

-ARAŞTIRMA MAKALESİ-

**PSİKOLOJİK DANIŞMAN ADAYLARININ ÇEVİRİMİÇİ  
GERÇEKLEŞTİRİLEN İLK PSİKOLOJİK DANIŞMA  
DENEYİMLERİNE İLİŞKİN GÖRÜŞLERİ\***

**İdil Eren KURT<sup>1</sup>**

Çukurova Üniversitesi, Eğitim Fakültesi

Dr. Öğr. Üyesi

E-mail: [idilerenkurt@gmail.com](mailto:idilerenkurt@gmail.com)

ORCID ID: 0000-0001-8243-0685

**Öz**

*Bu çalışmanın genel amacı psikolojik danışman adaylarının, çevrimiçi gerçekleşen ilk psikolojik danışma deneyimlerine yönelik görüşlerini incelemektir. Araştırmanın çalışma grubu 2020-2021 güz öğrenim döneminde Çukurova Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı'nda Bireysel Psikolojik Danışma Uygulaması dersi alan 35 öğrenciden (22 kadın, 13 erkek) oluşmaktadır. Katılımcılara 7 açık uçlu soru yöneltilmiş, çevrimiçi gerçekleşen ilk psikolojik danışma deneyimlerine ilişkin sürecin kolaylaştırıcı, zorlaştırıcı yönleri, danışan bulma, oturumları planlama, beceri ve teknik kullanmaya dair deneyimleri hakkında bilgi alınmış, elde edilen bulgular içerik analizi ile incelenmiştir. Analiz sonuçlarında psikolojik danışman adaylarının çevrimiçi gerçekleştiren ilk psikolojik danışma deneyimlerinde zorlaştırıcı faktörlerin teknik sıkıntılar, danışma ortamı, ekran; kolaylaştırıcı faktörlerinse oturumu planlama ve süreç temaları altında toplandığı görülmüştür. Çevrimiçi danışmalarda teknik uygulama deneyimi psikolojik danışman adayları için etkili ve zorlayıcı olarak değişmiş, bazı adaylarsa teknik kullanmadıklarını belirtmişlerdir. Oturumlarda yaşanan aksaklıklar internet kesintisi, oturumun*

---

\* Bu makalede bilimsel araştırma ve yayın etiği ilkelerine uyulmuştur.

<sup>1</sup> **Sorumlu Yazar:** [idilerenkurt@gmail.com](mailto:idilerenkurt@gmail.com)

**Atıf (APA):** Kurt, İ. E., (2025), Psikolojik Danışman Adaylarının Çevrimiçi Gerçekleştirilen İlk Psikolojik Danışma Deneyimlerine İlişkin Görüşleri, Sosyal ve Beşeri Bilimler Dergisi, 17 (2): 200-223

*kaydının aksaması, konuşulanların anlaşılmasında başlıklarında yer almıştır. Psikolojik danışman adayları bazı terapötik beceriler ve terapötik koşulları kolay kullanılan, bazılarını zor kullanılan beceriler olarak değerlendirmişlerdir.*

**Anahtar Kelimeler:** Psikolojik danışma, çevrimiçi psikolojik danışma, psikolojik danışman adayı, Psikolojik danışman eğitimi

**Alan Tanımı:** Psikolojik danışma ve rehberlik

## PSYCHOLOGICAL COUNSELOR CANDIDATES' WIEWS ON THEIR FIRST COUNSELING EXPERIENCES PERFORMED ONLINE

### Abstract

*The general purpose of this study is to examine the opinions of counselor candidates about their first counseling experience performed online. The study group of the research consists of 35 students (22 female, 13 male) who took Individual Psychological Counseling Practice Course in the fall semester of 2020-2021 in Cukurova University Psychological Counseling and Guidance Department. 7 open-ended questions were asked to the participants, information about the facilitating and complicating aspects of the process of their first counseling experience performed online, their experience in finding clients, planning sessions, using skills and techniques, and the findings were analyzed by content analysis. The results of the analysis revealed that technical difficulties, counseling environment, screen; facilitating factors were gathered under the themes of session planning and process. The technical application experience in online counseling changed as effective and challenging for the counselor candidates, and some candidates stated that they did not use the technique. Disruptions experienced in the sessions were listed under the headings of internet interruption, interruption of the recording of the session, and inability to understand what was spoken. Counselor candidates evaluated some therapeutic skills and therapeutic conditions as easy-to-use skills and some as difficult-to-use skills.*

**Key Words:** Counseling, online counseling, counselor candidate, counselor training

**JEL Code:** I23

## Giriş

21.yy'da hızla gelişen ve yenilenen internet teknolojileri ile çevrim içi verilen hizmetler birçok alanda artmış ve bir gereklilik haline gelmiştir. Bu alanlardan biri de ruh sağlığı hizmetleridir. Ruh sağlığı alanında verilen çevrim içi hizmetlerin geçmişi Freud'un Küçük Hans Vakası'na kadar dayanmaktadır (Skinner & Zack, 2004). Freud, Hans ile ilgili değerlendirmelerini o günün şartları için en uygun uzaktan haberleşme yolu olan mektup ile yapmıştır. Daha sonra kriz durumları ve bireysel danışma için telefon kullanılmıştır (Joyce, 2012). 1970'lerde bilgisayar programlarının geliştirilmesi ve sonrasında da 2000'li yıllarda internet teknolojisinin gelişmesi ile çevrimiçi danışmanlık ortaya çıkmıştır. Dolaylı danışmanlık yönteminin en son basamağı olan çevrim içi psikolojik danışma, ilk olarak 90'lı yılların sonlarında verilmeye başlanmış, uygulamalar için ilk standartlar oluşturulmuş, Amerikan Psikolojik Danışma Birliği tarafından bu standartlar onaylanmış, ilerleyen yıllarda da bu standartların geliştirilmesi üzerine çalışmalar devam etmiştir (Shaw & Shaw, 2006).

Günümüze bakıldığında internet tabanlı terapötik hizmetler, teknolojinin genişlemesiyle daha da yaygın hale gelmiş ve hizmete ulaşım, zamanlama, maliyet veya hizmetlerin kullanılabilirliği ile ilgili yardım arama engellerini azaltmada etkili olmuştur (Cipolletta & Mocellin, 2018; Cuijpers Marks, van Straten, Cavanagh, Gega, & Andersson, 2009; Reger & Gahm, 2009; Richards & Vigano, 2013; Simpson ve Reid, 2014; Sloan, Gallagher, Feinstein, Lee & Pruneau, 2011; Weiss ., Azevedo, Webb, Gimeno & Cloitre, 2018). Çevrimiçi danışmanlık, yüz yüze etkileşimin yalnızca bir alternatifi olmaktan ziyade, insanların ilişki kurma olanaklarını geliştirmekte ve genişletmektedir (Skinner & Zack, 2004). 2019 yılına gelindiğinde Covid-19 pandemisi sebebiyle birçok ruh sağlığı uzmanı çevrimiçi danışmaya yönelik önceki deneyimlerinden ve tutumlarından bağımsız olarak, yüz yüze seanslarını aniden durdurmaya ve çevrimiçi psikoterapiye geçmek zorunda kalmışlardır (Békés & Aafjes-van Doorn, 2020).

Türkiye'de çevrim içi psikolojik danışma ile ilgili standartlar henüz oluşturulmamıştır. Ancak Türk Psikologlar Derneği tarafından 2004 yılında yayınlanan yönetmelikte geleneksel olmayan ortamlarda psikoterapi ortamlarından söz edilmiş, bilgisayar ortamında karşılıklı görüşme ifadesi geçmiş ve standartların geleneksel olmayan psikoterapi ortamlarında yapılan danışmaları da kapsadığı belirtilmiştir. Bu ifadeler ilk standardizasyon çalışması gibi değerlendirilebilir.

Ülkemizde çevrimiçi psikolojik danışmaya ilişkin yapılan çalışmalar incelendiğinde, Hamamcı (2007) tarafından çevrim içi psikolojik danışmanın kapsamlı olarak anlatıldığı kitap bölümü bir ilk olarak karşımıza çıkmaktadır. Bazı çalışmaların çevrimiçi psikolojik danışma konusunda Türkiye için standartlar ve bu standartların bir parçası olarak çevrimiçi uygulamalarda etik ilkelerin neler olması gerektiğine yönelik olduğu görülmektedir (Zeren& Bulut, 2018; Poyrazlı & Can, 2020; Özdemir & Barut, 2020). Bunun yanında, sınırlı sayıda çalışma psikolojik danışman adayları ile yapılmıştır. Tanrıku (2009) 15 psikolojik danışman adayı ile çevrimiçi danışmaya yönelik tutum üzerine çalışmış, araştırma bulguları psikolojik danışman adaylarının hiçbirinin çevrimiçi psikolojik danışma alanında yeterli bilgi ve eğitime sahip olmadıklarını, bazı endişeleri olsa da, tüm katılımcıların çevrimiçi psikolojik danışma hakkında olumlu görüşlere sahip olduklarını göstermiştir. Zeren (2014), psikolojik danışman eğitiminde bilgi ve iletişim teknolojilerinin kullanılmasını incelediği çalışmasında, PDR lisans programlarında yer alan ‘birey ile psikolojik danışma uygulaması’ dersini alan 4. sınıf öğrencileriyle görüşmeler yapmış, danışan sorunlarını yüz yüze ve çevrimiçi danışmanlık açısından incelemiştir. Psikolojik danışman adaylarının çevrim içi psikolojik danışmaya ilişkin, danışmana doğru tepki vermek için zaman kazandırması, psikolojik danışma hizmetine erişemeyecek kişiler için kolaylaştırıcı olması, kendini açmayı kolaylaştırması gibi avantajlardan söz ettikleri görülmüştür. Ayrıca danışan ile doğrudan iletişim kurulamaması, güven ilişkisini oluşturmada güçlük yaşanması, gizlilik-güvenlik gibi konularda önlemler gerektirmesi gibi bir takım dezavantajlarının olduğundan da söz etmişlerdir. Psikolojik danışman adaylarının yüzyüze ve çevrim içi danışma deneyimlerini değerlendirdikleri benzer bir çalışmada çevrimiçi psikolojik danışma yardımı alan danışanlar ile yüz yüze psikolojik danışma hizmeti alan danışanların memnuniyetlerinin oldukça benzer olduğu belirlenmiştir (Zeren, 2015). Aynı yıl yapılan bir başka çalışmada Türkiye’deki çalışmaların çoğunun, danışan ve danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma hakkındaki görüş veya algıları ile ilgili olduğu, araştırmaların araştırmacılar tarafından geliştirilmesi ve çeşitlendirilmesi gerektiği ifade edilmektedir (Amanvermez, 2015). Baştemur ve Baştemur (2015)’un çalışmasında psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışma hakkında olumlu bakış açılarına sahip oldukları ve bunun Türkiye için geçerli olduğunu düşündükleri ancak bu konuda daha fazla bilgiye ihtiyaç duydukları belirtilmiştir. Bu alandaki etik ilke ve sorumlulukların tamamlanması gerektiği vurgulanmıştır (Baştemur ve Baştemur, 2015; Piri, 2011). Benzer bulgular Damar (2019) tarafından da paylaşılmış, ek olarak psikolojik danışmanların çevrimiçi psikolojik danışmanın uygulanabilirliğine ilişkin etik

kaygılarından da söz edilmiştir. Ülkemizdeki çevrim içi danışmanlık ile ilgili çalışmaları derleyen Özdemir ve Barut (2020) çevrimiçi psikolojik danışmanın, psikolojik danışman eğitiminde göz ardı edildiğini, uygulamaların artabilmesi içinse söz sahibi meslek örgütlerince uygulama standart ve etik kodlarının belirlenmesi ile mümkün olabileceğini belirtmişlerdir.

2020 yılından itibaren Covid-19 pandemisi ile birlikte uygulamada çevrim içi danışmaya ilgi artmış, ülkemizde bu konuda yeni bilimsel çalışmalar da yayınlanmıştır. Poyrazlı ve Can (2020)'ın çalışmasında, Covid-19 süreci ile birlikte çevrim içi danışmaya artan ihtiyaca dikkat çekilmiş, Amerika'daki çevrim içi psikolojik danışma ile ilgili etik kurallar sunulmuş, psikolojik danışmanlara çevrim içi psikolojik danışma hizmetleri verirken nelere dikkat etmeleri gerektiği bilgisi verilmiş ve psikolojik danışmanların etik kuralları detaylı öğrenmelerinin önemi vurgulanmıştır. Özdemir ve Barut (2020) tarafından çevrimiçi psikolojik danışma postmodern bir bakış açısı olarak değerlendirilmiş, Türkiye'de ve Dünya'da yapılan çalışmalar derlenmiştir. Yüksel-Şahin (2021) psikolojik danışmanların Covid-19'a, yüz yüze ve çevrim içi psikolojik danışmaya ilişkin görüşlerini incelemiştir. Çalışmada psikolojik danışmanlar çevrim içi psikolojik danışmayı ekonomik ve umulmadık biçimde etkili olarak değerlendirmişler, bunun yanında teknolojik sıkıntıları, gizlilikle ilgili sorunları da belirterek tek başına yeterli olmadığını belirtmişlerdir. Özyiğit ve Atik (2021) Covid-19 sürecinde psikolojik danışman eğitiminde danışma uygulamaları ve süpervizyonu kritik olay tekniği ile incelenmiştir. Katılımcıların çevrimiçi psikolojik danışmada kolaylaştırıcı ve zorlaştırıcı olarak tanımladıkları kritik olayların, psikolojik danışma oturumlarının planlanması ve yürütülmesi, psikolojik danışma ilişkisi, psikolojik danışma becerileri, psikolojik danışma müdahaleleri, etik konular ve pandemi temaları altında toplanmış, araştırmacılar tarafından katılımcıların belirttiği zorlaştırıcı faktörlerin, çevrimiçi psikolojik danışma yürütmeye ilişkin yeterliklerin kazanılmasıyla ortadan kaldırılabilceği belirtilmiştir. Yazıcı, Altun, Tosun ve Özdemir (2021)'in çalışmasında Covid-19 salgınında ilk aylarda gözlenen psikolojik problemler ve bunlarla %71'i psikolojik danışman, %29'u psikolog ve psikiyatristlerden oluşan ruh sağlığı uzmanlarının çevrim içi müdahalelerine ilişkin deneyimleri üzerinde durulmuştur. Araştırma sonuçları uzmanların çevrimiçi danışma konusundaki tutumlarının genel olarak olumlu, kendi bilgi ve becerine dair algılarının ise düşük düzeyde olduğunu göstermektedir. Pandemi sürecinde yapılan çevrim içi uygulamalara yönelik çalışmalar sadece bireyle psikolojik danışmaya yönelik olarak kalmamış, grupla çevrim içi psikolojik danışma sürecine dair çalışmalar da yayınlanmıştır (Aslan,

Aşkab, Korkmaz, Türk ve Hamamcı, 2021; Zeren, Bican ve Başar, 2020). Ayrıca Atıf-İkiz, Özgün, Balkan ve Sağlam (2021) tarafından Çevrim İçi Psikolojik Danışma Hizmetinden Beklentiler Ölçeği geliştirilmiştir.

Pandeminin ilk başladığı süreçte üniversitelerde uzaktan eğitime geçilmesi, PDR programlarında yer alan Bireysel Psikolojik Danışma Uygulaması dersinin de uzaktan sürdürülmesi, aynı zamanda psikolojik danışman adaylarının uygulamalarını çevrimiçi yapmaları gerekliliğini doğurmuştur. Bu çalışmada da bu gereklilik sonucunda psikolojik danışman adaylarının, çevrimiçi gerçekleştirilen ilk psikolojik danışma deneyimlerine yönelik görüşlerini incelemeyi amaçlamıştır.

### **Yöntem**

Bu araştırma bir durum çalışmasıdır. Durum çalışması; tek bir durum ya da olayın derinlemesine boylamsal olarak incelendiği, verilerin sistematik bir şekilde toplandığı bir yöntemdir (Merriam, 2013). Bu çalışmada da içinde bulunan zamanı doğrudan etkileyen COVID-19 pandemisi başlangıcında sürdürülen Bireysel Psikolojik Danışma Uygulaması dersi kapsamında, psikolojik danışman adaylarının çevrimiçi uygulama çalışmaları incelenmiştir.

### **Çalışma Grubu**

Araştırmamanın çalışma grubunu Çukurova Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı'nda kayıtlı lisans öğrencilerinden 2020-2021 güz döneminde Bireysel Psikolojik Danışma Uygulaması dersini alan bir grup öğrenci oluşturmaktadır. 35 öğrencinin 22'si (%63) kadın, 13'ü (%37) erkektir.

### **Veri Toplama Aracı**

Veriler araştırmacı tarafından oluşturulmuş yedi açık uçlu soru ile toplanmıştır. Öğrencilere ilk psikolojik danışma deneyiminin çevrimiçi olmasının zorlayıcı, kolaylaştırıcı yönleri, danışan bulma, teknik uygulama deneyimi, oturumlara ilişkin yaşanan aksaklıklar, hangi danışmanlık becerilerini kullanmanın kolay ve zorlayıcı olduğu sorulmuştur.

### **Verilerin Toplanması ve Analizi**

Veri toplama formu öğrencilere, Microsoft Teams üzerinden gönderilmiş, öğrencilerden sorulara ilişkin düşüncelerini yazmaları istenmiştir. Öğrenciler

formda yazılı soruları yanıtladıktan sonra çevrimiçi sistem üzerinden formları geri göndermişlerdir. Elde edilen veriler nitel araştırma yöntemlerinden içerik analizi yöntemi ile analiz edilmiştir. İçerik analizi, birbirine benzeyen verileri belirli kavramlar ve temalar etrafında bir araya getirmek ve anlaşılır bir biçimde düzenleyerek yorumlamaktır (Yıldırım ve Şimşek, 2016). İçerik analiziyle temalar ve alt temalar oluşturulmuş, elde edilen temalar ve kavramlar aracılığı ile anlamlı bir bütüne ulaşmak hedeflenmiştir. Oluşturulan temalar alan uzmanlarının görüşlerine sunulurak son şekliyle sunulmuştur. Katılımcılar sırası ile K.1, K.2.....K.35 şeklinde isimlendirilmiştir.

### Bulgular

Üniversite öğrencilerinin ilk çevrim içi danışma deneyimlerine çevrim içi sürecin etkisine ilişkin elde edilen temalar ve kavramlar Tablo 1’de verilmiştir.

**Tablo. 1** Üniversite öğrencilerinin ilk çevrim içi danışma deneyimlerine çevrim içi sürecin etkisine ilişkin temalar ve kavramlar

| Ana Temalar           | Temalar           | Kavramlar                   | N  |
|-----------------------|-------------------|-----------------------------|----|
| Zorlayıcı yönler      | Teknik Sıkıntılar | Bağlantı problemleri        | 17 |
|                       |                   | Kayıt problemleri           | 5  |
|                       |                   | Ses Problemleri             | 3  |
|                       | Danışma Ortamı    | Uzaklık                     | 13 |
|                       |                   | Dış çevre                   | 7  |
|                       | Ekran             | Fiziksel sıkıntı            | 5  |
|                       |                   | Kaygı                       | 3  |
| Kolaylaştırıcı yönler | Oturumu planlama  | Zaman                       | 16 |
|                       |                   | Mekân                       | 6  |
|                       |                   | Danışan bulma               | 3  |
|                       | Süreç             | Duygu düzenleme             | 9  |
|                       |                   | Kayıt kolaylığı             | 6  |
|                       |                   | Zamanı kontrol kolaylığı    | 2  |
|                       |                   | Çevrimiçi danışma tecrübesi | 2  |

|                            |                            |                       |    |
|----------------------------|----------------------------|-----------------------|----|
| Danışan bulma              | Zorlayıcı değil            |                       | 21 |
|                            | Zorlayıcı                  |                       | 13 |
| Teknik uygulama            | Etkili                     |                       | 15 |
|                            | Kullanmadım                |                       | 12 |
|                            | Zorlayıcı                  |                       | 7  |
| Yaşanan aksaklıklar        | İnternet kesintisi         |                       | 26 |
|                            | Oturumun kaydının aksaması |                       | 5  |
|                            | Konuşulanların anlaşılması |                       | 4  |
| Kolay kullanılan beceriler | Terapötik beceriler        | Yansıtma              | 24 |
|                            |                            | Asgari düzeyde teşvik | 10 |
|                            |                            | Soru sorma            | 8  |
|                            |                            | Özetleme              | 7  |
|                            |                            | Etkin dinleme         | 5  |
|                            |                            | Cesaretlendirme       | 4  |
|                            |                            | Yapılandırma          | 3  |
|                            |                            | Konuşmaya açık davet  | 2  |
|                            | Terapötik koşullar         | Kendini açma/katma    | 4  |
|                            |                            |                       |    |
| Zor kullanılan beceriler   | Terapötik beceriler        | Yansıtma              | 10 |
|                            |                            | Soru sorma            | 4  |
|                            |                            | Asgari düzeyde teşvik | 2  |
|                            |                            | Özetleme              | 2  |
|                            |                            | Etkin dinleme         | 2  |
|                            | Terapötik koşullar         | Yüzleştirme           | 12 |
|                            |                            | Kendini açma/katma    | 4  |
|                            |                            | Sessizlik             | 2  |

## **İlk psikolojik danışma deneyiminin çevrimiçi olmasının zorlayıcı olan yönlerine ilişkin bulgular**

Araştırmada ilk psikolojik danışma deneyiminin çevrimiçi olmasının zorlayıcı olan yönlerin neler olduğu sorulmuştur. Katılımcılardan elde edilen yanıtlara göre teknik sıkıntılar, danışma ortamı ve ekran alt temalarına ulaşılmıştır. Buna göre teknik sıkıntılar alt temasının altında bağlantı problemleri (n=17), kayıt problemleri (n=5), ses problemleri (n=3); danışma ortamı temasının altında uzaklık (n=13) ve dış çevre (n=7); ekran temasının altında fiziksel sıkıntı (n=5) ve kaygı (n=3) kavramlarına yer verilmiştir. Teknik sıkıntılar teması altında yer alan kavramlara şu ifadeler örnek olarak verilebilir:

*“İnternetimin bazı zamanlarda çekmemesi veya gitmesi durumunda danışanı anlamakta güçlük çektim.” (K.6)*

*“Danışanın sesi bazen bulanık ve çoğu zaman kısık geliyordu ve ne dediğini anlamakta zorlanıyordum”. (K.8)*

*“Bazen kayıttan çıkıyordu ya da videoyu birçok defa ayrı ayrı kesip kaydediyordu kullandığım program. Kayıt altına alamama endişesi beni çok zorladı.” (K.21)*

Danışma ortamı temasının altında yer alan kavramlara şu ifadeler örnek olarak verilebilir:

*“Danışanım ağladığında onun yanında olamamak, bir peçete uzatamamak, uzaktan ne yapacağımı bilememek zorlayıcıydı. Bazen ailesi yan odada olduğu için rahat konuşamadı, yüz yüze olsaydık bence bu tür sorunlar yaşamazdık.” (K.19).*

*“Mesela danışanım kalabalık bir ailede yaşayan bir fert, bu sebeple oturumlarımızı akşam saatlerinde onun ve evin müsait olacağı saatlere denk getirmeye çalıştık ve zorlandık”. (K. 10)*

Ekran teması altında yer alan kavramlara şu ifadeler örnek olarak verilebilir:

*“Ekran da hem danışana hem kendime odaklanmaya çalışmak zordu. Çünkü bir yerden sonra ekranın hep aynı köşesine bakmaya çalışmaktan gözlerim ağrıyordu ve kendimi kısıyordum ve bunu karşı tarafa aktarmamaya çalıştıkça daha da kasıldığımı hissediyordum.” (K.15)*

*“Ekranı sürekli kendimi de görüyor olmam nedeniyle sürekli kendime bakıp kontrol etme gereği duyuyordum, ‘düzgün oturuyor muyum, mimiklerim nasıl’ vs. diye, bu da dikkat dağınıklığı yaratıyor.” (K.32)*

### **İlk psikolojik danışma deneyiminin çevrimiçi olmasının kolaylaştırıcı olan yönlerine ilişkin bulgular**

Araştırmada ilk psikolojik danışma deneyiminin çevrimiçi olmasının kolaylaştırıcı olan yönlerin neler olduğu sorulmuştur. Katılımcılardan elde edilen yanıtlara göre oturumu planlama ve süreç temalarına ulaşılmıştır. Oturumu planlama temasının altında zaman (n=16), mekân (n=6), danışan bulma (n=3) kavramları; süreç temasının altında duygu düzenleme (n=9), kayıt kolaylığı (n=6), zamanı kontrol kolaylığı (n=2), çevrimiçi danışma tecrübesi (n=2) kavramlarına yer verilmiştir. Zaman teması altında yer alan kavramlara şu ifadeler örnek olarak verilebilir:

*“Danışma için evden kalkıp başka yere gitmemek ve danışmadan hemen sonra sığağı sığağına transkript yazabilmek tek kolaylaştırıcı yöndü.” (K. 23)*

*“Fiziksel bir efor sarf etmedim, enerjimi danışmaya hazırlanmaya ve sonrasında transkript yazmaya kullandım.” (K.17)*

Mekân teması altında yer alan kavramlara şu ifadeler örnek olarak verilebilir:

*“Dışarda yüz yüze yapacak olsak uygun ortam bulmak açısından zorlayıcı olabilirdi, bu sorunu yaşamadım.” (K.19)*

*“Evden hiç hareket etmeden danışanla buluşabilmek çok ekonomik !” (K.3)*

Danışan bulma teması altında yer alan kavramlara şu ifadeler örnek olarak verilebilir:

*“Danışan bulma konusunda işim kolaylaşmış oldu; yüz yüze olsa ön görüşmede bu kadar kişiye ulaşamazdım.” (K.9)*

*“Danışanım 3 yaşında çocuğu olan bir ev hanımıydı. Bu süreç online olmasa bu hizmetten yararlanamayacağını, vakit ayıramayacağını benimle paylaşmıştı. Uzaktan danışma sayesinde böyle bir danışana ulaşabildim.” (K. 17)*

Duygu düzenleme teması altında yer alan kavramlara şu ifadeler örnek olarak verilebilir:

*“Danışanla bizzat karşı karşıya oturmadığım için daha az heyecanlanmıştım.”* (K.3)

*“Çevrimiçi olması daha az tedirgin olmamı sağladı.”* (K.6)

*“Aşına olduğum ve kendimi rahat hissettiğim bir ortam olması kaygılarımı azalttı diyebilirim.”* (K.11)

Kayıt kolaylığı teması altında yer alan kavramlara şu ifadeler örnek olarak verilebilir:

*“Evimden kolay bir yöntemle kayıt yapabilmek ve videoyu aktarmakla uğraşmamak ya da boş oda için randevu aramama durumları kolaylaştırıcı etmenlerdi.”* (K.34)

*“Danışmayı videoya kaydetmek online süreçte daha kolay oldu, normalde telefonla nasıl yapacağımı düşünüyordum.”* (K. 8)

Zamanı kontrol kolaylığı teması altında yer alan kavramlara şu ifadeler örnek olarak verilebilir:

*“Saat ekranda görüldüğünden zamanı kontrol etmek kolaydı.”* (K. 16)

*“İyi ki ekranda saat vardı, ara ara bakmasam zamanı kontrol etmek zorlayıcı olabilirdi.”* (K.35)

Çevrimiçi danışma tecrübesi kolaylığı teması altında yer alan kavramlara şu ifadeler örnek olarak verilebilir:

*“Sürecin online ortama da adapte edilebildiğini gördüm. Örneğin dizilim çalışmasını online şekilde yaptık. Bunların bana online danışma tecrübesi kattığını düşünüyorum.”* (K. 28)

*“Çağımız teknoloji çağı olduğu için ve online terapilerin artış eğilimi olduğu için bana tecrübe kattı.”* (K. 20)

### **Çevrimiçi danışma için danışan bulma deneyimine ilişkin bulgular**

Araştırmada çevrimiçi danışma için danışan bulma deneyiminin neler olduğu sorulmuştur. Katılımcılardan elde edilen yanıtlardan zorlayıcı değil (n=21) ve zorlayıcı (n=13) olarak iki temaya ulaşılmıştır. Zorlayıcı değildi temasına şu ifadeler örnek olarak verilebilir:

*“Çevrim içi danışan bulmak zorlayıcı değildi. Eğitimimiz yüz yüze olsaydı da danışanımı sosyal medyadan bulmayı planlıyordum. Sosyal medya hesaplarımdan tanımadığım çok fazla insanla takipleştiğim için paylaşım yaptım ve geri dönen mesajlardan elemeler yaparak ön görüşme yaptım.” (K. 15)*

*“İnsanlar evlerinden bağlandıkları için katılım daha çok oldu. Kimse kabul etmez diye düşünüyordum, yanılmışım. Birçok ön görüşme yaptım.” (K.20)*

Zorlayıcıydı temasına şu ifadeler örnek olarak verilebilir:

*“İlk başta benim için zor oldu diyebilirim. Birkaç kişi ile görüştüğümde internetleri olmadığı için başka danışanlar aramak zorunda kaldım.” (K. 14)*

*“Danışan bulmakta zorlandım. Çevrim içi olması sebebi ile birkaç danışan vazgeçti. Çünkü çevrim içi olunca kendilerini rahat hissetmeyeceklerini belirttiler.” (K. 30)*

### **Çevrimiçi danışmada teknik uygulama deneyimine ilişkin bulgular**

Araştırmada çevrimiçi danışmada teknik uygulama deneyiminin nasıl olduğu sorulmuştur. Katılımcılardan elde edilen yanıtlardan etkili (n=15), kullanmadım (n=12) ve zorlayıcı (n=7) olarak üç temaya ulaşılmıştır. Etkili temasına şu ifadeler örnek olarak verilebilir:

*“Boş sandalye tekniğini uyguladım. Danışanım da ben de üzerimize düşen görevleri yerine getirdik ve danışanım tekniği uyguladıktan sonra kendisi adına farkındalık kazandığını ifade etmişti. Benim için de oldukça heyecan vericiydi. Çünkü her şey o an doğaçlama, benim bilgim ve geribildirimlerimle devam edecekti. Ya yapamazsam vs gibi endişelerim çok oldu ama o an farkında olmadan aslında danışana ve anlattıklarına odaklandığım için her şey kendiliğinden güzel bir şekilde gerçekleşmişti.” (K.9)*

*“Boş sandalye tekniği ve prova yapma tekniği en uygun olanıydı. Bunları da uygularken internet iki dakikalık bir kesinti yapması sinir bozucu olsa da bizden kaynaklı olan durumları değiştirebileceğimiz düşüncesiyle yaşanan durumun motivasyonumu düşürmesine izin vermeyerek devam ettik oturuma. Uygulama kısmı gerçekten danışanı çok heyecanlandırmıştı. Çünkü en başından beri bana geldiği problemi çözebilmek istiyordu. Ve bu iki pratik teknik onu zorlasa da oturum sonu ondan aldığım geribildirimler ile tekniklerin istenilen sonuçları vermeye başladığını fark ettim. 3. Oturumda uyguladığım bu teknikleri son olan*

*4.oturumda da konuştuk. Danışanım üzerinde büyüleyici bir etki bırakmış olacak ki anlatırken o da bunu ifade etti. Bu teknikler onun gündelik hayatında kullandığı ve bazı duygularını, düşüncelerini fark etmesine katkı sağladı. Bu sebeple ben de bu teknikleri seçme ve uygulama konusunda kendimi iyi ve başarmış hissettim.” (K.22)*

Kullanmadım temasına şu ifade örnek olarak verilebilir:

*“Teknik uygulama olmadı. Çevrimiçi ortamda sağlıklı yürütülebileceği yönünde şüphelerim var.” (K.11)*

Zorlayıcı temasına şu ifade örnek olarak verilebilir:

*“Figür kullanılması gerekenlerde hem danışanı hem de figürleri görmek zorlayıcıydı.” (K. 5)*

*“Teknik kullandım ama kâğıda bir şeyler çizip ekrana uzatmak benim birebir göz temasını kesti ve anlatırken bu sebeple zorlandım.” (K. 32)*

Çevrimiçi oturumlarda yaşanan aksaklıklara ilişkin bulgular

Araştırmada çevrimiçi oturumlarda yaşanan aksaklıkların neler olduğu sorulmuştur. Katılımcılardan elde edilen yanıtlardan internet kesintisi (n=26), oturumun kaydının aksaması (n=5), konuşulanların anlaşılmasında (n=4) temalarına ulaşılmıştır.

İnternet kesintisi temasına şu ifade örnek olarak verilebilir:

*“İnternet konusunda aksaklıklar yaşamam dışında danışanımla başka bir sıkıntı yaşamadığımızı düşünüyorum.” (K.2)*

*“Evet. Bağlantı koptu birkaç defa ve bu durum gerçekten oluşan terapötik ortamı zedeliyordu. Diyelim ki danışanım tam duygu yoğunluğundayken veya açılacakken donuyordu ve ben tekrar oraya dönmek zorunda kalıyordum donunca ama danışanımın motivasyonu kırılabilirdi.” (K.14)*

Oturumun kaydının aksaması temasına şu ifade örnek olarak verilebilir:

*“Teknik aksaklıklar herhangi bir sorun yaşamadım ama sadece son oturumumu kayıt altına almayı unutmuştum. Bu da benim için oldukça can sıkıcıydı.” (K.6)*

Konuşulanların anlaşılmasında temasına şu ifade örnek olarak verilebilir:

*“Bazen teknik sebeplerden dolayı seste bozulma oldu ve cümlelerimizi tekrar etmek zorunda kaldık. Danışanın söylediklerini anlayamamak tekrar ettirmek can sıkıcıydı.” (K.15)*

*“Danışanımın sesi bazen kesik kesik geliyordu, dudaklarını izleyebilsem de ne söylediğini tam anlayamadığım için bölmek zorunda kalıyordum. Bu durum sürecin akıcı ilerlemesini bozuyordu. Danışanın sıkılabileceğini düşünerek daha çok geriliyordum. Oysa benim elimde olan bir şey değildi” (K.23)*

### **Çevrimiçi psikolojik danışma yaparken kolay kullanılan danışmanlık becerilerine ilişkin bulgular**

Araştırmada çevrimiçi oturumlarda hangi danışmanlık becerilerini kullanmanın kolay olduğu sorulmuştur. Katılımcılardan elde edilen yanıtlardan terapötik beceriler ve terapötik koşullar temalarına ulaşılmıştır. Terapötik beceriler temasının altında yansıtma (n=24), asgari düzeyde teşvik (n=10), soru sorma (n=8), özetleme (n=7), etkin dinleme (n=5), cesaretlendirme (n=4), yapılandırma (n=3) ve konuşmaya açık davet (n=2) kavramları; terapötik koşullar altında kendini açma/katma (n=4) kavramı yer almıştır.

Terapötik beceriler temasına şu ifadeler örnek olarak verilebilir:

*“Bulunan ortam uygunsa eğer etkin dinleme ve soru sormak kolaydı ama danışan evde olduğu için bazı soruları cevapsız bırakmak zorunda kalmıştı. İçerik ve duygu yansıtmak da kolaydı. “ (K.2)*

*“Asgari düzeyde teşvik, içerik ve duygu tepkilerini kullanmak benim için kolaydı çünkü danışanım anlatmaya, paylaşım yapmaya oldukça istekliydi ve kendisini çok güzel ifade ediyordu. Ve son olarak özetleme yapmak da benim için oldukça kolay ve güzel oluyordu. “ (K.6)*

*“Yapılandırma yapmak, asgari düzeyde teşvik yapmak, içeriğin yansıtması, destek olma ve cesaretlendirme, özetleme becerilerini uygulamak benim için kolaydı.” (K.17)*

*“Yapılandırma becerisini kullanmak kolaydı. Yapılandırma becerisi yüz yüze de kolay olurdu. Bunun yanında içerik-duygu tepkilerini kullanmak, soru sorma becerisini kullanmak, etkin dinleme becerilerini kullanmak kolaydı.” (K.20)*

*“İçerik ve duygu yansıtmaları kolaydı. Elimden geldiğince danışanımı etkili bir şekilde dinledim. Eksik olduğu konularda yer yer bilgilendirmeler yaptım.” (K,26)*

Terapötik koşullar temasına şu ifadeler örnek olarak verilebilir:

*“Yapılandırma, cesaretlendirme, yansıtma, empatik tepki, kabul, kendini açma, kendini katma, özetleme, konuşmaya açık davet.” (K, 12)*

*“İçerik ve duygu yansıtmaları yapmak bu süreçte daha kolaydı. Kapı aralayıcı teknikler, kendini açma- katma bu süreçte kolaylıkla kullandığım becerilerdi.” (K, 33)*

### **Çevrimiçi psikolojik danışma yaparken zor kullanılan danışmanlık becerilerine ilişkin bulgular**

Araştırmada ayrıca çevrimiçi oturumlarda hangi danışmanlık becerilerini kullanmanın zor olduğu da sorulmuştur. Katılımcılardan elde edilen yanıtlardan terapötik beceriler ve terapötik koşullar temalarına ulaşılmıştır. Terapötik beceriler teması altında yansıtma (n=10), soru sorma (n=4), asgari düzeyde teşvik (n=2), özetleme (n=2), etkin dinleme (n=2); terapötik koşullar teması altında yüzleştirme (n=12), kendini açma/katma (n=4), sessizlik (n=2) kavramları yer almaktadır.

Katılımcıların kullanmakta zorlandığı terapötik beceriler temasına şu ifadeler örnek olarak verilebilir:

*“Açık uçlu soruları sorarken zorlandığım zamanlar olmuştu. Konular çok derin bir şekilde ilerlediği zamanlar nasıl bir soru sormam gerektiği konusunda zorlandığımı söyleyebilirim.” (K, 1)*

*“İçerik ve duygu yansıtması yapmak zor oluyordu çünkü danışanım çok uzun konuşuyordu hangi birine içerik tepkisi vereceğim konusunda zorlanıyordum.” (K, 6)*

*“Bence şimdi ve burada tepkileri vermek zordu zaten hiç kullanmadım. Sesle ilgili sorunlardan dolayı da pek fazla asgari düzeyde teşvik kullanamadım. Yakından ilgilenme davranışını da sadece bir ekrana baktığımız için çevrimiçi ortamda yansıtmak çok zordu bence.” (K, 11)*

*“Yüzleştirme yapmak beni çok zorladı. Danışanımın yüzleştirmeye ihtiyacı vardı. Fakat ben yüzleştirme yaparsam çok sert görüneceğimden korktuğum için hep bir*

*adım geride durdum. Bu da danışanımın problemini belirlemesini daha da zorlaştırdı. Problemin belirlenememesi de sürecin dağılmasına neden oldu ilk oturumlarda. Yüz yüze olsaydık danışanın beden dilini daha iyi gözlemleyebileceğim için yüzleştirme konusunda belki bu kadar zorlanmazdım diye düşünüyorum.” (K, 28)*

*“Yüzleştirmeyi kullanmak zorlayıcıydı çünkü danışan her an oturumdan çıkabilirdi. Kendini katma becerisini kullanmakta zorlayıcıydı çünkü danışan süreçle ilgili duygularımı beğenmeyip yine oturumdan çıkabilirdi.” (K, 30)*

*“Yüzleştirme, terapötik sessizlik, duygu yansıtma gibi becerileri kullanmak zorlayıcıydı. Daha önce bahsettiğim danışanın gidebileceği endişesinden dolayı. Terapötik sessizlik de sanal bir ortamda zorlayıcı olabiliyor. Ee şu an niye susup duruyoruz katalım o zaman gibi garip bir hal alıyor.” (K, 31)*

*“Kendini katma zordu. Zaman zaman tam zamanı olduğunu düşünsem de cesarete edemedim.” (K, 35)*

## **Tartışma, Sonuç ve Öneriler**

Araştırma bulguları incelendiğinde; çevrimiçi oturumların zorlayıcı yönleri teknik sıkıntılar, danışma ortamına ve ekrana ait sıkıntılar temaları altında toplanmıştır. Çevrimiçi danışmanlık elektronik araçlar üzerinden yapıldığından elektrik kesintisi, internet bağlantısının kesilmesi veya bilgisayar arızası gibi bazı teknik engellerle karşılaşmak çok olasıdır (Smith & Gillon, 2021; Tanrikulu, 2009; Yüksel-Şahin, 2021;). Teknoloji tabanlı olmasının dezavantajları muhakkak vardır. İnternet, çevrimiçi danışmanlık için bir gereklilik olduğundan, insanlar her zaman kolayca erişemeyebilirler (Gingerich, 2007). Bazı evlerde internet olmayabilir veya sık sık internetin kesilmesi süreci aksatabilir. Bazen internet kullanımı konusunda sınırlı bilgisi olan kişiler çevrimiçi danışmanlık hizmetlerinde zorlanabilirler (Hunt, 2002; Maples ve Han, 2008; Olasupo & Atiri, 2013). Bunun yanında çevrimiçi ortama ait özellikler bir başka zorlayıcı konudur. Konuşulanların anlaşılabilmesi bunların başında gelmektedir. Beden dili sözel ifadeleri destekleyen önemli bir ifade biçimidir. Fakat bunun çevrimiçi danışmada eksik olması yani sözel olmayan verilere duyulan ihtiyaç, danışmanlık dinamiğini değiştirir (Barak vd., 2009; Cartreine vd., 2010; Poh Li, Rafidah ve Haslee, 2013; Suler, 2004; Tanrikulu, 2009). Olasupo & Atiri (2013) de çevrim içi danışmanın yanlış anlamaya yol açabilecek ve dolayısıyla net iletişim ve tedaviyi engelleyebilecek sözel olmayan ipuçlarının eksikliği ve ayrıca doğrudan gözlem

eksikliği olduğunu, bunun da danışmanın probleme ilişkin değerlendirmesini engelleyebileceğini vurgulamıştır. Ayrıca danışanın çevrim içi danışma esnasında bulunduğu ortamın özellikleri de hem kendi hem de süreç açısından zorlayıcı olabilmektedir. Çevrimiçi psikolojik danışma ile ilgili yapılan birçok çalışma, psikolojik danışmanların uzaklık konusunu dezavantaj olarak gördüklerini belirtmektedir. Danışan ile aynı odada olmama, hem terapötik ilişkinin kurulması ile ilgili endişelere neden olmakta hem de çevredeki diğer uyarıcıları kontrol edememe sorununu doğurmaktadır. Çevrimiçi psikolojik danışmada aynı fiziksel mekânda bulunulmadığı için, yüzyüze danışma ortamı kadar mahrem görülmeyebilmektedir (Yüksel-Şahin, 2021). Bunun yanında, bu çalışmada çevrimiçi oturumların zorlayıcı yönlerinden biri psikolojik danışman adayları tarafından ekran teması altında toplanmış ve ekranda kendini görmeye ilişkin ve sürekli ekrana bakmaya ilişkin kaygı, zorluk, odaklanamama problemleri ifade edilmiştir. Psikolojik danışman adaylarının ilk tecrübeleri olması ile yorumlanan bu sıkıntıları literatürde destekleyen bulgulara rastlanmamıştır.

Araştırmada ilk psikolojik danışma deneyiminin çevrimiçi olmasının kolaylaştırıcı olan yönleri oturumu planlama ve süreç olarak belirlenmiştir. Oturumu planlama zaman, mekân ve danışan bulma alt temalarını içermektedir. Literatüre bakıldığında oturumu planlamanın çevrim içi psikolojik danışmada avantaj olarak görüldüğü çalışmalara rastlanmaktadır. Zeren (2015) çevrimiçi psikolojik danışmanın zaman ve mekân konusunda kolaylık sağladığını vurgulamıştır. Çevrimiçi danışmanın ilk avantajı erişim kolaylığıdır çünkü çevrimiçi danışmanlık günün her saatinde yapılabilir (Bailey, Yager ve Jensen, 2002) ve erişim için tek gereklilik internet bağlantısıdır; insanlar kolayca randevu zamanı belirleyebilirler (Manhal-Baugus, 2001; Maples & Han, 2008). Ayrıca bazı danışanların başka şehirlerden danışma almak için başvurdukları göz önünde bulundurulduğunda bu kolaylık daha da ön plana çıkmaktadır. Whitty & Young (2016) mesafe sıkıntısını ortadan kaldırma veya azaltma açısından, mesafe ve dolayısıyla seyahatin zaman kısıtlaması veya diğer sorumlulukları (örneğin, çocuk bakımı) olanlar veya sosyal olarak izole hisseden kişiler için çevrimiçi danışmayı daha uygun olarak değerlendirmiştir. Rees ve Stone'a (2005) göre de, uzak mesafeden teknoloji aracılığıyla danışma hizmeti verilebiliyor olması birçok danışan için kolaylaştırıcıdır. Çevrimiçi çalışmalarla ruh sağlığı hizmetlerine erişim birçok insan için kolaylaşmaktadır (Poh Li, Rafidah ve Haslee, 2013). Danışma yapılacak mekânın ise özellikle psikolojik danışman adayları için öncelikli konulardan biri olduğu bilinmektedir. Bireysel Psikolojik Danışma Uygulaması dersi kapsamında yapılan danışma uygulamaları için öğrencilere

danışma birimlerindeki danışma odalarını kullanmaları önerilmekte, fakat öğrenci sayıları göz önünde bulundurulduğunda danışma birimleri bunun için yetersiz kalmaktadır. Ayrıca her üniversitede psikolojik danışma birimi de bulunmamaktadır. Mekâna ilişkin bu sıkıntılar psikolojik danışman adayları için bir problem olup çevrim içi psikolojik danışma uygulamaları ile bu ortadan kalkmıştır.

Bireysel Psikolojik Danışma Uygulaması dersi kapsamında psikolojik danışman adaylarının en zorlandıkları kısımlardan biri danışan bulmadır (Atik, 2017; Büyükgöze-Kavas, 2011; Kozan, 2018). Ülkemizde psikolojik danışman eğitiminde çevrimiçi danışma henüz yer bulmadığı için, uzaktan eğitim kapsamında zorunlu olarak gerçekleştirilen çevrimiçi uygulamalara öğrencilerin bir ön hazırlığı bulunmamaktadır. Bu açıdan çevrim içi danışma için danışan bulma, psikolojik danışman adaylarını kaygılandırırsa da, çalışma bulguları danışan bulma konusunda çoğunluğun (n=21) zorlanmadığını göstermektedir. Koçyiğit-Özyiğit & Atik (2021) çalışmasında, danışan bulmanın çevrimiçi süreçte sosyal medya hesapları üzerinden daha kolay olduğu ifade edilmiştir.

Araştırmada çevrimiçi danışmada teknik uygulama deneyimi psikolojik danışman adayları için etkili ve zorlayıcı olarak değişmiş, bazı adaylarsa teknik kullanmadıklarını belirtmişlerdir. Çevrimiçi psikolojik danışmada bazı tekniklerin çevrimiçi ortama uygun olmadığı için elenmesi, bazılarının ise uygulanırken çevrimiçi ortama uyarlanması gerekmiş olabilir. Psikolojik danışman adaylarının ilk deneyimleri olan bu süreçte zorlanmaları ya da teknik kullanmamaları bundan kaynaklanmış olabilir. Bunu destekler bir bulgu Koçyiğit-Özyiğit & Atik (2021)'in çalışmasında yer almaktadır. Çevrimiçi psikolojik danışma sürecinde müdahalelerinin kullanımı konusunda kolaylaştırıcı deneyimler olarak “Teknikleri Çevrimiçi Ortama uyarlayabilmek”ten söz edilmiş, bazı psikolojik danışman adaylarının ise tekniklerin çevrimiçi kullanımında güçlük çektikleri belirtilmiştir.

Araştırmada çevrimiçi oturumlarda yaşanan aksaklıklar internet kesintisi, oturumun kaydının aksamaması, konuşulanların anlaşılabilmesi temaları altında toplanmıştır. Daha önce çevrimiçi oturumların zorlayıcı yönleri kısmında da belirtildiği gibi çevrimiçi oturumlarda yaşanan en büyük aksaklık internet bağlantısı ile ilgili ve konuşulanların anlaşılabilmesine ilişkin aksaklıklardır. Bunun yanında psikolojik danışman adayları oturumları ders gereği kayıt altına almaları gerektiği için buna ilişkin yaşadıkları zorlukları da aksaklık olarak belirtmişlerdir. Literatürde kayıt altına alma ile ilgili yaşanan aksaklıkları rapor eden bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Araştırmada çevrimiçi oturumlarda hangi danışmanlık becerilerini kullanmanın kolay hangilerini kullanmanın zor olduğu araştırılmıştır. Katılımcılardan elde edilen yanıtlara göre psikolojik danışman adayları bazı terapötik beceriler ve terapötik koşulları kolay kullanılan, bazılarını zor kullanılan beceriler olarak değerlendirmişlerdir. Yansıtma, asgari düzeyde teşvik, özetleme, soru sorma, etkin dinleme hem kolay kullanılan hem de zor kullanılan beceriler olarak ifade edilmiştir. Benzer şekilde kendini açma/katma da psikolojik danışman adayları için hem kolay kullanılan hem de zor kullanılan terapötik koşullardır. Bu farklılığın psikolojik danışman adaylarının mesleki gelişim düzeylerine ve çevrimiçi süreci yönetme becerilerine göre değiştiği düşünülmektedir.

Her araştırmanın olduğu gibi bu araştırmanın da bazı sınırlılıkları vardır. Araştırmaya Çukurova Üniversitesi Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı'ndan (PDR) bir grup öğrenci katılmıştır. Benzer bir araştırma farklı üniversitelerden öğrencilerin katılımı ile yapılabilir. Böylece öğrenci profili, verilen eğitim ve süpervizyonun etkisi kontrol edilerek daha zengin veri elde edilebilir. Bu çalışma kapsamında, psikolojik danışman adayları içinde bulunan dönemin şartları gereği çevrimiçi danışma yapmışlardır. Öğrencilerin çevrimiçi danışmaya ilişkin herhangi bir hazırlık ya da alt yapıları bulunmamaktadır. PDR programlarında çevrimiçi psikolojik danışmaya ilişkin yeterliliklerin kazandırılması, bu bağlamda da akademisyenlere eğitimler verilmesi günümüz koşullarında bir gerekliliktir. Psikolojik danışman adaylarının ilk uygulama deneyimleri olduğu için yaşanan aksaklıkların ne kadarının tecrübesizlikten ne kadarının çevrimiçi danışmadan kaynaklandığı tam olarak bilinmemektedir. Benzer bir çalışma psikolojik danışman adaylarının mesleki yeterlik algılarını da değerlendirerek yapılabilir.

### **Yazarın Beyanı**

**Katkı Oranı Beyanı:** Yazar çalışmaya tek başına katkı sağlamıştır.

**Destek ve Teşekkür Beyanı:** Çalışmada herhangi bir kurum ya da kuruluştan destek alınmamıştır.

**Çatışma Beyanı:** Çalışmada herhangi bir potansiyel çıkar çatışması söz konusu değildir.

## **Kaynakça**

- Amanvermez, Y. (2015). The comparison of online counseling researches in Turkey and USA. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 186, 966-969.
- Aslan, Ş., Akşab, G., Korkmaz, K., Fulya, T. Ü. R. K., & Hamamcı, Z. Çevrimiçi Grupla Psikolojik Danışmada Yaşanan Güçlükler Ve Çözüm Önerileri. *Milli Eğitim Özel Eğitim ve Rehberlik Dergisi*, 1(2), 207-239.
- Atıf İkiz, F. E., Özgün, S. Y., Balkan, K., & Sağlam, A. (2021). Çevrim içi psikolojik destek hizmetinden beklentiler ölçeği: Bir ölçek geliştirme çalışması. *The Journal of International Education Science*, 8(29), 96-120.
- Atik, Z. (2017). Psikolojik danışman adaylarının bireyle psikolojik danışma uygulaması ve süpervizyonuna ilişkin değerlendirmeleri. Doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Barak, A., Hen, L., Boniel-Nissim, M., & Shapira, N. (2009). A comprehensive review and a meta-analysis of the effectiveness of internet-based psychotherapeutic interventions. *Journal of Technology in Human Services*, 26, 109-160.
- Bailey, R., Yager, J., & Jenson, J. (2002). The psychiatrist as clinical computerologist in the treatment of adolescents: Old barks in new bytes. *American Journal of Psychiatry*, 159, 1298-1304.
- Bastemur, S., & Bastemur, E. (2015). Technology based counseling: perspectives of Turkish counselors. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 176, 431-438.
- Békés, V., & Aafjes-van Doorn, K. (2020). Psychotherapists' attitudes toward therapy during the COVID-19 pandemic. *Journal of Psychotherapy Integration*, 30(2), 238-247.
- Büyükgöze-Kavas, A. (2011). Bireysel Ve Grupla Psikolojik Danışma Uygulamalarına Yönelik Bir Değerlendirme. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 9(2), 411-431.
- Cartreine, J. A., Ahern, D. K., & Locke, S. E. (2010). A roadmap to computer-based psychotherapy in the United States. *Harvard Review of Psychiatry*, 18, 80-95.

- Cipolletta, S., & Mocellin, D. (2018). Online counseling: An exploratory survey of Italian psychologists' attitudes towards new ways of interaction. *Psychotherapy Research*, 28(6), 909–924. <https://doi.org/10.1080/10503307.2016.1259533>
- Creswell, J. W. (2003). Nitel, Nicel ve Karma Yöntem Yaklaşımları: Araştırma Deseni. (S. B.Demir, çev. ed.). Ankara: Eğiten Kitap.
- Cuijpers, P., Marks, I. M., van Straten, A., Cavanagh, K., Gega, L., & Andersson, G. (2009). Computer-aided psychotherapy for anxiety disorders: A meta-analytic review. *Cognitive Behaviour Therapy*, 38(2), 66–82. <https://doi.org/10.1080/16506070802694776>
- Damar, E. (2019). Çevrimiçi psikolojik danışmaya yönelik psikolojik danışmanların görüşleri: Nitel bir çalışma. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Akdeniz Üniversitesi, Antalya.
- Hamamcı, Z. (2007). Online psikolojik danışma (e-terapi). Gelişen psikolojik danışma ve rehberlik: Meslekleşme sürecinde ilerlemeler. Özyürek, R., Korkut-Owen, F. Owen, DW (Ed.). Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, ss, 230.
- Hunt, S. (2002). In favour of online counselling?. *Australian Social Work*, 55(4), 260-267.
- Joyce, N. (2012). An empirical examination of the influence of personality, gender role conflict, and self-stigma on attitudes and intentions to seek online counseling in college students. The University of Akron.
- Koçyiğit-Özyiğit, M. K., & Atik, Z. E. (2021). Covid-19 sürecinde psikolojik danışma ve süpervizyon:# evdekal deneyimi. *Başkent University Journal of Education*, 8(1), 253-274.
- Kozan, H. İ. Ö. (2018). Psikolojik danışman adaylarının danışma uygulamasına yönelik kaygıları: Nitel bir yaklaşım. *OPUS International Journal of Society Researches*, 9(16), 109-137.
- Manhal-Baugus, M. (2001). E-therapy: Practical, ethical, and legal issues. *CyberPsychology & Behavior*, 4(5), 551-563.
- Maples, M. F., & Han, S. (2008). Cybercounseling in the United States and South Korea: Implications for counseling college students of the millennial generation

and the networked generation. *Journal of Counseling & Development*, 86(2), 178-183.

Olasupo, M. O. & Atiri, O. S. (2013). E-therapy: Contemporary tool in psychotherapy. *IFE Psychologia*, 21(3), 408–413.

Özdemir, M. B., & Barut, Y. (2020). Psikolojik danışma uygulamalarında post modern bakış açısı: Çevrimiçi psikolojik danışma. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*, 2(3), 192-199.

Piri, S. (2011). İnternet tabanlı psikolojik hizmetler ve bu alana özgü etik ilkeler: Bir gözden geçirme. *Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 28(2), 213-231.

Poh Li, L. R., Rafidah, A. ve Haslee, H. S. (2013). Understanding the two sides of online counseling and their ethical and legal ramifications. *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 103, 1243 – 1251.

Poyrazlı, Ş., & Can, A. (2020). Çevrim içi psikolojik danışma: Etik kuralları, COVID-19 süreci, öneriler. *Okul Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 3(1), 59-83.

Rees, C. S. ve Stone, S. (2005). Therapeutic aliance in face-to-face versus videoconferenced psychotherapy. *Professional Psychology: Research and Practice*, 36(6), 649-653.

Reger, M. A., & Gahm, G. A. (2009). A meta-analysis of the effects of Internet- and computer-based cognitive behavioral treatments for anxiety. *Journal of Clinical Psychology*, 65(1), 53–75.

Richards, D., & Vigano, N. (2013). Online counseling: A narrative and critical review of the literature. *Journal of Clinical Psychology*, 69(9), 994–1011. <https://doi.org/10.1002/jclp.21974>

Simpson, S. G., & Reid, C. L. (2014). Therapeutic alliance in videoconferencing psychotherapy: A review. *Australian Journal of Rural Health*, 22(6), 280–299. <https://doi.org/10.1111/ajr.12149>

Shaw, H. E., & Shaw, S. F. (2006). Critical ethical issues in online counseling: Assessing current practices with an ethical intent checklist. *Journal of Counseling & Development*, 84(1), 41-53.

Skinner, A., & Zack, J. S. (2004). Counseling and the Internet. *American Behavioral Scientist*, 48(4), 434-446.

Sloan, D. M., Gallagher, M. W., Feinstein, B. A., Lee, D. J., & Pruneau, G. M. (2011). Efficacy of telehealth treatments for posttraumatic stress-related symptoms: A meta-analysis. *Cognitive Behavior Therapy*, 40(2), 111–125. <https://doi.org/10.1080/16506073.2010.550058>

Smith, J., & Gillon, E. (2021). Therapists' experiences of providing online counselling: A qualitative study. *Counselling and Psychotherapy Research*, 21(3), 545-554.

Suler, J. R. (2004). The psychology of text relationships. In R. Kraus, J. S. Zack, & G. Stricker (Eds.), *Online counseling: A handbook for mental health professionals* (pp. 19–50). Elsevier.

Tanrikulu, İ. (2009). Counselors-in-training students' attitudes towards online counseling. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 1(1), 785-788.

Weiss, B. J., Azevedo, K., Webb, K., Gimeno, J., & Cloitre, M. (2018). Telemental health delivery of skills training in affective and interpersonal regulation (STAIR) for rural women veterans who have experienced military sexual trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 31(4), 620–625. <https://doi.org/10.1002/jts.22305>

Whitty, M. T. (2016). *Cyberpsychology: The study of individuals, society and digital technologies*. John Wiley & Sons.

Yazıcı, H., Altun, F., Tosun, C., Özdemir, M., & Karsantik, Y. (2021). Psychometric Evaluation of the Turkish Version of the COVID-19 Induced Anxiety Scale and Protective Behaviors towards COVID-19 Scale. *Psycho-Educational Research Reviews*, 10(3), 478-489.

Yüksel-Sahin, F. (2021). Psikolojik danışmanların covid-19'a, yüz yüze ve çevrimiçi psikolojik danışma yapmaya, yüz yüze ve çevrimiçi eğitim almaya ilişkin görüşlerinin incelenmesi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, (9), 496-522.

Zeren, Ş. G. (2014). Information and Communication Technology in Education of Psychological Counselors in Training. *International Online Journal of Educational Sciences*, 6(2), 494-509.

Zeren, Ş. G. (2015). Face-to-Face and Online Counseling: Client Problems and Satisfaction. *Education & Science/Eğitim Ve Bilim*, 40(182), 127-141.

Zeren, Ş. G., & Bulut, E. (2018). Çevrimiçi psikolojik danışmada etik ve standartlar: Bir model önerisi. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 8(49), 63-80.

Zeren, Ş. G., Bican, B., & Başar, D. (2020). # evdekal Türkiye: COVID-19 Sürecinde Çevrimiçi Grup Çalışmaları. *Yıldız Journal of Educational Research*, 5(2), 31-50.