

Grup Oyun Terapisi: Genel Bir Bakış

Group Play Therapy: An Overview

 Nurseda Çelik¹,  Berna Güloğlu¹

¹Bahçeşehir Üniversitesi, İstanbul

ÖZ

Bu derlemede grup oyun terapisi üzerine ulusal ve uluslararası bir bakış açısı sunmak amaçlanmıştır. Oyun terapisi, çocuğun özgün dünyasını yarattığı, duygu ve düşüncelerini oyun yoluyla dışa vurduğu ve güvenli bir ortamda büyümeyi deneyimlediği bir dinamiktir. Grup oyun terapisi ise birden fazla çocuğun oyun terapisi deneyimini içerir. Grup oyun terapisi, çocuklar için sosyal bir mikrokozmos yaratmaya, sosyal öğrenmeyi teşvik etmeye, duygusal gelişimi desteklemeye ve akran etkileşimini artırmaya olanak tanır. Bu derleme grup oyun terapisinin avantajlarını, uygulama sürecini, terapistin rolünü ve çocuk ruh sağlığı üzerindeki etkilerini ele almaktadır. Son yıllarda uluslararası alanda grup oyun terapisi uygulama ve araştırmalarında artış olduğu görülmektedir. Öte yandan Türkiye’de grup oyun terapisi ile ilgili yapılan çalışmalar sınırlıdır ve daha çok oyun temelli psikolojik danışma grupları ve psikoeğitim müdahale programlarına odaklanılmaktadır. Derlemenin bir diğer amacı, grup oyun terapisinin çocuk ruh sağlığı üzerindeki olumlu etkilerini ortaya koymak ve ileride yapılacak araştırmalara öneriler getirmektir. Bu doğrultuda ulusal ve uluslararası düzlemde grup oyun terapisi ile ilgili yapılan araştırmalar incelenmiştir.

Anahtar sözcükler: Oyun, oyun terapisi, grup oyun terapisi

ABSTRACT

This review aims to present a national and international perspective on group play therapy. Play therapy is a dynamic in which the child creates his/her unique world, expresses his/her feelings and thoughts through play and experiences growth in a safe environment. Group play therapy involves the play therapy experience of more than one child. Group play therapy allows creating a social microcosm for children, promoting social learning, supporting emotional development and increasing peer interaction. This review discusses the advantages of group play therapy, the implementation process, the role of the therapist and its effects on child mental health. In recent years, there has been an increase in group play therapy practice and research in the international arena. On the other hand, studies on group play therapy in Türkiye are limited and mostly focus on play-based psychological counselling groups and psychoeducational intervention programmes. Another aim of the review is to reveal the positive effects of group play therapy on child mental health and to make suggestions for future research. In this direction, national and international studies on group play therapy were analyzed.

Keywords: Play, play therapy, group play therapy

Giriş

Çocuklara yönelik terapi uygulamalarının, yetişkin uygulamalarından ayrılmasının temel nedeni gelişimsel farklılıklardır (Kiye ve Yalçın 2021). Bu farklılaşmanın en belirgin olduğu nokta, çocukların; duygu, ihtiyaç ve problemlerini ifade etme biçimi olarak oyunu kullanmalarındır (Homeyer ve Sweeney 2001, Axline 2022). Landreth ve Bratton (1999) yetişkin için sözel ifade neyse çocuk için de oyunun aynı anlamda olduğunu, yetişkinlerin çocuklarla sözlü iletişim kurma çabalarının çocukları kısıtlayıcı bir ortama hapsettığını ve sözlü iletişimin çocuklar tarafından çoğunlukla anlaşılmadığını ifade etmiştir. Çocuğun duygularını dışa vurması, bu duygularla yüzleşmesi, baş etme yolları geliştirmesi, ilişkilerini keşfetmesi, isteklerini talep etmesi ve kendini gerçekleştirmesinde oyun önemli bir araçtır (Landreth ve Bratton 1999).

Schaefer’a (1993) göre oyunun dört gücü bulunmaktadır: iletişimsel güç, öğretme gücü, duygusal boşalma gücü ve uyum kurma gücü. İletişim gücü, bilinçli ve bilinçdışı duygu ve düşüncelerin oyun yoluyla daha iyi ifade edilmesidir. Öğretme gücü, oyunun öğretme amacıyla kullanıldığında daha dikkatli ve iyi öğrenilmesidir. Duygusal boşalma gücü, çocukların güvenli ortamda stresli olayları deneyimleyerek, ilişkili duygularını serbest bırakabilmesidir. Uyum kurma gücü ise çocukların eğlence odaklı ve oyun seven terapistlerden hoşlanma eğiliminde olması şeklinde açıklanmaktadır. Buradan hareketle oyunun, çocuğun psikolojik, biyolojik ve sosyal gelişiminde önemli bir role sahip olduğunu söylemek mümkündür (Avan ve ark. 2021).

Oyunun çocuğun yaşamındaki rolü sebebiyle çocukla psikolojik danışma uygulamalarında en sık kullanılan yöntemin oyun terapisi olduğu görülmektedir. Oyun terapisi, farklı kuramsal temellerde farklılaşabildiği gibi bireysel ve grup oyun terapisi olmak üzere iki farklı şekilde de uygulanabilmektedir. Bu yönüyle grup oyun terapisi, kuramsal bir yaklaşım ya da bir teknik olarak değerlendirilmemekte ve işlevsel bir müdahale olarak bilinmektedir (Sertelin-Mercan 2022).

Ulusal alanyazında grup oyun terapisiyle ilgili sınırlı sayıda ve kapsamda kaynağa ulaşılmıştır. Türkiye’de grup oyun terapisinin yaygınlaştırılması ve etkililiğinin araştırılması için daha fazla çalışmaya ihtiyaç duyulmaktadır. Bu derleme çalışmasında ulusal ve uluslararası perspektifte grup oyun terapisi hakkında, genel bir bakış açısı sunmak ve bu kapsamda grup oyun terapisini tanıtmak ve yapılan güncel araştırmaları ele almak amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda bu derlemenin, oyun terapisiyle çalışan çocuk ruh sağlığı uzmanlarına bir rehber olabileceği ve grup oyun terapisi uygulama ve araştırmalarını teşvik edeceği düşünülmektedir.

Tanımı ve Kuramsal Yaklaşımlar

Grup oyun terapisini tanımlayabilmek için öncelikle oyun terapisini anlamak gerekmektedir. Uluslararası Oyun Terapistleri Derneği’nin (Association for Play Therapy 2023) tanımına göre oyun terapisi “eğitilmiş oyun terapistlerinin, danışanların psikososyal zorlukları önlemesine veya çözmesine ve en iyi büyüme ve gelişmeyi sağlamasına yardımcı olmak amacıyla; oyunun terapötik güçlerini kullandığı kişilerarası bir süreç oluşturmak amacıyla kuramsal bir modelin sistematik kullanımı”dır. Benzer şekilde, Landreth (2012) oyun terapisini; eğitilmiş ve çocuk için güvenli bir ilişkinin geliştirilmesini kolaylaştıran ve oyun materyallerini sağlayan terapist ile çocuk arasındaki dinamik bir ilişki olarak tanımlamaktadır. Bu ilişkide çocuk, en uygun büyüme ve gelişme için doğal iletişim aracı olan oyun yoluyla kendini ifade etme ve keşfetme fırsatı bulur.

Tanımlardan anlaşılacağı gibi oyun terapisinde, oyunun ifade aracı olarak kullanmanın yanı sıra ilişkisel boyutu da oldukça önemlidir. Nitekim Sweeney ve ark. (2014), oyun terapisinin ilişki boyutunun tartışmasız en iyileştirici unsur olduğunu belirtmiştir. Bu sebeple oyun terapisinde sınırlı ve yapılandırılmış bir yaklaşımla ilerlemek yerine, kurulan terapötik ilişki ve oyun aracılığıyla çocuğun kişiliğini keşfetmeye yönelik gözlemlerle ilerlemek tercih edilmektedir (Kiye ve Yalçın 2021). Ginott’a (1961) göre, grup oyun terapisinde her çocuk diğer üyelerden bağımsız aktivitelerde bulunabilir. Aynı zamanda diğer grup terapilerinden farklı olarak hiçbir grup hedefi belirlenmemekte ve hiçbir grup uyumu aranmamaktadır. Çocuk, grupta akranlarını gözlemleyerek özgürce davranabilme cesareti kazanır (Landreth 2012). Bu nedenle tedavinin merkezinde her zaman bireysel olarak çocuğun varlığından bahsedilebilir.

Oyun terapisi yaklaşımlarının temelde ikiye ayrıldığını söylemek mümkündür: terapistin çocuğu yönlendirdiği yönlendirici yaklaşımlar ve terapistin çocuğun kendini yönetme kapasitesine güvenerek sorumluluk almasını desteklediği yönlendirici olmayan yaklaşımlar (Axline 2022). VanFleet ve arkadaşları (2010) bu iki ayrımın yanı sıra, aile-oyun terapilerini de ele almaktadır. Grup oyun terapileri bu üç başlık altında incelendiğinde yönlendirici olmayan yaklaşım olarak Çocuk Merkezli grup oyun terapisi (ÇMOT); yönlendirici yaklaşımlar olarak Bilişsel-Davranışçı grup oyun terapisi, Jungcu (Jungian) grup oyun terapisi ve Adleryen (Adlerian) grup oyun terapisi; aile-oyun terapisi olarak Filial grup oyun terapisi ve Theraplay grup oyun terapisi yer almaktadır. Bu kuramlar, temel felsefeleri ışığında grup oyun terapisi tekniklerine sahiptir. Bunların dışında da çok sayıda grup oyun terapisi tekniği bulunmaktadır ancak terapistin benimseyeceği kuramsal yaklaşım, grup sürecinde kullanacağı teknikleri de etkileyecektir. Sweeney (2017), grup oyun terapistlerinin teknikleri uygulamadan önce bazı sorulara cevap vermesi gerektiğini belirtir:

1. Kullanılacak teknik, gelişimsel açıdan uygun mudur? (Çocuğun gelişimsel kapasitesininindikkate alınması gereken önemli bir terapötik konu olduğu yaklaşımına dayanır.)
2. Kullanılan tekniğin altında hangi kuram yatmaktadır? (Tekniklerin kurama dayalı olması gerektiği ön şartına dayanır.)
3. Belirli bir tekniği uygulamanın terapötik amacı nedir? (Belirgin bir amaca sahip olmanın klinik ve etik açıdan önemli olduğu ön şartına dayanır.)

Buradan hareketle, grup oyun terapisindeki kuram ve teknik çeşitliliği; yukarıda belirtilen standartları kapsayacak şekilde uygulandığında, grup için işlevsel olarak değerlendirilebilir. Yani grup oyun terapilerinin; yaklaşım olarak farklılık gösterebileceği ancak temel mantığının hem grup terapisi hem de oyun terapisi yaklaşımlarının birleşimlerinden oluşan dinamik ve yaratıcı bir süreci içerdiği söylenebilir. Bu sebeple; grup oyun terapisi yürütecek oyun terapistinin hem grup terapisi hem de oyun terapisi konularında donanımlı olması gerekmektedir (Sweeney ve ark. 2014). Çünkü bireysel oyun terapisinden farklı olarak; terapistin, grup

dinamiğine hakim olması ve gruptaki terapötik atmosferi gözlemleyebilmesi önemlidir. Hatta Sweeney'e (2017) göre grup oyun terapisinde grup dinamiğini bilmeyen deneyimli bir oyun terapistinin, oyun terapisi eğitimi ve anlayışı yetersiz olan bir grup terapisti kadar zarar verme riski vardır. Bu noktalar dikkate alındığında, grup oyun terapisinin birden fazla çocuk ile oyun terapisi ve grup terapisi süreçleri konusunda eğitim almış bir terapist arasındaki dinamik ve kişilerarası bir ilişki olduğu söylenebilir (Sweeney ve ark. 2014). Bu ilişki, ifade edici ve yansıtıcı oyun ortamının seçimini ve çocukların kendini ifade etmelerini ve keşfetmelerini sağlayacak güvenli ilişkilerin geliştirilmesini içerir. Bu da çocuklar için doğal bir iletişim aracı olan anlamlı oyun ve sözsüz ifade aracılığıyla gerçekleşir.

Özetle, bireysel oyun terapisi temelinde şekillenen grup oyun terapisi, grup dinamiği ve oyun terapisinin keşiştiği yerdir. Bu bölümde ise genel hatlarıyla grup oyun terapisi kuramsal yaklaşımlarına, grup oyun terapisi tekniği uygularken dikkat edilmesi gerekenlere ve grup oyun terapistinin hangi eğitimlere sahip olması gerektiğine değinilmiştir. Bu noktada terapistin hem oyun terapisi hem de grup dinamiği konusunda eğitilmiş olmasının yanı sıra, benimsediği kuramsal yaklaşım ve kullandığı teknikler konusunda da bilinçli olmasının kritik bir öneme sahip olduğu söylenebilmektedir. Ayrıca her ne kadar çok sayıda kuramsal yaklaşım ve teknik olsa da terapistin bunların ötesinde, oyun aracılığıyla çok yönlü bir terapötik etkileşimi ve dinamik bir grup sürecini önceliklendirmesi bir diğer önemli konudur.

Avantajları

Bireysel oyun terapisi yerine grup oyun terapisinin kullanılmasının bazı avantajları bulunmaktadır. Ginott (1961), grup oyun terapisi için gerekçe oluşturan birkaç noktaya temas etmiştir. Birden fazla çocuğun varlığı, özellikle başlangıç aşamasında, terapist ve çocuklar arasındaki ilişkinin kurulmasını kolaylaştırmakta ve kendiliğindenliği teşvik etmektedir. Kendiliğindenlik, çocukları ilişki ve oyunlarında davranışlarını cesurca ve özgürce sergilemek konusunda desteklemektedir (Sweeney 2017). Bu durum terapistte daha kolay güvenmeyi de beraberinde getirir. Yeni bir deneyime başlayan bir çocuk için, terapist ve oyun odası çocuğun kaygılı ve gergin hissetmesine neden olabilirken diğer çocukların varlığı oyun odasında kendini daha rahat hissetmesine yardımcı olacaktır (Sertelin-Mercan 2022). Aynı zamanda grup ortamı, gerginliği azaltarak aktifliği ve katılımı da teşvik edebilir.

Ginott'un (1961) değindiği bir diğer nokta ise grubun bireysel oyun terapisinde bulunmayan çok yönlü ilişkiler için fırsat sağlamasıdır. Bir başka deyişle grup, çocuklara akranları ve yetişkinlerle doğal bir etkileşim kurma ve uygun davranışlar ve beceriler geliştirme fırsatı sağlar (Reddy 2012). Grup deneyiminde üyeler, kendilerini kabul eden ve saygı duyan bir terapistin yanı sıra başka ilişkilerin varlığını da deneyimler. Bu ilişkilerde gelişen önemli terapötik etkileşimlerden biri özdeşleşmedir. Çocuk; olumlu bir yetişkin rol model olarak yalnızca terapistle değil, diğer üyelerle de kendini özdeşleştirebilir. Johnson (1988), grup üyelerinin özdeşleşme yoluyla akran etkileşimini geliştirdiklerine ve akranlarıyla daha rahat etkileşim kurduklarına vurgu yapmıştır. Üyeler özdeşim kurarak öğrenme deneyimi de elde ederler. Örneğin sosyal olarak geri çekilmiş bir çocuk, daha aktif grup üyeleriyle kendini özdeşleştirerek aktif ve özgüvenli bir birey haline gelebilir. Özetle grup ortamının, sosyal ve dolaylı öğrenme fırsatı sunduğu söylenebilir. Aynı zamanda grup üyeleri, birbirlerinin duygusal ve davranışsal tepkilerini gözlemleyerek; başa çıkma, problem çözme ve kendini ifade etme becerilerini geliştirir ve alternatif ifade yolları öğrenebilirler (Sweeney ve ark. 2014).

Grup oyun terapisi çocuklar için aynı zamanda bir keşif yolculuğudur. Bu yolculukta kendilerini, başkalarını ve hayatı keşfederler (Homeyer ve Sweeney 2001). Grup üyeleri, birbirlerinin duygusal ve davranışsal ifadelerine karşı verdikleri tepkiler aracılığıyla kendi ifadelerini değerlendirmeyi öğrenebilirler. Bu sayede grupta, derin içgörülerini açığa çıkaran fikir ve duyguların karşılıklı uyarılması deneyimlenir (McGuire 2000, Sweeney ve ark. 2014). Böylelikle oyun ve dışavurumcu terapi gruplarının katarsis için eşsiz fırsatlar sunduğu görülmektedir. Johnson (1988); katarsis deneyiminin ve içgörü gelişiminin kolaylaşması için terapistin aktif bir rol almasına gerek olmadığına, çocukların akran geribildirimleri doğrultusunda davranışlarını değerlendirmek durumunda kalacaklarına dikkat çeker. Axline (2022) da benzer şekilde, grupta içgörü gelişimi kolaylaşsa da değişim sorumluluğunun çocuğun üzerinde olduğunu vurgular.

Grup terapilerinde üyelerin birbirlerine karşı tavır ve davranışları, dış dünyanın yansıması olarak ortaya çıkar ve oyun terapisi grubu da somut bir gerçekliğe bağlanması nedeniyle çocuklar için sosyal bir mikrokozmosdur (Sweeney ve ark. 2014). Oyun odasında birden fazla çocuğun bulunması, terapi deneyimiyle gerçek yaşam deneyimi arasında bir köprü oluşturur. Çocuğa her ne kadar koşulsuz kabul ortamı sağlansa ve çoğu ifade kabul edilir olsa da sınırların konulması ve bu sınırların gerçekliğe dayalı olması gerekmektedir. Çünkü Landreth ve Bratton'a (1999) göre; terapötik sınırlar, gruptaki deneyimi gerçek hayattaki bir ilişkiye dönüştürmeye

yardımcı olmaktadır. Ayrıca Sweeney ve ark. (2014); sınır koyma ve gerçeklik testinin sadece terapist ile çocuklar arasında değil, grup üyelerinin kendi aralarında da gerçekleştiğini ifade etmektedir. Bu nedenle, grup oyun terapisi çocukların olası davranışsal zorluklarını belirlemeye yardımcı olmasının yanı sıra çocukların davranışlarının diğer çocuklar üzerindeki etkisini görmesini ve bir yetişkinin yardımı olmadan çatışma çözme becerilerini kullanabilmesine de aracılık eder (Reddy 2012). Bu süreç terapistin, çocukların dış dünyadaki ilişki örüntülerine dair bir anlayış geliştirmesine de yardımcı olur (Sweeney ve Engblom-Deglmann 2017).

Çocuklar grupta kendilerine benzer özellikleri olan başka çocukların da olduğunu fark ederler. Yalnız olmadıkları duygusu, çocukların gruptaki diğer üyelerle olan benzerliklerini takdir etmesine yardımcı olabileceği gibi grup sadakati ve gruba ait olma duygularını da geliştirir (Johnson 1988, Aronson 2016). Ayrıca grup oyun terapisinde çocuk; yalnızca yardım alan değil, bir yandan da yardım veren konumdadır. Bu durum, çocuğun büyüme ve gelişme süreci için önemli bir dinamiktir. Özellikle zayıf benlik kavramına sahip olan ve hayatları başarısızlıkla geçen istismar mağduru çocuklar için yardım eden rolünde olabileceğini keşfetmek alınabilecek en derin terapötik çıktı olabilir (Berg ve ark. 2006).

Grup oyun terapisinin bireysel oyun terapisinden farklılaştığı nokta; çocuk için daha zengin bir yüceltme etkinliği dağıtıcı sunmasıdır (Ginott 1961). Çocuk, bireysel oyun terapisinde oyunları ve etkinlikleri tekrarlayabilir ve bu durum, yaratıcılık ya da güvenlik yoksunluğuna bağlı gelişmiş olabilir. Grup oyun terapisinde ise akran öğrenmesi yoluyla, çeşitli materyalleri kullanmayı ve çeşitli aktivitelere katılmayı öğrenir; böylece tekrarlanan oyunlarda takılıp kalmanın önüne geçilerek “şimdi ve burada” olmasına yardımcı olunur (Ginott 1961, Sweeney ve Engblom-Deglmann 2017). Bunların dışında, bireysel oyun terapisinde çocuk, terapistten alacağı koşulsuz kabul hissettiren ifadeleri daha açık bir şekilde alabilirken; grup oyun terapisinde bu, birden fazla çocuğun varlığına bağlı olarak daha zor alınır. Ancak yine de grup oyun terapisinde üyeler, birbirlerinin tepkilerinin terapist tarafından ne düzeyde kabul edildiğine de dikkat eder ve dolayısıyla özgürce ifade edebilme cesareti kazanırlar (Axline 2022).

Sonuç olarak, grup oyun terapisi, çocukların sosyal ve duygusal gelişimlerini destekleyen bir ortamdır. Akran etkileşimi, kendiliğindenlik, özdeşleşme ve evrensellik gibi terapötik faktörler, grup terapisi sürecinin etkili olmasına katkı sağlamaktadır. Oyun terapisindeki grup ortamı, çocukların birbirleriyle etkileşim kurarak sosyal beceriler geliştirmelerine ve kendi duygusal ifadelerini fark etmelerine yardımcı olabilir. Ayrıca, grup içindeki sınırlar ve mikrokozmos etkisi, çocukların dış dünyadaki ilişki yapılarını anlamalarına katkıda bulunabilir. Grup oyun terapisi, çocukların yalnız olmadıklarını anlamaları ve önemli terapötik kazanımlar elde etmeleri yönüyle de kritik bir öneme sahiptir.

Hazırlık Süreci

Grup oyun terapisinin hazırlık sürecinde grupta üye seçimi, grubun büyüklüğü, seans süresi ve sıklığı ve grup oyun odası gibi konuların ele alınması gerekir. Grup oyun terapisi için üye seçim sürecinde terapist, her potansiyel grup üyesinin sosyal farkındalığını ve akran kabulü için davranış alışverişinde bulunma ve sürdürme istekliliğini değerlendirmelidir. Aksi halde grup oyun terapisi yöntemi daha az etkili olacaktır (Ray 2011). Bu nedenle Ray (2011), terapistin gruba uygunluğunu belirlemek ve karar vermek adına çocukla bireysel bir oturum yapmanın, süreci kolaylaştıracağına değinir. Bununla birlikte problem odaklı yaklaşımlarda ebeveyn ve öğretmen raporu gibi alternatif değerlendirme yöntemleri de tercih edilmektedir (Landreth ve Sweeney 1999, Sweeney 2017). Ray (2011), klinik karar verme aşamasında dikkat edilmesi gereken başlıkları şu şekilde sıralamıştır: Yaş, saldırganlık, bağlanma, cinsel istismar ve sosyal/ilişkisel konular. Çocuğun grup deneyimi için hazır olmaması ya da halihazırda gelen problemin grup müdahalesine uygun olmaması da gözden geçirilmesi gereken konular arasındadır (Sweeney 2017). Tüm terapi yaklaşım, yöntem ve müdahalelerinde olduğu gibi grup oyun terapisinin de her çocuk için işlevsel olacağı beklentisi gerçekçi değildir. Sweeney ve Homeyer (1999), bazı çocukların bireysel oyun terapisine daha uygun olabileceğine ve grup oyun terapisinden verim alamayacağına değinmişlerdir. Cinsel istismara maruz kalmış çocuklar, aşırı agresif olan çocuklar, yoğun rekabet sergileyen kardeşler, sosyopatik (zarar vermek ya da intikam alma eğilimi olan) çocuklar ya da aşırı düşük benlik algısına sahip çocuklar bu grupta değerlendirilebilir (Ginott 1961, Sweeney ve Homeyer 1999, Axline 2022). Bu nitelikteki çocuklar özellikle terapinin ilk evrelerinde diğer çocuklara karşı saldırganca veya cinsel içerikli davranışlar sergileyebilecekleri gibi; bir yandan da travmatik deneyimleri nedeniyle terapistin bütün ilgisinin üzerlerinde olmasını bekleyebilir ya da buna ihtiyaç duyabilirler (Axline 2022). Bu durumun grup dinamiklerini önemli ölçüde etkileyeceği öngörülmektedir.

Grup üye seçiminde dikkat edilmesi gereken bir diğer konu ise yaş ve cinsiyettir. Çocukların gelişimsel durumuna bağlı olarak, yaş aralığının 12ayı geçmemesi gerekir. Yaşlarının birbirine yakın olması akranlarıyla iletişim kurmalarını kolaylaştıracaktır (Sweeney 2017). Kronolojik yaş kadar gelişimsel ve psikolojik yaş da üye

seçimi yapılırken dikkat edilmesi gereken önemli bir husustur (Sweeney ve ark. 2014). Kronolojik yaşlar aynı olsa dahi çocuklarda gelişimsel olarak büyük farkların olması, grup uyumunu engelleyebilir ve bu durum grupta gerginlik ve endişeye neden olabilir (Aronson 2011). Aichinger (2017), benzer gelişim yaşında olan çocukların, grupta aynı gelişimsel görevlere odaklandığına ve böylece hayata geçirilen senaryoların tüm üyeler için benzer bir öneme sahip olduğuna değinir. Çocuğun fiziksel olgunluğu da dikkat edilmesi gereken bir diğer noktadır (Sweeney ve Homeyer 1999). Ayrıca, grup oyun terapisinde mikrokozmosu desteklemek adına, eğer cinsiyet odaklı bir problemle çalışılmıyorsa, heterojen bir grup tercih edilebilir (Sertelin-Mercan 2022). Bu durum grupta dengeyi kurabilmek için de önemlidir. Yine cinsiyet açısından homojen erkek ya da kız gruplarının çatışmaları daha derinlemesine ve etkili işlemledikleri de görülmüştür (Brem 2008). Benzer şekilde Ray (2011), çocukların karşı cinsin yanında daha çekingen olduklarından ve iletişim biçimlerinin cinsiyete göre değiştiğine değinmiştir. Kız çocukları özellikle yaş ilerledikçe sözel olarak kendilerini ifade etmeyi tercih ederken, erkekler sözel iletişimden ziyade eyleme başvurmaktadır. Bu nedenle homojen grupların, heterojen gruplara göre grup üyeleri arasındaki iletişimi, anlayışı ve kabulü daha fazla teşvik edeceği belirtilmektedir (Ray 2011). Öte yandan bazen mevcut sorun, homojen bir grup oluşumuna yol açabilir. Söylemez'in (2021), şiddet içerikli dijital oyun bağımlılığına yönelik yaptığı bilişsel davranışçı grup oyun terapisi temelli araştırması bu duruma örnek gösterilebilir. Bu araştırma grubundaki on kişinin tamamı erkek öğrencilerden oluşmaktadır. Yani cinsiyete bağlı üye seçiminin; grubun yapısına, amacına, mevcut soruna ve çocukların gelişimsel durumlarına bağlı değişkenlik gösterebileceği ve klinik bir karar gerektirdiği söylenebilir.

Grup oyun terapisinde önemli ve tartışılan konulardan bir diğeri ise grubun büyüklüğüdür. Sweeney'e (2017) göre grubun büyüklüğü yaşla doğru orantılı olmalıdır. Bununla birlikte maksimum yarar sağlanması için en uygun grup büyüklüğü, iki çocuktan oluşan gruptur (Ray 2011, Sweeney 2017). Ayrıca, Sertelin-Mercan (2022) grup büyüklüğü konusundaki genel görüşün 3 ila 6 çocuğu içerdiğini ve terapistin dedaha az çocukla grup dinamiğini daha kolay yöneteceğini belirtmiştir. Ginott'a (1961) göre; terapistin, grupta verimli olabilmesi için maksimum üye sayısını 5'te tutması gerekmektedir. Sweeney ve arkadaşları (2014) ise terapistin beceri ve yeterliliğine bağlı olarak grup büyüklüğünün değişebileceğini ifade etmişlerdir. Dolayısıyla net bir görüş olmamakla birlikte üye sayısının; yaş, mevcut sorun ve terapistin yeterliliğine bağlı olarak değişkenlik gösterebileceğini ve gruptaki kişi sayısı azaldıkça verimin artacağını söylemek olasıdır.

Grup oyun terapisinde seansın süresi ve sıklığı çocukların yaş aralığına bağlı olarak değişebilmektedir. Terapist, çocukların biyolojik ve psikolojik yaşlarını, dikkat ve odaklanma sürelerini değerlendirerek seans süresini belirlemelidir (Sertelin-Mercan 2022). Grup seans süresiyle ilgili optimal bir sınır olmasa dahi, genel eğilim 20 ila 60 dakikalık gruplar yönündedir. Özellikle dikkat süresi daha az olan çocuklar için uzun seans süresi monoton ve verimsiz hale gelebilir. Ayrıca seans süresinin yaşa bağlı da değişebileceği düşünüldüğünde, daha küçük yaşlarda sürenin daha kısa tutulması önerilmiştir (Sweeney ve Engblom-Deglmann 2017). Gruplarda seans sıklığı ile ilgili DeLucia-Waack (2006), haftada birden fazla seans yapılabilse de bunun planlamasının zor olması nedeniyle haftada bir yapılan seansın daha yaygın olduğunu belirtmiştir. Ancak seans sıklığı, grubun amacına, klinik ortama ya da mevcut problemin yoğunluğuna bağlı olarak da değişebilir; hatta haftada 2 ila 5 seans arasında gerçekleştirilen kısa vadeli yoğunlaştırılmış grup süreçlerinin çok etkili olabileceği ifade edilmektedir (Sweeney ve ark. 2014).

Hazırlık sürecindeki önemli başlıklardan biri ise grup oyun odasıdır. Birden fazla çocuğun kullanımına uygun büyüklük ve kapasitedeki bir oda tercih edilmelidir. Oda ne çok büyük ne de çok küçük olmalıdır. Büyük oda, çocukların birbirleriyle ve terapistle etkileşim kurmalarını engelleyebilir; küçük oda ise hareket alanlarını kısıtlayarak, öfke ve hayal kırıklığı hissetmelerine sebep olabilir (Berg ve ark. 2006). Grup oyun terapi süreci, bireyselle göre daha gürültülü ve bu durum rahatsızlıkları arttırabilir; dolayısıyla oyun odasının konumunun bu rahatsızlıkları sınırlandıracak bir noktada bulunması önemlidir (Sweeney ve ark. 2014).

Oyun malzemeleri, kuramsal yaklaşıma ve amaca göre değişiklik gösterebilir ancak bireysel oyun terapisindeki temel malzemelere göre tercih edilir. Sweeney ve Homeyer (1999), oyun malzemelerinin sayısı ile ilgili; çocuk sayısı kadar oyun malzemesi alınmasının uygun olmadığından ve bu durumun çocuklardaki paylaşma ve çatışma çözme fırsatını engellediğinden bahsetmişlerdir. Ayrıca oyuncakların, çocuklar tarafından terapistle kişisel dünyalarını iletme için kullanıldığı ve oyun grubunun mikrokozmosu oluşturabileceği düşünüldüğünde, gerçek yaşamı yansıtan oyun materyallerinin de bulundurulmasına dikkat edilmelidir (Landreth 1987, Kiyi ve Yalçın 2021).

Sonuç olarak; grup oyun terapisinin kendisi kadar hazırlık sürecinin de iyi yapılandırılmış olması kritik bir adımdır. Bu doğrultuda terapistin; üye seçimi, grubun büyüklüğü, seans süresi ve sıklığı ve grup oyun odası gibi konularda çok yönlü ve esnek bir yaklaşım benimsemesi önemlidir. Bu hazırlık süreci, terapistin çocukların ihtiyaçlarına göre uyum sağlayabilmesini ve grup dinamiğinin sağlıklı bir şekilde gelişmesini mümkün kılabilir.

Genel hatlarıyla grup oyun terapisi hazırlık sürecine bakıldığında grup dinamikleri için dengeğin önemli olduğu görülmektedir (Sweeney ve Homeyer 1999). Bu nedenle gruba hazırlık sürecinde dikkat edilmesi gereken her konunun; mevcut sorun, kuramsal yaklaşım ve gelişimsel duruma bağlı olarak denge içinde ele alınması beklenmektedir.

Terapistin Rolü

Grup oyun terapistinin, grubun işleyişinde ve grup dinamiğinin oluşabilmesinde önemli bir rolü vardır. Her ne kadar bir uzman olsa da grup içinde uzman rolü geri planda kalmalı ve grup üyelerinin beklediği saygınlığı, katılımı, spontanlığı ve empatiyi açıkça hissettirebilmelidir (Sweeney ve ark. 2014). Grup oyun terapistinin rolü benimsenen kuramsal yaklaşıma göre değişebilir ancak en temelde bireysel oyun terapisindeki gibi terapötik atmosferi sağlama, koşulsuz kabul ve saygı sunma ve güven ortamı oluşturma gibi sorumlulukları vardır. Bunların yanı sıra grup oyun terapistinin, kolaylaştırıcı ve teşvik edici rolü oldukça önemli bir roldür (Sweeney 2017). Her ne kadar grup oyun terapistinin kritik bir rolü olsa da bireysel oyun terapisine göre doğrudan etkileşim ve katılım sınırlıdır (Ray 2011).

Grup oyun odasında birden fazla çocuk olduğu için terapistin tüm duyguları fark etmesi olası değildir. Ancak yine de terapistin bir yandan dikkatini tek tek çocuklarda tutarken bir yandan da hiçbirinin geri planda kalmış hissetmemesi için tepkilerini paylaşması ve bu konuda dengeli olması beklenir (Sweeney 2017, Axline 2022). Ayrıca terapist, tepki verirken çocukların isimlerini kullanması ve bunu yaparken, çocuğa doğrudan kendisiyle konuşulduğunu hissettirmesi ve 'Nazlı, bebekle oynuyorsun' şeklinde tepki vermeye dikkat etmesi gerekmektedir (Sweeney ve ark. 2017). Bununla birlikte, grup oyun terapisinde; rekabetçi çocukların, terapistin ilgisini kazanmak için birbirleriyle yarıştığı ve seansın büyük çoğunluğunda terapistte oyuncak gösterdiği veya terapistle yakın temasta olmak istediği durumlar söz konusu olabilir. Bu gibi durumlarda terapistin gruptaki her çocuğa dengeli bir şekilde terapötik yanıtlar vermesi gerekmektedir. Aksi halde içe dönük çocukların zaten mevcut olan olumsuz benlik algılarının pekişebileceği unutulmamalıdır (Sweeney 2011).

Grup ortamında terapistin ortaya çıkabilecek krizleri önlemede ya da baş etmede istekli ve yetenekli olması gerekmektedir (Sweeney 2017). Grupta çocukların birbirine meydan okuduğu ve bu nedenle sınır belirleme gerektiren aktiviteler artabilir (Axline 2022). Ek olarak, çocukların aynı oyuncak için tartışması, çeşitli nedenlerle çatışmaların çıkması ya da eyleme dayalı oyunların oynanmasına bağlı olarak grubun daha aktif, hareketli ve gürültülü olması beklenen durumlardır. Terapistin böyle durumlarda grup kurallarını ifade ederken yapılması gereken davranışlara vurgu yapması ve proaktif bir dil kullanması beklenmektedir (Reddy 2012). Örneğin; 'koltuğunuzdan ya da alanınızdan ayrılmayın' yerine; 'sıranı bekle', 'nazik ol' gibi kısa ve davranışa özgü yönergeler edilmelidir. Ayrıca Reddy (2012), etkili tepkiler vermek için yapılması gerekenleri şu şekilde sıralamıştır:

1. Çocuğun ismini söyledikten sonra birkaç saniye bekleyin.
2. Mümkünse dikkat dağıtabilecek şeyleri dikkatlice ortadan kaldırın.
3. Olumlu, samimi ve oyuncu bir ses tonu ve yüz ifadesiyle çocuğu size bakmaya teşvik edin: 'Nisa, şimdi gözlerime bakman gerek.'
4. Çocuğa bir ya da iki adımlı bir talimat verin ve ifadenizde 'şimdi' kelimesine vurgu yapın. Örneğin; 'Zeynep lütfen kağıtları dağıtmama yardım eder misin?' gibi iyilik isteyen bir ifade yerine, 'Zeynep, şimdi lütfen kağıtları dağıtmama yardım et.' şeklinde doğrudan talimatlar verilmelidir.
5. Çocuk talimatları takip ettiğinde ona özel övgülerde bulunun: 'Burak, boya kalemlerini temizleme şeklini gerçekten beğendim.'
6. Çocuk ilk talimatları takip etmezse 15 saniye bekleyin. 15 saniyelik bekleme çocuk için uyumu arttırmak ve hayal kırıklığını azaltmak için kritik bir öneme sahiptir. Hızlıca tekrarlanan talimatlar ve uyumsuzluğa yol açabilir.
7. Talimatları tekrarladıktan sonra çocukta uzaklaşmayın. Çocuğun alanında kalmak, talimatları izlemek ve yakın mesafeden olumlu geri bildirimler vermek önemlidir.

Axline (2022), terapistin grup dinamiğini yönetme konusunda etkin bir bilgi ve beceri setine ihtiyacı olduğundan bahseder. Terapistin doğru, yerinde ve adil dağıtılmış tepkiler vermesi, sabırlı olması, kendi kontrol ve yönlendirme düzeyini ayarlaması, uygun sınırlar koyması ve bu sınırlar karşısındaki kararlılığı bu becerilere örnek olarak gösterilebilir (Sweeney ve ark. 2014, Sweeney 2017). Terapist, sınır koyma becerisiyle

ilgili olarak bireysel oyun terapisine göre daha endişeli olabilir ve bu durum hızlı tepki vermesini engelleyeceği için terapistin zarar verme olasılığı daha fazladır. Böyle bir durumda terapistin, konsültasyondan yararlanması ve olası senaryolar için beyin fırtınası yapması önleyici ve yararlı olacaktır (Ray 2011). Ayrıca, terapistin sınırları önceden tahmin edebilmede istekli ve sınır koymada kararlı olması beklenir. Öte yandan grubun aktifliği düşünüldüğünde, terapist için kontrolü sürdürmek amacıyla sürekli olarak sınır koymak cazip gelebilir; ancak bu gibi durumlarda terapistin sabırlı olması ve çocukların meseleleri kendi başlarına çözmelerine izin vermesi önemlidir (Sweeney 2011).

Grup oyun terapisi sürecinde terapistlerin dikkat etmesi gereken bir diğer konu ise ebeveyn ilişkileridir. Ebeveynler çocuklarının mevcut sorunları için akıllarına gelen her çözümü denemişlerdir. Dolayısıyla ebeveynler için çocukları terapiye getirme kararı stres yaratır. Bu noktada terapistlerin farkında ve empatik olması terapi sürecini kolaylaştıracaktır (Sweeney 2011). Ayrıca Sweeney (2011), grup oyun terapisine başlamadan önce terapist tarafından ebeveynlerle yapılan ilk görüşmenin önemine vurgu yapar. Bu görüşmede ebeveynler, grup oyun terapisi süreci hakkında eğitilmeli ve grup oyun terapisi amacı ve faydaları hakkında bilgilendirilmelidir. Ebeveyn katılımının, çocuklarının terapi sürecine sürekli destek sağlamaları için gerekli olduğu da unutulmamalıdır. Bu, seansları kaçırmamak ya da erken sonlandırma olasılığını azaltmak gibi pratik bir destek sağlayabilir (Homeyer ve Sweeney 2001).

Sonuç olarak, grup oyun terapistinin rolü terapötik süreci ve grup dinamiğini yönlendirme konusunda kritik bir öneme sahiptir. Terapist, gruptaki tüm çocukların ihtiyaçlarını dengeli bir şekilde karşılayarak, güvenli bir ortam yaratarak ve gerekli sınırları koyarak etkili bir liderlik sağlar. Grup oyun terapisi, bireysel terapiye göre daha fazla etkileşim ve dinamik yönetim gerektirdiğinden terapistin empati, sabır ve dikkatli gözlem becerilerini sürekli kullanması önemlidir. Terapistin profesyonel bilgisi ve yetenekleri; grup içinde oluşabilecek potansiyel krizleri önlemede, çocukların terapötik süreçlerine en iyi şekilde katkı sağlamada ve ebeveynlerin süreçteki rollerinin netleşmesinde belirleyici olacağı düşünülmektedir.

Yapılan Çalışmalar ve Çocuk Ruh Sağlığına Etkileri

Grup oyun terapilerinin çocuklar üzerindeki sosyal, gelişimsel ve psikolojik etkisi üzerine yapılmış çok sayıda araştırma mevcuttur. Araştırmalar, grup oyun terapilerinin; dikkat eksikliği ve hiperaktivite tanısı almış çocukların agresif davranışlarının azalmasında (Teimourian ve ark. 2020), yaratıcılığın ve öfke kontrolünün artmasında (Jarareh ve ark. 2016), ifade edici ve alıcı dil becerilerinin gelişiminde (Danger ve Landreth 2005) ve uyum ve akran ilişkilerinin desteklenmesinde (Su ve Tsai 2016) etkili olduğuna işaret etmektedir. Dikkat eksikliği belirtisi gösteren ve sosyal duygusal becerileri düşük olan çocuklara sekiz oturum boyunca uygulanan yönlendirici grup oyun terapisi çocukların sosyal duygusal becerilerinde gelişiminin olmasını sağlamıştır (Pamuk 2022).

Savaş, ebeveyn kaybı ya da göç gibi travmatik olaylar yaşamış Suriyeli çocuklarla on iki hafta boyunca yapılan Theraplay grup oyun terapisinin, çocuklarının stres düzeylerinin düşmesinde ve öznel mutluluk düzeylerinin artmasında etkili olduğu görülmüştür (İşcan-Kuzucu 2021). Okul öncesi yaş grubuyla sınıf ortamında yapılan sekiz oturumluk Grup Theraplay uygulamasının çocukların sosyal işbirliği, sosyal beceriler ve problem davranışları üzerindeki etkisinin incelendiği bir araştırma da Grup Theraplay uygulamasının, çocukların sosyal işbirliği, sosyal beceriler ve problem davranışları üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Sancak 2019). Türkiye'deki 8-14 yaş aralığındaki 30 Suriyeli göçmen çocuk ve ebeveynleriyle yapılan bağlanma temelli bir grup müdahalesinin sonucunda ise, özellikle çocukların travma sonrası stresinde, diğer yaygın ruh sağlığı semptomlarında ve ebeveynleri tarafından değerlendirilen bağlanma zorluklarında önemli bir iyileşme olduğu görülmüştür (Erucar ve Vostanis 2020). İlkokul 2.ve 3. Sınıf öğrencileriyle yedi oturumluk grup oyun terapisinin yürütüldüğü bir araştırmada, grup oyun terapisi alan çocukların, almayan çocuklara göre utangaçlık düzeylerinde anlamlı bir azalma olduğu saptanmıştır (Yıldız 2015). Bu sonucun, grup oyun terapisinin sosyal etkileşimi güçlendirerek özgüveni geliştirdiği yönündeki bulgularla paralellik gösterdiği söylenebilir. Türkiye'de yapılan bir başka çalışmada, 8-9 yaş arası Tip 1 Diyabet hastası 21 çocukla yapılandırılmış çevrimiçi grup oyun terapisi oturumları gerçekleştirilmiştir. Çalışma sonucunda çocukların metabolik kontrol, ruhsal uyum ve yaşam kalitelerinde anlamlı bir artış olduğu tespit edilmiştir (Temel-Mert 2021). Yurtdışında yapılan bir çalışmada ise sekiz haftalık çocuk merkezli grup oyun terapisinin, sosyal-duygusal varlıklarından yoksun anaokulu çocukları üzerindeki etkisi incelenmiş ve grup terapisi alan çocukların, almayanlara göre sosyal-duygusal varlıklarında ve empati ve sosyal yeterlilik düzeylerinde artış görülmüştür (Cheng 2015). Araştırma bulguları ışığında, çocuk merkezli grup oyun terapisinin, çocukların sosyal ve duygusal varlıklarını güvenli bir ortamda akranlarıyla ve oyun yoluyla keşfetmelerini kolaylaştıran ve destekleyen bir müdahale olabileceği

belirtmiştir (Cheng 2015). Diğer bir ifadeyle, grup oyun terapisinin güvenli bir ortamda akran etkileşimi fırsatı sunmasının çocukların sosyal gelişimleri üzerinde önemli bir etkisi olduğu söylenebilmektedir.

Mallahi (2019), Gestalt grup oyun terapisinin saldırganlık ve sosyal beceriler üzerindeki etkisini incelemek üzere, çocuk işçi olarak çalışan ve cinsel istismara uğramış 11-15 yaş aralığındaki kız çocuklarıyla yapmış olduğu araştırma sonucunda; çocukların saldırganlık düzeylerinin azaldığını ve sosyal becerilerinin geliştiğini saptamıştır. Bundan yola çıkarak, grup oyun terapisinin sunduğu güvenli ortamın; çocuğun dış dünyaya karşı algısını değiştirmesine, duygusal dışavurumu sağlıklı bir şekilde deneyimlemesine ve etkili sosyal ilişkiler geliştirmesine yardımcı olacağı söylenebilir. Yine Gestalt grup oyun terapisinin okul öncesi çocuklardaki davranış sorunlarının iyileştirilmesine etkisini inceleyen bir çalışmada, deney grubundaki çocukların davranış problemleri son-test puanlarının kontrol grubundakilerden daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Kafaki ve ark. 2014). Gestalt grup oyun terapisi aynı zamanda davranışsal sorunların iyileştirilmesinde de etkili olabilmektedir. Yapılan güncel bir çalışmada ise okul öncesi çocuklarda ayrılma kaygısı belirtileri ve sosyal-duygusal davranışlar üzerinde çocuk merkezli grup oyun terapisi, öyküsel terapisi ve kombine grubun (çocuk merkezli grup oyun terapisi ve öyküsel terapi kombinasyonunun) etkililiği incelenmiştir (Zarra-Nezhad ve ark. 2023). Tüm müdahalelerin, çocukların sosyal duygusal yeterliliklerini geliştirmede ve duygusal sorunlarını azaltmada olumlu yönde etkili olduğu; ancak çocuk merkezli grup oyun terapisi ve kombine gruptaki müdahalelerinin sadece öyküsel grup terapisinin uygulandığı gruba göre daha etkili olduğu tespit edilmiştir (Zarra-Nezhad ve ark. 2023).

Grup terapisi seanslarına oyun terapisinin entegre edildiği çalışmaların da olduğu görülmektedir. Teke (2019), oyun terapisiyle bütünleştirilmiş grup terapisinin, ilkökul dördüncü sınıf öğrencilerinin sosyal kaygı düzeylerine etkisini araştırdığı bir çalışma gerçekleştirmiştir. Bu çalışma sonucunda; çocukların iletişim kurmakta daha az güçlük çektikleri ve kaygıya bağlı ses kısıklığı, beden kasılması, ellerin titremesi gibi sorunlar yaşayan çocukların, daha rahat duygularını ifade ettikleri, göz teması kurdukları ve daha sakin oldukları tespit edilmiştir. Dördüncü sınıf öğrencileriyle yapılan bir başka araştırma ise bilişsel davranışçı oyun terapisi temelli bir psikoeğitim grubunun, çocuklarda şiddet içerikli dijital oyun bağımlılığını ve saldırganlık düzeylerini azaltmada etkili olduğunu göstermiştir (Söylemez 2021).

Sonuç olarak grup oyun terapisinin, birçok konuda, etkililiği üzerine yapılan çok sayıda araştırma olduğu söylenebilir. Yapılan araştırmalar, grup oyun terapisinin çocukların sosyal, gelişimsel ve psikolojik alanlarda önemli iyileşmeler sağladığını göstermektedir. Grup oyun terapisi, çocukların sosyal becerilerini, duygu ifade becerilerini ve empati yeteneklerini geliştirirken, aynı zamanda dikkat eksikliği, saldırganlık, kaygı ve utangaçlık gibi davranışsal problemlerini de azaltmaktadır. Ayrıca, travmatik deneyimler yaşamış çocuklar üzerinde de olumlu etkiler göstermekte ve çocukların daha sağlıklı sosyal ilişkiler kurmalarına ve sürdürmelerine yardımcı olmaktadır. Grup oyun terapisinin çocukların iyileşme sürecinde etkili bir müdahale aracı olduğu söylenebilir.

Tartışma

Oyun, çocuk için kendi dünyasını kurup yaşayabileceği ve duygu ve düşüncelerini ifade etme araçları bulabileceği etkili bir alandır. Oyun terapisi ise bu dünyada neler olup bittiğini anlamak, çocuğa eşlik etmek ve sağlıklı büyüme ve gelişimine destek olmak için; terapist ve çocuk arasında gelişen dinamik ve iyileştirici bir ilişkidir. Bu ilişki yalnızca terapist ve çocuk arasında geliştiğinde bireysel oyun terapisi, terapist ve birden fazla çocuk arasında geliştiğinde ise grup oyun terapi müdahalesi olarak tanımlanabilir.

Grup oyun terapisinin, bireysel oyun terapisinden ayrıldığı en önemli nokta oyun odasındaki çoklu ilişki ağının birden fazla fayda sağlıyor olmasıdır. Bu noktada Reddy (2012) grup oyun müdahalelerinin; çocuğun temel yaşam becerilerini geliştirebilmesi için dinamik bir yaklaşım sunduğundan bahseder. Çünkü grup dinamiği, sosyal öğrenmeyi beraberinde getirirken; çocukların problem çözme becerilerini geliştirir, duygu paylaşımlarını cesaretlendirir, yaratıcılıklarını artırır, otantik ve spontane olmaları için destekler ve en önemlisi güvenli bir ortamda katarsisi deneyimlemelerine yardımcı olur. Reddy (2012) bu deneyimi çocukların eski ve yeni davranışları deneyebilecekleri, kendilerindeki ve diğer çocuklardaki duygu ve davranışları tanımlayabilecekleri ve ifadelerinin çevreyi ve diğerlerini nasıl etkilediğini öğrenebildikleri 'sosyal eğitim laboratuvarı' şeklinde tanımlamaktadır.

Grup oyun terapisi çeşitli kuramsal temellere entegre edilebilen bir müdahale aracı olarak kullanılır. Bu nedenle; terapistin rolü, oyun odasındaki oyuncular, seansların yapısı, süresi ve sıklığı ve grubun büyüklüğü gibi etkenler kuramsal yaklaşımlara ve grubun amacına göre değişkenlik gösterebilmektedir. Türkiye'de yapılan araştırmaların daha çok oyun temelli psikolojik danışma grupları ya da psikoeğitim müdahale programları

çerçevesinde şekillendiği ve dolayısıyla yapılandırılmış ve kısa süreli yaklaşımların benimsendiği dikkat çekmiştir. Buna rağmen araştırmalarda yaygın olarak çocuk merkezli grup oyun terapisinin temellerinin kullanıldığı da görülmüştür. Bunun nedeni; Türkiye’de daha çok tercih edilen yaklaşımın, ÇMOT yaklaşımı olması muhtemeldir (Türe ve Barut 2020). Bunun yanı sıra Dickinson (2021), yaptığı bir araştırmada grup oyun terapisinin daha fazla çocuğa ulaşabilmesine ve bireysel terapi hizmetlerine kıyasla daha uygun maliyetli olmasına dikkat çekmiştir. Bu durum, grup oyun terapisinin tercih edilirliliğini arttırsa da grup planlama sürecinin zaman alması, bireysel oyun terapisi kadar yaygın kullanılmamasının nedenlerinden biridir (Ray 2011). Grup oyun terapisinin yeterince yaygınlaşmamasının bir diğer nedeninin araştırmacılar ve uygulayıcılar tarafından, birden fazla çocuk için uygun bir uygulama alanı bulmanın ve materyal temin etmenin zorluğu olduğu da düşünülmektedir. Bu doğrultuda, Grup Theraplay uygulamaları gibi özel materyaller ve dekore edilmiş bir alan gerektirmeyen, düşük maliyetli ve sınıf ortamında uygulanabilen çalışmalar teşvik edilebilir (Sancak 2019). Bununla birlikte alanyazın incelendiğinde, yapılan çalışmalarda çevrimiçi grup oyun terapisi uygulamalarına da rastlanmıştır (Temel-Mert 2021). Çevrimiçi grup oyun terapisi uygulamalarının, uygulayıcılar için zaman ve mekan engelini ortadan kaldırabilecek bir seçenek olduğu ve özellikle hastalık ya da engel durumu nedeniyle fiziksel erişimi zor ya da mümkün olmayan dezavantajlı çocuklar için bu tarz uygulamaların yaygınlaştırılabileceği düşünülmektedir.

Grup oyun terapisiyle ilgili yapılan araştırmalara bakıldığında; Türkiye’deki araştırmaların yaş grubunun, genelde 8 yaş ve üzerine yoğunlaştığı görülmüştür. Uluslararası yapılan araştırmalarda ise bu yaş aralığı 4 ila 14 yaş arasında çeşitlilik göstermektedir. Bu durumun, Türkiye’deki araştırmaların daha çok okul ortamında gerçekleştiriliyor olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Bunun nedeni, okul ortamında örnekleme kolay ulaşılabilmekte ve okul çağındaki çocuklardan doğrudan veri toplanabilmektedir. Ancak okul öncesi yaş grubundaki verilerin ebeveyn beyanlarına dayanıyor oluşundan dolayı önyargı içerebilme olasılığına dikkat edilmesi gerekmektedir (Sancak 2019).

Uluslararası araştırmalardan farklı olarak; Türkiye’deki oyun gruplarının üye sayısının fazla olması da dikkat çeken bir başka konudur. Uluslararası çalışmalarda daha az sayıda grup üyeleriyle yapılandırılan gruplara rastlanmıştır. İleride yapılacak olan araştırmaların, ulusal alanyazındaki sınırlılıklar dikkate alınarak; 8 yaş ve altı yaş gruplarıyla, daha az sayıda grup üyesiyle ve yapılandırılmamış yaklaşımlar çerçevesinde planlanması önerilebilir. Alanyazında dikkat çeken bir diğer sınırlılık, seans sayılarının ortalama 8-10 arasında değiştiği dikkat çekmektedir ve bu doğrultuda daha uzun vadeli çalışmaların da alanyazına önemli bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ek olarak, farklı kuramsal yaklaşımları temel alan grup oyun terapilerinin etkililiğini inceleyen araştırmalar gerçekleştirilebilir.

Sonuç

Bu derleme çalışması, grup oyun terapisi ile ilgili mevcut alanyazını inceleyerek kapsamlı bir bakış açısı ve Türkiye’deki uygulama ve araştırmaların uluslararası alandan farklı yönlerini ortaya koymaktadır. Türkiye’de okul çağındaki çocuklarla yapılan grup oyun terapileri daha yaygınken, uluslararası araştırmalar farklı yaş gruplarını kapsayacak şekilde çeşitlenmiştir. Ayrıca, Türkiye’deki grup oyun terapisi uygulamalarının ağırlıklı olarak büyük gruplarla yapıldığı ve seansların kısa süreli olduğu görülmüştür. Bu bağlamda, gelecekte yapılacak araştırmalarda, daha küçük gruplarla, yapılandırılmamış yaklaşımlar çerçevesinde ve daha uzun süreli çalışmaların yapılması önerilmektedir. Ayrıca, farklı kuramsal yaklaşımları temel alan grup oyun terapilerinin etkililiğini inceleyen araştırmaların yapılması da faydalı olacaktır.

Grup oyun terapisi, daha fazla çocuğa ulaşabilme, daha uygun maliyetli olma ve etkililiği göz önünde bulundurularak özellikle okul ortamında yaygınlaştırılmalıdır. Bu terapi müdahalesi, koruyucu ve önleyici çocuk ruh sağlığı çalışmalarının bir parçası olarak etkili bir araç olabilir. Ayrıca, çevrimiçi grup oyun terapisi gibi yenilikçi yöntemlerin kullanılması, özellikle dezavantajlı gruplara daha fazla ulaşma potansiyeline sahiptir. Bu araştırmalar, grup oyun terapisinin Türkiye’deki etkililiğini daha iyi anlamamıza yardımcı olacak ve alanyazındaki boşlukları dolduracak önemli katkılar sağlayacaktır. Gelecekteki çalışmalarda bu alandaki bilimsel çeşitliliğin artırılması ve uygulayıcıların bu terapötik müdahaleyi kullanmaya teşvik edilmesi önemlidir.

Kaynaklar

Aichinger A (2017) Preparing for the group. In Group Therapy with Children (Eds A Aichinger, W Holl):7-14. Wiesbaden, Springer.

- Aronson S (2011) Group therapy with children. In *The Wiley-Blackwell Handbook of Group Psychotherapy* (Ed JL Kleinberg):583-661. Hoboken, NJ, Wiley.
- Aronson S (2016) Origins of group therapy with children and adolescents. In *Handbook of Child and Adolescent Group Therapy: A Practitioner's Reference* (Eds C Haen, S Aronson):1-6. New York, Routledge.
- Association for Play Therapy (2019) Play therapy definition. <https://www.a4pt.org/page/ClarifyingUseofPT> (Accessed 30.12.2023)
- Avan H, Koç ET, Vural B (2020) Çocukla terapötik iletişim ve oyun. *Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 1:62-69.
- Axline V (2022) *Oyun Terapisi* (Çeviri ed. M Baydoğan). Ankara, Panama Yayıncılık.
- Berg RC, Landreth GL, Fall KA (2006) *Group Counseling: Concepts and Procedures*, 4th ed. New York, Routledge.
- Brem H (2008) *Ein Vergleich von homogenen und heterogenen kinder-psychodrama therapie-gruppen* (Final dissertation). Stuttgart, Moreno Institut Stuttgart.
- Cheng YJ (2015) *Impact of child-centered group play therapy on social-emotional assets of kindergarten children* (Doctoral thesis). Denton, University of North Texas.
- Danger S, Landreth G (2005) Child-centered group play therapy with children with speech difficulties. *Int J Play Ther*, 14:81-102.
- DeLucia-Waack JL (2006) *Leading Psychoeducational Groups for Children and Adolescents*. Thousand Oaks, CA, Sage.
- Dickinson R (2021) *Group Adlerian play therapy for children with emotional and/or behavioral difficulties* (Doctoral thesis). Iowa City, University of Iowa.
- Eruyar S, Vostanis P (2020) Feasibility of group theraplay with refugee children in Turkey. *Couns Psychother Res*, 20:626-637.
- GINOTT HG (1961) *Group Psychotherapy with Children: The Theory and Practice of Play-Therapy*. New York, McGraw Hill.
- Homeyer LE ve Daniel SS (2001) Group play therapy. In *Modern Applications to Group Work*. (Eds K Fall, JE Levitov):95-114. New York, Nova Science.
- İşcan-Kuzucu B (2021) Suriyeli mülteci çocuklarda post travmatik stres bozukluğu için theraplay grup oyun terapisi etkinliğinin araştırılması (Yüksek lisans tezi). İstanbul, Üsküdar Üniversitesi.
- Jarareh J, Mohammadi A, Nader M, Moosavian SA (2016) The impact of group play therapy on creativity and control of aggression in preschool children. *Cogent Psychol*, 3:1264655.
- Johnson ML (1988) Use of play group therapy in promoting social skills. *Issues Ment Health Nurs*, 9:105-112.
- Kafaki HB, Akerdi EM, Rezaei A (2014). The effectiveness of gestalt group play therapy on improvement of behavioural problems in preschool children: In *Proceedings of SOCIOINT14-International Conference on Social Sciences and Humanities*, 8-10 September 2014 İstanbul, Turkey.
- Kiye S, Yalçın İ (2021) Oyun terapisi ve oyun terapisinin grupta kullanımı. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 51:287-303.
- Landreth GL (1987) Play therapy: facilitative use of child's play in elementary school counseling. *Elementary School Guidance & Counseling*, 21:253-261.
- Landreth GL (2012). *Play Therapy: The Art of Relationship*, 3rd ed. New York, Routledge.
- Landreth GL, Bratton S (1999) *Play Therapy*. Greensboro, NC, ERIC Digest.
- Landreth GL, Sweeney DS (1999) The freedom to be: Child-centered group play therapy. In *The Handbook of Group Play Therapy: How To Do It, How It Works, Whom It's Best For*. (Eds. DS Sweeney, LE Homeyer):39-86. San Francisco, CA, Jossey-Bass.
- Mallahi K (2019) Effectiveness of gestalt group play therapy to aggression and social skills children sexual abused in the child labor's group. *J Pediatr Nurs*, 6, 54-63.
- McGuire DE (2000) *Child-centered group play therapy with children experiencing adjustment difficulties* (Doctoral thesis). Denton, University of North Texas.
- Pamuk MMH (2022) Yönlendirici grup oyun terapisinin dikkat eksikliği ve sosyal duygusal beceri algısına etkisi (Yüksek lisans tezi). İstanbul, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi.
- Ray D (2011) *Advanced Play Therapy: Essential Conditions, Knowledge, and Skills for Childpractice*. New York, Taylor and Francis.
- Reddy LA (2012) *Group Play Interventions For Children: Strategies For Teaching Prosocial Skills*. Washington DC, American Psychological Association.
- Sancak S (2019) Grup theraplay metodunun sınıf ortamında uygulamasının okulöncesi çocukların sosyal becerileri ve problem davranışları üzerine etkisi (Yüksek Lisans Tezi). Ankara, Orta Doğu Teknik Üniversitesi.
- Schaefer CE (1993) What is play and why is it therapeutic?. In *The Therapeutic Powers of Play* (Ed. CE Schaefer):1- 15. New York, Jason Aronson.
- Sertelin-Mercan Ç (2022) Grup oyun terapisi. In *Oyun Terapisi Teori Teknik Ve Kültüre Has Vaka Örnekleri* (Ed. R Akay):261-280. İstanbul, Efe Akademi Yayınları.
- Söylemez A (2021) Bilişsel davranışçı oyun terapisi temelli psiko-eğitim programının çocuklarda şiddet içerikli dijital oyun bağımlılığı ve saldırganlık düzeylerine etkisi (Doktora tezi). Sakarya, Sakarya Üniversitesi.

- Su SH, Tsai MH (2016) Group play therapy with children of new immigrants in Taiwan who are exhibiting relationship difficulties. *Int J Play Ther*, 25:91-101.
- Sweeney DS, Homeyer LE (1999) Group play therapy. In *The Handbook of Group Play Therapy: How To Do It, How It Works, Whom It's Best For*, 1st ed. (Eds. DS Sweeney, LE Homeyer):3-14. San Fransisco, CA,, Jossey-Bass.
- Sweeney DS (2011) Group play therapy. In *The Foundation of Play Therapy*, 2nd ed. (Ed. CE Schaefer):227-253. Hoboken, NJ, Wiley.
- Sweeney DS, Baggerly J, Ray DC (2014) *Group Play Therapy: A Dynamic Approach*. New York, Routledge.
- Sweeney DS, Engblom-Deglmann M (2017) Group play therapy. In *Handbook of Child and Adolescent Group Therapy: A Practitioner's Reference* (Eds. C Haen, S Aronson). New York, Routledge.
- Sweeney DS (2017) Grup Oyun Terapisi: Oyun Terapisinin Temelleri(Çeviri ed. B Tortamış-Özkaya):227-250. Ankara, Nobel Yayıncılık.
- Teimourian S, Mirzaei H, Pishyare E, Hosseinzadeh S (2020) Effect of group play therapy on emotional/behavioral problems of children with attention deficit hyperactivity disorder aged 6-12 years: *Arch Rehabil*, 21:390-405.
- Temel-Mert Z (2021) Yapılandırılmış oyun terapisi ile verilen eğitimin tip 1 diabetes mellituslu çocukların metabolik kontrol, ruhsal uyum ve yaşam kalitesine etkisi (Doktora tezi). Kayseri, Erciyes Üniversitesi.
- Teke E (2019) Oyun terapisiyle bütünleştirilmiş grupla psikolojik danışmanın ilkökul öğrencilerinin sosyal kaygı düzeylerine etkisi (Yüksek lisans tezi). Konya, Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Türe E, Barut Y (2020) Türkiye'de yapılan oyun terapisi çalışmalarının incelenmesi. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 4:127-138.
- Yıldız C (2015) Oyun terapisiyle bütünleştirilmiş grup terapisinin çocukların utangaçlık düzeylerine etkisi (Yüksek lisans tezi). İstanbul, Beykent Üniversitesi.
- Zarra-Nezhad M, Pakdaman F, Moazami-Goodarzi A (2023) The effectiveness of child- centered group play therapy and narrative therapy on preschoolers' separation anxiety disorder and social-emotional behaviours. *Early Child Dev Care*, 193:841-853.

Yazarların Katkıları: Çalışmaya önemli bir bilimsel katkı sağlandığı ve makalenin hazırlanmasında veya gözden geçirilmesinde yardımcı olduğu tüm yazar(lar) tarafından beyan edilmiştir.

Danışman Değerlendirmesi: Dış bağımsız

Çıkar Çatışması: Çıkar çatışması bildirilmemiştir.

Finansal Destek: Bu çalışma için finansal destek alındığı beyan edilmemiştir.

Authors Contributions: The author(s) have declared that they have made a significant scientific contribution to the study and have assisted in the preparation or revision of the manuscript

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Conflict of Interest: No conflict of interest was declared.

Financial Disclosure: No financial support was declared for this study.