

DOI: <https://doi.org/10.34137/jilses.1496902>

Geliş Tarihi: 06 Haziran 2024

Received: 06 Haziran 2024

Kabul Tarihi: 06 Aralık 2024

Accepted: 06 Aralık 2024

Makale Türü: *Araştırma Makalesi*

Research Type: *Research Article*

Kalkan, E. & Güven, M. (2024). Psikolojik Danışman Adaylarının Yaptıkları İlk Psikolojik Danışma Oturumlarının Yorumlayıcı Fenomenolojik Analizi. *The Journal of International Lingual Social and Educational Sciences*, 10(2), 102-114. DOI: <https://doi.org/10.34137/jilses.1496902>



Psikolojik Danışman Adaylarının Yaptıkları İlk Psikolojik Danışma Oturumunun Yorumlayıcı Fenomenolojik Analizi

Enes KALKAN¹ Mehmet GÜVEN²

Öz

İlk psikolojik danışma oturumu rehberlik ve psikolojik danışmanlık lisans programlarındaki aday psikolojik danışmanlar için kritik bir geçişe işaret etmektedir. Teorik öğrenmeden gerçek uygulamaya geçişte öznel deneyimleri anlamak önemlidir. Bu çalışmada, aday psikolojik danışmanların yaptıkları ilk psikolojik danışma oturumlarını ve danışanlarla ilk karşılaşmalarını nasıl anlamlandırdıklarını keşfetmek için Yorumlayıcı Fenomenolojik Analiz (YFA) kullanılmıştır. Çalışma, ilk psikolojik danışma oturumlarında aday psikolojik danışmanların öznel deneyimlerini derinlemesine incelemeyi, yaşadıkları zorluklara ve başa çıkma mekanizmalarına dair çeşitli kavrayışlar sağlamayı amaçlamaktadır. Derinlemesine görüşmelere Türkiye'nin çeşitli üniversitelerinden dördüncü sınıf lisans düzeyinde altı psikolojik danışman adayı katılmıştır. Çalışmada amaçlı örnekleme yöntemi kullanılmış ve veri toplama işlemi çevrimiçi olarak gerçekleştirilmiştir. Görüşme deşifreleri YFA kullanılarak analiz edilmiş ve yinelenen aşamalar ve üye kontrolü yoluyla titizlik sağlanmıştır. Analiz sonucunda dört adet üst tema ortaya çıkmıştır: ilk karşılaşmadaki duygusal tepkiler ve kendilik algısı (1), duygusal yankılanmaların mesleki sınırları bulanıklaştırması (2), teori ve pratik arasındaki gerilim (3) ve zamana ve kayda dayalı oluşum hissettirdiği baskı (4). Sonuç olarak çalışma, teoriyi pratik becerilerle bütünleştiren ve duygusal dayanıklılığı vurgulayan kapsamlı eğitim programlarına olan ihtiyacı ortaya koymaktadır. Destekleyici denetim uygulamaları aday psikolojik danışmanları gerçek danışmanlığın zorluklarına hazırlamak için gereklidir.

Anahtar Kelimeler: *aday psikolojik danışman, ilk psikolojik danışma oturumu, yorumlayıcı fenomenolojik analiz, psikolojik danışman eğitimi*

Interpretative Phenomenological Analysis of the First Psychological Counseling Sessions of Novice Psychological Counselors

Abstract

The first counseling session marks a critical transition for prospective counselors in psychological counseling and guidance undergraduate programs. In the transition from theoretical learning to practical application, it becomes necessary to understand subjective experiences. This study uses Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) to investigate how prospective counselors make sense of their first counseling sessions and their first encounters with clients. The study aims to deeply examine the subjective experiences of psychological counselors in their first psychological counseling sessions and provide various insights into the difficulties they experience and their coping mechanisms. Six fourth-year undergraduate novice psychological counselors from various universities in Turkey participated in the in-depth interviews. Purposive sampling was used and data collection was conducted online. Transcripts were analyzed using IPA, and rigor was ensured through iterative steps and member checking. As a result of the analysis, four superordinate themes emerged: emotional reactions and self-perception at first encounter (1), emotional resonance blurs professional boundaries (2), the pressure of being time and record-based (3), tension between theory and practice (4). Ultimately, the study underscores the need for comprehensive training programs that integrate theory with practical skills and emphasize emotional resilience. Supportive supervision practices and educational reforms are necessary to prepare aspiring counselors for the complexities of real-world counseling.

Keywords: *novice psychological counselor, first psychological counseling session, interpretative phenomenological analysis, psychological counselor training*

¹ Doktora adayı, MEB, ensklkn@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0001-8762-9431>

² Prof. Dr., Gazi Üniversitesi, mehmetguven@gazi.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0002-0134-7562>

Giriş

Psikolojik danışmanların danışanlarıyla yaptığı ilk psikolojik danışma oturumu, etkili psikolojik danışmanlığın temelini oluşturan hayli önemli ve karmaşık bir süreçtir. Türkiye’de rehberlik ve psikolojik danışmanlık alanı lisans öğrencileri, psikolojik danışma yapmaya ilişkin çeşitli teorik eğitimlerini tamamlayıp dördüncü sınıfa geçtiklerinde, ilk kez psikolojik danışma hizmeti verdikleri bir uygulama sürecine girerler. Bireyle psikolojik danışma uygulaması olarak anılan bu derste, psikolojik danışman adaylarının “süpervizyon altında psikolojik danışma beceri ve tekniklerini kullanarak bireyle psikolojik danışma yapması” amaçlanmaktadır (YÖK, 2018). Aday psikolojik danışmanların teorik öğrenmeden bu gerçek uygulamaya geçişi, mesleki gelişimlerinde kritik bir dönüm noktasına işaret etmekte ve onlara bilgi ve becerilerini terapötik ortamlarda uygulama fırsatı sağlamaktadır (Hill vd., 2007).

Danışanlarına etkili bir şekilde yardımcı olabilmek için psikolojik danışmanların teorik eğitimlerinin yanı sıra uygulamalarla da becerilerini güçlendirmeleri gerekir (Büyükgöze-Kavas, 2011; Minton vd., 2016; Skovholt, 2017). Ancak, belki de daha önemlisi, bu uygulamayla ilk karşı karşıya kaldıkları zamandır. Psikolojik danışman adayı öğrencilerin danışanlarıyla ve bu uygulamayla karşılaşmayı nasıl anlamlandırdıklarını anlamak, onların eğitimlerinde ve mesleki yolculuklarında önem taşır. Acemi terapistlerle ilgili yapılan geçmiş araştırmalar (Bhandari ve Sriram, 2023; Owen-Pugh ve Baines, 2014; Schwing vd., 2011) bu ilk karşılaşmayı derinlemesine ele almaktan uzak görünmektedir. Bu çalışma, ilk defa gerçek bir psikolojik danışma oturumu gerçekleştiren aday psikolojik danışmanların bu ilk oturumu ve danışanlarla ilk kez karşılaşmalarını nasıl anlamlandırdıklarına odaklanmaktadır. Araştırma, Yorumlayıcı Fenomenolojik Analiz (YFA) kullanarak psikolojik danışman adaylarının öznel deneyimlerini derinlemesine inceleyerek gerçek bir ilk oturum sonrasında onların algılarını, kaygılarını ve başa çıkma mekanizmalarını keşfetmeyi amaçlamaktadır.

Aday psikolojik danışmanların karşılaştığı kritik bir zorluk, ilk psikolojik danışma oturumlarının yoğun duygusal ve psikolojik baskısıdır. Bu ilk deneyim, gelecekteki mesleki gelişimin ve güvenin temelini oluşturması bakımından önemlidir. Acemi danışmanlar sıklıkla yetersizlik duygularıyla, danışanın beklentilerini karşılama kaygısıyla (Cigrand, 2020; Özteke Kozan, 2018) ve teorik bilgiyi gerçek dünya bağlamında uygulamanın zorluklarıyla boğuşurlar. Bir terapistin kariyerinin ilk aşamalarını inceleyen bir çalışma, terapistlerin özeleştirme yapma, danışanlara verilen tepkileri ele alma, terapötik beceriler edinme ve uygulama ve seansları yönetme konularında zorluklarla karşılaştıklarını ortaya çıkarmıştır (Hill vd., 2007). Bu nedenle, bu zorlukları anlamak, aday danışmanlara yönelik daha iyi eğitim ve destek mekanizmaları geliştirmek açısından önemlidir.

Diğer taraftan, profesyonel yardım sürecinin ilk aşamasına geçiş yapan aday psikolojik danışmanlar, iletişim yaklaşımlarında önemli bir değişime uğrarlar. Bu geçiş; tavsiye verme, öneride bulunma ve sempati göstermeyi de içerebilen alışılmış bir iletişim tarzından uzaklaşmayı ve profesyonel yardım yeteneklerini kullanmaya doğru bir ilerlemeyi içermektedir (Rønnestad ve Skovholt, 2003). Bu çalışmada ulaşılmak istenen temel amaç aday psikolojik danışmanların danışanlarla ilk oturumdaki karşılaşmalarını nasıl algıladıkları, deneyimledikleri ve yönlendirdikleri konusunda daha derin bir anlayış kazanmaktır. Bu ilk danışmanlık oturumları sırasında karşılaştıkları benzersiz zorlukları, endişeleri ve belirsizlikleri keşfetmek, profesyonel gelişimlerine ilişkin değerli bilgiler sağlayabilir. Bunun yanında, aday psikolojik danışmanların ilk karşılaşmaları sırasındaki duygusal tepkilerini araştırmak, duygusal zorluklara ve başa çıkma mekanizmalarına ışık tutabilir.

Yapılan çalışmalar bireyle psikolojik danışma uygulamasının süpervizyon süreci hakkında (Aladağ, 2014; Aladağ ve Kemer, 2016; Atik, 2017; Bakalim ve ark., 2018; Koçyiğit, 2020, 2023; Pamukçu Karasu vd., 2023; Tümlü ve Ceyhan, 2021) ya da uygulamanın danışanlar tarafından nasıl algılandığına dair değerli bilgiler (De Stefano vd., 2010; Erçevik ve Türk Kurtça, 2023; Kurtyılmaz ve ark., 2019) vermektedir. Türkiye’de psikolojik danışmanların bu ilk karşılaşma deneyimini araştıran çalışmalara (Özteke Kozan, 2018; Saki ve Şahin, 2021) rastlanılsa da bu çalışmaların YFA gibi derinlemesine bir analiz içermediği ve odak noktalarının sadece bu fenomen olmadığı anlaşılmaktadır. Ancak psikolojik danışmanlık alanında danışman eğitimi (Dickens ve ark., 2016; Farmer ve Byrd, 2015; Miller ve Barrio Minton, 2018) ve süpervizyon (Dawson ve Akhurst, 2015) gibi konular da dahil olmak üzere YFA’ya dayalı araştırmalar genişlemektedir.

Bu çalışma, YFA kullanarak aday psikolojik danışmanların gerçek bir danışanla karşılaşmalarının zengin dokusunu derinlemesine incelemeye çalışmaktadır. Fenomenoloji, hermenötik ve idiografi ilkelerine dayanan YFA, araştırmacılar tarafından bireylerin belirli önemli deneyimlerle ilgili anlam oluşturma süreçlerini keşfetmek için kullanılır (Pietkiewicz ve Smith, 2014) Bulgular; mesleki sınırlar, etik uygulamalar, duygusal farkındalık ve duygu düzenleme gibi konular da dâhil olmak üzere eğitim modüllerinin geliştirilmesi ve psikolojik danışman eğitimi programlarının geliştirilmesine katkı sağlayabilir.

Bu çalışma, psikolojik danışmanlık ve psikoloji programlarındaki öğretim tasarımı ve yöntemlerini geliştirebilir, danışman adaylarının deneyimlerine ilişkin süpervizörlerin anlayışını geliştirebilir ve potansiyel danışmanlara

ortak zorluklara ilişkin içgörü sağlayabilir. Ek olarak, araştırmacılar bulguları danışman eğitimi ve mesleki gelişimin diğer yönlerini araştırmak için kullanabilir ve eğitim kurumları tüm kariyer aşamalarındaki ruh sağlığı uzmanları için kaynaklar ve programlar geliştirebilir.

Yöntem

Yorumlayıcı Fenomenolojik Analiz (YFA)

Yorumlayıcı Fenomenolojik Analiz (YFA), bireylerin yaşadıkları deneyimleri nasıl anlamlandırdıklarını anlamaya odaklanan nitel bir araştırma yaklaşımıdır. YFA (Smith vd., 2009), duygusal açıdan yüklü, marjinalleştirilmiş ve az çalışılmış olan yaşanmış deneyimleri keşfetmek için önerilen bir yaklaşımdır (Creswell ve Poth, 2018), çünkü katılımcıların incelenen fenomeni öznellikleriyle nasıl anlamlandırdıklarını merkeze alır (Alase, 2017). YFA'da araştırmacılar ve katılımcılar anlam oluşturma sürecini birlikte inşa ederler. YFA'nın amacı katılımcıların kişisel ve sosyal dünyalarını nasıl anlamlandırdıklarını ayrıntılı olarak keşfetmektir ve bir YFA çalışmasının esas değeri, belirli deneyimlerin, olayların ve durumların katılımcılar için taşıdığı anlamlardır (Smith & Osborn, 2015). Bu yaklaşım, kişisel deneyimi keşfetmeye çalışır ve nesnenin veya olayın kendisinin nesnel bir ifadesini üretme girişiminin aksine, bir bireyin bir nesne veya olaya ilişkin kişisel algısı veya açıklamasıyla ilgilenir (Smith vd., 2009). Aday psikolojik danışmanların gerçek uygulamayla bu ilk karşılaşmalarındaki deneyimlerini keşfetme bağlamında YFA, onların danışanlarla karşılaşmalarındaki edindikleri yansımaları ve bu ilk etkileşimlerden çıkardıkları anlamları yakalamak için değerli bir çerçeve sunar.

Katılımcılar

Bu çalışmanın katılımcılarını, Türkiye'deki çeşitli üniversitelerde rehberlik ve psikolojik danışmanlık programlarında öğrenim gören ve profesyonel danışmanlık kariyerlerine henüz başlamamış olan 6 (3 kadın, 3 erkek) aday psikolojik danışman (4. sınıf lisans öğrencisi) oluşturmuştur. Araştırmanın bulgularına bir bağlam sağlaması amacıyla katılımcılardan yaş ve cinsiyet gibi demografik bilgiler toplanmıştır. Gizliliği ve etik hususları sağlamak için tüm katılımcılara takma isimler verilmiştir. Fenomenolojik araştırmalarda belirlenmiş bir minimum örneklem büyüklüğü olmamasına rağmen mevcut araştırma YFA'nın ilkeleriyle uyumludur (örn. Smith vd., 2009; Giorgi ve Giorgi, 2003).

Tablo 1. Katılımcılara Ait Demografik Bilgiler

Katılımcı	Cinsiyet	Yaş
K-1	Erkek	23
K-2	Kadın	22
K-3	Erkek	22
K-4	Kadın	24
K-5	Kadın	22
K-6	Erkek	23

Danışanlarla ilk psikolojik danışma oturumlarını son altı ay içinde gerçekleştiren katılımcıları seçmek için amaçlı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Dâhil edilme kriterleri, katılımcıların resmî bir rehberlik ve psikolojik danışmanlık lisans programında dördüncü sınıfa geçmiş olmalarını ve bireyle psikolojik danışma uygulamasını içeren bir dersi ilk defa almış ve bu kapsamda ilk defa bir danışanla psikolojik danışma gerçekleştirmiş olmalarını gerektirmektedir.

Veri Toplama Süreci

Katılımcıların araştırmaya katılımı, çeşitli üniversitelerin rehberlik ve psikolojik danışmanlık alanlarındaki akademisyenlerle işbirliği yapılarak kolaylaştırılmıştır. Bu yaklaşım, farklı şehirlerdeki (Ankara, Aydın, Gaziantep ve Ordu) çeşitli öğrenci psikolojik danışmanlara erişim sağlamada yardımcı olmuştur. Katılımcılar, önceki bölümde özetlenen dâhil etme kriterlerine göre seçilmiş ve e-posta yoluyla veya işbirliği yapan akademisyenlerle doğrudan iletişim yoluyla çalışmaya katılmaya davet edilmiştir. Görüşmelerin zamanlaması, ilk psikolojik danışma oturumundan yaklaşık 6 ay sonraydı ve geriye dönük yanlış hatırlamaları engellemek amacıyla katılımcılardan varsa yaptıkları ilk psikolojik danışma oturumlarına ilişkin ses kayıtlarını ve deşifrelerini gözden geçirmeleri istenmiştir.

Katılımcıların coğrafi dağılımı dikkate alınarak veri toplama işlemi Zoom Video Communications uygulaması kullanılarak uzaktan gerçekleştirilmiştir. Görüşmelerden önce katılımcılara çevrimiçi toplantılarına nasıl

katılabilecekleri konusunda ayrıntılı bilgi verilmiş ve yanıtlarının mahremiyeti konusunda güvence verilmiştir. Araştırma hedeflerine dayalı olarak katılımcıların ilk psikolojik danışma oturumlarına ilişkin deneyimlerini ortaya çıkarmak amacıyla tasarlanmış açık uçlu sorular içeren görüşme soruları hazırlanmıştır. Görüşme sorularının ilk sürümü, 3 alan uzmanından görüş alınarak ve gerekli düzeltmeler sonrasında çalışma grubu dışındaki iki katılımcı (1 kadın 1 erkek) ile pilot görüşme yapılarak nihai haline kavuşturulmuştur (örn. *İlk danışmanınızla ilk oturumunuz için bir araya gelmeniz sizin için nasıl bir deneyimdi? Oturum başladığında neler yaşadınız? Oturum sırasında danışmanınızla kurduğunuz ilişkiyi nasıl tarif edersiniz?*). Verilerin doğru bir şekilde deşifre edilmesini ve analizini gerçekleştirmek için her görüşme oturumu katılımcıların izniyle ses kaydına alınmıştır. Görüşmelerin süresi, katılımcıların yanıtlarının derinliğine bağlı olarak, genellikle oturum başına 38 ila 55 (ortalama 37 dk.) dakika arasında değişmektedir.

Verilerin Analizi

Görüşmeler katılımcıların onayı alınarak ses kaydına alınmış ve analiz için kelimesi kelimesine yazıya dökülmüştür. Analiz süreci, görüşmelerden elde edilen zengin nitel verileri sistematik olarak keşfetmek, kodlamak ve yorumlamak için birkaç tekrarlı aşamayı içermektedir.

İlk yazar Smith vd. (2009)'nin YFA'ya ilişkin prosedürlerini takip ederek analize öncülük etmiş, tekrarlanan okumalar yoluyla deşifre metinlerine aşina olmuş ve böylece katılımcıların anlatılarına ilişkin bütünsel bir anlayış kazanmıştır. Analiz vaka bazında gerçekleştirilmiştir. İlk katılımcının verileri, ortaya çıkan temalara dönüştürülen tanımlayıcı, dilsel ve kavramsal noktalar araştırılarak analiz edilmiştir. Böylece, ilk katılımcı için, deşifre metnindeki destekleyici kanıtlara işaret eden üst düzey temaların bir listesi üretilmiştir. Sonrasında bu süreç her katılımcı için tamamlanmıştır. Son olarak, temalar arasındaki bağlantılar belirlenmiş ve bu şekilde temaların ana tablosunun oluşturulması sağlanmıştır. İlk yazarın yorumları verilerle karşılaştırılarak ikinci yazar tarafından incelenmiş ve desteklenmiştir. Bu süreç, aday psikolojik danışmanların ilk danışma oturumlarındaki deneyimlerinin temel yönlerini ele alan kapsayıcı temaların belirlenmesine olanak sağlamıştır. Temalar, katılımcıların bakış açılarının zenginliğini ve çeşitliliğini gösteren, deşifre metinlerinden birebir alıntılarla desteklenmiştir.

Bulguların kesinliğini ve güvenilirliğini artırmak için akran bilgilendirme oturumları kullanılmıştır. Katılımcıların deneyimlerinin yorumunu doğrulamak ve araştırma bulgularının geçerliğini sağlamak için üye kontrolü yapılmıştır. İşbu araştırma, Gazi Üniversitesi Etik Komisyonu onayı ile insan araştırmalarına ilişkin etik kurallara uygun olarak yürütülmüştür.

Bulgular ve Yorumlar

Analiz sonucunda dört üst tema ve on altı tema ortaya çıkmıştır. Üst temaların ve alt temaların isimleri Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2. Üst Temalar ve Alt Temalar

İlk Karşılaşmadaki Duygusal Tepkiler ve Kendilik Algısı
Güven ve Kendinden Şüphe Etmek
Heyecan ve Rahatlama
Kaygı ve Gerginlik
Duygusal Yankılanmaların Mesleki Sınırları Bulanıklaştırması
Kişisel-Mesleki İkilem
Başa Çıkma Stratejileri ve Uyum
Empati Yerine Sempatı Duymak
Zamana ve Kayda Dayalı Oluşun Hissettirdiği Baskı
Zamanın Kısıtlayıcı Etkisi
Kaydın Geri Alınamazlığı
Teori ve Pratik Arasındaki Gerilim
Online Eğitimin Yetersizliği
Güven ve Yetkinlik Üzerindeki Etki

1. İlk Karşılaşmadaki Duygusal Tepkiler ve Kendilik Algısı

Katılımcıların tamamı, ilk psikolojik danışma oturumları sırasında yaşadıkları derin heyecan ve kaygı gibi duygusal deneyimleri ve bunların kendilikleri üzerindeki yansımalarını aktarmışlardır. Buradaki endişe ve yetersizlik duyguları, psikolojik danışmanlık yolculuğunun ilk aşamalarının merkezinde yer alır ve teorik bilgiden gerçek uygulamaya geçişin doğasında var olan kırılmalı ve belirsizliği vurgulamaktadır.

Heyecan ve Rahatlama

K-1: Şöyle: Dediğim gibi çok aşırı heyecanlı ve endişeliydim. Sonrasında ilk bir araya geldiğimiz vakit şu geçti içimden; tamamen karşı tarafa acaba nasıl yardım edebilirim? Yani karşıda bir danışan var, benden bir şeyler bekliyor, bu oturma gelmiş ve ona ben buradan çıktığı zaman bu süreç bittiği zaman problemlerini nasıl çözebilirim? Sadece bu sorular aklımdaydı bu soruları düşünüyordum.

K-1'in anlattıkları danışanın iyilik haline yönelik derin bir sorumluluk duygusunu da ortaya koymaktadır. Bu, psikolojik danışmanların profesyonel yaşamlarına çıkarken, heyecan ve endişe arasındaki hassas dengeyle kurulu karmaşık duygusal durumlarının altını çizmektedir.

Bunun yanı sıra, oturum başladığında katılımcılar heyecanları ve gerginlikleri nedeniyle sıklıkla odaklanma sorununa ve kendilerini yetersiz görmelerinden ötürü danışanlarını hayal kırıklığına uğratma korkusuna dair ifadeleri de paylaşmışlardır. Bu tür iç diyalogların, aday psikolojik danışmanların dinleme ve etkili yanıt verme yeteneklerini çoğu zaman sekteye uğrattığı görülmektedir.

K-1: oturum başladığında ilk 5 dakika ve 10 dakika arasındaki süreçte, 10 dakikaya kadar diyeyim, aşırı heyecandan dolayı danışanı dinlemediğimi, dinleyemediğimi fark ettim. Danışanın anlattıklarına odaklanmak yerine acaba ben danışana ne söyleyeceğim ne söylemem gerekir ne söylersem doğru olur ya da ne söylersem yanlış olur gibi düşünceler zihnimden geçiyordu. Bunları düşünmekten danışanı dinlemediğimi 10. dakikada fark etmeye başladım.

K-4: (...) Yani çok gergindim, heyecanlıyım ve dediğim gibi içimden kendimi sürekli şeyi tekrar ediyorum: "Ne soracaksın, şimdi ne diyeceksin?". Sonra kendime tekrar kızıyordum: "Dinle artık! Şu danışanı bir dinle! Bir şeyler söylemeye çalış!" (...)

Kaygı ve Gerginlik

Kaygının fiziksel belirtileri de katılımcılar tarafından yaygın olarak bildirilmektedir. Bu fiziksel belirtilerin zihinsel gerilimi sıklıkla artırdığı ve oturum sırasında soğukkanlılığı ve etkililiği korumayı daha da zorlaştırdığı görülmektedir. K-5 ve K-2 heyecanlarının göstergesi olan fiziksel rahatsızlıklarını şöyle anlatmaktadırlar:

K-5: Oturum başladığında böyle bir başta titriyordum. Böyle bir nasıl otursam, oturmadım yani böyle bir rahatsız oldum. İşte bir yerde notlarım var onu elime mi alayım kalemi mi bırakayım? Kalemin kapağını düşürdüm falan hani onu almalı mıyım almamalı mıyım yerden karar veremiyorum sonra hani biraz işte sorularımı yöneltiyorum. Danışan cevaplıyor falan. (...) Bir yerde nefesim kesildi böyle boğazım gıcık oldu. Asla normale dönmüyor. Bir şişeye yakın su içtiğimi hatırlıyorum ben 40 dakikalık oturumda.

K-2: (...) Ön görüşme için bile aşırı derecede heyecanlıyım ben. İlk deneyimimdi ve ellerim falan titredi (...).

Güven ve Kendinden Şüphe Etmek

Hata yapma korkusu ve danışanın sorunlarının nasıl ele alınacağı konusundaki belirsizlik de yaygın endişelerdir. K-6'nın söyledikleri mesleki yeteneklerine olan güven eksikliğini ve tereddütleri yansıtmaktadır.

K-6: Hocam heyecanlı bir süreçti yüz yüze görüşene... Çünkü ilk defa deneyimleyeceğim bir süreçti.(...) biraz benim de çekincelerim vardı hani. Mesafe olsun sorduğum sorular olsun hani nasıl yaklaşmam gerektiğini bilmiyordum. Sonuç olarak ilk defa deneyimlediğim bir süreçti.

Önceki derslerde rol yapma senaryolarından gerçek danışan etkileşimlerine geçiş de yetersizlik hissini beslemiş olabilir. K-3 pratik ile gerçeklik arasındaki farka dikkat çekerek bu zorluğun altını çizmektedir:

K-3: ... Ya yetersiz buldum gerçekten biraz deneyim eksikliği. Çünkü böyle bir danışanla daha önce karşılaşmamıştım genel olarak hani biz role-play yaptığımız için danışan aslında danışmanı biraz yönlendiriyordu. Bir şey söylüyordu danışman diyordu ki "ha ben buradan ilerleyeyim".

Ama şimdi benim danışanım o kadar hızlı konuşuyor ki ben nereden tutacağım mesela hangi noktadan onu kesmeliyim veya gerçekten kesmeli miyim ikilemde kalıyorum.

Gerçek oturumların hızlı tempolu doğasının, çoğu zaman aday psikolojik danışmanların kendilerini hazırlıksız hissetmelerine ve nasıl ilerleyecekleri konusunda emin olamamalarına neden olduğu görünmektedir.

2. Duygusal Yankılanmaların Mesleki Sınırları Bulanıklaştırması

Aday psikolojik danışmanlar danışanlarının ne hissettiğini anlamak ve onların deneyimlerini kabul edecek şekilde yanıt vermekle ilgili zorluk yaşadıklarını belirttiler. Katılımcıların kendilerini, danışanların anlattıklarından kendilerine geçen duygusal yankı ile mesleki sınırları koruma ihtiyacı arasında kalan karmaşık bir etkileşimin içinde buldukları görünmektedir. Profesyonel mesafeyi koruma çabalarıyla birlikte, aday psikolojik danışmanlar terapötik süreci etkileyebilecek sempati, şefkat ve duygusal katılım duygularıyla da boğuşmaktadırlar.

Empati Yerine Sempati Duymak

Danışanın bahsettiklerinin K-1 üzerindeki duygusal yankısı, bazen kişisel ve profesyonel roller arasındaki sınırların nasıl bulanıklaştığını göstermektedir:

K-1: Böyle bir şey beklemiyordum. Çünkü karşımda bir danışanın anlattıkları var, gerçekten bir an çok ona da üzuldüm, anlattıklarına çok aşırı bir empati oluşturmuşum onu anlamaya çalışmışım. Beni bile etkiledi söyledikleri.

Katılımcıların sıklıkla danışanlarının sorunlarına duygusal açıdan yaklaştığı ve bunun da mesleki sınırları korumayı zorlaştırdığı görünmektedir. Bu durum yakınlık kurmaya yardımcı olurken, aynı zamanda bazı katılımcıların kendi duygularını yönetmelerini ve oturumlar sırasında objektif kalmalarını da zorlaştırmıştır. K-5 de K-1'e benzer şekilde derin bir duygusal bağ yaşadığını ve profesyonel mesafeyi korumakta zorlandığını belirtmektedir:

K-5: (...) Zor gelen danışanın asıl ailesiyle ilgili anlattığı şeylerdi. Biz bir noktada amatör olduğumuz için tepki verebiliyorum o anlık, işte mimik olabilir ya da danışanın yerine üzülme olabilir. Mesela danışanın kurduğu bir cümle beni çok etkilemişti danışma esnasında. Ben belki danışmanın bir beş dakikası bunu düşündüm aslında buna üzülmeyle bir noktada geçti.

Danışanla yaşanan bu duygusal etkileşim, aday psikolojik danışmanların danışanın hikâyesinden nasıl etkilenebileceğinin altını çizmektedir.

Kişisellik-Profesyonellik İkilemi

Yine K-2'nin aşağıdaki alıntısı, kişisel deneyimlerin danışanın deneyimlerini yansıttığı ve potansiyel olarak psikolojik danışman'ın etkili destek sağlama becerisini zorlaştırdığı bir durumu göstermektedir.

K-2: (...) bir baktım ben yaşıyorum bu problemleri. Ve dediğim gibi o süreçte acaba faydalı olacak mıyım, yararlı olabilecek miyim? Çünkü ben daha kendime yardım edemiyorum. (...) korktum ben de dolayısıyla ne yapacağım filan. Hani ben daha kendime çözüm bulmamışım şu an aynı süreçlerden geçiyoruz yani danışanımla.

Başa Çıkma Stratejileri ve Uyum

Bunun yanında, aday psikolojik danışmanların etik sınırları ve sorumlulukları korurken empatik ve destekleyici kalmaya çalıştığı duygusal uyum ile mesleki tarafsızlık arasındaki hassas dengeyi koruma konusundaki yaklaşımlarını K-4 şöyle anlatmaktadır:

K-4: (...) Hani aklımda artık şey de yoktu: "ne soracağım?" falan da yoktu. Dedim ki [kendime] "artık şunu bir kafandan at, sadece otur ve dinle!". Ve gerçekten oturup bir arkadaşımı dinler gibi dinledim. Ve bunun gerçekten çok faydası oldu.

K-4 'artık' kafasındakileri durdurup oturumu gerçek yaşamına yaklaştırmaya çalışmaktadır. Psikolojik danışman olarak profesyonel bir duruş sergilemeye çabalarırken danışanla insani düzeyde bağlantı kurmanın olanağını da araştırmaktadır.

K-3'ün anlattıkları ise danışanların açıklamalarıyla profesyonel sınırların test edilmesine dair fikir vermektedir:

K-3: (...) [danışanın] Depresif ve üzgün hissetmesi. Hem de bir noktada geçmiş yaşantısında bir büyükten bir tehdit aldığı mesaj yoluyla. Ondan bahsetti. O noktada ben gerçekten böyle ben hiç girmeden geçtim.

K-3'ün 'girmeden geçiş'i danışandan gelen duygusal yankıyı yönetemeyebileceği anlamına gelmektedir. Bu, danışanın duygusal deneyimleriyle ne zaman derinlemesine ilgilenileceğine ve ne zaman bir sınır oluşturulacağına karar vermekte zorlandığını gösteriyor olabilir. Katılımcılar, duygusal yankılanma ile profesyonel nesnellik arasındaki gerilimi yönlendirerek, terapötik ilişki içindeki rolleri ve sorumlulukları hakkında bir anlayış geliştirmeye çabalamışlardır.

3. Zamana ve Kayda Dayalı Oluşun Hissettirdiği Baskı

Aday psikolojik danışmanlar ilk danışma oturumları sırasında zaman kısıtlamasının ve oturumların ses kaydına alınarak kaydediliyor oluşunun yarattığı önemli baskıyı hissetmişlerdir.

Zamanın Kısıtlayıcı Etkisi

Katılımcılar sıklıkla, kendilerine ayrılan zamanın sınırlı olmasıyla ilgili bir aciliyet ve endişe duygusundan bahsetmiş ve bu da çoğu zaman danışanlarla etkileşimlerinde aceleci bir yaklaşıma yol açmıştır:

K-1: (...) Çünkü bir danışma ortamı içerisindeyiz, zaman ilerliyor, danışanın bir beklentisi var çok fazla düşünmeye de vaktim yok açıkçası. Çok fazla düşünmeden de hareket ettirebilirim. (...)

K-1 bir beklentiye karşılama baskısının yanı sıra, zamanın ilerliyor oluşunun tedirginliğini de hissetmektedir.

Zamanın ilerlemesinin sürekli farkında olmalarından kaynaklanan aciliyet hissi, danışanlarıyla tam olarak bir arada olma ve etkili bir şekilde etkileşim kurma yeteneklerine de bir ket vuruyor gibi görünmektedir:

K-2: (...)Ya hiçbir şeyi kullanmıyordum. Hani o anki verdiğim tepkiler de bir an önce konuşayım doğru mu şey mi onu düşünmeye fırsatım olmuyordu çünkü. Bir an önce tepki verme düşüncesindeydim. Doğru mu yanlış mı onları zaten o esnada düşünmüyordum. (...)

Oturumların zamana bağlı doğası, aday psikolojik danışmanların sınırlı süre içinde anlamlı bir ilerleme kaydetmeye mecbur olduklarını hissetmeleri nedeniyle ek bir stres yaratmıştır. Bu durum çoğunlukla danışanın oturumda sunduğu tüm sorunları ele alamadıklarında yetersizlik duygusuyla sonuçlanmaktadır:

K-5: (...) Biz çünkü sanki böyle bir 20 saniye sessizlik olduğu zaman en kötü şeymiş, o danışma çok kötüye gidiyormuş gibi hissettiğimiz için genelde böyle şey, araya hiç zaman vermeden arka arkaya bir şeyler yöneltme peşindeydik başlarda. Ama hani onu şimdi düşündüğümde biraz daha belki böyle daha zamana yayabilirdim. (...)

K-5'in söyledikleri, danışanı ile geçirdiği sürede, her ânı 'bir şeyler yöneltmek' doldurmaya dönük telaşı ile daha fazla alan ve zamana izin vermenin potansiyel olarak daha anlamlı etkileşimlere yol açabileceğini kabul edışı arasındaki çatışmayı yansıtmaktadır.

Kaydın Geri Alınmazlığı

Oturumların süpervizörler tarafından değerlendirilmek üzere ses kaydına alınmasının, aday danışmanların içinde buldukları ruh haline başka bir kaygı ve bilinçlilik katmanı daha eklemiştir. Bazı katılımcılar, kayıt cihazının varlığının, değerlendirilme ve incelenme duygusunu artırdığını, bunun da oturumlardaki performanslarını etkilediğini bildirmiştir. Bir katılımcı bu deneyimi çok canlı bir şekilde şöyle anlatmaktadır:

K-4: (...) ses kaydıyla yapıyoruz biz de deşifre çıkarabilmek için. Hani onun verdiği bir gerginlik vardı. Eğer yanlış bir şey söylersem durduramam falan diye önce böyle bir gergin bir şey oldu kendi açımdan. Gergin bir hava oldu. (...)

Oturumların kayıt altına alınıyor oluşu, aday psikolojik danışmanlarda kaygı uyandıran bir kanıt aracı olarak algılanan eksikliklerin ve görünür şekilde belgelenecek hata yapma potansiyelinin sürekli olarak hatırlatılmasını simgelemektedir.

4. Teori ve Uygulama Arasındaki Gerilim

Katılımcıların tamamı, ilk psikolojik danışma oturumları sırasında teorik bilgiyi pratik becerilere dönüştürme zorluğuyla ve çevrimiçi eğitimin hissettirdiği yetersizlik hissiyle mücadele ettiklerini belirtmişlerdir.

Güven ve Yetkinlik Üzerindeki Etki

Bu, aday danışmanların teorik bir kavrayıştan pratik yeterliliğe geçişte, akademik eğitim ile uygulamalar arasındaki kopukluğu vurgulamaktadır. Bunun yanı sıra, katılımcılar arasındaki yaygın kendinden şüphe ve belirsizlik duygusu, katılımcıların danışanları etkili bir şekilde destekleme yeteneklerine olan güvenlerini

zayıflatmıştır. Ayrıca aday psikolojik danışmanların terapötik uyum kurma ve anlamlı değişimi kolaylaştırma kapasitelerini engellediği söylenebilir. Aşağıdaki kısa alıntıda K-1 deneyim eksikliğinden kaynaklanan yetersizlik duygusunu deneyimlediğini belirtmektedir:

K-2: (...) kesinlikle teorikle uygulama çok bambaşka olaylar. Çünkü evet, tamam beceriler dersinde ya da diğer derslerde kuramları görüyoruz filan.(...)

K-2'nin ifadeleri teorik bilgi ile pratik yeterlilik arasındaki gerilimi vurgulamaktadır.

K-1, çevrimiçi süreçlerle öğrendiği teorik kavramları gerçek hayattaki psikolojik danışma oturumlarına uygulamada zorluk yaşadığını ifade etmektedir:

K-1: Şöyle: teorikten sonra uygulamaya bir anda geçmek çok zor. (...) online sürecine geldiği için tam olarak bir uygulama gerçekleştiremedik. Bu uygulamayı gerçekleştiremedikten sonra da gerçek bir danışanla karşı karşıya kalınca tabiri caizse sudan çıkmış balığa döndük.

K-1'in teorik eğitim sonrası uygulamaya geçişteki yaşadığı zorluğa ilişkin kurduğu mecaz bir taraftan şaşkınlık ve hayal kırıklığını da yansıtmaktadır. 'Bir anda' uygulamaya geçişe şaşırılmış görünmektedir. Ayrıca eğitimin yetersizliği de psikolojik danışman adayının kendine güven ve yeterlilik hislerinin gelişmesinin önünde önemli bir engel teşkil etmektedir.

Çevrimiçi Eğitimin Yetersizliği

Bu çalışmanın araştırma sorusuyla tam olarak uyumlu olmasa da özellikle çevrimiçi görülen derslerin etkisinin zayıflığı katılımcılar tarafından belirtilen ortak bir konuydu. Bu çalışmaya katılan aday psikolojik danışmanlar, gerek Covid-19 pandemisi gerekse 2023 Kahramanmaraş depremlerinde yüz yüze eğitime ara verilmesi sebebiyle bazı teorik derslerini çevrimiçi ortamda almışlardır. Dolayısıyla katılımcılar çevrimiçi eğitim deneyimleri ile gerçek psikolojik danışmanlık uygulamalarının gerektirdikleri arasında bir kopukluk hissetmişlerdir:

K-6: (...) Anne karnından düşmüş ceylan gibiydim diyebilirim yani. Çünkü hocam dördüncü sınıfa kadar hiçbir uygulama dersimiz olmadı. Ve biliyorsunuz hani deprem dolayısıyla zaten üçüncü sınıf ikinci dönemimiz online'dı. Hani online olduğu için verimi yarı yarıya düştü dersin (...)

K-6 yaptığı ilk oturumda dünyaya yeni gelmiş bir 'ceylan' gibi şaşkın ve hazırlıksız bir şekilde gerçek uygulamayla karşı karşıya kaldığını hissetmektedir. Aday psikolojik danışmanlar, karmaşık ve öngörülemez olan ilk oturumun gerektirdiği yetkinlikleri çevrimiçi eğitimin sınırlamalarıyla elde edemeyerek, baskın bir hazırlıksız oluş duygusunu dile getirmişlerdir.

Çevrimiçi eğitim K-4 ve K-5 için bir yetersizlik duygusu da barındırmaktadır:

K-4: Yani bizim aldığımız teorik eğitimlerden sonra açıkçası yetersiz görüyorum ben. Çünkü bizim bir buçuk sene zaten online'a gitti. Ve üçüncü sınıfın ikinci dönemi online'a gitti. Psikolojik danışma becerileri dersi bizim direk online'da gitti. Çok bir katkı sağlamadı yani online süreç de (...) teorik olarak zaten kendimi yetersiz görüyorum.

K-5: (...) O noktada aslında böyle iki seneye yakın online gelmemiz bence bizim üstümüzdeki bu stresi ve kaygıyı arttırdığını düşünüyorum. Çünkü yeterlilik bakımından böyle kendimizi çok yeterli görmedik yani (...)

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Bu çalışmaya katılan aday psikolojik danışmanların geriye dönük anlatımları, ilk gerçek psikolojik danışma oturumları sırasındaki deneyimlerine ilişkin derin bir kavrayış sunarak onların karşılaştıkları hem duygusal hem de mesleki zorlukları vurgulamaktadır.

İlk Karşılaşmadaki Duygusal Tepkiler ve Kendilik Algısı

Çarpıcı bulgulardan biri, aday psikolojik danışmanların ilk oturumlarında deneyimledikleri yoğun duygusal tepki ve kendilik algısındaki değişikliklerdir. Bu bulgu, ilk psikolojik danışma deneyimlerinin kaygı ve kendinden şüphe duymayla dolu olduğunu gösteren önceki araştırmalarla uyumludur (Cigrand, 2020; Loganbill vd., 1982; Rønnestad ve Skovholt 2003; Stoltenberg vd., 1998). Bu geçiş onların mesleki gelişimlerinde kritik bir dönüm noktasıdır; aday psikolojik danışmanlar kendilerini sadece bir öğrenci olarak değil, yetişen bir profesyonel olarak görmeye başlamışlardır. Eğitim ve süpervizyonda aday psikolojik danışmanların kaygılarına odaklanmak,

özellikle bu tepkiyi normalleştirmek için çaba göstermek, danışman gelişiminin kolaylaştırılması açısından önemli olabilir.

İlginçtir ki, katılımcılar değişken bir güven ve kendinden şüphe duygusu yaşadıklarını belirtmişlerdir. Bazıları eğitimlerine güveniyordu ancak neredeyse tamamı bunu etkili bir şekilde uygulayabilme yeteneklerinden emin olmadıklarını belirttiler. Bu ikilem, aday psikolojik danışmanların sıklıkla danışanların beklentilerini karşılama ve kendi duygusal tepkilerini yönetme konusunda endişe duyduklarını tespit eden Özteke Kozan'ın (2018) bulgularıyla tutarlıdır. Bu bulgu, bilhassa pratik becerilere ve duygusal dayanıklılığa odaklanan daha sağlam hazırlık programlarının faydalı olabileceğini düşündürmektedir.

Duygusal Yankılanmaların Mesleki Sınırları Bulanıklaştırması

Aday psikolojik danışmanlar genellikle uygun bir profesyonel mesafeyi korumaya çalışmışlardır ancak danışanın içinde bulunduğu duygu durumunun etkisinden çıkmakta zorlandıklarını belirterek kendilerini danışanlarına karşı derin bir (s)empati hissi içinde bulmaktadırlar. Bu bulgu, yeni başlayan danışmanların kişisel ve mesleki kimlikleri birleştirme eğiliminde olduklarını belirten Rønnestad ve Skovholt'un (2003) çalışmasını desteklemektedir. Bunun yanında, aday danışmanların danışanlara verdikleri duygusal tepkilerin oldukça farkında olduklarını ve özellikle bu tepkileri terapötik ilişkilerinde nasıl ele alacaklarını ve kullanacaklarını bilemedikleri için bir denetim aramaya açık olduklarını da göstermektedir ve bu önceki çalışmalarla tutarlıdır (Schwing vd., 2011; Wu, 2019). Ayrıca bazı katılımcılar kendilerini bazen profesyonel yardımcılarından çok bir arkadaş gibi davranmaya yakın hissetmektedir. Bu, psikolojik danışmanların objektifliklerini ve psikolojik danışmanın etkililiğini tehlikeye atabileceklerine dair bir bulgudur. Aday psikolojik danışmanların kendi duyguları, tetikleyicileri ve davranışları hakkında daha derin bir anlayış kazanmalarına yardımcı olması bakımından uygulamalar öncesinde kendi terapilerinden geçmelerini sağlamak önemlidir. Bu öz farkındalık, terapötik sürece müdahale edebilecek kişisel önyargıları ve duygusal tepkileri yönetmek için gerekli olabilir.

Danışmanlar bu yoğun duyguları yönetmek için kendilerine profesyonel rollerini hatırlatmak ve yapılandırılmış teknikler kullanmak gibi çeşitli başa çıkma stratejileri kullanmaktadırlar. Bu uyum sağlayıcı davranış, mesleki dayanıklılığın geliştirilmesi için önemlidir ve terapötik ortamlarda duygu düzenlemeye ilişkin literatür tarafından desteklenmektedir (Skovholt, 2017). Psikolojik danışmanların eğitiminde duygu düzenleme ve mesleki sınırlar konusuna eğilmek önemlidir çünkü bu, onların terapötik etkililiklerini doğrudan etkiliyor görünmektedir.

Teori ve Pratik Arasındaki Etkileşim

Önemli bir bulgu, teorik bilgi ile uygulama arasında algılanan boşluktur. Katılımcılar, gerçek bir psikolojik danışma oturumu ya da danışanla karşılaştıklarında teorik eğitimlerinin yetersiz olduğunu hissetmişlerdir. Bu bulgu, acemi terapistlerin geçmiş eğitimlerine ilişkin hayli olumsuz değerlendirmelere sahip olduğunu tespit eden önceki bir araştırmanın (Owen-Pugh ve Baines, 2014) bulgularıyla tutarlıdır. Katılımcıların bu deneyimleri, teoriyi uygulamayla daha yoğun bir şekilde harmanlayan ve daha bütünleşmiş eğitim yaklaşımlarına olan ihtiyacı vurgulamaktadır (Büyüköze-Kavas, 2011; Hill vd., 2007).

Bunun yanı sıra, danışmanların bazı küresel (Covid-19) ve yerel (2023 Kahramanmaraş Depremleri) zorunluluklar dolayısıyla aldıkları çevrimiçi eğitimin gerçek oturum sırasında ek zorluklar yarattığı görülmektedir. Bu bulgu, psikolojik danışmanların çevrimiçi uygulama ortamlarında bazı sorunlarla karşılaşmalarına rağmen çevrimiçi denetim ve ekran denetimi ile ilgili olumlu deneyimler yaşadıklarını tespit eden Amanvermez vd. (2020)'nin bulgularından farklıdır. Psikolojik danışman eğitiminde çevrimiçi eğitimin gelecekte artabileceği düşünüldüğünde (Snow ve Coker, 2020) gerekli önlemlerin alınması önemlidir. Bu, eğitim kurumlarının, danışmanlık ortamlarını taklit eden rol yapma egzersizlerini ister yüz yüze ister çevrimiçi olsun gerçek uygulamaya daha fazla yaklaştırarak öğretim programlarını geliştirmeleri gerektiğini ortaya koymaktadır.

Zamana ve Kayda Dayalı Oluşun Hissettiği Baskı

Katılımcılar, sınırlı zaman dilimi içinde iyi performans gösterme konusunda baskı hissetmişler ve kaydedilen oturumların kalıcı doğası konusunda endişelenmişlerdir. Ses veya görüntü kaydı psikolojik danışma uygulamaları eğitiminde sıklıkla kullanılmaktadır (Arthur ve Gfroerer, 2002; Pamukçu Karasu vd., 2023). Bu bulgu, zaman kısıtlamalarının ve performans kaygısının aday psikolojik danışmanlar üzerindeki etkisini inceleyen araştırmalarla uyumludur (Cigrand, 2020; Ellis vd., 2015). Ancak ses kaydının danışman adaylarının oturumlara hazırlanmalarında faydalı olduğunu (Koçyiğit Özyiğit, 2020) ve video kaydının ise psikolojik danışman adaylarının mesleki rollerine girmelerini kolaylaştırdığını bildiren (Bernard ve Goodyear, 2014; Ellis, 2010) önceki çalışmaların bulgularından farklıdır. Bu tutarsızlık, bu çalışmanın ilk kez psikolojik danışma oturumu yürüten psikolojik danışman adaylarının deneyimlerini incelemesinden kaynaklanıyor olabilir.

Bu baskılar, yalnızca performans değerlendirmesinden ziyade büyüme ve öğrenmeye odaklanan destekleyici denetim uygulamalarına olan ihtiyacı vurgulamaktadır. Süpervizörler, aday danışmanların performans kaygısı ve

zaman baskılarıyla ilgili zorluklarını ele almak için psikanalitik ve yansıtıcı (reflective) süpervizyon yaklaşımlarını uygulamalarına dâhil edebilirler. Psikanalitik çerçeveler farkındalığı derinleştirebilen ve mesleki yeterliliği artırabilen aktarım, karşı aktarım ve aday psikolojik danışmanların bilinçdışı süreçlerini keşfetmeye vurgu yapmaktadır (Frawley-O'Dea & Sarnat, 2001; Jacobs, 2012). Oturumlar sonundaki çağrışıma dayalı süpervizörlük uygulamaları -sadece kayıtlara güvenmek yerine çağrışımlara ve izlenimlere odaklanarak- hem danışanın gizliliğini önemsemeye fayda sunabilir hem de psikolojik danışmanların performansla ilgili stresini azaltabilir (Knight, 2012).

Güçlü Yönler, Sınırlılıklar ve Gelecek Araştırmalar İçin Çıkarımlar

Psikolojik danışman eğitiminde YFA kullanımının yetersiz kullanılıyor oluşu iyi belgelenmiş bir konudur (Miller ve Barrio Minton, 2018). Bu çalışmanın başlıca güçlü yanı, aday psikolojik danışmanların yaptıkları ilk psikolojik danışma oturumunu ve danışanlarla ilk karşılaşma deneyimini yorumlayıcı fenomenolojik analiz kullanarak inceleyen ilk çalışma olmasıdır. Ek olarak, görüşmeler vaka bazında analiz edilmiş ve böylece gerçeklikle karşılaşmanın idiyografik anlamı yakalanmaya çalışılmıştır. Derinlemesine nitel bir yaklaşımın kullanılması nedeniyle bulgular genelleştirilemez. Görüşmelerin zamanlaması, ilk psikolojik danışma oturumundan yaklaşık 6 ay sonradır ve görüşmede yaşanan bu gecikme, katılımcıların deneyimlerine ilişkin anlamlarını etkilemiş olabilir. Gelecekteki çalışmalar, gerçek zamanlı deneyimleri yakalamak ve geriye dönük hatırlamanın olumsuz yanlarını azaltmak için ilk oturumdan hemen sonra deneyimleri inceleyebilir ya da boylamsal tasarımlar kullanabilir.

Ayrıca örnekleminizin Türkiye'deki belirli bir eğitim bağlamına özgü olması bulguların diğer kültürel veya eğitsel ortamlara genellenebilirliğini sınırlandırmaktadır. Farklı ülkeler ve eğitim sistemleri, danışman eğitimine yönelik farklı yaklaşımlara sahip olabilir ve bu, aday danışmanların deneyimlerini etkileyebilir. Farklı kültürlerden çeşitli örneklemeler, bulguların derinliğine katkı sağlayabilir.

Kaynakça

- Aladağ, M. (2014). Psikolojik Danışman Eğitiminin Farklı Düzeylerinde Bireyle Psikolojik Danışma Uygulaması Süpervizyonunda Kritik Olaylar. *Ege Eğitim Dergisi*, 15(2), 428 -475. <https://doi.org/10.12984/eed.82217>
- Aladağ, M. ve Kemer, G. (2016). Clinical supervision: An emerging counseling specialty in Turkey. *The Clinical Supervisor*, 35(2), 175-191. <https://doi.org/10.1080/07325223.2016.1223775>
- Alase A. (2017). The interpretative phenomenological analysis (IPA): A guide to a good qualitative research approach. *International Journal of Education & Literacy Studies*, 5(2), 9–19. <https://doi.org/10.7575/aiac.ijels.v.5n.2p.9>
- Amanvermez, Y., Zeren, S. G., Erus, S. M., Buyruk Genc, A. (2020). Supervision and Peer Supervision in Online Setting: *Experiences of Psychological Counselors*. *Eurasian Journal of Educational Research*, 20(86), 249-268. <https://doi.org/10.14689/ejer.2020.86.12>
- Arthur, G. L., & Gfroerer, K. P. (2002). Training and Supervision Through the Written Word: A Description and Intern Feedback. *The Family Journal*, 10(2), 213-219. <https://doi.org/10.1177/1066480702102014>
- Atik, Z. (2017). Psikolojik danışman adaylarının bireyle psikolojik danışma uygulaması ve süpervizyonuna ilişkin değerlendirmeleri [Yayınlanmamış doktora tezi]. *Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara*.
- Bakalim, O., Şanal-Karahan, F., & Şensoy, G. (2018). The effect of group supervision on the psychological counseling self-efficacy levels of psychological counseling candidates. *Turkish Online Journal of Qualitative Inquiry*, 9(4), 412-428. <https://doi.org/10.17569/tojqi.439769>
- Bernard, J. M. ve Goodyear, R. K. (2019). *Fundamentals of clinical supervision* (6th ed.) MA: Pearson.
- Bhandari, A., & Sriram, S. (2023). Novice therapist, the client and therapy: Integrating the triad. *Counselling and Psychotherapy Research*, 23(3), 745-760. <https://doi.org/10.1002/capr.12548>
- Büyükgoze-Kavas, A. (2011). Bireysel ve grupla psikolojik danışma uygulamalarına yönelik bir değerlendirme. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 9(2), 411-431.
- Cigrand, C. (2020). Contemplative practice: A proposal in reducing novice counselor's performance anxiety and excessive self-focus. *Journal of Counselor Preparation and Supervision*, 13(4), 2. <https://digitalcommons.sacredheart.edu/jcps/vol13/iss4/2>

- Creswell J. W., Poth C. N. (2018). *Qualitative inquiry & research design: Choosing among five approaches*. (4th ed.). Sage.
- Dawson, D., & Akhurst, J. (2013). 'I wouldn't dream of ending with a client in the way he did to me': An exploration of supervisees' experiences of an unplanned ending to the supervisory relationship. *Counselling and Psychotherapy Research*, 1-10. <https://doi.org/10.1080/14733145.2013.845235>
- De Stefano, J., Mann-Feder, V., & Gazzola, N. (2010). A qualitative study of client experiences of working with novice counsellors. *Counselling and Psychotherapy Research*, 10(2), 139–146. <https://doi.org/10.1080/14733141003770713>
- Dickens, K. N., Ebrahim, C. H., & Herlihy, B. (2016). Counselor education doctoral students' experiences with multiple roles and relationships. *Counselor Education and Supervision*, 55(4), 234-249. <https://doi.org/10.1002/ceas.12051>
- Ellis, M. V. (2010). Bridging the science and practice of clinical supervision: Some discoveries, some misconceptions. *The Clinical Supervisor*, 29(1), 95-116. <https://doi.org/10.1080/07325221003741910>
- Ellis, M. V., Hutman, H., & Chapin, J. (2015). Reducing supervisee anxiety: Effects of a role induction intervention for clinical supervision. *Journal of Counseling Psychology*, 62(4), 608. <http://dx.doi.org/10.1037/cou0000099>
- Erçevik, A., ve Türk Kurtça, T. (2023). The Experience of Being the First Client of Novice Counselors in Türkiye From the Client's Perspective. *SAGE Open*, 13(3). <https://doi.org/10.1177/21582440231183964>
- Farmer, L. B., & Byrd, R. (2015). Genderism in the LGBTQIA community: An interpretative phenomenological analysis. *Journal of LGBT Issues in Counseling*, 9(4), 288-310. <https://doi.org/10.1080/15538605.2015.1103679>
- Frawley-O'Dea, M. G., & Sarnat, J. E. (2001). *The supervisory relationship: A contemporary psychodynamic approach*. Guilford Press.
- Hill, C. E., Sullivan, C., Knox, S., & Schlosser, L. Z. (2007). Becoming psychotherapists: Experiences of novice trainees in a beginning graduate class. *Psychotherapy (Chicago, Ill.)*, 44(4), 434–449. <https://doi.org/10.1037/0033-3204.44.4.434>
- Jacobs, M. (2012). EBOOK: *The Presenting Past: The Core of Psychodynamic Counselling and Therapy*. McGraw-Hill Education (UK).
- Kocuyigit, M. (2024). Novice supervisees' anxiety in counselling supervision: a phenomenological study. *Studies in Continuing Education*, 46(1), 65-81. <https://doi.org/10.1080/0158037X.2022.2161501>
- Koçuyiğit, M. (2020). "Bireyle psikolojik danışma uygulaması" dersinde grup süpervizyonu sürecinin incelenmesi. *Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi – Journal of Qualitative Research in Education*, 8(4), 1116-1146. <https://doi.org/10.14689/issn.2148-2624.8c.4s.3m>
- Kocuyigit, M. (2023). Novice supervisees' anxiety in counselling supervision: a phenomenological study. *Studies in Continuing Education*, 46(1), 65–81. <https://doi.org/10.1080/0158037X.2022.2161501>
- Kurtyılmaz, Y., Başak, B. E., Güler, D., & Tümlü, G. Ü. (2019). 'Psikolojik Danışman Adayının Danışanı Olmak': Danışanların Psikolojik Danışma Sürecindeki Deneyimleri. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 9(55), 1137-1177.
- Knight, C. (2012). Therapeutic use of self: Theoretical and evidence-based considerations for clinical practice and supervision. *The Clinical Supervisor*, 31(1), 1–24. <https://doi.org/10.1080/07325223.2012.676370>
- Loganbill, C., Hardy, E., & Delworth, U. (1982). Supervision: a conceptual model. *The Counseling Psychologist*, 10, 3–42.

- Miller, R. M., Chan, C. D., & Farmer, L. B. (2018). Interpretative phenomenological analysis: A contemporary qualitative approach. *Counselor Education and Supervision*, 57(4), 240–254. <https://doi.org/10.1002/ceas.12114>
- Minton, C. A. B., Gibson, D. M., & Morris, C. A. W. (2016). *Evaluating student learning outcomes in counselor education*. John Wiley & Sons.
- Owen-Pugh, V., & Baines, L. (2014). Exploring the clinical experiences of novice counsellors working with LGBT clients: Implications for training. *Counselling and Psychotherapy Research*, 14(1), 19-28. <https://doi.org/10.1080/14733145.2013.782055>
- Özteke Kozan, H. İ. (2018). Psikolojik Danışman Adaylarının Danışma Uygulamasına Yönelik Kaygıları: Nitel Bir Yaklaşım. *OPUS International Journal of Society Researches*, 9(16), 109-137. <https://doi.org/10.26466/opus.476077>
- Pamukçu Karasu, B., Meydan, B., Koçyiğit Özyiğit, M., Pehlivan, Y., vd. (2023). Psikolojik Danışman Eğitiminde Süpervizör Geri Bildirimi. *Anadolu University Journal of Education Faculty*, 7(1), 202-226. <https://doi.org/10.34056/aujef.1182374>
- Pietkiewicz, I., & Smith, J. A. (2014). A practical guide to using interpretative phenomenological analysis in qualitative research psychology. *Psychological journal*, 20(1), 7-14.
- Rønnestad, M. H., & Skovholt, T. M. (2003). The journey of the counselor and therapist: Research findings and perspectives on Professional development. *Journal of career development*, 30, 5-44. <https://doi.org/10.1023/A:1025173508081>
- Saki, V. ve Şahin, M. (2021). Examining the experiences of counselor trainees towards practices in individual counseling practicum course. *International Journal of Psychology and Educational Studies*, 8(1), 110-123. <https://doi.org/10.17220/ijpes.2021.8.1.298>
- Schwing, A. E., LaFollette, J. R., Steinfeldt, J. A., & Wong, Y. J. (2011). Novice counselors' conceptualizations and experiences of therapeutic relationships. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 33, 51-63. <https://doi.org/10.1007/s10447-010-9112-2>
- Skovholt, T. (2017). *Master therapists: Exploring expertise in therapy and counseling*. Oxford University Press.
- Smith J. A., Flowers P., Larkin M. (2009). *Interpretive phenomenological analysis: Theory, method, and research*. Sage.
- Snow, W. H., & Coker, J. K. (2020). Distance counselor education: Past, present, future. *Professional Counselor*, 10(1), 40-56. <https://doi.org/10.15241/whs.10.1.40>
- Stoltenberg, C. D., McNeill, B. W., & Delworth, U. (1998). *IDM: An integrated developmental model for supervising counselors and therapists*. San Francisco: Jossey-Bass
- Tümlü, G. Ü., & Ceyhan, E. (2021). Bireyle psikolojik danışma uygulaması süpervizyonunun yapılandırılması: Bir eylem araştırması. *Eğitim ve Bilim*, 46(208). <https://doi.org/10.15390/EB.2021.9364>
- Wu M. B. (2019). *Novice therapist responsiveness: Description and development* (Publication no. 2300270256) [Doctoral dissertation, University of Massachusetts]. ProQuest Dissertations & Theses Global. <https://www.proquest.com/dissertations-theses/novice-therapist-responsiveness-description/docview/2300270256/se-2>
- YÖK (2018). *Yeni öğretmen yetiştirme programları*. 29 Mayıs 2024 tarihinde Yükseköğretim Kurulu: https://www.yok.gov.tr/Documents/Kurumsal/egitim_ogretim_dairesi/Yeni-Ogretmen-Yetistirme-Lisans-Programlari/Rehberlik_ve_Psikolojik_Danismanlik_Lisans_Programi.pdf adresinden elde edilmiştir.

Extended Abstract

The initial psychological counseling session is a pivotal moment for novice psychological counselors, marking their transition from theoretical learning to practical application. In Turkey, fourth-year undergraduate students in guidance and psychological counseling programs experience this shift as they conduct real counseling sessions for the first time. This study explores how these novice counselors perceive and navigate their encounters with first

sessions and clients, using Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) to delve into their subjective experiences.

The study employed IPA to understand the lived experiences of six fourth-year undergraduate novice psychological counselors from various universities in Turkey. Participants were selected using purposive sampling, focusing on those who had their first counseling sessions within the past six months. Data collection involved in-depth interviews conducted via Zoom Video Communications, which were transcribed and analyzed for emergent themes. The analysis followed a detailed iterative process, ensuring rigor through peer debriefing and member checking.

Results

1. Emotional Reactions and Self-Perception at First Encounter: Participants reported intense emotional responses, including anxiety and excitement, which affected their ability to focus and respond effectively during sessions. These feelings of self-doubt and inadequacy were exacerbated by the transition from theoretical training to practical application.
2. Emotional Resonance Blurs Professional Boundaries: Novice counselors struggled to balance empathy with professional detachment. Many found themselves emotionally resonating with their clients, sometimes blurring the line between personal and professional interactions.
3. The Pressure of Being Time and Record-Based: The time-bound nature of sessions and the presence of recording devices added layers of stress, making it difficult for participants to be fully present and effective. This pressure often led to a rushed approach, hindering the establishment of therapeutic rapport.
4. Tension Between Theory and Practice: There was a significant gap between the theoretical knowledge acquired and its practical application. The limitations of online education, particularly due to the COVID-19 pandemic and local disasters, further hindered the participants' readiness and confidence in real counseling sessions.

Discussion and Conclusion

The findings reveal that novice counselors face considerable emotional and professional challenges during their first sessions. Their experiences underscore the importance of robust preparatory programs that integrate theory with practical skills and emphasize emotional resilience. The study also highlights the need for supportive supervisory practices that focus on developmental learning rather than performance evaluation. The gap between theory and practice, exacerbated by the inadequacies of online education, calls for educational reforms that better prepare students for real-world counseling.

Future studies should explore these experiences immediately after first sessions or through longitudinal designs to capture real-time insights and mitigate retrospective biases. Additionally, expanding the sample to different cultural and educational contexts can enhance the depth of the findings.