

Psikolojik Danışmanların Danışma Öz Yetkinliklerinin Duygusal Zekâ ve Yaşam Doyumlarına Göre İncelenmesi*

Examination of Counseling Self-Efficacy of Counselors According to Emotional Intelligence and Life Satisfaction

Ömer BATAL**
Durmuş ÜMMET***

Öz

Bu araştırmada, psikolojik danışmanların danışma öz yetkinlikleri ile duygusal zekâ ve yaşam doyumları arasındaki ilişkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma örneklemini uygun örnekleme yöntemiyle ulaşılmış yaşları 25 ile 65 yaş arası 294 psikolojik danışman oluşturmuştur. Araştırma ilişkisel araştırma modeli kullanılmıştır. Araştırmada veri toplama araçları olarak 'Kişisel Bilgi Formu', 'Psikolojik Danışman Öz Yetkinlik Ölçeği (PDÖYÖ)', 'Rotterdam Duygusal Zekâ Ölçeği (RDZÖ) ve Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ) kullanılmıştır. Araştırma sonucunda psikolojik danışmanların danışma öz yetkinliklerinin duygusal zekâ ve yaşam doyumunu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Ayrıca psikolojik danışmanların danışma öz yetkinliği üzerinde duygusal zekânın ve yaşam doyumunun anlamlı yordayıcıları olduğu belirlenmiştir. Duygusal zekânın alt boyutlarından olan başkalarının duygularını değerlendirme ve başkalarının duygularını kontrol etme boyutlarının psikolojik danışmanların danışma öz yetkinliği için anlamlı yordayıcıları olmadığı belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik Danışman Öz Yetkinliği, Duygusal Zekâ, Yaşam Doyumu

* Bu çalışma birinci yazarın ikinci yazar danışmanlığında, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsünde yürüttüğü "Psikolojik danışmanların danışma öz yetkinliklerinin duygusal zekâ ve yaşam doyumlarına göre incelenmesi" başlıklı yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

** Sorumlu Yazar, Uzm. Psikolojik Danışman, Milli Eğitim Bakanlığı, E-posta: omerbatal@yahoo.com, Orcid ID: 0000-0001-6540-5402

*** Doç. Dr., Marmara Üniversitesi, Atatürk Eğitim Fakültesi, E-posta: dummet@marmara.edu.tr, Orcid ID: 0000-0002-8318-9026

Abstract

In this research, it is aimed to examine counseling self-efficacy of counselors according to emotional intelligence and life satisfaction. The sample of the research consisted of 294 psychological counselors aged between 25 and 65, reached by convenient sampling method. Relational research model was used in the research. 'Personal Information Forms', 'Psychological Councillor Self Competence Scale', 'Rotterdam Emotional Intelligence Scale' and 'Satisfaction With Life Scale' were used as data collection tools in the research. As a result of the research, it was determined that there is a statistically significant relationship between the counseling self-competence of psychological counselors, emotional intelligence and life satisfaction. In addition, it was determined that emotional intelligence and life satisfaction were significant predictors of counseling self-efficacy of psychological counselors. It has been determined that evaluating the emotions of others and controlling the emotions of others, which are sub-dimensions of emotional intelligence, are not significant predictors of counseling self-competence of psychological counselors.

Keywords: Psychological counselor, self competence, emotional intelligence, life satisfaction.

Summary

Introduction

When doing a job, every person perceives whether he/she will complete it successfully, and this perception is called "self-efficacy." Bandura (2001), who first used this concept, defined self-efficacy as "the individual's beliefs and attitudes towards himself/herself to solve a problem he/she is faced with, meet the responsibilities expected from him, or engage in various behaviors." The concept of counselor's self-efficacy, including the opinions and beliefs of counselors concerning the management of their Ag sessions, also affects the counseling session positively or negatively. It is thought that the self-efficacy of psychological counselors is also linked to their emotional intelligence (Çapri & Demiröz, 2016). According to Carusa, Mayer, and Salovey (2002), issues such as people's capability to receive messages referred to them from their environment, to examine these messages mentally, and to diagnose these messages healthily have been explained with the notion of emotional intelligence in recent years, and its effects have been heavily debated. It has been assumed that the self-efficacy of psychological counselors and life satisfaction, which is one of the essential concepts of positive psychology, might be related concepts. Some researchers have explained the concept of life satisfaction as psychological well-being, and some have explained it as life satisfaction. Some researchers likewise use this concept in terms of pleasure and quality of life. From this point of view, life satisfaction expresses satisfaction with life. Generally used to explain happy individuals, this concept is also a component of subjective well-being (Batan, 2016).

From this viewpoint, it can be stated that the concepts of self-efficacy, emotional intelligence, and life satisfaction are related to each other. Changing these concepts, either positively or negatively, affects all elements in the life of individuals, predominantly work and family. The primary purpose of this study is to examine the counseling self-efficacy of psychological counselors concerning emotional

intelligence and life satisfaction. Within this framework, answers to the following questions were sought:

1. Are there any significant relationships between counseling self-efficacy and counselors' emotional intelligence and life satisfaction scores?
2. Do psychological counselors' emotional intelligence and life satisfaction scores predict their counseling self-efficacy scores?

Method

In this study, the relational screening model was used to analyze the relationship between the counseling self-efficacy of counselors and their emotional intelligence and life satisfaction. The research group consists of 294 psychological counselors actively working in the public or private sector. In order to collect the data, Counselor Self-Efficacy Scale (CSES), Rotterdam Emotional Intelligence Scale (REIS), and Satisfaction with Life Scale (SWLS) were used. The analysis of the data was carried out with SPSS 25. Pearson Correlation was used to determine the relationships between the scales. Stepwise Multiple Regression Method was applied to analyze the relationship of Counselor Self-Efficacy Scale scores with Rotterdam Emotional Intelligence Scale and Satisfaction with Life Scale scores.

Findings

Considering the results obtained; CSES total scores with REIS total ($r=.451$), Self-focused emotion appraisal ($r=.430$, $p<.01$), Other-focused emotion appraisal ($r=.392$), Self-focused emotion regulation ($r=.276$) and Other-focused emotion regulation ($r=.395$) sub-dimension scores were positively correlated. Effective service sub-dimension scores with REIS total ($r=.420$), Self-focused emotion appraisal ($r=.493$), Other-focused emotion appraisal ($r=.345$; $p<.01$), Self-focused emotion regulation ($r=.260$) and Other-focused emotion regulation ($r=.392$) sub-dimension scores were also found to have significant positive relationships. Transmission for the client sub-dimension scores with REIS total ($r=.387$), Self-focused emotion appraisal ($r=.386$), Other-focused emotion appraisal ($r=.385$), Self-focused emotion regulation ($r=.229$) and Other-focused emotion regulation ($r=.280$) sub-dimension scores were also found to have significant positive relationships. It was found that there were positive and significant relationships between SWSL total scores and CSES total ($r=.413$), Effective service ($r=.420$), and Transmission for the client ($r=.270$) sub-dimension scores.

With REIS sub-dimensions as predictors of CSES total scores; Self-focused emotion appraisal, Other-focused emotion appraisal, Self-focused emotion regulation, and Other-focused emotion regulation scores and life satisfaction total scores were taken. The established model was found to be statistically significant. It was seen that REIS sub-dimension scores and SWSL total scores together in the same equation explained 27.8% of CSES total scores. Self-focused emotion appraisal and Other-focused emotion regulation sub-dimensions, and SWSL total scores were found to be significant

predictors of CSES total scores. Other-focused emotion appraisal and Self-focused emotion regulation sub-dimensions were not found to be significant predictors.

Self-focused emotion appraisal, Other-focused emotion appraisal, Self-focused emotion regulation, Other-focused emotion regulation, and SWLS total scores were taken as predictors of CSES Effective service sub-dimension scores. The established model was found to be statistically significant. It was seen that REIS sub-dimension and SWLS scores explained 26.4% of CSES Effective service sub-dimension scores. It was determined that Self-focused emotion appraisal and Other-focused emotion regulation sub-dimension and SWLS total scores were significant predictors of CSES effective service sub-dimension scores. Other-focused emotion appraisal and Self-focused emotion regulation sub-dimensions were not found to be significant predictors.

As the predictors of CSES Transmission for the client sub-dimension scores, the REIS sub-dimensions Self-focused emotion appraisal, Other-focused emotion appraisal, Self-focused emotion regulation, Other-focused emotion regulation, and SWLS total scores were taken. The established model was found to be statistically significant. It was seen that REIS and SWLS scores explained 18.5% of CSES Transmission for the client sub-dimension scores. Self-focused emotion appraisal and Other-focused emotion appraisal sub-dimensions and SWLS total scores were found to be significant predictors of CSES Transmission for the client sub-dimension scores. It was determined that REIS other-focused emotion regulation and Self-focused emotion regulation sub-dimensions were not significant predictors.

Discussion

Life satisfaction refers to being well in different aspects such as happiness and morale, and the dominance of positive emotions over adverse emotions in everyday relationships (Vara, 1999). In this context, it can be thought that psychological counselors with high life satisfaction will focus more on their work, and thus they can see themselves more competent in their field. When the relevant literature was reviewed, some research findings, which support the relationship between counseling self-efficacy of counselors and their life satisfaction and related concepts, were found (Ardıç, 2021; Ekşi, İsmuk, & Parlak, 2015; Özgün, 2007; Pamukçu, 2011; Skaalvik & Skaalvik, 2010; Uslu, 1999; Ümmet, 2017; Yeşilyaprak, 2001). It is seen that the findings of the cited studies are consistent with the results obtained from this study.

Another finding of the study was that emotional intelligence significantly predicted the counseling self-efficacy of counselors. It is known that emotional intelligence is the ability of individuals to understand both their own and others' emotions, distinguish between these emotions, and manage their actions in consideration of this information (Salovey & Mayer, 1990). Assuming that the psychological counseling is also related to the empathy skills of individuals and the ability to express themselves, it can be thought that it might be a natural result of the increase in counseling self-efficacy in parallel with the increase in the emotional intelligence levels of the counselors.

As a result of the research, various suggestions for the relevant applications and researchers are listed below. It can be provided that the applications and courses that will increase emotional intelligence and life satisfaction, which are determined to affect the counseling self-efficacy of the individuals who are psychological counselor candidates at the undergraduate level, can be added to the curriculums. Contents that increase their self-efficacy, emotional intelligence, and life satisfaction can be added to the in-service training of psychological counselors actively working in the field. Research findings indicate that the effect of life satisfaction is higher on counseling self-efficacy. In this context, it is thought that studies that will support psychological counselors and potential candidates to realize the sources of life satisfaction and focus on the favorable aspects in their own lives will be effective in increasing their self-efficacy. On the other hand, it is believed that further studies on different variables that might be effective in the self-efficacy of psychological counselors will contribute to the field.

Giriş

Her insan bir işe başlarken yapacağı işi başarıyla sonuçlandırıp sonuçlandıramayacağına dair bir algıya sahiptir ve bu algı öz yetkinlik olarak adlandırılır. Kavramı ilk kullanan Bandura (2001) öz yetkinliği bireyin karşı karşıya kaldığı bir sorunu çözmesi, kendisinden beklenen sorumlulukları yerine getirmesi veya çeşitli davranışlarda bulunması için kendine yönelik inancı ve tutumları olarak tanımlamıştır. Buradan hareketle bireylerin sahip oldukları öz yetkinlik düzeyleri bireylerin davranışlarını seçmelerini, yüzleştiği zorluklar karşısındaki sabrını ve zorluklar karşısındaki çabalarını da etkilemektedir.

Bandura'nın (1982) ileri sürmüş olduğu öz yetkinlik algısı, bireylerin yaşadıklarını duygulanım üzerinde oldukça etkili olmaktadır. O'na göre öz yetkinlik algısı kişilerin sosyal çevrelerindeki durumlarda başarı, kariyer ve etkinlik düzeyi gibi değişkenler üzerinde harekete geçirici bir faktördür. Öz yetkinlik inancının dört temel kaynağı bulunmaktadır. Bu kaynaklardan ilki bireylerin olumlu ya da olumsuz olarak deneyimledikleri tüm yaşantılardır. İkincisi, heyecan, korku, şaşkınlık gibi birbirlerine benzer duygusal ve fiziksel durumlardır. Üçüncüsü ise bireylerin çevresindekilerinin sergiledikleri davranışlar sonucundaki başarıları ya da başarısızlıklarını gözleme sonucunda oluşan dolaylı yaşantıdır. Son olarak bireye karşı yakın çevresinde bulunan ebeveynler, eşler, arkadaşlar ve diğer bireyler tarafından yapılan sözel ikna çalışmalarıdır.

Bireylerin sahip oldukları öz yetkinlik düzeyleri kesinleşmiş olarak sabit değildir ve dinamik bir yapıdadır. Bireylerin öz yetkinliği çevresinde meydana gelen değişimlere ayak uydurabilecek şekilde birbirleriyle uyumlu olarak çalışan pek çok alt beceriden meydana gelmektedir. Öz yetkinlik inançları, bireylerin sahip oldukları becerileriyle ilgili birden fazla kaynaktan sağladığı bilgiler seçilerek bunların analiz edilmesiyle meydana gelmektedir. Bireylerin bu kaynaklardan gelen bilgiler sayesinde öz yetkinlik inançları sağlam şekilde oluşturulursa bireyin farklı koşullara uyum sağlaması daha kolay bir şekilde olacaktır (Wood ve Bandura, 1989).

Psikolojik danışman öz yeterliği, psikolojik danışmanlarda kendilerinden beklenen görevleri başarıyla yerine getirebilmeleri için beklenen bir özellik olarak görülmektedir ve psikolojik

danışmanın, psikolojik danışma alanındaki performansına ilişkin algısı olarak tanımlanmaktadır. Bu algı sadece bilgi ve beceri düzeyinde değil aynı zamanda psikolojik danışmanın danışana yararlı olabileceği konusundaki inancıdır (Melchert, Hays, Wiljanen, & Kolocek, 1996). Bu inancın yüksek olmasında, alanda uzman kişilerden alınan geribildirimlerin, alanda uzman bir modelin izlenmesinin ve deneyimin önemli ölçüde rolü bulunmaktadır (Lent ve Brown, 2006). Psikolojik danışmanların yaptıkları psikolojik danışma oturumlarını yönetmelerine ilişkin görüş ve inançlarını içeren psikolojik danışman öz yetkinlik kavramı aynı zamanda yapılan psikolojik danışma oturumunu da olumlu ya da olumsuz etkilemektedir (Ümmet, 2017). Lent, Hoffman, Hill, Treistman, Mount ve Singley, (2006) psikolojik danışman öz yeterliğini; aktif olarak çalışan bir psikolojik danışmanın, uzmanı olduğu alana ilişkin kendinden beklenen danışmanlık rolü ile ilişkili becerileri hakkındaki inançları olarak tanımlamışlardır. Larson ve Daniels (1998) ise psikolojik danışmanın, danışanıya yapacak olduğu psikolojik danışma sürecini etkili bir şekilde sürdürebileceğine dair inancı olarak açıklamıştır. Demirel, (2013) psikolojik danışmanların mesleklerini başarılı bir şekilde icra ettirebilmelerinin en önemli belirleyicilerinden birinin öz yeterlik algısı olduğunu belirtmiştir.

Psikolojik danışmanların sahip oldukları danışma öz yetkinliklerinin duygusal zekâ düzeyleriyle ilişkili olduğunu belirtilen araştırmalar bulunmaktadır (Cahn, 2004; Çapri ve Demiröz, 2016). Carusa, Mayer ve Salovey (2002)'e göre insanların çevrelerinden kendilerine yönetilen mesajları alabilmesi, bu mesajları zihinsel olarak incelemesi ve sağlıklı bir şekilde bu mesajları yorumlayabilmesi gibi tüm bu süreçler özellikle son yıllarda duygusal zekâ kavramıyla açıklanmakta ve bunun etkileri tartışılmaktadır. Duygusal zekâ, bireylerin zihinsel süreçlerin etkisiyle sergilemiş olduğu eylemlere yol gösteren, bireylerin sahip oldukları bilgi ve becerileri sağlıklı bir şekilde kullanmaya olanak sağlayan ve bireylerin kendisinin ve başkalarının duygularını fark etme, kontrol etme gibi durumları içine alan bir zekâ türü olarak açıklanmıştır (Salovey ve Mayer, 1990).

Bireylerin değişen olaylar ve durumlar karşısında sahip oldukları rolleri yeterli bir şekilde gerçekleştirme sürecinde sadece klasik zekâ (IQ)'nın yeterli olmadığı ve bu durumu destekleyen zekânın ise duygusal zekâ olduğu söylenebilir. Duygusal zekâ tam anlamıyla oluşmadan klasik zekâ tam kapasitesine ulaşamamaktadır (Mayer ve Salovey, 1993). Duygusal zekâ daha çok bireylerin çevre ile olan etkileşiminde ortaya çıkmaktadır. Duygusal zekâ düzeyi yüksek olan bireyler, pozitif bir hayat bakışına ve daha berrak bir zihin sistemine sahip olmaktadır. Analitik düşünme becerileri yüksek, katı sınırları yumuşatabilme, olandan olmayana doğru akıl yürütme, dikkat seviyeleri gelişmiş ve motivasyon düzeyleri yüksektir. Tüm bu özelliklerin yanında karşılaştıkları zorlu hayat şartlarına duygusal zekâ düzeyleri az olan bireylere kıyasla çok daha kolay bir şekilde cevap oluşturabilmektedirler (Mayer ve Salovey, 1993).

Duygusal zekâ, bireylerin kendilerinde yaşadıkları duyguları öncelikli olarak anlamalarını ve anladıkları duygularını ise doğru bir şekilde idare edebilen, iletişimde bulunduğu bireylerin duygularını da doğru bir şekilde anlayabilen ve empati kurabilen, bireyin kendine yönelik motivasyonunu artırabilen ve aynı zamanda bireyin özgüven duygusunu da artırabilen bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır (Doğan ve Demiral, 2007). Bu etkileri düşünüldüğünde bireylerin sahip oldukları duygusal zekâ düzeylerinin artırılmasına önem verilmesi kaçınılmaz bir gerçek olduğu düşünülmektedir.

Psikolojik danışmanların danışma öz yetkinlik alguları ile yaşam doyumları arasında bir ilişki olup olmadığı bu araştırmanın bir diğer odaklandığı konu olmuştur. Bu çerçevede yaşam doyumunu ile ilgili açıklamalar incelendiğinde; yaşam doyumunu kavramını bazı araştırmacılar psikolojik iyi oluş ile bazıları da yaşam memnuniyetiyle açıkladıkları görülmüştür. Mutluluk ve yaşam kalitesi anlamında kullanan araştırmacılar da mevcuttur. Buradan hareketle yaşam doyumunu, bireyin sürdürdüğü hayattan duyduğu memnuniyeti ifade etmektedir. Genel olarak mutlu bireyleri açıklamak için kullanılan bu kavram aynı zamanda öznel iyi oluşun da bir bileşenidir (Batan, 2016).

Yaşam doyumunu aynı zamanda bireylerin yaşamlarındaki hissettikleri duyguların da bir yansımasıdır. Yaşam doyumunu, bireyin sadece iş, aile gibi spesifik bir alanında değerlendirilebileceği gibi bireyin alan fark etmeksizin tüm alanlarını içine almış bir şekilde de değerlendirilebilir. Yaşam doyumunu bireylerin hissettikleri duygulara ayna tutmakla birlikte duygusal olarak mutluluğun da bir kıstası olarak düşünülebilir (Aşan ve Erenler, 2008).

Yaşam doyumunun sınırlarının çizilmesi bireysel farklılıkların fazla olması nedeniyle oldukça zordur. Yaşam doyumunu etkileyen unsurları tam olarak netleştirmenin kolay olmadığı düşünülmektedir. Literatürde bireylerin sahip oldukları yaşam doyumlarını etkileyen faktörlerin şu şekilde olduğu gözlenmektedir (Baykoçak, 2002):

- Bireyin gündelik hayatından memnun olması,
- Sosyal çevreyle olan ilişkiler,
- Sürdürülen yaşamın anlamlı bulunması,
- Bireyin ekonomik durumu,
- Belirlenen hedefler ve bunlara uyum sağlama,
- Psikolojik ve fiziksel olarak kendini iyi hissetme,
- Pozitif olarak geliştirilen kişisel kimlik algısı.

Tüm bu açıklamalardan hareketle öz yetkinlik kavramı, duygusal zekâ kavramı ve yaşam doyumunu kavramının birbirleriyle ilişkili olduğu söylenebilir. Bu kavramların olumlu ya da olumsuz olarak değişmesi bireylerin iş, aile başta olmak üzere tüm yaşam alanlarını etkilediği ifade edilebilir. Genel olarak bu kavramların olumlu yönde artması bireyin kendini gerçekleştirme yolunda adım atmasına da olanak sağlayacağı düşünülmektedir. Bu çalışmada özellikle insanla çalışılan bir meslek icra eden psikolojik danışmanların danışma öz yeterliklerini etkileyen değişkenlerin ele alınmış olmasının alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Elde edilen bulguların hem psikolojik danışman eğitimlerine hem de psikolojik danışmanlara yönelik yürütülen hizmet içi eğitimlere fikir sunacağı düşünülmektedir. Bu doğrultuda bu çalışmanın temel amacı, psikolojik danışmanların danışma öz yetkinliklerinin duygusal zekâ ve yaşam doyumlarına göre incelenmesidir. Bu ana amaç çerçevesinde aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

1. Psikolojik danışmanların danışma öz yeterlikleri ile duygusal zekâ ve yaşam doyumu puanları arasında anlamlı ilişkiler var mıdır?
2. Psikolojik danışmanların duygusal zekâ ve yaşam doyumu puanları danışma öz yeterlikleri puanlarını yordamakta mıdır?

Yöntem

Araştırma modeli

Bu araştırmada, psikolojik danışmanların danışma öz yetkinliklerinin duygusal zekâ ve yaşam doyumları ile ilişkisini araştırmak amacıyla ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır.

İçerisinde çok sayıda katılımcı bulunan bir evren özelinde genellenebilir verilere ulaşabilmek amacıyla, bu evrenin hepsi ya da belirlenen bir kısmı ele alınarak sonuçlandırılabilen çalışmalar genel tarama modelleri olarak bilinmektedir. Tarama modeli temel alınarak yapılan çalışmalar, geçmiş dönemlerde veya şu anda olan bir olaya herhangi bir müdahalede bulunmayarak olduğu gibi betimlemeyi amaçlayan çalışmalardır. Bu kapsamda ilişkisel tarama modeli, en az bir ya da birden fazla değişkenlerin arasında var olan ilişkinin varlığını ya da yokluğunu, ilişkinin varlığında ise ilişki derecesini bulma hedefiyle kullanılan genel tarama modelleri arasında yer bulan araştırma modelidir (Karasar, 2016).

Araştırma grubu

Araştırma grubunu devlet ya da özel sektörde aktif olarak çalışan 294 psikolojik danışman oluşturmaktadır. Araştırma grubuna uygun örnekleme yöntemiyle araştırmacı tarafından ulaşılmıştır. Uygun örnekleme, araştırmacının araştırma amacına uygun ve gönüllü olan katılımcılara ulaşması kolay olduğu durumlarda kullanılır (Gravetter ve Forzano, 2012). Katılımcıların 189'u (%64.3) kadın, 105'ini (%35.7) erkek psikolojik danışmandır. Katılımcıların yaş aralığı ise 25-65 arasında değişmektedir.

Veri toplama araçları

Psikolojik Danışman Öz Yetkinlik Ölçeği (PDÖZÖ): Ölçek psikolojik danışmanların danışma öz yetkinliklerini ölçmek amacıyla Demirel (2013) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 13 madde ve iki faktörlü yapıdan oluşmaktadır. Ölçek "etkili hizmet sunma" ve "danışana iletme" şeklinde isimlendirilen iki alt boyuttan meydana gelmektedir. Etkili hizmet sunma boyutu altında dokuz madde bulunmakta ve alınacak puanlar 9-45 arasındadır. Danışan iletme alt boyutunda ise 4 madde bulunmakta ve bu alt boyuttan alınabilecek puanlar ise 4-20 arasında değişkenlik göstermektedir. Ölçekten alınabilecek toplam puanlar 13-65 arasındadır. Ölçekten alınan puanların yükselmesi psikolojik danışmanların danışma öz yetkinlik düzeylerinin yüksek olduğunu ifade etmektedir. Ölçeğin iç tutarlık güvenirliği Cronbach Alfa katsayısı ile hesaplanmıştır. Etkili hizmet sunma alt boyutu için .88; Danışana iletme alt boyutu için .75 ve ölçeğin tamamı için .87 olarak bulunmuştur. Aynı zamanda PDÖYÖ için KMO değeri .91, Bartlett Sphericity Testi Ki Kare 13304,430 ($p < 0.01$),

Serbestlik derecesi 2701 ve önemlilik düzeyi 0,0000 şeklinde bulunmuştur. Etkili hizmet sunma alt boyutunda faktör yük değerleri .64-.77 arasında değişmektedir. Danışana iletme alt boyutunda ise faktör yük değerleri .64-.83 aralığındadır. Faktörler arasında korelasyon katsayısı yapılan ikinci analizde .30 olarak bulunmuştur (Demirel, 2013).

Rotterdam Duygusal Zekâ Ölçeği (RDZÖ): Rotterdam Duygusal Zekâ Ölçeği, Pekar ve diğerleri (2017) tarafından duygusal zekâ düzeyini ölçmek amacıyla geliştirilmiş bir ölçme aracıdır. Ölçeğin Türkçeye uyarlamasını Tanrıöğren ve Türker (2019) gerçekleştirmiştir. Ölçek, 5'li likert tipinde toplam 28 madde ve dört alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutlarını ise "kendi duygularını değerlendirme", "başkalarının duygularını değerlendirme", "kendi duygularını kontrol etme" ve "başkalarının duygularını kontrol etme" oluşturmaktadır. Ölçeğin güvenilirliği kapsamında Cronbach Alfa katsayısı kendi duygularını değerlendirme alt boyutunda .91, başkalarının duygularını değerlendirme alt boyutunda .91, kendi duygularını kontrol etme alt boyutunda .89, başkalarının duygularını kontrol etme alt boyutunda .93 ve ölçeğin genelinde .94 olarak bulunmuştur. Aynı zamanda RDZÖ için KMO değeri .94, Bartlett Sphericity Testi x^2 değeri 9989.326($p=0.00$), serbestlik derecesi 378 ve önemlilik düzeyi 0,0000 şeklinde bulunmuştur. Kendi duygularını değerlendirme alt boyutunun faktör yükü .61-.88, başkalarının duygularını değerlendirme faktör yükü .61-.88, kendi duygularını kontrol alt boyutunun faktör yükü .69-.81 ve başkalarının duygularını kontrol alt boyutunun ise faktör yükü .72-.92 arasında değişkenlik göstermektedir (Tanrıöğren ve Türker, 2019).

Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ): Bireylerin yaşam doyumu düzeylerini ölçmek amacıyla Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçeye uyarlamasını Dağlı ve Baysal (2016) gerçekleştirmiştir. Ölçek, 5'li likert tipinde toplam 5 madde ve tek faktörlü bir yapıdan oluşmaktadır. Dağlı ve Baysal (2016) yapmış oldukları çalışmada Yaşam Doyumu Ölçeğinin Cronbach Alpha iç tutarlık kat sayısını .88 ve test tekrar test güvenilirliğini ise .97 olarak elde etmişlerdir. Yaşam Doyumu Ölçeğinin yapılan analiz sonucunda KMO değeri .869, Barlett Sphericity Testi x^2 değeri 528.329 ($p<0,001$, $sd=10$) olarak bulunmuştur. Tüm yapılan bu istatistiki işlemler sonucunda Yaşam Doyumu Ölçeğinin Türkçe çevirisinin geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu ifade edilebilir.

Verilerin Toplanması ve Çözümlemesi

Araştırmanın verileri 25-65 arasındaki aktif olarak çalışan 294 psikolojik danışmandan toplanmıştır. Veri toplama araçlarının kullanılabilmesi için gerekli izinler alınmış ve veri toplama işlemi araştırmacı tarafından gerçekleştirilmiştir. Yapılan araştırmanın sonuçlarının sağlıklı olabilmesi için katılımcılara kişisel bilgi formu ve ölçme araçlarını içten, yansız ve eksiksiz doldurmaları önemle vurgulanmıştır. Verilerin analizi SPSS 25 programı ile gerçekleştirilmiştir. Ölçekler arasındaki ilişkilerin belirlenmesinde Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Psikolojik Danışman Öz Yetkinlik Ölçeği puanlarının, Rotterdam Duygusal Zekâ Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği puanlarınca etkilemesinde çoklu doğrusal regresyon analizi (stepwise) uygulanmıştır.

Bulgular

Bu bölümde araştırmanın problemi doğrultusunda yapılan istatistiksel analizler ve analizler sonucunda elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 1.

Psikolojik Danışmanların Öz Yetkinlik Puanları ile Duygusal Zekâ ve Yaşam Doyumu Puanları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesine Yönelik Korelasyon Analizi Sonuçları

Ölçekler	1	2	3	4	5	6	7	8
1. PDÖYÖ Toplam	1							
2. PDÖYÖ Etkili Hizmet Sunma	.96**							
3. PDÖYÖ Danışana İletme	.77**	.58**						
4. Duygusal Zekâ Toplam	.45**	.42**	.38**					
5. D.Z. Kendi Duygularını Değerlendirme	.43**	.39**	.38**	.85**				
6. D.Z. Başkalarının Duygularını Değerlendirme	.39**	.34**	.38**	.85**	.72**			
7. D.Z. Kendi Duygularını Kontrol Etme	.27**	.26**	.22**	.78**	.54**	.50**		
8. D.Z. Başkalarının Duygularını Kontrol Etme	.39**	.39**	.28**	.81**	.54**	.61**	.54**	
9. Yaşam Doyumu Toplam	.41**	.42**	.27**	.41**	.41**	.34**	.27**	.33**

Tablo 1’de görüldüğü üzere Psikolojik Danışman Öz Yetkinlik Ölçeği toplam puanları ile Duygusal Zekâ Ölçeği toplam ($r=.45$; $p<.01$), Kendi Duygularını Değerlendirme ($r=.43$; $p<.01$), Başkalarının Duygularını Değerlendirme ($r=.39$; $p<.01$), Kendi Duygularını Kontrol Etme ($r=.27$; $p<.01$) ve Başkalarının Duygularını Kontrol Etme ($r=.39$; $p<.01$) alt boyut puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler görülmektedir. Etkili Hizmet Sunma alt boyut puanları ile Duygusal Zekâ Ölçeği toplam ($r=.42$; $p<.01$), Kendi Duygularını Değerlendirme ($r=.49$; $p<.01$), Başkalarının Duygularını Değerlendirme ($r=.34$; $p<.01$), Kendi Duygularını Kontrol Etme ($r=.26$; $p<.01$) ve Başkalarının Duygularını Kontrol Etme ($r=.39$; $p<.01$) alt boyut puanları arasında yine anlamlı pozitif ilişkiler görülmektedir. Danışana İletme alt boyut puanları ile Duygusal Zekâ Ölçeği toplam ($r=.38$; $p<.01$), Kendi Duygularını Değerlendirme ($r=.38$; $p<.01$), Başkalarının Duygularını Değerlendirme ($r=.38$; $p<.01$), Kendi Duygularını Kontrol Etme ($r=.22$; $p<.01$) ve Başkalarının Duygularını Kontrol Etme ($r=.28$; $p<.01$) alt boyut puanları arasında da anlamlı pozitif ilişkiler bulunmuştur.

Yine aynı tablo ele alındığında, Yaşam Doyumu Ölçeği toplam puanları ile Psikolojik Danışman Öz Yetkinlik Ölçeği toplam ($r=.41$; $p<.01$), Etkili Hizmet Sunma ($r=.42$; $p<.01$) ve Danışana İletme ($r=.27$; $p<.01$) alt boyut puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu saptanmıştır. Tüm bu bulgulara göre, psikolojik danışmanların hem duygusal zekâ hem de yaşam doyumu puanları arttıkça danışman öz yetkinlik puanları da artmaktadır.

Tablo 2.

Psikolojik Danışman Öz Yetkinlik Puanlarının, Duygusal Zekâ ve Yaşam Doyumu Puanlarıncı Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Standart			
			Hata _R	Beta	T	P
Psikolojik Danışman Öz Yetkinlik Ölçeği Toplam	Sabit	29.25	2.35		12.44	.00**
	RDZÖ Kendi Duygularını Değerlendirme	.2	.11	.18	2.36	.01*
	RDZÖ Başkalarının Duygularını Değerlendirme	.12	.12	.07	.97	.33
	RDZÖ Kendi Duygularını Kontrol Etme	-.04	.09	-.03	-.47	.63
	RDZÖ Başkalarının Duygularını Kontrol Etme	.27	.10	.17	2.57	.01*
	Yaşam Doyumu Ölçeği toplam	.45	.09	.25	4.65	.00**
R= .527 R ² = .278 Sd:5/288 F: 22.188 p=.000 **						

Psikolojik danışman öz yetkinlik toplam puanlarının yordayıcıları olarak duygusal zekâ ölçeği alt boyutları olan; kendi duygularını değerlendirme, başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını kontrol etme ve başkalarının duygularını kontrol etme puanları ve yaşam doyumu toplam puanları alınmıştır. Kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. ($F_{(5/288)} = 22.18$; $p < .01$). Duygusal zekâ alt boyut puanları ile yaşam doyumu ölçeği toplam puanlarının aynı denklemde beraber psikolojik danışman öz yetkinlik Ölçeği toplam puanlarının %27.8'ini açıkladığı görülmüştür. Kendi duygularını değerlendirme ($\beta = .18$; $t = 2.36$; $p < .05$) ve başkalarının duygularını kontrol etme ($\beta = .17$; $t = 2.57$; $p < .05$) alt boyutları ile yaşam doyumu toplam ($\beta = .25$; $t = 4.65$; $p < .01$) puanlarının psikolojik danışman öz yetkinlik toplam puanlarının anlamlı yordayıcısı olduğu belirlenmiştir. Duygusal zeka başkalarının Duygularını Değerlendirme ($\beta = .07$; $t = .97$; $p > .01$) ve Kendi Duygularını Kontrol Etme ($\beta = -.03$; $t = -.47$; $p > .01$) alt boyutlarının ise anlamlı yordayıcılar olmadığı belirlenmiştir.

Tablo 3.

Psikolojik Danışman Öz Yetkinlik Ölçeği Etkili Hizmet Sunma Alt Boyut Puanlarının, Rotterdam Duygusal Zekâ Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği Puanlarıncı Yordanmasına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Standart			
			Hata _R	Beta	T	P
PDÖYÖ Etkili Hizmet Sunma	Sabit	17.81	1.84		9.67	.00**
	RDZÖ Kendi Duygularını Değerlendirme	.17	.08	.16	2.05	.04*
	RDZÖ Başkalarının Duygularını Değerlendirme	.01	.09	.01	.16	.87
	RDZÖ Kendi Duygularını Kontrol Etme	-.03	.07	-.03	-.47	.63
	RDZÖ Başkalarının Duygularını Kontrol Etme	.25	.08	.21	3.14	.00**
	Yaşam Doyumu Ölçeği toplam	.38	.07	.28	5.05	.00**
R= .514 R ² = .264 Sd:5/288 F: 20.703 p=.000 **						

Psikolojik Danışman Öz Yetkinlik Ölçeği Etkili Hizmet Sunma alt boyut puanlarının yordayıcıları olarak duygusal zekâ ölçeği alt boyutları olan; duygularını değerlendirme, başkalarının duygularını

değerlendirme, kendi duygularını kontrol etme ve başkalarının duygularını kontrol etme ile yaşam doyumu ölçeği toplam puanları alınmıştır. Kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. ($F_{(5/288)} = 20.70$; $p < .01$). Duygusal Zekâ Ölçeği alt boyut ve Yaşam Doyumu Ölçeği puanlarının Psikolojik Danışman Öz Yetkinlik Ölçeği Etkili Hizmet Sunma alt boyut puanlarının %26.4'ünü açıkladığı görülmüştür. Duygularını değerlendirme ($\beta = .16$; $t = 2.05$; $p < .05$) ve başkalarının duygularını kontrol etme ($\beta = .21$; $t = 3.14$; $p < .01$) alt boyutu ve yaşam doyumu ölçeği toplam ($\beta = .28$; $t = 5.05$; $p < .01$) puanlarının psikolojik danışman öz yetkinlik ölçeği etkili hizmet sunma alt boyut puanlarının anlamlı yordayıcısı olduğu belirlenmiştir. Başkalarının duygularını değerlendirme ($\beta = .01$; $t = .16$; $p > .05$) ve kendi duygularını kontrol etme alt boyutlarının ise anlamlı yordayıcılar olmadığı belirlenmiştir ($\beta = -.03$; $t = -.47$; $p > .05$).

Tablo 4.

Psikolojik Danışman Öz Yetkinlik Ölçeği Danışana İletme Alt Boyut Puanlarının, Rotterdam Duygusal Zekâ Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği Puanlarıncaya Yordanmasına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Standart			
			Hata	Beta	T	P
PDÖYÖ Danışana İletme	Sabit	11.44	.80		14.15	.00**
	RDZÖ Kendi Duygularını Değerlendirme	.08	.03	.18	2.20	.02*
	RDZÖ Başkalarının Duygularını Değerlendirme	.10	.04	.20	2.46	.01*
	RDZÖ Kendi Duygularını Kontrol Etme	-.01	.03	-.02	-.31	.75
	RDZÖ Başkalarının Duygularını Kontrol Etme	.01	.03	.02	.32	.73
	Yaşam Doyumu Ölçeği toplam	.06	.03	.12	2.03	.04*
R = .430		R ² = .185	Sd: 5/288	F: 13.071	p = .000 **	

Psikolojik Danışman Öz Yetkinlik Ölçeği Danışana İletme alt boyut puanlarının yordayıcıları olarak duygusal zekâ ölçeği alt boyutları olan; duygularını değerlendirme, başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını kontrol etme ve başkalarının duygularını kontrol etme ile yaşam doyumu ölçeği toplam puanları alınmıştır. Kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. ($F_{(5/288)} = 13.07$; $p < .01$). Duygusal Zekâ Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği puanlarının Psikolojik Danışman Öz Yetkinlik Ölçeği Danışana İletme alt boyut puanlarının %18.5'ini açıkladığı görülmüştür. Kendi duygularını değerlendirme ($\beta = .18$; $t = 2.20$; $p < .05$) ve başkalarının duygularını değerlendirme ($\beta = .20$; $t = 2.46$; $p < .05$) alt boyutu ile yaşam doyumu ölçeği toplam ($\beta = .12$; $t = 2.03$; $p < .05$) puanlarının psikolojik danışman öz yetkinlik ölçeği danışana iletme alt boyut puanlarının anlamlı yordayıcısı olduğu belirlenmiştir. Duygusal zekâ ölçeği başkalarının duygularını kontrol etme ($\beta = -.02$; $t = -.31$; $p > .05$) ve kendi duygularını kontrol etme ($\beta = -.02$; $t = -.32$; $p > .05$) alt boyutlarının ise anlamlı yordayıcılar olmadığı belirlenmiştir.

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Bu araştırmada psikolojik danışmanların danışma öz yetkinliklerinin duygusal zekâ ve yaşam doyumu ile olan ilişkileri incelenmiş, duygusal zekâ ve yaşam doyumunun psikolojik danışma

öz yetkinliği yordayıp yordamadığı ele alınmıştır. Çalışmanın ana konusunu oluşturan psikolojik danışmanların danışma öz yetkinlikleri ile yaşam doyumları değişkenleri arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik gerçekleştirilen korelasyon analizinde pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki elde edilmiştir. Diğer bir ifadeyle psikolojik danışmanların yaşam doyumları arttıkça psikolojik danışma öz yetkinlikleri de artmaktadır. Ayrıca yaşam doyumunun psikolojik danışmanların danışma öz yetkinliklerini anlamlı düzeyde yordadığı saptanmıştır.

Yaşam doyumunu bireylerin kendi yaşantılarını ve yaşamlarında var olanları zihinlerinde değerlendirmeleri sonucu oluşan durumdur. Başka bir deyişle öznel iyi oluşun bilişsel yönüdür. Kişi yaşamını değerlendirdiğinde isteklerine yakın bir yaşam algılıyorsa yaşam doyumunu yüksektir. Yaşam doyumunu bireylerin tüm yaşantılarından aldıkları haz, olumsuzlukların değiştirilme isteği ve gelecekte elde etmeyi planladığı doyumunu da içine alan bir kavram olarak ifade edilebilir (Diener, Eunkook, Lucas, & Smith, 1999). Yaşam doyumunu; mutluluk, moral gibi değişik açılardan iyi olma halini ve günlük ilişkiler içinde olumlu duygunun olumsuz duyguya egemen olmasını ifade eder (Vara, 1999). Buradan hareketle yaşam doyumunu hayatın tek bir yönünü ifade eden değil tüm doyumları içerisine alan bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Bireyler arası etkileşim, iş hayatındaki mutluluk, maddi kazanç, hayatın anlamını bulma gibi hem soyut hem de somut kavramların yaşam doyumunu etkilediği kabul edilmektedir (Ünal ve Şahin, 2013). Bundan dolayı psikolojik danışmanların danışma öz yetkinlik inançlarında yaşam doyumunun etkisi olduğu ileri sürülebilir. Başka bir ifade ile yaşam doyumunu yüksek olan psikolojik danışmanların yaptıkları işe daha fazla odaklanacakları ve böylece danışma alanında kendilerini daha yetkin görebilecekleri düşünülebilir.

İlgili alan yazını tarandığında psikolojik danışmanların danışma öz yetkinlikleri ile yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi inceleyen bazı araştırma bulgularına ulaşılmıştır. Pamukçu (2011) psikolojik danışman adayları ile yaptığı çalışmada yaşam doyumunun psikolojik danışma öz yetkinliğini anlamlı şekilde etkilediğini tespit etmiştir. Psikolojik danışmanların danışma öz yetkinlikleri ile iş doyumunu arasında pozitif bir ilişki tespit eden araştırmalar da mevcuttur (Uslu, 1999; Yeşilyaprak, 2001; Özgün, 2007; Skaalvik ve Skaalvik, 2010). Benzer bir çalışma olarak Ardıç (2021) psikolojik danışmanlarla yaptığı çalışmada öznel iyi oluşun etkili psikolojik danışman nitelikleri ile pozitif bir ilişkisi olduğunu belirtmektedir. Yine Ümmet (2017) de çalışmada psikolojik danışman adaylarının pozitif duygularının psikolojik danışman öz yeterliklerini yordadığını bildirmektedir. Ekşi, İsmuk ve Parlak (2015) devlet okullarında çalışan okul psikolojik danışmanlarıyla yaptıkları çalışmada psikolojik danışmanların danışma öz yetkinliklerinin ile iş doyumları arasında anlamlı bir ilişki olduğunu saptamıştır. Poyrazlı, Yeşilyaprak ve Millioğulları (2012) araştırmalarında, psikolojik danışmanların algıladıkları yaşam doyumları ile içsel ve dışsal iş doyumları arasındaki anlamlı pozitif ilişkiye dikkat çekmektedir. Aydın, Odacı ve Kahveci (2017) de çalışma bulgularında psikolojik danışmanların yaşam doyumları ile psikolojik danışma öz yeterlik algıları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler ortaya koymuştur. Bahsi geçen araştırmaların bulguları ile bu çalışmadan elde edilen sonuçların tutarlı olduğu görülmektedir.

Çalışmanın bir diğer bulgusu olarak; duygusal zekânın psikolojik danışmanların danışma öz yetkinliklerini anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür. Duygusal zekânın bireylerin hem kendi hem de karşılarındaki bireylerin duygularını anlama, bu duygular arasında ayırım yapabilme ve bu bilgiler

ışığında kendi eylemlerini yönetebilme yeteneği olduğu bilinmektedir (Salovey ve Mayer, 1990). Psikolojik danışmanlık mesleğinin de bireylerin empati becerileri, kendilerini ifade etme yeteneği ile ilgili olduğu düşünüldüğünde, psikolojik danışmanların duygusal zekâ düzeylerinin artmasına paralel olarak danışma öz yetkinliklerinin de artmasının doğal bir sonucu olabileceği düşünülebilir. Çapri ve Demiröz (2016) rehberlik ve psikolojik danışmanlık öğrencisi ile yaptıkları araştırmada bu sonuçlara benzer bulgulara ulaşmışlardır. Araştırma sonucunda duygusal zekâ ile psikolojik danışma öz yetkinlikleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Chan (2004) örneklemini psikolojik danışman olan ve olmayan ortaokul kademesi öğretmenlerinin oluşturduğu bir araştırmada psikolojik danışmanların diğer öğretmenlere göre başkalarına yardım etmeye yönelik öz yetkinliklerinin fazla olduğunu rapor etmiştir. Ayrıca Chan (2004) aynı araştırmada psikolojik danışmanların öz yetkinlik inançları ile duygusal zekâ alt boyutlarından olan empatik duyarlılık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bildirmiştir. Psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz yetkinlikleri ile duygusal zekâları arasındaki ilişkiyi ele alan Martin Jr, Easton, Wilson, Takemoto, ve Sullivan (2004) psikolojik danışma öz yeterlik ve duygusal zekâ alt boyutlarından olan kendi duygularını seçme ve ifade etme, duyguları verimli kullanma ve problem çözme arasında anlamlı pozitif ilişkiler bildirmektedir. Durmuşçelebi ve Karayağız (2018) ise psikolojik danışmanlık ve rehberlik ve psikoloji bölümlerinde okuyan öğrencilerle yaptıkları çalışmada duygusal zekâ ve psikolojik danışma öz yetkinliği arasında pozitif bir ilişki tespit etmişlerdir. Bahsi geçen araştırmaların bulguları ile bu araştırmadan elde edilen sonuçların oldukça tutarlı olduğu görülmektedir. Danışanlarının duygularını anlayabilen, yansıtabilen, ifade etmesini destekleyen ve kendi duygularını yönetebilen yani duygusal zekâ düzeyi yüksek olan psikolojik danışmanların yürüttükleri psikolojik danışma hizmetlerinde kendilerini yetkin görmeleri son derece beklendik bir bulgu olarak değerlendirilebilir.

Araştırma sonucunda ilgili uygulama ve araştırmacılara yönelik çeşitli öneriler aşağıda sıralanmıştır. Psikolojik danışman adayı olan bireylerin lisans düzeyindeki eğitimlerinde psikolojik danışma öz yetkinliklerini etkilediği belirlenen duygusal zekâ ve yaşam doyumlarının artırılmasına imkân sağlayacak psikoeğitim uygulamalarının ve derslerin eğitim müfredatına eklenmesi sağlanabilir. Sahada aktif olarak görev yapan psikolojik danışmanların hizmet içi eğitimlerinde öz yetkinliklerinin, duygusal zekâ ve yaşam doyumlarının artırılmasına olanak sağlayan psikoeğitim çalışmaları eklenebilir. Araştırma bulguları danışman öz yeterliğinde yaşam doyumunun etkisinin daha fazla olduğuna işaret etmektedir. Bu bağlamda psikolojik danışmanların ve adaylarının yaşam doyum kaynaklarını fark etmeleri, kendi yaşamlarında var olan pozitif yönleri odaklanmalarını destekleyecek çalışmaların öz yetkinliklerini artırmada etkili olacağı düşünülmektedir. Bu çalışmanın örneklem grubunu ruh sağlığı personellerinden olan psikolojik danışmanlar oluşturmuştur. Araştırma sonuçlarının genellenebilirliğini artırmak amacıyla diğer ruh sağlığı elemanlarını ve ilgili alan lisans öğrencilerini örneklem olarak araştırmalar yapılabilir. Öte yandan psikolojik danışmanların öz yetkinliklerinde etkili olabilecek diğer değişkenlere yönelik başka çalışmaların alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Kaynakça

- Ardıç, İ. (2021). *Etkili psikolojik danışman nitelikleri ve öznel iyi oluşunun kariyer uyumunu yordaması: Covid-19 salgın süreci*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi, Lefkoşa.
- Aşan, Ö. ve Erenler, E. (2008). İş tatmini ve yaşam tatmini ilişkisi. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 13(2), 203-216.
- Aydın, F., Odacı, H., & Kahveci, H. (2017). Psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterliği: Yaşam doyumu ve umut açısından bir değerlendirme. *Journal of Human Sciences*, 14(4), 4607-4627. doi:10.14687/jhs.v14i4.4793
- Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. *American Psychologist*, 37(2), 122-147.
- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 1-26.
- Batan, S. N. (2016). *Yetişkinlerde psikolojik dayanıklılık ve dini başa çıkmanın yaşam doyumuna etkileri* (Yayınlanmamış doktora tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Baykoçak, C. (2002). *Beden eğitimi öğretmenlerinin mesleki sorunları ve tükenmişlik düzeyleri (Bursa İli Uygulaması)*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi) Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Caruso, D., Mayer, J. D. ve Salovey, P. (2002). Relation of an measure of emotional intelligence to personality. *Journal of Personality Assessment*, 79(2), 306-320.
- Chan, D. W. (2004). Perceived emotional intelligence and self-efficacy among Chinese secondary school teacher in Hong-Kong. *Personality and Individual Differences*, 36(8), 1781-1795.
- Çapri, B. ve Demiröz, Z. (2016). Duyusal zekâ düzeyi ve psikolojik danışma öz-yeterlik inançları arasındaki ilişkide etkili psikolojik danışman niteliklerinin aracı rolü. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(3), 1037-1048.
- Dağlı, A. ve Baysal, N. (2016). Yaşam doyumu ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(59), 1250-1262.
- Demirel, Y. (2013). *Psikolojik danışman öz yeterlik ölçeğinin hazırlanması* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Diener, E., Eunkook, M. S., Lucas, R. E. & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. ve Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Doğan, S. ve Demirel, Ö. (2007). Kurumların başarısında duygusal zekânın rolü ve önemi. Yönetim ve ekonomi. *Celal Bayar Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 14(1), s.209-230.
- Durmuşçelebi, M. ve Karayağız, Ş. (2018). Psikoloji eğitimi alan öğrencilerin duygusal zekâ ve psikolojik danışma öz-yeterliklerinin incelenmesi. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 9(16), 79-108.
- Ekşi, H., İsmuk, E. ve Parlak, S. (2015). Okul psikolojik danışmanlarında iş doyumunun yordayıcısı olarak psikolojik danışma öz yeterliği ve dinleme becerileri. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(2), 84-103.
- Gravetter, J. F. ve Forzano, L. B. (2012). *Research methods for the behavioral sciences* (4. Bas-kı). USA: Linda Schreiber-Ganster.
- Karasar, N. (2016). *Bilimsel araştırma yöntemi: kavramlar-ilkeler-teknikler*. Nobel Yayın Dağıtım: Ankara.
- Larson, L. M. & Daniels, J. A. (1998). Review of the counseling self-efficacy literature. *The Counseling Psychologist*, 26, 179-218.
- Lent, R. W. & Brown, S. D. (2006). On conceptualizing and assessing social cognitive constructs in career research: A measurement guide. *Journal of Career Assessment*, 14(1), 12-35.

- Lent, R. W., Hoffman, A., Hill, C. E., Treistman, D., Mount, M. & Singley, D. (2006). Client-specific counselor self-efficacy in novice counselors: Relation to perceptions of session quality. *Journal of Counseling Psychology*, 53(4), 453-463.
- Martin Jr, W. E., Easton, C., Wilson, S., Takemoto, M. ve Sullivan, S. (2004). Salience of emotional intelligence as a core characteristic of being a counselor. *Counselor Education and Supervision*, 44(1), 17-30.
- Mayer, J. D. ve Salovey, P. (1993). The intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*, 17, 433-442.
- Melchert, T. P., Hays, V. L., Wiljanen, L. M., & Kolocek, A. K. (1996). Testing models of counselor development with a measure of counseling self-efficacy. *Journal of Counseling & Development*, 74(6), 640-644. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1996.tb02304.x>
- Özgün, M.S. (2007). *Okul psikolojik danışmanlarının kişilik özellikleri ile mesleki yetkinlik beklentileri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Pamukçu, B. (2011). *Psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma öz-yeterlik algılarının incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Pekarr, K. A., vd., (2007). The location of trait emotional intelligence in personality factor space. *British Journal of Psychology*, 98, 237-289.
- Poyrazlı, S., Yeşilyaprak, B. ve Millioğulları, A. B. (2012). Predictors of life satisfaction among guidance counselors and administrators employed by the ministry of education in Turkey. *Eurasian Journal of Educational Research*, 48,175-192.
- Salovey, P. ve Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-211.
- Skaalvik, E. M. ve Skaalvik, S. (2010). Teacher self-efficacy and teacher burn out: a study of relations. *Teaching and Teacher Education*, 26(4), 1059-1069.
- Tanrıöğren, A. ve Türker, Y. (2019). Rotterdam duygusal zekâ ölçeğinin Türkçeye uyarlanması. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 47, 348-369.
- Uslu, M. (1999). *Resmi eğitim kurumlarında çalışan psikolojik danışma ve rehberlik uzmanlarının iş doyumunu ve tükenmişlik düzeylerinin danışmanların denetim odağı ve bazı değişkenlere göre karşılaştırılması* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Ümmet, D. (2017). Structural relationships among counselling self-efficacy, general self-efficacy and positivenegative affect in psychological counsellor candidates. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 17, 1875-1892.
- Ünal, A. Ö. ve Şahin, M. (2013). Lise öğrencilerinin yaşam doyumlarının bazı değişkenlere göre yordanması. *Cumhuriyet International Journal of Education*, 2(3), 46-63.
- Vara, Ş. (1999). *Yoğun bakım hemşirelerinde iş doyumunu ve genel yaşam doyumunu arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi, İzmir.
- Wood, R., & Bandura, A. (1989). Impact of conceptions of ability on self-regulatory mechanisms and complex decision making. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(3), 407-415. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.3.407>
- Yeşilyaprak, B. (2001). Rehber öğretmenlerin iş doyumunun yordanması. *Eurasian Journal of Educational Research*, 3(4), 139-143.