

Psikolojik Danışma Süreç ve Sonuç Araştırmaları Kapsamında Psikolojik Danışma Becerileri Üzerine Bir Tarama

Öğr. Gör. Dr. Serkan Denizli*

Öz

Bu makalede “Psikolojik Danışma Süreç ve Sonuç Araştırmaları”nı tanıtmak, bu kapsamda psikolojik danışma becerilerine ilişkin yapılmış araştırmaları özetlemek ve ülkemizde psikolojik danışma süreç ve sonuç araştırmaları kapsamında psikolojik danışma becerilerine ilişkin durumu saptamak amaçlanmıştır. Psikolojik danışma ve psikoterapi alanında, psikolojik danışma ve psikoterapi sürecinin bir sonucu olarak ortaya çıkan anlık ya da kalıcı değişimleri inceleyen çalışmalar “Sonuç Araştırmaları (Outcome Research)”; psikolojik danışma veya psikoterapi oturumları süresince neler olduğunu inceleyen araştırmalar ise “Süreç Araştırmaları (Process Research)” başlıkları altında yer almaktadırlar. Psikolojik danışma becerileri üzerinde yapılan psikolojik danışma süreç ve sonuç araştırmaları, duygulara odaklanan becerilerin (Highlen ve Baccus, 1977; Hill ve Gormally; 1977), kendini açma becerisinin (Hanson, 2005; Hill ve ark., 1988) ve yorumlama becerisinin (Elliot ve ark., 1982) danışanlar açısından etkili algılanan beceriler olduklarını ortaya koymuştur. Bilgi verme ve yönlendirme becerilerinin ise en az etkili beceriler oldukları bulunmuştur (Hill ve ark., 1988; Orlinsky ve ark., 2004). Psikolojik danışma süreç ve sonuç araştırmalarının Türkiye’deki durumu incelendiğinde ise araştırma sayısının sınırlılığı göze çarpmaktadır ve bu konuda ülkemizde yapılacak araştırmaların, hem psikolojik danışman eğitime hem de kültürümüze özgü psikolojik danışma yaklaşımlarının geliştirilmesine önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir.

Anahtar Sözcükler: Psikolojik danışma süreç ve sonuç araştırmaları, psikolojik danışma becerileri.

¹ 24 Ocak 2012 tarihinde elektronik olarak yayımlanmıştır.

* Öğr. Gör., Ege Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, PDR Anabilim Dalı, serkan.denizli@ege.edu.tr

A Review On Counseling Skills Based On Counseling Process and Outcome Research

Abstract

In this paper, it is aimed to introduce the "Counseling Process and Outcome Research" and review the counseling process and outcome research related to counseling skills. Besides, the status of the counseling skills and the counseling process and outcome research in Turkey were presented. Research which investigate the immediate or long-term changes that occur as a result of the counseling or therapy called as "Outcome Research"; and the research that investigate what happens during the counseling or therapy session called as "Process research" in counseling and psychotherapy field. Counseling process and outcome research indicate that skills which were focused on the feelings (Highlen ve Baccus, 1977; Hill ve Gormally; 1977), self-disclosure (Hanson, 2005; Hill et. al, 1988) and interpretation (Elliot et.al., 1982) were the skills that were evaluated as effective skills by clients. Information giving and direct guidance were found as the least effective skills (Hill et.al., 1988; Orlinsky et.al., 2004).Up to date, the number of the counseling process and outcome research is very limited in Turkey. More research is needed in order to contribute to the counselor education field and counseling practices that are unique to the Turkish culture.

Key Words: Counseling process and outcome research, counseling skills.

Giriş

Psikolojik danışma yardımının temel işlevi danışanın davranışları, duyguları ve düşüncelerinde bir değişim yaratmak ve bu yolla danışana yaşamında bir değişim yaratmasında yardımcı olmaktır. Psikolojik danışma sürecinde psikolojik danışman, danışanın değişmesine yardımcı olmak için birçok sözel ve sözel olmayan davranışlar sergiler, çeşitli yöntem ve teknikler uygular.

Esasen, psikolojik danışman'ın psikolojik danışma sürecinde, amaçlı ya da amaçsız olarak sergilediği her tür davranış, danışanın değişiminde rol oynamaktadır. Bu nedenle, psikolojik danışma sürecinde olup bitenleri inceleyerek psikolojik danışma uygulamalarında etkili bir yardımın nasıl sunulacağı konusunda kanıtlara dayalı bilgiler sunan psikolojik danışma süreç ve sonuç araştırmalarının önemi büyüktür (Lambert, Bergin ve Garfield, 2004).

Psikolojik danışma süreç ve sonuç araştırmalarında temel amaç süreçte olan bitenler ve sonuçta ortaya çıkan değişimler arasındaki bağlantıyı kurmaktır (Hill ve Lambert, 2004). Bir başka deyişle, psikolojik danışma süreç ve sonuç araştırmalarının amacı, psikolojik danışma sürecinde danışanın gelişimine ve olumlu değişimine katkıda bulunan öğelerin anlaşılmasıdır (Lambert ve ark., 2004).

Günümüzde psikolojik danışma ve psikoterapi alanındaki sonuç araştırmaları açık bir şekilde psikolojik danışma ve psikoterapinin bireylere yardım etmede etkili olduğunu ortaya koymuştur (Lambert ve ark., 2004; Lambert ve Ogles, 2004). Bu nedenle, psikolojik danışma ve psikoterapi alanındaki araştırmacılar psikolojik danışma ve psikoterapi sürecini etkili kılanın ne olduğunu araştırmaya daha fazla eğilim göstermişlerdir (Lambert ve Ogles, 2004; Strupp, 1996). Psikolojik danışma sürecinde değişime en çok katkısı olabileceği düşünülen ve araştırmacıların ilk aklına gelen süreç ögesinin psikolojik danışma yardımı boyunca izlenen kuramsal yaklaşım olması muhtemeldir. Bu bağlamda, psikolojik danışma kuramlarının etkililiği konusundaki araştırmaların sayısı oldukça fazladır ve bu araştırmaların en genel bulgusu tüm psikolojik danışma yaklaşımlarının danışanda değişim yaratma ve sorunlarını giderme konusunda etkili oldukları, ancak hiçbir kuramın etkililik düzeyi açısından bir diğerinden daha üstün olmadığıdır (Lambert ve Ogles, 2004). Bu nedenle araştırmacılar tüm kuramsal yaklaşımlarda ortak olan terapötik ilişki, psikolojik danışmanın tutumları (koşulsuz kabul, saygı, empatik anlayış vb), farkındalık-ıçgörü kazandırma ve psikolojik danışma becerileri gibi "ortak faktörleri"ni araştırmaya başlamışlardır (Lambert ve Ogles, 2004).

Psikolojik danışma sürecinde en çok araştırılan ortak faktörlerden birisi psikolojik danışmanların kullandıkları teknikler ve beceriler olmuştur (Beutler

ve ark., 2004; Hill ve Lambert, 2004; Williams, 2002). Hill ve Lambert (2004), psikolojik danışma beceri ve tekniklerinin birçok araştırmacının odağında olmasını, psikolojik danışma sürecinde psikolojik danışman davranışlarının belirleyicilik özelliği olduğuna ve psikolojik danışma sürecinde danışana ilişkin değişkenlerin rolünü ve etkisini değiştirebileceğine bağlamışlardır. Ayrıca psikolojik danışmana ilişkin gözlenebilen davranışların psikolojik danışma sürecindeki önemi ve objektif ölçeklerde değerlendirilebilir olması birçok araştırmacıyı bu konuda çalışmaya ittiği de söylenebilir (örn. Elliott, Hill, Stiles, Friedlander, Mahrer ve ark., 1987; Hill, Helms, Tichenor, Spiegel, O'Grady ve ark., 1988; Russel, Bryant ve Estrada, 1996).

Psikolojik danışma süreci ve sonuç araştırmaları nihayetinde evrensel olarak uygulanabilir en genel ve etkili psikoterapötik koşulları ortaya koymayı amaçlansa da, belirli psikolojik danışma uygulamalarının çeşitli kültürel gruplarla ilgili sınırlılıklarını bilmek de son derece önemlidir (Zane, Hall, Sue, Young ve Nunez, 2004). Bu ihtiyacın, Amerikan literatürünün çevirisine bağlı ve kendine özgü bir psikolojik danışma literatürü henüz gelişmekte olan ülkemizde (Doğan; 2000) daha da fazla olduğu söylenebilir. Ülkemizde yapılmış psikolojik danışma süreci ve sonuç araştırmalarının sınırlılığı da bu ihtiyaca işaret etmektedir.

Psikolojik danışma becerilerine ilişkin psikolojik danışma süreci ve sonuç araştırmalarının, etkili bir psikolojik danışma sürecinin öğelerini ortaya koymanın yanında psikolojik danışman eğitime sağladığı dönütler de oldukça önemlidir. Psikolojik danışma süreci ve sonuç araştırmaları, psikolojik danışma becerilerinin danışanın değişimindeki rolünü açıklayarak psikolojik danışmanların psikolojik danışma becerilerini nasıl etkili kullanacaklarına dair ampirik açıklamalar getirmektedir (Sexton ve Whiston, 1991). Bu bağlamda ülkemizdeki psikolojik danışma sürecinde etkili olan öğelere ve özelde psikolojik danışma becerilerinin kültürümüzdeki işleyişine ilişkin ampirik bulgulara olan ihtiyaç göze çarpmaktadır.

Sonuç olarak bu makalenin amacı, psikolojik danışma süreci ve sonuç araştırmalarını kısaca tanıtmak ve psikolojik danışma becerilerine ilişkin yapılmış olan araştırmaları tanıtmaktır. Böylece psikolojik danışma süreci ve sonuç araştırmaları ile ülkemizdeki kültürler bağlamında psikolojik danışma sürecinde etkili olan psikolojik danışma becerilerinin belirlenmesine olan ihtiyaca dikkat çekmektir.

Psikolojik Danışma Süreci ve Sonuç Araştırmalarının Tanımı ve Kapsamı

Psikolojik danışma ve psikoterapi alanında, psikolojik danışma ve psikoterapi sürecinin bir sonucu olarak ortaya çıkan anlık ya da kalıcı değişimleri inceleyen çalışmalar "Sonuç Araştırmaları (Outcome Research)"; psikolojik danışma veya

psikoterapi oturumlarında neler olduğunu inceleyen araştırmalar ise “Süreç Araştırmaları (Process Research)” başlıkları altında yer almaktadırlar (Hill ve Lambert, 2004; Orlinsky, Rønnestad ve Willutzki, 2004).

Hill ve Lambert (2004), psikolojik danışma ve psikoterapi sürecinin araştırmalara konu olan yönlerini (a) *gözlenen davranışlar* (psikolojik danışman’ın kullandığı beceri ve teknikler, danışanın davranışları); (b) *örtük davranışlar* (psikolojik danışman’ın amaçları, danışanın tepkileri); (c) *konunun içeriği* (süreçte konuşulan konu ve süreçte ne söylendiği); (d) *tarz* (kişinin konuşma ya da davranma biçimi, bireyin konuşurken beden dilini kullanış biçimi, ses tonu, duygu durumu ve öteki hakkındaki duyguları) ve (e) *nitelik* (psikolojik danışman’ın psikolojik danışma beceri ya da tekniklerini kullanmadaki yeterliği ve yetkinliği) şeklinde sınıflamıştır (s. 86).

Doğrudan psikolojik danışma sürecinin boyutlarını oluşturmayan bazı değişkenler de psikolojik danışma süreç ve sonuç araştırmalarının konusu olmuştur. Clarkin ve Levy (2004), psikolojik danışma süreç ve sonuç araştırmalarında; danışanın problemi, problem alanı, problemin düzeyi, danışana ilişkin sosyodemografik değişkenler, danışanın değişime istekliliği ve bağlanma stilleri gibi danışana ilişkin değişkenlerin araştırıldığını belirtmişlerdir. Psikolojik danışmana ilişkin değişkenler söz konusu olduğunda ise psikolojik danışman’ın yaşı, cinsiyeti ve etnik kökeni gibi demografik değişkenlerin yanı sıra, psikolojik danışman’ın eğitim düzeyi, deneyimi, denetim odağı, başa çıkma stratejileri gibi değişkenlerin psikolojik danışma yardımının sonucuna anlamlı katkılarda bulunduğu görülmektedir (Beutler, Malik, Alimohammed, Harwood, Talebi ve ark., 2004).

Psikolojik danışma sürecinde araştırmaya konu olan değişkenler yalnızca danışanlara ya da psikolojik danışmanlara ait değişkenlerden ibaret değildir. Terapötik ilişki ya da terapötik uyum, danışan ve psikolojik danışman arasında ortak oluşturulan, ne tek başına danışana ne de tek başına psikolojik danışmana atfedilebilecek önemli bir değişkendir (Hill ve Lambert, 2004). Son yıllarda, psikolojik danışmanla danışan arasındaki ilişkinin niteliğinin psikolojik danışma sonuçlarına katkısının önemli olduğu araştırmalar tarafından kanıtlanmış ve yaygın olarak kabul görmektedir (Beutler ve ark., 2004; Clarkin ve Levy, 2004; Horvath ve Symonds, 1991).

Görüldüğü gibi psikolojik danışma sürecinin araştırmaya konu olan yönleri kapsamında psikolojik danışmana ve danışana ilişkin birçok değişkenden bahsetmek mümkündür. Hill ve Lambert (2004) ile Orlinsky ve arkadaşları (2004), psikolojik danışma süreç ve sonuç araştırmaları alanında, danışana ve psikolojik danışmana ilişkin değişkenlerden hiç birinin psikolojik danışma süreci ve sonucuna etkisinin göz ardı edilmemesi gerektiği ve tüm bu değişkenlerin tek başlarına bir anlam ifade etmeyeceği konusunda uzlaşmaktadırlar. Ancak, tüm bu değişkenlerin tek bir araştırmada çalışılması

da mümkün görünmemektedir. Bu noktadan hareketle Hill ve Lambert (2004) psikolojik danışma süreci ve sonuç araştırmalarında diğer değişkenleri etkileyecek bir belirleyicilik özelliği olduğunu öne sürerek, psikolojik danışma becerilerini de içeren tüm psikolojik danışman davranışlarını araştırmanın önemini vurgulamışlardır.

Psikolojik Danışma Süreci ve Sonuç Araştırmalarının Tarihçesi

Günümüzde, psikolojik danışma süreci ve sonuç araştırmaları tek bir araştırma alanı olarak tanımlanmaktadır, ancak tarihsel olarak psikolojik danışma sonuç araştırmalarının, süreci araştırmalarından önce ortaya çıktığı söylenebilir (Orlinsky ve ark., 2004). Psikolojik danışma ve psikoterapi sonuç araştırmaları literatüründe ilk çalışmaların geçmişi 1920'lere dayanmaktadır (Örn. Huddleston, 1927; Matz, 1929; Alexander, 1937; Schilder, 1939; akt. Orlinsky ve ark., 2004). Ancak psikolojik danışma ve psikoterapi sonuç araştırmaları 1950'lerden sonra daha sistemli ve güvenilir araştırmalar haline gelmeye başlamıştır. Eysenck'in 1952 (akt. Orlinsky ve ark., 2004) yılında yayımlanan ve o güne kadar yapılmış belli başlı 24 araştırmayı gözden geçirerek psikoterapilerin aslında etkili olmak bir yana, danışanları daha da kötüleştirdiğini iddia ettiği makalesi, modern psikoterapi araştırmalarının gelişimine önemli katkıda bulunmuştur.

Psikolojik danışma ve psikoterapi sonuç araştırmaları hız kazanıp ilerlemeye devam ederken, 1950'lerde psikolojik danışma ve psikoterapi sürecinde danışanın değişimine yardımcı olan öğelerin neler olduğuna ilişkin araştırmalara da rastlamak mümkündür (Heppner, Kivlighan ve Wampold, 1999; Lambert ve ark., 2004; Orlinsky ve ark., 2004). Bu konudaki önemli araştırmalar ilk kez 1954 yılında Amerikan Psikologlar Derneği yayını olan "Journal of Counseling Psychology"nin (Danışma Psikolojisi Dergisi) ilk cildinde yer almıştır (Heppner ve ark., 1999). Güncel literatürde psikolojik danışma süreci-sonuç araştırmalarının literatürdeki sayısının 2600'den fazla olduğu ifade edilmektedir (Orlinsky ve ark., 2004).

Carl Rogers'ın 1957 yılında yayımlanan ve psikolojik danışmada olumlu terapötik değişim için gerekli ve yeterli koşulları tanımladığı çalışması, psikolojik danışma alanına birçok katkısının yanında, psikolojik danışma süreci araştırmalarının hız kazanmasına yol açmıştır. Rogers (1957\1992) makalesinde, psikolojik danışma sürecinde olumlu değişimi yaratmak için danışanla bir ilişki kurulmasının, danışanın bir tutarsızlık içinde olmasının, psikolojik danışman'ın saydam ve içten olmasının, danışana koşulsuz olumlu saygı duymasının, danışanla empati kurmasının ve danışanın psikolojik danışman'ın empati ve koşulsuz saygısını hissetmesinin gerekli ve yeterli koşullar olduğunu belirtmiştir. Rogers'ın makalesinde psikolojik danışma sürecinin yalnızca gerekli ve yeterli koşulların yerine getirilmesinden ibaret

olduğunu iddia etmesi, 1960 ve 1970'lerde birçok araştırmacının psikolojik danışma sürecine odaklanmasını sağlamıştır. Bu zaman zarfında yapılan çoğu araştırmanın Rogers'ın öne sürdüğü bu görüşü ampirik olarak test etmek için yapıldığı ifade edilmektedir (Lambert ve ark., 2004; Heppner ve ark., 1999). İlk başlarda birçok araştırma Rogers'ın iddialarını desteklerken, günümüzde araştırmalar tarafından desteklenen genel görüş, psikolojik danışmada bu koşulların gerekli olduğu, ancak yeterli olmadığıdır (Lambert ve Ogles, 2004, Lambert ve ark., 2004; Orlinsky ve ark., 2004).

Psikolojik danışma süreç araştırmalarının ilerlemesini sağlayan en önemli faktörlerden birisi de 1950'lerde psikolojik danışma oturumlarının ses kayıtlarının araştırma amaçlı kullanılabilmesinin keşfedilmesidir (Orlinsky ve ark., 2004). Bunun yanında, video kayıt teknolojisinin gelişmesiyle birlikte, psikolojik danışma süreç araştırmalarında oturumların video kayıtlarının da kullanıldığı görülmektedir (Örn. Elliott ve ark., 1987; Hill ve ark., 1988; Mahrer, White, Theresa, Gagnon, ve MacPhee, 1992).

Psikolojik danışma oturumlarının ses veya video kaydının alınması, psikolojik danışmana ilişkin gözlenebilen davranışların objektif ölçeklerle değerlendirilebilir olmasını mümkün kılmıştır. Böylece, birçok araştırmacı, psikolojik danışman davranışlarının, özellikle psikolojik danışma becerilerinin incelenmesi üzerinde çalışmıştır (Örn. Elliott ve ark., 1987; Hill, Helms, Tichenor ve ark., 1988; Russel ve ark., 1996) ve psikolojik danışma becerilerinin incelenmesi psikolojik danışma süreç ve sonuç araştırmalarının önemli bir odağı haline gelmiştir.

Psikolojik Danışma Becerilerine İlişkin Yapılmış Psikolojik Danışma Süreç ve Sonuç Araştırmaları

Psikolojik danışma becerileri psikolojik danışma sürecini bir amaç doğrultusunda yürütürken psikolojik danışmanların kullandıkları sözel ya da sözel olmayan iletişim yollarıdır ve dikkati verme, dinleme, açık ve kapalı uçlu soru sorma, yeniden ifadelendirme, kendini açma, duygu yansıtma gibi çeşitli türleri vardır (Hill, 2004; A.E. Ivey ve M.B. Ivey, 2003). Psikolojik danışma becerileri, Rogers'ın (1957\1992) psikolojik danışma sürecinde olumlu değişimi yaratmak için gerekli ve yeterli koşulları, diğer bir deyişle psikolojik danışman tutumlarını tanımlaması ve araştırmasıyla birlikte, psikolojik danışman tutumlarını öğretebilir ve işe vuruk şekilde beceriler olarak tanımlanması çabalarından ortaya çıktığı söylenebilir (Hill ve Corbett, 1993). Psikolojik danışma becerilerini işe vuruk şekilde tanımlanması, aynı zamanda psikolojik danışma sürecinde söz konusu becerilerin gözlenebilir ve ölçülebilir olmasını sağlamış ve bu yolla psikolojik danışma süreç ve sonuç araştırmaları kapsamında araştırmalarına olanak sağlamıştır (Hill ve Corbett, 1993).

Psikolojik danışma becerilerinin tanımlanması ve ölçülmesi konusunda dönüm noktası olmuş üç önemli psikolojik danışma becerileri eğitimi

yaklaşımından söz etmek mümkündür., Bu psikolojik danışma becerileri eğitimi yaklaşımları Kagan ve arkadaşları (1965; akt. Hill ve Corbett, 1993) tarafından geliştirilen “Kişiler Arası Süreci Hatırlama Tekniği”, Carkhuff (1969b; akt. Hill ve Corbett, 1993) tarafından geliştirilen “İnsan Kaynağını Geliştirme” ve Ivey (1971; akt. Hill ve Corbett, 1993) tarafından geliştirilen “Micro Beceriler” yaklaşımıdır. Hill ve Corbett (1993), bu önemli üç psikolojik danışma becerileri eğitimi yaklaşımının etkisiyle, birçok farklı psikolojik danışma becerileri eğitimi yaklaşımının daha ortaya çıktığını belirtmiştir.

Kagan’ın (1965; akt. Hill ve Corbett) “Kişiler Arası Süreci Hatırlama Tekniği” olarak adlandırılan psikolojik danışma becerileri eğitimi yaklaşımı, psikolojik danışmanların psikolojik danışma oturumlarında kullanacakları iletişim becerilerine doğuştan sahip olduğu, ancak performans kaygısı nedeniyle bu becerilere ket vurulduğu varsayımına dayanır. Bu yaklaşımda “sorgulayıcı (inquirer)” olarak adlandırılan süpervizör konumundaki kişi, becerileri öğrettiği kişiyle birlikte oturumun ses kayıtlarını inceleyerek onun süreçte yaşadıklarına odaklanır ve yaşadıklarına ilişkin farkındalığını artırmayı amaçlar (Daniels, 1994; Hill ve Corbett, 1993). Baker, Daniels ve Greeley (1990) “Kişiler Arası Süreci Hatırlama Tekniği”ni, “Mikro Beceriler” ve “İnsan Kaynağını Geliştirme” yaklaşımlarıyla karşılaştırıldığı meta analizlerinde, psikolojik danışma becerilerini öğretmede diğer iki yaklaşıma göre en az etkili olan yaklaşım olduğunu bulmuşlardır.

Carkhuff’un (1969b; akt. Hill ve Corbett, 1993) “İnsan Kaynağını Geliştirme” yaklaşımında psikolojik danışmanların kazanması istenilen psikolojik danışma becerileri; dikkati verme, duygu yansıtma, saygı, yorumlama, kendini açma, anındalık, yüzleştirme, saydamlık, somutluk ve doğrudan yönlendirmedir. Baker ve diğerleri (1990) yaptıkları karşılaştırmalı meta-analizde, psikolojik danışma becerilerini psikolojik danışman adaylarına kazandırmada Carkhuff’un “İnsan Kaynağını Geliştirme Yaklaşımı”nın orta düzeyde etkili olduğunu bulmuşlardır.

Ivey’nin (1971; akt. Hill ve Corbett, 1993) “Mikro Beceriler Modeli”, model olma, deneme ve geri bildirim vermeye dayalı, teknoloji kullanımını içeren bir psikolojik danışma becerileri eğitimi yaklaşımıdır. Ivey, Normington, Miller, Morrill, ve Haase (1968; akt. Hill ve Corbett, 1993), psikolojik danışma becerilerinin öğretiminde bir kerede bir beceri ilkesini benimsemişlerdir. “Mikro Beceriler Eğitimi” dikkati verme, soru sorma, özetleme, duygu yansıtma, yüzleştirme, yönlendirme, kendini açma gibi becerileri kapsamaktadır (A.E. Ivey ve M.B. Ivey; 2003). Hill ve Corbett (1993), “Mikro Beceriler Eğitimi” üzerinde, “Kişiler Arası Süreci Hatırlama Tekniği” ve “İnsan Kaynağını Geliştirme” yaklaşımlarına göre daha fazla araştırma yapıldığını belirtmişlerdir. Baker ve Daniels (1989; akt. Daniels, 1994) ve Baker ve diğerleri (1990) Mikro Beceri Eğitimi’nin özellikle, temel becerileri yüksek lisans eğitimi

sürecindeki psikolojik danışman adaylarına öğretme konusunda oldukça etkili olduğunu belirtmişlerdir.

Psikolojik danışma becerileri eğitimi programlarının psikolojik danışma alanındaki araştırmalara en büyük katkısı, başlı başına dikkatleri psikolojik danışma sürecinde incelenecek müdahale ve tekniklere, yani psikolojik danışma becerilerine çekmiş olmalarıdır. (Hill ve Corbett, 1993). Psikolojik danışma becerilerini gerçek psikolojik danışma oturumlarında araştırmak amacıyla birçok yöntem geliştirilmiştir.

Psikolojik danışma becerilerini gerçek psikolojik danışma süreci içerisinde araştırmada en temel yöntem, psikolojik danışma oturumlarının sesli ya da görüntülü kaydının hakemlerce psikolojik danışma becerileri açısından incelenmesi ve her bir psikolojik danışman cümlesinin bir beceriye karşılık gelecek şekilde sınıflandırılmasıdır (Hill ve Lambert, 2004). Bu yöntemin tercih edilmesindeki en önemli nedenlerden biri, kendini anlatma teknikleriyle ölçüldüğünde psikolojik danışmanların kullandıkları teknikler ile kullandıklarını söyledikleri teknikler arasında belirgin farklar olması ihtimalidir (Williams, 2002). Psikolojik danışmanların sözel tepkilerini sınıflandırmak için birçok farklı sistem olduğu bilinmektedir (Hill ve Lambert, 2004). Psikolojik danışma becerileri, psikolojik danışma süreç araştırmalarında operasyonel olarak "sözel tepkiler (verbal responses), sözel tepki türleri (verbal response modes), sözel tepki sınıflandırmaları (verbal response categories)" gibi isimlerle anılmaktadır (Elliott ve ark., 1987; Hill ve O'Brien, 1999, Williams, 2002). Elliott ve arkadaşları (1987), araştırmalarını yaptıkları tarihe kadar psikolojik danışman becerilerini sınıflandırmaya yarayan ve araştırmalarda kullanılan yaklaşık 30 farklı sistemin varlığından bahsetmişlerdir.

Elliott ve arkadaşları (1987), psikolojik danışma süreci araştırmalarında kullanılan beceri sınıflandırma sisteminden, yaygınlıkla kullanılan altı psikolojik danışma becerisi sınıflandırma sistemini, hakemler arası güvenilirlik, içerdiği temel beceriler, temel becerileri ayırt ediciliğine göre karşılaştırmışlardır. Bu sistemler "Hill'in Psikolojik Danışman Sözel Tepki Sınıflandırma Sistemi" (1978), "Friedlander'ın Sözel Tepki Sınıflandırma Sistemi" (1982; akt. Elliott ve ark., 1987), "Stiles'in Sözel Tepki Türü Sistemi" (Stiles, 1978, 1979; akt. Elliott ve ark., 1987), "Elliott'un Tepki Türü Değerlendirme Sistemi" (Elliott, 1985), "Konuşmaya Dayalı Terapi Değerlendirme Sistemi" (Goldberg, Hobson, Maguire, Margison, O'Dowd ve ark., 1984; akt. Elliott ve ark., 1987) ve "Mahrer'in Psikoterapide İşlemler ve Müdahaleler Taksonomisi" dir (Mahrer, 1983; akt. Elliott ve ark., 1987). Sonuçta, Elliot ve arkadaşları (1987) araştırmaları kapsamındaki tüm beceri sınıflandırma türlerinin eşit düzeyde geçerli ve güvenilir olduklarını belirtmişlerdir ve tüm beceri sınıflandırma ölçeklerinde ayırt ediciliği yüksek olan ortak beceriler belirlemişlerdir. Bu ortak beceriler "soru sorma", "öneri sunma", "bilgi verme",

“yansıtma”, “yorumlama” ve “kendini açma”dır. Böylelikle, Elliott ve arkadaşları (1987), araştırmalarda kullanılacak bir beceri sınıflandırma ölçeğinin mutlaka bu becerileri içermesi gerektiğinin altını çizmişlerdir.

Psikolojik danışma sürecine ilişkin ilk araştırmalardan, günümüz psikolojik danışma araştırmalarına öncülük eden en önemlilerinden birisi Dipboye'nin (1954; akt. Heppner ve ark., 1999), psikolojik danışmanların psikolojik danışma oturumlarında konuşulan konu alanına göre kullandıkları becerilerin farklılaşıp farklılaşmadığını araştırdığı çalışmasıdır. Dipboye (1954; akt. Heppner ve ark., 1999), psikolojik danışman becerilerini dokuz grupta sınıflandırmıştır; içerik hakkında soru sorma, duygular hakkında soru sorma, içeriğe tepki verme, duygulara tepki verme, içeriğin yorumlanması, duyguların yorumlanması, içerik hakkında öneri sunma, duygular hakkında öneri sunma ve bilgi verme. Dipboye'nin bu sınıflandırması, Elliott ve arkadaşları (1987) tarafından incelenen ve literatürde birçok araştırmada kullanılan psikolojik danışma becerileri sınıflandırma sistemlerine benzer sınıflandırmalar içermektedir. Dipboye (1954; akt. Heppner ve ark., 1999) araştırmasında, konu alanlarına göre psikolojik danışmanların farklı beceriler kullandığını ortaya koymuş, ancak hangi konu alanlarında hangi becerilerin kullanıldığına ilişkin bir açıklama getirmemiştir.

Bu alanda önemli bir yeri olan diğer bir araştırmada, Danskin ve Robinson (1954; akt. Heppner ve ark., 1999), psikolojik danışmanların yönlendirici ya da yönlendirici olmayan bir tarz sergilemelerinin, danışmanların problem türlerine göre değişip değişmediğini incelemişlerdir. Sonuçta, psikolojik danışmanların, danışmanların probleminin bir beceri eksikliği olduğu durumlarda, danışmanların probleminin uyum problemi olduğu durumlara göre daha yönlendirici bir tarz sergilediklerini bulmuşlardır.

Barnabei, Cormier ve Nye (1974), temel bazı psikolojik danışma becerilerinin (yüzleştirme, duygu yansıtma ve açık uçlu soru sorma) danışanın duygulanımı üzerindeki etkisini araştırmışlardır. Barnebei ve arkadaşları, psikolojik danışmanların kullandıkları yüzleştirme, yansıtma ya da sorgulama becerilerinin, danışanın duygularına dair sözel ifadelerini artırmada etkili olmadıklarını bulmuşlardır. Ancak bu bulgunun açıklayıcılığını yeterli görmemişlerdir ve bu konuda daha fazla araştırma yapılmasına gerek olduğunu belirtmişlerdir.

Benzer şekilde, Highlen ve Baccus (1977) duygu yansıtma ve soruşturma (probing) becerilerinin danışmanların duygularını sözel ifade etme sıklıklarını artırıp artırmadıklarını incelemişlerdir. Barnabei ve arkadaşlarının (1974) bulgularının aksine, Highlen ve Baccus (1977) hem soruşturma becerisinin hem de duygu yansıtma becerisinin danışanın duygularını sözel olarak ifade etme sıklığını artırdığını bulmuşlardır.

Claiborn (1979) ise psikolojik danışmanların kullandıkları sözel becerilerin (yorumlama ve yeniden ifadelendirme) ve sözel olmayan davranışlarının (sözel olmayan tepkileri kullanma ya da kullanmama) danışanın psikolojik danışmanı uzman, güvenilir ve çekici algılamasıyla ilişkisini araştırmıştır. Sonuçta, yorumlama becerisinin kullanılmasının yeniden ifadelendirme becerisine göre anlamlı şekilde psikolojik danışmanların uzmanlık ve güvenilirlik algısını artırdığı bulunmuştur. Ayrıca sözsüz davranışlarla tepki veren psikolojik danışmanların sözsüz davranışları kullanmayan psikolojik danışmanlara göre daha uzman, güvenilir ve çekici algılandığı da bulunmuştur.

Psikolojik danışma becerilerinin araştırıldığı önemli bir diğer araştırma Hill ve Gormally (1977) tarafından gerçekleştirilmiştir. Hill ve Gormally, deneysel çalışmalarında, duygulara odaklı olmak üzere duygu yansıtma, içerik yansıtma ve soruşturma (probing) becerilerinin danışanın duygularını ifade etme sıklığı üzerindeki etkisini araştırmışlardır. Sözel olmayan davranışların varlığı ve yokluğu (basit onaylama ve gülümseme) araştırmada her beceride bir kez kullanılıp bir kez kullanılmaması yoluyla kontrol edilmiştir. Sonuçta, soruşturma becerisinin danışanı duyguları hakkında konuşmaya yönlendirmede, duygu yansıtma ve içerik yansıtmadan daha etkili bir beceri olduğu bulunmuştur. Ancak araştırmacılar bu durumu, soruşturma becerisinin doğası gereği danışandan cevap talep eden bir davranış olmasına bağlamışlardır. Ayrıca danışanların daha önce psikolojik danışma sürecinden geçmemiş oldukları göz önüne alınarak soruşturmanın, duygu yansıtma ve içerik yansıtma göre danışana nasıl tepki vermesi gerektiği konusunda bir yönlendirme de sağladığı ve bu nedenle, ilk oturumda ne yapacağını bilmeyen danışanlar için davranışlarını yönlendirme ve biçimlendirmede etkili olmuş olabileceğini öne sürmüşlerdir. Başka bir deyişle, Hill ve Gormally'nin araştırmasının sonuçlarına göre psikolojik danışma sürecine ilk kez katılan danışanlarla ilk oturumlarda duygularından bahsetmeleri için yansıtma dayalı beceriler yerine soru sormaya dayalı becerilerin kullanımı daha uygun görünmektedir.

Elliott, Barker, Caskey ve Pistrang (1982), psikolojik danışma oturumlarında psikolojik danışmanların kullandıkları psikolojik danışma becerilerinin etkililiğini oturum sonrasında bağımsız gözlemci, psikolojik danışman ve danışanların değerlendirmeleriyle incelemişlerdir. Elliott ve arkadaşlarının (1982) araştırmasında, yorumlama becerisi hem psikolojik danışman hem de danışanca en etkili olarak değerlendirilen beceri olmuştur. Ayrıca öneri sunma becerisinin, yorumlama becerisinden sonra en etkili beceri olarak algılandığı, soru sorma becerisinin ise en az etkili algılanan beceri olduğu saptanmıştır.

Hill, Helms, Tichenor ve arkadaşları (1988), kısa süreli psikoterapilerde psikolojik danışma becerilerinin oturum sonuçları ve süreç sonuçları ile ilişkisini araştırmışlardır. Araştırmanın sonuçları, psikolojik danışmanların psikolojik danışma becerilerinden sırasıyla bilgi verme, özetleme, kapalı uçlu soru, açık uçlu soru, yorumlama, onaylama, doğrudan yönlendirme, yüzleştirme ve kendini açmayı anlamlı şekilde fazla kullandıklarını ortaya koymuştur. Hill, Helms, Tichenor ve arkadaşları (1988) psikolojik danışma becerilerine ilişkin psikolojik danışman ve danışan değerlendirmeleri ile danışanın psikolojik danışma becerilerine verdiği tepkileri bir arada değerlendirdiklerinde; yorumlama ve kendini açmanın en etkili beceriler olduğunu; özetleme, onaylama ve açık uçlu soru sorma becerilerinin orta düzeyde etkili beceriler olduğunu; bilgi verme, doğrudan yönlendirme, kapalı uçlu soruların ise en az etkili beceriler olduğunu ortaya koymuşlardır. Psikolojik danışma sonuçları ile psikolojik danışma becerilerinin ilişkisinin ise açıklayıcı olmadığı; psikolojik danışma becerileri söz konusu olduğunda, psikolojik danışma becerilerinin oturum sonuçları ile ilişkisinin daha açık ortaya konabildiğini ifade etmişlerdir.

Hanson'ın (2005), kendini açma becerisinin danışanlarca etkili bir beceri olarak algılanıp algılanmadığını araştırdığı çalışmasının bulguları Hill, Helms, Tichenor ve arkadaşlarının (1988) çalışmasının kendini açma ile ilgili sonuçlarını desteklemektedir. Hanson, halen devam etmekte olan psikolojik danışma süreçleri üzerinde yaptığı çalışmada, kendini açma becerisinin danışanlarca etkili bir beceri olarak algılandığını, nitel ve nicel verilerle ortaya koymuştur. Bunun yanında, kendini açmanın kullanılmadığı oturumlarla karşılaştırıldığında, kendini açma becerisinin kullanılmasının terapötik çalışma uyumunu oluşturmayı kolaylaştırdığı bulunmuştur.

Psikolojik danışman adaylarının yürüttükleri psikolojik danışma oturumları üzerinde yapılmış ilk süreç araştırmalarından birisi Spooner ve Stone (1977) tarafından gerçekleştirilmiştir. Spooner ve Stone, psikolojik danışman adaylarının genellikle uygulama dersi öncesinde sıklıkla kullandıkları becerileri uygulama dersi sürerken ve uygulama dersi bitiminden üç ay sonra da sıklıkla kullandıklarını tespit etmişlerdir. Ayrıca psikolojik danışman adaylarının en sık kullandıkları psikolojik danışma becerilerinin soruşturma (probing), yansıtma/yeniden ifadelendirme, asgari düzeyde teşvik, yapılandırma/ilişki kurma ve yorumlama/özetleme olarak sınıflanan beceriler olduğunu saptamışlardır. Spooner ve Stone, özellikle "soruşturma" becerisinin psikolojik danışman adaylarının en fazla kullandıkları beceri olduğunu tespit etmişlerdir. Amaç oluşturma ve yüzleştirme becerilerinin ise psikolojik danışman adaylarınca en az kullanılan beceriler olduğunu saptamışlardır.

Sharpley, Fairnie, Tabary-Collins, Bates ve Lee (2000) ise araştırmalarında, psikolojik danışma becerileri ile danışanın algıladığı

psikolojik danışman-danışan ilişkisinin niteliği (rapport) arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Sonuçta, asgari düzeyde teşvik, içerik ve duygu yansıtma becerileri ile danışanların algıladıkları psikolojik danışman-danışan ilişkisinin nitelik düzeyi arasındaki ilişkilerin anlamlı olduğu bulunmuştur.

Multon, Ellis-Kalton, Heppner ve Gysbers (2003), kariyer psikolojik danışmanlığı oturumlarını, psikolojik danışmanların kullandıkları psikolojik danışma becerileri açısından incelemişlerdir. Sonuç olarak, onaylama, bilgi verme, doğrudan yönlendirme, kapalı uçlu soru, açık uçlu soru, yeniden ifadelendirme, yorumlama, yüzleştirme ve kendini açma şeklinde sınıfladıkları psikolojik danışma becerilerinin hiçbirinin kariyer psikolojik danışmanlığı sürecindeki terapötik çalışma uyumu düzeyiyle ilişkili olmadığını bulmuşlardır.

Duff ve Bedi (2010), danışanların oturumlarda psikolojik danışmanların hangi davranışları gösterdiklerine ilişkin danışanların yaptıkları nitel değerlendirmelerinden yola çıkarak özellikle cesaretlendirici konuşma, danışan hakkında olumlu yorum yapma ve danışanı güler yüzle karşılama davranışlarının terapötik çalışma uyumunu yordadığını belirtmişlerdir. Bu bulgudan hareketle, basit davranışlarla terapötik çalışma uyumunun güçlendirilebileceğini belirtmişlerdir. Ancak bu araştırmada, psikolojik danışman davranışlarının danışanlarca betimlenmiş olması ve psikolojik danışma oturumlarının gözlenmemiş olması nedeniyle araştırma sonuçlarına dikkatle yaklaşmak yerinde olacaktır.

Özetle, psikolojik danışma süreç ve sonuç araştırmaları literatürü incelendiğinde, psikolojik danışman davranışlarının, özellikle de psikolojik danışma becerilerinin 1950'lerde bu yana birçok araştırmacının konusu olduğu görülmektedir. Bu alanda yapılan araştırmalar, duygulara odaklanan becerilerin (Highlen ve Baccus, 1977; Hill ve Gormally; 1977), kendini açma becerisinin (Hanson, 2005; Hill ve ark., 1988), yorumlama becerisinin (Elliot ve ark., 1982) danışanlar açısından etkili algılanan beceriler olduklarını ortaya koymaktadır. Ayrıca bilgi verme ve yönlendirme becerilerine ilişkin araştırma bulguları ise genellikle bu becerilerin en az etkili beceriler olduğu yönündedir (Hill ve ark., 1988; Orlinsky ve ark., 2004).

Psikolojik danışma becerilerinin terapötik ilişkinin niteliğini artırdığına ilişkin araştırmalara karşın (Sharpley ve ark., 2000), terapötik çalışma uyumunu yordamadığına ilişkin araştırmalar da mevcuttur (Multon ve ark., 2003). Terapötik çalışma uyumunun ise başarılı bir psikolojik danışma sürecinin en tutarlı ve temel yordayıcılarından olduğu literatürde yaygınlıkla kabul gören bir görüş haline geldiği görülmektedir (Horvath ve Symonds, 1991; Beutler ve ark., 2004).

Türkiye’de Psikolojik Danışma Süreç ve Sonuç Araştırmaları Kapsamında Psikolojik Danışma Becerilerinin Durumu

Türkiye’de yapılan psikolojik danışma veya psikoterapi süreç-sonuç çalışmaları söz konusu olduğunda, bu kapsamda değerlendirilebilecek araştırmaların son derece sınırlı olduğu söylenebilir. Türkiye’de yapılan ve psikolojik danışman adaylarının ya da psikolojik danışmanların belirli davranışlarını inceleyen araştırmalara az da olsa rastlamak mümkündür (örn. Aladağ ve Bektaş, 2007, 2009; Meydan, 2010; Yaka, 2005). Ancak söz konusu araştırmalar, psikolojik danışma becerilerini psikolojik danışma oturumlarının içeriğini inceleyerek araştırmaları ve psikolojik danışman adaylarına/psikolojik danışmanlara uygulanan kâğıt-kalem testleriyle ölçmüş olmaları nedeniyle, psikolojik danışma becerilerinin danışanlar üzerindeki etkileri bağlamında psikolojik danışma sürecine ilişkin açıklamalar getirememişlerdir.

Türkiye’de yapılan bir psikolojik danışma süreç araştırmasında, Bikos, Uruk, Sun, Irmak ve Denizli (2003), dört Türk ve dört Amerikalı psikolojik danışman tarafından, 12 gönüllü ve Amerika Birleşik Devletleri uyruklu danışanla yapılan 24 psikolojik danışma oturumunda kullanılan becerilerin psikolojik danışmanların uyruğuna göre farklılık gösterip göstermediğini araştırmışlardır.

Sonuçta, Türk ve Amerikalı psikolojik danışmanların kullandıkları 11 beceri açısından yalnızca içerik yansıtma anlamlı fark bulunmuştur. Türk psikolojik danışmanların içerik yansıtmayı Amerikalı psikolojik danışmanlara göre daha fazla kullandıkları görülmüştür. Bikos ve arkadaşları (2003) bu durumu Türk psikolojik danışmanların psikolojik danışma oturumlarını İngilizce gerçekleştirmelerine bağlamışlardır. Türk psikolojik danışmanların, İngilizce konuşan danışanlarının söylediklerini en iyi şekilde anlamak amacıyla içerik yansıtma becerisine daha sık başvurmuş olabileceklerini ifade etmişlerdir. Ancak Türkiye’de yapılmış olmakla birlikte, araştırma kapsamındaki danışanların Amerika Birleşik Devletleri uyruklu olmaları, psikolojik danışma oturumlarının İngilizce yapılmış olması gibi etkenler nedeniyle söz konusu araştırmanın sonuçlarının kendi kültürümüzdeki yansımalarından bahsetmek güçtür.

Sanberk (2010) psikolojik danışma sürecinin sonucu olarak ortaya çıkan danışanlardaki yaşantı ve davranışlarda değişim düzeyine göre psikolojik danışman adaylarının kullandıkları becerilerin farklılaşp farklılaşmadığını incelemiştir. Sonuçlar, başarılı bir psikolojik danışmada psikolojik danışmanların daha çok empati ve/veya destek davranışları gösterdiklerini ortaya koymuştur. Sanberk’in araştırmasında danışana ilişkin bulgular ise başarılı grupta yer alan danışanların daha fazla işbirliği/katılım gösterdiklerini,

değişim ile ilgili bildirimlerde bulduklarını ve duygusal açıklık gösterdiklerini ortaya koymaktadır.

Denizli (2010) ise araştırmasında psikolojik danışman adaylarının aldıkları süpervizyonun etkililiğinin ve kullandıkları psikolojik danışma becerilerinin etkililik düzeylerinin, danışanların algıladıkları terapötik çalışma uyumu ve oturum etkisi düzeylerini yordama derecesini incelemiştir. Denizli, psikolojik danışma becerilerinin etkililiğinin (kapalı uçlu soru, açık uçlu soru, yeniden ifadelendirme, duygu yansıtma, bilgi verme ve yönlendirme), terapötik çalışma uyumunun anlamlı yordayıcıları olmadığını bulmuştur. Ayrıca yönlendirme becerisinin etkililik düzeyinin danışanlarca algılanan oturumun yararlılık düzeyini ve oturumun rahatlatıcı ve gevşetici olma düzeyini düşürdüğünü saptamıştır.

Denizli (2010) ve Sanberk (2010), psikolojik danışma süreç ve sonuç araştırmaları kapsamında, psikolojik danışma becerilerine ilişkin Türk kültürüne özgü ilk bulguları ortaya koymuşlardır. Ayrıca Sanberk'in (2010) araştırmasının psikolojik danışma becerilerine ilişkin bulgularının, duygulara odaklanan becerilerin danışanlar açısından etkili algılanan beceriler oldukları yönündeki araştırma bulgularıyla (Highlen ve Baccus, 1977; Hill ve Gormally; 1977); Denizli'nin (2010) psikolojik danışma becerilerine ilişkin bulgularının da yönlendirme becerisine ilişkin genellikle bu becerinin en az etkili beceriler arasında olduğu yönündeki bulgularla (Hill ve ark., 1988; Orlinsky ve ark., 2004) paralellik gösterdiği görülmektedir.

Sonuç olarak, köklü bir araştırma alanı olan psikolojik danışma ve psikoterapi süreç-sonuç araştırmaları, gerek psikolojik danışman eğitime, gerekse psikolojik danışma uygulamalarına yön verecek kanıta dayalı bilgiler sağlamaktadır. Ülkemizde yapılmış olan psikolojik danışma süreç ve sonuç araştırmalarının ise henüz psikolojik danışman eğitime ya da psikolojik danışma uygulamalarına yön verecek kadar bir bilgi birikimi oluşturduğu söylenemez. Türkiye'de bu tür araştırmaların artmasının psikolojik danışman eğitiminin ve kendi kültürümüze duyarlı bir psikolojik danışma veya psikoterapi sürecinin biçimlendirilmesine katkıda bulunması beklenmektedir.

Sonuç ve Öneriler

Psikolojik danışman davranışlarının araştırıldığı çalışmaların, psikolojik danışman eğitime ve uygulayıcıların çalışmalarına olası katkısı oldukça önemlidir. Psikolojik danışma süreç ve sonuç araştırmaları, psikolojik danışma becerileri eğitimi için bir anlamda mihenk taşıdır. Psikolojik danışmanların gerçek danışanlarla karşı karşıya geldiklerinde psikolojik danışma becerilerini nasıl kullandıkları ve bu becerilerin danışanların psikolojik danışma yardımından yararlanmasına katkısı, psikolojik danışma becerilerinin ne derece öğrenildiğinin gerçek bir göstergesidir.

Sexton ve Whiston (1991) psikolojik danışma süreci ve sonuç araştırmalarını gözden geçirerek bu araştırmaların sonuçlarının psikolojik danışman eğitimi ve psikolojik danışma uygulamasına yansımalarını tartışmışlardır. Sexton ve Whiston (1991), danışan ya da psikolojik danışmanla ilgili birçok değişkenin psikolojik danışma sonucuna katkılarının önemli olduğunu, ancak psikolojik danışmanların yetkinliğinin (skillfulness) başarılı bir sonuca giden bir psikolojik danışma sürecinin en önemli ögesi olduğunu belirtmişlerdir. Buradan hareketle, psikolojik danışman eğitiminde psikolojik danışma süreci ve sonuç araştırmalarının bulgularından yararlanılmasını, psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma becerilerini mercek altına almayı ve psikolojik danışmanın sonucuna olumsuz etkide bulunan davranışları belirlemeye önem vermeyi önermektedirler. Ayrıca psikolojik danışman adaylarına ilişkin değişkenlerin ve psikolojik danışman adaylarının gerçekleştirdikleri psikolojik danışma oturumlarının sonuçları ile ilişkisini ortaya koyacak araştırmalara ihtiyaç olduğunu vurgulamışlardır.

Ayrıca psikolojik danışma sürecinde danışanlar için olumlu değişime katkıda bulunan öğelerin ülkemizdeki kültürler bağlamında incelenmesi de oldukça önemli görünmektedir. Zane ve arkadaşlarının (2004) vurguladığı gibi, bir kültür bağlamında psikolojik danışma sürecinin etkili yönlerini ve aynı zamanda kültüre özgü sınırlılıklarını bilmek, o kültüre mensup kişilere etkili yardım sunmak için elzemdir. Buna karşın, etkili bir psikolojik danışma yardımının Türkiye'deki kültürlere özgü öğelerini ortaya üzere yapılmış araştırmaların sayısı son derece sınırlıdır. Doğan (2000) da psikolojik danışman eğitiminin öncülerinin Amerika Birleşik Devletleri'nde eğitim görmesinin psikolojik danışma alanında Amerika Birleşik Devletleri literatürünün Türkçeye çevirisi ve kullanımı sonucunu doğurduğunu belirtmiş ve bu noktadan hareketle psikolojik danışma alanında Türk kültürüne özgü araştırmalara ihtiyaç olduğunu vurgulamıştır.

Benzer şekilde Mocan-Aydın (2000) Batı kültüründe geliştirilen psikolojik danışma kuram ve modellerinin Türk kültüründeki geçerliği konusundaki kanıtların sınırlı olduğunu belirtmiştir. Mocan-Aydın (2000), Türk kültürüne özgü yaklaşımların geliştirilmesine ve bu yaklaşımlara temel olacak araştırmalara olan ihtiyacı da vurgulamıştır. Ancak psikolojik danışma alanının Türkiye'de yaklaşık 60 yıllık bir geçmişi olmasına rağmen, psikolojik danışma sürecinin Türk kültüründe nasıl işlediği, psikolojik danışman eğitiminde kazandırılan becerilerin psikolojik danışma uygulamalarına nasıl yansıdığı, psikolojik danışma kuram, strateji, müdahale ve becerilerinin kültürümüzdeki geçerliği ve işleyişi konularında yapılan araştırmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Bu bağlamda, psikolojik danışma süreci ve sonuç araştırmalarına özgü yöntem ve desenlerin psikolojik danışma ve rehberlik yüksek lisans ve doktora programlarındaki derslerde aktarılmasının yararlı olacağı

düşünülmektedir. Ayrıca psikolojik danışma sürecinin öğelerini ve psikolojik danışma sürecinin sonucunda ortaya çıkan değişimleri ölçmek amacıyla çeşitli ölçme araçlarının ülkemize kazandırılmasının psikolojik danışma süreç ve sonuç araştırmalarına hız kazandırması olasıdır.

Sonuçta, Türkiye’de psikolojik danışma süreci ve süreçteki değişkenlerin danışanda ortaya çıkan olumlu değişim ve gelişim ile ilişkisi keşfedilmeyi bekleyen bir araştırma alanıdır. Psikolojik danışma alanında kültürel farklılıklara duyarlı olmanın vurgulandığı bir dönemde, kendi kültürümüzde psikolojik danışma sürecinde etkili öğelerin neler olduğu, psikolojik danışma becerilerinin, tekniklerinin ve müdahalelerinin psikolojik danışma sonucuna etkisi konusunda kültürümüze özgü faktörlerin neler olduğu sorularının yanıtları belirsizdir. Bu nedenle, kendi kültürümüzde psikolojik danışma becerilerinin nasıl kullanıldığı, ne derece etkili kullanıldığı ve bu becerilerin psikolojik danışma yardımıyla başarılı bir sonuca ne derece katkıda bulunduğunu araştırmak önemli görünmektedir.

Kaynaklar

- Aladağ, M. ve Bektaş, D. Y. (2007). Psikolojik danışman eğitiminde psikolojik danışma becerilerinin kazandırılması. IX. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi'nde sözel bildiri olarak sunuldu, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Aladağ, M. ve Bektaş, D. Y. (2009). Examining individual-counseling practicum in a Turkish undergraduate counseling program. *Eurasian Journal of Educational Research*, 37, 53-70.
- Baker, S. B., Daniels, T. G., ve Greeley, A. T. (1990). Systematic training of graduate-level counselors: Narrative and meta-analytic reviews of three major programs. *The Counseling Psychologist*, 18, 355-421.
- Barnabei, F., Cormier, W., ve Nye, S. (1974). Determining the effects of three counselor verbal responses on client verbal behavior. *Journal of Counseling Psychology*, 21, 355-359.
- Beutler, L. E., Malik, M., Alimohammed, S., Harwood, M. T., Talebi, H., Noble, S., ve Wong, E. (2004). Therapist variables. M.J. Lambert (Ed.), *Handbook of psychotherapy and behavior change* (5. baskı) içinde (s. 227-306). New York: Wiley.
- Bikos, L. H., Uruk, A., Sun, Z. E., Kararırmak, Ö, ve Denizli, S. (2003). Psikolojik danışma sürecinde kullanılan yardım becerilerinin yardım becerileri sistemine göre incelenmesi: Uluslararası bir karşılaştırma. VII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi'nde bildiri olarak sunuldu, İnönü Üniversitesi, Malatya.
- Claiborn, C. D. (1979). Counsellor verbal intervention, nonverbal behaviour, and social power. *Journal of Counseling Psychology*, 26, 378-383.
- Clarkin, J. F., ve Levy, K. N. (2004). The influence of client variables on psychotherapy. M.J. Lambert (Editör), *Handbook of psychotherapy and behavior change* (5. baskı) içinde (s. 194-226). New York: Wiley.
- Doğan, S. (2000). The historical development of counselling in Turkey. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 22, 57-67.
- Duff, C. T., ve Bedi, R. P. (2010). Counsellor behaviours that predict therapeutic alliance: From the client's perspective. *Counselling Psychology Quarterly*, 23, 91-110.
- Elliott, R., Hill, C.E, Stiles, W.B., Friedlander, M.L., Mahrer, A.R. ve Margison, F.R. (1987). Primary therapist response modes: Comparison of six rating systems. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 55, 218-223.

- Elliott, R., Stiles, W.B., Shiffman, S., Barker, C.B., Burstein, B., ve Goodman, G. (1982). The empirical analysis of help-intended communication: Conceptual framework and recent research. T.A. Wills (Ed.), *Basic Processes in Helping Relationships* içinde (s. 333-356). New York: Academic Press.
- Hanson, J. (2005). Should your lips be zipped? How therapist self-disclosure and non-disclosure affects clients. *Counselling and Psychotherapy Research*, 5, 96-104.
- Heppner, P. P., Kivlighan, D. M., ve Wampold, B.E. (1999). *Research design in counseling* (2. baskı). Belmont: Wadsworth.
- Highlen, P. S., ve Baccus, G. K. (1977). Effect of reflection of feeling and probe on client self-referenced affect. *Journal of Counseling Psychology*, 24, 440-443.
- Hill, C. E. ve Corbett, M. M. (1993). A perspective on the history of process and outcome research in counseling psychology. *Journal of Counseling Psychology*, 40, 3-24.
- Hill, C. E. ve Gormally, J. (1977). Effects of reflection, restatement, probe and nonverbal behaviors on client affect. *Journal of Counseling Psychology*, 24, 92-97.
- Hill, C. E., Helms, J. E., Tichenor, V., Spiegel, S.B., O'Grady, K. E., ve Perry, E. S. (1988). Effects of therapist response modes in brief psychotherapy. *Journal of Counseling Psychology*, 35, 222-233.
- Hill, C. E., ve Lambert, M. J. (2004). Methodological issues in studying psychotherapy process and outcome içinde Lambert, M.J. (Ed.), *Handbook of psychotherapy and behavior change* (5. baskı). (s. 132-165). New York: Wiley.
- Hill, C. E., ve O'Brien, K. M. (1999). *Helping skills: Facilitating exploration, insight, and action*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Ivey, A. E. ve Ivey, M. B. (2003). *Intentional interviewing and counseling: Facilitating client development in a multicultural society*. (5. Baskı). Pacific Grove: Brooks/Cole.
- Horvath, A. O, ve Symonds, B. D. (1991). Relation between working alliance and outcome in psychotherapy: A meta-analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 38, 139-149.

- Lambert, M. J. ve Ogles, B. M. (2004). The efficacy and effectiveness of psychotherapy. M.J. Lambert (Ed.), *Handbook of psychotherapy and behavior change* (5. baskı) içinde (s. 139-193). New York: Wiley.
- Lambert, M. J., Bergin, A. E., ve Garfield, S. L. (2004). Introduction and historical overview. M.J. Lambert (Editör), *Handbook of psychotherapy and behavior change* (5. baskı) içinde (s. 3-15). New York: Wiley.
- Mahrer, A. R., White, M. V., Theresa, M. H., Gagnon, R., ve MacPhee, D. C. (1992). How to bring about some very good moments in psychotherapy sessions. *Psychotherapy Research*, 2, 252-265.
- Meydan, B. (2010). Psikolojik danışman adaylarının içerik yansıtma ve duygu yansıtma becerilerine ilişkin yeterlik düzeylerinin incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi.
- Mocan-Aydın, G. (2000). Western models of counseling and psychotherapy within Turkey : Crossing cultural boundaries. *The Counseling Psychologist*, 28, 281-298.
- Multon, K. D., Ellis-Kalton, C. A., Heppner, M. J., Gysbers, N. C. (2003). The relationship between counselor verbal response modes and the working alliance in career counseling. *The Career Development Quarterly*, 51, 259-273.
- Orlinsky, D. E., Rønnestad, M. H., ve Willutzki, U. (2004). Fifty years of psychotherapy process-outcome research: Continuity and change M.J. Lambert (Ed.), *Handbook of psychotherapy and behavior change* (5. baskı) içinde (s. 3-15). New York: Wiley.
- Russel, R. L., Bryant, F. B., ve Estrada, A. U. (1996). Confirmatory P-technique analyses of therapist discourse: High- versus low- quality child therapy sessions. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64, 1366-1376.
- Sexton, T. L., ve Whiston, S. C. (1991). A review of the empirical basis for counseling: implications for practice and training. *Counselor Education & Supervision*; 30, 330-355.
- Sharpely, C.F, Fairnie E.; Tabary -Collins E, Bates R., ve Lee P. (2000). The use of counsellor verbal response modes and client-perceived rapport. *Counselling Psychology Quarterly*; 13, 99-116.
- Spooner, S. E. ve Stone, S. C. (1977). Maintenance of specific counseling skills over time. *Journal of Counseling Psychology*, 24, 66-71.

- Strupp, H. H. (1996). Some sailent lessons from research and practice. *Psychotherapy, 33*, 135-138.
- Williams, E. N. (2002). Therapist techniques. G. S. Tryon (Ed.), *Counseling based on process research: Applying what we know* içinde (s. 232-264). Boston, MA: Allyn & Bacon.
- Yaka, B. (2005). Psikolojik danışmanların temel psikolojik danışma becerilerine ilişkin yeterlik düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ege Üniversitesi, İzmir.
- Zane, N.; Hall, G.C.N.; Sue, S.; Young, K. ve Nunez, J. (2004). Research on psychotherapy with culturally diverse populations M. J. Lambert (Ed.), *Handbook of psychotherapy and behavior change* (5. baskı) içinde (s. 767-804). New York: Wiley.