

T.C.
KIRIKKALE ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

PSİKOLOJİK DANIŞMAN ADAYLARININ BAZI DEĞİŞKENLERE
GÖRE DUYGUSAL VE PSİKOLOJİK DANIŞMA ÖZ YETERLİK
ALGILARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan
Mustafa KILIÇ

Danışman
Doç. Dr. Birol ALVER

Haziran-2019
KIRIKKALE

T.C.
KIRIKKALE ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

PSİKOLOJİK DANIŞMAN ADAYLARININ BAZI DEĞİŞKENLERE
GÖRE DUYGUSAL VE PSİKOLOJİK DANIŞMA ÖZ YETERLİK
ALGILARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan
Mustafa KILIÇ

Danışman
Doç. Dr. Birol ALVER

Haziran-2019
KIRIKKALE

KABUL VE ONAY

Doç. Dr. Birol Alver danışmanlığında Mustafa Kılıç tarafından hazırlanan “Psikolojik Danışman Adaylarının Bazı Değişkenlere Göre Duygusal ve Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Algıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı bu çalışma jürimiz tarafından Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim dalında Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

25/06/2019

(İmza)

[Unvanı, Adı ve Soyadı] (Başkan)

.....

[İmza]

[Unvanı, Adı ve Soyadı]

.....

[İmza]

[Unvanı, Adı ve Soyadı]

.....

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

.../.../20..

(Unvan, Adı Soyadı)

Enstitü Müdürü

KİŞİSEL KABUL

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum Psikolojik Danışman Adaylarının Bazı Değişkenlere Göre Duygusal ve Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Algıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi adlı çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve faydalandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak faydalanılmış olduğunu beyan ederim.

25/06/2019

Mustafa KILIÇ

ÖN SÖZ

Yüksek lisans tezi olarak hazırlanan bu araştırmada ele alınan konu başlığı, “Psikolojik Danışman Adaylarının Bazı Değişkenlere Göre Duygusal ve Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Algıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” dir. Psikolojik danışma süreci psikolojik danışman ve danışan arasında gerçekleşen bir profesyonel yardım hizmetidir. Danışanın yaşadığı sorunun kaynağı, alt yapısı veya sonrasında ki yaşadığı durumun temeli duygu olarak görülmüştür. Danışanın bu süreçte yaşadığı duygusal durum bozukluğunda ona yardımcı olabilmek için psikolojik danışmanın da duygusal olarak güçlü kalması gerektiği düşünülerek psikolojik danışman adayları üzerinde bir araştırma yapılmıştır. Psikolojik danışman adaylarının duygusal öz yeterlik algıları ile psikolojik danışma öz yeterlik algılarını arasındaki ilişkinin ve bazı değişkenler göre psikolojik danışma öz yeterlik algılarının incelendiği bu araştırma ile psikolojik danışmanlık mesleğine katkı sağlayabilmek ve aslında bizler tarafından göz ardı edildiği düşünülen duygu ve duygusallık boyutuna değinilmesi düşünülmüştür.

Eğitim hayatım boyunca akademik ve mesleki gelişimime katkıda bulunan çok kıymetli hocalarıma, tez çalışmam boyunca her türlü desteği ve akademik katkıyı sağlayan değerli danışmanım Doç. Dr. Birol Alver’e, çalışmalarım sırasında desteklerini esirgemeyen hocalarıma, dostlarıma ve aileme sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

ÖZET

Kılıç, Mustafa, “Psikolojik Danışman Adaylarının Bazı Değişkenlere Göre Duygusal ve Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Algıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, Yüksek Lisans Tezi, Kırıkkale, 2019.

Bu araştırma, psikolojik danışman adaylarının duygusal öz yeterlik algıları ile psikolojik danışma öz yeterlik algılarını arasındaki ilişkinin ve bazı değişkenlere göre psikolojik danışma öz yeterlik algılarının incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Bu amaçla, pratik sebeplerden Necmettin Erbakan Üniversitesi, Kırıkkale Üniversitesi ve Aksaray Üniversitesi'nin 2018-2019 eğitim-öğretim yılında Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık ana bilim dallarında öğrenim görmekte olan 3 ve 4. Sınıf öğrencileri arasından araştırmaya gönüllü olarak katılan 506 öğrenciye kişisel bilgi formu ve 2 adet ölçek uygulanmıştır. Bu ölçekler “Duygusal Öz-Yeterlik Ölçeği” ve “Psikolojik Danışma Öz-Yeterlik Ölçeği” dir. Elde edilen veriler SPSS 25.0 paket programı ile analiz edilmiş, ANOVA, bağımsız gruplar t-testi, tek yönlü varyans analiz, korelasyon ve çoklu regresyon analizleri kullanılmıştır.

Araştırma bulgularında psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz yeterliklerinin cinsiyet ile ilişkisine ait bulgularda keşif alt boyutu ile anlamlı ilişkiler bulunmuştur ve kadınlar erkeklere göre daha yüksek sonuç vermişlerdir. Diğer boyutlar ile cinsiyet arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır. Sınıf düzeyleri ile ilişkisine ait bulgularda yardım becerileri faktörünün keşif alt boyutu ile oturumu yönetme faktörü arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur ve 4. Sınıf düzeyi 3. Sınıf düzeyine göre daha yüksek sonuç vermiştir. Diğer boyutlar ile sınıf düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Algılanan anne, baba tutumları ve sosyoekonomik düzeyleri ile ise herhangi bir anlamlı farklılık bulunamamıştır.

Psikolojik danışman adaylarının duygusal öz yeterlikleri ve psikolojik danışma öz yeterlikleri arasındaki ilişkiler incelendiğinde tüm alt boyutlar arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur.

Duyguları düzenleme ve duyguları algılamanın keşif alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordayıp önemli bir etkisinin olduğu ve diğer boyutları ise anlamlı yordamadığı görülmüştür. Duyguları düzenleme yardım becerileri faktörünün içgörü ve eylem alt boyutunu ve psikolojik danışmada zorluklar faktörünün danışan problemleri alt

boyutunu anlamlı bir şekilde yordayıp düşük bir etkisinin olduğu ve diğer boyutları ise anlamlı yordamadığı görülmüştür. Oturumu yönetme faktöründe ise bütün duygusal öz yeterlik alt boyutları anlamlı bir şekilde yordayıp bu alt boyutların oturumu yönetme faktöründe önemli bir etkisi vardır. Duyguları düzenleme ve duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanmanın ilişkide çatışmalar alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordayıp düşük bir etkisinin olduğu ve diğer boyutları ise anlamlı yordamadığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik Danışman Adayları, Duygusal Öz-Yeterlik, Psikolojik Danışma Öz-Yeterlik



ABSTRACT

Kılıç, Mustafa 'Examination of the relationship between emotional and psychological counseling self-efficacy perceptions of psychological counseling candidates according to some variables' master thesis, Kırıkkale, 2019

This research was conducted for the purpose of examining the perceptions of psychological counseling self-sufficiency according to the relationship between the perceptions of emotional self-sufficiency and the perceptions of self-sufficiency of psychological counseling and some variables. For this purpose, for practical reasons Necmettin Erbakan University, Kırıkkale University and Aksaray University have been studying in guidance and psychological counseling in 2018-2019 academic year, a personal data form and 2 scales were applied to 506 students who voluntarily participated in the research among the 3 and 4 class students. These scales are "emotional self-efficacy scale" and "psychological counseling self-efficacy scale". Obtained data were analyzed with SPSS 25.0 package program. ANOVA, independent samples t-test, one way analysis of variance, correlation and multiple regression analyses were used.

Psychological counseling of psychological counseling candidates in the research findings revealed significant correlations with the sex-related findings and women had higher results than men. There were no significant correlations between other dimensions and gender. There was a meaningful relationship between the discovery Subdimension of the help skills factor and the factor of managing the session in the findings of the relationship with 3 and 4 class level. It has yielded higher results than class level. There was no significant correlation between other dimensions and class levels. There was no significant difference between the parents ' attitudes and socioeconomic levels.

The relationship between emotional self-efficacy and psychological counseling self-efficacy of psychological counseling candidates was examined and a positive relationship was found between all sub-dimensions.

It was observed that organizing emotions and perceiving emotions had a significant effect on the exploration sub-dimension and that it could not make any difference in other dimensions. It has been observed that the insight and action sub-dimension of

the help skills factor and the difficulties factor in psychological counseling have a significant impact on the client's problem sub-dimension and the other dimensions have a significant impact on the client's problem sub-dimension. Managing the session if a is a factor of all emotional self-sufficiency sub-dimensions in a meaningful way in a way I am these sub-dimensions of managing a session by a factor has a significant impact.

It has been observed that the use of emotions to organize and support emotions to think has a low impact on the lower dimension of conflicts in a meaningful way and that it can not make sense to other dimensions.

Key Words: Psychological Counselor Candidates, Emotional Self-Efficacy, Psychological Counseling Self-Efficacy

TABLULAR

Tablo 1. Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Öz-Yeterlikleri Puanlarının Cinsiyete Göre t-testi Sonuçları.....	28
Tablo 2. Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Öz-Yeterlikleri Puanlarının Sınıf Düzeyine Göre t-testi Sonuçları.....	29
Tablo 3. Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Öz-Yeterlikleri Puanlarının Sosyoekonomik Düzeyine Göre ANOVA Sonuçları	30
Tablo 4. Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Öz-Yeterlikleri Puanlarının Algılanan Anne Tutumlarına Göre ANOVA Sonuçları	31
Tablo 5. Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Öz-Yeterlikleri Puanlarının Algılanan Baba Tutumlarına Göre ANOVA Sonuçları.....	32
Tablo 6. Psikolojik Danışman Adaylarının Duygusal Öz-Yeterlikleri ve Psikolojik Danışma Öz-Yeterlikleri Arasındaki Korelasyonlar	33
Tablo 7. Psikolojik Danışman Adaylarının Duygusal Öz-Yeterliklerinin Psikolojik Danışma Öz-Yeterliğin Yardım Becerileri Faktörünün Keşif Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları	35
Tablo 8. Psikolojik Danışman Adaylarının Duygusal Öz-Yeterliklerinin Psikolojik Danışma Öz-Yeterliğin Yardım Becerileri Faktörünün İçgörü Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları	36
Tablo 9. Psikolojik Danışman Adaylarının Duygusal Öz-Yeterliklerinin Psikolojik Danışma Öz-Yeterliğin Yardım Becerileri Faktörünün Eylem Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları	37
Tablo 10. Psikolojik Danışman Adaylarının Duygusal Öz-Yeterliklerinin Psikolojik Danışma Öz-Yeterliğin Oturumu Yönetme Faktörünü Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....	38
Tablo 11. Psikolojik Danışman Adaylarının Duygusal Öz-Yeterliklerinin Psikolojik Danışma Öz-Yeterliğin Psikolojik Danışmada Zorluklar Faktörünün İlişkide Çatışmalar Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları	39
Tablo 12. Psikolojik Danışman Adaylarının Duygusal Öz-Yeterliklerinin Psikolojik Danışma Öz-Yeterliğin Psikolojik Danışmada Zorluklar Faktörünün Danışan Problemleri Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları	40

İÇİNDEKİLER

ÖN SÖZ.....	i
ÖZET.....	ii
ABSTRACT.....	iv
TABLolar.....	vi
İÇİNDEKİLER.....	vii

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

1.1. Psikolojik Danışma	6
1.1.1. Psikolojik Danışmanın Tarihsel Süreci.....	7
1.1.2. Psikolojik Danışmanın Kullanıldığı Alanlar.....	9
1.1.3. Psikolojik Danışmada Kullanılan Terapi ve Yaklaşımlar.....	10
1.1.3.1. Psikanalitik Yaklaşım	11
1.1.3.2. Adleryan Terapi	11
1.1.3.3. Birey Merkezli Danışma	12
1.1.3.4. Varoluşçu Yaklaşım.....	12
1.1.3.5. Gestalt Terapi.....	13
1.1.3.6. Akılcı Duygusal Terapi.....	13
1.1.3.7. Davranışçı Terapi.....	14
1.1.3.8. Bilişsel Terapi	14
1.1.3.9. Bilişsel Davranışçı Terapi.....	15
1.1.3.10. Gerçeklik Terapisi.....	15
1.1.3.11. Çok Kültürlü Psikolojik Danışma	16
1.2. Duygu.....	17
1.3. Öz-Yeterlik.....	18
1.3.1. Duygusal Öz-Yeterlik	19
1.3.2. Psikolojik Danışma Öz-Yeterliği	21

1.4. Araştırmanın Amacı	22
1.5. Araştırmanın Konusu	23
1.6. Varsayımlar	23
1.7. Sınırlılıklar	24
1.8. Tanımlar	24

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. Araştırma Modeli	25
2.2. Katılımcılar	25
2.3. Veri Toplama Araçları	26
2.3.1. Kişisel Bilgi Formu	26
2.3.2. Duygusal Öz-Yeterlik Ölçeği	26
2.3.3. Psikolojik Danışma Öz-Yeterlik Ölçeği	26
2.4. Verilerin Analizi	27

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

3.1. Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Öz-Yeterlikleri ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular	28
3.1.1. Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Öz-Yeterliklerinin Cinsiyet ile İlişkisine Ait Bulgular	28
3.1.2. Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Öz-Yeterliklerinin Sınıf Düzeyleri ile İlişkisine Ait Bulgular	29
3.1.3. Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Öz-Yeterliklerinin Sosyoekonomik Düzeyi ile İlişkisine Ait Bulgular	30
3.1.4. Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Öz-Yeterliklerinin Algılanan Anne Baba Tutumları ile İlişkisine Ait Bulgular	31
3.1.4.1. Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Öz-Yeterliklerinin Algılanan Anne Tutumları ile İlişkisine Ait Bulgular	31

3.1.4.2. Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Öz-Yeterliklerinin Algılanan Baba Tutumları ile İlişkisine Ait Bulgular	32
3.2. Psikolojik Danışman Adaylarının Duygusal Öz-Yeterlikleri ve Psikolojik Danışma Öz-Yeterlikleri Arasındaki İlişkiler	33
3.3. Psikolojik Danışman Adaylarının Duygusal Öz-Yeterliklerinin Psikolojik Danışma Öz-Yeterliklerini Yordamadaki Rolüne İlişkin Bulgular	34

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

TARTIŞMA

4.1. Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Öz-Yeterlikleri ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması	41
4.2. Psikolojik Danışman Adaylarının Duygusal Öz-Yeterlikleri ve Psikolojik Danışma Öz-Yeterlikleri Arasındaki İlişkilere Ait Bulguların Tartışılması	43
4.3. Psikolojik Danışman Adaylarının Duygusal Öz-Yeterliklerinin Psikolojik Danışma Öz-Yeterliklerini Yordamadaki Rolüne İlişkin Bulguların Tartışılması	44

SONUÇ VE ÖNERİLER	47
-------------------------	----

Sonuç	47
-------------	----

Öneriler	48
----------------	----

KAYNAKÇA	51
----------------	----

EKLER	60
-------------	----

EK-1: Katılım Öncesi Bilgilendirilmiş Gönüllü Formu	61
---	----

EK-2: Kişisel Bilgi Formu	64
---------------------------------	----

EK-3: Duygusal Öz-Yeterlik Ölçeği	65
---	----

EK-4: Psikolojik Danışma Öz-Yeterlik Ölçeği (PDÖYÖ)	66
---	----

EK-5: Etik Kurul Onay Formu	68
-----------------------------------	----

EK-6: Psikolojik Danışma Öz-Yeterlik Ölçeği Kullanım İzni	69
---	----

EK-7: Duygusal Öz-Yeterlik Ölçeği Kullanım İzni	70
---	----

EK-8: Özgeçmiş	71
----------------------	----

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

İnsan biyolojik, psikolojik ve sosyal varlıktır (Santrock, 2012). Biyolojik olarak anne karnından ölüme kadar gelişme ve değişme sürecindedir. İnsan doğduğu andan itibaren yürüyemez, konuşamaz. Bu hareketleri yerine getirebilmesi için öncelikle o hareketlerin gerektirdiği olgunlaşmayı gerçekleştirmesi gerekmektedir. Biyolojik gelişim, anormal bir durum olmadığında dışarıdan aksi yönde müdahale edilmediğinde gelişim seyrini takip edip süreci tamamlayacaktır. İnsanın boyu, kilosu, organların gelişimi, hormon düzeyleri vb. biyolojik etmenler genetik faktörlerden etkilendiği gibi dışarıdan müdahalelere de maruz kalabilmektedir. Olumlu veya olumsuz müdahale yapılmadığında biyolojik gelişim kendiliğinden de devam edecektir. İnsan sağlığının büyük kısmını biyolojik, fizyolojik sağlık oluşturmaktadır. Bazen biyolojik faktörlerden kaynaklı bireyde ruhsal sorunlar oluşabilmektedir.

İnsan psikolojik bir varlıktır ve bu yönüyle diğer canlılardan ayrılır. Hayat akışını bozan biyolojik sorunlar olabileceği gibi biyolojik sorun olmadan bile birçok insan yaşadığı psikolojik sorunlardan dolayı hayat akışını bozabilmektedir veya insanın hayat akışı bozulabilmektedir. İnsan psikolojisinin hazinesi beyin organı denilebilir. Eğer, beyinde biyolojik, fizyolojik ve tıbbi bir sorun yoksa insanın hayatında yaşadığı sorunların büyük bir kısmı psikolojik etmenlerden oluşmaktadır. Bu psikolojik etmenler ise beyinde oluşur. Bilişsel, duygusal ve davranışsal sorunlar beyin ile bağlantılıdır. Beyin de oluşabilecek hasar insanın yaşamını olumsuz etkilemektedir (Carlson, 2011). Beyin hasarı olmamasına rağmen bireyin yaşadığı bilişsel, duygusal vb. sorunlar bireyin yaşam kalitesini de düşürmektedir.

İnsan aynı zamanda sosyal bir varlıktır (Kızıloluk, 2013). Sosyal çevresi olan sosyal ilişkiler yürüten bir canlıdır. Sosyal ilişkiler, aktiviteler bireye kendisini huzurlu, mutlu ve sakin hissettirebileceği gibi kurulan sosyal ilişkilerde insan ile olduğu için karşı taraftan veya kendisinden kaynaklı sosyal ilişkilerde de zaman zaman sorunlar yaşayabilmektedir. Bu sorunların ana kaynağı duygusal sorunlar olacaktır. Sosyal hayatındaki kişiler ile yaşadığı olumsuz durumlar bireyi duygusal olarak etkilemekte ve bu da bireyin yaşamına yansımaktadır. Hayatında kendini huzursuz etmesine sebep olan duygusal sorunlar ile mücadele etmek zorundadır.

İnsan hayatında yaşadığı psikolojik sorunların kaynağı maddiyat, maneviyat, sosyal ilişkiler, aile ilişkileri, romantik ilişkiler, iş hayatında yaşanan sorunlar, başkaları tarafından etki altında kalma, kendi kendini düşünceler ile olumsuz etki altında bırakma, değer, kültür gibi birçok etmen sayılabilir. Psikolojik sorunlara sebep olan en büyük etmenlerden birisi de yaşanan duygusal sorunlardır.

Önceki dönemlerde olduğu gibi günümüzde de insanlar çok fazla psikolojik sorunlar yaşayabilmektedir. Yaşadığı bu psikolojik sorunları atlatabilmek için bilinçli veya bilinçsiz çaba içerisine girmektedir. Bu sorunları bazen kendi kendine çözebildiği gibi bazen de bu sorunların üstesinden gelememektedir ve bunun için dışarıdan yardım isteğinde bulunmaktadır. Yakın zamana kadar bu yardım psikolojik destek denilen yardım ile sağlanmıştır. Bireye psikolojik destek veren kişiler genellikle aile, arkadaş, model aldığı kişi, toplumun önde gelen kişileri vb. olabilmektedir. Psikolojik destek yüzeysel, uzmanlık gerektirmeyen, kuramsal temeli olmayan spontane gelişen bir süreçtir ve genellikle psikolojik destek veren kişinin yaşantısına, deneyimlerine dayalı olarak bireyin yaşadığı sorunu yorumlaması ve akıl vermesi şeklinde gerçekleşir. Psikolojik destek bireyi bir süreliğine rahatlatılabildiği gibi bireyin sorununa da çözüm getirememektedir.

Günümüzde ise psikolojik destek yerini bilimsel temellere dayanan ve uzmanlar eşliğinde sunulan profesyonel bir psikolojik yardıma dönüşmüştür (Gladding, 2013). Psikolojik yardımı psikiyatristler, psikologlar ve psikolojik danışmanlar uzmanlıklarına göre bireye sunmaktadır. Günümüz insanı psikolojik sorunların daha fazla bilincinde ve nereden nasıl yardım alması gerektiğinin farkındadır. Bu durum da psikolojik yardım sunacak uzmanların daha profesyonel gelişim kaydetmesine sebep olmaktadır. Profesyonel anlamda destek veren uzmanlık alanları ilerleyen dönemlerde daha fazla dallara ayrılması ve sorun alanlarına göre bölünmesi faydalı olacaktır.

Psikolojik sorunların büyük kısmı duygusal sorunlardan oluşmaktadır. Örneğin; bireyin sevdiği kişiyi kaybetmesi, romantik ilişkinin son bulması, sevdiği hayvanını kaybetmesi, değer verdiği kişinin yaşadığı bunalımı içselleştirmesi vb. gibi yaşadığı sorunlar bireyi duygusal olarak huzursuz etmekte ve bunun üstesinden gelmesi gerekmektedir. Bu psikolojik destek ile sağlanabilecek durum değildir. Bu sorunlar ile mücadele etmesi için profesyonel yardım şeklinde uzmanlar tarafından destek alması gerekmektedir. Bu uzmanlardan birisi de psikolojik danışmandır.

Psikolojik danışma günümüzde çok dikkat çeken bir kavramdır. Psikolojik danışmanın önemi toplumun büyük kesimi tarafından kabul edilmektedir. Amerikan Psikolojik Danışma Derneği (ACA) tarafından 1997’de kabul edilen profesyonel psikolojik danışma tanımı şöyledir: “Ruh sağlığı, psikoloji ve gelişim ilkelerinin; bilişsel, duyuşsal, davranışsal ve etkileşimsel müdahale stratejileri aracılığıyla, bireyin iyi oluşu, kişisel ve meslek gelişimi ile patoloji konularını ele alacak şekilde uygulanması”dır (Hackney ve Cormier, 2008: 3). Psikolojik danışma kısaca bireyin kendini gerçekleştirme yolunda uzmanlar tarafından kendisine sunulan profesyonel yardım hizmetidir. Psikolojik danışmayı sunan kişiye psikolojik danışman bu hizmeti alan kişiye ise danışan denir. Psikolojik danışmayı sunan eğitimini almış ve alanında uzman olan kişiye psikolojik danışman denir. Türkiye’de üniversitelerin Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bölümünü başarıyla tamamlayan ve psikolojik danışma alanında kendini sürekli yenileyen ve geliştiren kişilere psikolojik danışman denir.

İnsanlar, çok önceden beridir birbirlerine psikolojik destek sağlıyorlar idi. Fakat profesyonel anlamda ve meslek olarak psikolojik desteği psikolojik danışma ile almaya başladılar. Psikolojik danışma ilaç tedavisi gerektirmeyen sorunların ele alındığı ve duygusal yönü ağır basan konuların ele alındığı bir süreçtir. Danışanın yaşadığı sorunların ana noktasında ya duygusal boyut vardır ya da olaylardan sonraki süreçte duygusal boyutu vardır.

Psikolojik danışma ihtiyacı duyan danışanın yaşadığı sorunu duygusal boyutlara dayanmaktadır (Işık Terzi ve Ergüner Tekinalp, 2013). Bilişsel veya davranışsal olarak sorun yaşayan danışanlar ise bu sorunlarından dolayı duygusal bunalıma girmektedirler (Dryden, 2012). Duygu odaklı terapi ve akılcı duygusal terapiden yola çıkarak duygusal anlamda eksikliği olan ve bu eksikliği tamamlamak isteyen danışana yardım verebilmek için psikolojik danışmanında duygusal olarak hazır ve güçlü olması gerektiği düşünülmektedir. Psikolojik danışmanın duygusal öz yeterlik düzeyinin yüksek olması sunacağı psikolojik danışma hizmetinin daha verimli olmasını sağlayacağı düşünülmektedir. Bu araştırmada psikolojik danışman adaylarının duygusal öz yeterlik düzeylerinin belirlenmesi amaçlardan biridir.

Psikolojik danışma süreci psikolojik danışman ve danışan arasında gerçekleştirilen bir süreçtir (Murdock, 2014). Psikolojik danışmanın psikolojik danışma sürecini yürütmesi ve sonlandırabilmesi için de psikolojik danışma öz yeterliğine ihtiyacı

vardır. Çünkü psikolojik danışmanın üstesinden gelebilmesi ve kendi kendine yetebilmesi gereken bir durumdur. Psikolojik danışma öz yeterliği, “bireyin yakın gelecekte danışanlarına etkili bir psikolojik danışma yardımı sunabilme yeteneğine yönelik inanç ve yargılarıdır” (Larson, 1998; Akt. Pamukçu ve Demir, 2013: 213). Psikolojik danışma öz yeterliği, “psikolojik danışman becerileri ve psikolojik danışma alanına yönelik bilgiler doğrultusunda oluşur” (Demirel, 2013: 26). Öz yeterlik düzeyi yüksek olan bireyin kendine olan güveni de artacaktır. Tam tersi düşünüldüğünde de öz yeterlik düzeyi düşük olan bireyin kendine olan güveni azalacaktır. Bu durumdan yola çıkarak psikolojik danışma öz yeterliği yüksek olan psikolojik danışmanın kendine olan güveni de artacağı ve psikolojik danışma sürecini yürütebilmesi ve sonlandırabilmesi daha kolay olacağı düşünülmektedir. Aksi durumda psikolojik danışman süreç içinde stres ve yoğun kaygı yaşayacak bu durum da psikolojik danışma sürecini olumsuz etkileyecektir. Bu araştırmada psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz yeterlik düzeylerinin belirlenmesi diğer amaçlardan birisidir.

Psikolojik danışma duygusal yönü ağır basan bir süreçtir. Psikolojik danışmaya başvuran danışanın sorunlarının temel kaynağı duygusal yönü ağır basan konulardır. Psikolojik danışma sürecinde danışana yardımcı olacak psikolojik danışmanın ise danışanın duygusal eksikliğini giderebilmesi veya ona daha iyi yardımcı olabilmesi için duygusal olarak kendisinin de yeterli olması gerekmektedir. Bandura’ ya göre (2003) yüksek duygusal öz yeterlik empati ile bağlantılı olarak diğerlerinin duygusal yaşantılarına dahil olmayı kolaylaştırır (Akgün, 2015: 36). Kendisini duygusal yönden değerlendirebilen ve duygusal mesajları anlayıp yerinde kullanabilen psikolojik danışmanlar danışanın dünyasına inebilmeyi başaracağı ve böylelikle danışana sorunlarını çözmede daha iyi yardım sağlayabileceği düşünülmektedir.

Öz yeterlik Bandura’ nın “Sosyal Öğrenme Kuramı” na dayanmaktadır. Öz yeterlik ile ilgili çeşitli kavramlar ile karşılaşılmaktadır. Bu kavramların ifade edilmiş biçimleri farklı olsa da vermek istedikleri mesajlar aynıdır. Kavramların ifade edilmişlerini ele alacak olursak öz yeterlik; bireyin farklı durumlarla baş etme belli bir etkinliği başarma yeteneğine, kapasitesine ilişkin kendini algılayış biçimidir, kendisine olan yargısıdır (Senemoğlu, 2018). Öz yeterlik, bireyin bir işi gerçekleştirebilme, başarabilme yeteneği konusundaki yargılarıdır (Zimmerman, 1995; Akt. Akkoyunlu ve Orhan, 2003: 86). “Öz yeterlik, bireylerin olası durumlar ile başa çıkabilmek için gerekli olan eylemleri ne kadar iyi yapabildiklerine ilişkin yargılarıyla ilgilidir” (Morgil, Seçken,

ve Yücel, 2004: 63). Öz yeterlik, bireyin belirli bir performans düzeyini başarma kapasitesine ilişkin yargısıdır (Bandura, 1982; Akt. Gözüm ve Aksayan, 1999: 22). Öz yeterlik, bireyin yaşamına etki eden olaylarda performanslarını ortaya koyma kapasiteleri hakkındaki inançlarıdır ve bu inançlar, bireyin nasıl hissettiğini, düşündüğünü, davrandığını ve güdülendiğini de belirler (Bandura, 1994). Öz yeterlik düzeyi yüksek olan bireylerin istenilen davranışı gerçekleştirme konusunda başarı olma ihtimali yüksektir (Dönmez, 2010). Öz-yeterlik inancı, bireyin herhangi bir görevi nasıl daha iyi yapabileceğini ya da organize edebileceğini ilişkin olarak algısıdır (Bandura, 1983). Öz yeterlik inancının yüksek olması bireyin bir iş hakkında zor ve gerekli görevleri yerine getirmede becerilerine göre daha fazla çaba harcama davranışını göstermesini sağlar (Alemdağ, 2013). Öz yeterlik, duyguların hem yoğunluğunu hem de tipini etkiler (Ceylan, 2013). Literatürde öz yeterlik ile ilgili çok fazla kavram ile karşılaşılmaktadır. Kısaca öz yeterlik bireyin kendi kendine yetebilmesidir.

Bu araştırma ile duygusal ve psikolojik danışma öz yeterlikleri üzerinde durulacaktır. Psikolojik danışmanın duygusal öz yeterliğin yüksek olması psikolojik danışma öz yeterliğini etkileyeceği düşünülmektedir. Bu iki kavram arasındaki ilişki bu çalışmada ele alınacak konulardan birisidir. Ayrıca psikolojik danışman adaylarının cinsiyetlerine, sınıf düzeylerine, algılanan anne tutumlarına, algılanan baba tutumlarına ve algıladıkları sosyo-ekonomik düzeylerine göre, duygusal ve psikolojik danışma öz yeterlik algılarına ait puan ortalamaları arasında anlamlı farklılaşmanın olup olmadığı bu çalışmada ele alınacak konulardandır.

Ülkemizde psikolojik danışman yetiştiren kurumlar, üniversitelerin Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık ana bilim dallarıdır. Literatür taraması yapıldığında psikolojik danışman adaylarının bazı demografik değişkenlere göre duygusal ve psikolojik danışma öz yeterlik algıları arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik bir çalışma görülmektedir. Bu çalışmada psikolojik danışman adaylarının bazı demografik değişkenler ile duygusal öz yeterlik ve psikolojik danışma öz yeterlik algıları arasındaki ilişki incelenerek psikolojik danışman eğitimlerinde duygusal öz yeterlik ile ilgili eğitimler verilebilir mi psikolojik danışman olmak için bu kriterlere uyulmalı mı gibi çalışmalara ışık tutması hedeflenmektedir.

1.1. Psikolojik Danışma

Psikolojik danışma bir değişim, önleme ya da yaşamın daha yaşanılır kılınması, yaşamı zenginleştirme aracı olarak görülebilir (Hackney ve Cormier, 2008: 4). Son yıllarda, psikolojik danışma, benlik saygısı, utangaçlık, kişisel gelişim, aile ve çift ilişkileri, cinsel kimlik, cinsel istismar, kültürlerarası iletişim, madde bağımlılığı, yeme bozuklukları, depresyon, kaygı ve intihar düşüncesi gibi çeşitli endişeleri ele almak üzere genişlemiştir (Hays, 2012). Gladding (2013) psikolojik danışmayı şu şekilde tanıtır:

- Psikolojik danışma iyilik hali, kişisel, mesleki ve patolojik konularla ilgilenir.
- Psikolojik danışma, iyi işlev gördüğü kabul edilen kişilerle ve daha ciddi sorunları olan kişilerle yapılır.
- Psikolojik danışma, kuram temellidir.
- Psikolojik danışma, gelişimsel veya müdahale olabilen bir süreçtir.

Kısaca; psikolojik danışma, bireye kendini gerçekleştirme yolunda uzmanlar tarafından sunulan profesyonel yardım sürecidir. Bu profesyonel desteği sunan uzman kişiye psikolojik danışman denir. Bu profesyonel desteği alan kişiye ise danışan denmektedir. Psikolojik danışman ve danışanın birlikte yürüttüğü bu sürece ise psikolojik danışma denir.

“Psikolojik danışmanlar, insanların kişisel eğitim ve kariyerle ilgili sorunlarına geniş bir yelpazede yardım ederler” (Heppner, Wampold, ve Kivlighan, 2008: 3). “Psikolojik danışma yardımına başvuran her danışanın yapmak durumunda olduğu seçimler, vermek durumunda olduğu kararlar vardır” (Alver, 2003: 86). Psikolojik danışmanlar danışanlara etkin bir şekilde yardımcı olabilmek için çok kültürlü danışma farkındalığı, bilgisi ve becerisine sahip olmalıdır (Sue ve Sue, 2012). Psikolojik danışmanın ise bu süreçte danışanın yararına olacak şekilde danışanın kendi sorununu çözmesine yardım etme görevi vardır. Bu görevde psikolojik danışmanın başarılı olabilmesinde yetkinlik büyük önem arz etmektedir. Çeşitli kuram ve teknikler hakkında psikolojik danışmanın bilgi düzeyini artırması psikolojik danışma sürecinde vereceği verimi artırabilmektedir. Bu tekniklerin yanlış ve uygunsuz kullanımı ise danışan adına tehlikeli durumlar oluşturabilmektedir ve bu durum danışanın zararına olmaktadır. Bu sebepten dolayı kuramlar hakkında bilgi ve deneyim olarak psikolojik danışman kendisini sürekli güncel ve gelişime açık bir şekilde tutması gerekmektedir.

1.1.1. Psikolojik Danışmanın Tarihsel Süreci

Psikolojik danışma uzun bir geçmişe sahiptir. Psikolojik danışma tarihsel sürecinde 1900 yılı ve öncesine dayanır. Bu yıllarda psikolojik danışma ilk başından beri disiplinler arasıdır. Psikolojik danışmanın rolleri diğer mesleklerdeki kişiler tarafından şekillendirilmiştir. Psikolojik danışma bilgi verme ve tavsiye şeklindedir. Endüstri devriminin etkisiyle hayatı olumsuz etkilenen bireylerin hayatını iyileştirmek için psikolojik danışma insani bir kaygı dışında gelişti (Aubrey, 1983; Akt. Gladding, 2013: 8).

Psikolojik danışmadaki öncü kişiler kendilerini öğretmen ve sosyal reformcu olarak tanımlamışlardır. Bu kişiler destek isteyen kişilere kendileri, diğerleri ve iş dünyası hakkında bilgiler vermişlerdir. “1931 yılında kadar profesyonel literatürde psikolojik danışmadan hiç bahsedilmedi” (Aubrey, 1983; Akt. Gladding, 2013: 8).

Psikolojik danışma 1900’lerin başında yeni doğan bir meslektir. Frank Parsons, Jesse B. Davis ve Clifford Beers psikolojik danışmanın gelişmesinde liderlik görevini üstlenmişlerdir. Frank Parsons mesleki rehberliğin kurumsallaşmasında önemli adımlar atmıştır. Kurmuş olduğu Boston Meslek Bürosunda meslek konusunda karar verme sürecinde insanlara yardımlar yapmıştır. Bireylere kendileri ve iş dünyası hakkında daha fazla bilgi edinmeleri için işlemler uygulamıştır. Jesse B. Davis, devlet okullarında sistematik hale getirilmiş rehberlik programını kuran ilk kişidir (Aubrey, 1977; Brewer, 1942; Akt. Gladding, 2013: 9).

Birinci Dünya Savaşı psikolojik danışmanın gelişmesinde etkili olmuş, orduya asker alınırken zekâ testlerinden faydalanılmış, ordunun önemli yerlerine zekâ testi sonuçlarına göre askerler yerleştirilmiş olup ayrıca, savaş gazileri de psikolojik danışmadan destek almışlardır (Gladding, 2013).

Psikolojik danışmanın ilk kuramı Minnesota Üniversitesi’nde E. G. Williamson ve John Darley ve Donald Paterson’un dahil olduğu meslektaşların birlikteliği ile geliştirildi. Bu dönemde psikolojik danışma “bireysel olarak özel, her bir danışanın üretici olmayan düşünce/davranışını durdurmakta ve etkili karar veren kişiler haline gelmelerinde onlara yardımcı olan bilimsel, problem çözme ve ampirik yöntemlere dayalı olarak yapıldı” (Lynch ve Maki, 1981; Akt. Gladding, 2013: 11). Psikolojik danışmanın görevi, danışanın bilgi ya da beceri eksikliklerini tespit etmek ve sonra

sorunu düzeltmek için bir reçete yardımı ile danışana yardımcı olmaktır. Psikolojik danışma 1930'lu yıllarda mesleki kaygıların ötesinde genişletilmiştir.

1940'lı yıllarda Carl Rogers'ın Kuramı, İkinci Dünya Savaşı ve savaştan sonra psikolojik danışma hizmetleri etkili olmuştur. "Rogers, danışanların önemini, yönlendirici olmayan yaklaşımın psikolojik danışmada benimsenmesini vurguladı" (Gladding, 2013: 12). Rogers, danışanlara sorumluluklarını kendilerine verdi ve danışanlar eğer kabul edilip dinlenmesi için fırsat verilirse, danışanların kendilerini daha iyi anlamalarına ve daha özgün olmalarına imkân sağlanmış olacağını düşünmüştür. İkinci Dünya Savaşı ile ABD askeriyeye uzman seçerken psikolojik danışman ve psikologlardan yardım almıştır. Erkekler savaşta olduğu için kadınlar çalışmak zorunda kaldı. Böylece kadınlara da mesleki yönlendirmeler yapıldı. Mesleki cinsiyet rolleri ve kişisel özgürlükler bu yıllarda daha fazla vurgulandı.

1960'lı yıllarda psikolojik danışmaya gelişimsel bir meslek olarak bakılmıştır. Dugald Arbuckle, Abraham Maslow ve Sidney Jourard hümanist psikolojik danışma kuramı ortaya attılar. Psikolojik danışmadaki vurgu bire bir etkileşimden küçük grup etkileşimlerine kaymıştır. 1963'te ABD' de Toplum Ruh Sağlığı Merkezleri Yasası çıkmasıyla farklı alanlarda psikolojik danışma hizmetleri vermeye başlandı (evlilik, boşanma, alkol bağımlılığı gibi). Bu dönemde psikolojik danışmanlar için yasal etik kurallar yayımlandı.

Psikolojik danışma ortamında çeşitlilikler ortaya çıkmıştır. Kadınlar, azınlıklar ve engelliler ile çalışmak gibi farklılıkla ilgili olan yeni girişimlere başlanmıştır. Farklı boyuttan rollerden bağımsız olarak işlev görebilen Toplum Psikolojik Danışmanı terimi 1970'li yıllarda ortaya atılmıştır. İlişkiler ve iletişim becerilerine yoğunlaşan yardım etme becerileri programlarının gelişmesi bu yıllarda hızlanmıştır.

Psikolojik danışma eğitimi ve sertifikasyonu 1980'li yıllarda başlamış ve güçlenmiştir. Ulusal Sertifikalandırılmış Psikolojik Danışman (NCC) olmak için, sınava girenlerin standartlaştırılmış testten geçmeleri ve belli yaşantısal kriterleri karşılaması gerekmektedir (Gladding, 2013: 19). Bu yıllarda psikolojik danışmanlar daha çeşitli hale gelmişlerdir. Psikolojik danışmanlar okul psikolojik danışmanları ve ruh sağlığı psikolojik danışmanları olarak çeşitlenmiştir. Bunlarda kendi içlerinde dallanmıştır. Okul psikolojik danışmanları ilk, orta ve yüksek öğrenim okul psikolojik danışmanlığı; ruh sağlığı psikolojik danışmanları işletme çalışanları, yaşlılar, evli kişiler ve aileler

gibi dallara ayrılmışlardır. Bu dönemde insan gelişimine yapılan vurgular artmıştır. Çok kültürlü psikolojik danışma önem kazanmaya başlamıştır.

1992'de Amerikan Psikolojik Danışma Derneği (ACA) kurulmuştur. Psikolojik danışma Ruh Sağlığı Hizmetleri Merkezi ve Ruh Sağlığı Ulusal Enstitüsü tarafından ruh sağlığı mesleği olarak kabul edildi. Çok kültürlü psikolojik danışma yeterlikleri ve standartları Sue, Arredondo ve McDavis tarafından aynı yıl belirlenmiştir.

Psikolojik danışmanın tarihçesi incelediğinde zorlu süreçlerden geçtiği görülmektedir. Psikolojik danışma daha çok batı kökenli etkilere sahiptir ve bu durum pek çok gelişmekte olan ülkede kuram, model gibi yerli psikolojinin gelişmesini engellemiştir (Pedersen, Crethar, ve Carlson, 2008).

1.1.2. Psikolojik Danışmanın Kullanıldığı Alanlar

Psikolojik danışma, bireyin ruhsal olarak sorun yaşadığı olaylarda devreye girebilir. Aslında, insanın olduğu her alanda psikolojik danışma var denilebilir. Çünkü insan her an her yerde psikolojik olarak herhangi bir ruhsal sorun yaşayabilir. Bu durumda profesyonel anlamda bir uzmandan destek talebinde bulunabilir. Okullarda psikolojik danışman ve rehber öğretmen olarak birçok uzman görev almaktadır. Millî Eğitim Bakanlığı Rehberlik Hizmetleri Yönetmeliği' nde (2017) okul rehber öğretmenin görevlerinden bazıları şöyledir:

- a. Öğrencilerin eğitsel, mesleki ve kişisel/sosyal gelişimlerini sağlamak amacıyla bireysel rehberlik ve grup rehberliği hizmetlerini yürütür.
- b. Rehberlik hizmetleri çerçevesinde yapılan çalışmalarını raporlaştırır ve ilgililerle paylaşır.
- c. Bireylere ilişkin hizmetin gerektirdiği özel ve gizlilik içeren bilgileri, mevzuat ile yetkili kılınan makamlar dışında öğrencinin ve velisinin izni olmadan kimseye paylaşmaz.
- d. Eğitsel değerlendirme ve tanılamada özel eğitim değerlendirme kuruluna üye olarak katılır.
- e. Özel eğitim ihtiyacı olan öğrencilerin eğitim ihtiyaçlarının karşılanması amacıyla bireyselleştirilmiş eğitim programı geliştirme ekibinde rehberlik hizmetlerini yürütmek üzere görev alır.
- f. Özel eğitim ihtiyacı olan öğrenciler ve ailelerine yönelik eğitim hizmetlerinin yürütülmesinde ilgili kişi, kurum ve kuruluşlarla iş birliği yapar.

- g. Destek eğitim odasında eğitim alan kaynaştırma öğrencilerinin gelişimini takip eder. Öğretmenlere bu konuda rehberlik eder.
- h. Öğrencinin ilgi, yetenek, değer, çevre koşulları ve kişilik özelliklerini de dikkate alarak alan, dal ve ders seçimi yapmasına, sosyal kulüplere yönelmesine destek olur. Üst eğitim kurumlarına ve programlarına ilişkin gerekli bilgileri verir.
- i. Aile rehberliği hizmetlerini yürütür.
- j. Öğrencinin kişisel özelliklerini, eğitsel ve mesleki ihtiyaçlarını değerlendirmek amacıyla ihtiyaç duyulan ölçme aracını uygular; değerlendirmelerini raporlaştırarak ilgililerle paylaşır.
- k. Psikolojik ölçme araçlarını uygularken, ölçme aracının uygulama yönergesinde belirtilen kurallara, bilimsel ve etik ilkelere uygun davranır.

Gibi birçok görev tanımı yapılmıştır. Psikolojik danışmanlar okullarda rehber öğretmen olarak görev almaktadırlar. Aynı zamanda Milli Eğitim Müdürlüklerine bağlı Rehberlik Araştırma Merkezlerinde, özel öğretim kurslarında, rehabilitasyon merkezlerinde vb. eğitimi kapsayan bütün kurumlarda psikolojik danışman ve rehber öğretmen unvanı ile görev alabilmektedir.

İş hayatında da eğitim hayatında olduğu gibi birey psikolojik destek ihtiyacı hissetmektedir. Psikolojik işlev bozukluğu iş hayatında bireyin çalışabilme yeteneğini bozabilir (Lowman, 1993). Bireyin iş hayatındaki performansını artırmak, huzurlu ve mutlu bir iş yaşantısı sürmesi için yaşamış olduğu bu psikolojik bozuklukları gidermek adına psikolojik danışma desteği verilebilir. Bu destek ile birey sorunlarını çözebilecek ve iş performansını artırabilecektir.

Sağlık sektöründe hastanelerde, kliniklerde, askeriyede veya özel danışmanlık merkezlerinde psikolojik danışma süreci psikolojik danışmanlar tarafından yürütülmektedir. Psikolojik danışmanlar da ruh sağlığı uzmanı kavramı içinde ele alınabilir.

1.1.3. Psikolojik Danışmada Kullanılan Terapi ve Yaklaşımlar

Psikolojik danışma sürecinde genellikle müdahale yöntemleri kısmında belirli yaklaşımların tekniklerinden faydalanılır. Bu teknikler danışanın sorununu çözebilmesinde danışana yardımcı olabilecek tekniklerdir. Bu kısımda da bu yaklaşımlardan kısaca söz edilecektir. Psikolojik danışmada birçok yaklaşımdan faydalanılır. Psikanalitik yaklaşım, Adleryan terapi, birey merkezli danışma, varoluşçu

yaklaşım, gestalt terapi, akılcı duygusal terapi, davranışçı terapi, bilişsel terapi, bilişsel davranışçı terapi, gerçeklik terapisi, çok kültürlü psikolojik danışma vb. gibi yaklaşım, danışma ve terapiler hakkında psikolojik danışmanın yetkin olması vereceği psikolojik danışma hizmetini verimli bir hale getirecektir. Bu yetkinlikler psikolojik danışman da psikolojik danışma öz yeterlik düzeyinin yüksek olmasına sebep olacağı düşünülmektedir. Ayrıca psikolojik danışmanlar öyküsel terapi, ilişkişel kültürel kuram, duygu odaklı terapi, bağlanma terapisi, bilişsel analitik terapi, farkındalık temelli bilişsel terapi, diyalektik davranışçı terapi, kabul ve yüklenim kuramı gibi güncel terapi ve kuramlardan faydalanabilirler (Işık Terzi ve Ergüner Tekinalp, 2013).

1.1.3.1. Psikanalitik Yaklaşım

Psikanalitik yaklaşım dinamik bir süreçtir, yani enerji ve dönüşüm alışverişinin olduğu anlamına gelir. Freud, bu enerji salınımını tanımlamak için “katarsis” terimini kullanmış ve kişiliği bilinç, bilinç öncesi ve bilinç dışı-bilinç altı olmak üzere üçe ayırmıştır. Buna “Topoğrafik Kişilik Kuramı” adını vermiştir. Neler olduğunun bilgisine sahip ve durumun farkında olana bilinçli zihin, hem bilinç hem bilinçdışı zihinden bilgi içerene bilinç öncesi zihin, gizli veya unutulmuş anılar ve deneyimler içerene ise bilinçdışı zihin denir (Chao, 2015). İd, ego ve süper egodan oluşan Freud’ un “Yapısal Kuram” ı da vardır. Psikanalizin amacı danışana bilinç dışı çatışmalarını bilince çıkarma ve bunların üstesinden gelme yolunda yardımcı olmak ve enerjiyi tekrar bilinçli süreçlere yönlendirmek ve böylece egoyu güçlendirmektir (Murdock, 2014). Savunma mekanizmaları da bu kuramda büyük yer kaplar. Serbest çağışım, yorumlama, direncin analizi, rüya analizi, aktarımın analizi, mizah, hipnoz gibi terapötik teknikler kullanılır (Burger, 2006; Gladding, 2013; Murdock, 2014).

1.1.3.2. Adleryan Terapi

Bireysel Psikoloji olarak da bilinir. Alfred Adler, bir bireyin hislerinin, geçmişten bugüne ve geleceğe uzanan bütünsel bir yaklaşımla anlaşılması gerektiğine inanıyordu (Chao, 2015). Adler, insanların başarılı olmak ve yetersiz olarak algıladıkları alanların üstesinden gelmek için çaba sarf ettiğini belirtir (Adler, 1935). Burada yaşam stili, sosyal ilgi, aşağılık duyguları(kompleksi), temel görevler, temel hatalar, doğum sırası, aile bütünlüğü, ilk çocukluk anıları gibi kavramlar vardır (Yeşilyaprak, 2014; Murdock, 2014). Adleryan teorisi, bir bireyin yaşam olaylarını yorumlamayı ve düzenlemeyi nasıl seçtiğine ilişkin kişisel sorumluluğu vurgulamaktadır. Aile, çocuğun sosyalleşmesinin temelidir. Aile, sosyal sistemin temelidir (Kesici, Mert,

İlgün ve Girgin Büyükbayraktar, 2017). Bu terapidaki temel amaç, danışanın yaşam amaçlarını netleştirmek, sosyal ilgisini geliştirmesine yardımcı olmak ve farkındalık düzeyini üst seviyeye çıkarmaya çalışmaktır (Gündüz, v.d., 2006). Yorumlama, cesaretlendirme, doğal ve mantıklı sonuçlar, imiş gibi yapma, düğmeye basma, kendini yakalama, imge yaratma, birisini hoşnut etme, paradoksal niyet gibi terapötik teknikler kullanılır.

1.1.3.3. Birey Merkezli Danışma

Carl Rogers, insan doğasını temelde iyi olduğuna ve eğer uygun kabul, sıcaklık ve empati ortamı oluşturulursa, bireyin kendini gerçekleştirebileceğine inanır. Rogers için kendini gerçekleştirme, bireyin büyümeye, anlama ve amaca doğru ilerlemesini sağlayan motivasyondur (Chao, 2015). Burada yaşantı, gerçekleştirme eğilimi, organizmik değerlendirme süreci, benlik/kendilik, kendini gerçekleştirme eğilimi, olumlu saygı ve kendine saygı ihtiyacı, değerli olma koşulları gibi kavramlar vardır (Murdock, 2014). Birey merkezli danışmanın amacı, danışanda değişimine yardımcı olacak ortamı sağlamak ve bu süreçte danışanın yanında olmaktır (Kağnıcı, Koydemir, Çakır, Gizir ve Tuna, 2015). Bu danışmada hiçbir teknik bulunmamaktadır. Burada öne çıkan iletişimin kaliteli olması, açıklık, içtenlik, empati ve koşulsuz kabul gibi koşullardır (Kağnıcı, Koydemir, Çakır, Gizir ve Tuna, 2015).

1.1.3.4. Varoluşçu Yaklaşım

Varoluşsal psikolojiden doğmuştur. Varoluşsal psikoloji, aynı zamanda hayatı mantıklı ve sistematik bir kategoriler sistemine sokmak yerine, yaşamın ruhunu ve hissini yakalamayı amaçlar (Jacobsen, 2007). Rollo May, Viktor Frankl gibi varoluşçu terapistler, bireylerin yaptıkları seçimler ile kendi yaşam hikayelerini yazdıklarına inanırlar. Bu nedenle psikopatolojiyi bireyin seçim yapmayı ihmal etmesi, anlamlı seçimler yapma ve bireyin potansiyelini azami düzeye çıkarmadaki başarısızlığından dolayı yaşadığı ruhsal sorun olarak nitelendirmişlerdir (Gladding, 2013; Chao, 2015). Varoluş tarzları, kaygı, nihai konular (ölüm, özgürlük, anlamsızlık, izolasyon), savunmalar gibi temel kavramlar vardır (Murdock, 2014). Varoluşçu psikoterapinin amacı, insanları özgür yapmak, onları semptomlarından kurtarmak ve danışanın kendi olasılıklarının farkına varmasını sağlamak, en önemlisi ise yaşama özgürlüğünün olmasıdır (Norcross, 1987; Akt. Murdock, 2014). Sözsüz davranışlara dikkat etme, kendini açığa vurma, paradoksal niyet, dikkati dış dünyaya yöneltme, rüya analizi, paranteze alma, yönlendirilmiş fantezi, istihdam farkındalığı egzersizleri, imgelem,

tutarsızlık ve amaç belirleme etkinlikleri gibi teknikler varoluşçu terapide kullanılır (Gladding, 2013; Murdock, 2014).

1.1.3.5. Gestalt Terapi

Gestalt terapisi, Rogerian ve varoluşsal yaklaşımlardan etkilenen kendine has bir teorik ve klinik sistemdir (Brownell, 2010). Gestalt, bütün anlamına gelmektedir ve gestalt terapide terapi sürecinin başarılı olma kriteri, danışanın kendisini yaşamında bir bütün veya tam hissetmesidir (Gladding, 2013; Chao, 2015). Gestalt terapide “Şimdi ve Burada” önemli bir kavramdır. Gestalt terapi, her an ve olayda bireyin bilişsel ve duygusal bütünlüğüne önem verir. Gestalt terapinin amacı, danışanın kendi deneyimlerindeki algılarını bütünlüğünde geliştirmesine yardımcı olmaktır (Gouws, 1987; Akt. Blom, 2006). Gestalt terapide amaç, bireylerin olgunlaşmasını sağlamak, danışanın farkındalık düzeyini artırmak, danışana sorumluluk almayı öğretmek ve bireyin duygu, düşünce, algı ve bedenin bir bütün halde olmasını sağlamaktır (Murdock, 2014; Acar, 2017). Bu terapi de temas, ihtiyaçlar, kutuplar ya da kutuplaşma, temas bozuklukları, şimdi ve burada, olgunluk, sindirme, bitirilmemiş işler, farkındalık, kaygı, bütüncüllük(holism), sorumluluk, yaratıcı farksızlık, organizmanın kendini düzenlemesi, terapistin kendini açması, diyaloglar, projeksiyonu oynama, provalar, rüya çalışması, sırayla herkese söyleme yaratıcı uyarılama, sahiplenilmeyenlerin sahiplenilmesi, şekil-zemin ilişkisi, çevresel alan, boş sandalye, tur atma, abartma, sana bir cümle yedirebilir miyim? gibi kavram ve teknikler vardır (Houston, 2003; Mann, 2010; Gladding, 2013; O’Leary, 2013; Murdock, 2014; Wheeler ve Axelsson, 2014; Acar, 2017).

1.1.3.6. Akılcı Duygusal Terapi

Albert Ellis, bireyin biyolojik olarak doğal olduğuna, düşünce yapısı olarak rasyonel, irrasyonel, mantıklı veya mantıksız olma kapasitesine sahip olduğunu varsaymıştır (Chao, 2015). Bu kurama göre birey düşünce, davranış ve duygularını kendisi kontrol etmelidir. Odak nokta danışanın duygu ve düşünceleridir. Akılcı duygusal terapi, bireyin katı düşünceleri ile kendisini üzmesinin sebebini, yalnızca ebeveynlerinden ve kültürlerinden kaynaklanmadığını kendi düşünce yapısının kısmen de biyolojik eğilimlerini etkili olduğunu savunur (Nielsen, Johnson ve Ellis, 2001). Bu terapideki amaç, insanların daha akılcı ve verimli yaşamlara sahip olabileceklerini fark etmelerine yardımcı olmaktır (Gladding, 2013). ABC, inançlar, amaçlar, insanın değeri ve KKK (kendini koşulsuz kabul etme), ikincil rahatsızlıklar, bilişsel tartışma,

hayali tartışma, davranışçı tartışma, bibliyoterapi, yüzleştirme ve cesaretlendirme gibi kavram ve teknikler bu terapi sürecinde vardır (Gladding, 2013; Murdock, 2014). Bu terapi en önemli olarak görülen ABC modelini danışana öğretmektir. A, bir olgu, olayın varlığı veya bir kişinin davranışı; C, bireyin duygusal, davranışsal tepkisi veya izleyen sonuçlar; B ise C' nin oluşumunda asıl rol oynayan süreç yani kişinin A hakkındaki inancıdır (Dryden ve Branch, 2008).

1.1.3.7. Davranışçı Terapi

Davranışçı kuram psikolojik danışma sürecinin odağını şimdiye, gözlemlenen davranışa çekerek danışma sürecinin amaçlarını net belirleyen çabuk ve hızlı bir şekilde değişimin hedeflendiği kısa süreli bir yaklaşımdır (Seligman, 2006; Akt. Kağnıcı, Koydemir, Çakır, Gizir ve Tuna, 2015). Ivan Pavlov, John B. Watson ve B. F. Skinner bu yaklaşıma öncülük eden isimlerdir. Davranışlara odaklanma davranışçı terapinin ana konusudur. Danışanların belirli davranış kalıplarını düzenli ve sürekli olarak tekrar davranışlarının altında yatan olguları ortaya çıkarmaya çalışır. Psikolojik danışmanın buradaki görevi danışana yeni ve uygun davranış yollarını bulmasında, bu davranışların değişmesinde, yanlış davranışların elenmesinde yardımcı olmaktır (Gladding, 2013). Burada amaç, danışanın hayat standartlarını iyileştirmesinde, hedeflerine ulaşma noktasında danışana destek vermektir (Gladding, 2013). Temel amaç ise danışanda olan uyumsuz davranışın azaltılması veya yok edilmesi, bunun yerine uyumlu davranış ve tepkilerin öğretilmesidir (Murdock, 2014). Klasik koşullanma, operant koşullanma, gözlemsel öğrenme, pekiştirme, ayırt edici pekiştirme, pekiştirme, ceza, şekillenme, koruma, genelleme, sönme, cezalandırma, davranışın önceden prova edilmesi, çevresel planlama, sistematik duyarsızlaştırma, güvengenlik eğitimi, bağlamlık sözleşmeleri, içe patlama ve taşma, mola verme, aşırı düzeltme, örtük duyarlaştırma, gevşeme eğitimi, taşırma, maruz bırakma, caydırıcı teknikler, elinde patlatma tekniği ve paradoksal niyet, biçimlendirme, girişkenlik eğitimi, uyarıcı kontrolü, model olma, kendi davranışlarını kontrol etme, örtük koşullanma gibi kavram ve teknikler bu terapi sürecinde vardır (Drewes, 2009; Gladding, 2013; Murdock, 2014; Gladding, 2017).

1.1.3.8. Bilişsel Terapi

Çarpık düşünce yapılarının, bir çok psikolojik sıkıntının arkasında olduğu düşüncesine inanan Aeron T. Beck tarafından geliştirildi. Bilişsel terapinin odak noktasında, olumsuz olan ve henüz test edilmemiş düşüncelerin incelenmesi ve değiştirilmesi yatar

(Gladding, 2013). Bilişsel terapi sağlam bir terapötik iş birliğinin esas olduğu etkin katılımın gerektiği problem odaklı ve amaç yönelimli olup şimdiki zamana odaklanan, kısa süreli ve zaman sınırlaması olan oturumları yapılandırılmış bir tedavi sürecidir (Beck, 1995). Bilişsel model, şemalar, otomatik düşünceler, inançlar, modlar, bilişsel hatalar (keyfi çıkarsama, seçici algılama, aşırı genelleme, abartma ve azaltma, kişiselleştirme, iki kutuplu düşünce), terapötik ilişki, terapötik süreç, sokratik sorgulama, işlevsel olmayan düşünce kaydı, yeniden yükleme, bilişsel çarpıtmalara karşı koyma, bilişsel doğrular, düşünceyi durdurma gibi kavram ve teknikler bu terapi sürecinde vardır (Gladding, 2013; Murdock, 2014).

1.1.3.9. Bilişsel Davranışçı Terapi

Bilişsel davranışçı terapi, hatalı bilgi işlemenin danışana oluşturduğu huzursuzluk ve davranışlarına olumsuz etkisi üzerine odaklanır. (Beck ve Weishaar, 2000; Akt. Rasmussen, 2005). Bilişsel davranışçı danışma, danışanın şimdiki düşüncelerini etkileyerek danışanın düşünce ve davranışlarını değiştirmeye çalışır (Goldenberg ve Goldenberg, 1996; Akt. Özabacı ve Erkan, 2014). Bilişsel davranışçı terapi, bilişsel ve davranışçı terapisinin bir nevi harmanlanmış halidir. Bilişsel davranışçı terapi, danışanın duygu durumunda, davranış becerilerinde yaşadığı sorunlara dikkat ederek danışanın bilişsel yönelimine ve bilgiyi işleme tarzına müdahale ederek burada değişiklik yapmayı amaçlar. Bilişsel davranışçı terapi de sorunu baş edilebilir küçük parçalara ayırma, sorunu çözmeye engel olan düşünce ve inançları saptama, otomatik düşünce ve imgeleri saptama, hatırlama, rol oynama, hayalde canlandırma, yönlendirilmiş keşifle anlamlara ulaşma, işe yaramayan düşünce ve inançları yeniden yapılandırma, etkinlikleri izleme ve programlama, kademeli eyleme geçme, düşünce ve inançları sınamaya yönelik alıştırmalar, aşamalı yüzleştirme, gevşeme, en kötü senaryo tekniği, olumsuz duygu kaydı, çifte standart tekniği, terimleri tanımlama, doğrudan farklı düşünce geliştirme yaklaşımı, deneysel teknik, derecelenmiş düşünce, semantik yöntem, yeniden atfetme, pasta dilimi tekniği, kar-zarar analizi, ev ödevleri, maruz bırakma, kendi kendini gözleme, pekiştirme gibi kavram ve teknikler kullanılır (Ledley, Marx ve Heimberg, 2005; Türkçapar, 2018).

1.1.3.10. Gerçeklik Terapisi

Gerçeklik terapisi, 1960'lı yıllarda, insanların bilinçsizce değil bilinçli bir şekilde hareket ettiklerini ve bilinçsizce yönlendirilmediklerini savunan William Glasser tarafından kuruldu (Chao, 2015). İnsan doğasının olumlu olduğuna ancak bazen

yanıltıcı ve kandırıcı olabileceğini savunan gerçeklik terapisi insanın da davranışlarını kendisi seçtiğine inanır ve tüm kontrolü bireyin kendisine verir (Murdock, 2014). Gerçeklik terapisi öğrenmeyi bireyin seçimine bağlı olarak ömür boyu süren bir süreç olarak görür (Gladding, 2013). Birey öğrenmek istediği zaman öğrenme sürecine girer. Buradaki sorumluluk bireye verilmiştir. Gerçeklik terapisinin özü, bir bireyin kendi davranışları için sorumluluğuna odaklanır (Ellsworth, 2007). Amaç, danışanın başkalarına zarar vermeden ve müdahale etmeden kendisi için yararlı olacak en iyi seçimleri yapmaları için danışana yardım etmektir (Murdock, 2014). Temel ihtiyaçlar, kalite dünyası, toplam davranış, seçim kuramı, gerçeklik, sorumluluk, ruh sağlığı, total davranış, temel psikolojik gereksinimler(hayatta kalma, ait olma, güç elde etme, özgür olma, eğlence), soru sorma, metaforları kullanma, mizah, yüzleştirme, katılım, şimdiki davranışa odaklanmak, davranışın değerlendirilmesi, plan yapmak, anlaşma yapmak, mazeret yok, ceza yok, asla vazgeçme gibi kavram ve teknikler bu terapi sürecinde vardır (Glasser, 2010; Murdock, 2014; Wubbolding, 2017).

1.1.3.11. Çok Kültürlü Psikolojik Danışma

Psikolojik danışma sürecinde danışan ve psikolojik danışman bulunur. Her ikisi de bireysel farklılıkları olan ve saygıyı hak eden değerli birer varlıklardır. Bireysel farklılıkların içerisinde bireyin almış olduğu eğitim, görmüş olduğu aile tutumları, bulunduğu ülkenin, bölgenin, şehrin hatta mahallenin bireye katmış olduğu birtakım değerler ve bu ülkenin, bölgenin, şehrin ve mahallenin barındırdığı kültür; bu kavramlar ve daha fazlası girer. Almış olduğumuz veya maruz kaldığımız kültür yaşamımıza yön verir. Kimi zaman bunu bilinçli bir şekilde birey yapar, kimi zamanda farkında olmadan kendini kültürün gerektirdiği şekilde yönlendirir. Bu sebepten dolayı “hem danışanın hem de psikolojik danışmanın sahip olduğu kültürel özelliklerin psikolojik danışma sürecinde kritik bir öneme sahip olduğu bilinmektedir” (Kağnıcı, 2013: 223). Çok kültürlü psikolojik danışma yetkinliği, bir kişinin herhangi bir kültür ile ilgili olarak bir şema edinmesi, bu kültürel şemayı geliştirmesi ve kullanması ile ilgilidir (Ridley ve ark., 1994; Akt. Kararımak, 2008). Çok kültürlü psikolojik danışma yetkinliği; bireyin ait olduğu grubun tarihsel geçmişini, bireyin gizil güçlerini ve güncel ihtiyaçlarını içermektedir (Pope-Davis ve ark, 1994; Akt. Kağnıcı, 2013). “Çok kültürlü çeşitlilik, psikoterapide önemli bir değeri temsil eder, ancak yalnızca bir değerdir. Görev çeşitliliği istenmeyen olumsuz etkilere sahip olabilir” (O’ Donohue, 2005; Akt. Prochaska ve Norcross, 2009: 425). Çok kültürlülük adında anlaşılacağı

gibi birden çok kültürü bir arada bulundurma anlamı içermektedir. Psikolojik danışma süreci danışan ve psikolojik danışman arasında geçtiği için farklı bireyler arasında meydana gelmektedir. Bireysel farklılıklar göz önüne alındığında iki bireyin ortak olmayan noktaları olacaktır. Bu ortak olmayan noktalarda psikolojik danışman danışanı olduğu gibi kabul etmeli ve danışana saygı duymalı bu sebepten dolayı da hiçbir değer aktarımı yapmamalıdır. Psikolojik danışman kendi kültürüyle çatıştığı durumlarda danışanın kültürünü ön planda tutmalı ve onu koşulsuz kabul etmelidir. Psikolojik danışman sahip olduğu kültürlerin dışındaki kültürler hakkında da bilgi sahibi olması danışana daha fazla fayda sağlaması için önemli bir noktadır. Görüşmeyi planlama, geri bildirim becerileri, alıntı yapma, özetleme, cesaretlendirme, beceri geliştirme, soru sorma becerileri, duygu yansıtma, anlam(içerik) yansıtma gibi kavram ve teknikler bu danışma sürecinde vardır (Pedersen ve Ivey, 1993).

1.2. Duygu

Duygu (emotion) sözcüğünün kökü “movere” dir. Latince de hareket etme anlamına gelen fiile “e-” ön eki getirildiğinde anlam uzaklaşmak olur ki bu, her duygunun bir harekete yönelttiği fikrini vermektedir. Duyguların harekete dönüştüğünün en açık şekliyle hayvan ve çocukları izlerken gözlemlenebileceği ileri sürülmektedir (Goleman, 2002; Akt. Demirdüzen, 2013: 18). Duygular insanı anlamada, insanın düşünce ve davranışlarını adlandırma ve yorumlamada önemli role sahiptirler. “Duygu, fizyolojik tepkiler, idrak etme ve bilinçli farkındalık durumlarını içine alan pek çok psikolojik alt sistemleri eşgüdümleyen içsel olaylardır” (Mayer, Salovey ve Caruse, 2000; Akt. Demirdüzen, 2013: 19). Duygu hayatımızın her alanında ve anında yaşayabileceğimiz olaydır. Duygular evrenseldir. Öfke, üzüntü, sevinç gibi duygular dünyanın her yerinde aynı karşılığı bulur ama bu duyguları yaşamak kültürden etkilenebilir. Farklı kültürler duyguları anlama zenginliklerini artırır ve bu büyük ölçüde duyguların kendisinden ziyade duygu yönetimi ve düzenlemeleridir (Strongman, 2003).

Duygu insanda gelişim dönemlerine göre farklı şekillerde yaşanmaktadır. Duygunun içeriği aynıdır fakat, insanın gelişim dönemine göre duyguyu yaşama biçimleri farklılık gösterebilmektedir. Ergenlik, bireyin biyolojik ve duygusal süreçlerindeki değişikliklerle başlayıp cinsel ve biyolojik olgunluğa erişmesi ile devam eder. Birey bağımsızlığını ve sosyal üretkenliği kazanması ile tamamlanır. Kronolojik sırayı takip

eden ergenlik normal bir gelişim ve değişim dönemidir (Özbay ve Öztürk, 1992). Ergenlik döneminde bireyler duygusal aktivite süreçlerine çok sık girerler. Duygusal süreç ergenlikten daha önce bebeklik döneminde başlar. Bebeklik döneminde Erikson' un psikososyal gelişim kuramındaki ilk adım olan temel güvene karşı güvensizlik aşamasında bebek bakıcısı ile güven ilişkisi kurmak ister. Bakıcısı bebeğin birincil ihtiyaçlarını karşılar ise bakıcısına güven duymaya başlar. Bebeğin ihtiyaçları sadece birincil ihtiyaçlar değildir. Bu ihtiyaçlarını karşılayan bakıcısı ile de duygusal olarak bağ kurar. Güvensiz bağlanan bebek, bakıcısı olmadığı ortamda huzursuz olur. Bu huzursuzluğun özünde bireyin duygusal olarak karşılanmaması ve böylece bireyin kendini değersiz hissetmesi yatmaktadır.

Farklı düşünür ve kuramcılar duyguyu çeşitli şekillerde ele almışlardır. Polster ve Polster (1973), Jahov (1970) ve Mahrer (1978) her duygunun kendine özgü bir dinamiğe sahip olduğunu, Freud (1935, 1936) endişe ve korku; Wolpe ve Rachman (1960), Stampfl (1976) kaygı; Bandura (1973) öfke ve saldırganlık; Novaco (1997) öfke gibi duygular üzerine daha fazla yoğunlaşmışlardır (McMillan, 2006).

1.3. Öz-Yeterlik

Sosyal öğrenme kuramına göre bireyin öğrenme sürecinde başarılı olup olmayacağına dair inancı öz yeterlik algısıyla ilgilidir. Öz yeterlik, bireyin psikolojik ve davranışsal değişim süreçlerinin, bireyin kişisel deneyim ve yaşantıları ile oluşturulmasıdır (Bandura, 1986; Akt. Maddux, 1995). Bireylerin bir davranışı yapıp yapmayacakları ile ilgili kendilerini yargılama ile ulaştıkları sonuca öz yeterlik inancı denir. Öz yeterlik, davranış ve eyleme, başlama ve devam etmenin temel olarak davranış becerileri ve yetenekleriyle ilgili yargılar ve beklentiler ile çevresel talepler ve zorluklarla başarılı bir şekilde başa çıkabilme olasılığıdır (Maddux, 1995). Bireyde bir durum hakkında öz yeterlik inancının yüksek olması, o iş için gereken bütün sorumlulukları yerine getirme, gerekli davranışları yapma konusunda kendilerine olan güvenlerinin ve o işte başarılı olacaklarına dair inançlarının yüksek olmasına sebep olacaktır. Başarmak istedikleri işte karşılaştıkları zorluklardan hemen pes etmezler. Öz yeterlik inancı düşük olan bireylerde ise başarılı olma yönündeki inançları düşüktür. Bu tür bireyler karşılaştıkları küçük bir zorlukta bile pes etmekte ve gereken çabayı hemen kesmektedirler. Başarı bireyde öz yeterlik duygusu oluşturur, başarısızlık ise öz yeterlik duygusunu zayıflatır. Eğer insanlar başarıları sık yaşar ve bu başarılar ile

erken yaştan itibaren tanışılırsa güçlü bir öz yeterlik duygusu geliştirmiş olacaklardır ve böylece yaşayacağı başarısızlıklar bireye daha az zarar verecektir. Sıkıntılar karşısında elde edilen başarılar özellikle faydalıdır (Bandura, 1997). Çünkü, bu durum bireyin öz yeterlik düzeyinin artmasına sebep olacaktır. Bir işleyiş alanında edinilen güçlü bir başarı duygusu, diğer alanlara geçerek genel bir başarı arzusunu harekete geçireceği için bireydeki performansta da olumlu etki yaratabilir. Bununla birlikte, öz yeterlilik tanımı, “insanların yaşamlarını etkileyen olayları kontrol etme yetenekleri hakkındaki inançlarına” ve “harekete geçirme yetenekleri hakkındaki inançlarına” şeklinde genişletilmiştir (Bandura, 1989: 1175). Yani öz yeterlik, bireyin hayatındaki karşılaşılabilecek olayları kontrol edebildiğini düşünmesi ve bu olayın üstesinden gelebilecek davranışı gösterebileceğine olan inancıdır.

1.3.1. Duygusal Öz-Yeterlik

Duygusal öz yeterlik duygusal zekâ ile bağlantılı görülmektedir. Özkan Deniz (2015: 2) yazmış olduğu tezinde şöyle demektedir: “Duygusal öz-yeterlik kavramı son yıllarda ortaya çıkan bir kavramdır. Bu kavram öz-yeterlik ve duygusal zekâ kavramlarının bir bütün olarak ele alınması sonucu Petrides ve Furnham (2000, 2001, 2003) tarafından ortaya konmuştur.” Duygusal zekâ duyguların farkına varılması, duygularla başa çıkılabilmesi, bireyin kendini motive edebilmesi, empati kurabilmesi ve ilişkileri yönetebilme becerisi ile bağdaştırılmaktadır (Kirk, Schutte, ve Hine, 2008; Özkan Deniz, 2015: 2). Duygusal öz yeterlik, bireyin duygusal olarak ne kadar işlevsel olduğuna dair benlik algısıdır (Petrides ve Furnham, 2003; Akt. Akgün, 2015: 34). Duygusal öz yeterlik, duygusal mesajı alma, anlama ve yerinde kullanma yeteneğine ilişkin kişinin kendisini değerlendirmesidir (Totan, İkiz, ve Karaca, 2010: 72). Duygusal öz-yeterlilik, çocuğun olumsuz duygularla başa çıkma ve içsel durumları yönetme konusundaki algılanan becerisini ifade eder (Muris, 2002; Akt. Valois, Umstadd, Zulug ve Paxton, 2008; Akt. Niditch ve Varela, 2012). Duygusal öz yeterlik, kendi duygularını algılamayı, başkalarının duygularını algılamayı, bilişsel süreçleri kolaylaştırmak için duyguyu kullanabilmeyi, duygusal karmaşıklığı anlama, duygularını yönetebilmeyi ve başkalarında duyguları yönetmeyi kişinin ne kadar iyi yapabildiğidir (Choi, Kluemper ve Sauley, 2012). Duygusal öz yeterlik, kişinin duygusal işleyiş yeteneklerine olan inancıdır (Pool ve Qualter, 2012).

Ergenlik döneminde bireyin ruh sağlığını koruyabilmesinde duygusal öz yeterliğin yüksek payının olduğu düşünülmektedir. Ergen, olumsuz duygular ile başa çıkma

yeterliğine sahipliği artarsa öz güveninin artacağı ve olumsuz duygularının üstesinden daha kolay geleceği ileri sürülmektedir (Willemse, 2008; Akt. Sakarya, 2013: 5). Kanser hastası kadınlar ile yapılan çalışmada duygusal öz yeterliği yüksek olanların karşılaştıkları zorluklara rağmen ihtiyaç duydukları bilgileri elde etmek için daha fazla çaba gösterdikleri belirlenmiştir (Han, v.d., 2005). Ebeveyn kontrolü ve ebeveyn tarafından reddedilmedeki artan endişenin düşük duygusal öz yeterlik ile ilişkili olduğu ve duygusal öz yeterliğin kaygı ile negatif ilişkili olduğu varsayılarak Niditch ve Varela (2012) tarafından yapılan çalışmada; ebeveyn kontrolü ve ebeveyn tarafından reddedilmedeki artan endişenin düşük duygusal öz yeterlik ile ilişkisi bulunamamış olup duygusal öz yeterlik kaygı ile anlamlı ilişkili bulunmuştur. Anne kontrolü, baba kontrolü ve anne-baba reddi duygusal öz yeterlilik ile ilişkili bulunmamıştır (Niditch ve Varela, 2012). Yüksek duygusal öz-yeterlilik, daha fazla yatkın duygusal zekâ, daha yüksek performanslı duygusal zekâ, daha yüksek pozitif ruh hali ve daha düşük olumsuz ruh hali ile ilişkilendirilmiştir. Başka bir araştırmada, duygusal öz yeterliği düşük olan öğrencilerin matematik testi performansını olumsuz yönde yordadığını, duygusal öz yeterliği yüksek olan öğrencilerin test performansında yaşadıkları kaygı ile ilgili düşüşler görülmüş olup duygusal öz yeterlik kaygının olumsuz etkilerini yönetmede yararlı görülebileceği bulunmuştur (Galla ve Wood, 2012). Bir diğer araştırmada, duygu yönetimi becerilerinin ve duygusal öz yeterliğin üniversite yaşamına başarılı bir şekilde uyum sağlamak için önemli olduğu sonucuna varılmıştır (Nightingale, v.d., 2013). Düşük duygusal öz yeterliğe sahip olanlar daha fazla intihar düşüncesine sahip olmakta ve daha çok intihar girişiminde bulunmaktadır (Valois, Zullig ve Hunter, 2015). Lisansüstü istihdam edilebilirlik ve kariyer memnuniyeti ile duygusal öz yeterlik arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Pool ve Qualter, 2013). Güney Carolina’ da liseli öğrenciler üzerinde yapılan çalışmada kadınların erkeklerden daha yüksek duygusal öz yeterliğe sahip olduğu, beyaz öğrencilerin siyah öğrencilerden daha yüksek duygusal öz yeterliğe sahip olduğu ve düşük duygusal öz yeterliğe sahip olanların ise fiziksel kavga, ömür boyu alkol kullanımı ve cinsel ilişki gibi olaylarda daha çok yer aldıkları bulunmuştur (Valois ve Zullig, 2013). Alkol ve sigara kullanımı düşük öz yeterlik düzeyleri ile anlamlı bir şekilde ilişkili olduğu sonucuna varan araştırmalarda vardır (Zullig, Teoli ve Valois, 2014). Liseli öğrenciler ile yapılan araştırmada kilolu bireylerin diyet yapma, kusma veya müşil alma, diyet hapları alma ve kilo verme oruçlarının düşük

öz yeterlik seviyeleri ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir (Zullig, Matthews-Ewald ve Valois, 2015).

1.3.2. Psikolojik Danışma Öz-Yeterliği

Psikolojik danışma öz yeterliği, psikolojik danışmanın geçmiş mesleki yaşamında gerçekleştirmiş olduğu psikolojik danışma oturumları deneyimlerine dayanarak mesleki yaşamı boyunca gerçekleştireceği psikolojik danışma süreçlerine ilişkin kendisi hakkındaki yargılarıdır (Larson ve Daniels, 1998). Psikolojik danışma öz yeterliği üç varsayım ile temellendirilmiştir:

1. Psikolojik danışma öz yeterlik inancı psikolojik danışma sürecinin en temel koşullarındandır.
2. Psikolojik danışma öz yeterliği yüksek olan psikolojik danışmanlar karşılaştıkları zorluklara daha fazla sebat etmektedirler.
3. Psikolojik danışma öz yeterliği yüksek olan psikolojik danışmanlar almış oldukları olumlu ve olumsuz dönütleri eğitimsel olarak değerlendirmede daha yeterlidirler (Daniels ve Larson, 1998; Akt. Yam ve İlhan, 2016).

Psikolojik danışma öz yeterliği psikolojik danışmanın, psikolojik danışma sürecini başarı ile yürütebileceğine olan inancıdır. Psikolojik danışma öz yeterliği ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde psikolojik danışma öz yeterlik seviyesini etkileyen faktörlerin araştırıldığı çalışma da cinsiyet, yaş, meslek kıdemleri ve mezun oldukları bölümler açısından anlamlı farklar olduğu, ancak çalıştıkları okul türü açısından anlamlı farkların olmadığı ortaya konulmuştur (Aliyev ve Tunç, 2014). 1 ve 4. Sınıf psikolojik danışma lisans öğrencilerinin psikolojik danışma öz yeterlik düzeylerinin belirlendiği betimsel araştırmada 1 ve 4. Sınıf psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz yeterlik düzeylerinde biraz güvene sahip oldukları, 1 ve 4. Sınıf öğrencilerin psikolojik danışma öz yeterlik düzeyleri arasında anlamlı bir fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Şahin Kırılalp, 2015). Yaşam doyumu, akademik başarı, danışan sayısı, psikolojik danışma oturum sayısı, süpervizyon niteliği memnuniyet düzeyinin, psikolojik danışma öz yeterlik düzeylerini ne derece yordadığını ölçen araştırmanın sonuçları yaşam doyumu, psikolojik danışma oturum sayısı ve süpervizyon niteliğinden duyulan memnuniyetinin psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz yeterlik puanlarının büyük kısmını açıkladığı ve en önemli yordayıcının ise yaşam doyumu olduğu akademik başarı, danışan sayısı,

süpervizyon niceliğinden duyulan memnuniyet düzeyinin psikolojik danışma öz yeterliğini yordamadığı sonucuna varılmıştır (Pamukçu, 2011). Bir başka araştırma da etkili psikolojik danışman nitelikleri ile psikolojik danışma öz yeterlikleri arasında düşük ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuş olup cinsiyet, yaş, çalışılan kuruma ve meslekte çalışma süresine göre farklılaşmadığı ayrıca eğitim düzeyi lisansüstü olan psikolojik danışmanların etkili psikolojik danışman nitelikleri ile psikolojik danışma öz yeterlik düzeyleri lisans eğitim düzeyinde olanlara göre daha yüksek olduğu ve psikolojik danışmanların mezun olunan programa göre psikolojik danışma öz yeterlik düzeylerinin farklılaşmadığı bulunmuştur (Yayla, 2016). Mizah düzeyi yüksek olan psikolojik danışman adaylarının mizah düzeyi düşük olan psikolojik danışman adaylarına göre psikolojik danışma öz yeterlikleri daha yüksek, oturum sayısı arttıkça psikolojik danışma öz yeterliği artmakta, süpervizyon niceliğinden ve niteliğinden duyulan memnuniyet düzeyi arttıkça psikolojik danışma öz yeterliği artmakta ayrıca, kişisel-mesleki deneyim arttıkça psikolojik danışma öz yeterliği de artmaktadır (Saticı, 2014). Farklı bir araştırmada da okul psikolojik danışmanlarının özel eğitimde psikolojik danışma öz yeterliklerinin cinsiyet ve yaşa göre farklılaşmamakta olup mesleki deneyim süreleri, mezun olunan lisans programı, özel eğitim deneyimleri ve aldıkları uzman desteği ile ise anlamlı ilişki bulunmuştur (Aksoy ve Diken, 2009). Psikolojik danışma öz yeterliği umut üzerinde pozitif, kaygı üzerinde ise negatif bir etkiye sahiptir (Aydın, 2016). Psikolojik danışma oturumunu yönetmede lisansüstü eğitime sahip olanlarda ve lisans eğitimi dışında başka bir eğitim alanlarda psikolojik danışma öz yeterliği yüksek; cinsiyet, çalışılan kurum türüne göre psikolojik danışma öz yeterliği değişmemiş olup psikolojik danışmanların kişilik özellikleri, sürekli kaygı düzeyleri, geçmiş eğitim yaşantılarının yeterliğine ilişkin algı düzeyleri psikolojik danışma öz yeterliğini anlamlı şekilde yordamıştır (Yam, 2014).

1.4. Araştırmanın Amacı

Türkiye’de duygusal öz yeterlik ile ilgili çalışmalar incelendiğinde; çoğunlukla ergenler, hastalar üzerinde çalışmalar yapıldığı görülmekte ve üniversitede öğrenim görmekte olan psikolojik danışman adayları üzerinde yapılmış bir çalışma görülmemektedir. Psikolojik danışma hizmeti psikolojik danışmanlar tarafından verilmektedir. Ülkemizde psikolojik danışmanlar üniversitelerin Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dallarında yetiştirilmektedir. Psikolojik danışma süreci duygusal olarak ağırlıklı bir süreçtir. Danışanı rahatsız eden sorunların temel

noktası duygusal olarak bireyin rahatsız ve huzursuz olmasıdır. Psikolojik danışmanın da bu noktada danışana fayda sağlayabilmesi için duygusal olarak öz yeterliğe sahip olması gerektiği düşünülmektedir. Bu sebepten dolayı bu çalışma Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık alanına bir yenilik getireceği ve alanda yapılacak olan çalışmalara ışık tutacağı düşünülmektedir. Genel amacın, üniversitelerin Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dallarının 3 ve 4. sınıf öğrencilerinin bazı değişkenlere göre duygusal ve psikolojik danışma öz yeterlik algıları arasındaki ilişkilerini incelemek olduğu bu araştırmada aşağıdaki sorulara cevap aranacaktır:

1. Psikolojik danışman adaylarının cinsiyetlerine göre psikolojik danışma öz yeterlik algılarına ait puan ortalamaları arasında anlamlı farklılaşma var mıdır?
2. Psikolojik danışman adaylarının sınıf düzeylerine göre psikolojik danışma öz yeterlik algılarına ait puan ortalamaları arasında anlamlı farklılaşma var mıdır?
3. Psikolojik danışman adaylarının algılanan anne tutumlarına göre psikolojik danışma öz yeterlik algılarına ait puan ortalamaları arasında anlamlı farklılaşma var mıdır?
4. Psikolojik danışman adaylarının algılanan baba tutumuna göre psikolojik danışma öz yeterlik algılarına ait puan ortalamaları arasında anlamlı farklılaşma var mıdır?
5. Psikolojik danışman adaylarının algıladıkları sosyo-ekonomik düzeylerine göre psikolojik danışma öz yeterlik algılarına ait puan ortalamaları arasında anlamlı farklılaşma var mıdır?
6. Psikolojik danışman adaylarının duygusal öz yeterlik algılarına ait puan ortalamaları ile psikolojik danışma öz yeterlik algılarına ait puan ortalamaları arasında anlamlı ilişkiler var mıdır?
7. Psikolojik danışman adaylarının duygusal öz yeterlik algılarına ait puanları psikolojik danışma öz yeterlik algılarına ait puanlarını anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?

1.5. Araştırmanın Konusu

Bu araştırmanın temel konusu, üniversitelerin Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dallarının 3 ve 4. sınıf öğrencilerinin bazı değişkenlere göre duygusal ve psikolojik danışma öz yeterlik algıları arasındaki ilişkilerini incelemektir.

1.6. Varsayımlar

Araştırmanın planlanıp yürütülmesinde, birtakım varsayımlardan hareket edilecektir.

1. Araştırma yapılan bireylerin duygusal öz yeterliklerinin belirlenmesinde, Kirk, Shutte ve Hine (2008) tarafından geliştirilen ve Totan, İkiz ve Karaca (2010) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Duygusal Öz-Yeterlik Ölçeği" nin,
2. Araştırma yapılan bireylerin psikolojik danışma öz yeterliklerinin belirlenmesinde, Lent, Hill ve Hoffman (2003) tarafından geliştirilen Pamukçu ve Demir (2013) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Psikolojik Danışma Öz-Yeterlik Ölçeği" nin, yeterli olduğu
3. Araştırma evreninden seçilen örneklemin, evreni temsil edebilecek yeterlikte olduğu,
4. Araştırmaya katılan öğrencilerin, kendilerine uygulanan testleri, içtenlikle ve objektif olarak yanıtladığı varsayılmaktadır.

1.7. Sınırlılıklar

1. Bu araştırma Konya ilinde yer alan Necmettin Erbakan Üniversitesi, Kırıkkale ilinde yer alan Kırıkkale Üniversitesi ve Aksaray ilinde yer alan Aksaray Üniversitesi'nin 2018-2019 eğitim ve öğretim yılında Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık ana bilim dallarında öğrenim görmekte olan 3 ve 4. sınıf öğrencilerinden toplanan verilerle sınırlı tutulacaktır.
2. Araştırmada katılımcılar uygulamalı psikolojik danışma dersi alanlar ile sınırlı tutulacaktır.
3. Araştırmadaki; duygusal öz-yeterlik ve psikolojik danışma öz-yeterlik, çalışmada kullanılan ölçeklerin ölçtüğü niteliklerle sınırlı tutulacaktır.
4. Araştırmadan elde edilecek bulgular; araştırmada kullanılacak veri toplama araçlarıyla ulaşılan verilerle sınırlı tutulacaktır.

1.8. Tanımlar

Psikolojik Danışma: Bireyin kendini gerçekleştirme yolunda psikolojik danışman tarafından danışana sunulan profesyonel yardım hizmetidir.

Öz-Yeterlik: Bireyin kendi kendine yetebilmesidir.

Duygusal Öz-Yeterlik: Bireyin duygusal olarak kendi kendine yetebilmesi ve kendisinin duygusal olarak ne düzeyde olduğunu farkında olmasıdır.

Psikolojik Danışma Öz-Yeterliği: Psikolojik danışmanın, psikolojik danışma sürecini başarı ile yürütebileceğine olan inancıdır.

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, katılımcılara ilişkin özellikler, veri toplama araçları ve verilerin analizinde kullanılan istatistiksel yöntem ve teknikler hakkında bilgi verilmiştir.

2.1. Araştırma Modeli

Bu araştırma, mevcut durumu sorgulayan betimsel türde bir araştırmadır. Betimsel araştırma bir durum, problem, olgu ya da programı sistematik olarak tanımlamaya çalışan ve bireyleri değiştirmeyi amaçlamayan bir çalışma türüdür (Karasar, 2009). Bu araştırmada psikolojik danışman adaylarının bazı değişkenlere göre duygusal ve psikolojik danışma öz yeterlik algıları arasındaki ilişkinin inceleneceği için bu çalışma ilişkisel tarama modeline girmektedir. İlişkisel çalışma ise bir durumun iki ya da daha fazla boyutu arasında ilişkinin veya bağlantının var olduğunu keşfedip ortaya koymaktır (Kumar, 2011: 11). Bu çalışmada kullanılan yöntem survey, kullanılan teknik ise anket tekniğidir.

2.2. Katılımcılar

Araştırma Konya ilinde yer alan Necmettin Erbakan Üniversitesi, Kırıkkale ilinde yer alan Kırıkkale Üniversitesi ve Aksaray ilinde yer alan Aksaray Üniversitesi'nin 2018-2019 eğitim-öğretim yılında Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık ana bilim dallarında öğrenim görmekte olan 3 ve 4. sınıf öğrencileri arasından araştırmaya gönüllü olarak katılan öğrencilerin cinsiyet ve sınıf düzeylerine göre amaçlı örnekleme yöntemi olan maksimum çeşitlilik örnekleme yöntemi ile seçilen öğrenciler oluşturmaktadır (Karasar, 2014). Erbakan Üniversitesi'nden 200 kadın, 64 erkek ve bunların 131'i 3. sınıf, 133'ü 4. sınıf öğrencisi, Kırıkkale Üniversitesi'nden 103 kadın, 41 erkek ve bunların 84'ü 3. sınıf, 60'ı 4. sınıf öğrencisi, Aksaray Üniversitesi'nden ise 64 kadın, 34 erkek ve bunların 63'ü 3. sınıf, 35'i 4. sınıf öğrencisidir. 506 toplam katılımcının 367'si (%72,53) kadın ve 139'u (%27,47) erkek ayrıca, 278'i (%54,94) 3. sınıf ve 228'i (%45,06) 4. sınıf öğrencisidir. Katılımcıların Necmettin Erbakan Üniversitesi, Kırıkkale Üniversitesi ve Aksaray Üniversitesi'nden olması pratik sebeplerden dolayıdır.

2.3. Veri Toplama Araçları

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Çalışmada katılımcılardan demografik ve aile bilgilerini almak üzere araştırmacı tarafından geliştirilen 5 maddelik form hazırlanmıştır. Bu formda katılımcının cinsiyeti, kaçınıcı sınıf öğrencisi olduğu, ailesinin sosyo-ekonomik durumunu, algılanan baba tutumu ve algılanan anne tutumunu öğrenmek için sorular hazırlanmıştır.

2.3.2. Duygusal Öz-Yeterlik Ölçeği

Kirk, Shutte ve Hine tarafından 2008 yılında geliştirilen “Duygusal Öz-Yeterlik Ölçeği” Totan, İkiz ve Karaca (2010) tarafından Türkçe’ ye uyarlanmıştır. Ölçek tek faktörde 32 maddeden oluşmaktadır. “Duygusal Öz-Yeterlik Ölçeği” beşli likert tipi bir ölçme aracıdır. Yapı geçerliği çalışması ile ölçeğin betimleyici ve doğrulayıcı faktör analiz sonuçlarına bakılarak ölçeğin özgün formunu koruduğu sonucuna varılmıştır. Ölçek Duyguları Algılama, Duyguları Düşünceleri Destekleyici Olarak Kullanma, Duyguları Anlama ve Duyguları Düzenleme şeklinde dört boyuta sahiptir. Güvenirlik çalışmaları sonucunda ölçeğin Cronbach alfa katsayısı .96 bulunmuş olup test-tekrar test uygulamasına ait korelasyon katsayısı .85 olarak hesaplanmıştır. Ölçekte uygulanan dil geçerliği çalışmasında Spearman rho analizi yapılmış olup .24-.68 arasında değişen önemli ilişkilerin var olduğu belirlenip tüm maddeler arasında pozitif yönde ilişkiler bulunmuştur. Özgün form ile çeviri formun toplam puanları arasındaki ilişki .84 olarak bulunmuştur.

2.3.3. Psikolojik Danışma Öz-Yeterlik Ölçeği

Lent, Hill ve Hoffman tarafından 2003 yılında geliştirilen “Psikolojik Danışma Öz-Yeterlik Ölçeği” Pamukçu ve Demir (2013) tarafından Türkçe’ ye uyarlanmıştır. Ölçek üç faktör ve 41 maddeden oluşmaktadır. Birinci faktör “Yardım Becerileri Öz-yeterlik” tir ve 15 maddeden oluşmaktadır. Aynı zamanda birinci faktör kendi içinde İç Görü, Keşif ve Eylem Becerileri olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. İkinci faktör “Oturum Yönetmeye İlişkin Öz-yeterlik” tir ve 10 maddeden oluşmaktadır. Son olarak ise üçüncü faktör “Psikolojik Danışma Sürecindeki Zorluklara İlişkin Öz-yeterlik” tir ve 16 maddeden oluşmaktadır. Aynı zamanda üçüncü faktör kendi içinde İlişkide Çatışmalar ve Danışan Problemleri olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. “Psikolojik Danışma Öz-Yeterlik Ölçeği” onlu derecelendirme şeklindedir. Yapı geçerliği çalışması ile ölçeğin doğrulayıcı faktör analiz sonuçlarına bakılarak ölçeğin

özgün formunu koruduğu sonucuna varılmıştır. Güvenirlik çalışmaları sonucunda iç tutarlık katsayısı .98 olarak hesaplanmıştır. Alt boyutların iç tutarlık katsayıları ise Yardım Becerileri Öz-yeterlik için .92, Oturum Yönetmeye İlişkin Öz-yeterlik ve Psikolojik Danışma Sürecindeki Zorluklara İlişkin Öz-yeterlik alt boyutları için .95 olarak hesaplanmıştır. Sonuç olarak ölçek, psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz yeterlik düzeylerini ölçmek için kullanılabilir.

2.4. Verilerin Analizi

Araştırmada yer alan alt problemlerin çözümlenmesinde betimsel istatistik yöntem ve tekniklerinden yararlanılarak üniversitelerin Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dallarının 3 ve 4. sınıflarda öğrenim gören psikolojik danışman adaylarının bazı değişkenlere göre duygusal ve psikolojik danışma öz yeterlik algıları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Araştırmada elde edilen verilerin analizinde SPSS 25.0 paket programı kullanılmış olup bağımsız gruplar t-testi, tek yönlü varyans analizleri, korelasyon ve çoklu regresyon analizlerinden yararlanılmıştır. Araştırmada cinsiyet, sınıf düzeyi, sosyo-ekonomik düzey, algılanan anne tutumu ve algılanan baba tutumu gibi değişkenler kullanılacaktır.

Psikolojik danışman adaylarının cinsiyet ve sınıf düzeylerine göre psikolojik danışma öz yeterlik algılarının incelenmesinde bağımsız gruplar t-testi analizinden, diğer demografik değişkenler ile incelenmesinde ise tek yönlü varyans analizinden yararlanılmıştır. Psikolojik danışman adaylarının duygusal öz yeterlik algılarına ait puan ortalamaları ile psikolojik danışma öz yeterlik algılarına ait puan ortalamaları arasındaki ilişkinin incelenmesinde ise korelasyondan faydalanılmıştır. Psikolojik danışman adaylarının duygusal öz yeterlik algılarına ait puanlarının psikolojik danışma öz yeterlik algılarına ait puanlarını yordamasının incelenmesinde çoklu regresyon analizlerinden faydalanılmıştır.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

3.1. Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Öz-Yeterlikleri ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular

Psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz-yeterliklerinin cinsiyet, sınıf ve sosyoekonomik düzeyi ve algılanan anne, baba tutumlarına göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin bulgular aşağıda alt başlıklar halinde sunulmuştur.

3.1.1. Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Öz-Yeterliklerinin Cinsiyet ile İlişkisine Ait Bulgular

Psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz-yeterlikleri cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin bağımsız gruplar t testi sonuçları aşağıdaki tabloda sunulmuştur.

Tablo 1. Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Öz-Yeterlikleri Puanlarının Cinsiyete Göre t-testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	\bar{x}	SS	t	p
Yardım Becerileri Faktörü – Keşif	Kadın	367	34.15	5.55	3.30	.001
	Erkek	139	32.26	6.20		
Yardım Becerileri Faktörü – İlgörü	Kadın	367	37.02	7.69	-.66	.510
	Erkek	139	37.55	8.99		
Yardım Becerileri Faktörü – Eylem	Kadın	367	25.97	5.43	1.08	.280
	Erkek	139	25.39	5.34		
Oturumu Yönetme Faktörü	Kadın	367	65.08	12.65	1.74	.083
	Erkek	139	62.89	12.75		
Psikolojik Danışmada Zorluklar Faktörü – İlişkide Çatışmalar	Kadın	367	29.54	9.48	-1.11	.269
	Erkek	139	30.58	9.07		
Psikolojik Danışmada Zorluklar Faktörü – Danışan Problemleri	Kadın	367	54.52	14.80	-1.12	.263
	Erkek	139	56.13	13.52		

p<.05

Psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz-yeterliklerinden yardım becerileri faktörünün keşif alt boyutu ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı yapılan t testi ile analiz sonucunda psikolojik danışman adaylarının keşif alt boyutu ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur (t=3.30, p<.05). Bu

bulgudan hareketle, kadınların keşif becerileri ($x=34.15$), erkeklere ($x=32.26$) göre daha yüksek olduğu görülmektedir.

Psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz-yeterliklerinden yardım becerileri faktörünün içgörü ($t=-.66$, $p>.05$) ve eylem ($t=1.08$, $p>.05$) alt boyutları, oturumu yönetme faktörü ($t=1.74$, $p>.05$), psikolojik danışmada zorluklar faktörünün ilişkide çatışmalar ($t=-1.11$, $p>.05$) ve danışan problemleri ($t=-1.12$, $p>.05$) alt boyutları ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

3.1.2. Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Öz-Yeterliklerinin Sınıf Düzeyleri ile İlişkisine Ait Bulgular

Psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz-yeterlikleri sınıf düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bağımsız gruplar t testi sonuçları aşağıdaki tabloda sunulmuştur.

Tablo 2. Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Öz-Yeterlikleri Puanlarının Sınıf Düzeyine Göre t-testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	\bar{x}	SS	t	p
Yardım Becerileri Faktörü – Keşif	3. Sınıf	278	33.12	5.47	-2.21	.028
	4. Sınıf	228	34.25	6.12		
Yardım Becerileri Faktörü – İçgörü	3. Sınıf	278	37.10	8.42	-.20	.840
	4. Sınıf	228	37.25	7.62		
Yardım Becerileri Faktörü – Eylem	3. Sınıf	278	25.47	5.57	-1.54	.123
	4. Sınıf	228	26.22	5.18		
Oturumu Yönetme Faktörü	3. Sınıf	278	62.78	12.74	-3.35	.001
	4. Sınıf	228	66.54	12.38		
Psikolojik Danışmada Zorluklar Faktörü – İlişkide Çatışmalar	3. Sınıf	278	30.11	9.09	.75	.456
	4. Sınıf	228	29.48	9.71		
Psikolojik Danışmada Zorluklar Faktörü – Danışan Problemleri	3. Sınıf	278	54.82	14.17	-.24	.812
	4. Sınıf	228	55.13	14.84		

$p<.05$

Psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz-yeterliklerinden yardım becerileri faktörünün keşif alt boyutu ile sınıf düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı yapılan t testi ile analiz sonucunda psikolojik danışman adaylarının keşif alt boyutu ile sınıf düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($t=-2.21$, $p<.05$). Bu bulgudan hareketle, 4. sınıfların keşif becerileri ($x=34.25$), 3. sınıflara ($x=33.12$) göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Aynı şekilde oturumu yönetme faktörü de sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir ($t=-3.35$, $p<.05$). Bu

bulgudan hareketle, 4. sınıfların oturumu yönetme becerileri ($x=66.54$), 3. sınıflara ($x=62.78$) göre daha yüksek olduğu görülmektedir.

Psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz-yeterliklerinden yardım becerileri faktörünün içgörü ($t=-.20$, $p>.05$) ve eylem ($t=-1.54$, $p>.05$), psikolojik danışmada zorluklar faktörünün ilişkide çatışmalar ($t=.75$, $p>.05$) ve danışan problemleri ($t=-.24$, $p>.05$) alt boyutları ile sınıf düzeyi arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

3.1.3. Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Öz-Yeterliklerinin Sosyoekonomik Düzeyi ile İlişkisine Ait Bulgular

Psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz-yeterlikleri sosyoekonomik düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonuçları aşağıdaki tabloda sunulmuştur.

Tablo 3. Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Öz-Yeterlikleri Puanlarının Sosyoekonomik Düzeyine Göre ANOVA Sonuçları

SDÖB Alt Boyutlar	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Yardım Becerileri Faktörü – Keşif	Gruplararası	19.379	2	9.69	.288	.750	-
	Gruplariçi	16932.772	503	33.66			
	Toplam	16952.150	505				
Yardım Becerileri Faktörü – İçgörü	Gruplararası	16.198	2	8.10	.124	.883	-
	Gruplariçi	32805.185	503	65.22			
	Toplam	32821.383	505				
Yardım Becerileri Faktörü – Eylem	Gruplararası	107.213	2	53.61	1.842	.159	-
	Gruplariçi	14634.574	503	29.10			
	Toplam	14741.787	505				
Oturumu Yönetme Faktörü	Gruplararası	868.751	2	434.38	2.710	.068	-
	Gruplariçi	80635.510	503	160.31			
	Toplam	81504.261	505				
Psikolojik Danışmada Zorluklar Faktörü – İlişkide Çatışmalar	Gruplararası	27.637	2	13.82	.157	.855	-
	Gruplariçi	44317.059	503	88.11			
	Toplam	44344.696	505				
Psikolojik Danışmada Zorluklar Faktörü – Danışan Problemleri	Gruplararası	496.696	2	248.35	1.188	.306	-
	Gruplariçi	105129.433	503	209.01			
	Toplam	105626.128	505				

Psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz-yeterliklerinin, sosyoekonomik düzeyine göre anlamlı bir farklılık olup olmadığı yapılan Tek Yönlü ANOVA (F Testi) sonucunda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

3.1.4. Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Öz-Yeterliklerinin Algılanan Anne Baba Tutumları ile İlişisine Ait Bulgular

3.1.4.1. Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Öz-Yeterliklerinin Algılanan Anne Tutumları ile İlişisine Ait Bulgular

Psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz-yeterlikleri algılanan anne tutumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonuçları aşağıdaki tabloda sunulmuştur.

Tablo 4. Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Öz-Yeterlikleri Puanlarının Algılanan Anne Tutumlarına Göre ANOVA Sonuçları

SDÖB Alt Boyutlar	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Yardım Becerileri Faktörü – Keşif	Gruplararası	33.289	3	11.10	.329	.804	-
	Gruplariçi	16918.862	502	33.70			
	Toplam	16952.150	505				
Yardım Becerileri Faktörü – İçgörü	Gruplararası	381.909	3	127.30	1.970	.118	-
	Gruplariçi	32439.474	502	64.62			
	Toplam	32821.383	505				
Yardım Becerileri Faktörü – Eylem	Gruplararası	34.038	3	11.35	.387	.762	-
	Gruplariçi	14707.749	502	29.30			
	Toplam	14741.787	505				
Oturumu Yönetme Faktörü	Gruplararası	317.263	3	105.75	.654	.581	-
	Gruplariçi	81186.998	502	161.73			
	Toplam	81504.261	505				
Psikolojik Danışmada Zorluklar Faktörü – İlişkide Çatışmalar	Gruplararası	576.714	3	192.24	2.205	.087	-
	Gruplariçi	43767.982	502	87.19			
	Toplam	44344.696	505				
Psikolojik Danışmada Zorluklar Faktörü – Danışan Problemleri	Gruplararası	1704.994	3	568.33	2.745	.142	-
	Gruplariçi	103921.135	502	207.01			
	Toplam	105626.128	505				

Psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz-yeterliklerinin, algılanan anne tutumlarına göre anlamlı bir farklılık olup olmadığı yapılan Tek Yönlü ANOVA (F Testi) sonucunda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

3.1.4.2. Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Öz-Yeterliklerinin Algılanan Baba Tutumları ile İlişisine Ait Bulgular

Psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz-yeterlikleri algılanan baba tutumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin ANOVA sonuçları aşağıdaki tabloda sunulmuştur.

Tablo 5. Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Öz-Yeterlikleri Puanlarının Algılanan Baba Tutumlarına Göre ANOVA Sonuçları

SDÖB Alt Boyutlar	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Yardım Becerileri Faktörü – Keşif	Gruplararası	114.750	3	38.25	1.136	.334	-
	Gruplariçi	16605.303	493	33.68			
	Toplam	16720.052	496				
Yardım Becerileri Faktörü – İlgörü	Gruplararası	80.464	3	26.82	.416	.742	-
	Gruplariçi	31813.604	493	64.53			
	Toplam	31894.068	496				
Yardım Becerileri Faktörü – Eylem	Gruplararası	17.679	3	5.89	.201	.895	-
	Gruplariçi	14426.285	493	29.26			
	Toplam	14443.964	496				
Oturumu Yönetme Faktörü	Gruplararası	22.738	3	7.58	.047	.987	-
	Gruplariçi	80036.964	493	162.35			
	Toplam	80059.702	496				
Psikolojik Danışmada Zorluklar Faktörü – İlişkide Çatışmalar	Gruplararası	119.951	3	39.98	.450	.718	-
	Gruplariçi	43850.013	493	88.95			
	Toplam	43969.964	496				
Psikolojik Danışmada Zorluklar Faktörü – Danışan Problemleri	Gruplararası	792.051	3	264.02	1.260	.287	-
	Gruplariçi	103268.368	493	209.47			
	Toplam	104060.419	496				

Psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz-yeterliklerinin, algılanan baba tutumlarına göre anlamlı bir farklılık olup olmadığı yapılan Tek Yönlü ANOVA (F Testi) sonucunda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

3.2. Psikolojik Danışman Adaylarının Duygusal Öz-Yeterlikleri ve Psikolojik Danışma Öz-Yeterlikleri Arasındaki İlişkiler

Psikolojik danışman adaylarının duygusal öz-yeterlikleri ve psikolojik danışma öz-yeterlikleri arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla ilgili ölçek ve alt boyutlardan elde ettikleri puanlar arasında hesaplanan korelasyon katsayıları Tablo 6’da verilmiştir.

Tablo 6. Psikolojik Danışman Adaylarının Duygusal Öz-Yeterlikleri ve Psikolojik Danışma Öz-Yeterlikleri Arasındaki Korelasyonlar

	Yardım Becerileri Faktörü – Keşif	Yardım Becerileri Faktörü – İçgörü	Yardım Becerileri Faktörü – Eylem	Oturumu Yönetme Faktörü	Psikolojik Danışmada Zorluklar Faktörü – İlişkide Çatışmalar	Psikolojik Danışmada Zorluklar Faktörü – Danışan Problemleri
Duyguları düzenleme	.359**	.260**	.311**	.365**	.245**	.307**
Duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma	.312**	.223**	.277**	.355**	.242**	.259**
Duyguları anlama	.386**	.213**	.290**	.372**	.125**	.240**
Duyguları algılama	.417**	.190**	.274**	.355**	.137**	.201**

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

Tablo 6’dan da görülebileceği gibi, duygusal öz-yeterliğin tüm alt boyutları ile psikolojik danışma öz-yeterliğin tüm alt boyutları arasında pozitif yönde ilişki bulunmaktadır. Korelasyon katsayılarına bakıldığında duygusal öz-yeterlik ile psikolojik danışma öz-yeterliğin yardım becerileri faktörünün keşif alt boyutu arasındaki ilişkide; duyguları düzenleme alt boyutu için ($r=.359$, $p<.01$), duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma alt boyutu için ($r=.312$, $p<.01$), duyguları anlama alt boyutu için ($r=.386$, $p<.01$) ve duyguları algılama alt boyutu için ($r=.417$, $p<.01$) olarak bulunmuştur.

İçgörü alt boyutu ile arasındaki ilişkide; duyguları düzenleme alt boyutu için ($r=.260$, $p<.01$), duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma alt boyutu için ($r=.223$, $p<.01$), duyguları anlama alt boyutu için ($r=.213$, $p<.01$) ve duyguları algılama alt boyutu için ($r=.190$, $p<.01$) olarak bulunmuştur.

Eylem alt boyutu ile arasındaki ilişkide; duyguları düzenleme alt boyutu için ($r=.311$, $p<.01$), duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma alt boyutu için ($r=.277$, $p<.01$), duyguları anlama alt boyutu için ($r=.290$, $p<.01$) ve duyguları algılama alt boyutu için ($r=.274$, $p<.01$) olarak bulunmuştur.

Oturumu yönetme faktörü ile arasındaki ilişkide; duyguları düzenleme alt boyutu için ($r=.365$, $p<.01$), duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma alt boyutu için ($r=.355$, $p<.01$), duyguları anlama alt boyutu için ($r=.372$, $p<.01$) ve duyguları algılama alt boyutu için ($r=.355$, $p<.01$) olarak bulunmuştur.

Psikolojik danışma öz-yeterliğin psikolojik danışmada zorluklar faktörünün ilişkide çatışmalar alt boyutu ile arasındaki ilişkide; duyguları düzenleme alt boyutu için ($r=.245$, $p<.01$), duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma alt boyutu için ($r=.242$, $p<.01$), duyguları anlama alt boyutu için ($r=.125$, $p<.01$) ve duyguları algılama alt boyutu için ($r=.137$, $p<.01$) olarak bulunmuştur.

Danışan problemleri alt boyutu ile arasındaki ilişkide; duyguları düzenleme alt boyutu için ($r=.307$, $p<.01$), duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma alt boyutu için ($r=.259$, $p<.01$), duyguları anlama alt boyutu için ($r=.240$, $p<.01$) ve duyguları algılama alt boyutu için ($r=.201$, $p<.01$) olarak bulunmuştur.

3.3. Psikolojik Danışman Adaylarının Duygusal Öz-Yeterliklerinin Psikolojik Danışma Öz-Yeterliklerini Yordamadaki Rolüne İlişkin Bulgular

Psikolojik danışman adaylarının duygusal öz-yeterliklerinin psikolojik danışma öz-yeterliğin yardım becerileri faktörünün keşif alt boyutunu anlamlı düzeyde yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi kullanılmış ve sonuçlar Tablo 7’de verilmiştir.

Tablo 7. Psikolojik Danışman Adaylarının Duygusal Öz-Yeterliklerinin Psikolojik Danışma Öz-Yeterliğin Yardım Becerileri Faktörünün Keşif Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Model	B	SH	β	t	p
Sabit	9.604	2.103		4.566	.000
Duyguları düzenleme	.201	.077	.148	2.607	.009
Duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma	.064	.078	.045	.823	.411
Duyguları anlama	.149	.086	.104	1.737	.083
Duyguları algılama	.421	.096	.250	4.361	.000
R=.460	R ² =.205	F ₍₄₋₅₀₁₎ =33.602		p=.000	

Tablo 7 incelendiğinde duyguları düzenleme ($\beta=.148$, $t=2.607$, $p<.01$) ve duyguları algılama ($\beta=.250$, $t=4.361$, $p<.001$) keşif alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordamaktadır ($F_{(4-501)} =33.602$, $p<.001$). Duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma ($\beta=.045$, $t=.823$, $p>.05$) ve duyguları anlamının ($\beta=.104$, $t=1.737$, $p>.05$) ise keşif alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordamadığı görülür. Duyguları düzenleme ve duyguları algılama keşifteki toplam varyansın %20,5'ini açıklamaktadır. Bu sonuç, duyguları düzenleme ve duyguları algılamanın keşif alt boyutu üzerinde önemli bir etkisinin olduğunu göstermektedir.

Psikolojik danışman adaylarının duygusal öz-yeterliklerinin psikolojik danışma öz-yeterliğin yardım becerileri faktörünün içgörü alt boyutunu anlamlı düzeyde yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi kullanılmış ve sonuçlar Tablo 8'de verilmiştir.

Tablo 8. Psikolojik Danışman Adaylarının Duygusal Öz-Yeterliklerinin Psikolojik Danışma Öz-Yeterliğin Yardım Becerileri Faktörünün İçgörü Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Model	B	SH	β	t	p
Sabit	17.701	3.166		5.591	.000
Duyguları düzenleme	.304	.116	.161	2.616	.009
Duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma	.139	.117	.070	1.194	.233
Duyguları anlama	.132	.129	.066	1.021	.308
Duyguları algılama	.072	.145	.031	.498	.619
R=.278	R ² =.070	F ₍₄₋₅₀₁₎ =10.501		p=.000	

Tablo 8 incelendiğinde duyguları düzenleme ($\beta=.161$, $t=2.616$, $p<.01$) içgörü alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordamaktadır ($F_{(4-501)} =10.501$, $p<.001$). Duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma ($\beta=.070$, $t=1.194$, $p>.05$), duyguları anlama ($\beta=.066$, $t=1.021$, $p>.05$) ve duyguları algılamanın ($\beta=.031$, $t=.498$, $p>.05$) ise içgörü alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordamadığı görülür. Duyguları düzenleme içgörüdeki toplam varyansın %7'sini açıklamaktadır. Bu sonuç, duyguları düzenlemenin içgörü alt boyutu üzerinde düşük bir etkisinin olduğunu göstermektedir.

Psikolojik danışman adaylarının duygusal öz-yeterliklerinin psikolojik danışma öz-yeterliğin yardım becerileri faktörünün eylem alt boyutunu anlamlı düzeyde yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi kullanılmış ve sonuçlar Tablo 9'da verilmiştir.

Tablo 9. Psikolojik Danışman Adaylarının Duygusal Öz-Yeterliklerinin Psikolojik Danışma Öz-Yeterliğin Yardım Becerileri Faktörünün Eylem Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Model	B	SH	β	t	p
Sabit	8.685	2.067		4.202	.000
Duyguları düzenleme	.198	.076	.157	2.615	.009
Duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma	.112	.076	.084	1.468	.143
Duyguları anlama	.131	.084	.098	1.560	.119
Duyguları algılama	.138	.095	.088	1.452	.147
R=.353	R ² =.118	F ₍₄₋₅₀₁₎ =17.813		p=.000	

Tablo 9 incelendiğinde duyguları düzenleme ($\beta=.157$, $t=2.615$, $p<.01$) eylem alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordamaktadır ($F_{(4-501)} =17.813$, $p<.001$). Duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma ($\beta=.084$, $t=1.468$, $p>.05$), duyguları anlama ($\beta=.098$, $t=1.560$, $p>.05$) ve duyguları algılamanın ($\beta=.088$, $t=1.452$, $p>.05$) ise eylem alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordamadığı görülür. Duyguları düzenleme eylemdeki toplam varyansın %11,8'ini açıklamaktadır. Bu sonuç, duyguları düzenlemenin eylem alt boyutu üzerinde düşük bir etkisinin olduğunu göstermektedir.

Psikolojik danışman adaylarının duygusal öz-yeterliklerinin psikolojik danışma öz-yeterliğin oturumu yönetme faktörünü anlamlı düzeyde yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi kullanılmış ve sonuçlar Tablo 10'da verilmiştir.

Tablo 10. Psikolojik Danışman Adaylarının Duygusal Öz-Yeterliklerinin Psikolojik Danışma Öz-Yeterliğin Oturumu Yönetme Faktörünü Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Model	B	SH	β	t	p
Sabit	13.821	4.662		2.965	.003
Duyguları düzenleme	.396	.171	.133	2.318	.021
Duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma	.435	.172	.139	2.528	.012
Duyguları anlama	.446	.190	.142	2.345	.019
Duyguları algılama	.456	.214	.124	2.135	.033
R=.441	R ² =.188	F ₍₄₋₅₀₁₎ =30.259		p=.000	

Tablo 10 incelendiğinde duyguları düzenleme ($\beta=.133$, $t=2.318$, $p<.05$), duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma ($\beta=.139$, $t=2.528$, $p<.05$), duyguları anlama ($\beta=.142$, $t=2.345$, $p<.05$) ve duyguları algılama ($\beta=.124$, $t=2.135$, $p<.05$) oturumu yönetme faktörünü anlamlı bir şekilde yordamaktadır ($F_{(4-501)} =30.259$, $p<.001$). Duyguları düzenleme, duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma, duyguları anlama ve duyguları algılama oturumu yönetmedeki toplam varyansın %18,8'ini açıklamaktadır. Bu sonuç, duyguları düzenleme, duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma, duyguları anlama ve duyguları algılamanın oturumu yönetme faktörü üzerinde önemli bir etkisinin olduğunu göstermektedir.

Psikolojik danışman adaylarının duygusal öz-yeterliklerinin psikolojik danışma öz-yeterliğin psikolojik danışmada zorluklar faktörünün ilişkide çatışmalar alt boyutunu anlamlı düzeyde yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi kullanılmış ve sonuçlar Tablo 11'de verilmiştir.

Tablo 11. Psikolojik Danışman Adaylarının Duygusal Öz-Yeterliklerinin Psikolojik Danışma Öz-Yeterliğin Psikolojik Danışmada Zorluklar Faktörünün İlişkide Çatışmalar Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Model	B	SH	β	t	p
Sabit	10.812	3.688		2.932	.004
Duyguları düzenleme	.374	.135	.171	2.769	.006
Duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma	.340	.136	.147	2.496	.013
Duyguları anlama	-.143	.150	-.062	-.952	.341
Duyguları algılama	.073	.169	.027	.432	.666
R=.271	R ² =.066	F ₍₄₋₅₀₁₎ =9.905		p=.000	

Tablo 11 incelendiğinde duyguları düzenleme ($\beta=.171$, $t=2.769$, $p<.01$) ve duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma ($\beta=.147$, $t=2.496$, $p<.05$) ilişkide çatışmalar alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordamaktadır ($F_{(4-501)} =9.905$, $p<.001$). Duyguları anlama ($\beta=-.062$, $t=-.952$, $p>.05$) ve duyguları algılamanın ($\beta=.027$, $t=.432$, $p>.05$) ise ilişkide çatışmalar alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordamadığı görülür. Duyguları düzenleme ve duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma ilişkide çatışmalardaki toplam varyansın %6,6'sını açıklamaktadır. Bu sonuç, duyguları düzenleme ve duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanmanın ilişkide çatışmalar alt boyutu üzerinde düşük bir etkisinin olduğunu göstermektedir.

Psikolojik danışman adaylarının duygusal öz-yeterliklerinin psikolojik danışma öz-yeterliğin psikolojik danışmada zorluklar faktörünün danışan problemleri alt boyutunu anlamlı düzeyde yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi kullanılmış ve sonuçlar Tablo 12'de verilmiştir.

Tablo 12. Psikolojik Danışman Adaylarının Duygusal Öz-Yeterliklerinin Psikolojik Danışma Öz-Yeterliğin Psikolojik Danışmada Zorluklar Faktörünün Danışan Problemleri Alt Boyutunu Yordamasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Model	B	SH	β	t	p
Sabit	15.552	5.596		2.779	.006
Duyguları düzenleme	.693	.205	.205	3.378	.001
Duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma	.298	.207	.083	1.441	.150
Duyguları anlama	.285	.228	.080	1.249	.212
Duyguları algılama	.019	.257	.004	.073	.942
R=.323	R ² =.097	F ₍₄₋₅₀₁₎ =14.591		p=.000	

Tablo 12 incelendiğinde duyguları düzenleme (β =.205, t =3.378, p <.01) danışan problemleri alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordamaktadır ($F_{(4-501)} = 14.591$, p <.001). Duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma (β =.083, t =1.441, p >.05), duyguları anlama (β =.080, t =1.249, p >.05) ve duyguları algılamanın (β =.004, t =.073, p >.05) ise danışan problemleri alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordamadığı görülür. Duyguları düzenleme danışan problemlerindeki toplam varyansın %9,7'sini açıklamaktadır. Bu sonuç, duyguları düzenlemenin danışan problemleri alt boyutu üzerinde düşük bir etkisinin olduğunu göstermektedir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

TARTIŞMA

Bu bölümde araştırmanın amacına uygun olarak toplanan verilerin istatistiksel analizi sonucu elde edilen bulguların tartışılması ve yorumlanmasına yer verilmiştir. Tartışma ve yorumlama sırasıyla psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz-yeterlikleri ile demografik değişkenler arasındaki ilişkiye ait bulguların tartışılması, psikolojik danışman adaylarının duygusal öz-yeterlikleri ve psikolojik danışma öz-yeterlikleri arasındaki ilişkilere ait bulguların tartışılması ve psikolojik danışman adaylarının duygusal öz-yeterliklerinin psikolojik danışma öz-yeterliklerini yordamadaki rolüne ilişkin bulguların tartışılması olmak üzere üç ana başlık altında sunulmuştur.

4.1. Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Öz-Yeterlikleri ile Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması

Bu araştırmanın psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz yeterliklerinin cinsiyet ile ilişkisine ait bulguları incelendiğinde psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz yeterliklerinden yardım becerileri faktörünün keşif alt boyutu ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu bulgudan hareketle, kadınların psikolojik danışma öz yeterliğinin alt boyutlarından olan keşif becerilerinde erkeklerden daha fazla öz yeterlik düzeylerine sahip oldukları görülmektedir. Bu bulguyu destekleyici olarak Aliyev ve Tunç (2014)'un psikolojik danışma öz yeterlik seviyesini etkileyen faktörlerin araştırıldığı çalışmada cinsiyet anlamlı farklılık ortaya koymuştur. Yayla (2016) yapmış olduğu çalışmada psikolojik danışma öz yeterlik ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Psikolojik danışmanların özel eğitimde psikolojik danışma öz yeterliklerinin cinsiyete göre bir farklılık bulunmamaktadır (Aksoy ve Diken, 2009). Yine bir başka çalışmada psikolojik danışma oturumunu yönetmede lisansüstü eğitime sahip olanlarda ve lisans eğitimi dışında başka bir eğitim alanlarda psikolojik danışma öz yeterliği yüksek olup bu cinsiyete göre değişmediği bulguları elde edilmiştir (Yam, 2014). Bu çalışmada, psikolojik danışma öz yeterliklerinden yardım becerileri faktörünün alt boyutlarından olan keşif alt boyutunda cinsiyet ile anlamlı bir ilişki bulunmuş olup psikolojik danışma öz yeterliklerinden yardım becerileri faktörünün alt boyutlarından olan içgörü

ile eylem, oturumu yönetme faktörü ve psikolojik danışmada zorluklar faktörünün ilişkide çatışmalar ve danışan problemleri alt boyutları ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Literatür incelemesi yapıldığında psikolojik danışma öz yeterliklerinin cinsiyet ile ilişkisini inceleyen çok fazla araştırma bulunamamıştır. Bu nedenle bu çalışmanın ilgili literatüre katkı sağlayabileceği söylenebilir. Bu araştırmada sadece psikolojik danışma öz yeterliklerinden yardım becerileri faktörünün keşif alt boyutu ile anlamlı bir farklılık bulunmuştur.

Psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz yeterliklerinin sınıf düzeyleri ile ilişkisine ait bulgular incelendiğinde 3 ve 4. sınıfta öğrenim görmekte olan psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz yeterliklerinden yardım becerileri faktörünün keşif alt boyutunda ve oturumu yönetme faktöründe 4. sınıfta öğrenim görmekte olan psikolojik danışman adaylarının 3. sınıfta öğrenim görmekte olan psikolojik danışman adaylarına göre daha yüksek psikolojik danışma öz yeterlik düzeylerine sahip oldukları görülmektedir. Bu bulguyu destekleyici olarak Yayla (2016)'nın eğitim düzeyi lisansüstü olan psikolojik danışmanlar ile lisans eğitim düzeyinde olanların psikolojik danışma öz yeterliklerini ilişkilendirdiği çalışmada lisansüstü eğitim düzeyine sahip olan psikolojik danışmanların lisans eğitim düzeyine sahip olan psikolojik danışmanlara göre daha yüksek psikolojik danışma öz yeterliğe sahip olduklarını bulmuştur. Psikolojik danışma oturumunu yönetmede lisansüstü eğitime sahip olanlarda ve lisans eğitimi dışında başka bir eğitim alanlarda psikolojik danışma öz yeterliği yüksek çıkmıştır (Yam, 2014). Bu durum lisansüstü eğitim düzeyine sahip olan psikolojik danışmanların eğitim olarak daha fazla vakit geçirmiş olmaları ve mesleki deneyim olarak daha fazla zaman geçirdikleri varsayılırsa 4. sınıf öğrencilerin 3. sınıf öğrencilere göre daha yüksek psikolojik danışma öz yeterlik düzeyi göstermesi beklenebilirdi. Fakat bu durum psikolojik danışman adaylarının, psikolojik danışma öz yeterliklerinden sadece yardım becerileri faktörünün keşif alt boyutu ile oturumu yönetme faktörü ile sınırlı kalmıştır. Psikolojik danışma öz yeterliklerinden yardım becerileri faktörünün alt boyutlarından olan içgörü ve eylem ile psikolojik danışmada zorluklar faktörünün alt boyutlarından olan ilişkide çatışmalar ve danışan problemleri ile psikolojik danışman adaylarının sınıf düzeylerine göre anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bu çalışmadan elde edilen veriler ile geçmiş çalışmalara göz atıldığında psikolojik danışman adaylarının veya psikolojik danışmanların, psikolojik danışma süreci ile doğrudan ya da dolaylı olarak daha fazla

deneyim yaşamaları psikolojik danışma süreci hakkında kendilerine olan öz güvenini artırabileceği böylece psikolojik danışma ile tecrübe ve deneyim yaşadıkları içinde psikolojik danışma öz yeterliklerini yükseltebileceği düşünülmektedir (Saticı, 2014). Okul psikolojik danışmanları üzerinde gerçekleştirilen çalışmada mesleki deneyim süreleri, mezun olunan lisans programı, özel eğitim düzeyleri ve aldıkları uzman desteği ile psikolojik danışma öz yeterliği arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Aksoy ve Diken, 2009). Bu çalışmalar araştırmada elde edilen bulguları destekler niteliktedir. 1 ve 4. Sınıf psikolojik danışma lisans öğrencilerinin psikolojik danışma öz yeterlik düzeylerinin belirlendiği betimsel bir araştırmada 1 ve 4. Sınıf psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz yeterlik düzeyleri arasında anlamlı bir fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Şahin Kıralp, 2015). Bu çalışma araştırmada elde edilen bulguları desteklememektedir. Literatür taraması yapıldığında psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz yeterliklerinin sınıf düzeyleri ile ilişkisine ait araştırmanın az olduğu görülmektedir. Bu araştırmaların ise büyük çoğunluğu araştırmadaki bulguları desteklemektedir. Araştırmada elde edilen bulgulara göre beklenen sonuçlar elde edilmiştir.

Psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz yeterliklerinin sosyoekonomik düzeyi ve algılanan anne, baba tutumları ile ilişkisine ait bulgular incelendiğinde psikolojik danışma öz yeterliği ile sosyoekonomik düzey, algılanan anne ve baba tutumları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Literatür incelendiğinde, psikolojik danışma öz yeterliklerinin sosyoekonomik düzeyi ve algılanan anne, baba tutumları ile ilişkisine ait herhangi bir çalışmanın olmamasından dolayı bu bulgumuzun karşılaştırmalı olarak tartışılması mümkün değildir.

4.2. Psikolojik Danışman Adaylarının Duygusal Öz-Yeterlikleri ve Psikolojik Danışma Öz-Yeterlikleri Arasındaki İlişkilere Ait Bulguların Tartışılması

Psikolojik danışman adaylarının duygusal öz yeterlikleri ve psikolojik danışma öz yeterlikleri arasındaki ilişkiler incelendiğinde duygusal öz yeterliğin tüm alt boyutları (duyguları düzenleme, duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma, duyguları anlama, duyguları algılama) ile psikolojik danışma öz yeterliklerinin tüm alt boyutları (yardım becerileri faktörü-keşif alt boyutu, yardım becerileri faktörü-içgörü alt boyutu, yardım becerileri faktörü-eylem alt boyutu, oturumu yönetme faktörü, psikolojik danışmada zorluklar faktörü-ilişkide çatışmalar alt boyutu, psikolojik danışmada

zorluklar faktörü-danışan problemleri alt boyutu) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Literatür tarandığında psikolojik danışman adaylarının duygusal öz yeterlik düzeylerini ölçtüğü veya hangi düzeyde olduğuna dair çalışmalara rastlanamamıştır. Araştırmacılar bu konu üzerine çalışmalarını yoğunlaştırabilirler. Literatür incelendiği zaman, psikolojik danışman adaylarının duygusal öz yeterlikleri ve psikolojik danışma öz yeterlikleri arasındaki ilişkiler ait herhangi bir çalışmanın olmamasından dolayı bu bulgumuzun karşılaştırmalı olarak tartışılması mümkün değildir. Araştırmanın giriş kısmında bahsedildiği gibi psikolojik danışma ihtiyacı duyan danışanın yaşadığı sorunu duygusal boyutlara dayanmaktadır (Işık Terzi ve Ergüner Tekinalp, 2013). Bilişsel veya davranışsal olarak sorun yaşayan danışanlar ise bu sorunlarından dolayı duygusal bunalıma girmektedirler (Dryden, 2012). Bu bilgiler ışığında danışan psikolojik danışmaya duygusal olarak bir sorun yaşadığı için veya yaşadığı sorundan dolayı duygusal olarak olumsuz süreç geçirdiği için ihtiyaç duymaktadır. Psikolojik danışman adaylarının duygusal öz yeterlikleri ve psikolojik danışma öz yeterlikleri arasındaki ilişkilere ait bulgularda pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunması beklendik bir sonuçtur.

4.3. Psikolojik Danışman Adaylarının Duygusal Öz-Yeterliklerinin Psikolojik Danışma Öz-Yeterliklerini Yordamadaki Rolüne İlişkin Bulguların Tartışılması

Psikolojik danışman adaylarının duygusal öz yeterliklerinin psikolojik danışma öz yeterliklerini yordamadaki rolüne ilişkin bulgular incelendiğinde psikolojik danışman adaylarının duygusal öz yeterliklerinin psikolojik danışma öz yeterliğin yardım becerileri faktörünün keşif alt boyutunu yordamasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçlarına göre duyguları düzenleme ve duyguları algılama keşif alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma ve duyguları anlamanın ise keşif alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordamadığı görülmektedir. Duyguları düzenleme ve duyguları algılama keşif alt boyutundaki toplam varyansın %20,5'ini açıklamaktadır. Bu durum duyguları düzenleme ve duyguları algılamanın keşif alt boyutu üzerinde önemli bir etkisinin olduğunu göstermektedir.

Psikolojik danışman adaylarının duygusal öz yeterliklerinin psikolojik danışma öz yeterliğin yardım becerileri faktörünün içgörü alt boyutunu yordamasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçlarına göre sadece duyguları düzenlemenin içgörü alt boyutunu

yordadığı görülmektedir. Duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma, duyguları anlama ve duyguları algılamanın ise içgörü alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordamadığı görülmektedir. Duyguları düzenleme içgörü alt boyutundaki toplam varyansın %7'sini açıklamakta olup bu sonuç, duyguları düzenlemenin içgörü alt boyutu üzerinde düşük bir etkisinin olduğunu göstermektedir.

Psikolojik danışman adaylarının duygusal öz yeterliklerinin psikolojik danışma öz yeterliğin yardım becerileri faktörünün eylem alt boyutunu yordamasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçlarına göre duyguları düzenlemenin eylem alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordadığı görülmektedir. Duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma, duyguları anlama ve duyguları algılamanın ise eylem alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordamadığı görülmektedir. Duyguları düzenleme eylem alt boyutundaki toplam varyansın %11,8'ini açıklamakta olup bu sonuç, duyguları düzenlemenin eylem alt boyutu üzerinde düşük bir etkisinin olduğunu göstermektedir. Yüzleştirme becerisi eğitimi alan psikolojik danışman ile danışanın kişisel gelişiminin ve danışanda iyileşmenin arttığı bulunmuştur (Uslu, 2005). Psikolojik danışma sürecinde kullanılan yüzleştirmenin incelendiği bu araştırmada yüzleştirmede başarılı olan psikolojik danışmanların danışana daha fazla katkı yaptıkları bulunmuştur. Psikolojik danışmanın danışana verdiği bu katkı ile psikolojik danışma öz yeterliğini artıracığı düşünülmektedir. Bu bulgu araştırmayı desteklemektedir.

Psikolojik danışman adaylarının duygusal öz yeterliklerinin psikolojik danışma öz yeterliğin oturumu yönetme faktörünü yordamasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçlarına göre duyguları düzenleme, duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma, duyguları anlama ve duyguları algılamanın oturumu yönetme faktörünü anlamlı bir şekilde yordadığı görülmektedir. Duyguları düzenleme, duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma, duyguları anlama ve duyguları algılamanın oturumu yönetmedeki toplam varyansın %18,8'ini açıklamakta olup bu sonuç, duyguları düzenleme, duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma, duyguları anlama ve duyguları algılamanın oturumu yönetme faktörü üzerinde önemli bir etkisinin olduğunu göstermektedir.

Psikolojik danışman adaylarının duygusal öz yeterliklerinin psikolojik danışma öz yeterliğin psikolojik danışmada zorluklar faktörünün ilişkide çatışmalar alt boyutunu yordamasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçlarına göre duyguları düzenleme ve

duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanmanın ilişkide çatışmalar alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordadığı görülmektedir. Duyguları anlama ve duyguları algılamanın ise ilişkide çatışmalar alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordamadığı görülmektedir. Duyguları düzenleme ve duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanmanın ilişkide çatışmalar alt boyutundaki toplam varyansın %6.6'sını açıklamakta olup bu sonuç, duyguları düzenleme ve duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanmanın ilişkide çatışmalar alt boyutu üzerinde düşük bir etkisinin olduğunu göstermektedir.

Psikolojik danışman adaylarının duygusal öz yeterliklerinin psikolojik danışma öz yeterliğin psikolojik danışmada zorluklar faktörünün danışan problemleri alt boyutunu yordamasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçlarına göre duyguları düzenlemenin danışan problemleri alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordadığı görülmektedir. Duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma, duyguları anlama ve duyguları algılamanın ise danışan problemleri alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordamadığı görülmektedir. Duyguları düzenleme danışan problemlerindeki toplam varyansın %9,7'sini açıklamakta olup bu sonuç, duyguları düzenlemenin danışan problemleri alt boyutu üzerinde düşük bir etkisinin olduğunu göstermektedir. Literatür taraması yapıldığında psikolojik danışman adaylarının duygusal öz-yeterliklerinin psikolojik danışma öz-yeterliklerini yordamasına yönelik çalışmaya rastlanmadığı için araştırmadan elde edilen bulguların karşılaştırmalı olarak tartışılması mümkün değildir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu kısımda, araştırmadan elde edilen bulgular ve yapılan yorumlara ilişkin sonuçlara yer verilmiştir. Bu sonuçlara bağlı olarak da önerilerde bulunulmuştur.

Sonuç

Bu araştırmada, psikolojik danışma öz yeterliklerinden yardım becerileri faktörünün alt boyutlarından olan keşif alt boyutunda cinsiyet ile anlamlı bir ilişki bulunmuş olup psikolojik danışma öz yeterliklerinden yardım becerileri faktörünün alt boyutlarından olan içgörü ile eylem, oturumu yönetme faktörü ve psikolojik danışmada zorluklar faktörünün ilişkide çatışmalar ve danışan problemleri alt boyutları ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Kadınların keşif becerileri erkeklere göre daha yüksek çıkmıştır.

Psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz yeterliklerinden yardım becerileri faktörünün keşif alt boyutu ve oturumu yönetme faktöründe 4. sınıfta öğrenim görmekte olan psikolojik danışman adaylarının 3. sınıfta öğrenim görmekte olan psikolojik danışman adaylarına göre daha yüksek psikolojik danışma öz yeterlik düzeylerine sahip oldukları bulunmuştur. Psikolojik danışma öz yeterliklerinden yardım becerileri faktörünün alt boyutlarından olan içgörü ve eylem ile psikolojik danışmada zorluklar faktörünün alt boyutlarından olan ilişkide çatışmalar ve danışan problemleri ile psikolojik danışman adaylarının sınıf düzeylerine göre anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. 4. sınıfların keşif becerileri ve oturumu yönetme faktörü 3. sınıflara göre daha yüksek çıkmıştır.

Psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz yeterliği ile sosyoekonomik düzey, algılanan anne ve baba tutumları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Psikolojik danışman adaylarının duygusal öz yeterlikleri ve psikolojik danışma öz yeterlikleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Duyguları düzenleme ve duyguları algılamanın keşif alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordadığı, duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma ve duyguları anlamının ise keşif alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordamadığı bulunmuştur. Duyguları düzenleme ve duyguları algılamanın keşif alt boyutundaki toplam varyansın %20,5'ini açıkladığı ve önemli bir etkisinin olduğu bulunmuştur.

Duyguları düzenlemenin içgörü alt boyutunu yordadığı, duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma, duyguları anlama ve duyguları algılamanın ise içgörü alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordamadığı bulunmuştur. Duyguları düzenlemenin içgörü alt boyutundaki toplam varyansın %7'sini açıkladığı ve düşük bir etkisinin olduğu bulunmuştur.

Duyguları düzenlemenin eylem alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordadığı, duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma, duyguları anlama ve duyguları algılamanın ise eylem alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordamadığı bulunmuştur. Duyguları düzenlemenin eylem alt boyutundaki toplam varyansın %11,8'ini açıkladığı ve düşük bir etkisinin olduğu bulunmuştur.

Duyguları düzenleme, duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma, duyguları anlama ve duyguları algılamanın oturumu yönetme faktörünü anlamlı bir şekilde yordadığı bulunmuştur. Duyguları düzenleme, duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma, duyguları anlama ve duyguları algılamanın oturumu yönetmedeki toplam varyansın %18,8'ini açıkladığı ve önemli bir etkisinin olduğu bulunmuştur.

Duyguları düzenleme ve duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanmanın ilişkide çatışmalar alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordadığı, duyguları anlama ve duyguları algılamanın ise ilişkide çatışmalar alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordamadığı bulunmuştur. Duyguları düzenleme ve duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanmanın ilişkide çatışmalar alt boyutundaki toplam varyansın %6,6'sını açıkladığı ve düşük bir etkisinin olduğu bulunmuştur.

Duyguları düzenlemenin danışan problemleri alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordadığı, duyguları düşünceye destekleyici olarak kullanma, duyguları anlama ve duyguları algılamanın ise danışan problemleri alt boyutunu anlamlı bir şekilde yordamadığı bulunmuştur. Duyguları düzenlemenin danışan problemlerindeki toplam varyansın %9,7'sini açıkladığı ve düşük bir etkisinin olduğu bulunmuştur.

Öneriler

Bu araştırma bulgularında 4. sınıf öğrencilerin 3. sınıf öğrencilere göre daha yüksek psikolojik danışma öz yeterlik düzeyi gösterdiği bulunmuştur. Psikolojik danışma süreci hakkında deneyim kazanmanın psikolojik danışma öz yeterliğini artıracığı düşünülmektedir. Buradan yola çıkarak üniversitelerin psikolojik danışma sürecine

ilişkin daha detaylı kuramsal bir eğitim ve sadece teori ile kalmayıp uygulamaya dönük eğitim vermeleri önerilebilir. Üniversiteler, psikolojik danışman adaylarının lisans eğitimlerine ek olarak terapi ve danışma dersleri gibi imkanlar sağlayıp öğrencilerin bundan azami verim almalarını sağlamaları faydalı olabilir.

Psikolojik danışma sürecinin araştırmanın çıkış noktasında olduğu gibi duygusal boyutu ağır basan bir süreç olarak görülmektedir. Duygusal öz yeterliği yüksek olan psikolojik danışmanın duygusal olarak sorun yaşamakta olan danışana daha iyi yardım verebileceği düşünülmektedir. Buradan yola çıkarak psikolojik danışman adaylarına lisans eğitimleri boyunca duygusal öz yeterliklerini artıracak bir takım program veya dersler düzenlenebilir. Yine duygusal öz yeterliği artıran faktörlerin neler olabileceği hakkında daha detaylı çalışmalar yapılabilir.

Duygusal öz yeterlik ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde duygusal öz yeterliğin kaygı ile negatif yönde anlamlı bir ilişkisi olduğu bulunmuştur (Niditch ve Varela, 2012; Galla ve Wood, 2012). Psikolojik danışma sürecinde psikolojik danışmanların danışan sorunları ile mücadele ederken kaygı yaşayabileceği düşünülmektedir. Duygusal öz yeterliği yüksek olan psikolojik danışman psikolojik danışma süreci boyunca daha az kaygı yaşayacağı düşünülmektedir. Psikolojik danışma sürecinde danışanın yaşadığı sorunun kaynağında duygusal olarak yaşadığı bunalım varsayılırsa psikolojik danışmanlarında duygusal öz yeterliklerinin yüksek olması bu sorunlar ile mücadele etmede danışana daha iyi yardım sunabileceği düşünülmektedir. Bu sebepten dolayı üniversitelerde lisans eğitimleri boyunca psikolojik danışman adaylarına duyguları tanıma, anlama, anlamlandırma, düzenleme ve yönetme gibi derslerin veya eğitimlerin verilmesi faydalı olacağı düşünülmektedir.

İnsanın duygusal bir varlık olduğu düşüncesinden yola çıkılacak olursa duyguları düzenleyen, anlayan, algılayan, yönetebilen ve ifade edebilen psikolojik danışmanların psikolojik danışma süreci boyunca hem kendi duygularına hâkim olabilecek hem de danışanın yaşadığı duygusal durumun farkında olup analiz ederek danışana daha iyi profesyonel yardım hizmeti sunabilecektir. Bu sebepten dolayı duygusal öz yeterliği artıracak her türlü eğitim ve çalışmalar psikolojik danışman adaylarına önerilmektedir. Ayrıca, üniversiteler bu konu üzerine daha fazla yoğunlaşp öğrencilerin eğitim hayatlarına ek olarak duygusal gelişimi artıracak ders ve etkinlikler ekleyebilirler.

Bu çalışmada psikolojik danışman adaylarının cinsiyetleri, sınıf düzeyleri, algılanan anne tutumları, algılanan baba tutumları, algılanan sosyoekonomik düzeyleri, duygusal öz yeterlikleri ile psikolojik danışma öz yeterlikleri arasındaki ilişkiye ve duygusal öz yeterlik algılarına ait puanları psikolojik danışma öz yeterlik algılarına ait puanlarını anlamlı düzeyde yordayıp yordamadığına bakılmıştır. Bu konu üzerinde çalışma yapmak isteyen araştırmacılar psikolojik danışmanlar üzerinde benzer çalışma yapabilirler. Duygusal z yeterlik alt boyutlarını etkileyen etmenler ve psikolojik danışma öz yeterlik faktör ve alt boyutları üzerinde derinlemesine araştırma yapabilirler. Ayrıca, araştırmacılar benzer çalışmayı psikolojik danışman adaylarına duygusal öz yeterliklerini artırıcı etkinlik, drama ve ders gibi faaliyetler gerçekleştirilip son test şeklinde tekrar ölçekler uygulanıp verilecek olan duygusal eğitimin faydası üzerine bilime katkıda bulunabilirler.

KAYNAKÇA

Acar, Nilüfer Voltan, *Gestalt Terapi – Ne Kadar Farkındayım?*, 7. Baskı, Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara, 2017.

Adler, Alfred, “Prevention of Neurosis”, *International Journal of Individual Psychology*, sayı 1, 1935, s. 3-12.

Akgün-Malak, Bahanur, *Hemşirelerin Duygusal Emek, Duygusal Özyeterlik ve Tükenmişlik Düzeylerinin Duygusal Habitus Bağlamında İncelenmesi*, Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara, 2015.

Akkoyunlu, Buket, Orhan, Feza, “Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi (BÖTE) Bölümü Öğrencilerinin Bilgisayar Kullanma Öz Yeterlik İnancı İle Demografik Özellikleri Arasındaki İlişki”, *The Turkish Online Journal of Educational Technology*, cilt 2, sayı 3, 2003, s. 86.

Aksoy, Veysel, Diken, İbrahim H., “Examining School Counselors’ Sense of Self-Efficacy Regarding Psychological Consultation and Counseling in Special Education”, *Elementary Education Online*, Cilt 8, Sayı 3, 2009, s. 709-719.

Alemdağ, Serdar, *Öğretmen Adaylarında Fiziksel Aktiviteye Katılım, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Sosyal Öz-Yeterlik İlişkisinin İncelenmesi*, Doktora Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon, 2013.

Aliyev, Ramin, Tunç, Erhan, “Self-Efficacy in Counseling: The Role of Organizational Psychological Capital, Job Satisfaction, and Burnout”, *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, Cilt 190, 2014, s. 97-105.

Alver, Birol, *Çeşitli Kamu Kurum ve Kuruluşlarında Çalışanların Empatik Becerileri, Karar Stratejileri ve Psikolojik Belirtileri Arasındaki İlişkiler*, Doktora Tezi, Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum. 2003.

Aydın, Fatih, *Psikolojik Danışman Adaylarında Psikolojik Danışma Öz Yeterliği, Umut ve Kaygının Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisi*, Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon, 2016.

Bandura, Albert, “Self-Efficacy Determinants of Anticipated Fears and Calamities”, *Journal of Personality and Social Psychology*, Cilt 45, Sayı 2, 1983, s. 464-469.

Bandura, Albert, "Human Agency in Social Cognitive Theory", *American Psychologist*, Sayı 44, 1989, s. 1175-1184.

Bandura, Albert, "Encyclopedia of Human Behavior", *Academic Press*, Cilt 4, 1994, s. 71-81.

Bandura, Albert, *Self-Efficacy in Changing Societies*, Cambridge University Press, Cambridge, 1997.

Beck, Judith S., *Cognitive Therapy: Basics and Beyond*, The Guilford Press, New York, 1995.

Blom, Rinda, *The Handbook of Gestalt Play Therapy: Practical Guidelines for Child Therapists*, Jessica Kingsley Publishers, Philadelphia, 2006.

Brownell, Philip, *Gestalt Therapy: A Guide to Contemporary Practice*, Springer Publishing Company, New York, 2010.

Burger, Jerry M., *Kişilik: Psikoloji Biliminin İnsan Doğasına Dair Söyledikleri*, çev. İnan Deniz Erguvan Sarioğlu, Kaknüs Yayınları, İstanbul, 2006.

Carlson, Neil R., *Fizyolojik Psikoloji: Davranışın Nörolojik Temelleri*, 8. Baskı, çev. ed. Muzaffer Şahin, Nobel Yayınları, Ankara, 2011.

Ceylan, İbrahim, *Ergenlerin Benlik Saygısı ve Duygusal Öz-Yeterlik Düzeylerinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir, 2013.

Chao, Ruth Chu-Lien, *Counseling Psychology: An Integrated Positive Psychological Approach*, Wiley Blackwell, Chichester, 2015.

Choi, Sungwon, Kluemper, Donald H., Sauley, Kerry S., "Assessing Emotional Self-Efficacy: Evaluating Validity and Dimensionality with Cross-Cultural Samples", *Applied Psychology: An International Review*, 2012.

Demirdüzen, Hilal, *Ergenlerin Algılanan Sosyal Destek Düzeyleri ile Duygusal Özyeterlik Düzeylerinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir, 2013.

Demirel, Yeşim, *Psikolojik Danışman Öz Yetkinlik Ölçeğinin Hazırlanması*, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 2013.

Deniz-Özkan, Burcu, *Ergenlerde Duygusal Öz-Yeterlik ve Sürekli Kaygı İlişkisinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir, 2015.

Dönmez, Kürşad Han, *Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü Öğrencilerinin(1., 2., 3., ve 4. Sınıf) Sosyal Öz-Yeterlikleri İle Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara, 2010.

Drewes, Athena A., *Blending Play Therapy with Cognitive Behavioral Therapy*, John Wiley & Sons, New Jersey, 2009.

Dryden, Windy, Branch, Rhena, *The Fundamentals of Rational Emotive Behaviour Therapy: A Training Handbook*, 2. Baskı, John Wiley & Sons, Chichester, 2008.

Dryden, Windy, *Dealing with Emotional Problems Using Rational-Emotive Cognitive Behaviour Therapy: A Practitioner's Guide*, Routledge, New York, 2012.

Ellsworth, Laura, *Choosing to Heal: Using Reality Therapy in the Treatment of Sexually Abused Children*, Routledge, New York, 2007.

Galla, Brian M., Wood, Jeffrey J., "Emotional Self-Efficacy Moderates Anxiety-Related Impairments in Math Performance in Elementary School-Age Youth", *Personality and Individual Differences*, Sayı 52, 2012, s. 118-122.

Gladding, Samuel T., *Psikolojik Danışma Kapsamlı Bir Meslek*, 6. Baskı, çev. ed. Nilüfer Voltan Acar, Nobel Yayınları, Ankara, 2013.

Gladding, Samuel T., *Aile Terapisi: Tarihi, Kuram ve Uygulamaları*, çev. ed. İbrahim Keklik ve İbrahim Yıldırım, Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği Yayınları, Ankara, 2017.

Glasser, William, *Reality Therapy: A New Approach to Psychiatry*, HarperCollins e-books, 2010.

Gözüm, Sebahat, Aksayan, Seçil, "Öz-Etkililik-Yeterlik Ölçeği'nin Türkçe Formunun Güvenilirlik ve Geçerliliği", *Atatürk Üniv. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, Cilt 2, Sayı 1, 1999, s. 21-34.

Gündüz, Bülent, Karahan, T. Fikret, Sardoğan, Mehmet E., Yılmaz, Mehmet Taki, Deniz, M. Engin, Hamarta, Erdal, Üre, Ömer, Akbağ, Müge, Eroğlu Ünal, Elif, Aksüt, Mehmet, Erözkan, Atılğan, Durmuş, Emine, ***Psikolojik Danışma ve Rehberlik***, ed., M. Engin, Deniz ve Atılğan Erözkan, Tekaç Eylül Yayınları, Mersin, 2006.

Hackney, Harold, Cormier, Sherry, ***Psikolojik Danışma İlke ve Teknikleri: Psikolojik Yardım Süreci El Kitabı***, çev. Tuncay Ergene ve Seher Aydemir Sevim, Mentis Yayıncılık, Ankara, 2008.

Han, Win T., Collie, Kate, Koopman, Cherly, Azarow, Jay, Classen, Catherine, Morrow, Gary R., Michel, Betsy, Brennan-O'Neill, Eileen, Spiegel, David, "Breast Cancer and Problems With Medical Interactions: Relationships with Traumatic Stress, Emotional Self-Efficacy, and Social Support", ***Psycho-Oncology***, Sayı 14, 2005, s. 318-330.

Hays, Danica G., ***Assessment in Counseling A Guide to the Use of Psychological Assessment Procedures***, 5. Baskı, American Counseling Association, 2012.

Heppner, Paul P., Wampold, Bruce E., Kivlighan, Dennis M., ***Psikolojik Danışmada Araştırma Yöntemleri***, çev. ed. Didem Müge Siyez, Mentis Yayıncılık, Ankara, 2008.

Houston, Gaie, ***Brief Gestalt Therapy***, SAGE Publications, London, 2003.

Işık Terzi, Şerife, Ergüner Tekinalp, Bengü, ***Psikolojik Danışmada Güncel Kuramlar***, Pegem Akademi, Ankara, 2013.

Jacobsen, Bo, ***Invitation to Existential Psychology: A Psychology for the Unique Human Being and Its Applications in Therapy***, John & Wiley, Chichester, 2007.

Kağnıcı, Yelda, "Çok Kültürlü Psikolojik Danışma Eğitiminin Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Lisans Programlarına Yerleştirilmesi", ***Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi***, Cilt 5, Sayı 40, 2013, s. 222-231.

Kağnıcı, Yelda, Koydemir, Selda, Çakır, S. Gülfem, Gizir, Cem Ali, Tuna, Mana Ece, ***Grupla Psikolojik Danışma***, 6. Baskı, ed. Ayhan Demir ve Selda Koydemir, Pegem Akademi, Ankara, 2015.

Kararımak, Özlem, "Çok Kültürlülük, Kültürel Duyarlılık ve Psikolojik Danışma", ***Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi***, Cilt 3, Sayı 29, 2008, s. 115-129.

Karasar, Niyazi, *Araştırmalarda Rapor Hazırlama*, 15. Baskı, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, 2009.

Karasar, Niyazi, *Bilimsel Araştırma Yöntemi*, 27. Baskı, Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara, 2014.

Kesici, Şahin, Mert, Abdullah, İlgün Esra, Girgin Büyükbayraktar, Çağla, *Aile Terapisinde Kullanılan Teknikler*, 5. Baskı, Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara, 2017.

Kızılloluk, Hakkı, *Eğitimin Toplumsal Temelleri*, Anı Yayıncılık, Ankara, 2013.

Kirk, Beverley A., Schutte, Nicola S., Hine, Donald W., “Development and Preliminary Validation of An Emotional Self-Efficacy Scale”, *Personality and Individual Differences*, Sayı 45, 2008, s. 432-436.

Kumar, Ranjit, *Araştırma Yöntemleri Yeni Başlayanlar İçin Adım Adım Araştırma Rehberi*, 3. Baskı, çev. ed. Ömay Çokluk, çev. Ömay Çokluk, Güçlü Şekercioğlu ve Hasan Atak, Edge Akademi, Ankara, 2011.

Larson, M. Lisa, Daniels, J. A., “Review of The Counseling Self-Efficacy Literature”, *The Counseling Psychologist*, Sayı 26, 1998, s. 179-218.

Ledley, Deborah Roth, Marx, Brian P., Heimberg, Richard G., *Making Cognitive-Behavioral Therapy Work: Clinical Process for New Practitioners*, The Guilford Press, New York, 2005.

Lowman, Rodney L, *Counseling And Psychotherapy of Work Dysfunctions*, American Psychological Association, Washington, 1993.

Maddux, James E., *Self-Efficacy, Adaptation, and Adjustment: Theory, Research, and Application*, Springer Science+Business Media, New York, 1995.

Mann, Dave, *Gestalt Therapy: 100 Key Points and Techniques*, Routledge, New York, 2010.

McMillan, David W., *Emotion Rituals: A resource for therapists and clients*, Routledge, New York, 2006.

Millî Eğitim Bakanlığı, **Rehberlik Hizmetleri Yönetmeliği**. Ankara, 2017.

Morgil, İnci, Seçken, Nilgün, Yücel, A. Seda, “Kimya Öğretmen Adaylarının Öz-Yeterlik İnançlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi”, *BAÜ Fen Bil. Enst. Dergisi*, Cilt 6, Sayı 1, 2004, s. 62-72.

Murdock, Nancy L., *Psikolojik Danışma ve Psikoterapi Kuramları*, çev. ed. Füsun Akkoyun, Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara, 2014.

Niditch, Laura A., Varela, R. Enrique, “Perceptions of Parenting, Emotional Self-Efficacy, and Anxiety in Youth: Test of a Mediational Model”, *Child Youth Care Forum*, Sayı 41, 2012, s. 21-35.

Nielsen, Steven Lars, Johnson, W. Brad, Ellis, Albert, *Counseling and Psychotherapy With Religious Persons: A Rational Emotive Behavior Therapy Approach*, Lawrence Erlbaum Associates, Mahwah, 2001.

Nightingale, S. M., Roberts, S., Tariq, V. Appleby, Y., Barnes, L. Harris, R., Dacre-Pool, L., Qualter, P., “Trajectories of University Adjustment in the United Kingdom: Emotion Management and Emotional Self-Efficacy Protect Against Initial Poor Adjustment”, *Learning and Individual Differences*, Sayı 27, 2013, s. 174-181.

O’Leary, Eleanor, *Gestalt Therapy Around the World*, John Wiley & Sons, Chichester, 2013.

Özabacı, Nilüfer, Erkan, Zülal, *Aile Danışmanlığı: Kuram ve Uygulamalara Genel Bir Bakış*, 2. Baskı, Pegem Akademi, Ankara, 2014.

Özbay, Haluk, Öztürk, Emine, *Gençlik*, İletişim Yayınları, İstanbul, 1992.

Pamukçu, Burcu, *Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Öz-Yeterlik Algularının İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 2011.

Pamukçu, Burcu, Demir, Ayhan, “Psikolojik Danışma Öz-Yeterlik Ölçeği Türkçe Formu’nun Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması”, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, Cilt 5, Sayı 40, 2013, s. 212-221.

Pedersen, Paul B., Ivey, Allen, *Culture-Centered Counseling and Interviewing Skills A Practical Guide*, Cengage Learning, Westport, 1993.

Pedersen, Paul B, Crethar, Hugh C, Carlson, Jon, ***Inclusive Cultural Empathy; Making Relationships Central In Counseling And Psychotherapy***, American Psychological Association, Washington, 2008.

Pool, Lorraine Dacre, Qualter, Pamela, “Improving Emotional İntelligence and Emotional Self-Efficacy Through A Teaching İntervention for University Students”, ***Learning and Individual Differences***, Sayı 22, 2012, s. 306-312.

Pool, Lorraine Dacre, Qualter, Pamela, “Emotional Self-Efficacy, Graduate Employability, and Career Satisfaction: Testing The Associations”, ***Australian Journal of Psychology***, Sayı 65, 2013, s. 214-223.

Prochaska, James O., Norcross, John C., ***Systems Of Psychotherapy A Transyheoretical Analysis***, 7. Baskı, Cengage Learning, California, 2009.

Rasmussen, Paul R., ***Personality- Guided Cognitive-Behavioral Therapy***, American Psychological Association, Washington, 2005.

Sakarya, Özge, ***Ergenlerin Ruhsal Belirtileri ile Duygusal Özyeterlik Düzeylerinin İncelenmesi***, Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir, 2013.

Santrock, John W., ***Ergenlik***, 14. Baskı, çev. ed. Diğdem Müge Siyez, Nobel Yayınları, Ankara, 2012.

Satıcı, Begüm, ***Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Öz-Yeterlik Algularının Mizah Tarzları ve Süpervizyon Yaşantıları Açısından İncelenmesi***, Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir, 2014.

Senemoğlu, Nuray, ***Gelişim Öğrenme ve Öğretim: Kuramdan Uygulamaya***, 25. Baskı, Anı Yayıncılık, Ankara, 2018.

Strongman, K. T., ***The Psychology of Emotion***, 5. Baskı, John Wiley& Sons, Chichester, 2003.

Sue, Derald Wing, Sue David, ***Counseling the Culturally Diverse: Theory and Practice***, 6. Baskı, John Wiley& Sons, New Jersey, 2012.

Şahin Kıralp, F. Şulen, “Do Courses Taken From Psychological Counseling Departments Affect The Trainee Counselor’s Self-Efficacy?”, *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, Cilt 205, 2015, s. 637-641.

Totan, Tarık, İkiz, Ebru, Karaca, Rengin, “Duygusal Öz-Yeterlik Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanarak Tek ve Dört Faktörlü Yapısının Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi”, *Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, Sayı 28, 2010, s. 71-95.

Türkçapar, Hakan, *Bilişsel Davranışçı Terapi: Temel İlkeler ve Uygulama*, 11. Baskı, Epsilon Yayınevi, İstanbul, 2018.

Uslu, Mustafa, *Psikolojik Danışmanların Danışma Becerilerinin Geliştirilmesi*, Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya, 2005.

Valois, Robert F., Umstadd, M. Renee, Zulug, Keith J., Paxton, Raheem J., “Physical Activity Behaviors and Emotional Self-Efficacy: Is There A Relationship For Adolescents?”, *Journal of School Health*, Cilt 78, Sayı 6, 2008, s. 321-327.

Valois, Robert F., Zullig, Keith J., “Psychometrics of A Brief Measure of Emotional Self-Efficacy Among Adolescents From The United States”, *Journal of School Health*, Cilt 83, Sayı 10, 2013, s. 704-711.

Valois, Robert F., Zullig, Keith J., Hunter, Amy A., “Association Between Adolescent Suicide Ideation, Suicide Attempts and Emotional Self-Efficacy”, *Journal of Child and Family Studies*, Cilt 24, Sayı 2, 2015, s. 237-248.

Wheeler, Gordon, Axelsson, Lena, *Gestalt Therapy*, American Psychological Association, Washington, 2014.

Wubbolding, Robert E., *Reality Therapy and Self-Evaluation: The Key to Client Change*, American Counseling Association, Virginia, 2017.

Yam, Faruk Caner, *Psikolojik Danışma Öz Yeterliği: Kişilik Özellikleri, Durumluk-Sürekli Kaygı Düzeyleri ve Geçmiş Eğitim Yaşantıları*, Yüksek Lisans Tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat, 2014.

Yam, Faruk Caner, İlhan, Tahsin, “Psikolojik Danışma Öz Yeterliği: Kişilik Özellikleri, Kaygı Düzeyleri ve Geçmiş Eğitim Yaşantıları”, *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, Cilt 9, Sayı 42, 2016, s. 1304-1313.

Yayla, Ercan, *Psikolojik Danışmanların Etkili Psikolojik Danışman Niteliklerinin Psikolojik Danışma Öz-Yeterlik Algularına Göre İncelenmesi: İzmir İli Örneği*, Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir, 2016.

Yeşilyaprak, Binnur, *Mesleki Rehberlik ve Kariyer Danışmanlığı: Kuramdan Uygulamaya*, 5. Baskı, Pegem Akademi, Ankara, 2014.

Zullig, Keith J., Teoli, Dac A., Valois, Robert F., “Emotional Self-Efficacy and Alcohol and Tobacco Use in Adolescents”, *Journal of Drug Education*, Cilt 44, Sayı 1-2, 2014, s. 51-66.

Zullig, Keith, Matthews-Edwald, Molly R., Valois, Robert F., “Emotional Self-Efficacy and Disordered Eating among High School Adolescents”, *Eating Behavior*, 2015.

EKLER

Ekler kısmında araştırmada kullanılan; katılım öncesi bilgilendirilmiş gönüllü formu, kişisel bilgi formu, ölçekler, etik kurul onay formu ve özgeçmiş yer almaktadır.



EK-1: Katılım Öncesi Bilgilendirilmiş Gönüllü Formu

Kırıkkale Üniversitesi

Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu

KATILIM ÖNCESİ BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ FORMU

Sizi, Mustafa KILIÇ tarafından yürütülen “Psikolojik Danışman Adaylarının Bazı Değişkenlere Göre Duygusal ve Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Algıları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi” başlıklı araştırmaya davet ediyoruz. Bu araştırmanın amacı Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dallarının 3 ve 4. Sınıf öğrencilerinin duygusal öz yeterlik ve psikolojik danışma öz yeterlik algıları arasındaki ilişkisini incelemektir. Araştırmanın yapılmasında Kişisel Bilgi Formu, Duygusal Öz-Yeterlik Ölçeği (32 madde), Psikolojik Danışma Öz-Yeterlik Ölçeği (41 madde) kullanılacaktır. Araştırmada sizden tahminen 20 dakika (süreyi saat veya dakika olarak belirtebilirsiniz) ayırmanız istenmektedir. Araştırmaya sizin dışınızda tahminen 500 kişi katılacaktır. ¹Bu çalışmaya katılmak tamamen **gönüllülük** esasına dayanmaktadır. Çalışmanın amacına ulaşması için sizden beklenen, bütün soruları eksiksiz olarak, kimsenin baskısı veya telkini altında olmadan, size en uygun gelen cevapları belirtmenizdir. Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Ancak, çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir süre zarfında çalışmayı bırakma hakkına da sahipsiniz. Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacak olup kişisel bilgileriniz **gizli tutulacaktır**; ancak verileriniz yayın amacı ile kullanılabilir. İletişim bilgileriniz ise sadece iznimize bağlı olarak ve farklı araştırmacıların sizinle iletişime geçebilmesi için “ortak katılımcı havuzuna” aktarılabilir. Araştırmanın amacı ile ilgili verilen bu bilgiler dışında, eğer şimdi veya daha sonra ek bilgiye ihtiyaç duyarsanız araştırmacıya şimdi sorabilir veya psikolojikdanismanmustafa@gmail.com e-posta adresi ve 05077131486 numaralı telefondan ulaşabilirsiniz. Araştırma tamamlandığında genel/size özel sonuçların sizinle paylaşılmasını istiyorsanız lütfen araştırmacıya iletiniz.

Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya verilmesi gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları anladım. Çalışma hakkında yazılı ve sözlü açıklama aşağıda adı belirtilen araştırmacı/araştırmacılar tarafından yapılmıştır. Bana, çalışmanın muhtemel riskleri ve faydaları sözlü olarak da anlatılmıştır. Kişisel bilgilerimin özenle korunacağı konusunda yeterli güven verilmiştir.

Bu koşullarda söz konusu araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve telkin olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

Katılımcının 2:

Adı-Soyadı:

.....
İmzası: İletişim Bilgileri: E-posta: Telefon:

İletişim bilgilerimin diğer araştırmacıların benimle iletişime geçebilmesi için “ortak araştırma havuzuna” aktarılmasını; kabul ediyorum kabul etmiyorum (lütfen uygun seçeneği işaretleyiniz)

Velayet veya Vesayet Altında Bulunanlar İçin:

Veli veya Vasisinin

Adı-Soyadı:

.....

İmzası:

Araştırmacının

Adı-Soyadı:

.....

İmzası:

Şahidin:³

Adı-Soyadı:

.....

İmzası:

¹Bu cümle yalnızca bir örnek olup bu cümlede araştırmanın amacının ve gerekiyorsa nasıl yapılacağı (örneğin psikometrik test mi, öyle ise kaç soru sorulacağı veya kaç ölçekten oluştuğu; ses kaydı, görüntü alımı, gözlem gibi işlemleri mi içerdiği ve ne kadar süreceği gibi) 3 cümleyi geçmeyecek şekilde kısaca anlatılması beklenilmektedir.

²İmza bölümünde ideal olan katılımcının kendisinin imzasının alınmasıdır. Bu durumda onay formunu katılımcı ve araştırmacı imzalar. Katılımcının araştırmaya bireysel olarak katılmayı kabul edip onay formunu imzalamayı istemediği durumlarda şahide ihtiyaç doğar ve bu durumda araştırmacı ve katılımcı yerine şahidin imzalarının olması yeterlidir.

Verilerin yüz yüze iletişim içermeyen; a) internet ortamında toplanması durumunda katılımcıların uygulama materyallerine erişebilmesi için, online sistemde sunulan bilgilendirilmiş onay formunu okuyup araştırmaya katılmayı onayladıklarına dair ilgili kutucuğu işaretlemeleri gerekmektedir. Bu işaretleme katılımcıların onay imzaları yerine geçer. Katılımcılar onay formunun sonundaki “araştırmaya katılmayı kabul ettiklerine dair” ilgili kutucuğu işaretlemedikleri takdirde onay vermemiş sayılırlar ve bu durumda araştırmaya devam edilmez. B) Telefonla uygulamalarda ise araştırmacı, araştırma sorularına geçmeden önce Bilgilendirilmiş Onay Formundaki bilgileri katılımcıya sesli olarak okur. Bu durumda katılımcının sözlü onayı imza yerine geçer. Telefonda bu sözlü onay alınmadığı takdirde uygulamaya geçilmez. Hem internet hem telefon hem de benzeri yüz yüze iletişimin olmadığı ortamlarda yapılan uygulamalarda katılımcı onay vermediği takdirde; bir şahidin onayına başvurulmaksızın uygulamaya devam edilmez.

Eğer veriler; okullarda, kurumlarda vb. ortamlarda aynı anda birden fazla kişiden grup uygulaması şeklinde toplanacaksa; yine tercihen tüm katılımcıların onay formlarını bireysel olarak imzalamaları istenir. Ancak katılımcı sayısının fazlalığı ve bununla birlikte zamanın kısıtlılığı gibi durumlar söz konusu olduğunda, araştırmacı; tüm gruba onay formundaki bilgileri tek seferde sözlü olarak okumayı ve bir imza listesi dolaştırarak katılımcıların araştırmaya katılmayı kabul ettiklerine dair bu listeye imza atmalarını tercih edebilir. Grup çalışmasında da tercih edilen katılımcının kendisinin imzasıdır, ancak araştırmacının etik kurula tanımlaması gereken ender durumlarda ise şahit, grup adına da imza atabilir. Fakat grup ortamında herkes çalışmaya katılmayı kabul etmeyebilir. Bu

durumda sadece araştırmaya katılmayı isteyenlerin çalışmaya alınması ve bu kişiler adına toplu imza alınması gerekmektedir. (alışmanızda şahidin imzasını grup adına kullanmak istiyorsanız etik kurula koşullarını açıklamanız gerekmektedir).

³řahit Kriterleri: Çalışmanın bir üyesi olmayan, araştırmacı tarafından belirlenen ve araştırmanın bulguları üzerinde herhangi bir olumlu/olumsuz etki yaratma olasılığı bulunmayan tarafsız yetişkinlerdir. Katılımcı araştırmaya katılmayı kabul edip onay formunu imzalamayı istemediği durumlarda araştırmacı onay formundaki bilgileri katılımcıya sözlü olarak okur. Katılımcı araştırmacının okuduğu onay formundaki bilgileri onayladığını sözlü olarak beyan ederse şahit de bu sözlü onay sürecine yazılı onay formunu imzalamak sureti ile şahitlik ettiğini beyan etmiş olur.

NOT: Araştırmacıdan, onay formunun imza kısmında bulunan ikili seçenekten çalışmasına uygun olan alternatifini yazması ve formda yer alan boşlukları çalışmasına uyarlamak suretiyle onay formuna son halini vermesi ve bu şekliyle formu göndermesi beklenmektedir.



EK-2: Kişisel Bilgi Formu

Kıymetli psikolojik danışman adayı,

Bu çalışma ile üniversitelerin Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bölümlerinin 3 ve 4. Sınıflarında öğrenim gören psikolojik danışman adaylarının bazı değişkenlere göre duygusal ve psikolojik danışma öz yeterlik algıları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Bu forma uygun cevaplar vermeniz çalışmadan verimli sonuçlar alınabilmesi için önemlidir. Ölçeklere verdiğiniz cevaplar gizli tutulacak ve araştırma dışında hiçbir yerde kullanılmayacaktır. Çalışmaya gösterdiğiniz ilgi ve verdiğiniz katkıdan dolayı teşekkür ederim.

Mustafa KILIÇ
Kırıkkale Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
Yüksek Lisans Öğrencisi

Yönerge: Cevabı size uygun olan numarayı (X) işareti koyarak işaretleyiniz.

1) Cinsiyetiniz:

1. Kadın ()

2. Erkek ()

2) Kaçıncı sınıf öğrencisisiniz?

1. Sınıf ()

2. Sınıf ()

3. Sınıf ()

4. Sınıf ()

3) Hangisi ailenizin sosyo-ekonomik durumunu en iyi şekilde tanımlar?

1. Yüksek (2500 üstü)

2. Orta (1501-2500 TL)

3. Düşük (0-1500 TL)

()

()

()

4) Babanızın size genel yaklaşımı yandakilerden hangisinde uymaktadır?

1. İlgisiz ()

2. Otoriter ()

3. Demokratik ()

4. İzin verici ()

5) Annenizin size genel yaklaşımı yandakilerden hangisinde uymaktadır?

1. İlgisiz ()

2. Otoriter ()

3. Demokratik ()

4. İzin verici ()

EK-3: Duygusal Öz-Yeterlik Ölçeği

Açıklama: Aşağıda verilen her bir ifadeyi okuduktan sonra, o ifade ile ilgili olarak “ şu anda kendinizden ne kadar emin olduğunuzu” değerlendiriniz. Tepkinizi, sizi yansıttığını düşündüğünüz boşluğa (X) işareti koyarak belirtiniz.	Hiç emin değilim	Çok az eminim	Biraz eminim	Çoğunlukta eminim	Kesinlikle eminim
1.Kendi olumsuz duygularımı doğru olarak tanımlarım					
2.Başkalarına olumsuz duygularını olumlu duygularla değiştirmesi için yardım ederim					
3.Olumsuz bir duygu hissederken olumlu bir duygu yaratırım.					
4.Olumlu bir duyguyu hissetmeme neyin sebep olduğunu bilirim					
5.Başka biri olumsuz bir duygu hissederken o duyguyu doğru bir şekilde tanımlarım					
6.Eski problemlere yeni çözümler getirirken olumlu duygularımı kullanırım					
7.Başka birinin olumlu duygu yaşamasına neyin neden olduğunu kavrarım					
8.Olumsuz duygumu olumlu duyguya çeviririm					
9.Kendi olumlu duygularımı doğru olarak tanımlarım					
10.Başkasının hissettiği duyguları kendimde oluşturabilirim					
11. Olumsuz bir duygu hissetmeme neyin sebep olduğunu bilirim					
12.Baskı altındayken kendi duygularımı düzenlerim					
13.Başkasının ne zaman olumlu bir duygu yaşadığını doğru olarak tanımlarım					
14. İçinde bulunduğum ortama en uygun ruh haline girerim					
15.Başkasının olumsuz duygu yaşamasına neyin sebep olduğunu kavrarım					
16.Diğer kişilerin baskı altındayken duygularını düzenlemesine yardımcı olurum					

EK-4: Psikolojik Danışma Öz-Yeterlik Ölçeği (PDÖYÖ)

Genel Yönerge: Bu ölçek üç bölümden oluşmaktadır. Her bölüm çeşitli psikolojik danışman davranışlarını sergilemekteki veya psikolojik danışma sürecine özgü sorunlarla baş edebilmedeki becerilerinizle ilgili inançlarınız hakkında ifadeler içermektedir. Sizden nasıl görünmek istediğiniz veya gelecekte nasıl görünebileceğinizden çok şu andaki yeteneklerinize dair inancınızı yansıtan içten cevaplar beklenmektedir. Aşağıdaki ifadelerin doğru ya da yanlış cevapları yoktur. Lütfen her madde için cevabınızı en iyi yansıtan rakamı işaretleyiniz.

Bölüm I. Yönerge: Gelecek hafta boyunca yürüteceğiniz psikolojik danışma oturumlarında danışanlarınızın çoğu ile, aşağıda verilen genel yardım becerilerini ne derece etkili bir şekilde kullanacağımıza olan güveninizi belirtiniz.

		Hiç Güvenmiyorum			Biraz Güveniyorum				Tam Olarak Güveniyorum		
		↑			↑				↑		
1	Dikkati verme (fiziksel olarak danışana yönelme)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2	Dinleme (danışanların ilettiği mesajları kavrama ve anlama)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3	Yeniden ifadelendirme (danışanın söylediğini kısa-öz, somut ve açık bir biçimde tekrar etme veya başka bir şekilde ifade etme)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4	Açık uçlu sorular (danışanlara duygularını veya düşüncelerini netleştirmelerine veya keşfetmelerine yardımcı olacak sorular sorma)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5	Duygu yansıtma (danışanın ifadelerini duygularına vurgu yaparak tekrar etme veya başka bir şekilde ifade etme)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6	Keşif için kendini açma (geçmişiniz, yetkinliğiniz veya duygularınız ile ilgili kişisel bilgilerinizi açma)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7	Amaçlı sessizlik (danışanların duygu ve düşünceleriyle baş başa kalmalarını sağlamak için sessizlikten yararlanma)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8	Meydan okuma (danışanın farkında olmadığı, değiştirmeye isteksiz olduğu veya değiştiremediği tutarsızlıklarına, çelişkilerine, savunmalarına veya akılcı olmayan inançlarına dikkat çekme)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9

Bölüm II. Yönerge: Gelecek hafta boyunca yürüteceğiniz psikolojik danışma oturumlarında danışanlarınızın çoğu ile, aşağıda verilen belirli görevleri ne derece etkili bir şekilde yapabileceğinize ilişkin güveninizi belirtiniz.

		Hiç Güvenmiyorum			Biraz Güveniyorum				Tam Olarak Güveniyorum		
		0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Oturumları “olması gereken şekilde” ve odağı kaybetmeden sürdürme.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2	Danışanınızın o an neye ihtiyacı olduğuna bağlı olarak en uygun yardım becerisini kullanarak tepki verme.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3	Danışanınızın duygularını, düşüncelerini ve davranışlarını keşfetmesine yardım etme.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4	Danışanınızın sorunları hakkında derinlemesine konuşmasına yardım etme.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5	Danışanınızın anlattıklarından sonra ne yapılması veya ne söylenmesi gerektiğini bilme.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9

Bölüm III. Yönerge: Gelecek hafta boyunca yürüteceğiniz psikolojik danışma oturumlarında aşağıdaki özelliklere sahip bir danışanla, ne derece etkili bir şekilde çalışabileceğinize olan güveninizi belirtiniz. (“Etkili bir şekilde çalışma” ile başarılı tedavi planları geliştirme, etkili tepkiler ortaya koyma, zor etkileşimler süresince tutumunuzu sürdürme ve sonuç olarak danışanın sorunlarını çözmesine yardımcı olma yeteneğiniz kastedilmektedir.)

		Hiç Güvenmiyorum			Biraz Güveniyorum				Tam Olarak Güveniyorum		
		0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Klinik olarak depresyonda olan	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2	Cinsel tacize uğramış	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3	İntihar etmeyi düşünen	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4	Yakın zamanda travmatik bir yaşantı geçirmiş olan (örn., fiziksel ya da psikolojik incinme veya istismar)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5	Aşırı derecede kaygılı	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6	Ciddi ölçüde düşünce bozukluğu belirtileri gösteren	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9

EK-5: Etik Kurul Onay Formu

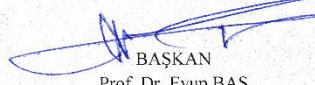
T.C.
KIRIKKALE ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER ARAŞTIRMALARI
ETİK KURULU TOPLANTISI


KARAR TARİHİ : 31/10/2018
OTURUM NO : 08
TOPLANTI SAATI : 14:00

Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu, Kurul Başkanı Prof. Dr. Eyüp BAŞ başkanlığında gündemdeki maddeleri görüşmek üzere toplanarak aşağıdaki kararları almıştır.

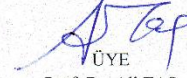
GÜNDEM 5- Kırıkkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Öğretim Üyesi Doç. Dr. Birol ALVER' in danışmanı olduğu Mustafa KILIÇ tarafından gönderilen proje başvurusunun görüşülmesi.

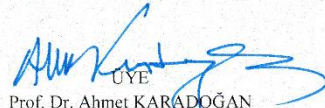
KARAR 5 - Kırıkkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Öğretim Üyesi Doç. Dr. Birol ALVER' in danışmanı olduğu Mustafa KILIÇ tarafından gönderilen "Psikolojik Danışman Adaylarının Bazı Değişkenlere Göre Duygusal ve Psikolojik Danışma Öz Yeterlik Algıları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi" isimli proje incelenmiş olup, Kırıkkale Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu Yönergesinde belirtilmiş olan Etik ilkelere uygun olduğuna karar verildi.


BAŞKAN
Prof. Dr. Eyup BAŞ

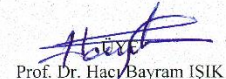

ÜYE
Prof. Dr. Sevgi YURT ÖNCEL

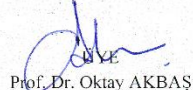
ÜYE
Prof. Dr. Mustafa ÖZEN

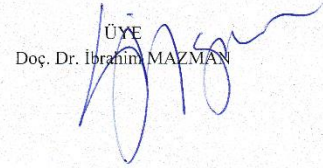

ÜYE
Prof. Dr. Ali TAŞ


ÜYE
Prof. Dr. Ahmet KARADOĞAN




Prof. Dr. Hacı Bayram IŞIK


ÜYE
Prof. Dr. Oktay AKBAŞ


ÜYE
Doç. Dr. İbrahim MAZMAN

EK-6: Psikolojik Danışma Öz-Yeterlik Ölçeği Kullanım İzni

Re: yüksek lisans tezi için ölçek kullanım izni

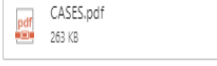
BP

Burcu Pamukcu <burcu.pamukcu@ege.edu.tr>

Pzt 17.12.2018 13:17

Siz

↶ ↷ → ...



2 ek (632 KB) Tümünü indir Tümünü OneDrive'a kaydet

Merhaba,

Ölçek formunu ve ilgili makaleyi ekte gönderiyorum. Ölçeği araştırmanızda kullanabilirsiniz. Çalışmanızda kolaylıklar dilerim.

Dr. Burcu PAMUKÇU
Ege Üniversitesi Eğitim Fakültesi
Eğitim Bilimleri Bölümü
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı

Dr. Burcu PAMUKÇU
Ege University, Faculty of Education
Department of Educational Sciences
Counseling and Guidance Program

Kimden: "mustafa kılıç" <mkilic93@hotmail.com>

Kime: "Burcu Pamukcu" <burcu.pamukcu@ege.edu.tr>, "aydemir" <aydemir@metu.edu.tr>

Gönderilenler: 17 Aralık Pazartesi 2018 12:47:19

Konu: yüksek lisans tezi için ölçek kullanım izni

Merhabalar ben Mustafa Kılıç;

2013 yılında Türkiye'ye uyarlanmış olduğunuz "Psikolojik Danışma Öz-Yeterlik Ölçeği"ni yüksek lisans tezimde izniniz ile kullanmak istiyorum. İlgi ve alakanız için şimdiden teşekkür eder. İyi çalışmalar dilerim.

EK-7: Duygusal Öz-Yeterlik Ölçeği Kullanım İzni

Re: yüksek lisans tezi için ölçek kullanım izni



Tarik Totan <tarik.totan@deu.edu.tr>

Pzt 17.12.2018 14:25

Siz



Duygusal Öz-yeterlik puanla...

15 KB

Sayın Kılıç,

Ölçeğe ve puanlamasına ekte ulaşabilirsiniz. Çalışmanızda kolaylıklar dilerim,

Saygılarımla,

Doç. Dr. Tarık TOTAN

Adnan Menderes Üniversitesi,

Eğitim Fakültesi,

Eğitim Bilimleri Bölümü,

Rehberlik ve Psikolojik Danışma Anabilim Dalı,

Aytepe Mevkii, 09100

Kepez / AYDIN

Tel: +90.256.214.20.23 - 1561

Faks: +90.256.214.10.61

mustafa kılıç <mkilic93@hotmail.com>, 17 Ara 2018 Pzt, 12:50 tarihinde şunu yazdı:

Merhabalar ben Mustafa Kılıç;

2010 yılında Türkçe'ye uyarlanmış olduğunuz "Duygusal Öz-Yeterlik Ölçeği"ni yüksek lisans tezimde izniniz ile kullanmak istiyorum. İlgili ve alakanız için şimdiden teşekkür eder. İyi çalışmalar dilerim.

EK-8: Özgeçmiş

Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı: Mustafa KILIÇ

Unvanı: Psikolojik Danışman

Doğum Yeri- Yılı: KONYA- 1993

E-mail: psikolojikdanismanmustafa@gmail.com

Telefon: 05077131486

Öğrenim Durumu

2017- 2019 Yüksek Lisans, Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı

2012-2016 Lisans, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Eğitim Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

İş Durumu

2016- ... Özel Gençlik İlkokulu/Ortaokulu, Psikolojik Danışman ve Rehber Öğretmen, KONYA

2016- ... Gençlik Eğitim Kurumları, Psikolojik Danışman, KONYA

2017- ... Özel Gençlik İlkokulu/Ortaokulu, Koordinatör Psikolojik Danışman ve Rehber Öğretmen, KONYA

2018- ... Gençlik Eğitim Kurumları, Koordinatör Psikolojik Danışman, KONYA

2018- ... AKS Eğitim ve Danışmanlık, Konya Temsilcisi, KONYA

2018- ... Konyaspor, Psikolojik Performans Danışmanı, KONYA

