



<http://kefad.ahievran.edu.tr>

Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi

ISSN: 2147 - 1037

Investigation of the Mediator Role of Psychological Mindedness in the Effect of Intolerance of Uncertainty on Psychological Counselors' Resilience

Mustafa Kılınc
Kıvanç Uzun

Article Information



CrossMark

DOI: 10.29299/kefad.1178241

Received: 21.09.2022

Revised: 14.12.2022

Accepted: 16.12.2022

Keywords:

Psychological Counselor,
Resilience,
Intolerance of Uncertainty,
Psychological Mindedness

Abstract

This study aims to examine the mediating role of psychological mindedness in the effect of intolerance of uncertainty on the resilience of psychological counselors. In this study, the relational survey model was used to determine the relationships between the variables. The study group of the current research was constructed by means of the convenience sampling method. The online form prepared by the researchers was shared on various social media platforms; thus, 318 psychological counselors working at various public and private institutions in Turkey were reached. The mean age of the participants is 31.13. The data in the present study were collected using the demographic information form developed by the researchers, the Brief Resilience Scale (BRS), the Intolerance of Uncertainty Scale (IUS-12) and the Balanced Index of Psychological Mindedness (BIPM). In the data analysis, in addition to descriptive statistics, Pearson Product Moment Correlation Coefficient, Mediated Structural Model with Implicit Variables and Bootstrap Analysis were used to determine the relationship between variables. According to the results of this research, it is seen that the full mediation role of psychological mindedness in the effect of intolerance of uncertainty on the resilience of psychological counselors is statistically significant. The research findings were discussed in light of the relevant literature.

Belirsizliğe Tahammülsüzlüğün Psikolojik Danışmanların Psikolojik Sağlımlıkları Üzerindeki Etkisinde Psikolojik Zihinliliğin Aracı Rolünün İncelenmesi

Makale Bilgileri



CrossMark

DOI: 10.29299/kefad.1178241

Yükleme: 21.09.2022

Düzeltilme: 14.12.2022

Kabul: 16.12.2022

Anahtar Kelimeler:

Psikolojik Danışman,
Psikolojik Sağlamlık,
Belirsizliğe
Tahammülsüzlük,
Psikolojik Zihinlilik

Öz

Bu araştırmanın amacı, belirsizliğe tahammülsüzlüğün psikolojik danışmanların psikolojik sağlımlıkları üzerindeki etkisinde psikolojik zihinliliğin aracı rolünün incelenmesidir. Bu doğrultuda değişkenler arasındaki ilişkinin belirlenebilmesi için ilişkisel araştırma modeli kullanılmıştır. Çalışma grubu, uygun örnekleme yöntemi ile oluşturulmuştur. Araştırmacılar tarafından hazırlanan çevrimiçi form, çeşitli sosyal medya platformlarında paylaşılarak, Türkiye'deki çeşitli kamu ve özel kurumlarda görev yapmakta olan 318 psikolojik danışmana ulaşılmıştır. Katılımcıların yaş ortalaması 31.13'tür. Araştırmada veriler, araştırmacılar tarafından oluşturulan demografik bilgi formu, Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (KPSÖ), Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği (BTÖ-12) ve Psikolojik Zihinlilik Ölçeği (PZÖ) kullanılarak elde edilmiştir. Verilerin analizinde, betimsel istatistiklerin yanında değişkenler arasındaki ilişkinin saptanması için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı, Örtük Değişkenli Aracılı Yapısal Model ve Bootstrap Analizi kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre belirsizliğe tahammülsüzlüğün psikolojik danışmanların psikolojik sağlımlıkları üzerindeki etkisinde psikolojik zihinliliğin tam aracılık rolünün istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir. Çalışma bulguları ilgili alanyazın ışığında tartışılmıştır.

Sorumlu Yazar: Mustafa Kılınc, Dr. Öğr. Üyesi, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Türkiye, mkilinc@mehmetakif.edu.tr, ORCID ID: 0000-0002-2759-4916

Yazar 2: Kıvanç Uzun, Öğr. Gör., Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Türkiye, kuzun@mehmetakif.edu.tr, ORCID ID: 0000-0002-6816-1789

Atıf için: Kılınc, M. & Uzun, K. (2022). Belirsizliğe tahammülsüzlüğün psikolojik danışmanların psikolojik sağlımlıkları üzerindeki etkisinde psikolojik zihinliliğin aracı rolünün incelenmesi. *Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(3), 2782-2835.

Giriş

Psikolojik yardımın, bireylerin kişiliklerini sağlıklı bir şekilde geliştirmelerine, kendilerine veya çevrelerine uyum sağlayarak daha üretken ve mutlu olmalarına, yeni yaşam becerileri kazanmalarına, kendilerini gerçekleştirilmelerine ve psikolojik bunalımları sırasında onlara destek olmaya yönelik belli başlı yardım alanları vardır (Söylev, 2015). Ülkemizde psikolojik yardım alanına hizmet eden birçok farklı meslek bulunmaktadır ve psikolojik danışmanlık da bu mesleklerden birisidir. Psikolojik danışmanlar, danışanlarının bilişsel, duygusal ve davranışsal yönleri de dahil olmak üzere yaşamlarında olumlu değişiklikler yaratarak, psikolojik sağlıklarını ve yaşam kalitelerini iyileştirmeyi amaçlamaktadırlar (İkiz, 2010).

Psikolojik danışmanlar, çalışma alanlarına göre kariyer psikolojik danışmanı, rehabilitasyon psikolojik danışmanı, okul psikolojik danışmanı vb. şekilde sınıflandırılabilir. Örneğin Milli Eğitim Bakanlığına bağlı okullarda ve özel öğretim kurumlarında görev yapan psikolojik danışmanlar, okul psikolojik danışmanı olarak tanımlanmaktadır. Öğrencilerin olumsuz deneyimlerini ve sorunlu durumlarını paylaştıkları ilk kişi genellikle okul psikolojik danışmanlarıdır. Öğrenciler, okul psikolojik danışmanından kişisel-sosyal, mesleki ve eğitsel rehberlik alanlarıyla ilgili yaşadıkları sorunlar ve zorluklar karşısında yardım alırlar. Ayrıca konsültasyon hizmetleri kapsamında rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerinden sadece öğrenciler değil, öğretmenler ve veliler de yararlanmaktadır (Tura ve Doğan, 2020). Okul psikolojik danışmanları, tüm bu yoğun iş temposu içerisinde rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerini yürütürken büyük zorluklarla karşılaşmaktadırlar. Bu zorluklar arasında rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri ile ilgili yanlış anlaşılımlar ve uygun olmayan beklentiler, öğrenci sayısına göre yetersiz sayıda okul psikolojik danışmanının istihdam edilmesi, velilerin ilgisiz tutumları, öğrenci isteksizliği, yasal düzenlemeler ve bunaltıcı iş yükünün fazlalığı gösterilebilir (Karataş ve Şahin-Baltacı, 2013). Rehberlik hizmetlerinin verimli ve etkin bir şekilde uygulanmasında karşılaşılan güçlüklerin yanı sıra, okul psikolojik danışmanları yönetimle iş birliği ve özlük hakları gibi konularda da birtakım zorluklar yaşamaktadırlar. Bunların arasında iş unvanı konusunda yaşanan belirsizlik, mesai saatlerinin düzensiz olması ve meslekle bağdaşmayan görevlerin dayatılması gibi durumlar gösterilebilir (Can, 2010; Hamamcı, Murat ve Çoban, 2004). Korkut-Owen, Owen ve Ballestero (2009) araştırmalarında okul idarecilerinin rehberlik ve psikolojik danışma alanı hakkında yeterli düzeyde bilgiye sahip olmadıklarını ve bundan dolayı bu alanın önemini kavramakta zorlandıklarını belirtmişlerdir. Okul psikolojik danışmanlarının yaşadıkları sorunlar özelinde örneklendirilen bu tarz mesleki zorluklara, ne yazık ki farklı kurumlarda (kamudaki veya özel sektördeki) çalışan psikolojik danışmanda maruz kalabilmektedir. Karşılaşabilecekleri tüm bu olumsuz ve stres içeren durumlarla sağlıklı bir şekilde başa çıkabilmeleri ve gerek kişisel gerekse iş yaşamlarında başarılı olabilmeleri için psikolojik danışmanların psikolojik sağlamlıklarının desteklenmesi gerektiği ileri sürülmektedir (Tura ve Doğan, 2020). Psikolojik sağlamlığın etkili psikolojik danışmanların özellikleri arasında gösterilmesi (Seçim, 2020) de bu fikri desteklemektedir.

Psikoloji alanyazınında bireylerin olumsuz yaşantılarının etkisini azaltmaya yönelik planlanan araştırmalar daima popüler olmuştur. Olumsuz deneyimler karşısında güçlü kalma olarak ifade edilen psikolojik sağlamlık (resilience), son dönemlerde ruh sağlığı hizmeti veren meslek gruplarının (psikiyatrist, psikolog, psikolojik danışman ve sosyal çalışmacı) üzerinde çalıştığı güncel ve önemli bir konu haline gelmiştir (Kararımak, 2006). Alanyazında 1950'li yılların başlarında ilk olarak Block (1950) tarafından kullanılan psikolojik sağlamlık kavramı, pozitif psikoloji çerçevesinde ele alınan önemli kavramlardan birisidir (Tura ve Doğan, 2020). Latince "resiliens" kelimesinin köklerine dayanan psikolojik sağlamlık kavramı, bir maddenin esnekliğini ve orijinal durumuna geri dönme yeteneğini ifade etmektedir (Greene, 2002; Wagnild ve Young, 1990). Türkiye'de resilience kelimesinin karşılığı olarak; kendini toparlama gücü (Çetinkaya ve Sarıcı-Bulut, 2019; Terzi, 2006, 2008), yılmazlık (Nam ve Akbay, 2020; Savi-Çakar, Karataş ve Çakır, 2014), psikolojik dayanıklılık (Yöndem, Tunç ve Yandı, 2021) ve psikolojik sağlamlık (Doğan ve Yavuz, 2020; Kararımak ve Siviş-Çetinkaya, 2011) kavramlarının kullanıldığı görülür. Bu çalışmada ise psikolojik sağlamlık kavramının kullanılması tercih edilmiştir.

Psikolojik sağlamlığın temeli toparlanma gücüdür ve bireylerin yaşadıkları stresli olaylardan önce sahip oldukları yeteneklere ve davranışlara yeniden geri dönebilmesi olarak kabul edilmektedir (Garnezy, 1993; Stewart, Reid ve Mangham, 1997). Alanyazında kişilik özelliği olarak değerlendirilen psikolojik sağlamlık (Jacelon, 1997), risk ve koruyucu faktörlerin etkileşimi sonucunda ortaya çıkan dinamik bir kavram olarak tanımlanmış ve bu dinamik yapının, olumsuz yaşam olaylarının bireyler üzerindeki etkisini değiştirdiği ifade edilmiştir (Rutter, 1985). Bu bağlamda psikolojik sağlamlık, bireyleri psikolojik risklere karşı koruyan mekanizmalar olarak tanımlanabilir (Rutter, 1987). Yüksek düzeyde psikolojik sağlamlığa sahip kişiler, stresli ve zor koşullarla başa çıkmak, hayatta kalmak ve gelişerek üstesinden gelmek için çeşitli davranışlar sergilerler (Eminağaoğlu, 2006; Wagnild ve Young, 1993). Psikolojik açıdan sağlıklı olan kişilerin, zorlayıcı yaşam olayları karşısında ortaya koydukları olumsuz belirtilerin azalacağı ve psikolojik olarak sağlamlıklarının yüksek olacağı söylenebilir (Kaba ve Keklik, 2016). Unutulmamalıdır ki psikolojik danışmanın, psikolojik açıdan dengeli olması ve psikolojik danışma süreci içerisinde kendi sorunuyla dikkatini dağıtmaması, psikolojik danışma sürecinin daha etkili geçmesine yardımcı olacaktır (Hackney ve Cormier, 2008). Bu nedenle psikolojik sağlamlığın yüksek olması ideal bir psikolojik danışmanda olması gereken niteliklerden biri olarak kabul edilebilir (Ünal, 2021). Bu bağlamda psikolojik danışmanların, psikolojik sağlamlıklarına zarar veren değişkenlerin tespit edilmesinin önemli olduğu düşünülmektedir.

Yaşamdaki bilinmezlik ve belirsizlik, uzun yıllardır filozofların ve davranış bilimcilerin araştırma konularından biri olmuştur. Geleceğin tahmin edilemezliği ve gelecekte ne olacağını bilememek doğal olarak belirsizliği de beraberinde getirmektedir (Korkut-Owen, 2021). Belirsizlik, bir durumu anlamak için yetersiz bilgi veya belirsiz bir durumu çözebilecek bilgi eksikliği olarak tanımlanır (Rosen, Knäuper ve Sammut, 2007). Belirsizliğe tahammülsüzlük ise bireyin belirsiz bir durumu, bir tehdit veya rahatsızlık kaynağı olarak yorumlama eğilimini ifade etmektedir (Carleton,

2012; Majid ve Pragasam, 1997; Stanley-Budner, 1962). Belirsizliğe tahammülü olmayan bireyler, belirsizliği stresli ve sinir bozucu bularak, belirsizliğin olumsuz olduğuna ve bundan kaçınılması gerektiğine inanırlar (Karataş ve Tagay, 2021). Ne yazık ki hayat her an ortaya çıkabilecek belirsizliklerle doludur. Dolayısıyla belirsizliğe tahammülü olmayan insanlar, kaygılanmak için birçok nedeni kolaylıkla bulabilmekte ve çoğunlukla bu endişe ve kaygıya odaklanmaktadır. Ayrıca söz konusu belirsizlikten kurtulmak için karar vermekte ve çözüm bulmakta zorluk çekmektedir (Dugas, Buhr ve Ladouceur, 2004). Bu bireyler yoğun bir tehdit algısı yaşarlar, hayattaki belirsiz durumları tahammül edilemez ve zorlayıcı görürler ve devamında çeşitli psikolojik rahatsızlıklar yaşayabilirler (Carleton ve diğerleri., 2012). Beklenmeyen olaylar, psikolojik sağlık için bir önemli bir risk faktörüdür (Weick ve Sutcliffe, 2011). Psikolojik olarak sağlıklı olan insanlar, stresli olaylara karşı dirençlidirler ve bu tür olayları, tehditten ziyade yeteneklerini gerçekleştirmeleri için fırsat olarak görürler (Hisli-Şahin, 1998). Bireylerin sahip oldukları yüksek psikolojik sağlık, karşılaştıkları belirsizliğe karşı tahammülsüzlüklerinin azalmasına yardımcı olmaktadır (Bozdağ, 2020). Birlikte ele alındığında, psikolojik sağlık strese karşı koruyucu bir faktörü temsil ederken, belirsizliğe tahammülsüzlük strese karşı savunmasızlığı yansıtır. Bu nedenle, belirsizliğe tahammülsüzlük ve psikolojik sağlık arasında negatif bir ilişkinin olması gerektiği varsayılmaktadır. Bu konuyla ilgili araştırmalar nispeten yetersiz olmakla birlikte, mevcut çalışmalar önerilen olumsuz ilişkiyi desteklemektedir. Farklı örneklem gruplarıyla yapılan çalışmalarda belirsizliğe tahammülsüzlüğün, psikolojik sağlamlığı azalttığı tespit edilmiştir (Di Blasi ve diğerleri., 2021; Duru, Gunal, Agaoglu ve Tatlı, 2022; Karataş ve Tagay, 2021). Benzer şekilde psikolojik sağlık artığında bireylerin yaşadıkları belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi de düşmektedir. Psikolojik sağlamlığı yüksek olan bireylerin belirsizliğe daha yüksek düzeyde tolerans gösterebileceği, düşmanca duygu ve eylemlerde azalma olabileceği ileri sürülmektedir (Parlak, Tunç, Eryiğit ve Uluman, 2022). Nitekim psikolojik sağlık ile belirsizliğe tahammülsüzlük arasında karşılıklı bir olumsuz etkileşimin olduğunu söylemek mümkündür. Görev tanımlarındaki ve mesleğin sınırlarındaki belirsizlikler (Boyacı, 2018), psikolojik danışmanların da belirsizliğe yönelik tahammülsüzlük yaşamalarına neden olabilir. Bu bağlamda psikolojik danışmanların yaşadıkları belirsizliğe tahammülsüzlüğün, psikolojik sağlamlıkları üzerindeki etkisini kırabilecek olası aracı değişkenlerin belirlenmesi ihtiyacı belirlemiştir. Bu ihtiyaca yönelik yapılan alanyazın incelemesi yazarları psikolojik zihinlilik kavramına götürmüştür.

Özellikle son yıllarda bireylerin sahip olduğu bir özellik olarak ortaya çıkan “psikolojik zihinlilik” (psychological mindedness) kavramı, hem yerli (Denizli, Meydan ve Pamukçu, 2022; Denizli, Pamukçu ve Meydan, 2016; Pamukçu ve Meydan, 2019; Uzun, Tagay ve Karataş, 2020) hem de yabancı (Conte, Ratto ve Karasu, 1996; Grant, 2001; McCallum, Piper, Ogrodniczuk ve Joyce, 2003; Nyklíček ve Denollet, 2009; Nyklíček, Majoor ve Schalken, 2010) alanyazında yapılan çalışmalarda ön plana çıkmaktadır. Alanyazındaki çalışmalar incelendiğinde konuyla ilgili yapılan ilk araştırmalarda psikolojik zihinliliğin kendine odaklanabilme, öz-bilinç, içebakış, kendini gözleyebilme, içgörü ve öz-

farkındalık gibi kavramlarla aynı bağlamda ele alındığı ve kullanıldığı anlaşılmaktadır (McCallum ve Piper, 1996). Psikolojik zihinlilik kavramı, son zamanlarda yapılan araştırmalarda ise psikanalitik bakış açısından uzaklaşmış, farklı ve yeni bir psikolojik kavram olarak tanımlanmıştır. Psikolojik zihinlilik kavramı, bu yeni bakış açısıyla birlikte artık psikanalitik bir kavram olarak ifade edilmekten uzaklaşıp, bilişsel bir süreç olarak ele alınmaya başlamıştır (Beitel, Ferrer ve Cecero, 2004). Conte ve diğerleri (1996) psikolojik zihinlilik kavramını, kişinin hem kendisinin hem de bir başkasının davranışını ve motivasyonunu anlamasına dair ilgi ve beceriye sahip olması şeklinde ifade etmiştir. Bu bakımdan psikolojik zihinlilik, bireylerin kendilerini gözlemlemeleriyle alakalı bir kavram olmasının yanında, diğer insanların ortaya koydukları davranışları da anlamlandırmasını sağlayan bir yapıya sahiptir. Grant (2001) bilişsel bir bakış açısıyla tanımladığı psikolojik zihinlilik kavramını, bir üstbiliş olarak değerlendirmiştir. Grant'a göre psikolojik zihinlilik, bireyin kendisinin veya başkalarının neden ve nasıl bu şekilde davrandığını, düşündüğünü ve hissettiğini sorgulamasına yönelik zihinsel ve duygusal bir eğilim olarak ifade edilmiştir. Boylan (2006) ise benzer bağlamda psikolojik zihinlilik kavramını; bireyin duygularını anlamlandırma, yeni fikirlere açık olma, diğer insanları anlamaya istekli olma ve ayrıca bireyin kendisinin ve başka insanların davranışlarının altında yatan nedenlerle ilgilenme yeteneği olarak tanımlamıştır. Beitel ve diğerleri (2004) yüksek oranda psikolojik zihinliliğe sahip bireylerin hedef odaklı, esnek profil sergileyen ve gerçekçi düşünmeye yatkın olduklarını belirtmişlerdir. Bu bağlamda bireylerin sahip olduğu yüksek psikolojik zihinliliğin, psikolojik sağlığı olumlu yönde yordadığı söylenebilir.

Psikolojik zihinlilik kavramı, danışanların psikoterapiden özellikle maksimum fayda sağlama potansiyellerini gösterdiği düşünüldüğünden, koruyucu doğası gereği psikolojik danışma alanıyla özellikle ilgilidir (Abramowitz ve Abramowitz, 1974; Appelbaum, 1973; Conte ve diğerleri., 1990; Conte ve diğerleri., 1996; Conte, Buckley, Picard ve Karasu, 1995; Hall, 1992). Koruyucu bir faktör olarak, psikolojik zihinlilik, bireylerin psikolojik sağlıklarını kolaylaştıran eşzamanlı süreçlerin etkinliğini artıran bir katalizör olarak düşünülebilir (Herwitz, 2003). Benzer şekilde alanyazında psikolojik zihinliliğin, psikolojik sağlamlık ve diğer gelişme biçimlerini kolaylaştırmaya yardımcı olabilecek bir beceri olarak düşünüldüğü başka araştırmalarda mevcuttur (Holstein, 2006). Yapılan araştırmalar psikolojik zihinliliğin kendi içinde psikolojik sağlamlığı açıklamadığını, ancak psikolojik sağlığa yüksek düzeyde katkıda bulunmasının muhtemel olduğunu göstermektedir (Herwitz, 2003). Bu bağlamda psikolojik zihinliliğin, psikolojik danışmanların psikolojik sağlıklarının desteklenmesinde kullanılabilir bir değişken olabileceği söylenebilir.

Günümüzde bilimsel çalışmalarda, günlük yaşamda ve konuşmalarda en fazla öne çıkan kavramlardan biri de değişim olgusudur. Hemen hemen tüm alanlarda değişimin yaşandığı 21. yy. beraberinde öngörülemeyen durumların ortaya çıktığı belirsiz bir süreç getirmiştir (Çelik ve Üstüner, 2018). Beitel ve diğerleri (2004) gerçekçi düşünme, esneklik ve kişisel eylemlilik eğilimlerini içeren bilişsel bir profille ilişkili olan psikolojik zihinlilik yapısı ile belirsizliğe karşı tolerans arasında önemli

görülebilecek bir ilişki bulmuşlardır. Ayrıca belirsizliğe tahammülsüzlüğe karşı potansiyel bir koruyucu faktör olarak, bireylerin mevcut endişeleri ve durumları hakkında içgörü oluşturmak için birden fazla bilgiyi entegre etmelerini sağlayabilecek psikolojik zihinlilik yapısının kullanılabileceğini öne sürmüşlerdir. Bu bağlamda kendi kendini gözleme, içgörü, belirsiz durumlar karşısında hoşgörülü olma, deneyime açıklık, başkalarıyla ilişki kurma ve içsel kontrol odağı yetenekleriyle tanımlanan psikoloji zihinlilik ile psikolojik sağlık ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasında dikkate alınmaya değer ilişkilerin olduğu söylenebilir. Psikolojik zihinliliğin, danışanları psikolojik danışma sürecine devam ettirmesindeki pozitif katkısı (McCallum, Piper ve Joyce, 1992; Reis ve Brown, 1999), psikiyatrik semptomlarda azalma şeklinde kendini gösteren başarılı psikoterapi sonuçlarıyla olan anlamlı ilişkisi (Conte ve diğerleri., 1990, 1996; McCallum ve diğerleri., 2003; Piper, Joyce, Azim ve Rosie, 1994) daha önce de birçok çalışma ile kanıtlanmıştır. Bunların yanında psikolojik zihinliliğin otonom işlevsellik, ego gücü ve kimlik bütünlüğüyle de ilişkili olduğu, sadece psikoterapiye alınan klinik örneklerde değil sağlıklı bireylerde de bu açılarından bireylerin psikolojik sağlıklarına katkısı olduğu belirtilmiştir (Conte ve diğerleri., 1995; McCallum ve Piper, 1990; Taylor, Bagby ve Parker, 1989). Bu bulgular psikolojik zihinliliğin, sağlıklı bireylerden oluşan psikolojik danışman örnekleminin, psikolojik sağlıklarını artırmada ve belirsizliğe tahammülsüzlüklerini azatmada önemli bir kaynak olarak kullanılabileceğini düşündürmüştür. Yapılan alanyazın incelemesinde psikolojik zihinliliğin potansiyel koruyucu bir işlevi olduğunu öne süren umut verici miktarda kanıtı rağmen, bu rolün henüz belirsizliğe tahammülsüzlük ve psikolojik sağlık arasındaki ilişki bağlamında değerlendirilmediği görülmektedir.

Zorlayıcı yaşam olaylarıyla karşılaşan bireyler ile mesleki rol ve davranışlarında profesyonellik göstermeye çalışan meslekler için psikolojik sağlık oldukça önemli bir kavramdır (Harrawood, Doughty ve Wilde, 2011). Danışanlarının iyilik hallerini geliştirmeyi amaçlayan psikolojik danışmanlar, danışma sürecinde onların travmalarının ve çeşitli konularda karşılaştıkları sorunların yıkıcı etkilerine maruz kalırlar (Zara ve İçöz, 2015). Yaptıkları işi başarıyla yürütebilmelerinde, psikolojik danışmanların sahip oldukları bazı özelliklerin etkisi yadsınmaz (Dollerhide ve Saginak, 2003). Psikolojik danışmanların karşılaştıkları güçlüklerle baş etme yetenekleri, onların psikolojik sağlıklarıyla büyük ölçüde ilişkilidir (Ünal, 2021). Araştırmalar, ruh sağlığı çalışanlarının toplumun geneline oranla daha yüksek düzeyde psikolojik rahatsızlık yaşadıklarını ortaya koyarken (White ve Franzoni, 1990); psikolojik danışmanlık alanında profesyonel eğitim almış öğrencilerin de genel nüfusa göre daha yaygın psikolojik ve duygusal sorunlar yaşadıkları (Dayal, 2013; White ve Franzoni, 1990) bilinmektedir. Aydın ve Egemberdiyeva (2018), yürüttükleri bir çalışmada rehberlik ve psikolojik danışmanlık bölümündeki öğrencilerin diğer bölümlerdeki öğrencilere göre psikolojik sağlık puanlarının önemli ölçüde daha düşük olduğunu belirlemiştir. Son dönemlerde araştırmacılar, yıkıcı sonuçlara neden olan tek bir risk faktörünü aramaktan uzaklaşmış ve bunun yerine çoklu risk faktörlerinin etkileşimine ve hangi koruyucu faktörlerin bireylerin psikolojik sağlıklarını

artırabileceğine odaklanmışlardır (Kararımak, 2006). Bu düşünceden hareketle zorlayıcı yaşam olayları karşısında psikolojik danışmanları koruyan ve destekleyen önemli bir özellik olarak psikolojik sağlamlığa zarar veren ve onu destekleyen değişkenlerin tespit edilmesi bu araştırmanın temel çıkış noktasını oluşturmuştur.

Bu araştırmanın amacı, yukarıda açıklanan teoriler ve bulgulardan hareketle belirsizliğe tahammülsüzlüğün, psikolojik danışmanların psikolojik sağlamlıkları üzerindeki etkisinde psikolojik zihinliliğin aracı etkisini incelemektir. Bu kapsamda, Baron ve Kenny'nin (1986) aracılı yapısal modellerin sınanması için yapmış oldukları öneriler dikkate alınarak oluşturulan hipotezler ise şöyledir:

H₁: Belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik sağlamlık değişkenleri negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkilidir.

H₂: Belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik zihinlilik değişkenleri negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkilidir.

H₃: Psikolojik zihinlilik ile psikolojik sağlamlık değişkenleri pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişkilidir.

H₄: Belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide psikolojik zihinlilik değişkeninin aracı rolü bulunmaktadır.

Yöntem

Araştırmanın Modeli

Araştırmada, psikolojik danışmanların belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri ile psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişkide psikolojik zihinliliğin aracılık etkisini incelemek için ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli, nicel araştırma geleneğine ait olup; iki veya daha fazla değişken arasında birlikte bir değişimin olup olmadığını ve bu değişimin ne ölçüde olduğunu belirlemek için tasarlanmış bir araştırma modelidir (Karasar, 2012). İlişkisel araştırma modelinin kullanıldığı araştırmalarda tüm değişkenler bütüncül bir bakış açısıyla analiz edilir. Bu bağlamda teorik temellere dayalı olarak oluşturulan modelde yer alan diğer değişkenlerin, herhangi bir değişken üzerindeki doğrudan ve dolaylı etkilerini tespit etmek için tahmini istatistiksel tekniklere ve YEM'e (Yapısal Eşitlik Modeli) dayalı analiz türlerinden biri olan örtük değişkenli aracılı yapısal model uygulaması tercih edilmiştir (Gürbüz, 2019).

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, Türkiye'deki kamu ve özel kurumlarda görev yapan 318 psikolojik danışman oluşturmaktadır. Katılımcıların %67.90'ı (n=216) kadın, %32.10'u (n=102) ise erkektir. Çalışma grubunun yaş ortalaması 31.13 olarak belirlenmiştir. Katılımcıların %60.10'u (n=191)

kamu kurumlarında (Millî Eğitim Bakanlığı, Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, Aile ve Çocuk Mahkemeleri, Denetimli Serbestlik Şubeleri, Cezaevleri, Türk Silahlı Kuvvetleri, Emniyet Genel Müdürlüğü, Diyanet İşleri Başkanlığı), %39.90'ı (n=127) ise diğer özel öğretim kurumlarında (danışmanlık merkezi, özel öğretim kurumları vb.) çalışmaktadırlar. Çalışma grubunun oluşturulmasında seçkisiz olmayan bir örnekleme yöntemi olan uygun örnekleme tercih edilmiştir. Uygun örnekleme yöntemi, araştırmacıların ihtiyaç duydukları örneklem büyüklüğüne ulaşabilece kadar en erişilebilir katılımcılardan başlayarak çalışma gruplarını oluşturmalarıdır (Büyüköztürk, Kılıç-Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2016).

Veri Toplama Araçları

Araştırmanın verilerinin toplanabilmesi için psikolojik danışmanlara yönelik kişisel bilgilerin yer aldığı demografik bilgi formu, Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği (KPSÖ), Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği (BTÖ-12) ve Psikolojik Zihinlilik Ölçeği (PZÖ) kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan tüm veri toplama araçlarının fikri mülkiyet sahiplerinden e-posta yoluyla kullanım izni alınmıştır.

Demografik bilgi formu: Çalışma grubu içerisinde yer alan psikolojik danışmanların kişisel bilgilerini elde etmek için araştırmacılar cinsiyet, yaş ve çalışılan kurum türünü sordukları bir demografik bilgi formu oluşturmuşlardır.

Kısa psikolojik sağlık ölçeği (KPSÖ): KPSÖ, Smith ve diğerleri (2008) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türk Kültürüne uyarlama çalışmaları ise Doğan (2015) tarafından gerçekleştirilmiştir. Toplamda 6 maddeden oluşan ölçek, 5'li Likert tipi bir ölçme aracıdır. Ölçekte yer alan maddelerin puanlaması "[1] Hiç uygun değil" ile "[5] Tamamen uygun" arasında değişmektedir. KPSÖ'nün 2., 4. ve 6. maddeleri tersten puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek puan, 6 ile 30 aralığında değişmektedir. Ölçekten alınan puan yükseldikçe bireyin sahip olduğu psikolojik sağlık düzeyinin arttığı kabul edilmektedir. Toplam varyansın %54.66'sını açıklayan ölçek tek boyutludur. KPSÖ'nün iç tutarlık katsayısı ise .83'tür (Doğan, 2015).

Bu çalışmada KPSÖ'yü kullanabilmek için öncelikle geçerliği ve güvenilirliği incelenmiştir. Ölçeğin yapı geçerliğini kontrol etmek için DFA (Doğrulayıcı Faktör Analizi) yapılmış ve KPSÖ'nün model-veri uyumunun kabul edilebilir referans değerleri aralığında yer aldığı anlaşılmıştır ($\chi^2[n=318]=32.24$, $df=9$, $p=.00$, $\chi^2/df=3.58$, $RMSEA=.06$, $SRMR=.04$, $CFI=.92$). Ölçeğin güvenilirliğini belirlemek için ise Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı hesaplanmıştır. Ölçeğe ilişkin iç tutarlılık katsayısı .84 olarak bulunmuştur. Bu incelemeler sonucunda KPSÖ'ye yönelik ulaşılan değerlerin, alanyazında belirtilen geçerlilik (Kline, 2015) ve güvenilirlik (Büyüköztürk, 2014) referans aralığına uygun olduğu ve bu çalışma kapsamında kullanılabilirliği söylenebilir.

Belirsizliğe tahammülsüzlük ölçeği (BTÖ-12): Carleton, Norton ve Asmundson (2007) tarafından geliştirilmiş olan BTÖ-12, Sarıçam, Erguvan, Akın ve Akça (2014) tarafından Türk Kültürüne

uyarlanmıştır. Toplamda 12 maddeden oluşan ölçek, 5'li Likert tipi bir ölçme aracıdır. Ölçekte yer alan maddelerin puanlaması “[1] Bana hiç uygun değil” ile “[5] Bana tamamen uygun” arasında değişmektedir. BTÖ-12, “ileriye yönelik kaygı” (1., 2., 3., 4., 5., 6. ve 7. maddeler) ve “engelleyici kaygı” (8., 9., 10., 11. ve 12. maddeler) olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekten toplam bir belirsizliğe tahammülsüzlük puanı da alınabilmektedir. Ölçekte ters puanlanan madde bulunmamakla birlikte BTÖ-12’den alınabilecek toplam puan, 12 ile 60 aralığındadır. Ölçekten alınan puanın yükselmesi, bireyin sahip olduğu belirsizliğe tahammülsüzlüğün arttığını göstermektedir. Toplam varyansın %78.57’sini açıklayan BTÖ-12’ye ait genel iç tutarlık katsayısı ise .88’dir (Sarıçam ve diğerleri., 2014).

Bu çalışmada BTÖ-12’yi kullanabilmek için öncelikle geçerliği ve güvenilirliği incelenmiştir. Ölçeğin yapı geçerliğini kontrol etmek için DFA yapılmış ve BTÖ-12’nin model-veri uyumunun kabul edilebilir referans değerleri aralığında yer aldığı anlaşılmıştır ($\chi^2[n=318]=213.35$, $df=54$, $p=.00$, $\chi^2/df=3.95$, $RMSEA=.07$, $SRMR=.07$, $CFI=.91$). Ölçeğin güvenilirliğini belirlemek için ise Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı hesaplanmıştır. Ölçeğe ilişkin iç tutarlılık katsayısı .90 olarak bulunmuştur. Bu incelemeler sonucunda BTÖ-12’ye yönelik ulaşılan değerlerin, alanyazında belirtilen geçerlilik (Kline, 2015) ve güvenilirlik (Büyüköztürk, 2014) referans aralığına uygun olduğu ve bu çalışma kapsamında kullanılabilmesi söylenebilir.

Psikolojik zihinlilik ölçeği (PZÖ): PZÖ, Nyklíček ve Denollet (2009) tarafından geliştirilmiştir (Balanced Index of Psychological Mindedness). Ölçeğin Türk Kültürüne uyarlama çalışmaları ise Denizli ve diğerleri (2022) tarafından gerçekleştirilmiştir. Toplamda 14 maddeden oluşan ölçek, 5’li Likert tipi bir ölçme aracıdır. Ölçekte yer alan maddelerin puanlaması “[0] Hiç uygun değil” ile “[4] Çok uygun” arasında değişmektedir. PZÖ, “içgörü” (1., 3., 4., 6., 9., 10. ve 12. maddeler) ve “ilgi” (2., 5., 7., 8., 11., 13. ve 14. maddeler) olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek toplam bir psikolojik zihinlilik puanı da vermektedir. Ölçeğin alt boyutlarından alınabilecek puanlar 0 ile 28 aralığında değişmekte iken ölçekten alınabilecek toplam puanlar ise 0 ila 54 aralığındadır. Ölçekten alınan puanın yükselmesi, bireyin sahip olduğu psikolojik zihinlilik düzeyinin arttığını göstermektedir. Ölçeğin 1., 3., 4., 6., 9., 10. ve 12. maddeleri tersten puanlanmaktadır. PZÖ’ye ait McDonald’s Omega (ω) iç tutarlık katsayısı ise .85’tir (Denizli ve diğerleri., 2022).

Bu çalışmada PZÖ’yü kullanabilmek için öncelikle geçerliği ve güvenilirliği incelenmiştir. Ölçeğin yapı geçerliğini kontrol etmek için DFA yapılmış ve PZÖ’nün model-veri uyumunun kabul edilebilir referans değerleri aralığında yer aldığı anlaşılmıştır ($\chi^2[n=318]=277.38$, $df=74$, $p=.00$, $\chi^2/df=3.75$, $RMSEA=.07$, $SRMR=.06$, $CFI=.91$). Ölçeğin güvenilirliğini belirlemek için ise Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı hesaplanmıştır. Ölçeğe ilişkin iç tutarlılık katsayısı .85 olarak bulunmuştur. Bu incelemeler sonucunda PZÖ’ye yönelik ulaşılan değerlerin, alanyazında belirtilen geçerlilik (Kline, 2015) ve

güvenilirlik (Büyüköztürk, 2014) referans aralığına uygun olduğu ve bu çalışma kapsamında kullanılabilmesi söylenebilir.

Verilerin Toplanması

Demografik bilgi formu ile birlikte üç farklı ölçeğin yer aldığı uygulama formu, verilerin toplanabilmesi için Google Formlar uygulaması yardımıyla çevrimiçi bir forma dönüştürülmüştür. Daha sonra oluşturulan bu çevrimiçi form Türkiye’de psikolojik danışmanlar tarafından yaygın bir şekilde kullanılan sosyal medya platformlarında (Facebook, Instagram, Whatsapp vb.) paylaşılmıştır. Çevrimiçi formun giriş kısmında çalışmanın içeriği ve ölçekler hakkında gerekli açıklamalar yapılmıştır. Bunun üzerine “Açıklamayı okudum. Çalışmanın amacını anladım. Bu çalışmaya katılmayı gönüllü olarak kabul ediyorum.” ifadesini çevrimiçi ortamda kabul ettiğini beyan eden katılımcılar ile araştırma sürecine devam edilmiştir.

Verilerin Analizi

Araştırmanın amacına uygun olarak belirlenen ölçme araçlarıyla elde edilen verilerin bilgisayar ortamındaki analizlerinde, SPSS 22.0 ve AMOS 21.0 yazılım paket programları kullanılmış ve araştırmada hata payı .05 olarak alınmıştır. Toplanan veriler üzerinde istatistiksel çalışmalar yapabilmek için öncelikle veriler SPSS 22.0 programına aktarılmıştır. Veriler çevrimiçi bir form aracılığıyla toplandığı için tüm değerlerin beklenen olası sınırlar (ranj) içinde olduğu ve kayıp verinin olmadığı anlaşılmıştır.

Temel analize başlamadan önce örneklem büyüklüğü, uç değer analizi, çoklu bağlantı problemi ve normallik varsayımı gibi YEM’in ön koşullarının karşılanması gerekmektedir (Ullman, 2013). YEM çalışmalarında 250 ile 500 arasında gözlemin yeterli olduğu belirtilmiştir (Schumacker ve Lomax, 2016). Bu durumda, araştırmacıların ulaştığı 332 kişilik çalışma grubunun, bu koşulu karşılandığı söylenebilir. Veri setindeki uç değerleri belirlemek için tek değişkenli ve çok değişkenli uç değer analizleri yapılmıştır. İlk olarak tek değişkenli uç değer analizi için Z testi yapılmıştır. Çalışma grubunun büyüklüğünün 100’ü aşmasından dolayı Z puanı referans değeri için -4.00 ile +4.00 aralığı kabul edilmektedir (Mertler ve Vannatta, 2016). Belirlenen Z puanı referans aralığının dışında kalan 9 veri seti çalışma dışı bırakılmıştır. İkinci olarak Mahalanobis uzaklık katsayısı testi kullanılarak çok değişkenli uç değer analizi yapılmış ve uç değerler oldukları tespit edilen 5 veri seti de yine çalışmadan çıkarılmıştır (Tabachnick ve Fidell, 2013). Uç değer ifade etmeyen 318 veri seti üzerinden analizlere devam edilmiştir.

Veri setindeki çoklu bağlantı problemlerini kontrol etmek için değişkenler arasındaki basit (ikili) korelasyonlar incelenmiştir. Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı analizi sonrasında tüm değişkenler arasındaki ikili korelasyon değerlerinin, .90 olarak kabul edilen referans değerinden daha düşük olduğu tespit edilmiştir (Ullman, 2013). Dolayısıyla değişkenler arasında çoklu bağlantı probleminin olmadığı ifade edilebilir. Çalışmada daha sonra çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis)

katsayılarının normallik varsayımlarını sağlayıp sağlamadığı kontrol edilmiştir. Her bir değişkenin çarpıklık ve basıklık katsayılarının, referans değer aralığı olarak kabul edilen -1.00 ile +1.00 arasında (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2014) yer aldığı belirlenmiştir. Bu durumda veri setinin normallik varsayımını karşıladığı söylenebilir.

Bu çalışmadaki veri setinin, parametrik istatistiksel yöntemlere uygun olup olmadığını belirlemek için yapılan analizler sonucunda; veri setinin, YEM tabanlı yapısal model türlerinden biri olan örtük değişkenli aracılı yapısal model analizi için uygun olduğu ve ilgili analizlerin yapılabileceği anlaşılmıştır. Bu çalışmada, Kline (2015) tarafından önerildiği üzere YEM analizi, ölçüm modeli ve yapısal model olmak üzere iki aşamada gerçekleştirilmiştir. Örtük değişkenli aracılı yapısal model analizine başlamadan önce, kullanılan ölçekler üzerinde ilk olarak doğrulayıcı faktör analizleri yapılmış ve ölçüm modelinin doğrulanıp doğrulanmadığı kontrol edilmiştir. Kullanılan ölçekler için yapılan doğrulayıcı faktör analizlerine ilişkin sonuçlar, yöntem bölümündeki veri toplama araçları başlığı altında verilmiştir. Bu çalışmada, çok değişkenli normalliğe sahip modellerin standardizasyonunda yaygın olarak tercih edilen bir yöntem olan En Çok Olabilirlik (Maximum Likelihood) yöntemi kullanılmıştır.

Analiz sonucunda üretilen uyum iyiliği indeks (goodness of fit indices) değerleri incelenerek, YEM uygulamasında test edilen modelin bir bütün olarak toplanan veriler tarafından desteklenip desteklenmediği belirlenir (Meydan ve Şeşen, 2015). Uyum iyiliği değerlerine yönelik yapılan tartışmalar, bu konudaki Monte-Carlo simülasyon çalışmalarına dayalı olarak devam etmektedir. Monte-Carlo çalışmaları ile güncel araştırmaların sonuçları incelendiğinde ML (Maximum Likelihood) ve GLS (Generalized Least Squares) hesaplama yöntemleriyle yapılan YEM araştırmalarında eğer geniş örneklem (n>250) kullanılmışsa χ^2 ve buna ait p değeri, χ^2/df , RMSEA, SRMR ve CFI uyum iyiliği indekslerinin raporlanması gerektiği ileri sürülmektedir (Gürbüz, 2019). Bu çalışmanın, YEM analizlerinde kullanılan uyum indeksleri ve bu indekslerin kabul edilebilir eşikleri Tablo-1'de sunulmuştur.

Tablo 1. Yapısal eşitlik modelinde kullanılan uyum iyiliği indeksi değerleri

Uyum İndeksleri	İyi Uyum Değerleri	Kabul Edilebilir Değerler
χ^2 (CMIN)	$p > .05$ (anlamsız) olmalı	
χ^2/df	< 3	$3 < (\chi^2/df) < 5$
RMSEA	< .05	< .08
SRMR	< .05	< .08
CFI	> .95	> .90

Kaynak: (Gürbüz ve Şahin, 2018; Gürbüz, 2019; Meydan ve Şeşen, 2015).

Ayrıca bu araştırmada aracılığın anlamlı olup olmadığına dair ek kanıtlar elde etmek için Bootstrap (5000) testi kullanılmıştır (Meydan ve Şeşen, 2015). Bootstrap yöntemi, Baron ve Kenny'in (1986) geleneksel yönteminden ve Sobel testinden daha güvenilir sonuçlar verdiği öne sürüldüğü için tercih edilmiştir (Gürbüz, 2019).

Araştırmanın Etik İzinleri

Yapılan bu çalışmada “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” kapsamında uyulması belirtilen tüm kurallara uyulmuştur. Yönergenin ikinci bölümü olan “Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiğine Aykırı Eylemler” başlığı altında belirtilen eylemlerden hiçbiri gerçekleştirilmemiştir.

Etik kurul izin bilgileri: Etik değerlendirmeyi yapan kurul adı= Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu

Etik değerlendirme kararının tarihi= 07/09/2022 tarihinde yapılan 2022/09 nolu toplantı

Etik değerlendirme belgesi sayı numarası= GO 2022/860 nolu karar sayısı

Bulgular

Araştırmanın örtük değişkenli aracılı yapısal modelinden elde edilen sonuçları sunulmadan önce YEM'in ön koşullarının karşılanıp karşılanmadığını belirlemek için yapılan ön analizlerde, araştırma değişkenlerinin betimsel istatistikleri hesaplanmış ve Pearson momentler çarpımı korelasyon analizi yöntemi kullanılarak değişkenler arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırmanın değişkenleri için hesaplanan betimleyici istatistikler Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2. *Araştırma değişkenlerine ilişkin betimsel istatistikler*

Değişkenler	Ranj	Min.	Max.	\bar{x}	ss	Çarpıklık	Basıklık
Psikolojik Sağlık	15.00	15.00	30.00	23.26	2.70	-.35	.80
Belirsizliğe Tahammülsüzlük	48.00	12.00	60.00	35.99	9.32	-.17	.06
Psikolojik Zihinlilik	22.00	34.00	56.00	52.86	5.31	-.36	-.07

Araştırmanın verilerinin, normallik varsayımını karşılayıp karşılamadığını anlamak için Tablo 2'deki çarpıklık ve basıklık katsayıları incelendiğinde; her bir değişken için çarpıklık ve basıklık katsayılarının referans değer olarak kabul edilen -1.00 ile +1.00 aralığında (Çokluk ve diğerleri., 2014) yer aldığı anlaşılmaktadır. Bu durumda araştırma kapsamında bulunan tüm değişkenlerin normallik varsayımını karşıladığı söylenebilir. Değişkenler arasındaki ilişkiyi gösteren korelasyon katsayıları ise Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3. *Araştırmanın değişkenlerine ilişkin pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı değerleri*

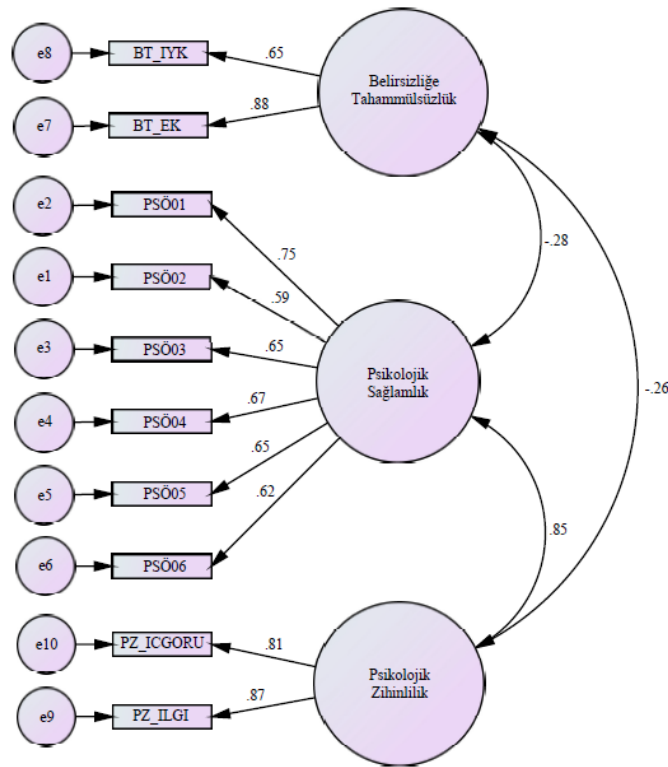
Değişkenler	Psikolojik Sağlık	Belirsizliğe Tahammülsüzlük	Psikolojik Zihinlilik
Psikolojik Sağlık	1.00		
Belirsizliğe Tahammülsüzlük	-.24**	1.00	
Psikolojik Zihinlilik	.71**	-.22**	1.00

* $p < .05$, ** $p < .01$

Tablo 3'ten de anlaşılacağı üzere araştırmanın değişkenleri arasındaki ilişkiler .22 ile .71 aralığında değişmektedir. Çoklu bağlantı probleminden bahsedebilmek için değişkenler arasındaki ilişkinin, referans değer olarak kabul edilen .90'dan büyük olması gerekmektedir (Ullman, 2013). Bu durumda planlanan modelin çoklu bağlantı problemi yaratacak seviyede olmadığı söylenebilir.

Yapısal eşitlik modeli analizlerinde, araştırmanın gözlenen değişkenlerinin kendi aralarında oluşturdukları ilişkiler oldukça önemlidir. Planlanan modelin hesaplanabilmesi ve doğrulanabilmesi için gözlenen değişkenler arasında doğrusal ilişkiler olmalıdır (Sayın ve Gelbal, 2016). Bu nedenlerle örtük değişkenli aracılı yapısal model analizlerine başlanmadan önce, analiz sürecinde kullanılacak olan değişkenlerin yardımıyla, araştırmanın yapısal modeline ilişkin ölçüm modelinin analiz edilmesi gerekmektedir.

Bu çalışmada, katılımcıların özellikleri üç farklı ölçme aracı kullanılarak ölçülmüştür. Bu ölçme araçları yardımıyla ölçülmüş olan değişkenlerin, birbirleriyle olan ilişkilerini ortaya koyan ölçüm modelinde, gizil ve gözlenen değişkenler arasında bulunan tüm yollar analiz edilmiştir. Bu araştırmanın ölçüm modeline ilişkin yol diyagramı ve standardize edilmiş değerleri Şekil 1'de gösterilmektedir.



Şekil 1. Ölçüm modeli

Araştırmanın hipotezleri ve yapısal modelleri analiz edilmeden önce Şekil 1'de görüldüğü üzere yapısal modele dahil edilecek olan tüm değişkenleri içeren ölçüm modeli test edilmiştir. Araştırmada yer alan veriler normal dağıldığı için Maximum Likelihood hesaplama yöntemi tercih edilmiş ve kovaryans matrisleri oluşturulmuştur (Gürbüz ve Şahin, 2018). Daha sonra psikolojik sağlamlık, belirsizliğe tahammülsüzlük ve psikolojik zihinlilik değişkenlerinin oluşturduğu ölçüm

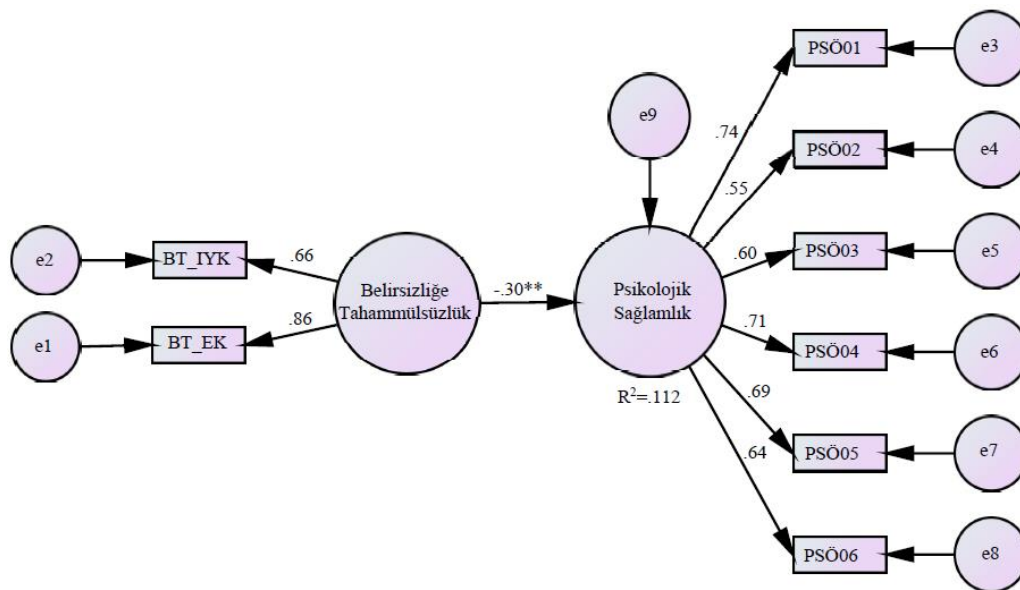
modeli test edilmiştir. Analiz sonucunda elde edilen uyum iyiliği indeks değerleri ($\chi^2[n=318]=121.82$, $df=32$, $p=.00$, $\chi^2/df=3.81$, $RMSEA=.07$, $SRMR=.06$, $CFI=.91$), ölçüm modelinin doğrulandığını ortaya koymuştur. Ölçüm modelinin uyum iyiliği değerlerinin yeterli olması sebebiyle herhangi bir modifikasyon işlemine gerek duyulmamıştır.

Ölçüm modelinin uyum iyiliği değerlerinin yeterli olduğu anlaşıldıktan sonra Baron ve Kenny'in (1986) önerileri dikkate alınarak, yapısal modelin test edilmesi için toplamda dört adım atılmıştır. İlk adımda aracı değişkenler modele dahil edilmeden bağımsız değişkenin (belirsizliğe tahammülsüzlük) bağımlı değişkeni (psikolojik sağlamlık) doğrudan yordayıp yordamadığı incelenmiştir. İkinci adımda ise bağımsız değişken ile aracı değişken (psikolojik zihinlilik) arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Ardından üçüncü adım için aracı değişken ile bağımlı değişken arasındaki ilişki analiz edilmiştir. Dördüncü ve son adımda ise aracı değişken modele dahil edilmiş, bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisi tekrar incelenmiştir.

1. Adım

H₁: Belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik sağlamlık değişkenleri negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkilidir.

H₁ hipotezinin sınanması için belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik sağlamlık gizil değişkenleri arasındaki yol incelenmiş ve ulaşılan sonuçlar Şekil 2'de sunulmuştur.



Şekil 2. H₁ hipotezinin sınanması

Şekil 2'de görüldüğü üzere yapısal modelin birinci adımı olan H₁ (Belirsizliğe Tahammülsüzlük → Psikolojik Sağlamlık) hipotezini test etmek amacıyla bağımsız değişken olan belirsizliğe tahammülsüzlüğün dışsal, bağımlı değişken olan psikolojik sağlamlığın ise içsel değişken olduğu örtük değişkenli yapısal model test edilmiştir. Yapısal modelin birinci adımına ilişkin yol katsayısının anlamlılık değerleri ile regresyon katsayısı Tablo 4'de verilmiştir.

Tablo 4. Yapısal modelin birinci adımı için yol katsayısı, t, R² ve anlamlılık değerleri

Yordayan	Yordanan	β	t	p	R ²
Belirsizliğe Tahammülsüzlük →	Psikolojik Sağlık	-.30	-3.33**	.00	.11

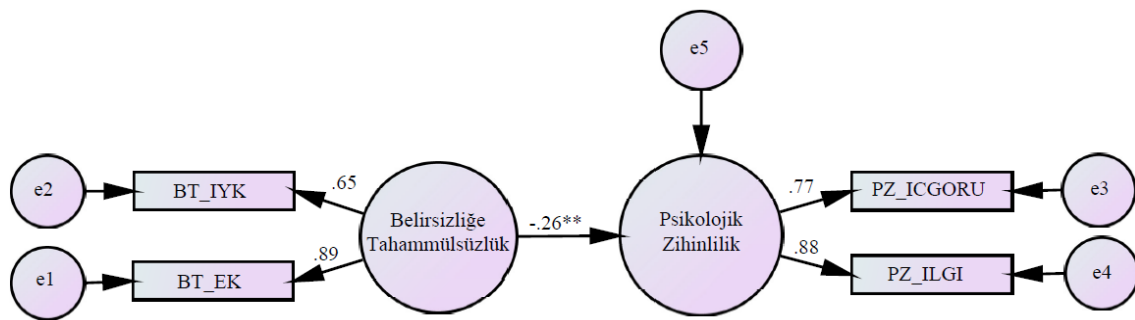
**p<.01

Tablo 4'e göre belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik sağlık arasında negatif yönde anlamlı düzeyde ilişki tespit edilmiştir ($\beta=-.30$, $p<.01$). Belirsizliğe tahammülsüzlük değişkeninin psikolojik sağlık değişkenine orta düzeyde ($-.70<\beta<-.30$) doğrudan bir etkisi bulunmaktadır (Büyüköztürk, 2014). Ayrıca Tablo 4 incelendiğinde belirsizliğe tahammülsüzlük değişkeninin psikolojik sağlık değişkenindeki toplam varyansın %11.20'lik kısmını açıkladığı görülmektedir ($R^2=.11$, $p<.01$). Bu bağlamda kurgulanan bu öncü modelde belirsizliğe tahammülsüzlüğün psikolojik sağlık üzerinde küçük bir etki değerine ($.00<R^2<.13$) sahip olduğu söylenebilir (Cohen, 1988). Yapısal modelin birinci adımı için oluşturulan bu öncü modele ait uyum iyiliği değerlerinin alanyazında kabul edilen referans değerler aralığında yer alması ($\chi^2[n=318]=78.74$, $df=19$, $p=.00$, $\chi^2/df=4.14$, $RMSEA=.07$, $SRMR=.05$, $CFI=.91$), modelin verilerle uyumlu ve kabul edilebilir olduğunu ortaya koymaktadır. Yapısal modelin birinci adımı için kurulan bu öncü modelin, uyum iyiliği değerlerinin yeterli olması sebebiyle herhangi bir modifikasyon işlemine gerek duyulmamıştır. Bu durumda H₁ hipotezi kabul edilmiştir.

2. Adım

H₂: Belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik zihinlilik değişkenleri negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkilidir.

H₂ hipotezinin sınanması için belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik zihinlilik gizil değişkenleri arasındaki yol incelenmiş ve ulaşılan sonuçlar Şekil 3'te sunulmuştur.

Şekil 3. H₂ hipotezinin sınanması

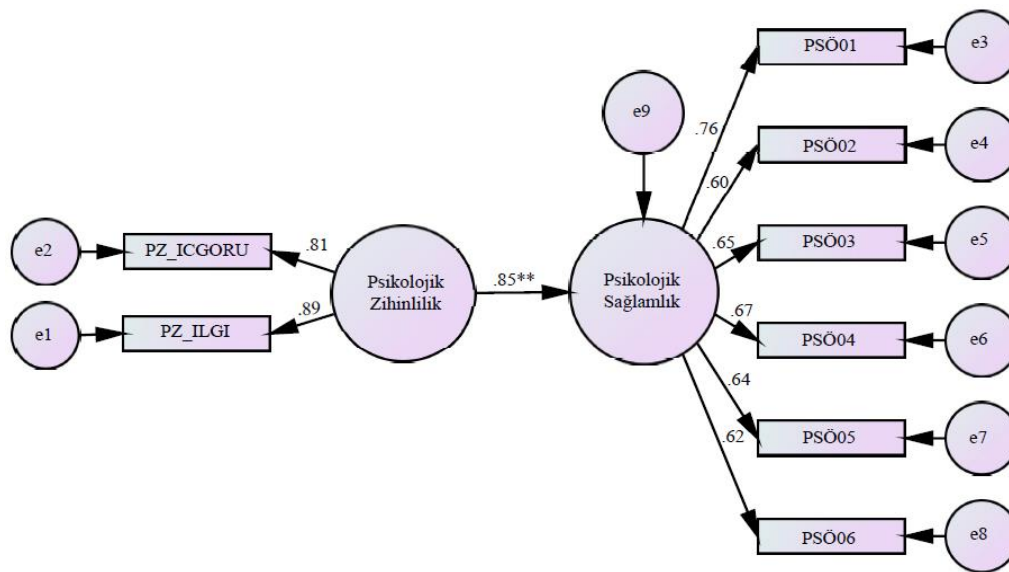
Şekil 3'te görüldüğü üzere yapısal modelin ikinci adımı olan H₂ (Belirsizliğe Tahammülsüzlük → Psikolojik Zihinlilik) hipotezini test etmek amacıyla bağımsız değişken olan belirsizliğe tahammülsüzlüğün dışsal, aracı değişken olan psikolojik zihinliliğin ise içsel değişkenler olduğu örtük değişkenli yapısal model test edilmiştir. YEM sonuçlarına göre belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik zihinlilik ($\beta=-.26$, $p<.01$) arasında negatif yönde anlamlı ilişkinin olduğu anlaşılmıştır. Ayrıca

yapısal modelin ikinci adımı için oluşturulan bu öncü modele ait uyum iyiliği değerlerinin alanyazında kabul edilen referans değerler aralığında yer alması ($\chi^2[n=318]=23.72$, $df=6$, $p=.00$, $\chi^2/df=3.95$, $RMSEA=.07$, $SRMR=.06$, $CFI=.90$), modelin verilerle uyumlu ve kabul edilebilir olduğunu ortaya koymaktadır. Yapısal modelin ikinci adımı için kurulan bu öncü modelin, uyum iyiliği değerlerinin yeterli olması sebebiyle herhangi bir modifikasyon işlemine gerek duyulmamıştır. Bu durumda H_2 hipotezi kabul edilmiştir.

3. Adım

H_3 : Psikolojik zihinlilik ile psikolojik sağlık değişkenleri pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişkilidir.

H_3 hipotezinin sınanması için psikolojik zihinlilik ile psikolojik sağlık gizil değişkenleri arasındaki yol incelenmiş ve ulaşılan sonuçlar Şekil 4'te sunulmuştur.



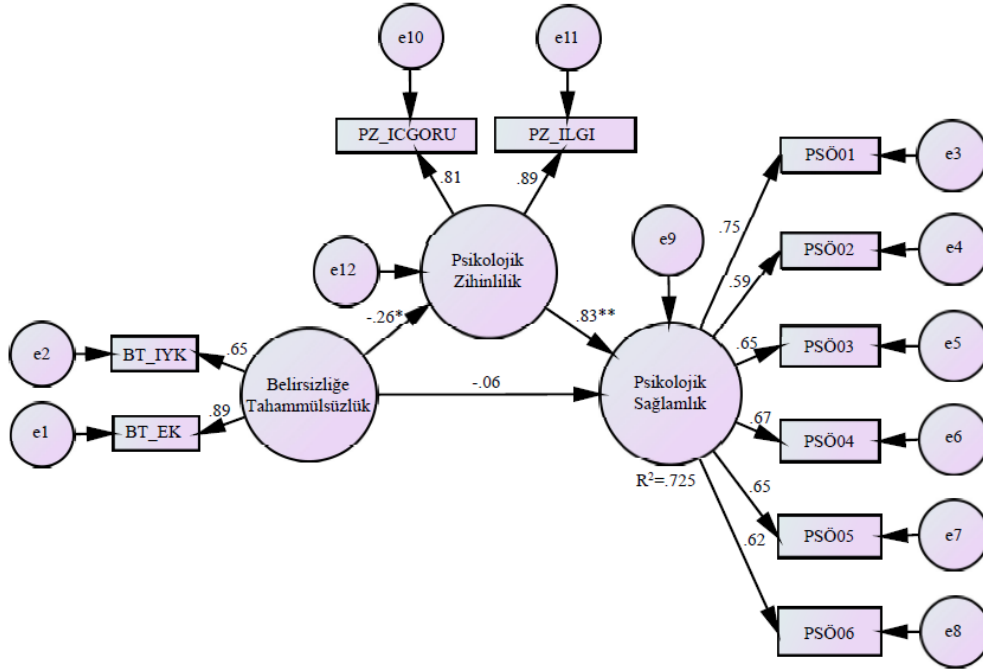
Şekil 4. H_3 hipotezinin sınanması

Şekil 4'te görüldüğü üzere yapısal modelin üçüncü adımı olan H_3 (Psikolojik Zihinlilik → Psikolojik Sağlık) hipotezini test etmek amacıyla aracı değişken olan psikolojik zihinliliğin dışsal, bağımlı değişken olan psikolojik sağlamlığın ise içsel değişkenler olduğu örtük değişkenli yapısal model test edilmiştir. YEM sonuçlarına göre psikolojik zihinlilik ile psikolojik sağlamlık ($\beta=.85$, $p<.01$) değişkenleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişkinin olduğu anlaşılmıştır. Ayrıca yapısal modelin üçüncü adımı için oluşturulan bu öncü modele ait uyum iyiliği değerlerinin alanyazında kabul edilen referans değerler aralığında yer alması ($\chi^2[n=318]=61.46$, $df=19$, $p=.00$, $\chi^2/df=3.23$, $RMSEA=.07$, $SRMR=.05$, $CFI=.93$), modelin verilerle uyumlu ve kabul edilebilir olduğunu ortaya koymaktadır. Yapısal modelin üçüncü adımı için kurulan bu öncü modelin, uyum iyiliği değerlerinin yeterli olması sebebiyle herhangi bir modifikasyon işlemine gerek duyulmamıştır. Bu durumda H_3 hipotezi kabul edilmiştir.

4. Adım

H4: Belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide psikolojik zihinlilik değişkeninin aracı rolü bulunmaktadır.

H4 hipotezinin sınanması için belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide psikolojik zihinlilik gizil değişkenleri arasındaki yol incelenmiş ve ulaşılan sonuçlar Şekil 5'te sunulmuştur.



Şekil 5. H4 hipotezinin sınanması

Şekil 5'te görüldüğü üzere yapısal modelin dördüncü adımı olan H4 (Belirsizliğe Tahammülsüzlük → Psikolojik Zihinlilik → Psikolojik Sağlamlık) hipotezini test etmek amacıyla bağımsız değişkenin belirsizliğe tahammülsüzlük, bağımlı değişkenin psikolojik sağlamlık ve aracı değişkenin psikolojik zihinlilik olduğu örtük değişkenli aracılı yapısal model test edilmiştir. YEM sonuçlarına göre aracı değişkenin modele dahil edilmesiyle belirsizliğe tahammülsüzlük değişkeninden psikolojik sağlamlık değişkenine giden yol, $-.30'$ dan $-.06'$ ya düşmüş ve anlamsızlaşmıştır ($\beta = -.06, p > .05$). Aracı değişkenin modelin içerisine dahil edilmesinin ardından bağımsız değişken ile bağımlı değişken arasındaki ilişki anlamsızlaştığı için psikolojik zihinlilik değişkeninin yapısal modelde tam aracı rol üstlendiği söylenebilir (Baron ve Kenny, 1986). Yapısal modelin dördüncü adımına ilişkin yol katsayılarının anlamlılık değerleri ile toplam regresyon katsayısı ise Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5. Yapısal modelin dördüncü adımı için yol katsayısı, t , R^2 ve anlamlılık değerleri

Yordayan	Yordanan	β	t	p	R^2
Belirsizliğe Tahammülsüzlük	→ Psikolojik Sağlamlık	-.06	-1.38	.17	.72
Psikolojik Zihinlilik	→ Psikolojik Sağlamlık	.83	11.82**	.00	

* $p < .05$, ** $p < .01$

Tablo 5 incelendiğinde belirsizliğe tahammülsüzlük ve psikolojik zihinlilik puanlarının hep birlikte psikolojik sağlamlık puanlarındaki toplam varyansın %72.50'lik kısmını açıkladığı görülmektedir ($R^2=.72$, $p<.01$). Bu bağlamda kurgulanan modeldeki tüm değişkenlerin psikolojik sağlamlık üzerinde büyük düzeyde bir etki değerine ($.26<R^2$) sahip olduğu söylenebilir (Cohen, 1988). Yapısal model sonucunda ulaşılan uyum iyiliği değerlerinin alanyazında kabul edilen referans değerler aralığında yer alması ($\chi^2[n=318]=155.42$, $df=32$, $p=.00$, $\chi^2/df=4.86$, $RMSEA=.08$, $SRMR=.07$, $CFI=.90$), modelin verilerle uyumlu ve kabul edilebilir olduğunu ortaya koymaktadır. Modelin uyum iyiliği değerlerinin yeterli olması sebebiyle herhangi bir modifikasyon işlemine gerek duyulmamıştır. Bu durumda H_4 hipotezi kabul edilmiştir.

Belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik sağlamlık değişkenleri arasındaki ilişkide psikolojik zihinlilik değişkeninin aracılık etkisinin anlamlı olup olmadığına ek kanıt elde etmek için Bootstrap yöntemi kullanılmıştır. Bootstrap analizinde 5000 yeniden örneklem seçeneği tercih edilmiştir. Bootstrap tekniğinin kullanıldığı bir aracılık etki analizinde, analiz sonucunda elde edilen %95 güven aralığındaki (GA) değerlerin, araştırmanın H_4 hipotezini destekleyebilmesi için sıfır (0) değerini içermemesi gerekir (Gürbüz, 2019). Yapılan Bootstrap analiziyle Bootstrap katsayısı ve %95 güven aralıkları alt ve üst sınırları hesaplanmış ve ulaşılan sonuçlar Tablo 6'da sunulmuştur.

Tablo 6. Yapısal modele ait bootstrap analiz sonuçları

Dolaylı Etki		Yapısal Model		Bootstrap Analizi		
Bağımsız Değişken	→	Aracı Değişken	→	Bağımlı Değişken	Katsayı	%95 GA
					Alt Sınır	Üst Sınır
Belirsizliğe Tahammülsüzlük	→	Psikolojik Zihinlilik	→	Psikolojik Sağlamlık	-.22	-.31 - .12

** $p<.01$

Tablo 6'daki Bootstrap sonuçları, belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik sağlamlık değişkenleri arasındaki ilişkide psikolojik zihinlilik değişkeninin aracılık etkisinin anlamlı olduğunu bir kez daha kanıtlamıştır ($\beta=-.22$, %95 GA [-.31, -.12]); çünkü yüzdeler yöntemiyle elde edilen Bootstrap alt ve üst güven aralığı değerleri, sıfır değerlerini kapsamamaktadır.

Sonuç ve Tartışma

Tüm insanlar hayatlarında olumlu ve olumsuz izler bırakan deneyimler yaşarlar. Bu deneyimler, gelişim sırasında doğal olarak kabul edilen zorlanmalardan, bireylerin sahip oldukları özelliklerinden veya içinde yaşadıkları koşullardan kaynaklanabilir. Psikolojik danışma, hem olumsuz deneyimlerle başa çıkmak hem de olumlu yaşam deneyimleri için zemin hazırlamak adına başvurulabilecek etkili yardım alma yollarından biridir. Bu sürece yön veren psikolojik danışmanlar, danışanların sahip oldukları yaşam becerilerini güçlendirmelerini destekleyen ve karşılaştıkları problemlerde daha işlevsel düşünceler ve davranışlar geliştirmeyi öğrenmelerine yardımcı olan

profesyonellerdir. Psikolojik danışmanların özellik ve yetenekleri, psikolojik danışma sürecine ne kadar katkıda bulunabileceklerini doğal olarak etkileyecektir (Seçim, 2020). 1950'lerden beri etkili psikolojik danışmanların hangi özelliklere sahip olduklarıyla ilgili çalışmalar dikkat çekmektedir (Rowe, Murphy ve De Csipkes, 1975; Yılmaz ve Ergene, 2022). Psikolojik danışmanın sahip olması gereken özellikler üzerine yapılan çok sayıda araştırma, psikolojik danışma sürecinin başarısının danışmanın özellikleriyle ilişkili olduğunu ileri sürmektedir (Mete-Otlu, İkiz ve Asıcı, 2016). Psikolojik danışmanların danışma sürecini başarıyla sürdürebilmeleri için psikolojik sağlık özelliğini taşımaları gerektiği ifade edilmiştir (Ward, 2003). Psikolojik sağlık gibi bireylerin güçlü yönlerine odaklanan ve giderek artan araştırmalar, psikoloji alanında büyük bir değişimin yaşandığına işaret etmektedir. Postmodernizmle beraber psikoloji ve psikolojik danışmanlık alanlarında yapılan çalışmalarda, bireyin sahip olduğu zayıf yönlerini incelemekten çok güçlü yönlerini ortaya çıkaran olumlu bir bakış açısının hâkim olmaya başladığı görülmektedir (Kararımak, 2006). Bu bağlamda bireylerin işlevsellikleri üzerinde olumsuz etkileri olduğu bilinen belirsizliğe tahammülsüzlüğün, psikolojik danışmanların psikolojik sağlıkları üzerindeki yıkıcı etkisini azaltabilecek koruyucu faktörlerin aranması önemli bir ihtiyaç olarak yorumlanabilir. Nitekim az sayıda da olsa araştırmacı, belirsizlik yaşayan psikolojik danışmanlar üzerine araştırmalar yaparak (Boyacı, 2018), bu sorunsal bilimsel düzleme taşımışlardır. Planlanan bu araştırma ise daha önceki çalışmalardan farklı olarak, psikolojik danışmanların belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin psikolojik sağlıklarına olan etkisinde, ulusal alanyazınımızda çok az çalışılan bir değişken olan psikolojik zihinliliğin aracılık etkisini ortaya koymuştur.

Araştırmanın birinci bulgusunda, belirsizliğe tahammülsüzlüğün psikolojik sağlığı olumsuz etkilediği tespit edilmiştir. Bir diğer deyişle belirsizliğe tahammülsüzlük yaşayan psikolojik danışmanların, psikolojik sağlıklarının buna bağlı olarak zarar gördüğü anlaşılmıştır. Bu bağlamda psikolojik danışmanların belirsiz durumlar karşısında tahammülsüzlük göstermelerinin, psikolojik sağlıkları üzerinde belirleyici bir etken olduğu söylenebilir. Günlük hayatta belirsizlik, bir risk faktörünün ne zaman ortaya çıkacağı tehdidini ifade eder. Kişisel kaygının artması, bireyin sürecin belirsizliğini aşmasını zorlaştırabilecek psikolojik sorunlar yaratabilir (Rettie ve Daniels, 2021). Çeşitli örneklem üzerinde yapılan çalışmalar incelendiğinde, mevcut araştırmanın bulgularıyla paralel olarak, bireylerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri ile psikolojik sağlık düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı ilişkilerin bulunduğu anlaşılmaktadır (Aydın ve Ersoy-Özcan, 2021; Joshi, Kate, Shitole, Kashikar ve Date, 2020; Kasapoğlu, 2020; Lee, 2019; Parlak ve diğerleri., 2022; Saatçı, 2020). Ayrıca farklı örneklem gruplarıyla yapılan bazı çalışmalarda, COVID-19 pandemisi sırasında belirsizliğe tahammülsüzlüğün bireylerin psikolojik sağlıklarını azalttığı tespit edilmiştir (Di Blasi ve diğerleri., 2021; Karataş ve Tagay, 2021). Bu sonuçlar, psikolojik açıdan sağlam olan bireylerin, belirsizliğin olumsuz etkilerini daha etkili bir şekilde tolere etme eğiliminde oldukları düşünceleriyle paraleldir (Lee, 2019). Değişkenler arasındaki karşılıklı etkileşim düşünüldüğünde belirsizliğe

tahammülsüzlüğün azaltılmasında psikolojik sağlamlığın bir alternatif olarak kullanılabilmesi söylenebilir (Sarıçam, Devenci ve Ahmetoğlu, 2020). Psikolojik sağlamlık düzeyleri yüksek olan bireylerin gelecekte meydana gelebilecek beklenmedik olaylarla baş etme yetenekleri daha yüksektir (Tompkins ve Adger, 2004). Örneğin pandemi sürecindeki belirsizlik, bireyler üzerinde endişe yaratmıştır (Karataş ve Tagay, 2021). Bireyler bu tür endişe verici belirsiz bir durum karşısında farklı tepkiler göstermişlerdir. Bazı bireyler, bu tarz belirsiz durumlara kolaylıkla çözüm bularak yaşamlarına devam edebilmişlerdir. Özellikle psikolojik sağlamlık düzeyi yüksek olan bireylerin, yoğun tehditler karşısında ve kriz durumlarında, yaşamlarını diğer insanlara kıyasla nispeten daha kolay sürdürebildikleri görülmektedir (Parlak ve diğerleri., 2022). Bu sonuçlara göre psikolojik sağlamlığı güçlü olan bireylerin, beklenmeyen olaylar karşısında duygu, düşünce veya davranış olarak başa çıkmada daha başarılı olacakları öngörülebilir (Kasapoğlu, 2020). Benzer bir yaklaşımla Kim (2016), psikolojik sağlamlığı yüksek olan üniversite öğrencilerinin daha yüksek uyum yeteneklerine sahip olduğunu tespit etmiş ve psikolojik sağlamlığın olumlu eğilim bileşeninin, gelecekteki belirsizlikleri kontrol etme becerisini olumlu yönde etkilediğini saptamıştır. Bu noktada belirsizliğe tahammülsüzlüğün, psikolojik danışmanların psikolojik sağlamlıkları üzerindeki olumsuz etkisini tamponlayabilecek koruyucu bir faktör olarak psikolojik zihinlilik işe koşulabilir.

Araştırmanın ikinci bulgusu ise psikolojik danışmanların belirsizliğe tahammülsüzlüklerinin, psikolojik zihinlilik değişkeniyle negatif yönde anlamlı ilişki içinde olduğudur. Psikolojik süreçler belirsizdir, çünkü doğrudan gözlemlenemezler ve çıkarım gerektirirler. Bu tür süreçlerle ilgilenen bireylerin, kendi içlerindeki ve danışma sürecindeki belirsizliğe tahammül edebilmesi gerekir. Nitekim alanyazında yüksek psikolojik zihinliliğe sahip danışanların, psikolojik danışma sürecinden daha fazla fayda görmesinin bir sebebinin de belirsizliğe olan toleransları olduğu belirtilmiştir (Beitel ve diğerleri., 2004). Diğer yandan yüksek psikolojik zihinliliğin, psikolojik danışmanların danışma sürecindeki verimlerini artırdığı bilinmektedir (Daw ve Joseph, 2010). Ayrıca Beitel ve diğerleri (2004) psikolojik zihinliliğin, belirsizlik tolerans ve içsel kontrol odağıyla karakterize olup, esnek bir bilişsel yapı olduğunu ifade etmişlerdir.

Araştırmanın üçüncü bulgusu, psikolojik zihinliliğin psikolojik danışmanların psikolojik sağlamlıklarını pozitif yönde etkilediğidir. Bir diğer deyişle psikolojik zihinlilik düzeyleri arttıkça psikolojik danışmanların sahip olduğu psikolojik sağlamlık da artmaktadır. Bu bulgu psikolojik zihinliliği, deneyime açıklık, dışa dönüklük ve akranlara bağlılık gibi uyum sağlayıcı niteliklerle ilişkilendiren alanyazındaki diğer yetişkin araştırmalarıyla tutarlıdır (Beitel ve Cecero, 2003). Örneğin koruyucu-dengeleyici bir psikolojik sağlamlık modeline göre psikolojik zihinlilik, çocukken kötü muamele görmesinin etkilerini sinerjistik olarak etkisiz hale getirebilir ve tamponlayabilir. Ayrıca bağlanma teorisi, kişinin psikolojik zihinlilik yardımıyla kendisinin ve başkalarının zihinsel durumları üzerine düşünmesinin, yüksek riskli ilişkilerde psikolojik sağlamlık sürecini nasıl kolaylaştırabileceğini anlamak için bir çerçeve sağlar. Bu bağlamda psikolojik zihinliliği, birçok yüksek riskli popülasyon

arasında koruyucu faktörlerin farklı bulgularını birbirine bağlayan bir ip olarak düşünebiliriz (Herwitz, 2003). Psikolojik zihinlilik, bireylerin destekleyici ilişkileri tanımlama, çekme ve sürdürme, problem çözmeye ve kişisel rollerinden doyum ve etkinlik deneyimleme süreçlerini kolaylaştırarak koruyucu bir faktör olarak da işlev görebilir (Rutter, 1983). Ek olarak, psikolojik zihinlilik, stresli kişiler arası ilişkilerindeki çatışmaları başarılı bir şekilde çözmeye de aktif rol oynayabilir (Kobak, Cole, Ferenz-Gillies, Fleming ve Gamble, 1993).

Buradan hareketle bu araştırmanın son bulgusunda, belirsizliğe tahammülsüzlüğün psikolojik danışmanların psikolojik sağlıklarına etkisinde psikolojik zihinliliğin aracılık ettiği ortaya konulmuştur. Psikolojik sağlamlığı yüksek olan kişiler, stresin olumsuz etkileriyle baş edebilmekte ve stresi azaltarak uyum sağlamaya devam etmektedirler (Wagnild ve Young, 1993). Bu bağlamda psikolojik sağlamlık stresle baş edebilme, olumsuz yaşam sonuçlarına karşı direnebilme ve yaşam boyu memnuniyeti sağlayabilme becerisi olarak değerlendirilebilir (Robbins, Kaye ve Catling, 2018). Bu bilgilerden yola çıkarak psikolojik sağlamlığı hayattaki zorlu süreçlerle baş etme ve uyumu sürdürme olarak ifade etmek son derece yerinde olacaktır (Ateş ve Sağar, 2022). Yapılan alanyazın incelemesi, bireylerin belirsizlikle karşı karşıya kaldıklarında, bu zihniyetten çıkmalarının veya geri dönmelerinin zor olduğunu göstermektedir. Bunun nedeni, görünürde somut bir çözümü olmayan ve her gün daha fazla sorunla karşı karşıya kalınması olabilir. Bu da devamında bireylerin hoşgörüsünü azaltmakta, bu tür belirsizlikler karşısında daha tahammülsüz hale gelmelerine ve işlevselliklerinde bozulmalara neden olmaktadır (Barahmand ve Haji, 2014; Joshi ve diğerleri., 2020). Nitekim yapılan çalışmalar belirsizliğe tahammülsüzlüğün, psikolojik sağlamlığın istatistiksel olarak anlamlı negatif bir yordayıcısı olduğunu ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün psikolojik sağlamlığı açıklamada önemli bir rol oynadığını göstermektedir (Duru ve diğerleri., 2022). Bu noktada ortaya çıkan psikolojik zihinlilik, psikolojik danışmanların belirsizliğe tahammülsüzlüklerinin psikolojik sağlıklarını üzerindeki yıkıcı etkilerini azaltabilecek önemli bir bilişsel beceri olarak kullanılabilir. Mevcut araştırmanın sonuçları, davranış değişikliğini kolaylaştıran böyle bir anlayışla, insanların nasıl ve neden böyle düşündüklerini, hissettiklerini ve davrandıklarını anlamak için bir üstbilişsel eylem olarak Grant'in (2001) psikolojik zihinlilik teorisini desteklemektedir. Conte ve Ratto'nun (1997) psikolojik zihinlilik kavramsallaştırması da benzer şekilde kişinin kendi duygularına ve diğer insanların düşüncelerine, duygularına, davranışlarına ve değişim kapasitesine ilişkin içgörüyü yol açan erişilebilirliği vurgulamaktadır.

Alanyazında belirsizliğe tahammülsüzlüğün psikolojik sağlamlığı olumsuz yönde etkilediğine ilişkin araştırma sonuçları mevcuttur (Şingir, Göktekin ve Ağyar, 2022; Tompkins ve Adger, 2004; Voursora, Makrygiorgos, Tsarpalis-Fragkoulidis ve Nega, 2022). Ancak hem yerli hem de yurt dışı alanyazınında, bu etkide aracı olması muhtemel değişkenlere yönelik yapılan bir araştırmaya rastlanılmamıştır. Yukarıda detaylı olarak açıklanan sebeplerden dolayı psikolojik danışmanların, belirsizliğe yönelik tahammülsüzlük yaşayarak mesleki yaşamlarının ve yaptıkları işin olumsuz yönde etkilenmesinin önüne geçmek için psikolojik zihinliliğin aracılık edebileceğini ortaya koymak, bu

araştırmanın özgün ve önemli bir açığı kapattığı şeklinde yorumlanabilir. Ayrıca bu çalışmanın, kavramsal belirsizliğinden dolayı psikolojik zihinlilik hakkında yapılan araştırmaların sayısının az olması nedeniyle kavramın stratejik önemine vurgu yapması bakımından da oldukça önemli olduğu ifade edilebilir.

Sınırlılık ve Öneriler

Her araştırmada olduğu gibi bu araştırmanın da bazı sınırlılıkları mevcuttur. Araştırmanın verileri, bir çevrimiçi form yardımıyla sosyal medya platformları üzerinden toplanmıştır. Bu sebepten dolayı internete erişimi olmayan veya sosyal medya kullanmayan psikolojik danışmanlara ulaşılamamıştır. Ayrıca veriler, psikolojik danışmanların kişisel inançlarını ve mevcut değişkenleri ölçmek için geliştirilmiş olan demografik bilgi formu ve üç farklı ölçek ile toplanan verilerle sınırlıdır. Dolayısıyla veriler, psikolojik danışmanların kişisel değerlendirmeleri sonucunda elde edilmiştir. Psikolojik danışmanların, ölçeklerde yer alan maddelerde işaretleyerek gösterdikleri tepkileri; öz-sayıgılarını korumak ve anlam arayışlarını zedelememek için gerçek yaşamdaki davranışlarıyla bağdaşmayabilir.

Araştırma sonuçlarına ve sınırlılıklarına dayalı olarak aşağıdaki önerilerde bulunulabilir;

Bu araştırmada, psikolojik danışmanların yaşadıkları belirsizliğe tahammülsüzlük karşısında psikolojik sağlamlıklarının zarar gördüğü ve bunu önleyebilmek için psikolojik zihinliliklerinin artırılmasından yararlanılabileceği tespit edilmiştir. Buradan hareketle Türkiye'deki kamu ve özel kurumlarda görev yapan psikolojik danışmanların, hem psikolojik sağlamlıklarının artırılması hem de belirsizliğe tahammülsüzlükleriyle etkili bir şekilde baş edebilmeleri için psikolojik zihinlilik düzeylerinin desteklenmesi gerektiği söylenebilir. Bu bağlamda içeriği bu doğrultuda düzenlenmiş, psikolojik zihinliliği artırmaya yardımcı olabilecek müdahale programları geliştirilebilir. Kamu veya özel kurumların yönetimleri ile Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği'nin planlamaları doğrultusunda bu programlar, psikolojik danışmanlara 12 ila 14 kişilik gruplar halinde 6 ila 8 oturum arasında uygulanabilir. Kalabalık gruplar için psikolojik zihinlilik üzerine seminerler planlanabilir, kısa sürede yüzeysel bilgiler verilerek konuyla ilgili farkındalık oluşturulabilir. Diğer yandan araştırmacılar, belirsizliğe tahammülsüzlüğün psikolojik danışmanların psikolojik sağlamlıkları üzerindeki yıkıcı etkilerini önleyebilecek diğer muhtemel aracı değişkenlerin (psikolojik esneklik, öz-şefkat vb.) saptanmasına yönelik çalışmalar yapmaya devam edebilirler. Ayrıca bu araştırmada Türkiye'deki kamu ve özel kurumlarda görev yapan, psikolojik danışmanlar hep birlikte incelenmiştir; bundan sonra planlanacak olan araştırmalarda aynı değişkenler, kamu (Millî Eğitim Bakanlığı, Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı vb.) ve özel (danışmanlık merkezi, özel öğretim kurumları vb.) kurumlarda görev yapan psikolojik danışmanlar üzerinde ayrı ayrı incelenip karşılaştırılabilir. Diğer yandan aynı değişkenler, psikolojik danışmanların çalışma alanlarına (okul danışmanlığı, rehabilitasyon

danışmanlığı, kariyer danışmanlığı vb.) göre de ayrı ayrı incelenebilir ve karşılaştırmalı sonuçlar elde edilebilir.



<http://kefad.ahievran.edu.tr>

Ahi Evran University Journal of Kırşehir Education Faculty

ISSN: 2147 - 1037

ENGLISH VERSION

Introduction

Psychological assistance aims to help individuals in healthily developing their personalities, adapt themselves or their environment to increase productivity and happiness, acquire new life skills, realize their full potential, and provide support during psychological crises (Söylev, 2015). There are many different professions that serve the field of psychological help in our country, and psychological counseling is one of these professions. Psychological counselors aim to create positive changes in their clients' cognitive, emotional, and behavioral aspects of their lives to improve their psychological health and quality of life (İkiz, 2010).

Psychological counselors may be classified according to their areas of practice, such as career counseling, rehabilitation counseling and school counseling. For example, psychological counselors working in schools affiliated with the Ministry of National Education and private educational institutions are referred to as school psychological counselors. School psychological counselors are often the first people with whom students share negative experiences and problematic situations. Students seek help from school psychological counselors in the face of problems and challenges related to personal-social, vocational, and educational guidance. In addition, consultation services include guidance and psychological counseling services for not only students but also teachers and parents (Tura and Doğan, 2020). School psychological counselors face significant challenges in providing guidance and psychological counseling services within this intense work tempo. These challenges may include misunderstandings and inappropriate expectations regarding guidance and psychological counseling services, the employment of insufficient numbers of school psychological counselors according to student numbers, the indifference of parents, student disinterest, legal regulations, and the overwhelming workload (Karataş and Şahin-Baltacı, 2013). In addition to the challenges encountered in implementing guidance services effectively and efficiently, school psychological counselors also encounter certain challenges in collaboration with management and personal rights. These include uncertainty regarding job titles, irregular working hours, and the imposition of tasks that are not compatible with the profession (Can, 2010; Hamamcı, Murat and Çoban, 2004). Korkut-Owen, Owen, and Ballestero (2009) have stated in their research that school administrators do not have sufficient

knowledge about guidance and psychological counseling and therefore have difficulty understanding the importance of this field. Unfortunately, counselors working in different institutions (in the public or private sector) may also be exposed to such professional challenges, which are exemplified by the problems experienced by school counselors. It is suggested that the resilience of psychological counselors should be supported so that they can cope with all stressful and negative situations they may encounter healthily and be successful both in their personal and business lives (Tura and Doğan, 2020). The fact that resilience is among the characteristics of effective psychological counselors (Seçim, 2020) also supports this idea.

Studies planned to reduce the impact of individuals' negative experiences have always been on the agenda in psychology. Resilience, which is expressed as staying strong in the face of negative experiences, has recently become a current and crucial issue that occupational groups (psychiatrists, psychologists, psychological counselors and social workers) working on mental health services (Karairmak, 2006). The concept of resilience, which was first used by Block (1950) in the early 1950s in the literature, is one of the critical concepts discussed within the framework of positive psychology (Tura and Doğan, 2020). The concept of resilience, based on the roots of the Latin word "resiliens," refers to the flexibility of a substance and its ability to return to its original state (Greene, 2002; Wagnild and Young, 1990). In Turkey, the term "resilience" is translated as "self-recovery power" (Çetinkaya and Sarıcı-Bulut, 2019; Terzi, 2006, 2008), "perseverance" (Nam and Akbay, 2020; Savi-Çakar, Karataş and Çakır, 2014), "psychologically resilient" (Yöndem, Tunç and Yandı, 2021), and "psychologically sound" (Doğan and Yavuz, 2020; Karairmak and Siviş-Çetinkaya, 2011). The term "resilience (psychologically sound)" is preferred in this present study.

The foundation of psychological well-being is resilience, which is defined as the ability of individuals to return to their previous abilities and behaviors before experiencing stressful events (Garmezy, 1993; Stewart, Reid and Mangham, 1997). Psychological well-being, which is considered a personality trait in the literature (Jacelon, 1997), is defined as a dynamic concept that emerges as a result of the interaction between risk and protective factors, and it is stated that this dynamic structure changes the effect of negative life events on individuals (Rutter, 1985). In this context, psychological well-being can be described as mechanisms that protect individuals from psychological risks (Rutter, 1987). Individuals with high levels of psychological well-being display various behaviors to cope with stressful and difficult conditions, survive, and overcome them (Eminağaoğlu, 2006; Wagnild and Young, 1993). The findings suggest that individuals who are psychologically healthy will show fewer negative symptoms in the face of challenging life events and will have a high level of psychological well-being (Kaba and Keklik, 2016). It should not be forgotten that the psychological counselor's psychological balance and the ability to focus on their own issues without distracting from the psychological counseling process will help the psychological counseling process be more effective (Hackney and Cormier, 2008). Therefore, high levels of psychological well-being can be considered one

of the necessary qualities in ideal psychological counseling (Ünal, 2021). In this sense, it is significant for psychological counselors to identify variables that may damage their psychological well-being.

Obscurity and uncertainty in life have been one of the research topics of philosophers and behavioral scientists for many years. The unpredictability of the future naturally brings with it uncertainty (Korkut-Owen, 2021). Uncertainty is defined as insufficient information to understand a situation or a lack of information that can solve a situation (Rosen, Knäuper and Sammut, 2007). Intolerance of uncertainty refers to the tendency of an individual to interpret an uncertain situation as a threat or a source of discomfort (Carleton, 2012; Majid and Pragasam, 1997; Stanley-Budner, 1962). Individuals who do not tolerate uncertainty find uncertainty stressful and frustrating, believing that uncertainty is negative and should be avoided (Karataş and Tagay, 2021). However, unfortunately, life is full of uncertainties that may arise at any time. Therefore, people who cannot tolerate uncertainty can easily find many reasons to worry and mostly focus on this worry and anxiety. In addition, they have difficulties in making decisions and finding solutions to get rid of the uncertainty in question (Dugas, Buhr and Ladouceur, 2004). These individuals experience an intense perception of threat, see uncertain situations in life as intolerable and challenging, and may experience various psychological disorders (Carleton et al., 2012). Unexpected events are a critical risk factor for resilience (Weick and Sutcliffe, 2011). Psychologically healthy individuals are resistant to stressful events and regard them as opportunities to demonstrate their abilities rather than threats (Hisli-Şahin, 1998). The high resilience of individuals helps reduce their intolerance against uncertainty (Bozdağ, 2020). Taken together, resilience represents a protective factor against stress, while intolerance to uncertainty reflects vulnerability to stress. Therefore, it is assumed that there should be a negative relationship between intolerance of uncertainty and resilience. Research on this topic is relatively scant, but current studies support the proposed negative association. In studies conducted with different sample groups, it has been determined that intolerance to uncertainty reduces resilience (Di Blasi et al., 2021; Duru, Gunal, Agaoglu and Tatlı, 2022; Karataş and Tagay, 2021). Similarly, as resilience increases, the level of intolerance of uncertainty experienced by individuals also decreases. It is suggested that individuals with high resilience may tolerate uncertainty at a higher level and may decrease their hostile feelings and actions (Parlak, Tunç, Eryiğit and Uluman, 2022). It is possible to say that there is a negative interaction between resilience and intolerance to uncertainty. Uncertainties in job descriptions and the boundaries of the profession (Boyacı, 2018) may cause psychological counselors to experience intolerance towards uncertainty. Therefore, the need to identify possible mediating variables that can break the effect of intolerance of uncertainty experienced by psychological counselors on their resilience has emerged. The literature review for this need has led the authors of this study to the concept of psychological mindedness.

The concept of "psychological mindedness," which has emerged as a feature of individuals in recent years, comes to the fore in studies conducted in both national (Denizli, Meydan and Pamukçu,

2022; Denizli, Pamukçu and Meydan, 2016; Pamukçu and Meydan, 2019; Uzun, Tagay and Karataş, 2020) and international literature (Conte, Ratto and Karasu, 1996; Grant, 2001; McCallum, Piper, Ogrodniczuk and Joyce, 2003; Nyklíček and Denollet, 2009; Nyklíček, Majoor and Schalken, 2010). The concept of "psychological mindedness," which has emerged as a feature of individuals in recent years, comes to the fore in studies conducted in both national and international literature. The literature shows that the first studies on the subject discussed and used psychological mentality in the same context as concepts, such as self-focus, self-consciousness, introspection, self-observation, insight, and self-awareness (McCallum and Piper, 1996). The concept of psychological mindedness has been defined as a different and new psychological concept, which has moved away from the psychoanalytic point of view in recent studies. With this new perspective, the concept of psychological mindedness has moved away from being expressed as a psychoanalytic concept and has begun to be considered a cognitive process (Beitel, Ferrer and Cecero, 2004). Conte et al. (1996) expressed the concept of psychological mindfulness as having the interest and ability to understand both one's own and another's behavior and motivation. In this respect, psychological mindfulness is a concept that is related to individuals' self-observation, and it also has a structure that allows other people to make sense of their behaviors. Grant (2001) evaluated the concept of psychological mindfulness, which he defined from a cognitive perspective, as metacognition. According to Grant, psychological mindfulness is a mental and emotional tendency for an individual to question why and how others behave, think and feel the way they do. Boylan (2006), on the other hand, defined the concept of psychological mindfulness as the ability of an individual to make sense of their emotions, to be open to new ideas, to be willing to understand other people, and also to deal with the underlying causes of one's own and other people's behaviors. Beitel et al. (2004) stated that individuals with a high psychological mindedness are goal-oriented, have a flexible profile, and tend to think realistically. Therefore, it can be said that the high psychological mindedness of individuals positively predicts psychological health.

The concept of psychological mindedness is particularly relevant to the field of counseling due to its protective nature, as it is thought to indicate the potential for clients to derive maximum benefit from psychotherapy (Abramowitz and Abramowitz, 1974; Appelbaum, 1973; Conte et al., 1990; Conte et al., 1996; Conte, Buckley, Picard and Karasu, 1995; Hall, 1992). As a protective factor, mentality can be considered a catalyst that increases the effectiveness of simultaneous processes that facilitate individuals' resilience (Herwitz, 2003). Similarly, there are other studies in the literature that consider mentality as a skill that can help facilitate resilience and other forms of development (Holstein, 2006). Studies show that mentality in itself does not account for resilience, but it is likely to contribute to psychological health at a high level (Herwitz, 2003). Therefore, psychological mindedness can be a variable that can be used to support the resilience of psychological counselors.

Change is today one of the most prominent concepts in scientific studies, everyday life, and conversations. The 21st century, in which changes are experienced in almost all areas, has brought an

uncertain process in which unforeseen situations have arisen (Çelik and Üstüner, 2018). Beitel et al. (2004) found a significant relationship between psychological mindedness, which is associated with a cognitive profile that includes realistic thinking, flexibility, and personal agency dispositions, and tolerance for ambiguity. They also suggested that as a potentially protective factor against intolerance of uncertainty, a construct of psychological mindfulness could be used that could enable individuals to integrate multiple pieces of information to generate insight into their current concerns and situations. In this sense, it can be said that there are significant relationships between psychological mindedness, which is defined by the abilities of self-observation, insight, tolerance in the face of uncertain situations, openness to experience, relating to others, and internal locus of control, and resilience and intolerance to uncertainty. The positive contribution of psychological mindfulness to clients' continuation of the counseling process (McCallum, Piper and Joyce, 1992; Reis and Brown, 1999) and its significant relationship with successful psychotherapy outcomes, manifested as a reduction in psychiatric symptoms (Conte et al., 1990, 1996; McCallum et al., 2003; Piper, Joyce, Azim and Rosie, 1994) have been proven by many previous studies. In addition, it has been stated that psychological mindfulness is also related to autonomous functionality, ego strength and identity integrity. It contributes to the psychological health of individuals in these respects, not only in clinical samples taken into psychotherapy, but also in healthy individuals (Conte et al., 1995; McCallum and Piper, 1990; Taylor, Bagby and Parker, 1989). These findings suggest that psychological mindfulness can be used as an important resource in increasing the resilience of the counselor sample consisting of healthy individuals and reducing their intolerance to uncertainty. The relevant literature shows that despite a promising amount of evidence suggesting a potential protective function of psychological mindedness, to our knowledge, this role has not yet been evaluated in the context of the relationship between intolerance of uncertainty and resilience.

Resilience is a very critical concept for individuals who encounter challenging life events and for occupations that are based on professionalism in their occupational roles and behaviors (Harrawood, Doughty and Wilde, 2011). Psychological counselors, who aim to improve the well-being of their clients, are exposed to the devastating effects of their traumas and of the problems they encounter in various issues during the counseling process (Zara and İçöz, 2015). The influence of some characteristics of psychological counselors on their ability to successfully carry out their work is undeniable (Dollerhide and Saginak, 2003). The ability of psychological counselors to cope with the challenges they encounter is highly related to their resilience (Ünal, 2021). Studies reveal that mental health workers experience higher levels of psychological discomfort than the general population (White and Franzoni, 1990), and students who received professional training in psychological counseling experience more common psychological and emotional problems than the general population (Dayal, 2013; White and Franzoni, 1990). Aydın and Egemberdiyeva (2018) found out that the resilience scores of the students in the guidance and psychological counseling department were significantly lower than

the students in other departments. Recently, researchers have moved away from looking for a single risk factor that causes devastating results and instead focused on the interaction of multiple risk factors and which protective factors can increase the resilience of individuals (Karairmak, 2006). Based on this idea, determining the variables that harm and support resilience as an important feature that protects and supports psychological counselors in the face of challenging life events have been the main starting point of this research.

Based on the theories and findings described above, this research aims to examine the mediating effect of psychological mindfulness on the effect of intolerance of uncertainty on the resilience of counselors. Here, the hypotheses formed by considering Baron and Kenny's (1986) suggestions for testing mediated structural models are as follows:

H₁: Intolerance of uncertainty and resilience variables are negatively and significantly related.

H₂: Intolerance of uncertainty and psychological mindedness variables are negatively and significantly related.

H₃: Psychological mindedness and resilience variables are positively and significantly correlated.

H₄: Psychological mindfulness variable has a mediating role in the relationship between intolerance of uncertainty and resilience.

Method

Research Design

The relational survey model, a quantitative research method, is a research model designed to determine whether there is a change between two or more variables and to what extent this change occurs (Karasar, 2012). In studies in which the relational research model is used, all variables are analyzed from a holistic perspective. Therefore, in this study, an implicit variable-mediated structural model application, which is one of the analysis types based on statistical estimation techniques and SEM (Structural Equation Model), was preferred to determine the direct and indirect effects of other variables in the model created on the basis of theoretical foundations on any variable (Gürbüz, 2019).

Participants

The participants consisted of 318 psychological counselors working in public and private institutions in Turkey. 67.90% (n=216) of the participants were female and 32.10% (n=102) were male. The mean age of the study group was 31.13. 60.10% (n=191) of the participants work in public institutions (Ministry of National Education, Ministry of Family, Labor and Social Services, Family and Child Courts, Probation Branches, Prisons, Turkish Armed Forces, General Directorate of Security, Directorate of Religious Affairs), and 39.90% (n=127) work in other private education institutions (e.g.,

counseling centers and private education institutions). Convenience sampling, a non-random sampling method, was preferred in the formation of the study group. The convenient sampling method is for researchers to form study groups starting from the most accessible participants until they reach the sample size they need (Büyüköztürk, Kılıç-Çakmak, Akgün, Karadeniz and Demirel, 2016).

Data Collection Tools

To collect the data for this study, demographic information form, including personal information for psychological counselors, Brief Resilience Scale (BRS), Intolerance of Uncertainty Scale (IUS-12) and Psychological Mindfulness Scale (PMS), were used. Permission to use all the tools used was obtained from the intellectual property owners using e-mail.

Demographic information form: To obtain the personal information of the psychological counselors in the study group, the researchers created a demographic information form that asked for participants' gender, age and the type of institution they worked for.

Brief Resilience Scale (BRS): BRS was developed by Smith et al. (2008). The scale was adapted to Turkish culture by Doğan (2015). The scale, which consists of six items in total, is a 5-point Likert-type measurement tool. The scoring of the items in the scale ranges from "[1] Not at all appropriate" to "[5] Completely appropriate". Items 2, 4 and 6 are scored in reverse. The score that can be obtained from the scale varies from 6 to 30. It is accepted that the higher the score obtained from the scale, the higher the level of resilience of the individual. The scale, which explains 54.66% of the total variance, is one-dimensional. The internal consistency coefficient of BRS is .83 (Doğan, 2015).

Before the present study, the validity and reliability of the BRS were examined. CFA (Confirmatory Factor Analysis) was performed to check the construct validity of the scale. It was understood that the model-data fit of the BRS was within the range of acceptable reference values ($\chi^2[n=318]=32.24$, $df=9$, $p=.00$, $\chi^2/df=3.58$, $RMSEA=.06$, $SRMR=.04$, $CFI=.92$). To determine the reliability of the scale, the Cronbach's Alpha internal consistency coefficient was calculated. The internal consistency coefficient for the scale was .84. As a result of these examinations, it was seen that the values reached for the BRS were in accordance with the validity (Kline, 2015) and reliability (Büyüköztürk, 2014) reference range specified in the literature and could be used within the scope of this study.

Intolerance of Uncertainty Scale (IUS-12): Developed by Carleton, Norton and Asmundson (2007), IUS-12 was adapted to Turkish Culture by Sariçam, Erguvan, Akin and Akça (2014). The scale, which consists of 12 items in total, is a 5-point Likert-type measurement tool. The scoring of the items in the scale ranges from "[1] Not suitable for me at all" to "[5] Completely suitable for me." The IUS-12 consists of two sub-dimensions: "prospective anxiety" (1st, 2nd, 3rd, 4th, 5th, 6th and 7th items) and "inhibitory anxiety" (8th, 9th, 10th, 11th and 12th items). A total intolerance of uncertainty score can also be obtained from the scale. There is no reverse-scored item in the scale. The total score that can be obtained from the IUS-12 ranges from 12 to 60. The higher the score obtained from the scale, the higher the individual's

intolerance to uncertainty. The general internal consistency coefficient of IUS-12, which explains 78.57% of the total variance, is .88 (Sarıçam et al., 2014).

Before starting the present study, the validity and reliability of the IUS-12 were checked. CFA was performed to check the construct validity of the scale. It was understood that the model-data fit of the IUS-12 was within the acceptable reference values ($\chi^2[n=318]=213.35$, $df=54$, $p=.00$, $\chi^2/df=3.95$, $RMSEA=.07$, $SRMR=.07$, $CFI=.91$). To determine the reliability of the scale, the Cronbach's Alpha internal consistency coefficient was calculated. The internal consistency coefficient for the scale was .90. As a result of these examinations, it was seen that the values reached for the IUS-12 were in accordance with the validity (Kline, 2015) and reliability (Büyüköztürk, 2014) reference range specified in the literature and could be used within the scope of this study.

Psychological Mindfulness Scale (PMS): PMS was developed by Nyklíček and Denollet (2009) (Balanced Index of Psychological Mindedness). The scale was adapted to Turkish Culture with a study by Denizli et al. (2022). The scale, which consists of 14 items in total, is a 5-point Likert-type measurement tool. The scoring of the items in the scale ranges from "[0] Not at all appropriate" to "[4] Very appropriate." PMS consists of two sub-dimensions: "insight" (1st, 3rd, 4th, 6th, 9th, 10th and 12th items) and "interest" (2nd, 5th, 7th, 8th, 11th, 13th and 14th items). The scale also gives a total psychological mindedness score. The scores that can be obtained from the sub-dimensions of the scale range from 0 to 28, while the total scores that can be obtained from the scale range from 0 to 54. An increase in the score obtained from the scale indicates that the level of psychological mindedness of the individual increases. Items 1, 3, 4, 6, 9, 10 and 12 of the scale are reverse scored. McDonald's Omega (ω) internal consistency coefficient of PMS is .85 (Denizli et al., 2022).

The validity and reliability of the PMS were checked before use. CFA was performed to check the construct validity of the scale and it was understood that the model-data fit of the PMS was within the range of acceptable reference values ($\chi^2[n=318]=277.38$, $df=74$, $p=.00$, $\chi^2/df=3.75$, $RMSEA=.07$, $SRMR=.06$, $CFI=.91$). To determine the reliability of the scale, the Cronbach's Alpha internal consistency coefficient was calculated. The internal consistency coefficient for the scale was .85. As a result of these examinations, it can be said that the values reached for PMS are in accordance with the validity (Kline, 2015) and reliability (Büyüköztürk, 2014) reference range specified in the literature and can be used within the scope of this study.

Data Collection

To collect the data, three different scales together with the demographic information form were converted into an online form with the help of the Google Forms application. Later, this online form was shared on social media platforms (Facebook, Instagram, Whatsapp and similar platforms) widely used by psychological counselors in Turkey. In the introduction part of the online form, necessary explanations were made about the content of the study and the scales. "I have read the description. I

understood the purpose of the study. I voluntarily agree to participate in this study.” The research process continued with the participants who declared that they accepted the statement online.

Data Analysis

SPSS 22.0 and AMOS 21.0 software package programs were used to analyse data obtained with the relevant measurement tools in the computer environment. The margin of error in data analysis was taken as .05. To perform statistical studies on the collected data, first of all, the data were transferred to the SPSS 22.0 program. Since the data were collected through an online form, it was understood that all values were within the expected possible range (range) and there was no missing data.

The prerequisites of SEM, such as sample size, extreme value analysis, multicollinearity problem and normality assumption, must be met before starting the fundamental analysis (Ullman, 2013). It is stated that between 250 and 500 observations are sufficient in SEM studies (Schumacker and Lomax, 2016). Therefore, it can be claimed that the study group of 332 people reached by the researchers met this condition. Univariate and multivariate outlier analyzes were performed to identify outliers in the data set. First, the Z test was performed for univariate outlier analysis. Since the size of the study group exceeds 100, a range of -4.00 to +4.00 is accepted for the Z score reference value (Mertler and Vannatta, 2016). Nine data sets outside the determined Z score reference range were excluded from this study. Secondly, multivariate outlier analysis was performed using the Mahalanobis distance coefficient test, and five data sets that were extreme values were also excluded from this study (Tabachnick and Fidell, 2013). Analyses were continued on 318 data sets that did not express extreme values.

Simple (pairwise) correlations between variables were examined to control for multicollinearity problems in the data set. The Pearson product-moment correlation coefficient analysis showed that the binary correlation values between all variables were lower than the reference value, which is accepted as .90 (Ullman, 2013). Therefore, it can be stated that there is no multicollinearity problem between the variables. Later in this study, it was checked whether the skewness and kurtosis coefficients met the normality assumptions. The skewness and kurtosis coefficients of each variable were between -1.00 and +1.00, which is accepted as the reference value range (Çokluk, Şekercioğlu and Büyüköztürk, 2014). Thus, the data set can be said to meet the normality assumption.

The analyses performed to determine whether the data set in this study was suitable for parametric statistical methods showed that the data set was suitable for implicit variable mediated structural model analysis, which is one of the SEM-based structural model types. The SEM analysis was carried out in two stages, measurement model and the structural model, as suggested by Kline (2015). Before starting the implicit variable mediated structural model analysis, first confirmatory factor analyzes were performed on the scales used and it was checked whether the measurement model was validated. The results of confirmatory factor analyzes for the scales used were given under the heading

of data collection tools in the method section. In this study, the Maximum Likelihood method is widely preferred for the standardization of models with multivariate normality, was used.

Whether the model tested in the SEM application is supported by the data collected as a whole is determined by examining the goodness of fit indices values produced as a result of the analysis (Meydan and Şeşen, 2015). Discussions on the goodness of fit indices values continue based on Monte-Carlo simulation studies on this subject. The results of Monte-Carlo studies and current studies suggest that if large samples ($n > 250$) are used in SEM studies conducted with ML (Maximum Likelihood) and GLS (Generalized Least Squares) calculation methods, χ^2 and its p -value, χ^2/df , RMSEA, SRMR and CFI goodness of fit indexes should be reported (Gürbüz, 2019). The fit indices used in the SEM analyses of this study and the acceptable thresholds of these indices are presented in Table 1.

Table 1. Goodness of fit index values used in the structural equation model

Fit Indices	Good Fit Values	Acceptable Values
χ^2 (CMIN)	$p > .05$ should be (insignificant)	
χ^2/df	< 3	$3 < (\chi^2/df) < 5$
RMSEA	$< .05$	$< .08$
SRMR	$< .05$	$< .08$
CFI	$> .95$	$> .90$

Reference: (Gürbüz and Şahin, 2018; Gürbüz, 2019; Meydan and Şeşen, 2015).

The Bootstrap (5000) test was also used to obtain additional evidence about whether mediation is significant in this study (Meydan and Şeşen, 2015). The Bootstrap method was preferred because it was claimed to provide more reliable results than the traditional method of Baron and Kenny (1986) and the Sobel test (Gürbüz, 2019).

Ethical Considerations

All the rules specified to be followed within the scope of the "Higher Education Institutions Scientific Research and Publication Ethics Directive" were followed in the present study. None of the actions specified under the title of "Actions Contrary to Scientific Research and Publication Ethics," which is the second part of the directive, were not carried out.

Ethics committee permission information: Name of the committee that made the ethical evaluation= Burdur Mehmet Akif Ersoy University Non-Invasive Clinical Research Ethics Committee

Date of ethical review decision= Meeting numbered 2022/09 held on 07/09/2022

Ethics assessment document issue number= GO 2022/860 decision number

Findings

Before presenting the results obtained from the latent variable mediated structural model of the research, in the preliminary analyses performed to determine whether the prerequisites of SEM were met, descriptive statistics of the research variables were calculated and the relations between the

variables were examined using the Pearson product-moment correlation analysis method. The descriptive statistics calculated for the variables of the study are given in Table 2.

Table 2. *Descriptive statistics on research variables*

Variables	Ranj	Min.	Max.	\bar{x}	ss	Skewness	Kurtosis
Resilience	15.00	15.00	30.00	23.26	2.70	-.35	.80
Intolerance of Uncertainty	48.00	12.00	60.00	35.99	9.32	-.17	.06
Psychological Mindedness	22.00	34.00	56.00	52.86	5.31	-.36	-.07

It is understood that the skewness and kurtosis coefficients in Table 2 and the skewness and kurtosis coefficients for each variable were between -1.00 and +1.00, which is considered the reference value (Çokluk et al., 2014). Thus, the findings suggest that all the variables within the scope of the research meet the normality assumption. The correlation coefficients showing the relationship between the variables are presented in Table 3.

Table 3. *Pearson product-moment correlation coefficient values regarding the variables of the study*

Variables	Resilience	Intolerance of Uncertainty	Psychological Mindedness
Resilience	1.00		
Intolerance of Uncertainty	-.24**	1.00	
Psychological Mindedness	.71**	-.22**	1.00

*p<.05, ** p<.01

Table 3 shows that the relationships between the variables of the study ranged from .22 to .71. To talk about the multicollinearity problem, the relationship between the variables should be greater than .90, which is accepted as the reference value (Ullman, 2013). In this case, it is seen that the planned model is not at a level to create a multi-connection problem.

The relationships between the observed variables of the study are very important in structural equation model analysis. For the planned model to be calculated and verified, there must be linear relationships between the observed variables (Sayın and Gelbal, 2016). Thus, it is necessary to analyze the measurement model related to the structural model of the research with the help of the variables that will be used in the analysis process before starting the analysis of the mediated structural model with the latent variable.

This research measured the characteristics of the participants using three different measurement tools. With the help of these measurement tools, all the paths between the latent and observed variables were analyzed in the measurement model, which revealed the relations of the measured variables with each other. Figure 1 shows the path diagram and standardized values for the measurement model of this research.

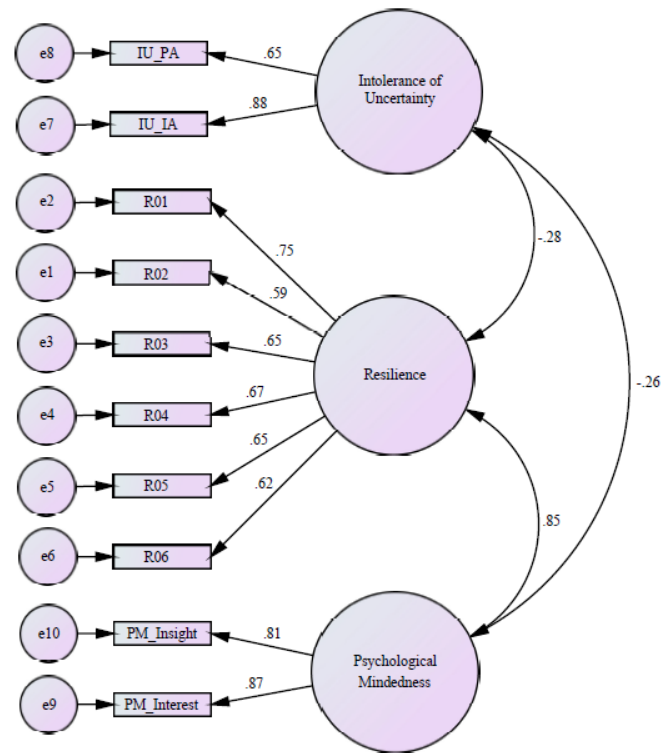


Figure 1. Measurement model

As seen in Figure 1, before the hypotheses and structural models of the research were analyzed, the measurement model, including all the variables to be included in the structural model was tested. Since the data in the research were normally distributed, the Maximum Likelihood calculation method was preferred and covariance matrices were created (Gürbüz and Şahin, 2018). Then, the measurement model formed by the variables of resilience, intolerance of uncertainty and psychological mindedness was tested. The goodness of fit index values ($\chi^2[n=318]=121.82$, $df=32$, $p=.00$, $\chi^2/df=3.81$, $RMSEA=.07$, $SRMR=.06$, $CFI=.91$) obtained as a result of the analysis revealed that the measurement model was confirmed. Since the goodness of fit values of the measurement model was sufficient, no modification was required.

After demonstrating that the goodness of fit values of the measurement model was sufficient, Baron and Kenny's (1986) suggestions were considered, and four steps were taken to test the structural model. In the first step, it was examined whether the independent variable (intolerance of uncertainty) directly predicted the dependent variable (resilience) without including the mediator variables in the model. In the second step, the relationship between the independent variable and the mediating variable (psychological mindedness) was examined. Then, in the third step, the relationship between the mediator variable and the dependent variable was analyzed. In the fourth and last step, the mediator variable was included in the model, and the effect of the independent variable on the dependent variable was examined again.

Step 1

H₁: Intolerance of uncertainty and resilience variables are negatively and significantly related.

To test the H₁ hypothesis, the path between intolerance to uncertainty and resilience latent variables was examined, and the results are presented in Figure 2.

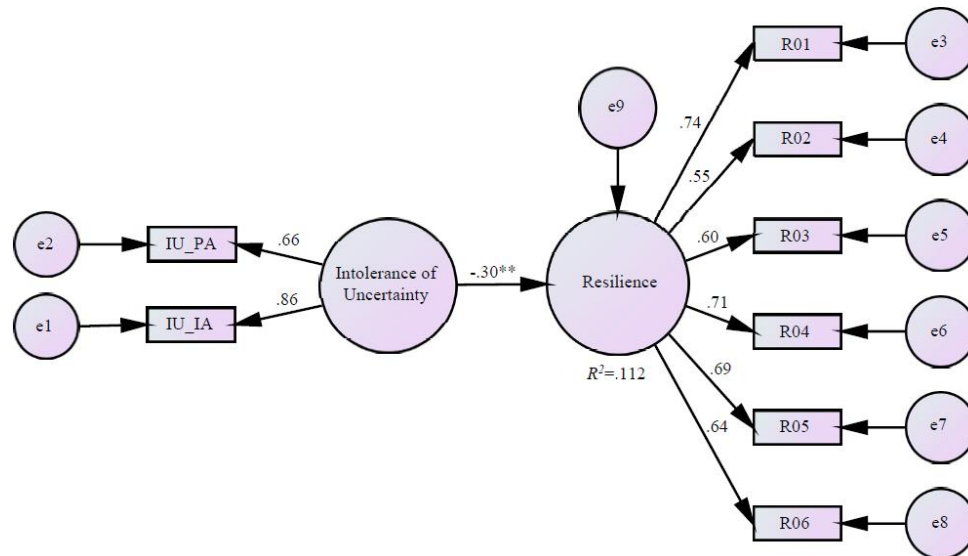


Figure 2. Testing the H₁ hypothesis

As seen in Figure 2, to test the H₁ hypothesis (Intolerance of Uncertainty → Resilience), which is the first step of the structural model, the implicit variable structural model was tested, in which the independent variable, intolerance to uncertainty, was the external variable, and resilience, the dependent variable, was the internal variable. The significance values of the path coefficient and the regression coefficient for the first step of the structural model are given in Table 4.

Table 4. Path coefficient, t , R^2 and significance values for the first step of the structural model

Predictor		Predicted	β	t	p	R^2
Intolerance of Uncertainty	→	Resilience	-.30	-3.33**	.00	.11

** $p < .01$

Table 4 shows that there is a significant negative correlation between intolerance of uncertainty and resilience ($\beta = -.30$, $p < .01$). The variable intolerance of uncertainty has a moderate ($-.70 < \beta < -.30$) direct effect on the resilience variable (Büyüköztürk, 2014). Table 4 also shows that the intolerance to uncertainty variable explains 11.20% of the total variance in the resilience variable ($R^2 = .11$, $p < .01$). Therefore, in this pioneering model, it can be said that intolerance to uncertainty has a small effect value ($.00 < R^2 < .13$) on resilience (Cohen, 1988). The fact that the goodness-of-fit values of this pioneering model, which was created for the first step of the structural model, are in the range of reference values accepted in the literature ($\chi^2[n=318]=78.74$, $df=19$, $p=.00$, $\chi^2/df=4.14$, $RMSEA=.07$, $SRMR=.05$, $CFI=.91$), reveals that the model is compatible and acceptable with the data. Since the goodness of fit values of this pioneering model, which was established for the first step of the structural model, were sufficient, no modification was required. Thus, hypothesis H₁ was accepted.

Step 2

H₂: Intolerance of uncertainty and psychological mindedness variables are negatively and significantly related.

To test the H₂ hypothesis, the path between intolerance of uncertainty and latent variables of psychological mindedness was examined, and the results are presented in Figure 3.

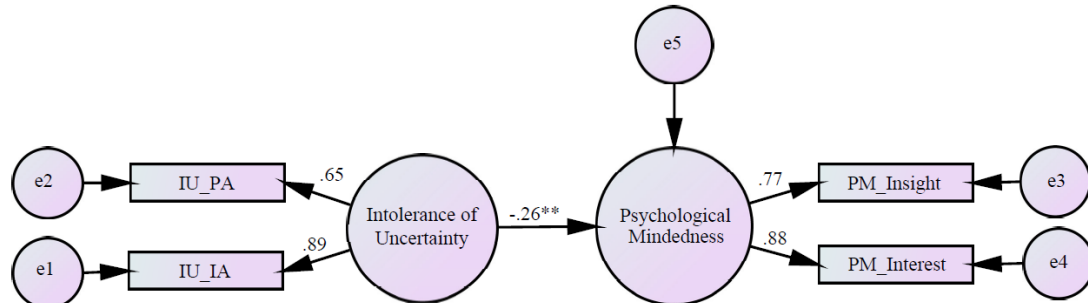


Figure 3. Testing the H₂ hypothesis

As can be seen in Figure 3, to test the H₂ hypothesis (Intolerance of Uncertainty → Psychological Mindfulness), which is the second step of the structural model, the implicit variable structural model was tested, in which the independent variable intolerance to uncertainty is the external mediator variable and the psychological mindedness is the internal variable. SEM results show that there is a significant negative relationship between intolerance of uncertainty and psychological mindedness ($\beta = -.26$, $p < .01$). In addition, the fact that the goodness of fit values of this pioneering model, which was created for the second step of the structural model, are in the range of reference values accepted in the literature ($\chi^2[n=318]=23.72$, $df=6$, $p=.00$, $\chi^2/df=3.95$, $RMSEA=.07$, $SRMR=.06$, $CFI=.90$), reveals that the model is compatible with the data and is acceptable. Since the goodness of fit values of this pioneer model, which was established for the second step of the structural model, were sufficient, no modification was required. Thus, the H₂ hypothesis was accepted.

Step 3

H₃: Psychological mindedness and resilience variables are positively and significantly correlated.

To test the H₃ hypothesis, the path between the latent variables of psychological mindedness and resilience was examined, and the results are presented in Figure 4.

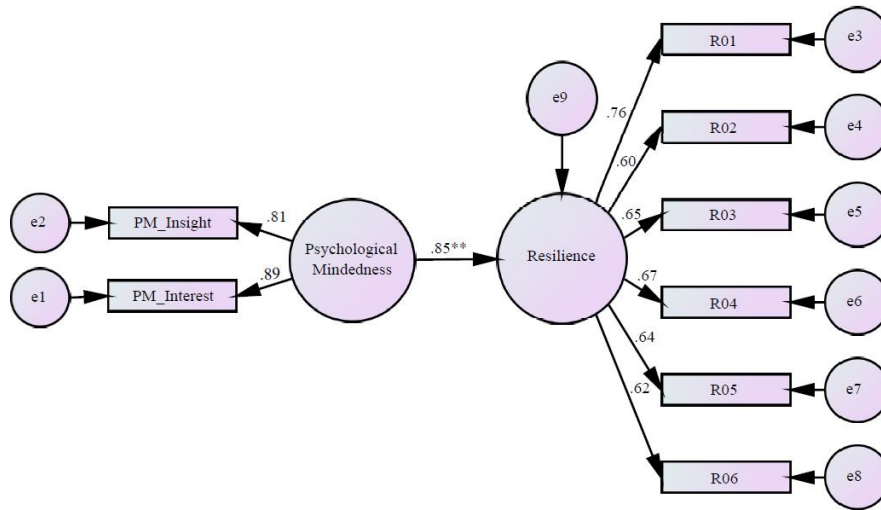


Figure 4. Testing the H₃ hypothesis

As seen in Figure 4, to test the H₃ hypothesis (Psychological Mentality → Resilience), which is the third step of the structural model, the implicit variable structural model was tested, in which the mediating variable is psychological mindedness, and the external variable, the dependent variable, resilience, is the internal variable. SEM results show that there is a positive and significant relationship between psychological mindedness and resilience ($\beta=.85$, $p<.01$) variables. In addition, the goodness of fit values of this pioneer model created for the third step of the structural model are in the range of reference values accepted in the literature ($\chi^2[n=318]=61.46$, $df=19$, $p=.00$, $\chi^2/df=3.23$, $RMSEA=.07$, $SRMR=.05$, $CFI=.93$), which proves that the model is compatible with the data and is acceptable. Since the goodness of fit values of this pioneer model, which was established for the third step of the structural model, were sufficient, no modification was required. Thus, hypothesis H₃ was accepted.

Step 4

H₄: The variable of psychological mindedness has a mediating role in the relationship between intolerance of uncertainty and resilience.

To test the H₄ hypothesis, the path between the latent variables of psychological mindedness in the relationship between intolerance of uncertainty and resilience was examined and the results are presented in Figure 5.

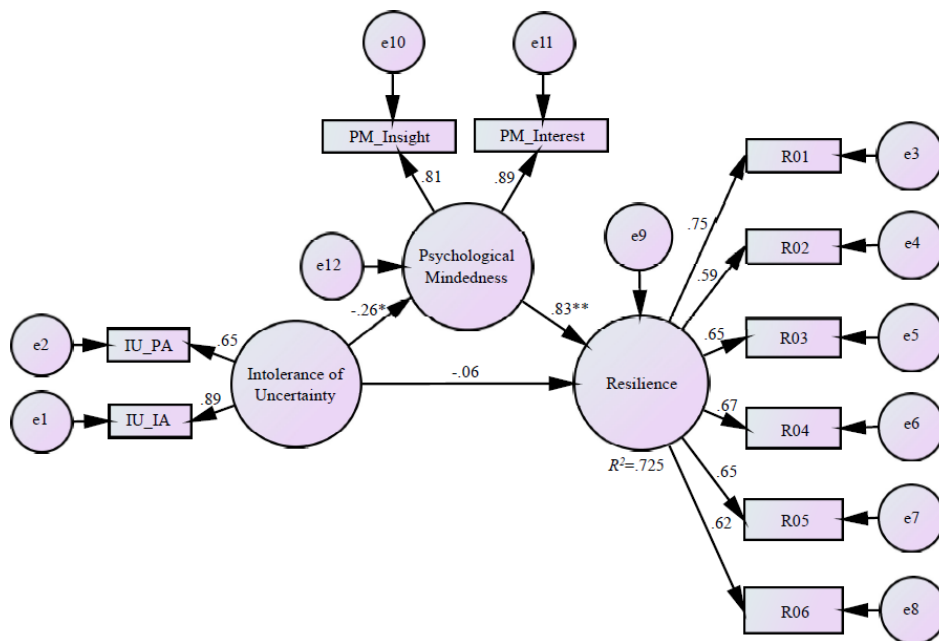


Figure 5. Testing H₄ hypothesis

As seen in Figure 5, to test the H₄ hypothesis (Intolerance of Uncertainty → Psychological Mentality → Resilience), which is the fourth step of the structural model, the implicit variable mediated structural model was tested, in which the independent variable is intolerance to uncertainty, the dependent variable is resilience, and the mediating variable is psychological mindedness. SEM results show that with the inclusion of the mediator variable in the model, the path from intolerance to uncertainty variable to resilience variable decreased from $-.30$ to $-.06$ and became meaningless ($\beta = -.06$, $p > .05$). Since the relationship between the independent variable and the dependent variable becomes meaningless after the mediator variable is included in the model, it can be said that the psychological mindedness variable plays a fully mediating role in the structural model (Baron and Kenny, 1986). The significance values of the path coefficients for the fourth step of the structural model and the total regression coefficient are given in Table 5.

Table 5. Path coefficient, *t*, *R*² and significance values for the fourth step of the structural model

Predictor		Predicted	β	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>R</i> ²
Intolerance of Uncertainty	→	Resilience	-.06	-1.38	.17	.72
Psychological Mindedness	→	Resilience	.83	11.82**	.00	

* $p < .05$, ** $p < .01$

Table 5 shows that intolerance to ambiguity and mentality scores together explain 72.50% of the total variance in resilience scores ($R^2 = .72$, $p < .01$). Therefore, it can be said that all variables in the constructed model have a large effect value ($.26 < R^2$) on resilience (Cohen, 1988). The fact that the goodness of fit values obtained as a result of the structural model are in the range of reference values accepted in the literature ($\chi^2[n=318]=155.42$, $df=32$, $p=.00$, $\chi^2/df=4.86$, $RMSEA=.08$, $SRMR=.07$, $CFI=.90$)

reveals that the model is compatible with the data and is acceptable. Since the goodness of fit values of the model were sufficient, no modification was required. In this case, hypothesis H₄ was accepted.

The Bootstrap method was used to obtain additional evidence of whether the mediating effect of the psychological mindedness variable in the relationship between intolerance of uncertainty and resilience variables is significant. In the Bootstrap analysis, 5000 resampling options were preferred. In a mediation effect analysis using the bootstrap technique, the 95% confidence interval (CI) values obtained as a result of the analysis should not contain the zero (0) value in order for the research to support the H₄ hypothesis (Gürbüz, 2019). With the Bootstrap analysis, the Bootstrap coefficient and the lower and upper limits of the 95% confidence intervals were calculated, and the results are presented in Table 6.

Table 6. *Bootstrap analysis results of the structural model*

Structural Model			Bootstrap Analysis				
Indirect Effect				%95 GA			
Independent Variable	→	Mediating Variable	→	Dependent Variable	Coefficient	Lower Limit	Upper Limit
Intolerance of Uncertainty	→	Psychological Mindedness	→	Resilience	-.22	-.31	-.12

**p<.01

The Bootstrap results in Table 6 proved once again that the mediating effect of the psychological mindedness variable in the relationship between intolerance to uncertainty and resilience variables was significant ($\beta=-.22$, %95 GA [-.31, -.12]) because the Bootstrap lower and upper confidence interval values obtained by the percentile method do not include zero values.

Conclusion and Discussion

Every person experiences that leave positive and negative traces in his life. These experiences may result from the difficulties accepted as natural during development, the characteristics of individuals, or the conditions in which they live. Psychological counseling is one of the effective ways of getting help to cope with negative experiences and lay the groundwork for positive life experiences. Psychological counselors directing this process are professionals who support clients to strengthen their life skills and help them learn to develop more functional thoughts and behaviors in the problems they encounter. The characteristics and abilities of psychological counselors will naturally affect how much they can contribute to the counseling process (Seçim, 2020). Since the 1950s, studies on the characteristics of effective psychological counselors have attracted attention (Rowe, Murphy and De Csipkes, 1975; Yılmaz and Ergene, 2022). Many studies on the characteristics that a psychological counselor should possess suggest that the success of the counseling process is related to the counselor's characteristics (Mete-Otlu, İkiz and Asıcı, 2016). It is stated that psychological counselors must have resilience to continue the counseling process successfully (Ward, 2003). Increasing research focusing on the strengths

of individuals, such as resilience, indicates that a great change is taking place in psychology. Along with postmodernism, it draws attention that a positive perspective that reveals the strengths of the individual rather than examining the weaknesses of the individual has begun to dominate the studies in the fields of psychology and psychological counseling (Karairmak, 2006). In this sense, it can be interpreted as an essential need to search for protective factors that can reduce the destructive effect of intolerance of uncertainty, which is known to have negative effects on the functionality of individuals, and on the resilience of psychological counselors. Some researchers, albeit a small number, carried this problematic to a scientific level by conducting research on psychological counselors who experience uncertainty (Boyacı, 2018). Unlike previous studies, this study revealed the mediating effect of psychological mindfulness, a variable that has been little studied in our national literature, in the effect of psychological counselors' intolerance to uncertainty levels on their resilience.

The first finding of this study was that intolerance to uncertainty negatively affects resilience. In other words, it has been revealed that the resilience of psychological counselors who experience intolerance to uncertainty suffers accordingly. Therefore, it can be said that psychological counselors' intolerance in the face of uncertain situations is a determining factor in their resilience. In everyday life, uncertainty refers to the threat of when a risk factor will occur. Increasing personal anxiety can create psychological problems that may make it challenging for the individual to overcome the uncertainty of the process (Rettie and Daniels, 2021). Studies conducted on various samples, in parallel with the findings of the present study, have found that there are significant negative relationships between individuals' intolerance to uncertainty and resilience levels (Aydın and Ersoy-Özcan, 2021; Joshi, Kate, Shitole, Kashikar and Date, 2020; Kasapoğlu, 2020; Lee, 2019; Parlak et al., 2022; Saatçı, 2020). In addition, some studies with different sample groups found that intolerance to uncertainty reduces the resilience of individuals during the COVID-19 (Di Blasi et al., 2021; Karataş and Tagay, 2021). These results are in line with the notion that individuals who are psychologically sound tend to tolerate the negative effects of uncertainty more effectively (Lee, 2019). The analysis of the interaction between the variables shows that resilience can be used as an alternative to reduce intolerance to uncertainty (Sarıçam, Deveci and Ahmetoğlu, 2020). Individuals with a high level of resilience have a higher ability to cope with unexpected events that may occur in the future (Tompkins and Adger, 2004). For example, the uncertainty during the pandemic process has caused anxiety in individuals (Karataş and Tagay, 2021), but they showed different reactions to such an alarming uncertain situation. Some individuals were able to continue their lives by easily finding solutions to such uncertain situations. It is seen that individuals with a high level of resilience are able to continue their lives relatively easier than other people in the face of intense threats and crisis situations (Parlak et al., 2022). According to these results, it can be predicted that individuals with strong resilience will be more successful in coping with unexpected events in terms of emotion, thought or behavior (Kasapoğlu, 2020). With a similar approach, Kim (2016) determined that university students with high resilience have higher adaptability and found

that the positive disposition component of resilience positively affects the ability to control future uncertainties. At this point, psychological mindedness can be used as a protective factor that can buffer the negative impact of intolerance of uncertainty on the resilience of counselors.

The second finding is that psychological counselors' intolerance of uncertainty is negatively related to the variable of psychological mindedness. Psychological processes are uncertain since they cannot be observed directly and require inference. Individuals dealing with such processes need to be able to tolerate uncertainty within themselves and in the consultation process. The relevant literature states that one of the reasons why clients with a high psychological mindedness benefit more from the counseling process is their tolerance for uncertainty (Beitel et al., 2004). On the other hand, high psychological mindedness increases the efficiency of psychological counselors in the counseling process (Daw and Joseph, 2010). Besides, Beitel et al. (2004) stated that psychological mindedness is a flexible cognitive structure, characterized by uncertainty tolerance and internal locus of control.

The third finding is that psychological mindedness positively affects the resilience of counselors. In other words, as the level of psychological mindedness increases, the resilience of psychological counselors also increases. This finding is compatible with other adult studies in the relevant literature that associate psychological mindfulness with adaptive qualities, such as openness to experience, extraversion, and peer loyalty (Beitel and Cecero, 2003). For example, according to a protective-compensatory resilience model, psychic mindedness can synergistically neutralize and buffer the effects of childhood maltreatment. Attachment theory also provides a framework for understanding how reflecting on one's own and others' mental states with the help of psychological mindfulness can facilitate the process of resilience in high-risk relationships. At this point, we can think of psychological mindfulness as a thread that connects different findings of protective factors among many high-risk populations (Herwitz, 2003). Psychological mindfulness can also function as a protective factor by facilitating the processes of individuals to identify, attract and maintain supportive relationships, solve problems, and experience satisfaction and effectiveness from their personal roles (Rutter, 1983). In addition, psychological mindfulness can play an active role in successfully resolving conflicts in stressful interpersonal relationships (Kobak, Cole, Ferenz-Gillies, Fleming and Gamble, 1993).

The last finding of the study is that psychological mentality mediates the effect of intolerance of uncertainty on the resilience of counselors. People with high resilience can cope with the negative effects of stress and continue to adapt to the current situation by reducing stress (Wagnild and Young, 1993). In this sense, resilience can be evaluated as the ability to cope with stress, resist negative life consequences, and provide lifelong satisfaction (Robbins, Kaye and Catling, 2018). Based on this inference, it would be appropriate to express resilience as coping with challenging processes in life and maintaining harmony (Ateş and Sağar, 2022). The relevant literature shows that when individuals are

faced with uncertainty, it is challenging for them to get out of this mentality or return. This may be because there is no concrete solution in sight and more problems are faced every day. This, in turn, reduces the tolerance of individuals, causes them to become more intolerant of such uncertainties and disrupts their functionality (Barahmand and Haji, 2014; Joshi et al., 2020). Studies show that intolerance to uncertainty is a statistically significant negative predictor of resilience, and intolerance to uncertainty plays an important role in explaining resilience (Duru et al., 2022). The psychological mindedness that emerges at this point can be used as an important cognitive skill that may reduce the destructive effects of psychological counselors' intolerance to uncertainty on their resilience. The results of the current research support Grant's (2001) theory of psychological mindedness as a metacognitive action to understand how and why people think, feel and act the way they do, with such an understanding that facilitates behavior change. Conte and Ratto's (1997) conceptualization of psychological mindedness similarly emphasizes accessibility, which leads to insight into one's own emotions and other people's thoughts, feelings, behaviors, and capacity for change.

Research results regarding the negative effects of intolerance of uncertainty on resilience are available in the literature (Şingür, Göktekin and Ağyar, 2022; Tompkins and Adger, 2004; Voursora, Makrygiorgos, Tsarpalis-Fragkoulidis and Nega, 2022). However, in both domestic and international literature, to our knowledge, no research has been found on the variables that are likely to mediate this effect. For the reasons explained in detail above, this research is original and fills an important gap, revealing that psychological counselors can mediate to prevent their professional life and work from being negatively affected by intolerance to uncertainty. In addition, it can be stated that it is notable to emphasize the strategic significance of the concept due to the low number of studies on psychological mindfulness due to its conceptual uncertainty.

Limitations and Suggestions

As in any research, this study also has some limitations. Since the research data were collected through social media platforms with the help of an online form, psychological counselors who did not have access to the internet or did not use social media could not be reached. In addition, the data are limited to the demographic information form developed to measure the personal beliefs and current variables of psychological counselors, and the data were collected with three different scales. In other words, the data were obtained as a result of the personal evaluations of the psychological counselors. Therefore, the responses of psychological counselors by marking the items on the scales may not be compatible with their real-life behaviors to protect their self-esteem and not harm their search for meaning.

Based on the findings and limitations of the present research, the following recommendations can be made:

This research determined that psychological counselors' resilience is damaged in the face of intolerance to uncertainty, and to prevent this, it can be benefited from increasing their psychological mindset. From this point of view, it can be suggested that psychological counselors working in public and private institutions in Turkey should be supported to increase their resilience and effectively cope with their intolerance to uncertainty. In this context, intervention programs can be developed that can help increase psychological mindfulness, the content of which is arranged in line with these purposes. These programs can be applied to psychological counselors in groups of 12 to 14 people between six and eight sessions in line with the plans of the management of public or private institutions and the Turkish Psychological Counseling and Guidance Association. Seminars on psychological mindfulness can be planned for large groups, which will provide them with superficial information in a short time and raise awareness about the subject. On the other hand, researchers can continue to work on identifying other possible mediating variables (e.g., psychological flexibility and self-compassion) that may prevent the destructive effects of intolerance of uncertainty on psychological counselors' resilience. In addition, this research examined the psychological counselors working in public (e.g., Ministry of National Education and Ministry of Family, Labor and Social Services) and private institutions (e.g., counseling centers, and private education institutions) in Turkey together. In further studies, the same variables can be handled separately on psychological counselors working in public and private institutions and a comparison can be made between these two groups. On the other hand, the same variables can be examined separately according to the working areas of psychological counselors (e.g., school counseling, rehabilitation counseling, and career counseling) and comparative results can be obtained.

References

- Abramowitz, S. I. & Abramowitz, C. V. (1974). Psychological-mindedness and benefit from insight-oriented group therapy. *Archives of General Psychiatry*, 30(5), 610-615. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1974.01760110036003>
- Appelbaum, S. A. (1973). Psychological-mindedness: Word, concept and essence. *The International Journal of Psychoanalysis*, 54(1), 35-46.
- Ateş, B. & Sağar, M. E. (2022). Resilience, cognitive flexibility and self-efficacy as predictors of academic success in psychological counsellor candidates. *Erzincan University Journal of Education Faculty*, 24(1), 1-9. <https://doi.org/10.17556/erziefd.894637>
- Aydın, M. & Egemberdiyeva, A. (2018). An investigation of university students' resilience levels. *Türkiye Education Journal*, 3(1), 37-53.
- Aydın, A. & Ersoy-Özcan, B. (2021). Levels of intolerance of uncertainty, rumination and resilience among healthcare workers during the Covid-19 pandemic. *Cukurova Medical Journal*, 46(3), 1191-1200. <https://doi.org/10.17826/cumj.925771>
- Barahmand, U. & Haji, A. (2014). The impact of intolerance of uncertainty, worry and irritability on quality of life in persons with epilepsy: Irritability as mediator. *Epilepsy Research*, 108(8), 1335-1344. <https://doi.org/10.1016/j.eplepsyres.2014.07.002>
- Baron, R. M. & Kenny, D. A. (1986). The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.6.1173>
- Beitel, M. & Cecero, J. J. (2003). Predicting psychological mindedness from personality style and attachment security. *Journal of Clinical Psychology*, 59(1), 163-172. <https://doi.org/10.1002/jclp.10125>
- Beitel, M., Ferrer, E. & Cecero, J. (2004). Psychological mindedness and cognitive style. *Journal of Clinical Psychology*, 60(6), 567-582. <https://doi.org/10.1002/jclp.10258>
- Block, J. H. (1950). *An experimental investigation of the construct of ego control*. Unpublished Doctoral Dissertation, Stanford University, Kaliforniya, ABD.
- Boyacı, M. (2018). Türkiye'de psikolojik danışman eğitimi ve karşılaşılan sorunlar: Güncel bir durum değerlendirmesi [Psychological counselors education in Turkey and the problems encountered: A current situation assessment]. In Soyer F. (Ed.), *International congresses on education - book of proceedings* (p. 335-340). Sakarya: EDUGARDEN.
- Boylan, M. B. (2006). *Psychological mindedness as a predictor of treatment outcome with depressed adolescents*. Unpublished Doctoral Dissertation, University of Pittsburgh, Pennsylvania, ABD.

- Bozdağ, F. (2020). Psychological resilience during pandemic. *Turkish Studies*, 15(6), 247-257. <https://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.44890>
- Büyüköztürk, Ş. (2014). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı [Data analysis handbook for social sciences]* (19th ed.). Ankara: Pegem Academy.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2016). *Bilimsel araştırma yöntemleri [Scientific research methods]* (21th ed.). Ankara: Pegem Academy.
- Can, E. (2010, May). İlköğretim okullarında görevli rehber öğretmenlerin karşılaştıkları sorunların incelenmesi [Examining the problems faced by psychological counsellors working in primary schools]. In *Proceedings of the 9th National Primary Teacher Education Symposium* (p. 911-917). Elazığ: Fırat University.
- Carleton, R. N. (2012). The intolerance of uncertainty construct in the context of anxiety disorders: Theoretical and practical perspectives. *Expert Review of Neurotherapeutics*, 12(8), 937-947. <https://doi.org/10.1586/ern.12.82>
- Carleton, R. N., Norton, M. A. P. J. & Asmundson, G. J. G. (2007). Fearing the unknown: A short version of the intolerance of uncertainty scale. *Journal of Anxiety Disorders*, 21(1), 105-117. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2006.03.014>
- Carleton, R. N., Mulvogue, M. K., Thibodeau, M. A., McCabe, R. E., Antony, M. M. & Asmundson, G. J. G. (2012). Increasingly certain about uncertainty: Intolerance of uncertainty across anxiety and depression. *Journal of Anxiety Disorders*, 26(3), 468-479. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2012.01.011>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2th ed.). Hillsdale: Erlbaum.
- Conte, H. R., Plutchik, R., Jung, B. B., Picard, S., Karasu, T. B. & Lotterman, A. (1990). Psychological mindedness as a predictor of psychotherapy outcome: A preliminary report. *Comprehensive Psychiatry*, 31(5), 426-431. [https://doi.org/10.1016/0010-440X\(90\)90027-P](https://doi.org/10.1016/0010-440X(90)90027-P)
- Conte, H. R., Buckley, P., Picard, S. & Karasu, T. B. (1995). Relationships between psychological mindedness and personality traits and ego functioning: Validity studies. *Comprehensive Psychiatry*, 36(1), 11-17. [https://doi.org/10.1016/0010-440X\(95\)90093-B](https://doi.org/10.1016/0010-440X(95)90093-B)
- Conte, H. R., Ratto, R. & Karasu, T. B. (1996). The psychological mindedness scale. Factor structure and relationship to outcome of psychotherapy. *The Journal of Psychotherapy Practice and Research*, 5(3), 250-259.
- Conte, H. R. & Ratto, R. (1997). Self-report measures of psychological mindedness. In McCallum, M. & Piper, W. E. (Eds.), *Psychological mindedness: A contemporary understanding* (p. 1-26). Mahwah, NJ: Erlbaum.

- Çelik, O. T. & Üstüner, M. (2018). The relationship between teachers' burnout and life satisfaction. *Journal of Theoretical Educational Science*, ICSE-2018, 41-60. <https://doi.org/10.30831/akukeg.421820>
- Çetinkaya, A. & Sarıcı-Bulut, S. (2019). Investigation of the resilience levels and the strategies for increasing subjective well being of high school students. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 9(55), 1053-1084.
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G. & Büyüköztürk, Ş. (2014). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik SPSS ve LISREL uygulamaları [Multivariate statistics SPSS and LISREL applications for social sciences]* (3th ed.). Ankara: Pegem Academy.
- Daw, B. & Joseph, S. (2010). Psychological mindedness and therapist attributes. *Counselling and Psychotherapy Research*, 10(3), 233-236. <https://doi.org/10.1080/14733140903226982>
- Dayal, H. (2013). Student mental health in counsellor education programs: Barriers to help-seeking for counsellors-in-training. *Antistasis*, 3(2), 16-21.
- Denizli, S., Pamukçu, B. & Meydan, B. (2016). A client variable in counseling process and outcome research: Psychological mindedness. *Mehmet Akif Ersoy University Journal of Education Faculty*, (40), 419-431. <https://doi.org/10.21764/efd.01537>
- Denizli, S., Meydan, B. & Pamukcu, B. (2022). Validity and reliability of Turkish version of the Balanced Index of Psychological Mindedness. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 44, 79-93. <https://doi.org/10.1007/s10447-021-09452-y>
- Di Blasi, M., Gullo, S., Mancinelli, E., Freda, M. F., Esposito, G., Gelo, O. C. G., Lagetto, G., Giordano, C., Mazzeschi, C., Pazzagli, C., Salcuni, S. & Lo Coco, G. (2021). Psychological distress associated with the COVID-19 lockdown: A two-wave network analysis. *Journal of Affective Disorders*, 284, 18-26. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.02.016>
- Doğan, T. (2015). Adaptation of the Brief Resilience Scale into Turkish: A validity and reliability study. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 93-102.
- Doğan, T. & Yavuz, K. (2020). Resilience, positive childhood experiences and perceived happiness among adults. *Current Approaches in Psychiatry*, 12, 312-330. <https://doi.org/10.18863/pgy.750839>
- Dollerhide, C. T. & Saginak, K. A. (2003). *School counseling in the secondary school: A comprehensive process and program*. Boston, Mass: Allyn & Bacon.
- Dugas, M. J., Buhr, K. & Ladouceur, R. (2004). The role of intolerance of uncertainty in the etiology and maintenance of generalised anxiety disorder. In Heimberg, R. G., Turk C. L. & Mennin, D. S. (Eds.), *Generalized anxiety disorder: Advances in research and practice* (p. 143-163). New York: Guilford Press.

- Duru, Y. B., Gunal, V., Agaoglu, C. Y. & Tatli, C. (2022). The role of covid-19 anxiety and intolerance of uncertainty in predicting resilience. *Scandinavian Journal of Psychology*, 1-8. <https://doi.org/10.1111/sjop.12820>
- Eminağaoğlu, N. (2006). *Resilience (hardiness) of street children living in difficult conditions*. Unpublished Doctoral Dissertation, Ege University, Graduate School of Social Sciences, İzmir.
- Garnezy, N. (1993). Children in poverty: Resilience despite risk. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*, 56(1), 127-136. <https://doi.org/10.1080/00332747.1993.11024627>
- Grant, A. M. (2001). Rethinking psychological mindedness: Metacognition, self-reflection, and insight. *Behavior Change*, 18(1), 8-17. <https://doi.org/10.1375/bech.18.1.8>
- Greene, R. (2002). Human behavior theory: A resilience orientation. In Greene, R. (Ed.), *Resiliency: An integrated approach to practice, policy, and research* (p. 1-28). Washington, DC: NASW Press.
- Gürbüz, S. & Şahin, F. (2018). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri [Research methods in social sciences]* (5th ed.). Ankara: Seçkin Publishing.
- Gürbüz, S. (2019). *AMOS ile yapısal eşitlik modellemesi [Structural equation modeling with AMOS]* (1th ed.). Ankara: Seçkin Publishing.
- Hackney, H. & Cormier, S. (2008). *Psikolojik danışma ilke ve teknikleri: Psikolojik yardım süreci el kitabı [Psychological counseling principles and techniques: A handbook on the psychological help process]* (Trans. T. Ergene & S. Aydemir-Sevim). Ankara: Mentis Publishing.
- Hall, J. (1992). Psychological-mindedness: A conceptual model. *American Journal of Psychotherapy*, 66(1), 131-140. <https://doi.org/10.1176/appi.psychotherapy.1992.46.1.131>
- Hamamcı, Z., Murat, M. & Çoban, A. E. (2004, July). *Gaziantep'teki okullarda çalışan psikolojik danışmanların mesleki sorunlarının incelenmesi [Investigation of professional problems of psychological counselors working in schools in Gaziantep]*. XIII. National Educational Sciences Congress, İnönü University, Malatya.
- Harrawood, L. K., Doughty, E. A. & Wilde, B. (2011). Death education and attitudes of counselors-in-training toward death: An exploratory study. *Counseling and Values*, 56(1-2), 83-95. <https://doi.org/10.1002/j.2161-007X.2011.tb01033.x>
- Herwitz, J. S. (2003). *Parenting against the odds: Psychological mindedness among resilient adolescent mothers*. Unpublished Doctoral Dissertation, Adelphi University, The Institute of Advanced Psychological Studies, Garden City, NY.
- Hisli-Şahin, N. (1998). *Stresle başa çıkma: Olumlu bir yaklaşım [Coping with stress: A positive approach]* (3th ed.). Ankara: Turkish Psychological Association Publications.

- Holstein, J. (2006). *Thriving in adult children of alcoholics: A comparison of collegiate ACOAs and non-ACOAs on measures of psychological mindedness and defense mechanism style*. Unpublished Doctoral Dissertation, Graduate Faculty of Auburn University, Auburn, Alabama.
- İkiz, F. E. (2010). The investigation of the burnout levels of the counselors. *Ahi Evran University Journal of Kırşehir Education Faculty*, 11(2), 25-43.
- Jacelon, C. S. (1997). The trait and process of resilience. *Journal of Advanced Nursing*, 25(1), 123-129. <https://doi.org/10.1046/j.1365-2648.1997.1997025123.x>
- Joshi, K., Kate, S., Shitole, S., Kashikar, S. & Date, P. (2020). A correlational and comparative study of perceived stress, intolerance of uncertainty and resilience among students and working individuals during the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Advance Research, Ideas and Innovations in Technology*, 6(3), 965-971.
- Kaba, İ. & Keklik, İ. (2016). Students adaptation to university life, resilience and psychological symptoms. *Hacettepe Journal of Educational Research*, 2(2), 98-113.
- Kararımak, Ö. (2006). Resilience, risk and protective factors. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 3(26), 129-142.
- Kararımak, Ö. & Siviş-Çetinkaya, R. (2011). The effect of self-esteem and locus of control on resilience: The mediating role of affects. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 4(35), 30-43.
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemi [Scientific research method]* (24th ed.). Ankara: Nobel Publication Distribution.
- Karataş, Z. & Şahin-Baltacı, H. (2013). An investigation of opinions of school counselor, students, class guidance teacher, school administrator about counseling and guidance services at high school. *Ahi Evran University Journal of Kırşehir Education Faculty*, 14(2), 427-460.
- Karataş, Z. & Tagay, Ö. (2021). The relationships between resilience of the adults affected by the covid pandemic in Turkey and Covid-19 fear, meaning in life, life satisfaction, intolerance of uncertainty and hope. *Personality and Individual Differences*, 172, 110592. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110592>
- Kasapoğlu, F. (2020). Examination of the relationship between anxiety with spirituality, resilience and intolerance of uncertainty in the COVID-19 outbreak process. *Turkish Studies*, 15(4), 599-614. <https://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.44284>
- Kim, J. A. (2016). The effects of resilience on adjustment to college and career barriers of college students majoring in secretarial studies. *Journal of Secretarial Studies*, 25(1), 161-183.
- Kline, R. B. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling* (4th ed.). New York: Guilford Publications.

- Kobak, R. R., Cole, H. E., Ferenz-Gillies, R., Fleming, W. S. & Gamble, W. (1993). Attachment and emotion regulation during mother-teen problem solving: A control theory analysis. *Child Development*, 64(1), 231–245. <https://doi.org/10.2307/1131448>
- Korkut-Owen, F., Owen, D. W. & Ballestero, V. (2009). Counselors and administrators: The collaborative alliance in three countries. *Eurasian Journal of Educational Research*, (36), 23-38.
- Korkut-Owen, F. (2021). Uncertainty and career behaviors. *Journal of Career Counseling*, 4(2), 36-60.
- Lee, J.-S. (2019). Effect of resilience on intolerance of uncertainty in nursing university students. *Nursing Forum*, 54(1), 53-59.
- Majid, A. & Pragasam, J. (1997). Interactions of intolerance of ambiguity and of contingent liability on auditors' avoidance of litigation. *Psychological Reports*, 81(3), 935-944. <https://doi.org/10.2466/pr0.1997.81.3.935>
- McCallum, M. & Piper, W. E. (1990). The psychological mindedness assessment procedure. *Psychological Assessment: A Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 2(4), 412-418. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.2.4.412>
- McCallum, M., Piper, W. E. & Joyce, A. S. (1992). Dropping out from short-term group therapy. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 29(2), 206-215. <https://doi.org/10.1037/0033-3204.29.2.206>
- McCallum, M. & Piper, W. E. (1996). Psychological mindedness. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*, 59(1), 48-64. <https://doi.org/10.1080/00332747.1996.11024750>
- McCallum, M., Piper, W. E., Ogrodniczuk, J. S. & Joyce, A. S. (2003). Relationships among psychological mindedness, alexithymia and outcome in four forms of short-term psychotherapy. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 76(2), 133–144. <https://doi.org/10.1348/147608303765951177>
- Mertler, C. A. & Vannatta, R. A. (2016). *Advanced and multivariate statistical methods: Practical application and interpretation* (6th ed.). Glendale: Pyrczak Publishing.
- Mete-Otlu, B., İkiz, F. E. & Asıcı, E. (2016). The effects of the psycho-education program of emotional awareness and expression on the counselor trainees' selfcompassion levels. *Electronic Journal of Social Sciences*, 15(56), 273-283. <https://doi.org/10.17755/esosder.57598>
- Meydan, C. H. & Şeşen, H. (2015). *Yapısal eşitlik modellemesi AMOS uygulamaları [Structural equation modeling AMOS applications]* (2th ed.). Ankara: Detay Publishing.
- Nam, A. & Akbay, S. E. (2020). Life satisfaction of university students: The five factor personality traits, mindfulness and the role of resilience. *OPUS International Journal of Society Researches*, 16(31), 4210-4237. <https://dx.doi.org/10.26466/opus.719138>

- Nyklíček, I. & Denollet, J. (2009). Development and evaluation of the Balanced Index of Psychological Mindedness (BIPM). *Psychological Assessment*, 21(1), 32-44. <https://doi.org/10.1037/a0014418>
- Nyklíček, I., Major, D. & Schalken, P. A. (2010). Psychological mindedness and symptom reduction after psychotherapy in a heterogeneous psychiatric sample. *Comprehensive Psychiatry*, 51(5), 492-496. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2010.02.004>
- Pamukçu, B., & Meydan, B. (2019). Turkish university students' expectations about counseling. *Int J Adv Counselling*, 41, 544-560. <https://doi.org/10.1007/s10447-019-09378-6>
- Parlak, S., Tunç, E. B., Eryiğit, D. & Uluman, M. (2022). Relationships between hostility, resilience and intolerance of uncertainty: A structural equation modeling. *Journal of Evidence-Based Psychotherapies*, 22(1), 1-20. <https://doi.org/10.24193/jebp.2022.1.1>
- Reis, B. F. & Brown, L. G. (1999). Reducing psychotherapy dropouts: Maximizing perspective convergence in the psychotherapy dyad. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 36(2), 123-136. <https://doi.org/10.1037/h0087822>
- Rettie, H. & Daniels, J. (2021). Coping and tolerance of uncertainty: Predictors and mediators of mental health during the COVID-19 pandemic. *The American Psychologist*, 76(3), 427-437. <https://doi.org/10.1037/amp0000710>
- Piper, W. E., Joyce, A. S., Azim, H. F. A. & Rosie, J. S. (1994). Patient characteristics and success in day treatment. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 182(7), 381-386. <https://doi.org/10.1097/00005053-199407000-00003>
- Robbins, A., Kaye, E. & Catling, J. C. (2018). Predictors of student resilience in higher education. *Psychology Teaching Review*, 24(1), 44-52.
- Rosen, N. O., Knäuper, B. & Sammut, J. (2007). Do individual differences in intolerance of uncertainty affect health monitoring? *Psychology & Health*, 22(4), 413-430. <https://doi.org/10.1080/14768320600941038>
- Rowe, W., Murphy, H. B. & De Csipkes, R. A. (1975). The relationship of counselor characteristics and counseling effectiveness. *Review of Educational Research*, 45(2), 231-246. <https://doi.org/10.2307/1170055>
- Rutter, M. (1983). Statistical and personal interactions: Facets and perspectives. In Magnusson, D. & Allen, V. L. (Eds.), *Human development: An interactional perspective* (p. 295-319). New York: Academic Press.
- Rutter, M. (1985). Resilience in the face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorder. *The British Journal of Psychiatry*, 147, 598-611. <https://doi.org/10.1192/bjp.147.6.598>
- Rutter, M. (1987). Psychological resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57(3), 316-331. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1987.tb03541.x>

- Saatçi, E. (2020). *The effect of perfectionism, intolerance to uncertainty and psychological resilience on self-handicapping in university students*. Unpublished Master's Thesis, Fatih Sultan Mehmet Vakıf University, Institute of Graduate Education, İstanbul.
- Savi-Çakar, F., Karataş, Z. & Çakır, M. A. (2014). An adaptation the resilience in midlife scale to Turkish adults. *Mehmet Akif Ersoy University Journal of Education Faculty*, 32, 22-39.
- Şingir, H., Göktekin, M. & Ağyar, F. (2022). *The relationship between psychological resilience and intolerance of uncertainty of university students*. In Türe, E. (Ed.), *The 13th International Scientific Research Congress - Proceeding Book* (p. 44-49). Elazığ: ASOS Publications.
- Sarıçam, H., Erguvan, F. M., Akın, A. & Akça, M. Ş. (2014). The Turkish short version of the intolerance of uncertainty (IUS-12) scale: The study of validity and reliability. *Route Educational and Social Science Journal*, 1(3), 148-157.
- Sarıçam, H., Deveci, M. & Ahmetoğlu, E., (2020). Examination of hope, intolerance of uncertainty, and resilience levels in parents having disabled children. *Global Journal of Psychology Research: New Trends and Issues*, 10(1), 26-39. <https://doi.org/10.18844/gjpr.v%vi%i.4398>
- Sayın, A. & Gelbal, S. (2016). Structural equation modeling effect of restricted with parameters from the classical test theory and item response theory. *International Journal of Education, Science and Technology*, 2(2), 57-71.
- Schumacker, R. E. & Lomax, R. G. (2016). *A beginner's guide to structural equation modeling* (4th ed.). New York: Routledge.
- Seçim, G. (2020). The effects of cognitive flexibility and emotion regulation on psychological resilience. *The Journal of Turkish Educational Sciences*, 18(2), 505-524. <https://doi.org/10.37217/tebd.716151>
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P. & Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15(3), 194-200. <https://doi.org/10.1080/10705500802222972>
- Söylev, Ö. (2015). Pastoral guidance & counseling in Turkey in the context of psychological support services. *Journal of Islamic Civilization Studies*, 1(2), 287-308. <https://doi.org/10.20486/imad.86573>
- Stanley-Budner, N. Y. (1962). Intolerance of ambiguity as a personality variable. *Journal of Personality*, 30(1), 29-50. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1962.tb02303.x>
- Stewart, M., Reid, G. & Mangham, C. (1997). Fostering children's resilience. *Journal of Pediatric Nursing*, 12(1), 21-31. [https://doi.org/10.1016/S0882-5963\(97\)80018-8](https://doi.org/10.1016/S0882-5963(97)80018-8)
- Tabachnick, B. G. & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics*. Boston: Pearson.
- Taylor, G. J., Bagby, R. M. & Parker, J. D. (1989). Psychological-mindedness and the alexithymia construct. *The British Journal of Psychiatry*, 154, 731-732. <https://doi.org/10.1192/bjp.154.5.731c>

- Terzi, Ş. (2006). Adaptation of resilience scale (RS) to the Turk culture: It's reliability and validity. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 3(26), 77-86.
- Terzi, Ş. (2008). The relationships between resilience and internal protective factors in university students. *H. U. Journal of Education*, 35, 297-306.
- Tompkins, E. L. & Adger, W. N. (2004). Does adaptive management of natural resources enhance resilience to climate change? *Ecology and Society*, 9(2), 1-14.
- Tura, G. & Doğan, B. B. (2020). Okul psikolojik danışmanlarının (rehber öğretmenlerin) psikolojik sağlamlığının demografik değişkenler açısından incelenmesi [Examination of the psychological resilience of school psychological counselors (guide teachers) in terms of demographic variables]. In Saracaloğlu, A. S. (Ed.), *6th International congress on social sciences & humanities and education - full and abstract text book* (p. 39-51). İstanbul: Güven Plus Grup A.Ş. Publications.
- Ullman, J. B. (2013). Structural equation modeling. In Tabachnick, B. G. & Fidell, L. S. (Eds.), *Using multivariate statistics* (p. 681-785). Boston: Pearson.
- Uzun, K., Tagay, Ö. & Karataş, Z. (2020). Development of psychological mindedness scale for adolescents: Validity and reliability study. *Mersin University Journal of the Faculty of Education*, 16(2), 322-342. <https://doi.org/10.17860/mersinefd.670101>
- Ünal, P. (2021). *The mediating role of mindfulness in the relationship between sensory processing sensitivity and resilience in counselor candidates*. Unpublished Master's Thesis, Marmara University, Graduate School of Educational Sciences, İstanbul.
- Vousoura, E., Makrygiorgos, N., Tsarpalis-Fragkoulidis, A. & Nega, C. (2022). COVID-19-related anxiety: The role of intolerance to uncertainty and resilience. *Psychology: The Journal of the Hellenic Psychological Society*, 26(3), 44-61. https://doi.org/10.12681/psy_hps.28862
- Wagnild, G. & Young, H. M. (1990). Resilience among older women. *Image: The Journal of Nursing Scholarship*, 22(4), 252-255. <https://doi.org/10.1111/j.1547-5069.1990.tb00224.x>
- Wagnild, G. M. & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165-178.
- Ward, K. (2003). Teaching resilience theory to substance abuse counselors. *Journal of Teaching in the Addictions*, 2(2), 17-31. https://doi.org/10.1300/J188v02n02_02
- Weick, K. E. & Sutcliffe, K. M. (2011). *Managing the unexpected: Resilient performance in an age of uncertainty* (8th ed.). San Francisco, CA: John Wiley & Sons.
- White, P. E. & Franzoni, J. B. (1990). A multidimensional analysis of the mental health of graduate counselors in training. *Counselor Education and Supervision*, 29(4), 258-267. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6978.1990.tb01165.x>

- Yılmaz, O. & Ergene, T. (2022). Characteristics of effective psychological counselors. *Trakya Journal of Education*, 12(3), 1198-1217. <https://doi.org/10.24315/tred.912277>
- Yöndem, Z. D., Tunç, E. & Yandı, A. (2021). The predictive role of cognitive emotion regulation and coping on psychological resilience in university students. *E-International Journal of Pedandragogy*, 1(1), 22-36. <https://trdoi.org/10.27579808/e-ijpa.15>
- Zara, A. & İçöz, F. J. (2015). Secondary traumatic stress in mental health workers in Turkey. *J Clin Psy*, 18(1), 15-23.