olmasını" bekleyemez, bu yavaş yavaş inşa edilecek bir şeydir. Ve son olarak, bu birçok değişik gruba katılmanın bir başka yararı da, her katılımcının programa katılan herkesle tanışma olanağı bulmasıdır.

Kendi oturumları için özel uygulamalar getireceğine inanılan yeni bir gelişme olarak geçen yıl katılımcılar toplu otu-

rum (community meeting) kavramıyla tanıştırıldılar. Bu oturumlar programa katılan herkesi içine alan yoğun toplantılardı. Bunlar şunu kanıtladı ki; katılımcılar bir kere grup yaşamıyla tanıştıktan sonra böyle bir gruptaki sıcak ve samimi ilişkiler çok daha büyük toplantılara da başarıyla taşınabilirmiş.

Başkanlığını yapma şerefine eriştiğim böyle bir toplantıyı çok iyi hatırlıyorum: Doksandan fazla insan son derece canlı ve derin bir grup oluşturmuşlardı. Oturum sırasında grubun yardımcılığını yapan iki kişi arasındaki gerginlik üyelerce fark edildi ama anlaşılamadı ve ikisi de sorunu açığa vurmaları için teşvik edildi. Kısa sürede bütün grup kendini olaya kaptırdı; başlangıçta kararsız bir endişe ve acı yaşandı, sonra her şey gözyaşlarıyla paylaşıldı. Topluluğun iyileştirme çabaları, yardımcıların yaptıkları, kendilerinin son derece eksik insanlar oldukları biçimindeki açıklamalar kadar dikkate değerdi.

Özel koşullarda çok fazla sayıda insanın az sayıdaki normal grup kadar bütünlükçü bir grup oluşturabileceğine dair hiç şüphem yok artık. Sanıyorum bu biraz da La Jolla programının yetiştirdiği liderlere bu işi nasıl yapacaklarını öğretmedeki başarısının bir sonucudur.

Programın eğitici, biçimlendirici yanı, katılımcıların ilerleme kaydettikçe doğan istek ve ihtiyaçlarıyla şekilleniyor ve dolayısıyla programdan programa değişebiliyor olmasıdır. Ama hangi düzeyde olursa olsun programlarda devamlı olarak aşağıdaki konuşma, tartışma ve deney (demonstration) yer alır:

"Teori ve deney (demonstration-gösteri) oturumları."

"Bir deney grubunda yardımcılık ve aynı konudaki tartışmalar."

"Bir grupta nasıl yardımcılık yaparım?" (diğerleri ve ben buna katıldık.)

"Liderliğin kişi-merkezli bir modeli."

"Gruplara yapısal yaklaşımlar."

"Bir öğrenme modeli olarak sınıf taklidi."

"Psikodrama."

"Gruplarla ilişki teorisinin inşası."

"Irklar arası çalışmalarda (work) uygulamalar."

"Araştırma koşulları ve ihtiyaçlar."

"İlaç cephesiyle ilişkiler."

"Topluluk oluşturmanın yöntemi."

"Eğitim kurumlarında, danışmanlıkta, dini kuruluşlarda ve ailelerde yapılan uygulamanın özel sorunları."

Programın üçüncü temel unsuru olan hafta sonu etkileşim gruplarındaki ortak-liderlik (colie-aderleship) uygulaması son derece cesur, heyecan verici ve bir bütün olarak başarısıyla dikkate değer bir girişim oldu. Kendilerini ortak-liderlik yapmaya hazır hisseden katılımcılar bir eş (ortak) seçmek için büyük bir istek duyarlar ve birbirini bulan iki kişi bir hafta sonu grubuna katılma isteklerini yöneticilere bildirirler. Bunun üzerine düşük değerde bir hafta sonu toplantısı yapılacağına dair haber Güney California ve San Diego bölgesindeki tüm kişi ve kuruluşlara duyurulur. Alınan ücret sadece bir kâğıt masrafı ve yatma-yeme-içme harcamalarıdır. (hanlarda yardımcıların henüz eğitim görmekte olan kişiler oldukları ve bu yüzden ayrıca bir meslek ücreti alınmadığı çok açık bir şekilde belirtilir:)

La Jolla Programı'nın yöneticileri böyle bir girişimi planlarken ben küçük bir hesap yaptım ve böyle bir maceraya atılmanın akılsızca bir kahramanlık olacağını belirterek plana karşı çıktım ve dedim ki "Gruplara yeterli üye bulabilmek için 500 ile 600 arasında insana ihtiyaç var; bu kadar insanı hem fiziksel hem de psikolojik bir kazaya uğratmadan bir araya getirmek imkansızdır." Sonra, katılımcıları (yardımcılık eğitimine katılanlar- ç.n.) yeteneklerini bu kadar geniş bir ölçekte kullanmaya itmekle büyük bir riske atıldıklarını söyledim. Fakat sonuçta birinci hafta 600, ikinci hafta da 800 kişinin toplantı yapabileceğini hayretle gördüm. Bu benim için bir anlamda insanların daha çok nasıl korkunç bir iletişim ve samimiyet ihtiyacı içinde olduklarının bir ölçüsü oldu. İlk üç yıllık program hafta sonu gruplarına yaklaşık 8 bin insan katıldı ve oturum

sonrası duygular hemen hemen bir bütün olarak derin bir takdir, istek ve mutlulukla doluydu. Bazen bu hafta sonu gruplarında yaşananlar deneyimli ellerin yönettiği gruplara göre çok daha etkili bile olabiliyordu.

Bugüne kadar bu gruplara katılan 8 bin kişinin hiçbirinde psikolojik bir yıkıma rastlanmadı. Sadece program bittikten çok sonra iki kişide böyle bir ruhsal yıkıma rastlandı ama yine de aynı sürede ve aynı sayıda insanda daha fazla ruhsal bozukluğun ortaya çıkıp çıkmayacağı tartışma konusudur.

Bu hafta sonu gruplarının bazen ortaya çıkan şaşırtıcı başarıları üzerine kafa yorarken, grup yardımcılığı konusunda önemli olabilecek bazı şeyler keşfettim. Sıfır ile iyi arasında değişen deney pratiği ortak liderler hafta sonu gruplarına sürekli olarak katılıyorlardı. Bu ise şu anlama geliyor: Ortak yardımcılar kendi duygularını daha iyi geliştirebiliyorlar, kendi kendilerinden normale göre daha çok haberdar olabiliyorlar ve bireyler olarak kendilerinden en fazla ölçekte yararlanmaya daha çabuk alışabiliyorlar: Birbirini tanımayan insanlardan oluşan bir grubun gelişme süreci başlatıldığında doğal olarak bir birey kendini bu işe hangi oranda verebiliyorsa bu sürece o kadar "hazır" olur. Artık her biri kendi kendisiyle ilişkiye geçmeye ve başkalarına kim ve ne ise o haliyle katılmaya çalışan birer insandır; başladığı yer ile varmak istediği hedef arasında bir yerlerde yaşamakta ve araştırmanın, mücadelenin ve maceranın bu hafta sonuna kendini serbestçe katmaktadır. İnanıyorum ki, bu hafta sonu gruplarının yaklaşık tümünün bu kadar başarılı olmasının nedenlerinden birisi bu açık yüreklilik, uyanıklık, bu hoşgörü (receptivity) bu sahtelikten uzak gerçekçilik ve samimiyettir.

Belki nedenlerden bir diğeri de eğitim sürecini yaşamakta olan bu yardımcıların henüz birer "uzman" olmayışlarıdır. Bilirsiniz, insanlar uzman olarak kabul ettikleri kişilerden korkarlar. Burada ise yardımcıların uzman olmadıkları kendilerine önceden açık açık belirtilmiştir ve dolayısıyla üyeler

maskelerinin arkasından çok daha rahat ve kolay bir şekilde çıkabilirler. Bunun yanı sıra ayrıca grup için daha fazla sorumluluk duyarlar. Karşı yardımları ise dikkate değerdir; yardımcı gruptan yararlanmaya çalışır, ama grup üyeleri de onun yardımcılık görevini yerine getirmediğini hissettikleri an onun yardımına koşmakta kendilerini serbest hissederler. Böylece her iki tarafta da daha fazla bir gelişme ortaya çıkar. Programın son bölümü yetenek geliştirme deneyleridir; yani ikinci bir grubun ortak-liderliğini yapmak. Böylece eğitim onlara hem kişilikle hem de bilinçle ilgili veriler kadar deneysel veriler de kazandırır.

Bu hafta sonu gruplarındaki ortak-liderlik, programın en önemli bölümüdür. Henüz hazırlık aşamasındaki yardımcı, bu sayede kendi küçük grubunda derin kişisel duygularının uyanabileceğini ve kendisini değişime açabileceğini öğrenir. Bu duruma göre artık, hafta sonu oturumlarında diğerleriyle aynı oranda duygulanarak onlara aracı olabileceğini, onları aynı oranda değişikliğe açabileceğini öğrenmek insanı alçakgönüllü yaptığı kadar son derece güçlendirir de. Böylece, gelişme için nasıl olsa bir fırsat yaratabileceği düşüncesinden ve tembelliğinden vazgeçer.

Yalnız her şeye rağmen hafta sonu programlarına, aynı yaz ya da bir başka yaz dönüşümlü olarak gelecek çok fazla sayıda katılımcı için sınırlı sayıda oturum düzenlenmesi durumu hariç, insan sayısının devamlılığını sağlamada zorluk çıkaracak kadar çok olduğu şeklinde bir eleştiri yöneltilebilir.

Geri Dönüş İlişkileri

La Jolla Programı'nın özellikle son bölümü süresince burada kazanılan deneylerden herkesin memleketine döndükten sonra nasıl yararlanacağı konusuna oldukça fazla ağırlık verildi. katılımcılar, bir yandan, burada öğrendiklerini, yeni etkileşim grupları kurmaya uğraşmak yerine, halihazırda çalıştıkları kuruluşlarda yaz oturumları şeklinde uygulamaları

için cesaretlendirilirlerken diğer yandan da, burada öğrendikleri fikir ve hünerleri, yöneticileri gruplara katılanlarla son derece doğrudan ilişkili olan kurumsal bir hayatı oluşturma görevi sırasında akılcı ve yaratıcı bir şekilde nasıl kullanacakları konusunda kafa yormalarına yardımcı olundu. Ailede daha fazla bir etkileşim grubu atmosferinin nasıl yaratılacağı sorusuna da dikkat çekildi. Program yöneticilerinin inancı o ki bu yaz kursları, üç hafta süresince katılımcıya çok zengin deneyler kazandırmış da olsa, bireyin kendi çevresinde çoktan içlerine karışmış oluğu insanlar ve gruplar arasında işlev görmesini geliştirmemişse amacında başarılı olamamış demektir. Böyle bir hedefe ulaşmada ne derece başanlı olunduğunu ölçebilecek bir yol yok henüz ama programlara artan ve büyüyen talep katılımcıların istenilen amaç doğrultusunda tatmin olduklarını gösterir. Elbette ki gelecek programlar için yapılan başvuruların çoğu şu anda programa katılmış olanların kişisel ilişkilerinden kaynaklanıyor, ama yine de bu iyiye işarettir.

Sonuç

Düşünceme göre bu program şu anda ülkenin çeşitli yörelerinde devam etmekte olan birçok lider yetiştirme programının tam tersine işlemektedir. çünkü, birincisi, bu program, grup liderliği eğitimlerinde şiddetle göze çarpan müdahaleci; her şeyi maharetle yönetip kontrol eden (manipulative), yüksek düzeyde uzmanlaşmış uzmanlığa hiç önem vermiyor. İkincisi, bu program birçok grup lideri için acayip ve tipik alışkanlıklarla (trick) dolu büyük bir çuval halindeki alıştırmaya fazla önem vermiyor.

Bunun yerine o, esas olarak hem program hem de geri dönüşteki çalışmaları süresince kişilerin gelişimleri üzerinde yoğunlaşıyor. Bu programın hem temel felsefesi hem de daha çok yardımcı yetenekli insanlar geliştirmedeki yaklaşımı, bu gelişip büyüyen alanda yer almak isteyen herkes için dikkat değerdir.

10

GELECEK HAKKINDA NE SÖYLEYEBİLİRİZ?

Bazı Olasılıklar

Grupların mantar gibi büyüyen gelişmesi karşısında grup hareketinin kendisiyle ilgili olarak gelecek nelere gebe ve bu, hem kendi kuruluşumuz hem de bütün bir kültürel çevremiz için neler ifade ediyor? Kendimi bir peygamber olarak düşünmediğime göre bulutlu kristal küreme mümkün olduğu kadar derinlemesine bakmaya çalışacağım. İsterseniz önce grupların gelişmelerine yönelik genel eğilimi ele alalım. Gruplar hangi doğrultularda yol alabilir?

Her şeyden önce şunu belirtmeliyim ki, bu sorunun cevabı grup olgusuyla esas olarak kişisel çıkan, finansal ya da psikolojik nedenlerle karşı karşıya gelmiş tüm kâşiflerin avuçlarının içinde kolayca yakalayabilecekleri bir şeydir: Tarikatçılar (cultists), vurguncular (manipulators), çılgın heveslıler (faddist), çıplakçılar (nudists), güç ve iktidar sahibi olmak isteyen kim varsa herkes, etkileşim gruplarının ufkuna hükmetmek konumuna gelebilirler. Böyle bir durumda sonucun felaket olacağını hissediyorum. Aslında bunun nereye gidebileceğini yavaş yavaş da olsa herkes görebilir; yani esas amacı gelişme, sağlık

ve yapıcı değişiklik olmayan, sadece liderin çıkarına hizmet eden aldatıcı bir oyun.

Grup olgusuyla ilgili bir başka umut kırıcı olasılık da şudur: Liderlerin ve yardımcıların aşırı isteklerde bulunmaları ve oldukça acayip yöntemler kullanmaları yüzünden bu olgu sokaktaki adam tarafından son derece gerçekçi ve pozitif özüne hiç bakılmaksızın lanetlenebilir. Nitekim daha şimdiden, programların liderlerce kendi karizmaları ya da daha çok her iki cinsten üyelerle bedensel ve benzeri ilişkiler kurmak için kullanmaları yüzünden kişisel gelişme üzerinde yoğunlaşmış grupların üye kaybettiğini duymaya başladım bile. Hem de öyle bir boyutta ki bu gelişmeler peşpeşelik özelliği kazanmış ve neredeyse " etkileşim grubu" deyimi, tıpkı yıllar önce "geliştirici eğitim" (progressive education) deyiminin başına gelenler gibi kirli bir deyim haline gelmiş. O olaya şöyle bir göz atmakta yarar var; çünkü "geliştirici eğitim" bir ara öyle çok popüler olmuş ve aşırı uçlar ve bunun temel ilkelerini zerre kadar anlamayanlarca öyle çok kullanılmıştı ki sonunda halkın nefretini kazandı ve eğitimciler okullarında buna benzer örnekler olmadığını dikkatle inkâr etme zorunluluğunu hissettiler. Bugün hiçbir eğitimcinin kendisinin açıktan açığa geliştirici eğitimi temsil ettiğini söyleyemeyeceğini çok iyi biliyorum. Bu yüzden geliştirici eğitim artık ölmüş gibi görünüyor. Ama bu arada eğitimdeki son birkaç on yıllık hemen hemen tüm yaratıcı değişikliklerin köklerinin John Dewey'in düşüncesine ve aslında geliştirici eğitimin ta kendisinin en temel prensiplerine dayanıyor olduğu kimsenin aklında bile yok ve umurunda bile değil tabii.

Aynı şeyin, etkileşim gruplarının, duyarlılık eğitiminin, E-gruplarının ve öteki tüm grupların başına geleceğini görebiliyorum. Hepsi lanetlenerek yok olup gidebilirler. Ama bu arada tüm temel unsurları küçük gruplarda güven oluşturmak, özünü, duygu ve düşüncelerini ve toplum duygusunu paylaşmak çılgıncasına ihtiyaç duyduğumuz iletişim ve değişiklikler için yapılacak şeylerde damgalarını korumaya yine devam edeceklerdir.

Daha fazla imkân dahilinde görünen bir olasılık da şu: Grup sürecinin tüm gidişatı, değişimlere karşı son derece düşmanca davranan ve bir etkileşim grubunda ortaya çıkan değişime, içinden geldiği gibi davranmaya, bireysel düşünce ve ifade özgürlüğüne açıkça hiçbir değer vermeyen bir toplumda şiddetle baskı altına alınabilir. Bugün ülkemizde aşırı sola göre aşırı sağın kontrolü ele geçirmesi çok daha olası görünüyor. Fakat etkileşim grubu hareketi her iki durumda da ortadan kaldırılacaktır; çünkü öyle durumlarda sıkı kontrol ve özgürlüğün ortadan kaldırılması temel unsur olacaktır. Birçok insanın etkileşim gruplarının teşvik ettiği türden bir özgürlük için can attığına dair elimizde binlerce delil olmasına rağmen hiç kimse bugünkü Rusya'da ve Çekoslovakya'da bir etkileşim grubu düşünemez. Tabii yine aynı şekilde hiç kimse John Birch toplumunun bir evresinde veya Ku Klux Klan toplumunda, Minuteman'de ya da bir başka sağ kanat örgütünde bir etkileşim grubunun hayata geçirilebileceğini düşünemez. Hayır, etkileşim grubu ancak gerçek bir demokratik ortamda gelişip çiçeklenebilir. Eğer bu ülkede bir diktatörlük yönetimi var ise ve böyle bir şeyin olabileceği korkunç bir şekilde açıklığa kavuşmaya başlamıştır- o zaman yoğun grup deneyimlerine yönelik tüm yönetimler ezilip yok edilecek ilk şeyler olacaklardır.

İyimser ve umut dolu doğal yapımdan dolayı bu karanlık tablolar üzerinde fazla kafa yormuyorum. Elbette ki bütün bu grup dalgasının hızla ve her taraftan ses getirerek büyümeye devam edebileceği ve etkisini çok daha geniş bir alana yayabileceği şeklinde bir başka ama çok daha gerçekçi olasılık daha vardır. O zaman böyle bir durumda ne olabilir! Sanıyorum böyle bir durumda grup biçimlerinde büyük bir gelişme ve artış göreceğiz. Daha önceki bölümlerde gördüğümüz ve açıklamaya çalıştığımız grup biçimlerinin dışında daha fazla çeşitten bahsedecek kadar geleceği görebilen birisi değilim, ama saydığımız çeşitler de az değildi: Ekip oluşturma üzerinde yoğunlaşan gruplar, dürüst ve gerçek bir toplum oluşturma grupları, derin duyarlılık geliştirme grupları, yaratıcılık grupla-

rı, meditasyon (zihinsel yoğunlaşma yoluyla dinlenme ve huzur bulma) grupları... Eminim farklı odak noktalarıyla çok, pek çok başka çeşitleri de olacaktır ama hepsi de etkileşim grubunun özünü taşıyacak ve hayatı güçlü hissederek ve hiçbir ilaç kullanımına gerek göstermeyecek şekilde yaşamanın yeni yolları olacaklardır.

Gelecekte insanların günlük yaşamlarında farklı ama gerçekçi davranmalarına yardım edecek çok daha yaratıcı yöntemler göreceğimizden de son derece eminiz. Bunlar grup içinde, sadece esas olarak geçmişten farklı ve gerçekçi bir şekilde yaşama problemi üzerinde yoğunlaşmakla kalmayacaklar, aynı zamanda etkinin devamlılığı (followup) konusunda da yeni yöntemler içereceklerdir. Bir kişinin atmayı planladığı ve zaman zaman başvuracağı "eylem adımları" (action steps) listeleri olacaktır. Grubun bitimini takip eden gün, ay ya da yıllarda aynı üyeleri içeren grup toplantıları düzenlenecektir ama bunlar daha önceki grubun enerjisini (glow) yeniden yaratmaya çalışmayacak, eğer varsa, ortaya çıkmış değişikliklerin ciddi bir değerlendirmesini ve hesabını yapacaktır. Etkileşimin devamlılığını (follow-up) sağlamak için teyp, video kaset ve dağıtımları olacak, yardımcılar, üyeleri "çalıştıkları yerlerde", ister evde olsun, ister sanayi kesiminde, ister eğitim alanında, ister kilisede ya da nerede ise orada düzenli bir şekilde ziyaret ederek görüşüp konuşacak, kontrol edeceklerdir. Kısacası, grup içinde gelişmeye başlayan kendine güven duygularını; kavrayış sezgi yeteneğini ve kişiyi kendi özkarakterine dönüş sürecini (individuation) besleyip büyütmek için akılcı yaklaşımlar olacaktır.

Öyle inanıyorum ki, etkileşim grup ruhu ve atmosferinin (climate) hiçbir düzen tanımadan alabildiğine geliştiğini göreceğiz. Barbara Shiel bunun altıncı sınıf öğrencileri için ne anlama gelebileceğini bize bir örnekle sunmuş[1] ve ben de aynı

1. C.R. Rogers, 'Öğrenim Özgürlüğü' adlı kitabın birinci bölümüne bakınız. (Londra, Charles E. Merril ve Prentice-Hall, 1969).

atmosferi bir mezuniyet seminerinde yaratmayı öğrendim. Sistemleştirilmiş (organized) hiçbir etkileşim grubu yoktur. Sadece tek kelimeyle kişiyi ilgilendiren her konuda düşünce ve duyguların açıklanma serbestliği vardır. Böyle bir ruhun, böyle bir atmosferin yaygınlaştırılması halinde bir üniversitede ya da bir sanayi sektöründe nelerin olabileceğini önceden tahmin edebilmek için oldukça fazla kafa yormak gerekiyor: Hele aynı şeyi bir de bürokrasi için, örneğin Dışişleri Bakanlığı ya da Kızılderili Sorunları Bürosu için düşünmeye kalksak iş çok daha sarpa sarar, ama yine de hiç tahmin edilemez diye bir şey yoktur. Kişi-merkezli bir organizasyon koşullarla her zaman bir çelişki içinde olacak mıdır? Bence hayır.

Geleceğin vaat ettiği şeyleri daha yakından incelerken bu konudaki bazı olasılıkları da ele almaya devam edeceğim.

Etkileşim Grubunun Bireyler İçin Taşıdığı Anlamlar

Burada da yine günümüzde bol bol gördüğümüz yıllar önceki eğilimler üzerinde duracağım. Açıkça görülüyor ki etkileşim grubu hareketi, kültürümüzdeki insanlık değerlerinin ortadan kaldırılmasına karşı büyüyen bir karşı güç olacaktır. Şehirlerimizin "ümitsiz büyüklüğü", endüstri sahaları ve Multi-Üniversiteler kadar bilimsel teknoloji, sanayi teknolojisi ve şehirlere göç (urban crowding) tarafından da gittikçe artarak şartlandırılıp şekillendirilen bir samimiyetsizlik, birbirine yabancılaşmışlık ortamında (impersonal milieu) yaşıyoruz. Bu etmenlerin yanı sıra bir de insanı sadece bir makine gibi gören deterministi, davranışçı görüş (determinist behaviourist view) var. Ek olarak endüstrinin, devletçiliğin, eğitimin ve hatta tıbbın bile artan oranda bir bilgisayarlaşmasını (computerization) da saymak gerek. Bu son söylediğim şey kendi içinde o kadar da kötü bir şey değil; fakat, son derece ilgisiz, duyarsız (uncaring) makina ve bürokratların uğraştığı mekanikçe fişlenmiş ve bir nesne gibi yönlendirilmiş insanlar olarak insanlık değerleri yok edilmiş insan imajını kuvvetlendirmeye destek oluyor.

İşte burada etkileşim grubu derin anlamlara sahip. Hareket ne kadar yayılırsa bireyler kendilerini birey ve seçme yapabilen kişi olarak ne kadar yaşarlarsa, kendi kişiliğine sahip başka bireyler tarafından ne kadar ihtimam görürlerse günümüzde insanlık değerlerini yok eden güçleri ortadan kaldıracak yollar o oranda çok bulunabilir: Bireyler artık basitçe bir IBM kartı ya da bilgisayar için doldurulmuş çeşitli bilgiler taşıyan bir bilgi kaseti olmayacaklar, gerçek bir insan olacak ve kendini oldukları gibi, nasıl ise öyle değerlendireceklerdir. Bunun çok uzun vadeli etkilerinin olacağı da kesindir.

Aynı şekilde, etkileşim grubu çağdaş hayatımızdaki bireylerin yabancılaşması ve tecriti olgusunu karşılayacak ve yok edecek bir girişim olabilir. Bir başkasıyla birlikte temel etkileşim grubuna giren bir kişi artık hiçbir zaman tecrit edilmiş değildir. Elbette etkileşim grubu yalnızlığı mutlaka söküp atacaktır diye bir şey yoktur ama en azından kişiye yalnızlığın insan hayatında kaçınılmaz bir şey olmadığını kanıtlar. Bu sayede insan başka bir canlıyla anlamlı bir ilişkiye girebilir. Yalnızlık modern hayatın en yıkıcı yönü olduğuna göre etkileşim grubunun bu yönü son derece önemlidir.

Bana öyle geliyor ki, yoğun grup deneylerinin bireyler için gelecek vaat eden çok daha geniş anlamlı bir yönü var. Bu, kişisel başarı ve gelişime açılan bir caddedir. Şu zengin toplumumuzda birçok insan için olanaklı olduğu üzere, maddi ihtiyaçlar büyük oranda tatmin edildiği zaman insanlar el yordamıyla daha üst düzeyde bir başarı ve samimiyet arayışıyla ruhsal dünyaya dönüyorlar. Bir üye bu konuda şöyle diyor: "Grup benim hayatıma yepyeni bir boyut kazandırdı ve bana kendimle ve diğer sevgili tüm insanlarla olan ilişkilerimde sonsuz sayıda olanak sundu. Kendimi öyle bir canlı hissediyorum ki." Bu, hayatı dopdolu yaşama, kişinin olanaklarını tüm zenginlikleri ve karmaşıklıklarıyla geliştirme amacı insanların yöneldikleri en büyük tatmin aracı (mutluluk aracı) olarak çıkıyor karşımıza. Kişinin, hayatının bütün boyutlarıyla gerçekleştirmeye çalıştığı birçok farklı deneylerinde etkileşim grubu,

halihazırda önemli bir unsur haline gelmiş durumda ve gelecekte de bu önemi çok daha fazla artacak gibi görünüyor.

Dar ama çok büyük bir öneme sahip olasılıklardan biri de yoğun grup deneyinin, kadın-erkek ilişkilerindeki problemlere yeni çözümler getirme şansıdır. Güney Califomia'da her dört evlilikten üçü boşanmayla sonuçlandığına göre evlilik konusunda ne yapabiliriz? Aile kurumunun geleceği ne olacak? Bu temel sorunlar nazik uyarılarla, yasalarla ya da entelektüel tartışmalarla hiçbir zaman çözülemez. Ama kadın ve erkek olarak bireyler bir grubun sıcak yaşamı içinde, evlilikten önce ve sonra aralarındaki ilişkileri ve bunlardan neler beklediklerini güçlerinin yettiği kadar derin boyutlarıyla keşfederek yukarıdaki sorulara yeni yanıtlar bulabilirler. Burada aynı zamanda, özellikle de aile gruplarında, eşler ve çocuklar arasındaki ilişkiler, ilişkilerdeki eksiklikler ve gelecekte denenecek yöntemler ve çözümler keşfedilebilir.

Bizim Kültürümüz İçin Önemi

Tahmin edilebileceği gibi etkileşim grubunun en önemli yönlerinden birisi; onun bireylerin değişikliklere uyum sağlamasına yardım etmesidir. Teknolojinin getirdiği neredeyse inanılmaz boyutlardaki değişikliklere insan bedeninin nasıl hızla ayak uydurması gerektiği biçimindeki bugünün ve geleceğin en temel sorununu, öyle görünüyor ki çok az insan kavrayabilmiş durumda. Toffler bir makalesinde insanların günümüzün getirdiği inanılmaz değişikliğe ayak uydurmaya çalışmaları halinde basitçe yıkıma uğrayacaklarını zekice vurgulayarak, konuyu "gelecek korkusu" (future shock) diye adlandırıyor. Onun değindiği konulardan birisi bana çok çarpıcı gibi geldi. Toffler bir kuşağın ömrünü ortalama 60 yıl kabul ederek insanlık tarihini 50 bin yılı aşkın bir süreye yayılan 800 kuşak olarak hesaplıyor ve şunları ekliyor: Bu 800 kuşağın tam olarak 650'si mağaralarda geçmiş, sadece son 70 kuşak yazının sağladığı olanaklar sayesinde birbirleriyle etkin bir iletişim

kurabilmiş, sadece son 6 kuşak basın-yayın dünyasında bir kitleselliğe sahip olabilmiş, sadece son 4'ü zamanı yanlışsız ölçebilmiş ve ancak sadece son iki kuşak her yerde elektrik motoru kullanabilmiştir. Ezici bir çoğunlukla tüm maddi olanakların günlük hayatta kullanımı ise ancak günümüzde, 800 kuşakta mümkün olabilmiştir."[2] Böylece demek ki teknolojimiz, organizmasının çok zayıf bir şekilde ancak hazır olduğu hızlı bir değişimi yüklüyor insanın omuzlarına. Şurası kesin ki çeşitli dalları ve bağlantılı gruplarıyla etkileşim grubu, değişim hakkındaki kendi duygularının farkına varmalarında ve değişimlerini yapıcı bir yöne kanalize etmelerinde bireyleri güçlendirecek muazzam bir destek sağlamaktadır. Bu kitabın bazı bölümlerinin insanların ve kurumların nasıl değişime uğradıkları konusu üzerinde özellikle durmasının nedeni buydu. Bu problem zaman geçtikçe baskısını sürekli arttırarak büyüyeceğe benziyor. İnsanın kendisini değişikliklere uydurmasında yardımcı olacak her şey muhakkak ki olumlu ve anlamlı olacaktır.

Bu konuyla yakından ilgili ve etkileşim grubunun geleceği karşılamamızda bize yardımcı olacağı bir yol da grubun kurumsal (institutional) değişimin bir aracı olmasıdır. Gelecekte kurumsal değişim talebi kişisel değişim talebinden hiç de az olmayacaktır ve burada, son bölümde tartışılan çeşitli kurumsal uygulamalar çok büyük bir öneme sahip olabilecektir. Hükümet, okullar, kiliseler, sanayi ve aileler değişikliğin gerekliliğine inanarak hızla harekete geçmedikleri sürece yıkılmış, mahvolmuş bir kültürüz demektir. Aslında bizim ihtiyacımız olan değiştirilmiş kurumlar değil, kurumsal hayatta bir değişimcilik anlayışının (changingness) yerleştirilmesidir: Bu, örgütsel biçim, kurumsal yapı ve politikaların sürekli olarak yenilenmesi için bir araçtır. Bugüne kadar bunu elde etmek için etkileşim grubu hareketinin en uzak dalları, bildiğim başka her şeyden daha çok bir araya geldiler.

---

2. A. Toffler, "Gelecek Korkusu", Playboy, c. 17, (Şubat 1970), s. 97

İnsanlar ve gruplar arası ilişkilerdeki gerilimleri ele almak, kontrol etmek için bir araca gelecekte günümüze göre çok daha acil ihtiyaç olabilir, ırksal patlamalarla, öğrenci şiddet eylemleriyle, çözülemez Uluslararası Gerilimler ve her çeşit çelişkiyle yıpratılmış bir kültürde hayati öneme sahip bir iletişim için böyle bir araç son derece önemlidir. Tıpkı diğer yeni sosyal icatlar gibi bu da acil durumlarda son derece az kullanıldı fakat eğer gelecek bu tür çelişkilerle herhangi bir başarı düzeyinde ilgilenmek istiyorsa aracın çok daha geniş boyutlarda kullanılması gerekir. Şunu söyleyebilirim ki, elemanlarımız her türden gerilimle -ırklar arası uyuşmazlıklar, öğrencilerle öğretmenler ve yöneticiler arasındaki çelişkiler, işçi-işveren ilişkilerindeki anlaşmazlıklar- uğraştılar. Bütün bu tür durumlar için bunun kısmen bir "deney tüpü çözümü" (belli oranlarda kesin çözüm-ç.n.) olduğu sonucuna varmış olmak sadece sevindirici ve güzel bir şeydir. Gelecek için ise sorun şudur: Bu aracı çok daha geniş boyutlarda uygulayabilecek miyiz acaba?

Bilime Meydan Okuyuş

Gelecek için ortaya çıkan bir sorun da, etkileşim grubunun bilime meydan okumasıdır. Bu noktada, çok açık bir şekilde güçlü ve dinamik bir olgu vardır. Bilim daima bu tür patlamaya hazır güçlerin (potent situations) üzerinde çalışarak gelişmiştir. Fakat acaba bir etkileşim grubunun dinamiklerinden (güç ve eylem üreten yapısından) çıkan gerçek ve karmaşık, ama ustaca (subtle) konuları layıkıyla keşfedilebilecek yetenekte bir insan bilimi keşfedebilir miyiz? Bugüne kadarki araştırmaların sadece bireylerin çabalarına sahne olan zor araştırmalar çok zayıf ve özellikle de çağ dışı kalmış yöntemleri temsil ettiğine inanıyorum. Bu araştırmanın öğrencilerin, çok azı hariç, hikâyelere, anlatılanlara başvuran tıpkı bu kitaptaki nispeten benim durumum gibi ya da hiçbir gerçek değere sahip olmayan zor anlaşılır bulgularla kısa süreli (minutely) sonuçlara ulaşan deneyci (empirical) kişilerdi. Sözünü ettiği-

miz meydan okuyuş ise gerçekçi ve insan faaliyetinin bu alanını aydınlatacak olgusal (phenomenological) bir insan bilimi geliştirmek içindir.

Bu nasıl olacaktır? Hiçbir yanıtım yok, fakat bir öneri ileri sürebilirim: Farz edelim ki her deneği bir araştırmacı (investigator) olarak kabul ettik. Deneklerdeki değişiklikleri ölçen akıllı bir araştırmacı (researcher) yerine, farz edelim ki bizimkisi hepsini ortak-araştırmacı (co-researcher) olarak aldı yanına. Neden mi? Çünkü saf, hiçbir şey bilmeyen denek diye adlandırdığımız şeyin bir hayal ürünü olduğuna dair şu anda elimizde istemediğimiz kadar çok delil var. Zira, bir kişi psikolojik bir araştırmanın nesnesi olduğu andan itibaren, o kişi o çalışmanın amacına uygun olarak kendi fantezilerini (düşlerini) geliştirmeye başlar. Sonra da araştırmacıyla ilgili kendi duygu ve ruh haline bağlı olarak ya istendiğini zannettiği bulguların geliştirilmesine yardımcı olmaya başlar ya da çalışmanın hedefini saptırmaya, onu yenilgiye uğratmaya çalışır. Hal böyle olunca, deneği de araştırma ekibinin bir elemanı haline getirerek bütün bu sakıncaları yok etmemek niye? İzin verirseniz bu konuyu, etkileşim grubu yönteminin ve bireylerdeki değişim sürecinin, nasıl çok daha derinleştirilebileceğine ya da insanca çalışmaya konu olabileceğine dair son günlerdeki bir tasarımı anlatarak daha da somutlaştırmaya çalışayım:

Daha önce etkileşim grubu deneyini hiç yaşamamış bir dizi insanı bir araya toplayınız ve hepsine, deneye ek olarak daha fazla bulgu elde edebilmek için yardımlarını araştırma çalışmaları içine dahil edeceğinizi açık bir şekilde söyleyiniz. Sonra her oturumun ya da günün sonunda hepsine tek tek yanıtları özel olarak ve kısaca banda kaydederek, iki tip soru sorunuz: "1-Duygularının, tepkilerinin, içinde bulunduğun ruh halinin, sezgilerinin ve davranışlarının bu oturumun başlangıcındakilerle tamamen aynı olduğunu düşünüyor ve hissediyor musun? Eğer öyle ise, basitçe 'evet, öyle' de. Eğer öyle değil, ne kadar küçük ya da büyük olduğu hiç önemli değilse, en ufak bir değişiklik seziyorsan mümkün olan en iyi şekilde tanımla bize; ayrıca sana bu değişikliklerin nedeni, kaynağı gibi

görünen şeyleri de anlat. 2-Grubun, oturumun başındakiyle tıpatıp aynı olduğunu düşünüyor ve hissediyor musun? Yine, eğer öyle ise, basitçe öyle olduğunu belirt. Yok, eğer grubun şu veya bu şekilde değiştiğini hissediyorsan o değişikliği ya da değişiklikleri ve bu değişikliklerin oluş nedenleriyle ilgili düşüncelerini elinden geldiğince açık ve seçik bir şekilde tanımla ve anlat."

Bu sayede bir araştırma görevlisi, olaya hem bireyler hem de grup boyutlarından bakarak aynılık ve farklılık yönleriyle üyelerden gelen bilgilerin bir ön analizini yapabilecektir. Grubun son günü de, bu değişmişlik ya da değişmemişlik konularındaki temel (central) meseleler tekrar üyelere aktarılarak onlardan bu ham verileri tartışmaları istenebilir. Öyle inanıyorum ki, buna benzer yöntemler sayesinde bir grup içindeki değişim süreci hakkında bugüne göre çok daha derin bir bilgi ve kavrayışa sahip olabiliriz.

"Ama bu bilimsel değil!" diyecek olanlardan hiç de rahatsız değilim. Çalışmalar yetersiz bilgiden ve önyargılardan uzak, tartışılabilir ve tekrarlanabilir iseler bilimseldirler ve ben, eğer guruba katılan kişinin bilincini ve zekasını bütün gücümüzle sürece katabilirsek, o zaman insanın birçok sırrı hakkında çok daha anlamlı şeyler öğrenebileceğimize dair büyük bir güven ve inanca sahibim. Tabii bu, bölüm başında sorduğumuz soruya verilebilecek tek yanıtın bu olduğunu söylemek anlamına gelmez. Ancak bu yanıt, insan kişiliği üzerindeki çalışmalara daha uygun bir bilim geliştirme doğrultusunda ilerlediğimizi hissedebileceğimiz küçük bir kanal olabilir.

Felsefi Değerler

Etkileşim grubunun, insan duygularındaki ve bireyin hayatındaki anlık olgulara giderek ağırlık verme eğilimi açıkça varoluşçu bir anlam taşır. Bu varoluşçu nitelik büyük oranda felsefi düşüncemiz ve gerçek yaşamımızdaki bugünkü gelişmeleri yansıtır; Maslow, May ve onların öncülleri Kierkegaard

ile Buber'ın düşüncelerini aydınlatır, tiyatroda ani kişisel duygulanımların (involvement) yeni bir tipini amaçlayan sahne yapıtlarından "Hair" gibi heyecanlı tiyatro gelişimleriyle uyum içindedir ve sanatta, müzikte ve edebiyatta olup biten her şeyle ilişkilidir. Bunu bütün boyutlarıyla anlatabilecek kadar yetkin hissetmiyorum kendimi, ama şurası açıktır ki, her geçen gün artan bir varoluşçu felsefeyle yaşayan bir dünya da etkileşim grubu destek almayı, işbirliği yapmayı gerektiren çok şeye sahiptir.

Son olarak; gelecekte gelişeceği haliyle böyle bir grup tipi insanın kendisi için elimizde tuttuğumuz değerlerin keskinleştirilip açığa kavuşturulmasına yardımcı olmalıdır: Bizim insan modelimiz nedir? En iyi insanın özellikleri (charateristics) nelerdir? Kişiliği geliştirmenin amacı nedir? Eminim ki bir bütün olarak bu kitabın vermeye çalıştıklarından açıkça şu sonuç çıkartılabilir: Rahatlık, serbestlik ve yardımcılık ortamında grup üyeleri, daha çok içinden geldiği gibi davranma, daha esnek olma, kendi duygularıyla daha yakın ilişkide bulunma, deneylerine karşı daha açık davranma ve insanlar arası ilişkilerinde daha yakın ve samimi bir şekilde kendini ifade edebilme doğrultusunda ilerleme kaydediyorlar. Etkileşim grubu tipi bir deneyden çıkan insanların bir özelliğidir bu. Ama bütün bunlara rağmen bu model birçok dine, kültürel ve politik bakış açısına doğrudan ters düşmekte ve hiç de toplumumuzda birçok ortalama insanın ulaşmak istediği bir ideal ya da bir amaç olamamaktadır. Konunun gelecek açısından açık bir şekilde ve bütün boyutlarıyla ele alınması gereken noktası da işte burasıdır. Yaratmak istediğimiz insan tipini seçmekte tek şansımız var.

Sonuç

Umarım bu bölüm, bugün ve yarın için, yoğun grup deneylerinin her çeşidi doğrultusundaki tüm hareketlerin nasıl büyük bir öneme sahip olduğunu yeterince açıklığa kavuştur-

muş ve etkileşim grubunu geçici bir heves ya da sınırlı bir süreyle çok az insanı etkileyen bir olgu olarak değerlendiren insanların konuyu yeniden ele almaları için gerekeni yapmıştır. Önümüzde upuzun yatan sorunlu geleceğimizde yoğun grup deneylerine yönelik eğilimler, değişikliği içeren derin ve anlamlı konularla yakından bağlantılıdırlar. Bu değişiklikler insanda ortaya çıkabilir, kurumlarda ortaya çıkabilir, şehirlerimizde ve kültürel yabancılaşmamızda ortaya çıkabilir, ırksal gerilimlerde, uluslararası sürtüşmelerde, felsefemizde, değerlerimizde, insanın kendisi hakkındaki düşüncelerimizde ortaya çıkabilir. Ama sonuçta bu, oldukça önemli ve anlamlı (significant) bir harekettir ve gelecekteki gelişim çizgisinin hepimiz üzerinde iyi ya da kötü güçlü etkileri olacaktır.

Etkileşim Grupları

Bu kitap tamamen yaşama mücadelesi veren belli insanların yaşam deneyimlerinden, konuşma ve anlatımlarından hareketle yazılmıştır.

Rogers ***Etkileşim Grupları***'nda otuz beş yıllık bireysel danışmanlık ve psikoterapi deneyimlerini bir araya toplayarak teknoloji çağında unutulmuş olan "kişi"lerin kendilerini değerlendirme biçimlerindeki yanlışların neden olduğu psikolojik sorunları yenmeleri için ipuçları sunuyor.

Yalıtılmış, yalnızlaştırılmış bireylerin etkileşim grupları içinde kendilerini nasıl yeniden keşfettikleri, yaşamla ve kendileriyle nasıl barışık hale geldikleri gerçek öyküler eşliğinde anlatılıyor.

Rogers, ***Etkileşim Grupları*** aracılığıyla gerçekleştirilen terapilerin yöntemlerini ve etkileşim grupları sonrası bireylerde görülen değişiklikleri de oldukça ayrıntılı bir şekilde veriyor. Dolayısıyla Etkileşim Grupları kuramsal alan için de önemli bir başvuru kitabı niteliğini kazanıyor.

DORUK