

**ANKARA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
PROGRAMI**

**PSİKOLOJİK DANIŞMAN ADAYLARININ PSİKOLOJİK
DANIŞMA YAPMAYA YÖNELİK ÖZYETERLİK
ALGILARI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ECEM TOKYÜREKLİ

**ANKARA
HAZİRAN, 2020**



**ANKARA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
PROGRAMI**

**PSİKOLOJİK DANIŞMAN ADAYLARININ PSİKOLOJİK
DANIŞMA YAPMAYA YÖNELİK ÖZYETERLİK
ALGILARI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ECEM TOKYÜREKLİ

DANIŞMAN: DOÇ. DR. GÖKHAN ATİK

**ANKARA
HAZİRAN, 2020**

ETİK İLKELERE UYGUNLUK BİLDİRİMİ

Tez içindeki bütün bilgileri akademik yazım kurallarına uygun biçimde raporlaştırdığımı ve bunları etik ilkelere (atıfta bulunulan tüm yapıtlara kaynaklarda yer verilmesi, tezde kullanılan bilgi ve belgelere resmi yollarla ulaşılması ve bunların aslı bozulmadan kullanılması vb.) uygun olarak elde ettiğimi ve sunduğumu bildiririm.

Ecem TOKYÜREKLİ

ÖZET

PSİKOLOJİK DANIŞMAN ADAYLARININ PSİKOLOJİK DANIŞMA YAPMAYA YÖNELİK ÖZYETERLİK ALGILARI

TOKYÜREKLİ, Ecem

Yüksek Lisans Tezi, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Gökhan ATİK

Haziran, 2020, xii + 69 Sayfa

Bu çalışmanın temel amacı, aday psikolojik danışmanların psikolojik danışma özyeterlik algılarının çeşitli, psikolojik, akademik ve demografik faktörlerle olan ilişkilerinin incelenmesidir. Araştırma, dört üniversitenin Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık lisans programlarında son sınıfa devam 254 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Veri toplama araçları olarak; Kişisel Bilgi Formu ile Psikolojik Danışma Özyeterlik Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği ve Sürekli Umut Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre, araştırmanın bağımlı değişkeni olan psikolojik danışma özyeterliği puanları ile yaşam doyumu, pozitif duygu, sürekli umut, Bireyle Psikolojik Danışma Uygulamaları dersi notu ve süpervizyonun niteliği arasında pozitif yönlü anlamlı düzeyde ilişkiler bulunmuştur. Aday psikolojik danışmanların yaşam doyumu puanları psikolojik danışma özyeterliğine ilişkin toplam varyansın tek başına yaklaşık %10 oranında, pozitif-negatif puanları %12 oranında, sürekli umut puanları ise %26 oranında anlamlı bir düzeyde açıklamıştır. Tüm bu değişkenler birlikte regresyon analize girdiklerinde ise psikolojik danışma özyeterliğine ilişkin toplam varyansı %26 oranında anlamlı bir düzeyde açıklamışlardır.

Grup farklılıklarının incelendiği analizlerde ise, erkeklerin psikolojik danışma özyeterlik puanları kadınlara göre anlamlı bir şekilde daha yüksek bulunmuştur. Psikolojik danışma sürecine "danışan" olarak katılma durumlarına göre psikolojik danışma özyeterlik puanlarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Alınan süpervizyon türüne göre, bireysel süpervizyon alan grubun psikolojik danışma özyeterlik puanları süpervizyon almayan grubun özyeterlik puanlarından ve karma süpervizyon alan grubun psikolojik danışma özyeterlik puanları sınıf süpervizyonu alan ve süpervizyon almayan

grubun puanlarına göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Son olarak, süpervizyon sürecinde süpervizörleri ile karşılıklı olarak belirli bir amaç doğrultusunda süpervizyon sürecini takip eden aday psikolojik danışmanların psikolojik danışma özyeterlik puanları anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Anahtar Sözcükler: Psikolojik danışma özyeterliği, pozitif-negatif duygu, yaşam doyumu, umut, süpervizyon, bireysel psikolojik danışma uygulamaları.



ABSTRACT

SELF-EFFICACY PERCEPTIONS OF PSYCHOLOGICAL COUNSELORS CANDIDATES TO MAKE COUNSELING

TOKYÜREKLİ, Ecem

Master's Degree, Department of Educational Sciences

Supervisor: Assoc. Prof. Dr. Gökhan ATİK

June, 2020 xii + 69 Pages

The main purpose of this study is to investigate the relationship between the counseling self-efficacy perceptions of counselor candidates with various demographic, psychological, and academic factors. The study was conducted on 254 undergraduate students attending the last year in the Guidance and Psychological Counseling programs of four universities. As data collection tools; a Personal Information Form, Counseling Self-Efficacy Scale, Life Satisfaction Scale, Positive and Negative Affect Scale, and Dispositional Hope Scale were used. According to the findings, a significant positive relationship was found between the dependent variable of the study, counseling self-efficacy scores, life satisfaction, positive emotion, dispositional hope, the grade of individual counseling practicum, and supervision quality. Life satisfaction scores of the candidate psychological counselors explained the total variance of counseling self-efficacy by 10%, positive-negative scores by 12%, and dispositional hope scores by 26%. When all these variables were included in the regression analysis, they explained the total variance of counseling self-efficacy at a significant level of 26%. In the analysis of group differences, counseling self-efficacy scores of males were significantly higher than females. There was no significant difference in the counseling self-efficacy scores of the participants according to their status as "clients" in a psychological counseling process. According to the type of supervision, the counseling self-efficacy scores of the group who received individual supervision were found to be significantly higher than the counseling self-efficacy scores of the group that did not receive supervision. Also, the counseling self-efficacy scores of the group who received mixed supervision had significantly higher counseling self-efficacy scores than the group who received class supervision and the

group who not received supervision. Finally, it was found that the counseling self-efficacy scores of the candidate psychological counselors who followed the supervision process for a specific purpose with their supervisors were significantly higher than the who were not followed.

Key Words: Counseling self-efficacy, positive-negative affect, life satisfaction, hope, supervision, individual counseling practices.



ÖNSÖZ

Bu çalışmanın gerçekleştirilmesinde, güler yüzünü ve samimiyetini benden esirgemeyen, çok kıymetli bilgilerini ve zamanını benimle paylaşan, her zaman sabırla ve büyük bir ilgiyle yardımcı olan tez danışmanım Doç. Dr. Gökhan ATİK'e minnetle teşekkür ederim.

Yüksek lisans eğitimim boyunca bana her konuda desteğini esirgemen, tez sürecimde bana faydalı olabilmek için elinden gelenin fazlasını sunan ve çalışma azmimi kaybettiğim zamanlarda bana büyük destek olan sayın Prof. Dr. Seher SEVİM'e çok teşekkür ederim.

Tezimin veri toplama sürecinde emekleriyle bana yardımcı olan sevgili arkadaşım Arş. Gör. Betül ORMAN'a çok teşekkür ederim. Yüksek lisans eğitimim boyunca kazandırdıkları her şey için ve beni gelecekte söz sahibi yapacak bilgilerle donattıkları için diğer tüm Ankara Üniversitesi'nin saygıdeğer öğretim üyelerine teker teker teşekkürlerimi sunuyorum.

Eğitimim, çalışmalarım ve tüm hayatım boyunca destekleriyle beni hiçbir zaman yalnız bırakmayan aileme teşekkür ederim.

İÇİNDEKİLER

	Sayfa
ETİK İLKELERE UYGUNLUK BİLDİRİMİ.....	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT	vi
ÖNSÖZ.....	viii
İÇİNDEKİLER.....	ix
TABLolar DİZİNİ.....	xi
KISALTMALAR	xii
BÖLÜM 1.....	1
GİRİŞ.....	1
Problem.....	1
Amaç.....	5
Önem.....	6
Sınırlılıklar	8
Tanımlar.....	8
BÖLÜM 2.....	10
Özyeterlik.....	10
Psikolojik Danışma Özyeterliği.....	13
Psikolojik Danışman Özyeterliği ve Süpervizyon.....	16
Psikolojik Danışman Özyeterliği İle Pozitif-Negatif Duygular ve Yaşam Doyumu .	19
Psikolojik Danışman Özyeterliği ve Umut	24
BÖLÜM 3.....	28
YÖNTEM.....	28
Araştırmanın Modeli.....	28
Katılımcılar	28
Verilerin Toplanması	29
Kişisel Bilgi Formu.....	29
Psikolojik Danışma Özyeterlik Ölçeği (PDÖÖ).....	29
Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ)	30
Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği (P-NDÖ).....	30
Sürekli Umut Ölçeği (SUÖ)	31
Veri Toplama Süreci.....	32
Verilerin Çözümlemesi	32
BÖLÜM 4.....	34
BULGULAR VE YORUMLAR	34
Değişkenlere İlişkin Betimsel İstatistikler.....	34
Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiler.....	35
Yaşam Doyumu Puanlarının Psikolojik Danışma Özyeterlik Puanlarını	
Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Bulguları.....	36

Pozitif-Negatif Duygu Puanlarının Psikolojik Danışma Özyeterlik Puanlarını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Bulguları.....	37
Sürekli Umut Puanlarının Psikolojik Danışma Özyeterlik Puanlarını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Bulguları.....	39
Yaşam Doyum, Pozitif-Negatif Duygu ve Sürekli Umut Puanlarının Birlikte Psikolojik Danışma Özyeterlik Puanlarını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Bulguları.....	40
Aday Psikolojik Danışmanların Psikolojik Danışma Özyeterlik Puanlarının Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular.....	41
Psikolojik Danışma Özyeterlik Puanlarının Katılımcıların "Danışan" Olarak Katılma Durumlarına Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular.....	42
Psikolojik Danışma Özyeterlik Puanlarının Alınan Süpervizyon Türüne Göre Farklılaşmasına İlişkin Bulgular.....	43
Psikolojik Danışma Özyeterlik Puanlarının Süpervizör ile Belli Bir Amaç Belirleme Durumuna Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular.....	44
BÖLÜM 5.....	47
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	47
Sonuçlar.....	47
Öneriler.....	48
Psikolojik Danışman Eğitimcilerine Yönelik Öneriler.....	49
Araştırmacılara Yönelik Öneriler.....	50
KAYNAKLAR.....	51
EKLER.....	61
EK 1. Kişisel Bilgi Formu.....	62
EK 2. Psikolojik Danışma Özyeterlik Ölçeği.....	63
EK 3. Yaşam Doyumu Ölçeği.....	64
EK 4. Pozitif - Negatif Duygu Ölçeği.....	65
EK 5. Sürekli Umut Ölçeği.....	66
EK 6. Etik Kurul İzni.....	67
BENZERLİK BİLDİRİMİ.....	68
ÖZGEÇMİŞ.....	69

TABLolar DİZİNİ

Tablo	Sayfa
Tablo 1 Katılımcıların Öğrenim Gördükleri Üniversite ve Cinsiyete Göre Dağılımları...29	
Tablo 2 Değişkenlere İlişkin Betimsel İstatistikler..... 34	
Tablo 3 Değişkenler Arasındaki İlişkiler..... 36	
Tablo 4 Yaşam Doyum, Pozitif-Negatif Duygu ve Sürekli Umut Puanlarının Psikolojik Danışma Özyeterlik Puanlarını Yordamasına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi.....40	
Tablo 5 Psikolojik Danışma Özyeterlik Puanlarının Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin t-testi Sonuçları.....41	
Tablo 6 Psikolojik Danışma Özyeterlik Puanlarının Katılımcıların “Danışan” Olma Durumlarına Göre İncelenmesine İlişkin t-Testi Sonuçları.....42	
Tablo 7 Psikolojik Danışma Özyeterlik Puanlarının Alınan Süpervizyon Türüne Göre İncelenmesine İlişkin ANOVA Sonuçları43	
Tablo 8 Psikolojik Danışma Özyeterlik Puanlarının Süpervizör İle Belli Bir Amaç Belirleme Durumuna İlişkin t-Testi Sonuçları..... 45	

KISALTMALAR

BPDU	Bireyle Psikolojik Danışma Uygulamaları
CACREP	The Council for Accreditation of Counseling and Related Educational Programs
CI	Durum İndeksi
PDÖÖ	Psikolojik Danışma Özyeterlik Ölçeği
PDR	Psikolojik Danışma ve Rehberlik
P-NDÖ	Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği
RPD	Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
SUÖ	Sürekli Umut Ölçeği
VIF	Varyans Artış Faktörü
YDÖ	Yaşam Doyumu Ölçeği
YÖK	Yükseköğretim Kurulu

BÖLÜM 1

GİRİŞ

Bu bölümde; problem, amaç, önem, sınırlılıklar ve ilgili kavramların tanımları yer almaktadır.

Problem

Psikolojik danışmanın kendisi terapötik sürecin en önemli öğelerinden biridir (Voltan Acar, 2001). Psikolojik danışma sürecinin başarısı ise, önemli oranda psikolojik danışman ile danışan arasında oluşan ilişkinin niteliğine bağlıdır. Psikolojik danışmanlar, çeşitli müdahale yöntemleri ile danışanlara yardımcı olurlar.

Psikolojik danışma sürecinde belirli beceri ve teknikleri uygulamak için eğitim almış “psikolojik danışman”, profesyonel biçimde görüşmeye taraf olan “danışan” ile etkileşime girer (Özgüven, 2001). Psikolojik danışmanların başarılı bir psikolojik danışma süreci yürütebilmeleri, aldıkları eğitimin kapsamlı ve geliştirici olmasına bağlıdır. Bu nedenle, alanyazında psikolojik danışan eğitimi önemle üzerinde durulan araştırma konularından biri olmuştur. Hutchinson, Barrick ve Groves (1986) psikolojik danışmanların, etkili bir psikolojik danışma süreci gerçekleştirebilmeleri için iyi bir eğitim almaları gerektiğini belirtir. Bunun için de üniversitelerde, bu amaç doğrultusunda, psikolojik danışmanın doğasına uygun eğitimlerin verilmesi önemlidir.

İncelenmesi gereken konuların başında Psikolojik Danışma ve Rehberlik (PDR) alanı mezunlarının ne derece başarılı oldukları gelmektedir. Aday psikolojik danışman, sadece mesleki bağlılık için değil aynı zamanda başarılı bir psikolojik danışma süreci için de eğitimine önem verir. Bu bağlamda psikolojik danışman yeterliği uygulama için kabul edilen minimum standarttır. Yeterlik ve mükemmellik arasında bir standarda ulaşmak, birçok alanda eğitim alarak becerileri artırmak ve aday psikolojik danışmanın kendisini geliştirmesi ile mümkündür. Kuşkusuz bu eğitimin verildiği en önemli yerlerden ilki üniversitelerdir. Bu doğrultuda da üniversitelerde verilen kuramsal ve uygulamalı eğitimin içeriği son derece önemlidir (Yayla ve İkiz, 2017; Voltan Acar, 2001).

Psikolojik danışman eğitiminde aday psikolojik danışmanların ilk olarak psikolojik yardım sürecinin sunulabilmesi için esas görülen terapötik beceri ve tekniklerle ilgili dersleri alması, kuramsal ve uygulama açısından yetkin hâle gelmesi gerekmektedir. Becerilerin uygulamaya konması ve etkili bir sonuç vermesi ancak bu şekilde mümkün olabilir. Bu nedenle kuramsal temelli derslerin dikkatli biçimde planlanmış olması gerekmektedir (Özyürek, Çam ve Atıcı, 2007). Üniversitelerdeki Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık (RPD) lisans programlarında, beşinci yarıyıldan itibaren yer alan “Psikolojik Danışma İlke ve Teknikleri” dersi ile psikolojik danışma becerileri kuramsal olarak sınıf ortamında öğrencilere aktarılır. Bu alanda tüm lisans programlarında yer alan bu dersin içeriğine ilişkin Türkiye’de az sayıda araştırma bulunmaktadır. Öte yandan kalıcı öğrenme için anlatım yönteminin tek başına yeterli olmadığı ve geleneksel yöntemler dışında etkili öğrenme için çeşitli öğretim yöntemlerinin birlikte kullanılmasının önemi vurgulanmaktadır (Aladağ, 2013). Bu bağlamda aday psikolojik danışman eğitiminde birden fazla yöntemin birlikte kullanılmasının daha etkili sonuçlar ortaya koyduğunu gösteren araştırmalar da mevcuttur (Hill ve Lent, 2006). Aday psikolojik danışman eğitiminde, adayların gerçek danışmanlar ile kuramsal olarak öğrenilen terapötik becerilerin uygulanması ve denetlenmesi amacıyla “Bireyle Psikolojik Danışma Uygulaması” dersi verilmektedir. Yedinci yarıyıldan itibaren bulunan bu ders kapsamı incelendiğinde, yapılacak uygulamanın içeriğine ilişkin bir standardın olmadığı görülmektedir (Meydan, 2014).

Psikolojik danışma becerilerinin uygulanması sürecini bu uygulamanın denetlenmesi ve geliştirilmesi olan süpervizyon süreci takip eder. Aday psikolojik danışmanlar etkili bir süpervizyon süreci ile becerilerin doğru kullanımını öğrenmektedirler (Hill, Stahl ve Roffman, 2007). Bu bağlamda “Bireyle Psikolojik Danışma Uygulaması” dersi psikolojik danışman adaylarına lisans eğitimi boyunca kazandırılmaya çalışılan kuramsal bilginin uygulamaya konması ve bir süpervizyon süreci ile de takip edilmesi açısından önemlidir (Meydan, 2010).

Eğitimlerin ne derece etkili olduğunun bir göstergesi de psikolojik danışma becerilerinin ne düzeyde kazandırıldığıdır (Meydan, 2014). Bunu oraya koyacak göstergelerin başında da, psikolojik danışma becerilerinin aday psikolojik danışman tarafından nasıl uygulandığının denetlenmesi gelmektedir (İkiz ve Karaca, 2011). Bu doğrultuda, psikolojik danışmanın etkililiğini artıran faktörlerin neler olduğunun belirlenmesinde üniversitelerde verilen eğitim ve uygulamalar son derece önemlidir (Pamuk ve Yıldırım, 2016).

Alanyazında psikolojik danışman özyeterliğini etkileyen faktörler arasında öz değerleri (Dunnewold, 1982), süpervizyon (Cashwell ve Dooley, 2001), deneyim (Kocarek, 2001; Ward, 2001), yaşam doyumu (Curry, 2007) ve kişisel farklılıklar (Özgün, 2007) gibi özellikleri yer almaktadır. Bu özelliklerin yanında, Bandura özyeterliğin ayrı bir öneme sahip olduğunu vurgular. Çünkü bireyler bilgi bakımından ne kadar donanımlı olsalar da bu bilgileri uygulamaya dönüştürecek özyeterliğe sahip olmadıklarında istenilen sonuç elde edilemez (Bandura, 1986, 1993).

Araştırmalar incelendiğinde, başarılı psikolojik danışmanların sahip olması gereken özellikler kapsamında özyeterliğin önemli bir yeri olduğu görülmektedir (Bernard ve Goodyear, 2004; Paez, 2010; Sharpley ve Ridgway, 1993). Larson ve diğerlerine (1992) göre güçlü bir özyeterlik algısı sayesinde bireylerin çeşitli becerileri ile psikolojik danışman becerileri bir bütün haline gelmektedir. Psikolojik danışman özyeterliği, aday psikolojik danışmanın sadece o anki inancını değil, yakın gelecekteki performansına ilişkin algısını da içermektedir. Yani psikolojik danışman başarılı uygulama sonucunda oluşan olumlu özyeterlik algısı ile ileride gerçekleştireceği performansına ilişkin olumlu düşünceler geliştirir. Başarılı deneyimler sayesinde yetkinlik inancının gelişimi olumlu yönde etkilenir. Aday danışmanların kendilerini bekleyen görevlerde başarılı olmak amacıyla uygulamalar yaptıklarında çalışma yaşamına hazır oluşları da olumlu yönde geliştiği görülmektedir. Cormier ve Nurius (2003) kişilerin yeteneklerine güvenip bunları rahatlıkla kullanabileceklerini bildiklerinde özyeterliklerinin arttığını belirtmektedirler. Dolayısıyla yapılan her uygulama sadece psikolojik danışma sürecini değil mesleki performansı da etkilemektedir. Melchert, Hays, Wiljanen ve Kolocek (1996) gerçekleştirdikleri araştırmada uygulamaların bilgi ve beceri düzeyini geliştirmekle kalmayıp danışana yararlı olunacağına ilişkin olumlu özyeterlik algısını geliştirmede etkili olduğunu ifade etmişlerdir.

Alanyazın incelendiğinde özyeterliğin psikolojik danışma uygulamalarına olumlu etkisini gösteren araştırmalar bulunmaktadır (Barbee vd., 2003; Betz ve Hackett, 1983; Cashwell, 2001; Daniels ve Larson, 2001; Hall, 2009; Sutton ve Fall, 1995; Larson ve Daniels, 1998; Lent, Hackett ve Brown, 1998). Uygulamalar sayesinde aday psikolojik danışmanlar olumsuz deneyimlere büyük anlamlar yüklemek yerine kendilerini geliştirmeye odaklandıklarında çok daha başarılı olabilmektedirler (Munson, Stadulis ve Munson, 1986). Curry'e (2007) göre, öğrencilerin mesleki hayata atılmadan önce etkili uygulama için ihtiyaç duyulan becerilerin birçok kez kullanılması gerekmektedir.

Hutchinson, Barrick ve Grovesi'ye (1986) göre, bu doğrultuda da üniversitelere kapsamlı eğitim vermede büyük görev düşmektedir. Aday psikolojik danışmanlar lisans eğitiminde edindikleri deneyimler sayesinde zorlayıcı psikolojik danışma deneyimlerinde gerekli becerileri kullanmada daha yetkin ve istekli hale gelirler. Becerileri gelişen ve bunu rahatlıkla kullanabildiğini gören bireyler kendilerine güven duyarlar ve böylelikle de özyeterlikleri artar (Paez, 2010). Friedlander ve Snyder (1983) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, eğitim sürecinde edinilen deneyimlerin psikolojik danışman özyeterliğini olumlu yönde etkilediği saptanmıştır. Benzer şekilde, Sharpley ve Ridgway (1993) çalışmalarında öğrencilerin uygulama becerilerinin gelişmesiyle özyeterliklerinin de arttığı sonucuna ulaşmışlardır.

Özyeterliğin yanında bir diğer önemli faktörün de süpervizyon olduğu görülmektedir. Türkiye'deki aday psikolojik danışman eğitime ilişkin araştırmalar incelendiğinde, süpervizyonun önemi konusuna vurgu yapıldığı görülmektedir (Aladağ, Yaka ve Koç, 2014; Erkan Atik, Arıcı ve Ergene, 2014; Eryılmaz ve Mutlu, 2017; Kemer ve Aladağ, 2013). Buna karşın, Bireyle Psikolojik Danışma Uygulaması (BPDU) dersleri lisans, yüksek lisans ve doktora düzeyinde süpervizyon imkânı sunsa da, lisans eğitimi sırasında gerçekleştirilen süpervizyonun nasıl uygulandığı konusunda bir standart olmadığı görülmektedir (Akkoyun, 1995; Büyükgöze-Kavas, 2011; Yeşilyaprak, 2009). Oysa birçok ülkede süpervizyonun içeriği konusunda standardizasyon bulunmaktadır. Bu konuda en önemli kılavuzlardan biri Amerikan Psikolojik Danışma ve İlgili Eğitim Programlarının Akreditasyonu Kurulu (The Council for Accreditation of Counseling and Related Educational Programs [CACREP]) tarafından belirlenen standartlardır.

Yurtdışı alanyazınında süpervizyon ile ilgili çalışmaların arttığı gözlenmektedir. Süpervizyon sürecinde çalışma uyumu (Bernard ve Goodyear, 2009), süpervizör ve öğrencilerin iletişimi (Pearson, 2000), öğrencilerin kaygı durumları (Barnes, 2004) süpervizyon sürecinin ve performansının değerlendirilmesi (Daniels ve Larson, 2001) gibi konular araştırılmıştır. Bunun yanında danışman özyeterliği ile alınan süpervizyonun anlamlı ilişkilerini işaret eden araştırmalar da bulunmaktadır (Larson, 1998; Larson ve Daniels, 1998; Lent, Hackett ve Brown, 1998; Stollenberg, 1998). Cashwell ve Dooley (2001) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, yetersiz süpervizyon deneyiminin etkili psikolojik danışmanlık becerilerini olumsuz etkilediği belirtilmiştir. Bu doğrultuda kapsamlı süpervizyon süreci aday psikolojik danışmanların yetkinliklerini arttırmalarına yardımcı olacaktır. Türkiye'deki alanyazınında ise, bu alanda yapılan çalışmalar son derece sınırlı olduğu görülmektedir (Aladağ, 2013).

Bernard ve Goodyear'a (2009) göre, psikolojik yardım sürecinde yer alan her psikolojik danışmanın süpervizyon sürecinden geçmesi gerekmektedir. Bu sadece bir uygulama olmaktan öte süpervizör ile kurulan iletişim sayesinde kuramsal bilgiler kadar kalıcı bilgilerin edinilmesine olanak sağlayacaktır. Büyükgöze-Kavas (2011) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, PDR yüksek lisans ve doktora öğrencileri BPDU dersi kapsamında aldıkları süpervizyonun etkililiğinde süpervizör ile kurdukları iletişimin kendilerini etkilediğini ifade etmişlerdir.

Psikolojik danışmanlar süpervizyon sürecindeki geri bildirimler sayesinde davranışlarını düzenler ve gerekli durumlarda teorik bilgilerini geliştirme yoluna giderler. Bu uygulamalar sayesinde mesleki anlamda karşılaşılabileceği senaryoları deneyimleyerek kendilerinin hazırlarlar. Üniversitelerde verilen eğitimin uygulamada nasıl sonuçlar verdiğinin görülmemesi psikolojik danışman niteliklerinin sorgulanması anlamına gelebilir (Larson ve Daniels, 1998). Dolayısıyla alınan eğitimin önemi göz ardı edilemez.

Etkili psikolojik danışmanın önemli bir diğer faktörü ise yaşam doyumdur. Yaşam doyumunun aday psikolojik danışmanların özyeterlikleri üzerinde pozitif yönde etkisi olduğu görülmektedir (Çivitçi, 2012; Dağlı ve Baysal, 2016; Diener, Emmons, Larsen ve Griffin, 1985; Durmuş, 2015; Kıran, Kirman ve Baksı, 2019; Tuzgöl Dost, 2007). Umut ise, yaşam doyumu ve özyeterlik üzerinde etkisi olan bir diğer faktördür. Özyeterlik ve umudun karşılıklı olarak olumlu bir etkiye sahip yapılar olduğu ifade edilmektedir (Feldman ve Kubota, 2015).

Tüm bu bilgiler ışığında, aday psikolojik danışmanların üniversitede aldıkları eğitim ve uygulama sürecini inceleyen bir araştırma yapılmasının bireylerin özyeterliklerine etkisini incelemeye etkili olacağı düşünülmektedir. Bu araştırmanın problemi, aday psikolojik danışmanların psikolojik danışma özyeterlik algılarının çeşitli demografik, psikolojik ve akademik faktörlerle olan ilişkilerinin incelenmesidir.

Amaç

Bu çalışmanın temel amacı, aday psikolojik danışmanların psikolojik danışma özyeterlik algılarının çeşitli demografik, psikolojik ve akademik faktörlerle olan ilişkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu temel amaç kapsamında ele alınan alt problemler şu şekildedir:

1. Aday psikolojik danışmanların psikolojik danışma özyeterlik puanları ile yaşam doyumu, pozitif-negatif duygu, sürekli umut, genel akademik başarı not ortalamaları, yaşam doyumu, Bireyle Psikolojik Danışma Uygulaması (BPDU) dersinden aldıkları başarı notu, bu derste görüştükları danışan sayısı ve gerçekleştirdikleri görüşme sayısı, aldıkları süpervizyonun niteliğine ilişkin değerlendirmeleri arasında anlamlı ilişkiler var mıdır?

2. Aday psikolojik danışmanların yaşam doyumları puanları danışma özyeterlik puanlarını ne ölçüde yordamaktadır?

3. Aday psikolojik danışmanların pozitif-negatif duygu puanları danışma özyeterlik puanlarını ne ölçüde yordamaktadır?

4. Aday psikolojik danışmanların sürekli umut puanları danışma özyeterlik puanlarını ne ölçüde yordamaktadır?

5. Aday psikolojik danışmanların yaşam doyum, pozitif-negatif duygu ve sürekli umut puanları birlikte danışma özyeterlik puanlarını ne ölçüde yordamaktadır?

6. Aday psikolojik danışmanların psikolojik danışma özyeterlik puanları cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

7. Aday psikolojik danışmanların psikolojik danışma özyeterlik puanları lisans eğitimlerinde herhangi danışma sürecine "danışan" olarak katılma durumlarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

8. Aday psikolojik danışmanların psikolojik danışma özyeterlik puanları ile aldıkları süpervizyon türüne göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

9. Aday psikolojik danışmanların psikolojik danışma özyeterlik puanları süpervizyon sürecinde süpervizörleri ile karşılıklı amaçlar belirlemelerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Önem

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık lisans programları, iyi bir eğitim olarak kendilerini geliştirmiş, psikolojik danışma beceri ve tekniklerine hâkim, uygulamada kendilerine güvenen bireyler yetiştirmeyi amaçlamaktadır. Bu amaçların gerçekleştirilememesi durumunda, programdan mezun olan psikolojik danışmanlar, etkili bir psikolojik danışma gerçekleştirmek amacıyla becerilerini kullanma ve en önemlisi de süreç sonunda danışanlarına yararlı olma konusunda kendilerini yetersiz hissetmektedirler (Demirel, 2013). Bu nedenle, üniversitelerde verilen eğitimler, alanında

başarılı psikolojik danışmaların yetiştirilmesinde kritik bir öneme sahiptir. Bu doğrultuda, da aldıkları eğitimin psikolojik danışma özyeterliliğini nasıl etkilediğinin araştırılması önem teşkil etmektedir.

Psikolojik danışmanın kendine ilişkin yetkinlik beklentisi psikolojik danışma süreci içerisinde istenilen amaçlara ulaşmada ve başarılı performans gösterebilmesinde büyük öneme sahiptir. Pişkin (1989) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, psikolojik danışmanların ideal ve gerçek görev algıları yönünden kendilerini yetersiz gördükleri belirlenmiştir. Buna benzer yapılan birçok araştırma, aday psikolojik danışmanların etkili bir süreç izlemesindeki etmenleri saptamada ve RPD programlarının gelişmesinde alana ilişkin çalışmaların yapılmasının gereği vurgulanmaktadır (Yiyit, 2001). Psikolojik danışmanın kendisini mesleğinde yetkin hissetmesi verilen hizmetin etkili olup istenilen sonuca ulaşmada ve danışanların olumlu bir biçimde bir süreç izleyip bundan etkilenebilmesi adına son derece önemlidir (Burnett, 1990).

Bireylerin sürdürdükleri hayatlarına ilişkin algı ve değerlendirmelerini yansıtan yaşam doyumu, öğrenciler için ayrı bir öneme sahiptir. Üniversitede öğrencileri, yetişkin olma adına büyük bir adım atarlar. Bu kurumda çalışma hayatına hazırlanırlar ve ne yapmak istediklerine dair planlamalara başlarlar (Çivitçi, 2012). Dolayısıyla öğrencilerin bu dönemdeki yaşam doyumlarının kritik bir öneme sahip olduğu söylenebilir.

Aday psikolojik danışmanlar üniversitede aldıkları eğitim kapsamında uygulama ve staj yaparak farklı deneyimler elde edip kendilerini geliştirmeyi amaçlamaktadırlar. Yaptıkları stajlar ve uygulamalar aday psikolojik danışmanların psikolojik danışma özyeterliliklerini artırmaktadır (Tang, Addison, LaSure-Bryant, Norman ve Stewart-Sicking, 2004). Özyeterliliği artan bir psikolojik danışman etkin psikolojik danışma hizmeti sunabilmektedir (Hill vd., 2008). Psikolojik danışma süreçlerinde etkili yardım sunulması için, ruh sağlığı çalışanlarının profesyonel olarak çalışmaya başlamadan oturumların nasıl yürütüleceğini deneyimlemesi ve geribildirim alması gerekmektedir (Eryılmaz ve Mutlu, 2018). Bu nedenle, aday psikolojik danışmanların bir psikolojik danışma sürecine girmeden psikolojik danışmaya ilişkin yaptıkları uygulamaların onlar üzerinde ne gibi etkilerinin olduğunun araştırılması gerekmektedir.

Aday psikolojik danışmanların öz-yeterliliği psikolojik danışmanlık alanında ele alınması gereken konular arasında yer alsa da, Türkiye’de gerçekleştirilen araştırmaların yeterli olmadığı görülmektedir. Alanyazın incelendiğinde, yapılan çalışmaların büyük bir çoğunluğunun mezun olmuş ya da okullarda çalışan rehber öğretmenlerin özyeterlilikleriyle ilgili olduğu görülmektedir. Bununla birlikte bu çalışmaların mesleğe

başlama ile özyeterliğin nasıl değiştiğine ilişkin bulgular elde etmek amacıyla yapıldığı görülmektedir. Türkiye’de psikolojik danışmanların yetkinlik beklentileri, özel eğitimde çalışan okul psikolojik danışmanların özyeterliklerini ve psikolojik danışmanların özyeterliklerini inceleyen çalışmalar yapılmış olmasına rağmen; aday psikolojik danışmanların okulda aldıkları eğitim ve uygulamalar esnasında kendilerini ne derece yetkin gördüklerinin bir bütün olarak değerlendirildikleri bir araştırmaya ulaşılamamıştır. Oysa ki, özyeterlik kavramı sadece mesleğe başlayan psikolojik danışmanlar için var olan bir kavram değildir. Üniversitelerde alınan eğitimler geleceğe ilişkin yetkinlik kavramını şekillendirmede oldukça önemlidir. Buradan hareketle, bu araştırmayla aday psikolojik danışmanların aldıkları eğitimlerin kendilerini ve özyeterlik algılarını ne derece etkilediğini ortaya koymak alanyazına katkı sunacaktır.

Sınırlılıklar

Bu araştırmanın belli sınırlılıkları söz konusudur. Öncelikle araştırma verileri Ankara Üniversitesi, Başkent Üniversitesi, Pamukkale Üniversitesi ve Gazi Üniversitesinin Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık lisans programlarındaki son sınıf öğrencilerinde toplandığı için, bu verilerden elde edilen bulguların genellenebilirliği araştırmadaki katılımcılarla sınırlıdır.

Özyeterlik öznel yargıları ifade etmektedir. Yani bireylerin psikolojik danışma süreci için performanslarının başarılı olacağına yönelik kişisel inançlarıdır. Özyeterlik algısı yüksek olan aday psikolojik danışmanların performanslarının da aynı şekilde yüksek olacağı sonucunu ifade etmeyebilir. Diğer bir sınırlılık ise, araştırma kesitsel bir çalışma olduğu için elde edilen bulgulardan hareket edilerek neden ve sonuç ilişkisine dayalı çıkarımlar yapmak güçtür.

Tanımlar

Özyeterlik: Bireylerin belli performansı yerine getirmek amacıyla kaynakları ve bilgileri uygun biçimde kullanmaya ilişkin yargılarıdır (Bandura, 1989).

Psikolojik Danışman Özyeterliği: Psikolojik danışmanın gerçekleştireceği psikolojik danışma sürecine dair performansı hakkındaki yargılarıdır (Larson ve Daniels, 1998).

Süpervizyon: Deneyimli meslek elemanının, süpervizyon alan kişiye yönelik ilgili konuya ilişkin becerilerinin geliştirilmesini amaçlayan planlı biçimde gerçekleştirilen hizmettir (Cormier ve Hackney, 2008).

Umut: Bireylerin yaşamlarına ilişkin hedefler belirleme ve bu hedefler doğrultusunda kendine yönelik inançlarını içermektedir (Snyder, 1995).

Yaşam Doyumu: Bireylerin hayata dair beklentileri ile şu anda sahip olduklarının karşılıklı değerlendirmesinin bir sonucu olarak ifade edilir (Acar, 2009).

Pozitif Duygu: Bireylerde hayattan alınan zevk, haz, şefkat ve gurur duyma vb. olumlu hisler ortaya çıkaran duygulardır (Deiner 1984).

Negatif Duygu: Bireylerde stres, suçluluk, korku, üzüntü, utanma vb. iyi hissettirmeyen duyguları içermektedir (Deiner 1984).



BÖLÜM 2

KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde; öncelikle özyeterlik ve psikolojik danışma özyeterliği kavramları ele alınmış; daha sonrasında ise, psikolojik danışma özyeterliğinin süpervizyon, yaşam doyumu, pozitif-negatif duygular ve umut ile olan ilişkilerine yönelik alanyazındaki açıklamalara ve araştırma sonuçlarına yer verilmiştir.

Özyeterlik

Sosyal bilişsel kuramın başarılı performanslar gerçekleştirmede en önemli kavramlarından biri özyeterliktir. Bandura (1989), kişilerin bir şeyi başarabilmesi için ilk olarak o şeye karşı özgüven duyması gerektiğini vurgular. Bireylerin ilgili alana karşı sahip oldukları özyeterlik algıları o alanda becerilerini etkin bir biçimde kullanabilmeleri için son derece önemlidir (Pajares, 2002). Bandura (1982, 1986), kişilerin herhangi bir duruma veya olaya ilişkin gerçekleştirilmesi gereken eylemleri ne derece yapabileceklerine dair inançlarını özyeterlik olarak tanımlar. Yani bireyler sahip olduğu kaynaklarını başarılı olmak için organize eder. Bu başarının arzu edilen düzeyde olacağı inancı da özyeterliğe bağlıdır (Bandura, 1989).

Bandura (1986) istenilen amaca ulaşmada ve etkili bir performans sergilemede sadece kuramsal bilginin ve uygulamaların yeterli olmayacağını belirtir. Bandura beceri ve uygulamanın yanında bireylerin sahip oldukları becerileri hakkındaki düşünce ve inançlarının da bir o kadar önemli olduğunu belirtir. Çünkü bireylerin o işi başarmaya ilişkin motivasyonlarının gösterecekleri davranışları etkilediğini vurgular. Bireylerin özyeterlik algılarını oluşturan da bu düşünce ve inançlardır. Bandura (1986) özyeterlik kavramının dört temel kaynağı olduğunu öne sürmektedir:

Başarıyla tamamlanmış deneyimler: Bireylerin daha önce amaçladıkları şeylerin başarı ile sonuçlandığını deneyimlediklerinde bir sonraki amaç oluşturma sürecinde kendilerine olan özyeterlik algılarının daha yüksek olacağını ifade eder. Bu deneyimler bireye özgü oluğu için diğer bilgi kaynaklarına göre daha önemlidir (Bandura, 1997).

Performansın başarılı olduğu algısı özyeterlik algısının yükselmesinde en önemli etmendir (Milner ve Hoy, 2003).

Dolaylı deneyimler: Bireyler başarılı bir performans sergilemese bile çevresindeki insanların benzer durumlar içerisinde başarılı olduklarını gördüklerinde kendilerinin de başarılı olabileceklerine dair inançları artmaktadır.

Sosyal ikna: Sosyal ikna birçok şekilde ortaya çıkabilir. Bunlar olumlu sözel geri bildirim, övgü, cesaretlendirme ve moral verici konuşmalar şeklinde olabilir. Bireyler bu yollardan biri veya birkaçı ile yakın çevresi tarafından amacına ulaşmak için yeterli beceriye sahip oldukları yönünde desteklenirlerse amaca ulaşma yolunda daha fazla çaba gösterirler. Bu noktada sosyal iknanın gerçekçi olması son derece önemlidir. Aksi durumda gerçekçi olmayan inançlar olumsuz etkiye sahip olabilir (Milner ve Hoy, 2003).

Fizyolojik ve duyuşsal kaynaklar: Bireyler kaygı ve gerginlik gibi durumlarda kendilerini yetersiz görebilirler. Bu nedenle sadece ruhsal olarak değil, fiziksel olarak da bireylerin kendilerini iyi hissetmesi amaçladıkları eylemleri gerçekleştirmede son derece önemlidir (Bandura, 1997). Aynı şekilde birey başarı gösterirse bu onun kaygı seviyesini düşürür ve sonuç olarak da özyeterlik algısının yükselmesine yol açar (Larson ve Daniels, 1998).

Bandura'ya (1989) göre, çevre ve bireyler karşılıklı olarak birbirlerinin belirleyicisidirler. Yani bireyler çevreden etkilendikleri kadar çevreyi de etkilerler. Bu nedenle deneyimler özyeterlik için önemlidir (Bandura, 1997). Bahsedilen deneyimler bireylerin geçmişteki hataları veya başarıları olabilir. Bireylerin geçmişte deneyimledikleri ve başarı ile sonuçlanan eylemleri özyeterlik algılarını olumlu yönde geliştirirken, bu deneyimleri başarısızlıkla sonuçlanan bireylerin özyeterlikleri ise olumsuz yönde etkilenir. Diğer deneyimler de model olarak öğrenmeyi oluşturan dolaylı deneyimlerdir (Bandura, 1997; Pajeras, 1996). Bireyler model olarak gerçekleştirdikleri öğrenme süreçleri ve çevrelerinden duydukları sözel destek ve ifadelerle özyeterliklerini şekillendirmektedirler (Pajeras, 1996).

Bandura, bireyin bir davranışı başlatmak ve sürdürmek için gerekli olan motivasyonu özyeterlik inançlarından aldığını savunmaktadır (Bandura, 1977, 1986, 1997). Başarılı bir performans geçmişi olan birey, gerekli bilgiye sahip olmasa da performans göstermek için harekete geçer. Dolayısıyla yüksek özyeterlik aynı zamanda da bireyleri amaçlarına ulaşmada harekete geçiren bir etkidir. Bireyler bu doğrultuda sahip oldukları becerileri en iyi şekilde gerçekleştirmek için daha aktif rol alırlar (Bandura, 1991).

Özyeterliğe ilişkin yargılamalar kişiden kişiye değişmektedir (Bandura, 1989). Özyeterlik yetenekli olmakla değil kişinin kendi kaynaklarını nasıl kullandığı ile ilgilidir. Birey bir amacı gerçekleştirmek için gerekli bilgi ve beceri donanımına sahip olabilir fakat düşük özyeterlik sahip olunan bu bilgi ve beceriyi harekete geçirmeyi engeller (Yıldırım ve İlhan, 2010). Çünkü birey amaçladığı sonuca ulaşacağına dair inancı olmadığı sürece girişimde bulunmaz veya karşılaştığı sorunu çözmeye ilişkin ısrarcı davranışlarda bulunamaz (Pajares, 1996). Yani düşük özyeterlik inancına sahip bireyler ne yapacaklarını bilseler bile süreci amaca ulaşma doğrultusunda yönetemezler (Bandura, 1997).

Düşük özyeterlik algısı bireyleri karşılaştıkları başarısızlıklarda yenilgiye uğratar. Bu bireyler için amaçlarına ulaşma adına adanmışlık güçlü değildir, verilen zor görevler tehdit olarak algılanabilir, başarısızlıkları kişisel yetersizliklerine bağlayıp kaygı yaşayabilirler. Bu kaygı onların ağır depresyon yaşamasına neden olabilir (Bandura, 1993). Düşük özyeterlik insanların problemler karşısında çözüm stratejileri geliştirme konusunda kendilerini başarısız görmelerine neden olur. Daha önce yaşadıkları başarısızlıklar ve düşük özyeterlik algısı sonucu besledikleri umutsuzluk yeniden çaba göstermelerini engeller. Umutsuzlukla gelen karamsar düşünceler de özyeterliği olumsuz biçimde besler (Bandura, 1991, 1997; Schunk, 2000). Bunun yanında, özyeterliği yüksek olan bireyler yeni davranışlar denemeye daha isteklidirler ve bunun için çaba harcamaya çekinmezler (Aydın, 2010). Gerçekleştirmek istedikleri amaçlara bağlılıkları yüksek olan bireyler bu amaçları gerçekleştirme sürecinde karşılaştıkları sorunlara yönelik daha esnek çözümler üretebilirler (Larson vd., 1992). Bu bireyler, yaşadıkları başarısızlıkları kişiselleştirmezler ve çabalarını arttırarak bir sonraki denemeleri için daha etkili stratejiler kullanırlar (Bandura, 1986).

Bireylerde düşük ve yüksek özyeterliğe bakılmadan önce özyeterlik kavramının bireyler için hangi şekilde algılandığının bilinmesi gerekmektedir. Bireylerin bu doğrultuda doğru algılara sahip olması bireylerin amaçlarını gerçekleştirme doğrultusunda gerçekçi düşünebilmeleri için son derece önemlidir. Özyeterlik inançlarına ilişkin gerçekçi düşüncelere sahip olmayan bireyler başarabileceklerinden fazla sorumluluk alır veya başaramayacakları düşüncesi ile var olan potansiyel güçlerini kullanmaktan çekinirler (Bandura, 1986). Dikkat edilmesi gereken bir diğer nokta ise, bireyin amaçlarına ulaşabilmesi için sadece belirli bir konuyu ilişkin bilgiye yönelik özyeterliklerinin yüksek olmasının yeterli olmayıp aynı zamanda sahip olduğu beceriler bakımından da yüksek özyeterlik inancına sahip olması gerektiğidir. Yani sadece bilgi ve

beceri yönünden yüksek özyeterliğe sahip olmak tek başına yeterli değildir bu iki alanda ve bilgi ve becerinin uygulamaya konması noktasında özyeterlik inancının da yüksek olması gerekmektedir (Demirel, 2013).

Bandura'ya (1997) göre, bireyleri çok yönlü olarak etkileyen özyeterlik, danışmanlarının gerçekleştirecekleri uygulamaların başarı düzeyini belirlemede de etkilidir. Danışmanların amaç belirleyip o amaç doğrultusunda çabalaması ve tüm engelleri aşmasında özyeterlik belirleyicidir (Sharpley ve Ridgway, 1993).

Psikolojik Danışma Özyeterliği

Psikolojik danışma özyeterliği kavramı, psikolojik danışmanın gerçekleştireceği psikolojik danışma sürecine dair performansına ilişkin yargıları şeklinde tanımlanmaktadır (Larson ve Daniels, 1998). Hill ve diğerleri (2008) psikolojik danışman özyeterliğini etkili bir psikolojik danışma sürecinin temeli olarak görmektedirler. Larson ve diğerlerine (1992) göre, psikolojik danışmanlar güçlü özyeterlik algısı ile süreç içerisinde kullanacağı bilişsel, duyuşsal ve davranışsal becerilerini bütünleştirir. Psikolojik danışman Özyeterliği, sadece danışma süreci içerisinde değil aynı zamanda da gelecekte gerçekleştireceği danışma süreçlerinde başarabileceklerine ilişkin algısını da ifade etmektedir. Bir psikolojik danışmanın başarılı psikolojik danışma yaşantısı ileride gerçekleştireceği uygulamaları da etkiler bu da yetkinlik inancının olumlu yönde gelişmesine katkı sağlar. Yüksek yetkinlik inancı da etkili psikolojik danışma sürecinin ortaya çıkmasını sağlar. Larson ve Daniels (1998) yapmış oldukları bir araştırmada kendini yetkin gören aday danışmanların yeterlik beklentilerinin zaman içinde kararlılık gösterdiğini tespit etmiştir. Yani aday danışmanların uygulamaları geleceğe ilişkin daha sağlam bir yetkinlik inancına yol açmıştır. Buna benzer şekilde, Bakar'ın (2011) psikolojik danışmanların özyeterliklerinin incelediği araştırmasında, psikolojik danışman özyeterliğinin olumlu uygulama deneyimiyle anlamlı ilişkisinin olduğu belirtilmiştir.

Bandura (1986) belirli bir alana yönelik yetkinlik inancını; kişinin amaçladığı görevi başarıyla gerçekleştirebileceğine ilişkin kaynaklarına olan güveni olarak tanımlar. Yani bireylerin, belirli durumlara ilişkin gerekli eylemleri gerçekleştirebilme algılarıyla ilgilidir (Bandura, 1982). Buradan yola çıkarak Bandura (1986), kuramsal eğitimin yanında psikolojik danışma becerilerine yönelik yüksek özyeterlik algısına sahip olmanın etkili bir danışma süreci için önemli olduğunu ortaya koymuştur.

Psikolojik danışman özyeterliği ve onu etkileyen faktörlere ilişkin araştırmalara 1980’li yılların başından itibaren başlandığı söylenebilir. Bu araştırmalarda en fazla dikkat çeken nokta, aday psikolojik danışmanların gerekli becerileri ne derece öğrendiği ve ne kadar etkili kullandığıdır. Bu doğrultuda araştırmalar çoğunlukla aday danışmanlar üzerinde gerçekleştirilmiştir (Larson, 1998; Larson ve Daniels, 1998).

Larson (1998) psikolojik danışmanın özyeterliğinin güçlü olmasının; bilişsel, duyuşsal ve davranışsal becerilerini psikolojik danışma sürecinde danışma becerileri ile birleşmesini sağladığını ileri sürer. Psikolojik danışmanın, danışma ilişkisini başlatması, süreçte sergileyeceği tüm davranışları, çabayı ve vereceği tüm kararları belirleyen özyeterliktir (Larson, 1998). Bu nedenle psikolojik danışma özyeterliği, başarılı psikolojik danışma sürecinin gerçekleşmesinde önemli belirleyiciler içinde yer alır (Sharley ve Ridgeway, 1993). Bandura (1977, 1986) Etkili bir psikolojik danışma için özyeterliğin önemli bir faktör olduğunu ve performans üzerinde önemli bir etkisi olduğunu vurgulamaktadır.

Etkili psikolojik danışmada ele alınan konuların başında bu hizmeti verecek kişilerin birçok yönden sağlıklı olmasının yanında psikolojik danışma beceri, teknik ve kuramsal bilgisiyle donanımlı olması ve bu donanımı kullanma konusunda kendisine inanması gelmektedir (İkiz ve Karaca, 2011). Bir psikolojik danışmanın yetkinliği ve buna ilişkin yetkinlik inancı danışma sürecinin gerçekleştirilmesinde son derece önemlidir (Pamuk ve Yıldırım, 2016).

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık lisans programlarının amacı, donanımlı, mesleğin gerekliliklerini yerine getirebilecek psikolojik danışmanlar yetiştirmektir (Demirel, 2013). Bu amaca ulaşmak için Türkiye’deki lisans eğitimleri istenilen düzeyde değildir (Yerin Güneri, Büyükgöze Kavas ve Koydemir, 2007). Bunun sonucu olarak, aday psikolojik danışmanların gerekli kuramsal ve uygulamalı eğitimin ne derece verildiği kendilerinin bu hizmetleri verme konusunda ne derece yetkin hissettiğinin saptanması verilen eğitimin amaca ulaşmasında önemli bir faktör olduğu görülmektedir (Yüksel, Diken, Aksoy ve Karaaslan, 2012).

Sadece iyi bir kuramsal eğitim almış olmak etkili bir psikolojik danışman olmak için yeterli değildir. Bireylerin aldıkları eğitimler ile psikolojik danışma uygulamalarında kendine güvenmeleri de gerekmektedir. Fakat görülmektedir ki, lisans programlarından yeni mezun olmuş psikolojik danışmanlar, psikolojik danışma becerilerini etkili kullanma konusunda kendilerini yetersiz görmektedirler (Demirel, 2013). Bu nedenle, lisans programlarının en önemli öğelerinden biri özyeterliktir (Bernard ve Goodyear, 2004).

Psikolojik danışman özyeterlik inançları danışmanın kendisine ilişkin kişisel değerlendirmelerdir (Larson ve Daniels, 1998). Yüksek özyeterlik inancına sahip psikolojik danışmanlar, beceri ve uygulamalara dair yüksek kapasiteye sahip olduklarına inanırken, bunun tam tersi şekilde, düşük özyeterlik inancına sahip psikolojik danışmanlar gerekli becerileri ortaya koyamayacaklarını düşünürler (Demirel, 2013). Bireyler donanımlı eğitim alsalar da kendilerinin ne kadar yeterli gördükleri konusunda endişe yaşayabilirler. Bunun sonucunda psikolojik danışma süreci içerisine girmeye çekinebilirler (İkiz, 2010). Psikolojik danışmanların özyeterliklerine ilişkin inançları, süreç içinde karşılaşacakları tüm sorunların üstesinden gelme, kararlı olma ve risk alma davranışını etkiler (Bandura, 1977). Bu nedenle de aday psikolojik danışmanların eğitimi son derece önemlidir. Bu eğitimler ve becerilerini geliştirdiği her uygulama sayesinde birey özyeterliliğini olumlu yönde geliştirir (Paez, 2010).

Aday psikolojik danışmanların olumlu deneyimler sonucunda gelişen özyeterlikleri etkili bir danışma sürecine yönelik kaygılarını azaltır. Kaygıları azalan ve ileriye yönelik olumlu performans gerçekleştireceğini düşünen bireyler de kendilerini gerçek bir psikolojik danışman olarak algılamaya başlar (Özgün, 2007). Pajares (2002) özyeterlik inançlarının kişinin başarısından çok, başarı seviyesini güçlü bir şekilde etkileyebileceğini; yüksek özyeterlikte gösterilen istikrarın, performansın artmasında olumlu rol oynadığını, kişinin gayretini ve yetkinlik duygusunu yükselttiğini, fakat düşük özyeterliğin ise başarısızlık, kendine güvensizlik ve moral bozukluğuna yol açtığını vurgulamaktadır. Özyeterlik düzeyleri yüksek olan psikolojik danışmanlar, performanslarına ilişkin olumlu noktalara odaklandıkları ve danışana yararlı olabildikleri inancını taşıdıkları için daha başarılı süreç izlemektedirler (Bandura, 1991; Bandura, 1977; Bandura 1986). Özyeterliğin psikolojik danışmanlar için sürecin olumlu olarak devam etmesine yönelik çaba göstermesini etkilemesi nedeniyle psikolojik danışman özyeterliliğinin geliştirilmesi yönünde yapılan çalışmalar daha da önemli hale gelmektedir (Johnson vd., 1989; Larson vd., 1992).

Türkiye’de gerçekleştirilen çalışmalara bakıldığında, bu çalışmaların genellikle okullarda çalışmakta olan danışmanların özyeterliklerini ölçmeye yönelik olduğu görülmektedir. PDR mezunlarının danışma yapmaya yönelik çeşitli meslek alanları ve mekânlarda çalıştığı da göz önünde bulundurulmalıdır (Aksoy ve Diken, 2009; Bilgiç, 2011; Erkan, 2011; Gündüz ve Çelikkaleli, 2009). Bu nedenle, sadece okullarda görev yapan psikolojik danışmanların özyeterliklerinin araştırılması psikolojik danışman

özyeterliğine ilişkin yeterli veri sağlamamaktadır. Aday psikolojik danışman özyeterliği konusunda yapılan çalışmalar yetersiz olmakla birlikte son yıllarda artış gözlenmiştir.

Psikolojik Danışman Özyeterliği ve Süpervizyon

Süpervizyon, psikolojik danışman eğitiminin köşe taşlarından biridir. Psikolojik yardım sunan kişilerin, yardım sürecinde başarılı olabilmeleri için birtakım koşulları yerine getirmesi gerekmektedir. Süpervizyon da bunlardan biridir. Süpervizyon, deneyimli meslek elemanının, süpervizyon alan kişiye yönelik ilgili konuya ilişkin becerilerinin geliştirilmesini amaçlayan planlı biçimde gerçekleştirilen bir hizmettir (Bernard ve Goodyear, 2009; Cormier ve Hackney, 2008). Bu hizmette daha deneyimli olan birey, süpervizyon alan kişinin becerilerini yetkin bir şekilde kullanabilmesi ve kendini o meslek alanı için geliştirebilmesi adına uygulama gerçekleştirir. Bu şekilde süpervizyon alan birey deneyimli bireylerden elde ettiği kuramsal bilgiyi de kendi bilgisine katarak bu alanda daha da zenginleşir (Bradley ve Kottler, 2001; Eryılmaz ve Mutlu, 2018).

Süpervizyonun temel amaçları içerisinde süpervizyon alan aday psikolojik danışmanlarını farklı şekillerde geliştirmek ve psikolojik danışma yapmaya ilişkin yetkinliklerini artırmak yer almaktadır. Bu hizmetler sayesinde danışma faaliyetleri daha etkili hale gelmektedir (Meydan ve Koçyiğit Özyiğit, 2016).

Süpervizyonda süpervizör, gerçekleştirilen uygulamayı değerlendirir. Yani süpervizyon sürecinde, değerlendiremeye tutulan bireylerin süreçteki yeterlikleridir (Bernard ve Goodyear, 2009). Bu bağlamda süpervizyonun ne olduğunun yanında bu sürecin nasıl işlemesi gerektiği de bir diğer önemli noktadır. Alanyazında süpervizyon oturumları ve odak noktasının nasıl olacağına ilişkin pek çok çalışma ve açıklama bulunmaktadır. İlk olarak süpervizyonun nasıl olacağı ile ilgili olan (oturumlarının odağı, süpervizör rolleri, süpervizyonun içeriği vb.) konularda ayrıntılı bilgi verilmelidir. Ancak bu sayede kapsamlı ve aşamalı bir şekilde ilerleyen süpervizyon aday psikolojik danışmanlar için yeterliklerinin ve farkındalıklarının artmasına katkı sağlayabilir (Stoltenberg, McNeil ve Delworth, 1998).

Okullarda süpervizyon hizmeti üç şekilde verilmektedir. Bireysel süpervizyon, grup süpervizyonu ve sınıf süpervizyonu. Bireysel gerçekleştirilen süpervizyonda, aday psikolojik danışman ile süpervizör yapılan danışma oturumunu bire-bir değerlendirir.

Bireysel süpervizyonda aday danışmana geniş süre ayrılır ve bu şekilde danışma oturumları derinlemesine incelenir. Genellikle üç ile yedi aday psikolojik danışman ve bir süpervizörün birlikte danışma oturumlarını değerlendirdikleri süpervizyon ise grup süpervizyonudur. Birçok aday psikolojik danışmana aynı anda eğitim vermesi zamanı etkili kullanmayı kolaylaştırdığı için önemlidir. (Yılmaz ve Voltan Acar, 2015) Sınıf süpervizyonu ise dersi alan tüm aday psikolojik danışmanların, ders sorumlusu ve yanı zamanda süpervizör olan kişi tarafından süpervizyon almasıdır.

Türkiye’deki aday psikolojik danışman eğitime yönelik yapılan çalışmalarda süpervizyonun çok önemli olduğu vurgulanmasına karşın Türkiye’deki psikolojik danışmanların eğitim sürecinde süpervizyon olanaklarının nasıl olduğu ve nasıl olması gerektiği noktasında bir netlik yoktur (Aladağ, 2014; Aladağ, Yaka ve Koç, 2014; Erkan-Atik, Arıcı ve Ergene, 2014; Eryılmaz ve Mutlu, 2017; Kemer ve Aladağ, 2013).

Aday psikolojik danışmanların üniversite eğitim süreçlerinde eğitimler almaları, uygulamalar yapmaları ve aldıkları süpervizyon süreci etkili bir eğitim süreci için son derece önemlidir. Verilen bu eğitimlerin standartlarının oluşturulmasında Amerika Birleşik Devletleri’nde CACREP’in koyduğu standartların öncülük ettiği görülmektedir (Aladağ ve Kemer, 2016). CACREP aday psikolojik danışmanların eğitiminde genel standardizasyona ilişkin açıklamalarda bulunmaktadır. Özellikle yapılacak uygulamaların nasıl olması gerektiği, hangi şartlar altında yürütülmesi gerektiğine ilişkin standartlaştırmalarda bulunur. CACREP, bir aday psikolojik danışmanın 40 saati gerçek danışanla gerçekleştirilmiş toplamda en az 100 saatlik danışma uygulamasının süpervizyon altında gerçekleştirilmiş olması gerektiğinin altını çizer. Bununla birlikte, aday psikolojik danışmanların, psikolojik danışma uygulaması dersini takip eden staj uygulamasının da 240 saatlik olması gerektiğini belirtir (CACREP, 2020). CACREP’in bu standardizasyonunun işlevselliğini ortaya koyan ve Tang ve diğerleri, (2004) tarafından psikolojik danışmanların psikolojik danışma özyeterliklerini etkileyen etmenlerin araştırıldığı çalışmanın sonucunda staj ve uygulamaların süresi ile psikolojik danışman özyeterlik düzeyleri arasında olumlu bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Aday psikolojik danışman, psikolojik danışma sürecinde farklı yöntemler ve teknikler kullanarak sözel ve sözel olmayan davranışlar sergiler (Pamukçu ve Demir, 2013). Bu sürecinde, gerçekleştirilen bu amaçlı ya da amaçsız davranışlar danışanın değişiminde rol oynamaktadır. Bu nedenle, psikolojik danışma sürecinde alınan süpervizyon psikolojik danışma sürecinin etkili bir biçimde yürütülmesinde son derece önemlidir (Lambert, Bergin ve Garfield, 2004; akt Denizli, 2009). Bu anlamda psikolojik

danışma sürecinde uygulanan becerilerin uygulanabilirliğini sağlayacak ilk ders ise psikolojik danışma uygulamalarıdır. Aday psikolojik danışmanlar, sınıf içi derslerde öğrendikleri kuramsal bilgi ve becerileri, bu uygulama dersleri sayesinde psikolojik danışma ortamlarında gerçek danışalar ile gerçekleştirme imkânı bulurlar (Cashwell ve Dooley, 2001). Aday psikolojik danışmanlar yaptıkları uygulamalar ve aldıkları geri bildirimlerle, sahip oldukları bilgi ve beceri düzeyleri ile ileriye dönük değerlendirme yaparlar. Bu değerlendirmelerin yapılabilmesi ve uygulama derslerinin nitelikli psikolojik danışman yetiştirmeye en üst düzeyde katkı sağlayabilmesi için uygulamaların süpervizyon altında gerçekleştirilmesi gerekmektedir (Bernard ve Goodyear, 2009). Süpervizyon süreci ile yeterlik algıları güçlenen aday psikolojik danışmanlar etkili bir danışma ve danışanın iyilik halini korunmada daha etkili olacaklardır (Johnson vd., 1989).

Amerika Birleşik Devletleri'ndeki yapıdan farklı olarak Türkiye'deki psikolojik danışman eğitimi içerisindeki uygulama dersleri ve bu dersler kapsamında sunulan süpervizyona ilişkin durum incelendiğinde, lisans düzeyinde psikolojik danışman yetiştirildiği ve bu nedenle kendine özgü bir yapısı olduğu, buna rağmen tüm programlarda içerik olarak standardı olan derslerin bulunmadığı dikkat çekmektedir (Aladağ ve Kemer, 2016; Korkut-Owen, 2007). Türkiye'deki psikolojik danışman eğitiminde Yükseköğretim Kurulu (YÖK) tarafından belirlenen standart bir eğitim programı uygulanmaktadır. Ancak bu durum programa ait ders içeriklerinin, değerlendirme yöntemlerinin, kullanılan teknik ve yöntemlerin standardı olduğu anlamını taşımamaktadır (Korkut-Owen, 2007).

Uygulanan programa göre, “Bireyle Psikolojik Danışma Uygulamaları” gibi bazı dersler programda yer alan zorunlu uygulama dersleriyken, “Grupla Psikolojik Danışma Uygulaması” bazı üniversitelerde seçmeli ders olarak halen okutulmaktadır. Söz konusu uygulama derslerine her program kapsamında yer verilse de, bu derslerin nasıl yürütüldüğü, öğrencilerin gelişim düzeylerine göre planlanıp planlanmadığı ve hatta süpervizyon altında gerçekleşip gerçekleşmediği belirsizlik içermektedir (Aladağ ve Kemer, 2016).

“Bireyle Psikolojik Danışma Uygulamaları” dersi diğer uygulama derslerinden farklı olarak, süpervizyon altında uygulama yapılması gereken bir derstir (Aladağ ve Kemer, 2016). Öğrenciler bu ders kapsamında ilk kez psikolojik danışma becerilerini gerçek bir danışan ile deneyimleme imkânı elde etmektedirler. Öğrencilerin ilk danışma deneyimi yaşıyor olması sonrasında alınan süpervizyonu gerekli kılmaktadır (Meydan ve

Koçyiğit Özyiğit, 2016). Bu nedenle bu uygulamaların aday psikolojik danışmanlara yetkinlik kazanmaları için süpervizyon altında gerçekleştirilen psikolojik danışma oturumlarının nitelikli şekilde planlanması ve uygulanması gerekmektedir (Bernard ve Goodyear, 2009)

Donanımlı psikolojik danışmanın kuramsal bilgi birikimine sahip olmanın yanı sıra uygulama tecrübesi kazanmış olması da önemlidir. Bunun da ilk adımı nitelikli bir eğitim programından geçmektir (Atik, 2017). Bu derslerin aday psikolojik danışmanların eğitiminde etkili olabilmesi için verilecek süpervizyonun belli bir modeli veya yaklaşımı takip etmesi gerekmektedir. Bunun içinde kullanılacak bu model veya yaklaşımın etkililiğinin incelenmiş olması gerekmektedir. Bu kapsamda grup ya da bireysel danışma uygulamaları dersiyle ilgili yapılan araştırmalar önem kazanmaktadır (Aladağ, 2014; Koç, 2013; Meydan, 2014)

Türkiye’de aday psikolojik danışmanların süpervizyon süreci konusundaki araştırma geçmişinin görece yeni olduğu söylenebilir. Süreç içerisinde süpervizyonun öneminin fark edilmesiyle gerçekleştirilen araştırma sayılarında artış olsa da bu sayının yeterli olduğu söylenemez (Atik, 2017). Lisans eğitim programlarında öğrencilerin danışmanlığa ilişkin yetkinlikleri ve süpervizyon süreçlerini içeren çalışmalar psikolojik danışma özyeterlik düzeylerinin geliştirilmesi yönünde atılacak adımlara yardımcı olmaktadır (Cashwell ve Dooley, 2001).

Psikolojik Danışman Özyeterliği İle Pozitif-Negatif Duygular ve Yaşam Doymu

Bireyler kendilerine ilişkin yaptıkları kişisel değerlendirmelerinin sonucunda hayatlarının nasıl olduğuna dair çıkarımlar yaparlar. Aslında bütün bu süreçlerin ve değerlendirmelerin temelinde, kişilerin hayatına ve yaşayışına ilişkin sürekli bir düşünme halinde olması ve değerlendirmeler yapması yatmaktadır. İnsanların yaşamla, kendileriyle ve çevreleriyle ilgili yaptıkları bu değerlendirmeler araştırmacıların dikkatini çekmiş ve bunun sonucunda da yaşam doymu kavramının ortaya çıkmasına katkı sağlamışlardır (Aydın, 2010).

Genelde yaşam doymu ve mutluluk iç içe olmuş kavramlardır. Mutluluk kavramının tek başına tanımlanması güçtür ve içinde bulunduğu konuya göre farklılaşmaktadır. Bu nedenle çalışmalarda, öznel iyi oluş veya yaşam doymu ifadesi kullanılmaktadır (Yetim, 1991). Yaşam doymunun anlaşılabilmesi için doym kavramının anlaşılması gerekmektedir. Doym kişilerin temel biyolojik ihtiyaçlarının ya

da çeşitli ruhsal ihtiyaçlarının giderilmesiyle denge durumunun yeniden oluşmasıdır. Yaşam doyumunda arzuların gerçekleşmesi söz konusudur (Deniz ve Yılmaz, 2004). Bu değerlendirmenin bilişsel ve duygusal olmak üzere iki boyutu vardır. İlki duygusal boyuttur. Bu boyut olumlu/pozitif (neşeli, iyimserlik) ve olumsuz/negatif (üzüntülü, öfkeli) duygulardan oluşmaktadır. Bir diğer boyut olan bilişsel boyut ise yaşam doyumunu olarak adlandırılıp bütün bir şekilde ele alınmaktadır (Diener ve Diener 1996). Bu iki boyut birbirinden bağımsız değildir. Zaman zaman birbirlerinden ayrılırlar bile bu şekilde bir değerlendirme yapmak tamamlayıcı bilgilere ulaşmak için yeterli olmamaktadır (Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999).

Duygu kuşkusuz psikolojik iyi oluşta çok önemli bir kavramdır. Duygu, en genel tanımıyla bireyin nasıl hissettiği ve hissettiği şeyin bireyde ne tür bir etki yarattığıdır. Daha önceden tek boyutlu olduğu düşünülen duygunun son yıllardaki çalışmalarda yapı olarak birbirinden bağımsız iki temel boyuttan oluştuğu öne sürülmektedir (Watson, Clark ve Tellegen, 1984; Watson ve Tellegen, 1985; Zevon ve Tellegen, 1982). Duygu ile ilgili alanyazına bakıldığında; iyi oluş, yaşam doyumunu gibi kavramların açıklanmasında pozitif ve negatif duygu boyutlarına vurgu yapılmaktadır (Diener, Suh ve Oishi, 1997). Bu yönüyle duygu kavramı, sözü geçen iki bağlamda ele alınırken bireyi ne yönde etkilediği kilit bir önem taşır (Yanardağ, 2017). Pozitif duygu, hayattan alınan zevk, haz, şefkat ve gurur duyma olarak tanımlanırken; negatif duygu, stres, suçluluk, korku, üzüntü, utanma gibi iyi hissettirmeyen duyguları içermektedir. Böylece her iki duygu da ayrı ayrı yüksek ve düşük olmak üzere değerlendirilmektedir (Crowford ve Henry, 2004; Deiner 1984; Diener, Suh ve Oishi, 1997).

Pozitif ve negatif duygular bireylerin hayatlarına dair yaptığı değerlendirmelerle değişir. Bireyler bu değerlendirmeler sonucunda olumlu veya olumsuz duyguları hissederler. Bandura (1977) bu bağlamda bireylerin yaşadıkları çevreye dair hissettikleri duyguların hem çevreye hem de kendilerine yönelik değerlendirmelerini şekillendireceğini belirtir. Negatif (olumsuz) duygular yaşayan bir bireyin kendi özyeterliliğine ilişkin değerlendirmeleri de olumsuz yönde etkilenir. Birey bu şekilde içinde bulunduğu çevreye bile uyum sağlamakta zorlanabilir. (Bandura 1977; 1989; Clark ve Watson, 1984)

Pozitif duygular sadece yaşanan anı güzel bir yaşantıya dönüştürmekle kalmaz. Bireyi olumluya sevk ederek ve iyi oluşun yaşanmasına yardımcı olup psikolojik olarak gelişimi destekler (Fredrickson, 2000; Lyubomirsky vd., 2005). Bunun yanında negatif duygular istenmedik olumsuz duyguların oluşmasına neden olup stresi artırırken depresif

belirtiler psikolojik iyi oluşu olumsuz yönde etkiler (Dua, 1994). Pozitif duyguların fazla olması negatif duyguların olmadığı anlamına gelmemektedir. Aynı şekilde negatif duyguların fazla olması da pozitif duyguların olmadığını ifade etmez. Bu iki duygu durumu birbirinden bağımsızdır (Russell ve Carroll, 1999).

Kuyumcu'nun (2013) pozitif ve negatif duyguların iyi oluşu ne derece etkilediğini araştırdığı çalışmasında, üniversite öğrencilerinin yaşadığı üzüntü, kızgınlık ve suçluluk gibi negatif duyguları arttıkça iyi oluş özelliklerinin anlamlı derecede azaldığı görülmüştür. Buna bağlı olarak, negatif duygusu yoğun olan öğrencilerin davranışlarını ve içinde bulunduğu koşulları yönetebilmede görece daha fazla çabaya ihtiyacı olabileceği vurgulanır. Bu araştırmanın en önemli bulgularından biri de negatif duyguların iyi oluş faktörlerini yordamada daha açıklayıcı olmasıdır. Bu sonuç, Dua'nın (1994) bulguları ile tutarlılık göstermektedir. Yani bireylerin negatif duyguları psikolojik iyi oluşları üzerinde pozitif duygularından daha etkilidir. Kişinin kendini "mutlu" hissetmesi, psikolojik sağlığının çok iyi olduğu anlamına gelmemektedir. Bu sonuçlar, iyi oluşun kişisel bir değerlendirme olduğu göz önünde bulundurularak negatif duyguların psikolojik iyi oluşu açıklamada daha etkili olduğunu göstermektedir. Buna paralel olarak, Curry (2007) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada aday psikolojik danışmanların iyilik halleri ile özyeterlikleri arasında olumlu bir ilişkinin olduğu görülmüştür.

Birbirinin tamamlayıcısı olan bu iki boyuttan bir diğeri bilişsel boyut olan yaşam doyumudur. İlk kez 1961'de Neugarten tarafından tanımlanmış ve bireylerin hayata dair beklentileri ile şu anda sahip olduklarının karşılıklı değerlendirmesinin bir sonucu olarak ifade edilmiştir (Acar, 2009). Yani birey kendisine atfettiği birtakım kriterleri ile hayata dair olanaklarına yönelik değerlendirmelerini karşılaştırır ve bu karşılaştırmalar sonucunda yaşamına yönelik değer biçer.

Yaşam doyumunu insanların hayat gerçeklikleriyle çelişmeyen bilişsel değerlendirmeleri içerdiği için de bilişsel bir bileşendir (Diener, 1994, 2000). Bu değerlendirmeler kişinin yaşamının kısa bir kesitine ilişkin olabileceği gibi tüm yaşamına dair de olabilir. Birey kendi yaşamına ve bulunduğu çevrelere dair yaptığı kişisel değerlendirmeler ile hayatta nerede olduğuna ve amacına ne derece ulaştığına bakar (Diener, Emmons, Larsen ve Griffin, 1985).

Shin ve Johnson (1978) yaşam doyumunu bireyin, hayat kalitesiyle ilgili kendi ölçütlerine dayanarak yaptığı genel değerlendirmeler olarak tanımlar. Bu değerlendirmeler bireyin sahip olduğu şartlar ile kendisine göre olduğunu düşündüğü ölçütlerin kıyaslanmasıyla elde edilir. Yani bu bilişsel karar süreci diğer insanların

ölçütlerinden bağımsız ve kişiye özgüdür (Diener, 1984). Buradan yola çıkarak kişiden kişiye değişen bu ölçütler bireylerin hayata yükledikleri anlamların da farklı olmasına yol açar. Bu nedenle, sadece belirli tek bir durum sonucunda yapılan kişisel değerlendirmeler tüm hayata ilişkin bir çıkarım yapmak için yeterli değildir. Bu yolla bireylerin hayatlarından ne derece memnun olduklarının belirlenmesi gibi bir durum söz konusu olamaz (Tuzgöl Dost, 2007). Tüm bu süreç bireyin geçmişteki deneyimlerini ve şu andaki hayatından ne kadar memnun olduğunu birbirinden ayırmadan toplamda yapılan değerlendirmeleri kapsamaktadır (Diener vd., 1999).

Yaşam doyumu bireyin pozitif yönde, ideallerine ulaşabilmesiyle bağlantılı yaşamın bir bütün olarak gelişim derecesidir. Temelde bireyin hayatından memnun olma düzeyini ifade eder (Deniz, Arslan, Özyeşil ve İzmirli, 2012). Burada önemli olan bir nokta da tutarlı tepkilerden meydana gelmesidir. Yani bireyin tüm değerlendirmeleri ve hayata dair düşünceleri yaşayış şekli ile tutarlılık göstermektedir (Yetim, 1991).

Diener'e (1984) göre birey yaşam doyumu boyutunda, çeşitli yaşam alanlarından elde ettiği doyumlarını değerlendirir. Yaşam doyumunu artıran şey, bireylerin sahip oldukları ile ileride elde etmek istedikleri arasındaki çatışmanın azalmasıdır (Diener, Oishi ve Lucas, 2003). Bu bağlamda, yüksek yaşam doyumuna sahip bireylerin yaptığı değerlendirmeler sonucunda hayata dair belirlediği amaçlara ulaşmada daha yüksek inanca sahip olduklarını, bu inanç sayesinde hayata dair daha olumlu bir bakış açısı kazandıkları ve daha olumlu bir benlik algısına sahip oldukları söylenebilir (Karataş, 1988).

Diener (1984) yaşam doyumunu etkileyen faktörleri üç ana başlıkta açıklar. Bu sınıflandırmanın ilki olan dışsal faktörler, bireyin yaşam doyumunu düzeyini etkileyen çevresel faktörlerdir. Bu sadece bireyin içinde bulunduğu fiziksel çevreyi ifade etmez. Aynı zamanda içinde yaşadığı sosyal ve kültürel yaşamı da içerir. İkinci faktör olan içsel/duygu durum kriterleri bireylerin olumlu deneyimler sonucunda elde ettiği hoş duyguların yaşam doyumunu olumlu yönde etkilemesini ifade eder. Son olarak içsel/subjektif kriterler ise, bireyin hayatına dair ideallerine ilişkin değerlendirmeleridir. Bu ideallere ilişkin yaptığı olumlu içsel değerlendirmeler yaşam doyumuna olumlu katkı sağlamaktadır (Topbaşoğlu, 2016).

Bireyin sahip olduğu kaynak ve yeteneklerden oluşan özyeterlik, yaşam doyumunu ile de ilişkilidir. Bireylerin sosyal hayata var olmalarını sağlayan yeteneklerine ilişkin algıları önce sosyal olma düzeylerini, sonrasında ise yaşam doyumlarını artırmaktadır (Bradley ve Corwyn, 2004; Diener, 1984). Bandura'nın Sosyal bilişsel kuramına göre

bireylerin olaylar karşısında yeterli kaynaklara sahip olduklarına yönelik inançları, onların problemlerin üstesinden gelmelerini kolaylaştırıp daha olumlu yaşam deneyimleri yaşamalarını sağlamaktadır. Çünkü özyeterlik, bireylerin yaşamlarında karşılaştıkları çeşitli olumsuz deneyimlerin üstesinden gelmek için sahip olduğu güçlü yanlarına ne ölçüde güvendikleri ile ilgilidir. Özyeterliği yüksek öğrenciler zorluklar karşısında daha planlı ve ısrarcı olup daha az olumsuz duygusal tepkiler gösterirler (Bandura, 1997). Yapılan araştırmalarda özyeterliğin yaşam doyumunu pozitif yönde etkilediğini göstermektedir (Azizli vd., 2015; Koksall vd., 2019).

Aday psikolojik danışmanlar için de bu süreç diğer üniversite öğrencilerinden farklı değildir. Bireyin hayatının tüm alanlarını kapsadığı için öğrencilerin psikolojik iyi oluşları ve kendilerine ilişkin yaptıkları tüm değerlendirmelerde dikkat edilmesi gereken kavramlardan biridir (Aysan ve Bozkurt, 2004). Aday psikolojik danışmanlar da bu bağlamda bir değerlendirme yaparlar. Bu içsel değerlendirmeler beklentilerini ve amaçlarını ne derece gerçekleştirdiklerine yöneliktir (Şahin, 2008; Vara, 1999). Üniversite yıllarının yetişkinliğe adım atılan ve bireylerin maddi ve duygusal anlamda yaşamlarıyla ilgili önemli kararlar verdikleri bir dönem olması nedeniyle bu yaş grubu üzerinde yapılan çalışmalar kritik bir öneme sahiptir. Bu nedenle aday öğrencilerin yaşam doyumunu ilerideki meslek hayatlarına ve başaracaklarına ilişkin bakış açısı kazanmada son derece önemlidir. Bu bağlamda yürütülen pek çok çalışmada, eğitim faktörünün olumlu etkisi göze çarpar. Yani alınan kaliteli eğitim yaşam doyumunu olumlu yönde etkilemekte ve bireylerin stresli durumlar karşısında daha etkin müdahale yöntemleri geliştirmelerine olanak sağlar. Bu noktada, BPDU dersi için de geçerli olan uygulama süreçlerinin önemi göze çarpmaktadır. Bu ders ve uygulamalar sayesinde aday psikolojik danışmanlar stresli durumlar içerisinde nasıl tepki vereceklerini ilişkin beceri kazanırlar. “Ben onu yapabilirim.” tutumuna sahip olurlar. Bu sayede geleceğe ilişkin planlamalar yaparken başarılı olacaklarına dair inançları yüksek olur (Telef, 2011; Yetim, 1991).

Bireylerin yaşam döngüleri incelendiğinde üniversite yıllarının geleceğe dair planların yapıldığı ve bu hedefleri gerçekleştirmek için gerekli alt yapının oluşturulmaya çalışıldığı yıllar olduğu gözlemlenmektedir. Üniversitede aldıkları eğitim bu bağlamda öğrencilerinin en çok önem verdiği unsurlar arasındadır. Gündoğar, Gül, Uskun, Demirci ve Keçeci (2007) eğitimle ilgili doyumun öğrencilerin iyi olma halini etkileyen en önemli ikinci anlamlı yordayıcı olduğunu vurgulayan çalışmasında ve Cenkseven ve Akbaş (2007) tarafından gerçekleştirilen çalışmada eğitim beklentisi karşılanan öğrencilerin

bundan duyacakları hoşnutluk neticesinde olumlu duygular yaşayarak yüksek yaşam doyumuna sahip olacakları ifade edilmiştir.

Azizli, Atkinson, Baugman ve Giammarco (2015) tarafından aday öğrenciler ile gerçekleştirilen araştırmada özyeterliğin, öğrencilerin geleceğe ilişkin planlar yapmaları ve yaşantılarına dair olumlu bir yaşam doyumunu değerlendirmeleri içinde olmaları arasında olumlu ilişki olduğunu belirtmişlerdir. Buna benzer şekilde; Gündoğar ve diğerleri (2007) tarafından gerçekleştirilen çalışma da bunu desteklemekte ve yaşam doyumunun yapılan iş beklentisiyle ve bunu başarmaya ilişkin değerlendirmeler ile yakından ilişkili olduğunu göstermektedir. Ayrıca bulgular arasından bilgi desteği, takdir edilme ve motivasyon desteğinin de yaşam doyumunu üzerinde belirgin etkileri olduğu yer almaktadır. Kıran, Kirman ve Baksı'nın (2019) aday psikolojik danışmanların yaşam doyumunu inceledikleri araştırmalarında üniversite eğitiminden memnun olan öğrencilerin yaşam doyumunu yüksekken, eğitim beklentisi karşılanamayanların yaşam doyumunun düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuç, üniversite eğitiminin yaşam doyumunu etkileyen önemli etmenlerden biri olduğunu göstermektedir.

Genel alanyazın incelendiğinde, aday psikolojik danışmanların özyeterliklerinin yaşam doyumunu üzerindeki etkisini araştıran çalışmalar sınırlıdır. (Çapri, Özkendir, Özkurt ve Karakuş, 2012; Charlton, Barrow ve Hornby-Atkinson, 2006; Çivitçi, 2012; Peker, 2018; Kıran, Kirman ve Baksı, 2019). Bu nedenle, aday psikolojik danışmanlar ile psikolojik danışma yapmaya ilişkin özyeterlik algılarının incelendiği bir çalışmanın alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Psikolojik Danışman Özyeterliği ve Umut

Umut kelimesi sözlükte “ummaktan doğan güven duygusu” şeklinde tanımlanmaktadır. Bu kavram genel olarak geleceğe dair olumlu beklentilere sahip olmayı ifade eder. Bu araştırmada yordayıcı değişkenlerden biri olarak ele alınan umut, bireylerin geleceğe dair olası olumsuz durumlarla başa çıkabilecekleri inancını vererek bireyi olumlu yönde etkiler (Özmen, Dündar, Çetinkaya, Taşkın ve Özmen, 2008). Umut, bireylerin hayatlarına ve hedeflerine dair planladıklarını başarmada olumlu kişisel yargıdır (Özkaya, 2017). Umudun en önemli özelliği, bireyleri gerçekleştirmek istedikleri şeylere dair olumlu duygular uyandıran bir güven vermesidir (Dilbaz ve Seber, 1993).

Snyder (1995) umudun motivasyon kavramıyla yakından ilişkili olduğunu belirtir. Çünkü insanların ilk olarak amaçladıkları hedeflere ulaşmayı umut eder ve bu doğrultuda hareket eder. Umut düzeyi yüksek olan bireyler, yüksek hedefler belirler ve bu hedefleri kategorize etmeye çalışırlar. Bu bireyler, zorluklarla karşılaşmayacaklarını düşünmezler ama zorluklarla mücadele etme konusunda olumlu inançlara sahiptirler. Başarısızlığı kabullenmek yerine karşılaştıkları engelleri aşmak adına alternatif müdahaleler geliştirirler. Umut seviyeleri düşük olan bireyler ise amaçları karşısında duran en ufak engel sonucunda çabalamaya ilişkin inancını kaybederler. Hayatı boyunca bunu deneyimleyen birey yaşadığı her umutsuzluk sonucunda kayıtsızlaşmaya başlar (Küpana, 2017).

Danışma yaşamı, gelişimi ve iyilik halini destekleyerek önemli bir boşluğu doldurmaktadır. Umudun öneminin farkına varılmasıyla terapötik yarara ilişkin araştırmalarda son yıllarda gözle görülür bir artış yaşanmıştır. Bu araştırmalarda ilgi çeken konulardan biri de umudun danışma uygulamalarındaki rolüdür. Umut danışma oturumlarında danışanın iyilik halini geliştirmede tamamlayıcı bir rol oynamaktadır (Snyder, Sympson, Ybasco, Borders, Babyak, ve Higgins, 1996).

Bandura'nın (1989) sosyal bilişsel kuramına göre, özyeterlik henüz gerçekleştirilmemiş bir eyleme karşı bireyin kendi yeterliğine olan inancını yansıtır yani bu beklenti eylemin gerçekleştirilmesinden sonra ortaya çıkmaktadır. Bu bakımdan Bandura sonuç beklentisi yerine kişisel yeterlik beklentisi üzerine yoğunlaşır. Bireylerin kişisel yeterlikleri üzerinde, kişinin kontrolü dışında olan (umut, dini inanış, şans, başkalarının müdahalesi vb.) güçlerin etkisi olabileceğini de vurgular. Snyder (1995) bu güçlere açıklık getirmenin zor olduğunu belirtmekle beraber, umut kavramının hem sonuç hem de yeterlik beklentisinde büyük öneme sahip olduğunu belirtir. Umudun özyeterlik kavramının da içerisinde bulunduğunu, bu kavramın bilişsel bir yapıyı belirttiğini vurgular.

Aydın (2016) tarafından aday psikolojik danışmanların özyeterlik düzeylerinin umut ve kaygı üzerindeki etkisinin araştırıldığı çalışma sonucunda aday psikolojik danışmanların psikolojik danışma özyeterliklerinin umut düzeylerine olumlu katkı sağladığı sonucuna ulaşılmıştır. Aday psikolojik danışmanların özyeterlik düzeyleri arttıkça umutlarının da arttığı, özyeterlikleri azaldıkça kaygılarının arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Sonuç olarak özyeterlik ve umut kavramlarına ilişkin araştırmalar anlamlı ilişkilerin bulunduğu işaret etmektedir. Buradan yola çıkarak, özyeterliğin alt boyutu olan danışma özyeterliği ile umut arasında bir ilişki olabileceği düşünülebilir.

Snyder'a (2002) göre, Bandura özyeterlik kavramında bireyin spesifik bir görevi başarılı bir biçimde gerçekleştirmek için kendi yeterliğine ilişkin değerlendirmesini ifade etmektedir. Halbuki, umut spesifik bir görevin yerine çok daha geniş bir alanda etkili olmakta ve daha geniş bilişsel öngörülere dayanmaktadır. Alan yazındaki çalışmalar teorik anlamda birtakım farklılıkları bulunan bu iki yapı arasında anlamlı ilişkilerin olduğunu ortaya koymaktadır. Örneğin, Feldman ve Kubota (2015) üniversite öğrencilerin hem genel hem de akademik özyeterlikleri ve umut düzeylerini incelemiş, sonuç olarak bu iki yapının karşılıklı etkiye sahip olduğunu ifade etmişlerdir. Phan (2013) ise bir grup öğrencinin özyeterlik ve umut düzeylerinin zaman içerisindeki değişimini boylamsal olarak izleyerek, her iki yapının birbiriyle büyük oranda uyuşan bir değişim gösterdiğini ifade etmiştir.

Aday psikolojik danışmanların içinde bulunduğu eğitim ve iş bulma olanakları da umut düzeyleri açısından değerlendirilmesi gereken bir noktadır. Üniversiteler her yıl çok sayıda mezun vermekte ve bu durum mezun sayılarında yığılma meydana getirmektedir. Öğrenciler kamu veya özel sektör gibi farklı alanlara yönlendirilse bile, binlerce üniversite mezunu genç birey işsiz kalmaktadır. Bu durumun farkında olan öğrenciler de geleceğine dair umutsuzluk yaşamaktadırlar. Umutlu ve Bayar (2018) tarafından üniversite öğrencilerinin iş bulma umudu üzerine yapılan araştırma bulgularına göre, birinci sınıf öğrencilerinin iş bulma konusunda son sınıf öğrencilerine göre daha umutlu olduğu görülmektedir. Bu öğrencilerin üniversite hayatı boyunca aldıkları eğitimin kendilerini yetkin kılacağına ve iyi bir iş bulacağına ilişkin olan umudunu kaybettiklerini göstermektedir. Bu nedenle öğrenciler üniversitede aldıkları eğitimin yeterli ve kendilerini diğer öğrencilerin önüne geçirecek bir eğitim olmasını isterler (Umutlu ve Bayar, 2018).

Üniversite öğrencileri mezun olduklarında iş bulmaya dair umutları azaldığında aldıkları üniversite eğitime yönelik motivasyonları da azalmaktadır. Bunun nedenleri arasında yeni mezun kişilerin henüz iş tecrübesine sahip olmamaları ve aldıkları üniversite eğitiminin yetersizliği gelmektedir. Öğrencilerin aldıkları eğitimden memnun kalmamaları sonucu kendilerinden beklenileni yapma konusunda özyeterlikleri azalmaktadır. Buna bağlı olarak da ileriye dönük plan yapma ve planları gerçekleştirme konusunda umutsuzluğa kapılmaktadırlar (Seçer ve Yazıcı, 2018). Burnett (1990), danışmanların mesleğe dair yetkinliğinin ve işinde başarılı olacağına dair olumlu inancının hem kendisini hem de danışanını olumlu yönde etkilediğini belirtir. Çelik,

Sanberk ve Deveci (2017), öğretmen adaylarının yaşam doyumunun umut ile ilişkisini inceledikleri araştırmada umudun yaşam doyumunu yordadığı sonucunu bulmuşlardır.

İlgili alanyazın incelendiğinde, aday psikolojik danışmanların özyeterlik algılarıyla umut kavramlarının birlikte yeterince ele alınıp incelenmediği görülmüştür. Bu nedenle aday psikolojik danışmanların özyeterlikleri ile umut arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmalara ihtiyaç vardır. Bu araştırma da bu ihtiyaç doğrultusunda gerçekleştirilmektedir.



BÖLÜM 3

YÖNTEM

İlgili bölüm içerisinde araştırma modeli, katılımcılar, verilerin toplanması ve çözümlenmesi yer almaktadır.

Araştırmanın Modeli

Aday psikolojik danışmanların psikolojik danışma özyeterlik algılarının çeşitli demografik, psikolojik ve akademik faktörlerle olan ilişkisinin incelendiği çalışma betimsel bir çalışma olup, nicel araştırma yöntemlerinden tarama modeli kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Betimsel yöntemeye dayalı yürütülen tarama çalışmalarında, bir durum olabildiğince ayrıntılı tanımlanmaya çalışılır (Büyüköztürk vd., 2011). Ayrıca araştırmada, aday psikolojik danışmanların nitelikleri ile özyeterlik algıları arasındaki ilişkiler incelendiği için de, bu araştırma ilişkisel modeldedir.

Katılımcılar

Çalışma verileri, Ankara ve Denizli’de bulunan toplam dört üniversitenin Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık lisans programında okuyan 254 son sınıf öğrencisinden toplanmıştır. Çalışma grubunun seçiminde uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Ancak çalışma grubunun seçiminde üniversitelerin Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı son sınıf öğrencisi olması ve “Bireyle Psikolojik Danışma Uygulaması” dersini almış gönüllü aday psikolojik danışmanlar olmasına dikkat edilmiştir. Katılımcıların 198’i (%78.00) kadın ve 56’sı (%22.00) erkektir. Katılımcıların 64’ü (%25.20) Ankara Üniversitesi, 67’si (%26.40) Gazi Üniversitesi, 34’ü (%13.40) Başkent Üniversitesi ve 89’u (%35.00) Pamukkale Üniversitesi’nde öğrenim görmektedir. Katılımcıların öğrenim gördükleri üniversite ve cinsiyete göre dağılımları Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1

Katılımcıların Öğrenim Gördükleri Üniversite ve Cinsiyete Göre Dağılımları

Üniversite	Erkek		Kadın		Toplam	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
Ankara Üniversitesi	9	14.06	55	85.94	64	25.20
Gazi Üniversitesi	11	16.41	56	83.59	67	26.40
Başkent Üniversitesi	9	26.47	25	73.53	34	13.40
Pamukkale Üniversitesi	27	30.33	62	69.67	89	35.00
Toplam	56	22.04	198	77.96	254	100.00

Verilerin Toplanması

Araştırmada; Kişisel Bilgi Formu, Psikolojik Danışma Özyeterlik Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği ve Sürekli Umut Ölçeği kullanılmıştır. Bu ölçme araçlarına ilişkin ayrıntılı bilgiler devam eden kısımda sunulmuştur.

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmada, araştırmacı tarafından geliştirilen, katılımcıların demografik bilgileri, yaş, cinsiyet gibi özellikleri ile genel akademik başarı not ortalaması, psikolojik danışma uygulamaları dersinde kaç danışan ile kaç oturum görüşme yaptıkları, gerçekleştirdikleri uygulamalara yönelik aldıkları süpervizyon türü, oturum sayısı bilgileri ile aldıkları süpervizyonun niteliğine göre yaptıkları değerlendirmelere ilişkin soruların yer aldığı bir form kullanılmıştır (*Bknz.* Ek 1).

Psikolojik Danışma Özyeterlik Ölçeği (PDÖÖ)

Lent ve diğerleri (2003) tarafından danışmanların, danışma özyeterlik düzeylerini belirlemek için geliştirilmiştir. Ölçek Türkçeye Pamukçu ve Demir (2013) tarafından uyarlanmıştır (*Bknz.* Ek 2). Toplam 41 maddeden oluşan ölçek, üç faktörlü bir yapıya sahiptir (Pamukçu ve Demir, 2013). İlk faktör “Yardım Becerileri Özyeterliği” toplam 15 maddeden ve kendi içinde içgörü, keşif ve eylem becerileri olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. İkinci faktör ise, “Oturum Yönetmeye İlişkin Özyeterlik” faktörüdür ve toplam 10 madde ve tek boyuttan oluşmaktadır. Son faktör olan “Psikolojik Danışma

Sürecindeki Zorluklara İlişkin Özyeterlik” faktörü ise, toplam 16 madde ve iki alt boyuttan (ilişkide çatışmalar ve danışan problemleri) oluşmaktadır. Ölçekteki maddeler (0) “hiç güvenmiyorum” ve (9) “tamamen güveniyorum” şeklinde derecelendirme üzerinde yanıtlanmaktadır. Ölçeğin orijinal halinin iç-tutarlık güvenilirlik katsayısı tüm ölçek için .97 olup, alt ölçekler için .79 ile .94 arasında değişmektedir (Lent vd., 2003). Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışmasında ise, iç-tutarlık güvenilirliği McDonald Omega iç-tutarlık katsayısı ile hesaplanmış ve tüm ölçek için bu katsayı .98 ve alt boyutlar için ise sırasıyla .92, .95 ve .95 olarak hesaplanmıştır (Pamukçu ve Demir, 2013). Mevcut çalışmada ise, ölçeğin Cronbach alfa iç-tutarlık katsayıları alt boyutlar için sırasıyla .88, .95, ve .70 olarak hesaplanırken ve ölçeğin tümü için bu değer .90 olarak elde edilmiştir.

Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ)

Diener ve diğerleri (1985) tarafından katılımcıların kendi yaşamlarına ilişkin değerlendirmelerini saptamak amacıyla geliştirilen ölçeğin, Türkçeye uyarlama çalışması Yetim (1991) tarafından gerçekleştirilmiştir (*Bknz.* Ek 3). Ölçek, tek boyutlu bir yapıda ve beş maddeden oluşmaktadır. Ölçekte yer alan her ifade (1) “hiç uygun değil” ve (7) “çok uygun” olacak şekilde yedili derecelendirme sistemi üzerinden yanıtlanmaktadır. Diener ve diğerleri (1985) yaptıkları geliştirme çalışmasında ölçeğin Cronbach alfa iç-tutarlık güvenilirlik katsayısını .87 ve ölçüt bağımlı geçerliliğini ise .82 olarak hesaplamışlardır. Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışmasında ise, Cronbach alfa iç-tutarlık güvenilirlik katsayısı .86 bulunurken ve ölçeğin test-tekrar test güvenilirliği ise .73 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada ise, Cronbach alfa iç-tutarlık katsayısı hesaplanmış ve ölçeğin tümü için .86 bulunmuştur.

Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği (P-NDÖ)

Watson ve diğerleri (1988) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması Gençöz (1991) tarafından yapılmıştır (*Bknz.* Ek 4). Bu ölçekle bireylerin son iki hafta içerisinde kendilerini nasıl hissettiklerini düşünmeleri ve buna göre duygu durumlarını değerlendirmeleri amaçlanmaktadır. Bu bağlamda ölçeğin Pozitif Duygu alt boyutu bireylerin kendilerini ne derece aktif ve pozitif hissettiğini; Negatif Duygu alt boyutu ise bireylerin kendilerini ne derece kızgınlık, suçluluk, hoşnutsuzluk ve korku gibi olumsuz duyguları hissettiğini ölçmektedir. Ölçekte 10 olumlu ve 10 olumsuz duygu

maddesinin yer aldığı toplam 20 madde bulunmaktadır. Pozitif ve negatif olarak adlandırılan iki alt boyutlu ölçekte yer alan maddeler (1) “çok az veya hiç” ve (5) “çok fazla” olacak şekilde beşli Likert derecelendirme üzerinden yanıtlanmaktadır. Ölçek tek pozitif duygu maddesi dışında tüm maddeleri istenilen faktörler ile örüntülenmiş; orijinal ölçeğin Cronbach alfa iç-tutarlık katsayısı negatif duygu alt boyutta .85, pozitif duygu alt boyutta .88 olarak hesaplanmıştır. Güvenlik çalışmasında Cronbach alfa katsayısı ile negatif ve pozitif duygu faktörlerinin iç-tutarlık Cronbach alfa katsayıları sırasıyla .83 ve .86 olarak hesaplanmıştır. Mevcut çalışmada ise, ölçeğin Cronbach alfa iç-tutarlık katsayıları negatif boyut için .85, pozitif boyut için .85 ve ölçeğin tümü için .73 olarak hesaplanmıştır.

Sürekli Umut Ölçeği (SUÖ)

Snyder ve diğerleri (1991) tarafından geliştirilen bu ölçek ile bireylerin genel umut düzeylerinin değerlendirilmesi amaçlanmaktadır. Ölçek 12 madde ve iki alt boyuttan (alternatif yollar düşüncesi ve eyleyici düşünce) oluşmaktadır. Her alt boyut ise dörder maddeden oluşmaktadır. Diğer dört madde ise umutla ilgisi olmayan dolgu maddeleridir. Katılımcılar maddelerdeki ifadelerle bireysel durumlarını yansıtmaya derecelerine göre sekizli derecelendirme üzerinden yanıtlamaktadırlar. Ölçeğin puanlanmasında dolgu maddeleri dikkate alınmamakta, sadece iki alt boyuttaki maddelere verilen yanıtlar kullanılmaktadır. Bu durumda, ölçekten alınabilecek puanlar 8 ile 64 arasında değişmektedir. Ölçeğin Türkçeye ilk uyarılama çalışması Akman ve Korkut (1993) tarafından yapılmıştır ve bu çalışmada tek boyutlu bir yapı elde edilmiş ve bu yapıya ilişkin iç-tutarlık katsayısı .65, test tekrar test güvenilirliği ise .66 olarak hesaplanmıştır. Test tekrarı yöntemi ile yapılan Ölçeğin güvenilirlik katsayıları test tekrar yöntemi ile incelenmiş .85, .73 ve .76 olarak bulunmuştur. Ölçeğin diğer bir Türkçeye uyarılama çalışması ise Tarhan ve Bacanlı (2015) tarafından gerçekleştirilmiştir (Bknz. Ek 5). Bu uyarılama çalışması ise, orijinal çalışmada olduğu için iki faktörlü yapı elde edilmiştir. Tüm ölçek için elde edilen Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı .84, test tekrar test güvenilirlik katsayısı ise alt boyutlar için sırasıyla .86 ve .78 olarak saptanmıştır. Mevcut çalışmada ise, ölçeğin tümü için elde edilen Cronbach alfa iç-tutarlık güvenilirlik katsayısı .89'dur.

Veri Toplama Süreci

Veri toplama sürecini gerçekleştirebilmek için öncelikle Ankara Üniversitesi Etik Kurul onayı alınmıştır (Bknz. Ek 6). Etik Kurul izni alındıktan sonra, Pamukkale Üniversitesinde görev yapan öğretim üyesine araştırmanın amacı açıklanmış ve izin alındıktan sonra hazırlanan ölçek setleri bölüm araştırma görevlisine iletilmiştir. Ankara Üniversitesi ve Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültelerinde ilgili öğretim üyeleri ile bağlantıya geçilmiştir araştırmanın amacı açıklanmış ve uygulama yapabilmek için izinleri istenmiştir. İzin alınan derslerde, veri toplama araçları araştırmacı tarafından katılımcılara uygulanmıştır. Bu uygulamalar 2018- 2019 öğretim yılı bahar döneminde gerçekleştirilmiştir. Araştırmacı uygulama öncesi araştırmacının amacını açıklamış, bilgilendirilmiş onam, gizlilik ve gönüllülük gibi araştırma etiği ile ilişkili konular hakkında da katılımcılara bilgi vermiştir. Araştırma için hazırlanan ölçek seti Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık lisans programı dördüncü sınıf öğrencilerine grup halinde sınıf ortamında tek seferde uygulanmıştır. Ölçekleri uygulama süresi yaklaşık 30 dakika sürmüştür.

Verilerin Çözümlemesi

Araştırmada toplanan verilerin analizi yapılmadan önce kayıp verilerin değerlendirilmesi yapılmıştır. Katılımcılardan toplanan her ölçek seti numaralandırıldığı için kayıp verinin olduğu katılımcı numarasına ait ölçek seti verileri yeniden sisteme girilmiştir. Kayıp veri denetlemesinin ardından 257 veri ile uç değer analizleri yapılmıştır. Uç değer kontrolünde Mahalanobis uzaklık değerleri hesaplanmış ve veri setinden 3 değer silinmiştir. Analize kalan 254 veri ile devam edilmiştir.

Değişkenlerin normallik varsayımını karşılaması durumunu değerlendirmek amacıyla histogram ve grafikler incelenmiş değişkene ilişkin eğrilerinin normale yakın olduğu görülmüştür. Değişkenlerin aritmetik ortalama, medyan, mod değerleri, çarpıklık-basıklık katsayıları değerlendirilmiştir ve değerlerin ± 1 arasında değiştiği görülmüştür.

Çoklu doğrusal regresyon analizi varsayımlarından olan çoklu bağlantılılık sorunu değerlendirmek için Pearson korelasyon katsayıları incelenmiş değişkenler arasındaki ikili ilişkilerin .58 ile -.38 arasında değiştiği tespit edilmiştir. Araştırmada çoklu bağlantılılık sorununun değerlendirilmesi amacıyla varyans artış faktörleri (VIF), durum indeksi (CI) ve tolerans değerleri de incelenmiştir.

Tolerans değerlerinin .52 ile .82 arasında, VIF değerlerinin 1.22 ile 1.89 arasında değiştiği, durum indeksinin ise en yüksek 22,13 olduğu görülmüştür. VIF değerinin 10'dan küçük olması, tolerans değerinin .10'dan büyük olması ve CI değerinin 30'un altında olması çoklu bağlantı sorununun olmadığını göstermektedir (Büyüköztürk, 2016). Otokolerasyon incelemesi Durbin Watson katsayısına gerçekleştirilmiştir. 1.5 ile 2.5 arasında olması gereken değer bu araştırma için katsayı 1.86 olarak hesaplanmış ve otokolerasyon sorunu olmadığını görüşmüştür.

Araştırma verileri analizinde İstatistik Paket Programına (SPSS) kullanılmıştır. Birinci araştırma sorusuna yanıt oluşturabilmek amacıyla aday psikolojik danışmanların psikolojik danışma özyeterlik puanları ile yaşam doyumu, pozitif-negatif duygu, sürekli umut, genel akademik başarı not ortalamaları, yaşam doyumu, BPDU dersinden aldıkları başarı notu, bu derste görüştükları danışan sayısı ve gerçekleştirdikleri görüşme sayısı, aldıkları süpervizyonun niteliğine ilişkin değerlendirmeleri arasındaki ilişkiler çoklu doğrusal regresyon "enter" modeli ile hesaplanmıştır. Regresyon analizi yapılırken normallik varsayımları değerlendirilmiş ve uygun değerler gösterdiği görülmüştür. İkinci araştırma sorusunda yer alan aday psikolojik danışmanların yaşam doyumları puanları danışma özyeterlik puanlarını ne ölçüde yordadığı basit doğrusal regresyon analizi ile incelenmiştir. Diğer araştırma sorumuzda yer alan aday psikolojik danışmanların pozitif-negatif duygu puanları danışma özyeterlik puanlarını ne yordama derecesi çoklu doğrusal regresyon analiz ile incelenmiştir. Dördüncü araştırma sorusuna yanıt oluşturabilmek amacıyla aday psikolojik danışmanların sürekli umut puanları danışma özyeterlik puanlarını ne derece yordadığı basit doğrusal regresyon analiz ile incelenmiştir. Beşinci araştırma sorusunda yer alan aday psikolojik danışmanların yaşam doyum, pozitif-negatif duygu ve sürekli umut puanları birlikte danışma özyeterlik puanlarını ne ölçüde yordadığı ise çoklu doğrusal regresyon analizi ile incelenmiştir. Diğer araştırma sorusu olan aday psikolojik danışmanların psikolojik danışma özyeterlik puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık oluşturma durumu ile herhangi danışma sürecine "danışan" olarak katılma durumlarının gruplar arası farklılıkları bağımsız örneklem *t*-testi ile incelenmiştir.

Aday danışmanların psikolojik danışma özyeterlik puanlarının aldıkları süpervizyon türüne göre farklılaşıp farklılaşmadığını hesaplamak amacıyla gruplar arası farkın manidarlığını hesaplamak için kullanılan tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Son olarak aday danışmanların psikolojik danışma özyeterlik puanlarının süpervizyon sürecinde süpervizörleri ile karşılıklı amaç belirlemeye göre farklılaşma durumunu belirlemek amacıyla bağımsız örneklem *t*-testi analizi uygulanmıştır.

BÖLÜM 4

BULGULAR VE YORUMLAR

İlgili bölümde, araştırmadaki değişkenlere ilişkin betimsel istatistikler ve analiz bulguları yer almaktadır.

Değişkenlere İlişkin Betimsel İstatistikler

Katılımcıların, tüm ölçeklere verdikleri puanlar ile Kişisel Bilgi Formundaki sorulara ilişkin betimsel istatistikler Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2

Değişkenlere İlişkin Betimsel İstatistikler

Değişkenler	<i>n</i>	<i>Min.</i>	<i>Mak.</i>	<i>Ort.</i>	<i>Medyan</i>	<i>Mod</i>	<i>Ss</i>
Psikolojik Danışma Özyeterliği	254	111.00	365.00	238.26	242.00	270.00	47.60
Yaşam Doyumu	254	5.00	35.00	22.65	23.00	28.00	6.07
Pozitif Duygu	254	10.00	50.00	30.74	31.00	32.00	7.66
Negatif Duygu	254	10.00	43.00	22.50	21.00	17.00	7.59
Sürekli Umut	254	10.00	64.00	47.57	48.00	48.00	8.60
Genel Akademik Başarı	254	2.22	3.84	3.14	3.18	3.50	.30
BPDU Dersi Notu	254	50.00	100.00	86.67	90.00	85.00	10.77
Danışan Sayısı	254	1.00	6.00	2.05	2.00	1.00	1.12
Görüşme Sayısı	254	2.00	26.00	10.38	8.00	6.00	5.07
Süpervizyon Niteliği	254	.00	100.00	74.00	80.00	90.00	23.30
Cinsiyet	254	1.00	2.00	-	-	-	-
Süpervizyon Türü	254	1.00	5.00	-	-	-	-
Danışan Olma Durumu	254	1.00	2.00	-	-	-	-
Süpervizyonda Amaç Oluşturma	254	1.00	2.00	-	-	-	-

Not: BPDU: Bireysel Psikolojik Danışma Uygulaması

Tablo 2’de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan aday danışmanlarının Psikolojik Danışma Özyeterliği Ölçeğinden aldıkları puanların ortalaması 238.26’dır. Bu ölçekten alınan puanlar 111.00 ile 365.00 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan puanların standart sapma değeri 47.60’tır. Katılımcıların Yaşam Doyumu Ölçeğinden aldıkları puanların ortalaması 22.65’tir. Bu ölçekten alınan puanlar 5.00 ile 35.00 arasında değişmektedir. Yaşam Doyumu Ölçeğinden alınan puanların standart sapma değeri 6.07’dir. Aday psikolojik danışmanların Pozitif- Negatif Duygu Ölçeğinin Pozitif Duygu alt ölçeğinden aldıkları puanların ortalaması 30.74’tür. Bu ölçekten alınan puanlar 10.00

ve 50.00 arasında değişmektedir. Pozitif Duygu alt ölçeğinden alınan puanların standart sapma değeri 7.66'dır. Katılımcıların ölçeğin bir diğer alt boyutu olan Negatif Duygu alt ölçeğinden aldıkları puanların ortalaması 22.50'dir. Bu ölçekten alınan puanlar 10.00 ve 43.00 arasında değişmektedir. Bu alt ölçekten alınan puanların standart sapma değeri 7.59'dur. Katılımcıların Sürekli Umut Ölçeğinden aldıkları puanların ortalaması 47.57'dir. Bu ölçekten alınan puanlar 10.00 ve 64.00 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan puanların standart sapma değeri 8.60'dır. Araştırmaya katılan aday psikolojik danışmanların genel akademik başarı not ortalamaları (akademik başarı maddesinden elde edilen puanların ortalaması) 4.00 tam puan üzerinden 3.14'dür. Bu not ortalamalarının en düşüğü 2.22 iken en yüksek not ortalamasının 3.84 olduğu görülmektedir. Genel akademik başarı not ortalamalarının standart sapma değeri .30'dur. Katılımcıların BPDU dersinden aldıkları başarı notu puanların ortalaması 86.67'dir. Bu ölçekten alınan puanlar 50.00 ve 100.00 arasında değişmektedir. BPDU dersinden alınan başarı notu puanların standart sapma değeri 10.77'dir. Araştırmaya katılan aday psikolojik danışmanların BPDU dersi kapsamında görüştükleri danışan sayısı ortalaması 2.05'tir. Görüülen en az danışan sayısı 1.00 iken en fazla 6.00 danışan ile görüşme yapılmıştır. Görüülen danışan sayısının standart sapma değeri 1.12'dir. Katılımcıların BPDU dersi kapsamında danışanlar ile gerçekleştirdikleri görüşme sayısı ortalaması 10.38'dir. BPDU dersi kapsamında en az 2.00 görüşme yapılırken en çok 26.00 görüşme yapıldığı görülmektedir. Araştırmaya katılan aday psikolojik danışmanların BPDU dersi kapsamında aldıkları süpervizyonun niteliğine ilişkin verdikleri puanların ortalaması 74.00'dır. Bu ortalamalarının en düşüğü .00 iken en yüksekinin 100.00 olduğu görülmektedir. Süpervizyon niteliğine ilişkin verdikleri puanların standart sapma değeri 23.30'dur.

Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiler

Araştırmanın bağımlı değişkeni olan danışma özyeterlik puanlarıyla aday psikolojik danışmanların genel akademik başarı not ortalamaları, Bireyle Psikolojik Danışma Uygulaması dersinden aldıkları başarı notu, bu derste görüştükleri danışan sayısı ve gerçekleştirdikleri görüşme sayısı ve aldıkları süpervizyona ilişkin nitelik değerlendirmeleri arasındaki ilişkiler Pearson Çarpım Moment Korelasyon katsayıları ile hesaplanmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkiler Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3

Değişkenler Arasındaki İlişkiler

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Psikolojik Danışma Özyeterliği	-								
2. Yaşam Doymu	.32**	-							
3. Pozitif Duygu	.34**	.42**	-						
4. Negatif Duygu	-.17**	-.38**	-.23**	-					
5. Sürekli Umut	.51**	.55**	.58**	-.37**	-				
6. Genel Akademik Başarı	-.14*	.17**	-.07	-.02	.09	-			
7. BPDU Dersi Notu	.19**	.26**	.19**	-.03	.25**	.25**	-		
8. Danışan Sayısı	-.04	-.03	.02	-.00	.02	.28**	-.05	-	
9. Görüşme Sayısı	.03	.01	.09	.04	.09	.29**	-.01	.80**	-
10. Süpervizyon Niteliği	.26**	.12	.12	-.05	.14*	-.04	.19**	-.02	.00

Not: * $p < .05$, ** $p < .01$. BPDU: Bireyle Psikolojik Danışma Uygulaması

Tablo 3'te görüldüğü gibi; araştırmanın bağımlı değişkeni danışma özyeterliği puanları yaşam doymu ($r = .32, p < .01$), pozitif duygu ($r = .34, p < .01$), sürekli umut ($r = .51, p < .01$), BPDU Dersi Notu ($r = .19, p < .01$), Süpervizyon Niteliği ($r = .26, p < .01$) arasında pozitif yönlü anlamlı düzeyde ilişkiler bulunmuştur.

Yaşam Doymu Puanlarının Psikolojik Danışma Özyeterlik Puanlarını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Bulguları

Aday psikolojik danışmanların yaşam doymu puanlarının danışma özyeterlik puanlarını ne derece yordadığı basit doğrusal regresyon analiz ile incelenmiştir. Analiz sonucunda elde edilen model istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur [$F(1, 252) = 27.75, p < .001, R = .32, R^2 = .099$]. Aday psikolojik danışmanların yaşam doymu puanları psikolojik danışma özyeterliğine ait varyansın yaklaşık %10'unu açıklamıştır. Aday psikolojik danışmanların yaşam doymu puanları ($b = 2.47, t = 5.27, p < .001$) psikolojik danışma özyeterliği puanlarını pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordamıştır. Bir diğer deyişle aday psikolojik danışmanların yaşam doymu yükseldikçe danışmaya ilişkin özyeterlik algıları da artmaktadır. Yaşam doymu yüksek olan bireyler hedefledikleri amaçlara ulaşacağı inancına sahip olurlar. Hayata dair beklentileri ve isteklerine dair değerlendirmeler yaparlar. Bu nedenle de yaşam doymu bireyin hayatının tüm alanlarını kapsadığı için öğrencilerin iyi oluşlarını anlamada önemlidir (Şahin, 2008; Vara, 1999) Bu doğrultuda, yaşam doymu yüksek aday psikolojik danışmanların özyeterlik algılarının da yüksek olması beklendik bir sonuçtur.

Yaşam doyumu bireysel ve bilişsel bir süreçtir. Bireyin çalışmalar için gerekli olan bilişsel gücünü bulmasına yardımcı olur. Aday psikolojik danışmanların BPDU dersi kapsamında gerçekleştirmeyi planladıkları görüşmelerin başarıya ulaşacaklarına dair yaptıkları bilişsel yargılamalarda önemli bir yer tutar. Bu doğrultuda aday psikolojik danışmanların yaşam doyumlarının yüksek olması gerçekleştirecekleri süpervizyon süreçlerinin de başarılı olmasına katkı sağlayacaktır. Çalışmada elde edilen araştırma bulgularını destekleyen pek çok araştırma bulunmaktadır. Çapri ve diğerleri (2012) tarafından yürütülen çalışmada sonucunda öğrencilerin özyeterlikleri ve yaşam doyumu arasında pozitif yönlü ilişki olduğunu görülmüştür. Buna benzer şekilde Peker (2018) yaşam doyumu arttıkça öğrencilerin özyeterlik algılarının da arttığı sonucuna ulaşmıştır.

Bu sonuçlar, aday psikolojik danışmanlar için yaşam doyumunun gerçekleştirecekleri çalışmalar ve başarılar için önemli bir kaynak olduğunu göstermektedir. Bu doğrultuda yaşam doyumunun diğer araştırma değişkeni olan akademik başarı üzerinde de olumlu bir etkisi olacağı düşünülebilir. Akademik başarı ile yaşam doyumu arasında Tablo 2’de de görüleceği gibi, anlamlı pozitif yönlü ilişki bulunmuştur ($r = .17, p < .01$). Bu sonucu destekleyen bir çalışma Çivitçi (2012) tarafından Pamukkale Üniversitesi öğrencileri ile gerçekleştirilmiştir. Çalışma sonunda öğrencilerin yaşam doyumu ve akademik başarıları arasında pozitif yönlü ilişki tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan aday psikolojik danışmanların yaşam doyumları yükseldikçe hem akademik başarıları artmış hem de özyeterlik beklentisi anlamlı şekilde yükselmiştir. Üniversitelerde verilecek etkin eğitim ve uygulamalarla öğrencilerin akademik başarı ve özyeterliklerinin artırılması mesleki anlamda kendilerine güvenen psikolojik danışmanlar yetiştirilmesi anlamına gelmektedir. Çünkü Bandura’nın (1986) da belirttiği gibi, bireyler bu doğrultuda doğru algılara sahip olmakta ve gerçekçi düşünebilmektedirler. Bu da aday psikolojik danışmanlar için mesleki ve kişisel anlamda daha olumlu bir gelişim demektir.

Pozitif-Negatif Duygu Puanlarının Psikolojik Danışma Özyeterlik Puanlarını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Bulguları

Aday psikolojik danışmanların pozitif-negatif duygu puanlarının danışma özyeterlik puanlarını yordama derecesi çoklu doğrusal regresyon analiz ile incelenmiştir. Analiz sonucunda elde edilen model istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur [$F(2, 251) = 17.63, p < .001, R = .35, R^2 = .12$]. Aday psikolojik danışmanların pozitif-negatif duygu

puanları psikolojik danışma özyeterliğine ait varyansın yaklaşık %12'sini açıklamıştır. Aday psikolojik danışmanların pozitif duygu puanları ($b = 1.97, t = 5.22, p < .001$) psikolojik danışma özyeterliği puanlarını pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordarken, negatif duygu puanları ($b = -.59, t = -1.56, p > .05$) psikolojik danışma özyeterliği puanlarını anlamlı bir şekilde yordamamıştır.

Alanyazın incelendiğinde, pozitif duygunun hayattan alınan zevk, şefkat, gurur duyma şeklinde tanımlandığı; negatif duygunun ise tam tersi biçimde hoş olmayan duyguların var olması ile tanımlandığı görülmektedir (Deiner 1984; Diener, Suh ve Oishi, 1997; Crowford ve Henry, 2004). Aday psikolojik danışmanları BPDU dersi kapsamında uygulama ve süpervizyon süreçlerine dair birçok duygu yaşamaktadırlar. İnsanlar kendilerini iyi hissettiren deneyimleri daha çok yaşama eğilimindedirler (Watson ve Tellegen, 1985). Bu bilgiler ve araştırma sonucu doğrultuda görülüyor ki, aday psikolojik danışmanları da kendilerini iyi hissettirecek yaşantıları daha çok deneyimleme eğilimindedirler. Araştırma bulguları da aday psikolojik danışmanların, danışma ve süpervizyon sürecinde yaşadıkları olumlu deneyimler sonucunda oluşan pozitif duyguların özyeterlik üzerinde olumlu bir etkisi olacağını göstermektedir. Danışma sürecinde olumlu bir deneyim yaşayan aday psikolojik danışman bir sonraki danışma oturumu için kendini daha iyi hissedecek ve sonuç olarak psikolojik danışma yapmaya ilişkin özyeterliği daha yüksek olacaktır. Bununla beraber olumsuz deneyim sonucunda oluşan negatif duygular aday psikolojik danışmanın özyeterlik algısının olumsuz etkilenmesine neden olacağı görülmektedir. Bireylerin danışma esnasında yaşayacağı olumsuz deneyimler sonraki oturumu başarıyla gerçekleştireceklerine ilişkin şüphe duymalarına neden olacak ve buna bağlı olarak psikolojik danışma yapmaya ilişkin özyeterliği etkilenecektir. Bu bulguyu destekleyen bir çalışma Kurtyılmaz (2015) tarafından gerçekleştirilmiştir. Çalışmada aday psikolojik danışmanlar BPDU dersi kapsamında danışma ortamını deneyimlemişler ve çalışma bulguları aday psikolojik danışmanların yaşadıkları olumsuz duyguların danışma sürecini iyi yönetemeyecekleri ve yetersiz becerilere sahip oldukları gibi olumsuz düşünce ve duygular doğurduğunu göstermektedir. Ayrıca aday psikolojik danışmanlar süpervizyon sürecinin sonunda da değerlendirildikleri için kaygı yaşamakta, bu nedenle de bu sürecin başlı başına kaygı verici olabileceğine dikkat çekilmektedirler. Bu sonuçlarla beraber aday psikolojik danışmanlar süpervizyon sürecini kaygı verici bulsalar da, sürecin temelde uygulama açısından geliştirici olduğunu belirtmişlerdir.

Sürekli Umut Puanlarının Psikolojik Danışma Özyeterlik Puanlarını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Bulguları

Aday psikolojik danışmanların sürekli umut puanlarının danışma özyeterlik puanlarını ne derece yordadığı basit doğrusal regresyon analiz ile incelenmiştir. Analiz sonucunda elde edilen model istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur [$F(1, 252) = 87.79$, $p < .001$, $R = .51$, $R^2 = .26$]. Aday psikolojik danışmanların sürekli umut puanları psikolojik danışma özyeterliliğine ait varyansın yaklaşık %26'sını açıklamıştır. Aday psikolojik danışmanların sürekli umut puanları ($b = 2.81$, $t = 9.37$, $p < .001$) psikolojik danışma özyeterliliği puanlarını pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordamıştır.

İnsanların amaçladıkları hedeflere ulaşmasında umut kavramı son derece önemlidir. Umut düzeyi yüksek olan bireyler, yüksek hedefler belirler ve kaynaklarını bu hedefleri gerçekleştirmek için kullanırlar (Snyder (1995). Bu doğrultuda BPDU dersi için umut düzeyinin yüksek olması aday psikolojik danışmanların danışma sürecine girmeden veya danışma esnasında danışmayı iyi bir şekilde planlamak ve başarılı bir danışma süreci geçireceklerine dair yargılarda bulunmalarını sağlamaktadır. Araştırma bulguları göz önüne alındığında umut düzeyleri yüksek aday psikolojik danışmanların BPDU dersi kapsamında gerçekleştirecekleri çalışmalara dair ve danışma yapmaya ilişkin özyeterliklerinin yüksek olması beklenmektedir. Benzer sonuçlar Valle, Huebner ve Suldo (2006) tarafından gerçekleştirdikleri araştırmada psikolojik danışmanların yüksek umut düzeyinin başarıyı arttırıcı bir etkisi olduğunu sonucu ile de desteklenmektedir.

Aday psikolojik danışmanların yaşam doyumu ile umut puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkinin olduğu tablo 2'de görülmektedir ($r = .55$, $p < .01$). Bailey, Eng, Frisch ve Snyder (2007) üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdiği araştırmasında umudun yaşam doyumunun bir yordayıcısı olduğunu tespit etmiştir. Buna göre hedeflerine ulaşacağına inanan bireylerin iyi oluş düzeyleri artmaktadır.

Aydın (2016) tarafından gerçekleştirilen ve araştırma bulgularını destekleyen çalışmada aday psikolojik danışmanların özyeterliklerinin umut düzeylerini pozitif yönde anlamlı şekilde etkilediği saptanmıştır. Türkiye'de mezun olan bir öğrencinin iş bulma ve mesleki anlamda hedeflediklerini gerçekleştirmede umut faktörü ve bununla ilişkili olarak özyeterlik faktörü son derece önemlidir. Araştırmalar 1. sınıftan 4. sınıfa umut düzeylerinin farklılaştığını ve düştüğünü göstermektedir (Umutlu ve Bayar, 2018). Görüldüğü gibi gelece umutla yaklaşan bir aday psikolojik danışman özyeterliliği

açısından pozitif değerlendirmeler yapabilmekte ve bu doğrultuda gerçekleştireceği işlerde daha olumlu bir tutum içinde olmaktadır.

Yaşam Doyum, Pozitif-Negatif Duygu ve Sürekli Umut Puanlarının Birlikte Psikolojik Danışma Özyeterlik Puanlarını Yordamasına İlişkin Regresyon Analizi Bulguları

Çoklu doğrusal regresyon analizi araştırmaya katılan aday psikolojik danışmanların yaşam doyum, pozitif-negatif duygu ve sürekli umut puanlarının birlikte psikolojik danışma özyeterlik puanlarını ne derece yordadığını belirlemek amacıyla uygulanmıştır. Analiz sonuçları Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4

Yaşam Doyum, Pozitif-Negatif Duygu ve Sürekli Umut Puanlarının Psikolojik Danışma Özyeterlik Puanlarını Yordamasına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi

Model	B	SH	β	sr^2	p
1. Yaşam Doyumu	.43	.53	.05	.05	.41
2. Pozitif Duygu	.35	.42	.07	.05	.41
3. Negatif Duygu	.23	.38	.04	.04	.52
4. Sürekli Umut	2.54	.41	.46	.36	.00

Not: $n = 245$; $R = .51$, $R^2 = .26$, $p < .001$

Yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda regresyon katsayısı anlamlı bulunmuştur [$F(4, 249) = 22.29$, $p < .001$, $R = .51$, $R^2 = .26$]. Değişkenler bir araya geldiğinde psikolojik danışma özyeterliğine ilişkin varyansın %26'sını açıklamaktadır. Değişkenlerden sadece sürekli umut puanları psikolojik danışma özyeterliğine ait varyansın açıklanmasında anlamlı etkiye sahip olduğu bulunmuştur.

Sonuç olarak sürekli umut anlamlı bir yordayıcı olarak bulunurken yaşam doyum, pozitif ve negatif duygunun yordayıcı etkileri bulunmamaktadır.

Çoklu doğrusal regresyon analizi ile ilgili dikkat çeken nokta, değişkenler arasındaki ilişki Pearson Moment Çarpım korelasyon katsayıları ile incelendiğinde psikolojik danışma özyeterliği puanları, yaşam doyumunu ($r = .32$, $p < .01$), pozitif duygu ($r = .34$, $p < .01$) ve sürekli umut ($r = .51$, $p < .01$) arasında pozitif yönlü anlamlı düzeyde ilişkiler bulunmasına rağmen çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda sadece sürekli

umut anlamlı düzeyde yordayıcı bulunmuştur. Bu durumda değişkenler arasındaki etkileşimlerin baskılayıcı etkiye sahip olabileceği düşünülmektedir.

Aday Psikolojik Danışmanların Psikolojik Danışma Özyeterlik Puanlarının Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular

Aday danışmanlarının, danışma özyeterlik puanlarının cinsiyete göre farklılığını ortaya koymak için bağımsız örneklem *t*-testi analizi uygulanmıştır. Analiz sonuçları Tablo 5’te verilmiştir.

Tablo 5

Psikolojik Danışma Özyeterlik Puanlarının Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin t-testi Sonuçları

	Cinsiyet	<i>n</i>	<i>Ort.</i>	<i>Ss</i>	<i>t</i>	<i>sd</i>	<i>p</i>
Psikolojik Danışma Özyeterlik Puanları	Kadın	198	234.60	49.05	-2.61	106.88	.01
	Erkek	56	251.20	39.81			

Tablo 5’te görüldüğü gibi, kadın ve erkeklerin öz yeterlilik puanları karşılaştırması için uygulanan *t*-testi sonucunda, kadın ve erkeklerin psikolojik danışma özyeterlik puanlarının birbirinden anlamlı şekilde farklılık gösterdiği görülmüştür [$t = -2.61, p < .05$]. Buna göre, erkeklerin psikolojik danışma özyeterlik puanları ($Ort. = 251.20$) kadınların psikolojik danışma özyeterlik puanlarından ($Ort. = 234.60$) anlamlı bir şekilde daha yüksektir.

Cinsiyet ve özyeterlik arasındaki ilişkinin incelendiği alanyazın tarandığında çok farklı sonuçlar elde edildiği görülmektedir. Örneğin Miller ve Hoy (2004), Saticı (2014) ve Erkan (2011) tarafından aday psikolojik danışmanlar ile gerçekleştirilen çalışmalarda özyeterlik ve cinsiyet arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Cinsiyet ve özyeterlik üzerine yapılan çalışmalarda cinsiyetler arası farkın çıkmasının veya çıkmamasının belirli bir nedene bağlanamadığı görülmektedir. Her katılımcı grubu için farklı sonuçlar çıkması muhtemeldir. Bu grup için erkeklerin danışma yapmaya ilişkin özyeterlik algılarının kadınlardan yüksek olarak bulunmuştur.

Psikolojik Danışma Özyeterlik Puanlarının Katılımcıların "Danışan" Olarak Katılma Durumlarına Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular

Katılımcıların psikolojik danışma özyeterlik puanlarının lisans eğitimlerinde herhangi bireysel ya da grupta psikolojik danışma sürecine "danışan" olarak katılma durumlarına göre farklılığı ortaya koymak için bağımsız örneklem için *t*-testi uygulanmıştır. Sonuçlar Tablo 6'da verilmiştir

Tablo 6

Psikolojik Danışma Özyeterlik Puanlarının Katılımcıların "Danışan" Olma Durumlarına Göre İncelenmesine İlişkin t-Testi Sonuçları

	"Danışan" Olma Durumu	<i>n</i>	<i>Ort.</i>	<i>Ss</i>	<i>t</i>	<i>sd</i>	<i>p</i>
Psikolojik Danışma Özyeterlik Puanları	Evet	133	236.32	46.56	-.68	252	.499
	Hayır	121	240.38	48.82			

Bağımsız örneklem için *t*-testi sonucunda "danışan" olma durumu özyeterlik puanlarının birbirinden anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur [$t = -.68, p > .05$].

Birçok aday danışman yardım alma beklentisi dışında süreci deneyimlemek adına psikolojik danışma sürecinde danışan olarak yer alabilmektedir. Bu noktada sürecin nasıl işlendiğinin görülmesinin ve psikolojik danışmanın tepkilerinin incelenmesi adına sürece dahil olan aday psikolojik danışmanların bu süreci yaşadıkları sonra süreç hakkında bilgi sahibi olup sıra psikolojik danışma oturumunu yönetmeye gelince özyeterliklerinin daha yüksek olması beklenebilir. Bir diğer noktada ise süreci danışan olarak deneyimleyip sürecin zorluğunu görmüş veya süreçten verimli bir sonuçla ayrılmamış aday danışmanların kendi danışma uygulamaları sürecinde danışma yapmaya ilişkin özyeterlik algılarının düşük olması beklenebilir. Bunun yanında bu sonuca neden olabilecek teorik eğitimler, beceri ve uygulamaya bağlı bir çok neden sayılabilir. Bu katılımcı grubu için her iki durum da göz önünde bulundurulmasına rağmen herhangi yönde anlamlı bir sonuç bulunamamıştır.

Psikolojik Danışma Özyeterlik Puanlarının Alınan Süpervizyon Türüne Göre Farklılaşmasına İlişkin Bulgular

Aday psikolojik danışmanların psikolojik danışma özyeterlik puanlarının BPDU dersi kapsamında aldıkları süpervizyon türüne göre farklılığı ortaya koymak amacıyla tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Analiz sonuçları Tablo 7’de sunulmuştur.

Tablo 7

Psikolojik Danışma Özyeterlik Puanlarının Alınan Süpervizyon Türüne Göre İncelenmesine İlişkin ANOVA Sonuçları

		<i>n</i>	<i>Ort.</i>	<i>Ss</i>	<i>sd</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	<i>Anlamlı Fark (LSD)</i>
Süpervizyon Türü	1. Bireysel	19	250.21	49.98				
	2. Grup	71	243.76	45.52				1>5
	3. Sınıf	40	225.70	40.80	4-249	2.37	.05	4>3
	4. Karma	117	244.55	49.14				4>5
	5. Süpervizyon Almama	7	207.86	53.41				

Not: $p \leq .05$

Kişisel bilgi formundan aday psikolojik danışmanların süpervizyon türlerine ilişkin süpervizyon almamış olma, bireysel süpervizyon alma, grupla süpervizyon alma ve sınıf süpervizyonu almak olarak dört farklı grup türünde veriler toplanmıştır. Edilen veriler doğrultusunda birden fazla süpervizyon türünde de süpervizyon alan katılımcıları belirlemek için karma süpervizyon olarak yeni bir veri oluşturulmuştur. Uygulanan tek yönlü varyans analizi sonucunda aday psikolojik danışmanların, danışma özyeterlik puanları alınan süpervizyon türüne göre anlamlı farklılık göstermiştir [F(4, 249) = 2.37, $p \leq .05$]. Buna göre bireysel süpervizyon alan grubun özyeterlik puanları süpervizyon almayan grubun özyeterlik puanlarından anlamlı olarak daha yüksektir. Ayrıca karma süpervizyon alan grubun puanları sınıf süpervizyonu alan ve süpervizyon almayan grubun puanlarına göre anlamlı şekilde daha yüksektir.

Araştırmadaki tüm katılımcılardan sadece yedi katılımcının süpervizyon almadığı görülmektedir. Bu araştırma bulguları göz önüne alındığında umut verici bir rakamdır. Örneğin Anjel ve Özkan (2009) tarafından psikolojik danışmanlarla gerçekleştirilen araştırmada 371 katılımcının yarısından azının süpervizyon deneyimi olduğu belirtilmiştir.

Araştırma bulguları aday psikolojik danışmanların özyeterlik puanlarında karma süpervizyon alan grubun puanlarının sınıf süpervizyonu alan gruba göre daha yüksek olduğunu göstermektedir. Bu sınıf süpervizyonun etkililiğini sorgulamaya yol açmaktadır. Kalabalık sınıflar içerisinde topluca alınan sınıf süpervizyonun özyeterlik üzerinde karma süpervizyona göre daha iyi sonuçlar doğurmayacağı söylenebilir. Özyürek (2009), Türkiye'deki üniversitelerde aday psikolojik danışmanların okullardaki uygulama olanaklarını, uygulama süresini ve süpervizyon çalışmalarını incelemiştir. Öğrencilerin düzenli süpervizyon alamadığını, verilen süpervizyonunda kalabalık öğrenci gruplarıyla genelde grup süpervizyonu şekilde ve deneyimsiz öğretim elemanları tarafından verildiğini belirtmiştir. Türkiye'deki çalışmalarda süpervizyonun eksikliği ve yetersizliği vurgulanmaktadır (Güngör, 2010; Owen-Korkut vd., 2011; Özyürek, 2009; Tanikyan, 2008).

Araştırma sonucunda bireysel süpervizyon alan aday psikolojik danışmanların özyeterlik puanları süpervizyon almayanlara göre daha yüksek bulunmuştur. Etkili bir süpervizyon süreci, psikolojik danışmanla süpervizörün ikili iletişiminin etkililiğine bağlıdır. Bireysel süpervizyon sürecinde gerçekleştirilen süpervizyonun aday psikolojik danışmanla birebir yapılmasının ve süpervizyon sürecine yeteri kadar süre ayrılabilmesinin bir getirisi olarak süpervizyonu veren kişi ile aday psikolojik danışman arasında güvene dayalı bir işbirliği gelişir ve bu da psikolojik danışma oturumlarının derinlemesine incelenmesini sağlar. Bu sonuç alanyazın ile paralellik göstermekte ve bu sonucu vurgulayan çalışmalar bulunmaktadır (Özyürek, 2009).

PDR eğitiminde öğrencilerin uygulamaya yönelik deneyim ve bu deneyimlerine ilişkin alacağı geri iletme ihtiyacı olduğu açıktır (Yılmaz ve Voltan Acar, 2015). Türkiye'de bu alana ilişkin açıklık getirmek amacıyla yapılan çalışmalar sınırlıdır. Yakın zamanda yapılan çalışmaların danışman eğitiminde süpervizyon sürecini inceleyen yönelik olması umut vericidir.

Psikolojik Danışma Özyeterlik Puanlarının Süpervizör ile Belli Bir Amaç Belirleme Durumuna Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular

Aday psikolojik danışmanların psikolojik danışma özyeterlik puanlarının süpervizyon sürecinde süpervizörleri ile karşılıklı olarak amaç belirleme durumuna ilişkin farklılığı ortaya koymak amacıyla bağımsız örneklem *t*-testi analizi uygulanmıştır.

Tablo 8

Psikolojik Danışma Özyeterlik Puanlarının Süpervizör İle Belli Bir Amaç Belirleme Durumuna İlişkin t-Testi Sonuçlar

	Amaç Belirleme Durumu	<i>n</i>	<i>Ort.</i>	<i>Ss</i>	<i>t</i>	<i>sd</i>	<i>p</i>
Psikolojik Danışma Özyeterlik Puanları	Evet	186	246.13	45.62	4.52	252	.00
	Hayır	68	216.72	46.53			

Bağımsız örneklem için *t*-testi sonucunda, katılımcıların psikolojik danışma özyeterlik puanları, süpervizör ile belli bir amaç belirleme durumuna göre anlamlı farklılık göstermektedir [$t = 4.52, p < .05$]. Buna göre, belirli bir amaç doğrultusunda süpervizyon sürecini sürdüren aday psikolojik danışmanların psikolojik danışma özyeterlik puanları ($Ort. = 246.13$) belirli bir amaç oluşturmaya göre ($Ort. = 216.72$) anlamlı bir şekilde daha yüksektir.

Üniversitelerde akademik danışmanların öğrencilerin eğitimleri üzerinde etkisini inceleyen araştırmalar bulunmaktadır (Aydın, 2016; Tümkaya, 1990). Öğrencilerin danışmanları onların hem akademik hem de akademik olmayan gelişimlerinde son derece önemlidir. Yapılan araştırmalar öğrencilerin akademik danışmanlarından ders seçimleri ve akademik takvim konularında yardım aldıklarını diğer konularda eksik kaldığını göstermektedir. Bununla birlikte öğrenciler danışmanlarından yeterince destek alamadıklarını da belirtmektedirler (Kuzgun vd., 1997). Bir danışman ve süpervizör gerçekleştirilen süpervizyon görüşmelerinde öğrencinin akademik gelişimi için gereken çalışmaları gerçekleştirmekle yükümlüdür. Türkiye’deki psikolojik danışman eğitimi içerisinde sunulan süpervizyona ilişkin durum incelendiğinde süpervizyona ve bunun verilmesine ilişkin tüm programlarda içerik olarak standart yürütülen derslerin olmadığı dikkat çekmektedir (Aladağ ve Kemer, 2016; Korkut-Owen, 2007). Türkiye’deki PDR programlarında YÖK tarafından belirlenen standart bir eğitim programı uygulanmaktadır ancak bu durum programa ait ders içeriklerinin, değerlendirme yöntemlerinin, kullanılan teknik ve yöntemlerin standardı olduğu anlamı taşımamaktadır (Korkut-Owen, 2007). Gerçekleştirilen araştırmada görüleceği gibi süpervizyon görüşmelerini amaç doğrultusunda gerçekleştirmeyen aday psikolojik danışmanların sayısı tüm katılımcıların %26’sını oluşturmaktadır. Aday psikolojik danışmanların aldığı süpervizyon sürecinin incelenmesi ve sürecin etkili bir biçimde yürütülmesi son derece önemli olduğu göz

önünde bulundurulduğunda, bir amaç doğrultusunda gerçekleştirilen süpervizyonun adayların özyeterlikleri üzerinde olumlu etki yaratması beklenen bir sonuçtur.



BÖLÜM 5

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölüm altında araştırma bulgularından hareketle ortaya çıkan sonuçlara ve araştırmacılar ile uygulayıcılar için çeşitli önerilere yer verilmiştir.

Sonuçlar

Aday psikolojik danışmanların, danışma özyeterlik algılarının çeşitli demografik, psikolojik ve akademik faktörlerle olan ilişkilerinin incelenmesi amacıyla gerçekleştirilen araştırmada şu sonuçlar elde edilmiştir:

1. Araştırmanın bağımlı değişkeni olan psikolojik danışma özyeterlik puanları ile aday psikolojik danışmanların genel akademik başarı not ortalamaları, Bireyle Psikolojik Danışma Uygulaması (BPDU) dersinden aldıkları başarı notu, bu derste görüştükları danışan sayısı, gerçekleştirdiklari görüşme sayısı ve aldıkları süpervizyona ilişkin nitelik değerlendirmeleri arasında anlamlı ilişkilerin olup olmadığı Pearson Momentler arpımı Korelasyon Katsayıları ile incelenmiş ve bunun sonucunda araştırmanın bağımlı değişkeni psikolojik danışma özyeterliği ile yaşam doyumu, pozitif duygu, sürekli umut, BPDU dersi notu ve süpervizyon niteliği arasında pozitif yönlü anlamlı düzeyde ilişkiler bulunmuştur.

2. Aday psikolojik danışmanların yaşam doyumu puanlarının psikolojik danışma özyeterlik puanlarını ne derece yordadığı basit doğrusal regresyon analiz ile incelenmiş ve sonucunda aday psikolojik danışmanların yaşam doyumu puanları psikolojik danışma özyeterliği puanlarını pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordadığı bulunmuştur.

3. Aday psikolojik danışmanların pozitif-negatif duygu puanlarının, psikolojik danışma özyeterlik puanlarını ne derece yordadığı çoklu doğrusal regresyon analiz ile incelenmiştir. Analiz sonucunda aday psikolojik danışmanların pozitif duygu puanları psikolojik danışma özyeterlik puanlarını pozitif yönde anlamlı şekilde yordarken, negatif duygu puanları yordamamıştır.

4. Aday psikolojik danışmanların sürekli umut puanlarının danışma özyeterlik puanlarını ne derece yordadığı basit doğrusal regresyon analiz ile incelenmiştir. Analiz

sonucunda aday psikolojik danışmanların sürekli umut puanları danışma özyeterliği puanlarını pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordamıştır.

5. Araştırmaya katılan aday psikolojik danışmanların yaşam doyum, pozitif-negatif duygu ve sürekli umut puanlarının birlikte psikolojik danışma özyeterlik puanlarını ne derece yordadığını belirlemek amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizi uygulanmış ve analiz sonucunda sadece sürekli umut anlamlı bir yordayıcı olarak bulunmuştur.

6. Aday psikolojik danışmanların psikolojik danışma özyeterlik puanlarının cinsiyete göre farklılaşma durumunu incelemek amacıyla *t*-testi analizi uygulanmış ve erkeklerin özyeterlik puanları kadınların özyeterlik puanlarından yüksek bulunmuştur.

7. Aday psikolojik danışmanların psikolojik danışma özyeterlik puanlarının lisans eğitimlerinde herhangi bir bireysel ya da grupla psikolojik danışma sürecine "danışan" olarak katılma durumlarına göre farklılaşma durumunu incelemek amacıyla *t*-testi uygulanmıştır. Analiz sonucunda "danışan" olma durumu özyeterlik puanlarının birbirinden anlamlı bir şekilde farklılık göstermediği bulunmuştur.

8. Aday psikolojik danışmanların psikolojik danışma özyeterlik puanlarının BPDU dersi kapsamında aldıkları süpervizyon türüne göre farklılaşma durumunu incelemek amacıyla tek yönlü varyans analizi uygulanmış ve bunun sonucunda bireysel süpervizyon alan grubun psikolojik danışma özyeterlik puanları süpervizyon almayan grubun psikolojik danışma özyeterlik puanlarından anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca karma süpervizyon alan grubun psikolojik danışma özyeterlik puanları sınıf süpervizyonu alan ve süpervizyon almayan grubun puanlarına göre anlamlı şekilde daha yüksektir.

9. Aday danışmanlarının, danışma özyeterlik puanları süpervizyon sürecinde süpervizörleri ile karşılıklı amaç belirleme durumlarına göre farklılaşma durumunu incelemek amacıyla *t*-testi analizi uygulanmıştır. Araştırma sonucunda belirli bir amaç doğrultusunda süpervizyon sürecini sürdüren aday psikolojik danışmanların özyeterlik puanları belirli bir amaç oluşturmayanlara göre anlamlı bir şekilde daha yüksek bulunmuştur.

Öneriler

Bu bölümde araştırmada ortaya çıkan bulgular temelinde psikolojik danışman eğitimcileri ve araştırmacılara yönelik öneriler sunulmuştur.

Psikolojik Danışman Eğitimcilerine Yönelik Öneriler

Bu başlık altında, üniversitelerin Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık programlarında görev yapan psikolojik danışman eğitimcilerine yönelik bazı öneriler sunulmuştur:

1. Araştırmanın bağımsız değişkenleri arasında yer alan yaşam doyumu, pozitif duygu ve sürekli umut değişkenleri pozitif psikoloji ile ilişkili ve daha çok bireylerin psikolojik iyi oluşları ile doğrudan ilişkili kavramlardır. Psikolojik danışman eğitimlerinde öğrencilerin psikolojik iyi oluşlarının önemi genellikle göz ardı edilebilmektedir (Hensley, Smith ve Thompson, 2003). Bu açıdan, psikolojik danışman eğitimi programlarında öğrencilerin psikolojik iyi oluşlarını artırmaya yönelik ders içeriklerinin ve uygulamalarının sunulması ve belli konularda psikolojik desteğe gereksinim duyan öğrencilere psikolojik yardımın sağlanması yararlı olacaktır. Öğrencilerin kişisel konularında bir farkındalık ve çalışma fırsatı bulmaları ile birlikte terapötik boyutta yapacakları çalışmaların da niteliğinin artması söz konusu olabilecektir. Psikolojik danışman eğitimcileri belli zaman dilimlerinde öğrencilerin yaşam doyumlarını ve umutlu düşüncelerini incelemeye yönelik kontroller yapabilirler ve ihtiyaç doğrultusunda öğrencilere destek olabilirler.

2. Aday psikolojik danışmanların, psikolojik danışma özyeterlik algılarının şekillenmesinde süpervizyon süreçleri önemli bir yere sahiptir. Bu çalışmanın bulguları da, bu süreçte bireysel/karma süpervizyonun ve süpervizyonda amaç belirlemenin önemini ortaya koymaktadır. Türkiye'deki lisans programlarındaki öğrenci sayılarının fazlalığı, psikolojik danışman eğitiminde süpervizyon standartlarının henüz belirlenmemiş olması ve Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık programlarındaki psikolojik danışman eğitimcilerinin süpervizyon yeterliklerine ne derece sahip oldukları ile ilgili hususlar her ne kadar alanda belli güçlükler yaratsa da, süpervizyon süreçlerinde mümkün olduğunca bireysel/karma süpervizyon oturumlarına daha çok yer verilmesi ve süpervizyon oturumlarının belli amaçlar doğrultusunda gerçekleştirilmesi, psikolojik danışma özyeterliğinin geliştirilmesi açısından yararlı olacaktır. Alandaki güçlüklerin azaltılması ile ilgili olarak da, RPD lisans programlarındaki öğrenci sayılarının azaltılması konusunda girişimler yapılabilir; sahadaki psikolojik danışman eğitimcilerine ve ileride psikolojik danışman eğitimcisi olacak doktora öğrencilerine yönelik süpervizyon eğitimlerinin verilebilir ve son olarak da Türkiye'deki psikolojik danışma eğitimindeki süpervizyon uygulamalarına ilişkin standartlar belirlenebilir.

Araştırmacılara Yönelik Öneriler

Bu başlık altında ise, psikolojik danışma özyeterliğine odaklı araştırmalar yürüten ya da yürütmek isteyen araştırmacılara yönelik araştırma bulgularından hareketle bazı öneriler sunulmuştur:

1. Mevcut araştırma aday psikolojik danışmanların BPDU dersi sonrasındaki görüşlerini içermektedir. Aday psikolojik danışmanların ders öncesi psikolojik danışma özyeterlik algıları ile ders sonrası psikolojik danışma özyeterlik algılarının inceleneceği bir çalışma ile öğrencilerin psikolojik danışma özyeterlik algılarının gelişim süreci araştırılabilir.

2. Mevcut araştırmada, değişkenler arasındaki ilişkilerin yönü ve anlamlılığı test edilmiştir. Bu değişkenler arasındaki ilişkilerin neden var olduğu ve bu ilişkileri oraya çıkaran nedenlerin neler olabileceği üzerine çalışmaların yapılması, değişkenler arasındaki ilişkilerin daha derinlemesine ele alınmasını sağlayabilir.

3. Yapılan araştırmada BPDU dersi kapsamında öğrencilerin psikolojik danışma özyeterlik algıları üzerinde etkisi olabilecek sosyal faktörler ya da uygulama imkânlarına ilişkin faktörleri konu alan çalışmalar yapılabilir.

4. Aday psikolojik danışmanların psikolojik danışma özyeterlik puanlarının cinsiyete değişkenine göre incelenmesinde, alanyazındaki bulgulardan bazı farklı sonuçlar elde edilmiştir. Konuyla ilgili daha fazla araştırma yapılabilir.

5. Dikkat çeken araştırma bulgularından biri olan danışan olma deneyiminin anlamlı bir farklılık yaratmamasının nedenlerine yönelik bir araştırma yapılabilir.

6. Uygulama derslerinde süreci değerlendirmeye yönelik ölçme araçlarının oldukça sınırlı olmasından dolayı süpervizyon sürecinin değerlendirmesine yönelik ölçme araçlarının geliştirilmesi ya da uyarlanması yapılabilir.

KAYNAKLAR

- Aksoy, V. ve Diken, H. (2009). Rehber Öğretmenlerin Özel Eğitimde Psikolojik Danışma ve Rehberliğe İlişkin Öz Yeterlik Algularının İncelenmesi. *İlköğretim Online*, 8(3), 709–719. Erişim adresi: <http://dergipark.ulakbim.gov.tr>
- Aladağ, M. (2013). Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Lisans Programlarında Psikolojik Danışma Uygulaması Öncesinde Psikolojik Danışma Becerileri Eğitimi: Betimsel Bir İnceleme. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 1(1), 55–79. Erişim adresi: <https://app.trdizin.gov.tr/>
- Aladağ, M. (2014). Psikolojik Danışman Eğitiminin Farklı Düzeylerinde Bireyle Psikolojik Danışma Uygulaması Süpervizyonunda Kritik Olaylar. *Ege Eğitim Dergisi*, 15, 428–475. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr>
- Aladağ, M. ve Kemer, G. (2016). *Psikolojik Danışman Eğitiminde Bireyle Psikolojik Danışma Uygulaması ve Süpervizyonunun İncelenmesi*. Ege Üniversitesi Bilimsel Araştırma Proje Raporu, İzmir, Türkiye
- Atik, G. (2015, Ekim). *Yapılandırılmış Akran Grup Süpervizyonu Sürecinin Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Öz-Yeterlik Düzeyleri Üzerindeki Etkisi*. XIII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, Mersin, Türkiye.
- Atik, Z. (2017). *Psikolojik Danışman Adaylarının Bireyle Psikolojik Danışma Uygulaması ve Süpervizyonuna İlişkin Değerlendirmeleri* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara, Türkiye.
- Aydın, B. (2010). *Üniversite Öğrencilerinin Duyusal Zeka ve Umut Düzeyleri İle Psikolojik Sağlamlıkları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon, Türkiye.
- Aydın, F. (2016). *Psikolojik Danışman Adaylarında Psikolojik Danışma Öz Yeterliği, Umut ve Kaygının Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon, Türkiye.
- Aysan, F. ve Bozkurt, N. (2004, Temmuz). *Okul Psikolojik Danışmanlarının Yaşam Doyumu, Stresle Başa Çıkma Stratejileri İle Olumsuz Otomatik Düşünceleri: İzmir İli Örnekleme*. XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı, İnönü Üniversitesi, Malatya, Türkiye.
- Azizli, N., Atkinson, B. E., Baughman, H. M., & Giammarco, E. A. (2015). Relationships between general self-efficacy, planning for the future and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 82, 58–60. doi: 10.1016/j.paid.2015.03.006
- Bailey, T. C., Eng, W., Frisch, M. B., & Snyder, C. R. (2007). Hope and optimism as related to life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 2(3), 168–175. doi: 10.1080/17439760701409546
- Bakar, A. R. (2011). Malaysian counselors' self-efficacy: Implication for career counseling. *International Journal of Business and Management*, 6(9), 141–147. Retrieved from: <http://www.ccsenet.org>

- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191–215. doi: 10.1037/0033-295X.84.2.191
- Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. *American Psychologist*, 32(2), 122–147. doi: 10.1037/0003-066X.37.2.122
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall Inc.
- Bandura, A. (1989). Human agency in social cognitive theory. *American Psychologist*, 44, 1175–1184. doi: 10.1037/0003-066X.44.9.1175
- Bandura, A. (1991). Human agency: The rhetoric and the reality. *American Psychologist*, 46(2), 157–162. doi: 10.1037/0003-066X.46.2.157
- Bandura, A. (1993). Perceived self-efficacy in cognitive development and functioning. *Educational Psychology*, 28, 117–148. doi: 10.1207/s15326985ep2802_3
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman.
- Barbee, P. W., Scherer, D., & Combs, D. C. (2003). Prepracticum service learning: Examining the relationship with counselor self-efficacy and anxiety. *Counselor Education & Supervision*, 43, 108–119. doi: 10.1002/j.1556-6978.2003.tb01835.x
- Barnes, K. L. (2004). Applying self-efficacy theory to counselor training and supervision: A comparison of two approaches. *Counselor Education and Supervision*, 44, 56–69. doi: 10.1002/j.1556-6978.2004.tb01860.x
- Bernard, J. M., & Goodyear, R. K. (2004). *Fundamentals of clinical supervision*. Boston: Pearson Education Inc, ABD.
- Bernard, J. M., & Goodyear, R. K. (2009). *Fundamentals of clinical supervision* (4th ed.). Needham Heights, MA: Allyn and Bacon.
- Betz, N. E., & Hackett, G. (1983). The relationship of mathematics self-efficacy expectations to perceived career options in college majors. *Journal of Vocational Behavior*, 23, 329–345. doi: 10.1037/0022-0167.28.5.399
- Bilgiç, H. (2011). *Rehber Öğretmenlerin (Psikolojik Danışmanların) Öz Yeterlilikleri* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya, Türkiye.
- Bradley, L. J., & Kottler, J. A. (2001). Overview of counselor supervision. In L. J. Bradley & N. Ladany (Eds.), *Counselor supervision: Principles, process, and practice* (3th Ed.) (pp. 3–21). Philadelphia, PA: Routledge.
- Bradley, R. H., & Corwyn, R. F. (2004). Life satisfaction among European American, African American, Chinese American, Mexican American, and Dominican American adolescents. *International Journal of Behavioral Development*, 28(5), 385–400. doi: 10.1080/01650250444000072
- Burnett, F. (1990). Statement on precollege guidance and counseling and the role of the school counselor. *National Association of College Admission Counselors, suit, 430*.
- Büyükgöze-Kavas, A. (2011). Bireysel ve Grupla Psikolojik Danışma Uygulamalarına Yönelik Bir Değerlendirme. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 9(2), 411–432. Erişim adresi: <https://www.researchgate.net/>

- Büyüköztürk, Ş. (2016). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı*. Ankara: Pegem Akademi Yayın Dağıtım.
- CACREP. (2020). *The Council for Accreditation of Counseling and Related Programs*. Retrieved from: <https://www.cacrep.org/>
- Cashwell, T. H., & Dooley, K. (2001). The impact of supervision on counselor self-efficacy. *The Journal of Supervision in Psychotherapy and Mental Health*, 20(1) 39–47. doi: 10.1300/J001v20n01_03
- Cenkseven, F. ve Akbaş, T. (2007). Üniversite Öğrencilerinde Öznel ve Psikolojik İyi Olmanın Yordayıcılarının İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(27), 43–65. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr>
- Cormier, S., & Hackney, H. (2008). *Counseling strategies and interventions* (7th Ed.). Boston: Pearson Education Inc.
- Cormier, S., & Nuriou, P. S. (2003). *Interviewing and change strategies for helpers: Fundamental skills and cognitive behavioral interventions* (5th Ed.). Pacific Grove: Thomson-Brooks/Cole.
- Curry, R. J. (2007). *An investigation of the relationship between counseling self efficacy and counselor wellness among counselor education students* (Unpublished doctoral dissertation). University of Central Florida, Orlando, United States.
- Çelik, M., Sanberk, İ. ve Deveci, F. (2017). Öğretmen Adaylarının Yaşam Doyumlarının Yordayıcısı Olarak Psikolojik Dayanıklılık ve Umutsuzluk. *İlköğretim Online*, 16(2), 654–662. doi: 10.17051/ilkonline.2017.304725
- Çiviçi, A. (2012). Üniversite Öğrencilerinde Genel Yaşam Doyumu ve Psikolojik İhtiyaçlar Arasındaki İlişkiler. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21(2), 321–336. Erişim adresi: <http://dergipark.ulakbim.gov.tr>
- Daniels, J. A., & Larson, L. M. (2001). The impact of performance feedback on counseling self-efficacy and counselor anxiety. *Counselor Education and Supervision*, 41, 120–130. doi: 10.1002/j.1556-6978.2001.tb01276.x
- Deiner, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542–575. doi: 10.1007/978-94-007-0753-5.
- Demir, A. ve Koydemir, S. (2011). *Grupla Psikolojik Danışma*. Ankara: Pegem Akademi.
- Demirel, Y. (2013). *Psikolojik Danışman Öz Yetkinlik Ölçeğinin Hazırlanması* (Yayımlanmamış Yüksek lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara, Türkiye.
- Deniz, M. E. ve Yılmaz, E. (2004, Temmuz). *Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Zekâ Yetenekleri ve Yaşam Doyumları Arasındaki İlişki*. XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı, Malatya, Türkiye.
- Deniz, M. E., Arslan, C., Özyeşil, Z. ve İzmirli, M. (2012) Öz-Anlayış, Yaşam Doyumu, Negatif ve Pozitif Duygu: Türk ve Diğer Ülke Üniversite Öğrencileri Arasında Bir Karşılaştırma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(23), 428–446. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/>
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575. Erişim adresi: http://labs.psychology.illinois.edu/~ediener/Documents/Diener_1984.pdf

- Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social Indicators Research*, 31, 103–157. Retrieved from: <https://link.springer.com>
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55, 34–43. doi: 10.1037/0003-066X.55.1.34
- Diener, E., & Diener, C. (1996). Most people are happy. *Psychological Science*, 7(3), 181–185. doi: 10.1111/j.1467-9280.1996.tb00354.x
- Diener, E., Emmons R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75. doi: 10.1207/s15327752jpa4901_13
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. (2003). Personality, culture and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403–425. doi: 10.1146/annurev.psych.54.101601.145056
- Diener, E., Suh, E., & Oishi, S. (1997). Recent finding of subjective well-being. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 24, 25–41. Retrieved from: <https://eddiener.com>
- Diener, E., Suh, E., Lucas, R. E., & Smith H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276–302. doi: 10.1037/0033-2909.125.2.276
- Dilbaz, N., & Seber, G. (1993). Umutsuzluk Kavramı: Depresyon ve İntiharda Önemi. *Kriz Dergisi*, 1(3), 134–138. Erişim adresi: <http://dergiler.ankara.edu.tr>
- Dua, J. K. (1994). Comparative predictive value of attributional style, negative affect, and positive affect in predicting self-reported physical health and psychological health. *Journal of Psychosomatic Research*, 38(7), 669–680. doi: 10.1016/0022-3999(94)90019-1
- Dunnewold, A. L. (1982). *Effect of type of feedback on counselor self-efficacy, self-esteem, anxiety, and performance in a supervision analogue* (Unpublished doctoral dissertation). The Ohio State University, Ohio, United States.
- Durmuş, A. (2015). *Psikolojik Danışmanların Öz-Yeterlikleri ile İş doyumunu ve Yaşam Doyumları Arasındaki İlişki* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon, Türkiye.
- Erkan Atik, Z., Arıcı, F. ve Ergene, T. (2014). Süpervizyon Modelleri ve Modellere İlişkin Değerlendirmeler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(42), 305–317. Erişim adresi: <https://www.researchgate.net>
- Erkan, Z. (2011). *Okul Psikolojik Danışmanı Öz-Yeterliğini Yordamada Eğitim Yaşantılarına İlişkin Memnuniyetin Rolü* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Uludağ Üniversitesi, Bursa, Türkiye.
- Eryılmaz, A. ve Mutlu, T. (2018). Gelişimsel Kapsamlı Süpervizyon Modeline İlişkin Psikolojik Danışman Adaylarının Görüşlerinin İncelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(65), 123–141. Erişim adresi: <https://trdizin.gov.tr>
- Eryılmaz, A., & Mutlu, T. (2017). Developing the four-stage supervision model for counselor trainees. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 17, 597–629. doi: 10.12738/estp.2017.2.2253

- Feldman, D. B., & Kubota, M. (2015). Hope, self-efficacy, optimism, and academic achievement: Distinguishing constructs and levels of specificity in predicting college grade-point average. *Learning and Individual Differences, 37*, 210–216. doi: 10.1016/j.lindif.2014.11.022
- Fredrickson, B. L. (2000). Cultivating positive emotions to optimize health and well-being. *Prevention and Treatment, 3*(1), 1–25. doi: 10.1037/1522-3736.3.1.31a
- Friedlander, M. L., & Snyder, J. (1983). Trainees' expectations for the supervisory process: Testing a developmental model. *Counselor Education & Supervision, 16*, 107–116. doi: 10.1002/j.1556-6978.1983.tb01771.x
- Gençöz, T. (2000). Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi, 15*(46), 19–26. Erişim adresi: <https://toad.halileksi.net>
- Gilman, R., Dooley, J., & Florell, D. (2006). Relative levels of hope and their relationship with academic and psychological indicators among adolescents. *Journal of Social and Clinical Psychology, 25*(2), 166–178. doi: 10.1521/jscp.2006.25.2.166
- Gündoğar, D., Gül, S. S., Uskun, E., Demirci, S. ve Keçeci, D. (2007). Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Doyumunu Yordayan Etkenlerin İncelenmesi. *Klinik Psikiyatri Dergisi, 10*, 14–27. Erişim adresi: <https://www.journalagent.com>
- Gündüz, B. ve Çelikkaleli, Ö. (2009). Okul Psikolojik Danışmanlarında Mesleki Yetkinlik İnancı. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 5*(1), 119–133 Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr>
- Güngör, Z. (2010). *Okul Psikolojik Danışmanları İle Öğretim Elemanlarının Mesleğe İlişkin Bazı Konulardaki Algılarının İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İnönü Üniversitesi, Malatya, Türkiye.
- Hall, K. (2009). *Anxiety and counseling self-efficacy among counseling students: The moderating role of mindfulness and alexithymia* (Unpublished doctoral dissertation). University of North Carolina at Greensboro, North Carolina, United States.
- Hensley, L. G., Smith, S. L., & Thompson, R. W. (2003). Assessing competencies of counselors in-training: Complexities in evaluating personal and professional development. *Counselor Education and Supervision, 42*(3), 219–230. doi: 10.1002/j.1556-6978.2003.tb01813.x
- Hill, C. E., & Lent, R. W. (2006). A narrative and meta-analytic review of helping skills training: Time to revive a dormant area of inquiry. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training, 43*(2), 154–172. doi: 10.1037/0033-3204.43.2.154
- Hill, C. E., Roffman, M., Stahl, J., Friedman, S., Hummel, A., & Wallace, C. (2008). Helping skills training for undergraduates: Outcomes and prediction of outcomes. *Journal of Counseling Psychology, 55*, 359–370. doi: 10.1177/0011000015613142
- Hill, C. E., Stahl, J., & Roffman, M. (2007). Training novice psychotherapists: Helping skills and beyond. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training, 44*(4), 364–370. doi: 10.1037/0033-3204.44.4.364.
- Hutchinson, R. L., Barrick, A. L., & Groves, M. (1986). Functions of secondary school counselors in the public schools: Ideal and actual. *The School Counselor, 34*(2), 87–91. Retrieved from <https://www.jstor.org/>

- İkiz, F. E ve Karaca, R. (2011). Danışma Becerileri Eğitiminin Psikolojik Danışmanların Empatik Becerisine Etkisi. *E-journal of New World Sciences Academy*, 6(2), 1585–1595. Erişim adresi: <http://acikerisim.deu.edu.tr>
- İkiz, F. E. (2010). Psikolojik Danışmanların Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(2), 25–43. Erişim adresi: <http://kefad.ahievran.edu.tr>
- Johnson, E., Baker, S. B., Kopala, M., Kiselica, M. S., & Thompson, E. C. (1989). Counseling self-efficacy and counseling competence in prepracticum training. *Counselor Education and Supervision*, 28, 205–218. doi: 10.1002/j.1556-6978.1989.tb01109.x
- Kemer, G. ve Aladağ, M. (2013, Eylül). *Psikolojik Danışman Eğitiminde Bireyle Psikolojik Danışma Uygulaması ve Süpervizyonu: Ulusal Bir Tarama Çalışması*. Dünya Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, İstanbul.
- Kıran E., Kirman, Ş. ve Baksı, E. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumu Üzerinde Etkisi Olan Sosyo-Demografik Etmenlerin Belirlenmesi: Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi Öğrencileri Üzerine Bir Uygulama. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(2), 89–94. doi: 10.18506/anemon.456693
- Kocarek, C. H. (2001). *Understanding the relationships among counseling self-efficacy, anxiety, developmental level, coursework, experience, and counselor performance* (Unpublished doctoral dissertation). Western Michigan University, Kalamazoo, Michigan, United States.
- Köksal, O., Güler, M. ve Çetin, F. (2019). Öz-Yeterlilik Algısı, Yaşam Doyumu ve Bir Role Tutulma Etkileşimi: Sosyal Bilişsel Bir Yaklaşım. *Erciyes Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 54, 193-207. doi: 10.18070/erciyesiibd.550754
- Korkut Owen, F., & Yerin Güneri, O. (2013). Counseling in Turkey. In T. H. Hohenshil, N. E. Amundson, & S. G. Niles (Eds.), *Counseling around the world: An international handbook* (pp. 293–302). VA: American Counseling Association.
- Kurtyılmaz, Y. (2015). Counselor trainees' views on their forthcoming experiences in practicum course. *Eurasian Journal of Educational Research*, 61, 155–180. doi: 10.14689/ejer.2015.61.9
- Kuyumcu, B. (2013). Üniversite Öğrencilerinin Pozitif ve Negatif Duygu Durumlarının Psikolojik İyi Oluşlarını Yordama Gücü. *Kuramsal Eğitimbilim Dergisi*, 6(1), 62–76. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/>
- Kuzgun, Y., Akbalık, G., Sevim S. A., Ersever H., Pişkin, M. ve Hamamcı, Z. (1997). Öğrencilerin Akademik Danışmanlardan Bekledikleri Görevler Ve Danışmanların Görev Algıları. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*. 30(1), 27–43. https://doi.org/10.1501/Egifak_0000000275
- Küpana, M. N., (2017). Mesleki Müzik Eğitimi Alan Öğrencilerin İş Umudu Düzeylerinin İncelenmesi. *Özgün Araştırma*, 7(2), 350–362. Erişim adresi: <https://www.scilit.net/>
- Larson, L. M. (1998). The social cognitive model of counselor training. *The Counseling Psychologist*, 26(2), 219–273. doi: 10.1177/0011000098262002

- Larson, L. M., & Daniels, J. A. (1998). Review of the counseling self-efficacy literature. *The Counseling Psychologist*, 26(2), 179–218. doi: 10.1177/0011000098262001
- Lyubomirsky, S., King, L. A., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect. *Psychological Bulletin*, 131, 803–855. doi: 10.1037/0033-2909.131.6.803
- Melchert, T. P., Hays, V. L., Wiljanen, L. M., & Kolocek, A. K. (1996). Testing models of counselor development with a measure of counseling self-efficacy. *Journal of Counseling & Development*, 74(6), 640–644. Retrieved from: <https://deepblue.lib.umich.edu/>
- Meydan, B. (2010). *Psikolojik Danışman Adaylarının İçerik Yansıtma ve Duygu Yansıtma Becerilerine İlişkin Yeterlik Düzeylerinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, İzmir, Türkiye.
- Meydan, B. (2014). Psikolojik Danışman Adaylarına Psikolojik Danışma Becerilerinin Kazandırılması: Karşılaştırmalı Bir İnceleme. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 29(3), 110–123. Erişim adresi: <http://www.efdergi.hacettepe.edu.tr>
- Meydan, B. ve Koçyiğit Özyiğit M. (2016). Süpervizyon İlişkisi: Psikolojik Danışma Süpervizyonunda Kritik Bir Öge. *Ege Eğitim Dergisi* 1(17), 225–257. Erişim adresi: <https://www.researchgate.net/>
- Milner, H. R., & Hoy, A. W. (2003). A case study of an African American teacher's self-efficacy, stereotype threat, and persistence. *Teaching and Teacher Education*, 19, 263–276. doi: 10.1016/S0742-051X(02)00099-9
- Munson, W. W., Stadlulis, R. E., & Munson, D. G. (1986). Enhancing competence and self-efficacy of potential therapeutic recreations in decision making counseling. *Therapeutic Recreation Journal*, 20, 85–93. doi: <https://js.sagamorepub.com/>
- Owen-Korkut, F., Acar, T., Haskan, Ö. ve Kızıldağ, S. (2011, Ekim). *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Programlarının Mezunlar Tarafından Değerlendirilmesi*. XI. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, İzmir.
- Özgün, M. S. (2007). *Okul Psikolojik Danışmanlarının Kişilik Özellikleri İle Mesleki Yetkinlik Beklentileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana, Türkiye.
- Özgül, İ. E. (2001). *Çağdaş Eğitimde Psikolojik Danışma ve Rehberlik*. Ankara: PDREM Yayınları.
- Özkaya, G. (2017). *Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri İle Umutsuzluk ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi, İstanbul, Türkiye.
- Özmen, D., Dündar, P., Çetinkaya, A., Taşkın, O. ve Özmen, E. (2008). Lise Öğrencilerinde Umutsuzluk ve Umutsuzluk Düzeyini Etkileyen Etmenler. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 9, 8–15. Erişim adresi: <https://www.researchgate.net/>
- Özyürek, R. (2009). Okullarda Psikolojik Danışma ve Rehberlik Uygulamaları ve Öğrencilere Sağlanan Süpervizyon Olanakları: Ulusal Bir Tarama Çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 32, 54–63. Erişim adresi: <https://trdizin.gov.tr/>

- Özyürek, R. Çam, S. ve Kılıç-Atıcı, M. (2007). Psikolojik Danışman Eğitiminde Okullardaki Rehberlik Uygulamalarının Önerilen Özellikleri. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 7, 555–588. Erişim adresi: <https://app.trdizin.gov.tr/>
- Paez, S. B. (2010). *Positive impacts in a counselor supervisee's self-efficacy to work with clients: What takes place in the counselor supervision process* (Unpublished doctoral dissertation). The Kent University, Ohio, United States.
- Pajares, F. (1996). Self-efficacy beliefs in academic settings. *Review of Educational Research*, 66(4), 543–578. Retrieved from: <https://files.eric.ed.gov/>
- Pajares, F. (2002). *Overview of social cognitive theory and of self-efficacy*. Retrieved from: <https://www.uky.edu/~eushe2/Pajares/eff.html>
- Pamuk, M. ve Yıldırım, T. (2016). Psikolojik Danışmanların Bireysel Psikolojik Danışma Uygulamaları ve Bu Uygulamalardaki Yeterliklerine İlişkin Algıları. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(2), 1–20. doi: 10.17679/iuefd.17275647
- Pamukçu, B. (2011). *Investigation of counseling self-efficacy levels of counselor trainees* (Unpublished master's thesis). Middle East Technical University, Ankara, Türkiye.
- Pamukçu, B. ve Demir, A. (2013). Psikolojik Danışma Öz-Yeterlik Ölçeği Türkçe Formunun Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(40), 212–221. Erişim adresi: <http://www.turkpsdrdergisi.com/>
- Pearson, Q. M. (2000). Opportunities and challenges in the supervisory relationship: Implications for counselor supervision. *Journal of Mental Health Counseling*, 22, 283–294. Retrieved from: <https://www.researchgate.net/>
- Peker, T. (2018). *Öz-Yeterlik İle Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Proaktif Kişiliğin Aracı Rolü* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ordu Üniversitesi, Ordu, Türkiye.
- Phan, H. P. (2013). Examination of self-efficacy and hope: A developmental approach using latent growth modeling. *The Journal of Educational Research*, 106(2), 93–104. doi: 10.1080/00220671.2012.667008
- Pişkin, M. (1989). *Orta Dereceli Okullarda Görevli Yönetici, Öğretmen ve Danışmanların İdeal ve Gerçek Danışmanlık Görev Algıları* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara, Türkiye.
- Russell, J., & Carroll, J. (1999). On the bipolarity of positive and negative affect. *Psychological Bulletin*, 125(1), 3–30. doi: 10.1037/0033-2909.125.1.3
- Satıcı, B. (2014). *Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Öz-Yeterlik Algılarının Mizah Tarzları ve Süpervizyon Yaşantıları Açısından İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Anadolu Üniversitesi, Eskişehir, Türkiye.
- Schunk, D. H. (2000). *Learning theories: An educational perspective*. New Jersey: Merrill Prentice Hall.
- Seçer, B. ve Yazıcı, M. O. (2018). Üniversite Öğrencilerinde İş Umudu ve Tükenmişlik İlişkisi. *Çalışma İlişkileri Dergisi*, 9(2), 48–60. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/>

- Sharpley, C. F., & Ridgway, I. R. (1993). An evaluation of the effectiveness of self-efficacy as a predictor of trainees' counseling skills performance. *British Journal of Guidance and Counselling*, 21, 73–81. doi: 10.1080/03069889308253643
- Shin, D. C., & Johnson, D. M. (1978). Avowed happiness as an overall assessment of the quality of life. *Social Indicators Research*, 5(4), 475–492. doi: 10.1007/BF00352944
- Snyder, C. R. (1995). Conceptualizing, measuring, and nurturing hope. *Journal of Counseling and Development*, 73(3), 355–360. doi: 10.1002/j.1556-6676.1995.tb01764.x
- Snyder, C. R., Sympson, S. C., Ybasco, F. C., Borders, T. F., Babyak, M. A., & Higgins, T. F. (1996). Development and validation of the State Hope Scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 321–335. doi: 10.1037/0022-3514.70.2.321
- Stoltenberg, C. D., McNeill, B., & Delworth, U. (1998). *IDM supervision: An integrated developmental model for supervising counselors and therapists*. San Francisco, CA: Jossey-Bass
- Sutton, J. M., & Fall, M. (1995). The relationship of school climate factors to counselor self-efficacy. *Journal of Counseling and Development*, 73, 331–336. Retrieved from: <https://eric.ed.gov/>
- Şahin, Ş. (2008). *Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Tükenmişlik ve Yaşam Doyum Düzeyleri* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Mersin Üniversitesi, Mersin, Türkiye.
- Tang, M., Addison, K. D., LaSure-Bryant, D., Norman, R., O'Connell, W., & Stewart-Sicking, J. A. (2004). Factors that influence self-efficacy of counseling students: An exploratory study. *Counselor Education and Supervision*, 44, 70–80. doi: 10.1002/j.1556-6978.2004.tb01861.x
- Tanikyan, A. (2008). *Ruh Sağlığı Alanında Hizmet Verenlerin Çalışma Ortamlarındaki Tükenmişlik Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul, Türkiye.
- Telef, B. B. (2011). Öğretmenlerin Öz-Yeterlikleri, İş Doyumları, Yaşam Doyumları ve Tükenmişliklerinin İncelenmesi. *İlköğretim Online*, 10(1), 91–108. doi: 10.17051/io.98931
- Topbaşoğlu, T. (2016). *Yaşam Doyumunun Yordayıcısı Olarak Öfke ve Affetme: Affetmenin Düzenleyici Rolü* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Pamukkale Üniversitesi, Denizli, Türkiye.
- Tuzgöl Dost, M. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumunun Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(22), 132–143. Erişim adresi: <http://pauegitimdergi.pau.edu.tr/>
- Tümkaya, S. (1990). *Akademik Danışmanlar ve Öğrencilerin Akademik Danışmanlık Görev Alguları İle Verilen Akademik Danışmanlık Hizmetlerini Değerlendirmeleri* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana, Türkiye.
- Umutlu, S. ve Bayar, H. T. (2018). Üniversite Öğrencilerinin İş Umutlarının Sınıf Düzeyleri Açısından Karşılaştırılması: SDÜ ÇEEİ Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2(31), 416–434. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/>

- Ültanır, E. (2000). Okul Psikologluğu ve Okul Psikolojik Danışmanlığı Meslekleri: Karşılaştırmalı Bir Çalışma. *Milli Eğitim Dergisi*, 148, 9–16. Erişim adresi: <https://dhgm.meb.gov.tr/>
- Valle, M. F., Huebner, E. S., & Suldo, S. M. (2006). An analysis of hope as a psychological strength. *Journal of School Psychology*, 44(5), 393–406. doi: 10.1016/j.jsp.2006.03.005
- Vara, Ş. (1999). *Yoğun Bakım Hemşirelerinde İş Doyumu ve Genel Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, İzmir, Türkiye.
- Voltan-Acar, N. (2001). *Grupla Psikolojik Danışma İlke ve Teknikleri*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Watson, D. & Clark, L. A. (1894). Negative affectivity: the disposition to experience aversive emotional states. *Psychol Bull*, 96(3), 465-90. DOI:10.1037/0033-2909.96.3.465
- Yaka, B. (2005). *Psikolojik Danışmanların Temel Psikolojik Danışma Becerilerine İlişkin Yeterlik Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, İzmir, Türkiye.
- Yanardağ, M., (2017). Üniversite Öğrencilerinde Pozitif- Negatif Duygu ve Sosyal Desteğin İncelenmesi: Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Örneği. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(22), 278–294. doi: 10.20875/makusobed.351777
- Yayla, E. ve İkiz, F. E. (2017). Psikolojik Danışmanların Etkili Nitelikleri İle Danışma Öz-Yeterlik Düzeyleri Arasındaki İlişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 7(48), 31–44. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/>
- Yerin Güneri, O., Büyükgöze Kavas, A. ve Koydemir, S. (2007). Okul Psikolojik Danışmanlarının Profesyonel Gelişimi: Acemilikten Olgunlaşmaya Giden Zorlu Yol. R. Özyürek, F. Korkut Owen ve D. Owen (Editörler), *Gelişen Psikolojik Danışma ve Rehberlik, Meslekleşme Sürecinde İlerlemeler* (Cilt 1) (s. 139–161). Ankara: Nobel
- Yıldırım, F. ve İlhan, İ. (2010). Genel Özyeterlilik Ölçeği Türkçe Formunun Geçerlik ve Güvenilirlik Çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 21(4), 301–308. Erişim adresi: <http://turkpsikiyatri.com/>
- Yılmaz, O. ve Voltan Acar, N. (2015). Psikolojik Danışman Eğitiminde Süpervizyonun Önemi ve Grupla Psikolojik Danışmadaki Rolü. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1), 342–356 doi: 10.17240/aibuefd.2015.15.1-5000128610
- Yiyit, F. (2001). *Okul Psikolojik Danışmanlarının Yetkinlik Beklentilerini Ölçmeye Yönelik Bir Ölçek Geliştirme Çalışması* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana, Türkiye.
- Yüksel, K., Diken, İ. H., Aksoy, V. ve Karaaslan Ö. (2012). Rehber Öğretmen Adaylarının Özel Eğitimde Psikolojik Danışma ve Rehberliğe İlişkin Öz-Yeterlik Algıları. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31(1), 137–148 Erişim adresi: <http://pau.egitimdergi.pau.edu.tr/>



EKLER

EK 1. Kişisel Bilgi Formu

1. Cinsiyetiniz: Kadın Erkek 2. Yaşınız:

3. Öğrenim gördüğünüz üniversite:.....

4. Genel akademik başarı not ortalamanız: 4'lük sistemde..... / 100'lük sistemde

5. Bireyle Psikolojik Danışma Uygulaması dersinden geçen dönem aldığınız not:

(100 üzerinden belirtiniz)

6. Lisans eğitiminizde herhangi bir bireysel ya da grupla psikolojik danışma sürecine "danışan" olarak katıldınız mı?

Evet Hayır

7. Bireyle Psikolojik Uygulaması dersinde kaç danışanla görüşme yaptınız?

8. Bireyle Psikolojik Uygulaması dersinde toplam kaç oturum görüşme yaptınız?.....

9. Aldığınız Bireyle Psikolojik Danışma Uygulaması dersine kayıtlı kaç öğrenci vardı?.....

10. Bireyle Psikolojik Danışma Uygulaması dersi kapsamında hangi türde ve ne kadar süreyle süpervizyon aldınız? (Birden fazla işaretleme yapabilirsiniz.)

Hiç süpervizyon almadım.

Bireysel süpervizyon

Oturum Sayısı:

(Süpervizörün sizinle birebir görüşerek verdiği süpervizyon)

Oturumların Ortalama Süresi:.....

Akran Grup Süpervizyonu

Oturum Sayısı:

(4-6 kişilik gruplarda süpervizörün liderliğinde akranların geri bildirim vermesi)

Oturumların Ortalama Süresi

Sınıf ortamında süpervizyon

Oturum Sayısı:.....

(Sınıf ortamında süpervizörün tüm öğrencilere süpervizyon vermesi)

Oturumların Ortalama Süresi:

11. Süpervizyon sürecinde, süpervizörünüzle karşılıklı olarak belirlediğiniz belli amaçlar doğrultusunda çalışma imkanınız oldu mu?

() Evet () Hayır

12. Almış olduğunuz süpervizyonların niteliğini düşününce, 1 ile 100 arasında bir puan verecek olsanız kaç puan verirdiniz? (1 en düşük, 100 en yüksek puandır)

.....

EK 2. Psikolojik Danışma Özyeterlik Ölçeği (Örnek Maddeler)

Bireyle Psikolojik Danışma Uygulaması dersi kapsamında gerçekleştirdiğiniz psikolojik danışma oturumlarında danışanlarınızın çoğu ile, aşağıda verilen genel yardım becerilerini ne derece etkili bir şekilde kullandığınıza 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
6	Keşif için kendini açma (geçmişiniz, yetkinliğiniz veya duygularınız ile ilgili kişisel bilgilerinizi açma)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14	Rol oynama ve davranışın prova edilmesi (danışanın oturumda rol oynamasına veya davranışları prova etmesine yardım etme)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9

Ders kapsamında gerçekleştirdiğiniz psikolojik danışma oturumlarında danışanlarınızın çoğu ile, aşağıda verilen belirli görevleri ne derece etkili bir şekilde yaptığınıza ilişkin güveninizi belirtiniz.

		Hiç Güvenmiyorum			Biraz Güveniyorum			Tam Olarak Güveniyorum			
4	Danışanınızın sorunları hakkında derinlemesine konuşmasına yardım etme.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7	Danışanınızın, duygularını, düşüncelerini ve davranışlarını anlamasına yardım etme.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10	Danışanınıza sorularına ilişkin ne tür adımlar atması gerektiğine karar vermesi için yardım etme.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9

Ders kapsamında gerçekleştirdiğiniz 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			
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
7	Cinsel olarak çekici bulduğunuz	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10	Sizden önemli şekillerde farklılık gösteren (örn. ırk, etnik köken, cinsiyet, yaş, sosyal sınıf)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9

EK 3. Yaşam Doyumu Ölçeği (Örnek Maddeler)

Aşağıda yer alan ifadelerin karşısında bulunan seçeneklerden size uygun olanını işaretlemeniz gerekmektedir. Her ifadeyi bir kez değerlendirmelisiniz.

	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kısmen Katılmıyorum	Kararsızım	Kısmen Katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1.Yaşamım birçok yönü ile ideallerime yakın	1	2	3	4	5	6	7
3.Hayatımdan memnunum	1	2	3	4	5	6	7
5.Eğer hayata yeniden başlasaydım hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim.	1	2	3	4	5	6	7

EK 4. Pozitif - Negatif Duygu Ölçeği
(Örnek Maddeler)

Son iki hafta nasıl hissettiğinizi düşünüp her maddeyi okuyunuz ve size uygun olanını her madde için işaretleyiniz.

	Çok az veya Hiç	Biraz	Ortalama	Oldukça	Çok fazla
1. İlgili	1	2	3	4	5
6. Suçlu	1	2	3	4	5
9. Hevesli	1	2	3	4	5
16. Kararlı	1	2	3	4	5
19. Aktif	1	2	3	4	5

EK 5. Sürekli Umut Ölçeği (Örnek Maddeler)

Aşağıda yer alan ifadelerin karşısında bulunan seçeneklerden size uygun olanını işaretlemeniz gerekmektedir. Her ifadeyi bir kez değerlendirmelisiniz.

	Kesimlikle yanlış	Çoğunlukla yanlış	Oldukça yanlış	Biraz yanlış	Biraz doğru	Oldukça doğru	Çoğunlukla doğru	Kesimlikle doğru
5. Tartışmalarda kolayca yenik düşerim.	1	2	3	4	5	6	7	8
9. Geçmiş yaşantılarım beni geleceğe iyi hazırladı	1	2	3	4	5	6	7	8
11. Genellikle endişelenecek bir şeyler bulurum.	1	2	3	4	5	6	7	8
12. Kendim için koyduğum hedeflere ulaşırım	1	2	3	4	5	6	7	8

EK 6. Etik Kurul İzni

ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ALT ETİK KURULU
KARAR ÖRNEĞİ

Karar Tarihi : 08/04/2019

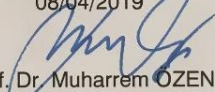
Toplantı Sayısı : 04

Karar Sayısı : 107

107- Üniversitemiz Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitimde Psikolojik Hizmetler Anabilim Dalı yüksek lisans öğrencisi **Ecem Tokyürekli**'nin "Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Yapmaya İlişkin Özyeterlik Algıları" başlıklı tezi ile ilgili 28/02/2019 tarihli "İnsan Üzerinde Yapılan Klinik Dışı Araştırmalar Başvuru Formu" Etik Kurulumuzca incelendi.

Üniversitemiz Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitimde Psikolojik Hizmetler Anabilim Dalı yüksek lisans öğrencisi **Ecem Tokyürekli**'nin "Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Yapmaya İlişkin Özyeterlik Algıları" başlıklı tezinin, araştırma protokolüne uyulması ve etik onay tarihinden itibaren geçerli olması koşuluyla uygulanmasının etik açıdan uygun olduğuna oy birliği ile karar verildi.

ASLININ AYNIDIR
08/04/2019


Prof. Dr. Muharrem ÖZEN
Ankara Üniversitesi
Etik Kurulu Başkanı

BENZERLİK BİLDİRİMİ

“Psikolojik Danışman Adaylarının Psikolojik Danışma Yapmaya Yönelik Özyeterlik Algıları” başlıklı tezimin ana bölümü (ön bölüm, kaynaklar ve ekler hariç) Turnitin İntihali Engelleme Programı aracılığıyla incelenmiş ve ilgili rapor danışmanım tarafından da kontrol edilmiştir. Kontrol sırasında (1) “Kapak, Önsöz, Özet, İçindekiler, Kısaltmalar/ Simgeler Sayfası, Tablolar Dizini, Şekiller Dizini, Dipnotlar, Kaynaklar, Ekler, Özgeçmiş” (2) “Tırnak içinde ve blok olarak verilen (doğrudan) alıntılar” (3) “Yedi sözcüğe kadar olan benzerlik/örtüşme içeren metin kısımları” (4) “Öğrencinin lisansüstü tezi ile ilgili yapmış olduğu yayınlar ile yararlandığı mevzuat metinleri” dışarıda tutulmuştur. Benzerlik kontrolüne ilişkin rapordan elde edilen sonuçlar aşağıda sunulmuştur.

Rapor Tarihi	: 14/07/2020
Gönderim Numarası	: 1357407267
Sayfa Sayısı	: 50
Sözcük Sayısı	: 13,497
Karakter Sayısı	: 99,281
Benzerlik Oranı	: %8
Savunma Tarihi	: 30/06/2020

Yukarıda belirtilen sonuçları gösteren Turnitin İntihali Engelleme Programı’na ilişkin orijinal raporu, sonuçlarda herhangi bir değişiklik yapmaksızın bu bildirimim ekinde Enstitüye teslim ettiğimi, tezimin %10’ dan fazla benzerlik oranı içerdiğinin ve tek bir kaynakla eşleşme oranının %2’yi geçtiğinin belirlenmesi durumunda, bundan doğabilecek tüm yasal sorumluluğu kabul ettiğimi bildirir, saygılarımı sunarım.

Öğrencinin Adı Soyadı: Ecem TOKYÜREKLİ

Tarih: 14/07/2020

İmza: 

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı ve Soyadı : Ecem TOKYÜREKLİ

E-Posta Adresi : ecemtok@gmail.com

İş Deneyimi :

Unvan	Görev Yeri	Yıl
Rehber Öğretmeni	Özel Yenimahalle Bilnet okulları	2018-2020

Akademik Bilgiler

Öğrenim Durumu:

Derece	Bölüm/Program	Üniversite	Yıl
Lisans	Eğitim Bilimleri/Rehberlik ve psikolojik Danışmanlık	Başkent Üniversitesi	2016
Yüksek Lisans	Eğitim Bilimleri/ Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık	Ankara Üniversitesi	2020