

Bireysel Psikolojik Danışmada Affetmeyi Çalışabilme Öz-Yeterliliğinin Artırılmasında Eğitimin ve Süpervizyonun Etkisi

The Effect of Training and Supervision On Increasing The Self-Efficacy of Psychological Counselors to Work on Forgiveness in Individual Counseling

Necla Afyonkale-Talay¹, Meryem Vural-Batık², Selda Örs-Özdil³

¹Psk. Dr., Özel Psikoodak Aile Danışma Merkezi, n_afyonkale@hotmail.com,
(https://orcid.org/0000-0002-9835-2340)

²Doç. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, meryem.vural@omu.edu.tr,
(https://orcid.org/0000-0002-7836-7289)

³Sorumlu Yazar, Dr. Öğrt. Üyesi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, selda.orsozdil@omu.edu.tr,
(https://orcid.org/0000-0002-7134-5896)

Geliş Tarihi: 11.02.2025

Kabul Tarihi: 21.09.2025

ÖZ

Bu araştırmanın amacı, psikolojik danışmanların psikolojik danışmada affetmeyi çalışabilme öz-yeterliliklerinin artırılmasına yönelik hazırlanan eğitim programının ve bireysel uygulamalara ilişkin süpervizyonların etkililiğini incelemektir. Bu çalışmada yarı deneysel desenlerden 3x3'lük (2 deney-1 kontrol gruplu ile 3 farklı zamanda ölçüm) desen kullanılmıştır. Araştırma, Karadeniz'de bulunan bir ilde görev yapmakta olan psikolojik danışmanlarla yürütülmüştür. Psikolojik danışmanların affetmeyi çalışabilme yeterlik düzeyini belirlemek amacıyla Psikolojik Danışmada Affetmeyi Çalışabilme Öz-Yeterliliği Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmacılar tarafından 10 seanstan oluşan Bireysel Psikolojik Danışmada Affetmeyi Çalışma Programı geliştirilmiştir. Deney grubunda yer alan psikolojik danışmanlara bu programın anlatıldığı Bireysel Psikolojik Danışmada Affetmeyi Çalışma (PDAÇ) Psikolojik Danışman Eğitimi verilmiştir. Deney gruplarından biri sadece eğitim almış, diğeri ise eğitim sonrası uygulama yaparak süpervizyon desteği almıştır. Araştırma sonucunda, sadece eğitim alan psikolojik danışmanların eğitim öncesine göre affetmeyle çalışabilme öz-yeterliliği anlamlı ölçüde artsa da belirli bir süre sonra öz-yeterlilik düzeylerinde anlamlı bir düşüş olmuştur. Eğitimden sonra uygulama yapan ve süpervizyon desteği alan psikolojik danışmanların ise psikolojik danışmada affetmeyi çalışabilme özyeterlilik puanları, anlamlı ölçüde artmıştır. Psikolojik danışman eğitimlerinde mesleki becerilerin geliştirilmesine yönelik teorik bilgi, uygulama ve süpervizyonun bir arada sunulduğu yapılandırılmış eğitimlerin yer almasının önemi tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Affetme, psikolojik danışman eğitimi, öz-yeterlilik, bireysel psikolojik danışma, süpervizyon.

ABSTRACT

The aim of this research is to examine the effectiveness of the training program designed to increase the self-efficacy of psychological counselors in working on forgiveness in psychological counseling, and the effectiveness of supervision related to individual practices. A 3x3 quasi-experimental design (with 2 experimental and 1 control groups, measured at 3 different times) was used in this study. The research was conducted with psychological counselors working in Atakum district, Samsun. The "Scale of Self-Efficacy

to Work on Forgiveness in Counseling” was used to determine the counselors' self-efficacy in working on forgiveness. A 10-session “Working on Forgiveness in Individual Counseling Program” was developed by the researchers. Psychological counselors in the experimental group participated to the training program about working on forgiveness in individual counseling. One experimental group received only the training, while the other received both the training and supervision after the training. The results showed that although the self-efficacy of the counselors who received only the training significantly increased compared to before the training, there was a significant decrease in their self-efficacy after a certain period. On the other hand, the self-efficacy scores of the psychological counselors who both practiced after the training and received supervision support significantly increased. The importance of structured training programs that combine theoretical knowledge, practice, and supervision for the development of professional skills in psychological counselor education was discussed.

Keywords: Forgiveness, Psychological Counselor Training, Self-Efficacy, Individual Counseling, Supervision.

GİRİŞ

Affetme, bireyin, onu haksız yere inciten başka kişiye karşı sevgi, cömertlik ve merhamet gibi hislerin teşvik edilmesiyle, kızgınlık, olumsuz yargılama ve ilgisiz davranma gibi hisleri isteyerek terk etmesi olarak tanımlanmaktadır (Enright, 1996). Kişiye ruhsal ve fiziksel birçok fayda sağlayan affetme, (Exline & Baumeister, 2000), psikolojik danışma sürecindeki önemli amaçlardan biri olarak görülmektedir (Berecz, 2001; Wade vd., 2005). Affetmenin öznel iyi oluşu (Asıcı, 2018; Gull & Rana, 2013; Pareek & Jain, 2012; Tse & Yip, 2009), psikolojik iyi oluşu (Lawler-Row & Piferi, 2006; Satıcı, 2016; Worthington vd., 2007) ve yaşam doyumunu (Kaleta & Mroz, 2018; Öztörel, 2018) artırdığı ve ruh sağlığını koruduğu vurgulanmaktadır (Göztepe-Gümüş, 2015; Şentepe, 2016). Diğer taraftan affediciliğin düşük olduğu bireylerde bilişsel çarpıtmalar (Besim, 2017; Gündüz, 2014), öfke (Aslan, 2016; Topbaşoğlu, 2016) ve ruminasyon (Oral, 2016; Özgür & Eldeleklioğlu, 2017) daha yoğun görünmektedir. Affetmek, zarar gören kişinin gerçeği kabullenmesine yardımcı olur, kendini ve diğerlerini önyargısız kabullenmesini ve problem çözme becerisinin gelişmesini sağlar (Şener & Çetinkaya, 2015). Böylece affedilmeyen olay/durum ile ilgili ruminasyon, öfke, depresyon ve kaygı gibi bireyin yaşadığı olumsuz duygular azalır; sosyal destekten yararlanma, baş etme becerisi ve psikolojik iyilik hali gibi olumlu durumlar artar (Gürbüz, 2016). Affetmenin başka bir faydası da kişinin sosyal ilişkilerinde ortaya çıkmaktadır. Zarar gören kişi affetmeyi tercih ettiğinde psikolojik olarak güçlenir ve kendini daha olumlu yollarla ifade edebilir (Tüccar, 2015). Affetmeyi tercih eden kişilerin kişilerarası ilişkileri daha düzenli olmakta (Toussaint & Webb, 2005) ve kişilerarası uyumu artmaktadır (Tse & Yip, 2009). Bu nedenle affedicilik düzeyi yüksek olan bireyler aile hayatlarından, iş hayatlarından ve arkadaşlık ilişkilerinden daha fazla doyum almaktadır (Gürbüz, 2016). Affetmenin bireyin psikolojik sağlığına ve kişilerarası ilişkilerine sağladığı bu katkılar, bireylerin yaşam zorluklarıyla başa çıkmalarında önemli bir kaynak olmakta ve aynı zamanda psikolojik yardımın amaçları arasında yer almaktadır.

Psikolojik danışma, bireylerin kendilerini daha iyi tanımlarına, potansiyellerini fark etmelerine, özellikle yaşamlarının belli dönemlerinde kararlar vererek seçim yapmalarına, kendi problemlerini fark ederek uygun çözümler geliştirmelerine ve problemlerini çözmelerine yardımcı olmak için kuramlar ve ilkelere uygun olarak profesyonellerce verilen bir psikolojik yardım sürecidir (İkiz, 2017). Psikolojik danışma sürecinde boşanma, aldatılma, ihmal, istismar, suistimal, dolandırılma, eleştirilme, engellenme, sevilen bir kişinin ölümü, hastalık veya felaketler gibi pek çok zorlu olay nedeniyle kızgın olan (Murray, 2002), kendilerini veya başkalarını suçlayan (Menahem & Love, 2013) ve/veya yaşamın farklı alanlarında sorunlar yaşayan danışanlarla sıklıkla karşılaşmaktadır. Bu gibi durumlarda bireylerin duygusal ve bilişsel dengeleri olumsuz olarak etkilenebilir, sosyal alanda sorun yaşanabilir. Bu nedenle zarar gören bireyler, kişisel bütünlüklerini korumak veya yeniden yapılandırmak amacıyla psikolojik yardım arayışına girmektedirler (Gordon vd., 2000). Psikolojik danışma sürecinde affetme

üzerinde çalışıldığında, danışanların olay, olayın kendilerini nasıl etkilediği, kendi duygu ve düşünceleri hakkında farkındalıkları artar; danışanlar affetme veya affetmeme durumlarından birini seçerek hayatlarına daha sağlıklı olarak devam edebilirler (Thompson vd., 2005). Buradan hareketle psikolojik danışmada affetme üzerinde çalışılmasının önemli ve yararlı olacağı söylenebilir.

Alanyazın incelendiğinde. affediciliği artırmaya yönelik psiko-eğitim programlarının geliştirildiği yurt içi (Adam-Karpuz, 2019; Bugay & Demir, 2012; Çolak, 2014; Vural-Batık & Afyonkale-Talay, 2021) ve yurt dışı (Graham vd., 2012; Harper vd., 2014; Ji vd., 2016; Ha vd., 2019; Lin vd., 2013; McCollough ve Worthington, 1995; Sandage & Worthington, 2010; Wade & Goldman, 2006; Worthington vd., 2000) çalışmalar olduğu görülmektedir. Bu affetme müdahalelerinden en çok süreç temelli müdahalelerin etkili sonuçlar ortaya çıkardığı göze çarpmaktadır (Baskin & Enright, 2004). Affetmeyi geliştirmeye yönelik yapılan çalışmalarda, Affetme Süreç Modelini temel alan müdahalelerin affetmeye ilişkin duygu, düşünce ve tutumu olumlu yönde etkilediğini ve affetme eğiliminin artmasına katkı sağladığı ortaya konmuştur (Asıcı, 2018; Bugay & Demir, 2012; Ertürk, 2019; Freedman, 2018; Freedman & Knupp, 2003; Hilbert, 2015; Ji vd., 2016; Vural-Batık & Afyonkale-Talay, 2021). Affetme Süreç Modellerinde, bireyin olumsuz hislerini bırakmasının, geçmiş deneyimler ve acı verici hislerle yüzleşmesinin, kendisini inciten kişiye farklı açıdan bakabilmesinin, öfke ve intikam alma hislerini bırakmayı tercih etmesinin bir süreç olduğuna vurgu yapılmaktadır. Affetme süreç modellerinden biri olan Enright'ın Affetme Süreç Modeli'ne göre affetme, dört evrede (ortaya çıkarma, karar verme, çalışma ve derinleşme) gerçekleşmektedir (Baskin & Enright, 2004; Enright, 2001; Enright & Fitzgibbons, 2000). Ortaya çıkarma evresinde (uncovering), yaşanan öfkenin ve kullanılan savunma mekanizmalarının farkına varılması, olumsuz duygularla yüzleşmelerinin sağlanması, yüzleştikleri olumsuz duyguların kendilerine ve çevrelerine yönelik olan zararlarının fark edilmesine ilişkin konular bulunmaktadır. Karar evresinde (decision), şimdiye kadar yapılan çalışmaların işe yaramadığını kabul etme, bilişsel düzeyde affetmeyi isteme ve affetmeye karar verme amaçlanmaktadır. Çalışma evresinde (work), acıyı kabul etmeye, yaşanan olumsuzluğu yeniden şekillendirmeye, başka bir bakış açısıyla bakmaya ve yeniden değerlendirmeye ilişkin konular bulunmaktadır. Derinleştirme evresinde (deepen) ise, acının anlamını fark edebilme, affetme ihtiyaçlarını fark edebilme ve affetmenin özgürlüğünü fark edebilme amaçlanmaktadır. Böylece, birey affetme kavramını her yönüyle iyice anlamlandırmış ve özümsemiş olmaktadır. Mevcut araştırma, affetmeyi bilişsel bir süreç olarak kabul ederek Enright'ın Affetme Süreç Modeli temelinde yürütülmüştür.

Psikolojik danışma sürecinde psikolojik danışmanların affetme üzerinde çalışabilmesi için affetmenin anlamını, önemini, affetmeyi etkileyen etmenleri, affetme süreçlerini bilmesi önemlidir (Menahem & Love, 2013). Psikolojik danışmanlar affetme konusunda çalışırken ilk olarak danışanların affetme sürecini doğru anlamasına yardım etmelidir. Eğer danışan affetmeye istekli olursa, psikolojik danışmanlar, affetme konusunda gerekli bilgileri sunmalı, affetmenin ne olup olmadığını açıklamalıdır (Rotter, 2001). Örneğin, birçok danışan affetmenin unutmaya ve uzlaşmayla eşanlamlı olduğunu düşünebilir, bu yüzden affetme konusunda istekli olmayabilir. Bu gibi durumlarda psikolojik danışmanların danışanlarına affetme konusunda doğru bilgileri sunabilecek yeterlikte olması önemlidir (İkiz vd., 2015). Psikolojik danışmanlarla affetme konusunda çalışılması, danışmanlara danışanlarının affedememeye bağlı olarak yaşadıkları olumsuz duygular konusunda farkındalık kazandırdığı gibi psikolojik danışma sürecinde affetme konusunda çalışabilme yeterliği de kazandırabilir (Gümüşçağlayan, 2018). Alanyazında psikolog adaylarında (Hall & Fincham, 2008) ve psikolojik danışman adaylarında (Vural-Batık & Afyonkale-Talay, 2021) affetmeyi geliştirme konusu ele alınmış olmakla birlikte, psikolojik danışmanların affediciliklerinin geliştirilmesine yönelik herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterliğini belirlemeye yönelik çok sayıda ulusal çalışma olmakla birlikte (Aktaş & Zorbaz, 2018; Akşab & Türk, 2022; Bingöl, 2018; Fırıncı-Kodaz & Vural-Batık, 2018; Pamukçu & Kağnıcı, 2013; Sarıkaya, 2017; Sarpdağ, 2019; Yayla

& İkiz, 2017), psikolojik danışma sürecinde affetmeyi çalışabilme yeterliğine ilişkin sadece bir tane ölçek geliştirme çalışması (Vural-Batık vd., 2023) bulunmaktadır. Psikolojik danışmanların affetmeyle çalışabilme yeterliklerinin artırılmasına yönelik müdahalelerin geliştirildiği çalışmalara ise rastlanmamıştır. Buna ek olarak İkiz vd. (2015), psikolojik danışmanların da affetme konusunu psikolojik danışmada nasıl ele alabileceklerine yönelik bilgi ve deneyimlerinin yetersiz olduğunu ortaya koymuştur. Benzer şekilde Vural-Batık ve Afyonkale-Talay (2021) psikolojik danışma sürecinde affetme konusu üzerinde çalışabilme yeterliğinin artırılmasına ihtiyaç duyulduğunu vurgulamıştır. Bireyin güçlü ya da zayıf öz-yeterlik inancına sahip olması, bireyin davranışı ya da performansı üzerinde etkilidir (Zimmerman, 2000). Albert Bandura (1977) Sosyal Öğrenme Kuramı'na dayandırdığı öz-yeterliği, kişinin bir işi başarılı olarak yapıp yapmayacağı konusunda kendisine duyduğu inanç derecesi olarak tanımlamaktadır. Güçlü öz-yeterlik inancı, bireyin herhangi bir problemle karşılaştığında o problemle başa çıkacağına dair motivasyonunu artıran ve çaba göstermesini sağlayan bir davranıştır (Pamukçu & Demir, 2013). Psikolojik danışmanların danışanlarına yardım edebileceklerine dair inançları, psikolojik danışma sürecindeki performanslarını belirlemede etkili bir faktördür (Cormier & Nurious, 2003). Bu bağlamda psikolojik danışmanların affetmeyi çalışabilme öz-yeterliklerinin artırılması için affetmeyi nasıl çalışabileceklerine yönelik eğitim alması ve süpervizyon sürecinden geçmesi önem taşımaktadır. Süpervizyon süreciyle birlikte süpervizyon alan profesyonellerin kendi performanslarını izleyebilmesi, kendi yeterliklerinin sınırlarının farkında olabilmesi, kendi kişisel sorunlarının kendi profesyonel ilişkilerini ne yönde etkilediğinin farkında olabilmesi, gerektiği durumlarda süpervizyon alma ihtiyaçlarını belirleyebilmesi, süpervizyon kaynaklarına ulaşabilmesi, kendi psikolojik danışma uygulamalarını değerlendirebilecek bir yeterlik düzeyine ulaşabilmesi adına çaba sarf edilmektedir. Bu yeterliği kazanan ruh sağlığı profesyonelleri bir otonomi kabiliyeti kazanabilecek, özellikle bir süpervizöre ulaşamayacakları koşullarda öz kaynaklarının daha etkili bir biçimde kullanmaları sağlanabilecektir (Aydın, 2022). Buradan hareketle psikolojik danışmanlara sunulan eğitim ve süpervizyon desteğinin, psikolojik danışmanların mesleki yeterlik ve becerisine katkı sağlayarak, öz-yeterliklerinin de artmasını destekleyeceği beklenmektedir.

Mevcut araştırmada psikolojik danışmanların psikolojik danışmada affetmeyi çalışabilmeye ilişkin öz-yeterliklerinin artırılması amaçlanmaktadır. Bu amaç doğrultusunda, Bireysel Psikolojik Danışmada Affetmeyi Çalışma Programı hazırlanmış, bu program hakkında psikolojik danışmanlara eğitim verilmiştir. Ardından psikolojik danışmanların yaptıkları bireysel psikolojik danışma uygulamalarına ilişkin süpervizyon desteği sunulmuştur. Psikolojik danışmanların affetmeyi çalışabilme öz-yeterliklerine, 'Bireysel Psikolojik Danışmada Affetmeyi Çalışabilme Eğitimi'nin ve bireysel psikolojik danışma uygulamalarına sunulan süpervizyon desteğinin etkisi incelenmiştir. Araştırmanın amacı doğrultusunda şu sorulara cevap aranmıştır:

1. Bireysel Psikolojik Danışmada Affetmeyi Çalışabilme Eğitimi psikolojik danışmanların affetmeyi çalışabilme öz-yeterliğini artırmada etkili midir?
2. Psikolojik danışma uygulamaları ve süpervizyon desteği psikolojik danışmanların affetmeyi çalışabilme öz-yeterliğini artırmada etkili midir?
3. Bireysel Psikolojik Danışmada Affetmeyi Çalışma Programının uygulandığı bireysel psikolojik danışma süreci,
 - a. Danışanların affetmeye karar verme düzeyini artırmada etkili midir?
 - b. Danışanların affetme düzeyini artırmada etkili midir?
4. Psikolojik danışma uygulamaları ve süpervizyon süreci sonunda psikolojik danışmanların süpervizyon doyumu düzeyi nedir?

YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Deseni

Bu araştırmada psikolojik danışmanların affetmeyi çalışabilme öz-yeterlik algılarındaki değişimlerin incelenmesinde, yarı deneysel desenlerden 3x3'lük (2 deney 1 kontrol grubu X üç farklı zamanda ölçüm) eşleştirilmiş desen kullanılmıştır. Bireysel psikolojik danışmaya katılan danışanların affetme düzeylerindeki değişimler ise “tek grup öntest-sontest modeli” kullanılarak incelenmiştir. Yarı deneysel desende, deneklerin gruplara atanma olasılıklarının eşit ve bağımsız olması olarak açıklanan seçkisizlik kuralı uygulanmamaktadır. Bu desende denekler belirlenen değişkenlere göre eşleştirilerek oluşturulan gruplar deney ve kontrol gruplarına seçkisiz atanmaktadırlar. Desende ön testin bulunması, grupların deneysel işlem öncesi benzerlik derecelerinin bilinmesine ve son test sonuçlarının ön test puanlarına göre düzeltilmesine olanak sağlamaktadır (Fraenkel vd., 2012).

2.2 Çalışma Grubu

Araştırma, Samsun ili Atakum ilçesinde görev yapmakta olan psikolojik danışmanlarla yürütülmüştür. Veri toplama işlemine geçmeden önce Ondokuz Mayıs Üniversitesi Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'ndan (28.01.2022 tarihli 2022-64 sayılı karar) izin alınmıştır. Etik kurul izni ve İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nün izni alındıktan sonra Atakum Rehberlik ve Araştırma Merkezinin sorumluluk bölgesindeki okullarda görev yapan psikolojik danışmanlara ulaşılmıştır. Araştırma hakkında ayrıntılı bilginin de yer aldığı google formun gönüllü psikolojik danışmanlar tarafından doldurulması istenmiştir. Araştırma sürecinde verilecek eğitime dahil edilme kriterlerine uyan ve katılmak isteyen tüm psikolojik danışmanlar deney grubuna alınmıştır. Araştırmaya dahil edilme kriterleri olarak “alan mezunu psikolojik danışman olma ve en az 5 yıl süreyle aktif danışan görüşüyor olma” belirlenmiştir. Eğitime katılmak istemeyen ancak kontrol grubunda yer almayı kabul eden psikolojik danışmanlar da kontrol grubuna yerleştirilmiştir. Kontrol grubu oluşturulurken deney grubundaki katılımcıların affetmeyi çalışabilme özyeterlik ön test puanları ile eşleştirilmeye dikkat edilmiştir. Araştırmanın çalışma grubunu, deney grubunda 12 ve kontrol grubunda 6 olmak üzere toplam 18 psikolojik danışman oluşturmuştur. Araştırma grubuna ilişkin demografik bilgiler Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1

Araştırma Grubuna İlişkin Demografik Bilgiler

		Deney Grubu 1 (n=6) F	Deney Grubu 2 (n=6) F	Kontrol Grubu (n=6) f
Cinsiyet	Kadın	5	6	6
	Erkek	1	-	-
Eğitim	Lisans	4	3	1
	Yüksek lisans	2	3	3
	Doktora	-	-	2
Affetme ile ilgili kitap okuma	Evet	1	1	5
	Hayır	5	5	1
Yaş		M=44.83	M=42	M=37.50
		SS= 2.40	SS= 7.43	SS= 6.21
		(Min:41 Maks:47)	(Min:34 Maks:53)	(Min:26 Maks:42)
Mesleki deneyim yılı		M=20.83	M=18.50	M=15.17
		SS= 4.79	SS= 7.23	SS= 7.41
		(Min:12 Maks:25)	(Min:10 Maks:30)	(Min:1 Maks:22)

2.3. Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından hazırlanan formda, yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, çalıştığı kademe, mesleki deneyim süresi ile ilgili bilgileri elde etmeye yönelik sorular bulunmaktadır.

Psikolojik Danışmada Affetmeyi Çalışabilme Öz-Yeterliği Ölçeği (PDAÇÖÖ): Vural-Batık vd. (2023) tarafından geliştirilen ölçek psikolojik danışmanların psikolojik danışma sürecinde affetme konusunda çalışabilme öz-yeterlik düzeyini belirlemeyi amaçlamaktadır. Beşli Likert tipi olan ölçek 41 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 41, en yüksek puan ise 205'tir. Ölçekten elde edilen yüksek puan, affetmeyi çalışabilme yeterlik algısının yüksek olduğuna işaret etmektedir. AFA sonucunda toplam varyansın %61.7'sini açıklayan tek faktörlü bir yapı ortaya çıkmıştır. PDAÇÖÖ'de yer alan maddelerin ilgili faktörde yüksek düzeyde faktör yük değerine sahip olduğu ve tüm maddelerin ayırt edici olduğu belirlenmiştir. DFA sonucunda, elde edilen modelin uyum indeksleri tek faktörlü yapının doğrulandığını göstermiştir. Hesaplanan Cronbach Alfa ve McDonald's Omega güvenilirlik katsayıları 0.99 ve Split-Half yönteminden elde edilen Guttman ve Spearman-Brown katsayıları 0.96 olarak bulunmuştur. Ölçeğin psikolojik danışmada affetmeyi çalışabilme öz-yeterlik algısını belirlemede geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu belirtilmiştir (Vural-Batık vd., 2023).

Süpervizyon Doyumu Ölçeği (SDÖ): Ladany vd. (1996) tarafından geliştirilmiş ve Aydın (2022) tarafından Türkçe'ye uyarlananan ölçek, klinik alanda süpervizyon alan öğrencilerin süpervizyon sürecinden ne düzeyde memnun kaldıklarını belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Bu araştırmada deneysel işlemin ikinci basamağında bireysel danışma uygulamalarına süpervizyon alan psikolojik danışmanların süpervizyondan memnuniyet düzeylerini belirlemek amacıyla kullanılmıştır. Tek boyutlu yapıya sahip olan ölçekte 8 madde bulunmaktadır. Dörtlü Likert tipinde düzenlenmiş olan ölçeğin değerlendirilmesinde her madde 1-4 arasında (1=kesinlikle hayır, 4= kesinlikle evet) puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 8, en yüksek puan ise 32'dir. Ölçekten elde edilen yüksek puan, yüksek süpervizyon doyumuna işaret etmektedir. Ölçeğin yapı geçerliğini belirlemek amacıyla açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi yapılmış ve ölçeğin tek boyutlu olarak iyi uyum gösterdiği bulunmuştur ($\chi^2/sd = 1.55$, RMSEA= .04, CFI= .99, $p < .000$). Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı ise .97'dir (Aydın, 2022).

Heartland Affetme Ölçeği (HAÖ): Ölçek Thompson vd. (2005) tarafından geliştirilmiş ve Bugay ve Demir (2010) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Bu araştırmada deneysel işlemin ikinci basamağında bireysel danışma uygulaması yapan psikolojik danışmanların çalıştığı danışanların affetme düzeylerini belirlemek amacıyla kullanılmıştır. Yedili Likert tipi olan ölçekte 1 "beni hiç yansıtmıyor", 7 ise "beni tamamen yansıtıyor" seçeneğini ifade etmektedir. 18 madde yer alan ölçekten alınabilecek en düşük puan 18 ve en yüksek puan ise 126'dır. Alınan puanın artması affetme düzeyinin de arttığını göstermektedir. Kendini affetme, başkasını affetme ve durumu affetme olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin yapı geçerliğini belirlemek amacıyla açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi yapılmış, toplam varyansın %45.46 olduğu belirlenmiştir. Ölçeğin üç faktörlü olarak kabul edilebilir uyum gösterdiği bulunmuştur ($\chi^2/sd = 2.33$, RMSEA= .06, GFI= .92, CFI= .90, $p < .000$). Alt boyutlar ayrı ayrı puanlanabilirken aynı zamanda toplam puan da elde edilebilmektedir. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı ise .81'dir (Bugay ve Demir, 2010). Gökmen ve Deniz (2020) ve Uyanık (2021) tarafından yapılan çalışmalarda ise ölçeğin yetişkinler üzerinde Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı tüm ölçek için .88 olarak hesaplanmıştır.

Affetme Kararı Ölçeği (AKÖ): Ölçek Davis vd. (2015) tarafından geliştirilmiş ve Ekşi vd. (2018) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Kişilerin affetme düzeyleri ile affetme kararı vermelerini birbirinden ayırmak amacıyla geliştirilmiştir. Enright'ın Affetme Süreç Modeli'nin ikinci evresi olan affetmeye karar verme basamağını hedeflemektedir. Bu araştırmada deneysel işlemin ikinci basamağında bireysel danışmaya katılan danışanların affetme kararı düzeyini

incelemek amacıyla kullanılmıştır. Ölçeğin uyarlama çalışmaları beliren yetişkinler üzerinde yapılmıştır. Beşli Likert tipi olan ölçekte 1 “kesinlikle katılmıyorum”, 5 ise “kesinlikle katılıyorum” seçeneğini ifade etmektedir. 6 madde yer alan ölçek tek boyuttan oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 6 ve en yüksek puan ise 30’dur. Alınan puanın artması affetme kararının da artışı göstermektedir. Ölçeğin yapı geçerliğini belirlemek amacıyla açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi yapılmış, toplam varyansın %69.30 olduğu belirlenmiştir. Ölçeğin tek boyutlu olarak kabul edilebilir uyum gösterdiği bulunmuştur ($\chi^2/sd=3.33$, RMSEA=.08, GFI=.97, AGFI=.92, CFI=.99, NFI=.98, $p<.000$). Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı ise .91’dir (Ekşi vd., 2018).

Örneklemin küçük olması nedeniyle mevcut çalışmada ölçeklerin geçerlik ve güvenilirlik analizleri yapılamamıştır. Fakat ölçeklerin önceki çalışmalardaki analiz sonuçlarına göre geçerli ve güvenilir birer ölçeğe aracı olduğu kanısına varılarak bu araştırma kapsamında kullanılmıştır.

2.4. DeneySEL İŞLEM

Araştırmanın birinci deney grubunun deneySEL işlem süreci sadece psikolojik danışman eğitiminden oluşurken, ikinci deney grubunun deneySEL işlem süreci ise psikolojik danışman eğitimi ve süpervizyon süreci olmak üzere iki basamaktan oluşmuştur (Bkz. Şekil 1). Birinci basamakta deney grubunda bulunan (deney grubu 1 ve deney grubu 2) psikolojik danışmanlara (n=12) Bireysel Psikolojik Danışmada Affetmeyi Çalışabilme (PDAÇ) Psikolojik Danışman Eğitimi” verilmiştir. Bu eğitimde, araştırmacılar tarafından hazırlanan “Bireysel Psikolojik Danışmada Affetmeyi Çalışma Programı” anlatılmıştır. Bu programın içeriği Enright ve Fitzgibbons tarafından geliştirilen Affetme Süreç Modeline dayalı olarak hazırlanmıştır. Program hazırlanırken Vural-Batık ve Afyonkale-Talay (2021) tarafından daha önce geliştirilen ve psikolojik danışman adayları üzerinde etkililiği belirlenen psiko-eğitim programından yararlanılmış ve bireysel psikolojik danışma sürecine uygun olacak şekilde yapılandırılmıştır. Bireysel Psikolojik Danışmada Affetmeyi Çalışma Programı (EK-1) ön görüşme seansı dahil toplam 10 görüşme seansından oluşmaktadır. Ön görüşme seansı danışanı tanımayı ve affetme sürecine uygunluğunun değerlendirilmesini içermektedir. İlk seansta affetme ve sonuçları, ikinci seansta öfkeyle yüzleşme, üçüncü seansta olumsuz iç konuşmalar, dördüncü seansta affetmeye karar verme, beşinci seansta düşünce, duygu ve davranışlar, altıncı seansta otomatik düşünceler, yedinci seansta merhamet geliştirme ve acıyı kabul etme, sekizinci seansta acının anlamını keşfetme, son seansta ise affetmenin özgürlüğünü keşfetme konuları ele alınmıştır. Bireysel Psikolojik Danışmada Affetmeyi Çalışma Programının içeriği, deney grubunda bulunan psikolojik danışmanlara (n=12), altı saat süren eğitimde aktarılmıştır. Her bir danışma seansında affetmenin nasıl çalışılacağı ayrıntılı olarak anlatılmıştır. Kontrol grubu ile (n=6) herhangi bir çalışma yapılmamıştır. Eğitim öncesinde ve sonrasında deney ve kontrol grubuna “Psikolojik Danışmada Affetmeyi Çalışabilme Öz-Yeterliği Ölçeği” uygulanmıştır.

DeneySEL işlemin birinci basamağından sonra ikinci deney grubunda bulunan psikolojik danışmanlardan (n=6) bireysel psikolojik danışma yapmaları ve süpervizyon almaları istenmiş, diğer gruptan ise herhangi bir uygulama istenmemiştir. İkinci deney grubu gönüllülük esasına göre oluşturulmuştur. İkinci deney grubunda bulunan psikolojik danışmanların her biri (n=6) bu çalışmaya uygun olan ve affetmeyi çalışabilecekleri birer danışan belirlemiş, ardından uygulama ve süpervizyon süreci başlamıştır. Her bir psikolojik danışman, belirlediği danışanı 10 seans bireysel psikolojik danışma uygulaması yapmış ve birinci basamakta verilen eğitimde anlatılan programı takip etmişlerdir. Psikolojik danışmanlar bireysel danışmalara aynı hafta başlamış, her seans sonrasında süpervizyon verilmiştir. Süpervizörler PDR bilim dalında doktorasını tamamlamış ve alanda çalışan iki araştırmacıdır. 10 seans bireysel psikolojik danışma uygulamasına paralel olarak 10 süpervizyon toplantısı gerçekleştirilmiştir. Süpervizyon toplantıları online olarak ve bu grupta yer alan 6 psikolojik danışmanın katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Süpervizyon sürecinde kendini anlatma yolu/ sözel aktarım ve süreç notları ile süpervizyon tekniği (Atik, 2017; Şeker, 2019) kullanılmıştır. Bireysel danışmalar sırasında her

oturum sonunda psikolojik danışmanların kendi yeterliğini değerlendirmesi, spesifik soruları olur ise not etmesi, oturum özeti hazırlayarak süpervizyon toplantısına hazırlanması istenmiştir. Süpervizyon toplantılarında psikolojik danışmanlara, psikolojik danışma sürecinde danışanları özelinde zorlandıkları konular, müdahale yöntemleri, affetme sürecini nasıl çalıştıklarına ilişkin geribildirimler sunulmuştur. 10 seans bireysel psikolojik danışma uygulaması ve süpervizyon toplantısının tamamı bittiğinde hem deney grubundaki psikolojik danışmanlara hem de kontrol grubuna “Psikolojik Danışmada Affetmeyi Çalışabilme Öz-Yeterliği Ölçeği” uygulanmıştır. Buna ek olarak süpervizyon alan psikolojik danışmanların süpervizyon doyumuna ilişkin değerlendirme verileri “Süpervizyon Doyumu Ölçeği ile toplanmıştır.

Şekil 1

Veri Toplama Süreci

Deney grubu 1 (n=6)	Deney grubu 2 (n=6)	Kontrol grubu (n=6)
PDAÇÖÖ (Öntest)	PDAÇÖÖ (Öntest)	PDAÇÖÖ (Öntest)
PDAÇ eğitimi	PDAÇ Eğitimi	–
PDAÇÖÖ (Ölçüm 2)	<i>Psikolojik Danışmanlara</i> PDAÇÖÖ (Ölçüm 2) <i>Danışanlara</i> HAÖ ve AKÖ (Öntest)	PDAÇÖÖ (Ölçüm 2)
–	Uygulama + Süpervizyon	–
PDAÇÖÖ (Sontest)	<i>Psikolojik Danışmanlara</i> PDAÇÖÖ ve SDÖ (Sontest) <i>Danışanlara</i> HAÖ ve AKÖ (Sontest)	PDAÇÖÖ (Sontest)

Psikolojik danışmanların affetmeyi çalışabilme yeterliğine ilişkin bir kanıt olarak, ikinci deney grubundaki psikolojik danışmanların seanslarına katılan danışanların affetme düzeylerindeki değişimler incelenmiştir. İkinci deney grubundaki uygulama ve süpervizyon sürecine katılan 6 psikolojik danışmandan bireysel danışma alan 6 danışanın psikolojik danışma öncesinde ve sonrasında “Hearthland Affetme Ölçeği ve Affetme Kararı Ölçeği” aracılığıyla veri toplanmıştır.

Deneyssel araştırmalarda iç geçerlik kavramı önemlidir ve bağımlı değişkende gözlenen değişimlerin bağımsız değişkenle açıklanabilirlik düzeyi olarak tanımlanmaktadır. Bu nedenle deneyssel araştırmalarda iç geçerliği tehdit eden faktörlerin kontrol edilmesi önemlidir (Fraenkel vd., 2012). Bu nedenle iç geçerliği artırmak için deneyssel süreçte bağımlı değişkeni etkileyebilecek bazı değişken kontrol edilmeye çalışılmıştır. Bu nedenle deneyssel işlem süresince hem deney hem kontrol grubundaki katılımcıların affetme ile ilgili başka bir eğitim almamaları, kitap, film vb. araçlara başvurmamaları istenmiştir.

2.5. Verilerin Analizi

Birinci ve ikinci alt araştırma sorusuna yanıt aramak için deney ve kontrol grubunda yer alan deneklerin az sayıda olmaları nedeni ile grupların test puanları arasında istatistiksel olarak

anlamli bir fark olup olmadığının incelenmesinde parametrik olmayan tekniklerden yararlanılmıştır. Öncelikle grupların deney öncesinde psikolojik danışmada affetmeyi çalışabilme özyeterlik düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterip göstermediği yani öntest puanları arasındaki farklılık Kruskal Wallis-H testi ile incelenmiştir. Deneyssel uygulamadan sonra grupların son test puanları arasında anlamlı farklılık olup olmadığının belirlenmesinde de Kruskal Wallis-H testi kullanılmıştır. Böylece deney ve kontrol grupları için farklı zamanlarda gerçekleştirilen ölçümler arasındaki farkların gruplar açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark oluşturup oluşturmadığı dikkate alınmıştır (Kirk, 2008; Tabachnick & Fidell, 2013).

Ayrıca grupların ilişkili ölçümlerine ait puanları arasındaki farkın anlamlılığı test edilmiştir. Deney ve kontrol gruplarının her biri için art arda yapılan ölçümler (3 ölçüm) sonucu elde edilen verilerin ortalamaları arasında anlamlı bir fark olup olmadığını test etmek amacıyla yapılan non-parametrik teknik Friedman Testidir (Field, 2009). Böylece sadece eğitim alan grubun, eğitim ve uygulamayı birlikte alan grubun ve hiçbir uygulama almayan grubun puanlarının grup içi farklılığın belirlenmesi sağlanmaktadır. Ölçümler arasında bir fark bulunması durumunda farkın hangi ölçümden kaynaklandığı Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi ile belirlenmiştir.

Üçüncü alt araştırma sorusuna yanıt bulmak için Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi ile kullanılmıştır. Bu test ile eğitim, uygulama ve süpervizyon sürecine katılan ikinci deney grubundaki psikolojik danışmanlardan bireysel danışma alan 6 danışanın psikolojik danışma öncesinde ve sonrasındaki affetme karar düzeylerinde ve affetme düzeylerinde anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlenmiştir.

Dördüncü araştırma sorusu olan psikolojik danışma uygulamaları ve süpervizyon süreci sonunda psikolojik danışmanların süpervizyon doyumunu düzeyleri betimsel istatistikler ile incelenmiştir. Deney ve kontrol grupları gibi farklı grup ortalamalarının karşılaştırıldığı analizlerde anlamlı bulunan hipotezler için sonucun pratikteki anlamlılığı etki büyüklüğünden yararlanılarak ortaya konulmaktadır. Sonuçların yorumlanması sürecinde dikkate alınan etki büyüklüğü örneklem büyüklüğünden etkilenmemektedir ve böylece bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerinde ne düzeyde etkili olduğu ile ilgili daha doğru yorumlar yapılabilir. Pallant (2007) ve Field (2013), normal yaklaşım testi için kullanılan z değerini toplam örneklem büyüklüğünün kareköküne bölerek bir r istatistiği hesaplanmasını önermektedir. Cohen'e (1992) göre elde edilen değer işaretine bakılmaksızın 0.10-0.30 arasında ise küçük, 0.30-0.50 arasında ise orta ve 0.50'ten büyük ise büyük etki büyüklüğü olarak ifade edilmektedir. Araştırma kapsamında .05 anlamlılık düzeyi kabul edilmiş ve analizler SPSS 20.0 paket programı kullanılarak yapılmıştır.

BULGULAR

Araştırmanın alt problemine bağlı olarak öncelikle grupların öntest puanlarında anlamlı bir farkın olup olmadığını belirlemek için yapılan Kruskal Wallis-H Testi sonuçları Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2

Deney ve Kontrol Gruplarının Öntest Puanları Arasındaki Farka İlişkin Kruskal Wallis-H Testi Analiz Sonucu

Grup	n	$\bar{x}$	SS	Sıra Ortalaması	χ^2	sd	p
Deney grubu 1 (Eğitim)	6	97.00	24.42	7.50	4.26	2	.119
Deney grubu 2 (Eğitim, uygulama + süpervizyon)	6	96.83	21.42	7.83			
Kontrol grubu	6	116.50	12.96	13.17			

Tablo 2'ye göre, deney ve kontrol grubundaki psikolojik danışmanların öntest puanları sıra ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmektedir ($\chi^2=4.26$; $sd=2$; $p>.05$). Bu bulgu deneysel işlem öncesinde üç gruptaki psikolojik danışmanların psikolojik danışmada affetmeyi çalışabilme özyeterlik düzeylerinin birbirine benzer olduklarını göstermektedir.

Grupların sontest puanlarında anlamlı bir farkın olup olmadığını belirlemek için yapılan Kruskal Wallis-H Testi sonuçları Tablo 3'de verilmiştir.

Tablo 3

Deney ve Kontrol Gruplarının Sontest Puanları Arasındaki Farka İlişkin Kruskal Wallis-H Testi Analiz Sonucu

Grup	n	$\bar{x}$	SS	Sıra Ortalaması	χ^2	sd	p
Deney grubu 1 (Eğitim)	6	120.50	30.66	7.33	11.76	2	.003
Deney grubu 2 (Eğitim, uygulama + süpervizyon)	6	187.67	20.29	15.50			
Kontrol grubu	6	111.00	28.52	5.67			

Tablo 3'e göre, gruplarda yer alan psikolojik danışmanların sontest sıra ortalamaları arasındaki farkın en az bir grupta diğer gruplardan istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir ($\chi^2=11.76$; $sd=2$; $p<.05$). Anlamlı farkın hangi gruplar arasında fark olduğunu belirlemek için ikili karşılaştırma testlerinden Mann Whitney U Testinden yararlanılmıştır. Yapılan test sonucunda elde edilen sonuçlar Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4

Alt Grupların Sontest Puan Farklılığını Belirlemek Üzere Yapılan Mann Whitney U Test Sonuçları

Grup	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	Z	p
Deney grubu 1 (Eğitim)	6	3.50	21.00	0.00	-2.89	.004
Deney grubu 2 (Eğitim, uygulama + süpervizyon)	6	9.50	57.00			
Deney grubu 1 (Eğitim)	6	7.33	44.00	13.00	-0.81	.485
Kontrol grubu	6	5.67	34.00			
Deney grubu 2 (Eğitim, uygulama + süpervizyon)	6	9.50	57.00	0.00	-2.89	.002
Kontrol grubu	6	3.50	21.00			

Tablo 4 incelendiğinde, psikolojik danışmada affetmeyi çalışabilme özyeterliği deney sonrası son test puanlarının hangi alt gruplar arasında farklılaştığını belirlemek üzere yapılan analiz sonucunda birinci deney grubu ile ikinci deney grubu arasında ikinci deney grubu lehine ($U=0.00$, $p<.05$) ve ikinci deney grubu ile kontrol grubu arasında yine ikinci deney grubu lehine ($U=0.00$, $p<.05$) istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Bu sonuçlar, teorik eğitimden sonra uygulamalı eğitim yapıp süpervizyon desteği alan deney grubundaki psikolojik danışmanların psikolojik danışmada affetmeyi çalışabilme özyeterlik puanlarının teorik eğitim alan deney grubu ve kontrol grubuna göre anlamlı düzeyde yüksek olduğunu, uygulama yapıp süpervizyon desteği almanın son test puanları üzerinde anlamlı bir etki gösterdiğini ortaya koymaktadır. Belirlenen her iki gruplar arasındaki anlamlı farkın gerçekte (pratikte) önemli olup olmadığını ortaya koymak amacıyla hesaplanan etki büyüklüğü $r=-0.83$ olarak hesaplanmıştır. Hesaplanan bu yüksek düzey etki büyüklüğü ile grupların son test puanlarındaki gözlenen varyansın (değişkenliğin) %83'ünün ikinci deney grubundaki psikolojik danışmanların yaptıkları uygulama sonucunda aldıkları süpervizyonun etkisi ile açıklanabileceğini ortaya koymaktadır.

Birinci deney grubu ile kontrol grubu arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($U=13.00$, $p>.05$). Bu sonuç, sadece teorik eğitim alan deney grubu ile hiçbir eğitim almayan kontrol grubundaki psikolojik danışmanların psikolojik danışmada affetmeyi çalışabilme özyeterlik son test puanlarında anlamlı bir farklılık olmadığını göstermektedir.

Deney ve kontrol grubundaki psikolojik danışmanların psikolojik danışmada affetmeyi çalışabilme özyeterlik ölçeği öntest, ikinci ölçüm ve son test puanlarının en az ikisinin sıra ortalamaları arasındaki fark Friedman Testi kullanılarak incelenmiş ve bulgular Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5

Grupların Tekrarlı Ölçümlerine İlişkin Friedman Testi Sonuçları

	Test	n	$\bar{x}$	SS	Sıra Ortalaması	χ^2	sd	p
Deney grubu 1 (Eğitim)	Öntest	6	97.00	24.42	1.00	12.00	2	.002
	Ölçüm 2	6	153.67	15.02	3.00			
	Son test	6	120.50	30.66	2.00			
Deney grubu 2 (Eğitim, uygulama + süpervizyon)	Öntest	6	96.83	21.42	1.00	12.00	2	.002
	Ölçüm 2	6	157.67	27.23	2.00			
	Son test	6	187.67	20.29	3.00			
Kontrol grubu	Öntest	6	116.50	12.96	2.00	0.00	2	1.00
	Ölçüm 2	6	120.33	14.95	2.00			
	Son test	6	111.00	28.52	2.00			

Tablo 5'teki sonuçlar incelendiğinde her iki deney grubunda da üç ölçümden en az ikisinin diğerlerinden farklı olduğunu ($\chi^2=12.00$; $sd=2$; $p<.05$), kontrol grubunun ise üç ölçümünün de birbirinden anlamlı düzeyde farklılık göstermediği belirlenmiştir ($\chi^2=0.00$; $sd=2$; $p>.05$). Ölçümlerin sıra ortalamalarının artması grupların psikolojik danışmada affetmeyle çalışabilme özyeterlik puanlarının arttığını göstermektedir. Birinci deney grubunun sıra ortalamaları incelendiğinde, öntestten (1.00) ikinci teste geçildiğinde sıra ortalamasının (3.00) arttığı son test ölçümlerinin sıra ortalamasının (2.00) ise ikinci ölçümden daha düşük olduğu gözlemlenmiştir. Bu durum öntestten ikinci teste puanlarda bir artış olduğunu son testte ise puanlarda azalma olduğunu göstermektedir. Bu farkların anlamlı olup olmadığına ilişkin yapılan Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi sonucunda puanlardaki artışın ve azalmanın anlamlı olduğu belirlenmiştir ($p<.05$). Sonuç olarak sadece teorik bir eğitim verildiğinde psikolojik danışmanlar eğitim öncesine göre kendilerini affetmeyle çalışabilme konusunda daha yeterli görseler de belirli bir süre sonra

özyeterlik düzeyinde anlamlı bir düşme olduğu saptanmıştır. Bulunan sonucun gerçekte (pratikte) bir anlam taşıyıp taşımadığını belirlemek amacıyla etki büyüklüğü hesaplanmıştır.

Teorik eğitimle birlikte uygulama yapıp süpervizyon desteği olan ikinci deney grubunun sıra ortalamaları incelendiğinde, öntestten (1.00) ikinci testte (2.00) geçildiğinde sıra ortalamasının arttığı sontest ölçümlerinin sıra ortalamasında da yine artış olduğu (3.00) gözlemlenmiştir. Bu farkların anlamlı olup olmadığına ilişkin yapılan Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi sonucunda puanlardaki artışın anlamlı olduğu belirlenmiştir ($p < .05$). Sonuç olarak teorik bir eğitim aldıklarında psikolojik danışmanlar eğitim öncesine göre kendilerini affetmeyle çalışabilme konusunda daha yeterli görseler de aldıkları eğitimden sonra uygulama yapıp süpervizyon desteği aldıklarında özyeterlik düzeyinde anlamlı düzeyde daha da artış olduğu saptanmıştır. Sontest-öntest, ikinci test-ön test ve sontest-ikinci test için hesaplanan etki büyüklüğü $r = -0.65$ olarak hesaplanmıştır. Hesaplanan büyük etki büyüklüğü ikinci deney grubundaki bireylerin teorik eğitim öncesinden sonrasına özyeterlik puanlarında artış olduğunu, uygulama ve süpervizyon desteğinden sonra da özyeterlik düzeylerinde artış olduğunu göstermektedir. Kontrol grubunun farklı ölçümleri arasında ise istatistiksel olarak herhangi bir farklılık gözlemlenmemiştir ($p > .05$).

İkinci deney grubundaki psikolojik danışmanların teorik eğitim sonrası yaptıkları bireysel psikolojik danışma uygulamalarına katılan danışanların, psikolojik danışma öncesinde ve sonrasındaki affetmeye karar verme ve affetme düzeylerinde anlamlı bir farklılık olup olmadığının belirlenmesi amacıyla yapılan Wilcoxon İşaretli Sıralar Test sonuçları Tablo 6'da yer almaktadır.

Tablo 6

Danışanların Affetme Karar Düzeyleri ve Affetme Düzeyleri Öntest Sontest Ölçümlerine İlişkin Analiz Sonuçları

Sontest-Öntest			n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	z	p
Affetme karar düzeyi	karar	Negatif sıralar	0	0.00	0.00	-2.21	.027
		Pozitif sıralar	6	3.5	21.00		
		Eşit sıralar	0				
Affetme düzeyi		Negatif sıralar	0	0.00	0.00	-2.20	.028
		Pozitif sıralar	6	3.5	21.00		
		Eşit sıralar	0				

Tablo 6 incelendiğinde, ikinci deney grubundaki psikolojik danışmanların danışanlarının affetme karar düzeyleri öntest-sontest puanları arasındaki fark ($z = -2.21$; $p < .05$). ile affetme düzeyleri öntest-sontest puanları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($z = -2.20$; $p < .05$). Bu sonuç, psikolojik danışmanların aldıkları eğitimden sonra uygulama yapmalarının ve aldıkları süpervizyon desteği etkisinin danışanlarına da yansıdığını göstermektedir. Anlamlı farkın etki büyüklüğü yaklaşık $r = -0.65$ olarak hesaplanmıştır. Bu değer yüksek bir etkiye işaret etmektedir.

Araştırmanın son alt amacı olan psikolojik danışma uygulamaları ve süpervizyon süreci sonunda psikolojik danışmanların süpervizyon doyumunu düzeylerine ilişkin betimsel istatistikler Tablo 7'de verilmiştir.

Tablo 7*Psikolojik Danışmanların Süpervizyon Doyumu Düzeylerine İlişkin Betimsel İstatistikler*

n	$\bar{x}$	Medyan	SS	Min	Mak	Ranj	25. yüzdilik	50. yüzdilik	75. yüzdilik
6	31.17	31.50	0.98	30	32	2	30.00	31.50	32.00

Süpervizyon doyum ölçeğinden alınabilecek en yüksek puan 32 en düşük puan ise 8'dir. Ölçekten alınan yüksek puanlar psikolojik danışmanların süpervizyondan aldıkları doyumun yüksek olduğunu göstermektedir. Tablo 7 incelendiğinde psikolojik danışmanların süpervizyon doyum ölçeği puanlarının çok yüksek ve en düşük puanın 30, en yüksek puanın 32 olduğu görülmektedir. Ayrıca ölçekten alınan puanlar birbirine çok benzerdir.

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Psikolojik danışmanların psikolojik danışmada danışanlarını affetme konusunda destekleyebilmeleri için affetme konusunda çalışabilme yeterliklerinin artırılması önemli görülmektedir. Psikolojik danışmanların öz-yeterliklerinin yüksek olması karşılaştıkları zorluklara daha etkili bir şekilde yaklaşmalarını sağlamaktadır (Berg vd., 2010). Psikolojik danışmanların danışanlarına yardım edebileceklerine dair inançları, psikolojik danışma sürecindeki performanslarını belirleyen önemli bir faktördür (Cormier & Nurious, 2003). Buradan hareketle araştırmada, psikolojik danışmanlarının psikolojik danışmada affetmeyi çalışabilme öz-yeterliklerinin artırılmasına yönelik hazırlanan eğitim programının ve bireysel uygulamalara ilişkin süpervizyonların etkisi incelenmiştir.

Araştırmadan elde edilen ilk bulguya göre, yalnızca eğitim verilen birinci deney grubundaki psikolojik danışmanların affetmeyi çalışabilme öz-yeterlikleri eğitim öncesine göre anlamlı ölçüde artmış; ancak izleme sürecinde tekrar azalmıştır. Eğitimden sonra psikolojik danışmanlar kendilerini affetme konusunda daha yeterli görseler de, uzun vadede bu öz-yeterlik algısının anlamlı bir şekilde düştüğü saptanmıştır. Psikolojik danışmanların affetme süreçlerini doğru anlamaları, danışanların bu konuda yanlış inanışlarını (örneğin, affetmenin unutmaya veya uzlaşma ile eşanlamlı olduğu düşüncesi gibi) düzeltmelerini ve danışanlara destek olabilmelerini sağlamaktadır (İkiz vd., 2015; Rotter, 2001). Her ne kadar verilen eğitimde, psikolojik danışmanlar bireysel psikolojik danışmada affetmeyi nasıl çalışabileceklerine dair bir yeterlik algısı geliştirmiş olsalar da, bu bilgileri uygulamaya dönüştürmedikleri için bilgilerin unutulmuş olması ve bu nedenle öz-yeterliklerinin düşmesi muhtemel görünmektedir. Bu durum, yalnızca teorik bilgi ile desteklenen bir eğitimin tek başına, psikolojik danışmanların becerilerini uygulamaya dönüştürmelerinde yeterli olmadığını ortaya koymaktadır.

Araştırmada, eğitimin ardından uygulama yapıp süpervizyon desteği alan psikolojik danışmanların ise (ikinci deney grubu) öz-yeterlik düzeyleri anlamlı ölçüde artmıştır. Bu grup sadece teorik eğitim alan psikolojik danışmanlardan (birinci deney grubu) farklı olarak, öğrendiklerini psikolojik danışmada uygulama fırsatı bulmuş ve bu süreçte aldıkları süpervizyon desteğiyle bilgi ve becerilerini daha derinlemesine geliştirmiştir. Sonuçlar, teorik eğitimle birlikte uygulama yapmanın ve süpervizyon almanın öz-yeterlik algısındaki artışı daha sürdürülebilir kıldığını göstermektedir. Bandura'ya (1977) göre bireylerin performansları yalnızca bilgiyle değil, aynı zamanda bu bilgiyi uygulamaya geçirebilme kapasiteleriyle de şekillenir. Bu bağlamda, teorik eğitimin sağladığı bilgi, belirli bir süre boyunca artan öz-yeterlik inancını desteklese de, bu artışın kalıcı olabilmesi için pratik uygulamaların ve süpervizyon desteğinin gerekli olduğunu göstermektedir. Eğitimde bilgi ve becerilerin teorik olarak kazanılması mümkündür; ancak uygulama ve süpervizyon süreçlerinde kalıcı bir şekilde öğrenme gerçekleşir ve mesleki yeterlilikler artmaktadır.

Bireysel psikolojik danışma uygulamalarının ardından süpervizyon verilmesi, psikolojik danışmanların öz-yeterlik algısını artırmıştır. Bu etkinin psikolojik danışmanların kendi uygulamalarını değerlendirme ve geri bildirim alma fırsatlarının sürekli bir öğrenme süreci yaratmasından kaynaklandığı söylenebilir. Alanyazında süpervizyonun, psikolojik danışmanların mesleki gelişimleri üzerinde önemli bir rol oynadığı geniş çapta kabul görmektedir (Aydın, 2022; Bernard & Goodyear, 2014; Corey, 2015). Bandura'nın (1977) öz-yeterlik teorisine göre, bireylerin performansları ve mesleki başarıları, aldıkları geri bildirimlere ve kendilerine duydukları güvene dayanır. Süpervizyon süreci yapılandırılmış bir profesyonel destek mekanizması olarak, danışmanların beceri eksiklerini fark etmelerine, müdahale stratejilerini geliştirmelerine ve öz değerlendirme yetkinliklerini artırmalarına olanak tanımaktadır (Aydın, 2022). Süpervizyon, danışmanların yalnızca mevcut durumdaki performanslarını değil, aynı zamanda mesleki yeterliklerini sürekli olarak geliştirme yollarını da öğrenmelerine yardımcı olmaktadır (Pamukçu & Demir, 2013). Süpervizyon sürecinin sadece mesleki beceriler değil, aynı zamanda duygusal destek sağlayan bir süreç olarak da güçlendirilmesi, danışmanların hem kişisel hem de mesleki gelişimlerini destekleyecektir (Schwartz & O'Connor, 2014). Bu süreçte, affetme gibi hassas bir konuda müdahale yöntemlerini test edebilmeleri, danışan geri bildirimlerini değerlendirmeleri ve süpervizörlerden yönlendirme almaları, bilgi ve becerilerinin derinleşmesine katkı sağlayabilir.

Süpervizyonun başarısı süpervizyondan memnuniyetle doğrudan ilişkilidir. Araştırmada, psikolojik danışmanların süpervizyon süreçlerinden yüksek düzeyde doyum sağladıkları belirlenmiştir. Süpervizyon doyumunu, danışmanların süpervizyon sürecinden aldıkları tatmin düzeyini yansıtmaktadır (Aydın, 2022). Süpervizyon doyumunun yüksek olması, danışmanların mesleki becerilerine olan güvenlerini artırmakta ve bu güven, onların danışmanlık sürecindeki performanslarını olumlu yönde etkilemektedir (Aydın, 2022; Corey, 2015). Yüksek süpervizyon doyumunu, danışmanların, süpervizyon sürecinde aldıkları geri bildirimleri daha olumlu bir şekilde algılamalarına ve bu geri bildirimleri profesyonel gelişimlerine entegre etmelerine olanak tanımaktadır. Süpervizyonun, psikolojik danışmanların mesleki gelişimlerine olan katkısı dikkate alınmalı, psikolojik danışman eğitiminde daha fazla yer bulmalı ve süpervizyon süreçlerinden alınan doyum, danışmanlık eğitim programlarında daha fazla önemsenmelidir.

Araştırma bulguları eğitim ve süpervizyonun, psikolojik danışmanların profesyonel gelişimlerini artırmanın ötesinde, onların danışanları üzerindeki etkilerini de yansıtmaktadır. İkinci deney grubundaki psikolojik danışmanların danışanlarıyla yaptıkları psikolojik danışma uygulamaları sonucunda danışanların affetmeye karar verme düzeylerinde ve affetme düzeylerinde anlamlı bir artış gözlemlenmiştir. Bu bulgu, uygulama ve süpervizyon sürecinin yalnızca danışmanın kendi gelişimine değil, aynı zamanda danışanların affetme süreçlerine de olumlu bir etki sağladığını göstermektedir. Alanyazında affetme üzerine yapılan müdahalelerin affetme düzeyini artırdığını ortaya koyan çok sayıda araştırma bulunmaktadır (Adam-Karpuz, 2019; Bugay & Demir, 2012; Çolak, 2014; Ha vd., 2019; Harper vd., 2014; Ji vd., 2016; McCullough & Worthington, 2016; Sandage & Worthington, 2010; Wade & Goldman, 2006). Bu araştırmalardan farklı olarak mevcut araştırmada, bireysel psikolojik danışma sürecinin affetme düzeyine etkisi test edilmiştir. Her bireysel psikolojik danışma sürecinin dinamiğinin danışan özelinde olması nedeniyle, süpervizyon desteği ayrıca önem taşımaktadır. Süpervizyon, psikolojik danışmanların kişisel ve mesleki stresle başa çıkma becerilerini geliştirmekte ve bu durum, danışanlarla olan etkileşimde daha sağlıklı ve profesyonel bir yaklaşım sergilemelerine olanak tanımaktadır (Lambert & Ogles, 2004). Süpervizyonun, psikolojik danışmanların danışanlarıyla olan ilişkilerini de olumlu bir şekilde etkileyebileceği belirtilmektedir (Berg vd., 2010; Lambert & Ogles, 2004). Süpervizyon süreci psikolojik danışmanların sadece mesleki becerilerini geliştirmekle kalmaz, aynı zamanda danışanlarla olan ilişkilerinde empati ve anlayış düzeylerini artırmaktadır (Berg vd., 2010). Bu da, psikolojik danışmanların, danışanlarının affetme süreçlerinde daha etkili müdahaleler yapmalarını ve danışanlarının duygusal iyileşmelerine katkı sağlamalarını mümkün kılar. Uygulama ve süpervizyon süreçleri, psikolojik

danışmanların becerilerini geliştirdiği gibi, bu becerilerin danışanlarının affetme süreçlerine de olumlu bir şekilde yansdığı söylenebilir.

Psikolojik danışmanların mezun olmadan önce lisans eğitimlerinde affetme ve duygusal iyileşme süreçlerine odaklanan dersler almaları, affetmeyi psikolojik danışmada daha etkili bir şekilde çalışabilen mezunlar yetiştirilmesine katkı sağlayacaktır. Psikolojik Danışma ve Rehberlik (PDR) lisans programlarında, öğrencilere teorik ve uygulamalı psikolojik danışma becerileri kazandırılmaya çalışılmaktadır. Ancak mevcut lisans müfredatında affetme odaklı bir ders bulunmamaktadır. Affetme süreçlerinin ele alınabileceği dersler arasında “Bireyle Psikolojik Danışma Uygulamaları, PDR’de Güncel Yaklaşımlar ve Pozitif Psikoloji” dersleri sayılabilir, ancak bu derslerde affetme gibi spesifik konular genellikle yüzeysel olarak ele alınmaktadır (İkiz vd., 2015). Affetmeyi çalışabilme becerilerini artırmaya yönelik derslerin lisans eğitimine eklenmesi, hem teorik hem de uygulamalı öğrenme fırsatları sunarak mezunların daha donanımlı hale gelmesini sağlayabilir (Vural-Batık & Afyonkale-Talay, 2021). Alanyazın, psikolojik danışman eğitiminde affetme konusuna daha fazla yer verilmesinin, psikolojik danışmanların mesleki yeterliklerini geliştireceğini ve danışanların da affetme süreçlerine daha sağlıklı bir şekilde müdahale edilebileceğini belirtmektedir (Gürbüz, 2016; Wade vd., 2005). PDR lisans programına affetme ile ilgili seçmeli derslerin eklenmesi ve ilgili başka derslerde uygulama ve süpervizyon deneyimlerinin sunulması, psikolojik danışman adaylarının mesleki becerilerini artıracaktır. Alanda çalışan psikolojik danışmanların da hizmetiçi eğitimler ile hem teorik bilgi hem de uygulamalar ile affetmeyi çalışabilme becerileri geliştirilebilir.

Araştırmanın bazı sınırlılıkları da bulunmaktadır. Araştırma kapsamında uygulanan programın etkileri yalnızca kısa ve orta vadede değerlendirilmiştir. Süpervizyon ve eğitimin uzun vadeli etkilerini değerlendirmek için takip çalışmaları yapılmalıdır. Bu çalışmalar, programın sürdürülebilirliği ve kalıcı etkileri hakkında daha fazla bilgi sağlayabilir. Affetme üzerine çalışılan danışanların özellikleri (örneğin, yaş, geçmiş travmaları, affetme motivasyonu) üzerinde detaylı analizler yapılmamıştır, bu da danışmanların müdahale stratejilerinin kişisel farklılıklara göre ne kadar etkili olduğunu sınırlamaktadır. Danışan özelliklerine (örneğin, cinsiyet, yaş, travma geçmişi) odaklanan analizler yapılarak, psikolojik danışmada affetme üzerine çalışma sürecinin bireysel farklılıklarla nasıl ilişkilendiği incelenebilir.

Psikolojik Danışma ve Rehberlik (PDR) lisans programlarında yer alan ilgili derslerin içeriğine psikolojik danışma sürecinde affetmeyi çalışabilme konularının entegre edilmesi, bireysel psikolojik danışma uygulamalarında bu konuya yer verilmesi, bu becerinin daha sistematik bir şekilde kazandırılmasını sağlayabilir. Eğitim sırasında düzenli süpervizyon süreçlerinin yürütülmesi, danışman adaylarının pratik becerilerini geliştirmelerini ve öz-yeterliklerini artırmalarını sağlayacaktır. Halihazırda çalışan psikolojik danışmanlar için affetme odaklı eğitim ve süpervizyon programları düzenlenmelidir. Bu programlar, hem mesleki yeterliklerini geliştirecek hem de danışma süreçlerinin etkinliğini artıracaktır. Bu öneriler doğrultusunda, psikolojik danışmanların mesleki donanımlarının artırılması ve danışma süreçlerinde affetmenin ele alınmasına yönelik daha güçlü bir altyapı oluşturulması sağlanabilir. Eğitim, uygulama ve süpervizyonun entegre bir şekilde kullanıldığı modellerin, psikolojik danışma alanında kalıcı ve etkili çözümler sunacağı açıktır.

Sonuç olarak, psikolojik danışmanların affetmeyi çalışabilme öz-yeterliğini artırmaya yönelik geliştirilen eğitim programının ve süpervizyon desteğinin, hem danışmanların mesleki öz-yeterliklerini artırmada hem de danışanların affetme düzeylerine olumlu katkı sağlamada etkili olduğu görülmektedir. Sadece teorik eğitim yeterli olmamaktadır ve uygulama yaparak süpervizyon almak çok daha güçlü ve kalıcı etkiler sağlamaktadır. Psikolojik danışmada affetme konusunda çalışabilme becerilerinin geliştirilmesine yönelik teorik bilgi, uygulama ve süpervizyonun bir arada sunulduğu yapılandırılmış müdahaleler, psikolojik danışman eğitimlerinde yer alabilir.

TEŞEKKÜR

Çalışmanın uygulanma sürecinde verdikleri destekten dolayı Atakum Rehberlik ve Araştırma Merkezi'ne ve katılımcılara teşekkür ederiz.

KAYNAKÇA

- Adam-Karduz, F. F. (2019). *Affetme Eğilimi Kazandırmaya Yönelik Psiko-Eğitim Programı'nın affetme eğilimi kazandırma ve beş faktör kişilik özellikleri üzerindeki etkisi*. [Yayımlanmamış doktora tezi]. Sakarya Üniversitesi.
- Akşab, G., & Türk, F. (2022). Psikolojik danışmanların danışma öz-yeterlik algılarına ilişkin bir derleme çalışması. *Okul Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 5(1), 1-40. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/opdd/issue/70744/909854>
- Aktaş, E. F., & Zorbaz, S. D. (2018). Okul psikolojik danışmanlarının çocukla psikolojik danışma yeterliklerine ilişkin görüşleri. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(1), 245-256. <https://doi.org/10.17679/inuefd.416003>
- Asıcı, E. (2018). *Affetme odaklı grup rehberliğinin ergenlerin saldırganlık ve öznel iyi oluşları üzerindeki etkisi*. [Yayımlanmamış doktora tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Aslan, G. A. (2016). *Üniversite öğrencilerinin affetme davranışları, yaşam doyumları ve sürekli öfke düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Atık, Z. (2017). *Psikolojik danışman adaylarının bireyle psikolojik danışma uygulaması ve süpervizyonuna ilişkin değerlendirmeleri*. [Yayımlanmamış doktora tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Aydın, F. (2022). *Algılanan süpervizör tarzları ile süpervizyon doyumunu arasındaki ilişkide psikolojik danışma öz-yeterliğinin aracı rolü*. [Yayımlanmamış doktora tezi]. Trabzon Üniversitesi.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Baskin, T. W., & Enright, R. D. (2004). Intervention studies on forgiveness: A meta-analysis. *Journal of Counseling & Development*, 82(1), 79-90. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2004.tb00288.x>
- Berecz, J. M. (2001). All that glitters is not gold: Bad forgiveness in counseling and preaching. *Pastoral Psychology*, 49(4), 253-275. <https://doi.org/10.1023/A:1004869004377>
- Besim, G. (2017). *Üniversite öğrencilerinde affetme, bitirilmemiş işler ve öfke*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Bingöl, T. Y. (2018). Okul psikolojik danışman adaylarının genel öz-yeterlik ve özel eğitimde rehberlik ve psikolojik danışmanlığa ilişkin öz-yeterlik inançları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 8(15), 40-60. <https://doi.org/10.26466/opus.444225>
- Bugay, A., & Demir, A. (2010). A Turkish version of Heartland Forgiveness Scale. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 5, 1927-1931. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.390>

- Bugay, A., & Demir, A. (2012). Affetme artırılabilir mi?: Affetmeyi geliştirme grubu. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(37), 96-106. <https://hdl.handle.net/11511/76772>
- Corey, G. (2015). *Psikolojik danışma kuram ve uygulamaları* (T. Ergene, Çev.) Mentis Yayıncılık. (Orijinal kitabın yayın tarihi 1982)
- Cormier, W. H., & Nurius, P. S. (2003). *Interviewing and change strategies for helpers: Fundamental skills and cognitive-behavioral interventions* (5th ed.). Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Çolak, T. S. (2014). *Affetme esnekliği kazandırmada logoterapi yönelimli grupla psikolojik danışmanın etkililiği*. [Yayımlanmamış doktora tezi]. Sakarya Üniversitesi.
- Davis, D. E., Hook, J. N., Van Tongeren, D. R., DeBlaere, C., Rice, K. G., & Worthington, E. L., Jr. (2015). Making a decision to forgive. *Journal of Counseling Psychology*, 62(2), 280-288. <https://doi.org/10.1037/cou0000054>
- Ekşi, H., Parlak, S., & Demir-Celayir, G. (2018). Affetme Kararı Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması. *1. Uluslararası Eğitimde Yeni Arayışlar Kongresi*, İstanbul.
- Enright, R. D., & Fitzgibbons, R. P. (2000). *Helping clients forgive: An empirical guide for resolving anger and restoring hope*. APA.
- Ertürk, K. (2019). *Lise öğrencilerinde affetme becerisi geliştirmeye yönelik psikoeğitim programının affetme ve yaşam doyumu üzerindeki etkisi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Sakarya Üniversitesi.
- Enright, R. D. (1996). Counseling within the forgiveness triad: On forgiving, receiving forgiveness, and self-forgiveness. *Counseling and Values*, 40(2), 107-126. <https://doi.org/10.1002/j.2161-007X.1996.tb00844.x>
- Enright, R. D. (2001). *Forgiveness is a choice: A step-by-step process for resolving anger and restoring hope*. American Psychological Association.
- Enright, R. D., & Fitzgibbons, R. P. (2000). *Helping clients forgive: An empirical guide for resolving anger and restoring hope*. APA.
- Enright, R. D., & The Human Development Study Group. (1991). The moral development of forgiveness. In W. Kurtines & J. Gerwitz (Eds.), *Handbook of moral behavior development* (pp. 123-152). Lawrence Erlbaum.
- Exline, J. J., & Baumeister, R. F. (2000). Expressing forgiveness and repentance: Benefits and barriers. In M. E. McCullough, K. Pargament, & C. Thoresen (Eds.), *Forgiveness: Theory, research, and practice* (pp. 133-155). Guilford.
- Fıncı Kodaz, A., & Vural Batık, M. (2018). Kurum deneyiminin psikolojik danışman adaylarının okul psikolojik danışmanı öz yeterlik algılarına etkisi. *OPUS – Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 8(15), 902-929. <https://doi.org/10.26466/opus.425811>
- Field, A. (2018). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics* (5th ed.). Sage.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). *How to design and evaluate research in education* (8th ed.). McGraw-Hill.
- Freedman, S. (2018). Forgiveness as an educational goal with at-risk adolescents. *Journal of Moral Education*, 47, 415-431. <https://doi.org/10.1080/03057240.2017.1399869>

- Freedman, S., & Knupp, A. (2003). The impact of forgiveness on adolescent adjustment to parental divorce. *Journal of Divorce & Remarriage*, 39(1-2), 135-165. https://doi.org/10.1300/J087v39n01_08
- Gordon, K. C., Baucom, D. H., & Snyder, D. K. (2000). The use of forgiveness in marital therapy. In M. McCullough, K. I. Pargament, & C. E. Thoresen (Eds.), *Forgiveness: Theory, research, and practice* (pp. 203-227). Guilford Press.
- Gökmen, G., & Deniz, M. E. (2020). Travma sonrası büyümenin yordayıcıları olarak öz anlayış ve affetme. *Uluslararası Türk Kültür Coğrafyasında Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(2), 72-93.
- Göztepe-Gümüş, I. (2015). *Evli bireylerde bağışlama, tekrarlayıcı düşünme düzeyi ile ruh sağlığı ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiler*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Graham, V. N., Enright, R. D., & Klatt, J. S. (2012). An educational forgiveness intervention for young adult children of divorce. *Journal of Divorce & Remarriage*, 53, 618-638. <https://doi.org/10.1080/10502556.2012.725347>
- Gull, M., & Rana, S. A. (2013). Manifestation of forgiveness, subjective well-being, and quality of life. *Journal of Behavioural Sciences*, 23(2), 17-36.
- Gümüşçağlayan, G. (2018). *Psikolojik danışman adaylarının affetme düzeyleri ile psikolojik belirtileri arasındaki ilişkide empatinin aracılık rolü*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi.
- Gündüz, Ö. (2014). *Üniversite öğrencilerinde affetmeyi yordayan değişkenlerin belirlenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Gürbüz, E. (2016). *Evlilik içinde aldatılan bireylerin affetmelerini yordamada bağlanma stilleri ve psikolojik sağlamlığın rolü*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Bahçeşehir Üniversitesi.
- Ha, N., Bae, S. M., & Hyun, M. H. (2019). The effect of forgiveness writing therapy on post-traumatic growth in survivors of sexual abuse. *Sexual and Relationship Therapy*, 34(1), 10-22.
- Hall, J. H., & Fincham, F. D. (2008). The temporal course of self-forgiveness. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 27(2), 174-202. <https://doi.org/10.1521/jscp.2008.27.2.174>
- Harper, Q., Worthington, E. L., Griffin, B. J., Lavelock, C. R., Hook, J. N., Vrana, S. R., & Greer, C. L. (2014). Efficacy of a workbook to promote forgiveness: A randomized controlled trial with university students. *Journal of Clinical Psychology*, 70(12), 1158-1169. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24619957/>
- Hilbert, H. K. E. (2015). *The impact and evaluation of forgiveness education with early adolescents*. [Unpublished master's thesis]. University of Northern Iowa.
- İkiz, F. E. (2017). *Meslek etiği ve yasal konular*. Lisans Yayıncılık.
- İkiz, F. E., Mete-Otlu, B., & Asıcı, E. (2015). Beliefs of counselor trainees about forgiveness. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 15(2), 463-479.
- Ji, M. (2013). *A study on the impact of forgiveness intervention on mainland Chinese college students*. [Unpublished doctoral dissertation]. The University of Hong Kong.

- Ji, M., Tao, L., & Zhu, T. (2016). Piloting forgiveness education: A comparison of the impact of two brief forgiveness education programmes among Chinese college students. *Asia-Pacific Education Researcher*, 25(3), 483–492. <https://doi.org/10.1007/s40299-016-0273-6>
- Kaleta, K., & Mroz, J. (2018). Forgiveness and life satisfaction across different age groups in adults. *Personality and Individual Differences*, 120, 17–23. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.08.008>
- Ladany, N., Hill, C. E., Corbett, M. M., & Nutt, E. A. (1996). Nature, extent, and importance of what psychotherapy trainees do not disclose to their supervisors. *Journal of Counseling Psychology*, 43(1), 10–24. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.43.1.10>
- Lawler-Row, K. A., & Piferi, R. L. (2006). The forgiving personality: Describing a life well lived? *Personality and Individual Differences*, 41, 1009–1020. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.04.007>
- Lin, W. N., Enright, R. D., & Klatt, J. S. (2013). A forgiveness intervention for Taiwanese young adults with insecure attachment. *Contemporary Family Therapy*, 35(1), 105–120. <https://doi.org/10.1007/s10591-012-9218-2>
- McCullough, M. E., & Hoyt, W. T. (2002). Transgression-related motivational dispositions: Personality substrates of forgiveness and their links to the Big Five. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28, 1556–1573.
- McCullough, M. E., & Worthington, E. L., Jr. (1995). Prompting forgiveness: The comparison of two brief psychoeducational interventions with a waiting-list control. *Counseling and Values*, 40, 55–68. <https://doi.org/10.1002/j.2161-007X.1995.tb00387.x>
- Menahem, S., & Love, M. (2013). Forgiveness in psychotherapy: The key to healing. *Journal of Clinical Psychology*, 69(8), 829–835. <https://doi.org/10.1002/jclp.22018>
- Murray, R. J. (2002). The therapeutic use of forgiveness in healing intergenerational pain. *Counseling and Values*, 46, 188–198. <https://doi.org/10.1002/j.2161-007X.2002.tb00212.x>
- Oral, T. (2016). *Üniversite öğrencilerinin affetme düzeylerinin öz-anlayış, kişilerarası hataya ilişkin ruminasyon ve kişilik özellikleri açısından incelenmesi*. [Yayımlanmamış doktora tezi]. Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Özgür, H., & Eldeleklioğlu, J. (2017). REACH affetme modelinin Türk kültürü üzerinde etkililiğinin incelenmesi. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 5(1), 98–112.
- Öztörel, İ. (2018). *Psikolojik danışman adaylarının psikolojik sağlık, yaşam doyumu ve affetme düzeylerinin incelenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Yakın Doğu Üniversitesi.
- Pamukçu, B., & Kağnıcı, D. Y. (2017). Beceriye dayalı grupla psikolojik danışma eğitiminin grupla psikolojik danışma becerilerine etkisinin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(61), 448–465. <https://doi.org/10.17755/esosder.304685>
- Pareek, S., & Jain, M. (2012). Subjective well-being in relation to altruism and forgiveness among school-going adolescents. *International Journal of Psychology and Behavioral Sciences*, 2(5), 138–141.
- Rotter, J. C. (2001). Letting go: Forgiveness in counseling. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 9(2), 174–177. <https://dergipark.org.tr/en/pub/tpdrd/issue/21457/229607>

- Sandage, S. J., & Worthington, E. L., Jr. (2010). Comparison of two group interventions to promote forgiveness: Empathy as a mediator of change. *Journal of Mental Health Counseling*, 32(1), 35–57. <https://doi.org/10.17744/mehc.32.1.274536n518571683>
- Sarıkaya, Y. (2017). *Süpervizör rolleri, tarzları ve süpervizyon terapötik ittifakının psikolojik danışma öz yeterliği ile ilişkisi*. [Yayımlanmamış doktora tezi]. Gaziosmanpaşa Üniversitesi.
- Sarpdağ, M. (2019). *Psikolojik danışman adaylarının psikolojik danışma becerilerinin yordayıcıları: Psikolojik danışma özyeterliliği, duygu yönetimi ve kişilik özellikleri*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi.
- Satıcı, S. A. (2016). *Üniversite öğrencilerinin affetme, intikam, sosyal bağlılık ve öznel iyi oluşları: Farklı yapısal modellerin denenmesi üzerine bir araştırma*. [Yayımlanmamış doktora tezi]. Anadolu Üniversitesi.
- Şeker, U. (2019). *Psikolojik danışman adaylarının problem çözme becerilerinin ve mesleki öz-yeterlilik algılarının özerklik, süpervizyon yaşantıları ve meslek etiği ile ilişkilerinin incelenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Anadolu Üniversitesi.
- Şener, E., & Çetinkaya, F. F. (2015). Bir liderlik özelliği olarak affetme ve örgütsel düzeyde etkileri üzerine bir inceleme. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 7(4), 24–42.
- Şentepe, A. (2016). *Ruh sağlığı belirtilerinin yordayıcısı olarak affetme ve dindarlık ilişkisi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Sakarya Üniversitesi.
- Thompson, L. Y., Snyder, C. R., Hoffman, L., Michael, S. T., Rasmussen, H. N., Billings, L. S., et al. (2005). Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *Journal of Personality*, 73(2), 313–359. [10.1111/j.1467-6494.2005.00311.x](https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2005.00311.x)
- Topbaşoğlu, T. (2016). *Yaşam doyumunun yordayıcısı olarak öfke ve affetme: Affetmenin düzenleyici rolü*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Pamukkale Üniversitesi.
- Toussaint, L., & Webb, J. R. (2005). Gender differences in the relationship between empathy and forgiveness. *The Journal of Social Psychology*, 145(6), 673–685. <https://doi.org/10.3200/SOCP.145.6.673-686>
- Toussaint, L. L., Williams, D. R., Musick, M. A., & Everson, S. A. (2001). Forgiveness and health: Age differences in a U.S. probability sample. *Journal of Adult Development*, 8, 249–257. <https://doi.org/10.1023/A:1011394629736>
- Tse, W. S., & Yip, T. H. J. (2009). Relationship among dispositional forgiveness of others, interpersonal adjustment and psychological well-being: Implication for interpersonal theory of depression. *Personality and Individual Differences*, 46, 365–368. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.11.001>
- Tüccar, E. (2015). *Engellilerde affetme ve yaşam kalite düzeylerinin farklı değişkenlere göre incelenmesi*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Nişantaşı Üniversitesi.
- Uyanık, N. (2021). *Öğretmenlerin öz-şefkat düzeylerinin affetme özellikleri ve psikolojik dayanıklılık düzeyleriyle ilişkisinin incelenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Yüzüncü Yıl Üniversitesi.
- Vural-Batık, M. (2020). Psikolog ve psikolojik danışmanlarda affetme. *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 22(2), 679–696. <https://doi.org/10.26468/trakyasobed.647345>
- Vural-Batık, M., & Afyonkale-Talay, N. (2021). The effect of a group psychoeducation program for improving forgiveness on the forgiveness levels of psychological counselor candidates.

- Vural-Batık, M., & Fırıncı-Kodaz, A. (2018). Kurum deneyiminin psikolojik danışman adaylarının özel eğitim öz yeterlik algılarına etkisi. *OMÜ Eğitim Fakültesi Dergisi*, 37(1), 209–222. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/omuefd/issue/35216/327621>
- Vural-Batık, M., Örs-Özdil, S., & Afyonkale-Talay, N. (2023). The development of a scale of self-efficacy to work on forgiveness in counseling. *International Journal of Assessment Tools in Education*, 10(2), 232–256. <https://doi.org/10.21449/ijate.1263121>
- Wade, N. G., Bailey, D., & Shaffer, P. (2005). Helping clients heal: Does forgiveness make a difference? *Professional Psychology: Research and Practice*, 36(6), 634–641. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.36.6.634>
- Wade, N. G., & Goldman, D. B. (2006). Sex, group composition, and the efficacy of group interventions to promote forgiveness. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 10(4), 297–308. <https://doi.org/10.1037/1089-2699.10.4.297>
- Wade, N. G., & Worthington, E. L. (2005). In search of a common core: A content analysis of interventions to promote forgiveness. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 42(2), 160–177. <https://doi.org/10.1037/0033-3204.42.2.160>
- Worthington, E. L., Jr., Kurusu, T. A., Collins, W., Berry, J. W., Ripley, J. S., & Baier, S. N. (2000). Forgiving usually takes time: A lesson learned by studying interventions to promote forgiveness. *Journal of Psychology and Theology*, 28(1), 3–20.
- Yayla, E., & İkiz, F. E. (2017). Psikolojik danışmanların etkili nitelikleri ile danışma öz-yeterlik düzeyleri arasındaki ilişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 7(48), 31–44. <https://dergipark.org.tr/en/pub/tpdrd/issue/41239/488648>
- Zimmerman, B. J. (2000). Self-efficacy: An essential motive to learn. *Contemporary Educational Psychology*, 25, 82–91. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1016>

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

This study aims to examine the effectiveness of a training program and supervision support designed to enhance the self-efficacy of psychological counselors in working on forgiveness within individual counseling. Forgiveness is defined as the process in which an individual lets go of negative emotions towards a person or event that has harmed them and reaches a healthier psychological state. Addressing this process in psychological counseling is noted to have a significant impact on increasing individuals' subjective and psychological well-being. However, the lack of training programs designed to enhance psychological counselors' ability to work on forgiveness is recognized as a significant gap in the literature. In this context, this study provided theoretical training and supervision support to psychological counselors to enable them to work on the forgiveness process effectively with their clients.

Method

A 3x3 quasi-experimental design was employed in the study. The research was conducted with psychological counselors working in Atakum district of Samsun province. Participants were randomly divided into three groups: the first experimental group received only training, the second experimental group received training followed by supervision support and conducted

individual counseling applications, and the control group received no intervention. The data collection instruments included the "Scale of Self-Efficacy to Work on Forgiveness in Counseling", the "Supervision Satisfaction Scale", the "Heartland Forgiveness Scale," and the "Forgiveness Decision Scale". A 10-session "Working on Forgiveness in Individual Counseling Program" was developed by the researchers, based on Enright's Forgiveness Process. Psychological counselors in the experimental group participated to the training program about working on forgiveness in individual counseling. One experimental group received only the training, while the other received both the training and supervision after the training. The group receiving supervision support conducted individual counseling applications and received supervision throughout the process.

Results and Discussion

The findings revealed that the experimental group that received only training showed a significant increase in self-efficacy for working on forgiveness after training; however, this level of self-efficacy declined over time. In contrast, the self-efficacy levels of the second experimental group, which received supervision support, increased significantly after training and remained sustainable in the long term. Furthermore, the psychological counselors in this group observed a significant increase in their clients' forgiveness decision levels and overall forgiveness levels after their sessions. No significant changes were observed in the control group.

Psychological counselors who received supervision support reported a high level of satisfaction with the supervision process. Supervision facilitated the practical application of their learning and supported their professional development. The supervision process not only improved professional skills but also enabled counselors to evaluate their competencies and conduct more effective counseling sessions with their clients. This finding underscores the need for greater integration of supervision support in psychological counseling education.

The results of this study indicate that theoretical training alone is insufficient for increasing psychological counselors' self-efficacy in working on forgiveness; practical application and supervision yield more effective and sustainable outcomes. While theoretical knowledge transfer is essential during training, active participation in applied processes is crucial for long-term retention. Since the forgiveness process contributes to clients' ability to make sense of past negative experiences and enhances their psychological well-being, psychological counselors' ability to manage this process effectively is of critical importance.

Based on the research findings, it is recommended that the subject of forgiveness be incorporated more systematically into counselor training programs. Including forgiveness-focused courses in undergraduate programs in psychological counseling and guidance can enhance the professional competencies of counselor candidates. Additionally, in-service training programs should be organized for currently practicing psychological counselors to ensure that forgiveness is addressed more effectively in psychological counseling processes. Making supervision a mandatory component of psychological counseling education will further support the development of counselors' professional skills.

In conclusion, this study demonstrates the crucial role of training and supervision support in increasing psychological counselors' self-efficacy in working on forgiveness in individual psychological counseling. The integration of the forgiveness process into psychological counseling contributes significantly to both the well-being of clients and the professional development of counselors. Accordingly, it is recommended that more emphasis be placed on practical training and supervision processes in psychological counseling education. The expansion of such intervention programs will help psychological counselors provide more effective guidance to their clients.

In this academic study, it has been observed that the training program developed to enhance psychological counselors' self-efficacy in working on forgiveness, along with supervision support for self-efficacy in working on forgiveness, is effective in both increasing counselors' professional self-efficacy and making a positive contribution to clients' levels of forgiveness. Theoretical training alone is not sufficient; receiving supervision in an applied manner provides much stronger and more lasting effects. Structured interventions that integrate theoretical knowledge, practical application, and supervision in developing the ability to work on forgiveness in psychological counseling should be included in counselor training programs.

Ek 1. Bireysel Psikolojik Danışmada Affetmeyi Çalışma Programı

Affetme Evresi	Seans	Amaç	İçerik / Alt başlıklar
	Ön görüşme Seansı	Danışanın affetme sürecini çalışmaya uygunluğunu değerlendirmek	- Dahil edilme kriterleri - Ölçeklerin uygulanması - Bilgilendirilmiş onam
Öfkenin Ortaya Çıkarılması Evresi	1. Seans: Affetmeye Hazırlanırken	Danışan, affetmenin ne olduğuna, sonuçlarına ve affetme sürecine ilişkin farkındalık kazanır. Affetmek için motivasyon kaynaklarını fark eder.	- Affetme Tanımı - Affedemediğiniz Yaşantınız - Ne Kadar Affedicisiniz? - Affetme Günlüğü
	2. Seans: Öfkeyle Yüzleşme	Danışan, kullandığı savunma mekanizmalarına ilişkin farkındalık geliştirir. Acı verici yaşantılarını ve bu yaşantıyla ilgili duygularını ifade eder. Öfkenin sağlık üzerindeki etkisini ve hatanın sonuçlarını fark eder.	Öfkenizle Yüzleşmekten Nasıl Kaçıyorsunuz?
	3. Seans: Olumsuz İç Konuşmalarım	Danışan, affedemediği yaşantıya ilişkin bilişsel tekrarları ve olumsuz iç konuşmaları fark eder. Affedemediği yaşantının hayat görüşünü nasıl etkilediğine ilişkin farkındalık geliştirir.	- Affedemediğiniz Olay ya da Kişiyi Sürekli Düşünüp Duruyor musunuz? - İç Sesim Ne Diyor? - Onu mu avantajlı, ben mi?
Karar Verme Evresi	4. Seans: Affetmeye Karar Verme	Danışan, affedemediği yaşantıya ilişkin şimdiye kadar ki tutumunun işe yaramadığını fark eder, affetme sürecine başlamaya istekli olur.	- Affetmeye Hazır mısınız? - Ne İşe Yaradı? - Affetme Sürecine Başlamaya İstekli Olma-
Çalışma Evresi	5. Seans: Anlamaya Çalışma	Danışan, affetmeye çalıştığı yaşantıya ilişkin düşünce, duygu, davranış ve bedensel duyularını fark eder, affedemediği kişiyi anlamaya çalışır.	- Duygularım Nasıl Oluşur? 3D 1B - Anlamaya Çalışalım mı?
	6. Seans: Otomatik Düşüncelerim	Danışan, affetmeye çalıştığı yaşantıya ilişkin otomatik düşüncelerini fark eder ve otomatik düşüncelerini değiştirme yollarını bilir.	- Otomatik Düşüncelerimiz - Aklımdan Neler Geçiyor? - Olumsuz Otomatik Düşünceleri Değiştirebilme - Dur-Düşün-Sorgula
	7. Seans: Merhamet	Danışan, affetmeye çalıştığı kişiye merhamet duyma çalışmaları yapar, onunla empati kurar, acısını kabul eder.	- Merhamet Geliştirme - Acıyı Kabul Etme “Seni Affediyorum” Demek - Kalbine Alma - Dilimizi Değiştirelim - Uzlaşma
Farkındalık ve Duygusal Özgürlük Evresi	8. Seans: Acının Anlamını Keşfetme	Danışan affettiği kişiye bir hediye planlar, affedilme ihtiyacını fark eder.	- Acının Anlamını Keşfetme - Affedilme İhtiyacını Keşfetme - Yalnız Olmadığınızı Keşfetme - Hayatınızın Anlamını/Amacını Keşfetme - İnciten Kişiyi Bir Hediye Verme
	9. Seans: Affetmenin Özgürlüğü	Danışan, acının ve hayatın anlamına ilişkin farkındalık geliştirir.	- Affetmek Özgürlüktür - Mektup yazma