



## Psikolojik Danışman Eğitiminde Metafor Destekli Süpervizyonun Psikolojik Danışma Öz-Yeterliği ve Hata Ruminasyonu Üzerindeki Etkisi

### Effect of Metaphor-Supported Supervision in Counselor Education on Counseling Self-Efficacy and Mistake Rumination

FEDAİ KABADAYI<sup>1</sup>

**Makale Türü / Article Type:** Araştırma Makalesi / Research Manuscript

**Başvuru Tarihi / Application Date:** 31.01.2025

**Kabul Tarihi / Accepted Date:** 02.06.2025

**Atıf İçin / To Cite This Article:** Kabadayı, F. (2025). Psikolojik danışman eğitiminde metafor destekli süpervizyonun psikolojik danışma öz-yeterliği ve hata ruminasyonu üzerindeki etkisi. *Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (REFAD)*, 5(1), 15-54.

**ÖZ:** Psikolojik danışman eğitiminde metaforların çeşitli yöntem ve tekniklerle kullanılabileceğini gösteren önceki araştırmalara rağmen metafor destekli süpervizyonun (MDS) psikolojik danışma öz-yeterliği ve hata ruminasyonu üzerindeki etkisini inceleyen çalışmaların sınırlı olduğunu göstermektedir. Bu çalışmanın amacı, MDS ile geleneksel süpervizyonun (GS) psikolojik danışman adaylarının (PDA'lar) yardım becerileri öz-yeterliği, oturum yönetmeye ilişkin öz-yeterlik, psikolojik danışma sürecindeki zorluklarla başa çıkmaya yönelik öz-yeterlik ve hata ruminasyonu üzerindeki etkilerini karşılaştırmaktır. Bu çalışmada, müdahale ve karşılaştırma gruplarının yer aldığı ön-test ve son-test ölçümlerinden oluşan yarı-deneyssel desen kullanılmıştır. Müdahale grubunda 14-haftalık metafor destekli yapılandırılmış grup akran süpervizyonu sağlanırken karşılaştırma grubuna yapılandırılmış grup akran süpervizyonu sağlanmıştır. Araştırmanın ölçümlerini 14 psikolojik danışman adayı (PDA) (7'si müdahale grubu, 7'si karşılaştırma grubu) tamamlamıştır. Katılımcıların 12'si kadın ve 2'si erkektir ve yaş ortalaması 22.57 (Ss = 2.79) şeklindedir. Mevcut araştırmanın bulguları, hata ruminasyonu ve yardım becerileri öz-yeterliği açısından hem MDS hem de GS gruplarında anlamlı bir değişim olmadığını göstermiştir. Oturum yönetme öz-yeterliği GS grubunda anlamlı bir şekilde artarken, MDS grubunda anlamlı bir değişim saptanmamıştır. Psikolojik danışma sürecindeki zorluklarla başa çıkma öz-yeterliği her iki grupta da anlamlı artış göstermiştir. Ancak, gruplar arası karşılaştırmalarda hiçbir değişimde anlamlı bir fark bulunmamıştır. Mevcut araştırma bulgularından yola çıkılarak psikolojik danışman eğitiminde süpervizyona ilişkin birtakım öneriler geliştirilmiştir.

**Anahtar sözcükler:** Psikolojik danışman eğitimi, metafor destekli süpervizyon, psikolojik danışma öz-yeterliği, hata ruminasyonu

**ABSTRACT:** Previous studies indicating that metaphors can be utilized with several methods and techniques in counselor education show that the studies investigating the effect of metaphor-supported supervision on counseling self-efficacy and mistake rumination are limited. The aim of the present study was to compare the effects of metaphor-supported supervision and traditional supervision on counselor candidates' helping skill self-efficacy, session management self-efficacy, counseling challenges self-efficacy, and mistake rumination in the counseling process. In this study, a quasi-experimental design consisting of pre-test and post-test measurements with intervention and comparison groups was employed. The intervention group received 14-week metaphor-supported structured group peer supervision, while the comparison group received structured group peer supervision. The measurements of the research were completed by 14 counselor candidates (7 in the intervention group and 7 in the

<sup>1</sup> Dr. Öğr. Üyesi, Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, fdkbdy@gmail.com, ORCID: 0000-0003-2486-2337 (Başlıca yazar)

comparison group). Twelve of the participants were female and 2 were male and the mean age was 22.57 (SD = 2.79). The findings of the present study showed that there was no significant change in mistake rumination and helping skill self-efficacy in both metaphor-supported supervision and traditional supervision groups. While session management self-efficacy increased significantly in the traditional supervision group, no significant change was found in the metaphor-supported supervision group. Counseling challenges self-efficacy showed a significant increase in both groups. However, no significant difference was found in any variable in intergroup comparisons. The results of the present study have provided some suggestions for supervision in counselor education.

**Keywords:** Counselor education, metaphor-supported supervision, counseling self-efficacy, mistake rumination

## 1. GİRİŞ

Amerikan Danışmanlık Derneği (ACA), psikolojik danışmanlığı; bireylerin, ailelerin veya grupların zihinsel sağlıklarını, yaşam kalitelerini ve kariyer ya da eğitim hedeflerini destekleyen profesyonel bir ilişki biçimi olarak tanımlamaktadır (American Counseling Association, 2024). Bu süreç, danışanların hayatlarını daha anlamlı ve tatmin edici hale getirme amacını taşımaktadır. Yaşamlarında zorluklarla karşılaşan bireyler, genellikle gündelik yaşam düzenlerinin bozulduğunu hisseder ve psikolojik danışma, zorluklar yaşayan bireylerin yaşamlarında yeniden denge ve uyum sağlamalarına yardımcı olmaktadır (Hackney ve Cormier, 2008). Psikolojik danışma desteğini etkin bir şekilde sunabilmek için psikolojik danışmanların, olumlu ve kapsayıcı bir tutum benimsemeleri, yüksek benlik saygısına sahip olmaları, ruhsal sağlıklarını korumaları, öz-bakım konusunda yeterlilik sergilemeleri ve yaratıcı ve entelektüel becerilerde ileri düzeyde olmaları önemlidir (Young, 2019). Bu doğrultuda, psikolojik danışmanların mesleki yeterliliklerini kazanmaları ve geliştirmeleri, etkin psikolojik danışma hizmeti sunabilmeleri açısından kritik bir gerekliliktir. Bu nedenle, lisans eğitimleri sürecinde yapılandırılmış ve sistematik bir psikolojik danışman eğitimi programına tabi tutulmaları büyük önem taşımaktadır.

Türkiye'deki Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık (RPD) lisans programı, PDA'ları teorik bilgi ve uygulama becerileriyle donatarak mesleğe hazırlamayı hedeflemektedir. Yükseköğretim Kurulu tarafından belirlenen standartlara uygun olarak düzenlenen program, 240 AKTS'lik kapsamlı bir eğitim sunar ve hem teorik dersler hem de uygulamalı eğitimlerle PDA'ların mesleki yetkinliklerini geliştirmelerine olanak tanımaktadır. Özellikle son sınıfta yer alan uygulamalı dersler, PDA'lara süpervizyon eşliğinde gerçek danışanlarla çalışma deneyimi kazandırarak etik ve profesyonel standartlara uygun hizmet verebilmelerini desteklemektedir. Özellikle süpervizyon altında yürütülen Bireyle Psikolojik Danışma Uygulaması I (BPDU-I) dersi kritik bir öneme sahiptir (Yükseköğretim Kurulu, 2024). Bu bağlamda, psikolojik danışman eğitiminde süpervizyonun, PDA'ların mesleki yeterliliklerini geliştirmesi ve psikolojik danışma becerilerini ilerletmesi üzerindeki etkilerini bilimsel olarak incelemek ve geliştirmeye odaklanmak önemlidir.

Süpervizyon, mesleki gelişim ve klinik eğitim alanında, etkili uygulamalara yönelik gerekli bilgi ve becerilerin kazanılmasını destekleyen yapılandırılmış bir çerçeve sunarak psikolojik danışma alanında kritik bir öneme sahiptir (Bernard ve Goodyear, 2019). Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği (2023) tarafından süpervizyon, deneyimli bir süpervizör rehberliğinde, PDA'ların ya da daha az deneyimli meslek elemanlarının mesleki yeterliliklerini geliştirmeye yönelik sistematik, esnek ve bireyselleştirilmiş bir eğitim süreci olarak tanımlanmaktadır. Süpervizyon süreci, güvene dayalı, eşit ve iş birliğine açık bir ilişkiyi gerektirmekle birlikte, terapötik değil pedagojik bir doğaya sahiptir. Süpervizyon, psikolojik danışmanların ve PDA'ların mesleki yetkinliklerini artırmayı, öz-yeterliliklerini geliştirmeyi ve danışanlarla çalışmalarında yaratıcılık ve esneklik kazanmalarını hedeflerken, bu süreçte geri bildirim ve bilgi paylaşımı merkezi bir rol oynamaktadır (Crockett ve Hays, 2015). Bununla birlikte, bilgi ve becerilerin hızlı bir şekilde kazanılamaması nedeniyle, PDA'ların klinik becerilerini geliştirmek için çeşitli süpervizyon modelleri geliştirilmiştir. Süpervizörler, danışmanlık, bir yönden öğretmenlik ve rehberlik rollerini üstlenerek müdahale ve kavramsallaştırma becerilerinin gelişimine önemli katkılar sunmaktadır (Bernard ve Goodyear, 2019; McAdams III ve Wyatt, 2010). Süpervizyon aynı zamanda, danışanların olumlu sonuçlar elde etmesini destekleyerek gerçek zamanlı uygulamalar aracılığıyla klinik beceri gelişimine de önemli katkılar sağlamaktadır (Tan, 2009). Süpervizyonun bu çok boyutlu yapısı, PDA'ların mesleki gelişim yolculuğunda kritik bir destek mekanizması işlevi görmektedir.

Psikolojik danışman eğitiminin temel unsurlarından biri, psikolojik danışma uygulamalarına yönelik süpervizyonun sağlanmasıdır; bu süreç, etkili psikolojik danışmanların yetiştirilmesi ve psikolojik danışman adaylarının öz-yeterlilik düzeylerinin geliştirilmesi açısından kritik bir rol oynamaktadır (Cashwell ve Dooley, 2001). Süpervizyon sayesinde PDA'ların psikolojik danışmanlık becerilerini geliştirmek amaçlanmaktadır (Aladağ ve ark., 2022; Wheeler ve Richards, 2007). Alanyazında psikolojik danışman eğitiminde kullanılan farklı süpervizyon modellerine yer verildiği görülmektedir (Erkan Atik ve ark., 2014; Meydan, 2014). Bugüne kadar yapılan araştırmalar uygulanan çeşitli süpervizyon modellerinin PDA'ların hem mesleki hem de bireysel açıdan faydalı olabileceğini göstermektedir (Bakalım ve ark., 2018; Eryılmaz ve Mutlu, 2018; Gönültaş ve ark., 2024). Üstelik, farklı

süpervizyon modellerinin karşılaştırıldığı deneysel araştırmalar mevcuttur (Koç, 2022; Meydan, 2015). Örneğin, mikro beceri süpervizyon modelinin etkililiğini inceleyen bir çalışma, PDA'ların içerik yansıtma, soru sorma ve özetleme gibi temel psikolojik danışma becerilerinde karma süpervizyon grubuna göre anlamlı bir artış gösterdiğini ortaya koymaktadır. Ancak, psikolojik danışma oturumlarını yönetme, yardım becerileri ve psikolojik danışma sürecindeki zorluklarla başa çıkmaya yönelik öz-yeterlik alanlarında karma süpervizyon grubu kadar etkili olabileceği belirtilmektedir (Meydan, 2015). Başka bir araştırma ise, kişiler arası süreci hatırlama tekniğine dayalı süpervizyonun PDA'ların psikolojik danışma becerilerine, öz-yeterlik ve kaygı düzeylerine etkisi incelenmiş ve kişiler arası süreci hatırlama tekniğine dayalı süpervizyonun PDA'ların psikolojik danışma becerilerine, öz-yeterlik ve kaygı düzeylerine anlamlı bir etkisinin olmadığı saptanmıştır (Koç, 2022). Önceki araştırmalar, farklı süpervizyon modellerinin veya tekniklerinin PDA'ların mesleki gelişimini destekleyen potansiyel olarak önemli bir yapı olabileceğini ortaya koymaktadır. Ancak, önceki bazı araştırma bulguları farklı süpervizyon modellerinin PDA'ların becerilerine beklenen düzeyde ve şekillerde katkı sağlayamadığını göstermektedir (Koç, 2022). Bu nedenle, süpervizyonun farklı modeller veya teknikler aracılığıyla nasıl etki gösterdiğini anlamak için daha fazla deneysel çalışmaya ihtiyaç duyulduğu söylenebilir. Özellikle, süpervizyon süreçlerinin öz-yeterlik, psikolojik danışma becerileri ve mesleki kimlik gelişimi üzerindeki uzun vadeli etkilerini inceleyen deneysel tasarımlı çalışmaların alanyazına önemli katkılar sağlayacağı tahmin edilmektedir.

Psikolojik danışma süpervizyonunda, süpervizörlerin, tek bir süpervizyon tarzı yerine, PDA'ların beklenti ve gelişimsel ihtiyaçlarına göre farklı yaklaşımları harmanlamalarının önemine dikkat çekilmektedir (Meydan, 2021). Her PDA'nın bireysel farklılıkları ve ihtiyaçları, standart bir modelin herkes için etkili olmasını zorlaştırabilir. Bu nedenle, bireye özgü çözümler sunabilecek yaratıcı ve esnek yaklaşımlara ihtiyaç duyulmaktadır (Graham ve ark., 2014). Nitekim, süpervizyon sürecinde PDA'ların verimliliğini artırmak ve daha etkili psikolojik danışma hizmetinin sağlanması amacıyla mizah ve metaforlar gibi çeşitli araçların kullanılması önerilmektedir (Siviş-Çetinkaya ve Kararırmak, 2012). Metafor, bir şeyi olağan kullanımının dışında, başka bir şeyi tanımlamak amacıyla kullanarak iki öge arasındaki benzerlik üzerinden daha güçlü bir anlatım oluşturmayı sağlayan sözel bir ifade olarak tanımlanmaktadır (Oxford Learner's Dictionaries, 2025). Strong (1989) ise metaforu bireylerin/danışanların yaşantılarını dolaylı yollarla ifade etmelerine olanak sağlayan bir anlatım biçimi olarak tanımlamaktadır. Metaforlar, bir öğeden diğerine anlam aktarımı yoluyla danışan kavramsallaştırmasını desteklemektedir ve psikolojik danışmanın müdahale sürecinde psikolojik danışman-danışan iş birliğini kolaylaştırmaktadır. Sigmund Freud ve Jung'dan bu yana psikolojik yardım sürecinde yer bulan metaforlar, psikolojik danışmanın imgeler aracılığıyla danışanın iç dünyasını anlamasına yardımcı olabilir (Robert ve Kelly, 2010). Psikolojik danışma sürecinde metaforlar, yalnızca danışanın iç dünyasının anlaşılmasına hizmet etmekle kalmaz, aynı zamanda iş birliğine dayalı terapötik ilişkinin kurulmasına, duyguların daha kolay ifade edilmesine, ifade edilmesi güç varsayımların ortaya çıkarılmasına, direncin anlaşılmasına ve bu dirençle başa çıkılmasına, ayrıca yeni bakış açıları geliştirilmesine katkı sağlayan güçlü bir araç olarak değerlendirilmektedir (Lyddon ve ark., 2011). Wickman ve ark. (1999) ise kavramsal metaforların yalnızca dilsel bir araç değil, danışanların soyut yaşantılarını somut deneyimler aracılığıyla yapılandırma ve danışanın içgörüsünü derinleştirdiğini ortaya koymuştur. Dolayısıyla, metaforlar, bireylerin duygusal deneyimlerini yapılandırma ve ifade etme biçimlerinde bilişsel bir köprü işlevi görmektedir (Wagener, 2017). Örneğin, yas danışmanlığında metafor kullanımı danışanın duygusal durumuyla yüzleşmesini sağlayarak çözüm geliştirmesine zemin hazırlayabilir (Goldberg ve Stephenson, 2016). Metaforlar ve masallar, süpervizyon sürecinde psikolojik danışmanın danışanla kurduğu ilişkiyi yeniden yapılandırmasına olanak tanıyan simgesel araçlar olarak ifade edilebilir (Smith ve Bird, 2014).

Psikolojik danışma süpervizyonunda PDA'ların verimliliğini artırmak ve süpervizyon sürecini daha etkili hale getirmek amacıyla kullanılabilecek yöntemlerden birisi de MDS yöntemi olabilir. MDS, psikolojik danışman/psikolog adaylarının klinik kavramsallaştırma becerilerini destekleyerek süpervizyon deneyimlerini daha anlamlı ve kalıcı hâle getirebilecek yaratıcı bir yaklaşım olarak değerlendirilebilir (Young ve Borders, 1999). Alanyazında, metaforların psikolojik danışma

süpervizyonunda pedagojik bir araç olarak kullanılabileceğini öneren araştırmalar bulunmaktadır (Atik ve ark., 2016). Üstelik, metaforların psikolojik danışma sürecine, PDA'ya, danışana ve süpervizyon sürecine olmak üzere çok yönlü katkılar sunduğu vurgulanmaktadır (Atik ve ark., 2016; Kabadayı, 2024; Young ve Borders, 1999). Metaforların, psikolojik danışma sürecinde özellikle soyut kavramların somutlaştırılmasına katkı sunduğu; bu bağlamda, özellikle amaç belirleme aşamasında sürecin daha anlaşılır ve yapılandırılmış hâle gelmesine yardımcı olduğu görülmektedir. Süpervizyon sürecinde ise metaforların, hem süreci daha ilgi çekici kıldığı hem de öğrenmeyi kalıcı hâle getirdiği; bu yönüyle PDA'ların mesleki gelişimlerini desteklediği ifade edilmektedir (Kabadayı, 2024). Nitekim yapılandırılmış akran grup süpervizyonu sürecinde kullanılan metaforların, PDA'ların yeni bakış açıları geliştirmelerine ve bilişsel danışma becerilerini ilerletmelerine katkı sağladığı belirlenmiştir. Ayrıca, metafor kullanımının danışanların sorunlarını tanımlamalarına, kendilerini daha iyi tanımalarına ve bu metaforları kendi yaşantılarına uyarlayarak içselleştirmelerine yardımcı olduğu belirtilmiştir (Atik ve ark., 2016). Dahası, metaforların PDA'ların psikolojik danışman olma sürecini anlamalarına yardımcı olabileceği ve vaka kavramsallaştırma becerilerine geliştirebileceği belirtilmektedir (Guiffida ve ark., 2007). Üstelik, süpervizyonda metafor temelli yaratıcı teknikler, PDA'ların duygusal farkındalık geliştirmelerine ve mesleki kimliklerini yapılandırmalarına yardımcı olmaktadır (Bradley ve ark., 2024). Son çalışmalar süpervizyon sürecinde öğrenciler tarafından geliştirilen metaforların hem süpervizyon sürecine süpervizör-öğrenci ilişki kalitesini artırmakta hem de öğrencinin duygusal yoğunluğunu anlamlandırmasına katkı sağladığını göstermektedir (Ramsey-Wade ve Cott, 2025). Özellikle, PDA'ların mesleki gelişimlerini desteklemek amacıyla, süpervizörlerin sağladıkları dönütlerin açık, net, somut ve sistematik olması gerektiği belirtilmektedir (Pamukçu Karasu ve ark., 2023). Önceki alanyazından yola çıkarak metaforların, kavramsal bilgiyi somutlaştırma, soyut düşüncüyü kolaylaştırma ve PDA'ların içgörü kazanmasını destekleme gibi çok çeşitli potansiyeli düşünüldüğünde, MDS'nin PDA'lar için potansiyel olarak psikolojik danışma öz-yeterlikleri ve diğer mesleki becerilerine önemli katkılar sağlayabileceği öngörülmektedir. Özellikle süpervizyon sürecinde öğrenmeyi kalıcı ve eğlenceli hale getirmesi sayesinde MDS'nin GS'deki kadar etkili bir yöntem olabileceği düşünülmektedir.

Larson (1998), psikolojik danışma öz-yeterliğini, bilgi ile uygulama arasındaki bir köprü olarak tanımlamakta ve bunu etkili bir psikolojik danışma sürecinin temel bileşenlerinden biri olarak görmektedir. Etkili bir psikolojik danışma süreci için psikolojik danışman veya PDA'nın kuramsal bilgi, beceri ve deneyim gibi temel yetkinliklere sahip olması gereklidir. Ancak, psikolojik danışman sahip olduğu mesleki yetkinliklere rağmen psikolojik danışma sürecine ilişkin olumlu inançlara ve öz-yeterlik algısına sahip değilse, psikolojik danışma sürecinde isteksizlik (düşük motivasyon) ve kaygı yaşayabilir; bu nedenle, psikolojik danışma öz-yeterliği, bilgi ve deneyimin etkili şekilde uygulanmasında kritik bir rol oynamaktadır (Greason ve Cashwell, 2009). Bu bağlamda, PDA'ların psikolojik danışma öz-yeterlik algılarını güçlendirmeye yönelik süpervizyon sürecindeki uygulamalara odaklanmak, mesleki yeterliliklerini artırmada temel bir unsur olarak değerlendirilmelidir.

PDA'lar, süpervizyon altında kontrollü bir şekilde danışma hizmeti sunsalar da oturumlar sırasında çeşitli hatalar yapabilirler. Bu hatalar, psikolojik danışma sürecinin etkinliğini olumsuz etkileyebileceği gibi, PDA'ların öz-yeterlik gelişimini de sınırlandırabilir. Alanyazında hata ruminasyonu, mükemmeliyetçilikle ilişkili, kalıcı ve tekrarlayıcı bir düşünme biçimi olarak tanımlanmakta olup (Flett ve ark., 2018), bireylerin gerçekleştirdikleri ya da gerçekleştirdiğini düşündükleri hatalar üzerine yoğun ve sürekli olumsuz düşünceler üretmeleri şeklinde açıklanmaktadır (Flett ve ark., 2020). Hata ruminasyonu, mükemmeliyetçilikle yakından ilişkilidir ve bireyin kendisine ulaşılması zor standartlar belirlemesi ile hata yapmaktan kaçınma eğilimi, hata odaklı düşünme döngüsünü pekiştirerek başarısızlık algısını artırabilir (Flett ve Hewitt, 2002). PDA'lar süpervizyon altında ilk kez psikolojik danışma hizmeti sağlamaya hazırlanırken mükemmeliyetçi yapıları nedeniyle hata yapmamaya ilişkin yüksek ve zor standartlar belirleyebilir. Bu durum, PDA'ların hata yapma olasılığını artırarak, psikolojik danışma sürecinin etkinliğini olumsuz yönde etkileyebilir. Özellikle deneyimsiz PDA'lar, başarıya ulaşma motivasyonları ve mükemmeliyetçi eğilimleri nedeniyle hata ruminasyonuna daha yatkın olabilirler. Hata odaklı düşünme sürecinin sürekliliği, ruminatif düşünme eğilimlerini pekiştirerek duygusal rahatsızlık düzeyini de artırabilir.

Hata ruminasyonu, mükemmeliyetçilikle ilişkili, kalıcı ve tekrarlayıcı bir düşünme biçimi olup, bireyin gerçekleştirdiği ya da gerçekleştirdiğini düşündüğü hatalar üzerine yoğunlaşmasına neden olmaktadır (Flett ve ark., 2020). Bu düşünme biçimi, PDA'ların mesleki gelişimini olumsuz yönde etkileyebilir ve öz-yeterlik algılarını zayıflatabilir (Flett ve Hewitt, 2002). Aynı zamanda, PDA'lar, yaptıkları hataları süpervizörlerine açıklarken değerlendirilme korkusu ve olumsuz geri bildirim alma kaygısı gibi nedenlerle bu hataları sınırlı düzeyde ifade edebilmektedirler. Bu durum, süpervizörün rolünü daha da kritik hâle getirmektedir. Nitekim süpervizör ile PDA arasında açık, güvene dayalı ve güçlü bir ilişkinin kurulması, hataların açıklanmasını kolaylaştırmakta ve mesleki gelişimin desteklenmesinde önemli bir etken olarak değerlendirilmektedir (Walsh ve ark., 2003). Bu bağlamda, BPDU-I dersindeki süpervizyon sürecinde yüksek standartlar belirleme riski altındaki PDA'ların hata ruminasyonunun azaltılmasına yönelik yaklaşımların, mesleki gelişimleri açısından önemli olduğu söylenebilir. Özellikle, MDS'nin PDA'ların psikolojik danışma oturumlarında hata yapma sürecini daha sağlıklı bir şekilde ele almalarına yardımcı olarak hata ruminasyonlarını azaltabileceği ve psikolojik danışma becerilerini geliştirmelerine katkı sağlayabileceği öne sürülmektedir. Ayrıca, MDS'nin süpervizör ile PDA arasında GS kadar sağlam ve güven temelli bir ilişki inşa etme potansiyeli, adayların yaptıkları hatalar üzerine sürekli düşünme (hata ruminasyonu) eğilimini azaltmada koruyucu bir rol oynayabilir.

Alanyazındaki önceki araştırmalara dayanarak bu araştırmanın temel amacı, MDS ile GS'nin PDA'ların yardım becerileri öz-yeterliği, oturum yönetmeye ilişkin öz-yeterlik, psikolojik danışma sürecindeki zorluklarla başa çıkmaya yönelik öz-yeterlik ve hata ruminasyonu açısından karşılaştırılmasını sağlamaktır. Çalışmanın bulgularının, psikolojik danışma süpervizyon süreçlerinin daha etkili hale getirilmesine yönelik yeni eğitim ve süpervizyon stratejileri geliştirilmesine katkı sunacağı düşünülmektedir. Bu bağlamda, PDA'ların mesleki gelişimini desteklemek için MDS'nin uygulanabilirliğini incelemek, alanyazına dikkate değer bir katkı sağlayabilir.

### 1.1. Mevcut Araştırmanın Hipotezleri

Bu araştırmada sınanacak hipotezler aşağıda sunulmuştur.

H1: *MDS grubundaki katılımcıların hata ruminasyonu düzeylerinde, GS grubuna benzer düzeyde anlamlı bir azalma olacaktır.*

H2: *MDS grubundaki katılımcıların yardım becerileri öz-yeterliği düzeylerinde, GS grubuna benzer düzeyde anlamlı bir artış olacaktır.*

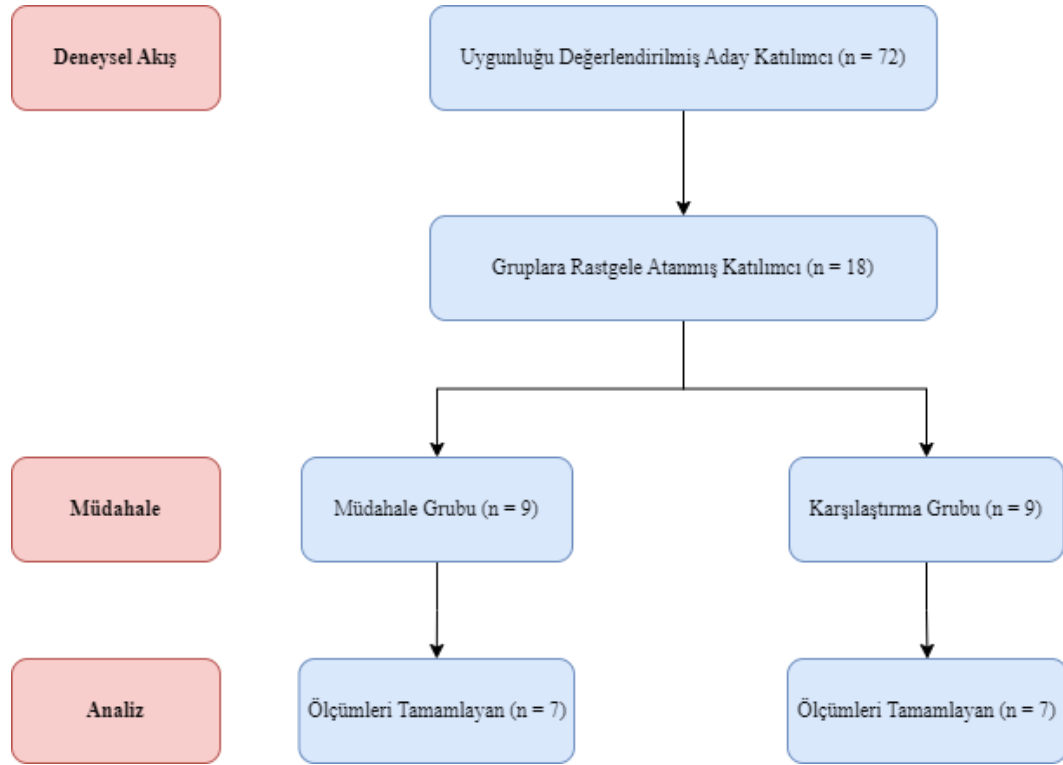
H3: *MDS grubundaki katılımcıların oturum yönetmeye ilişkin öz-yeterlik düzeylerinde, GS grubuna benzer düzeyde anlamlı bir artış olacaktır.*

H4: *MDS grubundaki katılımcıların psikolojik danışma sürecindeki zorluklara ilişkin öz-yeterlik düzeylerinde, GS grubuna benzer düzeyde anlamlı bir artış olacaktır.*

## 2. YÖNTEM

### 2.1. Katılımcılar

Mevcut araştırmanın katılımcıları bir devlet üniversitesinin RPD lisans programı son sınıf öğrencilerinden oluşmaktadır. Bu çalışmanın MDS grubunda 7 ve GS grubunda ise 7 PDA ön-test ve son-test ölçümlerini tamamlamıştır. Her iki grupta 6'şar kadın ve 1'er erkek katılımcı yer almıştır. Katılımcıların yaş ortalaması 22.57 (Ss = 2.79, Minimum<sub>yaş</sub> = 20, Maksimum<sub>yaş</sub> = 31).



Şekil 1: DeneySEL Süreç

## 2.2. Veri Toplama Araçları

**Hata Ruminasyonu Ölçeği.** Ölçme aracı, Flett ve ark. (2020) tarafından geliştirilmiş ve Kabadayı ve Mercan (2023) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçme aracı tek boyutlu olup yedi maddeden oluşmaktadır ve 4'lü Likert ( $1 = \text{Hiçbir Zaman} - 4 = \text{Çok Fazla}$ ) tipindedir. Ölçekten örnek maddeler “*Ne ölçüde ‘Neden böyle hatalar yapmayı durduramıyorum?’ diye düşündünüz?’*” ve “*Ne ölçüde ‘Neden bunun olacağını göremedim ve bundan kaçınmanın yollarını bulamadım?’ diye düşündünüz?’*” şeklindedir. Ölçme aracı güçlü yapısal özellikler göstermiştir (GFI = .97, CFI = .98, RMSEA = .07, SRMR = .03). Ölçme aracının madde faktör yükleri .46 ile .71 arasında değişmektedir. Ölçeğin Cronbach’s ( $\alpha$ ) ile McDonald’s ( $\omega$ ) katsayılarının .82 olduğu saptanmıştır (Kabadayı ve Mercan, 2023).

**Psikolojik Danışma Öz-Yeterlik Ölçeği.** Ölçme aracı, Lent ve ark. (2003) tarafından geliştirilmiş ve Pamukçu ve Demir (2013) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçme aracı üç boyutlu (yardım becerileri öz-yeterliği, oturum yönetmeye ilişkin öz-yeterlik ve psikolojik danışma sürecindeki zorluklara ilişkin öz-yeterlik) olup 41 maddeden oluşmaktadır ve 10lu Likert ( $0 = \text{Hiç Güvenmiyorum} - 9 = \text{Tam Olarak Güveniyorum}$ ) tipindedir. Ölçekten örnek maddeler “*Dikkati verme (fiziksel olarak danışana yönelme)*” ve “*Oturumları ‘olması gereken şekilde’ ve odağı kaybetmeden sürdürme*” şeklindedir. Ölçme aracını güçlü yapısal özellikler göstermiştir (GFI = .98, CFI = 1.00, RMSEA = .072, SRMR = .053). Ölçme aracının madde faktör yükleri .51 ile .84 arasında değişmektedir. Ölçeğin Cronbach’s ( $\alpha$ ) katsayılarının alt boyutlar için sırasıyla .92, .92 ve .95 olduğu saptanmıştır (Pamukçu ve Demir, 2013).

**Kişisel Bilgi Formu.** Bu form, katılımcıların yaş ve cinsiyet gibi temel bilgilerini keşfetmeyi amaçlayan sorulardan oluşmaktadır.

### 2.3. Veri Toplama Süreci ve Prosedür

Araştırmanın ilk olarak Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulundan etik kurul izni alınmıştır (Karar No: 2024/317). Ardından araştırma ve uygulama izni Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dekanlığından alınmıştır (Sayı No: E-72940495-605.01-6077). Resmi izinler alındıktan sonra BPDU-I dersi için rastgele atanan öğrenciler MDS grubu ile GS grubuna alındılar. Bu kapsamda ön-test ve son-test ölçümlerinden oluşan 2x2’lik yarı deneysel tasarım oluşturuldu. Araştırmanın MDS grubuna güz yarıyılı boyunca araştırmacı tarafından 14-haftalık MDS verildi. Benzer şekilde GS grubuna ise farklı bir araştırmacı tarafından 14-haftalık GS sunulmuştur. Hem MDS hem de GS grubundan BPDU-I’in ilk dersinde ön-test ölçümleri ve son derste ise son-test ölçümleri alınmıştır. Süreçte araştırmaya dair standart prosedürler açıklanmış ve tüm katılımcıların onamları alınmıştır. Veriler, Google Formlar vasıtasıyla sınıf ortamında yaklaşık 10 dakikalık bir süre zarfında elde edilmiştir. Araştırma etik kurallara uygun olarak yürütülmüştür.

### 2.4. Metafor Destekli Süpervizyon ve Geleneksel Süpervizyon Modeli

Bu araştırma BPDU-I dersinde gerçekleştirilmiştir. Bu kapsamda, BPDU-I dersi 1+2 şeklinde yapılandırılmış ve haftada 1 saat teorik ve 2 saat uygulama olarak ayrılmıştır. Bu ders kapsamında “Süpervizyon altında psikolojik danışma beceri ve tekniklerini kullanarak bireyle psikolojik danışma yapma” amaçlanmaktadır (Yükseköğretim Kurulu, 2024). BPDU-I dersinin teorik kısmı psikolojik danışmanın beş aşamasına uygun olarak yürütülmektedir. Alanyazında psikolojik yardım süreci, beş aşama olarak kavramsallaştırılmıştır ve sırasıyla danışanla kaynaşma ve terapötik ilişki kurma, problemlerin tanımlanması, amaç oluşturma, müdahale seçme ve uygulama ile sonlandırma ve izleme basamaklarından oluşmaktadır (Hackney ve Cormier, 2008).

Bu çalışmada, BPDU-I dersinde iki farklı gruba MDS ve GS olmak üzere iki farklı süpervizyon modeli uygulanmıştır. Müdahale grubu olarak belirlenen MDS grubunda, araştırmacı tarafından oluşturulan metaforlar temel alınarak süpervizyon süreci yürütülmüştür. BPDU-I dersinin teorik kısmında, psikolojik danışma sürecinin beş aşamasına uygun olarak geliştirilen metaforlar haftalık olarak PDA’lar ile yazılı olarak paylaşılmış, ilgili paylaşılan metaforlar açıklanmış ve örneklerle desteklenmiştir. Her hafta yazılı olarak paylaşılan metaforlar, PDA’lar tarafından süpervizyon boyunca muhafaza edilmiştir. PDA’ların metaforlara ilişkin görüşleri değerlendirilmiş, her bir metaforun süpervizyon sürecindeki işlevi analiz edilmiştir. Süpervizyon sırasında, uygulamaya ilişkin içerik ile metaforlar arasında bağlantı kurulmuş ve bu doğrultuda değerlendirmeler yapılarak dönütler verilmiştir.

Metaforlar hem psikolojik danışma süpervizyonunda hem de psikolojik danışmada kullanılan dikkat çeken bir yöntem olarak değerlendirilmektedir. Bireyle psikolojik danışma süpervizyon sürecinde kullanılan metaforların psikolojik danışmana, psikolojik danışma sürecine ve danışana olmak üzere olmak üzere çeşitli katkıları bulunmaktadır (Kabadayı, 2024). Bu bağlamda araştırmacı tarafından teorik olarak uygun psikolojik danışmanın beş aşamasını kapsayacak şekilde toplamda 20 metafor geliştirilmiştir. Her bir metaforu temsilen bir görsel ve metafor açıklaması hazırlanmıştır. Metaforlara ait görseller araştırmacı tarafından hazırlanan bilgiler ve komutlar ışığında ChatGPT premium versiyonundan elde edilmiştir (OpenAI, 2024). Bu çalışmada hazırlanan Alet Çantası metaforu bunlardan birisidir (Bkz. Şekil 2). Alet Çantası metaforu; bu metafora, danışanın davranış repertuarı, bir tamircinin alet çantasına benzer. Eğer çantada yalnızca birkaç alet varsa (yani sınırlı davranış seçenekleri varsa), sorunu çözmek zorlaşır. Tamirci, yalnızca bir çekiçle tüm sorunları çözmeye çalışırsa (sadece aynı davranış kalıplarına başvurursa), birçok durumda yetersiz kalır. Ancak alet çantasına yeni aletler eklendiğinde, her duruma uygun bir çözüm aracı bulunur. Yani, danışan farklı ve yeni davranışlar öğrendikçe, yaşamında karşılaştığı zorluklarla daha esnek ve etkili bir şekilde başa çıkabilir. Bu metafor, kişinin yeni davranışlar denemesinin, farklı durumlar için daha fazla araç geliştirmesi anlamına geldiğini ve bu sayede hayatındaki zorluklara daha uygun çözümler bulabileceğini anlatır. Tüm metaforlar makalenin sonunda ek olarak sunulmuştur (Bkz. EK 1).



**Şekil 2. Alet Çantası Metaforu**

Karşılaştırma grubu olarak belirlenen GS grubunda ise yapılandırılmış akran grup süpervizyonu sağlanmıştır. Bu grupta BPDU-I dersinin teorik kısmında psikolojik danışma sürecinin beş aşamasına uygun olarak teorik içerikler sağlanmıştır. Süpervizyon sürecinde ise PDA'lar, süpervizyon oturumlarında vakalarını paylaşarak geri bildirim almış ve süpervizör eşliğinde çalışmalarını gerçekleştirmişlerdir. Her PDA, bir danışanla en az altı en fazla sekiz oturum gerçekleştirmiştir.

## 2.5. Veri Analizi

Araştırma verilerinde ilk olarak kayıp verinin olup olmadığı kontrol edilmiştir. Ardından verilerin normal dağılımından gelip gelmedikleri Shapiro-Wilk testi ile incelenmiştir. Daha sonra verilerin analizinde tekrarlı ölçümler için ANOVA'dan yararlanılmıştır. Anlamlılık testlerine ek olarak etki büyüklüğü hesaplamaları da raporlanmıştır.  $\eta^2$  değerleri için Cohen'in (1988) sınıflandırması baz alınmıştır. Buna göre  $\eta^2 = .01$  küçük,  $\eta^2 = .06$  orta ve  $\eta^2 = .14$  ve üzeri büyük etki büyüklüğünü temsil etmektedir. Verilerin analizinde JASP yazılımından yararlanılmıştır.

## 3. BULGULAR

### 3.1. Betimsel İstatistiklere İlişkin Bulgular

Araştırmanın verileri ilk olarak betimsel istatistikler bağlamında incelenmiştir. MDS ile GS gruplarına ilişkin ön-test, son-test puanları hesaplanmıştır (Bkz. Tablo 1).

**Tablo 1: Betimsel İstatistikler**

| Ölçüm    | Değişken                                                            | Grup | N | Ort.   | Ss    | Çarpıklık | Basıklık | SW  | p   |
|----------|---------------------------------------------------------------------|------|---|--------|-------|-----------|----------|-----|-----|
| Ön-test  | Hata Ruminasyonu                                                    | GS   | 7 | 17.57  | 2.23  | -.89      | -.65     | .87 | .20 |
|          |                                                                     | MDS  | 7 | 14.86  | 2.55  | -.37      | -1.31    | .93 | .51 |
| Son-test |                                                                     | GS   | 7 | 16.86  | 2.04  | .10       | -.50     | .98 | .95 |
|          |                                                                     | MDS  | 7 | 16.43  | 4.24  | -.68      | .59      | .96 | .84 |
| Ön-test  | Yardım Becerileri<br>Öz-Yeterliği                                   | GS   | 7 | 86.00  | 15.68 | -1.30     | .70      | .80 | .05 |
|          |                                                                     | MDS  | 7 | 95.00  | 14.53 | .22       | -.60     | .96 | .80 |
| Son-test |                                                                     | GS   | 7 | 100.43 | 10.77 | -.95      | -.68     | .86 | .16 |
|          |                                                                     | MDS  | 7 | 97.29  | 11.91 | .75       | -1.18    | .87 | .19 |
| Ön-test  | Oturma Yönetmeye<br>İlişkin Öz-yeterlik                             | GS   | 7 | 50.14  | 18.74 | -.72      | -.84     | .90 | .30 |
|          |                                                                     | MDS  | 7 | 56.71  | 10.03 | -.22      | -1.83    | .93 | .53 |
| Son-test |                                                                     | GS   | 7 | 71.86  | 6.82  | -.51      | -.85     | .96 | .78 |
|          |                                                                     | MDS  | 7 | 66.00  | 11.46 | .04       | -1.49    | .96 | .83 |
| Ön-test  | Psikolojik Danışma<br>Sürecindeki Zorluklara<br>İlişkin Öz-yeterlik | GS   | 7 | 65.29  | 18.71 | .38       | -.36     | .96 | .80 |
|          |                                                                     | MDS  | 7 | 72.00  | 16.47 | .01       | -2.12    | .87 | .19 |
| Son-test |                                                                     | GS   | 7 | 89.14  | 18.72 | -.29      | -2.17    | .88 | .23 |
|          |                                                                     | MDS  | 7 | 88.71  | 8.16  | -.08      | -2.29    | .85 | .11 |

**Not.** \* $p < .05$ , SW = Shapiro-Wilk, GS = Geleneksel süpervizyon, MDS = Metafor destekli süpervizyon

Tablo 1 incelendiğinde, çarpıklık ve basıklık değerleri ile Shapiro-Wilk testi sonuçları birlikte değerlendirildiğinde, verilerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir ( $p > .05$ ).

### 3.2. Hata Ruminasyonuna İlişkin Bulgular

MDS ile GS gruplarının hata ruminasyonu ön-test ve son-test puanları arasındaki değişimi test etmek amacıyla tekrarlı ölçümler için ANOVA uygulanmıştır (Bkz. Tablo 2).

**Tablo 2: MDS ile GS Gruplarının Ön-test ve Son-test Puanlarının Karşılaştırılması**

| Değişken    | Varyansın Kaynağı | Kareler | SD | Kareler    | F     | p   | $\eta^2$ |
|-------------|-------------------|---------|----|------------|-------|-----|----------|
|             |                   | Toplamı |    | Ortalaması |       |     |          |
| Hata        | Ölçümler          | 1.286   | 1  | 1.286      | .283  | .61 | -        |
| Ruminasyonu | Ölçümler*Grup     | 9.143   | 1  | 9.143      | 2.010 | .18 | -        |
|             | Hata              | 54.571  | 12 | 4.548      |       |     |          |

**Not.** \* $p < .05$

Tablo 2 incelendiğinde, MDS ve GS gruplarının hata ruminasyonu ön-test ve son-test puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı belirlenmiştir ( $F_{(1,12)} = .283, p > .05$ ). Bu sonuç, her iki süpervizyon modelinin de hata ruminasyonu düzeylerinde anlamlı bir değişime yol açmadığını göstermektedir.

### 3.3. Yardım Becerileri Öz-Yeterliğine İlişkin Bulgular

MDS ve GS gruplarının yardım becerileri öz-yeterliği ön-test ve son-test puanları arasındaki değişimi analiz etmek amacıyla tekrarlı ölçümler için ANOVA uygulanmıştır (Bkz. Tablo 3).

**Tablo 3:** MDS ile GS Gruplarının Ön-test ve Son-test Puanlarının Karşılaştırılması

| Değişken          | Varyansın Kaynağı | Kareler Toplamı | SD | Kareler Ortalaması | F     | p   | $\eta^2$ |
|-------------------|-------------------|-----------------|----|--------------------|-------|-----|----------|
| Yardım Becerileri | Ölçümler          | 488.893         | 1  | 488.893            | 3.894 | .07 | -        |
| Öz-Yeterliği      | Ölçümler*Grup     | 258.036         | 1  | 258.036            | 2.022 | .18 | -        |
|                   | Hata              | 1506.571        | 12 | 125.548            |       |     |          |

Not. \* $p < .05$

Tablo 3 incelendiğinde, MDS ve GS gruplarının yardım becerileri öz-yeterliği ön-test ve son-test puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı belirlenmiştir ( $F_{(1,12)} = 3.894, p > .05$ ). Bu sonuç, her iki süpervizyon modelinin de yardım becerileri öz-yeterliği düzeylerinde anlamlı bir değişime yol açmadığını göstermektedir.

### 3.4. Oturum Yönetmeye İlişkin Öz-yeterliğe İlişkin Bulgular

MDS ve GS gruplarının oturum yönetmeye ilişkin öz-yeterlik ön-test ve son-test puanları arasındaki değişimi analiz etmek amacıyla tekrarlı ölçümler için ANOVA uygulanmıştır (Bkz. Tablo 4).

**Tablo 4:** MDS ile GS Gruplarının Ön-test ve Son-test Puanlarının Karşılaştırılması

| Değişken          | Varyansın Kaynağı | Kareler Toplamı | SD | Kareler Ortalaması | F      | p   | $\eta^2$ |
|-------------------|-------------------|-----------------|----|--------------------|--------|-----|----------|
| Oturum            | Ölçümler          | 1681.750        | 1  | 1681.750           | 14.462 | .00 | .29      |
| Yönetmeye İlişkin | Ölçümler*Grup     | 270.321         | 1  | 270.321            | 2.325  | .15 | .04      |
| Öz-yeterlik       | Hata              | 1395.429        | 12 | 116.286            |        |     |          |

Not. \* $p < .05$

Tablo 4 incelendiğinde, MDS ve GS gruplarının oturum yönetmeye ilişkin öz-yeterlik ön-test ve son-test puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu ve farkın büyük bir etkiye sahip olduğu belirlenmiştir ( $F_{(1,12)} = 14.462, p < .05, \eta^2 = .29$ ). MDS ile GS grupları arasında ortaya çıkan anlamlı farkın kaynağını saptamak amacıyla Post-hoc testlerinden Bonferroni sonuçları incelenmiştir (Bkz. Tablo 5).

**Tablo 5: Gruplar Arası Karşılaştırma**

| Grup        | Ölçümler     | Ortalama<br>Fark | Standart<br>Hata | SD | t      | p <sub>bonf</sub> |
|-------------|--------------|------------------|------------------|----|--------|-------------------|
| GS ön-test  | MDS ön-test  | -6.571           | 8.033            | 12 | -.818  | 1                 |
|             | GS son-test  | -21.714          | 5.764            | 12 | -3.767 | .016*             |
|             | MDS son-test | -15.857          | 6.706            | 12 | -2.365 | .214              |
| MDS ön-test | GS son-test  | -15.143          | 6.706            | 12 | -2.258 | .260              |
|             | MDS son-test | -9.286           | 5.764            | 12 | -1.611 | .799              |
| GS son-test | MDS son-test | 5.857            | 5.040            | 12 | 1.162  | 1                 |

**Not.** \* $p < .05$ , GS = Geleneksel süpervizyon, MDS = Metafor destekli süpervizyon

Tablo 5'e göre, gruplar arası karşılaştırma sonuçlarına göre GS grubunun oturum yönetmeye ilişkin öz-yeterlik ön-test ve son-test puanları arasında anlamlı bir farkın olduğu belirlenmiştir ( $p < .05$ ). Diğer bir deyişle, GS grubunun oturum yönetmeye ilişkin öz-yeterlik son-test puanları ön-test puanlarına göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Öte yandan MDS grubunun oturum yönetmeye ilişkin öz-yeterlik ön-test ve son-test puanları arasında anlamlı bir farkın olmadığı belirlenmiştir ( $p > .05$ ).

### 3.5. Psikolojik Danışma Sürecindeki Zorluklara İlişkin Öz-yeterliğe İlişkin Bulgular

MDS ve GS gruplarının psikolojik danışma sürecindeki zorluklara ilişkin öz-yeterlik ön-test ve son-test puanları arasındaki değişimi analiz etmek amacıyla tekrarlı ölçümler için ANOVA uygulanmıştır (bkz. Tablo 6).

**Tablo 6: MDS ile GS gruplarının ön-test ve son-test puanlarının karşılaştırılması**

| Değişken               | Varyansın<br>Kaynağı | Kareler<br>Toplamı | SD | Kareler<br>Ortalaması | F      | p    | $\eta^2$ |
|------------------------|----------------------|--------------------|----|-----------------------|--------|------|----------|
| Psikolojik Danışma     | Ölçümler             | 2880.57            | 1  | 2880.571              | 38.147 | .001 | .31      |
| Sürecindeki Zorluklara | Ölçümler*Grup        | 89.286             | 1  | 89.286                | 1.182  | .298 | .01      |
| İlişkin Öz-yeterlik    | Hata                 | 906.143            | 12 | 75.512                |        |      |          |

**Not.** \* $p < .05$

Tablo 6 incelendiğinde, MDS ve GS gruplarının psikolojik danışma sürecindeki zorluklara ilişkin öz-yeterlik ön-test ve son-test puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu ve farkın büyük bir etkiye sahip olduğu belirlenmiştir ( $F_{(1,12)} = 38.147$ ,  $p < .05$ ,  $\eta^2 = .31$ ). MDS ile GS grupları arasında ortaya çıkan anlamlı farkın kaynağını saptamak amacıyla Post-hoc testlerinden Bonferroni sonuçları incelenmiştir (Bkz. Tablo 7).

**Tablo 7: Gruplar Arası Karşılaştırma**

| Grup               | Ölçümler     | Ortalama<br>Fark | Standart<br>Hata | SD | t      | p <sub>bonf</sub> |
|--------------------|--------------|------------------|------------------|----|--------|-------------------|
| <b>GS ön-test</b>  | MDS ön-test  | -6.714           | 9.421            | 12 | -.713  | 1                 |
|                    | GS son-test  | -23.857          | 4.645            | 12 | -5.136 | .001**            |
|                    | MDS son-test | -23.429          | 8.612            | 12 | -2.721 | .112              |
| <b>MDS ön-test</b> | GS son-test  | -17.143          | 8.612            | 12 | -1.191 | .419              |
|                    | MDS son-test | -16.714          | 4.645            | 12 | -3.598 | .022*             |
| <b>GS son-test</b> | MDS son-test | .429             | 7.719            | 12 | .056   | 1                 |

**Not.** \* $p < .05$ , GS = Geleneksel süpervizyon, MDS = Metafor destekli süpervizyon

Tablo 7'ye göre, gruplar arası karşılaştırma sonuçlarına göre GS grubunun psikolojik danışma sürecindeki zorluklara ilişkin öz-yeterlik ön-test ve son-test puanları arasında anlamlı bir farkın olduğu belirlenmiştir ( $p < .01$ ). Diğer bir deyişle, GS grubunun oturum yönetmeye ilişkin öz-yeterlik son-test puanları ön-test puanlarına göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca, MDS grubunun psikolojik danışma sürecindeki zorluklara ilişkin öz-yeterlik ön-test ve son-test puanları arasında anlamlı bir farkın olduğu belirlenmiştir ( $p < .05$ ). Diğer bir deyişle, MDS grubunun oturum yönetmeye ilişkin öz-yeterlik son-test puanları ön-test puanlarına göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir.

**Tablo 8: Anlamlı Değişim Tablosu**

| Değişken                                                             | MDS<br>(ön-test, son-test) | GS<br>(ön-test, son-test) | Gruplar Arası<br>(MDS - GS) | Karar              |
|----------------------------------------------------------------------|----------------------------|---------------------------|-----------------------------|--------------------|
| <b>Hata Ruminasyonu</b>                                              | Anlamlı değişim            | Anlamlı değişim           | Anlamlı fark                | H1                 |
|                                                                      | yok                        | yok                       | yok                         | desteklenmemiştir  |
| <b>Yardım Becerileri Öz-yeterliği</b>                                | Anlamlı değişim            | Anlamlı değişim           | Anlamlı fark                | H2                 |
|                                                                      | yok                        | yok                       | yok                         | desteklenmemiştir  |
| <b>Oturum Yönetmeye İlişkin Öz-yeterlik</b>                          | Anlamlı değişim            | Anlamlı değişim           | Anlamlı fark                | H3                 |
|                                                                      | yok                        | var                       | yok                         | desteklenmemiştir  |
| <b>Psikolojik Danışma Sürecindeki Zorluklara İlişkin Öz-yeterlik</b> | Anlamlı değişim            | Anlamlı değişim           | Anlamlı fark                | H4 desteklenmiştir |
|                                                                      | var                        | var                       | yok                         |                    |

**Not.** MDS: Metafor Destekli Süpervizyon, GS: Geleneksel Süpervizyon

#### 4. TARTIŞMA ve SONUÇ

Bu araştırma, MDS ile GS'nin PDA'ların hata ruminasyonu, yardım becerileri öz-yeterliği, oturum yönetme öz-yeterliği ve psikolojik danışma sürecindeki zorluklarla başa çıkmaya yönelik öz-yeterlikleri üzerindeki etkilerini karşılaştırmayı amaçlamıştır. Mevcut çalışmanın sonuçları hata ruminasyonu ve yardım becerileri öz-yeterliği açısından hem MDS hem de GS gruplarında anlamlı bir değişimin olmadığını göstermiştir (H1 ve H2 desteklenmemiştir). Oturum yönetmeye ilişkin öz-yeterlik bağlamında, GS grubunda ön-test ve son-test puanları arasında anlamlı bir artış gözlemlenirken, MDS grubunda bu değişimin anlamlı olmadığı bulunmuştur (H3 desteklenmemiştir). Bununla birlikte, psikolojik danışma sürecindeki zorluklarla başa çıkma öz-yeterliği açısından her iki grubun da ön-test ve son-test puanları arasında son-test lehine anlamlı bir artış saptanmıştır (H4 desteklenmiştir). Son

olarak, araştırmada sınanan dört hipotez bağlamındaki gruplar arası karşılaştırmada, hiçbir değişkende anlamlı bir fark tespit edilmemiştir (bkz. Tablo 8).

Önceki araştırmalar, farklı süpervizyon modellerinin PDA'ların psikolojik danışmanlık becerilerini geliştirme potansiyeline sahip olduğunu ortaya koymuştur (Bakalım ve ark., 2018; Gönültaş ve ark., 2024). Örneğin, Bakalım ve ark. (2018) grup süpervizyonunun PDA'ların psikolojik danışma öz-yeterliğini artırmada etkili olduğunu belirlemiştir. Benzer şekilde, Gönültaş ve ark. (2024) çalışması, süpervizyonun PDA'ların etkili danışman niteliklerini geliştirmesine ve öz-farkındalığını yönetme stratejilerini güçlendirmesine katkı sağladığını göstermiştir. Meydan'ın (2015) mikro beceri süpervizyon modeline ilişkin çalışması, bu modelin PDA'ların soru sorma, asgari düzeyde teşvik, içerik yansıtma, dikkati verme, odaklanma ve özetleme gibi temel danışmanlık becerilerini geliştirdiğini ortaya koymuştur. Ayrıca, Eryılmaz ve Mutlu (2018) tarafından yapılan araştırmada, gelişimsel kapsamlı süpervizyon modelinin PDA'ların danışma sürecine ilişkin farkındalıklarını artırdığı, farklı müdahale becerileri kazanmalarına olanak sağladığı ve kişisel ile mesleki gelişimlerini desteklediği sonucuna ulaşılmıştır. Önceki literatür, süpervizyon modellerinin PDA'ların kişisel ve mesleki gelişim sürecinde önemli bir rol oynadığını göstermektedir.

Mevcut araştırmada PDA'ların psikolojik danışma sürecindeki zorluklarla başa çıkmaya ilişkin öz-yeterliklerinde hem MDS hem de karşılaştırma grubunda anlamlı bir artış gözlemlenmiştir. Bu bulgunun birkaç olası nedeni olabilir. Öncelikle, metaforlar soyut kavramları ve durumları somutlaştırarak psikolojik danışma sürecinin daha anlaşılır hale gelmesine katkı sağlama amacındadır (Atik ve ark., 2016; Robert ve Kelly, 2010). Özellikle, psikolojik danışma sürecinin beş aşamasına yönelik metaforik anlatımlar, PDA'ların süpervizyon sürecinde oturumlardaki rollerini ve psikolojik danışma dinamiklerini kavramalarını kolaylaştırabilir. Ayrıca, metaforlar aracılığıyla geliştirilen içgörü, PDA'ların psikolojik danışma sürecinde karşılaşılabilecekleri zorlukları daha iyi anlamalarına ve bu zorluklarla başa çıkma becerilerini güçlendirmelerine yardımcı olabilir (Bradley ve ark., 2024; Ramsey-Wade ve Cott, 2025). Dolayısıyla, MDS uygulamalarının, PDA'ların psikolojik danışma sürecinde karşılaştıkları zorluklarla başa çıkma konusundaki öz-yeterliklerinin gelişiminde önemli ve dönüştürücü bir rol oynadığı söylenebilir. İkincisi, PDA'lar süpervizyon sürecinde süpervizörün onayladığı danışanlarla psikolojik danışma oturumlarını gerçekleştirmektedir. Süpervizörler PDA'ların süreci yönetebileceğine karar verdikleri danışanlar ile süreci yürüttükleri için psikolojik danışma sürecindeki zorluklara ilişkin öz-yeterliği kapsayan "klinik olarak depresyonda olan, intihar etmeyi düşünen ve oturumlarda manipülatif (yönlendirici) davranışlar gösteren" gibi özelliklere sahip danışanlarla karşılaşmamış olabilirler. Bu durum doğal olarak hem MDS hem de GS gruplarında PDA'ların psikolojik danışma sürecindeki zorluklara ilişkin öz-yeterlik algılarında yalnızca bilişsel düzeyde bir artışa neden olmuş olabilir.

Alanyazında, PDA'ların deneyimli bir süpervizörden süpervizyon desteği almasının mesleki gelişimlerine katkı sağlayabileceği vurgulanmakla birlikte (Cormier ve Hackney, 2008), süpervizyon sürecinin mesleki bilgi, beceri ve öz-yeterlik gelişimi üzerindeki etkilerine dair tutarsız bulgular da mevcuttur. Nitekim, süpervizyonun PDA'ların engelleyici öz-farkındalıkları ve mesleğe ilişkin kişisel eğilimleri üzerinde anlamlı bir değişim sağlamadığı belirlenmiştir (Gönültaş ve ark., 2024). Ayrıca, mikro beceri süpervizyon modeline dayalı süpervizyonun duygu yansıtma, anlık olma ve talimat verme gibi temel becerilere; yardım becerileri, oturum yönetme ve danışma sürecindeki zorluklarla başa çıkma öz-yeterliğine anlamlı bir etkisinin olmadığı bulunmuştur (Meydan, 2015). Benzer şekilde, kişiler arası süreci hatırlama tekniğine dayalı süpervizyonun PDA'ların psikolojik danışma becerileri, öz-yeterlik düzeyleri ve kaygı seviyeleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi olmadığı gösterilmiştir (Koç, 2022). Mevcut araştırmalarda, PDA'ların psikolojik danışma öz-yeterliğinin olumlu yönde gelişiminin zamana yayılan bir süreç olduğu vurgulanmaktadır. Özellikle, bireyle psikolojik danışma uygulamaları açısından bir yarıyıllık sürecin yeterli olmayabileceği ifade edilmiştir. Dahası, PDA'ların daha fazla danışanla çalıştıkça ve farklı sorun alanlarında kendilerini deneyimledikçe psikolojik danışma öz-yeterliklerinin gelişebileceği belirtilmiştir (Meydan, 2015). Buna ek olarak, süpervizyon süresinin kısıtlı olması ve PDA'ların gerçekleştirdiği oturum sayısının sınırlılığı da öz-yeterlik gelişimini etkileyebilecek diğer olası etmenler arasında gösterilmektedir (Koç, 2022). Önceki araştırmalardan elde

edilen bulgularla mevcut araştırmada H2 ve H3 ile elde edilen bulgularla örtüştüğü söylenebilir. Diğer bir deyişle, MDS grubunda yardım becerileri öz-yeterliği ile oturum yönetmeye ilişkin öz-yeterliklerinde anlamlı bir artış olmadığını gösteren bulgular bir arada değerlendirildiğinde MDS'nin PDA'ların mesleki gelişimine beklenen düzeyde ve şekilde katkı sağlamayabileceğini ve süpervizyon sürecinin etkinliğinin sınırlı süpervizyon süresi ve oturum sayısının önceki çalışmalarda olduğu gibi bu çalışmada da az olması gibi çeşitli faktörlere bağlı olarak değişebileceğini göstermektedir.

Mevcut araştırmada PDA'ların hem MDS hem de GS'de beklenenin aksine hata ruminasyonunda anlamlı bir değişimin olmadığını göstermiştir. Alanyazında hata ruminasyonu bireylerin geçmişte yaptıkları veya yaptıklarını düşündükleri hatalar üzerine yoğun ve sürekli olumsuz düşünceler üretmeleri şeklinde tanımlanmaktadır (Flett ve ark., 2020). Alanyazında, bu bilişsel süreç özellikle mükemmeliyetçilikle ilişkilendirilmekte olup, bireyin kendisine ulaşılması zor standartlar belirlemesi ve hata yapmaktan kaçınma eğiliminin, hata odaklı düşünme döngüsünü pekiştirerek başarısızlık algısını artırabileceği belirtilmektedir (Flett ve Hewitt, 2002). Mevcut araştırmada hem MDS hem de GS grubunda hata ruminasyonunda anlamlı bir değişim gözlenmemesinin olası nedenlerinden biri, PDA'ların süpervizyon süreci boyunca kritik hatalarla doğrudan yüzleşmemiş olmaları olabilir. Süpervizyon sürecinde, hata yapma olasılığına dair belirsizlik ve kaygı yaşanabilirken, PDA'ların psikolojik danışma oturumlarında doğrudan ciddi bir hata yapmamış olmaları, hata ruminasyonunda kayda değer bir değişim yaratmamış olabilir. Benzer biçimde, önceki araştırmalarda da süpervizyon süresinin kısıtlı olması, oturum sayısının azlığı ve PDA'ların kaygı düzeylerinde anlamlı bir düşüş yaşanmaması, sürecin bilişsel içeriklere etkisini sınırlayabilecek faktörler arasında gösterilmiştir (Koç, 2022). İkinci olası neden, hata ruminasyonunun doğası ile ilgili olabilir. Alanyazında süpervizörlerin öğretici, motive edici, ilham verici ve destekleyici tutumlarının süpervizyon sürecinin etkililiği üzerinde belirleyici bir faktör olduğu belirtilmektedir (Pamukçu Karasu ve ark., 2023; Yazıcı-Kabadayı ve ark., 2024). Ancak, hata ruminasyonunun bilişsel kontrol ve esneklik ile negatif yönde ilişkili olduğu bilinmektedir (Kabadayı ve Mercan, 2023). Hata ruminasyonu, bilişsel kontrol kaybı ile karakterize edilen bir süreç olduğundan, süpervizyon sürecinde sağlanan destekleyici ve yönlendirici yaklaşımlar bu bilişsel döngünün kırılması için tek başına yeterli olmayabilir. Bu nedenle, süpervizörlerin tutumlarının hata ruminasyonunu azaltmada doğrudan bir etkisinin olup olmadığı veya ne ölçüde etkili olabileceği, gelecekteki araştırmalarda daha ayrıntılı olarak ele alınmalıdır.

Toparlanırsa, mevcut çalışmada, beklentinin aksine, PDA'ların hata ruminasyonu, yardım becerileri öz-yeterliği ve oturum yönetme öz-yeterliğinde anlamlı bir değişim gözlemlenmemiştir. Bu durumun birkaç olası nedeni bulunmaktadır. Bunlardan ilki, süpervizyon sürecinde PDA'lara ayrılan sürenin yetersiz olmasıyla ilişkilendirilebilir. Psikolojik danışman eğitiminde süpervizyon kapsamında haftada yalnızca bir saatlik teorik bilgilendirme sağlanması ve iki uygulama saati boyunca oturumlara ilişkin dönütlerin sağlanması PDA'ların bilgi ve beceri kazanımı ile mesleki gelişimi açısından sınırlayıcı bir etken olabilir. İkinci olası açıklama, metaforların kavramsal düzeyde PDA'ların psikolojik danışma sürecinin beş aşamasını anlamlandırmalarına katkı sağlamış olmasına karşın, hata ruminasyonunu azaltmada ve yardım becerileri öz-yeterliği ile oturum yönetme öz-yeterliğini artırmada tek başına yeterli olmamış olabileceğidir. Üçüncü olası neden, PDA'ların BPDU-I dersi kapsamında yalnızca bir danışan ile toplamda altı oturum gerçekleştirmesi psikolojik danışma öz-yeterliğinin gelişmesi bakımından sınırlılık oluşturabilir. Danışan ve oturum sayısının sınırlı olması, adayların hata ruminasyonu, yardım becerileri öz-yeterliği ve oturum yönetme öz-yeterliğinde beklenen yönde ve düzeyde anlamlı bir değişim göstermemesine yol açmış olabilir. Daha uzun süreli ve daha fazla danışanla gerçekleştirilen uygulamaların, süpervizyon sürecinin etkinliğini artırabileceği düşünülebilir. Nitekim, alanyazında da benzer bulgulara rastlanmaktadır. Örneğin, kişiler arası süreci hatırlama tekniğine dayalı süpervizyonun PDA'ların kaygı düzeylerini azaltmada etkili olmadığı ve bu durumun oturum sayısının azlığı ile süpervizyon süresinin kısıtlılığıyla ilişkili olabileceği belirtilmiştir (Koç, 2022). Benzer şekilde, mikro beceri süpervizyon modeline dayalı süpervizyonda, süpervizyon süresinin artırılması, görüntü kayıtlarının kullanılması ve her bir PDA'nın oturum yaptığı danışan sayısının artırılması önerilmiştir (Meydan, 2015). Bu doğrultuda, süpervizyon süreçlerinin daha uzun süreli ve kapsamlı bir yapıda planlanmasının, PDA'ların BPDU-I dersinde mesleki bilgi ve beceri gelişimlerini destekleyebileceği söylenebilir.

Araştırmada sınanan hipotezler değerlendirildiğinde, yalnızca H4 hipotezinin doğrulandığı, diğer hipotezlerin (H1, H2 ve H3) ise desteklenmediği sonucuna ulaşılmıştır. MDS'nin GS kadar etkili olabileceğine dair beklentilere karşın, araştırma bulgularının karmaşık bir örüntü sergilediği görülmüştür. Araştırmada öngörülen tüm hipotezler doğrulanmamış olsa da elde edilen sonuçlar, metaforların süpervizyon sürecindeki etkililiği ve potansiyeli konusunda daha fazla araştırmaya ihtiyaç duyulduğunu göstermektedir. Nitekim, GS grubundaki PDA'ların yardım becerileri öz-yeterliliği ve hata ruminasyonu puanlarında beklenen yönde anlamlı bir değişim gözlenmemiştir.

### 3.1. Sınırlılıklar ve Öneriler

Bu araştırmanın sonuçları yorumlanırken dikkate alınması gereken bazı sınırlılıklar vardır. Bu araştırmada müdahale ve karşılaştırma grupları kullanılmış olmakla birlikte, herhangi bir müdahale içermeyen katılımcılardan oluşan bir kontrol grubu oluşturulamamıştır. Kontrol grubunun eksikliği, BPDU-I dersini alan son sınıf öğrencilerinin tamamının ders kapsamında bir müdahaleye tabi tutulmasıyla açıklanabilir. Bu nedenle, süpervizyon sürecinin etkisini tamamen bağımsız (etkiye maruz kalmayan) bir kontrol grubu üzerinden değerlendirmek mümkün olmamış; bu durum, araştırmanın iç geçerliliğini sınırlamaktadır. Bu durum, mevcut araştırmanın en temel ve önemli sınırlılıklarından birini oluşturmaktadır. Araştırmanın ikinci önemli sınırlılığı, PDA'ların yalnızca ön-test ve son-test ölçümlerinin alınabilmesidir. Dönem sonunda final sınavlarından sonra ara tatilin başlaması ve yeni dönemde adayların BPDU-II dersini alacak olmaları nedeniyle izleme ölçümleri yapılamamıştır. Bu durum, araştırmada elde edilen anlamlı ve anlamlı olmayan etkilerin uzun vadeli sonuçları hakkında değerlendirme ve çıkarım yapma imkânını kısıtlamaktadır. Araştırmanın üçüncü dikkate değer sınırlılığı hem müdahale hem de karşılaştırma grubunda yer alan katılımcıların az sayıda olmasıdır. Bu durum gelecek çalışmalar için aynı müdahale programının daha geniş katılımcı grubuyla gerçekleştirilebileceği anlamına gelmektedir. Bu çalışmada dikkate değer son bir diğer sınırlılık ise, ChatGPT tarafından üretilen metaforların potansiyel katılımcı grup tarafından ne derece anlaşılır olduğuna yönelik herhangi bir ön uygulama ya da pilot çalışmanın gerçekleştirilmemiş olmasıdır.

Araştırma bulgularına dayanarak, süpervizyon sürecinin etkililiğini artırmak amacıyla çeşitli öneriler sunulabilir. Öncelikle, önceki araştırmalarda da belirtildiği üzere, mikro beceri süpervizyon modeline dayalı süpervizyonda süpervizyon süresinin artırılması, görüntü kayıtlarının kullanılması ve her bir PDA'nın oturum yaptığı danışan sayısının artırılması önerilmektedir (Meydan, 2015). Mevcut araştırma bağlamında da, BPDU-I dersinde yürütülen süpervizyon sürecinin etkililiğini artırmak adına PDA'ların daha fazla oturum gerçekleştirmeleri veya daha fazla danışanla çalışmasının psikolojik danışma öz-yeterliliklerine katkı sunabileceği ve hata ruminasyonlarını düşürebileceği düşünülmektedir. Dahası, mevcut çalışmada katılımcıların grup ortalamaları ile karşılaştırmalı analizler gerçekleştirilmiştir. Gelecek çalışmalarda katılımcıların metaforlarla bireysel bağlamda etkileşimlerine odaklanan çalışmalar tasarlanabilir. Bunun yanı sıra, Türkiye'de psikolojik danışman eğitimi sürecinde farklı süpervizyon modellerinin geliştirilmesine yönelik araştırmaların sayısının artırılması gerekmektedir (Bakalım ve ark., 2018). Bu bağlamda, mevcut çalışmadan sonraki araştırmalarda, daha fazla oturum ve psikolojik danışma pratiği içeren bir süpervizyon modeli uygulanarak bu araştırmanın tekrarlanması önerilebilir. Böylece araştırmada beklenenin aksine ortaya çıkan ve doğrulanamayan hipotezler hakkında daha net bilgiler sağlayacaktır.

İkinci olarak, bu araştırmada hem müdahale hem de karşılaştırma gruplarında toplam 14 katılımcı yer almıştır. Katılımcı sayısının sınırlı olması, istatistiksel gücün düşük olmasına ve elde edilen bulguların genellenebilirliğinin kısıtlanmasına neden olabilir. Özellikle deneysel desenlerde düşük istatistiksel güç, önemli bir yöntemsel sınırlılık olarak değerlendirilmektedir. Bu nedenle, gelecekte yürütülecek araştırmalarda, mevcut hipotezleri daha güçlü biçimde test edebilmek amacıyla istatistiksel gücü yüksek örneklem büyüklüklerine sahip araştırma tasarımlarının tercih edilmesi önerilmektedir.

Mevcut araştırma MDS'nin GS kadar psikolojik danışma sürecindeki zorluklara ilişkin öz-yeterliliklerini artırmada etkili olabileceğini gösterdiğinden, gelecek çalışmalarda zorlu vakalara (klinik olarak depresyonda olan, intihar etmeyi düşünen ve oturumlarda manipülatif (yönlendirici) davranışlar

gösteren vb.) ilişkin oturumlara dair süpervizyon sağlanan gruplarda etkililiği test edilebilir. Ayrıca, gelecekteki araştırmalarda, süpervizyon sürecinin uzun vadeli etkilerini değerlendirmek amacıyla, PDA'ların hata ruminasyonu ve psikolojik danışma öz-yeterliklerindeki değişimleri zaman içinde takip eden izleme ölçümlerini kapsayan içeren bir müdahale programı tasarlanabilir. Son olarak, PDA'ların süpervizyon deneyimlerini daha kapsamlı bir şekilde değerlendirebilmek için nicel araştırma bulgularının nitel verilerle desteklendiği karma yöntem araştırmalarının gerçekleştirilmesi faydalı olabilir. Böylece, süpervizyon sürecinin PDA'ların mesleki gelişimine katkısı derinlemesine görüşmelerle daha kapsamlı bir şekilde ortaya konabilir. Dahası, doğrulanamayan hipotezlerin nedenlerini ve bu durumun arka planındaki dinamikleri daha iyi anlamaya ve geliştirmeye katkı sağlayabilir.

## Ek 1. Metafor Listesi

## 3+1 Ev



**3+1 Ev:** 3+1 Ev metaforu ile anlatılmak istenen, psikolojik danışma sürecinde, problemlerin sadece bir alanına odaklanmanın yetersiz olabileceği ve kapsamlı bir anlayış için bireyin yaşamının tüm bu odalarının aydınlatılması gerektiğidir. Burada “3+1” ifadesi, dört ana alanın her birinin ayrı bir oda olarak düşünülebileceğini simgelemektedir.

*Bilişsel Oda:* Bir bireyin düşünceleri, inançları ve algıları ile ilgilidir. Bu oda, kişinin kendini, çevresini ve yaşadığı olayları nasıl yorumladığını simgelemektedir.

*Duygusal Oda:* Bireyin hissettiği duyguları (Neşe, üzüntü, öfke gibi) temsil etmektedir.

*Etkileşimsel Oda:* Bireyin diğer insanlarla olan ilişkilerini ve sosyal etkileşimlerini ifade etmektedir.

*Davranışsal Oda:* Kişinin davranışlarını, eylemlerini ve alışkanlıklarını içermektedir. Bu, bireyin düşünce ve duygularının dışa vurumunu göstermektedir.

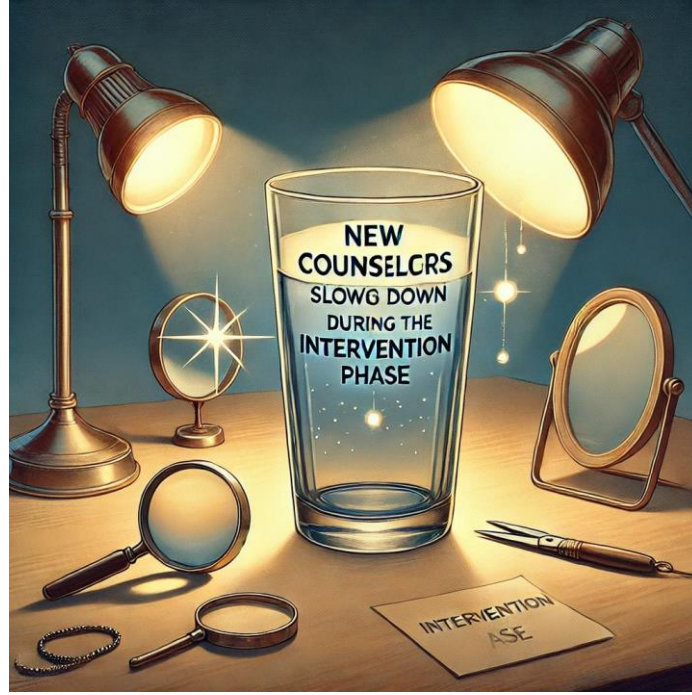
Bazen bir odanın aydınlatılması, problemin doğası hakkında bilgi verebilir ancak bireyin yaşadığı zorlukların tamamını anlamak için diğer odaların da keşfedilmesi önemlidir. Bu yaklaşım, psikolojik danışmanın, danışanın problemlerini daha doğru ve bütüncül bir şekilde tanımlamasına ve anlamasına yardımcı olmaktadır. Böylece, müdahaleler daha etkili planlanabilir ve danışanın ihtiyaçlarına daha uygun psikolojik desteğin sağlanabileceği vurgulanmaktadır.

### Alet Çantası



**Alet Çantası:** Bu metaforunda, danışanın davranış repertuarı, bir tamircinin alet çantasına benzer. Eğer çantada yalnızca birkaç alet varsa (yani sınırlı davranış seçenekleri varsa), sorunu çözmek zorlaşır. Tamirci, yalnızca bir çekiçle tüm sorunları çözmeye çalışırsa (sadece aynı davranış kalıplarına başvurursa), birçok durumda yetersiz kalır. Ancak alet çantasına yeni aletler eklendiğinde, her duruma uygun bir çözüm aracı bulunur. Yani, danışan farklı ve yeni davranışlar öğrendikçe, yaşamında karşılaştığı zorluklarla daha esnek ve etkili bir şekilde başa çıkabilir. Bu metafor, kişinin yeni davranışlar denemesinin, farklı durumlar için daha fazla araç geliştirmesi anlamına geldiğini ve bu sayede hayatındaki zorluklara daha uygun çözümler bulabileceğini anlatır.

### Boş Bardak



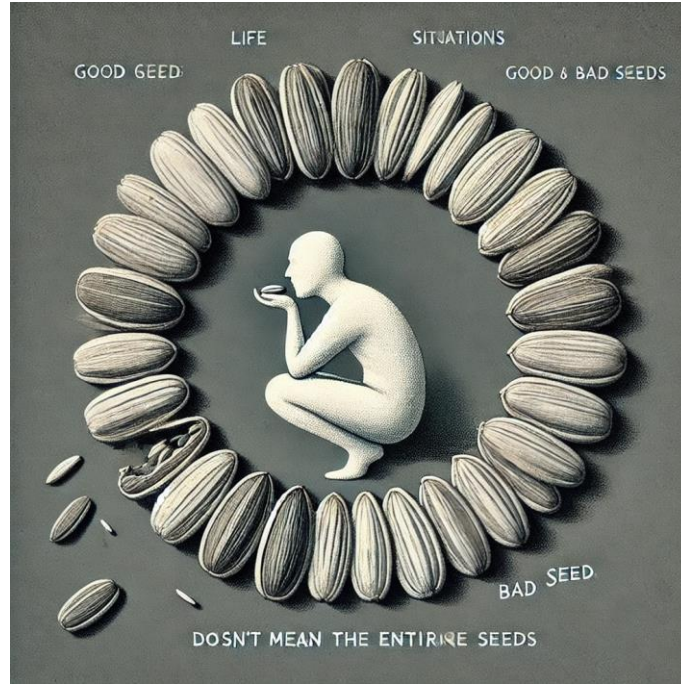
**Boş bardak:** Bir danışman için danışanla çalışmak, bir bardağa bakmak gibidir. İlk bakışta sadece bir bardak görülebilir, ama asıl önemli olan bardağa daha dikkatli ve farklı açılardan bakmaktır. Bardak ne renk? Şekli nasıl? Temiz mi yoksa kirli mi? İçinde bir şey var mı? Altında bir etiket var mı? Her bir detay, aslında danışanın hayatındaki farklı katmanları ve karmaşıklıkları temsil eder. Eğer danışman sadece hızlıca "bu bir bardak" diyerek geçerse, o bardağın altında yatan tüm detayları ve ipuçlarını kaçıırır. Bu metafor, danışanın durumunu derinlemesine incelemenin önemini vurgular. Hızlı müdahaleler yerine, danışanın sorunlarına daha geniş bir perspektifle bakmak, farklı yönlerden değerlendirmek ve her bir detayı dikkatle ele almak daha etkili ve değerli olabilir. Bu sayede danışman, daha sağlam ve kalıcı çözümler sunabilir.

### Çatıyı Tamir Etmek



**Çatıyı Tamir Etmek:** Bu metafor, işlevsel başa çıkma, sorunun temel kaynağına inerek onu kalıcı olarak çözmeyi temsil eder. Yani, çatının neresinde sızıntı olduğunu bulmak ve onu onarmak gibi, kişi de yaşadığı stres, zorlayıcı duygular veya sorunların altında yatan nedenleri fark eder ve bu nedenlere uygun çözümler geliştirir. Kova ile geçici bir rahatlama sağlamak yerine, çatı tamir edildiğinde sızıntı tamamen durur, dolayısıyla uzun vadede benzer problemlerle karşılaşma olasılığı azalır. Bu metafor, işlevsel başa çıkmanın sorunun kökenine inerek kalıcı çözümler bulmayı, böylece daha sürdürülebilir ve sağlıklı bir yol izlemeyi vurgular.

### Çekirdek Çitleme



**Çekirdek Çitleme:** Çekirdek çitlemeyi çoğumuz keyif alarak yaparız, ancak çekirdeklerin arasında birkaç acı veya bozuk olanı da çıkabilir. Bu durum bizi rahatsız etse de genellikle çekirdek yemeye devam ederiz, çünkü büyük çoğunluğu lezzetlidir. Ancak bazı insanlar, birkaç kötü çekirdekten sonra tamamen yemeyi bırakabilirler. Bu durum, yaşamda karşılaştığımız zorluklara benzetilebilir. Hayatımızda birçok güzel olay ve deneyim yaşarken, zaman zaman moral bozucu ya da zorlayıcı olaylarla karşılaşırız. Danışanlar, bu olumsuz deneyimlerden birine takılıp kalabilir ve sanki tüm hayatları bu kötü olaydan ibaretmiş gibi hissedebilirler. Oysa, tıpkı çekirdeklerin büyük çoğunluğunun iyi olması gibi, hayatın genelinde de güzel anlar ve deneyimler vardır. Sadece birkaç olumsuz olay yüzünden tüm yaşamı durdurmak yerine, danışanların büyük resmi görüp, hayatın normal akışına devam etmeyi öğrenmeleri önemlidir. Psikolojik yardım sürecinde, bu metafor danışanlara yaşadıkları zorlayıcı olayların hayatın tamamını tanımlamadığını ve olumsuzluklara rağmen ilerlemeye devam etmeleri gerektiğini hatırlatabilir.

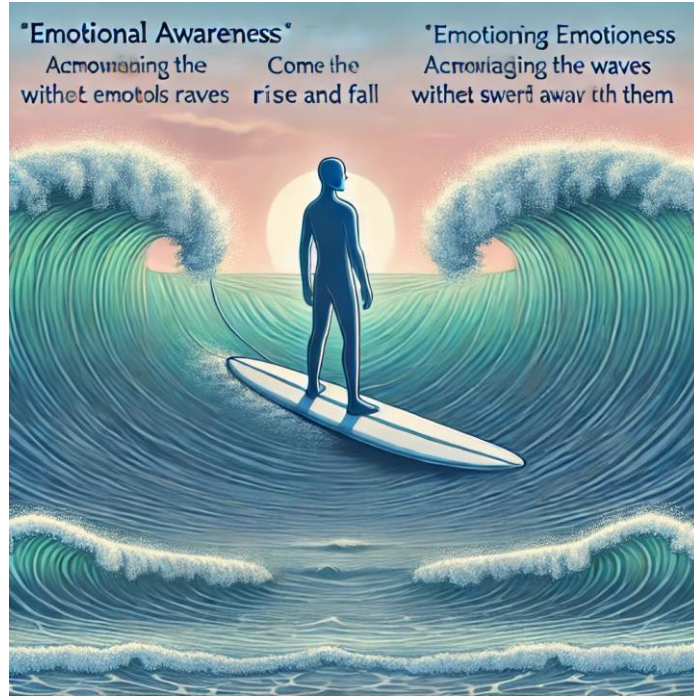
## Dans Etmek



**Dans Etmek:** Bu metaforda ilişki, karşıdaki kişiyle birlikte dans ettiği bir sahneye benzer. İyi bir dans, uyum, karşılıklı denge ve birbirini hissetmeyi gerektirir. Bazen biri adım atar, diğeri uyum sağlar; bazen ritim hızlanır, bazen yavaşlar. Her iki kişi de birbirine dikkat eder ve birlikte hareket ederek dansı güzelleştirirler. Hatalar yapılabilir, yanlış adımlar atılabilir, ama önemli olan dansa devam etmek, birbirine uyum sağlamaktır.

Dans, tıpkı ilişkiler gibi hem bireysel hem de karşılıklı katkılarla gelişir. Tek taraflı bir çaba ile dans zorlaşır, aynı şekilde bir ilişkide de tek bir kişinin çabası yeterli olmaz. İlişkideki zorluklar, ritim kayıpları gibi görülebilir, ancak karşılıklı anlayış ve uyum sayesinde bu zorluklar aşılabılır.

### Denizdeki Dalgalar



**Denizdeki Dalgalar:** Bu metaforunda duygular, okyanustaki dalgalara benzer. Dalgalar nasıl sürekli gelip giderse, duygular da hayatımız boyunca gelir ve geçer. Duygusal farkındalık ise, suyun üzerinde bir sörfçü gibi durup dalgaları izleyebilme yeteneğidir. Sörfçü dalgaların varlığını kabul eder, onlara karşı koymaz ama aynı zamanda onlara kapılıp sürüklenmez. Sadece onları fark eder ve dalganın üzerinde dengede kalmayı öğrenir.

Bu metafor, duygusal farkındalığın duyguları bastırmak ya da kontrol etmekten ziyade, onları tanıyıp kabul etmek olduğunu anlatır. Dalganın şiddetli veya sakin olması gibi, duygular da yoğun olabilir, ama sörfçü gibi, kişi de farkındalık sayesinde bu duyguların gelip geçmesine izin verebilir.

### Duvarı İtmek



**Duvarı İtmek:** Bir insanın bir duvarı sürekli olarak itmeye çalıştığını hayal edelim. Ne kadar güç harcarsa harcasın, ne kadar çabalarsa çabalasın, duvar hiç hareket etmez. Ancak kişi ısrarla bu duvarı itmeye devam eder ve her seferinde farklı bir sonuç bekler. Buradaki çaba boşa harcanmış enerjiyi temsil eder, çünkü duvarı itmekten başka bir şey yapmadığı sürece sonuç asla değişmeyecektir. İşlevsel olmayan düşünceler de tıpkı bu duruma benzer: Kişi aynı olumsuz, yararsız düşünce kalıplarını tekrar eder ve farklı bir çözüm bekler. Ancak bu düşünce biçimi, tıpkı hareketsiz bir duvara karşı direnmek gibi, yalnızca aynı sonuçları doğurur ve kişiyi yıpratır.

Bu metafor, aynı düşünce döngüsüne hapsolmanın ve farklı sonuçlar beklemenin boşuna olduğunu anlatır. Bir duvarı yıkmamanın yolu onu itmek değil, belki de farklı bir araç kullanmak, strateji değiştirmek ya da o duvardan geçmenin başka yollarını bulmaktır. İşlevsel olmayan düşüncelerden kurtulmak için de yeni bakış açıları ve daha sağlıklı düşünce kalıpları geliştirmek gerekir.

### Gemi Seyahati



**Gemi Seyahati:** Gemi Seyahati metaforu, psikolojik danışmada amaç oluşturma sürecini açıklamak için geliştirilmiştir. Bu metafor, danışanın ve psikolojik danışmanın, psikolojik danışma sürecinin başlangıcında belirli hedeflere ulaşmak için bir yol haritası oluşturmasını simgelemektedir. Rize'den yola çıkıp belirli bir şehre (mesela hangi şehir) gitmeyi planlamak gibi, bu süreçte nereye varılmak istendiğinin (amaçların) belirlenmesi, yol boyunca hangi duraklarda mola verileceğinin (ara hedefler veya kilometre taşları) ve yolculuğun ne kadar süreceğinin (süreç zaman çizelgesi) tanımlanması gerektiğini vurgulamaktadır.

### Havuza Atlamak



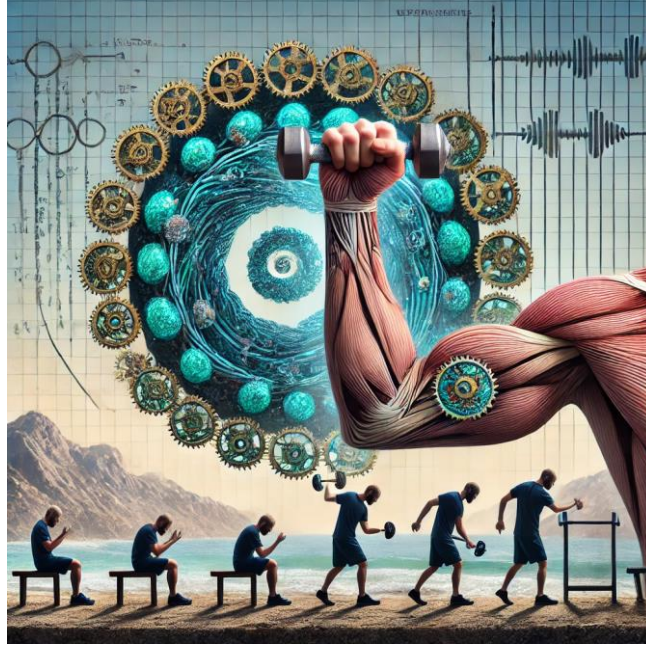
**Havuza Atlamak:** “Havuza Atlama” metaforu, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık alanında eğitim gören psikolojik danışman adayları için, teorik bilgilerin uygulamaya geçiş sürecini sembolize eder. Bu metafor, psikolojik danışman adaylarının eğitimlerinin bir noktasında, teorik olarak öğrendikleri her şeyi gerçek dünya durumlarına uygulamaya başlamaları gerektiğini ifade etmektedir. Eğitimlerinin bu aşamasında, psikolojik danışman adayları artık sadece teorik bilgiye sahip olmanın ötesine geçip, bu bilgileri gerçek hayatta nasıl kullanacaklarını deneyimlemeye başlarlar. Havuza atlamak, bu yeni ve bilinmeyen deneyimlere atılmak için kullanılan bir metafordur. Bu süreçte, psikolojik danışman adaylarının karşılaştıkları zorluklar (havuzun derinliği, suyun soğukluğu gibi) ve bu zorlukların üstesinden gelme yollarını öğrenmeleri beklenmektedir.

### Karanlık Oda



**Karanlık Oda:** “Karanlık Oda” metaforu, psikolojik danışma sürecinde danışanların yaşadıkları sorunların başlangıçta ne kadar belirsiz ve anlaşılmaz olduğunu anlatmak için kullanılmıştır. Bu metafor, danışanın düşüncelerini veya yaşadığı durumu tam olarak bilinmeyen karanlık bir oda olarak tasvir edilmiştir. Karanlık odayı aydınlatmak ve sorunları açıkça ve isabetli bir şekilde görünür kılmak için bir el fenerine ihtiyaç duyulduğu belirtilmiştir. El feneri, danışmanın danışanın problemlerini aydınlatmak ve daha iyi anlamak için kullandığı yöntemler veya teknikler olarak düşünülmüştür. Özellikle, ilgili metaforla psikolojik danışman adayının sorularının, danışanın sorunlarını anlamak ve tanımlamak için kullanılan kilit bir araç olduğu vurgulanmıştır. Sorular, karanlıkta kalan kısımları aydınlatarak, danışanın sorunlarının doğru bir şekilde tanımlanmasına ve anlaşılmasına olanak tanınmasına dikkat çekilmiştir.

### Kol Kası



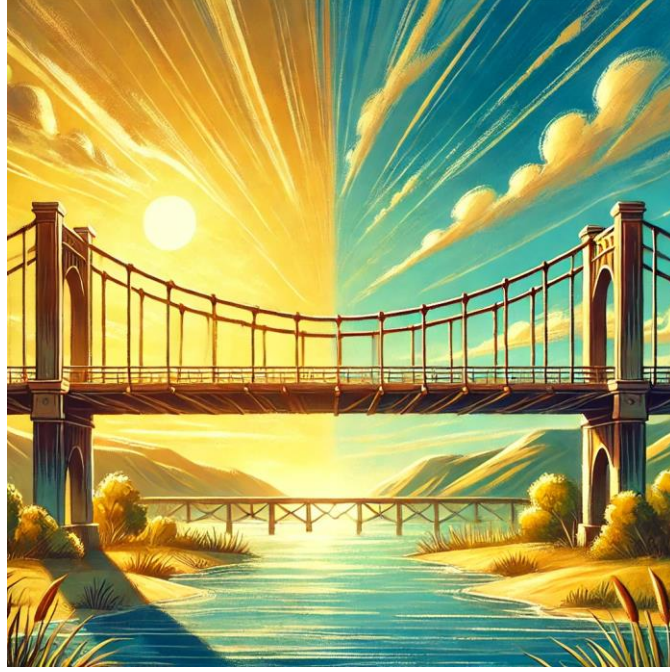
**Kol Kası:** Kol kası metaforu, danışanların gelişimi ve davranışsal değişimlerini anlatmak için kullanılan bir benzetmedir. Tıpkı spor salonunda düzenli olarak kol kaslarını çalıştırarak kasların güçlenmesini sağladığımız gibi, danışanlar da oturumlarda belirli görevler ve ev ödevleri aracılığıyla yeni beceriler öğrenir ve bu becerileri sürekli tekrar ederek güçlendirirler. Bu süreç, danışanın davranışsal olarak gelişmesini sağlar. Süpervizyon sürecinde psikolojik danışman, danışana rehberlik ederek bu "davranışsal kasların" nasıl geliştirileceğini gösterir. Her ev ödevi, bir egzersiz gibi, danışanın istenen değişimi pratik yapmasını ve hayatına entegre etmesini sağlar. Tekrar eden uygulamalar sayesinde danışan, başta zor gelen davranışları giderek daha doğal bir şekilde yapabilir hale gelir. Bu metafor, değişimin süreklilik ve sabır gerektiren bir süreç olduğunu vurgular.

### Kova



**Kova:** Bu metaforunda, çatısı sızdıran bir ev, kişinin karşılaştığı sorunlar veya duygusal zorluklar gibidir. Sızan su, stres, kaygı veya zorlayıcı duyguları temsil eder. Bir kova koymak, sorunun geçici çözümünü sağlar, yani kişi anlık rahatlama yaşar. Ancak kova doldukça su taşar ve sorunu çözmez, sadece erteler. Eğer kişi sadece kovayı değiştirerek sızıntıyı görmezden gelirse, damdaki gerçek sorun daha da kötüleşir ve nihayetinde başa çıkılması çok daha zor bir hale gelir. Bu metafor, işlevsel olmayan başa çıkma stratejilerinin, geçici çözümler sunduğunu, ancak sorunun temelini çözmediğini ve uzun vadede daha büyük sorunlara yol açabileceğini vurgular.

## Köprü



**Köprü:** Bu metafor, danışan ile psikolojik danışman arasındaki ilişki, iki kişi arasında uzanan bir köprüye benzer. Psikolojik danışman, danışanla güvenli ve sağlam bir köprü inşa etmeye çalışır, çünkü bu köprü üzerinden danışan, güvenle kendi iç dünyasına yolculuk yapabilir. Köprü ne kadar sağlam ve güvenilir olursa, danışan o kadar rahat ve özgüvenle bu yolculuğa çıkar. Bu süreçte, psikolojik danışmanın empati, samimiyet ve güven verici tutumu köprünün tuğlalarıdır. Danışan bu köprünün üzerine adım attığında, yalnız olmadığını ve karşıda güvenebileceği birinin olduğunu hisseder. Bu metafor, danışanla kaynaşma ve ilişki kurma sürecinde güvenin, kabulün ve samimiyetin önemini vurgular; köprü, ilişkiyi ve ilerlemeyi temsil eder.

### Okyanusa Açılma



**Okyanusa Açılma:** Süpervizyon sonunda, psikolojik danışman adaylarının bir anlamda “havuzu başarıyla tamamladıkları” ifade edilmiştir. Bu, psikolojik danışman adaylarının eğitimlerinin bu aşamasında gerekli temel beceri ve bilgilere sahip olduklarını ve başlangıç düzeyinde psikolojik danışma yapabilecek kapasitede olduklarını göstermektedir. Ancak, gerçek hayatın “havuz” kadar kontrollü ve sınırlı olmadığına dikkat çekilmiştir. Lisans eğitimleri sonrasında karşılaşacakları gerçek dünya durumları, havuzdan farklı olarak göller, denizler ve okyanuslar gibi çok daha karmaşık ve öngörülemeyen koşulları temsil etmektedir. Bu nedenle, süpervizyon sürecinde elde edilen başarı, yalnızca başlangıç noktasıdır. Gerçek hayatta, psikolojik danışman adayları çok daha geniş ve çeşitli sorunlarla, durumlarla ve danışan tipleriyle karşılaşacaklardır. Bu, onların sürekli gelişimini, öğrenmelerini ve adaptasyonlarını gerektirmektedir. Süpervizyon sürecinde vurgulanan “sürekli gelişim”, psikolojik danışman adaylarının kariyerleri boyunca daha zorlu ve uzmanlık gerektiren becerileri kazanmaya devam etmeleri gerektiğini hatırlatmaktadır. Psikolojik danışmanlık, dinamik bir alan olduğundan, profesyonellerin sürekli olarak yeni bilgiler öğrenmeleri, becerilerini geliştirmeleri ve mesleki uygulamalarını güncel tutmaları önemlidir. Bu sürekli öğrenme ve gelişim tutumu, onların değişen dünya koşullarına ve danışan ihtiyaçlarına etkili bir şekilde yanıt vermelerini sağlamaktadır.

## Orman



**Orman:** Zihnimizdeki düşünceler, bir ormandaki ağaçlara benzer. *Sağlıklı düşünceler*, kökleri derine inmiş, güçlü gövdeli, dalları geniş ve yaprakları yeşil olan sağlam ağaçlardır. Bu ağaçlar, sağlıklı bir zihinsel yapının temelini oluşturur; olumlu, dengeli ve besleyici bir düşünce dünyası yaratır. Bu ağaçlar, rüzgarlar (zorluklar ve stres) karşısında sarsılabilir, ancak sağlam kökleri sayesinde devrilmezler. Çevresine gölge sağlar, meyve verir ve başkalarına da fayda sunar.

*Sağlıksız düşünceler* ise, kökleri zayıf, gövdesi çürümüş veya kırılmış, dalları kuru ve yaprakları dökülmüş ağaçlara benzer. Bu ağaçlar, büyüyemeyen, gelişemeyen ve çevresine zarar verebilecek ağaçlardır. Sağlıksız düşünceler de tıpkı bu zayıf ağaçlar gibi, zihinsel yapıyı zayıflatır ve kişiyi daha da olumsuz bir döngüye sürükler. Çürüyen bir ağaç gibi, zamanla düşebilir, diğer sağlıklı ağaçları da etkileyebilir ve ormanın dengesini bozabilir.

Bu metafor, düşüncelerin tıpkı ağaçlar gibi beslenmesi ve korunması gerektiğini, sağlıksız düşüncelerin ise fark edilip onarılmasının önemini vurgular. Sağlıklı bir orman (zihin) için sağlıklı ağaçlara (düşüncelere) ihtiyaç vardır.

### Otogardan Uğurlama



**Otogardan Uğurlama:** “Otogardan Uğurlama” metaforu, psikolojik danışma sürecinin sonlandırılmasını, bir yolculuğun tamamlanması ve bir sonraki aşamanın başlangıcı olarak ele alınmıştır. Bu metafor, psikolojik danışma sürecinin sona ermesinin, bir misafiri memleketine uğurlamak gibi, dikkatli ve özenli bir şekilde gerçekleştirilmesi gerektiğini vurgulamaktadır. Misafirimizi otogardan uğurlarken, onların güvenli bir şekilde evlerine ulaşmalarını sağlamak, başlarına bir şey gelip gelmediğinden emin olmak ve evlerine vardıklarında bize haber vermelerini istemek gibi, psikolojik danışma sürecinin sonunda da benzer bir yaklaşım sergilenmektedir. Sürecin sonunda yapılan izleme oturumları, bu metaforun bir parçası olarak, danışanın gelişiminin ve sürecin sonlandırılmasından sonraki uyumunun gözden geçirilmesi için önemli bir adımdır. Bu oturumlar, danışanın kendini nasıl hissettiği, karşılaştığı zorluklarla nasıl başa çıktığı ve elde ettiği ilerlemenin sürdürülebilirliği hakkında bilgi vermesi için bir fırsat sunmaktadır.

### Rize Trabzon Dolmuş Şoförleri



**Rize Trabzon Dolmuş Şoförleri:** “Rize-Trabzon Hattı Dolmuş Şoförleri” metaforu, psikolojik danışmada “Basamak 4: Müdahale seçme ve uygulama” aşamasını anlamak için kullanılmıştır. Bu metafor, deneyim ve tekrarın önemine vurgu yapmaktadır. Özellikle psikolojik danışmanların ve danışanların, müdahale yöntemlerini ve tekniklerini seçerken ve uygularken gösterdikleri ustalığı simgelemektedir. Rize ile Trabzon arasında sürekli gidip gelen dolmuş şoförleri gibi, psikolojik danışmanların da müdahale yöntemleri konusunda derin bir bilgi birikimine ve deneyime sahip olmaları gerektiğini ifade etmektedir. Bu şoförlerin yol üzerindeki her detayı, her kırmızı ışığı, her dönemeci, hangi noktada ne tür bir zorlukla karşılaşabileceklerini bildiği gibi psikolojik danışmanlar da müdahale yöntemlerinin inceliklerini, ne zaman ve nasıl uygulanacağını, danışanın hangi durumda hangi teknikten en iyi şekilde fayda göreceğini bilmelidir. İlgili metafor, aynı zamanda danışanların yeni öğrendikleri bilgi, beceri ve davranışları hayatlarına entegre etme sürecine de işaret etmektedir. Dolmuş şoförlerinin yolculukları sırasında edindikleri tecrübeleri nasıl içselleştirdikleri ve her seyahatle daha da ustalaştıkları gibi, danışanların da terapi veya danışmanlık sürecinde öğrendiklerini pratik yaparak ve tekrar ederek hayatlarına adapte etmeleri gerektiğini vurgulamaktadır. Müdahalelerin etkili olabilmesi için danışanların, oturumlar arasında da öğrendiklerini uygulamaya devam etmeleri (ev ödevleri) ve bu yeni becerileri günlük yaşamlarında pekiştirmeleri anlamına gelmektedir.

## Uçurtma



**Uçurtma:** Bu metaforunda, danışanla birlikte uçurtma yapmak (terapi süreci), danışanın kendi ayakları üzerinde durabilmesi için gerekli becerileri kazanmasını simgeler. Sonlandırma aşaması, uçurtmayı gökyüzüne bırakmak gibidir; danışan artık kendi başına ilerler, öğrendiği becerilerle hayatına devam eder. Ancak ip hala terapistin elindedir, yani izleme süreci devrededir. Arada bir rüzgarın yönünü kontrol etmek ve gerektiğinde küçük müdahaleler yapmak, danışanın sapmadan yoluna devam etmesini sağlar. Uçurtma özgürce uçar, ancak güvenli bir bağlantı hâlâ vardır. Bu metafor, terapinin sonunda danışana bağımsızlık kazandırıldığını, ancak izleme süreci sayesinde hâlâ bir rehberliğin ve desteğin gerektiğinde sağlandığını simgeler.

### Yeni Doğan Bebek



**Yeni Doğan Bebek:** “Yeni Doğan Bebek” metaforu, bebeklerin hayatta kalmak ve gelişmek için bir yetiştirmeye, yani bir bakıcıya olan ihtiyaçlarını temsil etmektedir. Bebekler gibi, psikolojik danışmaya gelen danışanlar da psikolojik danışmanlara benzer bir bağımlılık ve güven ihtiyacı içindedir. Bu metaforla, psikolojik danışmanın, danışanı koşulsuz bir şekilde, yani danışanın kim olduğuna ne yaşadığına ya da ne tür sorunlarla karşı karşıya olduğuna bakılmaksızın koşulsuz kabul etmesi gerektiği vurgulanmıştır. Eğer psikolojik danışman ile danışan arasında terapötik bir ilişki kurulamazsa, psikolojik danışma sürecinin başarısını olumsuz etkileyebileceğinin altı çizilmiştir. Diğer bir deyişle, psikolojik danışmanın danışanı koşulsuz bir şekilde kabul etmesi, psikolojik danışma sürecinin sağlıklı bir şekilde ilerlemesi için temel bir ön koşuldur.

## KAYNAKLAR

- Aladağ, M., Pamukçu, B., Meydan, B. ve Koçyiğit Özyiğit, M. (2022). Career-long clinical supervision among counselors in Turkey: Current experiences, needs, and preferred practices. *Psycho-Educational Research Reviews*, 11(2), 196-211. [https://doi.org/10.52963/PERR\\_Biruni\\_V11.N2.13](https://doi.org/10.52963/PERR_Biruni_V11.N2.13)
- American Counseling Association. (2024, Aralık). *Psikolojik danışma tanımı*. <https://www.counseling.org/about-us/about-aca/20-20-a-vision-for-the-future-of-counseling/consensus-definition-of-counseling>
- Atik, G., Çelik, E. G., Güç, E. ve Tural, N. (2016). Psikolojik danışman adaylarının yapılandırılmış akran grup süpervizyonu sürecindeki metafor kullanımına ilişkin görüşleri. *Ege Eğitim Dergisi*, 17(2), 597-619. <https://doi.org/10.12984/eggefd.280759>
- Bakalım, O., Şanal-Karahan, F. ve 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.). Pearson Education.
- Bradley, L., Mendoza, K., Hollingsworth, L., Johnson, P., Duffey, T. ve Daniels, J. (2024). Creative supervision: Ten techniques to enhance supervision. *Journal of Creativity in Mental Health*, 19(2), 262-274. <https://doi.org/10.1080/15401383.2023.2176391>
- Cashwell, T. H. ve Dooley, K. (2001). The impact of supervision on counselor self-efficacy. *The Clinical Supervisor*, 20(1), 39-47. [https://doi.org/10.1300/J001v20n01\\_03](https://doi.org/10.1300/J001v20n01_03)
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates.
- Cormier, S. ve Hackney, H. (2008). *Counseling strategies and interventions* (7th ed.). Pearson Education Inc.
- Crockett, S. ve Hays, D. G. (2015). The influence of supervisor multicultural competence on the supervisory working alliance, supervisee counseling self-efficacy, and supervisee satisfaction with supervision: A mediation model. *Counselor Education & Supervision*, 54, 258-273. <https://doi.org/10.1002/ceas.12025>
- Erkan Atik, Z., Arıcı, F. ve Ergene, T. (2014). Süpervizyon modelleri ve modellere ilişkin değerlendirmeler. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(42), 305-317. <https://doi.org/10.17066/pdrd.73993>
- Eryılmaz, A. ve Mutlu, T. (2018). Gelişimsel kapsamlı süpervizyon modeline ilişkin psikolojik danışman adaylarının görüşlerinin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(65), 123-141. <https://doi.org/10.17755/esosder.306932>
- Flett, G. L. ve Hewitt, P. L. (2002). *Perfectionism: Theory, research, and treatment*. American Psychological Association.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Nepon, T. ve Besser, A. (2018). Perfectionism cognition theory: The cognitive side of perfectionism. In J. Stoeber (Ed.), *The psychology of perfectionism: Theory, research, applications* (pp. 89-110). Routledge.
- Flett, G. L., Nepon, T., Hewitt, P. L., Zaki-Azat, J., Rose, A. L. ve Swiderski, K. (2020). The Mistake Rumination Scale: Development, validation, and utility of a measure of cognitive perfectionism. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 38(1), 84-98. <https://doi.org/10.1177/0734282919879538>
- Goldberg, R. M., & Stephenson, J. B. (2016). Staying with the metaphor: Applying reality therapy's use of metaphors to grief counseling. *Journal of Creativity in Mental Health*, 11(1), 105-117. <https://doi.org/10.1080/15401383.2015.1113396>
- Gönültaş, M., Meydan, B. ve Sağkal, A. S. (2024). The examination of the counseling supervision effect on personal and professional development of first-time supervisees. *International Journal of Psychology and Educational Studies*, 11(4), 342-356. <https://dx.doi.org/10.52380/ijpes.2024.11.4.1375>

- Graham, M. A., Scholl, M. B., Smith-Adcock, S. ve Wittmann, E. (2014). Three creative approaches to counseling supervision. *Journal of Creativity in Mental Health*, 9(3), 415-426. <https://doi.org/10.1080/15401383.2014.899482>
- Greason, P. B. ve Cashwell, C. S. (2009). Mindfulness and counseling self-efficacy: The mediating role of attention and empathy. *Counselor Education and Supervision*, 49(1), 2-19. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6978.2009.tb00083.x>
- Guiffreda, D. A., Jordan, R., Saiz, S. ve Barnes, K. L. (2007). The use of metaphor in clinical supervision. *Journal of Counseling & Development*, 85(4), 393-400. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2007.tb00607.x>
- Hackney, H. ve Cormier, S. (2008). *Psikolojik danışma ilke ve teknikleri: Psikolojik yardım süreci el kitabı* (T. Ergene ve S. Aydemir Sevim, Çev.). Ankara. Metis.
- Kabadayı, F. (2024). Metaforun gücü: Psikolojik danışma süpervizyonunda psikolojik danışman adaylarının deneyimleri. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi*, 15(2), 652-677. <https://doi.org/10.51460/baedb.1441154>
- Kabadayı, F. ve Mercan, O. (2023). Reliability and validation of the Turkish adaptation of the Mistake Rumination Scale. *Current Psychology*, 42(8), 6429-6438. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01972-5>
- Koç, İ. (2022). Kişiler arası süreci hatırlama tekniğine dayalı süpervizyonun psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma becerilerine, özyeterlik ve kaygı düzeylerine etkisi. *Eğitim ve Yeni Yaklaşımlar Dergisi*, 5(2), 327-347. <https://doi.org/10.52974/jena.1220036>
- Larson, L. M. (1998). The social cognitive model of counselor training. *The Counseling Psychologist*, 26(2), 219-273. <https://doi.org/10.1177/0011000098262002>
- Lent, R. W., Hill, C. E. ve Hoffman, M. A. (2003). Development and validation of the Counselor Activity Self-efficacy Scales. *Journal of Counseling Psychology*, 50, 97-108. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.50.1.97>
- Lyddon, W. J., Clay, A. L. ve Sparks, C. L. (2001). Metaphor and change in counseling. *Journal of Counseling & Development*, 79(3), 269-274. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.2001.tb01971.x>
- McAdams III, C. R. ve Wyatt, K. L. (2010). The regulation of technology-assisted distance counseling and supervision in the United States: An analysis of current extent, trends, and implications. *Counselor Education and Supervision*, 49(3), 179-192. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6978.2010.tb00097.x>
- Meydan, B. (2014). Psikolojik danışma uygulamalarına yönelik bir süpervizyon modeli: Mikro beceri süpervizyon modeli. *Ege Eğitim Dergisi*, 15(2), 358-374. <https://doi.org/10.12984/eed.16849>
- Meydan, B. (2015). Bireyle psikolojik danışma uygulamasında mikro beceri süpervizyon modeli'nin etkililiğinin incelenmesi. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(43), 55-68.
- Meydan, B. (2021). Turkish first-time supervisees' counseling self-Efficacy. *Eurasian Journal of Educational Research*, 92, 61-78.
- OpenAI. (2024, Eylül). *ChatGPT* (Model GPT-4) [Yapay Zeka Dil Modeli]. <https://chat.openai.com>
- Oxford Learner's Dictionaries. (2025, Mayıs). *Metaphor*. Oxford University Press. <https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/metaphor>
- Pamukçu Karasu, B., Meydan, B., Özyiğit, M. K., Pehlivan, Y. ve Akkaya, M. S. (2023). Psikolojik danışman eğitiminde süpervizör geri bildirimi. *Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(1), 202-226. <https://doi.org/10.34056/aujef.1182374>
- Pamukçu, B. ve Demir, A. (2013). Psikolojik Danışma Öz-yeterlik Ölçeği Türkçe formu'nun geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 4(40), 212-221. <https://doi.org/10.17066/pdrd.48350>
- Ramsey-Wade, C. E. ve Cott, M. J. (2025). Student-generated metaphor in research supervision: An arts-based method. *Counselling and Psychotherapy Research*, 25, e12790. <https://doi.org/10.1002/capr.12790>
- Robert, T. ve Kelly, V. A. (2010). Metaphor as an instrument for orchestrating change in counselor training and the counseling process. *Journal of Counseling & Development*, 88(2), 182-188. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2010.tb00007.x>

- Smith, M. E., ve Bird, D. (2014). Fairy tales, landscapes and metaphor in supervision: An exploratory study. *Counselling and Psychotherapy Research*, 14(1), 2-9. <https://doi.org/10.1080/14733145.2013.779732>
- Siviş-Çetinkaya, R. ve Kararımak, Ö. (2012). Psikolojik danışman eğitiminde süpervizyon. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(37), 107-121. <https://doi.org/10.17066/pdrd.23690>
- Strong, T. (1989). Metaphors and client change in counselling. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 12(3), 203-213. <https://doi.org/10.1007/BF00120585>
- Tan, S. Y. (2009). Developing integration skills: The role of clinical supervision. *Journal of Psychology and Theology*, 37(1), 54-61. <https://doi.org/10.1177/009164710903700106>
- Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği (2023). *Bireyle psikolojik danışma uygulaması ve süpervizyonu: En iyi uygulamalar kılavuzu*. Türk PDR Derneği Yayınları. <https://drive.google.com/file/d/1NmfCISR9n66b0mUnDXRxKYokPFPDP/view>
- Wagener, A. E. (2017). Metaphor in professional counseling. *The Professional Counselor*, 7(2), 144-154. <https://doi.org/10.15241/aew.7.2.144>
- Walsh, B. B., Gillespie, C. K., Greer, J. M. ve Eanes, B. E. (2003). Influence of dyadic mutuality on counselor trainee willingness to self-disclose clinical mistakes to supervisors. *The Clinical Supervisor*, 21(2), 83-98. [https://doi.org/10.1300/J001v21n02\\_06](https://doi.org/10.1300/J001v21n02_06)
- Wheeler, S. ve Richards, K. (2007). The impact of clinical supervision on counsellors and therapists, their practice and their clients. A systematic review of the literature. *Counselling and Psychotherapy Research*, 7(1), 54-65. <https://doi.org/10.1080/14733140601185274>
- Wickman, S. A., Daniels, M. H., White, L. J. ve Fesmire, S. A. (1999). A “primer” in conceptual metaphor for counselors. *Journal of Counseling & Development*, 77(4), 389-394. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1999.tb02464.x>
- Yazıcı-Kabadayı, S., Avcı, M. ve Kabadayı, F. (2024). Exploring counselor candidates' perspectives on online and face-to-face supervision in individual counseling practice: A Comparative qualitative study. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 14(75), 588-606. <https://doi.org/10.17066/tpdrd.1420194>
- Young, M. (2019). *Yardım sanatını öğrenme: Temel yardım becerileri ve teknikleri* (G. Yüksel ve F. Bacanlı, Çev.). Pegem.
- Young, J. S. ve Borders, L. D. (1999). The intentional use of metaphor in counseling supervision. *The Clinical Supervisor*, 18(1), 137-149. [https://doi.org/10.1300/J001v18n01\\_09](https://doi.org/10.1300/J001v18n01_09)
- Yükseköğretim Kurulu (2024, Aralık). *Rehberlik ve psikolojik danışmanlık lisans programı*. [www.yok.gov.tr](http://www.yok.gov.tr)