

Makale Bilgisi

Makale Türü

Araştırma Makalesi

Geliş Tarihi

05.04.2023

Kabul Tarihi

09.05.2023

Anahtar Kelimeler

Uzaktan Eğitim,

Geleneksel Eğitim,

Aile Eğitimi,

Aile Danışmanlığı

Uzaktan Çevrimiçi Aile Danışmanlığı:

Nitel Bir Çalışma

*Selver NAR

ÖZ

Araştırmanın amacı, Kovid-19 pandemi dönemiyle yüz yüze aile eğitimi verilemediği anlarda, uzaktan öğretim yolu ile gerçekleştirilen aile danışmanlığı hizmetini araştırmaktır. Bu araştırma nitel araştırma yöntemiyle yürütülmüş ve fenomenoloji (olgubilim) deseni kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu amaçlı örnekleme yöntemlerinden kolay ulaşılabilir durum örnekleme ile seçilen 19 aile danışmanı oluşturmaktadır. Veriler; açık uçlu sorulardan oluşan yarı yapılandırılmış görüşme formu ve demografik bilgi formu ile toplanmıştır. Verilerin analizinde nitel analiz türlerinden biri olan içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen bulgulara göre katılımcıların çevrimiçi aile danışmanlığını, teknolojik araçlarla çevrimiçi platformlar üzerinden yapılan danışmanlık hizmeti olarak tanımladıkları görülmektedir. Katılımcılar, çevrimiçi aile danışmanlığının en olumlu yönünü zaman tasarrufu olduğunu, olumsuz yönünün ise teknik aksaklıklar olduğunu ifade etmişlerdir. Ayrıca katılımcılar, Çevrimiçi danışmanlık sürecinde danışanın ve danışmanın görüşme öncesi teknolojik alt yapının (internet bağlantısı, mikrofon, kamera ya da kullanılan programın güncel olması vb.) kontrolünü yapmaları gerektiğini ifade etmişlerdir. Katılımcılara göre, çevrimiçi danışmanlıkta danışan- danışman arası terapötik ilişkinin kurulması, danışanın kendisini açma noktasında önem arz etmektedir.

Atf: Nar, S. (2023). Uzaktan çevrimiçi aile danışmanlığı: nitel bir çalışma. *Akademik Platform Eğitim ve Değişim Dergisi*, 6(1), 141-168. DOI: 10.55150/apjec.1277514

Article Information

Article Type

Research Article

Received

05.04.2023

Accepted

09.05.2023

Key Words

Distance Education,
Traditional Education,
Family Education,
Family Counseling

Distance Online Family Counseling:

A Qualitative Study

*Selver NAR

ABSTRACT

The aim of the research is to research the family counseling service provided by distance education when face-to-face family education cannot be given during the Covid-19 pandemic period. This research was carried out with qualitative research method and phenomenology design was used. The study group of the research consists of 19 family counselors selected with easily accessible case sampling, one of the purposive sampling methods. The data were collected with a semi-structured interview form consisting of open-ended questions and a demographic information form. Content analysis method, which is one of the qualitative analysis types, was used in the analysis of the data. According to the findings obtained in the research, it is seen that the participants define çevrimiçi family counseling as a counseling service made over çevrimiçi platforms with technological tools. Participants stated that the most positive aspect of çevrimiçi family counseling is time saving, while the negative aspect is technical problems. In addition, the participants stated that during the çevrimiçi counseling process, the client and the counselor should check the technological infrastructure (internet connection, microphone, camera or the program used is up-to-date, etc.) before the interview. According to the participants, the establishment of a therapeutic relationship between the client and the counselor in çevrimiçi counseling is important at the point of opening the client himself.

1. GİRİŞ

Teknolojinin ilerleyişi birçok alanda olduğu gibi toplum yaşamını da ciddi oranda etkilemiş ve aile yapısının değişmesine neden olmuştur. Aile oluşumunun ebeveyn ve çocuklardan meydana gelen çekirdek aileye evrilmesine sebebiyet vererek tek ebeveynli ailelerin hızla artmasına yol açmıştır. Geniş ailede çocuklarla alakalı çıkan problemler aile içerisinde çözümlenirken, çekirdek ailede çözüm için farklı alternatifler aranmaktadır (Kandiyoti, 1984).

Günümüzün gelişen ve değişen aile yapısı, aile bireyleri arasındaki uyumlu süreci sağlayamamakta ve özellikle kentli ebeveyn ve çalışan anne olma gibi değişen rollerine adapte olamamaları, aile içi etkileşimi ve iletişimi bozarak kuşaklararası çatışmaları artırmaktadır. Aile fertleri arasında sorunlara yol açan bu tür olaylar ailenin bütünlüğünü tehlikeye sokarak, aile üyelerinin sosyal ve ruhsal durumunu bozmaktadır. Bu durum bazı zamanlarda aileyi toplumsal sistem içerisinde hasta bir kurum olarak görmesine neden olmaktadır (Nazlı, 2001, s. 4). Bu tür durumlar, modern toplum yaşantısında tek kalan ailelere yardımcı olmak üzere farklı hizmetlerin geliştirilmesi gerçeğini ortaya çıkartmıştır. Ailelere yardımcı olma düşüncesi ve eylemi ABD ve İngiltere de 19. yüzyıl ortalarında ortaya çıkmış ve sistemli bir oluşum haline gelmiştir. Ailenin bütünlüğünün bozulmasını önlemek, sorunların çözümlenmesine yardımcı olmak için gönüllü bir hareket olarak başlamış ve daha sonra 20. yüzyılda sistemli ve bilimsel olarak uygulanmaya başlanmıştır (Güren'den akt, Nazlı, 2001).

Kuzgun (1991)'a göre aile danışmanlığı aile üyeleri arasında sağlıklı bir iletişim ortamının oluşturulması için gerçekleştirilen psikolojik bir yardım sürecidir. Aile danışmanı aileyi bütün olarak inceler. Hazırladığı ortamda bireylerin iletişim sorunlarının ana kaynağını görmelerine yardımcı olur. Bireysel psikolojik danışma yaklaşımları bireyin duygu, düşünce, davranış ve kişilik oluşumlarını değiştirmeyi amaçlamakta, problemlerin asıl kaynağını bireyin kişilik yapısında aramışlardır. Aile danışmanlığı ise problemi çözerken direkt aile fertleri arasındaki etkileşimi inceleyerek, bu durumun soruna ne derece etkisi olduğunun değerlendirilmesi gerektiğini ileri süren bir yaklaşımdır (Demirbilek, 2015, s. 110).

Çevrimiçi psikolojik danışma genel anlamda şu şekilde ifade edilmektedir: "Teknolojiyi kullanarak, uzaktan psikolojik destek verme süreci ve güvenilir bir platform kullanarak, kamerayla gerçekleştirilen seanslar, telefon bağlantısı ya da mesajlaşma yoluyla psikolojik destek verme ve yardım alma şeklidir" (Mallen ve Vogel, 2005;

Pomerantz, 2002). Çevrimiçi veya çevrimiçi terapi olarak da belirtilen psikoterapi uygulaması yüz yüze yapılan psikoterapi uygulamasından farklı olarak internet kullanımının artmasıyla birlikte günümüzde hızla artan ve son yıllarda gittikçe yaygınlaşan bir terapi çeşididir (Tuzgöl, 2020, s.68). Farklı kaynaklarda farklı farklı isimlerle anılan çevrimiçi terapiler bilgisayar, telefon, mobil cihazlar gibi elektronik ortamda kullanılan herhangi bir iletişim aracıyla gerçekleştirilmektedir (Manhal-Baugus'den akt. Prabhakar, 2013).

2019 yılı Aralık ayında, ilk defa Çin'in Wuhan şehrinde görülen Kovid-19, doktorlar tarafından bulaşıcı bir solunum yolu hastalığı olarak tanımlanmıştır. Dünya Sağlık Örgütü Kovid -19'u, 11 Mart 2020 yılında küresel salgın olarak ilan etmiştir (WHO, 2020). Sosyolojik açıdan değerlendirildiğinde salgın dönemlerinde toplumsal dayanışmalar da artış görülmektedir. Kovid-19 süreci, insanlarda dayanışmayı arttırsa da, virüsün bulaşıcı özelliği sebebiyle insanların birbirlerinden uzaklaşmalarına da sebebiyet vermiştir. Belli bir grubun ise dışlanmasına da ayrıca neden olmuştur. Örneğin, gençler ve yaşlılar, etiketlenip dışlanabilen grupları oluşturmaktadır (Karakaş, 2020). Toplumsal olaylar ve sorunlar kişilerde kaygıya yol açmaktadır. Bu kaygıyı gidermek anlamında özellikle psikolojik danışmanlık ve aile danışmanlığı pandemi dönemi gibi olağanüstü zamanlarda dijital ortamlara evrilmiştir. Bireyler ve danışmanlık yapan kişiler uzaktan/ çevrimiçi platformlara yönelerek ihtiyaçlarını ve kaygılarını azaltmaya yönelmişlerdir.

Psikolojik açıdan ise Kovid-19'la birlikte farklı yaş gruplarında, hastalığın olumsuz tesirlerinin olduğu gözlemlenmiştir. Örneğin; Figueiredo ve ark. (2021), Kovid-19'la birlikte çocuklarda ve ergen bireylerde sağlıksız beslenmenin çoğaldığını; aile içinde ise taciz, istismar oranında artış görüldüğünü; toplumsal sınırlandırılmayla birlikte huzursuzluk ve moral bozukluğu duygularında artmanın meydana geldiğini belirtmektedirler.

Aile danışmanları da birçok insan gibi Kovid-19'dan mesleki olarak olumsuz etkilenmişlerdir. Yaşanılan bu etkilenme ile birlikte, aile danışmanlığı hizmetini yüz yüze ve çevrimiçi olarak uygulamaya devam etmektedirler. Bu bağlamda aile danışmanlarına yönelik olarak bu çalışmanın yapılması önemli görülmüştür. Bu çalışmayla, alan uzmanı olan aile danışmanlarının Kovid-19 pandemi döneminde vermiş oldukları danışmanlık hizmetinin, çevrimiçi platformlarda nasıl uygulandığı ne gibi problemlerle karşılaştığı, danışmanlığın verimliliği, danışman-danışan iletişiminin nasıl sağlandığı gibi sorulara cevap aranmıştır.

Aile Danışmanlığı

Aile, insanlığın mevcudiyetinden itibaren var olan, toplumun kökenini oluşturan kurumdur. Geçmişten günümüze kadar olan süreçte, birçok konuda olduğu gibi aile konusunda da ciddi değişiklikler yaşanmıştır. Geniş ailenin çekirdek aileye doğru evrilmesi ailede yaşanan en büyük değişikliğin başında gelmektedir (Kır, 2011, s. 1). Teknolojide yaşanan hızlı ilerlemeler toplumun yaşantısını etkilemiş ve aile modelinin başkalaşmasına neden olmuştur. Değişen aile yapısında fertler, birbirleri arasında uyumu yakalamakta zorlanmaktadır. Bundan dolayı modern topluma geçiş sürecinde, toplumsal hayata adaptasyon zorluğu yaşayan ailelere destek sağlamak amacıyla geliştirilen faaliyetlerden bir tanesi de aile danışmanlığıdır (Demirbilek, 2015, s.110).

“Terapi” ve “Danışmanlık” terimleri literatürde karşılıklı olarak birbirlerinin adına kullanılan terimlerdir. Bu konuda farklı görüşler olmasına karşın kısaca belirtmek gerekirse; Aile Danışmanlığı Uygulaması (ADU), “Aile Terapisi” diye belirtilen hizmetin ismidir (Zastrow, 1995, s. 89-90). Aile danışmanlığı 1970’lerin son yıllarında “terapi” olarak kabul görmüştür (Özabacı ve Erkan, 2014, s. 27).

Aile Danışmanlığı; danışmanlığın kişilerin kendilerini anlamalarını sağlama, farkındalık kazandırma gibi görevleri bulunmaktadır. Bu kapsamda aile danışmanlığı; güçlü bir iletişim ortamının oluşturulması için ailenin tüm fertlerine uygulanan psikolojik yardım faaliyetidir. Ailenin fonksiyonel özellikleri açısından aile ve çevre ilişkilerinde rastladığı problemlerin çözümüne özgü uzmanlık gerektiren hizmetler bütünüdür (Aktaş, 2015, s. 122-123).

Aile danışmanlığı kavramı, geleneksel psikoterapiden ayrışarak aileye has ve farklı biçimde yeni sorun çözme metodu olarak 1950’lerde yararlanılmaya başlanmıştır (Demirbilek, 2015, s.110). Aile danışmanlığıyla, aileler hayata dair yaşadıkları sorunlarını, bir dereceye kadar sağlıklı kabul edilecek ailelere, yaşadıkları problemlerin üstesinden gelebilmeleri için katkıda bulunulması ve aile sisteminin güçlendirilmesi amaçlanmaktadır (Korkut, 2001, s.115). Aile danışmanlığı problem çözerken direkt aile fertleri arasındaki iletişimin ve etkileşimin incelenmesini ve aile bireyleri arasındaki ilişkinin soruna ne derece etki ettiğinin değerlendirmesini gerçekleştiren bir yaklaşımdır (Turan, 1999).

2. YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada bilimsel araştırma yöntemlerinden nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Nitel araştırmayı, görüşme, gözlem ve doküman analizi gibi veri toplama yöntemlerinin kullanıldığı, algıların ve olayların doğal ortamda gerçekçi ve bütüncül bir biçimde ortaya konmasına yönelik öznel ve yorumlayıcı bir süreç olarak tanımlamak mümkündür (Yıldırım ve Şimşek, 2008, s. 39).

Araştırma, nitel araştırma yöntemlerinden fenomenoloji (olgu bilim) deseninde yürütülmüştür. Fenomenolojik araştırma deseni, bir veri veya görüşle alakalı tüm deneyimlerin bir araya getirilmesi ve bütün bu tecrübelerin ortak noktalarının tanımlanarak, söz konusu veri ve görüşlerle alakalı detaylı bir betimleme yapılmasıdır (Creswell, 2016, s. 193).

2.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın katılımcı grubunu; görüş ve tecrübeleriyle çalışmaya katkı sunabilecek, psikolojik danışma merkezlerinde çalışan, amaçlı örnekleme yöntemlerinden kolay ulaşılabilir durum örnekleme ile belirlenen 19 aile danışmanı oluşturmaktadır. Kolay ulaşılabilir durum örneklemesinin yapılan çalışmaya ekonomik olarak ve hız bakımından katkı sunduğunu ifade etmektedir (Yıldırım ve Şimşek, 2011). Amaçlı örnekleme modelinin ana teması, araştırmaya konu olan kişi ve hususlar hakkında belirli bir amaç doğrultusunda derinlemesine bilgi toplamaktır (Özdemir, 2019). Yapılan görüşmelerin derinlemesine bilgi içermesi nedeniyle verilerin daha etkin bir şekilde analiz edilebilmesi için 19 kişiden oluşan örneklem sayısı yeterli bulunmuştur. Katılımcıların düşüncelerine yer verilirken gerçek adları değil; verilen kod adları kullanılmıştır. Kodlama K1, K2,... şeklinde yapılmıştır.

Tablo 1. Çalışma Grubunda Bulunan Aile Danışmanlarına Ait Demografik Bilgiler

Katılımcı	Cinsiyet	Yaş	Eğitim Durumu	Mezun Olduğu Bölüm	Mesleki Kıdem (Yıl)	Çalışma Şekli	Tercih Edilen Çalışma Düzeni
K1	Kadın	23	Yüksek Lisans	Sosyoloji	1,5	Hibrit	Yüz yüze
K2	Kadın	47	Lisans	Sosyal Hizmetler	2,5	Hibrit	Çevrimiçi
K3	Kadın	29	Lisans	Psikoloji	5	Çevrimiçi	Çevrimiçi

Katılımcı	Cinsiyet	Yaş	Eğitim Durumu	Mezun Olduğu Bölüm	Mesleki Kıdem (Yıl)	Çalışma Şekli	Tercih Edilen Çalışma Düzeni
K4	Kadın	34	Lisans	PDR	10	Çevrimiçi	Yüz yüze
K5	Kadın	28	Yüksek Lisans	PDR	4	Hibrit	Yüz yüze
K6	Kadın	42	Lisans	Sosyoloji	2,5	Hibrit	Yüz yüze
K7	Kadın	29	Yüksek Lisans	Psikoloji	7	Hibrit	Yüz yüze
K8	Kadın	29	Yüksek Lisans	PDR	6	Hibrit	Hibrit
K9	Kadın	52	Yüksek Lisans	Sosyoloji	2,5	Hibrit	Çevrimiçi
K10	Kadın	31	Yüksek Lisans	Psikoloji	5	Hibrit	Yüz yüze
K11	Kadın	28	Yüksek Lisans	Psikoloji	4	Hibrit	Yüz yüze
K12	Kadın	42	Yüksek Lisans	Sosyoloji	2	Çevrimiçi	Çevrimiçi
K13	Kadın	43	Yüksek Lisans	Sosyoloji	8	Hibrit	Hibrit
K14	Kadın	41	Yüksek Lisans	Sosyoloji	3	Hibrit	Hibrit
K15	Kadın	23	Yüksek Lisans	Sosyoloji	1	Çevrimiçi	Çevrimiçi
K16	Kadın	44	Yüksek Lisans	Sosyoloji	2	Hibrit	Çevrimiçi
K17	Kadın	50	Yüksek Lisans	Psikoloji	3	Hibrit	Çevrimiçi

Katılımcı	Cinsiyet	Yaş	Eğitim Durumu	Mezun Olduğu Bölüm	Mesleki Kıdem (Yıl)	Çalışma Şekli	Tercih Edilen Çalışma Düzeni
			Lisans				
K18	Kadın	27	Yüksek	Psikoloji	4	Yüz	Yüz
			Lisans			yüze	yüze
K19	Kadın	30	Yüksek	Psikoloji	5	Hibrit	Hibrit
			Lisans				

2.3. Veri Toplama Aracı

Araştırma için veriler; yarı yapılandırılmış görüşme tekniğiyle toplanmıştır. Görüşme formunun oluşturulmasında, literatür taraması yapılmış; alanda uzman (eğitim yönetimi-psikolojik danışmanlık ve rehberlik) ve nitel araştırma yapmış iki doçent akademisyen ile görüşme gerçekleştirilmiştir. Yapılan görüşme neticesinde elde edilen veriler doğrultusunda görüşme formu tekrar değerlendirilerek, yarı yapılandırılmış taslak görüşme formu oluşturulmuştur. Formda 5 demografik soru ve 13 ana soruya yer verilmiştir. Taslak görüşme formunun geçerliliğini sağlamaya yönelik 3 aile danışmanı ile görüşülerek pilot uygulama gerçekleştirilmiştir. Görüşme formunda katılımcıların çevrimiçi aile danışmanlığına yönelik algılarına, süreci bir danışman olarak nasıl yönettiklerine, danışanlarda bu sürecin nasıl yorumlandığına, danışan ve danışman açısından çevrimiçi sürecin faydalarının ya da olumsuzluklarının neler olduğunu anlamaya yönelik sorular sorulmuştur. Aile danışmanları ile yapılan görüşmeler neticesinde elde edilen veriler, soruların amaca uygun olup olmadığı ve soruların anlaşılıp anlaşılmadığı dikkate alınarak düzenlemeler yapılmıştır. Katılımcıların tecrübelerini daha iyi ortaya çıkarabilmek için ayrıca sondaj sorudan faydalanılmıştır. Sondaj soru, burada görüşmeci görüşme yaptığı kişilerin vermiş olduğu cevapları irdeleyerek daha detaylı bilgi almaya çalışır. Konu ile alakalı tekrarlı sorular yöneltilecek ayrıntıya ulaşılmaya çalışılır. Bu tarz sorular takip sorularıyla benzerlik gösterse de mantıksal bir sıralama olmadan tamamen içgüdüsel olarak araştırılan konuya sondaj yapılabilir (Kvale, 1994).Görüşme formuna son hali verildikten sonra uygulamaya geçilmiştir.

2.4. Verilerin Toplanması

Araştırmanın verileri, araştırmaya gönüllü olarak katılan aile danışmanlarından toplanmıştır. Öncelikle, aile danışmanlarına araştırmanın amacı belirtilmiş ve kişisel

bilgilerinin gizli kalacağı ifade edilmiştir. Sorular katılımcılara araştırmacı tarafından doğrudan yöneltilmiş ve anlaşılmayan noktalarda ek açıklamalar yapılmıştır. Görüşmelere, katılımcıların uygun bulduğu zamanlarda çalıştıkları psikolojik danışma merkezlerinde, araştırma hakkında bilgilendirilmeleri ve onaylarının alınması sonrasında başlanmıştır. Yapılan görüşmeler ortalama 30 ile 40 dakika arasında sürmüştür. Görüşme sırasında anlaşılmayan yerler araştırmacı tarafından katılımcının fikrini etkilemeyecek şekilde açıklanmış ayrıca eksik bilgi verildiği hissedilen yerlerde katılımcılara ek sorular yöneltilmiştir. Görüşme kapsamında elde edilen veriler, katılımcıların onayıyla ses kaydı alınarak ve araştırmacı tarafından görüşme esnasında tutulan notlar sayesinde kayıt altına alınmıştır.

2.5. Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında, çevrimiçi aile danışmanlığının temel problemlerini belirlemek ve problemlere yönelik çözüm önerileri geliştirmek amacıyla aile danışmanlarının düşünceleri alınarak toplanan veriler; nitel analiz türlerinden biri olan içerik analizi yöntemi kullanılarak yapılmıştır. Nitel veri analizinde araştırmacı elde ettiği verilerden hareket ederek, bu verilerin bünyesinde yer alan görünmeyen bilgiyi keşfetmeye ve ortaya çıkarmaya çalışmaktadır (Özdemir, 2019).

Nitel veri analizleri içerisinde en çok uygulanan metot olan içerik analizi, genel olarak görsel ve yazılı metinlerin analizlerinin yapılmasında kullanılan bir metottur. İçerik analizinde tümden gelimci bir yol uygulanmaktadır. Araştırmacı ilk olarak araştırma konusuyla alakalı kategoriler oluşturmaktadır. Sonraki süreçte incelenen veri setinde, oluşturulan kategoriler içerisinde yer alan, kelime, cümle veya resimleri belirlemektedir. Kategori oluşturma süresinde araştırmacı dikkatli olmalı ve benzer bir çalışma yapacak olan araştırmacılar içinde benzer sonuçlara ulaşabilecek uygun kategoriler oluşturulmasına imkân sağlamaktadır (Silverman, 2001).

Yıldırım ve Şimşek (2005)*e göre nitel veri analizi: verilerin kodlanması, temaların bulunması, kodların ve temaların düzenlenmesi ve bulguların tanımlanması ve yorumlanması olmak üzere 4 aşamada yapılmaktadır.

1.Verilerin kodlanması: Araştırmacı bu aşamada elde ettiği verileri detaylı inceleyerek bölümlere ayırır ve ayrılan her bölümün kavramsal açıdan ne anlama geldiğini ifade ettiğini bulmaya çalışır. Bu bölümler bazen bir kelime, bir cümle, bir paragraf ya da bir sayfadan oluşan bir veri olabilir. Kendi içerisinde bir anlam ifade eden bu bölümler araştırmacı tarafından kodlanır.

2.Temaların bulunması: Kodlama işlemi gerçekleştirildikten sonra verileri genel hatlarıyla açıklayan ve kodları kategorize edecek temaların olması gerekir. Temaların

bulunma aşamasında kodlar bir araya getirilir, incelenerek kodlar arasında ortak yanlar bulunmaya çalışılır.

3.Verilerin kodlara ve temalara göre düzenlenmesi ve tanımlanması: Temaların kodlama aşamasından sonra sırayı verilerin ortaya çıkan kodlara ve temalara göre düzenlenmesi alır. Bu aşamada verilerin, okuyucular tarafından anlaşılır olması ve yorumlanabilir olması önem taşımaktadır.

4.Bulguların yorumlanması: Detaylı olarak anlatılan ve sunulan bulgular son aşamada yorumlanarak araştırmacı tarafından birtakım sonuçlar ortaya çıkarılır. Nitel araştırmalarda araştırmacı verileri toplama sürecinde aktif bir rol oynadığı için konuyla alakalı yapacağı çıkarımlar büyük önem taşımaktadır. Ancak ortaya koyulan çıkarım üçüncü aşamada ortaya konulan verilerle bağıntılı olmak zorundadır.

2.6. Geçerlik ve Güvenirlik

Nitel verilerin toplanması için aile danışmanlığı yapan 19 psikolog ve sosyologla görüşmeler gerçekleştirilerek mesleki tecrübelerinden yararlanılmaya çalışılmıştır. Aile danışmanları ile randevulaşarak belirlenen gün ve saatlerde bir kısmıyla yüz yüze bir kısmıyla da İstanbul dışında yaşamaları nedeniyle çevrimiçi görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Yapılan görüşmelerde bir kısmının sorulara verdikleri cevaplar katılımcıların onaylarıyla ses kaydına alınmışken bir kısmının verdiği cevaplar not tutulmuştur. Gerekli durumlarda katılımcının durumuna göre sorular tekrar sorulmakla birlikte görüşme soruları açık bir şekilde ifade edilmiştir. Her görüşme sorusu sonunda katılımcıya araştırmacı tarafından elde edilen verileri doğru olarak yansıtıp yansıtmadığı sorularak katılımcıdan onay alınmaya çalışılmıştır. Görüşme öncesi görüşmenin içeriği ile ilgili bilgilendirme yapılarak araştırma raporunda katılımcıların kesinlikle isminin yer almayacağı, kodlanacağı belirtilmiştir. Yapılan görüşmenin sadece araştırma amacıyla kullanılacağı belirtilerek elde edilen verilerin nerede, nasıl kullanılacağı ile ilgili gerekli bilgiler verilmiştir. Görüşmeler, zaman sınırlaması olmadan ancak genel olarak 30-40 dk arasında değişen sürelerde gerçekleştirilmiştir. Görüşme soruları ile araştırma sürecinin tutarlı olmasına dikkat edilmiştir. Araştırmada yanlışlık yaşanmaması için katılımcıların görüşleri olduğu gibi kaydedilmiş, ayrıca çalışmada gerekli yerlerde bu görüşlere katılımcıların aktardığı şekliyle yer verilmiştir. Ayrıca araştırmacının dış güvenirliliğini (teyit edilebilirlik) sağlamak için, görüşme formunu geliştirme süreci ve bu süreçte yararlanılan kaynaklar kaydedilmiştir.

Araştırmacının aktarılabilirliği için görüşmeden elde edilen bulgular yorum yapılmadan sunulmuştur. Elde edilen veriler sonuç kısmında uygun bir şekilde

tartışılmıştır. Araştırmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları ve süreci, verilerin analizi ve yorumlaması gibi aşamalar ayrıntılı bir biçimde açıklanarak araştırma sürecinde yapılanlar hakkında bilgi verilmiştir.

Bu çalışmada nitel araştırmanın inandırıcılığın artırılması amacıyla farklı alan mezuniyeti olan katılımcılardan veri toplanarak çeşitleme yapılmıştır. Araştırmanın nitel boyutunun dış geçerliği, amaçlı örnekleme tekniği kullanılarak katılımcıların konu hakkında bilgi sahibi olduğu düşünülen kimselerden seçilmesi ile sağlanmıştır. Araştırmanın tutarlığının sağlanabilmesi amacıyla bir görüşme formu hazırlanmış ve her katılımcıya soruların aynı şekilde sorulmasına özen gösterilmiştir. Elde edilen verilerin kodlamaları yapılırken bir akademisyenin de görüşleri alınmış, araştırmacı tarafından belirlenen temalar ve kodlar birlikte gözden geçirilmiştir.

2.7. Araştırmacının Rolü

Nitel araştırmalarda araştırmacı bizzat çalışma alanına giderek, kişilerle direkt iletişim kuran, bütün olayları ve süreci deneyimleyen kişidir. Şayet araştırma yapan kişi katılımcı bir görev üstlendiyse bunu ifade etmelidir. Araştırmacı kendi çıkarımlarını ve ön yargılarını analiz sürecine dâhil etmemeye önem göstermelidir (Yıldırım ve Şimşek, 2008, s.88). Bu bağlamda araştırmacı mümkün olduğunca katılımcıların iş ortamında görüşmeleri yapmıştır. Nitel araştırmalarda araştırmacının tarafsızlığını koruyabilmesi için araştırma yaptığı konuya, durum ve olguların mevcut ortamına müdahale etmemesi gerekmektedir. Bu araştırmada mümkün olduğunca tarafsız davranmaya ve katılımcıları etkilememeye özen gösterilmiştir.

3. BULGULAR

Görüşmelerden elde edilen veriler analiz edildiğinde çevrimiçi aile danışmanlığı konusundaki düşünceleri "Ön Hazırlık, Gereklilik, Engeller, Çift Terapisi, Terapi Sonrası Hisler, Güven Tesis Etme ve Tercih" olarak 7 kategori altında incelenmiştir.

"Eğer benim dediğimi tam zamanında duyabiliyorsa onun dediğini ben tam zamanında duyabiliyorsam ve yüz ifadelerini mimiklerini bir sıkıntı olmadan kopma olmadan görebiliyorsak yüz yüzedeki çok da bir farkı yok tamamen verimli bir şekilde gerçekleştirilebiliyor. O bakımdan normal seanslarımız nasılsa yüz yüzeyle çevrimiçi de aynı şekilde devam ediyor. Prosedür yüz yüze ile tamamen aynı." (K19)

Ön Hazırlık

Katılımcılara "Görüşme öncesi hangi hazırlıkların yapılması gerektiği" sorulmuştur. Katılımcıların bu soruya verdikleri cevaplar "Teknik Donanım Hazırlıkları" ve "İçeriğe Yönelik Hazırlıklar" olarak iki başlıkta toplanmıştır.

Teknik Donanım Hazırlıkları

Katılımcılar görüşmeler öncesi teknik donanım olarak; internet bağlantısı (f=8), dış uyarılardan izole ortam oluşturulması (f=5), güç kaynağı kontrolü (f=4) ve ses ve görüntü kalitesi (f=3) kontrollerinin yapılması gerektiğini belirtmişlerdir.

"...internet gerekir çünkü çevrimiçi de can sıkıcı olabiliyor çekmiyor danışanın bulunduğu yerde vs. öncesinde bunun kontrol edilmesi gerekir." (K10)

"Ortamın müsait olması, sessiz olması, görüşmeye uygun olması dışardan bir müdahale olmayacak görüşmeyi bölmeyecek şekilde bununda sağlanması gerekli." (K16)

"Evet şu şekilde özellikle mesela bilgisayar kullanmak istiyorlarsa ya da laptop kullanmak istiyorlarsa tabii ki laptopta batarya, telefonda da o şekilde bataryalarına dikkat etmeleri gerekir. Çünkü seans esnasında aniden birden kesinti olabiliyor. Ve o an çok ciddi bir şey konuşulabiliyor ya da teknik uyguluyorsunuz danışanınıza o biraz sektire ugradığında sorun olabiliyor." (K13)

"Ses geçirmeyen kulaklık önemli. Bilgisayarın ses sisteminin de iyi olması gerekiyor. Ayrıca kameranın görüntü kalitesinin de iyi olması önemli hususlardan." (K7)

Katılımcıların gerek görüşme öncesi yapılması gereken hazırlıklar için gerekse sonrasında görüşme esnasında kendilerini en çok zorlayan konular arasında bağlantı problemlerinden bahsetmeleri çevrimiçi terapi uygulamalarında terapistlerin terapinin sağlıklı yürütülmesinin önündeki en önemli problem olarak bağlantı sorunlarını gördüklerini ve bu duruma dikkat edilmesi gerektiğini belirttikleri görülmektedir.

İçeriğe Yönelik Hazırlıklar

Katılımcılar içeriğe yönelik olarak ise; uygulanan terapi tekniğine göre hazırlık (f=5), ön görüşme (f=2) ve anket uygulama (f=3) etkinliklerinin yapılması gerektiğini belirtmişlerdir.

"...danışanla görüşürken ihtiyacı olan teknikleri görüşme sırasında zaten uygulamayı kullanmaya başlıyoruz. Ya da ona göre bir strateji ve yol çiziyoruz." (K16)

"Ben bir ön görüşme yapıyorum önce bir 10 dakika kadar. Ondan sonra kafamda gelen kişide şikâyetini söylüyor hani o kavramlar içerisinde kuramlar içerisinde ve onun üzerine diyorum ki geçmişe yönelik okuduğum şeyleri tekrar tekrar gözden geçiriyorum ki kafamda belirsin danışmanla görüşmeden önce." (K9)

"...danışmanın yapması gereken hazırlıklar bir kere danışanın bir anamnez formu hazırlaması, danışanın bilgilerini sıra sıra sormak, onun kendi içine dair sorununu iyi anlamak ilk seansta." (K5)

Gereklilik

Katılımcılara "Çevrimiçi aile danışmanlığının faydaları" sorulmuştur. Katılımcılar bu soruya; ulaşılabilir olmak (f=5), zamanı ayarlamak (f=4), konfor alanını terk etmemek (f=2), uygun fiyatlı olmak (f=1) ve yüz yüze iletişim problemleri (f=1) cevaplarını verdikleri görülmüştür.

"Çevrimiçi aile danışmanlığı bence herkese ulaşabilmek. Her kesime ulaşabilmek, iletişim kurabilmek." (K9)

"Bu noktada şöyle bir rahatlığı var daha rahat bir saatler de geç saatlerde tercih edilebiliyor." (K10)

"O konfor alanında çıkmamak yakınlaşırsam çok yakından destek alırsam yakın olursam çok yakınlaşırsam yanarım çok uzaklaşırsam donarım diye bir terim vardır bizim psikolojide o insanların alt yapısıyla da alakalı olabilir." (K13)

"Bir de daha da ucuz oluyor. O da mesela insanların çok iyi bir sebep yani." (K15)

"Aile içinde gelişen durumlar karşısında belli dönemlerde yaşanan uyum düzenlerindeki değişimlerde, iletişim problemlerinde başa çıkamadıkları durumda uzman desteğiyle seansların çevrimiçi ortamlarda yapılmasıdır." (K4)

Katılımcıların çevrimiçi terapi konusunda özellikle İstanbul gibi kalabalık bir şehirde yaşamının getirdiği trafik gibi zorlukların yanı sıra yine çevrimiçi terapi sayesinde ülkenin çok farklı köşelerinden danışmanlara ulaşma imkanına eriştiklerini

belirtmeleri dikkat çekicidir. Katılımcılar gözünde çevrimiçi terapinin en bariz avantajı görüşmelerin planlanmasında zamanın çok daha efektif kullanımı ve danışmanların terapistle ulaşımlarının kolaylaşması olduğu görülmektedir.

Engeller

Katılımcılara “Çevrimiçi aile danışmanlığında en çok karşılaştıkları sorunlar” sorulduğunda katılımcıların yine bu soruda da özellikle bağlantı problemlerine dikkat çektikleri görülmektedir. Katılımcıların verdikleri cevaplar “Koşullara Yönelik Engeller” ve “Terapiye Yönelik Engeller” iki başlıkta gruplandırılmıştır.

Koşullara Yönelik Engeller

Katılımcılar çevrimiçi aile terapilerinde terapi öncesi aşamada en çok; bağlantı problemleri (f=13) ve ücret takibi (f=2) konularında sorun yaşadıklarını belirtmişlerdir.

“En başta teknik problemler. Gerçi internetin çekmemesi ya da bazen böyle yani yaşı ilerde danışmanlarınız olduğunda işte ya ben onu bilemezsem ya açamazsam ben ararım dediğim de ben onu açmayı bilemezsem gibi teknik donanımın olmadığı kimseler oluyor. O nedenle teknik bizim için çok kıymetli, internetin çekmemesi, cihaz kullanmayı bilmemeleri gibi bazı dokunsal danışmanlarda zorlanmaktayız. Konuyu dağıtmakta ve uzatmakta anlaşılamadığımız için bu da olumsuz yanları oluyor. Genel de teknik açıdan sıkıntı yaşıyorum.” (K12)

“Benim en çok karşılaştığım işte bu internet kesintileri. O sırada görüntünün donması, sesin gitmesi. Bir şekilde iletişimin kopması en sık karşılaştığım uygulama sırasında sorun buydu.” (K18)

“Bir de şey internet kesilebiliyor. Bağlantı kesildiği an sen zaten iletişim olarak kopuyorsun. Terapi sekteye uğruyor. En büyük problem bu, internet bağlantısı.” (K2)

“...bazen şey oluyor hani danışan nasıl desem bir bedel ödeniyor ya o açıdan biraz sıkıntı oluyor. Hani sen biraz peşinden gitmen gerekiyor. Bugün katılacak mısınız gibi bir mesaj atmam gerekiyor.” (K15)

“Ücret ödemesi konusunda çok sıkıntılar oluyor. Çünkü size geldiği zaman parayı bırakıp gidiyor danışan. Ama çevrimiçi da unutup bazen bir iki gün geçiyor. Bazen hatırlatmak gerekebiliyor. Buda terapist için işte etik çerçeveyi baştan konuşup net bir şekilde belirlemek gerekiyor. Buda olumsuzluk olabilir.” (K5)

Terapiye Yönelik Engeller

Katılımcılar terapi esnasında ise; danışanla etkili bağ kuramama (f=10) ve mahremiyet ihlali (f=7) konularında sorunlarla karşılaştıklarını belirtmişlerdir.

“Danışman oradan bir destek veremiyor. Bir ağlasa en azından elini omzuna koyabilirsiniz. Bir mendil uzatabilirsiniz. İşte hani orada duygu boşalması o yük oluyor çünkü duygu boşalması oluyor. O biraz yarım kalıyor çevrimiçi da siz izin veriyorsanız biraz falan filan ama göz göze o farklı. Aynı ortamda olmanın şeyi farklı. Belki boşaltıyor duygusunu ağılıyor ediyor ama sizin ona verdiğiniz destek eksik kalıyor gibi hissediyor olabilir. Çünkü bir tensel temas yok dediğim gibi yani insanlar genelde böyle durumlar da yanında isterler birilerini.” (K14)

“Danışanlar ile terapatik ilişkiyi biraz etkilemektedir. Yüz yüze yapılan seanslarda daha kuvvetli terapatik ilişki kurulduğunu fark ettim.” (K1)

“...danışmana kolay ulaşım sağlandığı için çabukta vaz geçilebiliyor. Yüz yüze seanslara göre bağ kurmanın zor olduğu, enerji akışının sağlanmasında ekranın engel teşkil ettiğini deneyimledim. Ayrıca danışanın dikkati daha çabuk dağılabiliyor.” (K4)

“Bir de şunu söyleyebilirim, evde başkaları varsa danışan için çok büyük problem. Sesim gider mi? Gitmez mi? Bizim için de öyle içerde kapıyı kapattın mı kapatmadın mı? Obsesif kişiler çok görüyorum. Bir daha kontrol edeyim geleyim. Evde birilerinin olması da onlar için zorlayıcı oluyor kendilerinden bahsederken. Eşi ile alakalı problem yaşıyorsa eşi evdeyse çok zor.” (K5)

“Aynı zamanda danışanlar her zaman seans için uygun ortamda olmayabiliyor. Bu yüzden anlattıkları da kısıtlı olabiliyor. Kendisini rahat hissetmeyebiliyor. Her an onu birisi duyacakmış gibi hissediyor. Bu yüzden danışanların rahatsız olduğu alanlar olabiliyor.” (K1)

Çift Terapisi

Katılımcılar meslektaşları arasında da terapi alan danışanların kendilerini ifade etmede çekinceleri olabileceğine inanıldığını belirtmişlerdir. Ancak bunun aksine katılımcıların büyük bölümü çevrimiçi terapide çiftlerin birbirlerini rahatlıkla ifade ettiklerini belirtmişlerdir.

“Yani ifade edemeyen birine, çifte henüz rastlamadım. Yani genel olarak terapi esnasında bu tarz yani bunun çevrimiçinden kaynaklı düşünmüyorum.” (K3)

“Danışanların sorunlarını ifade etmesinde çevrimiçi veya yüz yüze olmasının farkı

olduğunu düşünmüyorum. Danışan problemini ifade etmiyorsa farklı direnç alt yapısı vardır.” (K8)

Sıkça Konuşulanlar

Bununla birlikte katılımcılar danışanları ile çevrimiçi görüşmelerde daha çok; iletişim problemleri (f=5), çocuklar (f=4) ve eşini suçlama (f=3) konularının dile getirildiğini belirtmişlerdir.

“En çok karşılaşılan iletişim hataları, birbirlerine çok fazla eleştiren yaklaşma, bir sorunu dile getirirken hakaret boyutunda konuşmalar. Bununda zamanla soğukluğa neden olması. Ve artık bunun iletişim boyutunda başlayıp bütün fiziksel paylaşımlarını geri çekmeye doğru giden bir süreç.” (K18)

“Çocuğun yaşadığı problemlerden bir haber işte ne bileyim dersler kötü ama neden kötü olduğunun farkında değiller ya da bir sorun yaşıyor okulda akran zorbalığı yaşıyor onu bilmiyorlar. Genelde de böyle çocuklarla ilgili sorunlara yansıyor eşlerle olan sorunlar.” (K14)

“Çiftler genelde birbirlerini suçlama konusunda çok iyiler diyebilirim. Genelde şikayet bu tarz durumlarla geliyorlar.” (K3)

Zor Konular

Katılımcıların çevrimiçi terapide; cinsellik (f=11), şiddet/istismar (f=2) ve aldatma (f=3) konularının konuşulması noktasında sorun yaşadıklarını belirttikleri görülmüştür.

“Cinsel konu çiftlerin tabu olarak gördüğünü, sorun dahi olsa bunları birbirlerine bile söylemeden, görmezden gelerek yaşamayı devam etmeyi tercih ettiklerini deneyimledim.” (K4)

“Cinsel konular bizim toplumla alakalı da olduğu için cinsel konular da tabi ki daha da zorlanıyorlar.” (K13)

“Şunu söyleyebilirim bir yerde istismar ya da şiddet varsa buna bir takım müdahale gelebilir. Bu nedenle bu konular dışında kalan her konuyla rahat bir şekilde yapılabilir.” (K1)

“Aldatma konularına çok net ayrıntıları veremiyorlar önce.” (K2)

Terapi Sonrası Hisler

Katılımcılara “Çevrimiçi aile danışmanlığında kamera karşısın da problemlerini anlatmak, anlatılan sorunu anlayıp ona uygun çözüm yolları bulabilmek danışan ve danışman da ne gibi hisler uyandırıyor?” sorusu yöneltildiğinde ise terapi

uygulayıcıların çevrimiçi terapi sonrası danışan ve danışman açısından farklı hisleri taşıdıklarını belirttikleri görülmüştür.

Danışanda

Katılımcılar danışanlarının çevrimiçi terapi sonrası; rahatlama (f=4), tatmin (f=2) ve güven (f=1) hislerini yaşadıklarını belirttikleri görülmüştür.

“Aslında danışan için rahatlama hissine sebep olabiliyor diyebilirim.” (K5)

“Yüz yüze denk gelmedim. Ama daha rahatlar diyebilirim bu konuda.” (K12)

“Tecrübelerime göre danışanlarda da tatmin hissi uyandırıyor.” (K1)

“Danışan bundan mutluluk duyuyor ve güvende olduğunu belirtiyor. Seanstan sonra rahatladığını belirtiyor.” (K1)

Danışmada

Katılımcılardan görüş belirtenlerin tamamı ise çevrimiçi terapinin danışmanlar açısından verimlilik hissi üzerinde durdukları görülmüştür.

“Terapist açısından da bir yerden camekan yani ekran kısmının kaldığı için oradan danışana odaklanıldığı için burada da terapinin içeriğinin sağlıklı verimsiz olduğunu söyleyemem.” (K10)

Güven Tesis Etme

Katılımcıların çevrimiçi terapi konusunda danışanları tarafından güven noktasında herhangi bir olumsuz bildirim almadıklarını belirtmişlerdir. Ancak buna karşın katılımcılar standart bir prosedür olarak danışanlarına; etik bilgilendirme formu (f=4), kayıt alınmaması (f=3), teoriye uygun soru sorma (f=1) ve samimiyet kurma (f=1) gibi güven tesis etmeye yönelik faaliyetlerde bulduklarını belirtmişlerdir.

“Güvenin oluşması için etik ilkeler hakkında bilgilendirme yaparak başlıyorum seansa.” (K8)

“Ben güven duygusunu sağlamak için bir kayıt altına alınmıyor. Bu oda da sadece ben varım. Not aldığım defteri görebiliyorlar. İstedığınız zaman defteri sizinle paylaşabilirim gibisinden şeyler söylüyorum.” (K15)

“Teori elbette önemli aynı yerde saydığımızı düşündüğümüz durumlarda uygun teorinin ilgili sorular gerekli olabiliyor.” (K4)

“Güven sağlamak için samimi olmaya çalışıyorum. Samimi derken gerçek olmaya çalışıyorum. Buda tabii sürekli gülmek kıkırdaşmak gibi değil de gerçek oluyor olmak. Yani sorduğu soruya samimi ve içten cevaplar verebilmek.” (K19)

Çalışmaya katılan terapistlerin tamamına yakınının çevrimiçi danışmanlık için olumlu düşünceler beyan ettikleri ve özellikle de çevrimiçi terapinin yer ve zaman sınırlamasını ortadan kaldırmasını büyük bir avantaj olarak dile getirdikleri görülmektedir. Katılımcıları çevrimiçi terapi sayesinde ofis açma ve yürütme maliyetlerinden de ciddi anlamda tasarruf sağladıklarını belirtmeleri dikkat çekicidir.

“Home ofis çalışıyorum eğer olmasaydı ofis açmak zorunda kalacaktım. Herkesi burada kendi evimde kabul edemezdim. Onun haricinde Türkiye’nin her yerine ulaşabilmek bana mutluluk verdi. Çünkü birisiyle çalışınca o zincir oluyor. İşte doğu Anadolu böylesinde bir zincirim var mesela, Karadeniz bölgesinde bir zincirim var mesela. Onlar benim için benim için çok kıymetli inanmayarak başlamama rağmen şu an benim hiç vazgeçemeyeceğim bir şey ofis açmasam da olur. Çünkü erkek danışan aldığımda ya da çiftleri aldığımda herkesi evine alamıyorsun ya da herkes evine gelmek istemiyor. Ben bir ofis kiraliyorum bu da bana bir maliyet oluyor. Ama çoğunluğun çevrimiçi olması benim için çok büyük bir avantaj. Çevrimiçi benim için çok kullanışlı bir de beni geliştiren bir platform oldu. Hem de dediğim gibi Türkiye’nin her yerinden insanlara ulaşabilmek çok kıymetli. Bunlar benim için büyük avantajlar.” (K12)

“Bir kere kendi evimde bana bu hizmeti verebilmek bana çok iyi gelmişti. Hani gidiyordum kendi koşullarımı bir şekilde oluşturacak şekilde. Yemeğimi koyuyorum tencereye o orada kaynarken ben öbür odada bunu verebiliyorum. Hiçbir otobüse binmiyorum, taksi aramıyorum. Bir yerden bir yere gitmeden zaman açısından çok tasarruf ediyorum. Ve kendi yine güvenli ortamımda olması maddi açıdan ve fiziksel açıdan çok iyi. Onun dışında hani para tamamen bana kalıyor. Peşinden hemen bir sıcak para almış oluyorum. Hemen hesabıma yatıyor o para. Bu açıdan da bana iyi gelmişti. Biraz daha için pragmatist tarafından kalmışım sanırım bu noktada.” (K18)

Tercih

Katılımcılara pandemi dönemiyle beraber deneyimledikleri çevrimiçi terapi deneyimi sonrasında tercihlerinin yüz yüze terapiden mi çevrimiçi terapiden mi yana kullanacakları sorusuna katılımcılardan 10’unun yüz yüze terapiden yana, 5’inin de çevrimiçi terapiden yana kullandıkları görülmüştür. 4 katılımcının ise bu iki terapi yöntemi arasında bir seçim yapmadıkları ve her iki terapi çeşidinin de kendine has avantajlarını dile getirdikleri görülmüştür.

Yüz Yüze

Yüz yüze terapiyi tercih ettiklerini belirten katılımcıların; danışanla aynı ortamı paylaşmak (f=3), terapötik ilişki (f=3), benimsenen ekol (f=2) ve iptal zorluğu (f=1) gibi

konuları yüz yüze terapinin avantajlı yönleri olarak dile getirdikleri görülmektedir.

"Aynı havayı teneffüs ediyorsun ortamı sen ayarlayabiliyorsun en güzel yanı da bu ortam sana ait sen ayarlıyorsun." (K17)

"Yüz yüzedeki o terapötik ilişki çok daha farklı. Bire bir göz teması kurduğumuz için, ekrana bakmakla bir insanın gözünün içine bakmak arasında çok fark var. Bu yüzden terapötik ilişkiyi yoğun hissediyorum. Ve mesleki tatmin daha fazla oluyor." (K1)

"Bence yüz yüze terapi çalıştığım ekolle daha uyumlu olduğu için benim açımdan daha iyi." (K7)

"Danışanın zaten gelmesi bile düşünsenize o kadar ne olursa olsun seansa gelmeye zorlanırken uzaktan yaptığınız da çok net iptal edebilirken yüz yüze de o an orada olduğunuzu bildiği için terapist de haksızlık etmek istemiyor. Geliyor ve her şeyini anlatıyor ve o atmosferi de soluyup gidiyor." (K5)

Çevrimiçi

Çevrimiçi terapiyi tercih ettiklerini belirten katılımcıların; uygun vakit (f=2), ev rahatlığı (f=2) ve güvenlik (f=1) konularını çevrimiçi terapinin avantajlı yönleri olarak dile getirdikleri görülmektedir.

"...hayatımı çok kolaylaştırdığı için ben tercih ediyorum. O konforu sağlıyor evin rahatlığında yapabiliyorsun, vakit kaybetmiyorsun ve yol trafik sorunu olmadığı için vakitli girme çok daha düzenli aksamadan işliyor." (K2)

"...kendinize ait görüşme ortamınız varsa, konfor açısından hele ki benim gibi bebeği olan anneler varsa çevrimiçi daha tercih edilir oluyor." (K4)

"...şöyle bir durumu da var gerçi ben yaşamadım ama tacizcisi ve sapığı da olabilir." (K9)

Çalışmaya katılan terapistlerin görüşmeler esnasında yöneltilen sorulara genel olarak çevrimiçi terapi ile yüz yüze terapi arasında ciddi farklılıklar görmediklerine yönelik cevaplar verdikleri, bununla da kalmayıp çevrimiçi terapinin birçok faydasını dile getirdikleri görülmüştür. Ancak tüm bu söylenenlere karşın aile danışmanlığı hizmeti veren katılımcıların büyük çoğunluğunun yine de tercihlerini yüz yüze terapiden yana kullanmaları manidardır.

4. SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Elde edilen bulguya göre; katılımcıların tamamının çevrimiçi terapinin yüz yüze terapiden farklı görmedikleri sonucudur. Bir diğer bulguda ise, danışan ve

danışmanın yapması gereken teknik hazırlıkların, yapılan ön görüşmede bağlantı sorunları yaşamaması açısından teknik kontrollerin yapılmasını, seans için uygun ortamın olması gerektiği bilgisinin paylaşılmasının önemli olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bunun yanı sıra, danışmanında kaliteli bir danışmanlık hizmeti verebilmesi için süpervizör almasının ve seans için gerekli dokümanların hazırlığını önceden yapmasının gerekliliği sonucuna ulaşılmıştır. Çevrimiçi aile danışmanlığı ile ilgili yapılan diğer çalışmalar incelendiğinde teknik alt yapının kontrol edilmesi sonucuna ulaşılmıştır. Teknolojik alt yapının (internet bağlantısı, mikrofon, kamera ya da kullanılan programın güncel olması vb.) kontrol edilmesi, ses geçirmeyen, tek olabileceği bir ortam tercih edilmesi, dışarıdan beklenmedik müdahalelerin gerçekleşmesine izin vermeyecek şekilde ortamın düzenlenmesi gerekmektedir (Erus ve Zeren, 2020). Erdem, Bardakçı ve Erdem (2016) çalışmalarında çevrimiçi danışma alma davranışının en çok internet kaygısı tarafından etkilendiği sonucuna ulaşmışlardır.

Araştırmanın amacına ilişkin olarak katılımcılara sorular sorulmuş, verilen cevaplar doğrultusunda çevrimiçi aile danışmanlığının olumlu ve olumsuz yönleri belirlenmiştir. Bu bağlamda; vakit sorunu yaşayan, kendisini ifade etmekte zorlanan kişiler için uygun bir alan olması, danışana da danışmana da pratik ve kolaylık sağlamasının çevrimiçi aile danışmanlığının olumlu yönlerinden bazıları olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca kişilerin konfor alanında danışmanlık hizmeti almasının, zaman tasarrufu açısından da olumlu etkilerinin olduğu görüşü ortaya çıkmıştır. Katılımcıların olumlu olarak bahsettiği bir diğer bulgu ise düşük maliyettir. Hem danışan hem de danışman açısından düşük maliyetin çevrimiçi aile danışmanlığının olumlu bir sonucu olduğuna ulaşılmıştır. Bu bağlamda yapılan bir çalışmada çevrimiçi danışmanlığın, yüz yüze danışmanlıklarla mukayese edildiğinde daha az maliyetli olduğu görülmüştür (Bergström vd., 2010; Hedman vd., 2014). Bu araştırmanın bulgularına benzer olarak, literatür de çevrimiçi psikolojik danışmanın, ulaşılabilirlik, daha fazla erişilebilirlik ve esneklik oluşturduğu ve daha düşük maliyetli olduğu (Andersson, 2010; Chester ve Glass, 2006; Donat Bacıoğlu ve Onat Kocabıyık, 2019; Glasheen ve Campbell 2009; Mishna, Bogo, Sawyer, 2015; Teh, Hechanova, Garabiles ve Alianan 2014; Zeren ve Bulut, 2018) belirtilmektedir. Özellikle, coğrafi konum, zaman eksikliği, hastalık, engellilik, eşi izin vermediği için danışmanlık alamama, bulunduğu yerde profesyonel hizmet sağlayan danışmanların olmaması veya ulaşım sorunları gibi nedenlerle psikolojik yardım hizmetlerine erişemeyen (Chester ve Glass, 2006; Maples ve Han, 2008; Mallen, Vogel ve Rochlen, 2005; Oravec 2000; Zeren, 2020) danışanlar için imkân sağlaması olumlu yanları olarak

görülmektedir.

Yapılan araştırmada elde edilen bir diğer bulguda; çevrimiçi aile danışmanlığı uygulamasında ekranın engel oluşturduğu ve danışan ile danışman arasındaki terapötik bağı olumsuz etkilediği, seansların çevrimiçi yapılmasından kaynaklı olarak güvenlik sorununun yaşanabileceği endişesi, kolay ulaşılır olmasından kaynaklı olarak çabuk vazgeçilir olabildiği, çevrimiçi danışmanlıkta danışanın dikkatini dağıtacak fazla uyarıcının bulunmasının seansı etkilediği, etik çerçevenin seans öncesinde belirtilmediği durumlarda ücret ödemesinin problem oluşturabildiği sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmaya katılan katılımcıların tamamına yakını çevrimiçi aile danışmanlığı sürecinin en olumsuz yanının, teknik aksaklıklar olduğunu ifade etmişlerdir. Yapılan araştırma sonucu bağlantı kopmalarının, ses ve görüntü problemi oluşturduğu bu durumda seans süresini verimsizleştirdiği ve olumsuz etkilediği ifade edilmiştir. Çevrimiçi danışma sürecinin yürütülmesindeki en büyük olumsuz etkenin bağlantı problemi olduğu belirtilmiştir. Teknolojik sorunlar, kontrol etmesinin zor olması nedeniyle çevrimiçi danışmanlığın en önemli olumsuz yanı arasındadır (Zeren, 2020). Donat Bacioğlu ve Onat Kocabıyık (2019) da araştırmalarında “teknolojiyle ilişkili olarak görüntü-ses kalitesi, şarjın bitmesi ve bağlantı problemleri yaşandığını belirtmiştir”. İlk seansta, yaşanabilecek sorunlar karşısında izlenecek prosedür belirlenmeli, danışanla ortak bir karara varılmalıdır (Haberstroh, Parr, Bradley, Morgan-Fleming ve Gee, 2008; Rummell ve Joyce, 2010).

Araştırmanın bir diğer bulgusunda ise, çevrimiçi aile danışmanlığında genellikle çiftlerin kendilerini rahatlıkla ifade edebildikleri sonucuna ulaşılmıştır. En rahat ifade edilen konuların ise çiftlerin birbirlerini suçlaması ve çocukları ile alakalı konular olduğu anlaşılmış, geniş aile ile yaşayan eşlerin kök aile sorunlarına değinemediği, ayrıca aldatma, şiddet ve istismar gibi konuları ifade etme noktasında da zorlandıkları sonucuna ulaşılmıştır. Danışmanlık hizmeti almak için başvuru alan konunun genellikle iletişim sorunu olduğu elde edilen bulgular doğrultusunda anlaşılmıştır. Ayrıca katılımcıların ifadeleri dikkate alındığında “çiftlerin cinselliği tabu olarak gördüğü” sonucuna da ulaşılmıştır. Bu bulgulardan yola çıkarak ailelerin genellikle ilişkisel sorunlar ile ilgili danışmanlık yardımı almak istedikleri ifade edilebilir. İlgili alan yazında bireylerin danışmanlık alma sebepleri farklılıklar göstermektedir. Benton ve arkadaşları (2003) tarafından yapılan bir araştırmaya göre, danışma merkezine gelen danışanların gelme nedenleri arasında, stres ve kaygı, ailevi sorunlar, ilişkiler, iletişim, durumsal problemler, depresyon, şeklinde sınıflanmıştır Bu sınıflama içerisinde bazı konular bu araştırmada çıkan sonuçlarla benzerlik göstermektedir. Bu bağlamda kişilerin farklı konularla ilgili danışmanlık yardımı talep

ettikleri sonucuna varılabilir. Chester ve Glass'ın (2006) yapmış oldukları bir çalışmaya göre danışanların çevrimiçi danışmaya gelme nedenleri arasında en çok ilişki sorunları, aile sorunları, duygu durum sorunlarının yer aldığı görülmektedir. Maheu ve Gordon (2000) yapmış oldukları araştırmada, danışanların çevrimiçi danışmaya gelme nedenleri arasında iletişim, duygu durum, cinsel uyum, kaygı ve ilişki sorunları olduğunu ifade etmişlerdir. İlgili literatürdeki sonuçlara bakıldığında bu araştırmada çıkan sonuçla benzer olduğu görülmektedir. Genel olarak bakıldığında ilişki sorunları ön plana çıkmaktadır.

İkinci olarak; kamera karşısın da danışanların problemlerini anlatmasının gerginlik ve endişe hissi oluşturabileceği, danışman da ise vakaya göre hislerin değişebildiği sonucu ortaya çıkmıştır. Katılımcıların ifadelerinden hareketle çevrimiçi sürecin danışmanlar için biraz daha zor geçtiği sonucuna ulaşılmıştır. Richard ve Vigano (2012) "Çevrimiçi Psikolojik Danışma" adlı çalışmasında elde ettiği bulgu, bu araştırmanın "danışanda uyandırdığı etki" sonucuyla farklılık göstermektedir. Richard ve Vigano (2012) araştırmasında, çevrimiçi psikolojik danışmada uygulama yönteminin, 118 danışanlara yaşadıkları duygu durumu üzerinde odaklanma, düşünme ve kendilerini fark etme olanağını daha fazla sağlayabildiğini ortaya koymuşlardır. Ayrıca çevrimiçi yapılan danışma hizmetinin, danışanların farkındalık ve kendilerini ifade etme yetilerini olumlu yönde etkilediğini ifade etmişlerdir.

Bir diğer sonuç; çevrimiçi aile danışmanlığı sürecinde danışan ve danışman arasındaki duygu aktarımının bazı zamanlarda değişkenlik gösterse de çoğunlukla duygu aktarımının gerçekleştiğidir. Danışmanın güven oluşturma sürecinde seans öncesi ön görüşme yaptığı, kendini tanıttığı ve etik çerçeveyi belirttiği sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca danışandan alınan onam formlarının danışmanlık sürecinde önem arz ettiği ve teröpatik bağın kurulmasında danışmanın içten ve samimi olmasının gerekliliği sonucuna varılmıştır. Katılımcıların ifade ettiği önemli bulgulardan olan etik konusu, internet üzerinden çevrimiçi aile danışmanlığı yapılmasının zor bir konu olduğu belirtilmektedir (Baker ve Ray, 2011). "Gizlilik ve mahremiyetin korunmasında güçlük yaşanması (Erdem, Buyruk Genç ve Demirci, 2020; Lewis vd., 2003; Mallen vd., 2015; Maples ve Han, 2008; McAdams ve Wyatt 2010), oluşan problem konusunda müdahalenin yetersiz kalması (Lewis vd., 2003), çevrimiçi uygulamalarda etik sorumluluklarda yeterince netlik olması, süpervizyon etiğinin belirsizliği (Finn ve Barak, 2010) çevrimiçi danışmada yaşanan etik problemler olduğu görülmekte; bu araştırmada da katılımcıların belirttiği etik problemler arasında yer almaktadır. Literatürde (Falender ve Shafranske, 2004; Ronnestad ve Skovholt, 1993) çevrimiçi danışmanlığın önemli parçalarından biri olarak görülen

danışan ilişkisini etkileyen danışman tarzı, destekleyici müdahaleleri ve danışanlarla içten bir ilişki kurması, ihtiyaç duyulduğunda ulaşılabilir olması gibi faktörler, çevrimiçi danışmanlık sürecini kolaylaştırmıştır.

Verilen cevaplar doğrultusunda edilen bir diğer bulguya göre, katılımcıların büyük bir çoğunluğunun yüz yüze gerçekleştirdikleri seansların mesleki olarak daha çok tatmin ettiği ve mesleki anlamda tam bir yeterlilik sağlandığı sonucuna ulaşılmıştır. Bazı katılımcıların, mesleki tatmin olarak çevrimiçi ve yüz yüze yapılan seanslar arasında bir fark görmediği her iki uygulamada da mesleki olarak yeterli hissettikleri anlaşılmıştır. Araştırmaya katılan katılımcılar arasında daha az kitleyi oluşturan danışmanların, çevrimiçi aile danışmanlığını mesleki tatmin olarak daha üstte gördüğü sonucuna ulaşılmıştır. Çevrimiçi aile danışmanlığına yönelik olumlu sonuçlarla beraber katılımcıların genel olarak yüz yüze aile danışmanlığı hizmeti vermek istedikleri sonucuna ulaşılmıştır. Bu kapsam da ilgili alan taraması yapıldığında benzer sonuca ulaşılmıştır. Tanrıkulu (2009) çalışmasında, psikolojik danışmanların çevrimiçi danışmaya ilişkin bilgi düzeylerinin yeterli olmadığını fakat yine de çevrimiçi danışma hizmetine yönelik olumlu tutumlarının olduğunu, temeldeyse danışmanların yüz yüze danışmayı tercih ettikleri sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmada aşağıdaki sınırlılıklar dikkate alınmış; bu bağlamda bulgular elde edilerek sonuçlar yorumlanmıştır: a) Araştırma, Covid-19 pandemi dönemi ile, b) Araştırmanın katılımcıları; online aile danışmanlığı yapan 19 danışman ile, c) Araştırmanın bulguları, geliştirilen yarı yapılandırılmış görüşme formundaki sorulara online aile danışmanlarının verdikleri yanıtlardan elde edilen verilerle sınırlıdır.

4.1. Öneriler

1. Çevrimiçi danışmanlık sürecinde danışanın ve danışmanın görüşme öncesi teknolojik alt yapının (internet bağlantısı, mikrofon, kamera ya da kullanılan programın güncel olması vb.) kontrolünü yapmaları gerekir.
2. Danışman çevrimiçi seanslara başlamadan önce danışmanlık hizmeti almak kişiyle ön görüşme yaparak kendisini tanıtmaları ve süreç içerisinde nasıl bir yol izleyeceğini seansa başlamadan önce danışanla paylaşması çevrimiçi danışmanlıkta önem arz etmektedir.
3. Danışman, verimli bir çevrimiçi danışmanlık için mekânsal uygunluk koşullarının neler olduğu hususunda danışanı bilgilendirmesi önemlidir.
4. Çevrimiçi danışmanlıkta, danışanın sürekli süpervizör olarak kendini mesleki olarak geliştirmesi, çevrimiçi süreçteki kontrol ve hakimiyet adına önemlidir.

5. Çevrimiçi danışmanlıkta danışan- danışman arası terapötik ilişkinin kurulması, danışanın kendisini açma noktasında önem arz etmektedir.
6. Danışan çevrimiçi danışmanlık sürecinde yaşanabilecek olumsuzlukları göz ardı etmeden, proaktif yaklaşımla sürecin sağlıklı işleyebilmesi adına alternatif yollar düşünmelidir.
7. Çevrimiçi danışmanlıkta ücret ödemesi genellikle seanstan önce banka hesabına gönderilme şekliyle işlemektedir. Bazı danışanlar seans sonrası ücretin hesaba gönderilmesini güven adına daha doğru bulmaktadır. Bu nedenle danışan nasıl bir yöntem uyguluyorsa ücret ödemesinin nasıl yapılacağı bilgisini danışanıya önceden paylaşması gerekmektedir.
8. Sadece psikolojik danışma hizmetinin sunulduğu ve tüm danışmanların bu uygulamayı kullanarak seanslarını yaptığı bir yazılımın/uygulamanın olması ve geliştirilmesi.
9. Evlilik öncesi aile ile alakalı toplu çevrimiçi eğitimler verilmesi (ücretsiz) aile birliğinin sağlanması ve aile içi iletişimin güçlenmesi açısından son derece önemlidir. Aileyle ilgili tüm kamu kurum ve kuruluşların bu yaklaşımla hareket etmeleri gerekir.
10. Özellikle danışmanlık hizmeti verecek olan üniversitelerin ilgili bölüm/anabilim dallarında teknolojiyi etkin kullanabilmeleri için uygulamalı (sanal danışmanlık süreci) eğitimler-dersler yapılmalıdır.

KAYNAKÇA

- Aktaş, A. M. (2015). *Ben ve ailem*. Konya: Atlas Akademi.
- Andersson G. (2010). The promise and pitfalls of the internet for cognitive behavioral therapy. file:///C:/Users/Vaio/Downloads/1741-7015-8-82.pdf adresinden 01.10.2022 tarihinde indirilmiştir.
- Arı, M. (2010). İnternet tabanlı uzaktan eğitim teknolojilerinde wimax esnekliği. URL: http://www.emo.org.tr/ekler/f9b5ec26abebe62_ek.pdf, Erişim Tarihi: 30 Haziran 2022.
- Balta, Y. ve Türel, Y. K. (2013). Çevirim içi uzaktan eğitimde kullanılan farklı ölçme ve değerlendirme yaklaşımlarına ilişkin bir inceleme. *Turkish Studies*, 8(3), 37-4.
- Bergström, J., Andersson, G., Ljótsson, B., Rück, C., Andréewitch, S., Karlsson, A., & Lindfors, N. (2010). Internet-versus group-administered cognitive behaviour therapy for panic disorder in a psychiatric setting: a randomised trial. *BMC Psychiatry*, 10(1), 54.
- Bilgiç, H. G. ve Tüzün, H. (2015). Yükseköğretim kurumları web tabanlı uzaktan eğitim programlarında yaşanan sorunlar. *Açıköğretim Uygulamaları ve Araştırmaları Dergisi(AUAd)*, 1(3), 26-50 (auad.anadolu.edu.tr).
- Chester, A., & Glass, C. A. (2006). Çevrimiçi counseling: A descriptive analysis of therapy services on the Internet. *British Journal of Guidance and Counseling*, 34, 145-160. <https://www.tandfçevrimiçi.com/doi/epdf/10.1080/03069880600583170?needAccess=true&role=button> adresinden erişilmiştir.
- Creswell, J. W. (2016). *Nitel araştırma yöntemleri: Beş yaklaşıma göre nitel araştırma ve araştırma deseni* (3. Baskıdan çeviri). (Çev. M. Bütün, S.B. Demir). Siyasal Kitabevi.
- Demirbilek, M. (2015). Aile danışmanlığı: Bir uygulama örneği. *TJFM&PC*, 10(2), 109-120.
- Donat Bacioğlu, S. ve Onat Kocabıyık, O. (2019). Counseling trainees' views towards usage of çevrimiçi counseling in psychological services. *European Journal of Education Studies*, 5(12), 46-60.
- Elitaş, T. (2017). *Uzaktan eğitim lisans sürecinde yeni iletişim teknolojileri: Atatürk Üniversitesi uzaktan eğitim merkezi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi SBE
- Erus, S. M. ve Zeren, Ş. G. (2020). *Çevrimiçi psikolojik danışmaya başlarken*. Ş. G. Zeren (Ed.), Psikolojik danışmada yeni açılımlar ve çevrimiçi psikolojik danışma uygulayıcılar için el kitabı içinde (s.30-51). Ankara: Pegem Akademi.

- Erdem, A., Bardakçı, S., & Erdem, Ş. (2016). Receiving çevrimiçi psychological counseling and its causes: a structural equation model. *Current Psychology*, 1-11.
- Girginer, N. (2002). *Uzaktan eğitim ekonomisi*. I. Ulusal Bilgi, Ekonomi ve Yönetim Kongresi Bildiriler Kitabı, s.276-277. Kocaeli Üniversitesi, İzmit.
- Glasheen, K., & Campbell, M. (2009). The use of çevrimiçi counselling within an Australian secondary school setting: A practitioner's viewpoint. *Counselling Psychology Review*, 24(2), 42-51.
- Hotoman, D. (2020). Çevrimiçi eğitimin başarısı açısından biçimlendirici değerlendirmenin önemi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 13(73), 729-738.
- İşman, A. (2011). *Uzaktan eğitim*. Ankara: Pegem Akademi
- Kaya, Z. (2002). *Uzaktan eğitim*. Ankara: PegemA Yayıncılık.
- Kırık, M.A. (2014). Uzaktan eğitimin tarihsel gelişimi ve Türkiye'deki durumu, *Marmara İletişim Dergisi*, 21, 73-94.
- Kır, İ. (2011). Toplumsal bir kurum olarak ailenin işlevleri. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(36), 381-404.
- Korkut, Y. (2001). Aile danışmanlığı ve aile terapisi hizmetleri. *Psikoloji Çalışmaları*, 22(22), 111-133.
- Kvale, S. (1994). *Interviews: An introduction to qualitative research interviewing*. Sage Publications, Inc.
- Mishna, F., Bogo, M., & Sawyer, J. L. (2015). Cyber counseling: Illuminating benefits and challenges. *Clinical Social Work Journal*, 43(2), 169-178.
- Odabaş, H. (2004). *İnternet tabanlı uzaktan öğrenim modelinin bilgi hizmetlerine yönelik yüksek öğretim programlarında kullanımı*. Ankara: Saga of Librarianship International Symposium Proceedings Book.
- Özabacı, N. ve Erkan, Z. (2014). *Aile danışmanlığı, kuram ve uygulamalara genel bir bakış*. Ankara: Pegem Akademi
- Özdemir, M. (2019). Nitel veri analizi: sosyal bilimlerde yöntembilim üzerine bir çalışma. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(1), 323-343.
- Sarıtaş, M. (2009). Uzaktan Eğitim. M.Sarıtaş (Ed.). *Öğretim teknolojileri ve materyal tasarımı*. Ankara: Pegem A. Yayıncılık.
- Silverman, D. (2001). *Interpreting qualitative data: Methods for analysing talk, text and interaction*. London: Sage
- Şahin, G. G. ve Perkmen, S. (2011). Uzaktan Eğitim. S. Perkmen, E. Tezci (Ed.). *Eğitimde teknoloji entegrasyonu* (95-107). Ankara: Pegem A. Yayıncılık.

- Turan N. (1999). *Sosyal kişisel çalışma: Birey ve aile için sosyal hizmet*. Ankara: Aydınlar Matbaası.
- Uşun, S. (2006). *Uzaktan eğitim*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2005). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2008). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (6.baskı). Ankara: Seçkin.
- Yılmaz-Bolat, E. ve Özgün, Ö. (2011). *Erken çocuklukta aile eğitimi ve aile eğitimine yönelik uygulanan programlar*. Y. Aktaş-Arnas (Ed.). Aile eğitimi ve okul öncesinde aile katılımı içinde (s. 21-52). Ankara: Vize Yayıncılık.
- Zastrow, C. H. (1995). *The practise of social work*. California/Pasific Grove: Brooks/Cole Publishing Company.